

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/326190499>

# DOĞAL ALANLARIN REHABİLİTASYON VE İYİLEŞTİRME ETKİSİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ: EYMİR GÖLÜ, ANKARA ÖRNEĞİ

Article in Journal of International Scientific Researches · June 2018

DOI: 10.21733/ibad.412285

CITATION

1

READS

318

2 authors:



Sima Pouya  
Inonu University

107 PUBLICATIONS 141 CITATIONS

SEE PROFILE



Sara Demir

73 PUBLICATIONS 146 CITATIONS

SEE PROFILE

**DOĞAL ALANLARIN REHABİLİTASYON VE İYİLEŞTİRME ETKİSİNİN  
DEĞERLENDİRİLMESİ: EYMİR GÖLÜ, ANKARA ÖRNEĞİ****Sima POUYA<sup>1</sup>**  
**Sara DEMİR<sup>2</sup>****Özet**

Kent parklarının, yeşil alanların, ormanlık sulak ve yarı doğal alanların kent sağlığına olan katkılarının ele alınması bu araştırmanın çıkış noktasıdır. Yeşil dokulu alanların doğadan kopmuş olan kentlileri fiziksel ve ruhsal açıdan tedavi edici ve iyileştirici özelliklerinin irdelendiği bu araştırma, Ankara kentinin yakın çevresinde bulunan ve hala doğal kaynak değerlerini koruyan Eymir Gölü ve çevresinde uygulanmıştır. Çalışma kapsamında, iyileştirme bahçelerinin özellikleri ve kriterleri araştırılmıştır. Ayrıca, Eymir Gölü doğal kaynak değerlerinin kullanıcılara yönelik tedavi edici potansiyeli irdelenmiş ve bu doğrultuda öneriler geliştirilmiştir. Çalışmanın sonunda alanın rehabilitasyon ve iyileştirme potansiyeline sahip olduğu ancak alanın birçok kullanıcı tarafından rahatlıkla kullanmalarını engelleyen yolların ve rampaların olduğu, mekanlar arasında kopuklukların bulunduğu, tuvaletlerin, aydınlatmanın ve alana erişilebilirliğinin yetersiz olduğu tespit edilmiştir. Başta seyir terasları olmak üzere herkes için tasarım yapılması önerilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Rehabilitasyon ve iyileştirme bahçeleri, doğal alanlar, kent parkları, Eymir Gölü, Ankara

**ASSESSMENT OF REHABILITATION AND IMPROVEMENT EFFECT OF  
NATURAL AREAS: ANKARA, EYMIR LAKE EXAMPLE****Abstract**

To examine the healing properties of urban parks, green spaces and biotopes, forests, wetlands and semi-natural areas to urban health is the starting point of the study. This research examines the physical and mental therapeutic and healing properties of the urban areas, It was applied in and around Eymir Lake which is located in the vicinity of Ankara and still preserves natural resource values. Within the scope of the study, the characteristics and criteria of the improvement horticulture were investigated. In addition, the natural resource values of Eymir Lake have been examined with the therapeutic potential of the users and suggestions have been developed in this direction. At the end of the study, it was determined that the area had the potential for rehabilitation and improvement but that there were roads and ramps that prevented the area from being used by many users, disconnection between spaces, insufficiency of accessibility of toilets, lighting, and area. It was proposed to design for everyone, especially the monitoring terraces.

**Keywords:** Rehabilitation and healing gardens, natural area, urban parks, Eymir lake, Ankara

**Özgün Araştırma / Original Article**

<sup>1</sup> Sorumlu yazar/Corresponding Author, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Türkiye, pouya@ktu.edu.tr,

**ORCID ID:** 0000-0001-6419-1756

<sup>2</sup> Bursa Teknik Üniversitesi, Türkiye, sarademir@gmail.com, **ORCID ID:** 0000-0002-0813-3356

Copyright © 2016-2018 IBAD

ISSN: 2536-4642

## GİRİŞ

Son yıllarda kentsel gelişim ile ilgili yeni yaklaşımlar kent kullanıcılarına katkı sağlamaktadır. Fakat bu olumlu katkının yanı sıra kent yaşamının getirdiği olumsuzluklar sosyal açıdan toplum sağlığını etkilemektedir. Bu olumsuzlukların giderilmesine yönelik dünyada çalışmalar yapılmış ve bu durum sağlıklı tasarım yaklaşımını gündeme getirmiştir. Bu yaklaşım, peyzaj mimarisinde daha çok şifa bahçeleri olarak adlandırılan iyileştirme bahçeleri tasarımının ortaya çıkmasını sağlamıştır. Doğal ve yapay elemanlarda oluşturulan bu şifa bahçelerinin kullanıcılar üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Buna göre tasarlanan bu bahçelerin kullanıcıların fiziksel ve ruhsal sağlığına olumlu katkılar sağladığı tespit edilmiştir (Kaplan, 1973; Kaplan ve Kaplan 1989; Ulrich ve Parsons 1992; Ulrich 1999; Marcus 2005; Marcus 2007; Sakıcı ve Var, 2014; Pouya vd., 2015; Pouya, 2017).

Ekosistemin bir parçası olan insanoğlu, içerisinde bulunduğu doğal peyzajları yeniden tasarlama eğiliminde bulunmuşlardır (Güleç vd., 2001). Ekonomik kaygılar nedeni ile yoğun iş temposu içerisinde bulunan insanlar etraflarındaki doğal ortamlardan yeteri kadar yararlanmaya fırsat bulamamaktadırlar. Bu sebeple boş zamanlarında fırsat buldukça doğal alanlara veya doğala yakın kentten uzak kırsal alanlara giderek bu ihtiyaçlarını karşılamaktadırlar (Salahesh vd., 2013). Buna ek olarak, Frederick Law Olmsted, kent içinde bulunan yeşil alanların bile insanların yoğun iş temposu ve sağlık problemleri nedeni ile oluşan stresi ve ekonomik kaygıları azalttığını gözlemlemiştir (Olmsted, 1865).

