



International JOURNAL of SOCIAL and HUMANITIES SCIENCES RESEARCH (JSHSR)

Uluslararası Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma Dergisi

Received/Makale Geliş 25.02.2023
Published /Yayınlanma 30.04.2023
Volume/Issue (Cilt/Sayı)-ss/pp 10(94), 987-997

<http://dx.doi.org/10.26450/jshsr.3591>
Research Article
ISSN: 2459-1149

 Doç. Dr. Suna MUĞAN ERTUĞRAL
 <https://orcid.org/0000-0001-9872-3941>
 İstanbul Üniversitesi, İktisat Fakültesi, İktisat Bölümü, İstanbul / TÜRKİYE

TOPLUMSAL KALKINMANIN SAĞLANMASI BAKIMINDAN BOŞ ZAMAN DEĞERLENDİRMENİN ETKİSİ

THE EFFECT OF LEISURE TIME IN TERMS OF SOCIAL DEVELOPMENT

ÖZET

İnsan yaşamının çok önemli bir unsuru olan boş zaman kişisel özgürlük alanı olarak önemlidir. Ancak çalışma ve temel ihtiyaçlardan arta kalan süre olarak boş zamanın kişisel gelişime katkı yapması toplumsal ilerlemenin sağlanabilmesi bakımından önemlilik arz etmektedir. Geniş kitlelerin kültür düzeyini istikrarlı bir şekilde artırmak için boş zamanın en iyi nasıl kullanılacağı konusu önemlidir. Boş zaman olgusu beşeri sermaye birikimiyle ilişkilidir. Özellikle kişinin boş zamanlarında, tartışma, çalışma, düşünme, yeni bir beceri kazanma, yenilikçi öğrenim, bilgi arayışı, diyalektik, spor, fiziksel aktivitelerin yanı sıra eğlence, oyun ve siyasi ve kültürel aydınlanma yoluyla kişisel gelişimine ve ruhsal yükselişine neden olan faaliyetler toplumsal kalkınmanın sağlanabilmesinde itici güç olmaktadır. Bu sebeple bu çalışmada boş zaman değerlendirilmesinin toplum üzerinde gelişmeye yönelik aktivitelerle zenginleşmesinin öneminin ele alınması incelenmektedir. Çalışmada literatür taraması yöntem olarak kullanılmıştır. Özellikle zaman kullanım araştırmasının sonuçlarının bu kapsamda değerlendirilmesi gerçekleştirilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Toplumsal kalkınma, Boş zaman değerlendirme, Zaman kullanım araştırması.

ABSTRACT

Leisure, which is a very important element of human life, is important as an area of personal freedom. However, leisure time, which is the remaining time from work and basic needs, should contribute to personal development. This positive contribution is important in terms of ensuring social progress. Activities that lead to personal development and spiritual elevation through discussion, study, thinking, acquiring a new skill, innovative learning, knowledge seeking, dialectic, sports, physical activities, as well as entertainment, games, and political and cultural enlightenment, The important issue is how to make the best use of leisure time to steadily raise the cultural level of the broad masses. The phenomenon of leisure is associated with the accumulation of human capital. Especially in one's spare time, ensuring social development is the driving force. For this reason, in this study, the importance of enriching leisure time with activities aimed at the development of society is examined. In this study, a literature review was used as a method. Especially, the results of the time-use research are evaluated within this scope.

Keywords: Social development, Leisure time, Time use research.

1. GİRİŞ

Toplumsal kalkınma sosyal, ekonomik ve kültürel gelişimi kapsayan çok yönlü çabaların bütünü ile sağlanmaktadır. Özellikle sosyal ve ekonomik yönlerden gelişerek, sanayi toplumu niteliğinin kazanılması ekonomik gelişmişlikle sınırlı değildir. Bu sebeple ekonomik gelişmişliği gösteren verilerin iyileşmesi toplumsal kalkınmanın sağlanması bakımından yeterli olmamaktadır.

Son yıllarda işgücü verimliliğinin iş yerlerinde yürütülen faaliyetlere dayalı olarak ölçülerek verimlilik hesaplamalarında boş zamanların dikkate alınmaması en çok eleştirilen bir konu olmaktadır. Buna karşılık, psikologlar ve sosyologlar, boş zamanın üretim sürecinde olumlu bir rolü olduğunu öne sürerek boş zaman değerlendirilmesinin, bireylerin kişisel gelişimlerini etkileyerek emek üretkenliğini artırabileceğini savunmaktadırlar (Dan, Xiang, Dianting, Nana ve Nijkamp, 2019:1). Bu sebeple sanayileşme sürecinden sanayileşme sonrasına geçişle birlikte, boş zamanın ekonomi ve sosyal refah üzerindeki etkisini araştırmak önemlilik arz etmektedir (Wei, Hailin ve Emily, 2010:672). Özellikle çalışma süresi dışında yapılan boş zaman etkinliklerinin işin gereklerinin kavranması, kişisel gelişim sayesinde düşünce ve anlama kapasitesinin gelişmesi ve doğrultuda işgücünün bilgi ve becerilerle donanmasının sağlanması söz konusu olmaktadır. Bu sebeple ülkenin beşeri sermaye stokunu artırıcı ve toplumsal yaşamın gelişmesine katkı sağlayıcı bir sonuca ulaşmak çok önemli olmaktadır.

Birçok iktisat literatüründe yer alan bu yöndeki çalışmalarda beşeri sermayenin boş zaman kalitesi üzerinde hiçbir etkisinin olmadığını ve eğitime harcanan zaman arttığında bireyin üretkenliğinin artacağını ortaya koyduğu görülmektedir. Aynı zamanda boş zaman katılımının gelir üzerinde olumsuz bir etkisi

olduğu ve eğitime harcanan zaman arttığında bireyin üretkenliğinin artacağı varsayımı altında birçok çalışmada yer almaktadır. Bu mantığa göre, bireylerin gelirlerini artırmak istiyorlarsa boş zamanlarını azaltmaları gerektiği, ekonomideki ana akım araştırmalarda tipik bir paradigmayı temsil etmektedir. Ancak son çalışmalarda bilim adamları, gerçekte beşeri sermayenin boş zamanın kalitesini etkilediğini ve boş zaman aktivitelerinin de beşeri sermaye oluşumu üzerinde olumlu etki yaptığını göstermiştir. Örgün eğitim, beşeri sermayenin gelişimine güçlü bir şekilde fayda sağlasa da, boş zaman ve boş zaman etkinliklerinin beşeri sermayeyi geliştirmeye katkıda bulunduğu gerçeğinin göz ardı edilmemesine önemle vurgu yapılmaktadır (Wei, Hailin ve Emily, 2016:122). Zamanlarının bir kısmını boş zaman faaliyetlerine en uygun şekilde ayırma fırsatına sahip olan insanlar kişisel gelişim bakımından donatılmış hatta zenginleştirilmiş olduğu kabul edilmektedir (Psarianos, 2007: 208). Aynı zamanda fiziksel aktiviteleri içeren boş zaman etkinlikleri beşeri sermayenin oluşumuna katkı yanında, bir pozitif öğrenme, başarı ve mutluluk kaynağı da olmaktadır (Bailey, Cope ve Parnell, 2015: 147). Bu sebeple insan yaşamında boş zaman kavramı herhangi bir etkisi olmayan kayıp bir süreç olarak değerlendirilemez. Ekonomik ve toplumsal kalkınmanın sağlanmasında kişinin bilgi ve beceri kazanmasında okul eğitimi ile bütünleşmiş bir boş zaman değerlendirme faaliyeti önemlidir.

