

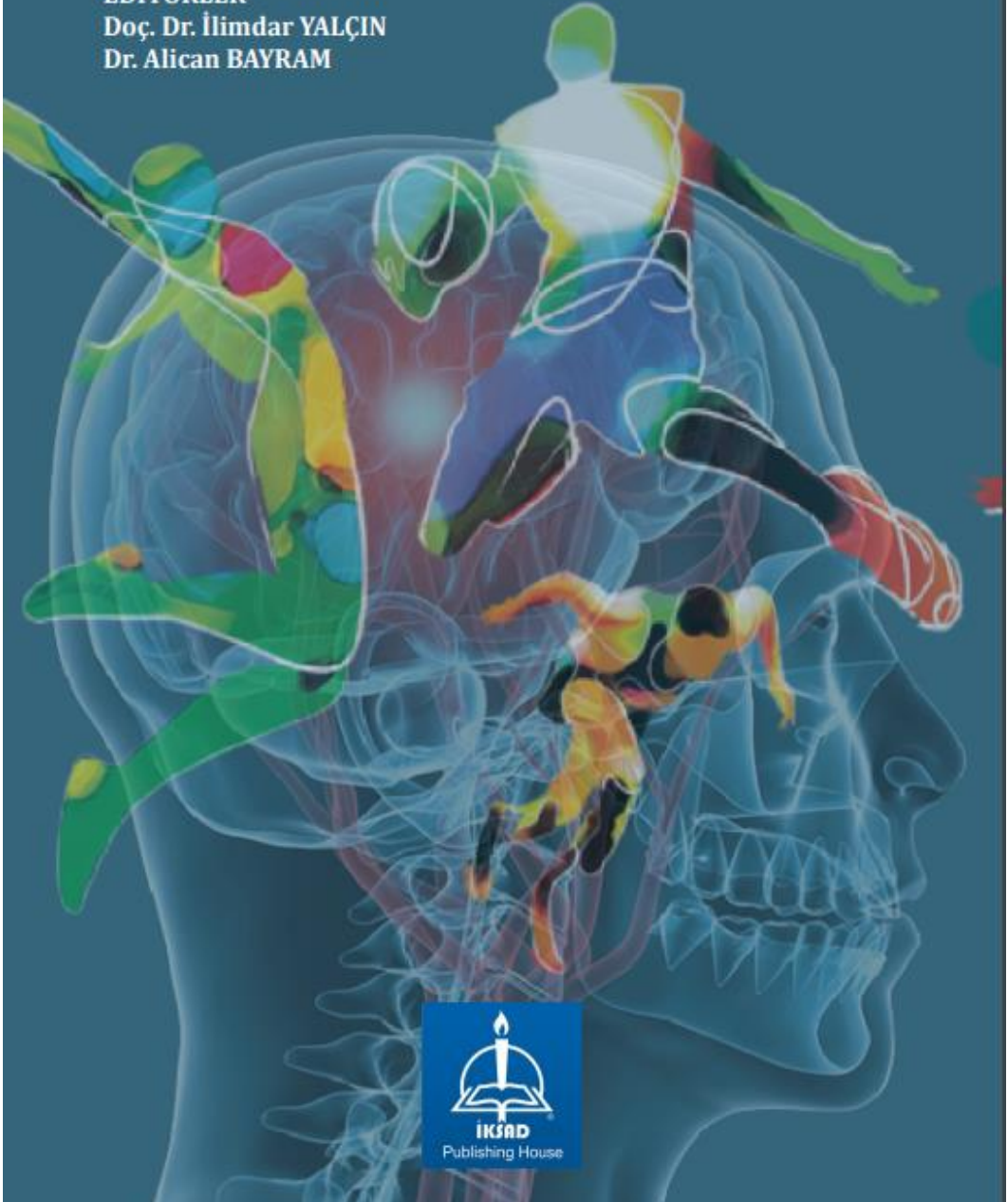
REKREASYON VE SPOR:

PSİKOSOSYAL ALANLARDA GÜNCEL YAKLAŞIMLAR

EDİTÖRLER

Doç. Dr. İlimdar YALÇIN

Dr. Alican BAYRAM



BÖLÜM 3

GEÇMİŞTEN GÜNÜMÜZE BİR HAK OLARAK SERBEST ZAMAN

Doç. Dr. Nurullah Emir EKİNCİ¹

¹ Yalova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü Yalova, Türkiye.
ekinciemir@email.com, Orcid ID: 0000-0002-4526-4339

Copyright © 2022 by iksad publishing house
All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, distributed or
transmitted in any form or by
any means, including photocopying, recording or other electronic or mechanical
methods, without the prior written permission of the publisher, except in the case of
brief quotations embodied in critical reviews and certain other noncommercial uses
permitted by copyright law. Institution of Economic Development and Social

Researches Publications®

(The Licence Number of Publicator: 2014/31220)

TURKEY TR: +90 342 606 06 75

USA: +1 631 685 0 853

E mail: iksadyayinevi@gmail.com

www.iksadyayinevi.com

It is responsibility of the author to abide by the publishing ethics rules.

Iksad Publications – 2022©

ISBN: 978-625-6380-81-3

Cover design: İbrahim KAYA

December/ 2022

Ankara / Türkiye

Size: 16x24 cm

GİRİŞ

Serbest, boş ya da özgür zaman gibi kavramlar bu alanda yapılan çalışmalarda sıklıkla karşılaşılan kavramlar olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu çalışmada kavram tartışması yapılmayacaktır ki bu tartışma alan uzmanlarından çok, dil bilimcilerin temel problemini oluşturmaktadır. Bu çalışmada “Serbest Zaman”, “Boş Zaman” ya da “Özgür Zaman” tabirleri bu alana hizmet eden bilim insanlarının kendi görüş ve düşüncelerine göre değerlendirdikleri anlamıyla ifade edilmiş ve çalışmalarında belirttikleri şekilde atıf yapılmıştır. Ayrıca Gümüş (2016) “serbest zaman” ve “boş zaman” terimleri hakkında her ne kadar çeşitli görüş ayrılıkları olsa da bu iki terimin birbirinin yerine kullanılabileceğini belirtmiştir.

ZAMAN

Doğan (2002)’ye göre zaman kavramının birey ve toplum için ifade ettiği önem onu tüm çağlar boyunca önemli bir hale getirmiştir. Hem geçmişte hem de günümüzde veya gelecekte de bu önem, anlamını ve etkisini sürdürecektir. Zaman, evrende gerçekleşen devinimsel hareketler sonucunda meydana gelen bir olgudur. Smith (1998) zamanı, olayların geçmişten bugüne gelip, geleceğe doğru birbirini takip eden kesintisiz bir süreç olarak tanımlamıştır. Yaşamın durağan olduğu veya gece ve gündüzün olmadığı bir dünyada zamanın da bir anlam ifade etmeyeceği düşünülebilir. Güneşin gökyüzündeki hareketi gece ve gündüzün oluşmasına ve bunun belli bir düzen içerisinde gerçekleşmesi zamanın varlığına işaret etmektedir. Ayrıca dinsel açıdan baktığımızda da Kur’anı Kerim de Allah’ın arz’ı altı günde yarattığı (Fussilet suresi, 41/9-12) buradaki altı günün zaman olarak nitelendirilmesi her şeyin bir başlangıcının ve sonunun olduğuna bunun da belli bir zaman çerçevesinde gerçekleştiğine bir kanıttır. Ayrıca, tabiatta ve insan hayatında gerçekleşen birçok olayın da belli bir zaman diliminde farklı reaksiyonlar vererek olgunlaşması (bir tohumun ağaca dönüşmesi, bir annenin doğum için dokuz ay beklemesi, vb.) ya da hayat bulması zamanın varlığına örnek verilebilir.

