

BÖLÜM 12

TERAPATİK REKREASYON

Muhammed Uhud TÜRKMEN¹

ZAMAN KAVRAMI

Zaman öznel bir kavram olup, duyu organlarımız aracılığı ile algılanan ve ölçülen bir kavram olarak tanımlanmaktadır. Zaman evrende var olan cisimlerin hareketleri sırasında, birbirine göre yer değişikliğinin olması için geçen vakit şeklinde tanımlanabilir. Ayrıca zaman, insanların farklı algıladıkları felsefik, zihinsel ve toplumsal kapsamları içeren kavramdır (Gürbüz ve Aydın, 2012).

Zaman, tutulamayan, biriktirilemeyen, saklanamayan, toplanamayan, çoğaltılamayan, yalnızca kullanılan ve gittikçe azalan bir evrensel bir olgudur. Bundan dolayı zaman olgusunun etkin kullanılması oldukça kıymetlidir. Zamanın yanlış ve etkisiz kullanımına bağlı olarak ortaya çıkan olumsuzluklar bireyi ve bütün toplumu etkilemektedir (Sevil ve diğerleri, 2012).

Zaman, kullanım bakımından iş ile geçirilen zaman ve iş dışı zaman olarak iki grupta incelenebilir. Çalışma zamanı, genelde kişinin maddi kazanç yolu ile geçimini sağlamak için iş yerinde geçirdiği zamandan olarak tanımlanabilir. Ancak bunun yanı sıra kişinin çalışma yerinde geçirdiği süreden önce hazırlık, işe gidiş ve geliş süreleri ve ek bir iş ile ilgili mesleki uğraşlar çalışma zamanına girmektedir. Çalışma dışı zaman ise bireyin yaşama ihtiyaçlarını yerine getirmesi için gerekli olan uyku, beslenme gibi, yapılması zorunlu (farz) kabul edilen dini ibadetler, boş zamandan oluşmaktadır.

BOŞ ZAMAN (SERBEST ZAMAN) KAVRAMI

Serbet zaman olarak da adlandırılan boş zaman kavramı bireyin kendini gerçekleştirme anlamına gelen, boş zaman (serbest zaman) deneyimiyle sorunlara çözüm üretmektir. Sanayileşme ile başlayan süreçle beraber zaman açıklanırken getirilen yeni açılımları içinde barındıran “çalışma dışı zaman” zihniyeti, kişilerin istediği şekilde değerlendirebilecekleri “informal alan” biçiminde gün yüzüne çıkmıştır. İnfomal alan, yapılan araştırmalarla beraber literatürde “boş zaman, serbest zaman ya da özgür zaman” olarak ifade edilir. Serbest zaman deneyiminin

¹ Arş. Gör., Gümüşhane Üniversitesi, uhud.turkmen@gumushane.edu.tr

1900'den günümüze Amerika Birleşik Devletleri'nde göçmenleri topluma entegre etmek, evsizlere ve yoksullara bakmak, eğitmek ve topluma yeniden entegre etmek için evler inşa edildi. Bu evlerde sunulan eğitim ve eğlence etkinlikleri, terapatik rekreasyonun sosyal yönlerine iyi bir örnektir (Robertson ve Long, 2008).

1940'lardan 1950'lere kadar olan makaleler ve konferanslarda Paul Haun, tedavilerin hasta psikolojisini iyileştirebileceğini ve eğlence uygulamalarını destekleyebileceğini ilk ortaya koyanlardan biriydi. Menninger Clinic'in kurucusu Karl Menninger, yaptığı bir açıklama ile boş zaman aktivitelerinin tedavideki olumlu etkilerini destekledi. Ethel Kennedy, Özel Olimpiyatların düzenlenmesinde öncüydü. Akıl hastalığı olan insanlar için toplum temelli tedavilerin iyileştirilmesine yardımcı oldu. Howard Rusk, fiziksel rehabilitasyonda bireysel ve grup iyileşmenin tedavi üzerinde doğrudan ve olumlu bir etkisi olduğunu bulmuştur.