Boş zaman, eğlence ve eğitim arasındaki ilişkilerin Yunan felsefesine kadar uzanan uzun, belgelenmiş bir tarihi vardır (Fleming, Allen ve Barcelona, 2011: 43). Özellikle bedensel çalışmaya karşıt olarak yer alan boş zaman; Antikçağ'da insanın kendini gerçekleştirebileceği bir özgürlük alanı olmakla birlikte, Ortaçağ'da kutsal bilgiye ulaşmanın bir yolu olarak felsefe yapmak veya kutsal değerlerini korumak bakımından önemli olmuştur (Bahadır, 2016:104). Antik Yunan'da boş zaman zihinsel olarak yapılan faaliyetleri kapsarken (Gediz, 2012: 8-9; Öztaş ve Kıyılıoğlu, 2021: 342), Ortaçağ'da bu anlam, boş vaktin net ayrımından uzak ve iş ile birbirinin içine geçmiş bir olgu olmuştur (Hemingway, 1996; Juniu, 2000: 70; Aytaç, 2002: 237). Ortaçağ'a kadar üretim ve kişinin kendisini geliştirme olarak kabul edilen boş zaman olgusu, sanayileşmeyle yaşamın karmaşık ve bunalımından kurtulmak için kullanılan bir eğlence ve özgürlük ortamı, rahatlamak ve hoşça vakit geçirmek üzere yapılan etkinlik olarak eğlence endüstrisinin parçası olmuştur (Bahadır, 2016:111). Tarihsel süreçte incelendiğinde estetik kaygısı taşıyan sanat eserlerinin zenginliği bir boş zaman faaliyetlerinde yer alırken, eserlerde resim ile ifade edilen çizimlerde hayata dair olaylar, av törenleri ve sonrasındaki şölenlerin boş zaman değerlendirme şekline özgü ipuçları vermesi boş zaman etkinliklerinin niteliği hakkında bilgi vermektedir (Akova ve Çakmak, 2015: 31).

Günümüze kadar boş zaman anlayışında yaşanan gelişim, özellikle sanayileşmiş ve gelişmiş ülkelerde bunun daha fazla önemsendiğini göstermektedir. Zamanın ilerlemesi ve toplumsal hayatın gelişmeler karşısında farklılaşması ile boş zamanların çok daha önemli olduğu görülmektedir (Karaküçük, 1999: 27-28; Öztaş ve Kıyılıoğlu, 2021:341). Sanayileşmeyle el işçiliğinin yerini makinelerin alması insanın yaşamında çalışma süresi dışında boş zamanlarının olmasına sebep olmuştur. Özellikle çalışma süresi içinden ayrılan ve zaman içinde kaybolan işgünlerini veya iş saatlerini değerlendirmek toplumun kalkınması bakımından da önemli olmaktadır. Kalkınmanın niceliksel ve niteliksel topyekün ilerlemeyi ifade etmesi sebebiyle toplumda yaşayan bireylerin ekonomik ve sosyal kazanımları toplumsal kalkınmanın sağlanması bakımından önemlidir. Boş zamanların sanayide çalışan ve tarım sektöründe çalışanlar bakımından farklı süreleri ve dönemleri kapsamaları yanında kentte yaşayanlar ve kırsal kesimde yaşayanlar bakımından da aynı farklılıklar söz konusu olmaktadır. Özellikle kırsal alanda yaşanan mevsimsel faaliyetlere bağlı mevsimlik işsizlik dönemleri boş zaman değerlendirme aktivitelerinin gerçekleştirilmesi bakımından önemlidir. Bu dönemler itibariyle bölgede yaşayan yerel halkın kişisel gelişiminin sağlanması ve sosyal yaşamın iyileştirilmesi ve sağlıklı bir yaşam sürecinin sağlanması toplumsal kalkınmanın sağlanmasına önemli katkı yapacaktır. Ayrıca kırsal kesimde yaygın görülen gizli işsizliğin bölgede yaşayanların fiziksel ve ruhsal sağlığını olumsuz yönde etkilemeden belirli bir nitelik kazanarak beşeri sermaye olmaları yönünde de önemli katkı sağlayacaktır. Ancak gizli işsizlikten açık işsizliğe döndüğünde boş zaman değerlendirme faaliyetlerinin kişiye yapmış olduğu katkı sonucunda belirli niteliklere sahip beşeri sermayeyi oluşturan işgücüne yeni iş imkânları kazandırılması da mümkün olmaktadır.

Beşeri sermayenin pazar büyüklüğü ile birlikte ele alındığında bir bölgenin gelişmişlik düzeyini belirleyen unsurlar olduğu dikkate alındığında özellikle beşeri sermayenin geliştirilmesi bölgesel kalkınmanın sağlanmasında da itici bir unsur teşkil edecektir (Kuran, 2022: 249). Bu etkinin iş motivasyonu ve verimliliği açısından da değerlendirilmesi beşeri sermayenin sürdürülebilirliği açısından da önemlidir.

Kentte yaşayan sanayi veya hizmet sektöründe faaliyette bulunan kişilerin boş zaman değerlendirme faaliyetleri iş motivasyonlarını ve iş verimliliklerini artırıcı etki yapmaktadır. Aynı zamanda farklı faaliyetlerin kazandırdığı becerilerin yeni iş alanlarında iş imkânı elde etmelerini kolaylaştırdığı

görülmektedir. Özellikle sanayi sektörünün getirdiği yoğun ve stresli iş ortamına alternatif hizmet sektöründe çalışma imkânı mümkün olabilecektir. Son yıllarda finans sektörünün gelişmesi ve buna bağımlı faaliyetleri yoğun kullanan kişilerin boş zamanları adeta iş ve boş zaman etkinliğinin birleşmesinden oluşmaktadır. Finans sektöründe tek tıkla yapılan işlemler kişilere çok fazla boş zaman bırakır gibi görünmekle birlikte iş yaşamını da kontrol altına almaktadır. Bu kişinin boş zaman etkinliğinden gerektiği gibi yararlanamamasına sebep olmaktadır. Bu sebeple toplumsal kalkınmanın sağlanmasında boş zaman değerlendirme faaliyetleri çok yönlü olarak ele alınması ve değerlendirilmesi gereken bir konu olmaktadır.

2. BOŞ ZAMAN DEĞERLENDİRMENİN ÖNEMİ

Kişinin çalışma süresinin dışında kalan boş zamanının değerlendirilmesi sosyolojik, psikolojik ve ekonomik bir olgu olarak önemlidir. Özellikle iş süresinin dışındaki faaliyetlerin kişisel gelişime katkı sağlayacak şekilde planlanması toplumsal gelişimin sağlanması bakımından önemli olmaktadır. Boş zamanın ne olduğu veya boş zamanın değerlendirilmesinde katılım sağlanan etkinliklerin çeşitlenmesinde zaman içinde farklılıklar olmuştur.

