

# GAZIANTEP ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

ISSN: 2536-5339



Cilt: 3 Sayı:4 Aralık 2018

Volume:3 Number:4 December 2018



## GAZIANTEP UNIVERSITY JOURNAL OF SPORT SCIENCE

**GAZIANTEP ÜNİVERSİTESİ  
SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ**

**GAZIANTEP UNIVERSITY  
JOURNAL OF SPORT SCIENCE**

2018, Cilt 3, Sayı 4  
Çevrimiçi Basım Tarihi: Aralık 2018  
ISSN: 2536-5339

2018, Volume 3, Issue 4  
Publishing Date: December 2018  
ISSN: 2536-5339

Yayın hakkı © 2016 GAÜN BESYO  
Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi yılda 4 kez (3 ayda bir) yayımlanan hakemli süreli bir yayındır.  
GUJSS is published four times a year (quarterly)

<http://dergipark.gov.tr/gaunjss>

**Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi Adına**

**Editör – Editor**  
Dr. Mürsel BİÇER

**Editör Yardımcısı / Associate Editor**  
Dr. Burak GÜRER

**Sporda Psiko-Sosyal Alanlar Bölüm Editörü**  
Dr. Uğur ABAKAY

**Psychosocial Fields Section Editor in Sports**  
Dr. Uğur ABAKAY

**Hareket ve Antrenman Bilimleri Bölüm Editörü**  
Dr. Mustafa ÖZDAL

**Movement and Training Science Editor**  
Dr. Mustafa ÖZDAL

**Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Bölüm Editörü**  
Dr. Fikret ALINCAK

**Teaching Physical Education and Sport Editor**  
Dr. Fikret ALINCAK

**İngilizce Dil Editörleri**  
Dr. Mehmet BARDAKÇI

**Proofreading for Abstracts**  
Dr. Mehmet BARDAKÇI

**Yayın Koordinatörü**  
Dr. Mürsel BİÇER

**Publishing Coordinator**  
Dr. Mürsel BİÇER

**Yayın Dili**  
Türkçe- İngilizce

**Language**  
Turkish-English

## Derginin Tarandığı İndeksler

Scientific Indexing Services (SIS)

ResearchBib

Google Scholar

Türkiye Atıf Dizini

Sobiad

Index Copernicus

Academic Keys

Rootindexing

ASOS Index

DRJI (Directory of Research Journals Indexing)

## Rekreasyonda Boş Zaman Ön Kabulünün Sınaması ve Yenilenme Perspektifi

Göknil Nur KOÇAK<sup>1</sup>Gamze ERYILMAZ<sup>1</sup><sup>1</sup> Mersin Üniversitesi, Turizm Fakültesi, MERSİN

**Künye:** Koçak, G.N. ve Eryılmaz, G. (2018). Rekreasyonda Boş Zaman Ön Kabulünün Sınaması ve Yenilenme Perspektifi. Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 3(4): 181-199.

### Öz

Bu çalışmanın iddiası, rekreasyonun bir boş veya serbest zaman etkinliği olarak sınırlandırılmaması gerektiğidir. Bu çalışma, rekreasyon katılımcılarının yenilenme beklentisi ile motive olduğu varsayımı üzerine inşa edilmiştir. Yenilenme, rekreasyon katılımcılarının nihai fayda beklentisine işaret eden yeni bir bilimsel kavramdır. Saha araştırması hem geleneksel boş zaman temelli argümanı hem de yeni önerilen yenilenme kavramını test etmeye olanak sağlayacak şekilde tasarlanmıştır. İlk analizlerin bulguları geleneksel yaklaşımı destekler nitelikte; çalışmayanların daha fazla boş zamana sahip oldukları ve çalışanlardan daha fazla yenilenme düzeyinde bulduklarını göstermektedir. Daha kapsamlı bir bakış sağlayan sonraki analizler, boş zaman ile yenilenme arasında çok zayıf bir ilişki olduğu yönündeki iddianın geçerliliğini desteklemektedir. Bu çalışmanın önemi; rekreasyonun boş/serbest zaman sınırlanmasına tabi bir olgu olmanın ötesinde, yenilenme şeklinde tezahür eden nihai fayda odaklı bir oluş olduğunu göstermesinden kaynaklanmaktadır. Bu yeni bakış açısının rekreasyon bilimi üzerine çalışan akademisyenler, eğitimciler ve rekreasyon bölümü mezunlarının iş alanlarına yönelik yenilikçi ve verimli tasarımlar yapabilmelerinin önünü açması ve rekreatif eğitim, rekreatif ebeveynlik, rekreatif iş ortamları gibi yeni tasarımlar üzerinde düşünmeye yönelmesi önerilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Rekreasyon, Yenilenme, Boş zaman, Serbest zaman

### Orijinal Makale

#### Yayın Bilgileri

Gönderi Tarihi: 19.09.2018

Kabul Tarihi: 19.12.2018

Yayın Tarihi: 28.12.2018

#### Sorumlu Yazar

e-mail: gamzeeyldz\_@hotmail.com

DOI: 10.31680/gaunjss.461386

## Verification of Free Time Assumption in Recreation and Re-Creation Perspective

### Abstract

The claim of this study is that, recreation is not an inevitable result of spare or free time and should not be restricted within any time border. This study is constructed over the assumption that, participation in recreation is motivated by the *re-creation* expectation of participants. Re-creation is a novel concept constructed to designate the output of recreational activities which participants receive as utility. The research is designed to examine both traditional and proposed perspectives in order to test the claim. Preliminary analysis gave support to the traditional perspective which unemployed possess more free time and experience more re-creation than working ones. However further analyses gave versatile support to proposed perspective that there is very weak relation between free time and re-creation. The significance of this study comes from the empirical support indicating that recreation is not a time mater phenomenon but rather related to an expected utility namely re-creation. Recreation scholars, lecturers and professionals are encouraged to consider this novel perspective and image on novel designs such as re-creative parenthood, re-creative instructional design, re-creative work conditions.

**Keywords:** Recreation, Re-Creation, Free time, Spare time

### Original Article

#### Article Info

Received: 19.09.2018

Accepted: 19.12.2018

Published: 28.12.2018

#### Corresponding Author

e-mail: gamzeeyldz\_@hotmail.com

## Giriş

Literatürdeki yaygın ön kabul, rekreasyonun bir “boş zaman” etkinliği olduğudur. Ancak Koçak ve Eryılmaz’ın (2018) rekreasyon araştırmaları için temel bir değişken sunmayı amaçladıkları ve “yenilenme” adlı yeni bir yapı önerdikleri çalışmalarında “rekreasyonun boş zaman ön koşuluna bağlı olmadığı” gözlenmiştir. Günümüzde bireylerin işe yönelik tutumlarındaki değişimler dikkate alındığında, rekreasyonun boş zaman ön koşulundan bağımsız gerçekleşmesi ve hatta işin niteliğine veya bireyin işe bakış açısına göre iş zamanının da bir yenilenme (re-creative) süreci olarak geçirilmesi mümkün olabilir.

