

Kahveye Giden Kişilerin Boş Zaman Değerlendirme Alışkanlıklarının İncelenmesi

Hüseyin ÖZTÜRK, Bülent ERDOĞAN, Mithat ÇEVİK, Adnan AKIN
Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, Gaziantep, TÜRKİYE
Email: hozturk@gantep.edu.tr

Özet

Bu çalışma kahveye giden kişilerin boş zaman değerlendirme alışkanlıklarının incelenmesi amacıyla yapılan betimsel bir çalışmadır. Çalışmanın araştırma grubunu, Gaziantep ilindeki boş zamanlarını değerlendirmek amacı ile kahvehaneye giden kişiler oluşturmaktadır.

Araştırmaya toplam 421 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırma anketi iki bölümden oluşmakta olup birinci bölümde kişisel bilgi formu ikinci bölümde ise boş zaman değerlendirme alışkanlıklarını belirlemek amacı ile daha önce Binarbaşı (2006) tarafından geliştirilen boş zamanları değerlendirme anket formu kullanılmıştır. Çalışma verilerinin analizinde istatistik program olan SPSS 16.0 paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler metotları frekans, yüzde kullanılmış olup $P < 0,05$ istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

Çalışma sonucunda; Kahveye 41 yaş ve üzeri kişilerin daha fazla tercih ettikleri, büyük bir çoğunluğunun ilkokul ve ortaokul mezunu oldukları ve çoğunlukla evli kişiler oldukları, çoğunlukla 1-2 çocuk sahibi oldukları, meslek olarak çoğunluğunun işçi oldukları ve aylık gelir olarak asgari ücret ve çok az üstü maaşla çalıştıkları görülmektedir.

Boş zamanlarında kahvehaneye giden kişilerin çoğunlukla arkadaşları zaman geçirmek düşüncesinde oldukları ve kahvede zaman geçirmekten mutlu oldukları aynı zamanda dinlendirici buldukları ve boş zamanlarında kahveye gitme dışında kalan zamanlarında ise çoğunlukla T.V. seyrettikleri ve boş zamanlarında kahveye gitme dışında diğer etkinliklere katılmama sebepleri başında ilgili kurumlarda kendilerine hitap eden programların olmayışı ve ekonomik yetersizlikten kaynaklandığını yüksek oranda tercih etmişlerdir.

Anahtar Kelimeler: Boş Zaman, Alışkanlık, Kahvehane

Investigation of individuals going to coffeehouse with the aim of leisure time activities

Abstract

The main basis of this research is to investigate people going to coffeehouse with the aim of leisure time activities. The research group of this study consist of individuals going to the coffeehouses with the aim of leisure time activities in the city of Gaziantep, Turkey.

A total of 421 individuals joined to the research voluntarily. The Research consists of two parts. In the first part, personal information was used. In the second part, the leisure questionnaire form developed by Binarbaşı (2006) was used in order to determine individuals' leisure time habits. The statistical programme SPSS 16.0 software packed programme was used to analyze the data. While analyzing the data, descriptive statistics methods were used as frequency percentage so $P < 0.05$ was considered statistically significant.

As the result of research; it is seen that 41 years of age and older people prefer going to coffeehouses more than the others, the big majority of them are elementary and junior high school graduates and mostly they are married people, mostly they have 1-2 children, as a profession they are mostly workers who take minimum wage and they work very little over salary as monthly income.

People going to the coffeehouses in their free time preferred at a high rate that they mostly go to the coffeehouses to spend time with their friends, they are happy with this activity, in the same time they find it very relaxing and they mostly watch TV when they don't go to coffeehouses in their spare time and they indicated the reason for failure to participate in other activities except coffeehouses as the absence of relevant activities and programmes appealing to them and economic handicap.