İnsanlar zamanı ve yapılan işleri kontrol altına almak adına, gecenin gündüze, gündüzün geceye dönüşümünü değerlendirmiş ve güneşten yararlanarak güneş saatini kullanmışlardır (Demir, 2016). Zaman, arzı tamamen elastik olmayan bir yapıya sahiptir. Bakırın yerine alüminyum, insan gücü yerine makine kullanılabilir. Ancak, zamanın yerini alabilecek ne yazık

ki, başka hiçbir kaynak yoktur. İşte bu nedenle; zaman eşittir yaşam hatta hayatımızdaki en önemli kavramdır diyebiliriz. (Akatay, 2003; Demirel ve Ramazanoğlu, 2005; Gazanfer ve Aşçı, 2006). Bu açıdan bakıldığında zamanın verimli kullanılmasının ne derece önem arz ettiğini görmekteyiz. Zamanın verimli ya da verimsiz kullanımı sonucu ortaya çıkan olumlu ya da olumsuz tüm olaylar öncelikle bireyi ve daha sonra tüm toplumu doğrudan ya da dolaylı olarak etkilemektedir (Kılbaş, 2001). Zamanı satın alamayız, biriktiremeyiz, ödünç alamayız hiçbir şekilde değiştiremeyiz. Tek yapabileceğimiz sahip olduğumuz zamanı en iyi şekilde değerlendirmektir (Güçlü, 2001). Diğer bir ifadeyle, “zamandan, zaman tasarruf edilmeli” dir (Demirel, 2009). Gürbüz ve Aydın (2012) zamanın kontrol altına alınarak miktar ya da niceliğinin artmayacağını, ancak tasarruflu ve planlı bir şekilde kullanılması ile miktar ve niceliğinin arttırılabileceğini ifade etmektedir.

SERBEST ZAMAN

Serbest zaman kavramının geçmişten günümüze hangi aşamalardan geçerek geldiğini net bir şekilde söylemek güçtür. İlk insanların ya da toplumların öncelikli amacı hayatı idame ettirmek olmuştur. Serbest zaman kavramı hayatı idame ettirme mücadelesinde başarılı olan toplumların değerlendirdiği bir kavram olduğunu söyleyebiliriz. Serbest zamanın tanımı ya da kullanım alanı toplumların bu zamana yükledikleri anlamla farklılaşmaktadır. Maslow'un 1954 yılında geliştirdiği ihtiyaçlar hiyerarşisinde bireyin öncelikli amacının fiziksel ihtiyaçlarını gidermek olduğunu bu ihtiyaçların giderilmediği takdirde bireyin bir üst basamağa geçemeyeceğini belirtmiştir. Serbest zamanları değerlendirme hiyerarşinin en üst basamağında bulunan kendini gerçekleştirme basamağında bulunmaktadır (Lanquar, 1991, Tezcan, 1977). Fakat Stebbins (2012) ise cinsellik ve mağara duvarına çizilen resimlerin bireyin serbest zaman dilimi içinde gerçekleştirdiği bir olgu olduğunu belirtmiştir. Bu açıdan bakıldığında serbest zaman değerlendirmenin ve serbest zaman tarihinin insanoğlunun var olmasıyla başlayıp günümüze kadar geldiğini ve kıyamete kadar da devam edecek bir olgu olduğunu söyleyebiliriz. Ünlü Yunan tarihçi Herodot, Lidyalıların MÖ. 6. Yüzyılda çıkan bir kıtlık sonucunda açlıkla mücadele etmek için serbest zaman aktivitelerine yöneldiklerini, aç kalan halkın bir gün karnını doyurması ve sonraki gün açlığını bastırmak için çeşitli oyunlar oynadıklarını belirtmektedir (Ökmen,

2006). Anadolu topraklarında yaşayan Hititler'in ise boş zaman değerlendirme şekillerine baktığımızda ise dini ritüeller ve boş zamanın yoğun bir ilişki içerisinde olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır. Dini ritüellerin oldukça önemli olduğu ve büyük çaplı kutlamaların yapıldığı Hitit topraklarında, bu kutlamalar kapsamında, koşular, savaş oyunları, güreş, boks, hançer yutma, boğa sırtında atlama gibi pek çok akrobatik oyunların oynandığı bilinmektedir (Ünal, 2009). Ayrıca bu konuda Kement (2015) eski tarih kayıtları arasında insanların boş zamanlarında müzik, resim ve çeşitli spor faaliyetlerinde bulduklarını ayrıca Yontma Taş devrine ait mağara duvarlarının çeşitli hayvan ve insan resimleri ile kaplı olmasını da o dönemdeki insanların duygularını aksettirme olanağını bulması yönünden bir serbest zaman faaliyeti olarak belirtmektedir. Tezcan (1977) ise Kement'in tam aksine her ne kadar dini ibadetlerin, kutlamaların ya da ritüellerin yapıldığı açık olsa da bunların yapılaş amacı ve kapsamına ait herhangi bir bilimsel çıkarım yapmanın eldeki delillerle mümkün olamayacağını belirtmektedir.

Bu çalışmada serbest zaman paradigmasının tarihsel süreç içerisindeki değişimini avcı toplayıcı, tarım, sanayi ve bilgi toplumları özelinde dört farklı aşamada inceleyeceğiz. Toffler (2008) insanoğlunun gündelik hayatını derinden etkileyen akımları; tarım, sanayi ve bilgi toplumu çerçevesinde olmak üzere üç kısımda incelemektedir.

Avcı Toplayıcı Toplumlarında Serbest Zaman

Şu an dünya üzerinde yaşayan tek insan türü olan Homo Sapiens'lerin ataları, yaklaşık 200.000 yıl önce ortaya çıkmıştır. Çevresel koşullara göre hayatını ve yaşam alanını şekillendiren bu tür 55,000 yıl önce Afrika kıtasından çıkarak diğer insan türleri olan Neandertal ve Denisovalı türleriyle melezleşerek günümüze kadar varlığını sürdürmüştür. Modern insan, dünyanın dört bir yanına yayılmıştır ve sonunda en az 40.000 yıl önce sembolik düşünceyi gösteren teknolojiler ve kültür geliştirmiştir. Sapiensler ve Neandertaller için hayvan avı ve bitki toplayıcılığı en önemli geçim kaynaklarındandı. Uzun bir avcı-toplayıcı yaşamdan sonra tarıma geçerek; yerleşik hayatın temellerini atmışlardır (Paabo, 2014: 195-204; Aytan, 2021; Gowlett & Wrangham, 2013). Serbest zamanların gelişiminde arkeolojinin yanı sıra antropoloji ve etnoloji bilimlerinin yarattığı perspektiften bakıldığında serbest zamanın tarihsel süreç içerisindeki gelişimi daha iyi aydınlatılacaktır.