İşe yönelik kavrayışın sanayi toplumundan günümüze değişmiş olması mümkündür. Sanayi çağı olarak adlandırılan dönemden günümüze iletişim teknolojilerinin değişmesi iş yapış biçimlerine de yansımıştır. Örneğin hobisini işe dönüştürüp buna yönelik sosyal mecra paylaşımları yoluyla gelir elde edenler rekreasyon ile işi birleştirmiş olabilir. Özellikle Z kuşağı, artık eskinin kabullerini göstermemekte, kendilerini her zaman mutlu etmeye, kendilerinden memnun olacakları bir kendilik hali içinde yaşamak istemektedirler (McCrindle, 2006; Açık bilim, 2018). Sanayi devrimiyle başlayan süreçte, bireylerin yaşamak/hayatta kalmak için çalışmaktan öte; çalışmayı da hayatın bir parçası olarak ve zevk alabilmek için yapmak istediklerine yönelik saptamalar mevcuttur (Yeniçeri ve ark., 2002).

Bu araştırmada boş zaman ve rekreasyon olarak iki temel olgu incelenmektedir. Bu kapsamda burada boş zaman ve rekreasyon olgusunun gözlenebilir çerçevesi olarak yenilenme kavramı açıklanarak araştırma amacı ve araştırma sorularına yer verilmiştir.

“Leisure” kavramı, sözlük anlamı olarak (*Time when one is not working or occupied; free time*) çalışılmayan veya bir işle meşgul olunmayan zaman; boş zaman/serbest zaman kavramlarına karşılık (Oxforddictionaries, 2018; Seslisözlük, 2018; Tureng, 2018) gelmektedir. Türkiye’de serbest zaman ve rekreasyon ile ilgili olarak yapılan çalışmalarda veya alan yazında ilk olarak “boş zaman” kavramı çoğunlukta ön planda olsa da, ilerleyen süreçlerde yapılan araştırmaların artması ile birlikte “leisure” kavramını boş zaman değil serbest zaman kavramının karşıladığı değerlendirilmiştir (Gökçe, 2008). Bu durumun nedeni ise bireyin fizyolojik ihtiyaçlarını karşıladığı zamanın genel itibarıyla boş zaman olarak kabul edilmesi, bu gereksinimlerin giderildiği zamanın dışında kalan zamanın da serbest zaman olarak değerlendirilmesidir (Tezcan, 1993).

Boş zaman ve serbest zaman kavramları sözlük anlamları açısından dikkate alındığında, iş dışı zaman olarak değerlendirilen tanımlamalar üzerinden incelenebilir. Bu anlamda düşünüldüğünde, boş zaman/serbest zaman: Bireyin temel ihtiyaçları dışında tamamen özgür iradesi ile gerçekleştirdiği faaliyetleri kapsayan zaman (Tezcan, 1993; Aydoğan, 2000; Metin ve ark., 2013); bireylerin kendisi ve başkaları için bütün yükümlülüklerinden ya da zorunluluklarından kurtulduğu ve tamamen kendi isteği ile tercih ettiği bir etkinlikle uğraştığı zaman (Karaküçük, 2014) şeklinde tanımlanabilmektedir.

Gelir seviyesi ve ulaşım sistemleri gibi gelişim gösteren etkenler nedeniyle, sahip olunan boş/serbest zamanın artış göstermesi ve bu zamanları etkin kullanma isteği, seyahat etme ve turizm olgusunu desteklemektedir (Argan, 2007). Bu nedenle boş zaman bireylerin turizm talebine etkide bulunan en önemli faktörlerden birisi durumuna gelmiştir (Kozak ve ark., 2010). İnsanların, buldukları mekânlardan uzaklaşmak, dinlenmek, hava değişimi, gezme görme, beraber olma, heyecan duyma, farklı yaşantılar elde etme gibi değişik amaçlarla gerçekleştirdikleri aktivitelere, zorunluluklardan arınarak, çalışma dışı zamanlarında katılmaları (Türkmen ve ark., 2013) bu durumu örneklendirebilir. Özetle bireylerin iş ve görev yükümlülükleri için ayırdıkları zaman dışında kalan ve keyif, kişisel gelişim, rahatlama, dinlenme gibi amaçlara ayrılabilen zamanın, turizm gibi her çeşit rekreasyon faaliyetinin yapılabileceği zaman olduğu anlaşılmaktadır. Bu yaklaşım bazı örtük ön kabullere işaret etmektedir. Bunlar; rekreasyon faaliyetlerinin insani çıktıları olan eğlenme, rahatlama, keyfi öğrenme gibi haller iş ve görev kapsamında ulaşılabilir değildir. Bireylerin eğlenme, rahatlama veya ilgi alanına göre kendini geliştirmek için iş ve görevleri dışında kalan bir zaman dilimine ihtiyaçları vardır. Rekreasyonu iş ve görev zaman diliminin dışına iten bu yaklaşım, işinden zevk alan, iş süreçlerini keyifle yaşayan insanların durumlarının yanı sıra, örneğin tüm zamanlarını çocuk bakımı görevini mutluluk ve keyifle, fiziksel olarak aktif şekilde geçiren annelerin durumunu göz ardı etmektedir. Günümüz çalışma koşulları ve insani bilinç düzeyinde; rekreasyon denen kavramın niteliğini sadece iş ve görev dışında kalan zamana indirgeyerek açıklamanın geçerli bir yaklaşım olmayabileceği şüphesinden hareketle, günümüz koşullarını daha geçerli yansıttığı iddia edilen yeni bir kavramsal çerçeve önerilmiştir. Koçak ve Eryılmaz'ın (2018) "yenilenme" olarak adlandırdıkları güncel rekreasyon yaklaşımı şu şekilde tanımlanmaktadır: "yenilenme" (re-creation); "bireyin sevdiği bir şeylerle ilgilenmesi, yeni şeyler öğrenmesi, farklı

*deneyimler yaşamayı ve fiziksel olarak aktif olması durumudur*". Bu tanımlamadan hareketle; herhangi bir faaliyette eğer birey öğrendiğini düşünüyor, yeni ve farklı deneyimler yaşadığını hissediyor, bu meşguliyeti keyifle yerine getiriyor ve kendini fiziksel anlamda aktif hissediyorsa birey yenileniyor demektir. Bu tanıma göre; yeni deneyimler yaşamaya olanak sağlayan, severek yapılan, birey için bünyesinde fiziksel aktivite barındıran ve yeni şeyler öğrenmeye imkân sunan bir işin de bireyi yenilemesi mümkün olabilir (Koçak ve Eryılmaz, 2018). Üniversitelerin görev tanımı içinde belirtilen "eğitim-öğretim", "araştırma-geliştirme" ve "toplumsal fayda sağlama" görevlerini yerine getiren bir akademisyenin durumu iş ortamında yenilenmeye örnek olarak gösterilebilir. Sınıf ortamında öğretme faaliyeti veya araştırma için sahaya çıkma genellikle akademisyenlerin fiziksel olarak aktif olması, yeni insanlarla tanışması, merak ettikleri konularda öğrenme sürecini sürdürmesi gibi çıktılar yaratır ve tüm bunlar hoşça giden, bireye mutluluk veren yenileyici eylemler olabilir. Benzer bir keyif alma, öğrenme, fiziksel olarak aktif olma, kısaca "yenilenme" durumu ailevi yükümlülükler veya sosyal sorumluluklar yerine getirilirken de söz konusu olabilir. Burada bahsedilen yenilenme yaklaşımında rekreasyon, zorunlu meşguliyetler dışında kalan zaman sınırlarına indirgenmemektedir.

