

KADINLARIN SPOR VE SERBEST ZAMAN ETKİNLİKLERİNE KATILIM SORUNLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

THE EVALUATION OF THE PROBLEMS RELEATED TO THE WOMEN'S NOT BEING ABLE TO PARTICIPATE IN RECREATION ACTIVITIES

¹Berrin GÜNER

¹Afyonkarahisar Halk Eğitim Merkezi ve Akşam Sanat Okulu, Afyonkarahisar
berringuner@gmail.com

ÖZET

İnsanların olumsuz çevresel koşullar ve stres nedeniyle tehlikeye giren ruh/beden sağlıklarını tekrar kazanmak ve sağlıklarını korumak, bunun yanında haz ve zevk almak amacıyla boş zamanlarında gönüllü olarak katıldıkları aktiviteler “rekreasyon” olarak tanımlanmaktadır (Koçyiğit & Yıldız 2014). İnsanların son yıllarda çalışma dışı zamanlarının artması serbest zaman etkinliklerine katılım oranını da arttırmıştır. Birer serbest zaman aktivitesi olan rekreasyon faaliyetleri insan yaşamını birçok açıdan olumlu yönde etkilemektedir. Özellikle bedensel etkinlik içeren serbest zaman etkinliklerinin insan sağlığını birçok açıdan olumlu yönde etkilediği belirtilmektedir. Buna karşılık insanların serbest zaman etkinliklerine katılımlarını kısıtlayan bazı unsurlar bulunmaktadır. Özellikle toplumsal yapı içerisinde kadınlar birçok serbest zaman etkinliğine rahatça katılma konusunda ciddi sorunlar yaşamaktadırlar. Yapılan bu araştırmada kadınların genel olarak serbest zaman etkinliklerine katılım sorunlarının değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Anahtar kelimeler: Kadın, serbest zaman, rekreasyon

ABSTRACT

The term “Recreation” is defined as people’s participating in some kind of activities in their free time of their own accords to gain their body and soul health which are destroyed in time because of some reasons (Koçyiğit& Yıldız 2014). And there is an increase in free time duration out of work so people can participate in recreation activities more and more. There creation activities which are originally free time activities affect the lives of people positively. Recreation activities which are mostly physical body activities affect the human health positively from many aspects. However there are many factors which prevent people participating in recreation activities. Especially women have trouble when they want to take part in recreationactivities .Theycan’ttakepart in recreationactivities as theywishcomfortably in this social structure. In this paper it is aimed to evaluate the problems of women releated to not being able to participate in recreation activities.

Keywords: Woman, freetime, recreation

JEL CODE: I1, I10, L83

GİRİŞ

Son yıllarda insanların yoğun iş temposu içerisinde buldukları ve uzun çalışma saatlerine sahip oldukları bilinmektedir. İnsanların yoğun çalışma temposu içerisinde olmaları çalışma saatleri dışında kendilerine vakit ayırma ve serbest zamanlarını iyi değerlendirme zorunluluğunu ortaya çıkarmıştır. Ayrıca insanların hayatlarının büyük bir bölümünü çalışarak geçirmeleri sahip olunan serbest zamanların değerini de arttırmıştır (Özbal & Akyıldız, 2013). İnsanların çalışma saatleri dışında kalan serbest zamanlarını değerlendirmek için yöneldikleri çeşitli etkinlikler bulunmaktadır. İnsanlar serbest zamanlarını değerlendirmek amacıyla yöneldikleri etkinliklere genellikle kendi istekleri ile yönelmektedirler. Bu nedenle serbest zaman etkinlikleri insanların yaparken zevk aldıkları aktivitelerden oluşmaktadır. İnsanların serbest zamanlarını değerlendirmek için katıldıkları söz konusu etkinliklere “rekreasyon” adı verilmektedir. Literatürde rekreasyon kavramına ilişkin birçok tanım yapıldığı görülmekte olup, genellikle yapılan tanımların çoğunda rekreasyonun serbest zamanları değerlendirme etkinlikleri olduğuna vurgu yapılmaktadır (Güngörmüş, 2007; Tribe, 2005; Hazar, 2003).

