

PAPER DETAILS

TITLE: Yasam Kalitesi Baglaminda Özel Bir Sporcunun Kazanimlari:Ebeveyn Görüsleri
Dogrultusunda Bir Durum Çalışması

AUTHORS: Nuri Berk GÜNGÖR,Aynur YILMAZ,Ekrem Levent ILHAN

PAGES: 421-443

ORIGINAL PDF URL: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/797761>



Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi

Yıl: 2019, Cilt: 20, Sayı: 3, Sayfa No: 421-443

DOI: 10.21565/ozelegitimdergisi.488740

ARAŞTIRMA

Gönderim Tarihi: 28.11.18

Kabul Tarihi: 06.05.19

Erken Görünüm: 13.05.19

Yaşam Kalitesi Bağlamında Özel Bir Sporçunun Kazanımları: Ebeveyn Görüşleri Doğrultusunda Bir Durum Çalışması*

Nuri Berk Güngör^{ID**}
Gazi Üniversitesi

Aynur Yılmaz^{ID***}
Trabzon Üniversitesi

Ekrem Levent İlhan^{ID****}
Gazi Üniversitesi

Öz

Bu araştırmanın amacı; Down sendromu tanısı konulmuş elit düzeyde sportif müsabakalara katılan özel bir sporçunun sportif kariyerinin yaşam kalitesine olan etkilerini belirlemektir. Araştırma, nitel araştırma yaklaşımlarından durum çalışması deseni ile tasarlanmıştır. Katılımcı seçiminde amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme kullanılmıştır. Araştırmada ele alınan elit düzeyde Down sendromlu popüler bir sporçunun yaşamındaki bazı değişim verileri babasının değerlendirmeleri doğrultusunda görüşme tekniği kullanılarak elde edilmiştir. Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından oluşturulan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Veri analizinde betimsel ve içerik analizinden faydalanılmıştır. Analiz neticesinde bulgular altı tema altında şekillenmiştir. Bu temalar: sağlıklı yaşamın alt parametreleri olan sporun fiziksel fonksiyonları, sosyal fonksiyonları, duygusal fonksiyonları, okul fonksiyonu, psiko-sosyal sağlık ve aileye yönelik olumlu tepkilerdir. Temaların altında ise 32 kategori elde edilmiştir. Bu kategorilerde özel bir sporçunun farklı gelişim özellikleri açıklanmaktadır. Sonuç olarak elde edilen bulgular doğrultusunda sporculuğun, özel gereksinimli bir bireyde başta fiziksel özelliklerin gelişmesini sağlamanın yanında, bireyin psikolojik ve sosyal özelliklerine de farklı katkılar sunduğu, bu yönüyle yaşam kalitesine doğrudan olumlu bir etkide bulunduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte özel sporçunun elde ettiği sportif başarıların ailesine de olumlu katkılar sağladığı tespit edilmiştir.

Anahtar sözcükler: Yaşam kalitesi, Down sendromu, spor, özel sporcu, ebeveyn görüşü.

Önerilen Atıf Şekli

Güngör, N. B., Yılmaz, A., & İlhan, E. L. (2019). Yaşam kalitesi bağlamında özel bir sporçunun kazanımları: Ebeveyn görüşleri doğrultusunda bir durum çalışması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 20(3), 421-443. doi: 10.21565/ozelegitimdergisi.488740

*14. Spor Bilimleri Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur, 1-4 Kasım 2016, Antalya.

****Sorumlu Yazar:** Arş. Gör., E-posta: nuriberkgungor@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-6579-9146>

***Dr. Öğr. Üyesi, E-posta: aynuryilmaz8661@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-5697-968X>

****Doç. Dr., E-posta: leventilhan@gazi.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0002-1117-2700>

Spor çağımızın modern toplumlarında, kültürel ve refah düzeylerinin bir göstergesi olarak anlam kazanan ve sosyal hayatın tüm yönlerini etkileyen önemli bir sosyal olgudur (İmamoğlu, 1992). Ayrıca, sağlıklı nesillerin yetiştirilmesi ve çağdaş toplumların yaratılmasında spor önemli bir araçtır. Özellikle, çocuklar ve gençlerin beden ve ruhen sağlıklı olmalarında, sosyal yönden gelişmelerinde, ayrıca yapıcı, yaratıcı, üretken, centilmen, sağlıklı, hoşgörülü, ahlaklı, düzgün davranışlı, özgüvenli, beşerî münasebetleri düzgün örnek bir insan olarak yetişmesinde spor büyük katkı sağlamaktadır (Yetim, 2005).