Rekreasyon faaliyetiyle aynı çıktılara neden olan bir iş veya görevin rekreasyon olarak anılmasını engelleyen unsur, aynı faydanın iş olarak görülen bir "zamanda" sağlanıyor olmasıdır ve bu durum rekreasyon araştırmalarının bilimsel anlamda sınırlı ve sığ bir çerçeveye hapsolmesi sonucunu doğurabilir. Oysa bireylerin iş ve görevlerinin de rekreatif nitelik taşıyor olabileceği yaklaşımı, iş ortamlarında bu niteliğin nasıl desteklenebileceği, böylece iş doyumunun ve bundan hareketle yaşam doyumunun nasıl desteklenebileceği konusunda yeni düşünce ve araştırma mecraları oluşmasını ve rekreasyon bölümü mezunları için yeni iş tanımları yapılmasını destekleyebilir. Bu tartışmalara zemin hazırlamak amacıyla yapılan bu araştırmada, yenilenmenin "boş zaman" ön koşulundan bağımsız olarak gerçekleşebilir olduğu iddiası sınanacaktır. Burada bahsedilen boş zaman kavramı; iş yaşamı, aile hayatı ve sosyal sorumluluk kapsamında yapılan işler için harcanan zamandan arta kalan zamanı ifade etmektedir. Literatürde mecburi faaliyetler için harcanan zamanın dışında kalan zamanın nitelenmesinde serbest ve boş zaman ayrımı yapılmaktadır. Bireylerin mecburi faaliyetler sürecinde de yenilenebileceği, dolayısıyla rekreasyonla aynı faydanın mecburi faaliyetlerden de elde edilebileceği

bakış açısından hareket eden bu çalışma, boş ve serbest zaman arasında ayırım yapma gereksinimini de ortadan kaldırabilir.

Rekreasyonu boş zamanın varlığı koşuluna bağlayan geleneksel kabulü sınımayı amaçlayan bu çalışma, araştırma tasarımına yön gösterici olan 2 temel araştırma sorusuna yanıt aramaktadır:

**Araştırma Sorusu 1:** Boş zaman ve yenilenme (re-creation) ilişkisi nasıldır?

**Araştırma Sorusu 2:** Boş zaman ve yenilenme (re-creation) durumu nesillere göre farklılaşır mı?

Birinci araştırma sorusu doğrudan araştırmanın amacına yöneliktir. İkinci araştırma sorusu, birinci soruya çok yönlü bir perspektif getirerek daha gelişkin bir kavrayışa ulaşmak amacıyla tasarlanmıştır.

## Yöntem

Bu araştırma boş zamanın yenilenme ile ilişki durumunu sorgulamak amacıyla tasarlanmıştır. Bu amaçtan hareketle çalışma keşifsel araştırma yaklaşımına sahiptir (Koçak, 2017). Takip eden kısımda veri toplama aracı, veri toplama ve örnekleme ilişkili bilgiler kendi başlıkları altında yer verilmiştir.

## Veri Toplama Aracı

Çalışmada amaca uygun veri toplama formu hazırlanmış ve sahaya çıkmıştır. İki bölümden oluşan formda ölçek maddelerine ve katılımcı özelliklerini belirlemeye yönelik demografik ifadeler yer verilmiştir. Ölçüm için Koçak ve Eryılmaz'ın (2018) geliştirdiği yenilenme ölçeğinden faydalanılmış, araştırmanın amacına uygun olarak boş zaman durumunu belirlemek için tek maddelik "yeterli boş zamanım var" ifadesine yer verilmiştir. Veri toplama formunda serbest zamanım var" ifadesi yerine "boş zamanım var" ifadesinin tercih edilme nedeni katılımcıların günlük konuşma diline uyumlu madde yazmaktır. 4 madde ile ölçülen yenilenme ifadeleri "(1)Fiziksel aktivite yapıyorum, (2)Yeni farklı şeyler deniyorum, (3)Sevdiğim bir şeyle uğraşıyorum, (3)Yeni şeyler öğreniyorum" şeklindedir. Bu ifadeler rekreasyon faaliyetinin çıktılara, yani yenilenme haline işaret etmektedir. İncelenen kavramların düzeyini gözlemlmek için veri toplama formunda Likert tipi tutum ölçeğinde, 1=Hiç Katılmıyorum, 2= Pek Katılmıyorum, 3=Kısmen Katılmıyorum, 4=Katılıyorum, 5=Kesinlikle katılıyorum, tepki kategorileri belirtilmiştir.



Boş zamanı olma durumu ile yenilenme durumu açısından jenerasyonlar arasında nasıl bir fark olduğunu gözlemek için veri toplama formunun demografik kısmında nesillerin (jenerasyon) yaş aralıklarını (20 yaş altı: Z, 20-37 yaş: Y, 38-50 yaş: X ve 50 yaş üstü: Bebek Patlaması-BP) işaretlemeleri istenmiştir. Katılımcıların yaşları sorulmuş ve çalışıp çalışmadıklarına ilişkin bir soruya (Çalışıyor musunuz?) yer verilmiştir.

### Veri Toplama ve Örneklem

Araştırma verileri yapılandırılmış veri toplama formu ile yüz yüze görüşmelerle 411 katılımcıdan Kayseri’de toplanmıştır. Kolayda örneklem tekniğiyle belirlenen katılımcıların her jenerasyonda eşit sayıda temsil edilmesine dikkat edilmiştir.

### Analiz ve Bulgular

Veri toplama formunu yanıtlayan katılımcıların özelliklerini betimlemeye yönelik frekans analizi yapılmıştır. Tablo 1’de de görüldüğü gibi her yaş grubu birbirine yakın oranda dağılım göstermektedir. 20 yaş altı %25.5, 20-37 yaş arası, %24.6, 38-50 yaş arası %24.8 ve 50 yaş altı ise %25.1’lik bir orana sahiptir. Çalışan katılımcıların oranı %53 iken, çalışmayan katılımcıların oranı %47’dir.

**Tablo 1.** Katılımcı Özelliklerinin Betimlenmesi (n=411)

Yaş	N	%
20 yaş altı	105	25.5
20 – 37	101	24.6
38 – 50	102	24.8
50 yaş üstü	103	25.1
Toplam	411	100
Çalışıyor musunuz?	N	%
Evet	218	53
Hayır	193	47
Toplam	411	100

Ankette yer alan ölçek için kayıp veri analizi yapılmış ve kayıp verilerde rastgelelik olduğu tespit edilmiştir. Bu doğrultuda kayıp veriler, ilgili maddenin ortalaması kullanılarak tamamlanmıştır. Veri analizinin araştırma amacına uygun yapılabilmesi için veriye, çoklu sapan analizi yapılmış ve herhangi bir sapan veriye rastlanmamıştır. Sonrasında normal dağılım kontrolü yapılmış ve ölçeğe ait verilerin

normal dağılım gösterdiği saptanmıştır. Sonraki aşamada ise araştırma amacını gerçekleştirebilmeye yönelik takip eden analizler gerçekleştirilmiştir.

Analiz sürecince öncelikli olarak yenilenme ölçek maddelerine ilişkin ortalama ve standart sapma değerlerine bakılmıştır. Değerler Tablo 2’de sunulmaktadır.