Boş zaman (bir kişinin boş zamanlarını nasıl geçirdiği), "insanın yaşamı anlamlı kılma ya da ona bir tutku, zevk ve amaç duygusu verme arzusunun temelini oluşturan temel itici güç" olarak tanımlanmıştır (Blackshaw, 2016: 4). Boş zamanın belirleyici unsurlarından biri, özgür seçim ve kendi kaderini tayin etme ile karakterize olması önemli gelişimsel etkiler sağlamaktadır (Caldwell ve Witt, 2011: 13).

Boş zaman, insani değerlerin düşünceye dayalı bir yönü olarak ve ancak insanların kendileriyle ve dünyayla bütünleşmiş olduklarında mümkün olan bir olgudur. Boş zaman insanlara kendilerini yenileme fırsatı veren ve günlük aktivitelerin daha iyi yapmasını sağlayan sosyal yaşamın bir parçası olmanın yanında ticari yaşamın da bir parçasıdır (Best, 2010: 4-5).

Boş zaman, bireylerin yapmak zorunda oldukları çalışma süresi dışında kalan ve tamamen isteğe bağlı olarak şekillenen çabaları (rahatlama, sanatsal-kültürel faaliyetler, psikolojik ya da fiziksel zevkler vb.) ifade eder (Öztaş ve Kıyılıoğlu, 2021: 340). Bu çabalar çok yönlü kişisel beden ve ruh sağlığı üzerinde etkili olmaktadır.

Boş zaman etkinliklerine (hobiler, sanat, gönüllülük, toplum grubu üyeliği, spor ve sosyalleşme gibi gönüllü, eğlenceli iş dışı etkinlikler) katılmanın sağlık yararlarına dair çok sayıda ve giderek artan sayıda kanıt vardır. Özellikle, hobilerle ilgilenmek; sanata katılmak; eğitim dersleri almak; okuma; televizyon izlemek; sosyalleşme; alışveriş; müzik dinlemek; gönüllülük; dini faaliyetlere katılmak; siyasi partilere, sendikalara veya çevreci gruplara katılmak; kütüphaneler, arşivler, kültür ve miras faaliyetlerinde bulunmak; spor veya egzersiz gruplarında yer almak; topluluk, mahalle veya kiracı gruplarında işbirliği yapmak; ve sosyal kulüplere katılmak gibi etkinlikler kişisel gelişim ve genel sağlıklı yaşam için önemlilik arz etmektedir (Fancourt, Aughterson, Finn, Walker ve Steptoe, 2021: 329-330). Çoğu bilim adamının boş zamanların bireyler ve toplum için önemi ve değeri hakkında bireysel bir bakış açısıyla dinlenme, eğlenme, yetenek ve becerileri geliştirme ve toplumsal açıdan bakıldığında da, işgücünün yeniden üretimi, kültürün kazanılması ve kültürel yaratımın kendisi için bir zaman olarak genel değerlendirmeleri mevcuttur (Junová, 2020: 65).

Genel olarak boş zaman etkinlikleri dört kategoriye ayrılarak değerlendirildiğinde; fizyolojik ve pragmatik (açık hava, macera ve turizm gibi), fizyolojik ve hedonik (spor ve dinlenme gibi), psikolojik ve pragmatik (bilgi ve sanat gibi) ve psikolojik ve hedonik (sosyal ve kitle iletişim araçları gibi) olarak kategorize edilmektedir (Li, Zeng ve Li, 2021: 1). Boş zaman değerlendirmeye yönelik aktivitelerin kolay sınıflandırması yapılamamaktadır. Belirli bir durumdaki rekabet veya dışlanabilirlik derecesine bağlı olarak, boş zaman kapsamında tüm faaliyetler özelden kamuya kadar tüm değerleri kapsamaktadır (Vickerman, 1975: 41). Bu tür faaliyetlerin ekonomik analizi için basit bir çerçeve geliştirme açısından daha da problemlili olan, aynı faaliyetin kapasite kullanımı gibi durumlara bağlı olarak farklı zamanlarda farklı bir şekilde sınıflandırılabilmesidir.

Boş zamana ilişkin fonksiyonel yaklaşım, kitlesel üretime geçiş (Toker, 2021: 1004) ile önem kazanırken ücretli tatil sürelerinin uzaması ve çalışma saatlerinin belirli sınırlarda gerçekleşmesiyle artan boş zamanın değerlendirilmesi ihtiyacı bu olguyla önemli kılınmıştır.

Boş zaman, insanların kimliklerini inşa etmeyi seçme biçimlerinin merkezinde yer alan ve ortaya çıkan yaşam anlayışlarına göre şekillenen bir dizi faaliyetleri kapsamaktadır. Buna göre fonksiyonel bir bakış açısından boş zaman, birey ile daha geniş toplumsal sistem arasındaki uçurumu kapatmaya yardımcı olmak

da dahil olmak üzere, daha geniş toplumsal sistem için yerine getirecek bir dizi rol veya işleve sahiptir. Örneğin spor etkinliklerinin sosyal iletişimin gelişmesine olan katkısı (Best, 2010: 32) ve bunun yaratmış olduğu dolaylı ve tetikleyici etkiler çok yönlü önemli kazanımlar sağlamaktadır. Boş zaman etkinliklerinin kişisel gelişim, sağlıklı yaşam ve verimli ve üretken işgücünün sağlanmasında etkili olan boş zaman etkinlikleri oldukça geniş bir yelpazeye sahiptir. Bu sebeple sağlık, sosyal yaşam ve ekonomik kazanımlar sağlayarak toplumsal kalkınmanın sağlanmasında önemli olmaktadır.

Boş zaman etkinliği gibi sağlığı geliştirici davranışlar, sosyal ilişkiler ve sağlık arasındaki bağı güçlendirmek (Chang, Wray ve Lin,2014:516) ve çok yönlü etkiler yanında tüketici memnuniyeti dahil olmak üzere ekonomik kazanımların sağlanmasına da sebep olmaktadır (Chang ve Polonsky, 2011:114). Aynı zamanda boş zaman değerlendirilmesine yönelik etkinlikler, boş zamanın süresine, katılım şekline, gelir durumuna, yaşanan bölgenin coğrafi durumuna, hava şartlarına, toplumun gelenek-göreneklerine, ülkenin sanayileşmesi ile ilgili yapısına, ülkenin ekonomik ve sosyal politikalarına ve gelişmişlik düzeyine göre farklılık ve çeşitlilik göstermektedir (Koçyiğit ve Yıldız, 2014: 213). Bu sebeple farklılıklar ve çeşitlilikler bu ölçütlere göre farklı katkı sağlamaktadır. Özellikle gelişmekte olan ve az gelişmiş ülkelerde ve bölgelerde gerçekleştirilen boş zaman etkinlikleri sosyal yapının gelişmesi ve toplumsal kalkınmanın sağlanmasında önemli olmaktadır. Boş zaman etkinlikleri belirli plan ve politikalara dayandırılmalıdır. Çünkü rastgele yapılan etkinliklerin kişiye ve toplumun geneline katkı sağlaması fazlaca mümkün olmamaktadır. Toplumun değerleriyle örtüşen ve kişiye sosyal, ruhsal ve sosyo-ekonomik bir katkı sağlaması önemlidir. Bunun dışında sadece çalışma süresi dışındaki boş zaman aylak süre kişiye herhangi bir katkı sağlamayan boşa harcanmış zaman olmaktadır. Boş zaman atıl kalınan zamanın kişisel gelişime en fazla katkı sağlayacak şekilde gerçekleştirilmesi olarak planlandığı sürece toplumsal gelişime de önemli bir katkı söz konusu olmaktadır.

