



## Boş Zaman Kısıtları Ve Yaşam Doyumu İlişkisi

Öznur ÇETİNKAYA <sup>a</sup> 

Orhan AKOVA <sup>b</sup> 

<sup>a</sup> İstanbul Gelişim Üniversitesi, İktisadi İdari Ve Sosyal Bilimler Fakültesi, İstanbul / Türkiye. (ocetinkaya@gelisim.edu.tr)

<sup>b</sup> İstanbul Üniversitesi, İktisat Fakültesi, İstanbul / Türkiye. (akovaorhan@hotmail.com)

### ÖZ

#### **Makale Geçmişi**

Gönderim Tarihi:  
18.08.2020  
Kabul Tarihi:  
28.08.2020

#### **Anahtar Kelimeler**

Turizm  
Rekreasyon  
Boş Zaman  
Yaşam Doyumu

**Makale Kategorisi:** Araştırma Makalesi

Boş zaman kavramı ve boş zamanın bireyin toplum içerisinde varlığını devam ettirmesinde ve yaşam doyumunu arttırmasındaki önemi 1990'lı yıllardan itibaren araştırılmaya başlanmıştır. Boş zaman değerlendirmesi, şehir hayatı, iş ve sosyal yaşamın getirdiği zorluklarla başa çıkmada önemli bir etkiye sahiptir. İnsanların yenilenmek ve yaşadıkları stres ve zorluklarla daha kolay başa çıkmak amacıyla yönelindikleri boş zaman aktiviteleri, yaşam doyumunu ile de ilgilidir. Bu çalışmanın amacı, çalışanların boş zamanlarını değerlendirmede karşılaştıkları kısıtlar ve yaşam doyumunu seviyeleri arasındaki ilişkiyi belirlemektir. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre daha önce yapılan çalışmaların aksine çalışanların boş zaman kısıtlarıyla yaşam doyumunu arasında ilişki olmadığı tespit edilmiştir.

### ABSTRACT

#### **Article History**

Received  
18.08.2020  
Accepted:  
28.08.2020

#### **Keywords**

Tourism  
Recreation  
Leisure Time  
Life Satisfaction

**Article Type:** Research Paper

The importance of the concept of leisure time and leisure time in maintaining existence of individual in a society and increasing life satisfaction have been researched since the 1990s. Leisure time has an important effect in dealing with the challenges posed by city life, work and social life. Leisure activities that people tend to renew and deal with the stresses and difficulties they experience are also related to life satisfaction. The purpose of this study is to determine the relationship between the constraints faced by employees in their leisure time and their life satisfaction levels. According to the results obtained at the end of the research, contrary to the previous studies, it was found that there was no relationship between the leisure time constraints of employees and life satisfaction.

**\*Sorumlu Yazar/ Corresponding Author:** Öznur ÇETİNKAYA

**E-Posta:** osetinkaya@gelisim.edu.tr