**Tablo 2.** Yenilenme Ölçek Maddelerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Yenilenme	Ortalama	Std. Sapma
1-Fiziksel aktivite yapıyorum	3.26	1.26
2-Yeni ve farklı şeyler deniyorum	3.27	1.19
3-Sevdiğim bir şeyle uğraşıyorum	3.74	1.16
4-Yeni şeyler öğreniyorum	3.81	1.11

Ölçek maddelerine ilişkin ortalama skorların ve standart sapmaların verildiği, Tablo 2’de ölçek maddeleri incelendiğinde “Fiziksel aktivite yapıyorum” (3.26/1.26), “Yeni ve farklı şeyler deniyorum” (3.27/1.19), ortalama puanları düşük ve standart sapmaları yüksek olan maddelerdir. “Yeni şeyler öğreniyorum” (3.81/1.11) ve “Sevdiğim bir şeyle uğraşıyorum” (3.74/1.16) maddeleri ise ortalama puanları yüksek ve standart sapmaları düşük olan maddelerdir. Bu bulgulardan hareketle yeni şeyler öğreniyorum maddesine yönelik katılımcı tepkilerinin daha yüksek olduğu, fiziksel aktivite yapıyorum maddesine yönelik tepkilerin daha düşük olduğu gözlenmektedir.

### Yenilenme Ölçeği için Doğrulayıcı Faktör Analizi

Yenilenme yapısını ölçen maddelerin o yapıyı temsil edip etmediğini test etmek ve doğrulamak amacıyla yenilenme ölçeğine doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre yapıları açıklayan gözlenen değişkenlere ilişkin standardize çözümlene değerleri 0.50’den ve t-değerleri ise 1.96’dan büyüktür. Ölçme modeline ait standardize çözümlene değerlerinin 0.50 altında olmaması ölçme modelinin kabul edilmesinde önemli bir gösterge olarak kabul edilmektedir (Fornell ve Larcker, 1981). Aynı zamanda gözlenen değişkenlerin t-değerlerinin 0.05 anlam düzeyinde 1.96’dan büyük olması gerekmektedir (Jöreskok ve Sörbom, 1993). Bu bağlamda ölçme modelinin istatistiksel açıdan anlamlı (>1.96) ve kabul edilebilir (>0.50) olduğu söylenebilir.

Ölçme modeline ait standardize değerlerin ve t-değerlerinin kabul edilebilir sınırlar içerisinde olması, modelin bir bütün olarak kabul edilmesinde gereklidir, ancak yine de tek başına yeterli değildir. Bu nedenle uyum iyiliklerinin de dikkate alınmasında ve gerekli kriterleri sağlamasında yarar görülmektedir.  $X^2 / df$ ’nin 5’in

altında olması kabul edilebilir bir modeli işaret etmektedir (Hair ve ark., 2010). Ölçme modelinde  $\chi^2/df=8.98$  ve  $df=2$  olmasına bağlı olarak  $\chi^2/df=4.49$  olmasından hareketle modelin bu kritere göre kabul edilebilir bir model olduğu söylenebilir. RMSEA=0.092; AGFI=0.95; GFI=0.99; CFI=0.99 ve NFI=0.99 olarak tespit edilmiştir. Tablo 3’de, baz alınan uyum iyiliklerine yönelik kriterlere yer verilmiştir. Tablo 3’e göre uyum iyiliklerine ilişkin değerlerin de kabul edilebilir sınırlarda olduğu söylenebilir.

**Tablo 3.** Yenilenme Ölçeğine İlişkin Uyum İyilikleri

Uyum İyilikleri	Ölçme Modeli	Kriter	Kabul Noktası
RMSEA	0.092	> 0.05 ≤ 0.08- 0.10	Kabul edilebilir Uyum
GFI	0.99	≥ 0.85- 0.90	İyi Uyum
AGFI	0.95	≥ 0.90	İyi Uyum
CFI	0.99	≥ 0.90	İyi Uyum
NFI	0.99	≥ 0.90	İyi Uyum

**Kaynak:** Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2012

Ölçme modelinde yer alan yenilenme ölçek maddelerine ilişkin standardize çözümlenme değerleri, t-değerleri ile birlikte yapıya ilişkin güvenilirlik katsayısı-  $\alpha$  (composite reliabilities-CR) ve açıklanan ortalama varyans- AOV (average variance extracted- AVE) değeri Tablo 4’te yer almaktadır. Tablo 4’ten hareketle elde edilen değerlerin, kabul edilebilir sınırlar içinde olduğu ve anlamlı bulunduğu söylenebilir ( $p<0.001$ ).

**Tablo 4.** Yenilenme Ölçeğine İlişkin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Yenilenme	Faktör Yüğü	t-değeri	AOV	Güvenirlik ( $\alpha$ )
1-Fiziksel aktivite yapıyorum	0.64	18.38	0.54	0.82
2-Yeni ve farklı şeyler deniyorum	0.83	18.61		
3-Sevdiğim bir şeyle uğraşıyorum	0.77	16.83		
4-Yeni şeyler öğreniyorum	0.66	13.79		

Anlamlılık düzeyi:  $p<0.001$

Yakınsak (convergent) geçerlilik için gerekli görülen AOV değerlerinin 0.50’nin; güvenilirlik katsayılarının ise 0.70’in üzerinde ve AOV değerlerinden büyük olması gerekmektedir (Hair vd., 2010). Tablo incelendiğinde AOV değerlerinin yenilenme yapısı için gerekli ölçütlerin sağladığı görülmektedir. Güvenirlik katsayısı 0.82 olan yapının yine gerekli ölçütleri sağlandığı görülmektedir.

Bu araştırmada çok yönlü bakış (triangulation) edinme ön plandadır ve analizler bu bakış açısından hareketle aşama aşama gerçekleştirilmiştir. Araştırma sorularına yanıt aramaya yönelik gerçekleştirilen analiz sürecinde ilk aşamada yenilenmenin ve boş zamanın çalışma durumuna göre karşılaştırılması yapılmıştır. Bu karşılaştırmayı yapmak için Bağımsız Örneklem T-Testi'nden (Independent-Samples T-Test) yararlanılmıştır. Bağımsız örneklem t-testi, iki farklı örneklem grubunun ortalamalarını karşılaştırır (Kalaycı, 2010:75-77). Tablo 5.1 ve Tablo 5.2'de bu karşılaştırmalara ilişkin bulgular yer almaktadır.

**Tablo 5.1** Boş Zamanın Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırması

	Çalışma Durumu	n	Ortalama	Standart Sapma	Ortalama Fark	df	p-değeri	t-değeri	F
Boş Zaman	Evet	218	2.62	1.32582	-.92999	.409	0.000	-7.009	.373
	Hayır	193	3.54	1.36115					

Tablo 5.1 incelendiğinde boş zamanın çalışan ve çalışmayan katılımcılara göre anlamlı bir farklılık gösterdiği gözlenmektedir. Ortalama skorlar dikkate alındığında ise çalışmayan katılımcıların çalışanlara göre daha çok boş zamana sahip olduğu söylenebilir.