3. BOŞ ZAMAN DEĞERLENDİRMENİN TOPLUMSAL YAPI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Toplumsal kalkınmanın sağlanması için, toplumdaki her bireyin refah düzeyini arttırmakla bağlantılı olarak insana yatırım yapılması gereklidir. Özellikle insanların düşünme ve davranış biçimlerini değiştirmek, sosyal bir gelişim yanında, ekonomik ve çevresel olarak da sürdürülebilir kalkınmayı sağlamak için gereklidir. Bu sebeple insanın kişisel gelişiminin sağlanması son derece önemlidir.

Boş zaman değerlendirme amaçlı yapılan etkinliklerin sosyal gelişim bakımından toplumsal kalkınmanın sağlanmasına yönelik etkisi için yapılan literatürde birçok çalışma yer almaktadır. Bu çalışmalar yaş grupları itibarıyla olduğu gibi, çalışma ve meslek gruplarına göre veya kentsel ve kırsal alanlara yönelik olmak üzere farklılıklar içermektedir.

Khan, Arif ve Shaikh (2020), gençler üzerinde boş zaman etkinliklerinin sosyal gelişime etkisi bakımından yapılan çalışmada; katılımcıların %81'inin eğlence etkinliklerine katılarak kimlik geliştirme bakımından destekleyici olduğu ve %71'inin zararlı alışkanlıklar ve suç teşkil edecek faaliyetlerden uzak durduğu saptanmıştır. Aynı zamanda, Brown, Mishra, Lee ve Bauman (2000), macera, kampçılık ve açık hava etkinlikleri gibi çeşitli rekreasyonel yani boş zaman etkinliklerine yönelik aktivitelere katılımın sadece sağlıklı sosyal ve fiziki gelişmeyi değil, gençlerde başarı ve şükran duygusunu genişletmek için bir platform sağladığı önemli bir tespittir.

Diğer bir araştırma bulguları (Laghari, Ansari ve Jhatial, 2020) ise boş zaman etkinliklerinin etkinliklerin insan davranışlarını düzenlemek, anti-sosyal faaliyetleri ortadan kaldırmak, yıkıcı davranışları iyileştirmek ve gençlerin taşkın enerjilerini yapıcı bir şekilde kullanma yeteneklerini geliştirmek için çok yararlı olduğunu göstermiştir.

Günümüzde tıbbın ilerlemesi, nüfus artış hızının yavaşlaması ve yaşam koşullarının iyileşmesiyle insan ömrünün uzaması yaşlı nüfusun artmasına sebep olmuştur. Çalışma süresini tamamlamış ve aktif yaşamdan çekilmiş bu nüfus için boş zaman değerlendirme ve bu sebeple rekreatif faaliyetlere katılmak sağlıklı bir yaşam sürdürülmesi bakımından önemlidir. Aynı zamanda yaşlanma dönemi bakım hizmetleri ve sağlık harcamaları hem kişisel hem de kamunun bu konuda yapması gereken maliyetleri dikkate aldığımızda artış olduğu görülmektedir. Bu sebeple boş zaman değerlendirilmesi hem kişisel gelir hem de devletin bu konudaki harcamaları bakımından önemlidir. Yaşlılık dönemi boş zaman değerlendirme faaliyetlerine yönelik çok fazla çalışma yer almamakla birlikte, az sayıda çalışmada sağlıklı yaşlanılması, üretken olması ve ilişkiler kurması toplumsal bir kazanım olarak tespitler mevcuttur (Yüksel, Dinçer, Büyükköse ve Lale, 2014:113).

Ülkelerin gelişmişlik düzeyleri boş zamanla ilgili anlayış ve uygulamaları farklılıklara sebep olmaktadır. Ülkeler bakımından gelişmişlik farklılıklarıyla orantılı olarak boş zaman imkânları da farklı olmaktadır (Koçyiğit ve Yıldız, 2014: 212). Gelişmiş bölgelerde ve büyük şehirlerde boş zaman faaliyetleri daha çok para harcanarak yapılan estetik ve eğlence amaçlı faaliyetleri kapsarken, kırsal alanlarda ve daha gelişme düzeyi düşük olan yerlerde kişisel gelirin düşük olması sebebiyle insanların maddi bir külfet olması yerel yönetimlerin bu yöndeki yatırımlarını önemli kılmaktadır.

Büyükşehirlerin sunduğu boş zaman deneyiminin; yeterliliği, çeşitliliği, erişilebilirliği, kamusalılığı, şehirlerdeki dağılım özellikleri ve kalitesi, şehirde yaşayanların yaşam kalitesini yükseltmeye yönelik politikalara doğrudan girdi sağlamaktadır. Bu durum ise şehirlerde yaşayanların memnuniyet düzeyini yükseltici etki yapmaktadır (Salihoğlu ve Türkoğlu, 2016:204). Yerel Yönetimler, kamuoyuna yönelik boş zaman değerlendirme hizmetlerinin planlanmasına ve uygulanmasına, insanların yaşam kalitesini artırmaya yönelik çalışmalara ağırlık verilmesi toplumsal gelişim açısından önemlidir (Koçyiğit ve Yıldız, 2014:212).

Toplumda yaşayan bireylerin veya toplulukların kendini daha iyi hissetmesine, sağlıklı olmasına ve beceri gelişimine yardımcı olan herhangi bir serbest zaman etkinliğine özgür irade ile katılımı, toplumun gelişmesini, birlik, bütünlük, dayanışma içerisinde olmasını, medeni ve demokratik toplumun yaratılmasını ve toplumsal refahın yükselmesine katkıda bulunmaktadır (Tezcan, 1994: 182; Gök, Birol ve Aydın 2018: 1378). Özellikle fizyolojik ve psikolojik gelişimin sağlanması, bilgi, beceri ve deneyim düzeyinin yükselmesi, iş veriminin artması önemli kazanımlar olmaktadır.

Toplumda yaşayan insanların zamanlarının bir kısmını çeşitli iktisadi faaliyetlerde bulunarak aynı ya da nakdi gelir kazanmak için harcamaları genel yaşam anlayışında temel ilkedir. Çalışma süresi dışında kalan boş zaman için ayrılan süre, en basit haliyle kişinin saatlik ücret geliri ile maliyetlendirilmektedir. Bununla birlikte, boş zamanın bir diğer işlevi ise bireye fayda sağlamasıdır. Bireylerin gelir getirici faaliyetlerin yanı sıra boş zaman faaliyetlerinden de fayda sağladığı kabul edilmektedir. Söz konusu boş zaman faaliyetlerine ayırabilecekleri zaman, temelde kişinin iktisadi koşullarına, piyasada harcadığı zamanda elde ettiği kazanç ve aile ile ilgili sorumluluklarına bağlı olmaktadır (Gemicioğlu ve Akkoç, 2019: 58). Bu sebeple boş zaman etkinliklerinin planlaması önemli bir konu olmaktadır. Öncelikle merkezi yönetimin çalışanların iş ve sosyal yaşam motivasyonunun artması ve sonrasında da yerel yönetimlerin halkın bu yöndeki ihtiyaçlarının desteklenmesi amacıyla yaptığı girişimler önemlidir. Yerel yönetimlerin çabalarının merkezi yönetimle işbirliği ve destekleyici nitelikte olması toplumsal kalkınma bakımından değerlendirilerek önemli bir kazanım sağlamaktadır.