Rekreasyon içerisinde özel bir hizmet alanı olan Tedavi Rekreasyonu, bireyin yaşam kalitesini korumak için rekreasyonel tedavileri kullanan bir hizmettir. Başka bir deyişle, terapatik rekreasyon, boş zaman aktivitelerini alışkanlıklara dönüştüren ve yaşam memnuniyetini etkileyen bir tür işlevsel hizmet olarak tanımlanabilir (Rothwell ve Piaat, 2006).

Uygulama durumları bakımından terapatik rekreasyon, zihinsel, fiziksel yada duygusal sorunları olan kişilere bir uzman gözetiminde etkinliklerle tıbbi olarak onaylanmış tedavi için kullanılan yöntemdir (Dustin, 2000). Ayrıca bu yöntem, bir kişinin yaşam tarzı ile kimliğinin temel seviyelerinde olumlu değişiklikler meydana getirmeyi ve eklemeyi amaçlar. Terapatik rekreasyon, akademik ve terapatik hizmetlerde uygulamalı eğitilmiş profesyoneller tarafından sağlanır. Faaliyetlerin belirli pozisyonlara, ilgi alanlarına ve ihtiyaçlara ve bunlara yanıt verecek bireysel yetenek ve programlara göre düzenlenmesi gerekir.

Bu bağlamda bireyin odak noktası, yaşamdaki hastalık veya sakatlık gibi olumsuz durumlar karşısında öncelikle kendini toparlayıp yenilemek veya sağlığını tehdit eden ve ona yük olan sorunlar karşısında iskele kurmak ve denge oluşturmaktır. Sağlık; Aynı zamanda, kendini keşfetme ve kendini gerçekteştirme boş zaman boyunca sağlığı geliştirme olarak görülebilir (Rothwell ve Piaat, 2006).

KAYNAKLAR

- Austin, D. R., & Crawford, M. E. (Eds.). (2001). Therapeutic recreation: An introduction. Allyn and Bacon.
- Baltes P. B., Baltes M. M. (1990). Selective optimization with compensation. In P. B. Baltes, M. M. Baltes (Eds.) (1-34), Successful Aging: Perspectives from the Behavioral Sciences. New York: Cambridge University Press.
- Bayrakdaroğlu, Y., Albayrak, A. Y., Tezcan, E., & Tekin, A. (2020). The effect of goal orientation and motivation of female footballers in sports on resilience power. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 22(2), 202-207.