Spor, günümüz toplumlarında hayat akışı içerisinde en temel bedensel etkinliklerin başında yer almaktadır. Dünyanın her tarafında insanların düzenli olarak spor etkinliklerine katıldıkları bilinmektedir. İnsanlar çok eski dönemlerden beri sporla iç içe bir yaşam tarzına sahip olmuşlardır. Bu nedenle günümüzde sporun önemli bir toplumsal olay olmasının beklenen bir sonuç olduğu söylenebilir. Ayrıca toplumsal bir olgu haline gelmiş olan sporun günlük yaşamdan soyutlanmasının mümkün olmadığı görülmektedir (Dever, 2010).

Toplum yaşamına çok değişik yollarla girmeyi başaran spor, insanları doğrudan ya da dolaylı olarak kendisine bağımlı kılmış, insanların her dönem ilgisini çekmiş, bunun yanında her zaman canlı kalmayı başarmış bir olgudur. İnsanların sahip oldukları sosyal zevk ve ihtiyaçlarını karşılayarak kendisine bağlayan spor aktiviteleri, günümüzde sosyal bir kurum olduğunu insanlara kabul ettirmiştir. Sporun içerisinde insanların davranış, görüş, inanç ve düşüncelerine ilişkin simgeler bulunması sporun sosyal yapısını göstermektedir (Küçük & Koç, 2004).

Sporun çeşitli özellik ve fonksiyonlarına bağlı olarak insan yaşamı açısından bazı amaçları bulunmaktadır. Sporun amaçlarının başında “aile fertlerinin spor yapmalarını sağlayarak mutlu, çalışkan, sağlıklı, moral düzeyi yüksek, çağdaş ve dinamik bir toplum yaratmak, toplumsal görev ve sorumluluklarını iyi bilen, fiziksel ve ruhsal sağlığı yerinde, ahlaklı, yaratıcı, üretken, yapıcı, erdemli, faziletli nesiller yetiştirmek” gibi amaçlar gelmektedir (Yetim, 2005). Spor etkinliklerine katılmak insanların fiziksel ve psikolojik gelişimlerinin yanında sosyal gelişimlerinin desteklenmesinde de büyük rol oynamaktadır (Keskin, 2014). Spor etkinlikleri aynı zamanda insanların serbest zaman etkinliklerinde tercih ettikleri faaliyetlerden birisidir. Birçok spor etkinliği serbest zamanları değerlendirme amacıyla uygulandığı zaman sportif faaliyet olmaktan çıkarak birer rekreatif faaliyet haline almaktadır. Serbest zaman etkinlikleri içerisinde insanların sağlıklarını olumlu yönde etkileyen en önemli faaliyetlerin sportif aktiviteler olduğu söylenebilir. Çünkü sportif etkinliklere katılım insan sağlığını birçok açıdan olumlu yönde etkilemektedir.

İnsan yaşamında önemli bir yere sahip olan serbest zaman ve spor etkinliklerine katılımı etkileyen birçok unsur bulunmaktadır. Söz konusu unsurlar içerisinde cinsiyet faktörü serbest zaman ve spor etkinliklerine yönelmede önemli bir belirleyicidir. Özellikle erkek egemenliğinin ön planda olduğu toplumlarda kadınların spor etkinliklerine ve istedikleri serbest aktiviterine katılım konusunda ciddi sorunlar yaşadıkları bilinmektedir. Yapılan bu araştırmada da kadınların hem serbest zaman hem de spor etkinliklerine katılımlarını olumsuz yönde etkileyen unsurların değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Kadınlarda Spor ve Serbest Zaman Aktivitelerine Katılımın Tarihçesi

M.Ö. 300 yıllarında rekreasyon ve serbest zaman kavramına ilişkin ilk düşünceler ortaya çıkmaya başlamıştır. Rekreasyon ve serbest zaman üzerine ilk model çalışmaları Yunan filozof Aristo geliştirmiştir (Cordes, 2003). Görüldüğü gibi serbest zamanların değerlendirilmesine yönelik aktivitelerin geçmişi insanlık tarihi kadar eskidir. İnsanların serbest zaman etkinliklerine yönelik gelişmeler özellikle göçebe hayattan yerleşik hayata geçince artmaya başlamıştır. Sanayileşme ile birlikte şehirler gelişmiş ve fabrikalaşma düzeyi artmıştır. Buna paralel olarak insanların boş zamanlarında artış meydana gelmiştir (Demir & Oral, 2007).