Fakat Chick (2009) antropolojinin serbest zamana katkısının minimal düzeyde olduğunu ancak bazı araştırmacıların çalışmalarında bu çalışmalardan yararlanabileceğini belirtmektedir. Ayrıca, rekreasyon ve serbest zaman ile ilgili sağlıklı bilginin arkeolojiden değil de yazılı kaynaklardan geldiğini belirtmektedir. Chick'e göre antik gezgin ve tarihçiler Herodotus (M.Ö 484-425), Orta Asya'daki oyun ve rekreasyonu, ve Tacitus (M.S 55-120) Alman kabileler arasındaki boş zaman oyunları hakkında yazılar yazmıştır ve var olan bu yazılı kaynakların rekreasyon ve boş zamanı değerlendirmede temel kaynak olması gerektiğini savunmaktadır. Farklı çevresel faktörlere ve farklı yaşam tarzlarına bağlı olarak zamanın anlamı nitelik olarak değişmektedir (Akatay, 2003). Zaman ilk insanlar için güneşin doğuşuyla başlamış ve batışıyla bitmiştir. Gecenin gündüze dönüştüğü an zamanın başlangıcı gündüzün geceye dönüştüğü an ise zamanın bitişi olarak değerlendirilmiştir. Tabii burada kullanılan bitişi kelimesinin hayatın tamamıyla durduğu hiçbir aktivitenin yapılmadığı anlamına gelmemektedir. Bu doğal döngünün ve bundaki değişimlerin farkına varan insanoglu bir nevi zamanında farkına vararak zamana (kullanılabilir zamana) karşı bir farkındalık oluşturmuştur. Torkildsen (2005)'e göre serbest zamanın ilkel dönemlerde temel gıda ihtiyacının karşılanması için yapılan avcılık ve toplayıcılık gibi aktivitelerden sonra gerçekleştirilen kutlamalarla ortaya çıktığını belirtmektedir. Tarihsel süreç içerisinde gerçekleşen buluşlara göre insanlar kullanılabilir zaman dilimini genişleterek ya da yaptıkları avcılık ya da toplayıcılık sürelerini kısaltarak kendilerine özgü bir zaman dilimi yaratmışlardır. Marshall Sahlins (1972)'e göre avcı toplayıcı toplumlarda avlanmakla yükümlü olan erkek için serbest zaman o günlük av vazifesinin erken tamamlanma durumuyla doğru orantılıydı. Eğer avcı avını erken saatlerde avladıysa günün geri kalan kısmını kendisine ayırabiliyordu. Bu dönemde gerçekleşen Neolitik devrim ve ardından tarımsal gelişmelerin giderek yoğunlaşması, serbest zamanı arttırmanın tam aksine toplumları zamandan tasarruf etmeye ve doğal olarak serbest zamanlarından vazgeçmeye zorladı. Kültürlenme ve icatların keşfi avcı toplayıcı toplumlar için serbest zaman açısından dezavantaj yaratmıştır diyebiliriz (Just,1980). Kültür antropologlarına göre avcı-toplayıcı toplumlar, çalışma ile boş zaman arasında net bir ayırım yapmamışlardır (Hunnicut, 2006: 56).

Tarım Toplularında Serbest Zaman

İnsanoğlu yeryüzüne geldiği ilk andan itibaren hayatını idame ettirmek için sürekli hareket hâlinde bir yaşam tarzı yaşamak zorunda kalmıştır. Bu durum insanoğlunun hem coğrafi hem de iklimsel açıdan kendisine en uygun olan yeri keşfetmesine kadar devam etmiştir ki hala da günümüzde bu sebeple yer değiştiren ve göç eden toplumlara rastlanmaktadır. Kendisine uygun bir alan bulan ve doğa şartlarına karşı gelmeye başlayan insanlar doğanın kendisine verdikleriyle yetinmek zorunda kalmadı ve besinsel ihtiyaçlarını kendisi üretme yoluna giderek Neolitik devrimi gerçekleştirmiştir. Neolitik devrim yerleşik hayata geçişi hızlandırmıştır. Bu dönemde toprak ekilip biçilerek mahsul elde edilir oldu ve böylelikle üretkenlikten bahsetmek mümkün hâle geldi. Böylece hareketlilik esasına dayalı avcı-toplayıcılık yaşam biçimi yerini toprağa dayalı yerleşik yaşama bırakmaya başladı. Ancak bu durumu istatistiksel anlamda değerlendirirsek varılan sonuç oldukça ilginç ve hayret vericidir. İnsanoğlunun tarımsal girişimlerde bulunduğu dönemden sanayi toplumuna kadar geçen yaklaşık 9500 yıllık süre İnsanoğlunun yeryüzündeki tüm yaşamının yalnızca %0,25'ini kapsamaktadır (Braidwood, 2008: 13 Akt: Aytan, 2021; Akova & Çakmak, 2015).

Yerleşik hayata geçiş ve beraberinde getirdiği kolonileşme ya da şehir devletlerinin kurulması toplum içerisinde görev dağılımlarının yapılması bireylerin yapmakla yükümlü olduğu iş yükünün artması gibi bir düşünce yaratsa da Just (1980) bu durumun bireyin serbest zaman kullanım şeklini olumlu yönde etkilediğini belirtmiştir. Çünkü ne kadar çok yapılması gereken iş varsa zamanın o derece verimli değerlendirildiğini ve ne kadar çok boş zaman varsa bireyin plansızlık ve aylaklık içerisinde bu zamanı değerlendirdiğini belirtmektedir. Bu durum toplumsal ve dinsel sebeplere bağlı olarak sürekli değişiklik göstermiştir. Örneğin boş zaman, Antikçağ'da insanın kendini gerçekleştirebileceği bir özgürlük alanı, Ortaçağ'da da kutsal bilgiye ulaşmanın imkânı olarak değerli görülmüştür. Her iki dönemde de bedensel çalışmanın dışında yüksek değer atfedilen boş zaman, kişiyi düşünmek (felsefe yapmak) ya da dini vecibeleri yerine getirmek gibi yüce amaçlara ulaştıran başlı başına bir "çalışma alanı" olarak değerli görülürken bu gibi ulvi amaçlara hizmet etmeyen bedensel çalışmalar ise değersiz olarak nitelendirilmiştir. Diğer bir ifade ile Antik dünyada bedensel olarak etkinlikte bulunmayı kapsayan

çalışmaya karşılık boş zaman, zihinsel etkinlikte bulunmayı kapsayan bir olgu olarak bedensel çalışmadan üstün tutulmuştur. Yunan medeniyetinde de serbest zamana büyük değer atfedilmiştir. Şöyle ki ünlü Yunan düşünür Platon için felsefe yapmak, serbest zamanı en iyi kullanmanın bir ölçütü ve insan olmanın zirvesi olarak görürken, Aristo ise iş kavramını iyi bir hayata ciddi bir tecavüz olarak görmüştür. Her ne kadar Yunan düşünürlerin, serbest zamana karşı olan bakış açıları bu zaman diliminin Yunan kültürü için çok önemli olduğunu gösterse de bilmemiz gereken önemli bir husus; tüm antik dönem boyunca özgür Yunan vatandaşlarının hayatını kolaylaştıran ve onların çalışma dışında kalan zamanını önemli ölçüde artıran kavramın kölelik sistemi olduğunu bilmemiz gerekmektedir (Malay, 2010: 11; Sylvester, 1999; Hunnicutt, 2006: 64). Dolayısıyla boş zaman, geçmişten günümüze kadar değişen tarihsel koşullara, değer atfedilen amaçlara ve çalışma kavramının kazandığı anlamlara bağlı olarak şekillenmiştir (Bahadır, 2016).

