AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

Alim Can TOYOĞLU

GENÇ BİREYLERİN REKREASYONEL FARKINDALIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ: SİVAS İLİ ÖRNEĞİ

Turizm Yönetimi Ana Bilim Dalı
Yüksek Lisans Tezi

Antalya, 2026

AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

Alim Can TOYOĞLU

GENÇ BİREYLERİN REKREASYONEL FARKINDALIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ: SİVAS İLİ ÖRNEĞİ

Danışman
Doç. Dr. Neslihan ONUR

Turizm Yönetimi Ana Bilim Dalı
Yüksek Lisans Tezi

Antalya, 2026

Akdeniz Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne,

Alim Can TOYOĞLU'nun bu çalışması, jürimiz tarafından Turizm Yönetimi Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Programı tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan	: Prof. Dr. Halil SAROL	(İmza)
Üye (Danışmanı)	: Doç. Dr. Neslihan ONUR	(İmza)
Üye	: Doç. Dr. Ebru GÖZEN	(İmza)

Tez Başlığı:	GENÇ BİREYLERİN REKREASYONEL FARKINDALIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ: SİVAS İLİ ÖRNEĞİ

Onay : Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Tez Savunma Tarihi : 26/01/2026

Mezuniyet Tarihi : 26/03/2026

(İmza)

Prof. Dr. Seda BAYRAKTAR

Müdür

AKADEMİK BEYAN

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Genç Bireylerin Rekreasyonel Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi: Sivas İli Örneği” adlı bu çalışmanın, akademik kural ve etik değerlere uygun bir biçimde tarafımca yazıldığını, yararlandığım bütün eserlerin kaynakçada gösterildiğini ve çalışma içerisinde bu eserlere atıf yapıldığını belirtir; bunu şerefimle doğrularım.

İmza

Alim Can TOYOĞLU

T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

TEZ ÇALIŞMASI ORİJİNALLİK RAPORU BEYAN BELGESİ

Öğrenci Bilgileri	
Adı-Soyadı	Alim Can TOYOĞLU
Öğrenci Numarası	202352078017
Anabilim Dalı	Turizm Yönetimi
Programı	Tezli Yüksek Lisans
Danışman Öğretim Üyesi Bilgileri	
Unvanı, Adı-Soyadı	Doç. Dr. Neslihan ONUR
Yüksek Lisans Tez Başlığı	Genç Bireylerin Rekreasyonel Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi: Sivas İli Örneği
Turnitin Bilgileri	
Ödev Numarası	2850928667
Rapor Tarihi	24/03/2026
Benzerlik Oranı	Alıntılar hariç: %9 Alıntılar dahil: %9

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE,

Yukarıda bilgileri bulunan öğrenciye ait tez çalışmasının a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana Bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam 97 sayfalık kısmına ilişkin olarak Turnitin adlı intihal tespit programından Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esaslarında belirlenen filtrelemeler uygulanarak yukarıdaki detayları verilen ve ekte sunulan rapor alınmıştır.
Danışman tarafından uygun olan seçenek işaretlenmelidir:
(X) Benzerlik oranları belirlenen limitleri aşmıyor ise:
Yukarıda yer alan beyanın ve ekte sunulan Tez Çalışması Orijinallik Raporunun doğruluğunu onaylarım.
( ) Benzerlik oranları belirlenen limitleri aşıyor, ancak tez/dönem projesi danışmanı intihal yapılmadığı kanısında ise:
Yukarıda yer alan beyanın ve ekte sunulan Tez Çalışması Orijinallik Raporunun doğruluğunu onaylar ve Uygulama Esaslarında öngörülen yüzdelik sınırlarının aşılmasına karşın, aşağıda belirtilen gerekçe ile intihal yapılmadığı kanısında olduğumu beyan ederim.

Gerekçe:

Benzerlik taraması yukarıda verilen ölçütlere uygun olarak tarafımca yapılmıştır. İlgili tezin orijinallik raporunun uygun olduğunu beyan ederim.

Danışman Öğretim Üyesi
Unvanı, Adı-Soyadı
Doç. Dr. Neslihan ONUR

İmza

İ Ç İ N D E K İ L E R

ŞEKİL LİSTESİ ..... **iv**
TABLOLAR LİSTESİ ..... **v**
KISALTMALAR LİSTESİ ..... **vi**
ÖZET ..... **vii**
SUMMARY ..... **viii**
TEŞEKKÜR ..... **ix**
GİRİŞ **1**

BİRİNCİ BÖLÜM
REKREASYONUN KURAMSAL VE KAVRAMSAL TEMELLERİ

1.1. Rekreasyon Tanımı ve Kavramı 3
1.2. Rekreasyonun Özellikleri ve Fonksiyonları 6
1.3. Rekreasyon Kuram ve Modelleri 7
1.3.1. Akış Kuramı 7
1.3.2. Fayda (Yarar) Teorisi 8
1.3.3. Öz-Belirleme Kuramı 8
1.3.4. Hiyerarşik Kısıtlar Modeli 9
1.3.5. Yeniden Yaratma Teorisi 9
1.4. Rekreasyon Sınıflandırılması 10
1.4.1. Katılım Biçimine Göre 10
1.4.1.1. Etken (Aktif) Rekreasyon 10
1.4.1.2. Edilgen (Pasif) Rekreasyon 10
1.4.1.3. Ettirgen Rekreasyon 11
1.4.2. Grup Büyüklüğüne Göre 11
1.4.3. Yaş Gruplarına Göre 11
1.4.3.1. Çocuk Rekreasyonu 11
1.4.3.2. Gençlik Rekreasyonu 12
1.4.3.3. Yetişkin Rekreasyonu 12
1.4.3.4. Üçüncü Yaş Rekreasyonu 12
1.4.4. Mekânsal Ölçütlere Göre 13
1.4.4.1. Kapalı Alan Rekreasyon 13
1.4.4.2. Açık Alan Rekreasyon 14
1.4.4.3. Kırsal Rekreasyon 15
1.4.4.4. Kent içi Rekreasyon 16

1.4.5. Zamansal Ölçütlere Göre 17
1.4.5.1. Rekreasyon Faaliyetlerinin Kültürel Temelleri 17
1.4.5.2. Rekreasyon Faaliyetlerinde Milliyet ve Kültürel Çeşitlilik 17
1.5. Rekreasyon Faaliyetlerinin Sınıflandırması 18
1.5.1. Ticari Rekreasyon 18
1.5.2. Sosyal Rekreasyon 18
1.5.3. Sağlık Rekreasyon 19
1.5.4. Sportif Rekreasyon 19
1.5.5. Sanatsal Rekreasyon 19
1.5.6. Kültürel Rekreasyon 20
1.5.7. Entelektüel Rekreasyon 20
1.5.8. Gönüllülük Esasına Dayalı Rekreasyon 20
1.5.9. Turizm Nitelikli Rekreasyon 21

İKİNCİ BÖLÜM
GENÇLERDE REKREASYONEL FARKINDALIK VE BÖLGESEL REKREASYONEL YAPI

2.1. Rekreasyon ve Rekreasyonel Davranışlar 22
2.1.1. Rekreasyon Faaliyetlerinin Davranışsal Özellikleri 22
2.2. Boş Zaman, Serbest Zaman, Rekreasyon ve Önemi 22
2.2.1. Rekreasyon Alanı 23
2.2.2. Rekreasyon Planlaması 25
2.2.3. Rekreasyonun Faydaları ve Rekreasyon Tercihleri 26
2.3. Rekreasyonun Kısıtlayıcıları 28
2.3.1. Bireysel Kısıtlayıcılar 30
2.3.1.1. Gelir 31
2.3.1.2. Yaş 32
2.3.1.3. Cinsiyet 32
2.3.1.4. Medeni Durum 33
2.3.1.5. Eğitim 34
2.3.1.6. Irk/Etnik Köken 34
2.3.1.7. Dini İnanç 35
2.3.1.8. Sosyal Sınıf 35
2.3.1.9. Kültürel Kısıtlayıcı 36

2.3.1.10. Bilgi Yetersizliği 36
2.3.2. İlişkisel Kısıtlayıcılar 36
2.3.2.1. Zaman 37
2.3.2.2. Aile 37
2.3.2.3. Arkadaş Eksikliği 38
2.3.3. Yapısal Kısıtlayıcılar 38
2.3.3.1. Mevsimsel Kısıtlayıcı 39
2.3.3.2. Ulaşım 40
2.3.3.3. Tesis Yetersizliği ve Kalitesi 40
2.3.3.4. Çevre 41
2.4. Sivas İlinde Bulunan Rekreasyon Alanları 41

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM
YÖNTEM VE BULGULAR

3.1. Yöntem 43
3.1.1. Araştırma Modeli 43
3.1.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi 43
3.1.3. Veri Toplama Aracı 44
3.1.4. Veri Toplama Süreci 45
3.1.5. Veri Analizi 45
3.1.6. Araştırmanın Güvenirliği ve Geçerliği 46
3.1.7. Etik İlkeler 46
3.1.7.1. Çalışmanın Kısıtları 46
3.2. Bulgular 47
3.2.1. Betimsel Analizler 47
3.2.2. Rekreasyonel Farkındalık Ölçeği Analizleri 52
3.2.3. Hipotez Testleri Analizleri 53

SONUÇ 63
KAYNAKÇA 66
EK 1. ÖLÇEK İZNİ YAZISI 75
EK 2. ETİK KURUL KARARI 76
EK 3. ANKET FORMU 77
EK 4. GOOGLE ANKET İÇİN KULLANILAN QR KOD 82
ÖZGEÇMİŞ 83

ŞEKİL LİSTESİ

Şekil 1.1 Rekreasyon ve Boş Zaman İlişkisi 5

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 2.1 Sivas İlinde Bulunan Rekreasyon Alanları 42
Tablo 3.1 Hipotezlerin Kabul ve Red Durumları 44
Tablo 3.2 Katılımcıların Kişisel Bilgilerinin Betimsel Analizi 47
Tablo 3.3 Katılımcı Öğrencilerin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılım Durumlarının Analizi .. 49
Tablo 3.4 Katılımcı Öğrencilerin Rekreasyon Farkındalık Ölçeği ve Alt Boyut Düzeyleri Analizi 52
Tablo 3.5 Verilerin Normallik Analizi 52
Tablo 3.6 Araştırmada Kullanılan Rekreasyon Farkındalık Ölçeğinin Güvenirlilik Analizi ... 53
Tablo 3.7 Katılımcıların Cinsiyet Durumları ile Rekreasyon Farkındalık Durumlarının Mann-Whitney U Analizi 54
Tablo 3.8 Katılımcıların Yaş Durumları ile Rekreasyon Farkındalık Durumlarının Kruskal-Wallis H Analizi 55
Tablo 3.9 Katılımcıların Eğitim Durumları ile Rekreasyon Farkındalık Durumlarının Kruskal-Wallis H Analizi 57
Tablo 3.10 Katılımcıların Aylık Rekreasyon Bütçe Durumları ile Rekreasyon Farkındalık Durumlarının Kruskal-Wallis H Analizi 59
Tablo 3.11 Katılımcıların Haftalık Rekreasyon Süresi ile Rekreasyon Farkındalık Durumlarının Kruskal-Wallis H Analizi 60

KISALTMALAR LİSTESİ

AB	: Avrupa Birliği
ABD	: Amerika Birleşik Devletleri
BM	: Birleşmiş Milletler
DSÖ	: Dünya Sağlık Örgütü
İSG	: İş Sağlığı ve Güvenliği
KTB	: Kültür ve Turizm Bakanlığı
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
UNESCO	: Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Örgütü

ÖZET

Bu çalışma, Sivas ilindeki genç bireylerin rekreasyon farkındalık düzeylerini incelemeyi amaçlamaktadır. Gençler, dinamik yapıları, yeniliklere açıklıkları ve üretkenlik potansiyelleri ile toplumsal, kültürel ve ekonomik gelişimde önemli bir rol oynamaktadır. Bu bağlamda, gençlerin boş zamanlarını nasıl değerlendirdikleri, sadece bireysel refahları için değil, aynı zamanda toplumsal gelişim açısından da stratejik bir öneme sahiptir.

Rekreasyon, bireylerin günlük yaşamın monotonluğu ve stresinden uzaklaşarak fiziksel, zihinsel ve sosyal olarak yenilenmelerine imkân tanıyan faaliyetler olarak tanımlanmaktadır. Spor, kültürel, sanatsal, sosyal ve doğal alanlarda gerçekleştirilebilen rekreasyonel etkinlikler, bireylerin kendilerini ifade etmeleri, toplumsal ilişkiler kurmaları ve kişisel gelişim süreçlerini desteklemeleri açısından önem taşımaktadır.

Araştırmada, genç bireylerin rekreasyon farkındalık düzeyleri, katılım sıklıkları ve etkinlik tercihleri incelenmiş; Sivas'ta yaşayan 18–30 yaş aralığındaki 407 geçerli katılımcıya Google Form üzerinden oluşturulan ve online uygulanan anketler aracılığıyla yaş, cinsiyet, eğitim durumu, rekreasyon bütçesi ve haftalık rekreasyon süresi gibi değişkenler analiz edilmiştir. Bulgular, gençlerin genel olarak rekreasyon farkındalığının yüksek olduğunu ve bu farkındalığın yaş, bütçe ve haftalık rekreasyon süresi ile anlamlı ilişkiler gösterdiğini ortaya koymaktadır. Katılımcıların büyük bir kısmının kendini geliştirme, sosyal başarı ve haz-eğlence boyutlarında yüksek farkındalık düzeyine sahip oldukları belirlenmiştir. Ayrıca, gençlerin çoğunluğunun rekreasyonel etkinliklere düzenli katılım gösterdiği ve bu faaliyetlerden sosyal etkileşim ve kişisel gelişim açısından önemli kazanımlar elde ettiği görülmüştür.

Elde edilen bulgular, gençlerin rekreasyon etkinliklerine yönelimlerini artırmak ve farkındalıklarını desteklemek için yaşa, bütçeye ve etkinlik süresine uygun planlamaların önemini vurgulamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Rekreasyon; Gençler; Boş Zaman; Rekreasyon Farkındalığı

SUMMARY

EXAMINATION OF RECREATIONAL AWARENESS LEVELS OF YOUNG INDIVIDUALS: THE CASE OF SIVAS PROVINCE

This study aims to examine the recreation awareness levels of young individuals living in Sivas. Young people play an important role in social, cultural, and economic development due to their dynamic nature, openness to innovation, and productive potential. In this context, how young individuals spend their leisure time is of strategic importance not only for their individual well-being but also for societal development.

Recreation is defined as activities that enable individuals to escape the monotony and stress of daily life and to renew themselves physically, mentally, and socially. Recreational activities carried out in sports, cultural, artistic, social, and natural settings are important in terms of self-expression, establishing social relationships, and supporting personal development.

In the study, young individuals' recreation awareness levels, participation frequency, and activity preferences were examined. Data were collected through online questionnaires created via Google Forms and administered to 407 valid participants aged 18–30 living in Sivas. Variables such as age, gender, education level, recreation budget, and weekly recreation time were analyzed. The findings indicate that young individuals generally have a high level of recreation awareness, and this awareness is significantly associated with age, budget, and weekly recreation time. High awareness levels were particularly observed in the dimensions of self-development, social achievement, and pleasure–entertainment. In addition, the majority of participants regularly engaged in recreational activities and gained significant benefits in terms of social interaction and personal development.

The findings emphasize the importance of planning recreational activities in accordance with age, budget, and duration in order to increase young individuals' participation and support their recreation awareness.

Keywords: Recreation; Youth; Leisure Time; Recreation Awareness

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın planlanması, yürütülmesi ve tamamlanması sürecinde bilgi ve deneyimleriyle bana yol gösteren, her aşamada desteğini esirgemeyen değerli danışmanım Doç. Dr. Neslihan ONUR'a en içten teşekkürlerimi sunarım. Tez sürecinde katkı sağlayan, görüş ve önerileriyle çalışmanın gelişmesine destek olan kıymetli jüri üyelerine teşekkür ederim. Araştırma sürecinde anket uygulamasına katılarak çalışmaya katkı sunan tüm katılımcılara teşekkür ederim. Eğitim hayatım boyunca maddi ve manevi desteklerini her zaman yanımda hissettiğim, sabır ve anlayışlarıyla beni motive eden aileme ve yanımda olan tüm dostlarıma şükranlarımı sunarım.

Alim Can TOYOĞLU

Antalya, 2026

GİRİŞ

Toplumların gelişiminde genç nüfusun yeri ve önemi oldukça büyüktür. Gençler, dinamik yapıları, yeniliklere açık olmaları ve üretkenlik potansiyelleri ile sosyal, kültürel ve ekonomik hayatın şekillenmesinde belirleyici bir rol üstlenmektedir. Bu bağlamda gençlerin serbest zamanlarını değerlendirme biçimleri, yalnızca bireysel refah açısından değil aynı zamanda toplumsal gelişim açısından da stratejik bir konudur.

Rekreasyon, bireylerin günlük yaşamın monotonluğu ve stresinden uzaklaşarak fiziksel, zihinsel ve sosyal açıdan yenilenmelerine imkân tanıyan faaliyetler olarak tanımlanmaktadır (Öztürk, 2022). Rekreasyonel etkinlikler; spor, kültürel, sanatsal, sosyal ve doğal alanlarda gerçekleştirilebilen çok yönlü bir yapıya sahiptir. Bu yönüyle rekreasyon, yalnızca eğlence veya boş zaman doldurma aracı değil, bireylerin kendini ifade etme, toplumsal ilişki kurma ve kişisel gelişim süreçlerinde önemli bir araçtır (Kaya, 2023).

Gençlerin rekreasyon faaliyetlerine yönelik farkındalık düzeyleri, onların bu faaliyetlere katılım sıklığını ve etkinlik seçimlerini doğrudan etkilemektedir. Literatürde, üniversite öğrencilerinin rekreasyon farkındalıklarının düşük olduğu, ancak farkındalığı yüksek bireylerin daha fazla sosyal katılım gösterdiği ve yaşam doyumlarının da daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur (Ekinci ve Özdilek, 2019; Geven ve Yaşartürk, 2024). Ayrıca rekreasyonel etkinliklerin bireylerin akademik başarılarına, stres yönetimlerine ve sosyal uyumlarına olumlu katkı sağladığı vurgulanmaktadır (Akgül, Erdoğan ve Karabacak, 2023).

Türkiye'de yapılan bazı araştırmalar, gençlerin rekreasyon faaliyetlerine katılım oranlarının istenilen düzeyde olmadığını göstermektedir (Yerlisu Lapa ve Ardahan, 2009). Gençler çoğu zaman serbest zamanlarını sosyal medya, bilgisayar oyunları veya pasif dinlenme gibi etkinliklerle geçirmekte; bu durum hem fiziksel aktivite eksikliğine hem de sosyal izolasyona yol açabilmektedir (Üstün ve Aktaş Üstün, 2020). Oysa düzenli olarak rekreasyon faaliyetlerine katılım, bireylerin ruh sağlığı, toplumsal aidiyet duygusu ve kişisel gelişimi açısından oldukça değerlidir.

Sivas ili, sahip olduğu kültürel miras, geniş coğrafi yapısı ve sosyoekonomik çeşitliliği ile gençlerin rekreasyonel faaliyetlerini incelemek için uygun bir örneklem oluşturmaktadır. Özellikle son yıllarda yerel yönetimlerin ve üniversitelerin gençlere yönelik rekreasyon alanları ve hizmetleri geliştirme çabaları dikkat çekmektedir (Örs, 2023). Ancak bu olanakların gençler tarafından ne ölçüde değerlendirildiği, farkındalık düzeylerinin yeterli olup olmadığı ve gençlerin bu faaliyetlere bakış açılarının ne yönde olduğu henüz yeterince araştırılmamıştır.

Bu çalışmanın amacı, Sivas ilindeki gençlerin rekreasyon faaliyetlerine ilişkin farkındalık düzeylerini belirlemektir. Araştırmada, gençlerin boş zamanlarını nasıl değerlendirdikleri, rekreasyon etkinliklerine katılım düzeyleri ve bu etkinliklere yönelik farkındalıkları incelenecektir. Ayrıca elde edilen bulgular, gençlerin katılımını artırmaya ve farkındalık eksikliklerini gidermeye yönelik öneriler geliştirilmesine katkı sağlayacaktır.

BİRİNCİ BÖLÜM
REKREASYONUN KURAMSAL VE KAVRAMSAL TEMELLERİ

1.1. Rekreasyon Tanımı ve Kavramı

Modern anlamda sosyal bir kurum olarak rekreasyon, çeşitli aktiviteler ve profesyonel bir çalışma alanı sunarak; kişinin önemli fiziksel, sosyal ve ruhsal ihtiyaçlarını karşılayıp, mutlu bir yaşam kaynağı oluşturan, işten bağımsız, kendi içinde değerli bir alan olarak görünmektedir. Bu çağdaş bakış açısına göre, rekreasyon, bireylerin boş zamanlarında gönüllü olarak katıldıkları ve kişisel tatmin sağladıkları birçok çeşitli etkinlik olarak tanımlanabilir.

Rekreasyon, anlam derinliği taşıyan ve çok sayıda aktiviteyi içeren sıkça dile getirilen bir kavram haline gelmiştir. Bu konu üzerine birçok tanım ve farklı yaklaşımlar geliştirilmiştir. Aşağıda bunlardan bazıları ele alınmıştır.

Rekreasyon, yeniden yaratma, yenilenme ya da yeniden yapılandırma manasına gelen bir kökten türetilmiştir. Türkçe karşılığı boş zamanları değerlendirme yönünde kullanılır. Rekreasyon, boş zamanlarında gönüllü olarak yapılan dinlendirici ve eğlenceli etkinlikleri ifade eder (Tezcan, 1993:39).

Rekreasyon, bireylerin yaşamları boyunca daha iyi bir kaliteye ulaşabilmesi için, iradeleriyle zorunlu olmayan eylemler içeren ve özgür bir şekilde gerçekleştirdikleri aktiviteler olarak tanımlanabilir. Rekreasyon ise, bu serbest zamanlarda, gündelik hayatın sıkıcı ve monoton yapısında keyifli zaman geçirmek amacıyla yapılan bütün etkinlikleri kapsamaktadır (Mansuroğlu, 2002).

Bireylerin boş zamanlarını grup ya da bireysel olarak eğlenceli bir şekilde geçirmesi, geçici tatmin ve katılım ile kişilerin yenilenmesini sağlayan aktiviteler, rekreasyon olarak tanımlanmaktadır. Rekreatif bir etkinlik, bir kişi için "iş" olarak nitelendirilebilirken, başka bir kişi içinse eğlenceli bir aktivite ama bir zorunluluk ya da keyifsiz bir iş olarak görülebilir. Burada önemli olan, etkinliğin birey tarafından dış etkenlerden bağımsız bir şekilde özgürce seçilip, keyif alınarak yapılmasıdır (Karaküçük ve Akgül, 2016: 13).

Rekreasyon, her bireyin bazı içsel ihtiyaç ve taleplerini giderme amacını taşımaktadır. Rekreasyon kavramının temel öğeleri incelendiğinde, bunlar arasında belirli unsurlar öne çıkmaktadır (McLean, Hurd ve Rogers, 2008; Jensen ve Guthrie, 2006):

- Rekreasyon, her bireyin boş zamanlarında yaptığı etkinliklerdir.
- Rekreasyona katılım tamamen isteğe bağlıdır.

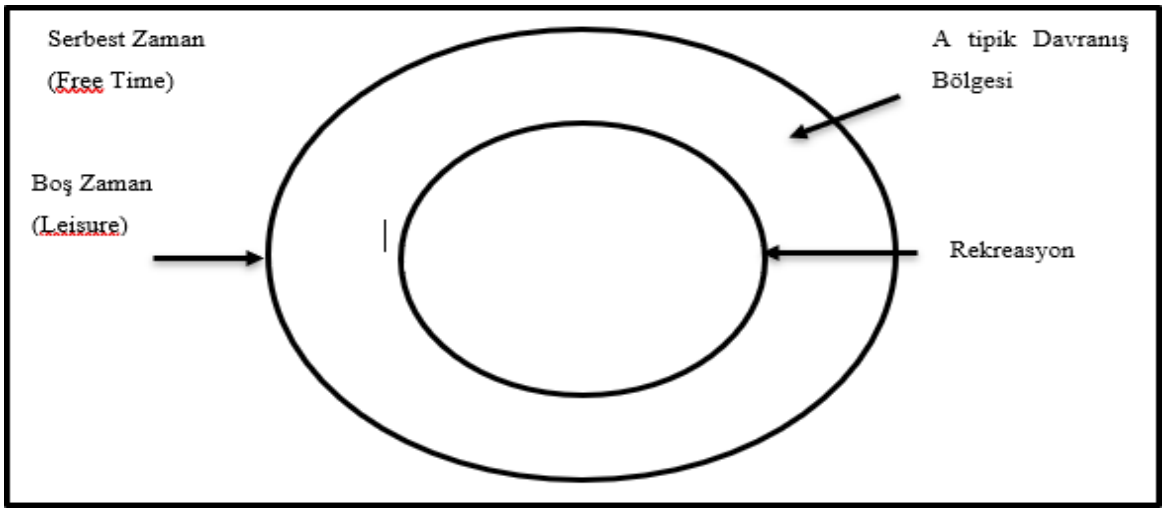
- Bu tür aktiviteler, sadece yayılmak ya da tembellik yapmak değil, fiziksel, zihinsel, sosyal veya duygusal katılım ve ilgi gösteren aktivitelerden oluşur.
- Rekreasyon; spor, el işçiliği, oyunlar, güzel sanatlar, müzik, sahne sanatları, seyahat ve hobi gibi birçok etkinliği kapsar.
- Rekreasyonda ana amaç eğlence bulmaktır, ancak bazen entelektüel ve fiziksel aktiviteleri teşvik eden motivasyonlar da olabilir.

Rekreasyon, yaşamda mutluluğu sağlayan önemli bir unsur olarak karşımıza çıkmaktadır. Bununla birlikte, bireylerin kontrolünde olan mutluluk için gerekli dört farklı durum daha vardır. İlk olarak, tutum ve davranışlara yön veren ahlaki standartlarının varlığı gerekmektedir. İkincisi, ailesi veya arkadaşlarıyla olan sağlıklı ilişkiler ile tatmin edici bir ev ortamına sahip olmaktır. Üçüncü olarak, bireylerin kendi ülkelerine katkı sağladığı ve onları iyi vatandaşlar yapan bir iş olması önemlidir. Dördüncüsü ise, bireylere mutluluk getirecek şekilde boş zamanlarının değerlendirilmesidir. Boş zamanının verimli kullanılması, diğer durumların iyi olmasını olumsuz etkilemez veya değiştirmez. Yeterli boş zamanın değerli bir şekilde geçirilmesi, yaşam kalitesi ve mutluluğa büyük ölçüde katkı sağlar (Grey, 1919:4).

Rekreasyon, bireylerin çalışma zamanı dışında kendilerini gerçekleştirmek ve yenilemek için gönüllü olarak yaptıkları boş zaman etkinlikleridir. Rekreasyon, bireylerin boş zamanlarında yer alan tüm etkinlikleri kapsamaktadır; bu durum spor ve fiziksel hareketler kadar, sosyal, zihinsel ve ruhsal motivasyonları doğrultusunda katıldıkları her türlü etkinliği de içermektedir (Kesim, 2016).

Araştırmacılar, rekreasyonu genellikle bireylerin boş zamanlarında yaptığı somut faaliyetler ya da boş zamanın fiziksel ve psikolojik avantajlarını elde etme olarak değerlendirebilmektedir (Özdemir, Evren ve Karaküçük, 2016).

Boş zaman içerisinde yer alan ancak rekreasyon olarak nitelendirilmeyen bazı faaliyetler de mevcuttur. Zorunlu olarak yapılan (farz) ibadetler, ders çalışmak veya zorunlu aile ziyaretleri buna örnek olarak verilebilir. Ayrıca, bazı durumlarda suç kategorisine giren hırsızlık, uyuşturucu kullanımı, aşırı alkol tüketimi veya kumar gibi antisosyal davranışlar da bulunmaktadır. Bu tür boş zaman davranışları, "a tipik" davranışlar olarak adlandırılmaktadır (Karaküçük ve Akgül, 2016:28). Rekreasyon, boş zaman içinde gerçekleştirilen, fayda ve olumlu etkiler bırakan etkinlikler ya da faaliyetler olarak tanımlanır. Bu nedenle, her boş zaman etkinliğinin rekreasyon faaliyeti olduğunu söylemek yanıltıcı olacaktır.



Şekil 1.1 Rekreasyon ve Boş Zaman İlişkisi

Kaynak: Mieczkowski, 1990:17; Karaküçük, 2018

Serbest zaman ve rekreasyon kavramları sıkça karıştırılarak yanlış bir şekilde kullanılabilmektedir. Serbest zaman, bir kişinin iş dışındaki tüm zamanını kapsarken, rekreasyon ise bireylerin boş zamanlarında kendi arzuları doğrultusunda, tamamen kendi istekleriyle faydalı etkinliklere katılması anlamına gelmektedir.

Brotherton'a göre, rekreasyon; "boş zaman" kavramını başlangıç noktası olarak alarak, katılımı etkileyen unsurları yaşama geçiren, hareketle ilgili unsurlar ekleyen ve birçok aktivite türü arasında bir farklılık oluşturan bir tanım sunmaktadır. Bu durum, gündelik ihtiyaçların dışında kalan, ara sıra yapılan, sistematik veya ciddi ya da pasif olabilen etkinlikleri içerir ve işten tamamen ayrı olan, bir amaca ulaşmak için araç olarak kullanılan faaliyetler olarak ele alınmaktadır.

Rekreasyonel faaliyetlerin sağladığı faydalar arasında stresin hafiflemesi, doğal ve kültürel çevreler hakkında daha fazla bilgi edinme, bireysel ya da toplumsal kimlik oluşturma, çevresel sorumluluklar ve çevresel duyarlılık gösterme (çevre kuruluşlarına bağış yapma gibi) öne çıkmaktadır.

Literatür taraması sonucunda, rekreasyon kavramı, bireylerin istedikleri anda, istedikleri yerde keyifli, faydalı, memnuniyet verici ve dinlendiren, zararlı bir durum olmaksızın, isteyerek yaptıkları bir aktivite veya durum olarak tanımlanabilir. Burada önemli olan nokta, bireyin ne yaptığından çok, bu eylemi gerçekleştirirken hangi duyguları ve düşünceleri taşıdığıdır. Her birey (yaşlı, genç, evli, bekar vb.) rekreasyonel faaliyetlere katılabilmektedir ve bu katılmalar sonucunda ortak noktalar üzerinden rekreasyonun özellikleri belirginleşmiştir.

1.2. Rekreasyonun Özellikleri ve Fonksiyonları

Rekreasyon, bireylerin boş zamanlarını değerlendirme biçimleri, bu etkinliklere katılım düzeyleri, yaşadıkları çevrenin coğrafi koşulları, toplumun gelişmişlik seviyesi, kültürel yapı, kişisel özellikler (yaş, cinsiyet, medeni durum vb.) ve yöneticilerin rekreasyona yönelik yaklaşımlarına bağlı olarak farklı şekillerde ortaya çıkmaktadır. Ancak bu değişkenliğe rağmen, rekreasyon kavramını tanımlayan bazı ortak özellikler evrensel düzeyde kabul görmektedir (Tekin vd., 2017; Denkel, 2020; Abay-Beşikçi, 2022).