İnsanların fiziksel aktivitelerini gerçekleştirdiği, rekreasyon ve turizm yapabildikleri doğal alanlar, sağlıklı bir yaşam ortamı sunarak obezite, diyabet, tansiyon, kronik hastalıklar gibi bedensel ve ruhsal hastalıkların azaltılmasına ve önlenmesine katkıda bulunmaktadır (Akpınar, 2013; Crossette, 2010).

Kent parkları, yeşil alanlar, geçmişten günümüze kadar ulaşabilen biyotoplar, ormanlar, sulak alanlar, yarı doğal alanlar ve rekreasyon alanlar sahip oldukları doğal özellikler nedeni ile kent sağlığını etkilenmektedir (Pouya, 2016). Bunu temel alan bu çalışmada Ankara'nın yakın çevresinde bulunan Eymir Gölü ve çevresindeki kent parkı ele alınmıştır. Çalışma kapsamında, yeşil ağı oluşturan tüm elemanların sahip oldukları tedavi edici ve iyileştirici etkisi incelenmiştir. Bu bağlamda Eymir Gölü ve çevresinin doğal peyzaj değerleri ile bu değerlerin insanlar üzerindeki iyileştirici ve tedavi edici etkileri belirlenmiş ve bu doğal peyzaj değerlerinin daha iyi bir etki yaratması için gözetleme terası önerisi getirilmiştir.

## Rehabilitasyon ve İyileştirme Bahçelerinde Önerilen Tasarım İlkeleri

Stresi azaltan, stresten kurtulmaya yardımcı olan, egzersiz yapma fırsatı sunan, mahremiyeti koruyan, çevreyi kontrol edebilen, dikkat dağıtmayan, sosyalleşme olanağı tanıyan, güvenilir olan ve doğal değerlere sahip olan parklar kullanıcılar tarafından tercih edilen kriterleri içermektedir (Bowers, 2003; Marcus, 2001). Sosyalleştirme olanağı tanıyan, güvenilir bir şekilde spor yapılabilinen ve dolaşılabilinen, güneşli ve gölgeli ortamları sunan, keşif yapma fırsatı sunan, estetik olan ve bunların yanı sıra sağlıklı yapıları içeren parklar ve bahçeler tedavi edici özelliğe sahiptirler (Marcus ve Barnes, 1999; Sakıcı, 2009).

Gizlilik ve kontrol hissi (1), sosyal iletişim (2), fiziksel hareket ve egzersiz olanağı (3), doğallık ve pozitif yönde dikkat dağıtıcıların varlığı (4) iyileştirme ve rehabilite bahçelerindeki terapi ünitelerinde olması gereken dört önemli kaynaktır (Ulrich 1999). Tablo 1 'de bu kaynaklar detaylandırılmıştır.

Tablo 1. Doğal alandaki terapi ünitelerinde olması gereken kriterler (Ulrich, 1999; Sakıcı, 2009; Pouya, 2016).

1)Kontrol	Kişinin çevresini kontrol edebilmesi ile stresiyle baş edebilmesi arasında direkt bir bağlantı vardır. Kişinin çevresini ve kendi durumunu kontrol edebilme hissi kendisini stresten uzaklaştırabilmektedir. Bu durum farklı alan seçenekleri, kontrollü kişisel erişilebilirlik ve gizlilik olanakları sunma, rahatlıkla yol bulabilme gibi seçeneklerle artırılabilir.
2)Sosyal İletişim	Sosyal iletişim yoğun olduğu yerlerde kişilerin stresinin azalmasında ve sağlıklarında olumlu katkılar sağlamaktadır. Ayrıca stresi azaltmak için gizlilik ile sosyal iletişim arasındaki dengenin iyi kurulması gerekmektedir.
3)Hareket ve	Egzersizlerle yapılan hareketlerin kalp rahatsızlıklarına ve kanser riskinin

Egzersiz	azalmasına katkı sağlamaktadır. Haftada en az üç kez 20 dakikalık yapılan yürüyüşler, kaygı ve stresi azaltabilmeye ve kişinin iyi hissetmesini sağlayabilmektedir (Brannon ve Feist, 1992). Bu bağlamda ruhsal hastalıkların incelendiği hastanelerde de, hafif egzersizlerin ve yürüyüşlerin yapılmasına uygun mekanların tasarlanması önerilmektedir.
4)Doğallık ve Dikkat Dağıtma	Doğal alanlardaki pozitif anlamda dikkat dağıtıcıların varlığı stres hormonunu ve kan basıncını düşürdüğü bilinmektedir. Bir bahçede ya da bir hastane ortamında bulunan müzik, sanatsal çalışmalar, hayvanların varlığı, su ile doğal elemanların sesi ile görüntüsü pozitif anlamda önemli dikkat çekicilerdir. Bu bağlamda bu dağıtıcıların kişilerin beş duyusuna hitap etmesi beklenmektedir. Örneğin; müzik ses duyularını, sanat çalışmaları görme ve dokunma duyularını, hayvanlar dokunma, görme, ses ve koku duyularını, doğal elemanlar ise beş duyuya hitap edebilmektedir.

İnsanların sağlıklı yaşayabilmesi için yapılan açık alan tasarımlarında uzaklaşma, boyut, cazibe, ve uygunluk olmak üzere dört faktöre dikkat edilmesi gerekmektedir (Kaplan ve Kaplan, 1989; Sakıcı, 2009). Tablo 2’ de bu faktörler detaylandırılmıştır.