Kadınların spor ve rekreasyon etkinliklerine katılımlarına yönelik kısıtlamalar insanlığın çok eski zamanlarından beri süregelen bir durumdur. Antik Yunan medeniyetinde spor etkinliklerine erkek

çocuklarının yönlendirildiği, buna karşılık kız çocuklarının fiziksel aktivite içeren etkinliklere yönlendirilmediği bilinmektedir (Siedentop, 2009). Günümüzde kadın haklarına saygı gösteren, kadınların spor ve serbest zaman etkinliklerine katılımlarının yüksek olduğu birçok ülkede geçmiş yıllarda kadınların spor ve serbest zaman etkinliklerine katılımlarının söz konusu olmadığı bilinmektedir. McCrone (1998), kadınların orta çağ Avrupa'sında özellikle İngiltere'de spor ve fiziksel rekreasyon etkinliklerine katılım sorunları yaşadıklarını belirtmiştir. Söz konusu dönemlerde spor etkinlikleri genellikle erkeklerin yapabileceği fiziksel ve fizyolojik kapasite gerektiren aktiviteler olarak değerlendirilmiş, bu nedenle kadınların fiziksel efor harcanan serbest zaman aktivitelerine katılmaları doğal karşılanmamıştır.

Tarihsel süreç içerisinde dini yapının kadınların spor ve serbest zaman etkinliklerine katılımlarını önemli ölçüde etkilediği görülmektedir. Örneğin; Müslüman milletlerde kadınların serbest zaman etkinliklerine katılımları genellikle erkeklerin yer almadığı etkinliklerden oluşmuştur. Bu nedenle serbest zaman etkinliği olarak kadınların katıldıkları aktiviteler erkeklerin bulunmadığı mekânlarda gerçekleştirilmiştir. Özellikle evli Müslüman kadınların diğer kadın akrabaları ve çocukları ile beraber eğlencelere katıldıkları (Russell, 2009), Türklerin 11. Yüzyıl dolaylarında Müslümanlığı kabul etmelerinin de Türkler açısından rekreasyon faaliyetlerine katılım biçimlerini etkilediği bilinmektedir (Karaküçük, 2008).

Kadınların spor ve serbest zaman etkinliklerine özgür bir biçimde katılabilmeleri 20. yüzyıldan itibaren gerçekleşmeye başlamıştır. Bu dönemde kadınların spor ve serbest zaman etkinliklerine katılımlarını arttıran birçok unsur bulunmaktadır. Bunların başında kadınların katılacakları spor takımlarının sayısı ve spor alanlarının artması, özellikle batılı ülkelerde tüm eleştirilere rağmen kadınların spor etkinliklerine katılımlarının hükümet politikalarında yer alması, kadın hareketlerinin gelişmesine paralel olarak kadınlarında hayatın her alanında her şeyi yapabilecek kapasiteye ve yeterliliğe sahip olduklarının vurgulanması, kadınlar açısından spor ve fiziksel aktivitenin sağlığa yararlı olduğunun benimsenmesi ve kadın sporcuların medyada daha fazla yer almaya başlaması gibi unsurlar gelmektedir (Tükenmez, 2009).

Kadınlarda Spor ve Serbest Zaman Etkinliklerine Katılım Sorunları

Kadınlarda spor ve serbest zaman etkinliklerine katılımı olumsuz yönde etkileyen birçok unsur bulunmaktadır. Yapılan literatür taraması sonucunda kadınların spor ve serbest zaman etkinliklerine katılımlarını olumsuz yönde etkileyen unsurlar aşağıda belirtilmiştir.