Rekreasyonun temel özelliklerinden biri, bireyin bu etkinliklere kendi isteğiyle ve özgür iradesiyle katılmasıdır. Rekreatif faaliyetler, herhangi bir baskı ya da zorunluluk olmaksızın bireyin tercihine dayalı olarak gerçekleştirilir (Karaküçük ve Akgül, 2016). Bu durum, etkinliğin "boş zaman" kapsamında değerlendirilebilmesi için ön koşuldur. Örneğin, bir bireyin kendi isteğiyle katıldığı müzik, spor ya da sanat etkinliği rekreasyon olarak nitelendirilebilirken; zorunluluk hissiyle yapılan benzer bir faaliyet bu kapsamda değerlendirilmez (Çakır, 2017). Dolayısıyla rekreasyonun özünü, gönüllülük ilkesi oluşturur.

Rekreasyon faaliyetleri, bireylere özgürlük hissi kazandıran ve boş zaman içerisinde gerçekleştirilen etkinliklerdir. Bu faaliyetler, ekonomik kazanç elde etmeyi değil, bireyin fiziksel, ruhsal ve zihinsel yönden yenilenmesini amaçlar (Kılıç ve Şener, 2013). Katılım süreci zorunlu değildir; birey, ilgi duyduğu etkinliklerde daha fazla tatmin ve başarı elde eder. Bu nedenle rekreasyon, bireyin kişisel tercihleri doğrultusunda biçimlenen özgür bir süreçtir (Karaküçük ve Akgül, 2016).

Rekreasyon, her yaş ve cinsiyetten bireylere katılım fırsatı sunar. Kadınlar, çocuklar, yaşlılar, engelliler ya da farklı sosyal gruplar bu etkinliklerden faydalanabilir. Çocuklar bu faaliyetler sayesinde takım ruhu kazanırken, yetişkinler günlük yaşamın monotonluğundan uzaklaşarak ruhsal ve fiziksel rahatlama elde ederler. Rekreasyon, bu yönüyle toplumsal bütünleşmeyi destekleyen evrensel bir olgudur (Abay-Beşikçi, 2022).

Rekreasyonel etkinlikler, bireylere mutluluk, haz ve tatmin duygusu kazandırır. Bu faaliyetlerin temel amacı, bireyin katılım sürecinde anlık ya da süreğen bir doyum yaşamasıdır. Rekreasyon, birey için bir "ödül" ya da "yenilenme" aracıdır. Aynı zamanda, bireyin kendini ifade etmesine, yaratıcılığını geliştirmesine ve sosyal ilişkilerini güçlendirmesine katkı sağlar (Karaküçük ve Akgül, 2016).

Rekreasyonun bir diğer önemli özelliği, toplumsal değerlere ve kültürel normlara uygun biçimde gerçekleştirilmesidir. Rekreatif faaliyetler, toplumun gelenek, ahlak ve manevi değerleriyle çatışmamalı; tersine bu değerleri destekleyici bir nitelik taşımalıdır. Ayrıca, rekreasyon yoluyla kültürel değerlerin yeni kuşaklara aktarılması mümkündür (Denkel, 2020).

Rekreasyon, bireysel olduğu kadar toplumsal bir işlev de üstlenir. Bireylerin fiziksel, sosyal, ruhsal ve entelektüel ihtiyaçlarını karşılarken; toplumsal uyumu, üretkenliği ve dayanışmayı güçlendirir. Katılımcıların farklı amaçlarla yer aldığı bu etkinliklerde, kimi bireyler yalnızlık hissinden kurtulmak isterken, kimileri zihinsel dinginlik ya da başarı duygusu arayışındadır. Dolayısıyla rekreasyon, bireylerin farklı beklentilerini karşılayabilecek geniş bir yelpazeye sahiptir (Tekin vd., 2017).

Rekreasyonel etkinlikler, planlı veya plansız biçimlerde gerçekleşebilir. Bu etkinliklerin belirli bir zaman veya mekâna bağlı olması gerekmez; katılımcı kendi koşulları doğrultusunda etkinliğin yerini ve zamanını belirleyebilir. Ayrıca, rekreasyon uzmanları tarafından organize edilen faaliyetler de bireylerin katılımını kolaylaştırır ve etkinliğin verimliliğini artırır (Karaküçük ve Akgül, 2016).

Sonuç olarak rekreasyon; bireyin serbest zamanında gönüllü olarak katıldığı, mutluluk ve tatmin sağlayan, bedensel ve ruhsal yenilenmeyi destekleyen, kültürel değerlere zarar vermeyen ve evrensel nitelik taşıyan bir etkinlikler bütünü olarak tanımlanabilir. Bu yönüyle rekreasyon, hem bireysel gelişimi hem de toplumsal refahı artıran önemli bir sosyal olgudur

1.3. Rekreasyon Kuram ve Modelleri

Rekreasyon olgusu, bireylerin serbest zamanlarını değerlendirme biçimlerini açıklamaya yönelik çeşitli kuram ve modeller aracılığıyla ele alınmıştır. Bu kuramlar, rekreasyonel etkinliklerin bireysel ve toplumsal düzeyde sağladığı faydaları, motivasyon kaynaklarını ve katılımı etkileyen unsurları farklı açılardan açıklamaktadır. Bu bağlamda, rekreasyonun temelini oluşturan beş önemli kuram aşağıda sunulmuştur.

1.3.1. Akış Kuramı

Akış Kuramı (*Flow Theory*), Mihaly Csikszentmihalyi tarafından 1975 yılında geliştirilmiştir. Kuram, bireyin bir etkinlik sırasında tamamen sürece odaklandığı, zaman algısını kaybettiği ve yüksek düzeyde içsel doyum yaşadığı bir psikolojik durumu tanımlar. Csikszentmihalyi'ye (1990) göre "akış", bireyin yeterlilik düzeyi ile etkinliğin zorluk derecesi arasında mükemmel bir dengenin sağlandığı anlarda ortaya çıkar.

Rekreasyon bağlamında akış deneyimi, bireyin katıldığı etkinlikten yüksek haz duyması, öz-yeterliğini fark etmesi ve etkinlik süresince kendini tamamen faaliyete kaptırması anlamına gelir. Etkinliğe yönelik içsel motivasyonun artması, bireyin yeniden katılım eğilimini güçlendirir.

Akış durumunun temel bileşenleri arasında; açık hedeflerin bulunması, anında geri bildirim alınması, etkinlik ve birey arasındaki denge, derin konsantrasyon, zaman algısının

kaybı ve etkinliğin kendi içinde ödüllendirici olması yer alır (Nakamura & Csikszentmihalyi, 2009). Rekreasyonel etkinliklerde akış deneyimi, bireyin yaşam doyumunu artıran, stres düzeyini azaltan ve psikolojik iyi oluşa katkı sağlayan önemli bir faktör olarak kabul edilmektedir.

1.3.2. Fayda (Yarar) Teorisi

Fayda (Yarar) Teorisi, rekreasyonun birey ve toplum açısından işlevsel yönlerini açıklayan değer temelli bir yaklaşımdır. Bu teoriye göre rekreasyon, bireylerin yaşamına yalnızca zevk ve eğlence katmakla kalmaz; aynı zamanda toplumsal refahın, üretkenliğin ve sosyal bütünleşmenin artmasına da katkıda bulunur.

Karaküçük'e (2017) göre fayda teorisi, rekreasyonel faaliyetlerin bireyde fiziksel sağlık, ruhsal denge, sosyalleşme, özgüven gelişimi, yaratıcılık ve başarı gibi çok boyutlu kazanımlar sağladığını savunur. Bu yönüyle rekreasyon, bireyin hem kendisiyle hem de toplumla olan ilişkisini güçlendirir.

Teori, aynı zamanda rekreasyonun toplumsal fayda boyutuna da vurgu yapar. Rekreasyonel etkinliklere katılım, toplumsal etkileşimi artırarak bireyler arası dayanışmayı güçlendirir, sosyal dışlanmayı azaltır ve toplumda daha sağlıklı bireylerin yetişmesine katkıda bulunur. Dolayısıyla, fayda teorisi rekreasyonu yalnızca bir eğlence aracı değil, aynı zamanda bireysel gelişim ve toplumsal iyileşmenin aracı olarak değerlendirir.

1.3.3. Öz-Belirleme Kuramı

Öz Belirleme Kuramı (*Self-Determination Theory*), Deci ve Ryan tarafından 1985 yılında geliştirilmiş, 2000 yılında ise kapsamlı hâle getirilmiştir. Kuram, bireylerin davranışlarının içsel motivasyon ve özerklik temeline dayandığını savunur.

Rekreasyonel bağlamda, bireyin etkinliğe katılımı kendi isteğiyle gerçekleştiğinde, bu süreç daha tatmin edici ve sürdürülebilir hâle gelir. Ryan ve Deci'ye (2000) göre bireyin psikolojik ihtiyaçları üç temel kategoride toplanır: özerklik (autonomy)**,** yeterlik (competence) ve ilişkililik (relatedness)**.** Rekreasyonel faaliyetler, bu üç temel ihtiyacı karşılayarak bireyin içsel motivasyonunu destekler.

Öz belirleme kuramı, bireyin sadece fiziksel katılımını değil, aynı zamanda psikolojik bağlanma düzeyini de açıklar. Kişi, etkinliği dışsal bir zorunluluktan değil, içsel isteğinden dolayı sürdürdüğünde, daha yüksek bir yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluş elde eder.

1.3.4. Hiyerarşik Kısıtlar Modeli

Nyaupane ve Morais (2004) tarafından geliştirilen bu model, bireylerin rekreasyonel faaliyetlere katılımını engelleyen kısıtları hiyerarşik biçimde sınıflandırır. Model, bireylerin boş zaman gereksinimlerinin önündeki engelleri ortadan kaldırarak yaşam standartlarının artırılabileceğini savunur.

Bu kısıtlar üç temel kategoride ele alınır:

- **Yapısal kısıtlamalar:** Bireyin kontrolü dışında gelişen dışsal faktörlerdir. İklim koşulları, rekreasyon alanlarının uzaklığı, ulaşım veya ekonomik yetersizlik gibi durumları kapsar (Walker & Virden, 2005).
- **Bireysel (kişisel) kısıtlamalar:** Kişinin psikolojik veya fizyolojik nedenlerle kendisini yetersiz hissetmesi, özgüven eksikliği gibi içsel engellerdir (Brown & Hansen, 2001).
- **Bireylerarası kısıtlamalar:** Rekreasyon faaliyetlerinin gerçekleştirildiği sosyal çevreyle ilgilidir. Katılımcılar arası iletişim sorunları, olumsuz grup dinamikleri veya toplumsal baskılar bu kategoriye dâhildir (Caroll & Alexandris, 1997).

Model, bu kısıtların anlaşılması ve ortadan kaldırılmasıyla bireylerin rekreasyonel etkinliklere daha etkin biçimde katılım sağlayabileceğini öne sürer.

1.3.5. Yeniden Yaratma Teorisi

Yeniden Yaratma Teorisi (*Recreation Theory*), rekreasyonun birey üzerinde yenileyici ve dengeleyici bir etki yarattığını savunan bir yaklaşımdır. Frank (2003), rekreasyonel katılımın bireylerin zihin ve bedenleri arasında bir denge kurarak geçici bir "yeniden doğuş" hissi yarattığını belirtmiştir. Bu teoriye göre, rekreasyonel faaliyetler yalnızca eğlence amacı taşımamakta; aynı zamanda bireyin stresini azaltan, zihinsel tazelenme sağlayan ve fiziksel canlılığı artıran işlevsel bir süreçtir. Birey, günlük yaşamın monotonluğu ve iş yükü nedeniyle oluşan psikolojik baskılardan uzaklaşarak yeniden enerji kazanır. Yeniden yaratma teorisi, özellikle modern yaşamın getirdiği yoğun tempo ve stres altında bireylerin rekreasyonel faaliyetlere yönelme nedenlerini açıklamak açısından önemlidir. Bu yönüyle, rekreasyonun yalnızca bir boş zaman değerlendirme biçimi değil, aynı zamanda ruhsal dengeyi sağlayan bir ihtiyaç olduğu vurgulanır.

1.4. Rekreasyon Sınıflandırılması

1.4.1. Katılım Biçimine Göre

Bireylerin katıldıkları rekreasyon etkinliklerinin tarzına göre, bu etkinlikler üç gruba ayrılmaktadır. Bunlar: aktif (etken), pasif (edilgen) ve ettirgendir.

1.4.1.1. Etken (Aktif) Rekreasyon

Bireylerin boş zamanlarında rekreasyon faaliyetlerine aktif olarak katılması gerektiği vurgulanmaktadır (GedikArslan ve İstanbullu Dinçer, 2019: 19). Bu aktif katılım, bir kişinin kendi isteği ile kültürel, sosyal ve sportif etkinliklere gerçek anlamda katılmasıyla gerçekleşen rekreasyon süreçleridir. Etkinliklere katılan bireyler, bu tür faaliyetlerin seçimi ve uygulanması sırasında bazı önemli etkenlerle karşılaşabilir. Bu faktörler arasında yaşadıkları çevre, ailenin ekonomik durumu, yaşadıkları yerin gelenekleri, yaş grupları, cinsiyet farkları, kişisel özellikler ve arkadaş çevresi bulunmaktadır (Çınar, 2018: 8-9). Birey bu etkinliklere amatör bir şekilde katılmaktadır (Kılıçman ve Er, 2021: 30). Örneğin, bir defilede yer almak ya da golf oynamak gibi etkinliklerde birey bireysel ya da grup olarak yer alabilir (Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2009: 39). Ayrıca, şarkı söyleme, müzik aleti çalma, spor yapma, yabancı dil öğrenme, fotoğrafçılık, araştırmalara katılma, el işi yapma, seyahat etme gibi etkinlikler de bu aktiviteler arasında sayılabilir (Önal, 2007: 30). Araştırmalar, bireylerin aktif rekreasyon faaliyetlerini tercih etmelerinin yaşam doyumu, tatmin, mutluluk ve sağlıklı bir yaşam açısından daha olumlu sonuçlar doğurduğunu göstermektedir.(Özcan, 2019: 15).

1.4.1.2. Edilgen (Pasif) Rekreasyon

Boş zamanlarında insanlar, aktif rekreasyon olarak adlandırılan etkinliklere izleyici olarak katılırlar (Ardahan, Turgut ve Kaplan-Kalkan, 2016: 23). Müzik dinlemek, televizyon izlemek, film seyretmek veya spor etkinliklerini takip etmek gibi faaliyetler, pasif rekreasyonun örneklerindendir (Kılıçman ve Er, 2021: 30). Bir kişi, bir etkinliğe katılmadan önce, katılım sürecinde ve sonrasında gösterdiği çaba sonucunda, pasif rekreasyon faaliyetlerini içlerinde farklı seviyelerde değerlendirebilir (Ardahan, Turgut ve Kaplan-Kalkan, 2016: 23). Örneğin, bir kişi, bir spor müsabakasını stadyumda ya da evde televizyon aracılığıyla izlerse, bu durum ona pasif bir katılım sağlar. Ancak bu iki katılım biçimi arasında bir derece farkı vardır; ayrıca insanların rekreasyon katılım seviyeleri, aldıkları keyif ve mutluluk açısından da farklılık gösterebilir(Kılıçman ve Er, 2021: 30).

1.4.1.3. Ettirgen Rekreasyon

Birey, rekreasyon etkinliklerine katılırken aktif bir rol üstlenir; ancak, bu tür etkinliklerin yapılabilmesi için başka birinin yardımını gerektiren durumlar söz konusudur (Yağcı, 2015: 33). Bireyin destek almasıyla birlikte, öğrenme, eğitim ve terapi amaçları güden her türlü rekreasyon etkinliği dahil olmaktadır. Bu tür organizasyonlar, çoğunlukla genç yaşlardaki bireylerin hayatlarında ya da engelli bireylerin yaşam standartlarını iyileştirmek için düzenlenmektedir(Gül, 2014: 22)

1.4.2. Grup Büyüklüğüne Göre

Rekreasyon, katılımcı sayısına bağlı olarak iki şekilde sınıflandırılır: bireysel ve grup halinde. Bireylere özel olarak yer alan etkinlikler münferit rekreasyon olarak bilinir. İnsanlar, bir gruba dahil olduklarında sosyal bir kimlik edinirler ve grup olarak yapılan rekreasyon etkinliklerine katılmaları da grup rekreasyonu anlamına gelir(Gül, 2014-28-29).

1.4.3. Yaş Gruplarına Göre

Bireylerin yaşı, rekreasyon etkinliklerine katılımı etkileyen önemli unsurlardan biridir. Gençler, yaşlılardan daha fazla spor ve fiziksel etkinliğe katılmaktadır. Farklı yaş gruplarındaki insanlar boş vakitlerinde farklı türde ve sıklıkta rekreasyon etkinliklerine katılmaktadır. Çocuklar parkta oyun oynamayı isterken, gençler eğlence mekanlarında vakit geçirmeyi tercih eder, yaşlılar ise kalabalık olmayan yerlerde rekreasyon etkinliklerine katılmayı tercih etmektedir (Demir ve Demir, 2006: 38). Katılımcıların yaş gruplarına göre rekreasyon faaliyetleri, çocuk, genç, yetişkin ve yaşlı olarak ayrılmaktadır(Kandemir-Altunel, 2021: 15).

1.4.3.1. Çocuk Rekreasyonu

Çocuğun fizyolojik ihtiyaçları açısından anneye olan bağımlılığın azalmaya başladığı dönem, gelişim dönemi olarak tanımlanmaktadır. Bu süreç psikologlar ve eğitimciler tarafından iki aşama halinde incelenmektedir. Bu dönem içerisinde bireylerin fiziksel ve bilişsel evreleri, hangi tür eğlenceli etkinliklere katılacaklarının belirlenmesinde önemli rol oynamaktadır (Gül, 2014: 30). Rekreasyon, oyun ve eğlence isteği içeren tüm faaliyetleri kapsarken, oyun her çocuk için gerekli bir ihtiyaçtır (Hattaoğlu-Şahan ve Albayrak, 2022: 25).

Çocuk rekreasyonunda en akla gelen ilk etkinlik oyun olmaktadır. Bu aktivite, çocuğun çevresini keşfetmesi ve tanıması açısından kritik bir öneme sahiptir. Ebeveynlerin organize ettiği etkinlikler, çocuğun eğlenmesi, dinlenmesi ve gelişimi için büyük bir öncelik taşımaktadır. Ayrıca, rekreasyon engelli çocukların sosyal ve duygusal uyum süreçlerine

katkıda bulunmaktadır. Bunun yanı sıra, engelli çocukların spor ve rekreasyona katılması, topluma entegre olabilmeleri açısından büyük bir önem taşımaktadır (Dal, 2018: 29). Oyunlar, çocukların sağlıklı ve fiziksel gelişimleri, motor becerilerinin iyileşmesi ve sosyal eğitim ile öğrenme açısından avantajlar sunmaktadır. Rekreasyonel aktivitelere katılan çocuklar, yeni sorunlarla başa çıkmayı, fiziksel, analitik düşünme, duygusal, üretken ve sosyal becerilerini geliştirerek başkalarıyla uyumlu olmayı öğrenirler. (Kandemir-Altunel, 2021:16).

1.4.3.2. Gençlik Rekreasyonu

Bu yaş grubundaki insanlar, hem zihinsel hem de fiziksel yapıları nedeniyle sürekli aktif, keşfetmeyi seven ve açık fikirlidirler. Bu dönemde bireyler, rekreasyon faaliyetlerine katılarak sahip oldukları yeteneklerini ve becerilerini fark etmeye başlarlar. Bu faaliyetler sayesinde kendine güven duygusu geliştirir, kendilerini daha iyi tanıma fırsatı bulur, arkadaşlarıyla etkileşimde bulunur ve yeteneklerini ilerletebilirler (Soylu, 2019: 50). Rekreasyon etkinlikleri, gençlerin depresyon seviyelerini azaltarak onlara psikolojik ve davranışsal yararlar sağlar. Bu durum, daha sağlıklı bir geleceğe sahip gençlerin yetişmesine katkıda bulunur(Bakker, 2011: 21).

1.4.3.3. Yetişkin Rekreasyonu

Yetişkinlerin hangi tür rekreasyon aktivitelerini seçeceklerini anlamak için öncelikle yetişkin kavramına ve yetişkinlik döneminin aşamalarına dikkat edilmesi gerekmektedir. Yetişkinlik, genel olarak onlu yaşların sonlarında başlamaktadır (Gül, 2014: 37). Rekreasyon aktivitelerine yönelimi anlamak adına, yetişkinlik dönemi iki kısma ayrılır: genç yetişkinlik ve orta yetişkinlik. Genç yetişkinlik, bireylerin on dokuz ile otuz beş yaşları arasındaki dönemi kapsar. Bu süreçte, kişiler meslek edinmeye çalışırken, yaşam standartları çerçevesinde hem aktif hem de pasif olarak gerçekleştirdikleri tüm rekreasyon aktiviteleri burada yer alır (Dalkılıç ve Mil, 2017: 44). Orta yetişkinlik ise otuz beş ile altmış yaş aralığını kapsayan süreçtir ve orta yaş dönemi olarak da adlandırılır. Bu aşamada, bireylerin gelişim özellikleri, mesleki verimliliği, sorumlulukları ile ilgileri artar. Ayrıca, kariyer hedeflerine ulaşma ve gelecek nesillere rehberlik etme gibi durumlar gözlemlenir. Boş zamanlarında hangi rekreasyon etkinliklerine katılabilecekleri ise bu bilgiler doğrultusunda belirlenir(Gül, 2014: 38).

1.4.3.4. Üçüncü Yaş Rekreasyonu

Bireylerin hayatlarında emekli olduktan sonra ölümüne kadar süren zaman dilimini kapsar (Gül, 2014: 38). Bu zaman aralığında, bireylerin sağlıkları genellikle kötüleşir, güçleri

azalır ve emekliliğe rağmen hayatlarına uyum sağlamaya gayret ederler. Bu süreçte, bireylerin boş zamanlarının artmasıyla birlikte, eğlence etkinliklerine katılımları da artar (Kılıçman, 2020: 28).

1.4.4. Mekânsal Ölçütlere Göre

Rekreasyon faaliyetlerinin gerçekleştirilmesi, mekân tercihlerine bağlı olarak hangi ortamda yapılacağı sorusunun cevabıyla bağlantılıdır. Etkinlik, bir ormanda mı, gölde mi, denizde mi, sahilde mi ya da evde mi, spor salonunda mı ya da tiyatroda mı gerçekleşecek? Bu soruların yanıtlarına göre, etkinliklerin mekânsal olarak nasıl sınıflandırılacağı değişmektedir (Ardahan vd. 2016: 23). Boş zamanların değerlendirilmesi ve rekreatif ihtiyaçların karşılanmasında mekânın rolü oldukça büyüktür (Vural ve Yılmaz, 2018: 425). Rekreasyon, kullanılan mekâna göre dört ana gruba ayrılmaktadır: Bunlar; kapalı alan, açık alan, kırsal alan ve kentiçi alandır.(Gül, 2014: 23).

1.4.4.1. Kapalı Alan Rekreasyon

Kapalı alan rekreasyonu, etrafı ve üstü kapalı olan yerlerde yapılan eğlence aktivitelerini içerir (Çuhadar ve Gönül, 2021: 324). Ayrıca, bu tür etkinlikler kapalı mekanlar ve evlerde gerçekleştirilen boş zaman aktiviteleri olarak da tanımlanabilir (Hacıoğlu vd. , 2009: 38). Bireylerin boş vakitlerini daha verimli bir şekilde değerlendirmesi ve yaşam kalitesini yükseltmek amacıyla yaptığı eğlence faaliyetleridir. Bu tür bir rekreasyon, bireylerin çalışma saatleri dışında kamu ve özel kuruluşlarda, ayrıca özel alanlarda yaptığı etkinlikleri kapsar. Kapalı alan rekreasyonu, insanların tasarladığı mekanların ergonomik düzenlemeleri ile birçok faydalı aktivite sunan bir eğlence türüdür (Kılıç ve Şener, 2013: 221). Spor, oyunlar ve kültürel etkinlikler bu rekreasyon biçimi kapsamında gerçekleştirilebilir (Keskin ve Bayram, 2018: 5). Nüfus artışı ve şehirleşme ile birlikte, bireylerin ve toplumların stresten uzaklaşma isteği, bu ihtiyaca uygun alanların oluşturulmasını zorunlu hale getirmektedir. Türkiye'de, diğer ülkelerde olduğu gibi kapalı alan etkinliklerine olan ilgi sürekli yükselmektedir (Çuhadar ve Gönül, 2021: 324).

Hava koşulları, açık hava rekreasyon etkinliklerinin düzenlenmesi için önem taşır. Açık hava etkinliklerine yönelik talep, mevsim, iklim ve kötü hava şartları altında azalır. Ancak, bu faktörler kapalı alan rekreasyon etkinliklerine olan ilgiyi çok fazla etkilemez (Hall ve Page, 2006: 54). Kapalı alan rekreasyon faaliyetleri çoğunlukla oyun ve spor salonlarında, sinema ve tiyatro gibi mekanlarda, gençlik merkezlerinde yapılmaktadır (Çuhadar ve Gönül, 2021: 325).

Farklı akademisyenler kapalı alan rekreasyon etkinliklerini şu şekilde sınıflandırmıştır. Hacıoğlu vd., (2009: 38) kapalı mekanlarda uygulanabilecek eğlence etkinliklerini aşağıdaki gibi sıralar:

- Kulüp ve dernekler bünyesinde kapalı alanlarda yapılan faaliyetlere katılmak, konferans ve benzeri toplantılara katılmak, - Kapalı alanlarda düzenlenen defile veya sergi gibi etkinliklere aktif veya pasif olarak katılmak, basketbol veya buz pateni gibi spor müsabakalarına kapalı alanlarda katılmak veya katılmak,
- Sauna veya hamam gibi kapalı alanlardaki faaliyetlere katılmak ve çeşitli kurslara kaydolmak, - Kapalı alanda şans ve strateji oyunları (tavla veya satranç gibi) oynamak veya izlemek ya da evde eğlence amaçlı faaliyetlerde bulunmak
- Ayrıca, kapalı alanda yapılan rekreasyonel aktiviteler şu şekilde de sınıflandırılabilir (Çavuşoğlu, 2021: 107): - Evde yapılan kapalı alan aktiviteleri (aile bireyleriyle veya yakın arkadaşlarla vakit geçirmek, hobilerle uğraşmak, örgü örmek, dikiş dikmek veya nakış işlemek vb.
- Ev dışında yapılan kapalı alan etkinlikleri (bir kulüp veya dernekte vakit geçirmek, alışveriş merkezlerini gezmek, fuar ve sergilere katılmak, kültürel ve sanatsal etkinliklere katılmak , spor merkezine gitmek , kütüphaneleri ziyaret etmek veya hobi edinmek için bir kursa katılmak vb.

Karaküçük (2014: 78) kapalı alan rekreasyon faaliyetlerini şu şekilde sıralamıştır: Tiyatro ve sinema ziyaretleri, toplantılara katılım, radyo dinleme, televizyon seyretme, kapalı spor aktiviteleri, kitap okuma, dinlenme ve arkadaş ziyaretleri. Bu tür kapalı rekreasyon etkinlikleri, genellikle şehir yaşamını yansıtır. Bu nedenle, bireylere farklı hizmet ve ürünler sunulmaktadır. Artan sayıda fitness merkezleri ve yerel yönetimler tarafından desteklenen halk eğitim kursları buna örnek olarak gösterilebilir (Keskin ve Bayram, 2018: 5).

1.4.4.2. Açık Alan Rekreasyon

Açık alan rekreasyon dağlar, ormanlar, sahiller, göller, ırmaklar ve milli parklar şeklinde muhafaza edilen diğer doğal ortamlarda gerçekleştirilen faaliyetlerdir. Bu faaliyetler durağan ve dinamik olarak yapılmaktadır. Faaliyetler yalnız başına yürüyüşe gitmek, aileyle piknik yapmak gibi bireysel veya toplu olarak yapılabilir. Daha sıradan olan bahçeyle uğraşma, mahalle gezileri de açık hava eğlence etkinliklerindendir. (Kılıçarslan ve Ayyıldız – Durhan, 2024: 236).

1.4.4.3. Kırsal Rekreasyon

Kişilerin, kısa ve uzun süreli boş vakitlerinde çoğunlukla şehir haricinde gerçekleştirdikleri rekreasyon aktivitelerdir (Gül, 2014: 80) Şehir dışındaki sulak ve dağlık arazilerde rekreasyon faaliyetler gerçekleştirilmektedir. Dağcılık, kamp, piknik, balık tutma, bisiklete binme, motor sporları, doğada yürüyüş, deniz, doğa ve arkeoloji ile alakalı araştırma yapmak kırsal rekreasyon faaliyetlere örnek oluşturmaktadır (Mansur, 2021: 11). Kırsal rekreasyon doğal cazibeye sahip geniş arazide yapılabilen rekreasyon etkinlikleridir ve doğal çevre istemesi en önemli niteliğidir (Kılıç ve Şener, 2013: 222). Günümüzde bireylerin rekreasyon gereksinimlerini karşılayan en önemli yerlerden birisi kırsal rekreasyon alanlarıdır. Şehir yakınında ve ormanlık alanda bulunan orman içi dinlenme mekânları kişilerin rekreasyon ihtiyacını karşılayan kırsal rekreasyon alanlarıdır (Korkmaz ve Karadeniz, 2004: 24).

Kırsal rekreasyon alanlarının özellikleri şu şekilde sıralanmaktadır (Duran, 2014: 24):

- Kent ve şehir dışında bulunurlar.
- Bina ve üretim tesisleri az olduğu için alanlar yatırım odaklı değildir. Topluma açık mekanlardır.
- Alanlara çoğunlukla tatil günlerinde gidilir.
- İklim koşullarından etkilenen alanlar olduğu için yıl içinde daha az kullanılır. Doğal veya kültürel özellikler yer seçiminde etkili etkendir.

Kırsal dinlencenin en mühim üç özelliği; kırsal yerlerde olma isteği, rekreasyona uygun nitelikli yerlerin bulunması, son özelliği ise kırsal alanlardaki yerel halkın geleneksel yaşam biçimlerini bozmadan sürdürme istekleri karşısında, bu alanlara gelen misafirlerin kırsal hayata ilişkin değerleri ve tarımsal yaşam tarzını beğenerek görme arzusudur. Bu konuyla alakalı yapılan sosyal araştırmalar araba sahipliği gelir, yaş, kırsal hayatı özleme ve geleneksel yaşam tarzını öğrenme isteği kırsal amaçlı dinlence talebini yükselten önemli unsurlar olduğunu göstermiştir (Pirselimoğlu, 2007: 8).

Kentte yaşayan bireyler, kırsal alanları genelde rekreasyon etkinliklere katılmak veya günü birlik akraba ziyaretleri için seçerken, kırsal alanların güzelliği, kaygı ve zorunluluğun olmayışı, bireylerin özgür hissetmesine fırsat verecek ortamın varlığı hem hafta sonları hem de senelik tatillerde bu alanlara olan ziyareti artırmaktadır (Soykan, 1999: 68).

Kırsal dinlence alanları kentte yaşayan bireylere doğayı en doğal hâliyle sunmaktadır. Bireylerin kırsal rekreasyonu seçmeleri arasında temiz hava alma, kalabalıktan kaçma, sakin ve sessiz ortam, sağlıklı hayat, doğanın görsel güzelliğini seyretme gibi sebepler bulunmaktadır.

Ormanlık alanlar, su çevreleri ve sahiller; kamp, dağcılık, su sporları, yüzme vb. etkinlikler için kullanılan kırsal dinlence alanları, ekonomik açıdan dar gelire sahip kentte yaşayanlara ekonomik olan rekreasyon etkinlikleri hizmetleri sunmaktadır (Şahin ve Kocabulut, 2014: 9). Bu hizmetlere ek olarak kırsal rekreasyona katılan bireyler kırsal pazarlardan organik ve yarı organik ürünleri satın almaktadır. Böylece bireyler hem doğa da zaman geçirirken hem de kırsal da yaşayan yerel halkla uzun süreli sosyal ilişki kurma imkânı bulmaktadır. Kırsal dinlence alanlarında patikalar ve köy yolları uzun doğa yürüyüşleri için kullanılmaktadır.