Tablo 2. Sağlıklı yaşanabilmesi için tasarımda bulunması gereken faktörler (Kaplan ve Kaplan, 1989; Sakıcı, 2009)

Uzaklaşma	Zihinsel açıdan rahatlama sağlamak amacı ile kişinin sıradan işleri yapmaktan uzaklaşması önerilmektedir. Bu bağlamda tasarlanan mekanlarda farklı etkinliklerin düzenlenmesi gerekmektedir. Ayrıca doğal alanlarda ve yeşil parklarda yapılan egzersizler ve aktiviteler günlük egzersizlerden farklıdır.
Boyut	Küçük ölçeklerde büyük alanları anımsatacak tasarımlar kişinin gördüğünü algılamasının yanı sıra algıladığı şeyin ötesindeki dünyanın devamını kurgulamasını sağlamaktadır.
Cazibe	Doğal alanlardaki bitkiler, bunların mevsimsel renk değişimleri ve yaprak dökümleri, rüzgarda çıkardığı sesler, ışık oyunları, çiçeklerin rengi, kokusu, suyun varlığı, su sesi, bulutlar mekana cazibe katan bazı elemanlardır.
Uygunluk	İnsan ile doğal çevre arasındaki benzerliklerin varlığı insanların doğal çevre ile uygun ilişki kurmasına katkı sağlamaktadır.

Yeşil alan ve bahçelerden oluşan dış mekanlarda insanların daha çok vakit geçirebilmesinin sağlanabilmesi için sosyallik, gizlilik, gezinti-dolaşma, enerji gerektiren hareketli egzersizler, güneşli ve gölgeli ortamlar, oturma ve keşif alanları ve doğal estetik gibi motive edici özelliklerin bulunması gerekmektedir (Marcus ve Barnes, 1999) (Çizelge 3).

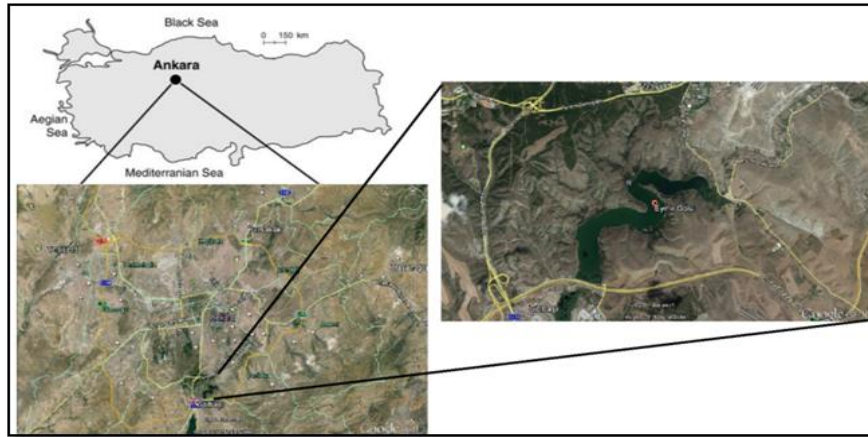
Çizelge 3. İyileştirme bahçelerinde bulunması gereken bazı özellikler (Marcus ve Barnes; 1999; Sakıcı, 2009; Pouya, 2016).

Sosyallik	İyileştirme bahçelerinde kullanıcılarının bir araya gelerek sosyalleşmesini sağlayan etkinliklerin yer alması gerekmektedir. Böylece grup halinde yapılan etkinliklerle kullanıcıların stres ve kaygılardan uzaklaşabilmesi, sıkıntıların unutulabilmesi ve yalnızlık hissinin giderilebilmesi sağlanabilmektedir. Bu durum kullanıcıların kendilerini iyi hissetmesine katkıda bulunmaktadır.
Gizlilik	İyileştirme bahçelerindeki kapalı alanlar gizlilik hissi yaratarak kullanıcıların bu gibi sessiz ortamlarda dikkatini toplayarak düşünebilmesi, meditasyon yapabilmesi ve kendilerini dinleyebilmesini sağlayabilmektedir. Bu gibi gizlilik oluşturan mekanların tasarımı kullanıcıların stresli ortamlardan uzaklaşmasına yardımcı olabilmektedir. Kullanıcıların yalnız kalarak kendilerini iyi hissetmesi pozitif katkı oluşturmaktadır. Yalnız başına düşünme kullanıcıların stresini azaltabilmektedir.
Dolaşma-Gezinti	İyileştirme bahçelerinde yapılan dolaşma ve gezinti aktiviteleri ile kullanıcılar fiziksel egzersiz yapabilmekte ve aynı zamanda stresten uzaklaşabilmektedir. Bu durum açık havada farklı manzaralar eşliğinde gezinti yapan kullanıcıların kendilerini iyi hissetmesini

	sağlayabilmektedir. Alanın tümünü gezdirebilecek dolambaçlı, kıvrımlı güzergahlar ve özel manzara noktaları kullanıcıların keşif yapma isteklerini arttırmakta ve onları cesaretlendirmektedir.
Enerji Gerektiren Egzersizler	İyileştirme bahçelerinin belirli noktalarında bulunan enerji gerektiren zıplama, koşar adım yürüme gibi etkinlikler, kullanıcıların stresten uzaklaşmasını ve kötü enerjisini boşaltmasını sağlayabilmektedir.
Gölge ve Güneş	İyileştirme bahçelerinde gölgeli ve güneşli mekanlarda gerçekleştirilen etkinlikler kullanıcıların bahçeyi kullanma süresini arttırmaktadır. Gölgeleme amaçlı kullanılan geniş taş yapraklı ağaçlar gibi doğal ve örtü elemanları yapay peyzaj elemanlarının kullanılması kullanıcılara seçme fırsatı sunmakta ve kullanıcıları keyif aldıkları mekanlara yönlendirmektedir.
Oturma ve Keşfetme	İyileştirme bahçelerinde yapılan pasif ve aktif aktiviteler için oturma ve keşif yapma gibi mekanların tasarlanması kullanıcılara rahat ettirecek ortam sağlamaktadır. Bu bahçelerdeki dolambaçlı yollar, manzarası olan özel noktalar, ilgi çekici doğal değerlerin bulunması ve buna uygun güzergahların tasarlanması kullanıcıların keşfe çıkmasını cesaretlendirmektedir. Farklı tasarımlarda ve farklı kullanıcılara hitap eden oturma birimlerinin varlığı kullanıcılara seçme ve böylece bahçede istedikleri kadar kalma fırsatı sunmaktadır.
Doğallığın Estetiği	Doğadan koparak kentsel yaşam içerisinde entegre olmaya çalışan insanoğlu için doğallık ve doğal peyzaj değerlerinin korunması oldukça önemlidir. Çünkü doğal mekanlar kullanıcıların tüm duyularına hitap etmektedir. Bu sebeple iyileştirme bahçelerinde beş duyuya hitap eden doğallık değerlerinin kullanılması kullanıcıların stres, kaygı ve problemlerden uzaklaşmasına olanak tanımaktadır.