**Tablo 5.2.** Yenilenmenin Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırması

	Çalışma Durumu	n	Ortalama	Standart Sapma	Ortalama Fark	df	p-değeri	t-değeri	F
Yenilenme	Evet	218	3.29	.92316	-.49239	.409	0.000	-5.431	.727
	Hayır	193	3.78	.91073					

Tablo 5.2 incelendiğinde yenilenmenin çalışan ve çalışmayan katılımcılara göre anlamlı bir farklılık gösterdiği gözlenmektedir. Ortalama skordan hareketle çalışmayan katılımcıların çalışanlara göre daha çok yenilendiği söylenebilir.

Bu bulgular 1. araştırma sorusu “boş zaman ve yenilenme ilişkisi nasıldır” hakkında geleneksel ön kabullerle örtüşen bulgular ortaya koymaktadır. Ancak fark analizleri konuya ilişkin kavrayışı geliştirme konusunda yeterli perspektif sağlamayacağı ve bilimdeki sınımacı yaklaşımı sağlamak için farklı perspektiflerden bakış sağlamak (triangulation) amacıyla (Koçak, 2017) aynı soruya yönelik ilişki analizleri yapılmıştır ve takip eden kısımda verilmektedir.

## İlişki Analizlerinin Bulguları

Boş zaman ve yenilenme ilişkisini daha kapsamlı bir bakışla test etmek ve bu doğrultuda birinci araştırma sorusuna yanıt aramak amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır. Yenilenme boş zaman ilişkisi tüm örneklem ve her bir nesli temsil eden tekil örneklem üzerinden test edilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 6.1.'de sunulmuştur.

**Tablo 6.1.** Nesillere Göre Boş Zaman ve Yenilenme İlişkisi

	N=411	BP (n=103)	X (n=102)	Y (n=101)	Z (n=105)
Boş zaman ↔ Yenilenme	.145**	.075	.263**	.273	.235*

Anlamlılık düzeyleri: \* 0.05 \*\*0.01

Korelasyon analizinden elde edilen katsayı değeri, (0.00-0.25) aralığında ise ilişki çok zayıf, (0.26-0.49) aralığında ise ilişki zayıf, (0.50-0.69) aralığında ise ilişki orta, (0.70- 0.89) aralığında ise ilişki yüksek ve (0.90-1.00) aralığında ise çok yüksek bir ilişki olduğu belirtilmektedir (Kalaycı, 2010). Analiz bulguları; örneklemin tamamı için boş zaman-yenilenme ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı biçimde çok zayıf olduğunu (.145) göstermektedir. Boş zaman-yenilenme ilişkisi nesiller açısından incelendiğinde ise 50 yaşın üstünü ifade eden Bebek Patlaması ve 20-37 yaş aralığını ifade eden Y nesli için anlamlı ilişki gözlenmemiştir. 20 yaşın altını ifade eden Z neslinde boş zaman-yenilenme ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı biçimde çok zayıf olduğu (.235) ve 38-50 yaş aralığını ifade eden X nesli için boş zaman-yenilenme ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı biçimde zayıf olduğu (.263) gözlenmiştir. Analizlerden edinilen bu bulgular, yenilenmenin boş zamandan bağımsız gerçekleşebileceği iddiasını destekleyen ön dayanaklar olarak değerlendirilebilir. Bu dayanakların geçerliliğini sınamak için katılımcıların çalışıyor olma durumlarıyla yenilenme ilişkisi de incelenmiştir.

**Tablo 6.2.** Nesillere Göre Çalışma Durumu ve Yenilenme İlişkisi

	N=411	BP (n=103)	X (n=102)	Y (n=101)	Z (n=105)
Çalışma durumu ↔ Yenilenme	.259**	.184	.174	.109	.517**

Anlamlılık düzeyi: \*\*0.01

Tablo 6.2'den hareketle analiz bulguları; örneklemin tamamı için çalışma durumu-yenilenme ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı ve çok zayıf olduğunu (.259)

göstermektedir. Nesiller açısından çalışma durumu -yenilenme ilişkisi incelendiğinde ise 50 yaşın üstünü ifade eden Bebek Patlaması, 38-50 yaş aralığını ifade eden X ve 20-37 yaş aralığını ifade eden Y nesli için anlamlı ilişki gözlenmemiştir. 20 yaşın altını ifade eden Z neslinde çalışma durumu-yenilenme ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı ve orta düzeyde bir ilişki olduğu (.517) gözlenmiştir.

### Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları

Yenilenme ve boş zaman durumunun nesillere göre farklılaşp farklılaşmadığını test etmeye, diğer bir ifadeyle ikinci araştırma sorusuna yanıt aramaya yönelik Tek Yönlü Varyans Analizinden (ANOVA) yararlanılmıştır. Tek yönlü varyans analizi, bağımsız değişken içerisinde iki veya daha fazla grubun bulunduğu gruplara göre, bağımlı değişkendeki ortalamalar arasında fark olup olmadığını test eder (Kalaycı, 2010). Öncelikli olarak katılımcıların yenilenme durumuna yönelik ortalama puanlarının, (1) Baby boom nesli, (2) X nesli (3) Y nesli, (4) Z nesli olmalarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği test edilmiştir. Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 7.1 ve 7.2' de sunulmuştur.

**Tablo 7.1.** Yenilenme Durumunun Nesillere Göre Tanımlayıcı İstatistikleri

Nesiller	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata
BB (50 yaş üstü)	103	3.12	.92	.09071
X (38-50 yaş arası)	102	3.25	.91	.09021
Y (20-37 yaş arası)	101	3.51	.85	.08504
Z (20 yaş altı)	105	4.17	.74	.07264
Total	411	3.52	.94	.04680

Tablo 7.1 yenilenme durumunun nesillere göre tanımlayıcı istatistiklerini göstermektedir. Tabloya göre Z (20 yaş altı) nesli en yüksek ortalamaya sahiptir. Bu bulguya göre en çok yenilenen yaş grubu Z neslidir. BB (50 yaş üstü) nesli ise en düşük ortalamaya sahip, yani yenilenme düzeyi en az olan kesimdir.

**Tablo 7.2.** Yenilenme Durumunun Nesillere Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Nesiller				Fark (Tukey)	
		Std. Hata	p	Ort. Farkı	
(1)BB	(2)X	.12011	.723	-.12560	-
	(3)Y	.12041	.008	-.38469*	1-3
	(4)Z	.11925	.000	-1.04666*	1-4
(2)X	(1)BB	.12011	.723	.12560	-
	(3)Y	.12070	.140	-.25909	-
	(4)Z	.11954	.000	-.92107*	2-4
(3)Y	(1)BB	.12041	.008	.38469*	3-1
	(2)X	.12070	.140	.25909	-
	(4)Z	.11984	.000	-.66198*	3-4
(4)Z	(1)BB	.11925	.000	1.04666*	4-1
	(2)X	.11954	.000	.92107*	4-2
	(3)Y	.11984	.000	.66198*	4-3
Varyansın Kaynağı	Karelerin Toplamı	df	Kareler Ort.	F	p
Gruplar Arası	68.073	3	22.691	30.689	.000
Grup içi	300.930	407	.739		
Toplam	369.002	410			

\* Ortalamanın farkı 0.05 düzeyinde anlamlıdır.  
Bağımlı Değişken: Yenilenme Durumu  
Post Hoc Test Türü: Tukey HSD