Sanayi Toplumlarında Serbest Zaman

İlkçağlardan Yeniçağ'a kadar üretim ve kendini geliştirme ile ilgili bir olgu olarak görülen boş zaman, endüstrileşme ile birlikte çok farklı bir boyut kazanmıştır. Sanayileşme ve yerleşik hayatın benimsenmesi ile birlikte insanların kırsal kesimlerden şehir merkezlerine doğru olan göçü toplumların demografik yapısı üzerinde büyük değişiklikler yaratmıştır. Özellikle şehirleşen bölgelerde kilisenin insanlar üzerindeki baskısı artmakta Hristiyanlığın dogmatik bir inanış olarak güç kazanması, o denemin boş zaman anlayışı üzerinde köklü ve uzun süreli değişimlere yol açmıştır. Katolik klisesinin öğretilerine göre bu dünyadaki yaşamın temel amacı öbür dünyaya hazırlanmak olarak değerlendirilmiştir. Boş zaman sadece tapma ve dua ile sınırlı kalmış, diğer tüm dünyevi zevkler yasaklanmış ve çok çalışma, erdem olarak görülmüştür. Bu dönemde aylaklık, hedonizm ve harcama günah; boş zaman ise başıboşluk ve israf olarak görülmüştür (Çakır, 2017). Burada bahsedilen israf ve aylaklık kavramları zenginler, soylular ve yöneticiler için geçerli bir kavram değildi (Üstün, 2018). Serbest zamanın antik Yunanistan'da olduğu gibi onurlu konumuna geri getirilmesi ve serbest zamanın gerekliliği St. Thomas Aquinas tarafından dile getirildi. Aquinas'ın tartıştığı şeydu; Eğer bir adam işgücü olmadan yaşayabilseydi, o adam işle meşgul olma zorunluluğu altında olmazdı. Dini çalışmaların mümkün olabilmesi için rahiplerin fiziksel

çalışmalardan bağımsız olması gerekmektedir. Böylece, dini yaşantıya dair sorumluluklar tam anlamıyla yerine getirilir ve paralel şekilde serbest zamanlara ait değerlerde önem kazanır (Ekinci, 2016: 36). Max Weber Protestan Ahlakı ve Kapitalizmin Ruhü adlı makalesinde kilisenin insanlar üzerindeki etkisi, kapitalizm düşüncesiyle harmanlandığında serbest zaman tamamıyla bir günah olarak görülmüştür. İnsanların tek amacının kar, çalışkanlık ve yatırım gibi kavramların kişinin kendi öz benliğine yaptığı yatırımlar olarak gösterilmiş ve tanrının kendi öz benliğine yardım eden insanlara yardım edeceğini belirtmiştir. Kiliseye karşı halkın verdiği serbest zaman mücadelesi 1608 yılında resmi bir boyut kazanarak I. James tarafından yayımlanan “Book of Sports (sporların kitabı) çalışan insanların kilise saatleri dışında spor ile ilgilenebileceklerini yasal hale getirdi (Torkildsen, 2005). Fakat bu durum 1778’de Fransa’da gerçekleşen sanayi devrimine kadar sürmüştür. Sanayi devrimiyle birlikte üretime duyulan ihtiyaç artmış. Bu artış çalışan bireye duyulan ihtiyacı da arttırdı. Bunun bir sonucu olarak da boş zaman Luther’in dinsel bakış açıları ile harmanlanmış ortaya, boş vakti israf, hedonizmi ve aylıklığı günah olarak nitelendiren ticaret düşmanı bir kavram olarak anılmaya başladı. Bireylerin boş zaman kavramından kaçınmalarını sağlamak için içki içmeyi önleme, pazar günlerinin de çalışma günü olarak sayılması ve boş zamanın tembellik olarak nitelendirilmesi gibi çeşitli bahaneler üretildi (Akkaya, 2008). Bu süreç Taylor’ un kuralcı, baskıcı ve metodik yöntemleri ile insanlık tarihinin en ağır çalışma şartlarının ortamını oluşturdu (Aytaç, 2002).

Nitekim 1750-1830 yılları arasında Britanya da sanayinin ilerlemesi ile birlikte köylerde yaşayan insanlar buldukları yerleri terk ederek büyük şehirlere yerleşmeye başladı. Kişisel ve toplumsal olarak kalkınmak isteyen Britanya da insanlar haftalık 70 saatin üstünde çalıştırıldı (Bull et al. 2003). Devlet projeleriyle desteklenen ve zengin bir toplum olma ve refah seviyesini artırma çabaları insanların sosyal haklarından mahrum olmasına neden oldu. Köylerden kentlere göç eden kalabalık kitlelerin yoğun çalışma saatleri altında karşılaştıkları ilk şey, giderek yabancılaştıkları emeğin tamamlayıcısı olan can sıkıntısıdır. Kentlerde bu tablo ile karşılaşmak zorunda kalan bireylerin bu can sıkıntısı negatif bir boş zaman deneyimi olarak ortaya çıkmıştır (Adorno, 2009). Lafargue (1991)’ ye göre bu anlayış zamanla çocukların suistimal edilerek

günlük 12-14 saat çalışmalarına neden oldu. Bu bağlamda insanların endüstrileşmeye karşı sığındıkları boş zaman, endüstrinin elinde işlevini kaybederek metalaştırılmıştır (Bayram,2013).

Fakat zamanla birlikte bilim ve teknolojiye oluşan gelişmeler, insan emeğine daha az gereksinim duyulmasına ve çalışma sürelerinin giderek kısalmasına neden oldu. Hatta bu azalan gereksinimin doğal bir sonucu olarak 1920 yılında uluslararası anlamda çalışanların dinlenme süreleriyle ilgili bir toplantı bile düzenlendi (Lanquar, 1991). Bu durumun pozitif bazı sonuçları sosyal toplum olgusunun oluşmasına boş zamanın bir lüks değil de bir ihtiyaç olduğuna ve boş zamanın sadece çalışanlar için var olan bir kavram olmadığına toplumun her kesiminden bireyin herhangi bir şekilde katılım sağlayabileceği gibi modernist ve aktivistler tarafından planlı ve organizeli “pazar okulları, sosyal çay toplantıları, çeşitli turnuvalar, köpek yarışları, tilki avlama vb.” boş zaman etkinlikleri düzenlenmesine sebebiyet verdi (Metcalf, 2006). 1925 yılında “Ulusal Oyun Alanları Örgütü” spor ve açık hava boş zaman etkinliklerini bütün ülkeye yaymak için kuruldu (Zorba, 2004). Özellikle I. Dünya savaşından sonra İngiltere ile başlayan sendikalaşma ve beraberinde gelen ücretli yıllık izin boş zaman değerlendirme kapsamında turistik seyahatlere de olanak sağladı (Kozak vd. 2013).