Son zamanlarda Türkiye'deki seyahat acenteleri ve örgütlenmeler Kapadokya, Toroslar, Kaçkar Dağları, Kazdağı'nda kırsal rekreatif etkinlik olarak trekking turları sunmaktadırlar (Ardahan ve Kalkan, 2017: 121-122).

1.4.4.4. Kent içi Rekreasyon

Bugünlerde nüfus artışıyla beraber inşa edilen alanların sayısı artmakta bu yüzden şehirler ve kentte yaşayan fertler devamlı değişiklik yaşamaktadır. Bu süreçte hızlı şehirleşmenin ve yapılaşmanın yükselmesi neticesinde doğal çevre tahrip edilmiştir. Şehirlere sükûnet veren doğal alanlar günden güne yok olmaya başlamıştır. Ancak bireyler şehrin meydana getirdiği yoğun tempo ve olumsuz şartlardan uzaklaşmak için kısa sürede olsa psikolojik ve sosyal açıdan rekreasyon alanlarına ihtiyaç duymaktadır. Bundan ötürü rekreasyon alanları bireyler için faydalı ve gereklidir. Rekreasyon alanları sayesinde canlanma, huzurlu zaman geçirme, dinlenme, eğlenme ve sosyalleşme fırsatı yakalamaktadırlar. Doğal çevre ile buluşma imkânı sağlayan rekreasyon alanları bireylerin hayatları üzerinde olumlu tesir yaratmaktadır. Böylelikle kentlerin sahip olduğu rekreasyon alanları bireylere geniş ölçüde yarar sağlamaktadırlar. Zamanla bu rekreasyon alanları bireyler ve kent için çok daha ehemmiyet arz etmektedirler (Kartal, Temiz ve Sipahi, 2021: 300).

Kent içi rekreasyon faaliyetleri bireylerin kısa süreli boş zamanlarında yakın alanlarında, rahatlıkla erişebilecekleri etkinlikleri içermektedir. Eğlence merkezleri, tiyatro, sinema, açık ve kapalı spor merkezleri, hayvanat bahçeleri gibi etkinlikler, bireylerin kent içi rekreasyon ihtiyaçlarını karşılamasında ve geniş imkânlar sunmasında önemli rol oynar (Karaküçük, 2014: 69). Kentsel rekreasyon alanları, bireylerin açık alanda bulunmak, dinlenmek, bireysel yahut topluca gereksinimlerini karşılamak için tasarlanmıştır. Kentteki parklarda vakit geçirmek, manzara izlemek, ailece piknik yapmak, doğal yerlere tırmanmak gibi etkinlikleri sunmaktadır (Sezer ve Akova, 2016: 96). Kent içi rekreasyon bireylerin yaşadığı şehirlerin sınırlarında, boş zamanlarını değerlendirmek için tabiat temelli olmayan,

yaşanılan yere ait açık ve kapalı rekreasyon mekânların kullanılması ile gerçekleştirilen faaliyetlerdir (Gül, 2014: 24).

1.4.5. Zamansal Ölçütlere Göre

Zaman tercihine göre eğlence bireylerin çalışma saatleri dışında kalan zaman diliminde günlük, haftalık, mevsimlik olmak üzere katıldıkları eğlence etkinliklerdir. Günlük rekreasyon; bireylerin sabahın erken saatinde yahut çoğu zaman akşam üzeri 3 saati aşmayan yaptığı günlük eğlence etkinliklerdir. Sabah erken saatte yapılan yürüyüşler, sabah yüzmek, akşamları televizyon izlemek vb. etkinlikler günlük eğlence türüne örnektir (Uğurlu, 2005: 20-21). Bu tür etkinlikler kent yakınında meydana gelen ve kullanıcı merkezli eğlence etkinliklerdir. Haftalık eğlence; şehir hayatının oluşturduğu rutinlikten kısa zamanlı da olsa kaçmak için şehir çevresinde yahut şehirden uzak kırsal destinasyonda, sıklıkla bir gece konaklamalı münferit ya da grup olarak gerçekleştirilen eğlence etkinliklerdir (Gül, 2014: 41).

Bireylerin zorunlu gereksinimlerini karşıladığı zaman dışında ve iş vakti dışı zamanda 2 ile 7 gün boyunca hafta sonları katıldıkları piknikler, haftalık tatiller vb. boş zaman etkinliklerdir (Uğurlu, 2005: 20-21). Bu etkinlikler kaynak ve aracı merkezli eğlence etkinleri kapsamaktadır. Mevsimlik rekreasyon ise; bireyler çalışma yaşamı dışındaki zamanını günlük, haftalık izinlerde kendi ve ailesi için kullanır. Bireylerin çalışma hayatındaki motivasyonu artırmak için, hükümet ve özel işletmeler tarafından tanınan mevsimlik izin haklarında bireyler çalışma ortamından uzaklaşmak için ikametgâh ettikleri yerden uzaklara gitmeyi tercih etmektedirler (Gül, 2014: 41). Bireylerin yıllık izinlerinde kapalı ve açık alanda, ülkesinin sınırları içerisinde veya ülkesinin sınırları dışında gerçekleştirdikleri etkinliklerdir. Bu etkinliklere yaz mevsiminde yapılan rafting, yat gezisi, deniz kayağı, denizde dalış yapmak, kış mevsiminde ise kayak yapmak örnek olarak verilebilir (Uğurlu, 2005: 20- 21).

1.4.5.1. Rekreasyon Faaliyetlerinin Kültürel Temelleri

Kültürel rekreasyon faaliyetleri, her toplumun kendine has niteliklerini birleştirerek şahıslara geçmişle bugün arasında ilişki kurma olanağı sunar (Hazar, 2003: 26- 27). Kişilerin kendi kültürel değerlerini veya değişik kültürel değerleri öğrenmek maksadıyla boş zamanlarında gerçekleştirdikleri kültürel etkinlikleri içermektedir. Dünyada dans etmek uluslararası rekreatif faaliyet olarak bilinir(Gül, 2014: 40).

1.4.5.2. Rekreasyon Faaliyetlerinde Milliyet ve Kültürel Çeşitlilik

İştirakçilerin uyruklarına göre eğlence etkinliklerinin sınıflandırılması hangi amaçlar için aktivitelerin gerçekleşeceğine destek sağlamaktadır. Etkinliklere kimlerin iştirak

edeceğini ve hangi tür aktivitelerin uygulanacağına yönünden de kaynaklık edecektir (Güven, 2022: 149). Rekreatif etkinliklere katılanların uyruklarına göre eğlence; ulusal ve uluslararası şeklinde sınıflandırılır. Ulusal eğlence ülke içerisindeki birey yahut kuruluşların tercih ettikleri boş zaman faaliyetleridir. Uluslararası eğlence ise ülke sınırları ve dışındaki birey yahut kuruluşların tercih ettikleri boş zaman faaliyetleridir. Uluslararası eğlenceye uluslararası film festivalleri, el sanatları sergileri (Hazar, 2009: 32), uluslararası motor ve araba müsabakaları, uluslararası spor yarışları, olimpiyatlar örnek gösterilebilir. Uluslararası etkinliklerin, milletlerarası huzur ortamının oluşması, kültürel arası etkileşim ve farklı kültürlere saygınlık düşüncesinin gelişmesi gibi olumlu toplumsal etkileri oluşmaktadır (Kılıçman, 2020: 29).

1.5. Rekreasyon Faaliyetlerinin Sınıflandırması

Bu rekreasyon türü kişilerin fizyolojik, sosyo-psikolojik, emniyet ve kişisel tercihlerine göre değişiklik arz etmektedir (Yayla, 2017: 27). Bu yönde işlevsel rekreasyon ticari, sosyal, sağlık, sportif, sanatsal, kültürel, entelektüel, gönüllülük, turizm nitelikli olmak üzere dokuz sınıfa ayrılmaktadır..

1.5.1. Ticari Rekreasyon

İnsanlar, boş vakitlerinde eğlence ihtiyaçlarını çeşitli kurum ve kuruluşlarca bedava sunulan imkanlardan faydalanarak giderebildikleri gibi, bu hizmetleri satın da alabilirler. Boş zamanlarında dernek, kulüp benzeri yerlere üye olup rekreasyon aktivitesine dahil olabildikleri gibi, bu etkinliklere ücret ödeyerek de katılabilirler (Ardahan vd, 2016: 26). Kişilerin ücret vererek dahil oldukları at yarışları, şans oyunları, buz pateni, yabancı dil eğitim kursları, rafting, su altı dalış eğitimi gibi faaliyetlerdir (Hacıoğlu vd., 2009: 39). Bu rekreasyon türü, kâr hedefleyerek rekreasyon hizmetleri sağlayan firmaların sundukları aktiviteleri içermektedir (Ardahan vd., 2016: 26).

1.5.2. Sosyal Rekreasyon

İnsanların bir araya gelerek yaptığı değişik faaliyetlerdir (Ardahan vd., 2016: 27). Şahısların organize edip yemek yemeleri sosyal rekreasyon etkinliklerine örnek verilebilir (Karaküçük, 1999: 76). Bu nevi etkinlikler gelir düzeyiyle alakalıdır. Gelir düzeyi yükseldikçe sosyal rekreasyon etkinliklerine iştirak artmaktadır (Yılmaz, 2007: 26). Gelir düzeyinin haricinde bireylerin eğitim düzeyi, kültür ve hayata bakış açısı da sosyal rekreasyon etkinliklerine katılımı tesirleyen faktörlerdir(Ardahan vd., 2016: 27).

1.5.3. Sağlık Rekreasyon

İnsanların tedavi olmak ve sıhhatini muhafaza etmek için boş vakitlerinde icra ettikleri faaliyetlerdir. Sıhhat rekreasyonu tedavi edici rekreasyon olarak da isimlendirilir. Engelliler, yaşlılar ve hastaların boş zamanlarında tedavi ve rehabilitasyon hedefli terapi vasıflı rekreasyon faaliyetler gerçekleştirilir (Yayla, 2017: 28). Bireyler yaşadıkları şehirde veya şehir haricinde Kür, Termal, SPA ve Sıhhat merkezlerine uzman yönlendirmesi yahut bireysel talepleri doğrultusunda sıhhat ve terapi hedefli katılım sağlarlar (Gül, 2014: 49). Bu faaliyetler şunlardır (Hazar, 2009: 33-34):

Spor etkinlikleri

- ✓ Kaplıca, İçmece, Ilıca gibi termalizm etkinlikleri
- ✓ Temiz hava tedavisine yönelik klimatizm etkinlikleri
- ✓ Şifali bitki ve meyve tüketilmesine yönelik uvalizm etkinlikleri
- ✓ Yaylacılık
- ✓ Masaj, Türk hamamı, fitness salonları, sauna etkinlikleri
- ✓ Diğerleri

1.5.4. Sportif Rekreasyon

Sportif rekreasyon türlü spor türlerinin eğlence amaçlı gerçekleştirilmesi esasına dayanan veya eğlence aktiviteleri türlerinden temeli fiziksel egzersize dayanan ve eğlence etkinliklerin çoğunu oluşturan türüne denmektedir (Ramazanoğlu, Altungül ve Özer, 2004: 176). Şahıslar boş vakitlerinde eğlence, sağlık bireysel mutlulukları için çeşitli sportif etkinliklere aktif ve pasif olarak iştirak etmektedir. Bireylerin bireysel, toplu olarak sokak, stadyum gibi yerlerde yaptıkları veya bu yerlerde bir spor yarışmasını izlemeleri sportif eğlence aktivitelerdir (Gül, 2014: 48). Sportif eğlence teknolojinin gelişmesi ve farklı spor branşlarının ortaya çıkışıyla çeşitlenmiştir. Kamp yapmak, tırmanma, bisiklete binmek, yürüyüş yapmak vb. örnek olarak belirtilebilir. (Turkay ve Çeviker, 2016: 102).

1.5.5. Sanatsal Rekreasyon

İnsanların boş vakitlerinde sanatın bir branşıyla alakadar olarak iştirak ettikleri faaliyetlerdir. Sanatsal eğlence aktiviteleri şunlardır: (Kandemir-Altunel, 2021: 18):

- ✓ Sanat galerisi gezmek
- ✓ Müzik dinletilerine gitmek
- ✓ Konser dinlemek
- ✓ Operaya gitmek
- ✓ Resim yapmak Heykel yapmak

- ✓ Halı dokumak
- ✓ Çinicilik ile uğraşmak

1.5.6. Kültürel Rekreasyon

Bireylerin gelenek, adet, malumat ve inanışları uyarınca iştirak ettikleri faaliyetler kültürel vasıflı eğlence olarak tarif edilir. (Kandemir-Altunel, 2021: 18). Kültürel eğlence aktiviteleri şunlardır (Hazar, 2009: 35):

Eğitici oyunlar

- ✓ Toplumsal etkinlikler
- ✓ Geleneksel hayatı ve eğlence şekillerinin canlandırılması
- ✓ Eğlence temelli oyun parklarındaki oyunlar
- ✓ Korku, şok, kasılma yaratan oyunlar, kütüphane ziyaretleri
- ✓ Şans oyunları, satranç, tavla, domino, kâğıt oyunları, günübirlik geziler vb.

1.5.7. Entelektüel Rekreasyon

Birçok birey rekreasyon faaliyetlerine bilgilerini ve tecrübelerini geliştirmek, yaşam biçimlerini zenginleştirmek için iştirak ederler. Entelektüel rekreasyon üst öğrenim ve kültür seviyesine sahip bireylerin katıldıkları rekreasyon faaliyetlerdir. Siyaset ve sanat toplantılarında bulunma, konferanslara iştirak etme vb. faaliyetlerdir (Gedik-Arslan ve İstanbullu-Dinçer, 2019: 21).

1.5.8. Gönüllülük Esasına Dayalı Rekreasyon

Bireylerin serbest zamanlarında sosyal fayda sağlamak maksadıyla bir ödeme almaksızın kamu ve özel teşebbüs tarafından desteklenen Sivil Toplum Kuruluşları, Vakıf, Dernek gibi yapıların yaptığı faaliyetlere gönüllü olarak iştirak etmesidir. Bu minvalde yapılan aktivitelerin bazıları şunlardır: (Gül, 2014: 48):

- Huzurevleri gibi kurumlardaki yaşlıları ziyaret etmek
- Mahalli idare tarafından organize edilerek, yazlık yerlerde ikamet eden boş vakti olan bireylerin ormanlık alanları ve sahilleri temizleme aktivitesi
- Down sendromlu kişilerin topluma uyumları için kafe ve benzeri mekânlarda çalışmalarının sağlanması ve diğer bireylerin boş vakitlerini bu mekânlarda geçirmesi.
- Rehabilitasyon merkezinde eğitim gören engelli bireylere hafta sonları eşlik ederek bir parkta dolaşmak, kafeye gitmek vb.

1.5.9. Turizm Nitelikli Rekreasyon

Turizm ile rekreasyon kavramları etkileşim halindedir. Dinlenme alanlarının bulunduğu yerleşim yerleri daha cazip hale gelir ve turizm açısından ilgi merkezi haline gelir. Bu yönden düşünüldüğünde, turizm rekreasyon biliminin önemli bir uygulama alanı olarak görülmektedir. Turizm için yapılan tesisler, çoğu zaman yerel halkın kullanımına açık değildir, fakat dinlence etkinlikleri için inşa edildiğinde hem turistlerin hem de insanların boş zaman ihtiyacı düşünülmüştür(Gül, 2014: 47).

İKİNCİ BÖLÜM
GENÇLERDE REKREASYONEL FARKINDALIK VE BÖLGESEL REKREASYONEL YAPI

2.1. Rekreasyon ve Rekreasyonel Davranışlar

Rekreasyon, bireylerin boş zamanlarını gönüllü olarak değerlendirdikleri ve fiziksel, zihinsel ile sosyal açıdan yenilenmelerini sağlayan faaliyetleri kapsamaktadır. Bu süreçte rekreasyonel ortamlarda sergilenen davranışlar, etkinliklerin niteliğini ve bireylerin elde ettiği kazanımları doğrudan etkilemektedir. Bu bölümde rekreasyonel davranış kavramı, davranışların sınıflandırılması ve rekreasyon faaliyetlerinde ortaya çıkabilen olumsuz davranış biçimleri ele alınmaktadır.

2.1.1. Rekreasyon Faaliyetlerinin Davranışsal Özellikleri

Karaküçük ve Akgül (2016) serbest zamanı iki zıt kutbun bir tarafı serbest zamanın kişisel ve sosyal faydalarını içerirken, diğer tarafı ise bireysel ve toplumsal zararları kapsayan davranışları olarak tanımlamaktadır (İskender ve Güçer, 2018: 87). Bireysel ve toplumsal zararları kapsayan davranışlar a -tipik davranışlardır. Bunlar kumar oynamak, uyuşturucu kullanmak, şans oyunları oynamak, avcılık, hayvan yarıştırma, pub gibi mekanlara gitmektir (Gül, 2014: 54). Karaküçük ve Akgül (2016) boş zaman rekreasyon etkinliklerin a-tipik olarak gerçekleştirilmesinin kötü alışkanlıkların artması, hoşnutsuzluk, can sıkıntısı, monotonluk, bencillik gibi olumsuzluğa yol açabileceğini ifade etmektedir (İskender ve Güçer, 2018: 87).

2.2. Boş Zaman, Serbest Zaman, Rekreasyon ve Önemi

Boş zaman, bireyin günlük yaşamında temel ihtiyaçlarını karşıladıktan ve iş yükümlülüklerini yerine getirdikten sonra geriye kalan zamandır. Ancak bu süre, kişinin hiçbir faaliyette bulunmadığı, tamamen pasif bir zaman dilimini ifade etmez. Bu noktada “boş zaman” ve “serbest zaman” kavramları arasındaki fark önem kazanmaktadır. Bazı araştırmalara göre, “boş” kelimesi bireyde değersizlik ve atıl kalma çağrışımı yaratabilirken, “serbest zaman” ifadesi bireyin iş dışında, özgürce karar verebildiği, günlük yaşamın zorunluluklarından uzak bir zamanı temsil etmektedir (Gökçe, 2020).

Rekreasyon kavramı, bireyin iş ve zorunlu faaliyetlerin ardından sahip olduğu bu serbest zamanı isteyerek katıldığı, haz ve doyum sağlayan etkinliklerle değerlendirmesi

anlamına gelmektedir. Rekreasyon, hem bireye hem topluma fiziksel, zihinsel ve sosyal faydalar sağlayan gönüllü etkinlikler bütünüdür (Kılbaş, 2010).

Rekreasyonun temel özellikleri şu şekilde sıralanabilir:

- Rekreasyon etkinliklerine katılım gönüllülük esasına dayanır.
- Bu etkinlikler bireye özgürlük hissi kazandırır.
- Katılımın devamlılığı bireyin isteğine bağlıdır.
- Farklı yaş, cinsiyet ve sosyal gruplardan bireylerin katılımına olanak tanır.
- Katılımcılarda mutluluk, doyum ve ruhsal denge sağlar.
- Boş zaman sürecinde gerçekleşir.
- Farklı koşullar altında hem aktif (spor, doğa yürüyüşü vb.) hem de pasif (müzik dinleme, sinema izleme vb.) biçimlerde uygulanabilir.
- Her birey için hedefler ve beklentiler farklılık gösterebilir; bu nedenle kapsamı geniştir.

Sanayileşme, kentleşme ve teknolojik gelişmeler, iş yaşamında geçirilen sürenin azalmasına ve buna bağlı olarak serbest zamanın artmasına neden olmuştur. Bu durum, serbest zamanın planlı ve verimli şekilde değerlendirilmesi gerekliliğini ortaya çıkarmıştır. Günümüzde bireylerin serbest zamanlarını etkili bir biçimde kullanmaları, hem kişisel refahın hem de toplumsal gelişmenin önemli bir göstergesi hâline gelmiştir (Ardahan, 2017).

Rekreasyon kavramı, genellikle dört temel unsur üzerinden tanımlanmaktadır: zaman, seçenek, gönüllülük ve faaliyet. Rekreasyon etkinlikleri, bireyin bilinçli ve isteyerek katıldığı, keyif aldığı, doğal davranışlar sergilediği ve hem ruhu hem bedeni yenileyen etkinliklerdir (Karaküçük, 2017). Bu etkinliklerde birey herhangi bir dış zorlamaya maruz kalmadan, kendi isteğiyle yer alır ve sonucunda elde ettiği içsel ödül, duyduğu tatmin duygusudur.

Serbest zamanlarda gerçekleştirilen rekreasyonel etkinlikler, planlı programlar çerçevesinde bireyin zihinsel ve fiziksel yenilenmesine yardımcı olur (Tekin, 2017). Fiziksel ve psikolojik açıdan bireye katkı sağlayan rekreasyon, toplumda sağlıklı, üretken ve mutlu bireylerin varlığını destekleyen temel unsurlardan biridir. Aynı zamanda iş verimliliğinin artmasına, stresin azalmasına ve sosyal ilişkilerin güçlenmesine önemli ölçüde katkı sağlamaktadır.

2.2.1. Rekreasyon Alanı

Rekreasyon alanları, bireylerin serbest zamanlarını değerlendirerek dinlenme, eğlenme, sosyalleşme ve fiziksel aktivitelerde bulunma ihtiyaçlarını karşılayan mekânlardır. Bu alanlar, kent yaşamının yoğunluğu içinde insanların bedensel ve ruhsal açıdan

yenilenmesine olanak tanıyan, toplumun refah düzeyini artıran önemli kamusal alanlardır. Halkın bu alanlardan en verimli şekilde yararlanabilmesi için şehirlerde belirli donatılara sahip mekânların planlanması gerekmektedir. Bu bağlamda, yeşil alanlar, parklar, eğlence ve piknik alanları, açık hava gösteri merkezleri ile spor tesisleri, çağdaş kentlerin vazgeçilmez unsurları arasında yer almaktadır (Uçar, 2021).

Bireylerin boş zamanlarını değerlendirme biçimleri, çeşitli faktörlerin etkisiyle farklılık göstermektedir. Bu faktörler arasında zaman, katılım biçimi, ekonomik imkânlar, mevsimsel koşullar, mekânsal özellikler, kültürel değerler ve sosyal çevre yer almaktadır. Ayrıca, bir ülkenin gelişmişlik düzeyi de rekreasyon alanlarının sayısını, çeşitliliğini ve erişilebilirliğini doğrudan etkilemektedir (Gök, 2020). Bu nedenle rekreasyon alanlarının planlanması yalnızca fiziksel düzenlemelerle sınırlı olmamalı; sosyo-ekonomik koşullar, demografik yapı ve yerel ihtiyaçlar da dikkate alınmalıdır.

Rekreasyon alanları ile spor tesislerinin planlanmasında “herkes için spor” anlayışı temel alınmalıdır. Bu yaklaşım, bireylerin yaş, cinsiyet, fiziksel yeterlilik ve sosyal statülerinden bağımsız olarak spor ve fiziksel aktivitelerden yararlanabilmelerini hedefler. Dolayısıyla şehirlerde, bireylerin serbest zamanlarını rahatça geçirebilecekleri, bedensel aktivitelerle birlikte huzur ve dinginlik bulabilecekleri alanların planlamalara dâhil edilmesi büyük önem taşımaktadır (Akgül, 2017).

Türkiye’de Kültür ve Turizm Bakanlığı tarafından yapılan sınıflandırmaya göre rekreasyon alanları beş ana grup altında toplanmaktadır (Rekreasyon Alanı, 2022):

- **Deniz ve Kum Rekreasyonu:** Sörf, dalgıçlık, kürek çekme, yüzme ve balık tutma gibi su sporlarını kapsamaktadır.
- **Dağcılık ve Kış Sporları:** Kaya tırmanışı, buz pateni, kayak ve snowboard gibi faaliyetleri içermektedir.
- **Doğa ve Yeşil Turizm:** Kamp, avcılık, rafting, doğa yürüyüşleri, botanik gezileri ve balıkçılık gibi doğa temelli etkinlikleri kapsamaktadır.
- **Sosyal İlişkiler:** Festivaller, tenis, golf, halı saha maçları, atıcılık, karting ve paraşüt gibi sosyalleşme ve eğlence amaçlı aktiviteleri içermektedir.
- **Kültür, Sanat ve El Sanatları:** Takı tasarımı, çiçekçilik, model yapımı, resim, heykel, dans, müzik, tiyatro, sinema, bilim kampları ve fuar gibi kültürel ve sanatsal etkinlikleri içermektedir.

Bucher (1984) ise rekreasyon alanlarını daha ayrıntılı bir yaklaşımla yedi kategori altında sınıflandırmıştır:

- **Spor ve Oyun Alanları:** Bireysel ve takım sporlarının gerçekleştirildiği tenis, basketbol, voleybol sahaları, dart, paintball ve eğitici oyun alanları.
- **Sanat ve El Sanatları Alanları:** Resim, heykel, fotoğrafçılık, telkâri, dokuma, hasır örme, bakır işleme gibi sanatsal üretim alanları.
- **Müzik Alanları:** Koro, halk müziği, caz müziği çalışmaları ve çeşitli enstrüman eğitimlerinin yapıldığı mekânlar.
- **Dans ve Halk Oyunları Alanları:** Modern dans, bale, folklor ve benzeri gösterilerin icra edildiği alanlar.
- **Sahne Etkinlikleri Alanları:** Tiyatro, konser, şov, festival ve stand-up gibi performansların gerçekleştirildiği sahne alanları.
- **Açık Hava Aktiviteleri Alanları:** Piknik, kamp, rafting ve doğa yürüyüşü gibi etkinliklere olanak tanıyan açık hava düzenlemeleri.
- **Çeşitli Etkinlik Alanları:** Hobi bahçeleri, zihinsel aktiviteler, forumlar, münazaralar ve benzeri sosyal paylaşım alanları.

Bu sınıflandırmalar, rekreasyon alanlarının yalnızca fiziksel faaliyetleri değil; aynı zamanda sanatsal, kültürel, sosyal ve zihinsel gelişimi de destekleyen çok yönlü mekânlar olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla, çağdaş kent planlamasında rekreasyon alanları, bireylerin yaşam kalitesini artıran, toplumsal bütünleşmeyi güçlendiren ve sürdürülebilir şehir yaşamının temel unsurlarından biri olarak ele alınmalıdır.

2.2.2. Rekreasyon Planlaması

Planlamanın, rekreasyon alanında uzman ve donanımlı kişiler tarafından gerçekleştirilmesi gerekmektedir. Rekreasyonel etkinliklerin genellikle iş sonrası serbest zaman diliminde yapıldığı göz önüne alındığında, insanların gönüllü olarak katılacakları aktiviteler dikkate alınarak bir planlama süreci başlatılmalıdır. Bireylerin kendi boş zamanlarını nasıl değerlendirecekleri, hangi tür rekreasyon etkinliklerine ilgi duydukları ve eğlence anlayışları doğrultusunda rekreasyon planları hazırlanır (Kılbaş, 2010).

Program tasarımında iki ana yönteme özel bir önem verilmiştir. Birinci yöntem, hazırlanacak planın şeklini belirlerken uzman bir kişiden (programcı) yardım alır. Uzman, sahip olduğu bilgi ve donanımla topluma yönelik rekreasyon planını sunar. İkinci yöntem, insan ve toplumsal ihtiyaçlara dayanır; burada uzman (programcı), bireylerin rekreasyonel gereksinimlerine yanıt verebilmek için destek sunan bir rol üstlenmektedir (Torkildsen, 1992). Her iki yöntem de dikkate alınır. Rekreasyonda planlama, yerel veya ulusal ölçekte ele alınır ve toplumun her kesimini hedef alarak ihtiyaçlara yanıt vermeye çalışır.

Rekreasyon planlanırken, ulaşılmak istenen hedefler ile bu hedeflere ulaşmak için kullanılabilecek farklı yollar belirlenir ve en uygun olanı seçilir. Bu süreç, bir vizyon oluşturarak dört aşamadan oluşur.

Rekreasyon alanlarına yönelik planlama, tesisler, açık alanlar, aktiviteler, kumsallar ve ormanlık alanlar gibi bölümleri içerir (Çatalkaya, 2017). Rekreasyon planlamasında yönetim, en etkili biçimde sağlanmalı ve olası sorunlar en az zararla atlatılmalıdır.

Trabzon'da kıyı kullanıcıları hakkında yapılan bir çalışmada, şehirde doldurulan kıyı alanlarının sahile erişimi zorlaştırdığı ve insanların sahilleri daha az etkin kullandığı görülmüştür. Bu sonuçla birlikte, insan ile su arasındaki bağın kopması durumu ortaya çıkmıştır. Deniz, Trabzonlular için yalnızca görsel bir unsur haline gelmiştir. Eğer kıyı alanları rekreasyon amaçlı kullanılmak isteniyorsa, öncelikle kıyı-kent ulaşımı sağlanmalı ve şehir halkının özellikleri ile talepleri uzmanlar tarafından değerlendirerek rekreasyon alanı planlaması yapılmalıdır (Işık & Demirel, 2014).

Bartın yaylalarının rekreasyonel yönü üzerine yapılan bir incelemede; bölgedeki turizm ve rekreasyon aktivitelerinin yerel halk için kalkınma açısından önemli olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, doğal kaynakların sürdürülebilirliğini sağlamak için akılcı çözümlerle rekreasyon planlaması yapılmasının gerekliliği vurgulanmıştır (Açıksöz & Topay, 2003).

Rekreasyon planlaması konusunda daha eski bir araştırma, kentsel yönetimlerin topluma yönelik sağlıklı ve gelişim destekleyici rekreasyon alanlarını ve tesislerini toplumun tatminine katkı sağlayıp sağlamayacağını sorduğu bir çalışmadır. Rekreasyon alanlarının çeşitleri ve konumu ile tesislerin geliştirilmesi konusunda ekonomik kaynakların etkin kullanımı büyük önem taşımaktadır. Kurumlar, toplumun arz ve talebine dayanarak rekreasyon hizmetlerinden en etkili şekilde yararlanmalı ve planlamaya dahil etmelidir (Davis, 1963). Bu çalışma, geçmişten günümüze rekreasyon planlamasında ekonominin önemli bir kriter olduğunu göstermektedir.

2.2.3. Rekreasyonun Faydaları ve Rekreasyon Tercihleri

Bir bireyin yaşam kalitesini yükseltmesi ve psikolojik dengeyi koruyabilmesi için belirli düzeyde dinlenmeye, eğlenmeye ve yenilenmeye ihtiyacı vardır. Bu bağlamda rekreasyon, bireyin fiziksel ve ruhsal yönden yenilenmesine katkı sağlayan önemli bir süreç olarak görülmektedir. Ancak rekreasyonun bu işlevini tam anlamıyla değerlendirebilmek için öncelikle “ihtiyaç” kavramının doğasına değinmek gerekir.

İhtiyaçlar, bireyin hem biyolojik hem de toplumsal yaşamından kaynaklanan gereklilikleri ifade eder. Tüm insanlar benzer temel ihtiyaçlara sahip olmakla birlikte, bu

ihtiyaçların öncelik dereceleri bireyden bireye değişir. Maslow'un (1943) geliştirdiği ihtiyaçlar hiyerarşisi, insan gereksinimlerini beş düzeyde ele alır:

- Bedensel ihtiyaçlar,
- Emniyet (güvenlik) ihtiyaçları,
- Toplumsal (ait olma) ihtiyaçlar,
- Saygı görme ihtiyacı,
- Kendini gerçekleştirme ihtiyacı.