Sonuçlar, Tablo 7.2'de gösterilmektedir. Tablodaki analiz sonuçlarına göre, 20 yaş altına dâhil olan grup, diğer yaş gruplarına göre daha fazla yenilenme faaliyetlerini gerçekleştirmektedirler. Yani,  $p < 0.05$  anlamlılık düzeyinde, 20 yaş altı (Z) için yenilenmenin, 20-37 yaş (Y), 38-50 yaş (X) ve 50 yaş üstü (BB) nesillerine göre farklılık gösterdiği söylenebilir. Aynı şekilde 20-37 yaş (Y) grubunun da,  $p < 0.05$  anlamlılık düzeyinde, 20 yaş altı (Z) ve 50 yaş üstü (BB) gruba göre yenilenme açısından farklılık gösterdiği söylenebilir. Bu bulgudan ve Tablo 7.1'den hareketle Y neslinin Z nesline kıyasla daha az; BB nesline kıyasla daha çok yenilenmeye yönelik faaliyetler yaptığı söylenebilir. Diğer taraftan X nesli ile (Y) ve BB nesli arasında  $p > 0.05$  anlamlılık düzeyinde anlamlı bir fark bulunamamıştır.

İkinci araştırma sorusuna yanıt aramaya yönelik bir sonraki aşamada, katılımcıların boş zaman durumuna yönelik ortalama puanlarının, nesillere göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğine bakılmıştır. Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile elde edilen bulgular Tablo 8.1 ve Tablo 8.2'de sunulmaktadır.

**Tablo 8.1.** Boş zaman Durumunun Nesillere Göre Tanımlayıcı İstatistikleri

Nesiller	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata
BB (50 yaş üstü)	103	3.56	1.32	.13063
X (38-50 yaş arası)	102	2.81	1.38	.13704
Y (20-37 yaş arası)	101	2.61	1.32	.13208
Z (20 yaş altı)	105	3.22	1.45	.14210
Total	411	3.05	1.41	.07000

Tablo 8.1 boş zaman durumunun nesillere göre tanımlayıcı istatistiklerini göstermektedir. Tabloya göre BB (50 yaş üstü) nesli, en yüksek ortalamaya sahip ve yeterli boş zamanı en çok olan yaş grubudur. Y (20-37 yaş arası) nesli ise en düşük ortalamaya sahip olmakla birlikte yeterli boş zamanı en az olan yaş grubudur.

**Tablo 8.2.** Boş Zaman Durumunun Nesillere Göre Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Nesiller				Fark (Tukey)	
		Std. Hata	p	Ort. Farkı	
(1)BB	(2)X	.19207	.001	.74993*	1-2
	(3)Y	.19254	.000	.95914*	1-3
	(4)Z	.19068	.296	.33508	-
(2)X	(1)BB	.19207	.001	-.74993*	2-1
	(3)Y	.19301	.700	.20921	-
	(4)Z	.19116	.133	-.41485	-
(3)Y	(1)BB	.19254	.000	-.95914*	3-1
	(2)X	.19301	.700	-.20921	-
	(4)Z	.19163	.007	-.62405*	3-4
(4)Z	(1)BB	.19068	.296	-.33508	-
	(2)X	.19116	.133	.41485	-
	(3)Y	.19163	.007	.62405*	4-3
Varyansın Kaynağı	Karelerin Toplamı	df	Kareler Ort.	F	p
Gruplar Arası	56.246	3	18.749	9.917	.000
Grup içi	769.461	407	1.891		
Toplam	825.707	410			

\*. Ortalamanın farkı 0.05 düzeyinde anlamlıdır.

Bağımlı Değişken: Yenilenme Durumu

Post Hoc Test Türü: Tukey HSD

Tablo 8.2'de gösterilen sonuçlardan hareketle 50 yaş üstüne (BB) dâhil olan grup,  $p < 0.05$  anlamlılık düzeyinde 38-50 yaş (X) ve 20-37 yaş (Y) gruplarına göre



farklılık göstermektedir. Diğer bir ifadeyle, BB nesli X ve Y nesillerine göre daha fazla boş zamanı olduğunu düşünmektedir. 20-37 yaşa (Y) dâhil olan grupta, 50 yaş üstü (BB) nesil ile birlikte 20 yaş altına (Z) dâhil olan gruba göre  $p < 0.05$  anlamlılık düzeyinde anlamlı bir farklılık göstermektedir. Bu bulgu ve Tablo 8.1'den hareketle Y (20-37 yaş) neslinin BB ve Z nesline kıyasla daha az boş zamanının olduğu söylenebilir. Diğer taraftan, BB neslinin, Z nesli, X neslinin de, Y ve Z nesilleri ile arasında anlamlı bir farklılık olmadığı gözlenmiştir.

### Tartışma ve Sonuç

Analiz bulguları konuya ilişkin bazı geleneksel ön kabullere destek vermekle birlikte, aynı veri üzerinden farklı önemli durumların varlığına da işaret etmektedir. Analizler çalışmayanların çalışanlara kıyasla daha fazla boş zamanı olduğunu göstermektedir (bkz. Tablo 5.1) ve bu bulgu, boş zamanı çalışma dışı zaman olarak gören geleneksel bakış açısıyla uyumludur. Ayrıca çalışmayanların çalışanlara kıyasla yenilenme düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir (bkz. Tablo 5.2) ve bu bulgu ilk bakışta rekreasyonun bir boş zaman etkinliği olduğu iddiasını destekler görünmektedir. Nitekim tüm bu bulgular bir arada değerlendirildiğinde; “yenilenme sağlayan rekreasyon faaliyetleri için çalışma süresi dışında kalan zaman gereklidir” şeklindeki geleneksel ön kabulleri destekleyen bir görüntü ortaya çıkmaktadır. Ancak aynı katılımcılar farklı bir perspektiften incelendiğinde, ilk bakışta görünenin geçerli olmadığını gösteren daha detaylı bulgulara ulaşılmaktadır. Katılımcıların “boş zamana sahip olma durumuyla yenilenme düzeyleri arasında çok düşük ilişki” olması (bkz. Tablo.6.1), yenilenmenin boş zaman ön koşulundan bağımsız gerçekleşebildiğini düşündürmektedir. Bu durumda çalışanların çalışmayanlara kıyasla daha az yenilenebiliyor olma nedeni, **boş zaman bulamamaları değil**, “*çalışma ortamlarının yenilenmeye uygun nitelikte olmaması*” olabilir. Nitekim bu araştırmada çok yönlü bakış (triangulation) edinme amaçlı diğer analizlere göre, boş zamana sahip olma bakımından 50 yaş üstü ile 20 yaş altı arasında anlamlı fark yoktur ve ayrıca 38-50 ve 20-37 yaş aralığındakiler arasında ve 38-50 ve 20 yaş altı olanlar arasında da anlamlı fark yoktur (bkz. Tablo 8.2). Eğer rekreasyon faaliyetinin ön koşulu olarak görülen boş zamanı olma durumu geçerli bir yaklaşım olsaydı, boş zamana sahip olma bakımından aralarında anlamlı fark bulunmayan nesillerin, yenilenme bakımından da aralarında anlamlı fark olmaması gerekirdi. Metodolojik bir açıklamayla, Tablo 7.2. ve Tablo 8.2. bulgularının birbiriyle örtüşmesi gerekirdi. Oysa

bulgular; boş zamana sahip olma bakımından anlamlı fark göstermeyen nesillerin, yenilenme bakımından anlamlı farklar gösterdiğini ortaya koymaktadır. 20 yaş altındakilerde yenilenme bakımından tüm diğer nesillerle anlamlı fark gözlenmektedir (bkz. Tablo 7.2). Benzer biçimde 20-37 yaş aralığındakilerle 50 yaş üstü kesimin yenilenme düzeyleri arasında da anlamlı fark vardır. Bu bulgular, yenilenme durumunun boş zaman temelli olarak oluşmadığını dolayısıyla yenilenme halinin boş zamanlarda yapılan rekreasyon faaliyetlerinin bir sonucu olmakla sınırlı olmadığını düşündürmektedir.