Keywords: Leisure, Habits, Coffeehouse

Giriş

Boş vaktin anlamı ve taşıdığı felsefi derinlik, günümüze gelinceye kadar olabildiğine farklılaşmıştır. Antik Yunan'da, serbest olma, özgürleşme, rahatlık ve gevşeme kavramlarıyla daha fazla ilişkililik ve sınıfsal bir iyelik olarak görülürken, şimdilerde bu anlamlarından büyük ölçüde uzaklaşmış, bireysel inisiyatifin, istemli tercihlerin ve özgürlüğün alanı olmaktan çıkarak kurumsal/ baskın olan kişi veya kurumların kontrolüne aldıkları, farklı maksatlara göre organize ettikleri sınırlı/sorumlu kullanım sığınağı olan bir zaman/yaşam alanı olarak tanımlanmaktadır (Juniu, 2000). Boş zaman kişinin kendini adına kullanma hakkına sahip olduğu, iş ve yaşamla ilgili zorunlu sorumluluk ve görevlerini tamamladıktan sonra geriye kalan zamandır. Kişinin çalışma saatleri dışında kalan, uykuda geçen, işe gidip gelme ve zaruri ihtiyaçları için vakit geçirdiği zaman dışında kalan ve kişinin istediği gibi gönüllü olarak kullandığı zamandır (Öztürk, 2013). Boş zaman kişinin çalışma ve diğer görevlerinden arta kalan zamanda, dinlenmesi, eğlenmesi, toplumsal ve bireysel başarısı için kullandığı diğer insanlarla kültürel, sosyal, psikolojik ve mesleki olarak yakınlaşma, etkileşim ve birlik içine girmesine fayda sağlayan, kişinin kendi isteği ile kullandığı zaman dilimidir (Binarbaşı, 2006).

Birçok kaynakta boş zaman serbest zaman olarak ifade edilmektedir. Serbest zaman bu anlamı ile bakıldığında, bireyin hem kendisi hem de başkaları için bütün zorunluluklardan veya bağlantılardan kurtulduğu, kendi isteği ile seçeceği bir faaliyetle uğraşacağı zaman olarak tanımlanmaktadır (Gökdeniz ve Ayhan, 2003). İnsanların veya toplumların boş zamanlarında gönüllü olarak katıldıkları, zevk verici, dinlendirici, eğlendirici aynı zamanda rahatlık sağlayıcı etkinlikler rekreasyon faaliyetleri olarak tanımlayabiliriz. Hangi rekreasyon etkinliklerinin seçileceğine kişinin yaşı, cinsiyeti, sosyo-ekonomik durumu, kültürü, toplumun örf-adet ve değer yargıları gibi etkenler yön verir (Yazıcı, 1998).

Kişilerin yaptıkları çalışma dışında boş zaman değerlendirme etkinliklerinin doyumlarının yüksek olması, bireylerin hem iş hem de sosyal yaşantılarında mutlu kişiler olmasını sağlar. İş doyumunu yüksek olmayan bireylerde kişisel ve toplumsal durumlarda olur olmaz eksiklikler oluşabilir. Bu durum kişileri olumsuz yöne iter. Bu sebepten kişilerin boş zamanlarını çeşitli aktivitelerle etkin bir biçimde geçirmeleri kişisel gelişimleri için önem arz etmektedir (Mavi, 2008). Boş zamanlar sanatsal, kültürel, sportif veya diğer bileşenlerden oluşabilir. Gelişmiş batılı hiç bir ülkede, özellikle çalışma saatleri içinde kahvehanelerin, eğlence yerlerinin bu ülkelerdeki gibi dolu olduğu görülmemiştir; Aksine gelişmekte ve gelişmemiş ülkelerde tam tersine bir durum söz konusudur. Zamanı bu şekilde israf eden pek çok Müslüman ülke için, Müslümanlığın zamanın iyi kullanılması yönünde verdiği önemli bir çok telkin, sadece teoride kalmakta, maalesef uygulanmaya dönüştürülememektedir. Kalkınmış ülkelerin gelişmemişlik içinde bocalayan ülkelere gözle görünür farkı zamanı değerlendirmedeki kararlılık ve bilinçli olmalarında ve kullanma şekillerinden kaynaklanmaktadır (Karaküçük, 2008).

