T.C.

SELÇUK ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

PANDEMİ DÖNEMİNDE KADIN ÖĞRETMENLERİN SERBEST ZAMAN DENEYİMLERİ: ISPARTA İLİ ÖRNEĞİ

Veda SİNAN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

REKREASYON ANABİLİM DALI

Danışman

Doç. Dr. Ezgi ERTÜZÜN

Konya-2022

T.C.

SELÇUK ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

PANDEMİ DÖNEMİNDE KADIN ÖĞRETMENLERİN SERBEST ZAMAN DENEYİMLERİ: ISPARTA İLİ ÖRNEĞİ

Veda SİNAN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

REKREASYON ANABİLİM DALI

Danışman

Doç. Dr. Ezgi ERTÜZÜN

Konya-2022

ÖNSÖZ

Bireylerin serbest zaman deneyimleri değişen dünya ile farklılaşmaktadır. Dünya'nın iklim, teknolojik gelişmeler gibi sebeplerle karşılaştığı doğa sorunlarından biri bugün karşımıza Covid Pandemi süreci olarak çıkmıştır. Bu süreçte herkesin hayatında ciddi değişiklikler olmuştur. Alışık olmadığımız maske, sosyal mesafe, evden çıkamamak, sosyal kısıtlılık gibi birçok kavram yaşamlarımızın gündelik olayları halini almıştır. Serbest zamanla ilgili dünyadaki insanların geldiği nokta bir anda ev aktiviteleri olarak güncellenmiştir. Bu süreçte kadınların özellikle gelişmekte olan ülkelerde ve kültüre bağlı yaşadıkları problemler evdeki serbest zaman aktivitelerine de yansımıştır. Bu merakla çıktığım yolda beni destekleyen, fikirlerim konusunda yüreklendiren, bilgi, deneyim ve tecrübeleri ile bana her zaman destek olan tez danışmanım Doç. Dr. Ezgi ERTÜZÜN'e, katılımcı olarak çalışmamı destekleyen kadınlara, bu zorlu süreçte beni destekleyen ve hiç yalnız bırakmayan aileme teşekkürlerimi borç bilirim.

Veda SİNAN

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ ... **ii**
İÇİNDEKİLER ... **iii**
SİMGELER VE KISALTMALAR ... **iv**
ÇİZELGELER DİZİNİ ... **v**
ÖZET ... **vi**
SUMMARY ... **vii**
1. GİRİŞ ... **1**
1.1. Çalışmanın Amacı ... 4
1.2. Çalışmanın Önemi ... 4
1.3. Araştırmanın Sınırlılıkları ... 5
2. GENEL BİLGİLER ... **7**
2.1. Zaman ... 7
2.2. Serbest Zaman ... 7
2.3. Serbest Zamanın Tarihsel Gelişimi ... 8
2.4. Serbest Zaman Teorisi ... 10
2.5. Serbest Zamanın Kullanımı ve Kadın ... 11
3. YÖNTEM ... **14**
3.1. Araştırma Süreci ... 15
3.2. Araştırmanın Örneklemi ... 15
3.3. Veri Toplama ve Analiz Yöntemleri ... 18
3.3.1. Veri Toplama Araçları ... 18
3.3.2. Verilerin Analizi ... 18
3.3.3. Güven Duyulabilirlik ... 19
3.4. Etik Çerçeve ... 21
4. BULGULAR ... **23**
5. TARTIŞMA ... **39**
6. SONUÇ ve ÖNERİLER ... **49**
7. KAYNAKLAR ... **52**
8. EKLER ... **57**
EK-A: Etik Kurul Raporu ... 57
EK-B: Anket Formu ... 58
Özgeçmiş ... **60**

SİMGELER VE KISALTMALAR

COVID-19 : Coronavirus hastalığı 2019

MEB : Millî Eğitim Bakanlığı

OECD : Organisation for Economic Co-operation and Development; Türkçe karşılığı, İktisadi İş birliği ve Kalkınma Teşkilatı

ÇİZELGELER DİZİNİ

Çizelge 1. Geçerlik ve Güvenirlik Konusunda Nicel ve Nitel Araştırmada Kavramların Karşılaştırılması

ÖZET

Pandemi Döneminde Kadın Öğretmenlerin Serbest Zaman Deneyimleri: Isparta İli Örneği

Veda SİNAN

Rekreasyon Anabilim Dalı

YÜKSEK LİSANS TEZİ / KONYA-2021

Bu çalışma, Serbest zaman teorisi temel alınarak kadın öğretmenlerin pandemi sürecinde yaşadığı serbest zaman deneyimlerini, kadın öğretmenlerin anlatımları üzerinden, tartışmayı ve değerlendirmeyi amaçlamaktadır.

Araştırma amaçlı örnekleme yöntemi ve veri doygunluğuna ulaşma yöntemleri kullanılarak, Isparta ilinde yaşayan 22 kadın öğretmen ile pandemi sürecinde gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada, Isparta' da yaşayan kadın öğretmenlerin pandemi sürecinde yaşadıkları serbest zaman deneyimleri detaylı bir şekilde incelendiğinden nitel araştırma yöntemi ve fenomolojik yaklaşım kullanılmıştır. Fenomenolojik desende veriler görüşme yöntemi ile toplanır. Ayrıca görüşmeler sonucu oluşan temalar çerçevesinde elde edilen bulgular açıklanır ve yorumlanır (Yıldırım ve Şimşek 2013). Bu doğrultuda çalışmada dört tane tema belirlenmiştir. Çalışmada belirlediğimiz temalar, ilk olarak 'cinsiyet normları ve serbest zaman etkinlikleri', ikinci olarak öğretmen kadınların yaptıkları 'en yaygın serbest zaman etkinlikleri', üçüncü olarak 'algılanan engeller' ve dördüncü olarak 'temel güdüleyicilerdir'. Pandemi sürecinde kadın öğretmenler ev içinde yeni bir düzene geçmişlerdir. Ev içindeki sorumluluk, yalnızlık, birbirinin tekrarı günler, dışarı çıkamamanın verdiği sıkıntı, yemek miktarının ve ev işlerinin artması, online dersler ile evdeki sorumlulukların çakışması genel olarak sürecin zorluklarla geçmesine sebep olmuştur. Kadınlar bu süreçte sorumlulukların yarattığı engeller, kadın olmanın verdiği öncelikler, ihtiyaçtan ya da keyif duygusundan kaynaklanan motivasyon etkileri eşliğinde serbest zaman aktivitelerinde bulunmuştur. Bu durumda eğitim düzeylerinin yüksek olup zamanı doğru kullanmayı biliyor olmalarının büyük etkisi vardır.

Bu çalışma, Isparta ili özelindeki öğretmen grubu üzerinde yapılmıştır. Bu süreçte bu tarz çalışmaların az olduğu farkedilmiş ve farklı örneklem gruplarında nitel çalışmalar yapılarak, araştırma sonuçlarının desteklenmesi gerekmektedir. Pandemi sürecinde mesleklerin serbest zaman etkinlikleri üzerine etkilerini inceleyen nicel ve nitel çalışmalar yapılması önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Serbest Zaman Deneyimleri, Kadın, Pandemi, Nitel

SUMMARY

Leisure Time Experiences of Women Teachers During The Pandemic Process:Example of Isparta Province

Veda SİNAN

Departmant of Recreation

MASTER THESIS / KONYA–2021

Based on the Leisure theory, this study aims to discuss and evaluate the leisure experiences of women teachers during the pandemic, through the narratives of women teachers.The research was carried out with 22 female teachers living in Isparta during the pandemic process, using the sampling method and data saturation methods.

In this study, qualitative research method and phenomenological approach were used, since the leisure experiences of female teachers living in Isparta during the pandemic were examined in detail. In the phenomenological design, data are collected by interview method. In addition, the findings obtained within the framework of the themes formed as a result of the interviews are explained and interpreted (Yıldırım and Şimşek 2013). In this direction, four themes were determined in the study. The themes we identified in the study are, firstly, 'gender norms and leisure activities', secondly, 'the most common leisure time activities' that teacher women do, thirdly, 'perceived barriers' and fourthly, 'main motivators'. During the pandemic process, female teachers have moved to a new order at home. Responsibility at home, loneliness, repetitive days, the trouble of not being able to go out, the increase in the amount of food and housework, the overlapping of online lessons and responsibilities at home caused the process to pass with difficulties in general. In this process, women engaged in leisure activities accompanied by the obstacles created by their responsibilities, the priorities of being a woman, the motivational effects stemming from the need or the feeling of pleasure. In this case, the fact that their education level is high and they know how to use time correctly has a great effect. This study was carried out on a group of teachers in Isparta province.

In this process, it has been noticed that such studies are scarce, and the results of the research should be supported by conducting qualitative studies in different sample groups. It may be recommended to conduct quantitative and qualitative studies examining the effects of occupations on leisure time activities during the pandemic process.

Keywords: Leisure Time Experiences, Woman, Pandemic, Qualitative

1. GİRİŞ

Zatürre ve akciğer yetmezliği gibi ciddi solunum hastalıklarına neden olan Coronavirus hastalığı 2019 (COVID-19) ilk olarak Çin'in Hubei'nin başkenti Wuhan'da başladı. Aralık 2019'dan bu yana, SARSCoV-2'nin neden olduğu COVID-19 dünya çapında yayılıyor ve milyonlarca insanı etkiliyor ve yüz binlerce ölü bırakıyor. Mevcut ilaçlar ve aşı çalışmaları salgını dizginlemek için umut veriyor (Ahn ve ark 2020). COVID-19, dünyada kamuoyuna duyurulan ilk salgından bu yana dünyayı durma noktasına getirdi. Virüs hızla dünyaya yayıldı ve 11 Mart'ta WHO tarafından pandemik ilan edildi (Ghebreyesus 2020).

Uzmanlar, virüsü kontrol etmenin yolunun karantina yöntemleri olduğunda hem fikirdir. Bu nedenle ciddi şekilde etkilenen ülkelerin çoğu, birkaç hafta sonra benzer stratejiler benimsemiştir. Covid-19 pandemisinden elde edilen dünya çapındaki bilgilere dayanarak, Covid-19'dan en olumsuz etkilenen nüfusun bazı özellikleri, örneğin yaşlı insanlar, hipertansiyon, diyabet veya kardiyovasküler hastalığı olanlar, solunum hastalığı olanlardır (Pavón ve ark 2020).

Ayrıca Covit 19 sonrası kişiye ve çevreye yönelik alınan önlemler sonrası yaşanılan şu günlerde ve önümüzdeki yıllarda farklı koruma önlemlerinin güncellenerek kalıcı hale geleceği öngörülmektedir. Pandemi sürecinde koruyucu yöntemler uygulanmıştır. Sosyal mesafenin korunması ve sosyal izolasyonun sağlanması öncelikli korunma yöntemidir. Bu durumdan dolayı COVİD-19 sonrası tüm toplumlarda yakın temasın artık eskisi gibi olmayacağı, çoğu insanın karşısındaki ile güvenli bir mesafe (1-1,5 metre) ile duracağı düşünülmektedir. Hastalığın kuluçka süresi göz önüne alındığında artık tüm insanlara karşı bu mesafenin korunması elzemdir. Ve bu durum bundan sonraki bilimsel literatürlerde koruyucu sağlık hizmetleri kapsamı içerisinde yer alacaktır. Ayrıca; kalabalık ortamlarda maske kullanımı, el hijyeninin sağlanması, alışverişten getirilen malzemelerin hijyeninin sağlanması, yeterli ve dengeli beslenmeye dikkat edilmesi, günlük fiziksel aktivitelerin bırakılmaması, vaktinde uykuya geçilmesi-vaktinde uykudan kalkılması, göz-burun-ağza dokunulmaması, solunum hijyeninin sağlanması da koruyucu önlemler arasında yer alır.

Yukarıda ifade edilen yöntemler gibi onlarca başlıkta ifade edilebilecek kişisel korunma önlemlerinin pandeminin başlangıcından bu günlere değin önemi giderek

artmaktadır. COVİD-19 ile ulusal ve uluslararası kuruluşlar ile bilim insanlarının hastalıktan koruma adına ifade ettikleri tüm önleyici koruma tavsiyeleri birer birer hayatımızın önemli ve ayrılmaz bir parçası olarak yer edinmeye başlamıştır. İfade edilen koruyucu önlemlerin klasik bağlamı aşarak ve zamanla artarak genişleyecek bir sınıflandırma içerisinde olacağı kaçınılmazdır. Devletlerin COVİD-19 sonrası sağlık politikalarını koruyucu sağlık önlemler üzerine inşa etmeleri gerektiği bir kez daha ortaya çıkmıştır (Kurt 2020).

Ülkemizde medya aracılığıyla yapılan çağrılarda zorunlu olarak dışarı çıkılmaması ve evde kalınması gerektiği vurgulanmaktadır. İlk ve orta dereceli okullarda ve üniversitelerde eğitime ara verilmiş, eğitim ve öğretim için uzaktan eğitim devreye konulmuştur. Çalışan kesim için esnek çalışma saatleri uygulanmıştır. 65 yaş üzerine ve 20 yaş üzerine sokağa çıkmak yasaklanmıştır (Tural 2020).

Covid-19 salgını, sosyal, siyasal, ekonomik ve kültürel olarak küresel ölçekte birçok değişime neden olmuştur (Karabulut 2020). Ayrıca çalışma pratiklerinde geniş çapta aksamaya neden oldu. Pandemi nedeniyle ev ve iş alanının mekânsal ve zamansal sınırlarının muğlaklığının yoğunlaşması, evden çalışan kadınların, ev işleri, ücretli iş ve eğer sorumlu iseler çocuk bakımı arasında bölünmesine neden oldu (Öztürk ve ark 2020). En dikkat çekici değişim, karantina sürecinden kaynaklanan evden çalışmanın muazzam artışı oldu (Bloom ve ark 2015). Hem karantina hem de evden çalışmanın sonucu olarak sosyal alanda ve toplumsal kesimlerin bütününde derin etkiler meydana getirdi. Esas itibarıyla toplumun bütün kesimlerini olumsuz manada etkileyen pandeminin kadınları, erkeklere nazaran daha fazla etkilemesi, kuşkusuz pandemi ile ilgisi olmayan geleneksel nitelikli toplumsal rol dağılımı ile önemli ölçüde ilgilidir. Kadınların cinsiyet eksenli geleneksel kimlikleri, pandeminin zorunlu hale getirdiği yeni yaşam biçiminde eskisine nazaran daha fazla sorumluluk almak zorunda kalmalarına neden olmuştur. Olağan seviyelerin üzerine çıkan söz konusu sorumluluk yükü, pandemi döneminde kadınların önemli bir bölümünün zor günler geçirmesine yol açmıştır. Hiç kuşkusuz pandemi öncesi dönemde de mevcut olan kadınların sorunları, pandeminin oluşturduğu kriz döneminde artış kaydetme eğilimleri sergilemiştir (Karabulut 2020).

Konuya Türkiye özelinde baktığımızda, ilk COVID-19 vakalarının görülmesinin ardından 16 Mart 2020 tarihinde okullara ara verilmesiyle ailelerin

gündelik yaşam pratikleri bir anda değişmiş, toplumsal cinsiyet rolleri bağlamında çocukların bakımından sorumlu olarak kabul edilen kadınlar, çocuklarıyla birlikte "Evde Kal" sürecine dâhil olmuşlardır. Bu sürecin kısa süreli olmayacağı öngörülerek, çocuklar için uzaktan eğitim, çalışan ebeveynler için de evden çalışma uygulamaları hayata geçirilmiştir. COVID-19 sürecini toplumsal cinsiyet rolleri bağlamında ele aldığımızda çalışan kadınların özel alanlarındaki ev içi rollerinin, çocuklarının uzaktan eğitimleri kapsamında dersleri, ödevleri ve etkinlikleriyle ilgilenmeleri, normal rutinlerinde yardım alabildikleri ev işlerini tek başlarına yapmak zorunda kalmaları, daha fazla ve dikkatli bir şekilde hijyen sağlama çabaları gibi yeni pratiklerle arttığı görülmektedir (Akbaş ve Dursun 2020).

Bedensel, duygusal ve zihinsel olarak daha sağlıklı olabilmek amacıyla serbest zaman aktivitelerine katılmak, kadınlar için bazı durumlarda kolay olamamaktadır. Güne ev işleri ile başlayan, aile üyelerinin gereksinimlerini karşılayan, çalışıyor ise işe giden, iş maratonunun ardından tekrar ev işlerine devam eden ve bu kısır döngü içinde kaybolan kadınların, kendileri için zaman yaratamamaktadır (Aydın 2020). Kadınlar çocuk sorumluluğu, ev sorumluluğu, iş sorumluluğu gibi birçok rol üstlenmektedir (Kay ve Jackson 1991). Kadınların serbest zaman kavramına karşı tutumları yaşadıkları toplumların özelliklerine göre şekillenmiştir (Walker ve ark 2001). Toplumsal normlara bağlı olarak kadına yüklenen anne olma, temizlikçi olma, aşçı olma, eş olma gibi eş zamanlı yürütülen birçok görev kadının serbest zaman yelpazesindeki seçimini de zora sokmaktadır (Bakıcı ve Aydın 2020). Kadına aşırı rol yüklenmesi ile psikolojik sağlık, iş tatmini ve serbest zaman tatmini arasında negatif korelasyon vardır. İş tatmini ve serbest zaman tatmini psikolojik sağlığı pozitif yönde etkilemektedir (Pearson 2008). Serbest zamanın aktivitelerinin fiziksel ve zihinsel sağlığa pozitif faydası vardır. Kadınlar serbest zamanlarını aktif kullanarak stresle başa çıkabilir. Serbest zaman aktivitelerine katılabilen veya katılmayı tercih eden kadınlar daha mutlu, özgür ve özgüvenli oldukları hissetmişlerdir (Iwasaki ve ark 2006).

Pandemi döneminde katılımcılar serbest zamanlarını çeşitli aktivitelerle geçirmişlerdir. Evlerinde karantina altında kalan bireyler, bu zaman dilimlerini verimli geçirmek adına farklı uğraşlarla ilgilenmektedirler (Güleryüz ve ark 2020). Pandemi öncesinde insanların serbest zamanlarını değerlendirirken televizyon izlemek ve müzik dinlemek gibi etkinliklerine vakit ayırdıkları görülmektedir (Türker ve ark 2016). Bu durumun pandemi sürecinde arttığı görülmektedir (Giacobbi ve ark 2005).

Ayrıca kadınların daha çok dizi/film izleme ve aile ile vakit geçirme etkinliklerini tercih ettiği ifade edilebilir (Güven ve ark 2021). Serbest zamanları değerlendirmek için sosyal, sanatsal ve kültürel birçok rekreasyonel aktivite tercih edilebilir ancak sportif aktiviteler gibi hem zihinsel hem psikolojik hem de bedensel sağlığa faydaları olan çok yönlü bir aktivitenin tercih edilmesi elde edilen verimi arttırmaktadır (Mannell ve Kleiber 1997).

1.1. Çalışmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, serbest zaman teorisi temel alınarak Türkiye' de yaşayan kadın öğretmenlerin pandemi sürecinde yaşadığı serbest zaman deneyimlerini kadın öğretmenlerin anlatımları üzerinden tartışmayı ve değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Bu amaç doğrultusunda giriş bölümü, serbest zaman yaklaşımıyla tartışmaktadır. Bu bağlamda sosyal çalışmanın serbest zaman yaklaşımını neden gerektirdiği, sosyal çalışmaya katkıları alan yazın çerçevesinde tartışılmaktadır.

Serbest zaman genelde iş/çalışmayla ilintili görülmüştür. İşten artan, geriye kalan, bağlayıcılık ve zorunluluktan uzak bir zaman olarak tanımlanmıştır. Bu zaman dilimi, kişinin özgür iradesiyle, kendi istenciyle kullanacağı, tasarrufta bulunacağı bir zaman dilimidir (Aytaç 2002).

1.2. Çalışmanın Önemi

Yapılan çalışma; günlük rutin içerisinde gelişen Dünyada serbest zamanla ilgili çalışmaların sosyallik açısından en üst seviyelerde seyrettiği zamanlarda birden tüm Dünya'yı etkisi altına almış pandemi sürecinin başlamasıyla evlerimizde yalnızlaşmayı deneyimleyen kadınların kendi benlikleriyle baş başa kalmanın yanı sıra iş, ev, anne olma gibi sorumluluklarla beraber değişen serbest zamana dair dünyaları merak uyandırmaktadır. Böyle uç iki değişim arasında kalan Ispartalı kadın öğretmenlerin pandemi dönemindeki yaşam deneyimlerini anlamak, var olan sorun ve ihtiyaçlarını belirlemek, süreçte yaşadıkları zorluklara çözüm önerilerinde bulunabilmek, gün geçtikçe başımıza ne geleceğini bilmediğimiz Dünyada serbest zaman kavramını sorgulamak bir baş etme yöntemi olarak önem arz etmektedir.