Bu bulgular ışığında; rekreasyon yönetimi perspektifinden asıl odaklanması gereken konu, zamanın serbest veya boş olması değil, bireyin yaşadığı tüm deneyimlere, faaliyetlere yenilenmeyi destekleyici bir nitelik katmak olmalıdır. Sağlık muayene hizmeti, eğitim hizmeti gibi pek çok mecra, hem hizmeti alan hem de hizmet sunan açısından yenilenmeyi destekleyici bir perspektiften tasarlanabilir. Bu araştırmanın bulguları bireylerin yenilenme durumlarının boş zamana sahip olma durumlarıyla paralel işlemediğini göstermektedir. Genellikle resmi eğitim sistemine tabi olarak okul yükümlülüklerini yerine getirmek zorunda olduğunu varsayabileceğimiz 20 yaş altı Z neslinin diğer nesillere kıyasla daha fazla yenileniyor olma nedeni, çok boş zamanları olması değildir (boş zamana sahip olma anlamında 38-50 yaş arasındakiler ve 50 yaş üstündekilerden farklı değildir). Bunun nedeni 20 yaş altının gündelik faaliyetlerinin daha yenileyici nitelikte olması olabilir. Belki okul dahi bir yenilenme vesilesi dolayısıyla rekreasyon süreci olarak görülüyor olabilir.

Buradaki yaklaşım turizm ve rekreasyon kavramları arasındaki ayrıma da yardımcı olabilir. Turizmde bireyin yaşam mekânından ayrılıp başka bir mekâna seyahat etmesi ön koşulu, birey için serbest olarak tanımlanan bir zamana sahip olmasını zorunlu kılar. Ancak buna rağmen turizm dahi bütünsel bir rekreasyon faaliyeti olarak değerlendirilemeyebilir. Turist, örneğin bir otel kalışında restoranın açık olduğu saatlere tabi olarak yemek saatlerini ayarlamak durumunda kalabilir veya tenis oynamak için kortun uygun olduğu zamanı beklemeye mecbur olabilir. Bu durumda kortun uygun olduğu saat birey için artık doldurulmuş bir zamandır ve aynı saatte farklı bir faaliyete katılmak için bireyin boş zamanı yoktur. Bu örneklerden de anlaşılacağı gibi konu zamanın niteliği değil, eylemin niteliğidir. Rekreasyon da, turizm de yenilenme faydasına ulaşmak amacıyla yapılıyor olsa da, turizm için gerekli olan boş zaman ön koşulu, rekreasyon faaliyetlerinin tümü için geçerli değildir. Bireye yenilenme faydası sağlayan rekreasyon, faaliyetin niteliğine göre iş veya görev

süresince, serbest veya boş zamanda yapılabilir. Önemli olan etkinliğin, bireyin kendisini ödüllendirmesine yönelik olmakla birlikte bireyi tatmin edici ve zevkli (Lobo, 2006) olmasıdır ve işin/görevin kendisi de keyif verici zevkli ve bireyi yenileyici olabilir. Bu nedenle Poria vd'nin (2003) örneğinde olduğu gibi; işinden izin alıp boş zamanda alınan sağlık tedavisine katılan bireyin gerçekleştirdiği olay, bir rekreasyon faaliyeti değilken, müze ziyaretine giden bir bireyin müze içerisinde konferansa katılması ve keyifli bir eğitim alması bir rekreasyon faaliyeti olarak kabul edilebilir.

## Öneriler

Genel görüş rekreasyonun eğlenme, keyif ve rahatlama amacına dönük olduğudur. Oysa Shivers (1967) farklı bir bakış açısıyla rekreasyonu 'psikolojik homeostazi' (psychological homeostasis) perspektifinden tanımlamaktadır. Bedenin dış unsurlardaki değişimlere uygun karşılıkları üreterek kendi dengesini sağlama süreçleri olarak özetlenebilecek olan homeostazi, fizyolojik yapının yanı sıra psikolojik yapı için de geçerli olabilir. Shivers'in (1967) rekreasyon yaklaşımı psikolojik denge haline yönelik katkıyı dikkate almaktadır ve insanın kendi içindeki ahenk ve uyumu destekleyen 'her çeşit tamlık deneyimini' (any consummatory experience) rekreasyon olarak değerlendirmekte ve deneyimin çıktısını da yenilenme (re-creation) olarak adlandırmaktadır (Shivers'den akt. Torkildsen, 2005). Koçak ve Eryılmaz'ın (2018) yapılandığı "yenilenme" kavramı Shivers'in psikolojik homeostazi yaklaşımının da ötesinde; insanın 'fiziksel-duygusal-düşünsel' unsurlarının tümünde dengeleşimi (homeostazi) destekleyen bir rekreasyon perspektifi ortaya koymaktadır. Bu perspektifin diğer bir özelliği olan 'boş zamandan bağımsız' gerçekleşebilme özelliği bu çalışmada sınanmıştır.

Bu çalışma iki açıdan önemlidir. Birincisi, rekreasyon alanında süre giden boş zaman veya serbest zaman tartışmaları anlamlı olmayabilir, çünkü rekreasyon (kelimenin açılımıyla *Re-Creation*, Türkçe karşılığıyla *Yenilenme*) temel fayda açısından beklentiyi karşılayan her ortamda ve zaman diliminde sağlanabilir. Yenilenme yaklaşımındaki temel beklenti insanın duygusal-düşünsel-fiziksel denge halinde olma arzusudur. Çok çeşitli unsurlar duygusal, düşünsel ve fizyolojik anlamda denge halinden uzaklaşmaya neden olmaktadır. Buna göre insanın denge haline gelmesini yani yenilenmesini sağlayan faaliyetler rekreasyon faaliyetleridir. Ev hayatında bunalan biri için denge haline katkıda bulunan iş ortamı rekreatif yani yenileyici olabilir. Bu yaklaşım günümüzde sanayi çağından farklı nitelik taşıyan ve

yapanlar tarafından farklı algılanan iş koşulları, iş yapış zamanı ve görevlerin rekreasyon bilimi kapsamında anlamlandırılmasını destekler. Bu perspektiften yaklaşıldığında; rekreatif eğitim, rekreatif iş, rekreatif ebeveynlik, rekreatif yaşam koçluğu gibi yeni kavramlar ve verimli alanlar geliştirmek mümkün olabilir. Bir sürecin rekreatif olarak nitelenmesi; süreçteki unsurların, katılımcıları düşünsel-duygusal-fiziksel olarak aktif kılacak ve keyif alınacak şekilde tasarlandığına işaret edecektir. Buna göre her çeşit deneyimin faydası (diğer bir bakış açısıyla deneyimin performansı), katılımcıda yarattığı yenilenme düzeyine göre değerlendirilebilir. Deneyim katılımcılarının hem deneyen, hem de deneyime aracılık eden kesimler (hizmeti alan ve veren) olduğu dikkate alınmalıdır. Bu yaklaşım rekreasyon açısından geniş ve zengin bir gözlem, tasarım ve eylem alanı açabilir.