Sosyo-Ekonomik Yapı

Sahip olunan sosyo-ekonomik özellikler yaşam standartlarını belirlemektedir. Hayatın her alanında olduğu gibi spor ve serbest zaman etkinliklerine katılım da belirli bir maliyet gerektirmektedir. Örneğin; serbest zamanlarında tenis oynamak isteyen bir kadın öncelikle tenis oynamak için kullanılan raket, ayakkabı ve forma almak zorundadır. Söz konusu malzemeler sosyo-ekonomik yapısı düşük kadınlar için önemli bir maliyet ortaya çıkarabilmektedir. Benzer şekilde kadınların serbest zamanlarını seyahat yaparak değerlendirmeleri de ulaşım, yeme içme ve barınma gibi maliyetler ortaya çıkarmaktadır. Bu maliyetler de özellikle düşük gelir düzeyine sahip kadınlar açısından serbest zamanlarında seyahate yönelmelerine engel olabilmektedir. Bu nedenle kadınların düşük-sosyo ekonomik yapıya sahip olmalarının serbest zaman ve spor etkinliklerine katılımlarını olumsuz yönde etkilediği söylenebilir. Miller & Brown (2005) tarafından yapılan bir araştırmada da kadınların sosyo-ekonomik düzeylerinin artmasının serbest zaman etkinliklerine katılımlarını da arttırdığı belirlenmiştir.

Ekonomik durumu kötü olan kadınların yöneldikleri serbest zaman ve spor etkinlikleri incelendiği zaman, kadınların genellikle fazla malzeme, ekipman ve maliyet gerektirmeyen spor ve serbest zaman etkinliklerine yöneldikleri görülmektedir. Yapılan araştırmalar kadınların en sık tercih ettikleri serbest zaman ve spor etkinliklerinin başında yürüyüşün geldiğini göstermektedir (Yüksel, 2014). Diğer serbest zaman ve spor etkinlikleri ile kıyaslandığı zaman yürüyüşün nispetten daha az maliyetli bir aktivite olduğu, bunun yanında kadınların bedensel açıdan en rahat yapabildikleri aktivitelerden birisi olduğu göz önünde bulundurulduğu zaman kadınların serbest zamanlarını değerlendirmek ve spor yapmak için en sık tercih ettikleri aktivitenin yürüyüş olmasının beklenen bir sonuç olduğu söylenebilir.

Aile Yapısı

Geleneksel toplum yapısı içerisinde annelik görevi kadınların sahip oldukları en önemli görevlerden birisi olarak kabul edilmektedir. Şüphesiz ki anne olmak birçok sorumluluğu da beraberinde getirmektedir. Anne olmuş bir kadının artan sorumluluklarına paralel olarak kendine vakit ayırması ve serbest zaman etkinliklerine katılması da kısıtlanmaktadır. Currie (2004) tarafından yapılan araştırmada anne olan kadınların serbest zaman etkinliklerine katılım konusunda yeterli zamana sahip olmamalarının ve kendilerine vakit ayıramamalarının önemli birer stres kaynağı olduğu belirtilmiş, bu kapsamda çocuk sahibi olan kadınların serbest zaman ve spor etkinliklerine katılımlarının psikolojik açıdan kendilerini iyi hissetmelerine katkı sağlayacağı vurgulanmıştır.

Çocuk sahibi olmanın dışında kadınların aile içerisinde özellikle eş tutumu spor ve serbest zaman etkinliklerine yönelmede önemli bir kısıtlayıcıdır. Eşinin kısıtlamaları nedeniyle spor ve serbest zaman etkinliklerine yeterli düzeyde katılamayan kadınların yanında, küçük yaşlardaki bekâr kadınlarında aile tutumu nedeniyle spor ve serbest zaman etkinliklerine yönelme konusunda sorunlar yaşadıkları bilinmektedir. Bazı aileler küçük yaşlardaki kız çocuklarını çeşitli toplumsal kaygılar nedeniyle spor ve serbest zaman etkinliklerine yönlendirme konusunda tereddüt yaşayabilmektedirler. Bazı ailelerin ise eğitimleri aksayacağı ve ileride karşılaşacağı sınavlardan düşük puan alacakları kaygısıyla kız çocuklarını spor ve serbest zaman etkinliklerine yönlendirmedikleri bilinmektedir.