4. BOŞ ZAMAN DEĞERLENDİRMENİN TOPLUMSAL KALKINMA BAKIMINDAN İNCELENMESİ

Bireylerin çalışma ve zorunlu ihtiyaçlarını karşılamak için harcamış oldukları zamanın dışındaki boş zamanlarında, kendi istekleri doğrultusunda katılmalarıyla kendilerini gerçekleştirmek ve günlük yaşam içindeki sorunlardan uzaklaşmak için yaptıkları aktiviteler olan boş zaman değerlendirme etkinliklerinde toplumsal yarar büyük önem taşır (Türkmen, Kul, Genç ve Sarıkabak 2013: 2141; Kurar ve Baltacı, 2014:43). Bu süre içinde zorunlu bireysel faaliyetler ve çalışma dışındaki zaman içinde yer alan boş zaman insanların yaşamlarını sürdürebilmeleri için gerekli olan yemek ve uyku gibi varlığıyla ilgili zaman da dahil edilmektedir (Kır, 2007: 310; Kurar ve Baltacı, 2014: 42). Ancak bu konuda tam bir birlik olmamakla beraber uyku ve beslenme faaliyetlerini verimli boş zaman kabul etmeyen yaygın bir görüş vardır. Özellikle boş zamanı bir özgürlük alanı ve kişisel isteklerin öne çıktığı faaliyetlerde bulunma olarak kabul etmek daha yaygın kabul görmektedir. Bu konuda zamanın bölünüşünü kullanım yönünden yapan değerlendirmeler önemlidir.

24 saatlik bir günün 8 saatinin çalışma, 8 saatinin uyku ve 8 saatinin de dinlenmeye ayrılması şeklindeki bir sınıflandırma (Bayer, 1983: 3; Türken, 2018: 7) toplumdaki bireylerin zamanlarını nasıl harcadıklarının farkında olması ve zamanın iyi kullanılmasının gerekliliği bakımından önemlidir (Gürbüz, 2006; Türken, 2018: 7). Literatürde birçok çalışmada 3/8 kuralı denen bu kurala göre; 24 saatlik zaman diliminin 3 eşit parçaya bölünerek sınıflandırılması boş zaman süresinin kişisel gelişime açık ve sosyalleşmeye imkân tanıyan bir ortamda gerçekleşmesi bakımından önemli olmaktadır. Buna göre 24 saatlik zaman dilimi içinde 8 saat çalışma, 8 saat uyku ve 8 saat boş zaman ve rekreasyon faaliyetleri için ayrılmaktadır. Fakat birçok defa farklı çalışmalarda boş zaman etkinliklerinin sadece çalışma süresi dışında kalan süre ile belirlenmesi bu kuralı bozucu olmaktadır. Bu sebeple çalışma dışındaki her zaman boş zaman olarak yer almaktadır. Ancak burada boş zaman ve serbest zaman kavramları olarak ikili bir ayırım ve tanımlama sınırları belirleyici olmaktadır. Fakat genel olarak iki kavram birbirinin yerine kullanıldığında bazı boş

zaman faaliyetleri içinde uyku ve beslenme süresinin de kişinin fiziksel ve ruhsal sağlığını desteklemesi şeklinde bir iddia ileri sürülmektedir. Bu süreç kişisel gelişime eğitim ve sosyal içerikli faaliyetler dışında dinlenme, motivasyon ve sağlıklı yaşamın sağlanması bakımından önemli etki etmektedir. Ancak bu süreci kullanım uzunluğu ve sıklığı önemli olmaktadır. Özellikle boş zamanın çoğunun uykuda geçirilmesi belli bir süre sonra farklı sorunlara sebep olabilmektedir.

Dünyadaki tüm insanlar için günde 24, haftada 168 saatlik bir zaman süresi hakkı vardır. Buna göre haftalık veya günlük zaman analizleri yapılarak, zamanın büyük bir kısmının nasıl harcandığının belirlendiği çalışmalarda genel olarak diğer aktivitelerle karşılaştırıldığında en büyük payın uyku için (ortalama günlük 7 saat) haftada 49 saat belirlenmiş olduğu görülmektedir (Bayer, 1983: 3; Türken, 2018: 7). Ancak boş zaman aktivitelerinde yaş, milliyet, sosyo-ekonomik durum ve eğitim düzeyi gibi birçok faktörün etkili olması tercih edilen aktivite türü bakımından önemlidir.

Aynı zamanda boş zaman, sürekli değişime uğrayan bir olgudur. Özellikle küresel olan bu değişikliklerin yerleşmesinin de mümkün olduğu ve boş zaman etkinlikleri için ölçüm sonuçlarının zaman içinde, farklı yerlerde ve farklı topluluklarda karşılaştırılabilmesi çok mümkün olmamaktadır (Pospíšil, Pospíšilová ve Trochtová, 2022: 1). Bu ölçümlerin yapılabilmesinde zaman kullanım araştırmaları önemli olmaktadır.

Zaman kullanımı araştırması, çok çeşitli alanlarda ve amaçlarda insan davranışının hem nesnel hem de öznel yönlerini incelemek için kullanılmıştır. Zaman kullanımı araştırmalarında çok çeşitli metodolojiler kullanılmaktadır. Ancak 24 saatlik bir gün boyunca bir birey tarafından gerçekleştirilen faaliyetlerin sırasını ve süresini ölçmek daha kapsamlı bir veri toplama aracı olmaktadır (Harvey ve Pentland, 2002: 3-4). İnsanların zamanlarını nasıl kullandıklarına ilişkin bilgiler, zaman kullanımı veya zaman bütçesi anketleri yapılarak bu konuda bilgi sağlamak bakımından yararlı bir çalışma olmaktadır (Fleming ve Spellerberg, 1999: 5). Aynı zamanda erkekler, kadınlar, yaşlılar ve gençler tarafından farklı bağlamlarda zamanın nasıl harcandığı ve her şeyden önce deneyimlendiğine ilişkin amprik çalışmalar genel bir değerlendirme için yeterli olmamaktadır.

1960'larda, zaman kullanımı anketleri, Kuzey/Güney Amerika ve Avrupa'dan on iki ülke katılımı ile gerçekleştirilmiş olup, o zamandan beri birçok araştırmacı tarafından zaman içinde belli aralıklarla bu çalışma kullanılmıştır (Gross ve Swirski, 2002: 5). Başlangıçta sosyologlar ve ekonomistler tarafından tasarlanan zaman kullanımı anketleri, farklı günlük yaşam aktivitelerinde (örneğin uyumak, yemek yemek, egzersiz yapmak, çalışmak, seyahat etmek) harcanan zaman ve zaman kullanım kalıplarının demografik gruplar arasında nasıl değiştiği hakkında zengin bir veri kaynağı sağlar (Chau, Gomersall, Ploeg ve Milton 2019:1). İş zamanı ve boş zaman kullanımındaki eşitsizlikler demografi, eğitim ve ekonomik refahtaki farklılıklardan kaynaklanmaktadır. Bu yöndeki ölçüm çalışmaları boş zaman katılımı ile boş zaman faydaları arasındaki ilişkiyi tespit içinde önemli bir kaynak olabilmektedir.