Sporun normal gelişim gösteren bireyler üzerinde olumlu etkileri olduğu gibi aynı zamanda engelli bireylere de birçok kazanım sağladığı bilinmektedir. Spor engelli kişiyi topluma ve üretime kazandırmasının yanı sıra kişiyi fiziksel olarak güçlendirip günlük hayatını kolaylaştırmaktadır (Kalyon, 1994). Sporun fiziksel ve ruhsal yapıya sağladığı desteğin yanı sıra çocuğa güven, rekabet ve arkadaşlık duygusu ve sosyal rol kazandırma eğilimi de vardır. Engelli birey için bu sosyal rolün evrensel dili spordur. Bir eğitim faaliyeti olan spor, bireyin ortak amaçları dile getirebilme gücünü ve takdir edebilme duygusunu ortaya çıkarmaktadır. Bunların yanı sıra, spor, sosyal yaşamın içinde sık karşılaşılan durumlar; anlayış gösterebilme, sorumluluk taşıyabilme ve iş birliği içinde olabilme vb. kabiliyetlerini de geliştirmektedir (İlhan, 2008a).

Bireyler fiziksel, zihinsel, ruhsal ve sosyal özellikleri bakımından birbirlerinden farklıdır. Toplumu oluşturan bireyler arasında çeşitli bireysel farklılıkların olması, tüm gelişim boyutlarını olumlu ya da olumsuz yönde etkileyebileceği gibi yeterlilik ve yetersizlikleri noktasında belirleyici olmaktadır. Gelişim boyutlarındaki yetersizliklerden etkilenme düzeyi arttıkça, bireyin toplumun beklentilerini karşılamada zorlanması bazen de bu beklentileri hiç karşılayamaması gibi bir durum ortaya çıkmaktadır. Başka bir ifade ile “herkes gibi olamama” farklılığın kesim noktasıdır. Bu değerlendirmeye göre bireyler yetersizlikleri nispetinde eğitsel ya da tıbbi yönden farklı sınıflandırmalar ile tanımlanırlar. Bu sınıflamalardan biri de zihinsel engelliliktir (İlhan ve Esentürk, 2014). Bununla beraber, farklı engel grupları içerisinde “zihinsel engellilik” bir irade yetmezliğinin etkisi ile başka insanlara bağımlılığı da beraberinde getirir (İlhan, Esentürk ve Yarımkaya, 2016).

Zihinsel engelli çocukların sosyal, duygusal, fiziksel, zihinsel ve hareket gelişim özellikleri ele alındığında eksik kalan ya da aksayan birçok olumsuzluğun giderilmesi bakımından özenle planlanmış bedensel etkinlikler, bu çocuklar için temelde; gruba ve topluma ait olma duygusunu geliştirmek, olumlu benlik kavramını yüceltmek, zihinsel beceriler kazandırmak, fiziksel ve psikolojik sağlığı desteklemek gibi birçok amaca hizmet etmektedir (İlhan, 2008b). Toplumda zihinsel engelli bireyler fiziksel etkinliklere ne kadar ihtiyaç duyuyorsa, Down sendromu tanısı konmuş bireyler de bir o kadar ihtiyaç duymaktadırlar. Genetik bir bozukluktan ortaya çıkan Down sendromu, zihinsel engelle neden olan ve prenatal dönemde ortaya çıkan bir dizi genin kalıtım yoluyla edinilmiş olduğu kromozomal bozukluktur (Akin, 1998).

Down sendromlu bireylerin kaba ve ince motor becerilerinin sağlıklı bireylere kıyasla geri olduğu ve gelişimlerinin yavaş olduğu bilinmektedir. İlk aylarda ince motor gelişim, kaba motor gelişime paralel gelişir. İlerleyen yaşla birlikte ince motor becerilerdeki gerilik daha da belirginleşir. Motor gelişimin geri olması, bireylerin eğitimini, sosyal ilişkilerini olumsuz etkiler. Down sendromlu bireylerin kaba ve ince motor becerilerinde gelişim sağlanması, günlük yaşamda bağımsızlık kazanımları açısından önem taşır. İnce motor becerilerin gelişmesi, kişisel bakım, akademik beceriler, beslenme gibi alanlarda çocukların bağımsızlığının artmasına ve ailelere olan ihtiyacın azalmasına katkıda bulunması açısından önem taşımaktadır (Altın, 2011).