Hem meslek sahibi olan ve herhangi bir işte çalışan hem de evli olan kadınlar açısından da serbest zaman etkinliklerine katılım oldukça zor olmaktadır. Çünkü meslek sahibi kadınlar çalışma saatlerinin dışında aile hayatlarının da iyi olması için evlerinde ailelerin yaşam kalitelerinin artmasına yönelik çalışmalar yapmaktadırlar (Kraus, 1997). Bu durum kadınların spor ve serbest zaman aktivitelerine yönelecek zaman bulma konusunda sorun yaşamalarına neden olmaktadır.

Dini Yapı Özellikleri

Toplumsal yapı içerisinde dini değerlerin birçok alanda etkili oldukları, bunun yanında dini değer algılarının toplumda birçok kuralı düzenlediği ve dini kuralların birçok insan için bağlayıcı olduğu bilinmektedir. Hayatın her alanında olduğu gibi özellikle kadınların serbest zaman ve spor etkinliklerine katılımları üzerinde de dini değerlerin ve dinsel yaşayış özelliklerinin büyük bir rolü bulunmaktadır. Yapılan araştırmalarda kadınların serbest zaman ve spor etkinliklerine katılımları üzerinde dinin sınırlayıcı ve engelleyici bir rolü olduğu belirlenmiştir. Arab-Moghaddam ve ark., (2007) tarafından yapılan araştırmada Müslüman kadınların serbest zaman ve spor etkinliklerine katılım düzeylerinin düşük olduğu tespit edilmiştir.

Çevresel Faktörler

Yaşanılan çevrenin sahip olduğu fiziksel özellikler, coğrafi yapı, tesis ve saha bulunma durumu gibi özellikler kadınların spor ve serbest zaman etkinliklerine katılımlarını kısıtlayan unsurlar arasında yer almaktadır. Craike ve ark., (2005) tarafından yapılan araştırmada kırsal kesimlerde yaşayan kadınların serbest zaman etkinliklerine yönelik tercih imkanlarının şehirlerde yaşayan kadınlara kıyasla daha düşük olduğu belirtilmiştir. Dünyanın birçok yerinde kırsal ve kentsel yaşam alanlarının sahip olduğu imkânların arasındaki büyük farklılıklar göz önünde bulundurulduğu zaman, kırsal kesimlerde yaşayan kadınların spor ve serbest zaman etkinliklerine katılım düzeylerinin daha düşük olması beklenen bir sonuç olduğu söylenebilir.

Algılanan Sosyal Destek

Kadınların istedikleri serbest zaman ve spor etkinliklerine yönelmelerinde algıladıkları sosyal desteğin büyük bir önemi bulunmaktadır. Literatürde yer alan araştırma bulguları da kadınlarda algılanan sosyal desteğinin düşük olmasının serbest zaman etkinliklerine katılımı olumsuz yönde etkilediği (McIntyre & Rhodes, 2009), özellikle ebeveynler tarafından sağlanan sosyal desteğin ise serbest zaman ve spor etkinliklerine katılımı olumlu yönde etkilediği belirlenmiştir (Hünük ve ark., 2013). Genç kadınlar üzerinde yapılan benzer bir araştırmada da spora yönelme konusunda ebeveyn ve aile desteğinin önemli bir rolü olduğu saptanmıştır (Biddle ve ark., 2005).

Motivasyon

Kadınların spor ve serbest zaman etkinliklerine katılımlarında sahip oldukları içsel ve dışsal motivasyon özelliklerinin önemli bir etkisi bulunmaktadır. Özellikle ülkemizde kadınlar herhangi bir sağlık sorunu, fazla kiloluluk veya beden memnuniyetsizliği gibi sorunlarla karşılaşmadıkları sürece spor etkinliklerine yönelmemektedirler. Diğer bir ifade ile kadınlarda herhangi bir özel amaç olmaksızın sadece sağlıklı yaşam için spor yapma alışkanlığı düşük düzeydedir.