## Materyal ve Yöntem

Ankara kentinin yakın çevresindeki yeşil kuşak içerisinde yer alan Eymir Gölü ve çevresi bir rekreasyon alanı olup, ormanlık alan, sulak alan ve yaban hayatını bir arada bulandıran bir açık yeşil alandır (Şekil 1). Kent yakın çevresinde bulunan çalışma alanı ekolojik açıdan katkı sağlamakla birlikte, kentli için sosyal açık yeşil bir alan oluşturmakta ve kent için imaj niteliği taşımaktadır. Çalışma alanı Ankara kent merkezine 20 kilometre uzaklıkta olup 22.10.1990 tarihli 383 sayılı Kanun Hükmünde Kararname ile “Özel Çevre Koruma Bölgesi” olarak ilan edilmiştir (Bilgin, 2009). Böylece Eymir Gölü ve çevresinin çevresel değerlerinin korunması ve buna uygun koruma tedbirleri ile gerekli planlama kararlarının alınması için Özel Çevre Koruma Kurumu Başkanlığı kurulmuştur (Eyyubi, 2004; Gökçe, 2004; Bilgin, 2009).



Şekil 1. Eymir Gölü alanı konumu (Pouya, 2016)

Ulaşılabilir bir mesafede olan çalışma alanı, yarı doğal peyzaj kaynak değerlerine (su varlığı, kuşlar, balıklar, yaban hayatı, bitki varlığı gibi) sahip olması ve gelen ziyaretçilere farklı etkinlikler

sunması nedeni ile tercih edilmiştir. Maksimum derinliği 6 metre olan ve ODTÜ arazisinin güney-doğusunda bulunan Eymir Gölü yaklaşık 120 hektarlık bir tatlı su gölüdür. Etrafı ODTÜ ormanı ile çevrili olan bu çalışma alanı sazlıklarla, çalılıklarla çevrili olup kumlu sahilleri bulunmaktadır. Geçmişte Mogan Gölü ile Eymir Gölü arasında direk bağlantısı olan kısmı günümüzde salık kalıntıları barındırmaktadır (Bilgin, 2009; Beklioğlu, 2000).

Bu çalışma, doğal peyzaj değerlerinin engelli çocuklar üzerindeki iyileştirme etkisini Eymir Gölü ve çevresinde yapılan anket ve gözlemlerle değerlendiren ve Pouya ve Demirel (2018) tarafından tamamlanmış olan araştırmanın devamlılığı niteliğindedir. Bu bağlamda araştırma alanı doğal ve kültürel peyzaj değerleri analiz edilmiştir. Kent parklarının kullanıcılar üzerindeki rehabilite edici ve iyileştirici özelliği, incelenmiş, Ankara'nın, Eymir Gölü ve çevresi ele alınmıştır. Böylece bu çalışma kapsamında parkın doğal peyzaj değerleri araştırılmış, rehabilite edici ve iyileştirici özelliği ile rekreasyonel potansiyeli incelenmiştir. Bu amaçla Ulrich (1999), Kaplan ve Kaplan (1989), Marcus ve Barnes (1999) başta olmak üzere dünya çapında iyileştirme bahçeleri konusunda önemli araştırmacıların çalışmaları ve teorileri incelenmiştir. Parklardaki doğal değerlerin kullanıcılar üzerindeki iyileştirici kriterleri araştırılmış, konu ve çalışma alanı ile ilgili literatür taranmış ve yerinde tespit için alan çalışması düzenlenmiştir. Bu çalışmada iyileştirme bahçeleri kapsamında doğa ile iç içe, kültürel dokuya saygılı özelliği irdelenmiş ve bu bağlamda doğa ile iç içe olan Eymir Gölü araştırma alanı olarak uygun görülmüştür. Araştırma alanında eksikliklerin ve yetersiz durumların olduğu gözlemlenmiştir.

### Araştırma Alanının Doğal Bitki Örtüsü

Morfolojik yapı farklılığına ve küçük farklı iklim adacıklarına sahip olması nedeni ile Eymir Gölü çevresi farklı bitki örtüsü varlığına sahip olmasına neden olmuştur (Şekil 2). Ankara sahip olduğu iklim ve toprak koşulları nedeni ile bitki örtüsünün temeli genelde otsu bitkiler oluşturmaktadır (Eyyubi, 2004; Pouya, 2016). Çalışma alanında yükseklik azaldıkça kuraklık seviyesi artmakta, su varlığı ve derinliği, rüzgar koridoru ve farklı bakı açısı nemliliğin farklılaşmasına neden olmaktadır. Bu sebeple, farklı ekolojik bitki toplulukları, farklı topoğrafik alanlarda, farklı yükseklik ve nem oranlarına göre yayılmaktadır (Eyyubi, 2004; Pouya, 2016).

Hacettepe Üniversitesi Biyoloji Bölümü tarafından gerçekleştirilen araştırma kapsamında floristik çalışmalar gerçekleştirilmiştir. Buna göre çalışma alanında 476'sı tür, 6'sı alttür, 6'sı varyete olmak üzere toplam 488 takson tespit edilmiştir. Bunlar arasından 52 tanesinin karasal endemik tür olduğu saptanmıştır. Bu türlerden en yüksek riske sahip olan türler arasında *Centaurea tchihatcheffii* *Erysimum torulosum* ve *Dianthus ancyrensis* bulunmaktadır.