İlk defa 2006 yılında TÜİK (Türkiye İstatistik Kurumu) tarafından gerçekleştirilen ve ikincisi 2014-2015 yıllarını kapsayıcı olarak kişilerin yaş, cinsiyet, eğitim durumu, gelir düzeyi, çalışma durumu gibi değişkenlere göre bir gününü hangi faaliyetlere ne kadar süre ayırarak geçirdiklerini içeren bir çalışma olarak gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmalar 10 yıllık periyotlarla yapılmaktadır. Son dönem veriler 2023 yılı itibarıyla yapılarak tahmini 2026 yılında sonuçlara ulaşılacaktır. Zaman Kullanım Araştırması (ZKA), bireylerin çeşitli günlük faaliyetleri içinde zamanlarını nasıl kullandıklarını ortaya koymak amacıyla gerçekleştirilen yaşam memnuniyetine yönelik değerlendirmeye de imkân tanıyan bir araştırma olarak önemlidir (TÜİK, 2016). Buna göre 2014-2015 yılını kapsayan süre itibarıyla cinsiyete göre 10 yaş üstünü kapsayacak şekilde hafta içi ve hafta sonu ortalama faaliyet süreleri Tablo 1'de görüldüğü gibidir.

Tablo 1 Faaliyet Türüne, Cinsiyete ve Çalışma Durumuna Göre Kişi Başına Ortalama Faaliyet Süresi, 2014-2015 (10+ yaş)

Faaliyet adı-Activity name	Toplam-Total			Hafta içi-Weekday			Hafta sonu-Weekend		
	Toplam Total	Erkek Male	Kadın Female	Toplam Total	Erkek Male	Kadın Female	Toplam Total	Erkek Male	Kadın Female
Toplam Total	24:00	24:00	24:00	24:00	24:00	24:00	24:00	24:00	24:00
Yemek ve diğer kişisel bakım Meals and other personal care	02:45	02:46	02:43	02:42	02:44	02:41	02:52	02:53	02:51
İstihdam⁽¹⁾ Employment ⁽¹⁾	02:33	03:58	01:09	02:54	04:29	01:20	01:40	02:41	00:40
Eğitim Education	00:46	00:45	00:47	00:55	00:55	00:56	00:22	00:20	00:24
Hanehalkı ve aile bakımı Household and family care	02:35	00:51	04:17	02:33	00:47	04:16	02:42	01:02	04:20
Gönüllü işler ve toplantılar Voluntary work and meetings	00:43	00:34	00:51	00:43	00:34	00:51	00:43	00:36	00:51
Sosyal yaşam ve eğlence Social life and entertainment	01:50	01:46	01:54	01:41	01:35	01:47	02:12	02:13	02:11
Spor ve doğa sporları Sports and outdoor activities	00:11	00:16	00:06	00:10	00:15	00:05	00:13	00:21	00:06
Hobiler ve oyunlar Hobbies and games	00:21	00:31	00:12	00:20	00:29	00:11	00:25	00:37	00:13
TV izleme, radyo ve müzik dinleme, vb. Watching TV, listening to radio and music, etc.	02:20	02:23	02:18	02:17	02:16	02:17	02:29	02:40	02:18
Ulaşım ve belirlenmemiş zaman kullanımı Transportation and unspecified time use	01:03	01:20	00:47	01:06	01:23	00:49	00:57	01:12	00:42
Uyku Sleep	08:48	08:44	08:52	08:35	08:29	08:41	09:20	09:20	09:19

Kaynak: TÜİK, Zaman Kullanım Araştırması, 2014-2015.

⁽¹⁾ İstihdam faaliyeti başlığı işte geçirilen zamana ek olarak iş arama gibi istihdama ilişkin diğer faaliyetleri de içermektedir. Bu doğrultuda çalışmayan kişilerin iş arama ile ilgili yaptıkları faaliyetler de burada kapsanmaktadır.

Tablon 1 incelendiğinde görüldüğü gibi, 2014-2015 döneminde uykuya ayrılan süre 8 saat 35 dakika iken, hafta sonu bu süre 9 saat 20 dakika ile en fazla zamanı almaktadır. Bu süreyi yemek ve diğer kişisel bakım faaliyetleri ve hane halkı ve aile bakımına ayrılan zaman izlemektedir. Sosyal yaşam ve eğlence için ayrılan sürenin eğitim düzeyi yükseldikçe azaldığı ve gelir arttıkça gönüllü işler ve toplantılara ayrılan sürenin de azaldığı görülmektedir. Özellikle hobi ve oyun faaliyetlerinin de yaş ortalamasının küçük olması ile orantılı gelişme göstermektedir. Sportif faaliyetler olarak yürüyüş ve koşunun daha yoğun yapıldığı ve bir günde spora ayrılan payın 11 dakika olarak düşük bir oranı oluşturması boş zaman etkinliklerinde sportif faaliyetlerin yeterli olmadığı şeklinde ifade edilebilir. Ancak %94,6 ile televizyon izlemek, %69,9 ile akraba ziyaretinde bulunmak ve %55,7 ile arkadaş ziyaretinde bulunmak %33,9 ile sosyal medyada zaman harcamak ağırlıklı bir payı oluşturmaktadır. Bu çalışma sonuçlarına göre, boş zaman değerlendirilmesinin faaliyetler arasındaki dağılımı sportif, kültürel, eğlence, psikolojik ve sosyal bakımdan yeterli olmadığı görülmektedir. Boş zaman etkinliklerine ayrılan zaman diliminin zayıf olduğu görülmektedir. Bu sebeple boş zaman herhangi bir katkı sağlamayan eğlence, yanlış yaşam tarzı veya boş ve anlamsız bir duruma dönüşebilir. Kişiliğin dengeli gelişimi ve kendi kendine örgütlenmesi, boş zaman etkinlikleriyle biçimlenmektedir. Ancak çalışma süresi azaldıkça boş zaman süresi arttığı için boş zaman etkinliklerine katılımda artmaktadır.

ABD Çalışma İstatistikleri Bürosunun raporuna göre; 2020'deki COVID-19 salgını sırasında, 15 yaş ve üstü kişiler, 2019 yılına göre 2020 yılında günde 32 dakika daha fazla eğlence ve spor aktivitelerine zaman ayırmıştır. Bu pandemi sırasında istihdam edilen nüfusun payı düştüğü için ortalama çalışma süresindeki düşüş ve insanların seyahat için harcadıkları ortalama süredeki azalmadan kaynaklı olmaktadır (Bureau of Labor Statistics). Boş zaman etkinlikleri, genel olarak bireylerin boş zamanlarında katıldıkları egzersiz ve sosyalleşme gibi etkinliklerin çalışma süresinin azaldığı ve seyahat hareketliliğinin engellendiği dönemde artmış olması bireysel refah bakımından önemlidir. Bu süreçten toplumun olumsuz etkilenmemesini sağlaması boş zaman etkinliklerini önemli kılmaktadır.