1.3. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma Isparta'da yaşayan 22 kadın öğretmen ile sınırlıdır. Araştırmacı tarafından pandemiden dolayı katılımcılarla telefonda görüşme yapılmış olması ve bir kez görüşme yapılmış olması araştırmanın başlıca sınırlılığını oluşturmaktadır.

Türkiye'de serbest zaman deneyimleri ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde:

1. Genel olarak nicel çalışmalar olduğu,

2. Pandemi sürecindeki serbest zaman deneyimlerine odaklanılmadığı,

3. Daha çok öğrencilerle çalışıldığı, kadınlarla ilgili çalışmalarda ise feminist yaklaşımının benimsendiği,

4. Isparta yerelinde kadın öğretmenlerin serbest zaman deneyimleri ile ilgili yeterli sayıda araştırma olmadığı tespit edilmiştir.

Araştırmada kullanılmak üzere hazırlanan görüşme sorularının, araştırmanın amacına hizmet ettiği varsayılmıştır. Bu çalışma, belirli bir sayıda öğretmen grubu üzerinde yapılmıştır. Bu süreçte kadınların samimi bir şekilde soruları içtenlikle cevapladıkları varsayılmaktadır.

Araştırmanın yöntem bölümü; araştırmanın planlanması, yürütülmesi, verilerin toplanması, verilerin analiz biçimini ve araştırma öznelerini ayrıntılı bir biçimde betimlemektedir. Araştırmanın amacı, önemi, gerekçesi ve araştırma stratejilerini içeren bu bölüm, araştırmacının araştırma sürecini nasıl yürüttüğüne dair bir yol haritası çizmeyi amaçlamaktadır.

Araştırmanın bulgular bölümü, dört ayrı kısımdan oluşmaktadır. Bu bölümün ilk iki kısmında, öğretmen kadınların anlatılarıyla, cinsiyet normları ile şekillenen serbest zaman aktiviteleri ile en yaygın serbest zaman aktiviteleri, son iki bölümde ise algılanan engeller ve güdüleyiciler öğretmenlerin anlatılarıyla incelenmektedir. Temaların birbirleriyle ilişkisi, medeni durum ve çocuk sahibi olmaya dayalı farklılıklar bunların serbest zaman deneyimlerine yansımasının betimlenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmanın tartışma bölümü, araştırma bulgularını literatür çerçevesinde tartışmayı amaçlamaktadır. Bu bağlamda öğretmen kadınların

anlatılarındaki benzerlikler ve farklılıklar ve temaların ilişkiselliği literatür çerçevesinde tartışılmaktadır. Araştırmanın sonuç ve öneriler bölümünde ise, araştırma süreci özetlenmekte, öğretmenlerin sorumlulukları, serbest zamana vakit ayırabilme durumları, serbest zaman deneyimlerine odaklanılmaktadır. Bu bilgiler ışığında araştırmanın takip eden bölümü öncelikle serbest zaman teorisi yaklaşımına, daha sonra ise öğretmen kadınların pandemi sürecinde yaşadıkları sorunlara ve serbest zaman deneyimine literatür çerçevesinde odaklanmaktadır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Zaman

Kelime anlamı olarak zaman, olayların geçmişten bugüne, bugünden geleceğe doğru birbirini izlediği, bireyin kontrolü dışında sürekli devam eden bir süreçtir (Smith 1998).

Bireylerin yaşantısında zaman, ana rahminde ceninin oluşumundan itibaren önemli bir unsurdur. Zaman kavramının bireyin yaşamındaki bu önemi, insanlık tarihinde fizikten felsefeye, psikolojiden, sosyolojiye kadar birçok düşün ve bilim insanının bu konuda çalışma yapmasına ve farklı bakış açılarıyla insan ve zaman kavramları üzerine kuramlar üretmelerine neden olmuştur (Karadaş 2015).

Aristoteles zamandan geçmiş ve gelecek olarak temel iki parça halinde bahsetmektedir. Ancak bu iki parçaların da kavranmasının güç olduğunu vurgulamış, zaman için asıl olanın şimdiki an olduğunu dile getirmiştir. Çünkü ona göre an, bahsedilen iki parça arasındaki bir çeşit sınırdır. Zaman, fiziksel bir niteliğe sahip olmadığından dolayı mahiyetini doğrudan kavramak zordur. Bu nedenle zaman var olanlarla birlikte ele alınmıştır (Tezel 2017).

Serbest zaman etkinliklerine katılımda zaman faktörü en önemli yeri tutar. Kişinin serbest zaman etkinliklerine katılabilmesi için bu etkinlikleri yapabileceği zamanı olması gerekir. Bunun için de doğru ve etkili bir planlamaya ihtiyacı vardır (Ardahan ve ark 2016).

2.2. Serbest Zaman

Günümüzde farklı odak noktalarının bulunması nedeniyle serbest zamanın evrensel bir tanımı bulunmamaktadır (Burton 1996). Serbest zaman kavramı en temel tanımıyla kişinin, iş, çalışma, uyku ve ev işlerinden arta kalan zamanıdır (Broadhurst 2001).

Serbest zaman bir nevi hayatın gerekliliklerini icra ettikten sonraki arda kalan zamandır. Yani serbest zaman iş yaşamı dışına çıkarak bireyi yenileyen, rahatlatan ve aynı zamanda bireye haz veren değerlere ulaşabilme kapasitesi şeklinde izah edilebilir (Karaküçük 1999).

Hayatın gerçek bölümü, serbest zamandan oluşmaktadır. Ayrıca bireyin serbest zamanlarındaki meşguliyetleri, aynı şekilde bireyin gelişiminde güçlü adım olarak görülmektedir. Bununla beraber gelecek hayatında nasıl bir birey olacağını da etkilemektedir. Serbest zamanın nasıl kullanıldığı, bireysel ilgi ile hedefler güvenli biçimde ölçüt olarak görülmektedir. Zamanı, çalışma hayatının bağlılığı ile diğer sosyal çatışmaların olmadığı, etkili bir şekilde kullanmanın çok fazla yolu bulunmaktadır. Bununla beraber herhangi durumla ilgili tercihinin olması gerekir (Sivan ve Ruskin 2000). Serbest zaman değerlendirilirken öncelikle bireylerin aktivitelerine dayanması, kişide memnuniyet yaratması ile eğlenceye yönelik bir yaşam doyumu oluşturması gerekir (Pearson 2008). Serbest zaman; dışardan bir motivasyona bağlı olmadan bireyin iç motivasyonundan kaynaklanan, eğlenme, memnuniyet, mutluluk duygusu oluşturan, ücret karşılığında yapılmayan, tamamen kişinin kendine istediği ve yaptığı, tatmin sağlayıcı deneyimlerin olduğu zaman aralığıdır (Mieczkowski 1990). Serbest zaman da sağlanan bu doyum sağlıklı bir zihin ve beden dengesine ulaşmayı sağlar. Ayrıca serbest zaman doyumu başarıya yardımcı olmaktadır (Mannell, Zuzanek, & Larson, 1988). Shichman ve Cooper (1984)' a göre daha iyi yaşamak, hayattan zevk almak, daha iyi bir yaşam kalitesine sahip olmak serbest zaman doyumunu sağlar.

İnsanlar serbest zamanlarını farklı sebeplerle ve beklentilerle değerlendirmek için açık veya kapalı mekanlarda, pasif veya tercihlerine göre aktif olarak, kentsel veya kırsal yerlerde etkinliklere katılarak değerlendirmek istemektedir (Lapa ve Ağyar 2012).

2.3. Serbest Zamanın Tarihsel Gelişimi

Serbest zaman kavramı ilk medeniyetlerden günümüze kadar aşamalar halinde gerçekleşmiştir. Bütün medeniyetlerde insanlar, yaşamları boyunca katlandıkları tüm yorgunluklardan, sıkıntılardan uzaklaşmanın çabası içerisinde olmuş, bu nedenle manevi inançları, kültürleri doğrultusunda yaşamaları ve bu yaşantının gereklerini yerine getirmeleri ile serbest zaman şekillenmiştir. Sonraları bu inanç yaşlılıkta dinlenme, tatil yapma ve nihayet günün serbest zamanını değerlendirme şeklini almıştır Eski tarih kayıtları arasında insanların serbest zamanlarında müzik, resim ve çeşitli spor faaliyetlerini gerçekleştirdiği görülmektedir. Ayrıca ilkel kavimlerin

yaşantısında çok zengin bir serbest zaman organizasyonu olduğu belirlenmiştir (Ağaoğlu ve ark. 2005).

Antik Yunan toplumunda serbest zaman; hakikat, güzellik, iyilik ve bilgi gibi üstün değerlerle uğraşmak, bunlar üzerine düşünmek olarak anlaşılmıştır. Bu düşünceye göre, serbest zaman, kişinin kendisi için ayırması gereken zamandır. Boş geçirilen bir zaman dilimi değildi. Aksine, barış hali, derin düşünme, estetik hazlar ve beğeni oluşturma ve ruhu geliştirme zamanıydı. Kişinin kendine zaman ayırması için işe tabi tutulmaması demekti. Daha çok üst sınıfın entelektüel, yurttaşlık ve estetik yönlerini ortaya çıkarmayı hedeflediği zaman dilimiydi. Çalışmak soylulara ait bir etkinlik değildi. Serbest zaman, serbest zaman kavramı üst sınıfa aitti (Juniu 2000).

Antik Mısır kültüründe erkekler avlanma, balık tutma, güreş, boks ve çelik çomak gibi fiziksel sporlarla uğraştılar. Fiziksel güçlerini ortaya koymak için uzun mesafeli koşular düzenlenirdi. Antik Mısır'da en popüler oyunlardan bir tanesi senet adı verilen bir oyundu. Senet oyunu, oyun tahtasının üç sıra içindeki otuz kareye bölünmesiyle oynanırdı. Diğer pek çok Mısır oyununda olduğu gibi, senet oyununun da dinî açıdan önemi vardı. Oyun sayesinde Mısırlılar, başka bir dünyaya geçildiğine inanırlardı. Mısırlarda bazı oyunlar ve eğlenceler yine üst sınıfa aitti (Brewer ve Teeter 2007).

Antik Roma da ise Romalılar yaşamlarını sürdürebilmek için çok çalışırdı. Zengin insanlar içinde durum aynıydı. Çünkü devlet görevlerinde ve orduda aynı zamanda hizmet verirlerdi. Yıl içerisinde çok az çalışmadıkları zamanlar olurdu. Bu zamanlarında Romalılar, atlı araba yarışları ve gladyatör dövüşleri izlerler ya da hamamlara giderlerdi. Ayrıca Romalılar tarafından en çok yapılan aktivite balık tutmaktı (Matthews 2007).

Modern dönemde serbest zaman etkinliklerinin metalaşmasıyla, serbest zaman kullanımının çok geniş bir sanayi tarafından hazırlanarak kitlelere sunulmasıyla giderek daha çok sayıda insanın serbest zamanlarında aynı ya da benzer, kitlesel olarak üretilmiştir. Ürün ve hizmetlerin tüketilmesi biçiminde yaşanmaktadır. Bu nedenle, günümüzde serbest zaman etkinlikleri standartlaşan, birbirine benzeyen, deneyim çeşitliliğinin tek biçimciliğe dönüştüğü etkinlikler haline gelmiştir. Başka bir deyişle, günümüzde serbest zaman kitleselleşmiştir (Aydoğan ve Baysal 2004).

2.4. Serbest Zaman Teorisi

Serbest zaman teorisi çalışması kısmen zaten bildiklerimizi açık ve sistematik hale getirmekle ilgilidir. Ama aynı zamanda inançlarımızın ve görüşlerimizin kökenlerini keşfetmek ve kişisel ve kültürel değerlerimizin nasıl kodlandığını ve başkalarınınkilerle nasıl temalı olduğunu karşılaştırmakla ilgilidir. Serbest zaman sorunları için en pratik çözümleri seçmemize ve serbest zamanlarımızda birlikte olmanın daha iyi yollarını bulmamıza yardımcı olmalıdır (Rojek 2005).

Teorinin önemi ve değeri açıkça yeni bir tartışma değildir. Birçok profesyonel rekreasyon ve serbest zaman alanları, teorinin araştırmacılar tarafından kullanıldığını ve test edildiğini varsayar, böylece uygulayıcılar tarafından tercüme edilebilir ve kullanılabilir (Parr 1996).

Bu teori genellikle; serbest zamanın sosyal bütünleşmeyi arttırmada ve toplumu iyileştirmede olumlu etkilerine ve insanların dışsal yapısal güçler tarafından nasıl koşullandırıldığına odaklanır. Yapısalcılar ise genelde serbest zaman teorisini ele alırken eşitsizlik üzerine odaklanır. Kadınların bos zamana dair eşitsizlikleri ile ilgilenir.

Serbest zaman araştırmaları, işlevselci ve yapısalcı yaklaşımları postmodernizm ile birleştirmeye doğru yavaş yavaş gelişiyor gibi görünüyor (Roberts 1997). Postyapısalcılık ve postmodernizm, serbest zaman teorisini çeşitli şekillerde genişletmek için kapılar açıyor. Postmodernizmin etkisi şu şekilde açıklanabilir; serbest zaman teorisinin mevcut durumunu inceler. Postmodernistler herhangi bir konuyla ilgili evrensel bir hakikat veya büyük olasılıklar bulma ihtimalini çürütmeyi amaçlar ve tüm teorilerin bağlantılı ve dinamik olduğunu savunur. Postyapısalcılık ve postmodernizm sınıf ve ataerkillik gibi yapısalcı kavramların muğlaklıklarını ve bu kategorilerin insana dayatılmasına dair eylemler ve süreçleri açığa çıkarır. Postmodernistler, insan davranışı sınıf veya ataerkil veya başka bir kavram ile açıklanabilirliğini savunurlar her zaman özgürlük, seçim ve kendi kaderini tayin etme anlamına gelen modernist serbest zaman görüşüne inanmazlar sadece mevcut durumu incelerler (Henderson ve ark 2004). Serbest zaman teorileri karmaşıktır ve gelecekte daha basit hale gelmesi olası değildir. Araştırmacılar postmodernizmle verileri açıklamak için yeni yollar aradıklarını kabul ediyorlar. Bunun serbest zaman teorisi için önemli etkileri vardır. Serbest zaman kavramının yüksek oranda bağlamsaldır ve

bu yaklaşım geçmişte serbest zamanın anlaşılmasına marjinal olarak katkıda bulunmuştur (Roberts 1997). Ayrıca, hiçbir teorinin eksiksiz olmadığını kabul etmek, daha büyük bir kapıyı açabilir. Hiçbir büyük teorinin yapamayacağı ifadeler anlatılmaz. Bunun yerine inceleme ve araştırma yapılabilir, bunu yaparken birçok inceleme, eleştiri, yaklaşım kullanılabilir (Walker ve ark 2005).

2.5. Serbest Zamanın Kullanımı ve Kadın

Kadınlar için hayat iş, eğlence ve psikolojik sağlık gibi birden fazla rolün etkisini içerir. Çalışan erkeklerle karşılaştırıldığında, çalışan kadınların, akademik fakülte uzmanları arasında bile, aşırı rol yüklenmesi ile başa çıkabilmesi için ev işleri gibi sorumlulukları dengelemeleri, önceliklendirmeleri gerekir (Lease 1999). Kadına aşırı rol yüklenmesi ile psikolojik sağlık, iş tatmini ve serbest zaman tatmini arasında negatif korelasyon vardır. İş tatmini ve serbest zaman tatmini psikolojik sağlığı pozitif yönde etkilemektedir (Pearson, 2008). Serbest zamanın aktif fiziksel ve zihinsel sağlığa pozitif faydası vardır. Kadınlar serbest zamanları aktif kullanarak stresle başa çıkılabilir (Iwasaki ve ark 2006).

Kadınların aile hayatının olması serbest zamanlarını çok fazla etkiler. Çünkü kadınlar ev halkına ve çocuklara bakma sorumluluğu içindedir, bu durum serbest zamanlarını oldukça sınırlar (Henderson 1990). Kadınlar, serbest zamanlarını genelde annelik ve ev sorumlulukları ile ilişkilendirme eğilimindedir. Bu durum serbest zamanlarını verimli geçirmelerini olumsuz etkiler (Henderson ve Allen 1991).

Serbest zaman araştırmalarında erkeklerin ve kadınların serbest zamana harcadıkları zamanı karşılaştıran çalışmalar özellikle dikkat çekmektedir. Hem genel olarak serbest zaman faaliyetlerine hem de özel serbest zaman etkinliklerine veya serbest zaman davranışlarına ayrılan zaman miktarı bakımından, farklı bağlamlarda ve yaşam boyunca eşitsizlikler olduğu, daha az serbest zamanı olanın kadınlar olduğu defalarca gösterilmiştir (Codina ve Pestana 2019). Serbest zaman ve kadın konusu ile ilgili yapılmış çalışmaların hemen hemen hepsi kadınların yaşadıkları sıkıntılar ile ilgilidir (Goodale ve Witt 1989). Kadınların serbest zaman aktivitelerine katılım konusunda yaşadıkları zorluklar vardır (Crawford ve ark 1991). Para, hizmetler, toplumsal farklılıklar, evlilik ebeveyn olma durumu, vakit sıkıntısı bu zorlukların önemlileridir. Bu durumlar, kadınların serbest zaman fırsatlarını kolaylaştırır ya da engelleyebilmektedirler (Bialeschki 1990).

Cinsiyetlerin yapılandığı, toplumun ve kültürün tekrar yapılandığı alanlarda, kadının toplumdaki yerine karşı irade gösterebileceği alanlardan birisi de kendisine serbest zaman ayırabildiği ve etkinlik yapabildiği alanlar olduğu zamanla daha fazla kabul görmektedir. Serbest zamanın, baskılayıcı durumlarının kadının hayatında olumsuz bir yapı oluşturduğunu savunan yaklaşım 1990'dan sonra, serbest zaman etkinliklerinin, kadının geleneksel rolü ile ilgili yargılarına karşı savaşma gücü veren alanlar olabileceğini göstermiştir. Cinsiyete dayalı eşitsizlikler ile ilgili yapılan çalışmalar, kadınların yaşadığı zorlukları ülkelerin politik farklılıklarıyla ve kadınların yaşamları arasındaki farklılıklarıyla inceler (Green 1998). Serbest zaman etkinliklerinin kendisi de egemen ideolojiye hizmet ederek ataerkil değerleri yeniden üretmekte ve kadını ataerkil sistemin içine çekmektedir (Shaw 1994).

Son yıllarda, özellikle ülkemizde, kadınların serbest zaman etkinliği olarak fiziksel aktiviteye katılımlarında bir artış gözlenmekle birlikte kadınların fiziksel aktivite düzeyleri erkeklerden çok daha düşük olmakta ve kadınlar fiziksel aktivitenin yararlarından yeterince faydalanamamaktadırlar. Bunun en önemli nedenlerinden birisi, kadınların toplumsal hayatlarını belirleyen toplumsal cinsiyet ilişkileri çerçevesinde fiziksel aktivitenin kadınların yaşamlarının bir parçası olmamasıdır. Bu duruma rağmen kadınlar üzerinde yapılan nitel bir çalışmada; kadınların fiziksel aktivite yapmalarında sağlık ve fiziksel görünümün önemli iki kriter olduğu görülmüştür. Belediyeler tarafından halkın aktivite yapmasına fırsat sunan rekreatif alanların kadınlar tarafından tercih edilmesinde bu alanların sosyalleşme fırsatı sunması, maddi açıdan kadınlara yük getirmemesi gibi faktörlerden dolayı tercih edildiği, aktivite alanlarının fiziksel ve çevresel olarak uygun koşullara sahip olmamasının kadınların bu aktivitelere sınırlı katılımına sebep olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Yılmaz ve Ulaş 2016). Yine Amman (2005)'in kadınların spor yapma güdülerini incelediği araştırmada sırasıyla; sağlıklı olmak, düzgün bir vücuda sahip olmak, stres atmak, mutlu olmak ve eğlenmek, arkadaş kazanmak, grup duygusunu yaşamak gibi amaçları içermektedir.

Kadın ve serbest zaman konulu feminist çalışmalar, serbest zaman deneyimlerinin kadınların yaşamında önemli bir yere sahip olduğunu göstermektedir (Aşçı ve ark 2008). Türkiye'de halen geleneksel anlamda toplumsal cinsiyetçi iş bölümünün hüküm sürmesi nedeniyle kadınların toplam çalışma süreleri erkeklere

göre daha uzundur. Bu fark büyük ölçüde ev işleri ve çocuk bakımı gibi sorumlulukların eşit paylaşılmamasından kaynaklanmaktadır (Memiş ve ark 2012).