Eymir Gölü içerisinde yer alan su bitki türleri ve bunların yayılışlarını gösteren araştırma kapsamında gölün güney, kuzey ve batı kıyılarının ve özellikle koylarında geniş kümeler şeklinde karniş (*Phragmites* sp.) ve saz (*Carex* sp.) türlerinin bulunduğu tespit edilmiştir (Tanyolaç ve Karabatak, 1974). Su altında ise *Ranunculus aquaticus*, *Myriophyllum* sp., *Alisma plantago* ve *Gramineae* sp. gibi bitki türlerinin kıyı boyunca ise 8-10 m'lik geniş bir kemer oluşturduğu incelenmiştir (Tanyolaç ve Karabatak, 1974; Obalı 1978).

Eymir Gölü'nün kuzey, güney ve batı kıyılarında yer alan kayalarda geniş *Phragmites vulgaris* kümeleri ile sahil boyunca bulunan kayalarda *Myriophyllum spicatum* L., *Potamogeton pectinatus* L., *Ranunculus saniculifolius* Viv ve *Ceratophyllum* sp. gibi çok geniş kemerler oluşturan sualtı bitkileri yer almaktadır. Bununla birlikte gölün derin bölümleri ile taşlık ve kumluk alanlarda ilkbahar ve yaz aylarında *Chara* sp. türlerinin varlığı gözlemlenmiştir (Şekil 2) (Anonim, 2002).



Şekil 2. Eymir Gölü florasına ait bazı örnekler (Sima POUYA)

### Araştırma Alanının Yaban Hayatı

Eymir Gölü ve çevresinde yer alan sazlıklar, tatlı su bataklıkları, çayırılık ve meralık alanlar bu alanın birçok kuş türünün beslenmesine, yuvalanmasına ve barınmasına olanak tanımaktadır. T.C. Çevre ve Şehircilik Bakanlığı Tabiat Varlıklarını Koruma Genel Müdürlüğü (ÇSB) tarafından 2010 yılında tamamlanan kuş gözlemleri sonucunda çalışma alanında 224 kuş türünün olduğu saptanmıştır (Şekil 3). Kuş türleri dışında çalışma alanı 69 zooplankton türü, 165 sucül ve karasal organizmalar türü, 15 balık türü, 3 iki yaşamlılar türü, 2 sürüngenler türü, 25 memeli türü ve zengin omurgalı türüne ev sahipliği yapmaktadır (ÇŞB, 2010; Pouya, 2016)

669



Şekil 3. Eymir Gölü faunasına ait bazı örnekler (Sima POUYA)

### Bulgular ve Tartışma

Bu araştırma kapsamında Ulrich' in (1999) doğal alandaki terapi ünitelerinde olması gereken kriterleri (kontrol, sosyal iletişim, hareket ve egzersiz, doğallık ve dikkat dağıtma), Kaplan ve Kaplan' ın (1989) sağlıklı yaşanabilmesi için tasarımıda bulunması gereken faktörleri (uzaklaşma, boyut, cazibe, uygunluk) ile Marcus ve Barnes' in (1999) iyileştirme bahçelerinde bulunması gereken bazı özellikleri (sosyallik, gizlilik, dolaşma-gezinti, enerji gerektiren egzersizler, gölge ve güneş, oturma ve keşfetme, doğallığın estetiği) değerlendirilmiştir. Araştırma kapsamında yapılan gözlemler sonucunda Eymir Gölü ve çevresinde rehabilitasyon ve iyileştirme bahçeleri için yeterli özelliklere sahip olduğu tespit edilmiştir.

Çalışma alanına yönelik gerçekleştirilen envanter ve analizler sonucunda araştırma alanının iyileştirme bahçeleri için gerekli olan doğal değerlere ve iyileştirme bahçelerinde olması gereken kriterlere sahip olduğu belirlenmiştir. Tüm bu olumlu özelliklerine rağmen çalışma alanındaki tasarımların tüm kullanıcılara hitap etmediği ve özellikle engellileri dikkate almayan yolların ve rampaların olduğu dolayısı ile alan içerisindeki erişebilirliğinin sınırlı olduğu ve yönlendirme ile güvenliği sağlayan aydınlatmanın alanda yetersiz olduğu tespit edilmiştir.

Ankara kent çeperine yakın olan ulaşım açısından erişebilirliği rahat olması nedeni ile Eymir Gölü kentin doğal yapısı koruyan önemli rekreasyon alanlarından biridir. Bu sebeple birçok ziyaretçiyi ağırlamaktadır (Anonim, 2013). Güvenliği sağlamak ve kontrollü kullanım için alana giriş çıkışlar belirli saatlerde gerçekleşmektedir. Çeşitli rekreasyon faaliyetlere olanak sağlandığı gözlemlenen çalışma alanında balıkçılık, su sporları, yürüyüş yapılmakta yeme içme ve dinlenme tesisleri ile çocuk oyun alanı, basketbol alanı, ata binme alanı, bisiklet sürme alanı bulunmaktadır (Şekil 4). Bunlara ek olarak yapılan diğer araştırmalarda da çalışma alanının piknik, kamping, yüzme, kürek, yelken, olta balıkçılığı, botla gezinti, sportif faaliyetler, yaban hayvanı ve kuş gözleme, izci kampı, doğa yürüyüşleri, manzara seyir, eko turizm, ata binmeye uygun olduğu belirlenmiştir (Eyyubi, 2014; Gürer, 2014).



Şekil 4. Eymir Gölü alanında yapılan bazı etkinlikler (Pouya, 2016)

Bu araştırma kapsamında çalışma alanında en çok yapılan aktiviteler sırasıyla, yürüyüş ve spor yapmak, bisiklete binmek ve alanda oturmak-dinlenmek olduğu gözlemlenmiştir. Eymir Gölü ve çevresinin rekreasyonel amaçlı kullanılmasının en başta gelen sebebinin hala doğal kaynak değerlerini korumuş olmasından kaynaklandığı belirtilmiştir (Gürer, 2014). Ayrıca çalışma alanında su kaynağının olması, kent çeperine yakın olması, bisiklete binme ve spor yapma aktiviteleri için uygun olması, nezih sakin, huzurlu ve güvenli bir ortam olması kullanıcıların kentin stresli ortamından ve kaygılarından uzaklaşmasını sağlayabilmektedir (Gürer, 2014).