Kadınların spor ve serbest zaman etkinliklerine yönelmeleri için kendilerini motive edecek bazı beklentilere sahip olmaları gerekmektedir. Örneğin; fazla kilolu olan bir kadın sahip olduğu fazla kilolarından kurtulmak amacıyla serbest zamanlarında düzenli olarak yürüyüş yapmaya başlayabilir. Burada kadını yürüyüş yapmaya motive eden unsur sahip olduğu fazla kilolarıdır. Bunun yanında aşırı kilolu olmasa da beden memnuniyetsizliği yaşayan, sahip olduğu bedensel yapının dış görünüşünü beğenmeyen kadınlar da daha fit ve iyi görümlü bir vücuda sahip olmak için spor etkinliklerine yönelmektedirler. Böyle bir durumda kadını spor yapmaya motive eden unsur beden memnuniyetsizliği ve daha fit bir vücuda sahip olma isteğidir. Literatürde yer alan araştırma bulguları değerlendirildiği zaman, kadınları spor ve serbest zaman aktivitelerine yönelten unsurların başında kilo verme (Aytan, 2013) ve iyi bir fiziksel görünüme sahip olma isteğinin geldiği belirlenmiştir (Sit ve ark., 2008; Liechty ve ark., 2006).

Sonuç

Sonuç olarak kadınların spor ve serbest zaman etkinliklerine katılımlarını etkileyen birçok unsur bulunmaktadır. Sosyo-ekonomik açılarından ele alındığı zaman kadınların ekonomik gelir düzeylerinin düşük olmasının hem spor hem de serbest zaman etkinliklerine katılımı olumsuz yönde etkilediği söylenebilir. Aile unsuru açısından ele alındığı zaman kadınların evli, özellikle de çocuk sahibi olmalarının kendilerine spor ve serbest zaman aktivitelerine katılım için yeterli zaman ayırma konusunda sorun yaşamalarına neden olmaktadır. Küçük yaş grubunda bulunan bekâr kadınların ise çeşitli sosyal ve ahlaki kaygılar nedeniyle aileleri

tarafından spor ve serbest zaman etkinliklerine katılımları engellenmektedir. Dini açıdan ele alındığı zaman dünyanın birçok yerinde dini kuralların ve ahlaki değer yargılarının kadınların spor ve serbest zaman etkinliklerine katılmalarında temel belirleyici olduğu söylenebilir. Hatta bazı ülkelerde kadınları yönelebilecekleri spor etkinlikleri dini inançlar nedeniyle sınırlandırılmaktadır. Çevresel özellikler açısından ele alındığı zaman yaşanan yerde spor ve rekreasyon alanlarının sınırlı olmasının kadınların spor ve serbest zaman etkinliklerine katılımlarını olumsuz yönde etkilediği söylenebilir.

Kadınların spor ve serbest zaman etkinliklerine yönelmelerinde önemli belirleyici olan diğer bir faktörün algılanan sosyal destek olduğu belirtilmektedir. Literatürde yer alan araştırma sonuçlarının da bu görüşü desteklediği görülmüş, buna göre, kadınların algıladıkları sosyal desteğin azalmasının spor ve serbest zaman etkinliklerine katılım isteğini olumsuz yönde etkilediği belirlenmiştir. Bunun yanında kadınların spor ve serbest zaman etkinliklerine yönelmelerinde sahip oldukları motivasyonun önemli bir yere sahip olduğu görülmüş, kadınların spor ve serbest zaman etkinliklerine katılım motivasyonlarının düşük olmasının söz konusu aktivitelere yeterli düzeyde yönelmemelerine önemli bir engel olduğu belirlenmiştir.