OECD (2011)'nin Türkiye verilerine göre kadınlar zamanının %6,1'ini, erkeklerin %20'sini ücretli bir işte çalışarak geçirmektedir. OECD verilerinde bulunan ülkelerde bu yüzde kadınlarda ortalama %12,2 'dir ve Türkiye ortalaması bu orana göre düşük kalmaktadır. Kadınlar vakitlerinin %22'sini çocuk ya da hasta, yaşlı aile bireylerine bakarak geçirirken, erkekler bu zamanlarının %3,5'ini bu şekilde geçirmektedir. OECD ülkelerindeki oranlara göre değerlendirildiğinde kadınlar erkeklerden daha çok zamanını bakım aktivitelerine ayırarak geçirmektedir (Ekonomik Kakınma ve İş birliği Örgütü, 2011).

Ev işlerine ayrılan süre bireylerin iş hayatına, evli veya bekâr olmalarına, aile durumlarına bağlı olarak farklılık göstermektedir (Shelton, 1992). Toplumsal yapıyı göz önünde bulundurarak değerlendirildiğinde kadının zamanı kullanışı erkeğin zamanı kullanımı ile kıyaslandığında bu faktörlerden fazlasıyla etkilenmektedir (Bianchi ve ark 2000).

3. YÖNTEM

Isparta'da yaşayan kadın öğretmenlerin pandemi döneminde yaşadıkları serbest zaman deneyimlerini incelemeyi amaçlayan bu araştırmada, Serbest Zaman Teorisi zemininde ve nitel araştırma deseninde planlanmış, veri analizinde ise fenomenolojik (olgubilim) yaklaşımdan yararlanılmıştır. Araştırma nitel araştırma olup kişileri, sosyal olguları ve ilişkileri doğal ortamında tecrübeleri, görüşleri ve yorumları ile inceleyen bir araştırma türüdür. Fenomenoloji, insanların kendi yaşam dünyalarının bilinçli deneyimi; yani gündelik hayat sosyal eylemidir (Schram 2003). Bu çalışmada Isparta' da yaşayan kadın öğretmenlerin pandemi sürecinde yaşadıkları serbest zaman deneyimleri farklı etkenlerle ilişkileri açısından tecrübeleri ve eğilimleri detaylı bir şekilde incelendiğinden nitel araştırma yöntemi ve fenomolojik yaklaşım kullanılmıştır. Diğer adıyla olgu bilim olan fenomenoloji katılımcıların kendilerinin deneyimlediği olgularla ilgili yorumlarını yakından inceleyerek zihinlerindeki bilişsel yapıları ortaya çıkarmak amacıyla kişisel tecrübelerle ilgilenmektedir (Creswell 2016). Fenomenolojik desende veriler görüşme yöntemi ile toplanır. Ayrıca görüşmeler sonucu oluşan temalar çerçevesinde elde edilen bulgular açıklanır ve yorumlanır (Yıldırım ve Şimşek 2013).

Bu araştırma fenomenolojik yaklaşım temel alınarak Türkiye' de yaşayan kadın öğretmenlerin pandemi sürecinde yaşadığı serbest zaman deneyimlerini kadın öğretmenlerin anlatımları üzerinden tartışmayı ve değerlendirmeyi amaçlamaktadır.

Bu doğrultuda araştırma soruları aşağıdaki gibidir.

1. Isparta'da yaşayan kadın öğretmenleri serbest zaman deneyimleri ile cinsiyet normlarının bir ilişkisi var mı?

2. Bu süreçte kadın öğretmenler ne gibi serbest zaman etkinliklerini tercih etmişlerdir?

3. Pandemi döneminde kadın öğretmenlerin serbest zamanını engelleyen etkenler nelerdir?

4. Isparta' da yaşayan kadın öğretmenleri serbest zaman aktivitelerine motive eden etkenler nelerdir?

3.1. Araştırma Süreci

Bu araştırma fenomenolojik yaklaşımı, sosyal çalışma disiplininde Ispartalı kadın öğretmenlerin pandemi sürecinde ev sorumlulukları ve kendilerine serbest zaman ayırabilme ile ilgili engeller doğrultusunda tercih, engel ve ihtiyaçlarıyla şekillenen deneyimlerini kavramsallaştırmayı amaçlamaktadır. Bu amaç içerisinde kadın öğretmenlerin pandemi sürecinde serbest zaman deneyimlerini ev sorumlulukları, öz bakım isteyen çocuk ve yaşlı sorumlulukları, online ders sorumlulukları, yalnız ve aile ile yaşama durumları, evde sorumluluğu paylaşan birey değişkenleri içerisinde araştırmak istenmiştir. Araştırmanın amacının araştırma yöntemini belirlediği göz önünde bulundurulduğunda, süreci ve süreçteki serbest zaman aktivitelerini ve ayrıntılı bir biçimde keşfetmeyi ve deneyimi yaşayanın bu süreçte olanları kendi penceresinden anlatmasına olanak veren (Croswell 2013), niteliksel araştırma modeli süreci izlenmiştir.

Araştırmanın planlanması nitel araştırma stratejisinin belirlenmesi ile başlamıştır. Bu bağlamda araştırma serbest zaman teorisini temel alan fenomenolojik bir desende tasarlanmıştır. Araştırmada izlenilen aşamalar; tez konusunun belirlenmesi, tez önerisinin yazılması, uzmanlara soruların gönderilmesi, uzman görüşünden sonra soruların tekrar düzenlenmesi, ön çalışma, etik kurul onayı ve sahaya giriş şeklinde yazılabilir.

3.2. Araştırmanın Örneklemi

Araştırma çalışma grubu belirlenirken nitel araştırma yapılacağından ölçüt olarak "amaçlı örnekleme yöntemine" başvurulmuş ve Isparta' da yaşayan kadın öğretmenler çalışma grubu olarak belirlenmiştir. Isparta'da yaşayan kadın öğretmenlerin pandemi sürecinde yaşadıkları serbest zaman deneyimlerine dair detaylı bilgi sahibi olmak amacıyla izolasyon sürecinde yüz yüze görüşme sağlanamayacağı için telefon görüşmeleri yapılması ve bunların kaydedilmesi planlanmıştır. Araştırmanın bu bölümü çalışma grubu belirlenirken kullanılan kriterler, çalışma grubunun belirlenmesi ve çalışma grubunun öznelerini tanımlamayı amaçlamaktadır.

Planlanan süreçte çalışma grubu oluşturulurken belirlenen sayı ve kriterler aşağıdaki gibidir:

1. Ulaşılacak en az 20 kadın ile görüşülmesi suretiyle araştırma cevapların birbirini tekrarladığı ve sorulan sorulara dair kavrayışın yeterli bulunduğu noktaya kadar devam etmesi,

2. Isparta'da yaşayan kadın öğretmenlerden en az 20 kişi ile görüşmek,

3. Katılımcı sayısının, araştırma cevapların birbirini tekrarladığı ve sorulan sorulara dair kavrayışın yeterli bulunduğu noktaya kadar devam etmesi, planlanmıştır.

Tezin uygulama aşaması yapıldığı süreçte dışarı çıkma yasağı olduğu için telefonla ulaşılan öğretmenlerden tanıdıkları Isparta'da yaşayan başka kadın öğretmenlerin telefonları alınarak 22 kadın öğretmene ulaşılmıştır. 22 kadının da verileri araştırmaya katılmıştır. Araştırma grubu öğretmenler olduğu için konuşma yeteneklerinin yüksek olması iletişimi güçlendirmiştir.

Sonuç olarak 22 kadın öğretmen kadının anlatılarıyla araştırma bulguları biçimlenmiştir ve katılımcılara ait tanımlayıcı bilgiler yöntem bölümünün sonunda verilmektedir.

Araştırma Özneleri: Ispartalı kadın öğretmenler

1. Leyla: Leyla 30 yaşında, evli ve 1 çocuk annesi bir bireydir. Isparta'da Türkçe öğretmenliği yapmaktadır. Pandemi sürecinde eşi ve çocuğu ile yaşamaktadır.

2. Bade: 30 yaşında, evli ve 1 çocuk annesi bir bireydir. Isparta'da Özel Öğretim öğretmenliği yapmaktadır. Pandemi sürecinde eşi ve çocuğu ile yaşamaktadır.

3. Ada: Ada 36 yaşında, bekar bir bireydir. Isparta'da İngilizce öğretmenliği yapmaktadır. Pandemi sürecinde babası ile yaşamaktadır.

4. Ela: Ela 29 yaşında, bekar bir bireydir. Isparta'da Matematik öğretmenliği yapmaktadır. Pandemi sürecinde ailesi ile yaşamaktadır.

5. Derya: Derya 38 yaşında, bekar bir bireydir. Isparta'da İngilizce öğretmenliği yapmaktadır. Pandemi sürecinde yalnız yaşamaktadır.

6. Banu: Banu 28 yaşında, bekar bir bireydir. Isparta'da sınıf öğretmenliği yapmaktadır. Pandemi sürecinde ev arkadaşı ile yaşamaktadır.

7. İlayda: İlayda 35 yaşında, boşanmış bir çocuk sahibi bir bireydir. Isparta'da matematik öğretmenliği yapmaktadır. Pandemi sürecinde annesi ve oğlu ile yaşamaktadır.

8. Nihal: Nihal 43 yaşında, evli iki çocuk sahibi bir bireydir. Isparta'da Görsel Sanatlar öğretmenliği yapmaktadır. Pandemi sürecinde eşi ve çocukları ile yaşamaktadır.

9. Güliz: Güliz 43 yaşında evli ve 2 çocuk annesi bir bireydir. Isparta'da Muhasebe ve Finansman Öğretmenliği yapmaktadır.

10. Tuğba: Tuğba 34 yaşında, evli ve iki çocuk annesi bir bireydir. Isparta'da Sosyal Bilgiler öğretmenliği yapmaktadır.

11. Dilek: Dilek 36 yaşında, evli ve bir çocuk annesi bir bireydir. Isparta'da Müzik öğretmenliği yapmaktadır.

12. Hale: Hale 22 yaşında, bekar ailesi ile yaşayan bir bireydir. Isparta'da İngilizce öğretmenliği yapmaktadır.

13. Melda: Melda 31 yaşında, evli eşi ile birilikte yaşayan bir bireydir. Isparta'da İngilizce öğretmenliği yapmaktadır.

14. İnci: İnci 31 yaşında evli ve iki çocuk annesidir. Isparta'da Türkçe Öğretmenliği yapmaktadır.

15. Melis: Melis 29 yaşında, evli ve bir çocuğu ile birilikte yaşayan bir bireydir. Isparta'da Bilişim Teknolojileri ve Yazılım öğretmenliği yapmaktadır.

16. Asya: Asya 43 yaşında, evli ve iki çocuğu ile birilikte yaşayan bir bireydir. Isparta'da Görsel Sanatlar öğretmenliği yapmaktadır.

17. Özge: Özge 47 yaşında, evli ve iki çocuğu ile birilikte yaşayan bir bireydir. Isparta'da Görsel Sanatlar öğretmenliği yapmaktadır.

18. Şeyda: Asya 45 yaşında, boşanmış ve iki çocuk sahibi, bir çocuğu şehir dışında okumakta, diğer çocuğu ile birilikte yaşayan bir bireydir. Isparta'da Beden Eğitimi öğretmenliği yapmaktadır.

19. Rüya: Rüya 32 yaşında, bekar ve yalnız yaşayan bir bireydir. Isparta'da Beden Eğitimi öğretmenliği yapmaktadır.

20. Gamze: Gamze evli 1 çocuk annesi bir bireydir. Isparta'da müzik öğretmenliği yapmaktadır

21. Vildan: Vildan 27 yaşında, bekar ve ev arkadaşı ile yaşayan bir bireydir. Isparta'da Rehberlik öğretmenliği yapmaktadır.

22. Yelda: Yelda 34 yaşında, evli ve 2 çocuklu bir bireydir. Isparta'da Matematik öğretmenliği yapmaktadır.

3.3. Veri Toplama ve Analiz Yöntemleri

Bu bölümde sırasıyla veri toplama araçları tanıtılmakta, çalışma grubunun seçimi, çalışma grubuna ulaşım ve veri toplama sürecinden bahsedilmektedir. Son olarak veri analizinin yapıldığı anlatılmaktadır.

3.3.1. Veri Toplama Araçları

Ispartalı kadın öğretmenlere sorulmak üzere yarı yapılandırılmış derinlemesine görüşme formu oluşturulmuş ve bu sorular literatür çerçevesinde tez önerisinin yazılması sonrasında sorularla ilgili uzman görüşü alınmıştır. Uzman görüşü alınırken değerli nitel çalışmalar yapmış akademisyenlere ulaşılmak istenmiştir ve hemşirelik bölümünde nitel çalışmaları olan üç akademisyen, sosyal hizmet bölümünde doktorasını nitel alanda tamamlamış bir akademisyen ve rekreasyon bölümünde nitel çalışmaları olan beş akademisyenden uzman görüşü alınmıştır. Uzman görüşü dahilinde soruların tekrar yapılandırılması ön çalışma dahilinde soruların tekrar yapılandırılması Etik Kurul Onayı, saha çalışması ile veriler toplanmıştır.

3.3.2. Verilerin Analizi

Pandemi döneminde kadın öğretmenlerin serbest zaman deneyimlerini inceleyebilmek için açık uçlu sorulardan oluşan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde sırasıyla tematik analiz, betimsel analiz ve içerik analizi yapılmıştır. Süreç pandemi süreci ve yasakların yoğun olduğu bir süreç olduğu için katılımcılardan gelen talep doğrultusunda görüşmeler telefon ile yapılmıştır. Katılımcılardan elde edilen görüşme formlarına katılımcıları temsil eden takma isimler verilmiştir. Görüşmeler esnasında ses kaydı alınmış ve daha sonra kelimesi kelimesine

Word Programına aktarılmıştır. Toplam 8 sorudan oluşan görüşme soruları katılımcıların konuşkanlık düzeylerine göre değişmekle beraber Word Programına aktarılmış hali 2 ila 4 sayfa arası bir ortalamaya sahiptir. Görüşmeler 15 ila 50 dk arası değişen ses kaydı süresine sahiptir. Görüşme metinleri detaylı okunmuş ve 2 araştırmacı tarafından kodlama yapılmıştır. Nitel araştırmada tematik analiz yaparken verilerin analizine yönelik çözümleme için kodlama, öncelikli ve önemli bir işlemdir (Punch 2013). Ardından görüşmeler tekrar tekrar okunmuş kodlamalar yapılmış, gerekli notlar alınmıştır. Kodlamalar yapıldıktan sonra temalar oluşturulmuştur. Daha sonra betimsel analiz kapsamında tümevarım yöntemleri ile araştırmacının perspektifi önceden belirlenen temalara göre araştırma bulgularının yazılmıştır. Nitel veri analizinde temalaştırma süreci; verinin önceden belirlenmiş kategorilerle yorumlanması anlamına gelen "kuramsal kodlama ve kategorilerin verilerin içinden çıkmasına fırsat veren "açık kodlama" ya referans vermektedir (Neuman 2006). Elde edilen bulguların yorumlanmasında içerik analizi kapsamında katılımcı görüşleri ve ilgili alan yazından yararlanılmıştır.

3.3.3. Güven Duyulabilirlik

Bütün araştırmalar, etik ilkeler dahilinde geçerli ve güvenilir bilgi üretme kaygısı taşır. Araştırmaların güvenirliği onların tasarım ve uygulamasında gösterilen özen ve dikkatle yakından ilişkilidir. Nitel araştırmalarda özen ve dikkate dair standartların nicel araştırmadakilere göre çeşitli farklılıkları vardır (Merriam 2013). Araştırmaların anlamak, betimlemek, ölçmek, keşfetmek istediği olguyu ölçüp-ölçemediğini, başka bir deyişle araştırmanın amacına ulaşıp- ulaşmadığını tespit edebilmek için nicel araştırma yöntemlerinde "geçerlilik ve güvenilirlik" kavramları kullanılmaktadır (Büyüköztürk ve ark 2014).

Çizelge 1. Geçerlik ve Güvenirlik Konusunda Nicel ve Nitel Araştırmada Kavramların Karşılaştırılması

Ölçüt	Nicel Araştırma	Nitel Araştırma	Nitel Araştırmada Kullanılan Yöntemler
Araştırma sonuçları yoluyla gerçeğin doğru temsili	İç geçerlilik	İnandırıcılık	Uzun süreli etkileşim Derinlik odaklı veri toplama Çeşitleme Uzman inceleme Katılımcı teyidi
Sonuçların uygulanması	Dış geçerlilik (Genelleme)	Aktarılabilirlik (Transfer edilebilirlik)	Ayrıntılı betimleme Amaçlı örnekleme
Tutarlılığı Sağlama	İç güvenirlik	Tutarlılık	Tutarlılık İncelemesi
Nesnel, yansız olma	Dış Güvenirlik	Teyit Edilebilirlik	Teyit incelemesi

Aktaran: Yıldırım ve Şimşek 2006 s. 265

İnandırıcılık, bulguların gerçeklikle ne düzeyde uyumlu olduğunu ifade etmektedir (Shenton 2004). Bir nitel araştırmanın gücü, araştırma problemini çözümleme şeklinden değil, okuyucuyu problemin doğru çözümünün araştırma içerisinde sunulduğuna inandırmaktır. İnandırıcı ve tutarlı bir nitel araştırma inandırıcılığı "uzun süreli etkileşim, derinlik odaklı veri toplama, uzman inceleme" ile sağlanmaktadır. Araştırmacının "uzun süreli etkileşim ve derinlik odaklı veri toplama, uzman görüşü kriterlerini sağladığı düşünülmektedir. Araştırmanın iç geçerliliğini arttırma amacıyla verilerin toplanması sürecinde öğretmenlerle telefon görüşmesi yoluyla, gerekli sorular sorularak etkileşimde bulunulmuştur. Nitel araştırmalarda

aktarılabilirlik ya da transfer edilebilirlik olarak ifade edilen dış geçerliliği sağlamak amacıyla örneklem seçiminde amaçsal örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme ve maksimum çeşitlilik örnekleme yöntemi esas alınmıştır. Amaçsal örnekleme çalışmanın amacına bağlı olarak bilgi açısından zengin durumların seçilerek derinlemesine araştırma yapılmasına olanak tanır. Ölçüt örnekleme ise belirlenen nitelikteki örnekleme ulaşmakla ilgilidir. Buna göre katılımcıların belirlenmesinde serbest zaman etkinliklerini düzenli olarak yapıyor olmaları ve farklı branşlardan geliyor olmaları gözetilmiştir. Ayrıca, bulguların sunulmasında katılımcılardan yapılan direk alıntılarla aktarılabilirlik sağlanmaya çalışılmıştır. Araştırma soruları için alınan uzman görüşünün veri toplama araçlarının inandırıcılığını, süreç içerisinde yapılan fikir alışverişlerinin de uzman incelemeyi sağladığı düşünülmektedir. Son olarak, ulaşılan kadınlarla bir daha görüşüp/ görüşülemeyeceği bilinmediği için katılımcı teyidi her görüşmenin sonunda bilgileri özetleyerek ve eklemek/çıkarmak istedikleri bir konu olup olmadığı sorularak sağlanmıştır. Nitel araştırmada kullanılan aktarılabilirlik; uygunluk (fittingness) olarak da adlandırılmaktadır. Bu da demektir ki bir çalışmanın sonuçları benzer katılımcı ve ortamlardaki durumlara aktarılabilmelidir. Nitel araştırmalarda aktarılabilirlik olarak tanımlanan dış geçerlilik oluşturmak için örneklem seçiminde amaçsal örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme ve maksimum çeşitlilik örnekleme uygulanmıştır.

3.4. Etik Çerçeve

Sosyal çalışma araştırmalarında etik çerçeve araştırma katılımcıları, araştırmacı ve araştırmanın raporlanması ile ilgili etik ilkeler çerçevesinde sunulabilmektedir. Araştırma katılımcılarıyla ilgili etik konular "bilgilendirilmiş onam, gizlilik, gönüllülük, araştırmacı katılımcılarını risklerden koruma", araştırmacıyla ilgili etik ilkeler " önyargılardan kaçınmak, yetkinlik, çıkar çatışması" ve araştırma raporlanması ile ilgili etik ilkeler "araştırma sonuçlarının güvenilirliğinin sağlanması, anonimlik, damgalayıcı ve genelleştirici ifadelerden kaçınma ve kullanılan veri toplama araçlarının güvenli bir biçimde muhafaza edilmesi" çerçevesinde tartışılmaktadır (Buz ve Akçay 2015). Araştırmanın saha araştırması öncesinde Selçuk Üniversitesi Etik Kurulundan 02.02.2021-E17925 sayılı rapor alınmıştır. Araştırma katılımcılarına yönelik etik ilkeleri gözetmek adına görüşmelere başlamadan önce araştırmanın amacı, görüşme süreci ve araştırma sonuçlarının ne şekilde kullanılacağına dair sözel bildirimde bulunulmuştur. Katılımcılara öncelikle

katkıda bulundukları için teşekkür edilmiş, daha sonra nedenleriyle beraber ses kaydı alındığı belirtilmiştir. Katılımcılarla görüşme Ispartalı kadın öğretmenlerin uygun ve rahat konuşabildikleri bir saat önceden belirlenerek ve o saatte araştırmacı tarafından aranarak gerçekleştirilmiştir. Benzer şekilde kadınların isimleri değiştirilmiş ve görev yaptıkları okula yer verilmemiştir. Görüşmelere dair ses kayıtları ve ses kayıtlarının dökümleri araştırmacı tarafından muhafaza edilmektedir.