Bu hiyerarşinin en üst basamağında yer alan kendini gerçekleştirme, bireyin potansiyelini tam olarak ortaya koyma ve yaşamdan anlamlı bir doyum elde etme isteğini temsil eder. Bu durum, rekreasyonun doğasıyla yakından ilişkilidir; zira serbest zaman etkinlikleri bireye yaratıcılığını kullanma, kendini ifade etme ve yaşam doyumunu artırma fırsatı sunar. Dolayısıyla rekreasyon, Maslow'un hiyerarşisinde en üst düzeyde yer alan kendini gerçekleştirme ihtiyacının bir ifadesi olarak değerlendirilebilir (Karaküçük ve Akgül, 2016: 74–77).

Dinlenme ve serbest zaman etkinlikleri, bireyin fiziksel ve zihinsel olarak yenilenmesinde önemli rol oynar. Toplumun geleceğini şekillendirecek gençlerin sağlıklı bireyler olarak yetişebilmesi için bu tür etkinliklere aktif biçimde katılması gereklidir (Turgut, 2012: 7). Serbest zaman aktiviteleri içerisinde en yaygın olanlar arasında spor ve egzersiz uygulamaları yer alır. Düzenli fiziksel aktivite, hem sağlık hem de yaşam kalitesi açısından büyük önem taşımaktadır. "Kullan ya da kaybet" anlayışı, egzersizin önemini vurgulayan yerinde bir ifadedir; çünkü fiziksel hareketin azalması, bireyin bedensel kapasitesini ve yaşam enerjisini olumsuz etkiler (Turgut, 2012: 8).

Rekreasyonun faydaları yalnızca bireysel değil, aynı zamanda toplumsal düzeyde de kendini gösterir. Birey ve toplum açısından rekreasyonun başlıca yararları şu şekilde özetlenebilir:

- Sağlıklı beden gelişimine katkı sağlar,
- Ruhsal sağlığın korunmasına yardımcı olur,
- Sosyalleşmeyi teşvik eder,
- Bireysel beceri ve yeteneklerin gelişimini destekler,
- Mutluluk ve doyum duygusunu artırır,
- Yaratıcı düşünmeyi geliştirir,
- Toplumsal dayanışmayı güçlendirir ve bireyleri bütünleştirir,
- Demokratik ve katılımcı bireylerin yetişmesine katkı sağlar (Turgut, 2012: 9–10).

Rekreasyonun kişisel ve toplumsal öneminin anlaşılmasıyla birlikte bu alana yönelik ilgi giderek artmış, rekreasyon faaliyetleri turizm ve spor sektörleriyle birlikte ekonomik bir boyut da kazanmıştır. Serbest zaman etkinliklerine katılımın artmasında veya azalmasında bazı sosyal, ekonomik ve kültürel etkenler belirleyici olmaktadır. Bu etkenler arasında serbest zamanın ve gelir düzeyinin artması, kentleşme, nüfus hareketliliği, bilimsel ve teknolojik gelişmeler, iletişim araçlarının yaygınlaşması, eğitim düzeyinin yükselmesi ve toplumsal değerlerdeki değişim gibi unsurlar sayılabilir (Karaküçük ve Akgül, 2016: 92–93).

Rekreasyon tercihleri ise bireylerin bu faktörlere ve kendi yaşam koşullarına bağlı olarak şekillenmektedir. Yaş, cinsiyet, gelir düzeyi, eğitim, yaşanılan çevre, sağlık durumu ve kişisel ilgi alanları, bireylerin hangi tür rekreasyon etkinliklerine yöneldiklerini belirleyen temel unsurlardır. Örneğin genç bireyler daha çok sportif ve sosyal etkinlikleri tercih ederken, yetişkinler dinlendirici, kültürel veya doğa temelli etkinliklere yönelebilmektedir. Bu durum, rekreasyon tercihlerinin yalnızca bireysel eğilimlerden değil, aynı zamanda toplumsal yapı ve yaşam tarzından da etkilendiğini göstermektedir.

Sonuç olarak, rekreasyon bireylerin bedensel, ruhsal ve sosyal gelişiminde vazgeçilmez bir unsurdur. Bireylerin bu etkinlikleri hangi biçimde ve ne ölçüde tercih ettiği ise toplumsal koşullar, ekonomik olanaklar ve kişisel motivasyonlar çerçevesinde değişkenlik göstermektedir.

2.3. Rekreasyonun Kısıtlayıcıları

1980'li yıllarda, araştırmacılar için rekreasyon aktivite katkıları ve bu aktivitelere katılmayı engelleyen unsurlar popüler bir araştırma konusu olmaya başlamıştır. Önceden yapılan çalışmalar, rekreasyon deneyimlerinin ve kişilerin motivasyonlarının üzerine yoğunlaşarak bu etkinliklerin sağladığı avantajları ortaya koymuştur. Bu çalışmalar, bireylerin rekreasyon etkinliklerine neden değer verdiği ve bu etkinliklerden hangi yararları sağlamak istediklerine odaklanmıştır. Daha sonra ise, insanların neden bu etkinliklere katılmadığını ve katılımlarını engelleyen unsurların neler olduğunu anlamaya yönelik bir araştırma süreci başlamıştır. Bu alandaki ilk çalışmalar, rekreasyon engellerini bir aktiviteye katılmak için bir engel olarak değerlendirmiştir. Başlangıçta, çalışanlar mali zorluklar gibi pratik sorulara yanıt ararken, erişim engelleri gibi daha derin nedenlerin araştırılmasına pek odaklanmamışlardır. İlk araştırmalar, katılımı engelleyen faktörleri inceleyerek katılımın eksikliğinin nedenlerini ele almayı hedeflemiştir (Hester, 2023: 23-24).

İnsanlar, rekreasyon etkinliklerinin sosyal, psikolojik ve fiziksel yararları olduğu için bu tür etkinliklere katılırlar (Freudenberg ve Arlinghaus, 2009: 56). Fakat, bu olumlu

katkılara rağmen kişilerin bazı nedenlerden dolayı bu önemli etkinliklere katılmadıkları veya kısıtlayıcı unsurlar yüzünden katılım gösteremedikleri gözlemlenmiştir (Ekinci vd. , 2014: 2-3). Rekreasyon etkinliklerine katılabilmek için bazı engellerin aşılması gerekebilir. Bu durumda, bireyler açısından çaba ve sabır gerekebilir ve bu süreçte farklı zamanlarda psikolojik veya fiziksel zorluklar yaşanabilir. Kişilerin rekreasyon etkinliklerine erişimde karşılaştıkları zorluklar içine ya içsel ya da dışsal nedenler girmekte ve bu durum, rekreasyon faaliyetlerine katılmayı engelleyen engeller olarak adlandırılmaktadır (Beşikçi, 2020: 47). Engeller, bireylerin rekreasyon faaliyetlerine katılımını sınırlayan ve rekreasyon hizmetlerinden yararlanmalarını etkileyen unsurlardır (Jackson ve Scott, 1999: 301). Diğer bir tanıma göre engeller, bir davranışın gerçekleşmesini önleyen nedenlerden ya da nedenlerin birleşiminden kaynaklanan somut veya soyut unsurlardır. Rekreasyon etkinliklerine katılım koşullarında azalma, kaynakların azalması veya yokluğu ve motivasyonu azaltan durumların ortaya çıkması, bir kişinin bu faaliyetlere katılmasını engelleyebilir. Özellikle mevsimsel engeller, ekonomik kaynaklar, cinsiyet, sosyal kısıtlamalar, fiziksel kaynaklar ve moda gibi unsurlar, rekreasyon etkinliklerine katılmayı engellemektedir (Akyol ve Akkaşoğlu, 2020: 2075).

Engellerle ilgili araştırmalar geliştikçe, bunları anlamak için yeni modeller de ortaya çıkmıştır. İlk modeller, boş zaman etkinliklerine katılımı engelleyen unsurların dinamiklerini incelememiştir. Bu alandaki en eski modellerden biri, Jackson ve Searle (1985) tarafından geliştirilmiştir ve bu model, boş zaman kısıtlayıcılarının etkilerinin eş zamanlı değil, ardışık bir şekilde deneyimlendiğini iddia etmiştir (Hester, 2023: 24). En yaygın engel sınıflandırması, boş zaman etkinliklerinin yerine getirilmesini kısıtlayan etkenlere bakmak üzere Crawford ve Godbey (1987) tarafından geliştirilmiştir. Bu teori, sırasıyla bireysel, bireyler arası ve yapısal kısıtlamaların üç temel yapısını ortaya koyar. Temel olarak, bu engeller ile boş zaman etkinliklerine olan tercihler ve katılımlar arasındaki ilişkiyi tanımlamak ve açıklamakla ilgilidir. Teori, 1991 yılında Crawford, Jackson ve Godbey tarafından üç kısıtlama faktörünün hiyerarşik olarak birbirine bağlanarak genişletilmesiyle daha da geliştirilmiştir; bu faktörlerin en yakın (bireysel) ile en uzak (yapısal) arasında sıralandığı öne sürülmüştür (Chung, Liu ve Chen, 2013: 348-349). Boş zaman kısıtlamaları hiyerarşik modeli, kısıtlayıcıların bireylerin rekreasyon tercihlerine ve katılımlarına etkisini gösteren genel bir sıralama sunmaktadır (Hester, 2023: 26). Bu model ışığında, Alexandris ve Carroll, engellerin yedi faktöre gruplandığı bir yapı ölçeği geliştirdiler. Rekreasyona katılımda bireylerin karşılaştığı kısıtlayıcılar arasında kişisel/psikolojik engeller, bilgi eksiklikleri, ilgi

eksiklikleri, partner eksiklikleri, tesisler/hizmetler, mali/erişilebilirlik ve zaman kısıtlayıcıları bulunmaktadır. edilmiştir (Chung et al., 2013: 349-350).

Bireylerin rekreasyonel aktivitelere katılımlarını kısıtlayan özellikleri belirlemek için yapılan model geliştirme çalışmalarının bulgularına göre, katılımı engelleyen ve sınırlayan faktörler bireysel, kişiler arası ve yapısal olmak üzere üç ana kategoride ele alınabileceği göstermiştir (Bosna et al. , 2018: 202). Ancak bu kısıtlayıcılar üç ana kategoriye ayrılsa da, literatür incelendiğinde bireysel, kişiler arası ve yapısal kısıtlayıcılar farklı şekillerde tasnif edilmiştir. Crawford ve Godbey (1987:122), bireysel kısıtlayıcıları inanç, tutumlar, geçmiş deneyimler ve insan ihtiyaçları olarak sıralamaktadır. Kişiler arası kısıtlayıcılar ise sosyal çevre, aile ve arkadaşlar üzerinde yoğunlaşır. Yapısal kısıtlayıcılar arasında ise para, tesis, sosyo-ekonomik düzey, etnik yapı ve cinsiyet bulunmaktadır. Kalkay (2019: 33) çalışmasında bireysel kısıtlayıcıları kültürel, eğitimsel, sosyal, ekonomik ve demografik faktörler olarak belirtmiştir. İkincil kısıtlayıcılar arasında ise para, zaman, partner veya arkadaş bulmanın zorlukları vardır. Yapısal kısıtlayıcıları ise tesis eksikliği ve ulaşım zorluğu veya erişilebilirlik şeklinde tanımlamıştır. Çiftçioğlu (2022: 84) kendi incelemesinde bireysel kısıtlayıcıları kültürel, eğitimsel, sosyal, ekonomik ve demografik faktörlerle, kişiler arası kısıtlayıcıları ise aile, çevre, zaman ile, yapısal kısıtlayıcıları ise tesis yetersizliği ve ulaşım eksikliği olarak göstermiştir.

2.3.1. Bireysel Kısıtlayıcılar

Crawford, Jackson ve Godbey (1991) boş zaman kısıtlamalarına dayanan hiyerarşik bir model oluşturarak, rekreasyonel katılıma etki eden kısıtlamaları incelemektedir (Bustam, Thapa ve Buta, 2011: 55). Bireysel kısıtlayıcılar, bireylerin tercihlerine ve katılım seviyelerine etki etmekten ziyade, rekreasyonel tercihleriyle etkileşimde bulunan psikolojik durumlar ve eğilimler olarak tanımlanır. Bu durumlar, bireyin kişisel özellikleri arasındaki ilişkiler olarak ele alınır. Bireysel kısıtlayıcılara örnek olarak "stres, depresyon, kaygı, dindarlık, ilgili ve ilgisiz referans gruplarına yönelik tutumlar, belirli boş zaman etkinliklerine dair önceki sosyalleşme, algılanan öz yeterlilik, boş zaman etkinliklerinin uygunluğu ve bunların mevcut olup olmadığına dair çeşitli öznel değerlendirmeler" sayılmaktadır (Crawford ve Godbey, 1987: 122).

Bireysel kısıtlamalar, insanların rekreasyonel faaliyetlere katılma arzu ve motivasyonlarını etkileyerek, hangi etkinlikleri seçeceklerini ve katılacaklarını sınırlamaktadır. Sonuç olarak, bireysel kısıtlamalar, rekreasyon etkinliklerine katılımı engelleyen en büyük faktörler arasında yer almaktadır. Kendine yeterli hissetmeyen ve

aktivitelere katılmaktan kaçınan bir birey, kendini gerçekleştirme fırsatından yoksun kalmaktadır (Beşikçi, 2020: 49). Bu araştırmada, bireysel kısıtlamalar sosyo-demografik ve kültürel kısıtlamalar şeklinde açıklanmıştır.

Rekreasyon etkinliklerine katılım, toplumlardan bireylere değişkenlik gösterir. Bunun sebeplerinden biri, her toplumun ve bireyin sosyo-demografik özelliklerinin farklılık göstermesidir (Kaya, 2007: 24). Cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim seviyesi ve aylık gelir gibi demografik özellikler, bireylerin rekreasyon etkinliklerine katılımını etkileyen önemli unsurlardır. Ayrıca, bireylerin yaşadıkları yer, çalışma süreleri ve rekreasyon etkinliklerine katılma sıklıkları gibi demografik yapılarla bağlantılı diğer faktörler de önemli bir rol oynamaktadır (Sarıbaş, 2015: 50). Sosyo-demografik etkenler, bireylerin rekreasyon tercihlerini farklı seviyelerde etkileyebilir (Aytaç, 2017: 84). Bu unsurlar aşağıda sunulmaktadır.

2.3.1.1. Gelir

Yüksek gelir seviyesine sahip topluluklarda, rekreasyon etkinliklerine katılan kişi sayısı daha fazladır. Rekreasyon etkinlikleri, çeşitlilik ve yaygınlık açısından gelişmiş ve yüksek gelirli toplumlarda daha belirgindir (Sandıkçı, 2019: 12). Bireylerin gelir düzeyleri, rekreasyona katılmaları açısından önemli bir engel teşkil etmektedir. Hayatlarını sürdürebilmek için yaptıkları işler, kazandıkları para ve bir arabaya sahip olmalarının rekreasyon etkinliklerine katılımlarında önemli bir etkisi olduğu düşünülmektedir. Eğitimli ve yüksek gelirli bireyler etkinliklere aktif bir şekilde katılırken, düşük gelirli ve eğitim seviyesi ortalamanın altında olan kişiler pasif bir katılım sergilemektedir (Yaylı, 2024: 47). Gelir seviyelerinde artış, rekreasyon etkinliklerini de artırmakta ve dönüştürmektedir. Düşük gelirli bireyler, maddi güçlük gerektirmeyen etkinlikleri tercih ederken, yüksek gelir grubundaki bireyler harcama yapmayı gerektiren etkinliklere yönelmektedir (Kaya, 2007: 27). Argyle (1996), pek çok çalışmanın rekreasyon amaçlı etkinliklere katılımda para eksikliğini bir kısıtlama olarak gösterdiğini belirtirken, Coalter'ın (1993) bunun spor katılımı üzerinde çok az etkisinin olduğunu tespit ettiğini gözlemlemiştir. Aslında Kay ve Jackson (1991), paranın veya harcanabilir gelirin, sosyal içki ve yemek tüketimi gibi büyük harcama gerektiren etkinliklerde engel olduğunu kabul ederken, nispeten daha ucuz olan spor üzerinde etkisinin az olduğunu ifade etmişlerdir (Hall ve Page, 2014: 52). Literatürde daha yüksek gelir gruplarının rekreasyona katılımda daha az kısıtlama hissettiği vurgulanmaktadır (Jackson ve Blakely, 1983: 14).

2.3.1.2. Yaş

Yaş, rekreasyon etkinliklerine katılım üzerinde etkili bir faktördür. İnsanlar, genellikle kendi yaşıtlarıyla veya kendi yaş gruplarına uygun olan etkinliklere katılmayı tercih etmektedirler. Bireylerin yaş grubuna göre katılım sıklığı ve türleri değişiklik göstermektedir. Çocuklar, parka gitmeyi ve arkadaşlarıyla oyun oynamayı tercih ederken, genç bireyler fiziksel aktivite gerektiren rekreasyon etkinliklerine katılmak istemektedirler (Sandıkçı, 2019: 10). Evlilik ya da ebeveynlik söz konusu olduğunda, bireyler arkadaşlarıyla vakit geçirmekten çok aile gezilerine zaman ayırmayı tercih etmektedir (Ardahan ve Kaplan-Kalkan, 2017: 78). Yaşlı bireyler ise, yaşlanmaya bağlı olarak daha az fiziksel hareket ettiklerinden, rekreasyon etkinliklerine pasif bir katılım göstermektedir (Çetinkaya, Yıldız ve Özçelik, 2016: 107). Literatürdeki incelemeler, özellikle genç bireylerin rekreasyon etkinliklerine katılımda finansal eksiklik, bilgi yetersizliği, tesis eksikliği, ulaşım sorunları ve partner bulunamaması gibi farklı kısıtlamalarla karşılaştıklarını göstermektedir (Jackson, 2005: 132; Tros, Owen, Bauman, Sallis ve Brown, 2002: 1998). Açık alanda yapılan rekreasyona katılmada yaşın etkisi üzerine dikkat çeken bazı noktalar da bulunmaktadır.

Farklı değişkenler arasında, diğerlerinden farklı bir durumu yansıtır. Yüksek gelir düzeyi, etkinliklere daha fazla katılım sağlama eğilimi oluşturabilir. Ancak yaş, rekreasyonel faaliyetlere iki farklı etki yaratabilir. Kolay etkinlikler, yaşın artmasıyla birlikte daha yavaş bir düşüş gösterir. Balıkçılık, orta düzeyde çaba gerektirdiği için bu durumu yansıtır. Artan yaş, belirli aktivitelerde katılımın hızlı bir şekilde azalabileceğini de gösterebilir. Sonuç olarak, yaş, fiziksel yetenek üzerinde bir tesir yaratır. Avcılıkla birlikte genellikle, genç katılımcı sayısı azalmaktadır ve katılımcı sayısı yaşın artmasıyla düşmektedir. Yürüyüş de yaşla benzer sonuçlar göstermektedir. Piknik yapmak ve doğa manzarası izlemek gibi açık alan etkinlikleri, yaşa duyarsızdır. Bu etkinlikler, yüksek fiziksel yetenek gerektirmediği için her yaştan kişinin ilgisini çeker (Caves, 1982: 50).

2.3.1.3. Cinsiyet

Kadın ve erkeklerin rekreasyon etkinliklerine katılım şekilleri benzerlikler ve farklılıklar içerebilir (Kaya, 2007: 26). Cinsiyetin ve rekreasyonel kısıtlamaların araştırmalarında farklı sonuçlar elde edilmiştir. Drakou ve diğerleri (2008), Casper ve Harrolle (2013) gibi araştırmacılar, cinsiyet bazında herhangi bir rekreasyonel kısıtlama farkı bulamamıştır. Jackson ve Henderson (1995), Raymore ve diğerleri (1994) çalışmaları, kadınların ve erkeklerin genelde benzer kısıtlamalarla karşılaştığını ancak bunların kadınlar için daha yoğun olduğunu göstermektedir; bu da kadınların rekreasyon açısından daha fazla

engelle karşılaştığı düşüncesini destekler. Ayrıca, Tergerson ve King (2002), Bülent ve diğerleri (2010) araştırmaları, kadınların erkeklerden daha fazla kısıtlamaları deneyimlediğini ortaya koymuştur. Harrington ve Dawson (1995), kadınların ev işleri, çocuk bakımı ve diğer aile yükümlülüklerinden dolayı kendi ihtiyaçlarını ailelerinin gereksinimlerinden önce karşılamak zorunda kaldıklarını, bu nedenle de bireylerarası kısıtlamalarla karşılaştıklarını belirtmiştir (Weilbach, 2018: 139-140).

Bir araştırma, kadınların erkeklere göre daha az çeşitlilikte rekreasyon etkinliklerine katıldıklarını ve genellikle kültürel ve aile odaklı etkinliklere katılım gösterdiklerini gözler önüne sermektedir. Ayrıca, bu çalışma, avcılık ve balıkçılık gibi geleneksel olarak erkekler tarafından daha fazla tercih edilen etkinliklere kadınların daha az katıldığını göstermektedir (Ardahan ve Kaplan-Kalkan, 2017: 80). Çalışan kadınlar, iş saatleri dışında birçok sorumluluk taşıdıkları için, erkeklerden daha az rekreasyon etkinliğine katılma eğilimindedirler (Ustalar, Şentürk ve Gümüşgül, 2021: 452). Araştırmalar, kadınların zaman yönetimi, seyahat etme, maddi imkanlar ve ulaşım konularında daha fazla kısıtlamayla karşılaştığını ortaya koymaktadır. Ayrıca, kadınların erkeklerden daha fazla stres ve yorgunluk hissettikleri gözlemlenmektedir. Özellikle yalnız yaşayan annelerin; evli, çocuk sahibi ve çalışan annelerin rekreasyon etkinliklerine katılımı kısıtlıdır (Karaküçük, Göral ve Akgül, 2017: 261).

Cinsiyet faktörünün dışında sosyal etmenler de rekreasyon etkinliklerine katılımı etkileyebilmektedir. Örneğin, toplumsal baskılar, bireylerin rekreasyon etkinliklerine katılımını kısıtlayıcı bir etken olabilir (Ustalar ve diğerleri, 2021: 452). Cinsiyet değişkeni, katılım tercihleri üzerinde etkili olmasına rağmen, toplumsal baskı ve sosyal faktörlerin azalmasıyla her iki cinsin de giderek aynı etkinliklere katıldığı görülmektedir (Kaya, 2007: 27).

2.3.1.4. Medeni Durum

Bireylerin medeni durumları ile rekreasyon etkinliklerine katılımı arasında önemli bir bağlantı bulunmaktadır. Bir araştırma, medeni durumun rekreasyon etkinliklerine katılım düzeylerini etkilediğini ortaya koymuştur. Bekâr katılımcıların sosyalleşme, eğlence, fiziksel gelişim, rekabet ve yetenek geliştirme gibi alanlarda evli katılımcılardan daha yüksek puan aldığı belirlenmiştir. Farklı bir inceleme, evlilerin evlilikle ilgili sorumlulukları dolayısıyla yeterli zaman bulamadığını göstermiştir (Sandıkçı, 2019: 13-14). Robinson ve Godbey (1997), evli bireylerin bekârlara kıyasla daha az boş zamana sahip olduklarını belirtmiştir. Bryant (1990) ise, evli ve bekârların zaman kullanımında belirgin farklılıklar bulunduğunu ifade etmiştir. Aile içinde zaman kullanımı üzerine yapılan bir çalışmada, Solberg ve Wong

(1991), evli çiftlerden birinin durumunun kadının boş zamanını etkilediğini ve eşinin gelirindeki artışla kadının boş zamanının da arttığını gözlemlemiştir. Thrane (2000) evli olmanın boş zaman ile olumsuz bir ilişki içinde olduğunu belirtmiştir. Bekâr hanelerdeki bireylerin boş zaman aktiviteleri, evli olan hanelere göre farklılık gösterdiğinden, iki hane yapı türü arasındaki boş zaman etkinliklerinin farklı olması beklenir (Lee ve Bhargava, 2004: 256-257).

2.3.1.5. Eğitim

Eğitim, sosyal statü kazanımında büyük bir rol oynamaktadır. Eğitim aracılığıyla kazanılan statü, bireyin topluma entegre olmasına ve sosyal hayatını geliştirmesine katkıda bulunmaktadır. Bu da bireylerin rekreasyon etkinliklerine olan ilgisini artırır. Eğitim seviyesi yükseldikçe, rekreasyon faaliyetlerine katılımda bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir (Karaküçük, 2005: 114). Bir kişinin eğitim düzeyi, o kişinin rekreasyon katılımını etkileyen bir faktördür. Genel olarak, eğitim ve rekreasyon katılımı arasındaki ilişki, bireyin eğitim seviyesi arttıkça açık alanlara olan katılım olasılığının da arttığını göstermektedir (Caves, 1982: 52-53). Eğitimli bireyler, daha fazla ve çeşitli rekreasyon etkinliklerine katılma eğilimindedirler. Yüksek eğitim seviyesi, bireylerin ekonomik durumunu iyileştirir. Bu sayede, insanlar rekreasyon etkinliklerine daha aktif bir şekilde katılır (Karaküçük, 2005: 114). New York Eyalet Parklar ve Rekreasyon Ofisi, eğitim arttıkça insanların çevre bilincinin de yükseldiğini ileri sürmektedir. Açık hava, bu bilinci sergilemek için mükemmel bir ortamdır (Caves, 1982: 52-53). Eğitim seviyesi düşük kişiler, sinema, opera, bale ve tiyatro gibi etkinliklere daha az katılırken, eğitimli olanlar bu tür etkinliklere daha fazla katılım göstermektedir. Araştırmalar, eğitim seviyesi yükseldikçe, insanların yeni hobiler edinme, yeni teknolojileri keşfetme ve farklı yerler görme arzusunun arttığını göstermiştir (Aytaç, 2017: 86).

2.3.1.6. Irk/Etnik Köken

Etnik ve ırksal azınlık gruplar, çoğunluk olanlara kıyasla rekreasyon etkinliklerine katılımda daha fazla kısıtlamalar yaşamaktadır. Öncelikle, azınlıkların sosyal ve ekonomik durumu, onları engelleyici faktörlerle karşı karşıya bırakmaktadır. Siyah bireylerin, beyaz bireylere göre aynı gelir seviyesine ulaşmakta zorlandıkları gözlemlenmektedir (Shores, Scott ve Floyd, 2007: 231). Çeşitli etnik ve ırksal grupların daha düşük sosyoekonomik seviyeleri, onların daha uzun çalışma saatlerine ve fiziksel olarak daha zorlayıcı işlerde çalışmasına sebep olmakta, bu durum da boş zaman konusunda daha az esneklik yaşamalarına yol açmaktadır (Stodolska, Shinew ve Camarillo 2020: 2-3). Bazı araştırmalar, siyahların

rekreasyon alanlarına gitme olasılıklarının beyazlardan düşük olduğunu ve siyahların genellikle diğer gruplardan daha az katılım gösterdiğini ortaya koymaktadır. Kentsel parklarda beyazlar tarafından siyahlara yönelik saldırı olayları yaşanmaktadır. Bu tür olaylar, siyahların bu alanları ziyaret etmelerini engelleyerek rekreasyon etkinliklerine katılımlarını azaltmaktadır (Johnson, Bowker ve Cordell, 2001: 114). Erişim eksiklikleri, etnik ve ırksal grupların rekreasyon alanlarına katılımını kısıtlamaktadır.

İnsanlar, beyaz bireylere oranla, kentsel yeşil alanlara daha az ulaşabilen bölgelerde yaşamaktadır. Bu kişiler genellikle eğlence ve spor imkanlarından mahrum kalır. Ayrıca, çoğu zaman siyah insanların araçları ya da ehliyetleri olmadığı, bunun yanı sıra benzin alamadıkları için park yerlerine erişimleri sınırlıdır (Stodolska ve diğ., 2020: 2).

2.3.1.7. Dini İnanç

Din ve rekreasyon, topluma stres azaltma, kaygıyı gidermeye ve yaşam kalitesini artırmaya yardımcı olan benzer işlevler sunar. Dini inançlar ayrıca sosyal rekreasyon etkinliklerini de sağlar. Din, doğrudan boş zaman etkinliği olmasa da birçok dini ritüel, sosyal anlamda işlevsellik taşır ve rekreasyon aktiviteleri içerir. İnsanlar, dini ritüeller sırasında yemek yemek, kutlama yapmak ve dans etmek gibi etkinliklerde bir araya gelerek bağ kurar ve sosyalleşir. Din aracılığıyla insanlar çeşitli rekreasyon aktivitelerinin tadını çıkarabilirler (Choe, Dong ve Chick, 2013: 26).

Müslümanların katıldığı rekreasyon etkinlikleri, etkinliklerin türleri ve bazı ülkelerde cinsiyete bağlı olarak farklılık göstermektedir. Müslüman kadınlar, birçok kısıtlamayla karşılaşmaktadır. Müslüman olmayanların iffet ve giyimle ilgili kurallarına aykırı olan etkinlikler, kabul edilebilir spor ve fiziksel aktivite olsalar bile Müslüman kadınlar için sorun oluşturabilir (Che Abu Shafie, 2012: 416). Ayrıca, Müslümanların ABD'de yaşadığı ayrımcılık, hoş olmayan bakışlar gibi durumlar, rekreasyon aktivitelerine katılma isteklerini azaltmıştır (Livengood ve Stodolska, 2004: 192).

2.3.1.8. Sosyal Sınıf

Yaşam tarzları, gelir düzeyleri, kültürel değerler, eğitim seviyeleri, meslekler ya da sosyal statü gibi benzer özelliklere sahip bireyler ile grupları tanımlamak için sosyal sınıf terimi kullanılır (Işık, 2022: 8). Rekreasyon, bireylerin boş zamanlarında gerçekleştirdikleri etkinliklerdir (Meriç, 2021: 79). Rekreasyon, sosyal sınıf açısından bir sembol olarak görülmektedir (Kan-Sönmez, 2022: 163). Sosyal sınıfın ve boş zaman kavramlarının önemi sanayileşme ile artmıştır. Bireylerin sahip olduğu sınıfsal yapı ile katıldıkları boş zaman etkinlikleri arasında bir bağlantı vardır. Bu etkinliklerin oluşumunda ve biçimlenmesinde

sosyo-kültürel sınıflar önemli bir rol oynamaktadır. Araştırmalar, aynı sosyal sınıftan gelen bireylerin benzer rekreasyon aktivitelerine katıldığını göstermiştir (Meriç, 2021: 79). Weber, insanların sosyal sınıflarına göre katıldıkları boş zaman aktivitelerinin çeşitliliğinden bahsetmiştir (Meriç, 2021: 85).

2.3.1.9. Kültürel Kısıtlayıcı

Edebiyat, müzik, sahne sanatları ve plastik sanatlar gibi milli değer taşıyan kültürel etkinlikler, bireylerin ihtiyaçlarını karşılayarak rekreasyon aktivitelerine olan ilgi artırmaktadır. Bir toplumun folklorü ve kültürel çeşitliliği ne kadar fazla ise, rekreasyon olanakları da o kadar zengin olacaktır. Zengin bir tarihi geçmişe sahip olan Türkiye'de katılabilecek birçok çeşit rekreasyon aktivitesi vardır. Tiyatro, atıcılık, okçuluk, avcılık, aba güreşi, şalvar gibi pek çok etkinlik örnek verilebilir. Bu etkinliklerde, katılımcıların kendi toplumlarının milli değerlerini görmesi mümkündür (Karaküçük, 2005: 113-114).

Farklı kültürlere ait ülkelerin rekreasyon tercihleri çeşitli şekillerde değişiklik göstermektedir. Amerikan, İngiliz ve Türk toplumlarında televizyon izleme oranları, diğer rekreasyon aktivitelerine göre daha yüksektir. Avusturya ve Almanya'da spor ve açık hava rekreasyonlarına katılım daha fazladır. Çin'de ise kültürel rekreasyon etkinlikleri ve geleneksel sporların tercih edildiği gözlemlenmektedir (Baştuğ, Zorba, Duyan ve Çakır, 2017: 3900).