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Gaziantep ilindeki kahvelere giden kişilerin boş zaman değerlendirme alışkanlıklarının tespiti ve incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada 2015 yılında kahveye giden kişiler araştırmanın evreni oluştururken, 421 kişi (erkek) ise örneklemi oluşturmuştur

Araştırmanın Veri toplama ve Analizi

Araştırmada öncelikle kapsamlı bir literatür taraması yapılarak kuramsal çerçeve oluşturulmuştur. Ayrıca tezler, makaleler vb. bilimsel yazılar değerlendirilip araştırmanın literatür bilgisi tamamlanmıştır. Araştırmada verilerinin elde edilmesinde kişisel bilgi formu ile Binarbaşı (2006) tarafından geliştirilen boş zaman değerlendirme alışkanlıklarının tespiti ve incelenmesi için rekreatif faaliyetlere katılım şekli ve düzeyi ölçeği kullanılmıştır. Birinci bölümde, araştırmanın amacına uygun olarak araştırmacılar tarafından düzenlenen 6 sorudan oluşan kişisel bilgi formu, ikinci bölümde “rekreatif faaliyetlere katılım şekli anketi” yer almaktadır. 421 kişi ile yüz yüze görüşme tekniği kullanılarak veriler elde edilmiş olup; değerlendirilmesinde SPSS 16.0 (Statistical Package For Social Scientistsfor Windows) programı kullanılmıştır. Verilerin anlamlı hale gelebilmesi ve çeşitli bulgulara ulaşılabilmesi için frekans yüzde analizi yapılarak çalışma sonuçlandırılmıştır.

Bulgular

Araştırmadan elde edilen veriler frekans yüzde analizi ile anlamlı hale getirilmeye çalışılmış olup; bu bulgular aşağıda değerlendirilmiştir.

Tablo 1. Demografik Bilgiler Tablosu

Demografik Bilgiler	Frekans	Yüzde
Yaş	N	%
18-24	39	9,3
25-32	36	8,6
33-40	112	26,6
41-48	134	31,8
49 ve Üzeri	100	23,8
Eğitim Durumu	N	%
İlkokul	137	32,5
Ortaokul	152	36,1
Lise	94	22,3
Üniversite ve Üstü	38	9,0
Medeni Durum	N	%
Bekar	58	13,8

Evli	363	86,2
Çocuk Sayısı	N	%
Yok	70	16,6
1-2	145	34,4
3-4	137	32,5
5 ve Daha Fazla	69	16,4
Meslek	N	%
Emekli	29	6,9
İşçi	208	49,4
Esnaf	108	25,7
Memur	37	8,8
Diğer	39	9,3
Aylık Gelir	N	%
Asgari Ücret ve Altı	106	25,2
800-1000TL	180	42,8
1001-1500 TL	72	17,1
1501-2000 TL	39	9,3
2001TL ve Üzeri	24	5,7

Katılımcıların demografik bulguları Tablo 1’de gösterilmiştir. İlgili tabloya göre; katılımcıların yaş durumları değerlendirildiğinde en fazla (% 31,8) 134’ü 41-48 yaş grubunda, (%26,6) 112’u 33-40 yaş grubundadır. En az yaş grubunda olan ise (% 8,6) 36 kişidir.

Katılımcıların, (%36,1) 152 kişi ortaokul, (%32,5) 137 kişi ilkokul, (%9,0) 38 kişi üniversite ve üstü eğitim düzeyinde olduğu saptanmıştır.

Katılımcılardan (%86,2) 363 kişinin evli olduğu (% 13,8) 58 kişinin bekar olduğu tespit edilmiştir.

Katılımcıların çocuk sayıları değerlendirildiğinde;(%34,4) 145 kişinin 1-2 çocuğa, (% 32,5) 137 kişinin 3-4 çocuğa sahip olduğu, (%16,4) 69 kişinin 5 ve daha fazla çocuk sahibi olduğu tespit saptanmıştır.

Katılımcıların mesleklerinin değerlendirildiği tabloda, (%49,4) 208 kişinin işçi, (%8,8) 37 kişinin memur olduğu ifade edilmiştir.