4. BULGULAR

Ispartalı kadın öğretmenlerin anlatılarıyla şekillenen pandemi deneyimleri araştırmasının bu bölümü, Isparta'da yaşayan kadın öğretmenlerin serbest zaman deneyimleri ve tercih ettikleri serbest zaman aktiviteleri ve bu bağlamda şekillenen deneyimlerini, karşılaştıkları engelleri, deneyimin öznesi olan kadın öğretmenlerin anlatılarıyla betimlemeyi amaçlamaktadır.

Kadınların anlatılarında vurguladıkları konular, serbest zaman kısıtlılığı, çocuk bakımı, online dersler, ev sorumlulukları olmuş, serbest zaman deneyimlerinin bu sorumluluklar etrafında şekillendiği görülmüştür. Dolayısıyla, kadın öğretmenlerin kendilerine zaman ayırabilmeleri ile ilgili sorunların, online dersler, ev sorumlulukları, çocuk sorumlulukları ile ilgili olduğu görülmektedir. Buna ek olarak, analiz yapılırken medeni hali, gelir durumları, çalışma yaşamı ile ilgili konular deneyimleri etkilediğinden öncelikle duruma dair genel bir betimleme yapılmıştır. Kadınların deneyimleri yaşlarına, çocuk sahibi olup olmamalarına, medeni durumlarına, online ders saatlerine göre de değişebilmekte, dolayısıyla toplumsal cinsiyet arası farklılıklara işaret etmektedir. Bu zeminde, ortak yaşanan bir deneyimde ve bu deneyimle baş etmek için geliştirilen stratejilerde toplumsal cinsiyet, serbest zaman aktiviteleri, sorumluluklar, engeller, motivasyon sebepleri gibi farklılıkların varlığı araştırmanın temalarında vurgulanmakta, böylesine küçük bir grup deneyiminin bile homojen olmayıp, birçok farklılık ve çeşitliliği ortaya çıkardığı görülmektedir. Ayrıca, kadın öğretmenlerin serbest zaman deneyimlerindeki farklılıklar; medeni durum, aile ile yaşam, çocuk sayısı, online ders sayısı gibi ayrımlar göz önünde bulundurularak okunmalıdır. Son olarak, araştırmanın yöntem bölümünden de hatırlanabileceği gibi, araştırmanın katılımcıları, Isparta'da yaşayan ve çalışan genelde aynı gelir ve sosyo-ekonomik seviyenin olduğu katılımcılardır. Sorular sorumluluklar, engeller, tercihler odaklı sorulmuş ve buna göre analiz yapılmıştır.

Çalışmada dört tane tema belirlenmiştir. Bunlar birinci olarak cinsiyet normları ve serbest zaman etkinlikleri, ikinci olarak öğretmen kadınların yaptıkları en yaygın serbest zaman etkinlikleri, üçüncü olarak algılanan engeller ve dördüncü olarak temel motivatörler çalışmada belirlediğimiz temalardır. Ancak tüm bu pandemi sürecinde yaşanılan zorluklara rağmen kadınların pasif mağdurlar değil, süreçle baş etme stratejileri geliştiren yeni hayat düzenine uyum sağlayan, bu şartlar altında kaliteli

zaman geçirmek ile ilgili çözümler bulan ve güçlü yönleri olan bireyler olduğunun altını çizmek önemlidir. Başka bir deyişle, vurgu kadınların serbest zaman deneyimleri olmakla beraber, kendilerine serbest zaman ayırmakta karşılaştıkları engeller, nelerden motive oldukları da kadınların bu sorularda verdiği cevaplarda, geliştirdiği stratejilerde ve deneyimlerinin olumlu yönde olduğunu göstermektedir. Kadınlar bütün engellere ve zorluklara rağmen serbest zaman aktivitesi yapmış, serbest zamanlarını değerlendirmiştir.

Tema 1. Cinsiyet Normları ve Serbest Zaman Aktiviteleri

Pandemi döneminde kadın olarak ev içindeki sorumluluklar kadınların kendine ayırdığı serbest zaman aktivitelerini etkilemektedir. Medeni durum, çocuk sahibi olma, çocuk sayısı, ev ve çocuk sorumluluklarının kadınların kendilerine ayırdıkları serbest zamanı doğrudan etkilemektedir. Ancak evli ve küçük çocuğu olan kadın öğretmenlerde annelikten kaynaklanan sorumluluk serbest zamanını diğer katılımcılardan daha fazla etkilemektedir. Toplumsal rollerinden dolayı kadınlar, anne olarak, babalara göre küçük çocuklarının öz bakımlarını üstlenmektedirler. Ne kadar kadınlar eşlerinin ev sorumluluklarına yardımcı olduğunu söylese de katılımcıların çoğu kendi deneyimi veya gözlemiyle cinsiyet normlarının serbest zaman aktivitelerine ayrılacak zaman üzerinde etkili olduğunu düşünmektedir. Katılımcılar ev de sorumluluğu paylaştığını düşünse de sorumluluğun çoğu kadındadır ayrıca bekâr veya boşanmış olması gözlem yoluyla da olsa düşünceleri kadının daha fazla sorumluluk aldığı yönünde olmaktadır.

Isparta'da Özel Öğretim Öğretmeni olan 30 yaşında evli ve 1 çocuk annesi olan İnci "*Erkekler artı durumdalar. Ev işleri falan bizim daha kısıtlı zamanımız. Tamam her şey ikimizin ama kadının aldığı sorumluluk daha fazla bu aile görgüsü olarak da böyle. Mesela ben kendi eşimden de görüyorum eşten anneden beklentisi çok daha fazla. O yüzden benim kendime ayırdığım zaman daha kısıtlı. Evin üzerindeki sorumluluklarımı bitirdikten sonra zaten çok az zamanım kalıyor bu yorgunluk üzerine yapabilirsem ne mutlu''* demiştir.

Muhasebe ve Finansman Branşında öğretmenlik yapan evli ve 2 çocuk annesi Güliz "*Sorumluluk farkları var. Anne olmak kadına yükleniyor. Kimsenin hikayesi kitapta yazmaz. Türkiye ortalamasında hiçbir erkek ben çocuğa bakayım sen spor yap*

demez. Çocuklar küçükken yapabilir miydim? Yoğun çalışıyordum. Yaşam koşullarına baktığınızda önceliklerinizden sonra gelen oluyor spor. Kadınların gönlü istiyor şartları el vermiyor. Kadın için zorunluluklardan sonra arta kalan zaman da kadın spor yapabilir. Benim eşim ben spor salonuna giderken sorun çıkarırdı. Ama kadın o gün sarma sarmayacak. Spora gidecek. Erkek gitmek isterse gider.''

İngilizce Öğretmeni olan Melda yeni evli henüz çocuk sahibi olmamış bir öğretmendir. "*Kadınların spora vakit ayırmasını erkeklere göre daha zor. Sorumluluklarımız fazla. Salon saatlerimizde daha kısıtlı. Bizim evde yemek yapmamız gereken zamanda onlar spor yapıyor olabilir*.''

Gamze öğretmen 1 çocuk annesidir, Isparta'da Müzik öğretmenliği yapıyor. "*Erkekler bence daha çok vakit ayırıyorlardır. Çünkü sorumlulukları yok. Kadınların zor oluyor. Belki iki ya da daha fazla çocuk olsaydı yapamayabilirdim. Erkekler daha rahat*.''

Medeni durum fark etmeksizin kadın katılımcılar cinsiyet normlarının serbest zaman ile ilgili olduğunu, erkeklerin daha kolay vakit ayırabildiklerini gözlemlemektedir.

Ada öğretmen 36 yaşında bekar bir öğretmendir. Isparta'da İngilizce öğretmenliği yapmaktadır. Diğer öğretmenlerden farklı olarak eşi ve ya çocukları ile değil babasının sağlık sorunlarından dolayı babasının bakımı ile ilgilenmektedir. *"Kadınların sorumlulukları daha fazla daha az vakit ayırabiliyor gibi görünüyorlar ama ben spora da gittim orada gördüğümüz yoğunlukta bayanlardı. Sanki bayanlar daha çok çabalıyorlarmış gibi geliyor o noktada. Spor salonuna gidiyordum, diyetisyende spor yaptım. Pandemi ile beraber bitti. Evli arkadaşlarım evin sorumluluklarından erteliyorlar. Ama erkekler isterse yapar."*

Isparta'da Matematik Öğretmenliği yapan İlayda Öğretmen 1 çocuk annesidir. Eşiyle boşanmış ve ailesiyle yaşayan, annesi bütün ev sorumluluklarını aldığı için *tek sorumluluğu 9 yaşındaki oğluyla ilgilenmek olan 35 yaşındaki İlayda öğretmen "Kesinlikle var zamanında bende evliydim biliyorum. Kadının spora vakti yok. Erkek isterse gider. O anda hiçbir şey yapmak istemiyorsa yapmaz, oturmak istiyorsa oturur. Çünkü ev işlerini yapan o değil."*

Ayrıca kadınlar erkeklere nazaran sorumluluklarına öncelik vermektedir. Sporu sorumluluklarından arta kalan zamanda yapmaktadır. Kadın ev sorumluluklarını önceliğine almaktadır. Kadınlar evin çoğu sorumluluğunu üzerine almakta, bu sorumluluklar bitmeden serbest zaman aktivitelerin vakit ayırmamaktadır. Sonuç olarak aktivitelere yapmaya vakti kalmamaktadır. Öncelik ev işleri, çocuk bakımı, çocuk ödevleri, yemek olmaktadır.

29 yaşındaki Ela öğretmen "*Kadınların sporu sadece kilo, erkeklerin ise sadece daha iyi görünmek için yaptığını fakat devam ettiremediklerini düşünüyorum. Tabi kadınların ev sorumlulukları da daha fazla engelliyor. Kadınlar Türkiye'de kendilerinden önce çocuk ev eşinin rahatı bunları ön plana alıyorlar."*

Banu Öğretmen: *Kadınlar istedikten sonra yapabilirler. Evde de yapılabilir. Ben mesela online izleyerek yaptım. Aslında istedikten sonra her şekilde yapılabilir. Ama tabi daha yoğun çalışanlar var çocuğu olanlar var. Herkeste de değişiklik gösterebilir. Ne kadar yoğun olursak olalım bir şekilde vakit bulup yapabiliriz. Sorumlulukları çocukları olanların vakit ayırabilmesi kendi özelliğinde bitiyor aslında. Eğer hareketli yaşamayı sporu seviyorsa çocuğu olsa da bir şekilde vakit ayırır. Ama azıda bana yeter derse ayırmaz. Kişiden kişiye değişir."*

Tuğba Öğretmen, "*Bence fark çok. Bu bence memleket meselesi. Yurt dışında daha fazla vakit ayırıyorlar. Bizim ülkemizde yerine getirilmesi gereken sorumluluklar tırnak içinde bu sorumluluklar aslında kadınların sorumlulukları değil. Ortak erkekle beraber yapması gereken sorumluluklar olmasına rağmen kadınlarımızın çok büyük bir yük var üzerinde. Kendiliğinden kalkıp bugün ben silip süpüreyim, ya da bu gün yemeği ben hazırlayım bulaşığı ben toplayım diyen erkek sayısı sınırlıdır. O yüzden kadınlarımız bu işlere daha fazla vakit ayırmak zorunda kaldığı için mecburen spor yapmak bırakın vakit ayırmayı akıllarına bile gelmeyen bir etkinlik haline geliyor. Eşimi işler rahatsız etmezken benim sürekli kafamda dönüyor işlerle ilgili planlamalar. O işin içerisinde çoğu ev işleri. Bitmeden diğer işlere geçemiyorum. Aslında bunlar asli sorumluluklar değil ama öyle görüyorum. Öncelikli görüyorum. Öncelikli gördüğüm için bazen beni mutlu edecek etkinliğe geçemiyorum. Çünkü bitmiyor*."

Şeyda Öğretmen: *"Bence kadınlar her şekilde ayırabilir. Ben uykumu çok önemserim. Uykusuzluk yoksa ayırırım. Her gün bir saat ayırmalı. İki çocuk art arda büyüttüm ama yine de bir saat ayırmalılar. Erkek kadın ayırmamalı. Kadınlar önceliklerini sorumluluklarına veriyorlar. Aslında benim eşim de yok bütün sorumluluk bende ona rağmen yapıyorum."*

Melis Öğretmen *"Biz erkelerin kadınlarla ne kadar eşit olduğunu düşünsek de benim eşim spor salonuna gidiyor çok rahat şekilde, ben bunu yapamadım çocuğu düşündüm. Sanki biraz eşimin desteği gerekiyor bu konuda. Bazen yapmak istediğim şeyleri bastırıyorlar. Onlar daha fazla vakit ayırabiliyor. Bizim önceliklerimiz farklı çocuk olunca çocuğu ön plana alıyoruz onlar yapmıyor."*

Isparta şartlarında kadınlar her ortamda rahatlıkla spor yapamamaktadır. Etraftaki bakışlardan üzerlerinde toplumsal baskı oluşmaktadır. Bu da serbest zaman aktivitelerini etkilemektedir.

Hale Öğretmen Isparta'da İngilizce Öğretmenidir. Henüz yeni öğretmenliğe başlamış olan Hale Öğretmen ailesi ile yaşayan 22 yaşına genç bir öğretmendir, spor yapmayı çok sevmektedir. "*Az önce de bundan bahsettim yaşadığım yerde kadın olduğum için açık havada koşamadım. Erkek olsam yapardım. Buna mantıklı bir neden bulamıyorum aslında. Türkiye olduğu için. Kadınlar zaten yemek, bulaşık bunları yapmakla yükümlü göründükleri için bakış açısı bu şekilde oluyor. Bende kadınlara kendine vakit ayırması gereksiz olarak görülüyor. Onların sorumlulukları var yapması gereken yemeği var, çocuğuna bakması gerekir. Kendine vakit ayırması biraz abes görülüyor."*

Tema 2. En Yaygın Serbest Zaman Aktiviteler

Pandemi döneminde eve kapandığımız süreçte Isparta'daki kadın öğretmenler sorumlulukları artmasına rağmen ilk süreci atlatıp sürece uyum sağladıktan sonra serbest zaman etkinliklerinde bulunmuşlardır. Bu etkinlik yaygın olarak dizi/film izleme, kitap okuma evde ev halkı ile ev oyunları oynama, spor, yürüyüş yapma, sosyal medya da vakit geçirme, online alışveriş yapma, resim yapmak, arkadaş ve akraba ile online veya yüz yüze görüşmektir. Süreçten kaynaklı olarak kadınların serbest zaman aktiviteleri ev içi aktivitelerine dönüşmüştür. Aile içi oyunlar oynamak, online spor

yapmak, online alışverişler, görüntülü telefon görüşmeleri çoğu kadının hayatına pandemi sürecinde girmiş ve alışkanlığa dönüşmüştür. Anne olan öğretmenler serbest zamanlarını çocukları ile ortak geçirebilecekleri şekilde değerlendirmişlerdir.

Leyla Öğretmen: "*Ailecek oyun oynuyoruz, kızımın etkinliklerini ailecek yapıyoruz. Kâğıt oyunu oynuyoruz. Mesela kızma birader gibi. Kitap okuyorum. Film izliyorum. Kızımla beraber yemek pişirmekte benim için eğlenceli vakit oluyor. İntagrama, youtube vakit ayırıyorum*."

Dilek Öğretmen 1 çocuk sahibi, müzik öğretmenliği yapmakta, eşinin çalışma şartları yüzünden çocukla daha çok kendisi ilgilenmektedir. "*Bu süreçte yazın ve kışın daha çok farklılık gösteriyor. Yaz döneminde parka gitme yürüyüş yapma gibi aktiviteler oluyor. Kış döneminde evdeki aktivitelerimiz olmaya başladı. Üçümüz kızımın zevk alacağı oyunlar oynuyoruz. Küçük çocuk olunca yemek banyo hep aktivite içeriyor. Kendim bireysel olarak çok az kitap okuyorum. Günde 3 veya 4 sayfa ancak. Eşimle film dizi izliyoruz her gün bir saat ayırıyorum. Spor olarak da evde spor. Binamızdaki spor salonunda. Ya ev ortamında video izleyerek. Yeme olayı çok arttı. Bir şeyler hazırlama aktivite haline geldi. Özel yemekler yapmaya başladık. Araştırıp yeni yemekler yapmaya başladık. Çocuğumu parka çıkarmaktan zevk alarak yapıyorum. Onun mutluluğu beni mutlu ediyor. Ben oralarda spor hareketleri yapıyorum. Müzik dinliyorum. Bazen arkadaşlarımla yüz yüze görüşüyorum. Birkaç arkadaşımla sosyalliğim sürüyor. İnsanın insana ihtiyacı var. Online olarak çok arkadaşımla görüşüyorum. Her türlü sosyal medya kullanıyorum. Online alışverişler yaptım. Deşarj olmak için kullanıyorum. Eşim bazen uyarıyor."*

Ela Öğretmen: *"İnstagram youtube netflix bunlarda vakit geçiriyorum. Şu an spor salonuna devam ediyorum. Arkadaşlarımla görüşmem çok kısıtlı. Ev halkı ile dizi film izliyorum. Online alışveriş yapıyorum. Spor salonları kapalı ise evde devam ettim online spor yaptım."*

İlayda Öğretmen: "*Açıkçası pandemi bana iyi geldi çocuğumla dışarı çıkma saatlerinde dışarı çıktım. Film izledim. Kişisel gelişimimle çok ilgilendim yogadır, pilatestir. Hobilerime eğildim. Resim yaptım, kabak oydum."*

Gamze Öğretmen: "*Online görüşme ve telefon görüşmeleri çok sık yapmıyorum. Bunları azalttım. Müzikle uğraşırım spor yaparım her gün yürüyüş yapıyorum. Online programlar var onlardan yürüyüş pilates yapıyorum. Eşimde gitar çalıyor, mesleği memurluk olmasına rağmen. Eşimle solo şarkı söylüyorum. Çocuğumla mutlaka her gün aile etkinliği oyun oynuyoruz. Bugün de kendi halinde uyudu olmuyor. Her gün mutlaka bir egzersiz, kitap etkinliği, puzzle mutlaka çocuğumla yapıyorum. Çocuğunda bizimle uyum sağlayacağı şeyler yapıyoruz. Meditatif şeyler yapıyorum. Ruh halini değiştirme negatiften çıkma çalışmaları yapıyorum bunlar beni oldukça rahatlattı. Dizi izledim. Netflix üzerinden çok sık değil. Onu da zamana bölerek yapıyorum. Eşimle karşılıklı kahve sohbetlerimiz oluyor.*"

Ayrıca bekâr öğretmenlerin arkadaşlarıyla görüşmeyi, aileleri ile görüntülü görüşmeyi daha yaygın tercih ettiği görülmüştür.