Bilgi Toplumunda Serbest Zaman

Boş zaman kimi dönemlerde tembellik olarak anılsa da bilgi toplumunda boş zamanın önemi herkes tarafından fark edilmiş devletler ve politikacılar her bireyin yenilenmesi, dinlenmesi ve kendisini daha iyi hissetmesi için çeşitli yasal zorunluluklar getirmiştir (Akkaya, 2008). Bilgi toplumu özellikle 1950 ve 1960 yılları arasında Amerika başta olmak üzere Batı Avrupa ülkeleri ve Japonya gibi gelişmiş ülkelerde kullanımı giderek artan bilgi teknolojileri aracılığı ile meydana gelmiş bir aşamadır. Bu bilginin en önemli kısmı ise sanayi, tarım ve hizmet sektörleri ile birlikte iletişim, sağlık ve eğitim gibi diğer alanlarda da yoğun bir şekilde kullanıma olanak sağlamasıdır (Çoban, 1997). Bilim ve teknolojik gelişmeler bir taraftan insan hayatını kolaylaştırırken diğer taraftan kendisine fazla zaman ayırma olanağı vermektedir (Ekici ve ark. 2006). Murphy (1975) yirmi birinci yüzyılda serbest zamanın diğer yüzyıllarda olduğu gibi bu yüzyılda da hala insan hayatının önemli bir noktasında yer tuttuğunu belirtmektedir.

Bilgi toplumu boş zaman paradigması teknolojiyi hayatının her aşamasına sokmuş insanoğlunun boş zaman algısını temelde sanayi çağı ile aynı tutsa da uygulayış açısı yönünden değiştirmiş zamanla daha üst noktalara taşımıştır. Bu çağda insanlar daha az çalışarak daha çok kazanmaya, yaşam süreleri de artmaya başlamıştır. Bununla beraber boş zaman değerlendirme kavramının içeriği daha da genişleyerek teknoloji ve internet devreye girmiştir (Akova, & Çakmak, 2015). Özellikle internetin olağan dışı hızlı gelişimi dünyanın globalleşerek küçülmesine bu durumla birlikte insanların özgürce seyahat, alışveriş, tatil ve eğlence gibi serbest zaman alternatiflerine istedikleri an ulaşabilme olanağı sunmuştur. Sosyal, kültürel, sportif ve rekreatif amaçlı yapılan etkinliklere kolay ulaşabilme imkânı bireyin, kendi öz dinamikleri çerçevesinde şekillenmesine ve Maslow'un birey için temel hedef olarak koyduğu kişisel tatmin ve tamamlanma basamağına ulaşmasına olanak tanımaktadır. Bilgi çağının birey için yukarıda belirttiğimiz olumlu gelişmeleri sağladığı aşikârdır. Fakat bilinmesi gereken önemli bir hususta bilgi çağına ters perspektiften baktığımızda globalleşen dünyanın her geçen gün küçülmesi ve bu küçülmenin bir parçası olan bireyin de kendi öz dinamikleri çerçevesinde yaşaması yalnızlık kavramını yaratmıştır. Yalnızlıktan kurtulma çabası içerisinde olan insanoğlu bu durumu sanal bir evren olan Metaverse'ü kurarak giderme çabasına girmiştir. Artık günümüz dünyasının bir gerçeği olan ve yadsınamayacak düzeyde kabul gören paralel evren gerçeği 7'den 77'ye herkesi ilgilendiren bir kavram olmuştur. Bireyin bu dünyada olduğu gibi meta evrende de sosyal ve kültürel aktivite ihtiyaçları olduğunu belirten Bayram (2022) "metaleisure" teorisini geliştirerek meta evrende de bireyin boş zaman aktivitelerine katılması gerektiğini belirtmiştir.

BİR HAK OLARAK SERBEST ZAMAN

Dumazedier, "serbest zamanın rahatlama, eğlence ve kişisel gelişim gibi üç temel fonksiyonunun" bulunduğunu (Murphy,1975 p. 30), ise serbest zamanın, kişinin kapasitesini kullanarak kişisel gelişimini tamamlayan bir anahtar olduğunu belirtmektedir. Bu durumun farkında olan toplumlarda rekreasyon ve serbest zaman kavramları değer görmüştür. Örneğin, M.S. 354'te Romalıların yılda 200 güne yakın tatil günleri ve vatandaşların serbest zamanlarını değerlendirmeleri ve dinlenmeleri için 800'den fazla umumi hamam yaptırmıştır (Akkaya, 2008). Ayrıca Kement (2015) Romalılar

döneminde boş vaktin değişik eğlenceler yoluyla en uygun şekilde geçirilmesi teşvik edilmiş ve kitle boş zaman türleri (oyunlar, sporlar, gladyatör dövüşleri vs.) bu dönem içerisinde yaygınlaşmış ve gündelik yaşamın bir parçası haline gelmiştir. Sanayi devrimlerine kadar çeşitli sıkıntılarla karşılaşan serbest zaman kavramı artan dünya nüfusu ve artan tüketimle birlikte kapitalist sistemin serbest zamanı daha çok çalışma imkânı sunan bir zaman dilimi olarak pazarlamaya insanların bu duruma şikayet etmemesi adına da hazcı ve tüketimci bir anlayışı yaygınlaştırmaya insanların üretilen metalarla mutlu olduğu ve daha çok çalışarak daha mutlu olacağı haz ve eğlence temelli bir yaşam biçimi benimsetilmeye çalışılmıştır (Aytaç, 2004). Çok çalışmanın (hafta sonları dahil) erdem olarak görüldüğü bu dönem zamanla insanların sıradanlaşan bir hayat anlayışına bu sıradan yaşam tarzının çalışma performansını da olumsuz etkilediğini gören din adamları, düşünürler ve bilim insanları hatta sonraları bu görüşe katılan işverenler serbest zamanın bir lüks olmadığını bir zorunluluk olduğunu kabul etmişlerdir. Serbest zaman hakkı ilk defa Paul Lafargue tarafından 1883 senesinde ‘‘çalışma hakkına’’ eleştirel bir yaklaşım olarak dile getirilmiştir (Kahraman,2015). Özellikle I.dünya savaşıdan sonra batılı ülkeler tarafından sıkça gündeme gelen serbest zaman hakkı 1920 yılında uluslararası anlamda çalışanların dinlenme süreleriyle ilgili bir toplantının düzenlenmesine (Lanquar, 1991), 1930 yılında da Birleşmiş Milletler Topuluğu’nun gündemine girmiştir (karaküçük, 2005:45).