Paggi, Jopp ve Hertzog (2016), boş zaman etkinliklerinin, fiziksel ve ruhsal sağlık, mutluluk ve kişisel refah göstergeleri arasında ilişki olduğu ve boş zaman etkinliklerinin önemi vurgulanmaktadır. Boş zaman etkinliklerine katılmak kişisel tatmin sağlayarak aynı zamanda sosyalleşme ve yeni beceriler öğrenilmesine de imkân sağlayabilmektedir. Boş zaman kullanımını konusundaki özenli ve programlı çalışmalar birçok bakımdan fayda sağlanması açısından önemlidir.

Bu sebeple bu yönde geliştirilecek makro politikaların yerel yönetimlerin ve sivil toplum kuruluşlarının katkıları ve temel okul eğitimiyle bütünleşerek kişinin bu yöndeki farkındalığının artırılması beşeri sermaye stokunu artırıcı katkı sağlayacaktır. Toplumsal kalkınmanın sağlanmasında önemli bir katkı olacak boş zaman etkinliklerinin geliştirilmesi bu bakımdan son derece önemlidir.

5. SONUÇ

Günümüzde boş zaman etkinlikleri çok gelişmiş bir sosyo-kültürel faaliyetler bütünü olarak toplumun yaşam stratejisinin oluşması bakımından önemlilik arz etmektedir. Özellikle eğitim ve çalışma süresinin kişinin kendini gerçekleştirme ve sosyal yaşamın içinde yer alması önemlidir. Ancak kişisel gelişime çok imkân bulunamaması boş zaman değerlendirilmesine yönelik faaliyetleri kişisel ve toplumsal gelişim bakımından anlamlı kılmaktadır. Bu süreçte daha ahlaki ve iradeli ve daha üretken gelişmiş, yaratıcılığı güçlenmiş ve sosyalleşmiş bireyler olmak toplum yaşamında gelişmişliği de olumlu yönde etkilemektedir.

Boş zaman etkinliklerinin her birinin yapılaş şekli ve çeşitlerine göre kendi içinde bir değere sahip olduğunu ifade edebiliriz. Bu nedenle modern dünyada boş zamanın artması sayesinde, bir bütün olarak toplumun manevi ve maddi kültürünün daha fazla şekillenmesi ve gelişimi sağlanmaktadır. Özellikle belirli bir toplumsal oluşum içinde özgürlük, seçim ve kendi geleceğini belirleme ve kişisel gelişim stratejisi oluşturma hakkı toplumsal kalkınmanın sağlanabilmesinde önemlidir. Bu sebeple boş zaman etkinliklerinin bu çerçevede gelişimi kişisel gelişimden toplumsal gelişime olan süreci belirlemek bakımından önemli bir görev yüklemektedir. Boş zaman değerlendirme etkinliklerinin toplumsal kalkınma bakımından etkisinin değerlendirildiği çalışma içinde cinsiyet, yaş, eğitim, iş ve meslek grupları ve sosyo-ekonomik koşullara göre bir ayırım yapılmamıştır. Ancak bu farklı grupların genel olarak boş zaman etkinliklerine katılımının sosyal ve toplumsal etkilerinin önemi vurgulanmıştır. Özellikle kadınların ücretli iş piyasasında daha az aktif olmaları ancak buna karşın ev işleri olarak ücret karşılığı olmayan işlerdeki sorumluluklarının fazlalığı sebebiyle daha az boş zamana sahiptirler. Bu yöndeki farklı grupları ele alan çalışmaların toplumsal kalkınma bakımından değerlendirilmesi literatüre önemli bir kazanım olacaktır. Boş zaman etkinlikleri sadece bir eğlenme ve dinlenme süresi olarak algılanmadan sosyal gelişim ve toplumsal gelişimin sağlanması bakımından son derece önemlidir. Özellikle boş zaman etkinliklerine katılım ile sağlanan kişisel gelişim kişinin bilgi ve becerilerle donanarak beşeri sermaye olması bakımından da önemli rol oynamaktadır. Boş zamanın eğitici, dinlendirici ve öğretici faaliyetlerle değerlendirilmesi kişisel gelişim ve beşeri sermaye oluşumunda önemli bir faktördür. Zaman kullanım araştırmalarının boş zaman etkinliklerine katılıma yönelik olarak sosyal, kültürel ve çok yönlü olarak geliştirici faaliyetlerin yoğunluğunun artması toplumsal gelişimin sağlanması ve sosyal yapının güçlenmesi bakımından önemli olacaktır.

KAYNAKÇA

- Akova O. & Çakmak T. F. (2015). Boş Zaman Paradigmasının Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi Yaklaşımıyla İlişkisi ve Tarihsel Süreç İçindeki Gelişimi. *Journal of Recreation and Tourism Research*, 3(2), 28- 36
- Aytaç, Ö. (2002). Boş Zaman Üzerine Kuramsal Yaklaşımlar, *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* *Fırat University Journal of Social Science*, 12(1), 231-260.
- Bailey, R. Cope, E. & Parnell, D. (2015). Realising the Benefits of Sports and Physical Activity: The Human Capital Model, *Retos*, 28, 147-154.
- Bahadır, M. (2016), Antikçağ'dan Günümüze Boş Zaman Üzerine Bir Değerlendirme, ETÜ, *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(2), 103-116.
- Bayer, M. Z.(1983). *Rekreasyon*. Ankara: DSİ Yayını.
- Best, S. (2010). *Leisure Studies: Themes and Perspectives*. London: Sage.
- Blackshaw T. (2016). *Re-imagining leisure studies*. London: Routledge.
- Bureau of Labor Statistics (t.y.). U.S. Department of Labor, *The Economics Daily*, Time spent in leisure and sports activities increased by 32 minutes per day in 2020 at <https://www.bls.gov/opub/ted/2021/time-spent-in-leisure-and-sports-activities-increased-by-32-minutes-per-day-in-2020.htm> (visited March 23, 2023)., erişim 23.03.2023.
- Brown, W. J., Mishra, G., Lee, C. & Bauman, A. (2000). Leisure time physical activity in Australian women: relationship with wellbe-ing and symptoms, *Research quarterly for exercise and sport*,71(3), 206-216.
- Caldwell, L.L. & Witt, P.A. (2011), Leisure, recreation, and play from a developmental context. *New Dir Youth Dev.* (130),13-27.
- Chau, J.Y., Gomersall, S.R., van der Ploeg, H.P. & Milton, K. (2019), The evolution of time use approaches for understanding activities of daily living in a public health context. *BMC Public Health*. 3,19(Suppl2):451. doi: 10.1186/s12889-019-6759-4.
- Chang, Y.W. & Polonsky, M.J. (2011), The influence of multiple types of service convenience on behavioral intentions: The mediating role of consumer satisfaction in a Taiwanese leisure setting. *Int. J. Hosp. Manag.*, 31, 107-118
- Chang, P.J, Wray, L. & Lin, Y. (2014), Social relationships, leisure activity, and health in older adults. *Health Psychol*, 33(6),516-23.
- Dan, C., Xiang, W., Dianting, W., Nana, C. & Nijkamp, P. (2019). Leisure time and labor productivity: a new economic view rooted from sociological perspective. *Open-Assessment E-Journal*, 13(36),1-24.
- Fancourt, D., Aughterson, H., Finn, S., Walker, E. & Steptoe, A. (2021). How leisure activities affect health: a narrative review and multi-level theoretical framework of mechanisms of action. *Lancet Psychiatry*, 8(4),329-339.
- Fleming, R. & Spellerberg, A., (1999), *Using Time Use Data, A History of Time Use Surveys and Uses of Time Use Data Statistics*. New Zealand.
- Fleming, D.S, Allen, L.R. & Barcelona, R.J. (2011). Back to the future: The potential relationship between leisure and education. *New Dir Youth Dev.* (130):43-57.
- Gediz, S. (2012). *Kamu Hizmeti Olarak Rekreasyon Etkinlikleri Kapsamında Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlükleri Batı Akdeniz Bölgesi Gençlik Merkezleri Analizi*. Yüksek Lisans Tezi. Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Gemicioğlu, S. & Akkoç, U. (2019). Türkiye'de Boş Zaman Talebi Ve Belirleyicileri, *Journal of Economy Culture and Society*, 59, 45-62.
- Gross, J. & Swirski, B. (2002). *Time use surveys and gender equality*. Adva Centre, Tel Aviv.
- Gök, A., Birol, S.Ş. & Aydın, E. (2018). Kalkınma Planları Çerçevesinde Rekreasyon Politikaları, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 11(60),1377-1385.