Banu Öğretmen 28 yaşında bekar Sınıf Öğretmenidir, ev arkadaşı ile yaşamaktadır. "*Kitap okumayı çok seviyorum. Film izliyorum. Bulmaca çözüyorum. Ailemle görüşüyorum online. Arkadaşlarımla ev oyunları oynuyoruz. Yürüyüş yapıyorum.*"

Rüya Öğretmen 32 yaşında bekar tek basına yaşayan ev arkadaşı veya ailesi ile sorumluluk paylaşmayan biridir. *"Erkek arkadaşım var onunla takip ettiğimiz diziler var dizi izliyoruz. Haftada iki akşam film veya belgesel izlemeye çalışıyoruz. Bunlar iyi hissettiriyor. Bunun dışında komşum var onunla iki günde bir bazen çok sık oluyor. Bir kahve içme molamız var. Onun çocuğu var onunla oynuyorum. Sosyal medya vaktimi alıyor. İnstagramda, youtube da zaman geçiriyorum. Kitap okumaya çalışıyorum. Bu bana iyi geliyor. Kitabın içindeki olaya kendimi verdiğim zaman süreci unutuyorum. Bu daha iyi hissettiriyor bana. Ailemle görüntülü konuşuyorum."*

Melis Öğretmen "*Aslında çok bir şey yok ama her öğle arası yürüyüş yaptık. Evde spor yapmaya başladık, spor malzemeleri aldık. Tavla oynuyoruz. Film izliyoruz. Çok fazla youtube, instagrama bakmazdım biraz çoğaldı. Arkadaşlarımla iletişim, müzik, uzaktan eğitim kurslarına katıldım. Mesleğimle ilgili ya da değil şimdi bağlama kursu alacağım.*"

Bade Öğretmen "*Mümkünse il dışına çıkıyorum arkadaşlarımla görüşüyorum. Mümkün değilse yürüyüş yapıyorum. Arkadaşlarımla görüntülü konuşma yapıyorum. Yeğenim var onunla canlı görüşme yapıyorum Kitap okuma, film her gün hepsi olmuyor hangisine vakit bulabilirsin. Sosyal medyada takılıyorum. Film izlerken yabancı izliyorum kulağım için, kitap okula rahatlama. Müziği sporla birleştirip soyutlanıyorum, kulaklıkla."*

Vildan Öğretmen: "*Bu süreçte zaman zaman görüştüğüm arkadaşlarım oldu. Onlarla bir araya gelmek bana iyi geliyordu. Muhabbet etmek, uzun süredir görüşmediğimiz için daha çok konuşmak iyi geldi. İletişim içerisinde olmak ihtiyacı hissediyorduk. Ev içerisinde film izledim. Yürüyüşe gitmeyi tercih ediyordum. Akşam, yasaklar yokken, çıkıp yürümeyi seviyordum. Kitabımı alıp kamp sandalyemle oturmaya gittim. Bu zamanlar bana çok iyi geliyordu. Bunlar yaz döneminde oldu. Serbest zamanım çok kalıyormuş gibi düşünmeyin. Haftada bir yapıyordum. Bunun dışında okul süreçleri devam etti. Artı benim kendi eğitimlerimde vardı. Pandemi sürecinde serbest zaman sürecimi doldurmuş olabilirim. Aslında daha arttı. Pandemiden öncesinde daha hızlı bir hayatım vardı. Bunlar online ye taşındı. Ev içerisinde aslında serbest zamanımın biraz daha arttığını düşünüyorum. Film, dizi gibi takip ettiğim oldu. Youtube takip ediyorum. İnstagramda kendi alanımla ilgili hocaların canlı yayınını ender olarak izliyorum."*

Tema 3. Algılanan Engeller

Pandemi sürecinde kadın öğretmenlerin ev içi sorumlulukları artmıştır. Pandemi öncesinde dışarıdan yenen öğünler, çocukların kreşte yedikleri öğünler, gün içinde dışarıda olmanın evdeki temizlikte olumlu etkisi, eve düzenli alınan yardımcılar, aile büyüğü destekleri özellikle eve kapanma dönemlerinde ortadan kalkmıştır. Çalışan kadın öğretmenlerin sistemli hayatları bozulup ev içinde çok fazla iş ve yemek yapar hale gelmişlerdir.

Asya Öğretmen, 43 yaşında Görsel Sanatlar Öğretmenidir. 2 çocuğu ve eşi ile birlikte yaşamaktadır. "*Günlük hayatın getirdiği temel ihtiyaçlar, yemek, ütü. Yardımcım vardı eskiden tüm işler bana kaldı eşim yardımcı olsa da en çoğu bende. Günlük evin bakımı. Gece bile yemek yeniyordu. Sürekli bir şeyler hazırlama. Normal hayatta bir yerlere sıkıştırılacak şeyler. Pandemide mutfaktan çıkamadık*."

Leyla Öğretmen "Büyük *oranda temizlik*."

Tuğba Öğretmen, Sosyal Bilgiler Öğretmenliği yapmaktadır. Evli ve 2 çocuk annesidir. Çocukları 4 ve 7 yasındadır. Haftalık online ders ayısı 13 saattir. *"Evin klasik sorumlulukları etkiliyor. Herkesin serbest zamanını benimki kadar etkileyen bir durum yok. Titizim çocuklarıma dışarıdan yedirmiyorum. Sağlıklı besliyorum. İnsanlar 10 günde bir evi süpürüyorken ben 3 günde bir süpürüyorum. Ev işlerini severim evde olmayı da çok severim. Olması gerekenden fazla iş yaptım Yemek, yemek tarifleri. Her gün pasta börek vakit kaybediyorum. Ama zevkte alıyorum. Yemek yapmaktan. Online eğitim zamanımı alıyor. Benim 3 gün dersim var. O yüzden tek başına aşırı zamanımı almıyor."*

Vildan Öğretmen: "*Yemek ve ev içerisindeki temizlik biraz etkiledi. Online dersler etkiledi."*

Yelda Öğretmen: "*Ev işi çok vaktimi alıyor çocuklar küçük ben bir yeri toplarken başka bir yer dağılıyor mutlaka. Yemek yerken bir şeyler dökülüyor. Üstü batıyor. Sürekli evde olduğumuz için sürekli bir şey yeniliyor içiliyor, bulaşık eksik olmuyor zaten. Mutfak tezgâhım beyaz sil bir daha sil oluyorum. Temizlik benim serbest zamanımı çok etkiliyor. Pandemi sürecinde evde olduğum için daha çok gözüme batıyor daha çok yapıyor olabilirim. Okuldayken daha az yoruluyordum çünkü evi kapatıp çıkıyordum. Çocuklarda okula veya dedesine gidiyordu. İşteyken beynen dinleniyordum. İşler bitmese de benim aklımdan çıkıyordu. Dün duvarları sildim. Evde sürekli durmaktan oldu bunlar."*

Nihal Öğretmen: "*Online dersler, sınıf öğretmeni olduğum sınıfın sorumlulukları, çocuklarla ders çalışmak, rutin hayatımızda yoktu eskiden. Ev işleri temizlik."*

İnci Öğretmen: "*Ev işleri çok etkiliyor. Online ders, ev, yemek, çocuk bakımı etkiledi. Sabah öğlen akşam yemek yapıyorum*."

Temizlik genel olarak bütün kadın öğretmenleri etkilemiştir. Bunun yanı sıra online dersler, yani işin eve taşınması kadınların serbest zamanını etkilemiştir. Online derslerin yoğunluğu branştan branşa, okuldan okula değişmiştir. Bazı öğretmenler

canlı dersin çok vaktini almadığını söylese de bazıları öncelikle çevrimiçi dersten etkilendiklerini söylemiştir.

Melda Öğretmen "*Çoğunlukla online dersler etkiledi. Onun dışında başka bir şey olmadı. Ev işleri de etkiledi. Eski haline göre daha çok etkiledi. Benden daha fazla dersi olanlar vardır. Ama 22 saatte zaman alıyor*."

Isparta'da Özel Öğretim Öğretmenliği yapan Bade Öğretmenin küçük bir de çocuğu vardır. Online dersi anlatırken aynı zaman da kendi çocuğuna aktivite yaptırmaktadır *"Online dersi ilk sıraya koyuyorum çünkü özel eğitim olduğu için, okulda da daha çok materyal kullanarak onların üzerinden çalışma sürdüm. Evde de bilgisayar üzerinden aynısını yapmaya çalıştım okulda olan materyalleri evde de kullanabildiğim için evde benzerlerini kendim geliştirmeye kendim yapmaya çalıştım olabildiğince her derse amaca uygun şeyler sunmaya çalıştım. Bunun için ön hazırlık gerçekten hani derse ayırdığım vaktin yarısı kadar da bunlara vakit ayırdım. Benim için çok ciddi bir zaman kaybı oldu. Çocukla ilgilenmek ve en çok kızdığım zaman kaybı olarak hissettiğim şey ev işleri, günlük rutine bağlıyoruz ama çocuk küçükken daha fazlaydı ama yine de de şimdi de zaman kaybı. Belki pandemiden önce de aynı şeyleri yapıyordum ama pandemi sürecinde 2 hafta da 1 aldığım temizlikçi olayını bırakmak zorunda kaldık. O zamanlar ona güvendiğim için belki biraz daha rahat hareket ediyordum. Ama şimdi haftada bir günümü bütün gün temizliğe ayırmak zorunda kalabiliyorum. Ben yarım saat bile arkadaş görüşmelerinin yaşam enerjisini çok yükselttiğini düşünüyorum. Ki ben yaşam enerjisi çok yüksek biriyim günlük yaptığım işlerde yorulmam çocukla vakit geçirmek benim için bir şey değildir. Bunları angarya olarak değerlendirmem. Ama önceki hayatıma yarım saatlik günlük çıktığım zamanı çok özlüyorum. İnsanın çok ihtiyacı olabiliyormuş."*

Melis Öğretmen: "*Genelde çocuğun bakımı, eşimin istekleri. Dersim çok yoğun. Yeme hazırlamak evin temizliği."*

Derya Öğretmen bir kolejde İngilizce öğretmenidir, branşı ve dersleri dışında sorumlulukları da olduğu ve veliler ile çok sık görüşmeler yaptığı için pandemi sürecini çok yoğun online mesailer ile geçirmiştir. "*Serbest zaman aktivitelere inanılmaz zaman kalmıyor günlük 8-9 saatim ekran karşısında sonra hazırlanacak*

evraklar. Kendime akşamları zaman ayırıyorum İzlediğim diziler, kitap nadirde olsa bir iki arkadaş, minik yürüyüşler."

Banu Öğretmen: "*Şu an en çok dersler etkiliyor, daha arkadaşlarımla görüşmeler, toplantılar. Ev işleri vs. etkiliyor."*

Özellikle küçük çocuk sahibi kadın öğretmenler kendilerine zaman ayırabilmek adına zorlanmaktadır. Rutin bir gün çocuğun etrafında geçmekte, onların bakımı, oyunları, dersleri annelerin önceliği olmaktadır. Bunun yanı sıra ev işleri ve online dersler ve diğer engellerde devam etmektedir.

İlayda Öğretmen 35 yaşında 1 çocuk annesi matematik öğretmenidir: "*Benim serbest zamanımı sadece çocuğum etkiliyor. Zamanımı çoğu onunla geçiyor. Online ders engel değil. 5 güne bölünüyor. Öğlen bitiyor geri kalan zaman benim."*

İki çocuk annesi Güliz Öğretmen: *"Anne olmanın verdiği sorumluluk, beslenmeleri, kızımın özel dersleri bunun değerlendirmeleri. Anneyim, eşim, öğretmenim gemiye yön veriyorum. Kitap okusam da çok değil kendimce doyum sağlayamıyorum. Kitabı idrak etmeye çalışıyorum. Benim tercihim bunları yaşama dönüştürmek."*

Dilek Öğretmen: "*Çocuğum etkiliyor. İlkokul ya da ortaokul seviyesi olsa etkilemezdi. Ev işi arttı. Canlı dersler, akşamları kendime vakit ayırıyorum ama akşam dersim varsa her şey biraz daha zaman olarak kayıyor. Pandemi öncesi yardımcı alıyordum. Bakıcı vardı. Çocuk bakımı bana ve babasına kaldı. Bu pandemi süreci benim serbest zamanımı azaltmadı. Dışarı çıkma sürecini azalttığı için dışarda aktivite bitti. Benim serbest zamanımı artırdı Ama çocuğumla geçirdiğim zamanı kısarak yapmak lazım. Eskisine oranla biraz daha fazla zaman var kategori olarak değişti. Eskiden kafeye gitmeyi severdim. Çocuğuma ayırmayı tercih ediyorum küçük olduğu için."*

Gamze Öğretmen, "*Dışardan bakıldığında çayımızı kahvemizi alıp dersin karşısına oturuyor gibi görünse de bu böyle olmuyor. Geç saatte biten bir programım var. Bu süreçte ailecek yemek olayı kısıtlandığı için onlarla aynı anda oturup kalkamıyorum. Bu sefer sekiz buçuktan sonra dinlenecekken onlara vakit ayırma*

ihtiyacı hissediyorum kendimde. Ya da çocuk hırçınlaşabiliyor. O zaman onunla ilgileniyorum. Bu sefer geç yatıyor. Bu sefer benim uykum gecikiyor. Uzaktan ders ev işleri çocuk kısıtlıyor beni. Çocuğun serbest zamanını tercih ediyorum. Öz bakımı da var hala. Onların yanında olamadığım için sürekli anne gel yapıyor. Ben kendi dinlemiyorum. Bu sefer oda oturuyor bizimle."

Tema 4. Temel Güdüleyiciler

Spor yapmayı tercih eden kadın öğretmenlerin motivasyonu çoğunlukla kilo verme, fit olma, sağlıklı olmak ile ilgilidir. Pandemi döneminde genelde ev beslenme alışkanlıkları değişmiş bu da insanları spora yöneltmiştir.

Şeyda Öğretmen: "*Evet; kilo aldım bölgesel yağlandım. Bu motive etti. Arkadaş desteği ile evde yaptım. Daha önce spor salonuna gidiyordum. Aletli pilates yapıyordum. Pandemiden çok kısa süre önce bırakmıştım. Başlayacaktım pandemi başladı. Evde yağ yakımına yönelik spor yaptım. Karın bölgemde yağlanmanın azaldığını gördükçe motive olmaya başladım. Sonra yine günlük koşullar okul açıldı bir ara derken spor yapmayı bıraktım."*

Ada Öğretmen: "*Yürüyüş, zumba, lasly yaptım. Müzikle yapıyorum. İnternetten takip ettim. Bir kulaklığa müzik takıp dans ettim. Motivasyonum kilo vermekti, pandemi öncesi kilomu korumaya çalıştım. Özellikle kendimi görünce mutlu olmak istedim. Ama babamla abimin sağlık sıkıntıları genetik sağlığım için kilo almamam lazım. Ailemde baskı yapıyor. Ciddi sağlık durumları var ailemde*."

Ela Öğretmen, *"Beni spor konusunda sağlıklı olmak vücuduma yararlı bir şey yapmam motive ediyor. Sabaha kalktığımda spor veya kahve beni güne motive ediyor. Kafamı toplamak motive ediyor. İlk atandığımda spora başlamıştım küçüklükten beri spor kültürüm olduğu için devam ettirdim."*

Banu Öğretmen, "*Spor salonu yoktu, çok oturduğumu kilo aldığımı fark ettim youtube üzerinden spor videoları vardı. Tek başıma yaptım. Beslenme alışkanlığı etkiledi."*

İlayda Öğretmen, "*Evet. Pilates yaptım Karın kasım olsun istiyorum karın kasımın olacağının hayal etmek beni çok motive ediyor. Bununla ilgili spor yaptım.*

Karın kası hareketlerinde zorlanırken aklıma karın kaslarımım getirdim. Bunu beni motive etti. Koşu grubumuz vardı. Koşu grubumdaki arkadaşlarla düzenlenen bir pilates dersi var. Beraber yapmak beni motive etti. Beslenme alışkanlığı değişmedi. Spor yapmak formda kalmak ve sağlıklı olmak benim için. Duruşumun güzel olması önemli."

Güliz Öğretmen, *"Hafta sonları spor yapıyorum Evin içinde spor aletlerim var. İnternet videolarından bakıyorum. İlk amacım formda kalmaktı, daha sonra disiplin oldu. Şimdi amacım sağlık. Ben ekmek yapmadım pandemi döneminde. Spor yaşam şeklim. Formda kalmak güzel sağlıklı olmak güzel. Çok emek verdim bu fizik için reformer açık hava spor salonu çok emek verdim. Kilo verdim eğer sabah ayazda yürüyorsam hala kendime değer vermeyi keşfettiğim için oldu. Spor yüzünden eşimle çok ciddi krizler yaşadım. Kendime bakmam fit olmam rahatsız oldu. Türk erkeklerinin geldiği kültür belli. Orta yaştan sonra salıyorlar. Çünkü kavrama ve idare etme becerileri yok. Okumuş okumamış fark etmiyor. Onların sohbetleri kısıtlı. Zihni yönetemiyorlar. Erkek olmakla övüldükleri için yaşamları dram."*

Nihal Öğretmen, "*Mahallemizde yürüyüş yaptım. Sonraları bıraktım. 3-5 ay yaptım. Pandemi sürecinde yürüyüşü sağlık açısından yaptım destek alıyordum sağlık açısından yürümem söylenmişti. Kafamı dinleyebiliyordum yürüyünce. Online pilates hocasıyla pilates yaptım. Yapıyorum hala. Kilo problemi de motive etti beni. Kilo yüzünden sağlığım bozulmuştu."*

Dilek Öğretmen 1 çocuk annesi müzik öğretmenidir. *Neden spor yaptığını şöyle açıklamıştır, "Evet en az günde 30 dk ayırıyorum. Bazen,1 saate kadar. Benim motivasyonum formda kalmak sağlıklı olmak için. Müzikle birlikte hareket tarzında yapıyorum mutlu oluyorum."*

İnci Öğretmen, "*Denedim. Tabii ki de yine sosyal medyadan faydalandım. Birçok kişinin yaptığını gördüm etkilendim Pilates yaptım evin içinde. Evde kalmamız kısıtlanmamız aldığım kilo biraz beni etkiledi. Sağlık ta etkiledi. Burada galiba dışarıya çıktığımda aynaya baktığımda kendimi mutsuz hissettim. Şu anda salona başlayacağım. Dış motivasyon önemli. Bazen arkadaşımla bazen kendim yürüyüş yaptım haftada bir iki."*

Hale Öğretmen, *"Spora çok ilgim var voleybol, futbol. Evde bunları yapamayacağımız için youtube dan bu işi yapan antrenörlerden yardım alarak bu şekilde yaptım. Hem biraz daha formda kalmak ve beni mutlu ettiği için yaptım. Koşu yapmayı da çok isterdim fakat yaşadığım yer buna müsait değil. Koşu bandı sevmiyorum açık havada motive oluyorum. Geniş bir bahçem olsaydı orada rahatça koşabilmek isterdim. Online spora bir süre devam ettim. Daha sonra sorumluluklardan ve bazen içimden gelmediğinden yapmadım. Bırakmadım ama sıklığını değiştirdim. Haftada 3- 4'e düştü."*

Melis Öğretmen, *"Yaptık ama yarım kaldı sporlarım. Eski resimlerime bakarak motive oluyordum. Hamilelikten kalan kilolarımı vermek istedim. Takip ettiğim spor yapan online bir bayan vardı sürekli ona baktım. Eşimle başlamıştık o bırakınca motivasyonum düştü. Ama şu anda da bir gün yapmasam diğer gün yapıyorum. Genelde arkadaşlarımla konuşunca onlar beni harekete geçirir. Bir kitap okuduğumda orda da yazan bir şeyden harekete geçiyorum. Bunu yapabilirim bende diyorum. Ben genelde romanları rahatlamak ve güzel vakit geçirmek için okuyorum. Bazı kitapları öğrencilerim için etkiliyor. Ablamlar beni motive eder. Eşimle karşılıklı kahve içip o anı paylaşmak hoşuma gidiyor."*

Ayrıca kadın öğretmenleri rahatlamak, özgür hissetmek, monotonluktan kurtulmak, kaliteli zaman geçirmek, kendini geliştirirken eğlenmek isteği harekete geçmelerinde motive etmiştir.

Özge Öğretmen: *"Oğlumla aynı evde olmak bana çok iyi geliyor. Yürüyüşe çıktığımda çok eğleniyorum. Psikolojik olarak rahatlama, kilomu korumak, yalnız yürümeyi severim. Etrafa bakmak, doğa, park izlemek hoşuma gidiyor. Kendime göre iyi görünmek beni motive ediyor. Evde küçük hobilerim var iplerden bir şeyler yapıyorum. Onu evde görmek hoşuma gidiyor."*

Vildan Öğretmen, *"Dışarda olmak, insan içine karışamasak da insanların olduğu yerde olmak iyi geliyordu. Biraz daha yalnız olmadığımı hissediyordum. Bir şey yapmalıyım boş geçmesin duygusu beni harekete geçiriyordu. Boşa geçen bir zamanında olduğunu düşünüyorum. Özellikle son haftalar için. Son zamanlarda yapmam gerekenleri öteleyebiliyorum. Zamanı kaliteli geçirmek için kitap okuyorum. Boş geçmesin zaman diye."*

Bade Öğretmen, *"Spor salonuna gidip kendim için vakit ayırmayı orada zumba yapmayı çok severim. Bu benim için eğlence katmış olur. Yüzmeyi dalmayı çok severim. Bunlar benim için çok heyecan uyandıran şeylerdir. Pandemi sürecinde bunları yapamadım. Bunun yerine sürekli doğa yürüyüşleri yaptım. Sürekli aynı günü yaşıyormuşum gibi geldi yarım saat yürüyüş yapmak yarım saat arkadaşınla görüşmek bunlar bizim için artık bir lüks haline geldi. Bunların beni, rahatlattığını ve yeni bir enerji verdiğini düşünüyorum. Herkes aynı durumda yine de ev ortamından çıkabilmek dışarda olabilmek hala özgür olduğunu bilebilmek insan için çok özel bir duygu olduğunu düşünüyorum. Özgürlük ve monotonluktan kurtulma duygusu beni motive ediyor. Kız kardeşime söylüyorum hadi şuraya çıkalım diye sanki çok özel bir şey yapacakmışız gibi. Ama bu bana ayrı bir heyecan uyandırıyor. O gün dışarıya çıkıyorum dışarıda vakit geçiriyorum. Güneş ışığı ile maskesiz yürüyebilmek bana çok iyi geliyor.*"

Dilek Öğretmen "*Müzik dinleyerek mutlu oluyorum. Gelişmek için yapmıyorum, eğlenmek için yapıyorum sadece. Filmler izliyoruz komediler. Altında başka sebep yok. Sadece rahatlamak. Kitabı ise çocuk gelişimiyle ilgili kitaplar okuyorum. Çocuğumu daha iyi davranmak için yapıyorum."*

Gamze Öğretmen, "*İyi hissetmek, kaliteli zaman geçirmek, sağlıklı yaşam bunların hayatımda olmazsa olmaz olduğunu biliyorum. Tv başında, sosyal medya başında amaçsızca birkaç zaman dışında kendim için artı olabilecek kendimi iyi hissettirecek şeyler yapıyorum Kendi kişisel gelişimim içinde yapıyorum. Müzikle uğraşmak, gitar çalma, piyano dışında ekstra online programlara katılp sertifikalar alıyorum. Mesleki gelişimim için yapıyorum. Eğitim üzerine meraklı bir insanım. Daha çoğunlukla kaliteli zaman geçirmek. Eşimle zaman geçirmek içinde beraber vakit geçirmek için ortak bir şeyler buluyoruz. Onların mutluluğu da beni motive ediyor."*

Yine çocuk sahibi kadın öğretmenler için motivasyon kaynağı da çocukları oluyor. Çocuklarının güzel vakit geçirmesi, onlarla ev işlerinin dışında, bakımlarının dışında ortak vakit geçirme isteği, aile olarak ortak mutluluk alanları yaratma isteği onları çocukları ve eşleri ile serbest zamanlarını değerlendirmeye yöneltiyor.