2.3.1.10. Bilgi Yetersizliği

Bilgi yetersizliği, bir kişinin bir etkinliğin avantajları, kazanımları ve etkinliğe kiminle, nasıl ve nerede katılabileceği konusunda hiçbir bilgiye sahip olmamasıdır. Daha önce hiç yaşamadığı etkinliklerin varlığından haberdar olamayan bir kişi, bu eksikliği hissetmez. Bir kişinin rekreasyonel etkinliklere katılma alışkanlığı, o etkinliği tanıması, tecrübe etmesi ve tekrar katılma isteği duymasıyla başlar. Eğer rekreasyon etkinlikleri hakkında bilgilendirme yapılmazsa ve teşvik edici politikalar yoksa, bireyler tesadüfen bilgi edinmekte zorlanır. Rekreasyonel bilgilere ulaşamayan bir kişi, rekreasyonel kısıtlamalar ile karşılaşır ve etkinliklere katılamaz (Öz, 2023: 6).

2.3.2. İlişkisel Kısıtlayıcılar

İlişkisel kısıtlamalar, bireylerin sosyal destek ağları olan eş, arkadaş veya aile üyelerini bulamamasını ifade eder (Özşen, 2021: 86). Bireyler arasındaki etkileşim veya onların özellikleri, bu kısıtlamaların meydana gelmesine neden olur. İlişkisel kısıtlamalar, genellikle bireyler arası ilişkiler için geçerlidir. Belirli bir etkinliğe katılacak uygun bir partner

yoksa, bu durum bireylerin sosyal boş zaman sorunları yaşamalarına yol açabilir (Crawford, Jackson ve Godbey, 1991: 312). Sosyal etkileşim ve deneyim kazanma amacıyla kültürel etkinliklere katılmak isteyen bireyler, bu tür ilişkisel kısıtlamalarla daha fazla karşılaşmaktadır. Bu kısıtlamalar, bireylerin katılımı ve tercihleri üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (Beşikçi, 2020: 49-50).

2.3.2.1. Zaman

Boş zaman kısıtlaması dendiğinde, akla gelen ilk şey serbest zamanda yapılan etkinliklerdir. Bireyin kendi iradesiyle değerlendirdiği zaman dilimi, zorunlu görevlerini yerine getirdiği ve iş için harcadığı zaman diliminden farklı olmalıdır. Çeşitli araştırmalar, kişilerin nitelikli bir hayat için boş zamanlarında aktivitelere katılmaları gerektiğini göstermektedir. Ancak, bireylerin yoğun iş hayatı, günlük programları ve ailevi sorumlulukları, özellikle fiziksel aktivitelere katılımlarını sınırlandırmaktadır (Günel, 2022: 36-37).

Yetersiz zaman, eğlence, spor ve gezme gibi dinlendirici etkinliklere katılım üzerinde kısıtlayıcı bir etki yaratmaktadır. Bunun ardında yatan başlıca nedenler arasında teknolojinin gelişmesi, şehir yaşamındaki hıza ve artan yoğunluğa bağlı faktörler bulunmaktadır. Tüm bunlar, zamanın kendisinin rekreasyon etkinliklerine katılımda bir engel oluşturmasını sağlamakta (Kalkay, 2019: 40).

2.3.2.2. Aile

Rekreasyon etkinliklerine katılımda önemli bir etmen aile yapısıdır. Bir bireyin boş zamanını değerlendirmeyi öğrendiği ve bunu ilk paylaştığı yer ailedir. Kişinin boş zamanını nasıl geçireceği konusundaki düşünceleri ve eylemleri, aile içindeki etkileşimler sonucunda kazandığı değerler ve normlarla şekillenir. Ailedeki çocuk sayısı ve yaşları da rekreasyon aktivitelerine katılım açısından kritik rol oynamaktadır. Özellikle çocuk sahibi ebeveynler, rollere dayalı etkinliklere eğilim gösterebilir. Ebeveynler, çocuklarının yaşlarına göre rekreasyon tercihlerini belirlemektedir. "Aile yaşam döngüsü" dönemi, bireyin zaman geçirme yöntemini büyük oranda etkileyebilir. Sonuç olarak, aile üyelerinin birlikte, ya da bir bireyin yalnız başına geçirebileceği boş zaman süreleri ve tercih ettikleri aktiviteler değişiklik gösterebilir. Evli veya çocuk sahibi olmak, ev ile ilgili rekreasyon etkinliklerini tercih etmek manasına gelebilir (Öksüz, 2012: 22-23). Tek ebeveynli aileler, genellikle doğal alanlarda zaman harcamak için fırsat bulmada zorluk yaşayabilir. Ayrıca, yalnız bir yetişkinin hane gelirlerinin düşük olması, açık hava etkinliklerine katılımı kısıtlamaktadır. Bekar ebeveynlerin çoğunun kadın olması ve birçok babanın çocuklarından uzak durması, erkeklerin spor ve açık

alan aktivitelerine katılımını etkileyebilir (Nickerson ve Black, 2000: 35). Ailede birden fazla bireyin bulunması, harcamaları artırır ve bu durum da rekreasyon etkinliklerine katılımı sınırlayabilir. Toplumun değer yargıları, bireylerin dinlendirici etkinliklere katılımlarını etkiler. Aile, bu değerleri bireylere aktarırken, söz konusu bireylerin rekreasyon aktivitelerine katılımında ekonomik gibi çeşitli kısıtlamalar oluşturabilir. Bireylerin katılacağı rekreasyon aktiviteleri, ailenin ve toplumun kültürüyle uyumlu olmalıdır (Güneş, 2019: 21).

2.3.2.3. Arkadaş Eksikliği

Rekreasyon etkinlikleri, bireylerin yaşam kalitesini artırmada önemli bir işlev taşır. Bu tür aktivitelere katılan kişiler, hayatlarında pek çok başarı elde edebilir. Ruhsal sorunları olan bir birey, rekreasyon etkinliklerine katılım göstererek ruhsal sağlığını iyileştirebilir. Örneğin, bir spor aktivitesine katılmak, kişiye yeteneklerini sergileme fırsatı sunar ve yeni arkadaşlar edinmesini sağlar. Rekreasyon etkinliklerine katılım sonucu kazanılan dostluklar, sosyal hayatta daha fazla imkan sunabilir. Sosyalleşen ve yeni arkadaşlıklara sahip birey, hayatında hedefler belirleyerek yaşam kalitesini artırabilir (Çiftçioğlu, 2022: 80-81). Ancak, bireyler bu etkinliklere katılmak istediklerinde onlara eşlik edecek arkadaş arayışına girebilirler (Kılavuz ve Topaçoğlu, 2023: 49). Zaman zaman arkadaş eksikliği gibi sorunlarla karşılaşabilirler. Sosyal bir varlık olarak insanlar, diğerleriyle vakit geçirme isteklerini, zihinsel ve fiziksel tecrübelerini karşılaştırma gereksinimlerini deneyimleyebilirler. Sosyalleşme arzusunun ve rekabet etme isteğinin kısıtlı olması durumuna "arkadaş engeli" denir (Yılgın, 2021: 35). Önceki araştırmalarda, arkadaş eksikliğinin dinlendirici aktivitelerde katılımı engelleyici bir neden olduğu sonucuna varılmıştır (Alexandris ve Carroll, 1997: 286; Crawford ve Godbey, 1987:123, Kara ve Özdedeoğlu, 2017: 26).

2.3.3. Yapısal Kısıtlayıcılar

Yapısal kısıtlayıcılar, 'boş zaman seçimleri ile katılım' arasında etki eden unsurlardır. Bu kısıtlayıcıların bazı örnekleri ise "ailenin yaşam döngüsü aşaması, ekonomik kaynaklar, mevsim değişiklikleri, iklim koşulları, iş programları, fırsatların varlığı ve referans grubunun belirli etkinliklere yönelik görüşleridir" (Crawford ve Godbey, 1987: 124).

Crawford, Jackson ve Godbey tarafından 1991 yılında geliştirilen model, tercihleri etkileyen faktörlerden başlayarak katılımı etkileyen unsurlara doğru giden bir kısıtlamalar hiyerarşisini içermektedir. Her bir kısıtlayıcı seviyesinin aşılması gerekmektedir, aksi takdirde birey bir sonraki kısıtlayıcı ile karşılaşamaz. İlk kısıtlayıcı düzeyi bireyseldir. Bireylerin boş zaman tercihleri, bu bireysel kısıtlayıcıların üstesinden gelinmesi veya yokluğu sonrasında ortaya çıkar. İkinci düzeyde ise bireyler arasındaki ilişkilerden dolayı ortaya çıkan

bireylerarası kısıtlayıcılar yer alır. Örneğin, bir kişi rekreasyonel etkinliklerde bir arkadaş ya da partner bulamadığında bu kısıtlayıcı ile karşılaşır. Bireylerarası engeller aşıldığında, bir kişi yapısal kısıtlayıcılarla yüzleşebilir. Yapısal kısıtlayıcılar, boş zaman tercihleri ile bu tercihlere katılım arasındaki engellerdir. Eğer bu yapısal kısıtlayıcılar çok güçlüyse, etkinliğe katılması engellenir. Yapısal kısıtlayıcıların olmadığı durumlarda ise katılım mümkün olur. Modeli somut bir örnekle açıklayacak olursak, Godbey'in kızı altıncı sınıfta güreş öğrenmek istedi. Diğer kız çocuklarına güreşin "gerekli" bir etkinlik olmadığı öğretilmiş olduğundan, çoğu bu sporu yapmak istemedi. Bu durum, onların bireysel kısıtlayıcılar olarak katılım önündeki en güçlü engeli oluşturduğunu göstermektedir. Kızın güreş yapacak birini bulamaması, onun bireysel bir kısıtlayıcıyla karşı karşıya olduğunu ortaya koymaktadır. Ancak beden eğitimi dersi sırasında bu engel aşıldı. Öğretmen, kızla birlikte güreşmek isteyen birkaç altıncı sınıf öğrencisi belirledi. Sonuç olarak, okul çıkışında ona ve birkaç arkadaşına güreş antrenmanı yapmaları için ayrı bir alan sağlanarak, yer açısından oluşan yapısal kısıtlayıcı ortadan kaldırılmıştır. Araştırmacılar, kısıtlayıcıların ardışık sıralanmasının bir önem hiyerarşisi olduğunu ve bu şekilde kısıtlayıcı seviyelerinin en yakın (bireysel) olandan en uzak (yapısal) olana doğru sıralandığını ileri sürmektedirler. En yakın düzeydeki bireysel kısıtlayıcılardan biri en güçlüken, en uzak olan yapısal kısıtlayıcılar daha az güçlü olarak kabul edilmektedir. Ayrıca yapısal kısıtlayıcıların hiyerarşide en son sırada yer almasının sebebi, yalnızca diğer iki kısıtlayıcının aşılmasından sonra ortaya çıkmasıdır.

2.3.3.1. Mevsimsel Kısıtlayıcı

Bireyler, rekreasyon etkinliklerine katılma kararını verirken mevsim, sıcaklık ve gün uzunluğunu göz önünde bulundururlar. Hava durumuna bağlı olarak belirli mekanları seçseler de, genellikle doğada yer alan ormanlık alanlar ya da sahil kenarı gibi açık alanları tercih etmektedirler. Patmore, rekreasyon etkinliklerini mevsimsel olanlar ve mevsimsel olmayanlar olarak iki grupta toplar. Bu gruplama içinde, mevsimsel ve hava koşullarına bağlı olan etkinlikler öne çıkmaktadır. İkinci grup, hava durumu değişikliklerinden etkilenen etkinliklerdir ve bazı kısıtlamalarla karşılaşsalar da yürüyüş gibi faaliyetler yine de yapılabilmektedir. Son grup ise, neredeyse tamamen mevsim dışı kalan kapalı alan etkinlikleridir. Ayrıca, mevsim, iklim ve hava koşullarının getirdiği fiziksel kısıtlamalar, belirli bir aktivite için gereken kaynakların kullanılabileceği süreleri sınırlayarak talebi etkileyebilir. Kaynak ikamesi (örneğin, karla kaplı bir kayak pisti yerine yapay bir pist kullanmak) bazı alanlarda yararlı olabilir; fakat çoğu zaman yapay kaynaklar, aynı seviyede heyecan veya eğlence sunamayabilir.

2.3.3.2. Ulaşım

Rekreasyon etkinliklerine katılımı etkileyen diğer bir unsur, bu etkinlik alanlarının şehir merkezine ne kadar uzak olduğudur. Bireyler zamanlarının büyük kısmını okul, iş ve ev gibi mekanlarda geçirdikleri için, bu alanlara yakın etkinlik yerlerinin veya ulaşımı kolaylaştıran toplu taşıma seçeneklerinin bulunması, rekreasyon etkinliklerine katılımı kolaylaştıran bir etken iken, uzak mekanların ve toplu taşıma hizmetlerinin olmaması, katılımı zorlaştırmaktadır. katılımı güçleştirmekte ve katılmama olasılığını artırmaktadır (Öz, 2023: 6).

Araç sahibi olan kişiler, araç sahibi olmayanlara kıyasla daha fazla rekreasyon etkinliğine katılma eğilimindedir. Araç bulundurmak, bireylere istedikleri an ve istedikleri noktaya ulaşma imkanı sunmaktadır (Yaylı, 2024: 47). Günümüzde ulaşımın kolay olması sayesinde, insanlar uzaklardaki eğlence alanlarına rahatlıkla gidebilmektedir. Bunun yanı sıra, bireyler boş zamanlarını ve olanaklarını göz önünde bulundururlar. Bu da, tercih edilen rekreasyon alanının ve türünün mesafe, etkinliğin zamanlaması, özel araç sahibi olma durumu ve ulaşım imkanları gibi faktörlere göre değişeceği anlamına gelir (Kaya, 2007: 35). Ulaşılabilirlik, sadece ulaşım araçlarıyla değil, aynı zamanda enerji ve iletişim altyapısıyla da sağlanmalıdır. Bazı rekreasyon etkinlikleri evrensel bir düzeye ulaşmıştır. Dev ekranlarda, dünyanın farklı yerlerinden insanlar tarafından aynı anda izlenebilir etkinlikler düzenlenebilir. Doğayla ilgili rekreasyon faaliyetleri önceden planlanmalı ve istasyonlarla desteklenmelidir. Birey yalnız kaldığında en yakın istasyona ve iletişim imkanlarına ulaşabilmelidir. Ayrıca, engelliler, yaşlılar, çocuklar, yorucu işte çalışanlar ve kadınlar gibi özel ilgiye ihtiyaç duyan bireylerin rekreasyon etkinliklerine katılımları teşvik edilmelidir. Aşırı kilolu bireyler için ulaşım kolaylığını artıracak büyük asansörler sağlanmalıdır (Kalkay, 2019: 41-42).

2.3.3.3. Tesis Yetersizliği ve Kalitesi

Bireyler, rekreasyon etkinliklerini yapacakları mekanların yetersizliği ya da yokluğu nedeniyle sıkıntılar yaşayabilir (Öz, 2023: 6). Düşük kalitedeki tesisler, bireyler için yapısal engeller oluşturabilmektedir. Eğer bireyler, etkinliklerin gerçekleştirilmekte olduğu mekanlara uzaksa bu durum katılımı engelleyebilir. Bu sebeple, tesislerin bireylerin erişim sağlayabileceği konumlarda yer alması gerekmektedir. Tesisler, yalnızca tek bir etkinliği barındırmakla kalmamalı, birden fazla etkinliğe olanak tanımalıdır. Ayrıca bu mekanlar, bireylerin etkinliklerini gerçekleştirebilmeleri için gerekli donanıma sahip olmalıdır (Karaküçük, 2008: 143-146). Tesislerin ve çevrelerinin düzenli olması, rekreasyon

etkinliklerine katılım açısından önemlidir. Etkinliklere katılan bireyler, güvenli, yeterli donanıma sahip ve talebi karşılayabilecek tesislerin varlığını beklemektedirler (Öz, 2023: 6).

2.3.3.4. Çevre

Canlıların temel yaşam faaliyetlerini sürdürdükleri ve bulundukları ortam çevre olarak adlandırılır (Akyüz, Kul ve Yaşartürk, 2016: 881-883). Çevre, doğal ve sosyal olarak iki gruba ayrılır. Burada belirtilen çevre, doğal çevredir (Kalkay, 2019: 38). Doğal çevre, insan hayatının sürekliliği açısından büyük bir öneme sahiptir. İnsanlar, doğal kaynaklara ihtiyaç duyarlar. Beslenme gereksinimlerini karşılayacak her şey doğada mevcuttur. Su, hava ve toprak gibi doğal kaynaklar tarımsal üretim için elzemdir ve doğada çeşitli hammadde bulunmaktadır. Ayrıca insanların katıldığı rekreasyon etkinlikleri de doğayla bağlantılıdır. Kişiler, zihinsel ve fiziksel ihtiyaçlarını karşılamak, enerji depolamak için rekreasyon alanlarına yönelirler. Rekreasyon etkinliklerinde kullanılan maddeler genellikle doğal kaynaklardan elde edilir. Doğal çevre ile insanlar arasında bir ilişki vardır (Akyüz, Kul ve Yaşartürk, 2016: 881-883). İnsanlar, boş vakitlerini verimli bir şekilde değerlendirmek ve stresten uzaklaşmak için sanat ve spor faaliyetlerinin gerçekleştirilebileceği doğal alanlara gereksinim duyarlar. Bu doğal çevre, farklı etnik gruplara, cinsiyetlere ve inançlara karşı hoşgörülü olmalıdır (Kalkay, 2019: 38). Aksi takdirde çevre, insanların rekreasyon etkinliklerine katılmasına engel olabilecek kısıtlayıcı bir unsur haline gelebilir.

2.4. Sivas İlinde Bulunan Rekreasyon Alanları

Sivas ili, geniş doğal alanları, tarihî ve kültürel zenginlikleri ile rekreasyonel etkinlikler açısından önemli bir potansiyele sahiptir. Kentleşmenin hızlanması, yoğun iş temposu ve toplumsal stres faktörleri göz önüne alındığında, hem kentsel hem de kırsal alanlarda planlı rekreasyon mekânlarının varlığı bireylerin fiziksel ve psikolojik sağlığı için kritik önem taşımaktadır. Sivas'ta açık ve kapalı alanlarda gerçekleştirilen rekreasyonel faaliyetler; spor, doğa yürüyüşü, kültürel etkinlikler, yayla ve mesire alanları ile tarihi turizm alanlarını kapsamaktadır. Bu alanlar, bireylerin gönüllü olarak katıldıkları, toplumsal etkileşimi artıran, zihinsel ve bedensel yenilenmeye katkı sağlayan mekânlar olarak işlev görmektedir (Karaküçük, 2017; Bozkurt, 2021).

Yerel yönetimlerin planlamaları doğrultusunda, Sivas'ta farklı rekreasyon alanları; açık alanlar, kapalı tesisler, tarihi ve kültürel alanlar ile doğa ve yayla alanları şeklinde sınıflandırılabilir. Açık alan rekreasyon alanları, doğa ile etkileşim imkânı sunarken; kapalı alanlar, spor salonları, gençlik merkezleri ve kültürel tesisler şeklinde kullanıcıya hizmet vermektedir. Tarihî ve kültürel alanlar ise hem turizm hem de toplumsal bilinç açısından

önem arz etmektedir. Yaylalar ve doğa alanları ise ekoturizm, yürüyüş ve doğa sporları için uygun mekânları içermektedir.

Aşağıda Sivas ili ve ilçelerinde bulunan başlıca rekreasyon alanları tablo hâlinde sunulmuştur:

Tablo 2.1 Sivas İlinde Bulunan Rekreasyon Alanları

Rekreasyon Alanı Türü	Rekreasyon Alanı Örneği	İlçe / Konum
Açık Rekreasyon Alanları	Paşabahçe Mesire Alanı	Sivas Merkez
	Gökpınar Gölü Doğal Yaşam Parkı	Gürün İlçesi
	Eğriçimen Yaylası	Koyulhisar İlçesi
Kapalı Rekreasyon Alanları	Sivas Kapalı Spor Salonu	Sivas Merkez
	İlçe Gençlik ve Spor Merkezleri (Kangal, Suşehri)	Kangal / Suşehri
	Sivas Gençlik Merkezi	Sivas Merkez
Tarihi ve Kültürel Alanlar	Divriği Ulu Camii ve Darüşşifası	Divriği İlçesi
	Çifte Minareli Medrese	Sivas Merkez
	Sivas Kalesi	Sivas Merkez
Yaylalar ve Doğa Alanları	Dipsiz Göl ve Şelalesi	Doğanşar İlçesi
	Zara Yaylası	Zara İlçesi
	Hafik Gölü ve Çevresi	Hafik İlçesi

Bu alanların her biri, Sivas ili sakinlerine ve ziyaretçilere çeşitli rekreasyonel imkânlar sunmaktadır. Örneğin, Gökpınar Gölü Doğal Yaşam Parkı, doğa yürüyüşü, piknik ve gözlem aktiviteleri için düzenlenmiş olup, bölge halkı ve turistler için erişilebilir bir alan oluşturmaktadır. Paşabahçe Mesire Alanı ve Eğriçimen Yaylası ise özellikle hafta sonu ve tatil günlerinde yoğun olarak kullanılmakta ve kent içi sakinlerine doğal ortamda dinlenme olanağı sunmaktadır. Kapalı alanlarda yer alan Sivas Kapalı Spor Salonu ve ilçe gençlik merkezleri, kötü hava koşullarında spor ve eğitim etkinliklerinin devamlılığını sağlamaktadır. Tarihî alanlar ise, hem kültürel farkındalığı artırmakta hem de turizme katkı sunmaktadır. Divriği Ulu Camii ve Çifte Minareli Medrese gibi UNESCO Dünya Mirası alanları, bu anlamda Sivas'ın kültürel ve rekreasyonel değerini güçlendirmektedir. Yaylalar ve doğa alanları, ekoturizm ve doğa sporları için uygun mekânlar olarak bireylerin ruhsal ve fiziksel yenilenmelerine olanak tanımaktadır.

Genel olarak, Sivas ili, farklı rekreasyon türlerini kapsayan bir coğrafi yapıya sahiptir ve mevcut alanların planlı kullanımı, yerel yönetimlerin stratejik planlamalarıyla desteklenmektedir. Bu alanların sürdürülebilirliği, erişilebilirliği ve çeşitliliği, kent sakinlerinin boş zamanlarını verimli ve sağlıklı şekilde değerlendirmeleri açısından kritik öneme sahiptir (Bozkurt, 2021; Çirci Selçuk & Selçuk, 2025).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM
YÖNTEM VE BULGULAR

3.1. Yöntem

3.1.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma, gençlerin rekreasyon faaliyetlerine yönelik farkındalık düzeylerini belirlemek amacıyla yapılmış nicel bir araştırmadır. Araştırma, mevcut durumu ortaya koymayı amaçladığı için betimsel (tarama) model kapsamında tasarlanmıştır. Betimsel araştırmalarda amaç, mevcut bir olguya ilişkin durumun ayrıntılı biçimde analiz edilmesi ve değişkenler arasındaki ilişkilerin ortaya konulmasıdır (Karasar, 2020). Bu doğrultuda çalışmada, Sivas ilinde yaşayan gençlerin rekreasyon faaliyetlerine yönelik farkındalık düzeyleri ile çeşitli demografik ve sosyo-ekonomik özellikler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırmada kullanılan ölçek Akdeniz Üniversitesi 23.06.2026 tarihinde yapılan toplantı ile 391. karar olarak uygun bulunarak çalışma yapılmasına izin verilmiştir. Araştırmada Rekreasyon Farkındalık Ölçeği, Ekinci, N. E., & Ozdilek, C. (2019) (41 madde, 5'li Likert tipi) kullanım izni alınarak uygulanmıştır.

3.1.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Sivas ilinde yaşayan 18–30 yaş aralığındaki genç bireyler oluşturmaktadır (evren büyüklüğü: TÜİK [2024] verilerine göre yaklaşık [130.000-140.000]). Uygulanabilirlik ve erişim kısıtları nedeniyle örneklem kolayda örnekleme yaklaşımıyla oluşturulmuş, veri toplama noktaları (üniversite kampüsleri, gençlik merkezleri, kent içi rekreasyon alanları) ve zaman dilimleri çeşitlendirilerek demografik heterojenlik artırılmıştır. Toplam 470 katılımcıdan veri toplanmıştır. Örneklem büyüklüğünün yeterliği, %95 güven düzeyi ve %5 örnekleme hatası varsayımlarıyla yapılan minimum örneklem hesaplamasıyla karşılaştırılmış ve 470 kişi bu eşik değerin üzerindedir. Bu yöntemde, örnekleme evreninden ulaşılması kolay ve gönüllü katılımcılar seçilmiş olup, pratik ve zaman açısından uygulanabilirliği yüksek bir yaklaşımdır.

Araştırma kapsamında toplam 470 katılımcıdan veri toplanmıştır, ancak eksik/uygunsuz doldurulan anketler, katılımcıların tutarsız veya tekdüze yanıtlar vermesi nedeniyle 63 anket analiz dışı bırakılarak analizler 407 geçerli anket üzerinden yapılmıştır. Tablolarda 407 kişi yer almakta Katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim durumu, aylık gelir düzeyi ve rekreasyon faaliyetlerine katılım sıklığı gibi demografik bilgileri analiz sürecinde

değerlendirilmiştir. Örneklemin belirlenmesinde, araştırma konusuna uygun heterojen bir dağılımın sağlanmasına dikkat edilmiştir.

Çalışmada Sivas ilindeki gençlerin rekreasyon faaliyetlerine ilişkin farkındalık seviyeleri incelenmiştir. Ana hipotez olarak ‘’Sivas ilindeki gençlerin rekreasyonel farkındalık düzeyleri yüksektir.’’ Ana hipotez olarak belirlenmiştir.

Tablo 3.1 Hipotezlerin Kabul ve Red Durumları

Hipotez No.	Hipotez	Kabul/Red Durumu
Ana Hipotez	Sivas ilindeki gençlerin rekreasyonel farkındalık/katılım düzeyleri genel olarak yüksektir.	Kabul
H_1	Sivas ilindeki gençlerin rekreasyon faaliyetlerine katılım durumlarının demografik özelliklere göre anlamlı bir farklılık vardır.	Kabul
H_2	Sivas ilindeki gençlerin rekreasyonel farkındalık düzeyleri ile cinsiyet durumları arasında anlamlı fark vardır.	Red
H_3	Sivas ilindeki gençlerin rekreasyonel farkındalık düzeyleri ile yaş grupları arasında anlamlı fark vardır.	Kabul
H_4	Sivas ilindeki gençlerin rekreasyonel farkındalık düzeyleri ile eğitim durumları arasında anlamlı fark yoktur.	Kabul
H_5	Sivas ilindeki gençlerin rekreasyonel farkındalık düzeyleri ile aylık rekreasyon bütçe durumları arasında anlamlı fark vardır.	Kabul
H_6	Sivas ilindeki gençlerin rekreasyonel farkındalık düzeyleri ile haftalık rekreasyon süresi arasında anlamlı fark vardır.	Kabul

3.1.3. Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplamak amacıyla “Rekreasyon Farkındalık Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek ve Kullanım İzni. Rekreasyonel farkındalık, [Ekinci, N. E., & Özdilek, Ç. (2019)] tarafından geliştirilen Rekreasyon Farkındalık Ölçeği ile ölçülmüştür. Ölçek Haz–Eğlence, Sosyal–Başarı ve Kendini Geliştirme boyutlarından oluşmaktadır. Ölçeğin kullanımı için geliştirici/yayıncıdan [14/02/2025] tarihinde yazılı izin alınmış olup izin yazısı Ek-1’de sunulmuştur. Söz konusu ölçek, bireylerin rekreasyona ilişkin farkındalık düzeylerini belirlemeye yönelik geliştirilmiş bir ölçme aracıdır. Ölçek, Haz-Eğlence, Sosyal-Başarı ve Kendini Geliştirme olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır.

Araştırmada kullanılan ölçeğin güvenirliği Cronbach’s Alpha katsayısı ile test edilmiştir. Ölçeğin genel güvenirlik katsayısı $\alpha = 0{,}977$ olarak hesaplanmış, alt boyutlar için Haz-Eğlence ($\alpha = 0{,}928$), Sosyal-Başarı ($\alpha = 0{,}954$) ve Kendini Geliştirme ($\alpha = 0{,}941$) değerleri elde edilmiştir. Bu bulgular, ölçeğin oldukça yüksek düzeyde güvenilir olduğunu göstermektedir (Field, 2013).

Ek olarak, katılımcıların rekreasyonel faaliyetlere katılım biçimlerini, sıklıklarını ve bu faaliyetlere farkındalık düzeylerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Bu form, cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, aylık rekreasyon bütçesi, haftalık rekreasyon süresi ve en sık tercih edilen rekreasyon türleri gibi değişkenleri kapsamaktadır.

3.1.4. Veri Toplama Süreci

Veri toplama 2025 yılı içinde Haziran ve Kasım ayları arasında Sivas ilinde, üniversite kampüsleri, gençlik merkezleri ve kamusal rekreasyon alanlarında Google Forms ile oluşturulan online anket ile yürütülmüştür. Veri toplamak için üniversitede yer alan toplulukların yöneticileri, gençlik merkezlerinin yönetici ve çalışanları ve diğer kamusal rekreasyon alanlarının görevlileri ile iletişime geçilerek araştırma hakkında gerekli görüşmeler yapıldıktan sonra EK-3'te yer alan Google Forms anketi link ve EK-4'te yer alan QR kodu görseli paylaşılarak katılımcılara ulaşılmıştır. Veri toplama sürecinde anketler Google Forms'da oluşturulan anket ile uygulanmıştır. Çalışma, [Akdeniz Üniversitesi] [Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu]'nın [391 Karar No / 23.06.2025] onayıyla gerçekleştirilmiştir. İzin yazısı Ek-2'de sunulmuştur Katılımcılara araştırmanın amacı, gönüllü katılım ve gizlilik esasları açıklanmış; aydınlatılmış onam alınmıştır. Veriler anonim toplanmış ve yalnızca bilimsel amaçla kullanılmıştır. Uygulama yaklaşık 10–15 dakika sürmüş, standartlaştırılmış yönergelerle tüm oturumlarda aynı süreç izlenmiştir. Veri temizlemede, maddelerin %10'dan fazlası eksik olan veya örüntü dışı yanıt içeren formlar dışlanmış; temizleme sonrası nihai örneklem büyüklüğü [407] olarak analiz edilmiştir.

3.1.5. Veri Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin analizi için SPSS 22.0 istatistik paket programı kullanılmıştır. Analiz sürecinde, öncelikle ölçeğin iç tutarlılığı Cronbach's Alpha katsayısı ile test edilmiştir. Elde edilen sonuçlar, ölçeğin yüksek güvenilirlik düzeyine sahip olduğunu ortaya koymuştur ($\alpha = 0{,}977$).

Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin frekans (n) ve yüzde (%) dağılımları belirlenmiştir. Gençlerin rekreasyon farkındalığına ilişkin genel eğilimleri belirlemek amacıyla aritmetik ortalama ($\bar{X}$) ve standart sapma (SS) değerleri hesaplanmıştır.

Normal dağılım varsayımını test etmek amacıyla yapılan Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri sonucunda verilerin normal dağılmadığı belirlenmiş ve bu nedenle non-parametrik testlerin kullanılması uygun görülmüştür.