Ayrıca,1924 tarihli, Cenevre Çocuk Hakları Bildirisi’nde ve 20 Kasım 1959 tarihinde Birleşmiş Milletler Teşkilatı Genel Kurulunca kabul edilen Çocuk Hakları Bildirisi madde 31’de ‘‘Taraflar Devletler çocuğun dinlenme, boş zaman değerlendirme, oynama ve yaşına uygun eğlence (etkinliklerinde) bulunma ve kültürel ve sanatsal yaşama serbestçe katılma hakkını tanırlar. Taraflar Devletler, çocuğun kültürel ve sanatsal yaşama tam olarak katılma hakkını saygı duyarak tanırlar ve özendirirler ve çocuklar için, boş zamanı değerlendirmeye, dinlenmeye, sanata ve kültüre ilişkin (etkinlikler) konusunda uygun ve eşit fırsatların sağlanmasını teşvik ederler’’ (URL,1) . Türkiye ise çocuk hakları sözleşmesini 1990 tarihinde imzalamış ve bu karar 1995 yılında Resmi Gazete’de yayımlanarak yürürlüğe girmiştir (Kılbaş, 2001). 10 Aralık 1948’de Paris’te Birleşmiş Milletler Genel Kurulu’nda kabul edilen İnsan Hakları Evrensel Bildirisinde ‘‘Herkesin dinlenmeye, eğlenmeye, özellikle

çalışma süresinin makul ölçüde sınırlandırılmasına ve belirli dönemlerde ücretli izne çıkmaya hakkı vardır” ibaresi yer almıştır (URL,2). Türkiye bu bildiriye 27 Mayıs 1949 yılında bakanlar kurulu kararıyla imzalamıştır. Unesco (1960)’da yayınladığı raporda makineleşme ile birlikte gerçekleşen hızlı toplumsal değişimlerin rekreasyon ve boş zamanı da değiştirdiğini belirtmektedir (Sağcan, 1986). 1961’de çocuklar için zorunlu eğitim 16 yıla çıkarılarak eğitim ve boş zamanın önemi artırılmıştır. Aynı şekilde çalışan kesimin çalışma saatleri düzenlenmiş ve erken emeklilik gibi seçenekler yasal dayanak altına alınmıştır (Dumazedier ve Latouche 1962).

1982 Türkiye Cumhuriyeti Anayasası’nın “Çalışma şartları ve dinlenme hakkı” başlıklı 50. Maddesinde aynen; “Kimse, yaşına, cinsiyetine ve gücüne uymayan işlerde çalıştırılmaz. Küçükler ve kadınlar ile bedeni ve ruhi yetersizliği olanlar çalışma şartları bakımından özel olarak korunurlar...” denilmektedir. Madde gerekçesinde; çalışma şartlarının çalışanın yaşına, cinsiyetine ve gücüne uygun olmasının, küçükler ile kadınların özel olarak himaye edilmesinin anayasal güvence altına alınması gerektiği belirtilmiştir (URL,3). Türkiye’de normal haftalık çalışma süresi, 1983 yılında 48 saatten 45 saate indirilmiştir (Kuzgun & Aydın, 2009). Avrupa Birliği Yaşama ve Geliştirme Vakfı’nın Ağustos 2002 de yaptığı bir araştırmaya göre, Türkiye’de haftalık fiili çalışma süresi 61 saat olarak tespit edilmiş (Kamusen,2003). Bu süre, Türkiye’de haftalık normal çalışma süresinin aşıldığını açıkça ortaya koymaktadır. 2003 yılında kabul edilen 4857 sayılı iş kanununun İş K. m.41/IV ve Fazla Çalışma Yönetmeliğinin m.6/I uyarınca serbest zaman hakkı, fazla çalışma veya fazla sürelerle çalışma yapan işçi, isterse işverene yazılı olarak başvurmak suretiyle, bu çalışmalarının karşılığı olan zamlı ücret yerine, fazla çalıştığı her saat karşılığında bir saat otuz dakikayı, fazla sürelerle çalıştığı her saat karşılığında ise bir saat onbeş dakikayı serbest zaman olarak kullanabilecektir. İş K.m.41/V uyarınca, işçi, hak ettiği serbest zamanı altı ay zarfında, çalışma süreleri içinde ve ücretinde bir kesinti olmaksızın kullanılır. Altı aylık sürenin başlangıcı, fazla çalışmanın yapıldığı tarihtir. Bu tarih haftalık çalışma süresinin uygulandığı hallerde, fazla çalışmanın yapıldığı haftanın sonu; denkleştirme döneminin uygulandığı hallerde ise dönem sonu olacaktır. Serbest zamanın kullanılabileceği altı aylık süre azami süreyi

4 gün 32 saat çalışma amaçlansa da bazı farklı uygulamalarında pilot çalışmaları yapılmaktadır.

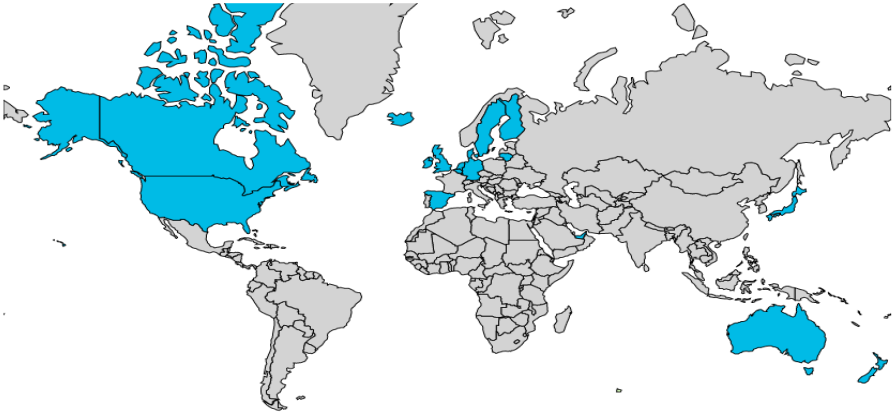
Bunlar şu şekildedir:

- Haftalık 40 saat çalışmayı gerektiren, ancak bunu sekiz saatlik beş iş günü yerine on saatlik dört iş gününe bölen 4/10 modeli (bu yöntemin çalışan stresini azaltma olasılığı diğer yöntemlerden daha düşüktür).

- Haftada 4 gün 32 saat yerine 4 gün 38 veya 36 saat çalışma modeli.

- Haftalık 4 gün çalışma modeli Cuma'yı eklerken, bazı yöntemler bunun yerine Pazartesi'yi fazladan izin günü yapar. Hatta bazı ülkelerde, işçilerin yarısına Cuma ve diğer yarısına Pazartesi tatili veren bölünmüş bir program modeli.

Haftada 4 gün çalışma modelini uygulayan ülkeler



Kaynak: <https://worldpopulationreview.com/country-rankings>

Haftada dört günlük çalışma yöntemini deneyen devletlerin yanı sıra, birçok şirket veya belediye bu modeli kendi bünyelerinde denemeye başladı. Bunların çoğu, haftada dört günlük bir çalışma modelinin kalıcı olarak uygulanmasına karar verdi. Örneğin, 2019'da haftada dört gün çalışma modelini test eden Microsoft Japonya çalışanların performansında %39,9'luk bir artış yaşandığı gözlemlenmiştir. Bir başka örnekte, Yeni Zelanda merkezli bir emlak şirketi olan Perpetual Guardian, 2018'de uyguladığı 4 günlük çalışma

modelinde çalışanların performansında %20 artış gözlemleyerek kalıcı dört günlük çalışma modeline geçti (URL,4).

Haftada 4 gün çalışma modelinin avantajları

- Çalışanlar için, haftalık dört günlük çalışma modeli stresi ve stresle ilgili sıkıntıları azaltır, iş/yaşam dengesini ve genel yaşam kalitesini iyileştirir ve daha fazla memnuniyet sağlar.