Nihal Öğretmen 2 çocuk annesi Görsel Sanatlar Öğretmenliği yapan kendisi ve çocukları ile gelişime, kaliteli zaman geçirmeye önem veren bir anne ve öğretmendir.

"*Çocuklarla bir şeyler yapabilmek çocuklarla güzel zaman geçirmek onlara da güzel zaman geçirtmek beni motive etti. Kitap okuyup model olmak çocuklarıma. Kültürel farklılığımız olsun istiyoruz kitap okuyarak."*

Özge Öğretmen: "*İkiye ayrılıyor çocuklarla videolar birlikte dans etmek beni çok mutlu ediyor. Onların zevklerine hitap eden şeyleri seviyorum. Üçümüz koreografiler hazırlıyoruz. Bir de kendimize ayırdığımız vakitler var. Eşimle baş başa kadeh şarap içiyoruz. Sohbet artıyor aramızda Çok uzun süre evde kaldık çocuklarla ilgili planlar yapıyoruz. En sonunda oyun havası açtığımız anlar oluyor. Eşimle vakit geçirirken eğleneceğimi biliyorum. Kitap ve yağlı boya sadece kendi başıma mutlu olduğum şeyler. Hem güzel zaman hem kendimi geliştirmek için okuyorum. Bulunduğum ortamdan uzaklaşmak bana iyi geliyor. Dönem filmleri hoşuma gidiyor. Spor yapmakta zayıflamak ve sağlık beni motive eder. Düzgün görünmek iş hayatına başladığımda kıyafetlerimin yakışması sağlıklı olmak beni motive ediyor."*

5. TARTIŞMA

Isparta'da yaşayan kadın öğretmenlerin pandemi sürecinde yaşadıkları serbest zaman deneyimleri dört tema kapsamında incelenmiştir. Kadın öğretmenlerin pandemi öncesinde süregelen sistemleri ve düzenleri pandemi ile bozulmuştur. Pandemi insanları sadece sağlık açısından tehdit etmemiş, bütün toplumu farklı bir yaşam şekline sürüklemiştir. Pandemi öncesinde küçük çocuğu olan kadın öğretmenler işe gittikleri süreçte bir bakıcıdan, kreşten ya da bir aile büyüğünden destek almıştır. İş yerinde ders aralarında kendine bir çay molası vermekte ve eve döndüğünde çocukların, eşinin ve kendisinin birkaç öğünü dışarda yenmiş olmakta ve genelde tek öğün yani akşam yemeği hazırlamaktadırlar. Küçük çocuklar kreşte veya bakıcı da bazı aktiviteleri tamamlamış böylece anne rahatlamıştır. Bekar kadın öğretmenler ise iş çıkışında veya hafta sonu bazı öğünlerini arkadaşları ile sosyalleşirken dışarıda yiyerek ya da benzer şekillerde atlamaktadırlar. Evde mutfak işleri daha az olmaktadır. Ayrıca sosyalleşmek için dışarıya çıkabilmektedirler. Pandemi ile ev izolasyonları başladığında kadın öğretmenler bütün ev halkı ile birlikte eve kapanmıştır. Bu süreçte, yenen yemekler, çocuk aktiviteleri, yapılan sporlar her şey evin içinde olmuştur. Gündelik hayat kadınlara daha fazla sorumluluk yüklemektedir (Lefebrve 1998). Bu dönem özellikle küçük çocukları olan kadın öğretmenlerin evin içinde kaybolduğu bir dönem olmuştur. Daha sonra yasaklar biraz yumuşamış, korkular biraz azalmış, kadınlar evin içinde daha verimli gün geçirmeye adapte olmuş ve sürece uyum sağlamıştır. Bekar kadın öğretmenlerin de ev işleri artmıştır, çünkü daha çok evde vakit geçirmişlerdir. Sosyalleşmek adına görüntülü görüşmeler ve yüz yüze fakat belirli kurallara uyarak görüşmeler bekar öğretmenlerde daha çok olmuştur. Sonuç olarak evli, bekar, çocuklu, çocuksuz ve başka değişkenlerin olduğu kadın öğretmenlerin hepsinin sürece uyum sağladığı ve olumlu deneyimler elde etme bilincinde hareket ettiği ortaya çıkmıştır.

Birinci Temada cinsiyet normlarının serbest zaman aktiviteleri ile ilişkisi incelenmiştir. Serbest zaman ile ilgili çalışmaların literatürü incelendiğinde toplumsal hayatın her alanında kısıtlanan kadın, toplumsal cinsiyet rollerinin yüklediği sorumluluk nedeniyle sahip olduğu serbest zaman süresi ve serbest zamanlarını aktiviteleri biçimiyle de erkeklerden farklılaşmaktadır. Toplumsal cinsiyet rollerinden kaynaklanan kadına yüklenen çocuk bakımı, ev işleri gibi ekstra yükler kadınların serbest zaman etkinliklerine katılımında ciddi engeller oluşturmaktadır (Green ve ark

1990). Araştırmada görülmüştür ki kadın öğretmenler ev içinde erkeklere göre daha fazla sorumluluk almıştır. Erkeklerin yardımcı olduğu belirtilse de ev, çocuk sorumlulukları, online dersler devam ederken yine kadının sorumluluğundadır. (Eker 2018)'in yaptığı çalışmaya göre ev içinde iş paylaşımı kapsamında yer alan kahvaltı hazırlama ve yemek pişirme, temizlik, çamaşır yıkama ve lavabo temizliği çoğunlukla kadınlar tarafından yerine getirilmektedir. Araştırmada evde kahvaltı hazırlama ve yemek pişirme gibi işleri %63,3 oranla kadın yapmakta iken, erkekler tek başlarına %5,8 oranında yapmaktadırlar. Yine benzer bir Çarkoğlu ve Kalaycıoğlu'nun (2013) yaptığı çalışmada ise çalışan kadın ve erkeklerin ev sorumluluklarına ayırdıkları zamanı toplumsal cinsiyet boyutunda araştırılmıştır. Bu araştırmaya göre, erkekler zamanlarının %4'ünü, kadınlar zamanlarının %31'ini ev işlerine ayırmışlardır. Araştırmalarda görülmüştür ki katılımcıların cinsiyet farklılıklarının serbest zaman fiziksel aktivite kısıtlayıcılarında anlamlı farklılık oluşturduğu saptamıştır (Gümüş ve ark 2014). Cinsiyetin bireylerin serbest zaman faaliyetlerine katılımlarını etkilediği, yapılan birçok bilimsel çalışmayla desteklenmektedir. Demir ve Demir (2006) yaptıkları çalışmada araştırmamıza paralel olarak benzer sonuçlara ulaşmışlardır. Cinsiyet sosyal hayatta önemli bir role sahiptir ve bireylerin serbest zaman faaliyetlerini kısıtlayan önemli bir etkendir (Culp 1998). Kadınlar bu konuda zorlanmaktadır, sorumluluklarının içinde kaybolmayıp kendine vakit ayırmak için çabalamaktadır, serbest zaman aktivitelerine vakit ayırabilmede, kadınların erkeklerden daha az fırsat ve şansa sahip olduğunu, bunun da kadının toplumdaki rolünden kaynaklanmaktadır. Serbest zaman aktivitelerine katılımda cinsiyet önemli yer tutmaktadır (Moccia 2000). Örneğin Hudson (2000)' a göre serbest zaman aktivitelerine katılımda erkek ve kadınlar arasında önemli farklılıklar olduğunu ve kadınların erkeklere oranla bu aktivitelere katılımda daha fazla kısıtlamayla karşılaştıklarını belirtmişlerdir. Geçmiş zamandan bu zamana süregelen ataerkil yapı, ne kadar günümüzde kadın çalışsa da kadın ile erkek eşit görülse de, toplumun çoğunluğunda hala ev işleri, çocuk bakımı kadına ait görülmektedir. Ataerkil toplumun getirdiği toplumsal sorumluluklar kadının serbest zaman aktivitelerine katılımını kısıtlamaktadır. Toplumsal roller, çocukların sorumlulukları, evdeki iş-bölümü ve özellikle ev dışında çalışıyor olmak kadının serbest zaman etkinliklerine katılımına engel olmaktadır (Green ve ark 1990). Ayrıca Çin'de kadınlar üzerinde yapılan çalışmada (Chen ve ark 2018) kadın öğretmenler eşlerinin kendileri ile süreci paylaştıklarını söylemiştir. Ama genel olarak bakıldığında kadınların ve erkeklerin

serbest zaman aktivitelerine vakit ayırmak konusunda farklılıkları olduğu görülmüştür. Kadınlar için öncelik evdeki sorumluluklarıdır. Erkekler yardımcı olsa da kadın kendisi ev sorumluluklarına öncelik vermektedir. Önceliğini ailesi gördüğü için kendi ihtiyaçlarından ödün vermektedir. Kendine vakit ayırmaktansa, küçük çocuğunun kaliteli vakit geçirmesini tercih etmektedir. Kısacası sadece zorunluluklar değil tercihler de bu yöndedir. Henderson (1990) çalışmasında benzer bir sonuca ulaşarak, çocuk sahibi olmayan kadınların serbest zaman aktivitelerine vakit ayırmada daha özgür olduklarını ortaya koymuştur. Serbest zaman aktivitelerine katılmada kadınlar erkeklerden daha fazla engelle karşılaşmaktadırlar ve birçok kadın, serbest zaman aktivitelerine katılabilmek için kendilerine yeteri kadar şans verilmediğine inanmaktadır.

Öte yandan Selçuk ve Akdağ'ın (2020) yaptığı çalışmada; serbest zaman etkinliklerinin aile ve sosyal yaşama etkileri incelenmiştir. Yapılan etkinliklerin aile yaşamı ve sosyal yaşamdaki olumlu yansımalarına ilişkin öğretmen görüşleri; ortak eğlenme, aile içi mutluluk, çocuklarla kaliteli zaman geçirme, çocukların bilgi ve becerilerine katkı sağlama, gurur duyma ve çevre edinme gibi sonuçları içermektedir. Özellikle serbest zaman etkinlikleri ile kazanılan bilgi ve beceriler; çocuklarla kaliteli ve verimli zaman geçirme, onların yeteneklerini keşfederek bu doğrultuda bilgi ve beceriler kazanmalarını sağlama sürecinde öğretmenlere önemli katkılar sağlamaktadır

İkinci temada Isparta' da yaşayan kadın öğretmenlerin tercih ettikleri ve yaptıkları en yaygın serbest zaman aktiviteleri incelenmiştir. Serbest zaman etkinlikleri yaşanılan ortam ve koşullara göre farklılaşabilmektedir. Her dönemin kendine özgü popüler serbest zaman aktiviteleri olmuştur (Kuyucu 2017). Pandemi sürecinde katılımcılar serbest zamanlarını çeşitli aktivitelerle geçirmişlerdir. Uzun zamandan beri evlerinde karantina altına kalan bireyler, bu zaman dilimlerini verimli geçirmek adına farklı uğraşlarla ilgilenmektedirler (Güleryüz ve ark 2020). Bu aktiviteler tek bir katılımcıda tek bir aktivite olmamış, tek bir katılımcı birkaç serbest zaman aktivitesini yapmayı tercih etmiştir. Örneğin dinlenmek için müzik dinlerken, kilo vermek için online sporu tercih etmiştir. Bazen de bu ikisini bir arada yapmıştır. Katılımcıların en yaygın tercih ettiği aktivite film izlemek ve ev oyunlarıdır. Bekar katılımcılar film izlemeye daha çok vakit ayırırken, çocuklu aile ile yaşayan

katılımcılar ev oyunlarını da tercih etmiştir. Bunlar kişilerin yaşadıkları ortama, zevklerine, şartlarına göre şekillenmiştir. Daha sonra bulgularda da bahsettiğimiz gibi sırasıyla sosyal medya, spor, yürüyüş, arkadaşlarla online ve yüz yüze görüşme, kitap okuma gibi etkinlikler en yaygınlarıdır. Bu süreçte sosyal medya kullanımında çok ciddi bir artış olmuştur. Ev içinde olan katılımcılar hem dışarı bağlantısını bu şekilde devam ettirmiş. Hem de kaygılarından dolayı bu mecrayı haber kaynağı olarak kullanmışlardır. Güleryüz ve ark (2020) yaptığı araştırmaya katılan 338 katılımcının cinsiyet değişkenine göre 138 kadın (%40,8), 200 erkek (%59,2); eğitim durumlarına değişkenine göre göre 212 lisans (%62,7), 53 yüksek lisans (%15,7), 40 ilköğretim (%11,8), 33 lise (%9,8); meslek durumlarına göre 220 kamu çalışanı (%65,1), 51 özel sektör çalışanı (%15,1), 34 öğrenci (%10,1), 23 ev hanımı (%6,8), 5 Esnaf (%1,5), 3 Emekli (%0,9), 2 çalışmıyor/işsiz (%0,6) olduğu görülmektedir. Ayrıca bu katılımcıların, "Sosyal medya kullanıyor musunuz?" sorusuna 304 Evet (%89,9), 34 Kısmen (%10,1); "Sosyal medya olarak en çok hangisinden vakit geçiriyorsunuz?'' sorusuna ise 119 Instagram (%35,2), 103 Facebook (%30,5), 56 Twitter (%16,6), 36 Diğer (%10,7) ve 24 Youtube (%7,1) cevabını verdikleri görülmektedir. Bu araştırmanın bulgularından biri ise, bireylerin sosyal izolasyon döneminde rekreatif bir etkinlik alanı olarak kullanılan günlük sosyal medya kullanımı 3 saat 01 dakika olduğudur. Buna karşılık Türkiye Cumhuriyeti Cumhurbaşkanlığı İletişim Başkanlığı tarafından 2020 yılında yayınlanan Sosyal Medya Kullanım Kılavuzuna göre sosyal medya kullanımı Türkiye ortalaması 2 saat 51 dakikadır. Çalışmadaki bu bulgu, sosyal izolasyon sürecinde sosyal medya kullanımının arttığını göstermektedir.

Ayrıca çoğu öğretmen film izlemiştir. Bu da bütün işler bitince bir dinlenme ve zaman geçirme şeklidir. Bu süreçte özellikle izlenen dizi miktarı da artmıştır. Pandemide korkunun hâkim olduğu dönem de film ve diziler katılımcıların başka şeylere yönelmesinde ve kendilerini rahatlatmalarında etkilidir. Bu süreçte ilk defa aile içi oyunları oynayıp bunun faydasını fark eden katılımcılar olmuştur. Yürüyüşü, başka spor yapmayan katılımcıların da tercih ettiği görülmektedir. Daha öncesinde vakit ayırmasa da böyle bir şeye bu süreçte ihtiyaç haline gelmiştir. İnsanların dışarı çıkmaları yasakken evlerinin etrafında yürümeleri önemli bir etkinliğe dönüşmüştür. Açık havaya çıkma şekilleri yürüyüş olmuştur. Erdinç (1999) tarafından yapılan çalışma da kadınların bu alanları tercih nedenleri olarak temiz hava, bol oksijen ve doğa ile baş başa olmaları olduğu belirlenmiştir. Bu nedenle insanlar bu alanları temiz

hava ve doğal çekiciliklerinden dolayı tercih etmektedir. Bu yüzden kadınlar öğretmenler bu süreçte serbest zamanlarını ev içinde, fırsatları oldukça da açık hava da geçirmiştir. Karaküçük (1995) öğretmenler üzerinde yaptığı araştırmada serbest zaman etkinliklerine katılım yeri olarak ilk sırayı ev, ikinci sırayı açık ve kırsal alan almaktadır. Serbest zamanın nasıl değerlendirildiği konusunda Türker ve ark (2016) yaptığı araştırma katılımcıların daha çok evde ve açık alanda serbest zaman değerlendirdikleri görülmektedir. Serbest zamanın aktivitelerinin bu süreçte yapılan faaliyetlerinin yaşam kalitesini arttırma ile ilgili etkileri incelendiğinde, bireylerin yaşamını daha kaliteli ve verimli geçirmelerini sağlayacak aktivitelerin öne çıkarılması önemli hale gelmektedir. Özellikle pandemi sürecinde ev içinde geçirilen zamanın pasif aktiviteleri arttırdığı görülmektedir (Giacobbi ve ark 2005).

Başka bir çalışmada Bilgili (2019) 'da yaptığı, katılımcıların serbest zamanları nasıl değerlendirdiklerine yönelik çoklu yanıtlarında %84,6'sının ev içi aktivitelere katılarak, %21,3'ünün açık alan etkinliklerine katılarak geçirdiği sonucuna ulaşmıştır. Yine yapılan başka bir araştırma da (Erken 2008) Kadın ve erkek öğretmenlerin büyük bir bölümünün serbest zamanlarını "evde" geçirdikleri ayrıca kadın öğretmenlerin "doğaya, dinlenme alanlarına", erkek öğretmenlerinse "dernek, sendika ve sosyal kulüplere" zaman ayırdıkları görülmüştür. Bu çalışmalar pandemi öncesinde de durumun çalışmamızla benzer olduğunu, kadın öğretmenlerin pandemi öncesinde de ev yaşantısına ve doğaya vakit ayırdıklarını göstermiştir. Bunun sebepleri aile kültürü, evdeki sorumluluklar, iş yerinde yorulmak olmakla beraber maddi engellerdir. Çin'de 453 kadın arasında yapılan bir çalışmada kadınların en sevdiği üç aktivite internette gezinmek, çay içmek, sohbet etmek ve seyahat etmek, sonraki dört aktivite film, TV, parkta yürüyüş yapmak, akraba ve arkadaş ziyareti ve spor yapmak olarak saptandı (Chen ve ark 2018).

Pandemi ilan edildikten sonra sosyal izoalsyon sürecinde öğretmenler ve diğer bütün insanlar gibi 60 yaş üstü bireylerde evde çok fazla vakit geçirmiştir. Hatta bu gruba uygulanan yasaklar daha katı olmuştur Aykut ve Aykut (2020) yaptığı çalışmada alınan tedbirler kapsamında evde kalan 60 yaş ve üzerindeki bireyler, evde kaldıkları zamanı ağırlıklı olarak televizyon izleyerek ve kitap okuyarak geçirmektedirler. Bunların dışında resim yapmak, müzik dinlemek, bilgisayar başında vakit geçirmek, görüşülemeyen arkadaşlar ile telefonla konuşmak ve ev işleri yapılan diğer aktiviteler

olarak belirlenmiştir. Bu grup ev içinde yaptıkları aktiviteler açısından bizim çalışmamızda çıkan sonuçlarla benzerlik göstermektedir.

Ayrıca bir serbest zaman etkinliği olarak doğa sporları Covid-19 pandemi sürecinde yapılabilir bir seviyede gözükmekte ve açık alanda yapılmasından dolayı avantaj sağlayabilmektedir. Bir çalışma, yeşil bir çevrede yaşamanın, stres seviyeleri ve fiziksel aktivite miktarı gibi sağlık göstergeleriyle pozitif olarak ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (De Vries ve ark 2003).

Yine genç ve öğrencilerden oluşan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin izolasyon sürecinde kitap okuyup kişisel gelişimine katkı sağladıklarını, sevdikleri enstrümanı öğrenmeye çalıştıklarını, boş geçen sürece derslerine önem verdiklerini ya da çeşitli sınavlara hazırlandıklarını ve aileleri ile iletişimlerini artırdıkları sonucuna ulaşılmıştır (Akyol ve ark 2020).