Kişilerin aylık gelirleri değerlendirildiğinde ise, (%42,8) 180 kişinin 800 ila 1000 TL gelire sahipken (%5,7) 24 kişinin 2001 TL ve üzeri gelire sahip olduğu saptanmıştır.

Tablo 2. Katılımcıların Boş Zamanlarında Kahvehaneyi Tercih Etme Nedenleri

	Frekans	Yüzde
Arkadaşlarımla Birlikte Olabileceğim İçin	201	47,7
Fazla Para Harcamamı Gerektirmediği İçin	51	12,1
Faaliyetlere Katılmamı Engelleyecek Çevre ve Aile Baskısının Olmadığı İçin	19	4,5
Rahatlama ve İş Ortamından Uzaklaşmak İçin	69	16,4
Kahveye Kolayca Ulaşabildiğim İçin	68	16,2
Alışkanlık Kazandığım ve Bu Alışkanlığı Sürdürmek İçin	13	3,1
Toplam	421	100

Tablo 2’de katılımcıların kahveyi tercih etme nedenleri gösterilmiştir. Buna göre katılımcılardan en fazla (%47,7) 201 kişinin arkadaşlarıyla birlikte olabilmek için kahvehaneyi tercih ettiği, en az (%3,1) 13 kişinin alışkanlık kazandığı için kahvehaneyi tercih ettikleri tespit edilmiştir.

Tablo 3. Boş Zamanlarında Kahvehaneye Gitmenin Katılımcılarda Bıraktığı Etki

	Frekans	Yüzde
Dinlendirici Buluyorum	88	20,9
Eğlenceli ve Heyecan Verici Buluyorum	55	13,1
Mutlu Edici Buluyorum ve Zevk Alıyorum	109	25,9
Rahatlatıcı ve Can Sıkıntılarından Uzaklaştırıcı Buluyorum	47	11,2
Farklı Yaşantılar Buluyorum	64	15,2
Sosyal Statü Sağlıyor	39	9,3
İnsanlarla Daha Kolay İlişki Kurabiliyorum, Çevrem Genişliyor	19	4,5
Toplam	421	100

Tablo 3'te Boş zamanlarda kahvehaneye gitmenin kişide bıraktığı etki değerlendirilmiştir. Buna göre katılımcıların en fazla (25,9) 109 kişide kahvehaneye gitmenin kendilerinde mutlu edici ve zevk verici olduğu, en az (%4,5) 19 kişinin tercih etme nedeninin insanlarla daha kolay ilişki kurup çevremi genişletiyorum ifadesi olduğu saptanmıştır.

Tablo 4. Katılımcıların Boş Zamanlarında Kahvehaneye Gitmek Dışında Tercih Ettiği Etkinlikler

	Frekans	Yüzde
Genellikle Kitap ve Gazete Okurum	42	10,0
Genellikle Müzik Dinlerim	34	8,1
Genellikle T.V Seyrederim	118	28,0
Genellikle Çarşı, Pazar, Fuar, Park Gibi Gezintilere Çıkarım	50	11,9
Genellikle Spor Yarışmalarını İzlerim	65	15,4
Genellikle İçkili Eğlence Yerlerine Giderim	33	7,8
Genellikle Sivil Toplum Örgütleri ve Derneklerin Faaliyetlerine Katılım	13	3,1
Genellikle Bir Müzik Aleti Çalarım, Orkestra, Solo, Koro, Gibi Faaliyetlere Katılım	7	1,7
Genellikle İnternette Chat Yaparım veya Bilgisayar Oyunu Oynarım	14	3,3
Genellikle Arkadaş Ziyaretlerine Giderim	14	3,3
Genellikle İddaa, At Yarışı V.B. Şans Oyunları Oynarım	31	7,4
Toplam	421	100

Katılımcıların boş zamanlarında kahvehaneye gitmek dışında tercih ettiği etkinlikler tablo 4'te değerlendirilmiştir. Buna göre; katılımcılardan en fazla (%28,0) 118 kişi genellikle TV seyrettiğini; en az (%1,7) 7 kişinin ise genellikle bir müzik aleti çalarım, orkestra, solo, koro vb. gibi faaliyetlere katıldığı tespit edilmiştir.