- Kâr amacı gütmeyen bir kuruluş haftada dört gün çalışan çalışanların %78'i daha mutlu ve daha az stresli olduğunu belirtmiştir.

- Çalışanların işi aksatma oranlarında, kırtasiye ve elektrik giderlerinde düşüş.

Haftada 4 gün çalışma modelinin dezavantajları

- Haftada dört gün çalışma sistemini eleştirenler, bunun işverenin mali durumu üzerinde savunulamaz bir baskı oluşturabileceğine işaret ediyor. Örneğin, bir İsveç sağlık kuruluşunda haftada dört gün 6 saatlik çalışma yöntemi denenmiş, mevcut 68 hemşire kendilerini daha az stresli ve yaşam kalitelerinin arttığını belirtmişlerdir. Ancak tesis kaybedilen üretkenliği telafi etmek için 17 kişiyi işe almak zorunda kalmıştır (URL,4).

Yukarıda görüldüğü gibi haftada dört ya da beş günlük çalışma yöntemlerinin denenmesi çoğu ülke ve kurum tarafından denenmektedir. Bu durumun çalışanların serbest zaman süresini ve bunun bir sonucu olarakta yaşam kalitesini arttırdığı ve kendini yaşamsal anlamda tatmin eden bireyin üretkenlik oranını arttırdığını görmekteyiz. Fakat dezavantajları kısmında yaşanan hadiseye baktığımızda da haftada dört günlük çalışma sisteminin her kurum için uygulanamayacağını da bilmemiz gerekiyor. Sağlık ve hizmet sektöründe haftanın 5 günü çalışma olmadığında hem sistemsel hem de hizmet kalitesi açısından bakıldığında uygulama alanında sıkıntıların çıkabileceğini göz ardı etmemek gerekmektedir.

SONUÇ

Murphy (1975), serbest zamanın cinsiyetçi ya da yarışmacı bir kavramı bünyesinde barındırmadığını, aksine insanları bütünleştirdiğini kişisel anlamda kimlik kazanma ve benliğin oluşması için bir yaşam kaynağı olduğunu

belirtmektedir. Bu olgu ilk insanlardan günümüze dek süregelen ve bireyin öz dinamiklerine uyum sağlayan bir olgu olarak varlığını sürdürmüştür. Uygulanmadığı dönemlerde toplumsal problemlere (sanayi devrimi dönemleri) sebep olmuştur. Sanayi devrimi dönemlerinde serbest zaman hakkı ve kapitalizm arasında verilen mücadelenin kazananı maalesef kapitalizm olmuştur. Kapitalizmin örmüş olduğu ucuzdan pahalıya sıralanan meta dünyasının ortasında kendisini bulan insanın bir zamanlar ruhsal ihtiyaçlarını karşılamak için kullandığı boş zaman, kaynağını bilmediği çeşitli problemlere kapitalizmin çözüm olarak sunduğu pahalı metaları satın almak için kullandığı bir alan haline gelmiştir. Bu durum insanların psikolojik, sosyal her türlü gereksinimi için maddi nesne ve şeylere yönlendirilmesine ve hazza dayalı yaşamın yüceltilmesine sebep olmuştur (Botton, 2008: 84). Haz eğlence ve tüketime dayalı bir yaşam tarzının aslında insanın öz dinamiklerine uymadığı zamanla fark edilmiştir. Serbest zamanın hem birey hem de toplum üzerindeki olumlu katkıları gören toplumların bu durumu sahiplendiğini ve bu zaman dilimini insanlara bir hak olarak sunduğunu görmekteyiz. Örneğin, Fransa'da boş zamanları değerlendirme bakanlığı bulunmaktadır. Bu bakanlığa göre; boş zamanları değerlendirmenin hem insanların doğal hakkı, hem de toplumsal hayatın anlamlı bir parçası olduğu kabul edilmiştir. Esas dayanak noktasının ise; boş zamanları değerlendirme faaliyetlerinin iş-ev-okul yaşantısı arasında hayatın dengesini oluşturması olmuştur (Ağılönü, 2007). Aynı şekilde ülkemizde de bu anlamda olumlu adımlar atılmıştır. Hem uluslararası antlaşmalara olan bağlılık hem de Devlet Planlama Teşkilatının (DPT) 5 yıllık yaptığı kalkınma planlarında toplumda yaşayan bireylerin sosyal gelişimlerini tamamlamaları için yeterli düzeyde serbest zamana sahip olmaları gerektiğini belirtmişlerdir (Kılbaş, 2010). Serbest zamanın birey ve toplum üzerinde yarattığı olumlu etkiler serbest zamanın artık bir kültür olarak benimsenmesine yol açmıştır (Tel ve Köksalan, 2008).

KAYNAKÇA

1. Gümüş H. (2016). *Rekreasyonel Alanların Kullanım Etkenlerinin İncelenmesi*, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
2. Doğan, H. (2002). İşgörenlerin Adalet Algılamalarında Örgüt İçi İletişim ve Prosedürel Bilgilendirmenin Rolü. *Ege Academic Review*, 2(2), 71-78.

3. Smith H. W. (1998). *Hayatı ve Zamanı Yönetmenin 10 Doğal Yasası*, (Çeviren: A. Çelbiş) Sistem Yayıncılık, İstanbul.
4. Demir E. (2016). *Zaman Yönetiminin İşletme Verimliliği Üzerindeki Etkisi: Aşkale A.Ş. Gümüşhane Çimento Fabrikası Uygulaması*, The Journal of International Scientific Researches 1(3).
5. Akatay A. (2003). *Örgütlerde Zaman Yönetimi*, Selçuk üniversitesi sosyal bilimler dergisi Sayı 10, 281-300.
6. Kılbaş Ş. (2001). *Rekreasyon ve Boş Zamanı Değerlendirme*, Anaca Yayınları, İstanbul.
7. Kılbaş Ş. (2010). *Rekreasyon Boş Zamanı Değerlendirme*, Gazi Kitapevi, Ankara.
8. Güçlü N. (2001). *Zaman Yönetimi. Kurum ve uygulamada eğitim yönetimi*, Sayı: 25, 87-100.
9. Demirel E. T., Ramazanoğlu F. (2005). *Yöneticiler Açısından Etkin Zaman Yönetimi Tekniklerinin Değerlendirilmesi*, Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları.
10. Demirel M. (2009). *Rekreasyonel Etkinliklere Katılım ve Çevresel Duyarlılık*. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
11. Gürbüz, M., & Aydın, A. H. (2012). *Zaman kavramı ve yönetimi*.
12. Lanquar R. (1991). *Turizm-seyahat Sosyolojisi*, İletişim yayınları, İstanbul.
13. Tezcan M. (1977). *Sosyolojik Açıdan Boş Zamanları Değerlendirme*, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları, Ankara.
14. Tezcan, M., & Otel, M. (1977). *Boş zamanlar sosyolojisi*. Doğan Matbaası.
15. Stebbins R.A. (2016). *Serbest Zaman fikri Temel İlkeler* (Çevirenler: M.Demirel., N.E.Ekinci., Ü.D.Üstün., U.Işık ve O. Gümüşgül) 1. Baskı, Spor Yayınevi, Ankara
16. Ünal, A. (2009), *Hititler Devrinde Anadolu*, Cilt:1 İstanbul: Arkeoloji ve Sanat Yayınları.
17. Kement Ü. (2015). *Doğaya Yönelik Gerçekleştirilen Rekreatif Etkinliklerde Tüketicilerin Çevre Dostu Rekreasyon Davranışlarının İncelenmesi: Kamping*

Örneği, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.