Üçüncü Temada pandemi sürecinde kadın öğretmenlerin kendilerine vakit ayırmalarında kısıtlayıcı etkenler olarak algılanan engellerin ev işleri, yemek, çocuk bakımı, online dersler, aile büyüğü sorumluluğu, online toplantılar, eş sorumluluğu gibi faktörler olduğundan bahsedilmiştir. Yapılan çalışmalar kadınların ücretli çalışma saatleri ve ev işlerinin, serbest zaman ile negatif ilişkili olduğunu göstermiştir. Kadınlar bunlardan birine ne kadar çok zaman ayırırsa, o kadar az serbest zaman ı azalıyor (Firestone ve Shelton 1994). Koreli göçmen kadınlar üzerinde yapılan çalışmada anne olan kadınların serbest zamanlarının daha kısıtlı olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca yorgunluk, zaman eksikliği, motivasyon eksikliği, olumsuz hava koşulları serbest zaman aktivitelerine ayrılacak vakti kısıtlar (Henderson ve Ainsworth 2000). Aile rolleri ve sorumlulukları kültürel temelli kısıtlamalardır ve toplumun beklentilerini oluşturur. Dünya da kadınlar ırk, etnik köken ne olursa olsun çocuk bakımı ve aile sorumluluğunu üstlenir. Bunlarda önemli kısıtlamalar oluşturur (Miller ve Brown 2005). Buna bir örnek verecek olursak Latin Amerikalı kadınların serbest zaman kısıtlayıcıları ile ilgili yapılan bir çalışmada çocuk bakımı, ev işleri, toplumun kültürel değerleri nedeniyle ana kısıtlayıcılar olmuştur. Bununla beraber sadece doğal ve kültürel değerlerin değil ekonomik koşullarında serbest zamanı etkilediği görülmektedir (Crespo 2000).Yine Brezilyalı sağlık çalışanı kadın üzerinde yapılan araştırmada birçok kadının ev işlerinden sorumlu olduğu gerçeği, ev işlerini yürütmek sorumluluğunda olması, ev içi faaliyetlerin iş ile birikmesi, serbest zaman aktiviteleri

için zaman ayırmalarını zorlaştırmaktadır (Rocha ve ark 2018) .Yapılan başka bir çalışma da (Kulakac ve ark 2006) ise çocuk bakımı ile ilgili sorumluluk duygusunun çalışmada görüşülen kadınların çoğunluğu için serbest zaman aktivitesine katılımlarında karşılaştıkları engel olmakla birlikte, onlar için kabul edilebilir ve normal bir kaygıdır. Yapılan çalışmalarda bu faktörlerin kadınların genel olarak serbest zaman deneyimlerinde önemli olduğu ortaya çıkarılmıştır (Bialeschki ve Michener 1994). Ayrıca, Robinson (1988), evli insanların evli olmayanların aksine, serbest zaman için daha az zamanlarının olduğunu belirtmiştir. Benzer şekilde yapılan çalışmalar da evdeki küçük çocukların serbest zaman miktarını azalttığını bildirmiştir (Bittman 1998).

Yukarıdaki çalışmalarda da görüldüğü gibi birçok ülkedeki kadınların serbest zaman kısıtlayıcıları bizim çalışmamızla benzerlik göstermektedir. Serbest zaman fiziksel aktivite kısıtlayıcılarını belirlemek, bireylerin fiziksel aktiviteye katılımında önemli rol oynamaktadır (Gümüş ve ark 2014). Çalışmamızda öncelikle online ders, katılımcıların çoğunluğu tarafından serbest zaman kısıtlayıcısı olarak görülmüştür. Eskiden sabah kalkıp işine giden oradayken ev sorumluluklarından uzaklaşan öğretmenler bu süreçte online dersleri evlerinden yürüttüğü için bütün sorumlulukları aynı zamanda olmuştur. Çocuk bakımı sabah kahvaltıları, online dersler aynı saatlerde kesişmiştir. Öğretmenler ders aralarında okulda çay içebilirken çocuklarının kahvaltısını veya evin başka bir sorumluluğunu yerine getirmek için çabalamışlardır. Çalışmamızda online dersler, çocuk bakımı, ev işleri, yemek, online toplantılar, eş sorumlulukları gibi etkenler kısıtlayıcı olarak belirlenmiştir. Kadın öğretmenler sürecin ilk zamanlarını atlattıktan sonra bu kısıtlayıcılara göre günlerini şekillendirmişlerdir. Bu süreçte kendilerine vakit ayırma çabasında olmuşlardır. Ev işlerini ve online dersleri, diğer sorumluluklarını programlı bir şekilde düzene koymuşlardır. Pandemi öncesi araştırmalara bakıldığında araştırmalar incelendiğinde öne çıkan serbest zaman engellerinin; maddi imkansızlıklar (Selçuk ve Akdağ 2020), zaman darlığı, tembellik, eşlik edecek arkadaş yokluğu ve tesis yetersizlikleri (Erken 2008) olduğu anlaşılmaktadır. İnsanlar temel ihtiyaçlarını karşılayıp sonrasında maddi durumları olanak sağlıyorsa serbest zamanlarını değerlendirmek isterler. Serbest zamana aktivitelerine katılmak bireyler için bir harcama gerektirmektedir. Gelir düzeyi sadece bireyin yaptığı serbest zaman aktivitesini değil, türünü, sıklığını, motivasyonunu ve yeteneklerini de belirleyen bir etken olarak önümüze çıkmaktadır

(Ingen ve Eijck 2009). Dattilo ve ark (1994) çalışmayan kadınlar üzerinde yapmış olduğu araştırma sonuçlarına göre bir işte çalışan ve geliri olan kadınların geliri olmayan 110 ev kadınına göre serbest zaman aktivitelerine katılımlarının daha çok olduğunu göstermiştir. Bunların dışında Alexandris ve Carroll (1997) tarafından üniversite öğrencilerinin rekreasyonel sportif aktivitelere katılma sıklıkları ve bu katılımı engelleyen faktörler üzerine yaptıkları araştırmasında ise bilgi eksikliği ve bireyin motive olma düzeyi ile engelleri algılama düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Yine başka bir çalışmada katılımcıların serbest zaman faaliyetlerine katılamama nedenleri çalışma hayatları, vakit yokluğu, yapılacak faaliyetlerin azlığı, ekonomik yetersizlikler, arkadaş eksikliği, alışkanlık eksikliği olarak belirlenmiştir (Türker 2016).

Pandemi döneminde kadın öğretmenlerin serbest zaman engellerinin bir kısmı normal süreçten farklıdır. Süreç içerisinde zaten maddiyatın ve arkadaş eşliğinin önemi kalmamıştır. Zaman darlığı pandemi öncesin de de sırasında da engel teşkil etmeye devam etmiştir. Zaman darlığı geniş bir kavramdır bahsedilen kısıtlayıcıların hepsi zaman darlığı yaratır. Çalışan bütün kadınlar gibi kadın öğretmenlerinde hayatı evden ve işyerinden oluşan sorumluluklar içerisinde ilerlemektedir. Zaman ile sürekli yarış halindedirler. Bu yoğunluk hayatlarında zaten bir sistem gerektirdiği için, programsız bir şekilde işten gelip ev sorumluluklarını tamamlayamayacakları için, pandemi döneminde yeni sisteme ayak uydurmaları zor olmamıştır. Burada katılımcıların eğitimci olması, öğrenim düzeyleri, kendini geliştirmeye açık olmaları rol oynamıştır.

Dördüncü temada kadın öğretmenlerin temel güdüleyicilerinden bahsedilmiştir. Serbest zaman motivasyonunun serbest zaman katılımı üzerinde önemli bir etkisi vardır (Chen and Chen 2013). Yapmış olduğumuz araştırmada görülmüştür ki kadın öğretmenlerin serbest zaman aktivitelerine vakit ayırma konusunda motivasyon kaynakları vardır. Kadınlar bütün sorumluluklarını yerine getirdikten sonra kendilerine serbest zaman ayırmışlardır. Yapılan çalışma göstermiştir ki kadınların en yoğun dönemlerinde, hiç alışık olmadıkları pandemi sürecinde bile her şeyden bağımsız kaldıkları bir alan yaratmışlardır, kendilerine ayırdıkları bu zaman diliminden vazgeçmemişlerdir, Öncesinde bu kadar çabalamayan katılımcılar bile pandemi sürecinde serbest zaman da bağımsız alanlarını korumaya

çalışmışlardır. Pandemi sürecinde serbest zamanları kendilerini hatırlayabildikleri bilinçli bir süreç olmuştur. Kadınlar bu bağlamda denebilir ki; kendilerini önemsemeye ve de önemsetmeye, ilk olarak ev-içi görevlerini aksatmadan kendilerine ait bir zaman yaratacak şekilde program yapmayla başlamışlardır (Bulgu ve ark 2007). Pandemi sürecinde boş geçen zamanın farkına varmış ve bu zamanı daha iyi hale getirme, kaliteli zaman geçirme, kendini geliştirme, bedenen ve ruhen iyi hissetme, ev halkı ile güzel vakit geçirebilme, rahatlama, takdir görme, huzurlu hissetme, kendini yenileyebilme, daha iyi görünme, daha sağlıklı olmak gibi güdüleyicilerle daha kaliteli hale getirmişlerdir. Kadınların bazıları için sağlıklı olmak kilo vermekle eşdeğer saymıştır. Egzersizin sağladığı yararların daha çok beden sağlığı ve kilo olarak dile getirilmesinin ardında kadınların bedenlerini tanıyıp önemsemeleri dikkat çekmektedir (Aşçı ve ark 2008). Motivasyon araçları fertlerin karakter özelliklerine göre ve değer yargılarına göre değişkenlik gösterebilir (Konur 2006). Ayrıca güdüleyiciler yaşa göre, kiloya, sağlık durumuna, sorumluluk çokluğuna göre değişmiştir. Ama her kadın öğretmen serbest zaman etkinliği yapmıştır. Kendisini serbest zaman ayırmadığı veya aktivite yapmadığını söyleyen bir kadın öğretmene araştırma için de rastlanılmamıştır. Ne kadar yoğunluktan bahsetseler de bilinçli veya bilinçsiz serbest zaman aktivitesi yapmışlardır. Ashford ve ark (1993), kadınların erkeklere oranla psikolojik ihtiyaç, hastalıklardan korunma, gibi sebeplerden serbest zaman aktivitesi yaptıklarını belirlemiştir. Ayrıca çalışmamızla benzer sonuçlar bulan başka bir çalışmada 16 yaş ve üzeri 316 katılımcıyla yapılan çalışma sonuçlarına göre, bireylerin rekreasyon faaliyetlerine motivasyon faktörlerin en başında "sağlık", "fiziksel zindeliğin geliştirilmesi" ve "rahatlama" olduğunu göstermektedir (Ashford ve ark 1993). Bankacılık sektörü çalışanları üzerinde yaptığı çalışmada sportif rekreasyonel faaliyetlere katılmaya motive eden unsurlar ortalamalara göre sağlık, beceri gelişimi, sosyal ve eğlence vücut ve gelişim ve rekabet olarak sıralanmıştır (Çetinkaya ve Ay 2015). Bu çalışmalardan farklı olarak pandemi öncesinde sosyalleşmek ciddi bir motivasyon kaynağıydı. Beggs ve ark (2004) serbest zaman etkinliklerine katılma güdüleyicilerinin sosyalleşmek, katılımcıların yaptıkları aktivitelerde yeni arkadaş edinmek, önceden olan arkadaşlıkları sürdürmek ve sosyal etkileşime girmek için katıldıklarını belirlemiştir. Yine yapılan bir çalışmada keyif duygusunun motive ettiği görülmüştür (Hills ve ark 2000). Tinsley ve Eldredge (1978) göre rahatlama, mutluluk, bilişsel teşvik, yenilik ve yaratıcılık, bireysel gelişim serbest zaman aktivitelerinde motivatör olmuştur.

Kadınlar kendileri için bir şey yapmak istemektedir. İster çocuğu olsun ister olmasın ister ücretli bir dışarıda çalışıyor olsun ister ev içinde çalışıyor olsun, kadınlar zamanlarının bir bölümünü kendileri için yararlı olacak bir etkinlik yaparak geçirmek istiyorlar. Özellikle bazı kadınlar, kendilerinin temel sorumluluk alanının ev (ev bakımı, eş ve çocuk bakımı vb.) ile ilişkili olarak kabul edilmesinden rahatsızlık duyuyorlar ve bu rahatsızlıklarını ifade etmek için ev dışı alanda yer almanın, farklı etkinliklere katılmanın yollarını arıyorlar (Aşçı ve ark 2008). Kadınların yaptıkları serbest zaman etkinliklerini sorumlulukları, motivasyon sebepleri, sağlıkları, psikolojik durumları, beklentileri, bilinç düzeyleri ve ihtiyaçları gibi etkenler belirlemektedir. Eğer katılımcının aile yaşantısı varsa aile ile birlikte ev oyunları oynayabilmekteyken, tek başına yaşayan bir katılımcı doğa da vakit geçirmeyi veya online görüşmeyi tercih edebilmektedir. Fakat buralarda da çok fazla değişken devreye girmektedir. Erken'in (2008) yaptığı araştırmada, kadın öğretmenler serbest zamanlarında spor yapmayı, kitap okumayı, film/ dizi izlemeyi, aile oyunlarını, yürüyüşü, sosyal medya da vakit geçirmeyi tercih etmişlerdir. Öğretmenler üzerinde yaptığı çalışmada katılımcılar serbest zamanlarında kitap okumayı, müzik dinlemeyi, tv izlemeyi, sinemaya gitmeyi, pazara gitmeyi, mağazalarda gezip alışveriş yapmayı, spor yapmayı ve karşılaşma izlemeyi, sosyal kültürel faaliyetlere katılmayı, komşularına ve akrabalarına gitmeyi tercih ettikleri sonucuna ulaşmıştır. Buradan da anlaşılıyor ki pandemi öncesinde ev içi aktiviteler zaten yapılıyorken yanı sıra sosyalleştiren aktiviteler yapılmıştır. Pandemi sürecinde ise katılımcılar sosyal izolasyonda olduğu için ev aktiviteleri çoğalmış, dışarı da sosyal çevre ile yapılan aktiviteler de eve taşınmıştır.

6. SONUÇ ve ÖNERİLER

Pandemi döneminde Isparta'da yaşayan kadın öğretmenleri serbest zaman deneyimleri, bu konudaki tercihleri, görüşleri, yaşadıkları engeller, düşünceleri dört tema üzerinden incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda kadınların erkeklere göre serbest zaman aktivitelerine daha zor vakit ayırabildikleri, ayrıca serbest zamanlarında dizi/film izlemeyi, kitap okumayı evde ev halkı ile ev oyunları oynama, spor, yürüyüş yapma, sosyal medya da vakit geçirmeyi, arkadaş ve akraba ile online veya yüz yüze görüşmeyi genelde tercih ettikleri görülmüştür. Kadın öğretmenlerin ev içi sorumlulukları ve online dersleri serbest zaman engellerinin başında gelmektedir. Yine bu süreçte kadın öğretmenleri fit görünmek arzusu, kendini geliştirme, kaliteli zaman geçirme, keyif alma duygusu gibi güdüleyiciler harekete geçirmiştir.

Öğretmenlerin bu dönemde kendilerine vakit ayırmaları onlara psikolojik olarak iyi gelmiştir. Kapalı oldukları bu dönemde hayatlarına anlam katmış ve özgüven kazandırmıştır. Serbest zaman etkinlikleri ile çeşitli alanlarda kazandıkları becerilerin ders anlatım sürecinde alternatif yöntem ve teknikleri kullanmalarında sağladığı katkılar, mesleki gelişime katkılar temasında öne çıkmaktadır.

Pandemi süreci bütün insanlara olduğu gibi öğretmenlere de olumsuz sonuçlar yarattığı alışık olmadıkları bir ev içi tempoya girdikleri ve bunun strese yola açtığı görülmüştür. Ev içinde yaptıkları serbest zaman etkinliklerinin izolasyon sürecinde mesleki gelişimlerine katkı sağladığı, kendilerini sosyal hissetmelerine yarar sağladığı, ev içinde artan sorumlulukların yarattığı sıkıntıları hafiflettiği görülmüştür. Ev içinde online dersler ile ev işlerinin kesişmiş olmasının yarattığı olumsuz duyguları azaltabilmek için kendi istek ve tercihleri ile kendilerine ayırdıkları vakitte yaptıkları aktiviteler, bir sonraki güne yenilenmiş ve enerjik başlamalarına ve günü sürdürmelerine yardımcı olacaktır. İzolasyondan kaynaklanan birbirinin aynısı geçen günlere farklılık katmıştır.

Dördüncü temada temel güdüleyicilerin neler olduğu incelenirken anne olan kadın öğretmenlerin serbest zaman aktivitelerinde çocuklarının kaliteli vakit geçirmelerinden mutluluk duydukları bunu sorumluluktan çok mutluluk duyarak, keyif almak için yaptıkları görülmüştür. Yapılan bu etkinlikler aile bağlarını güçlendirmiş, beraber vakit geçirmenin keyfini hatırlatmış, aile arasında iletişimi

artırmıştır. Bu süreçte kullanılan internet süresi çok artmıştır, kişilerin yalnızlaşmasına sebep olan bu durum serbest zamanlarda aşılabilmektedir.

Özetle pandemi sürecinde kadın öğretmenler ev içinde yeni bir düzene geçmişlerdir. Ev içindeki sorumluluk, yalnızlık, birbirinin tekrarı günler, dışarı çıkamamanın verdiği sıkıntı, yenilen yemek miktarının ve ev işlerinin artması, online dersleri ile evdeki sorumlulukların çakışması genel olarak sürecin zorluklarla geçmesine sebep olmuştur. Bu süreçte sorumlulukların yarattığı engeller, kadın olmanın verdiği öncelikler, ihtiyaçtan ya da keyif duygusundan kaynaklanan motivasyon sebepleri eşliğinde kadın öğretmenler bu süreçte serbest zaman aktivitelerinde bulunmuştur. Bu durumda eğitim düzeylerinin yüksek olup zamanı doğru kullanmayı biliyor olmalarının büyük etkisi vardır.

Serbest zaman aktivitelerinin kadınlara ve topluma faydaları göz önüne alındığında, kurumların serbest zaman aktivitelerine olan çalışmalarının arttırılması gerektiği düşünülmektedir. Kadınlara daha fazla faaliyet programları düzenlenmelidir. Bu bağlamda kadın öğretmenlerin pandemi sürecinde serbest zamanlarını değerlendirmeleri ve sosyalleşmeleri amaçlı açık alanda faaliyetler düzenlenebilir. Sosyal kurallara uygun bir şekilde sosyalleşip eğlenmeleri, güzel vakit geçirmeleri sağlanabilir. Bunlar Belediye, Gençlik Spor İl Müdürlükleri veya Milli Eğitim İl Müdürlükleri tarafından gerçekleştirilebilir. Ayrıca yine bu kurumlar tarafından açık alan yürüyüşleri, açık alan stadlarda yoga ve ya dans seansları düzenlenebilir. Öğretmenlerin ev hayatını paylaştıkları insanlara bilinçlendirme, sorumluluk paylaşma adına online veya yine açık alanda eğitimler verilebilir. Ayrıca televizyon üzerinden çocuklara sorumlulukları hakkında eğitim verilebilir. Serbest zamanlarında yapacakları aktivitelerde kararsız olanlara, hizmet içi eğitim verebilen EBA platformundan online kurs ev ya motivasyon videoları paylaşılabilir. Anne olan öğretmenlere çocuklarıyla ev içinde vakit geçirebilecekleri aktivite eğitimleri verilebilir. Bu hem mesleklerine hem aile hayatlarına, psikolojilerine katkı sağlar. Ayrıca online ders saatlerinin ayarlanmasında öğretmenin görüşü alınabilir, anneliği ile mesleğinin aynı saatlere çakıştığı bu zorlu süreç için çözümler üretilebilir.

Ayrıca, nitel araştırma yöntemiyle yapılmış olan bu çalışma konusu nicel araştırma yöntemleri ve karma yöntemlerle de çalışılabilir. Isparta'da yaşayan kadın öğretmenler özelinde yapılan çalışma konusu, metropollerde de aynı şekilde

çalışılabilir. Bu çalışma öğretmenler üzerinde uygulanmıştır, başka meslek dalların da da benzer çalışmalar yapılabilir.

Pandemi sürecindeki serbest zaman etkinlikleri meslekleri üzerinde etkileri, branşlarının yaptıkları serbest zaman etkinlikleri üzerine etkisi gibi çalışmalar yapılabilir.

7. KAYNAKLAR

Ağaoğlu Y, Taşmektepligil M, Bayrak M, 2005. Dünyada ve Türkiye'de serbest zaman kavramının tarihsel gelişimi. *Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 2*, 1-10.

Ahn DG, Shin HJ, Kim MH, Lee S, Kim HS, Myoung J, Kim SJ, 2020. Current status of epidemiology, diagnosis, therapeutics, and vaccines for novel coronavirus disease 2019 (COVID-19). *Journal of Microbiology and Biotechnology, 30*, 313-24.