İki bağımsız grup arasındaki farklılıkların analizinde Mann-Whitney U testi, ikiden fazla grubun karşılaştırılmasında ise Kruskal-Wallis H testi uygulanmıştır. Kruskal-Wallis testinde anlamlı farklılık tespit edilen durumlarda, farkın hangi gruplar arasında gerçekleştiğini belirlemek amacıyla sıra ortalamaları incelenmiştir.

Ayrıca, rekreasyonel etkinliklere katılım durumu ile cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, aylık rekreasyon bütçesi ve haftalık rekreasyon süresi gibi değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla Ki-Kare (χ^2) testi kullanılmıştır. Bu analizler sayesinde, gençlerin rekreasyon farkındalıklarının demografik ve sosyo-ekonomik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı ortaya konulmuştur.

3.1.6. Araştırmanın Güvenirliği ve Geçerliği

Araştırmada kullanılan ölçek, literatürde geçerliği ve güvenirliği kanıtlanmış bir ölçme aracı olup, bu çalışmada elde edilen Cronbach's Alpha katsayısının yüksek düzeyde çıkması, verilerin iç tutarlılığını desteklemektedir. Ayrıca veri toplama sürecinde araştırmacı tarafından yapılan pilot uygulama ile ölçek maddelerinin anlaşılırlığı test edilmiş, gerekli düzenlemeler yapılmıştır.

Elde edilen bulguların bilimsel geçerliliğini artırmak için uygun istatistiksel analiz teknikleri seçilmiş ve sonuçlar yorumlanırken anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

3.1.7. Etik İlkeler

Araştırma, bilimsel etik kurallara uygun şekilde yürütülmüştür. Katılımcılara araştırmanın amacı, gizlilik esasları ve gönüllülük ilkesi hakkında bilgi verilmiş, yazılı onamları alınmıştır. Araştırma kapsamında elde edilen tüm veriler yalnızca bilimsel amaçlarla kullanılmış ve hiçbir katılımcının kimlik bilgisi paylaşılmamıştır.

3.1.7.1. Çalışmanın Kısıtları

Çalışmanın Kısıtları. Bulgular, aşağıdaki kısıtlar çerçevesinde değerlendirilmelidir: Kolayda/gönüllü örnekleme ve belirli veri toplama noktaları temsiliyeti sınırlayabilir; Kesitsel tasarım, nedensel çıkarımlara izin vermez; Öz-bildirim yoluyla toplanan veriler sosyal beğenirlik ve hatırlama yanlılığı içerebilir; 2025 dönemsel koşulları ve yerel bağlam (Sivas) genel geçer sonuçlara sınırlı yansıyabilir.

3.2. Bulgular

Çalışmanın bu bölümünde, Sivas ilindeki gençlerin rekreasyon faaliyetlerine ilişkin farkındalık seviyeleri incelenmiştir. Katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim durumu, aylık rekreasyon bütçesi, haftalık rekreasyon süresi gibi değişkenleri ile rekreasyon farkındalık durumları arasındaki farklılaşma durumları analiz edilmiş ve tablolar eşliğinde yorumlanmıştır.

3.2.1. Betimsel Analizler

Katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim durumu, aylık rekreasyon bütçesi, haftalık rekreasyon süresi gibi değişkenlerinin betimsel analizi Tablo 9.2.'de verilmiştir.

Tablo 3.2 Katılımcıların Kişisel Bilgilerinin Betimsel Analizi

N=470		**N**	**Yüzde (%)**
Cinsiyet	**Kadın**	**235**	**57,7**
	Erkek	172	42,3
Yaş	18-20 Yaş	97	23,8
	21-24 Yaş	**183**	**45,0**
	25-30 Yaş	127	31,2
Eğitim Durumu	Lise	82	20,1
	Ön lisans	140	34,4
	Lisans	**156**	**38,3**
	Yüksek Lisans/Doktora	29	7,1
Aylık Rekreasyon Bütçesi	0-1000 TL.	81	19,9
	1001-1500 TL.	**119**	**29,2**
	1501-2000 TL.	114	28,0
	2001 TL. ve +	93	22,9
Haftalık Rekreasyon Süresi	0-2 Saat	86	21,1
	3-5 Saat	**164**	**40,3**
	6-10 Saat	117	28,7
	11 Saat ve +	40	9,8

Tablo 9.2.'deki veriler incelendiğinde, araştırmaya toplam 470 kişi katılmıştır. Katılımcıların %57,7'si kadın (n=235) iken, %42,3'ü erkek (n=172) olarak belirlenmiştir. Bu durum, araştırmaya kadınların daha yoğun katılım sağladığını göstermektedir.

Yaş grupları incelendiğinde, %45,0 (n=183) ile en yüksek oran 21-24 yaş aralığındaki katılımcılara aittir. Bunu, %31,2 ile 25-30 yaş aralığı (n=127) ve %23,8 ile 18-20 yaş aralığı (n=97) takip etmektedir. Bulgular, araştırmaya daha çok genç yetişkinlerin katıldığını ortaya koymaktadır.

Eğitim durumu değişkenine göre katılımcıların önemli bir bölümü yükseköğrenim görmektedir. Katılımcıların %38,3'ü lisans mezunu (n=156), %34,4'ü ön lisans (n=140), %20,1'i lise (n=82), %7,1'i ise yüksek lisans/doktora (n=29) düzeyindedir. Bu sonuç,

araştırma grubunun eğitim düzeyi bakımından çoğunlukla üniversite eğitimi alan/almış olan bireylerden oluştuğunu göstermektedir.

Aylık rekreasyon bütçeleri incelendiğinde, katılımcıların %29,2'sinin (n=119) 1001-1500 TL aralığında harcama yaptığı görülmektedir. Bunu sırasıyla 1501-2000 TL (%28,0; n=114), 2001 TL ve üzeri (%22,9; n=93) ve 0-1000 TL (%19,9; n=81) takip etmektedir. Dolayısıyla, katılımcıların önemli bir kısmının rekreasyon faaliyetleri için 1000 TL'nin üzerinde bütçe ayırdığı söylenebilir.

Haftalık rekreasyon süresi değişkeni değerlendirildiğinde, katılımcıların %40,3'ünün (n=164) haftada 3-5 saat rekreasyon etkinliklerine zaman ayırdığı görülmektedir. Bunun ardından %28,7 (n=117) ile 6-10 saat, %21,1 (n=86) ile 0-2 saat ve %9,8 (n=40) ile 11 saat ve üzeri gelmektedir. Bu bulgu, katılımcıların çoğunlukla haftada birkaç saatlik düzenli bir rekreasyon katılımı olduğunu göstermektedir.

Katılımcı öğrencilerin rekreasyon faaliyetlerine katılım durumlarını test edebilmek amacıyla hazılanan sorulara vermiş oldukları yanıtları, katılım düzeyleri ve cinsiyet, yaş, eğitim durumu, aylık rekreasyon bütçesi, haftalık rekreasyon süresi gibi değişkenler ile arasındaki ilişki durumları Tablo 9.3.'de paylaşılmıştır.

Tablo 3.3 Katılımcı Öğrencilerin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılım Durumlarının Analizi

N=470		N	%	Ort.	SS.	Ki-Kare - p.
Boş zamanlarımda düzenli olarak rekreasyonel etkinliklere katılırım.	Kesinlikle Katılmıyorum	15	3,7			**Cinsiyet p.= ,028**
	Katılmıyorum	41	10,1			**Yaş p.= ,002**
	Kararsızım	98	24,1			**Eğitim Dur. p.= ,008**
	Katılıyorum	208	51,1			**Bütçe p.= ,001**
	Kesinlikle Katılıyorum	45	11,1			**Süre p.= ,001**
	Toplam	407	100,0	3,56	,945	
Spor, doğa yürüyüşü, sanat gibi etkinliklere aktif olarak katılım gösteririm.	Kesinlikle Katılmıyorum	15	3,7			**Cinsiyet p.= ,017**
	Katılmıyorum	42	10,3			**Yaş p.= ,001**
	Kararsızım	74	18,2			Eğitim Dur. p.= ,157
	Katılıyorum	212	52,1			**Bütçe p.= ,001**
	Kesinlikle Katılıyorum	64	15,7			**Süre p.= ,001**
	Toplam	407	100,0	3,66	,985	
Yeni rekreasyonel etkinlikler denemekten keyif alırım.	Kesinlikle Katılmıyorum	7	1,7			Cinsiyet p.= ,214
	Katılmıyorum	9	2,2			**Yaş p.= ,023**
	Kararsızım	69	17,0			Eğitim Dur. p.= ,464
	Katılıyorum	230	56,5			**Bütçe p.= ,001**
	Kesinlikle Katılıyorum	92	22,6			**Süre p.= ,001**
	Toplam	407	100,0	3,96	,799	
Hafta sonlarımı genellikle rekreasyonel faaliyetlerle değerlendiririm.	Kesinlikle Katılmıyorum	13	3,2			**Cinsiyet p.= ,049**
	Katılmıyorum	43	10,6			**Yaş p.= ,001**
	Kararsızım	83	20,4			Eğitim Dur. p.= ,502
	Katılıyorum	201	49,4			**Bütçe p.= ,001**
	Kesinlikle Katılıyorum	67	16,5			**Süre p.= ,001**
	Toplam	407	100,0	3,65	,980	
Rekreasyonel etkinlikler, günlük yaşamımın önemli bir parçasıdır.	Kesinlikle Katılmıyorum	13	3,2			Cinsiyet p.= ,868
	Katılmıyorum	25	6,1			**Yaş p.= ,001**
	Kararsızım	56	13,8			Eğitim Dur. p.= ,074
	Katılıyorum	241	59,2			**Bütçe p.= ,001**
	Kesinlikle Katılıyorum	72	17,7			**Süre p.= ,001**
	Toplam	407	100,0	3,82	,904	
Rekreatif faaliyetlere bireysel olarak katılırım.(fiziksel, sanatsal)	Kesinlikle Katılmıyorum	12	2,9			Cinsiyet p.= ,264
	Katılmıyorum	36	8,8			**Yaş p.= ,003**
	Kararsızım	65	16,0			Eğitim Dur. p.= ,105
	Katılıyorum	227	55,8			**Bütçe p.= ,001**
	Kesinlikle Katılıyorum	67	16,5			**Süre p.= ,001**
	Toplam	407	100,0	3,74	,937	
Grup olarak düzenlenen rekreatif faaliyetlere katılırım. (fiziksel, sanatsal)	Kesinlikle Katılmıyorum	12	2,9			Cinsiyet p.= ,186
	Katılmıyorum	39	9,6			Yaş p.= ,245
	Kararsızım	61	15,0			Eğitim Dur. p.= ,167
	Katılıyorum	222	54,5			**Bütçe p.= ,001**
	Kesinlikle Katılıyorum	73	17,9			**Süre p.= ,001**
	Toplam	407	100,0	3,75	,958	
Çevremdeki rekreasyonel olanakları takip ederim.	Kesinlikle Katılmıyorum	10	2,5			Cinsiyet p.= ,234
	Katılmıyorum	31	7,6			**Yaş p.= ,011**
	Kararsızım	75	18,4			Eğitim Dur. p.= ,729
	Katılıyorum	216	53,1			**Bütçe p.= ,001**
	Kesinlikle Katılıyorum	75	18,4			**Süre p.= ,001**
	Toplam	407	100,0	3,77	,919	
İş veya okul dışındaki zamanlarımı verimli geçirmek için rekreasyonel etkinliklere yönelirim.	Kesinlikle Katılmıyorum	10	2,5			Cinsiyet p.= ,609
	Katılmıyorum	32	7,9			Yaş p.= ,499
	Kararsızım	63	15,5			Eğitim Dur. p.= ,262
	Katılıyorum	233	57,2			**Bütçe p.= ,001**
	Kesinlikle Katılıyorum	69	17,0			**Süre p.= ,001**
	Toplam	407	100,0	3,78	,903	
Rekreasyonel katılımım, koşullara göre (mevsimsel, çevresel, psikolojik) değişmez; düzenlidir.	Kesinlikle Katılmıyorum	21	5,2			**Cinsiyet p.= ,006**
	Katılmıyorum	47	11,5			**Yaş p.= ,001**
	Kararsızım	83	20,4			Eğitim Dur. p.= ,087
	Katılıyorum	188	46,2			**Bütçe p.= ,001**
	Kesinlikle Katılıyorum	68	16,7			**Süre p.= ,001**
	Toplam	407	100,0	3,58	1,05	
Rekreasyonel etkinliklere katılmak için özel olarak zaman planlaması yaparım.	Kesinlikle Katılmıyorum	14	3,4			Cinsiyet p.= ,636
	Katılmıyorum	41	10,1			**Yaş p.= ,001**
	Kararsızım	75	18,4			Eğitim Dur. p.= ,765
	Katılıyorum	211	51,8			**Bütçe p.= ,001**
	Kesinlikle Katılıyorum	66	16,2			**Süre p.= ,001**
	Toplam	407	100,0	3,67	,977	

Tablo 9.3. incelendiğinde, öğrencilerin rekreasyonel etkinliklere katılım durumlarının genel olarak orta-yüksek düzeyde olduğu görülmektedir. “Boş zamanlarımda düzenli olarak rekreasyonel etkinliklere katılırım.” ifadesinin ortalaması 3,56±,945 olup, katılımcıların yarısından fazlası bu ifadeye katıldığını (%51,1) veya kesinlikle katıldığını (%11,1) belirtmiştir. Ki-kare analizine göre bu değişkenin cinsiyet (p=,028), yaş (p=,002), eğitim durumu (p=,008), aylık rekreasyon bütçesi (p=,001) ve haftalık rekreasyon süresi (p=,001) ile anlamlı ilişki gösterdiği tespit edilmiştir. Bu sonuç, rekreasyonel etkinliklere düzenli katılımın hem demografik hem de ekonomik değişkenlerden etkilendiğini ortaya koymaktadır. Başka bir ifadeyle rekreasyonel etkinliklere yönelik pozitif ve düzenli katılım eğilimi bulunan katılımcıların yaş ve bütçesi rekreasyonel davranışlarında etkili olduğu söylenebilir.

“Spor, doğa yürüyüşü, sanat gibi etkinliklere aktif olarak katılım gösteririm.” ifadesinin ortalaması 3,66±,985 olup, katılımcıların %67,8’i olumlu görüş bildirmiştir. Ki-kare testi sonuçları, bu değişkenin cinsiyet (p=,017), yaş (p=,001), aylık bütçe (p=,001) ve süre (p=,001) değişkenleri ile anlamlı ilişkili olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla, özellikle yaş ve ekonomik koşulların aktif katılım üzerinde belirleyici olduğu söylenebilir.

“Yeni rekreasyonel etkinlikler denemekten keyif alırım.” ifadesi ortalama açısından en yüksek değerlerden birine sahiptir (3,96±,799). Katılımcıların %56,5’i katılıyorum, %22,6’sı kesinlikle katılıyorum şeklinde yanıtlamıştır. Bu değişkenin yaş (p=,023), aylık bütçe (p=,001) ve süre (p=,001) ile anlamlı ilişkisi bulunurken, cinsiyet (p=,214) ve eğitim durumu (p=,464) ile anlamlı farklılık göstermemiştir. Bu durum, yenilikçi rekreasyonel deneyimlere ilginin daha çok yaş ve ekonomik imkanlara bağlı olduğunu ortaya koymaktadır.

“Hafta sonlarımı genellikle rekreasyonel faaliyetlerle değerlendiririm.” ifadesi 3,65±,980 ortalama ile orta-yüksek düzeyde bulunmuştur. Katılımcıların %65,9’u olumlu görüş bildirmiştir. Bu değişkenin cinsiyet (p=,049), yaş (p=,001), aylık bütçe (p=,001) ve süre (p=,001) ile anlamlı ilişkisi vardır. Eğitim durumu ise anlamlı bulunmamıştır (p=,502).

“Rekreasyonel etkinlikler günlük yaşamımın önemli bir parçasıdır.” ifadesi 3,82±,904 ortalama ile öğrencilerin yüksek düzeyde katılım gösterdiği bir diğer boyuttur. Katılımcıların %76,9’u olumlu görüş belirtmiştir. Bu değişkenin yaş (p=,001), aylık bütçe (p=,001) ve süre (p=,001) ile anlamlı ilişkisi bulunurken, cinsiyet (p=,868) ve eğitim durumu (p=,074) ile anlamlı farklılık göstermemiştir.

“Rekreatif faaliyetlere bireysel olarak katılırım.” ifadesi 3,74±,937 ortalamaya sahiptir. Katılımcıların %72,3’ü olumlu görüş bildirmiştir. Bu değişkenin yaş (p=,003), aylık bütçe (p=,001) ve süre (p=,001) ile anlamlı ilişkisi olduğu görülmüştür. Cinsiyet (p=,264) ve eğitim durumu (p=,105) ile anlamlı ilişki bulunmamıştır.

“Grup olarak düzenlenen rekreatif faaliyetlere katılırım.” ifadesinin ortalaması 3,75±,958 olup, katılımcıların %72,4’ü olumlu görüş bildirmiştir. Bu değişkenin yalnızca aylık bütçe (p=,001) ve süre (p=,001) değişkenleriyle anlamlı ilişkisi bulunurken, cinsiyet (p=,186), yaş (p=,245) ve eğitim durumu (p=,167) açısından anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

“Çevremdeki rekreasyonel olanakları takip ederim.” ifadesi 3,77±,919 ortalama ile yüksek düzeyde bulunmuş, katılımcıların %71,5’i olumlu görüş bildirmiştir. Bu değişkenin yaş (p=,011), aylık bütçe (p=,001) ve süre (p=,001) ile anlamlı ilişkisi bulunmuştur.

“İş veya okul dışındaki zamanlarımı verimli geçirmek için rekreasyonel etkinliklere yönelirim.” ifadesinin ortalaması 3,78±,903 olup, katılımcıların %74,2’si olumlu görüş bildirmiştir. Bu değişkenin de aylık bütçe (p=,001) ve süre (p=,001) ile anlamlı ilişkisi bulunduğu görülmüştür. Cinsiyet, yaş ve eğitim durumu açısından anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

“Rekreasyonel katılımım koşullara göre değişmez, düzenlidir.” ifadesinin ortalaması 3,58±1,05 olup, katılımcıların yaklaşık %62,9’u olumlu görüş belirtmiştir. Bu değişkenin cinsiyet (p=,006), yaş (p=,001), aylık bütçe (p=,001) ve süre (p=,001) ile anlamlı ilişkisi bulunmuştur.

“Rekreasyonel etkinliklere katılmak için özel olarak zaman planlaması yaparım.” ifadesinin ortalaması 3,67±,977 olup, katılımcıların %68’i olumlu görüş bildirmiştir. Bu değişkenin de yaş (p=,001), aylık bütçe (p=,001) ve süre (p=,001) değişkenleriyle anlamlı ilişkisi bulunmuştur.

Genel olarak katılım ortalamaları 3,56 ile 3,96 arasında değişmekte olup, orta-yüksek düzeyde olduğu görülmektedir. Katılım değişkenlerinin özellikle yaş, aylık rekreasyon bütçesi ve haftalık rekreasyon süresi ile sıklıkla anlamlı ilişkiler gösterdiğini belirtmektedir. Cinsiyet ve eğitim durumu ise bazı ifadelerde anlamlı farklılık yaratırken, diğerlerinde etkisi sınırlı kalmıştır. Bu bulgular, öğrencilerin rekreasyonel davranışlarının demografik özelliklerden ziyade daha çok yaş ve ekonomik koşullar tarafından şekillendirildiğini, ayrıca katılımın genel olarak olumlu ve tutarlı bir eğilim sergilediğini göstermektedir. Sonuçlar, rekreasyonel etkinliklerin öğrencilerin günlük yaşamında önemli bir yer tuttuğunu ve bu katılımın düzenli planlama ile desteklendiğini ortaya koymaktadır. Hipotez 1 kabul edilmiştir. Rekreasyonel farkındalık düzeyleri yüksek olan gençlerin Rekreasyonel faaliyetlere katılım düzeyi daha yüksek olduğu görülmüştür.

3.2.2. Rekreasyonel Farkındalık Ölçeği Analizleri

Katılımcı öğrencilerin Rekreasyon Farkındalık ölçeği ve alt boyut (Haz-Eğlence, Sosyal-Başarı, Kendini Geliştirme) düzeyleri Tablo 9.4.'de paylaşılmıştır.

Tablo 3.4 Katılımcı Öğrencilerin Rekreasyon Farkındalık Ölçeği ve Alt Boyut Düzeyleri Analizi

	N	Min.	Max.	Ort.	SS.	Top.
Rekreasyonel Farkındalık Ölçeği	**407**	**1**	**5**	**4,19**	**,558**	**1706**
Haz-Eğlence	407	1	5	4,17	,614	1697
Sosyal-Başarı	407	1	5	4,16	,595	1694
Kendini Geliştirme	407	1	5	4,25	,548	1730

Tablo 9.4. incelendiğinde, öğrencilerin rekreasyonel farkındalık düzeylerinin yüksek olduğu görülmektedir. Rekreasyonel Farkındalık Ölçeği'nin genel ortalaması 4,19±,558 olup, bu değer öğrencilerin rekreasyon etkinliklerine yönelik farkındalıklarının/katılımlarının oldukça yüksek seviyede olduğunu göstermektedir. Alt boyutlara bakıldığında, en yüksek ortalama Kendini Geliştirme boyutunda elde edilmiştir (4,25±,548). Bu sonuç, öğrencilerin rekreasyon etkinliklerini özellikle kişisel gelişim ve kendilerini ilerletme açısından önemli gördüklerini ortaya koymaktadır. Haz-Eğlence boyutunun ortalaması 4,17±,614, Sosyal-Başarı boyutunun ortalaması ise 4,16±,595 olarak hesaplanmıştır. Bulgular, öğrencilerin rekreasyonu yalnızca keyif alma ve eğlence yönüyle değil, aynı zamanda sosyal ilişkiler geliştirme ve başarı duygusu yaşama açısından da değerli bulduklarını göstermektedir. Genel olarak tüm alt boyutların ortalama değerlerinin 4,00'ın üzerinde olması, öğrencilerin rekreasyona çok yönlü bir anlam yüklediklerini ortaya koymaktadır.

Çalışmada kullanılan Rekreasyon Farkındalık ölçeği normallik analizleri Tablo 9.5'de verilmiştir.

Tablo 3.5 Verilerin Normallik Analizi

	Kolmogorov-Smirnov[a]			**Shapiro-Wilk**		
	Statistic	df	p.	Statistic	df	p.
Rekreasyonel Farkındalık Ölçeği	,149	407	,001	,868	407	,001
Haz-Eğlence	,157	407	,001	,855	407	,001
Sosyal-Başarı	,153	407	,001	,875	407	,001
Kendini Geliştirme	,150	407	,001	,871	407	,001
a. Lilliefors Significance Correction						

Çalışmada yer alan Rekreasyon Farkındalık ölçeği için yapılan normalite testleri (Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri) sonuçlarına göre, verilerin normal dağılıma uygun olmadığı görülmüştür (p<,05). Kurtosis ve Skewness değerleri -1,5 ile +1,5 aralığı olduğu zaman normal dağılım olduğu kabul edilmektedir (Tabachnick and Fidell, 2013). Buna göre skewness (çarpıklık) ve kurtosis (basıklık) değerleri incelendiğinde, Rekreasyon

Farkındalık ölçeği için çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde **-1,52** ile **6,07** aralığında olduğu ve normal dağılıma uygun bir simetri göstermediği tespit edilmiştir. Rekreasyon Farkındalık ölçeği alt boyutları için çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde; Haz-Eğlence alt boyutunun **-1,55** ile **5,84** aralığında olduğu, Sosyal-Başarı alt boyutunun **-1,46** ile **5,21** aralığında olduğu ve Kendini Geliştirme alt boyutunun **-1,39** ile **5,83** aralığında olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak, verilerin normal dağılıma uygun olmadığı ve non-parametrik analizlerin kullanılmasının gerektiği anlaşılmaktadır.

Çalışmada Kullanılan Rekreasyon Farkındalık ölçeğinin güvenirlik analizi Tablo 9.6'da verilmiştir.

Tablo 3.6 Araştırmada Kullanılan Rekreasyon Farkındalık Ölçeğinin Güvenirlilik Analizi

Ölçekler	Cronbach's Alpha Değeri
Rekreasyon Farkındalık Ölçeği	**,977**
Haz-Eğlence Alt Boyutu	,928
Sosyal-Başarı Alt Boyutu	,954
Kendini Geliştirme Alt Boyutu	,941

Tablo 9.6 incelendiğinde, araştırmada kullanılan Rekreasyon Farkındalık Ölçeği ve alt boyutlarının güvenilirlik düzeylerinin oldukça yüksek olduğu görülmektedir. Ölçeğin genel Cronbach's Alpha değeri ,977 olarak hesaplanmış olup, bu sonuç ölçeğin yüksek iç tutarlılığa sahip olduğunu göstermektedir. Alt boyutlar açısından değerlendirildiğinde, Haz-Eğlence boyutunun Cronbach's Alpha değeri ,928, Sosyal-Başarı boyutu ,954, Kendini Geliştirme boyutu ise ,941 olarak bulunmuştur. Elde edilen bu değerler, ölçeğin ve alt boyutlarının güvenilir bir şekilde öğrencilerin rekreasyon farkındalık düzeylerini ölçebileceğini ortaya koymaktadır. Genel olarak, çalışmada elde edilen değerler oldukça yüksek olup ölçeğin tutarlılığını güçlü bir şekilde desteklemektedir.

3.2.3. Hipotez Testleri Analizleri

Çalışmaya katılan gençlerin cinsiyet durumları ile Rekreasyon Farkındalık ölçeği durumlarının Mann-Whitney U analizi Tablo 9.7'de verilmiştir.

Tablo 3.7 Katılımcıların Cinsiyet Durumları ile Rekreasyon Farkındalık Durumlarının Mann-Whitney U Analizi

	Cinsiyet	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	U/p. Değeri
Rekreasyonel Farkındalık Ölçeği	Kadın	235	202,96	47696,50	U= 19966,5
	Erkek	172	205,42	35331,50	p.= ,835
	Toplam	407			
Haz-Eğlence	Kadın	235	199,02	46770,50	U= 19040,5
	Erkek	172	210,80	36257,50	p.= ,316
	Toplam	407			
Sosyal-Başarı	Kadın	235	203,07	47722,50	U= 19992,5
	Erkek	172	205,26	35305,50	p.= ,852
	Toplam	407			
Kendini Geliştirme	Kadın	235	204,57	48073,00	U= 20077,0
	Erkek	172	203,23	34955,00	p.= ,909
	Toplam	407			

Tablo 9.7 incelendiğinde, kadın ve erkek katılımcılar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir (p>,05). Rekreasyonel Farkındalık ölçeği için kadınların sıra ortalaması 202,96, erkeklerin sıra ortalaması 205,42 olup, Mann-Whitney U değeri U=19966,5 ve p=,835 olarak bulunmuştur. Bu değer, cinsiyetin genel rekreasyonel farkındalık düzeyini etkilemediğini göstermektedir. Sivas ilindeki gençlerin rekreasyonel farkındalık ile cinsiyet durumları arasında anlamlı farklılığın olmadığı görülmüştür hipotez 2 reddedilmiştir.

Alt boyutlar açısından incelendiğinde; Haz-Eğlence boyutunda kadınların sıra ortalaması 199,02, erkeklerin sıra ortalaması 210,80 olup, U=19040,5; p=,316 olarak hesaplanmıştır. Sosyal-Başarı boyutunda kadın ve erkek katılımcıların sıra ortalamaları sırasıyla 203,07 ve 205,26'dır (U=19992,5; p=,852). Kendini Geliştirme boyutunda ise kadınların sıra ortalaması 204,57, erkeklerin sıra ortalaması 203,23 olup, Mann-Whitney U testi U=20077,0; p=,909 değerini göstermiştir. Bu bulgular, gençlerin cinsiyetleri ile rekreasyon farkındalıkları arasında anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymaktadır (p>,05). Günümüzde toplumsal cinsiyet rollerinin dönüşmesi sonucunda spor, doğa yürüyüşü, sanat, bireysel hobi etkinlikleri hem kadın hem erkekler için ulaşılabilir hale gelmiştir. Kültürel kodların zayıflaması nedeniyle cinsiyetlere özgü sayılan rekreasyon biçimleri artık cinsiyet temelli ayrışma yaratmamaktadır. Eğitim ve sosyal farkındalığın artmasıyla da iki cinsiyet de benzer rekreasyon bilinci ve farkındalığına sahip olduğu düşünülmektedir.

Çalışmanın sonuçları literatür ile değerlendirildiğinde; Koç & ark.'nın (2022) spor yapan 446 bireyin rekreasyon farkındalık düzeyleri ile yaşama bağlılık düzeylerini inceledikleri çalışmalarında, katılımcıların cinsiyet durumlarının rekreasyon farkındalık düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmadığını tespit etmişlerdir. Kılıçman (2020) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmasında cinsiyet değişkeni ile rekreasyonel

farkındalık durumları arasında arasında anlamlı farklılık olmadığını ve yine başka bir çalışma olan, Keleş (2023) üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdiği çalışmasında rekreasyonel farkındalık durumlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Ayyıldız Durhan, Kayhalak ve Kurtipek (2022) çalışmalarında katılımcıların rekreasyonel farkındalılıklarının cinsiyete göre farklılık göstermediğini tespit etmişlerdir. İpek (2019) çalışmasında ölçek genelinden ve diğer tüm alt boyutlardan kadınlar ve erkekler arasında anlamlı bir farklılık göstermediğini tespit etmiştir. Bu çalışmaların sonuçları mevcut çalışmamızın sonuçlarını desteklemekte birlikte farklı sonuçlar barındıran çalışmalar da mevcuttur; Geven & Yaşartürk (2024) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmasında cinsiyet değişkeni ile rekreasyon farkındalık toplam ve alt boyut puanları arasında anlamlı ilişki tespit etmiştir. Satılmış & ark. (2022) pandemi sürecinde üniversiteli bireylerin rekreasyon farkındalık düzeylerini inceledikleri çalışmalarında kadınların rekreasyon farkındalık düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Bu farklılıklar, örneklem özelliklerinin (yaş grubu, spor yapma alışkanlığı, pandemi gibi olağanüstü koşullar), ölçme araçlarının ve araştırma dönemlerinin çeşitliliğinden kaynaklanabileceği gibi, toplumsal cinsiyet algılarındaki bölgesel ve dönemsel değişkenlikleri de yansıtabilir niteliktedir. Sonuç olarak, literatürün genel eğilimi mevcut çalışmanın bulgularıyla uyum göstermekte olup, cinsiyetin rekreasyonel farkındalık üzerindeki etkisi sınırlı görünmektedir.

Çalışmaya katılan gençlerin yaş durumları ile Rekreasyon Farkındalık ölçeği durumlarının Kruskal-Wallis H analizi Tablo 9.8'de verilmiştir.