18. Paabo, S. (2014). Neanderthal man, Basic Books.
19. Aytan, O.A. (2021). Hareketli avcı-toplayıcı grupların yaşam biçimiyle yerleşik çiftçi toplulukların yaşam biçimi arasındaki insan-mekân ilişkisinin mukayesesi. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(2), 979-1012. DOI: 10.33437/ksusbd.780605.
20. Kozak, M. A., Evren, S., & ÇAKIR, O. (2013). Tarihsel süreç içinde turizm paradigması. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 24(1), 7-22.
21. Dumazedier J. Latouche, N (1962). *Work And Leisure In French Society*, Associated with the Centre d'Etudes Sociologiques, Paris Summarized by permission from Indistiruel Relations.
22. Sağcan M. (1986). *Rekreasyon ve Turizm*. Cumhuriyet Basımevi, İstanbul.
23. Karaküçük S.(2005). *Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme*, Gazi Kitabevi 5. Baskı, Ankara.
24. Gowlett, J., and R.W. Wrangham. "Earliest fire in Africa: towards the convergence of archaeological evidence and the cooking hypothesis." *Azania Arch. Res. Africa*, 48, 2013.
25. Bayram, A. (2022) Metaleisure: Leisure Time Habits to be Changed with Metaverse. *Journal of Metaverse*, 2(1), 1-7.
26. Torkildsen G. (2005). *Leisure and RecreationManagement*.5th ed. London: Routledge.
27. Sahlins, M. (2013). *Stone age economics*. Routledge.
28. Just, P. (1980). Time and leisure in the elaboration of culture. *Journal of Anthropological Research*, 36(1), 105-115.
29. Hunnicutt, B. K.; (2006), "The History of Western Leisure", A Ahandbook of Leisure Studies, ed. C. Rojek, S. M. Shaw and A. J. Veal, New York: Palgrave Macmillan, ss. 55-75.
30. Braidwood, R. J. (2008). Tarih öncesi insanları.(Çev. Bilgi Altınok) Arkeoloji ve Sanat Yayınları.

31. 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*, 2(3), 28-36.
32. Malay, Hasan; (2010), Çağlar Boyu Kölelik (2. Baskı), İstanbul: Gündoğan Yayınları.
33. Çakır, O. (2017). Boş zaman ve boş zaman teorileri. İçinde M. Akoğlan Kozak. *Rekreasyonel liderlik ve turist rehberliği*, 6-33.
34. Üstün, Ü.D. (2018). Serbest Zaman. İçinde Karacabey, K. *Rekreasyona Giriş*, 11. Erol Ergün Basın Yayınevi, İzmir.
35. Aytaç, Ö. (2002). Boş zaman üzerine kuramsal yaklaşımlar. *Fırat üniversitesi sosyal bilimler dergisi*, 12(1), 231-260.
36. Bull C., Hoose, J., Weed, M. (2003). *An Introduction to Leisure Studies*. London: Prentice – Hall.
37. Adorno, Theodor W.; (2009), Minima Moralia (6. Baskı), çev. Orhan Koçak - Ahmet Doğukan, İstanbul Metis Yayınları.
38. Lafargue, P. (1999). Tembellik Hakkı, çev. V. Günyol, İstanbul: Cumhuriyet Gaz. Yayınları.
39. Metcalfe A. (2006). *Leisure and Recreation in a Victorian Mining Community, The Social Economy of Leisure in North-East England, 1820–1914*, Ppublished by Rotledge.
40. Zorba E. (1999). *Herkes İçin Spor ve Fiziksel Uygunluk*, Neyir Matbaası, Ankara.
41. Çoban, H. (1997). *Bilgi toplumuna planlı geçiş: bilgi toplumuna geçmek için stratejik planlama ve yönetim bilgi sistemi uygulanması*. İnkılap Kitabevi.
42. Ekici S., Can S., Beyaz, Ö. (2006). *Yerel yönetimlerde (belediyelerde) rekreasyonun yeri ve belediyelerin rekreasyon faaliyetlerine yaklaşımlarının değerlendirilmesi*, 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı, Muğla.
43. Murphy, J. F. (1975). *Recreation and Leisure Service: A Humanistic Perspective*. Wm. C. Brown Company Publishers

44. Kuzgun, İ., & AYDIN, D. G. (2009). Türkiye 'de ekonomik büyüme-istihdam ilişkisi ve çalışma süreleri. *ISGUC The Journal of Industrial Relations and Human Resources*, 11(3), 51-64.
45. Köseoğlu, A., & Kabul, S. (2014). 4857 Sayılı İş Kanunu Bağlamında Çalışma Süresinin Aşılması: Fazla Çalışma. *Journal of Istanbul University Law Faculty*, 72(2), 233-268.
46. Botton, Alain de; (2008), Felsefenin Tesellisi (8. Baskı), çev. Banu Tellioglu Altuğ, İstanbul: Sel Yayıncılık.
47. Ağılönü A. (2007). *Yerel Yönetimlerde Rekreatyon Hizmetleri ve Model Belirleme (Fethiye Örneği)*, Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
48. Tel M. ve Köksalan, B(2008), *Öğretim Üyelerinin Spor Etkinliklerinin Sosyolojik Olarak İncelenmesi: Doğu Anadolu Örneği*, Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 18(1), 261-278.
49. Kartal, M., (2009). Türkiye'de son avcı-toplayıcılar. Arkeoloji ve Sanat Yayınları.
50. Russell, B. (1990). Aylaklığa Övgü,(M. Ergin, Çev.) İstanbul: Cem Yayınları.
51. Tezcan, M., & Otel, M. (1977). *Boş zamanlar sosyolojisi*. Doğan Matbaası.
52. Harvey, David; (2013), Paris, Modernitenin Başkenti (2. Baskı), çev. Berna Kılınçer, İstanbul: Sel Yayıncılık.
53. Malay, Hasan; (2010), Çağlar Boyu Kölelik (2. Baskı), İstanbul: Gündoğan Yayınları.
54. Lefebvre, Henri; (2010), Gündelik Hayatın Eleştirisi I (2. Baskı), çev. Işık Ergüden, İstanbul: Sel Yayıncılık.
55. URL,1: <https://www.unicef.org/turkiye/çocuk-haklarına-dair-sözleşme#:~>.
56. URL,2: <https://www.un.org/en/about-us/universal-declaration-of-human-rights>
57. URL,3: https://www5.tbmm.gov.tr/tutanaklar/TUTANAK/DM_/d02/c010/b
58. URL,4: <https://worldpopulationreview.com/country-rankings/what-countries-have-4-day-work-weeks>

59. URL,5:https://ec.europa.eu/eurostat/statisticsexplained/index.php?title=Hours_of_work_and_absences_from_work_-_quarterly_statistics#Length_of_the