Akbaş ÖZ, Dursun C, 2020. Koronavirüs (Covid-19) Pandemisi Sürecinde Özel Alanına Kamusal Alanı Sığdıran Çalışan Anneler. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi, 7*, 78-94.

Akyol G, Başkan, AH, 2020. Yeni tip koronavirüs (Covid-19) döneminde spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin karantina zamanlarinda yaptiklari etkinlikler ve sedanter bireylere önerileri. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi, 7*, 190-03.

Alexandris K, Carroll B, 1997. Demographic differences in the perception of constraints on recreational sport participation: Results from a study in Greece. *Leisure Studies, 16*, 107-25.

Ardahan F, Turgut A, Kalkan, A. 2016. *Her Yönüyle Rekreasyon* ,1. Baskı. Ankara: Detay Yayımcılık, s.1-5

Aşçı F, Koca C, Bulgu N, 2008. Türkiye'de kadınların fiziksel aktiviteye katılımlarının toplumsal sınıf ve toplumsal cinsiyet ekseninde analizi: Fiziksel aktiviteye katılım kadının toplumsal konumunu güçlendirici bir etkiye sahip olabilir mi. *TÜBİTAK, Araştırma Projesi*.

Ashford B, Biddle S, Goudas M, 1993. Participation in community sports centres: motives and predictors of enjoyment. *Journal of sports sciences, 11*, 249-56.

Aydın C, 2020. *Kadınların serbest zaman aktivitelerine katılımını belirleyen faktörler.* Doktora Tezi, Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.

Aydoğan F, Baysal A, 2004. *Düşlerimizi Artık televizyon kuruyor: medya ve popüler kültür üzerine yazılar, 1. Baskı*, İstanbul: MediaCat Akademi, s.156.

Aykut SS, Aykut S, 2020. Koronavirüs pandemisi sebebiyle evde kalıp sokağa çıkamayan 60 yaş üstü bireylerin serbest zaman aktivitelerinin belirlenmesi aktivitelerinin belirlenmesi ve pandeminin getirdiği yaşamsal değişiklikler hakkındaki düşüncelerin değerlendirilmesi. Journal of International Social Research *13*, 480-90.

Aytaç Ö, 2002. Serbest zaman üzerine kuramsal yaklaşımlar. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 12*, 231-60.

Bakıcı C, Aydın E, 2020. Türkiye'de kadın çalışanların iş yaşam dengesini şekillendirmede ataerkilliğin rolü. *Economics Business and Organization Research, 2*, 82-98.

Beggs BA, Stitt J E, Elkins DJ, 2004. Leisure motivation of participants and nonparticipants in campus recreational sports programs. *Recreational Sports Journal, 28*, 65-77.

Bialeschki MD, 1990. The feminist movement and women's participation in physical recreation. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 61*, 44-47.

Bialeschki MD, Michener S, 1994. Re-entering leisure: Transition within the role of motherhood. *Journal of Leisure Research, 26*, 57-74.

Bianchi SM, Milkie MA, Sayer LC, Robinson JP, 2000. Is anyone doing the housework? Trends in the gender division of household labor. *Social Forces, 79*, 191-28.

Bilgili Ö, 2019. *Akademik personellerin serbest zaman faaliyetlerindeki kolaylaştırıcıları ile motivasyon düzeyleri arasindaki ilişkinin incelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.

Bittman M, 1998. The land of the lost long weekend? Trends in free time among working age Australians, 1974–1992. *Loisir et societe/Society and Leisure, 21*, 353-78.

Bloom N, Liang J, Roberts J, Ying ZJ, 2015. Does working from home work? Evidence from a chinese experiment. *Quarterly Journal of Economics, 130*, 165-18.

Brewer D, Teeter E, 2007. *Egypt and the Egyptians,* 2 nd ed, USA: Cambridge University Press, p.10.

Bulgu N, Arıtan CK, Aşçı, FH, 2007. Gündelik yaşam, kafın ve fiziksel aktivite. *Spor Bilimleri Dergisi, 18*, 167-81.

Burton TL, 1996. Safety nets and security blankets: False dichotomies in leisure studies. *Leisure Studies, 15*, 17-30.

Büyüköztürk Ş, Çakmak Ç, Akgün ÖE, Karadeniz Ş, Demirel F, 2014. *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* ,17 th. Ed. Ankara: Pegem Yayınları, s. 255.

Buz S, Akçay S, 2015. Sosyal hizmet araştırmasında etik. *Toplum ve Sosyal Hizmet, 26*, 149-62.

Çarkoğlu A, Kalaycıoğlu E. Türkiye'de aile, iş ve toplumsal cinsiyet. *İstanbul: Koç ve Sabancı Üniversitesi.*

Çetinkaya G, Ay Y, 2015. *Şirket Çalışanlarını Sportif Rekreasyonel Faaliyetlere Katılmaya Motive Eden Unsurların İncelenmesi.Doktora Tezi.* Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Chen M, Xue S, Shi Y, 2018. Leisure activities and leisure motivations of Chinese residents. *Plos One,1- 13*.

ChenYC., Li RH, Chen SH, 2013. Relationships among adolescents' leisure motivation, leisure involvement, and leisure satisfaction: A structural equation model. *Social indicators Research, 110*, 1187-99.

Codina, N, Pestana JV, 2019. Time Matters Differently in Leisure Experience for Men and Women: Leisure Dedication and Time Perspective. *Public health information, ResearchGate, Erişim Tarihi, 01Ocak 2021. Erişim adresi,* t: https://www.researchgate.net/publication/334454773.

Crawford DW, Jackson E L, Godbey G. 1991. A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences, 13*, 309-20.

Crespo CJ, 2000. Encouraging physical activity in minorities: eliminating disparities by 2010. *The Physician and Sportsmedicine, 28*, 36-51.

Croswell JW, 2013. *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*, 4th ed. London: SAGE Publications, p. 19-20.

Culp RH, (1998). Adolescent girls and outdoor recreation: A case study examining constraints and effective programming. *Journal of Leisure Research, 30*, 356-79.

Dattilo J, Dattilo AM, Samdahl DM, Kleiber DA, 1994. Leisure orientations and self-esteem in women with low incomes who are overweight. *Journal of Leisure Research, 26*, 23-38.

De Vries S, Verheij RA, Groenewegen PP, Spreeuwenberg P, 2003. Natural environments—healthy environments? An exploratory analysis of the relationship between greenspace and health. *Environment and Planning, 35*, 1717-31.

Demir C, Demir N, 2006. Bireylerin serbest zaman faaliyetlerine katilmalarini etkileyen faktörler ile cinsiyet arasindaki ilişki: lisans öğrencilerine yönelik bir uygulama. *Ege Academic Review, 6*, 36-48.

Eker H, 2018. Toplumsal cinsiyet bağlamında iş dışı zaman kullanımı: Kamuda çalışanlar üzerine sosyolojik bir değerlendirme. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 8*, 1218-20.

Ekonomik Kalkınma ve İşbirliği Örgütü, 2011. Balancing paid work, unpaid work and leisure. National Time Use Surveys.Erişim Tarihi: 01.011.2021. Erişim adresi: https://www.oecd.org/gender/balancing-paid-work-unpaid-work-and-leisure.htm

Erdinç G, 1999. Kentsel ve kırsal rekreasyon. *Tarım ve Köy İşleri Dergisi, 129*, 30-32.

Erken K 2008. *Öğretmenlerin serbest zamanlarında spor faaliyetlerine katılmalarının incelenmesi.* Yüksel Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.

Firestone J, Shelton BA, 1994. A comparison of women's and men's leisure time: Subtle effects of the double day. *Leisure Sciences, 16*, 45-60.

Ghebreyesus TA, 2020. Strengthening our resolve for primary health care. *Bulletin of the World Health Organization, 98*, 726.

Giacobbi PR, Hausenblas HA, Frye N, 2005. A naturalistic assessment of the relationship between personality, daily life events, leisure-time exercise, and mood. *Psychology of Sport and Exercise, 6*, 67-81.

Goodale TL, Witt PA, 1989. *Recreation non-participation and barriers to leisure*. Third ed. Venture Publishing.

Green E, Woodward D, Hebron S, 1990. *Women's Leisure, What Leisure?: A Feminist Analysis*.2nd ed, London, Macmillan International Higher Education, s. 56-57.

Green E. (1998). 'Women doing friendship': An analysis of women's leisure as a site of identity construction, empowerment and resistance. *Leisure Studies, 17*(3), 171-85.

Güleryüz S, Esentaş M, Yıldız K, Güzel P, 2020. Sosyal izolasyon sürecindeki bireylerin serbest zaman değerlendirme biçimleri: Sosyal medya kullanım amaçları ile sosyal medya bağımlılığı ilişkisinin incelenmesi. *Focuss Spor Yönetimi Araştırmaları Dergisi, 1*, 31-45.

Gümüş H, Özcan I, Karakullukçu Ö, Yıldırım İ, 2014. Ortaöğretim Kurumlarında Serbest Zaman Fiziksel Aktivite Kısıtlayıcıları. *International Journal of Sport Culture and Science, 2*, 814-25.

Güven EÖ, Çay A, Özavcı R, Korkutata A, 2021. Pandemi Döneminde Serbest zaman ı Değerlendirme Davranışlarının Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesi. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi, 5* , 2017-35.

Henderson KA 1990. Anatomy is not destiny: A feminist analysis of the scholarship on women's leisure. *Leisure Sciences, 12*, 229-239.

Henderson KA, Ainsworth BE, 2000. Enablers and constraints to walking for older African American and American Indian women: the Cultural Activity Participation Study. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 71*, 313-21.

Henderson KA, Allen KR, 1991. The ethic of care: Leisure possibilities and constraints for women. *Loisir et societe/Society and Leisure, 14*, 97-13.

Henderson KA, Presley J, Bialeschki MD, 2004. Theory in recreation and leisure research: Reflections from the editors. *Leisure Sciences, 26*, 411-25.

Hills P, Argyle M, Reeves R, 2000. Individual differences in leisure satisfactions: An investigation of four theories of leisure motivation. *Personality and Individual Differences, 28*, 763-79.

Hudson S, 2000. The segmentation of potential tourists: Constraint differences between men and women. *Journal of Travel Research, 38*, 363-68.

Ingen VE, Eijck, KV, 2009. Leisure and social capital: An analysis of types of company and activities. *Leisure Sciences, 31*, 192-06.

Iwasaki Y, Mackay K J, Mactavish JB, Ristock J, Bartlett J, 2006. Voices from the margins: Stress, active living, and leisure as a contributor to coping with stress. *Leisure Sciences, 28*, 163-80.

Juniu S, 2000. Downshifting: Regaining the essence of leisure. *Journal of Leisure Research, 32*, 69-73.

Karabulut AB, 2020. Pandemi Sürecinde Kadın: Bir Bilançoya Dair Düşünceler. *MEYAD Akademi, 2*, 69-83.

Karadaş N, 2015. Zaman kavramına kuramsal yaklaşımlar ve internet'te şimdiki zaman olgusu. *Folklor/edebiyat, 21*, 325-41.

Karaküçük S, 1995. Okulların Serbest zaman ları Değerlendirme Rekreasyon Eğitimindeki Rolü. Milli Eğitim Dergisi, 128, 62-66

Karaküçük S, 1999. *Rekreasyon Serbest zaman Değerlendirme* , Altıncı Baskı.,Ankara, Bağırgan Yayınevi.

Kay T, & Jackson G, 1991. Leisure despite constraint: The impact of leisure constraints on leisure participation. *Journal of Leisure Research, 23*, 301-13.

Kulakac O, Buldukoglu K, Yilmaz M, Alkan S, (2006). An analysis of the motherhood concept in employed women in south Turkey. *Social Behavior and Personality: an international journal, 34*, 837-52.

Kurt M, 2020. COVİD-19 (Corona-Virus-Diseas) ile Kişisel Koruyucu Önlemleri Yeniden Düşünmek. *Journal of Biotechnology and Strategic Health Research*, 4, 72-77.

Kuyucu M, 2017. Gençlerde akıllı telefon kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığı sorunsalı:"Akıllı telefon (kolik)" üniversite gençliği. *Global Media Journal TR Edition, 7*, 328-59.

Lapa YT, Ağyar E, 2012. Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Katılımlarına Göre Algılanan Özgürlük. Hacettepe Üniversitesi. *Spor Bilimleri Dergisi, 23*, 24-33.

Lease SH, 1999. Occupational role stressors, coping, support, and hardiness as predictors of strain in academic faculty: An emphasis on new and female faculty. *Research in higher education, 40*, 285-07.

Lefebrve H, 1998. *Modern Dünta'da Gündelik Hayat* (Çev: Gürbüz, I). İstanbul: Metin Yayıncılık, s.33.

Mannell RC, Kleiber DA, 1997. *A social psychology of leisure,* 2nd ed. Urbana, Venture Publishing Inc, p.111.

Mannell RC, Zuzanek J, Larson R 1988. Leisure states and "flow" experiences: Testing perceived freedom and intrinsic motivation hypotheses. *Journal of Leisure Research, 20*, 289-04.

Matthews S, 2007. A Window on the 'New' Sociology of Childhood. *Sociology Compass, 1*, 322-34.

Memiş E, Öneş U, Kızılırmak B, 2012. *Kadınların evkadınlaştırılması, In: Ücretsiz ve karşılıksız emeğin toplumsal cinsiyet temelli bir analizi*, Ed: Dedeoğlu S, Elveren AY, First ed, İstanbul,İletişim Yayınları,159-182.

Merriam SB, 2013. *Nitel araştırma: Desen ve uygulama için bir rehber*,(Çev: Turan S), third ed. Nobel, Ankara,s.211-214.

Mieczkowski Z, 1990. *World Trend in Tourism and Recreation*, fourth ed. New York: Peter Lang Publishing.

Miller YD, Brown WJ, 2005. Determinants of active leisure for women with young children—an "ethic of care" prevails. *Leisure Sciences, 27*, 405-20.

Moccia FD, 2000. "Planning Time: An Emergent European Practice." *European Planning Studies, 8*, 367-76.

Neuman, W. L. 2006. Toplumsal araştırma yöntemleri. *Nitel ve Nicel Yaklaşımlar.(Çev: Özge S). İstanbul: Yayın Odası Yayınları, s.2.*

Öztürk, Y., Üstünalan, D., & Metin, B. (2020). Pandemi sürecinde kadınların ev içindeki deneyimleri ve evde kalmanın duyguları. *Feminist Tahayyül, 1*, 185-25.

Parr MG, 1996. The relationship between leisure theory and recreation practice. *Leisure Sciences, 18*, 315-32.

Pavón DJ, Baeza AC, Lavie CJ. 2020. Physical exercise as therapy to fight against the mental and physical consequences of COVID-19 quarantine: Special focus in older people. *Progress in cardiovascular diseases, 63*, 386-86.

Pearson QM, 2008. Role overload, job satisfaction, leisure satisfaction, and psychological health among employed women. *Journal of Counseling & Development, 86*, 57-63.

Punch KF, 2013. *Introduction to social research: Quantitative and qualitative approaches*. Third ed. London, Sage, p.202.

Roberts K, 1997. Why old questions are the right response to new challenges: The sociology of leisure in the 1990s. *Loisir et Societe, 20*, 369-81.

Robinson JP, 1988. Who's doing the housework. *American Demographics, 10*, 24-28.

Rocha SV, Barbosa AR, Araújo TM, 2018. Leisure-time physical inactivity among healthcare workers. *International journal of occupational medicine and environmental health, 31*, 251-60.

Rojek C, 2005. *Leisure Theory: Principles and Practices*. Fifth ed. London, Macmillan, p.130.

Schram TH, 2003. *Conceptualizing qualitative inquiry: Mindwork for fieldwork in education and the social science*si. Prentice Hall,205

Selçuk HE, Akdağ M, 2020. Öğretmenlerin Serbest Zaman Etkinliklerinin İncelenmesi. *The Journal of International Lingual Social and Educational Sciences, 6*, 249-65.

Shaw SM, 1994. Gender, leisure, and constraint: Towards a framework for the analysis of women's leisure. *Journal of Leisure Research, 26*, 8-22.

Shelton BA, 1992. *Women, men, and time: Gender a differences in paid work, housework, and leisure*, First ed.Newyork, Greenwood Press,s. 151-55

Shenton AK, 2004. Strategies for e-nsuring trustworthiness in qualitative research projects. *Education for information, 22*, 63-75.

Shichman S, Cooper E, 1984. Life satisfaction and sex-role concept. *Sex roles, 11*, 227-40.

Sivan A, Ruskin H, 2000. *Leisure education, community development, and populations with special needs*. First ed. Newyork, CABI, p.22-26.

Smith HW, 1998. *Hayatı ve Zamanı Yönetmenin 10 Doğal Yasası: Üretkenliği ve İç Huzuru Artırmak İçin Kanıtlanmış Stratejiler* (Çev:Çelbaş A),Fırsth ed. İstanbul, Sistem Yayıncılık.

Tezel A, 2017. *Aristoteles'te zaman kavramı.* Yüksel Lisans Tezi,Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta.

Tinsley HE, Kass RA, 1978. Leisure activities and need satisfaction: A replication and extension. *Journal of Leisure Research, 10*, 191-02.

Tsai E, 2005. A Cross-Cultural Study of Influence of Perceived Positive Outcome on Participation in Regular Active Recreation: Hong Kong and Australian University Students. *Leisure Sciences, 27*, 385-404.

Tural, E. 2020. Covid-19 pandemi dönemi ev karantinasında fiziksel aktivite düzeyinin yaşam kalitesine etkisi. *Van Sağlık Bilimleri Dergisi, 13*, 18-26.

Türker N, Ölçer H, Aydın A, 2016. Yerel Halkın serbest zaman değerlendirme alışkanlıkları: Safranbolu Örneği. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 6*, 49-62.

Walker GJ, Deng J, Dieser RB, 2001. Ethnicity, acculturation, self-construal, and motivations for outdoor recreation. *Leisure Sciences, 23*, 263-83.

Walker GJ, Deng J, Dieser RB, 2005. Culture, self-construal, and leisure theory and practice. *Journal of Leisure Research, 37*, 77-99.

Yıldırım A, Şimşek H. 2013. Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri. 9. Baskı, Ankara, Seçkin Yayınevi.p. 49-65.

Yilmaz A, Ulaş M, 2016. Kadınların Rekreatif Alanlarda Fiziksel Aktivite Yapma Amaçları ve Karşılaştıkları Sorunlar, Spor Bilimleri Dergisi,27,101-117

EK-B: Anket Formu

Pandemi Döneminde Kadın Öğretmenlerin Serbest Zaman Deneyimleri-Görüşme Formu

Değerli katılımcı,

Bilimsel bir araştırma için değerli görüşlerinize ihtiyaç duyulmaktadır. Lütfen tüm soruları dikkatli dinleyerek cevaplayınız. Araştırmaya katkılarınız ve içten cevaplarınız için teşekkür ederim.

Doç. Dr. Ezgi ERTÜZÜN Veda SİNAN

Yaşı: Branşı:

Medeni Durumu: Evli ( ) Bekar ( ) Boşanmış ( )

Varsa Çocuk Sayısı:

Algıladığınız gelir seviyeniz ne düzeydedir?

Kötü ( ) Az ( ) Orta ( ) İyi ( ) Çok iyi ( )

Haftalık online ders saatiniz?

Maddeler
1.Evinizde beraber yaşadığınız insanlara, evinize ve işinize olan sorumluluklarınızdan bahseder misiniz? Ev halkı ile sorumluluklarınızı paylaşım durumlarınızdan ve bunun yeterliliğinden bahseder misiniz? Günlük ev işlerinizle ilgili planlamanızı anlatır mısınız?

2. **Pandemi sürecinde kendinizi iyi hissettirecek ne gibi serbest zaman etkinlikleri yapıyorsunuz? Eğlenmek için neler yapıyorsunuz?** Eşinizle, çocuğunuzla ve bütün aile olarak yaptığınız etkinlikler varsa anlatır mısınız?
3. **Ayırdığınız serbest zamanı ne gibi durumlar etkiliyor?**
4. Eğlenmek ve keyifli zaman geçirmek için sizi neler motive ediyor, ne gibi durumlar sizi harekete geçiriyor?
5. Eğlenmek ve hoş zaman geçirmek için neler yapmak isterdiniz? Maddi, manevi ve şu an ev koşullarını düşünerek cevaplamanız bizi memnun eder?
6. **Pandemi sürecinde evde ya da ulaşabileceğiniz bir ortamda spor yapmayı denediniz mi? Hayır ise:** Yapamadıysanız sebeplerinden bahseder **Evet ise:** Yaptığınız spordan bahseder misiniz? Sizi neler motive ediyor?
7. **Kadınların spora vakit ayırabilmesiyle ilgili ne düşünüyorsunuz? Sizce kadın ve erkeklerin spora ayırdığı vakitler arasında ne gibi farklılıklar var?**