Tablo 3.8 Katılımcıların Yaş Durumları ile Rekreasyon Farkındalık Durumlarının Kruskal-Wallis H Analizi

	Yaş	**N**	**Sıra Ort.**	**H/p. Değeri**
Rekreasyonel Farkındalık Ölçeği	18-20 Yaş	97	173,09	**H= 9,343**
	21-24 Yaş	183	209,63	**p.= ,009**
	25-30 Yaş	127	219,50	
	Toplam	407		
Haz-Eğlence	18-20 Yaş	97	182,05	**H= 9,164**
	21-24 Yaş	183	198,90	**p.= ,010**
	25-30 Yaş	127	228,11	
	Toplam	407		
Sosyal-Başarı	18-20 Yaş	97	176,93	**H= 6,791**
	21-24 Yaş	183	212,54	**p.= ,034**
	25-30 Yaş	127	212,37	
	Toplam	407		
Kendini Geliştirme	18-20 Yaş	97	169,89	**H= 10,826**
	21-24 Yaş	183	214,23	**p.= ,004**
	25-30 Yaş	127	215,31	
	Toplam	407		

Tablo 9.8. incelendiğinde, katılımcıların yaş durumları ile Rekreasyon Farkındalık Ölçeği ve alt boyutları arasında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir (p.<,05). Rekreasyonel Farkındalık ölçeği açısından, yaş gruplarının sıra ortalamaları, sırasıyla 173,09 (18-20 yaş), 209,63 (21-24 yaş), 219,50 (25-30 yaş) olarak bulunmuş ve test sonucunun H=9,343; p=,009 ile anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu, yaş ilerledikçe rekreasyonel farkındalık düzeyinin arttığını göstermektedir ve hipotez 3 kabul edilmiştir. Yaş ilerledikçe sosyal imkanların bilinçli kullanan ve bireysel ve grup etkinliklerini ayırt eden sosyo-psikolojik olgulaşan bireylerin davranışları daha belirginleşmekte olduğu söylenebilir.

Alt boyutlar incelendiğinde de benzer eğilimler görülmektedir. Haz-Eğlence boyutunda sıra ortalamaları 182,05 (18-20 yaş), 198,90 (21-24 yaş), 228,11 (25-30 yaş) olduğu ve H=9,164; p=,010 değeri ile anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır. Bu durum, daha büyük yaş gruplarının rekreasyon faaliyetlerinden haz ve eğlence boyutunda daha yüksek düzeyde faydalandığını göstermektedir.

Sosyal-Başarı boyutunda sıra ortalamaları 176,93 (18-20 yaş), 212,54 (21-24 yaş), 212,37 (25-30 yaş) olarak hesaplanmış ve H=6,791; p=,034 ile anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu sonuç, yaş ilerledikçe rekreasyonun sosyal ilişkiler ve başarı duygusu açısından daha fazla önem kazandığını ortaya koymaktadır.

Kendini Geliştirme boyutunda sıra ortalamaları 169,89 (18-20 yaş), 214,23 (21-24 yaş), 215,31 (25-30 yaş) olup, H=10,826; p=,004 ile anlamlı bir fark göstermektedir. Bu bulgu, yaş gruplarının kişisel gelişim boyutunda rekreasyon farkındalığı açısından farklılaştığını ve yaş ilerledikçe bireylerin kendini geliştirme amaçlı rekreasyon etkinliklerine daha fazla önem verdiğini göstermektedir. Buna göre, yaş arttıkça bireylerin rekreasyon farkındalık düzeylerinin yükseldiği söylenebilir. Çalışmanın sonuçları literatür ile değerlendirildiğinde; Geven & Yaşartürk (2024) çalışmasında yaş değişkeni ile rekreasyon farkındalık toplam ve alt boyut puanları incelendiğinde sosyal-başarı alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Keleş (2023) çalışmasında, katılımcıların rekreasyonel farkındalık durumlarının yaşa göre farklılaşmakta olduğunu ve yaş arttıkça bireylerin de rekreasyon farkındalık düzeylerinin yükseldiği saptanmıştır. Bebek & Çakmak Yıldızhan (2022) kadınlar üzerine yaptıkları çalışmalarında yaş değişkeni ile rekreasyon farkındalık düzeyi arasında anlamlı ilişki tespit etmişlerdir. Ekinci & Özdilek (2019) üniversite öğrencileri üzerine yapılan bir çalışmada rekreasyon farkındalık ile yaş değişkeni arasında tüm alt boyutlarda anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu çalışmaların aksine literatür incelendiğinde rekreasyon farkındalık ve yaş değişkeni arasında anlamlı ilişki tespit edilmeyen çalışmalarda yer almaktadır. Uzuner & Turgut (2023) üstün zekâlı ortaöğretim öğrencileri ile yapmış olduğu

çalışmasında ve Bülbül & ark. (2021)'nin spor elemanları ile yaptıkları çalışmalarında yaş değişkeni ile rekreasyon farkındalığı arasında anlamlı bir farklılığın olmadığını saptamışlardır. Demirel & ark. (2021) ise yaş değişkeninin rekreasyon farkındalığında anlamlı bir farklılığa sebep olmadığını saptamışdır.Bu bulgular genel olarak değerlendirildiğinde, yaş değişkeninin rekreasyon farkındalığı üzerindeki etkisine dair literatürde farklı sonuçların yer aldığı görülmektedir. Birçok çalışma yaşın ilerlemesiyle birlikte bireylerin rekreasyon farkındalığının arttığını, hatta bazı alt boyutlarda anlamlı farklılıklar ortaya çıktığını göstermektedir. Buna karşın, bazı araştırmalarda yaşın rekreasyon farkındalığı üzerinde belirleyici bir etken olmadığı ve anlamlı bir farklılık yaratmadığı sonucu elde edilmiştir. Bu durum, çalışmalarda ele alınan örneklem gruplarının özelliklerinin, yaş aralıklarının ve rekreasyon farkındalığını etkileyebilecek çevresel ya da bireysel faktörlerin farklılık göstermesiyle açıklanabilir.

Çalışmaya katılan gençlerin eğitim durumları ile Rekreasyon Farkındalık ölçeği durumlarının Kruskal-Wallis H analizi Tablo 9.9'de verilmiştir.

Tablo 3.9 Katılımcıların Eğitim Durumları ile Rekreasyon Farkındalık Durumlarının Kruskal-Wallis H Analizi

	Eğitim Durumu	**N**	**Sıra Ort.**	**H/p. Değeri**
Rekreasyonel Farkındalık Ölçeği	Lise	82	224,35	H= 4,49
	Ön lisans	140	194,35	p.= ,212
	Lisans	156	206,11	
	Yüksek Lisans/Doktora	29	181,69	
	Toplam	407		
Haz-Eğlence	Lise	82	219,47	H= 4,77
	Ön lisans	140	187,42	p.= ,189
	Lisans	156	210,76	
	Yüksek Lisans/Doktora	29	203,95	
	Toplam	407		
Sosyal-Başarı	Lise	82	218,70	H= 2,44
	Ön lisans	140	200,16	p.= ,486
	Lisans	156	203,77	
	Yüksek Lisans/Doktora	29	182,21	
	Toplam	407		
Kendini Geliştirme	Lise	82	228,38	**H= 7,94**
	Ön lisans	140	194,69	**p.= ,047**
	Lisans	156	206,98	
	Yüksek Lisans/Doktora	29	163,93	
	Toplam	407		

Tablo 9.9. incelendiğinde, Rekreasyonel Farkındalık ölçeği açısından eğitim gruplarının sıra ortalamaları lise mezunları için 224,35, ön lisans mezunları için 194,35, lisans mezunları için 206,11, yüksek lisans/doktora mezunları için ise 181,69 olarak bulunmuş ve test sonucu H=4,49; p=,212 ile anlamlı farklılık göstermemiştir. Bu bulgu, katılımcıların

eğitim durumlarının rekreasyon farkındalık düzeyini istatistiksel olarak etkilemediğini ortaya koymaktadır. Hipotez 4 kabul edilmiştir. Katılımcıların eğitim durumlarının rekreasyonel farkındalık düzeylerini genel çerçevede etkilemediği fakat Kendini Geliştirme alt boyutunda anlamlı farklılaşma olduğu görülmüştür.

Alt boyutlar incelendiğinde, Haz-Eğlence boyutunda sıra ortalamaları lise 219,47, ön lisans 187,42, lisans 210,76 ve yüksek lisans/doktora 203,95 olarak hesaplanmış ve H=4,77; p=,189 ile anlamlı bir fark bulunmamıştır. Sosyal-Başarı boyutunda da sıra ortalamaları lise 218,70, ön lisans 200,16, lisans 203,77 ve yüksek lisans/doktora 182,21 şeklindedir ve H=2,44; p=,486 ile anlamlı farklılık gözlenmemiştir.

Kendini Geliştirme boyutunda sıra ortalamaları lise 228,38, ön lisans 194,69, lisans 206,98 ve yüksek lisans/doktora 163,93 olarak bulunmuş ve test sonucu H=7,94; p=,047 ile anlamlı farklılık göstermiştir. Bu bulgu, özellikle lise ve lisans düzeyindeki katılımcıların kendini geliştirme boyutunda rekreasyon farkındalığının diğer eğitim düzeylerine göre daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Başka bir ifadeyle lise mezunlarının daha yüksek puan alması, rekreasyonu kişisel gelişim alanı olarak görmeleriyle ilişkili olduğu ve diğer eğitim düzeylerinin ise rekreasyonu daha çok dinlenme veya sosyal denge olarak gördüğü düşünülmektedir.

Genel olarak, eğitim durumunun çoğu alt boyutta ve genel ölçek puanında anlamlı bir fark yaratmadığı, yalnızca kendini geliştirme boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Çalışmanın sonuçları literatür ile değerlendirildiğinde; Akbulut & Başkan (2023) Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü çalışanları üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmasında bireylerin öğrenim durumu değişkenine göre iş yeri rekreasyon farkındalıkları durumlarının alt boyut puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Tekin, Harmancı & Gümüşgül (2024) master atletlerinin rekreasyon fayda farkındalığı üzerinde yapmış oldukları çalışmanın sonucunda rekreasyon fayda farkındalığı puanları ile öğrenim durumu değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiş fakat lisans ve ön lisans mezunu bireylerin fiziksel, psikolojik ve sosyal fayda farkındalığı puanlarının ilk ve orta öğretim mezunu bireylerin puanlarından anlamlı derecede yüksek olduğunu tespit etmişlerdir.

Bu çalışmaların aksine literatür incelendiğinde rekreasyon farkındalık ve eğitim durumu değişkeni arasında anlamlı ilişki tespit edilmeyen çalışmalarda yer almaktadır. Hergüner'in (1993) yaptığı çalışmada, rekreasyonel etkinliklere katılan bireylerin eğitim düzeyi arttıkça etkinliklere katılımın da arttığı ve katılacakları etkinliği seçerken eğitim düzeyinin ilişkili olduğu görülmüştür. Güzel & diğ. (2020) yaptıkları çalışmada, rekreasyonel

etkinliklere katılım türü ile eğitim düzeyi arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu bulunmuştur. Karakullukçu (2009) yapmış olduğu çalışmasında, rekreasyonel etkinliklere katılan bireylerin eğitim seviyesi düştükçe serbest zamanlarında yaptıkları etkinlikleri yalnız yapma eğiliminde olduğu ve eğitim seviyesi arttıkça toplu yapılan etkinliklerin arttığı görülmüştür. Çalışmaların sonuçlarındaki bu farklılıklar, rekreasyon farkındalığı düzeyinin, bireylerin yaşam tarzları, sosyal çevreleri, mesleki koşulları ve rekreasyon olanaklarına erişim düzeyleri gibi faktörlerin de önemli rol oynayabileceğini göstermektedir.Çalışmaya katılan gençlerin aylık rekreasyon bütçe durumları ile Rekreasyon Farkındalık ölçeği durumlarının Kruskal-Wallis H analizi Tablo 9.10'da verilmiştir.

Tablo 3.10 Katılımcıların Aylık Rekreasyon Bütçe Durumları ile Rekreasyon Farkındalık Durumlarının Kruskal-Wallis H Analizi

	Aylık Rekreasyon Bütçesi	**N**	**Sıra Ort.**	**H/p. Değeri**
Rekreasyonel Farkındalık Ölçeği	0-1000 TL.	81	184,25	H= 6,56
	1001-1500 TL.	119	196,67	p.= ,087
	1501-2000 TL.	114	225,49	
	2001 TL. ve üzeri	93	204,24	
	Toplam	407		
Haz-Eğlence	0-1000 TL.	81	197,52	H= 2,51
	1001-1500 TL.	119	194,37	p.= ,473
	1501-2000 TL.	114	217,10	
	2001 TL. ve üzeri	93	205,91	
	Toplam	407		
Sosyal-Başarı	0-1000 TL.	81	181,89	H= 7,46
	1001-1500 TL.	119	199,17	p.= ,059
	1501-2000 TL.	114	226,85	
	2001 TL. ve üzeri	93	201,43	
	Toplam	407		
Kendini Geliştirme	0-1000 TL.	81	182,10	**H= 7,82**
	1001-1500 TL.	119	197,83	**p.= ,050**
	1501-2000 TL.	114	227,59	
	2001 TL. ve üzeri	93	202,06	
	Toplam	407		

Tablo 9.10. incelendiğinde, Rekreasyonel Farkındalık ölçeği sıra ortalamaları aylık rekreasyon bütçe gruplarına göre sırasıyla 184,25 (0-1000 TL.), 196,67 (1001-1500 TL.), 225,49 (1501-2000 TL.), 204,24 (2001 TL. ve üzeri) olarak bulunmuş ve Kruskal-Wallis H testi sonucu H=6,56; p=,087 ile anlamlı bir farklılık göstermemiştir.

Alt boyutlar açısından değerlendirildiğinde, Haz-Eğlence boyutunda sıra ortalamaları 197,52 (0-1000 TL.), 194,37 (1001-1500 TL.), 217,10 (1501-2000 TL.), 205,91 (2001 TL. ve üzeri) olup, H=2,51; p=,473 ile anlamlı bir fark saptanmamıştır. Sosyal-Başarı boyutunda sıra ortalamaları 181,89 (0-1000 TL.), 199,17 (1001-1500 TL.), 226,85 (1501-2000 TL.), 201,43

(2001 TL. ve üzeri) olarak hesaplanmış ve H=7,46; p=,059 ile sınırda bir anlamlılık göstermektedir.

Kendini Geliştirme boyutunda sıra ortalamaları 182,10 (0-1000 TL.), 197,83 (1001-1500 TL.), 227,59 (1501-2000 TL.), 202,06 (2001 TL. ve üzeri) olup, test sonucu H=7,82; p=,050 ile istatistiksel olarak anlamlı bir değer göstermektedir. Bu bulgular, katılımcıların aylık rekreasyon bütçesi genel rekreasyon farkındalık düzeyi üzerinde belirgin bir etkisi olmasa da, özellikle 1501-2000 TL bütçe grubunda sosyal-beceriler ve kendini geliştirme boyutlarında farkındalığın daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Hipotez 5 kabul edilmiştir. Katılımcıların aylık rekreasyon bütçe durumlarının rekreasyonel farkındalık/katılım düzeylerini genel çerçevede etkilemediği fakat Kendini Geliştirme alt boyutunda anlamlı farklılaşma olduğu görülmüştür.

Çalışmanın sonuçları literatür ile değerlendirildiğinde; Kılıçman (2020) çalışmasında, katılımcıların aile gelir düzeyleri ile rekreasyonel farkındalık tüm alt boyutlarda anlamlı farklılık olduğunu saptamıştır. Yüksek gelir düzeyin sahip olan ailelerin rekreasyonel farkındalık durumlarının tüm alt boyutlarında diğer gruplara göre daha anlamlı çıkmıştır. Bu sonuç çalışmanın Kendini Geliştirme alt boyut sonucunu desteklemektedir.

Çalışmaya katılan gençlerin haftalık rekreasyon süresi ile Rekreasyon Farkındalık ölçeği durumlarının Kruskal-Wallis H analizi Tablo 9.11'da verilmiştir.

Tablo 3.11 Katılımcıların Haftalık Rekreasyon Süresi ile Rekreasyon Farkındalık Durumlarının Kruskal-Wallis H Analizi

	Haftalık Rekreasyon Süresi	**N**	**Sıra Ort.**	**H/p. Değeri**
Rekreasyonel Farkındalık Ölçeği	0-2 Saat	86	171,00	**H= 11,83**
	3-5 Saat	164	206,05	**p.= ,008**
	6-10 Saat	117	227,90	
	11 saat ve üzeri	40	196,63	
	Toplam	407		
Haz-Eğlence	0-2 Saat	86	177,53	H= 6,19
	3-5 Saat	164	206,91	p.= ,102
	6-10 Saat	117	217,78	
	11 saat ve üzeri	40	208,68	
	Toplam	407		
Sosyal-Başarı	0-2 Saat	86	174,15	**H= 11,91**
	3-5 Saat	164	205,47	**p.= ,008**
	6-10 Saat	117	229,48	
	11 saat ve üzeri	40	187,61	
	Toplam	407		
Kendini Geliştirme	0-2 Saat	86	173,48	**H= 11,04**
	3-5 Saat	164	205,01	**p.= ,011**
	6-10 Saat	117	228,06	
	11 saat ve üzeri	40	195,09	
	Toplam	407		

Tablo 9.11. incelendiğinde, Rekreasyonel Farkındalık ölçeği sıra ortalamaları haftalık rekreasyon süresine göre sırasıyla 171,00 (0-2 Saat), 206,05 (3-5 Saat), 227,90 (6-10 Saat), 196,63 (11 saat ve üzeri) olarak bulunmuş ve Kruskal-Wallis H testi sonucu H=11,83; p=,008 ile anlamlı bir farklılık göstermiştir. Bu bulgu, haftalık rekreasyon süresi arttıkça genel rekreasyon farkındalık düzeyinin yükseldiğini ortaya koymaktadır. Hipotez 6 kabul edilmiştir. Haftalık rekreasyon süresi 6-10 saat arası bireylerin diğer gruplara göre daha fazla rekreasyonel farkındalık/katılım düzeyine sahip olduğu görülmüştür.

Alt boyutlar incelendiğinde, Haz-Eğlence boyutunda sıra ortalamaları 177,53 (0-2 Saat), 206,91 (3-5 Saat), 217,78 (6-10 Saat), 208,68 (11 saat ve üzeri) olup, H=6,19; p=,102 ile anlamlı bir farklılık göstermemiştir.

Sosyal-Başarı boyutunda sıra ortalamaları 174,15 (0-2 Saat), 205,47 (3-5 Saat), 229,48 (6-10 Saat), 187,61 (11 saat ve üzeri) olarak bulunmuş ve H=11,91; p=,008 ile anlamlı bir fark ortaya çıkmıştır. Bu durum, özellikle orta süreli (3-10 saat) rekreasyon faaliyetlerinin sosyal ilişkiler ve başarı algısını artırdığını göstermektedir. Kendini Geliştirme boyutunda sıra ortalamaları 173,48 (0-2 Saat), 205,01 (3-5 Saat), 228,06 (6-10 Saat), 195,09 (11 saat ve üzeri) olup, test sonucu H=11,04; p=,011 ile istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir. Bu bulgu, haftalık rekreasyon süresinin artmasının, özellikle 3-10 saat aralığında, bireylerin kendini geliştirme boyutundaki farkındalığını olumlu etkilediğini ortaya koymaktadır.

Çalışmanın sonuçları literatür ile değerlendirildiğinde; Keleş (2023) çalışmasında bireylerin rekreasyonel farkındalık durumlarının günlük zorunlu işler dışında ayrılan süreye göre anlamlı bir farklılık gösterdiğini belirtmiştir. Çalışmada kendilerine ayırdıkları süresi yüksek olan öğrencilerin kendilerine ayırdıkları süre az olan öğrencilere göre rekreasyonel farkındalık düzeyleri daha yüksek çıkmıştır. Satılmış, Ekinci & Güler (2022) çalışmasında da bireylerin haftalık serbest zaman süresinin rekreasyonel farkındalık durumları ve alt boyutlarında anlamlı yönde etkisinin olduğunu tespit etmişlerdir. Haftalık serbest zaman süresi 16 saat ve üzeri olan katılımcıların diğer gruplardan daha fazla rekreasyonel farkındalık düzeyine sahip olduğu görülmüştür. Bu çalışmaların sonuçları mevcut çalışmamızın bulgularını desteklerken, farklı sonuçlar elde eden çalışmalarda mevcuttur; Akbulut & Başkan (2023) çalışmasında bireylerin rekreatif etkinliklere katılım sıklığına göre iş yeri rekreasyon farkındalıkları durumlarının ve alt boyut puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını saptamıştır. Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde, daha fazla serbest zamana sahip bireylerin rekreasyonel farkındalık düzeylerinin daha yüksek olduğunu ve bunun hem genel farkındalık puanlarına hem de alt boyutlara yansıdığını göstermektedir. Bu durum, bireylerin

kendilerine zaman ayırabildikçe rekreasyonel etkinliklere yönelik ilgi, katılım ve farkındalıklarının arttığını düşündürmektedir. Öte yandan, serbest zaman miktarı ile farkındalık arasında anlamlı bir ilişki bulamayan çalışmalara da rastlanmaktadır. Bu tür farklı sonuçlar, katılımcı gruplarının yaşam koşullarındaki, zaman yönetimi alışkanlıklarındaki veya rekreasyon olanaklarına erişim düzeylerindeki farklılıklardan kaynaklanabilir.

SONUÇ

Bu araştırma, Sivas ilinde yaşayan 18–30 yaş aralığındaki genç bireylerin rekreasyon farkındalık düzeylerini incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Gençlerin boş zamanlarını nasıl değerlendirdiklerinin hem bireysel refah hem de toplumsal gelişim açısından taşıdığı önemden hareketle, rekreasyonel farkındalık düzeyi ile demografik değişkenler ve katılım özellikleri arasındaki ilişkiler ele alınmıştır. Araştırma kapsamında 470 katılımcıdan toplanan verilerden, geçerlilik ve tutarlılık kriterlerini karşılayan 407 anket analizlere dâhil edilmiştir.

Araştırma bulguları, genç bireylerin genel olarak rekreasyon farkındalık düzeylerinin yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Rekreasyonel Farkındalık Ölçeği'nin genel ortalamasının 4,19 olması, gençlerin rekreasyonel etkinlikleri yalnızca eğlence amacıyla değil; aynı zamanda kendini geliştirme, sosyal başarı ve kişisel kazanımlar açısından da değerli gördüklerini göstermektedir. Ölçeğin alt boyutları incelendiğinde, en yüksek farkındalık düzeyinin kendini geliştirme boyutunda olduğu, haz-eğlence ve sosyal başarı boyutlarının da yüksek düzeylerde seyrettiği belirlenmiştir. Bu durum, gençlerin rekreasyonu çok yönlü bir deneyim olarak algıladıklarını ve bilinçli bir boş zaman değerlendirme aracı olarak gördüklerini ortaya koymaktadır.

Demografik değişkenler açısından değerlendirildiğinde, cinsiyet değişkeninin rekreasyon farkındalığı üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı tespit edilmiştir. Kadın ve erkek katılımcılar arasında farkındalık düzeyleri bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaması, rekreasyonel farkındalığın cinsiyetten bağımsız bir yapı sergilediğini göstermektedir. Buna karşın yaş değişkeni**,** rekreasyon farkındalığı üzerinde belirleyici bir unsur olarak öne çıkmıştır. Yaş ilerledikçe genel farkındalık düzeyinin ve alt boyutlardaki farkındalığın arttığı görülmüş; bu bulgu, daha ileri yaş gruplarının rekreasyonel faaliyetlere daha bilinçli, planlı ve çok boyutlu bir bakış açısıyla yaklaştığını göstermektedir.

Eğitim durumu değişkeninin genel rekreasyon farkındalığı üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmamakla birlikte, kendini geliştirme boyutunda bazı farklılıklar tespit edilmiştir. Özellikle lise ve lisans düzeyindeki katılımcıların bu boyutta daha yüksek farkındalık düzeyine sahip olmaları, eğitim sürecinin bireylerin kişisel gelişime yönelik beklenti ve motivasyonlarını artırdığı şeklinde değerlendirilebilir.

Araştırmada, rekreasyon bütçesi ve haftalık rekreasyon süresi değişkenlerinin rekreasyon farkındalığı üzerinde anlamlı etkileri olduğu belirlenmiştir. Rekreasyonel etkinliklere daha fazla zaman ve mali kaynak ayıran bireylerin, özellikle sosyal başarı ve kendini geliştirme boyutlarında daha yüksek farkındalık düzeylerine sahip oldukları

görülmüştür. Bu bulgular, rekreasyonel faaliyetlere düzenli katılımın ve bu faaliyetlere ayrılan kaynakların, gençlerin rekreasyondan elde ettikleri sosyal ve kişisel kazanımları artırdığını ortaya koymaktadır. Nitekim katılım düzeyi ile rekreasyon farkındalığı arasında pozitif yönlü bir ilişki saptanmıştır.

Ölçeğin güvenirlik katsayısının 0,977 gibi oldukça yüksek bir değere sahip olması, elde edilen bulguların güvenilirliğini desteklemektedir. Genel olarak değerlendirildiğinde, gençlerin rekreasyonel etkinliklere katılım düzeylerinin orta-yüksek seviyede olduğu, sosyal etkileşim ve kişisel gelişim odaklı kazanımların rekreasyon farkındalığını artıran temel unsurlar arasında yer aldığı sonucuna ulaşılmıştır.

Sonuç olarak bu çalışma, Sivas ilindeki genç bireylerin rekreasyonel farkındalığının yüksek olduğunu ve bu farkındalığın özellikle yaş, rekreasyon bütçesi ve haftalık rekreasyon süresi gibi değişkenlerle anlamlı biçimde ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Elde edilen bulgular, gençlerin rekreasyonel etkinliklere yönelimlerini artırmaya yönelik planlamaların; bireylerin yaş özellikleri, ekonomik imkânları ve serbest zaman süreleri dikkate alınarak yapılmasının gerekliliğini vurgulamaktadır. Bu yönüyle çalışma, hem literatüre katkı sunmakta hem de gençlere yönelik rekreasyon politikaları ve uygulamaları için yol gösterici nitelik taşımaktadır.

Öneriler

Bu araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir:

1. Araştırmada yaş değişkeninin rekreasyon farkındalığı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Bu nedenle özellikle genç yaş gruplarında farkındalığı artırmaya yönelik eğitim, tanıtım ve yönlendirme çalışmalarının artırılması uygun olacaktır.
2. Rekreasyon bütçesinin farkındalık düzeyini etkilediği dikkate alınarak, düşük maliyetli veya ücretsiz rekreasyonel etkinliklerin yaygınlaştırılması, belediyeler ve üniversiteler tarafından sunulan sosyal ve sportif faaliyetlerin erişilebilirliğinin artırılması önerilmektedir.
3. Serbest zaman süresi ile farkındalık arasındaki anlamlı ilişki göz önüne alınarak, gençlerin düzenli rekreasyonel etkinliklere katılımını destekleyecek sosyal alanların, kulüplerin ve etkinliklerin artırılması uygun olacaktır.
4. Kendini geliştirme boyutunda yüksek farkındalık düzeylerinin elde edilmesi nedeniyle, kişisel gelişime katkı sağlayan kurs, atölye ve sosyal etkinliklerin

artırılması ve bu etkinliklerin öğrenci toplulukları ile iş birliği içinde düzenlenmesi önerilmektedir.

5. Rekreasyonun yalnızca eğlence değil, sosyal ve kişisel gelişim açısından da önemli bir süreç olduğu vurgulanarak, eğitim kurumlarında seminerler, bilgilendirme programları ve farkındalık çalışmaları yapılması uygun olacaktır.
6. Gençlerin düzenli rekreasyon katılımını desteklemek amacıyla güvenli, ulaşılabilir ve çeşitli rekreasyon alanlarının artırılması; mevcut sosyal ve sportif alanların etkin kullanımını sağlayacak düzenlemelerin yapılması gerekmektedir.
7. Gelecek araştırmalarda farklı yaş, eğitim ve sosyoekonomik düzeylerdeki bireylerin incelenmesi, ayrıca nitel veri toplama tekniklerinin kullanılması rekreasyon farkındalığının daha kapsamlı değerlendirilmesine katkı sağlayacaktır.

K A Y N A K Ç A

Akbulut, B., A. ve Başkan, A. H. (2023). Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü Çalışanlarının Rekreatif Etkinliklere Katılımını Kolaylaştıran Faktörlerin ve İş Yeri Rekreasyon Farkındalıklarının İncelenmesi. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 6(2), 53-75.

Akgül, K. A., Erdoğan, A., & Karabacak, E. (2023). Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin rekreasyonel liderlik düzeylerinin belirlenmesi. *Sivas Cumhuriyet University Journal of Sport Sciences*, 5(1), 62–67.

Akyüz, H., Kul, M., & Yaşartürk, F. (2016). Rekreasyon açısından ormanlar ve çevre. *International Journal of Sport Culture and Science*, 2(Special Issue 1), 881-890.

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. Doi:10.1080/02614369737549.

Ardahan F., & Kaplan Kalkan, A. (2017). Açık alan rekreasyonunun ortaya çıkışı. F. Ardahan (Ed.), *Açık Alan Rekreasyonu* içinde (s.1-10). Ankara: Detay Yayıncılık.

Ardahan, F., Turgut, T. & Kaplan-Kalkan, A. K. (2016). Her yönüyle rekreasyon. F. Ardahan (Ed.), *Serbest Zaman Ve Rekreasyon* içinde (s. 1-116). Ankara: Detay Yayıncılık.

Ayyıldız Durhan, T., Kayhalak, F. ve Kurtipek, S. (2022). Rekreasyon Farkının Rekreasyonel Satın Alma Tarzları Üzerine Etkisi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 460-477. ISSN: 2458-9373.

Bakker, C. (2011). *An examination of the association of métis youth's recreation participation and academic retention* (Master's thesis). University of Waterloo, Canada.

Baştuğ, G., Zorba, E., Duyan, M. & Çakır, Ö. (2017). Farklı kültürlerde rekreasyon: serbest zaman aktivitelerinin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 14(4), 3895-3904. Doi:10.14687/jhs. v14i4.461.

Bebek, S. & Çakmak Yıldızhan, Y. (2022). Researching of the relationship between women's body attitudes, recreational awareness levels of women. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(Özel Sayı 1), 636-652. https://doi.org/10.38021/asbid.1215512

Beşikçi, T. (2020). *Üniversite kampüslerinde rekreasyon uygulamalarının serbest zaman engelleri, kolaylaştırıcıları ve doyumu üzerine etkileri* (Doktora Tezi). Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa.

Bustam, T. D., Thapa, B., & Buta, N. (2011). Demographic differences within race/ethnicity group constraints to outdoor recreation participation. *Journal of Park & Recreation Administration*, 29(4).

Bülbül, A., Olcucu, B., ve Akyol, G. (2021). Spor elemanlarının rekreasyon fayda farkındalığı ile bedenlerini beğenme düzeyleri arasındaki ilişki. *Karadeniz Uluslararası Bilimsel Dergi*, 1(50), 110-123.

Casey, N. (2017). *Nature photography-conserving the wilds for the future*. https://digitalrepository.trincoll.edu/trinitypapers/56

Caves, R. W. (1982). *Outdoor recreation participation in delaware: a multivariate analysis* (Order No. 8221995). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (303224169). https://www.proquest.com/dissertations-theses/outdoor-recreation participation delaware/docview/303224169/se-2.

Che Abu Shafie, A. (2012). *Participation of muslim in the leisure and recreational activities in Kuching, Sarawak*. The 9th Regional Symposium of The Malay Archipelago 11-12 December, Perak, Malaysia.

Choe, J., Dong, E., & Chick, G. (2013). Religion as recreation: an anthropological approach. *Journal for the Liberal Arts and Sciences*, 17(2), 19-34.

Chung, P. K., Liu, J. D., & Chen, W. P. (2013). Perceived constraints on recreational sport participation: evidence from chinese university students in hong kong. *World Leisure Journal*, 55(4), 347–359. Doi:10.1080/04419057.2013.83655.

Crawford, D. W., & Godbey, G. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*, 9(2), 119-127. Doi: 10.1080/01490408709512151.

Crawford, D. W., Jackson, E. L., & Godbey, G. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 13(4), 309–320. Doi:10.1080/01490409109513147.

Çakır, O. (2017). Rekreasyonel liderlik ve turist rehberliği, kuram ve kuramlar üzerinde bir analiz. M. Akoğlan-Kozak (Ed.), Ankara: Detay Yayıncılık, 6, 39.