Kent yakın çevresinde bulunan Eymir Gölü sahip olduğu geniş ormanlık alanları, su varlığı, fauna ve florası ile doğal açıdan zengin bir potansiyel değerine ve rekreasyonel kaynak değerine sahiptir. Böylece kentli, kent yakın çevresinde doğa ile iç içe olacak, stresli ve kaygılı yoğun iş ve eğitim temposundan uzaklaşacak ve rekreatif etkinliklerde bulacak imkana sahip olabilecektir. Çalışma alanı, insanın ruhsal ve fiziksel anlamda rehabilite edilebilmesi açısından değerlendirdiğinde sahip olduğu doğal ve rekreatif kaynak değerlerinin kullanıcılar üzerinde iyileştirici ve tedavi edici etkilerinin bulunduğu yapılan araştırmalar ve gözlemler sonucunda belirlenmiştir.

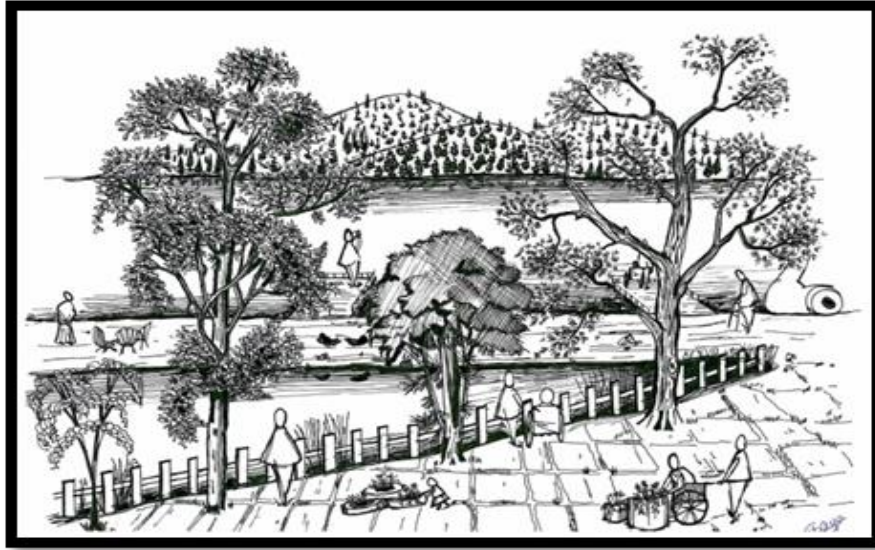
Araştırma sırasında yerinde tespit için yapılan arazi çalışması sonucunda alanda bulunan restoran ve kafe girişlerinin, ata binme ve top oynama alanının, ormanlık alan güzergahının ve tuvalet



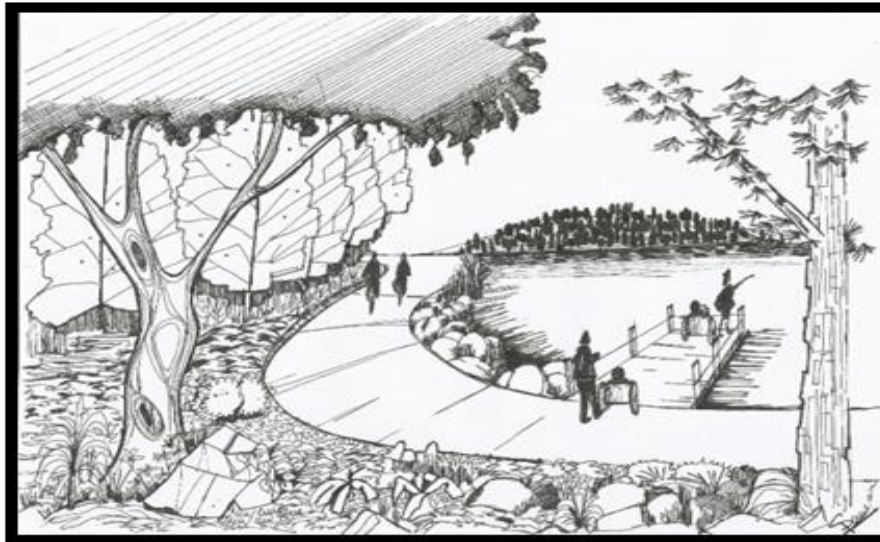
girişlerinin her kullanıcı için uygun olmadığı gözlemlenmiş, eğim ve döşeme malzemesi konusunda problemlere rastlanmıştır.

Çalışma alanına yetecek kadar tuvalet bulunmamakta, taşıt, yaya ve bisiklet güzergahları ayrılmamıştır. Özel aracı olmayan ya da araç kullanamayan ziyaretçilerin çalışma alanına erişimi oldukça yetersizdir. Çalışma alanı engelli kullanımına göre düzenlenmemiştir. Dolayısı ile herkese hitap edebilecek olan bir tasarım anlayışı benimsenmeli ve kısıtlamaların en aza indirgenmelidir. Ayrıca akşamları yönlendirme ve güvenliği sağlayacak olan aydınlatmanın oldukça yetersiz olduğu belirlenmiştir.