- Gürbüz, B. (2006). *Kentsel Yaşam Sürecinde Rekreatif Katılım Sorunları*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
- Harvey, A.S. & Pentland, W.E. (2002). *Time Use Research*. In: Pentland, W.E., Harvey, A.S., Lawton, M.P., McColl, M.A. (eds) *Time Use Research in the Social Sciences*. Springer, Boston, MA. https://doi.org/10.1007/0-306-47155-8_1, 3-18.
- Hemingway, J.L. (1996). Emancipating Leisure: The Recovery of the Freedom in Leisure. *Journal of Leisure Research*, 28(1), 27-43.
- Juniu, S. (2000), Downshifting: Regaining the Essence of Leisure. *Journal of Leisure Research*, 32 (Winter), 69-73.
- Junová, I. (2020). Leisure Time in Family Life. In: B., Kraus, L., Stašová, & I., Junová, (Eds.). *Contemporary Family Lifestyles in Central and Western Europe*. Springer Briefs in Sociology (pp.65-87). Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-48299-2_4.
- Karaküçük, S. (1999). *Rekreasyon, Boş Zamanları Değerlendirme, Kavram, Kapsam ve Bir Araştırma*. Ankara: Seren Matbaacılık.
- Khan, W., Arif, T. & Shaikh, S. (2020), Role Of Recreational Activities in The Development of Social Attributes: A Social Perspective. *The Shield*, 15, 1-14.
- Kır, İ. (2007). Yükseköğretim Gençliğinin Boş Zaman Etkinlikleri-KSÜ Örneği, *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(2), 307-328.
- Koçyiğit, M. ve Yıldız, M. (2014). Yerel Yönetimlerde Rekreasyon Uygulamaları: Konya Örneği, *International Journal of Sport Culture and Science*, 2(Special Issue 2), 211-223.
- Kuran, İ. (2022). Türkiye'de Bölgesel Kalkınma Politikaları: Tarihsel Gelişim ve Kalkınma Ajansları, *Dünya ve Türkiye Ekonomisi Üzerine Seçme Yazılar*, Akın, F ve Bal, H.Ç. (Ed.), Ekin Yayınevi, 245-268.
- Kurar, İ. & Baltacı, F. (2014), Halkın Boş Zaman Değerlendirme Alışkanlıkları: Alanya Örneği, *International Journal of Science Culture and Sport*, (Special Issue 2), 39-52.
- Laghari, A. A., Ansari, M. A. & Jhatial, A. A. (2020). Sports Participation and Rural Females: Social Taboos and The Role of Media, Society And Government, *The Shield*, (25), 1-19.
- Li, J.T., Zeng, B.G. & Li, P.Y. (2021). *The Influence of Leisure Activity Types and Involvement Levels on Leisure Benefits in Older Adults*. *Front. Public Health* 9:659263. doi: 10.3389/fpubh.2021.659263.
- Öztaş, Ş. & Kıyılıoğlu, L. (2021). Kapitalizmle İlişkisi Bağlamında Boş Zaman ve Gençlik. *Kültür Araştırmaları Dergisi*, (9), 338-358.
- Paggi, M.E., Jopp, D. & Hertzog, C. (2016). The Importance of Leisure Activities in the Relationship between Physical Health and Well-Being in a Life Span Sample. *Gerontology*, 62,450-458.
- Pospíšil, J., Pospíšilová, H. & Trochtová, L. (2022). The Catalogue of Leisure Activities: A New Structured Values and Content Based Instrument for Leisure Research Usable for Social Development and Community Planning", *Sustainability*, 14(5),1-23.
- Psarianos, I. N. (2007). A note on work-leisure choice, human capital accumulation, and endogenous growth. *Research in Economics*, 61(4), 208-217.
- Salihoğlu, T. & Türkoğlu, H. (2016). İstanbul'daki Boş Zaman Değerlendirme Mekanlarının Dağılımı Üzerine Niceliksel Bir Değerlendirme, *Planlama*, 26(3), 204-218.
- Tezcan, M. (1994). *Boş Zamanları Değerlendirme Sosyolojisi*. Ankara: Erek Ofset.
- Toker, A. (2021). Boş Zaman ve Rekreasyonun Gelişiminin Tarihsel Perspektifinden Sosyolojik Bir Değerlendirilmesi. *Sosyal, Beşeri ve İdari Bilimler Dergisi*, 4(10), 1000-1013.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) (t.y.). Zaman Kullanım Araştırması, 2014-2015, Erişim: 22.02.2023

- Türken, H. (2018). *Kırıkkale’de görev yapan sağlık çalışanlarının serbest zaman etkinliklerinde sporun yeri*. Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kırıkkale.
- Türkmen, M., Kul, M., Genç, E. & Sarıkabak, M. (2013). Konaklama İşletmesi Yöneticilerinin Rekreasyon Algı Ve Tutumlarının Değerlendirilmesi: Batı Karadeniz Bölgesi Örneği. *Turkish Studies*, 8(8), 2139-2152.
- Vickerman, R.W. (1975). *The Economics of Leisure and Recreation*. Palgrave Macmillan UK.
- Wei, X., Hailin Q., Emily M., (2010). A Study Of The Effects Of Leisure Time On China’s Economic Growth: A Neoclassic Growth Model. *Tourism Analysis*, 15, 663–672.
- Wei, X., Hailin, Q. & Emily, M. (2016). How Does Leisure Time Affect Production Efficiency? Evidence from China, Japan, and the US. *Social Indicators Research*, 127(1), 101-122.
- Yüksel, M., Dinçer, F., Büyükköse, H. & Lale Z. (2014). Yaşlıların boş zaman değerlendirme üzerine bir inceleme. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3(1),107-114.