KAYNAKLAR

- Arab-Moghaddam, N., Henderson, K. A., & Sheikholeslami, R. (2007). Women's leisure and constraints to participation: Iranian perspectives. *Journal of Leisure Research*, 39(1), 109-126.
- Aytan, G. K. (2010). *Ortaöğretim öğrencilerinin sosyalleşmelerinde sporun etkileri*. Doktora tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Aytan, G. K. (2013). Kadınların spora olan ilgilerinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 21(2), 777-790.
- Biddle, S. J., Whitehead, S. H., O Donovan, T. M., & Nevill, M. E. (2005). Correlates of participation in physical activity for adolescent girls: A systematic review of recent literature. *Journal of Physical Activity & Health*, 2(4), 423-434.
- Cordes, K. A. (2013). *Applications in recreation leisure for today and future*. 4. Edition. LLC: Sagamore Publishing.
- Craike, M. J., Symons, C., Eime, R. M., Payne, W. R., & Harvey, J. T. (2011). A comparative study of factors influencing participation in sport and physical activity for metropolitan and rural female adolescents. *Annals of Leisure Research*, 14(4), 355-368.
- Currie, J. (2004). Motherhood, stress and the exercise experience: freedom or constraint?. *Leisure Studies*, 23(3), 225-242.
- Demir, C. & S. Oral. (2007). Relationship among demographic variables and the preferences of water park visitors: An implication from Turkey. *Journal of Yasar University*. 2.6, 537-553.
- Dever, A. (2010). *Spor sosyolojisi*. İstanbul: Başlık Yayınları.
- Güngörmüş, H. A. (2007). *Özel sağlık-spor merkezlerinden hizmet alan bireyleri rekreasyonel egzersize güdüleyen faktörler*. Yayınlanmamış doktora tezi. Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Hazar, A. (2003). *Rekreasyon ve animasyon*. 2. Baskı. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Kılıç, M., & Şener, G. (2013). Üniversite öğrencilerinin rekreasyon etkinliklerine katılımlarındaki sosyolojik etkenler ve yapısal kısıtlamalar. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 3(3), 220-227.
- McIntyre, C. A., & Rhodes, R. E. (2009). Correlates of leisure-time physical activity during transitions to motherhood. *Women & Health*, 49(1), 66-83.

- Miller, Y. D., & Brown, W. J. (2005). Determinants of active leisure for women with young children-an “ethic of care” prevails. *Leisure Sciences*, 27(5), 405-420.
- Karaküçük, S. (2008). *Rekreasyon*. 6. Baskı. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Keskin, Ö. (2014). Çocuklarda beden eğitimi ve spora katılımın sosyal gelişim üzerine etkileri. *Uluslararası Multidisipliner Akademik Dergisi*, 1(1), 1-6.
- Kılıç, M., & Şener, G. (2013). Üniversite öğrencilerinin rekreasyon etkinliklerine katılımlarındaki sosyolojik etkenler ve yapısal kısıtlamalar. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 3(3), 220-227.
- Koçyiğit, M., & Yıldız, M. (2014). Yerel yönetimlerde rekreasyon uygulamaları: Konya örneği. *International Journal of Science Culture and Sport*, 2, 211-223.
- Kraus, R. G. (1997). *Recreation today: Program planning and leadership*. 2. Edition. California: Goodyear Publishing.
- Küçük, V., & Koç, H. (2004). Psiko-sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10, 131-141.
- Liechty, T., Freeman, P. A., Zabriskie, R. B. (2006). Body image and beliefs about appearance: Constraints on the leisure of college-age and middle-age women. *Leisure Sciences*, 28(4), 311-330.
- McCrone, K. E. (1988). *Playing the game: Sport and the physical emancipation of English women, 1870-1914*. England: Niversity Press Of Kentucky.
- Okuyucu, C., Ramazanoğlu, F., & Tel, M. (2006). Çevresel faktörlerdeki değişimin serbest zaman faaliyetlerine etkileri. *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları*, 40-44.
- Özbal, A. F., & Akyıldız, M. (2013). *Hibrid kimlik, üst gerçeklik ve geçirgenlik: postmodern boş zamana yönelik kuramsal bir yaklaşım*. II. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi Bildiri Kitabı, 31 Ekim – 3 Kasım 2013, Aydın, 181-195.
- Özer, B., Gelen, İ., & Öcal, S. (2009). İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin boş zaman değerlendirme alışkanlıklarının günlük problem çözme becerilerine etkisinin incelenmesi. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(12), 235-257.
- Russell, R. V. (2009). *Pastimes: The context of contemporary leisure*. 4. Edition. LLC: Sagamore Publishing.
- Siedentop, D. (2009). *Introduction to physical education, fitness, and sport*. New York: McGraw-Hill.
- Sit, C. H., Kerr, J. H., Wong, I. T. (2008). Motives For And Barriers To Physical Activity Participation in Middle-Aged Chinese women. *Psychology of Sport And Exercise*, 9(3), 266-283.
- Tribe, J. (2005). *The economics of recreation, leisure and tourism*. USA: Routledge.
- Tükenmez, M. (2009). *Toplumbilim ve spor*. 1. Baskı. İstanbul: Kaynak Yayınları.
- 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.
- Yağmur, R. (2006). *Afyon Kocatepe Üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencileri ile farklı bölümlerdeki öğrencilerin serbest zaman aktivitelerinin karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Afyon.
- Yetim, A. A. (2005). *Sosyoloji ve spor*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Yüksel, M. (2014). *Cinsiyet ve spor*. Tarih Okulu Dergisi, 7(19), 663-684.