Tüm bireyler güvenli ve kontrollü bir şekilde çalışma alanı içerisinde rahatlıkla dolaşması ve mekanlar arasında bağlantının kurulması gerekmektedir. Taşıt, bisiklet ve yaya güzergahları ayrılmalıdır. Herkes için tasarım anlayışı ile rampaların ve yolların rahatlıkla ulaşımın ve erişebilirliğin sağlanabilmesi için uygun eğim aralıklarında ve genişlikte olması, iklim koşullarına dayanıklı, kaymaz, sert ve düz olması gerekmektedir. Hareket kısıtlılığı olmamalıdır. Çalışma alanının vista noktaları belirlenmelidir. Bu araştırma kapsamında yapılan gözlemler sonucunda çalışma alanının doğal değerlerini yansıtan vista noktalarının rahatlıkla görülebilmesi, fotoğraf çekilebilmesi ve durup dinlenebilmesi için gözleme terasları önerilmiştir (Şekil 5 ve 6).



Şekil 5. Çalışma alanına yönelik tasarlanması önerilen seyir terası; gölün Güney kısmı (Sima POUYA)



Şekil 6. Çalışma alanına yönelik tasarlanması önerilen seyir terası, gölün Batı kısmı (Sima POUYA)

## SONUÇ VE DEĞERLENDİRME

Rehabilitasyon ve iyileştirme bahçeleri kent yaşamı içinde sıkışan kentlilerin ferah bir nefes alması, stresten ve kaygıdan uzaklaşması, huzur bulması, kendini güvende hissetmesi, sosyalleşmesi, doğa ile iç içe olması, egzersiz yapması, flora ve faunayı keşfetmesi ve doğa içerisinde gezinti yapması için fırsat sunmaktadır. Bu bağlamda, bu çalışmada Ulrich, Kaplan ve Kaplan ile Marcus ve Berne' in iyileştirme bahçeleri için ortaya koyduğu özellikler ve kriterler dikkate alınmıştır. Bu araştırmacıların çalışmalarından yola çıkılarak Ankara, Eymir Gölü kent parkının rehabilitasyon ve iyileştirme potansiyeline sahip olduğu belirlenmiştir. Bu kapsamda çalışma alanına yönelik envanter çalışması ve analizler gerçekleştirilmiştir. İyileştirme bahçelerinde olması gereken özellikler ve kriterlerin doğa ile iç içe bulunan Eymir Gölü ve çevresinde bulunduğu incelenmiştir. Buna rağmen çalışma alanında eksikliklerin ve yetersiz durumların olduğu gözlemlenmiştir. Engellileri dikkate almayan yolların ve rampaların olduğu belirlenmiş, eğimin erişilebilirlik için uygun olmadığı, mekanlar arasında bağlantının ve aydınlatmanın yetersiz olduğu tespit edilmiştir.

Eymir Gölü ve çevresini ele alan bu çalışmanın her kullanıcı tarafından rahatlıkla erişilebilmesi için özel tasarımlarla düzenlenmesi alanın herkes tarafından kullanılabilirliği açısından oldukça önemlidir. Özellikle engelli ve yaşlı bireyleri dikkate alınarak çalışma alanı içerisindeki kısıtlamalar en aza indirgenmeli ve herkes için tasarım yapılması gerekmektedir.

Çalışma alanı, kent sağlığını hem fiziksel hem de ruhsal açıdan fayda sağlayabilecek rehabilitasyon ve iyileştirme potansiyeline sahiptir. Araştırma kapsamında yapılan gözlemlerde, çalışma alanı ile ilgili elde edilen eksikliklerin yeniden ele alınması, güvenilir ve dikkat çekici mekanların oluşturulması, gürültüden uzak gizli mekanların ve sosyalleşmeyi sağlayacak etkinlik alanlarının tasarlanması, oturma ve dinlenme mekanları ile gölgelenme ve güneşlenme fırsatı sunan güzergahların belirlenmesi, doğal ile insan arasındaki dengenin korunması, insanların kent stresinden uzaklaştırabilecek ve doğal değerlerin zarar görmeden görülmesini sağlayan terasların tasarlanması önerilmiştir.