- Carruthers C.P., Hood C.D. (2004). The Power of the Positive: Leisure and Well-Being, *Therapeutic Recreation Journal*, 38(2), 225-245.
- Carruthers C.P., Hood, C.D. (2007). Building a life of meaning through therapeutic recreation: The leisure and well-being model part I, *Therapeutic Recreation Journal*, 41(4), 276-297.
- Çevik, A., Özmaden, M., Tezcan, E., & Dokuzoğlu, G. (2021). "Öğretmenlerin Serbest Zaman İlgilenimlerinin Yaşam Doyumları Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi". *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 10(4), 784-790.
- Chiang L. M., Cebula E., Lankford S.V. (2009). Benefits of Thai Chi Chuan for Older Adults:Literature Review, *World Leisure Journal*, 51(3), 184-196.
- Daly F.S., Kunstler R. (2006). *Introduction to Recreation and Leisure*, Human Kinetics, NewYork.
- Dattilo J., Kleiber D. A. (1993). Psychological perspectives for therapeutic recreation research: The psychology of enjoyment, In M. J.Malkin & C. Z. Howe (Eds.), *Research in therapeutic recreation: Concepts and methods* (57-76). State College, PA: Venture.
- Demirdağ Ş.A.(2019). Otel İşletmelerinde Rekrasyonel Liderliğin İş Etiğine Etkisi Animasyon Personeli Üzerine Bir Uygulama, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rekreasyon Yönetimi Anabilim Dalı,Ankara.s.1
- Dieser R.B., Harkema R.P.,Kowalski C., Ijeoma O., Poppen L.L. (2004). The portrait of a pioneer: A look back at 115 years of Jane Adams' work at Hull- House-her legacy still lives on, *Park and Recreation*, 39,9, 128-137.
- Dustin J. C. (2000). "Therapeutic recreation treats depression in the elderly, *Home Health Care Services Quarterly*, 18, 2, 79-90.
- Gürbüz, M., & Aydın, A. H. (2012). Zaman kavramı ve yönetimi.
- Heintzman P. (2000). Leisure And Spiritual Well-Being Relationships: A Qualitative Study, *Society and Leisure*, 23(1), 41-69.
- Hutchinson S. L., LeBlanc A., Booth R. (2006). More than "just having fun": Reconsidering the role of enjoyment in therapeutic recreation practice, *Therapeutic Recreation Journal*, 40(4), 220-240.
- Iwasaki Y., Mannell R.C. (2000). Hierarchical Dimensions of Leisure Stress Coping, *Leisure Science*, 22, 163-181.
- James A. (1998). The conceptual development of recreational therapy, In F.Brasile, Karaküçük, Suat, *Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme*, Ankara,1999
- Kelly J. R., Steinkamp M. W., Kelly J. R. (1987). Later-life satisfaction: Does leisure contributes, *Leisure Sciences*, 9, 189-200.
- Kunstler R., Daly F.S. (2010). *Therapeutic Recreation Leadership and Programming*, Human Kinetics, NewYork.
- Lynn F. C, Hunkin J. L., Kato B. S., Richards J. B., Gardner J. P., Surdulescu G. L., Kimura M., Lu X., Tim D.,Aviv A. (2008). The Association Between Physical Activity in Leisure Time and Leukocyte Telomere Length, *Arch. Intern. Med.*,168 (2), 154- 158.
- Reynolds, R. P., & O'Morrow, G. S. (1985). *Problems, issues & concepts in therapeutic recreation*. Prentice Hall.
- Robertson T., Long T. (2008), *Foundations of Therapeutic Recreation*, Human Kinetics.
- Rothweel E., Piaat J. (2006). Evaluation of an Outpatient Recreation Therapy Treatment Program for Children with Behavioral Disorders, *Therapeutic Recreatinal Journal*, 40(4), 241-254.
- Ross J. E., Ashton-Shaeffer C. (2001).Therapeutic recreation practice models, In N.J.Stumbo(Ed.), *Professional issues in therapeutic recreation*, Champaign, IL: Sagamore Publishing.
- Orr E.M. (2010). The Effects of Recreational Therapy on The Psychosocial Functioning of An Inpatient Behavioral Health Population, Unpublished Ms. thesis, The Faculty of the Department of Recreation and Leisure Studies, East Carolina University.
- Serarslan, M. Z., & Bakır, M. (1988). Turizm pazarlamasında sporun yeri ve Türkiye açısından değerlemesi. *Pazarlama Dünyası*, 2(9), 28-30.
- Stumbo N., Peterson C.A. (2010). *Therapeutic Recreation Program Design: Principles and Procedures*, Pearson, 5th Edition, San Francisco.

- Seligman M., Peterson C. (2003). Positive clinical psychology. In L. Aspinwall & U. Staudinger (Eds.), *A psychology of human strengths: Fundamental questions and future directions for a positive psychology* (305-317), American Psychological Association, Washington DC.
- Sevil, T., ŐimŐek, K. Y., Katırcı, H., elik, O., eliksoy, M. A., & KocaeķŐi, S. (2012). Boş zaman ve rekreasyon yönetimi. Baskı. EskiŐehir: Anadolu Üniversitesi Yayını.
- Tezcan, Mahmut, *Sosyolojik Aıdan Boş Zamanların Değerlendirilmesi*, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları No: 116, Ankara, 1982.
- WHO (2001). *Mental Health: New Understanding, New Hope*, The World Health Report, 1-169.
- Wilhite B., Keller M.J., Caldwell L. (1999). *Optimizing Lifelong Health and Well-Being: A Health Enhancing Model of Therapeutic Recreation*, *Therapeutic Recreation Journal*, Second Quarter, 98-108.
- Wozencroft A.J., Waller S.N., Hayes G.L., Brown L.Y. (2012). *Spirituality and the therapeutic recreation practitioner: Exploring the implications for practice and research*, *Journal of the Christian Society for Kinesiology and Leisure Studies*, 2(1), 41-53.,