Tablo 5. Katılımcıların Boş Zamanlarda Kahvehaneye Gitme Dışında Diğer Etkinliklerine Yeterince Katılmama Nedenleri

	Frekans	Yüzde
İlgili Kurumların Bana Hitap Eden Programları Olmadığı İçin	109	25,9
Ekonomik Yetersizlik	89	21,1
Hangi Faaliyeti Nasıl ve Niçin Yapacağına Dair Bir Bilgiye Sahip Değilim	79	18,8
Boş Zamanları Belirli Faaliyetlerle Doldurmak Gibi Bir Alışkanlığım Yok.	56	13,3
Bulduğum Çevre Farklı Faaliyetlere Katılmama Engel Oluyor	38	9,0
Başka Faaliyetlere Yönlendirecek Arkadaş ve Sosyal Çevreye Sahip Değilim	21	5,0
Çevremdeki Etkinliklere Katılmamı Teşvik Edici Tesis, Araç-Gereç Yeterli Değil, Programları Bana Uymuyor	29	6,9
Toplam	421	100

Tablo 5’te katılımcıların boş zamanlarda kahvehaneye gitme dışında diğer etkinliklere yeterince katılmama nedenleri sunulmuştur. Buna göre; en fazla (%25,9) 109 kişinin ilgili kurumların kendilerine hitap eden herhangi bir programının olmadığı, en az (%5,0) 21 katılımcı ise başka faaliyetlere yönlendirecek arkadaş ve sosyal çevreye sahip olmadığını ifade etmiştir.

Tartışma ve Sonuç

Çalışma sonucunda elde edilen bulgular incelendiğinde arkadaşlarımla birlikte olabildiğim için, rahatlama ve iş ortamından uzaklaşmak için yüksek oranda rekreasyon faaliyetlerine tercih ettikleri görülmektedir. Elde edilen bu sonuç literatürdeki bazı araştırmalarla benzerlik göstermektedir, Özışık’ın Kara Harp Okulu Öğretim Elemanlarının Rekreasyon Sorunları konulu araştırma sonucunda öğretim elemanlarının büyük bir çoğunluğunun arkadaşlarla birlikte olma isteği ile boş zaman etkinliklerine tercih ettikleri görülmektedir (Özışık, 1998), Karaküçük’ün öğretmenlerin rekreasyon etkinliklerine katılımıyla ilgili Ankara şehrinde çalışan öğretmenlere yönelik araştırma sonucunda en yüksek arkadaşlarıyla birlikte olma tercih edilmiştir (Karaküçük, 1996). Güngörmüş’ün Özel Sağlık-Spor Merkezlerinden Hizmet Alan Bireyleri Rekreasyonel Egzersize Güdülleyen Faktörler konulu çalışmasında katılımcıların büyük bir kısmının boş zaman faaliyetlerine arkadaş grubuyla katıldıkları görülmektedir (Güngörmüş, 2007).

Araştırmaya katılanların kahveye gitmelerinin kendilerine bıraktığı etkilere bakıldığında, mutlu edici buluyorum, zevk alıyorum ve dinlendirici buluyorum yüksek oranda etkilediği görülmektedir. Elde edilen bu sonuç literatürdeki bazı araştırmalarla benzerlik, bazıları ile

farklılık göstermektedir, Özkökeli' nin 1998 yılında hazırladığı “ Ankara Emniyet Müdürlüğü Çevik Kuvvet Şube Müdürlüğü Birim Elemanlarının Boş Zamanları Üzerine bir araştırma” isimli Yüksek Lisans tezinde, bu soruya verilen cevaplarda “ İş stresinden kurtuluyorum ve rahatlatıcı ve can sıkıntılarından uzaklaştırıcı buluyorum” seçeneği yine ilk sıradadır ve araştırmamızla paralellik göstermektedir (Özkökeli, 1998), Taşpınarın yapmış olduğu çalışma sonucunda Araştırmaya katılan polislerin serbest zaman etkinliklerinin kendilerinde bıraktığı etkilere verdiği cevapların ortalamaları incelendiğinde sporun dinlendirici, eğlenceli, eğitici, rahatlatıcı etlileri ile birlikte sosyal statü entelektüel gelişim sağladığına yönelik olumlu düşüncelerin yüksek çıktığı görülmektedir (Taşpınar, 2013).