Rekreasyonu boş zaman aktiviteleriyle kısıtlamak yerine, aktiviteden “*beklenen fayda*” odaklı yaklaşımın, rekreasyon alanında çalışanlara sunduğu daha geniş tasarım ve uygulama imkanları çalışmanın ikinci faydasına işaret etmektedir. Buna göre “bireyde duygusal, düşünsel ve fiziksel düzeylerin tümünde hoşça giden devinim sağlayan her çeşit aktivite” rekreasyon niteliğindedir. Bu bir iş, görev, hobi, seyahat, AVM ziyareti veya sportif faaliyet olabilir. Aktivitelerin rekreatif performans düzeyi, katılımcılar açısından sağladığı yenilenme durumunun düzeyine göre belirlenebilir. Bireylerin yenilenmesini destekleyen rekreasyon tasarımı ve uygulaması, iş ve iş dışı ortamların tümünde bir gereklilik olabilir ve rekreasyon bölümlerinde eğitim bu amaç doğrultusunda verilebilir. Bu kapsamda rekreasyon bölümü mezunları; iş ve iş dışı tüm ortamlarda bireylerin yenilenme düzeyini desteklemekten sorumlu görevliler olarak değerlendirilebilir.

Gelecek araştırmalarda hangi aktivitelerin bireylerde daha fazla yenilenme sağladığı yani rekreatif (*re-creative*) niteliğinin daha güçlü olduğu araştırılabilir. Böylece bir aktivitenin rekreatif nitelik açısından geliştirilmesi için hangi yönden (hoşça giden öğrenme, fiziksel etkinlik, duygusal uyarım ve yenilik) geliştirilmesi gerektiği tespit edilebilir.

## Kaynaklar

Açık bilim, (2018). Nesiller ayrılıyor: X, Y VE Z nesilleri, <http://www.acikbilim.com/2013/09/dosyalar/nesiller-ayriliyor-x-y-ve-z-nesilleri.html> (8.6.2014).

Argan, M. (2007). Eğlence pazarlaması, Detay Yayıncılık, Ankara.

- Aydoğan, F. (2000). Medya ve serbest zaman, Om Yayınevi, İstanbul.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., & Büyüköztürk, Ş. (2012). Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik SPSS ve LISREL uygulamaları, Pegem Akademi, Ankara.
- Fornell, C., & Lacker, D. F. (1981). Evaluating structural equation modeling for travel behavior research, transportation research part B, University of Michigan, 37, 1-25.
- Gökçe, H. (2008). Serbest zaman doyumunun yaşam doyumuna ve sosyo-demografik değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi, Denizli.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin B. J., & Anderson, R. E. (2010). Multivariate data analysis, NJ: Prentice Hall.
- Jöreskog, K. G., & Sörbom, D. (1993). Lisrel 8: Structural equation modeling with the SIMPLIS command language, USA: Scientific Software International, [https://books.google.com.tr/books?hl=tr&lr=&id=f61i3quHcv4C&oi=fnd&pg=PR15&dq=J%C3%B6reskog+ve+S%C3%B6rbom,+1993&ots=uiAjk4C0y&sig=8JCSWIQX2NGtXtiz21QtsT6RWgQ&redir\\_esc=y#v=onepage&q=J%C3%B6reskog%20ve%20S%C3%B6rbom%2C%201993&f=false](https://books.google.com.tr/books?hl=tr&lr=&id=f61i3quHcv4C&oi=fnd&pg=PR15&dq=J%C3%B6reskog+ve+S%C3%B6rbom,+1993&ots=uiAjk4C0y&sig=8JCSWIQX2NGtXtiz21QtsT6RWgQ&redir_esc=y#v=onepage&q=J%C3%B6reskog%20ve%20S%C3%B6rbom%2C%201993&f=false) (20.05.2018).
- Kalaycı, Ş. (2010). SPSS Uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri, Asil Yayın Dağıtım, Ankara.
- Karaküçük, S. (2014). Rekreasyon: Boş zamanları değerlendirme, Gazi Üniversitesi Yayını, Ankara.
- Koçak, G. N. (2017). Bilimde yapısal kavrayışlar, Detay Yayıncılık, Ankara.
- Koçak, G. N., & Eryılmaz, G. (2018). Rekreasyon araştırmaları için temel bir araştırma yapısı ve ölçek önerisi, Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi 3(2), 61-84.
- Kozak, N., Kozak, M. A., & Kozak, M. (2010). Genel turizm ilkeler ve kavramlar, Ankara:Detay Yayıncılık.
- Lobo, F. (2006). The work-leisure paradigm: the stresses and strains of maintaining a balanced lifestyle, World Leisure Journal, 48(3), 22-32.
- McCrindle, M. (2006). Word up: A lexicon of generation Y & Z: A guide to communicating with them the ABC of XYZ. Mccrindle Research, [http://books.google.com.tr/books?id=JCrJqLFutykC&printsec=frontcover&hl=tr&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](http://books.google.com.tr/books?id=JCrJqLFutykC&printsec=frontcover&hl=tr&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false) internet adresinden (13.05.2018).

- Metin T. C., Kesici M., & Kodaş D. (2013). Rekreasyon olgusuna akademisyenlerin yaklaşımları, *Journal of Yasar University*, 30(8), 5021-5048.
- Oxforddictionaries, (2018). <https://en.oxforddictionaries.com/definition/leisure> (15.07.2018).
- Poria, Y., Butler, R., & Airey, D. (2003). Revisiting Mieczkowski's Conceptualization of Tourism, *Tourism Geographies*, 5(1), 26-38.
- Seslisözlük, (2018). <https://www.seslisozluk.net/leisure-nedir-ne-demek/> (15.07.2018).
- Tezcan, M. (1993). Boş zamanlar sosyolojisi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları, Ankara.
- Torkildsen, G. (2005). *Leisure and Recreation Management*, Taylor and Francis Group, New York.
- Tureng, (2018). <http://tureng.com/tr/turkce-ingilizce/leisure> (15.07.2018).
- Türkmen, M., Kul, M., Genç, E., & Sarıkabak, M. (2013). Konaklama işletmesi yöneticilerinin rekreasyon algı ve tutumlarının değerlendirilmesi: Batı Karadeniz bölgesi örneği. *Turkish Studies - International Periodical for The Languages, Literature And History of Turkish or Turkic*, 8(8), 2139-2152.
- Yeniçeri M., Coşkun B., & Özkan H. (2002). Muğla il merkezindeki memurların boş zaman değerlendirme eğilimlerinin belirlenmesi üzerine bir araştırma. *Muğla Üniversitesi, SBE Dergisi*, 7, 1-20.