## KAYNAKÇA

- AKPINAR A., (2013). KENTSEL AÇIK ALANLAR: BAŞARILI BİR KENTSEL AÇIK ALAN İÇİN GEREKLİ OLAN KRİTERLER NELERDİR? Peyzaj Mimarlığı 5. Kongresi, 14-17 Kasım 2013 Adana.
- ANONİM (2013), BASIN TOPLANTISI: ODTÜ İMAR PLANI, YOLLAR VE EYMİR GÖLÜ, <http://www.metu.edu.tr/Announcement/Basin-Toplantisi-Odtu-İmar-Plani-Yollar-Ve-Eymir-Golu>, 22.09.2014
- ANONİM, (2002). BİYOLOJİ BÖLÜMÜ, MOGAN GÖLÜ HAVZASI BİYOLOJİK ZENGİNLİKLERİ VE EKOLOJİK YÖNETİM PLANI. ÇEVRE BAKANLIĞI ÖZEL ÇEVRE KORUMA KURUMU, 85-91, Ankara.
- BOWERS, D.A., (2003). INCORPORATING RESTORATIVE EXPERIENTIAL QUALITIES AND KEY LANDSCAPE ATTRIBUTES TO ENHANCE THE RESTORATIVE EXPERIENCE IN HEALING GARDENS WITHIN HEALTH CARE SETTINGS, Master Theses, Washington State University, 108 s.
- BILGIN, C., (2009). ODTÜ'nün Kuşları 1995-2008, Gözlem Topluluğu.12.
- BEKLIOĞLU, M., (2000). GÖLLER, BESİN ZİNCİRİ YIKIMI VE BİYOMANİPULASYON: EYMİR VE MOGAN GÖLLERİ, Bilim ve Teknik Dergisi, s.394.
- CROSSETTE, B. (2010). STATE OF WORLD POPULATION 2010. INFORMATION AND EXTERNAL RELATIONS DIVISION OF UNFPA, The United Nations Population Fund.
- EYYUBİ, S., (2004). SÜRDÜRÜLEBİLİR KALKINMA STRATEJİSİNİN UYGULANMASINDAN EKOSİSTEM YÖNETİMİNDEN ÜLKEMİZDE BİR YÖNTEM OLARAK YARARLANMA, Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- GÖKÇE, B., (2004). EYMİR GÖLÜ: SORUNLAR VE ÇÖZÜMLER, Panel, Odtülüler Bülteni, Aralık, 136,
- GÜRER, N., (2014). REKREASYON ALANLARININ TASARLANMASINDA TEMEL İLKELER, ANKARA EYMİR, GÖLÜ ÖRNEĞİ, Journal Of Recreation And Tourism Research (JRTR), 1 (2).
- GÜLEZ, S., ÖZTEKİN B., BEKÇİ B. (2001). HASTANE BAHÇELERİ, ACIL SERVİS GİRİŞLERİ SERT ZEMİN DÜZENLEMESİ: ZKÜ TIP FAKÜLTESİ, ACIL GİRİŞİ ÖRNEĞİ. ZKÜ Bartın Orman Fakültesi Dergisi, 3(3), s.160-173.
- KAPLAN, R. (1973). SOME PSYCHOLOGICAL PENEFFITS OF GARDENING. Environment And Behavior, Vol. 5, No. 2, s.145-61.
- KAPLAN, R., KAPLAN S. (1989). THE EXPERIENCE OF NATURE: A PSYCHOLOGICAL PERSPECTIVE, Cambridge: Cambridge University Press.
- MARCUS, C.C. (2005). HEALING GARDENS İN HOSPITALS, UNIVERSITY OF CALIFORNIA, Berkeley, The Architecture Of Hospitals.
- MARCUS, C.C. BARNES, M., (1999). HEALING GARDEN: THERAPEUTIC BENEFITS AND DESİNG RECOMMENDATIONS, John Wiley & Sons, New York, s.624 .
- MARCUS, C.C. (2007). HEALING GARDENS IN HOSPITALS, Design And Health Journal, 1(1), s.1-27.
- OBALI, O., (1978). Mogan Gölü Fitoplanktonunun Nitesel ve Nicesel Olarak İncelenmesi, Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Fen Fakültesi, Ankara.
- OLMSTED, F.L. (1865). THE VALUE AND CARE OF PARKS. REPORT TO THE CONGRESS OF THE STATE OF CALIFORNIA (Reprinted İn Landscape Architecture, 17, s.20-23.
- POUYA,S., BAYRAMOĞLU, E. DEMİREL, Ö, (2015). INVESTIGATION OF HEALING GARDEN DESIGN METHODS, Kastamonu University, Journal Of Forestry Faculty, 15 (1), s.15-2.
- POUYA S., (2017). HEALING GARDENS IN THE MEGA CITIES; EXAMPLE OF TEHRAN, Kent Akademisi, Kent Kültürü Ve Yönetimi Hakemli Elektronik Dergi, Cilt: 10 Sayı: 2, Yaz 2017, s.140-156
- POUYA, S, (2016). DEVELOPMENT PLANNING APPROACH FOR CHILDREN WITH ORTHOPEDIC DISABILITIES; EXAMPLE OF ODTÜ EYMİR LAKE (ANKARA), Dissertation, Karadeniz Technical University.
- POUYA, S., DEMİR S., DEMİREL Ö., 2016. OBSERVATIONAL METHODS AND BEHAVIOR MAPPING, Peyzaj Mimarlığı 6. Kongresi. 268-284.
- POUYA, S., DEMİREL, Ö., 2018. POSITIVE HEALTH EFFECTS OF THE NATURAL ENVIRONMENT ON CHILDREN WITH DISABILITY. Sütçü İmam Üniversitesi Tarım ve Doğa Dergisi, 21(5). Accepted : 20.04.2018.
- SALAHESH N., IRANI BEHBAHANI H., POUYA S., POUYA S. (2013). THE PRINCIPLES AND PRACTICALITIES EVALUATION OF THE HEALING GARDENS WITH THE AIM OF İNCREASING THE IDEA OF HEALING IN URBAN SPACES, International Conference On The 3rd Environmental Planning & Management (Icepm), 26 November 2013, Tahran, Iran.
- SAKICI, Ç, (2009), RUH VE SINIR HASTALIKLARI HASTANELERİNDE AÇIK ALAN TERAPİ ÜNİTELERİNİN PEYZAJ TASARIMI: ATAKÖY (TRABZON) RUH SAĞLIĞI VE HASTALIKLARI HASTANESİ ÖRNEĞİ, Doktora Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Fen Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- SAKICI, Ç., VAR M. (2014). RUH VE SINIR HASTALIKLARI HASTANE BAHÇELERİNİN (AÇIK ALAN TERAPİ ÜNİTELERİ) DÜZENLENMESİ KRİTERLERİ. Kastamonu Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi, 14(1), s.101-112.
- TANYOLAÇ, J., KARABATAK, M., (1974). MOGAN GÖLÜ'NÜN BİYOLOJİK VE HİDROLOJİK ÖZELLİKLERİNİN TESPİTİ [Biological And Hydrological Characteristics Of Lake Mogan].

T.C. ÇEVRE VE ŞEHİRCİLİK BAKANLIĞI, TABİAT VARLIKLARINI KORUMA GENEL MÜDÜRLÜĞÜ, (2010).Gölbaşı Özel Çevre Koruma Bölgesi Tür İle Habitat Koruma ve İzleme Projesi.

ULRICH, R. S. (1981). NATURAL VERSUS URBAN SCENES: SOME PSYCHOLOGICAL EFFECTS. *Environment And Behaviour*, 13(5), s.523-556.

ULRICH, R. S., Parsons R. (1992). INFLUENCES OF PASSIVE EXPERIENCES WITH PLANTS ON İNDIVIDUAL WELL-BEING AND HEALTH. In: D. Relf (Ed), *The Role Of Horticulture In Human Well-Being And Social Development*, Timber Press, Oregon.

ULRICH, R. S. (1999). EFFECTS OF GARDENS ON HEALTH OUTCOMES: THEORY AND RESEARCH. In C. Cooper-Marcus & M. Barnes (Eds.), *Healing Gardens: Therapeutic Benefits And Design Recommendations*. New York: John Wiley, s. 27-86.