Araştırmaya katılanların boş zamanlarında kahvehaneye gitmek dışında tercih ettiği etkinlikler bakıldığında yüksek oranda genellikle T.V seyrettikleri ve spor yarışmaları izledikleri görülmektedir. Elde edilen bu sonuç literatürdeki bazı araştırmalarla ile farklılık göstermektedir, Çalışmaya katılanların boş zamanlarında en fazla müzik dinleme, arkadaş ve akraba ziyaretinde tercih ettikleri en düşük oranda ise içkili eğlence yerlerine gitme faaliyetlerini tercih ettikleri görülmektedir (Öztürk, 2013), Tatal'ın Öğretmenlerin Boş Zamanlarında Sosyal ve Kültürel Etkinliklere Katılımları İle İlgili Tutumları konulu çalışma sonucuna göre çoğunluğun boş zamanlarında müzik dinledikleri belirlenmiştir (Tatal, 2004),

Ayan'ın yapmış olduğu Sakarya Emniyet Müdürlüğü İl Merkezinde Görevli Polis Memurlarının Serbest Zaman Değerlendirme Alışkanlıklarının İncelenmesinde en yüksek değerde boş zaman değerlendirme faaliyeti olarak müzik dinleme olduğu görülmektedir. (Ayan,2009).

Araştırmaya katılanların boş zamanlarda kahvehaneye gitme dışında diğer etkinliklerine yeterince katılamama nedenlerine bakıldığında, yüksek oranda ilgili kurumların bana hitap eden programları olmadığı için ve ekonomik yetersizlik dolayı katılamadıklarını belirtmişlerdir. Elde edilen bu sonuç literatürdeki bazı araştırmalarla ile farklılık göstermektedir, Palanın yapmış olduğu Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Boş Zaman Değerlendirme Alışkanlıklarının ve Mesleki Doyumlarının Tespiti ve İncelenmesi (İstanbul - Pendik Örneği) adlı çalışma sonucunda öğretmenlerin boş zaman etkinliklerine katılamama nedenlerinden bulunduğum çevre bu tür faaliyetlere katılmama engel oluyor tercihinin katılımları (Pala, 2012). Sabbağ ve Aksoy'un yapmış olduğu Üniversite Öğrencileri ve Çalışanların Boş Zaman Etkinlikleri (Adıyaman Örneği) çalışma sonucunda üniversite öğrencilerinin çoğunlukla faaliyetlere katılamama sebepleri başında ekonomik durumlarının elverişli olmaması ve tesis yetersizliği olarak belirtmişlerdir (Sabbağ ve Aksoy, 2011)

Sonuç olarak: Araştırma sonucunda kahveye giden kişilerin 40 yaş ve üzeri kişilerin daha fazla tercih ettikleri, eğitim düzeyi ise ilkökul ve ortaokul mezunu ve evli insanların daha fazla gittiği, çoğunlukla 1-2 çocuk sahibi oldukları meslek olarak en fazla işçi olanların gittiği ve gelir olarak asgari ücret ve asgari ücretin çok az üstü gelirleri olduğu görülmektedir. Kahveye gelme sebeplerine bakıldığında çoğunlukla arkadaşları ile beraber olma amaçlı gittikleri, mutlu olup zevk aldıkları, için tercih ettikleri ve kahveye gelme dışında boş zamanlarında çoğunlukla pasif rekreatif faaliyet olan televizyon seyrettikleri ve kahveye gelme dışında diğer etkinliklere katılamama sebepleri başında ise çevrelerinde kendilerine hitap eden boş zaman değerlendirme faaliyetlerin olmadığını beyan etmişlerdir.