EXTENDED ABSTRACT

The term ‘recreation’ which is a social phenomenon first emerged as a western based concept. In time modern people have decided ‘the time out of work’ as a problem ; and they have begun search something on what can be done at these free time to be happier and healthier. Inshort , first scientific evaluation the question ‘ what kind of a recreation?’ is equal to the question ‘ what kind of a society we want? ‘ (Kılıç & Şener, 2013).

There have been many developments and changes which are economical, cultural, technological and social over the world since 20th century. These developments and changes have affected the lives of people not only positively but also in a negative way. Because of technological developments working hours have been shortened; the income level has increased ; the telecommunication and transportation ways have developed; as a result of all these factors people have so many free time and they have begun to search on what can be done as recreation at these free times. (Türkmen et al., 2013). There are so many different factors affecting the people’s wish to do some activities at their free times. These are for example try to live by having fun, get new experiences, make new friends, increase the sense of creativity and to be successful (Yağmur, 2006).

Participating in recreation activities have so many benefits in terms of psycho-social area. At literature, it is proved that participating in recreation activities contributes the people’s becoming relax , becoming more social and the development of thinking skills. Moreover all these skills gained during recreation activities have a great role and contribution for people at coping with many kind of problems in their lives (Özer, Gelen & Öcal, 2009). The other very important benefits of participating in recreation activities are; increasing at life quality, increasing at level of health and physical condition and increasing at motivation levels (Okuyucu, Ramazanoğlu & Tel, 2006). Moreover there recreation activities make people gain permanent habits and all these activities bring people the habit of doing body exercise, sharing, helping each other, the feeling of lose or conquest, the feeling of estimating, group consciousness and the feeling of success.

The sports activities have a great role on people’s lives at the present day. Because they are the key factors for people to get health, peace and happiness. It shows the modernity levels of societies to provide the necessary opportunities for people to do sport consciously. Moreover sport activities not only provide healthier generations in terms of pyhsical and ideal also they provide the people to have a life quality the era needs (Aytan, 2010).

The gender is an important identifier on recreation activities. It is generally known that women are not able to participate in many of the recreation activities compared to men. There are so many reasons for women’s not being able to participate in recreation activities. According to the research it has been understood that the main reasons for women’s not being able to participate in recreation activities stem from psychological factors, socio-cultural factors, demographic factors and enviromental factors. The free time motivation and satisfaction are among the sub-factors of the psychological factors preventing the participation of women in recreation activities; the society’s angle of view against women and religious values are among the sub-factors of the socio-cultural factors preventing the participation of women in recreation activities; the women’s marital status and having children or not are the sub-factors of demographic factors and having limited facilities for recreational activities.