Çavuşoğlu, F. (2021). Kapalı alanlarda gerçekleştirilen rekreasyonel faaliyetleri. Ü. Gaberli ve Y. Yağmur (Ed.), *Açık ve Kapalı Alan Rekreasyonu* içinde (s. 101-117). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Çınar, M. (2018). *Rekreatif faaliyetlere katılan 9-14 yaş grubunun benlik saygısı ve sosyalleşme düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Çiftçioğlu, S. (2022). Ortaokul öğrencilerinin rekreasyon faaliyetlerine katılım zorlukları: mut örneği. *Anatolia Social Research Journal*, 1(1), 80-90.

Çuhadar, A., & Gönül, K. (2021). *ASAD-2021: Spor-eğitim-sağlık* (A. Çelik, Ed.). İstanbul: Efe Akademi.

Dal, S. (2018). *İşyeri rekreasyonunun çalışanların iş performansı, örgütsel özdeşleşme ve iyilik hali (wellness) üzerine etkisi* (Doktora Tezi). İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Dalkılıç, G., & Mil, B. (2017). Rekreasyon- animasyon hizmetlerinin sınıflandırılması ve otel işletmelerindeki öneminin değerlendirilmesi. *Beykoz Akademi Dergisi*, 5(2), 40-72. Doi: 10.14514/BYK.m.21478082.2017.5/2.40-72.

Demir, C., & Demir, N. (2006). Bireylerin boş zaman faaliyetlerine katılmalarını etkileyen faktörler ile cinsiyet arasındaki ilişki: lisans öğrencilerine yönelik bir uygulama. *Ege Akademik Bakış Dergisi*, 6 (1), 36-48.

Demirel, M., Kaya, A., Budak, D., Bozoğlu, M. S., ve Er, Y. (2021). Effect of covid-19 pandemic on recreational awareness and quality of life. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 23(2), 197-207.

Duran, M. (2014). *Kentin kırsal alan üzerindeki rekreasyon talepleri: Kastamonu örneği* (Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.

Ekinci, N., E. & Özdilek, Ç. (2019). Investigation of University Students' Awareness of Recreational Activities. *International Online Journal of Educational Sciences*, 11(2), 53-66. DOI: 10.15345/iojes.2019.02.004

Gedik- Arslan, S., & İstanbullu- Dinçer, F. F. (2019). *Kentsel dönüşüm çerçevesinde rekreasyon alanlarının turizm açısından değerlendirilmesi*. İstanbul: Yalın Yayıncılık.

Geven, C., & Yaşartürk, F. (2024). Üniversite öğrencilerinin rekreasyon farkındalık ve yükseköğrenim yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 13(3).

Geven, C., Yaşartürk, F. (2024). Üniversitedeki Rekreasyon Farkındalık ve Yükseköğrenim Yaşam Doyum Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 13(3), 288-9. https://doi.org/10.62425/rses.1590865

Gökçe, H. (2020). *Rekreasyon ve yerel yönetimler* (1. Baskı). Ankara: Pegem Akademi, 1- 77.

Grey, V. (1919). *Recreation*. Boston and New York: The Riverside Press Cambridge, 4-5.

Gül, T. (2014). Rekreasyon olgusuna genel yaklaşım. A. Yaylı (Der.), *Rekreasyona Giriş* içinde (s. 2-62). Ankara: Detay Yayıncılık.

Günel, C. (2022). *Türkiye'de çocuk ve gençlerin spora katılım engelleri* (Vol. 234). DBY Yayınları.

Güneş, P. (2019). *Diyarbakır halkının rekreasyonel eğilim ve taleplerinin kent meydanı parkı ve nevroz parkı örneğinde değerlendirilmesi üzerine bir araştırma* (Yüksek Lisans Tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Isparta.

Güven, F. (2022). *Rekreasyon ve spor* (1. Baskı). İstanbul: Efeakademi Yayınları.

Güzel, P., Esentaş, M., & Tez, Ö. Y. (2020). Rekreatif egzersiz ve motivasyon: Fitness merkezleri üzerine amprik bir çalışma. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3), 206-218. https://doi.org/10.31680/gaunjss.712108

Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A., & Dinç, Y. (2009). *Boş zamanlar ve rekreasyon yönetimi: örnek animasyon uygulamaları* (2. Baskı). Ankara: Detay Yayıncılık.

Hall, C. M., & Page, S. J. (2006). *The geography of tourism and recreation* (3rd Edition).

Hattaoğlu- Şahan, A., & Albayrak, Ş.G. (2022). Çocuk hükümlülerin sosyal, kültürel ve sportif rekreasyon faaliyetlerinin incelenmesi: ankara çocuk eğitim evi örneği. *Journal Of Gastronomy, Hospitality And Travel (Online)*, 5(1), 24-33.

Hazar, A. (2009). *Rekreasyon ve animasyon* (3. Baskı). Ankara: Detay Yayıncılık.

Hergüner, G. (1993). *Kadınların spor yapmalarını etkileyen sosyo-kültürel faktörler: Samsun İli uygulaması* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Hester, H. D. (2023). *Leisure constraints: a quantitative analysis of campus recreation outdoor adventure and intramural sports by race and gender* (Doctoral dissertation). University of West Georgia.

Işık Z. (2022). Rekreasyonun sosyal etkileri. G. N. Selçuk (Ed.), *Turizm ve rekreasyonda bölgesel kalkınma* içinde (s. 1-26). Erzurum: Atatürk Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayınları. https://adm.ataaof.edu.tr/pdf.aspx?du=dQS1dtf7Q5rqgC71cq%20y8w=, (erişim tarihi: 08.03.2026)

İpek, M. (2019). *Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyonel Faaliyetlere Katılımını Etkileyen Unsurların Yaşam Doyum Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman.

İskender, A., & Güçer, E. (2018). Boş zamanda sıkılma algısı ile riskli davranışlar arasındaki ilişkinin belirlenmesi: üniversite öğrencileri üzerine bir uygulama. *Turizm Akademik Dergisi*, 5 (1), 86-97.

Jackson, E. L. (2005). *Constraints to leisure*. Pennsylvania: Venture Publishing.

Jackson, E. L., & Blakely, V. W. (1983). *A study of barriers to recreation participation; Executive Summary*.

Jackson, E. L., & Scott, D. (1999). Constraints to leisure. E. L. Jackson and T. L. Burton (Ed.), *Leisure studies: prospects for the twenty-first century* içinde (s. 167–175). State College, PA: Venture Publishing.

Jensen, C. R. and Guthrie, S. (2006). *Outdoor Recreation in America* (6th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.

Kalkay, Y. K. (2019). *Güneydoğu anadolu bölgesi üniversite öğrencilerin rekreasyonel faaliyetlere katılım düzeyi ve engel olan faktörler* (Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kan Sönmez, N. (2022). *Akademisyenlerin rekreaktif faaliyetlere katılım düzeylerine yönelik bir değerlendirme* (s. 160-176). Future Trends in Leisure and Recreation Congress: Digital Recreation, 20-21/01/2022, Ankara, Turkey.

Kandemir- Altunel, G. (2021). *Kültürel rekreasyon alanlarında unutulmaz ziyaretçi deneyiminin unsurları: istanbul tarihi yarımada örneği* (Doktora Tezi). İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Karakullukçu, Ö. F. (2009). *Adalet bakanlığı çalışanlarının eğitim düzeylerine göre boş zaman değerlendirme alışkanlıkları* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Karaküçük, S. (1999). *Rekreasyon boş zamanları değerlendirme* (3. Baskı). Ankara: Gazi Kitabevi.

Karaküçük, S. (2008). *Rekreasyon boş zamanları değerlendirme*. Ankara: Gazi Kitabevi.

Karaküçük, S. (2014). *Rekreasyon boş zamanları değerlendirme*. Ankara: Gazi Kitabevi.

Karaküçük, S. (2018). *İslamiyet, boş zaman ve rekreasyon*. https://www.rekreasyonist.com/islamiyet-bos-zaman-ve-rekreasyon/, (erişim tarihi: 23.07.2025)

Karaküçük, S. ve Akgül, B.M. (2016). *Ekorekreasyon rekreasyon ve çevre* (1. Baskı). Ankara: Gazi Kitabevi, 13-18, 28, 55-64, 96.

Kartal, S., Temiz, B.İ., & Sipahi, S. (2021). Kentsel rekreasyon alanlarında mekânsal kalite: çankırı örneği. *The Journal of Academic Social Science*, 9 (119), 286-302.

Kaya, S. (2023). *Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin kişisel gelişim yönelimleri ile rekreasyon farkındalık ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Erzurum.

Keleş, Z., K. (2023). *Üniversite öğrencilerinde rekreasyonel farkındalık ve yaşam doyumu ilişkisi (Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi örneği)* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Karaman.

Kesim, Ü. (2016). İşyeri rekreasyonu. S. Karaküçük (Ed.), *Rekreasyon bilimi* içinde. Ankara: Gazi Kitabevi.

Keskin, U., & Bayram, A. (2018). Rekreatif aktivitelerin tüketim ürünleri sınıflandırması bağlamında değerlendirilmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 5(1), 1-13.

Kılavuz, M.E. S. & Topaçoğlu, O. (2023). Macera rekreasyonu. T. Uslu (Ed.), *Özgün zaman 220 etkinliklerine rekreatif katılım ve kampüs rekreasyonu* içinde (s.45-61). İzmir: Duvarkitapevi.

Kılıçarslan, F., & Ayyıldız-Durhan, T. (2024). Açık alan rekreasyonu çalışmalarına dair bibliyometrik analiz. *Tourism and Recreation*, 6(2), 235-24.

Kılıçman, İ. (2020). *Rekreasyon Farkındalığı ve Sosyal Medya Bağımlılığının Yaşam Doyumu Üzerine Etkilerinin İncelenmesi: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Karaman.

Kılıçman, İ., & Er, Y. (2021). *Üniversite öğrencilerinin yaşam tatminine ulaşmaları yolunda, rekreasyonel farkındalık ve sosyal medya bağımlılığının olası etkileri*. İstanbul: Efe Akademi Yayıncılık.

Kil, N., Holland, S. M., Stein, T. V., and Ko, Y. J. (2012). Place attachment as a mediator of the relationship between naturebased recreation benefits and future visit intentions. *Journal of Sustainable Tourism*, 20(4), 603–626.

Koç, M., Ece, C., Çetin, S., Şen, M. (2022). Düzenli Olarak Spor Yapan Bireylerin Rekreasyon Farkındalık ve Yaşama Bağlılık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Research in Sport Education and Sciences*, 24(2), 49-53. https://doi.org/10.5152/JPESS.2022.1010385

Korkmaz, N., & Karadeniz, N. (2004). Nallıhan-Hoşebe orman içi dinlenme yerinin rekreasyon kaynaklarının geliştirilmesi. *Tarım Bilimleri Dergisi*, 10(1), 24-30.

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.

M. ve Şener, G. (2013). Üniversite öğrencilerinin rekreasyon etkinliklerine katılımlarındaki sosyolojik etmenler ve yapısal kısıtlamalar. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 3(3), 725-744.

Mansur, B. (2021). *Bir Rekreasyon işletmesi olarak spor salonlarında müşterilerin hizmet kalite algılarının değerlendirilmesi: Konya Selçuklu Belediyesi fitness salonu örneği* (Yüksek Lisans Tezi). Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Karaman.

Mansuroğlu, S. (2002). Akdeniz Üniversitesi Öğrencilerinin Serbest Zaman Özellikleri ve Dış Mekan Rekreasyon Eğilimlerinin Belirlenmesi. *Akdeniz Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*, Antalya.

McLean, D. D., Hurd, A. R. and Rogers, N. B. (2008). *Kraus' Recreation and Leisure in Modern Society* (8th Edition). London: Jones And Bartlett Publishers Inc.

Mieczkowski, Z. (1990). *World trends in tourism and recreation*. New York: Peter Lang Publishing, Inc., 17.

Orel, F. D. ve Yavuz, M. C. (2003). Rekreasyonel turizmde müşteri potansiyelinin belirlenmesine yönelik bir pilot çalışma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(11), 61-76.

Öksüz, E. (2012). *Yüksek öğrenim kredi ve yurtlar kurumu ile özel yurtlarda ikamet eden öğrencilerin boş zaman faaliyetlerinin değerlendirilmesi (Balıkesir İli Örneği)* (Yüksek Lisans Tezi). Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.

Önal A. (2007). *Ev hanımlarının rekreasyon faaliyetlerine katılımlarının ve beklentilerinin tespiti (İstanbul Anadolu Yakası Örneği)* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.

Örs, H. (2023). *Yerel yönetimlerde rekreasyon hizmetleri ve kent halkının rekreasyonel faaliyetlere olan yaklaşımlarının incelenmesi: Mersin Büyükşehir Belediyesi örneği* (Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.

Öz, N. D. (2023). *Çocuk ve yaşlılarda rekreasyon*. Atatürk Üniversitesi Açık ve Uzaktan Öğretim Fakültesi. https://adm.ataaof.edu.tr/pdf.aspx?du=9vJr3N9X/JYyVRT3ojIzwg, (erişim tarihi: 08.03.2026)

Özcan, Ö. (2019). *Yerel yönetimlerin meslek edindirme kursları ve halk merkezleri çatısı altında sunduğu rekreasyon faaliyetlerine katılan kadınların akış deneyimi ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.

Özdemir, A. S., Evren, G. ve Karaküçük, S. (2016). Rekreasyon ve turizm. S. Karaküçük (Ed.), *Rekreasyon bilimi* içinde. Ankara: Gazi Kitabevi.

Özşen, Z. S. (2021). Serbest zaman kısıtlamalar teorisi. A. Uygur (Ed.), *Rekreasyonla ilişkili çeşitli teoriler: disiplinlerarası bir bakış* içinde (s. 83-90). Ankara: Nobel Yayın Evi.

Öztürk, Y. (2022). Rekreasyon Fayda Farkındalığı ve Yaşam Doyum Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Bir Araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 13(36), 1237-1250. https://doi.org/10.21076/vizyoner.1096705

Pirselimoğlu, Z. (2007). *Ekolojik temelli rekreasyon ve turizm planlama ilkelerinin araştırılması: Trabzon ili Çalköyü yayla yerleşimi örneği* (Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Fakültesi, Trabzon.

Ramazanoğlu, F., Altungül, O., & Özer, A. (2004). Sportif açıdan rekreasyon etkinliklerinin değerlendirmesi. *Fırat Üniversitesi Doğu Araştırmaları Dergisi*, 3 (1), 199-202.

Satılmış, S. E, Ekinci, N. E ve Güler, Y. (2022). Pandemi Sürecinde yaşanan Rekreasyon Farkındalık Düzeyleri ile Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişki. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(4), 769-784. https://doi.org/10.38021/asbid.1161540

Sezer, B., & Akova, O. (2016). Kent sakinlerinin rekreasyon tercihleri, rekreasyon alanlarının algılanan değeri ve gerçek kullanımı arasındaki ilişki. *Trakya Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 5(2), 94-115.

Soykan, F. (1999). Doğal çevre ve kırsal kültürle bütünleşen bir turizm türü: kırsal turizm. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 10 (1), 67-75.

Soylu, Y. (2019). *Doğal destinasyonlarda rekreatif faaliyetlere katılan ziyaretçilerin çevreci davranış ve çevreci satın alma davranışı: Kapadokya, Köprülü Kanyon ve Kazdağları örnekleri* (Doktora Tezi). Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çanakkale.

Şahin, İ., & Kocabulut, Ö. (2014). Akdeniz 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.

Tekin, A., Tekin, G., & Çalışır, M. (2017). Rekreasyonel spor. S. Karaküçük, S. Kaya ve B. M. Akgül. (Ed.), *Rekreasyon bilimi 2* içinde (s. 3-37). Ankara: Gazi Kitabevi.

Tekin, R., Harmancı, H. ve Gümüşgül, O. (2024). Master Atletlerde Rekreasyon Fayda Farkının İncelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(2), 185-197. https://doi.org/10.33459/cbubesbd.1435688

Tezcan, M. (1993). Postmodernizm ve Eğitim. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 26(1), 39-50.

Turkay, H., & Çeviker, A. (2016). Spotif rekreasyon kavramına sosyolojik bir bakış. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18 (4), 99-10.

Tütüncü, Ö., Aydın, İ., Küçükusta, D., Avcı, N. & Taş, İ. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımını Etkileyen Unsurların Analizi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 22(2), 69-83.

Uğurlu, A. (2005). *Rekreasyonel amaçlı doğa sporlarının turizm'de kullanılması Antalya Köprülü Kanyon rafting uygulaması* (Yüksek Lisans Tezi). Akdeniz Üniversitesi, Antalya.

Uzuner M., E. Turgut S. (2023). Üstün zekalı ortaöğretim öğrencilerinin rekreasyonel farkındalık düzeylerinin incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 604-616. https://doi.org/10.38021asbid.1361034

Üstün, Ü. D., & Aktaş Üstün, N. (2020). Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklerin faydaları hakkındaki farkındalıklarının incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(SI1), 38–48.

Vural, H., & Yılmaz, S. (2018). Ortaokul öğrencilerinin mekâna bağlı serbest zaman aktivite tercihleri ve rekreasyonel eğilimleri. *Türk Tarım ve Doğa Bilimleri Dergisi*, 5 (4), 424-432. Doi: 10.30910/turkjans.471208.

Yağcı, P. (2015). *Lisans düzeyinde rekreasyon bölümü müfredatlarının incelenmesi ve örnek müfredat çalışması* (Yüksek Lisans Tezi). Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.

Yayla, Ö. (2017). *Rekreasyon etkinliklerinde hizmet kalitesinin destinasyon imaj algısı ve davranışsal niyetler üzerine etkisi* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Yerlisu Lapa, T., & Ardahan, F. (2009). Akdeniz Üniversitesi öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerine katılım nedenleri ve değerlendirme biçimleri. *Hacettepe Journal of Sport Sciences*, 20(4), 132–144.

Yılgın, A. (2021). *Rekreasyon alanı kullanımına ilişkin katılım engellerinin ve motivasyonun yaşam becerisine olan etkisinin incelenmesi* (Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Yılmaz, Ş. (2007). *Rekreasyon faaliyetlerinin yönetim ve organizasyonu antalya bölgesindeki beş yıldızlı otel işletmelerine yönelik bir uygulama* (Yüksek Lisans Tezi). Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.

EK 1. ÖLÇEK İZNİ YAZISI

İlgili makama,

Akdeniz Üniversitesi/ Sosyal Bilimler Enstitüsü/ Turizm Yönetimi programı 202352078017 numaralı Yüksek Lisans Öğrencisi Alim Can TOYOĞLU'nun Doç. Dr. Neslihan ONUR danışmanlığında yürüteceği ***Gençlerin rekreasyon faaliyetleri hakkında görüşleri ve rekreasyon farkındalıklarının araştırılması; Sivas ili örneği*** çalışmasında 2019 yılında geliştirmiş olduğumuz Rekreasyon Farkındalık Ölçeğinin kullanımı için onay veriyorum.

İlgili çalışma: Ekinci, N. E., & Ozdilek, C. (2019). Investigation of university students' awareness of recreational activities. International Online Journal of Educational Sciences, 11(2), 53-66.

Gereğini bilgilerinize arz ederim.

14.02.2025
Prof. Dr. Nurullah Emir EKİNCİ

EK 2. ETİK KURUL KARARI

Evrak Tarih ve Sayısı: 23.06.2025-1240172

T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu
KURUL KARARI

TOPLANTI TARİHİ : 23.06.2025
TOPLANTI SAYISI : 22
KARAR SAYISI : 391

Üniversitemiz Manavgat Turizm Fakültesi Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü öğretim üyesi **Doç. Dr. Neslihan ONUR**'un danışmanlığını, **Alim Can TOYOĞLU**'nun araştırmacılığını üstlendiği, *"Gençlerin Rekreasyon Faaliyetleri Hakkında Görüşleri ve Rekreasyon Farkındalıklarının Araştırılması; Sivas İli Örneği"* konulu çalışmanın, fikri hukuki ve telif hakları bakımından metot ve ölçeğine ilişkin sorumluluğun başvurucuya ait olmak üzere, proje süresince uygulanmasının etik olarak **uygun olduğuna** 23/06/2025 tarihinde oy birliği ile karar verildi.

Prof. Dr. Hilmi DEMİRKAYA
Kurul Başkanı

Başkan	**Başkan Yrd.**	**Üye**
Prof. Dr.	**Prof. Dr.**	**Prof. Dr.**
Hilmi DEMİRKAYA	**Sibel PAŞAOĞLU YÖNDEM**	**Ebru İÇİGEN**
Üye	**Üye**	**Üye**
Prof. Dr.	**Prof. Dr.**	**Prof. Dr.**
Nurşen ADAK	**Taner KORKUT**	**Gökhan AKYÜZ**
	(görevli-izinli)	
Üye		
Prof.		
Ceren HEPYÜCEL		

Belge Takip Adresi : https://turkiye.gov.tr/ebd?eK=5543&eD=BSFS5LT762&eS=1240172

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır..

EK 3. ANKET FORMU

Genç Bireylerin Rekreasyonel Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi; Sivas İli Örneği

Bu anket, **Akdeniz Üniversitesi Yüksek Lisans** çalışmam kapsamında, gençlerin rekreasyonel faaliyetlere katılım düzeylerini ve rekreasyonel farkındalık düzeylerini incelemeyi amaçlamaktadır. Katılım yaklaşık 5–7 dakika sürecek ve yanıtlarınız gizli tutulacaktır. Lütfen her soruyu dikkatle yanıtlayınız. Teşekkürler!

* Zorunlu soruyu belirtir

Bölüm 1: Demografik Bilgiler

Lütfen
aşağıdaki soruları kendi kişisel bilgilerinize uygun şekilde işaretleyiniz. Tüm bilgiler gizli tutulacaktır.

1. **Yaşınız kaçtır?** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- ◯ 18-20
- ◯ 21-24
- ◯ 25-30

2. **Cinsiyetiniz nedir?** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- ◯ Kadın
- ◯ Erkek

3. **Eğitim durumunuz nedir?** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- ◯ Lise
- ◯ Ön Lisans
- ◯ Lisans
- ◯ Yüksek Lisans / Doktora

4. **Aylık rekreasyon bütçeniz ortalama ne kadardır?** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- ◯ 0–1000 TL
- ◯ 1001–1500 TL
- ◯ 1501–2000 TL
- ◯ 2001 TL ve üzeri

5. **Haftalık rekreasyon süreniz yaklaşık kaç saat?** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- ◯ 0–2 saat
- ◯ 3–5 saat
- ◯ 6–10 saat
- ◯ 11 saat ve üzeri

Bölüm 2: Rekreasyonel Faaliyetlere Katılım Düzeyi

Aşağıda yer alan ifadelere, sizin için ne derece geçerli olduğunu değerlendirerek yanıt veriniz. Her maddeyi 1'den 5'e kadar puanlayınız.
1: Kesinlikle Katılmıyorum 2: Katılmıyorum 3: Kararsızım 4: Katılıyorum 5: Kesinlikle Katılıyorum

6. **Boş zamanlarımda düzenli olarak rekreasyonel etkinliklere katılırım.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- ◯ 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- ◯ 2: Katılmıyorum
- ◯ 3: Kararsızım
- ◯ 4: Katılıyorum
- ◯ 5: Kesinlikle Katılıyorum

7. **Spor, doğa yürüyüşü, sanat gibi etkinliklere aktif olarak katılım gösteririm.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- ◯ 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- ◯ 2: Katılmıyorum
- ◯ 3: Kararsızım
- ◯ 4: Katılıyorum
- ◯ 5: Kesinlikle Katılıyorum

8. **Yeni rekreasyonel etkinlikler denemekten keyif alırım.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- ◯ 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- ◯ 2: Katılmıyorum
- ◯ 3: Kararsızım
- ◯ 4: Katılıyorum
- ◯ 5: Kesinlikle Katılıyorum

9. **Hafta sonlarımı genellikle rekreasyonel faaliyetlerle değerlendiririm.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- ◯ 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- ◯ 2: Katılmıyorum
- ◯ 3: Kararsızım
- ◯ 4: Katılıyorum
- ◯ 5: Kesinlikle Katılıyorum

10. **Rekreasyonel etkinlikler, günlük yaşamımın önemli bir parçasıdır.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- ◯ 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- ◯ 2: Katılmıyorum
- ◯ 3: Kararsızım
- ◯ 4: Katılıyorum
- ◯ 5: Kesinlikle Katılıyorum

11. **Rekreatif faaliyetlere bireysel olarak katılırım.(fiziksel, sanatsal)** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- ◯ 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- ◯ 2: Katılmıyorum
- ◯ 3: Kararsızım
- ◯ 4: Katılıyorum
- ◯ 5: Kesinlikle Katılıyorum

12. **Grup olarak düzenlenen rekreatif faaliyetlere katılırım. (fiziksel, sanatsal)** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

13. **Çevremdeki rekreasyonel olanakları takip ederim.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

14. **İş veya okul dışındaki zamanlarımı verimli geçirmek için rekreasyonel etkinliklere yönelirim.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

15. **Rekreasyonel katılımım, koşullara göre (mevsimsel, çevresel, psikolojik) değişmez; düzenlidir.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

16. **Rekreasyonel etkinliklere katılmak için özel olarak zaman planlaması yaparım.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

BÖLÜM 3: REKREASYONEL FARKINDALIK ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki
ifadeleri dikkatlice okuyunuz. Rekreasyonel faaliyetlerin bireysel ve toplumsal etkilerine ilişkin farkındalık düzeyinizi belirtiniz.

1:
Kesinlikle Katılmıyorum 2: Katılmıyorum 3: Kararsızım 4: Katılıyorum 5: Kesinlikle Katılıyorum

17. **Fiziksel tatmin sağlar.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

18. **Zindelik kazandırır.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

19. **Ruhu dinlendirir.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

20. **Günlük sıkıntılardan uzaklaşmamızı sağlar.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

21. **Boş zaman tatmini sağlar.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

22. **Heyecan verici deneyimler yaşatır.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

23. **Eğlendiricidir.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

24. **Yaşam kalitesini arttırır.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

25. **Yenilenmeye yardımcı olur.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

26. **Olumsuz düşüncelerden arındırır.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

27. **Zamanı iyi planlamamıza yardımcı olur.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

28. **Suç oranını azaltır.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

29. **Çalışma kapasitesini arttırır.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

30. **Yeni yetenek ve bilgilerin kazanımı için fırsatlar sağlar.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

31. **Başarı duygusu kazandırır.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

32. **Toplumsal fayda sağlar.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

33. **Kültürel çeşitliliği ve bütünlüğü sağlar.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

34. **Aidiyet duygusu kazandırır.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

35. **Yeni arkadaşlıklar kurmamıza yardımcı olur.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

36. **Sosyal tatmin sağlar.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

37. **Eğitimde başarıyı arttırır.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

38. **İyi bir gelecek kurmamıza yardımcı olur.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

39. **Statü kazandırır.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

40. **Boş zamanın verimli kullanımına yardımcı olur.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

41. **Yaratıcılık becerisi kazandırır.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

42. **Sosyal davranışlarımızı kontrol etmemize yardımcı olur.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

43. **Sosyalleştirir.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

44. **Toplumsal kurallara uygun yaşamamızı sağlar.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

45. **Zamanı iyi kullanmamıza yardımcı olur.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

46. **Düşünme, öğrenme, hafıza ve konsantrasyonu geliştirir.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

47. **Yeniliklere açık olma hissi kazandırır.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

48. **Doğa bilincini geliştirir.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

49. **Sağlıklı iletişim kurmamıza yardımcı olur.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

50. **Bireyin çevresini tanımasına yardımcı olur.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

51. **Özgüveni arttırır.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

52. **Doğa ile olan bağlarımızı güçlendirir.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

53. **Stres ve kaygıyı azaltır.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

54. **Bireyin kendisini tanımasına yardımcı olur.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

55. **Öz saygıyı artırır.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

56. **Kendini değerli görmesine katkı sağlar.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

57. **Bağımsız hareket edebilmesini sağlar.** *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

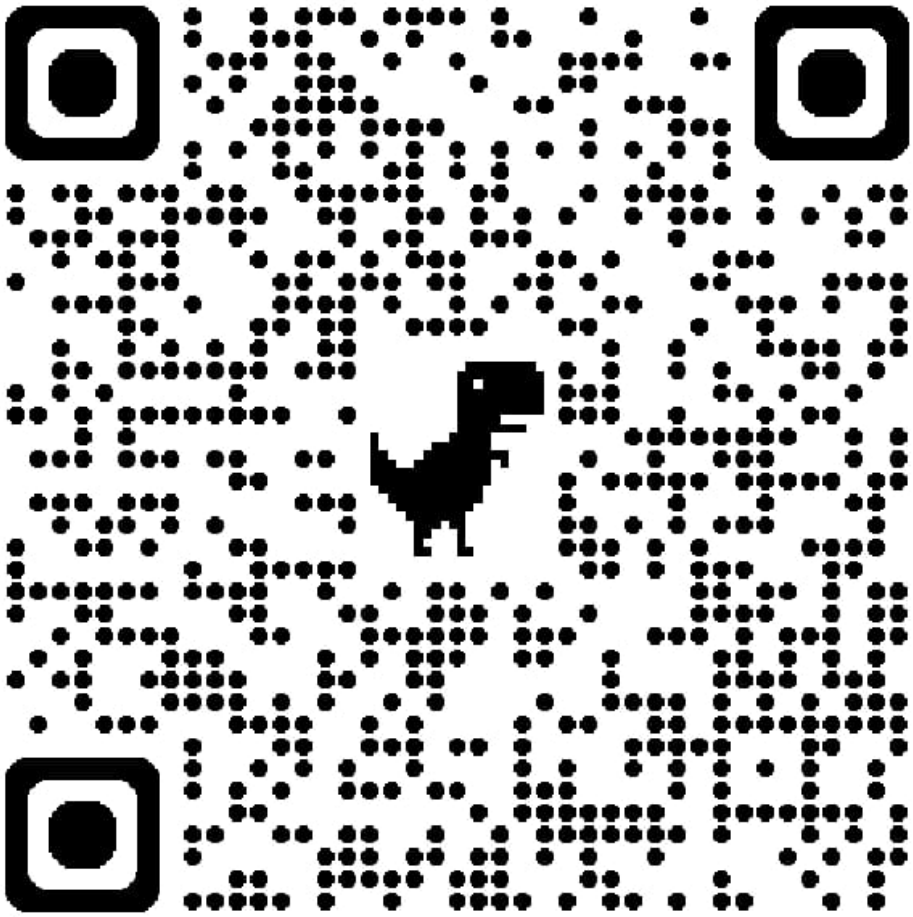
- 1: Kesinlikle Katılmıyorum
- 2: Katılmıyorum
- 3: Kararsızım
- 4: Katılıyorum
- 5: Kesinlikle Katılıyorum

Katıldığınız için teşekkür ederiz.

Bu içerik Google tarafından oluşturulmamış veya onaylanmamıştır.

Google Formlar

EK 4. GOOGLE ANKET İÇİN KULLANILAN QR KOD



ÖZGEÇMİŞ

Adı ve SOYADI	Alim Can TOYOĞLU
EĞİTİM DURUMU	
Lisans	Akdeniz Üniversitesi, Manavgat Turizm Fakültesi, Rekreasyon Yönetimi (2019-2023).
Yüksek Lisans	Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Turizm Yönetimi (2023-Devam ediyor).
Tez Konusu	Genç Bireylerin Rekreasyonel Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi: Sivas İli Örneği
Doktora	Üniversite, Enstitü, Bölüm (yıl aralığı); belirtilmesi gereklidir.
Tez Konusu	Doktora tez başlığı; belirtilmesi gereklidir.
Yabancı Dil / Diller	Bilinen yabancı diller; belirtilmesi gereklidir