KAYNAKLAR

- Ayan, N. (2009). Sakarya emniyet müdürlüğü il merkezinde görevli polis memurlarının serbest zaman değerlendirme alışkanlıklarının incelenmesi: Yüksek lisans tezi, Sakarya üniversitesi sosyal bilimler enstitüsü, s.49-58. Sakarya.
- Binarbaşı, S. (2006). Kütahya İlinde İlköğretim Okullarında görev Yapan Öğretmenlerin Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıklarının Tespiti ve İncelenmesi: Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü. Kütahya.
- Güngörmüş, HA. (2007). Özel Sağlık-Spor Merkezlerinden Hizmet Alan Bireyleri Rekreatif Egzersize Götüren Faktörler. Doktora Tezi: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, s.98-105. Ankara
- Gökdeniz, A (2003). "Boş Zaman ve Rekreatif Yönetimi." Detay Yayıncılık. Ankara.
- Jumu, S. (2000). "Down shifting: Regaining the Essence of Leisure" Journal of Leisure Research, Vinter, v 32.
- Karaküçük, S. (2008). Rekreatif boş zaman değerlendirme: Gazi kitabevi.6.baskı. Ankara.
- Karaküçük, S. (1996). Beden Eğitimi Öğretmeninin Yetiştirilmesinde Temel Sorunlar, Beden Eğitimi Öğretmeni Yetiştirme Paneline Sunulan Bildiri: Gazi Üniversitesi. Ankara.
- Mavi, L. (2008). "Kütahya İlinde Görev Yapan Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin İş Doyum Düzeylerinin Belirlenmesi", Yüksek Lisans Tezi. Kütahya.
- Özışık, Y. (1998). Kara Harp Okulu Öğretim Elemanlarının Rekreatif Sorunları Üzerine Bir Araştırma. Yüksek Lisans Tezi: Gazi Üniversitesi, s.94. Ankara.
- Özökeli, N. (1998). Ankara Emniyet Müdürlüğü Çevik Kuvvet Şube Müdürlüğü Birim Elemanlarının Boş Zamanları Üzerine Bir Araştırma: Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, s.119-128. Ankara.
- Öztürk, H. (2013). Sanayi Çalışanlarının Rekreatif Aktivitelere Katılımlarının Örgütsel Bağlılık ve Tükenmişlik Düzeylerine Etkisi (Gaziantep Uygulaması) Doktora Tezi, s.101-102.
- Pala, A. (2012). Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Boş Zaman Değerlendirme Alışkanlıklarının ve Mesleki Doyumlarının Tespiti ve İncelenmesi (İstanbul - Pendik Örneği): Sakarya üniversitesi sağlık bilimleri enstitüsü. Sakarya.
- Sabbağ, Ç., Aksoy, E. (2011). Üniversite Öğrencileri ve Çalışanların Boş Zaman Etkinlikleri: Adıyaman Örneği. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi. Yıl 3. Adıyaman.
- Tanpınar, S. (2013). İstanbul İl Emniyet Teşkilatındaki 4 Farklı Departmanda Görevli Polislerin Sportif ve Rekreatif Aktivite Sıklıklarının Yaşam Kalitesi Üzerine etkisi: Yüksek lisans tezi. Kayseri: Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, s.118-123. Kayseri.
- Tural, Y. (2004). Öğretmenlerin Boş Zamanlarını Değerlendirme Biçimleri (Isparta Örneği): Yüksek Lisans Tezi. Isparta: Sosyal Bilimler Enstitüsü, s.171-189. Isparta.
- Yazıcı, M. (1998) "Üniversite Öğrencilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Anlayış ve Alışkanlıkları Üzerine Karşılıklı Bir Araştırma" Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi: Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor B., İstanbul.
- Zorba, E. (1999). Herkes için spor ve fiziksel uygunluk: G.S.G.M .Eğitim Dairesi, Ankara.