İlgili alan yazın incelendiğinde; İlhan (2009), İnce (2017), Tezcan Kardaş, Bülbül Kardaş ve Sadık (2017) ile Eldeniz Çetin ve Terzioğlu (2018) araştırmalarında, zihinsel yetersizliği bulunan bireylerin ailelerinin doğrudan veya dolaylı olarak spor ile ilgili görüşlerini ve sporun bu bireyler üzerindeki etkilerini belirlemeye çalışmışlardır. Ancak, ebeveyn görüşleri doğrultusunda spor ile birlikte elit düzeyde bir kariyerin zihinsel yetersizliği bulunan bir birey üzerine etkilerini belirlemeyi amaçlayan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu sebeple araştırmanın spor ve yaşam kalitesi bağlamında farklı bir bakış açısı ile ilgili alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Türkiye’de on dört branşta faaliyetlerini yürüten Özel Sporcular Spor Federasyonu zihinsel engelli bulunan bireyleri gerek sporla tanıştırmak gerekse il ve ülke genelinde farklı branşlardaki müsabaka

organizasyonları ile onların bu oluşumun içinde yer almalarını sağlayarak bir çatı konumunda sorumluluk üstlenmektedir. Bununla beraber, uluslararası turnuvalara da sporcu yetiştirerek milli bir görev üstlenmiştir. Araştırmanın konusu olan özel sporcu ise yüzme branşında birçok ulusal ve uluslararası başarıya sahip popüler bir sporcudur.

Bu noktadan hareketle araştırma; sporun zihinsel engelli bireyin yaşam kalitesine olan etkilerini görmek, yaşamlarını kolaylaştırmak adına yapılması gereken çalışmaların ve programların tespit edilmesi bakımından önem taşımaktadır. Araştırmanın amacı ise; şampiyon özel bir sporcuya elit düzeyde sportif müsabakalarda yarışmasının ve sportif faaliyetlerin içinde bulunmasının ebeveyn görüşleri doğrultusunda yaşam kalitesine olan etkilerini belirlemektir. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır. Özel bir sporcu ebeveynine göre,

1. Çocuğun fiziksel gelişimine sporun sağladığı faydalar nelerdir?
2. Çocuğun duygusal gelişimine yönelik sporun katkıları nelerdir?
3. Çocuğun sosyal gelişimi üzerinde sporun etkileri nelerdir?
4. Çocuğun okula bağlanma ve olumlu tutum geliştirmesine sporun etkisi nelerdir?
5. Çocuğun psiko-sosyal sağlığı üzerine sporun etkileri nelerdir?
6. Sporun çocuğa sağladığı faydaların aile açısından yansımaları nasıldır?

Yöntem

Bu bölümde araştırma deseni, katılımcı özellikleri, verilerin toplanması-analizi ve geçerlik güvenirlik ile ilgili bilgilere yer verilmiştir.

Araştırma Deseni

Bu çalışma, araştırmacıya konu ile ilgili ayrıntılı ve derinlemesine veri toplama, katılımcıların bireysel algıları, deneyimleri ve bakış açılarını doğrudan öğrenme, mevcut durumları anlama ve açıklama amacı taşıyan nitel araştırma yaklaşımlarından durum çalışması deseni ile tasarlanmıştır (Patton, 2014). Durum çalışmasının en belirgin niteliği “güncel bir olgu, olay, durum, birey ve gruplar üzerine odaklanılıp, derinlemesine incelemeye çalışmasıdır” (Basse, 1999; Stake, 1995; Yin, 1994, akt., Ekiz, 2009).

Katılımcı

Araştırmanın katılımcısı, Down sendromu tanısı konulmuş uluslararası şampiyonalarda ve Türkiye’de yüzme branşında önemli başarılar elde etmiş özel sporcunun, spor müsabakalarında ve günlük hayatında sürekli yanında olan babasıdır. Özel sporcunun babası, 1957 doğumlu emekli üniversite mezunu bir bireydir. Katılımcı, araştırmanın konusunu içeren özel sporcu ile birlikte iki çocuğa sahiptir. Katılımcıdan özel sporcunun çalışma kapsamında gerekli olan bilgilerin paylaşılması hususunda gerekli izin hassasiyetle alınmıştır.

Katılımcı seçiminde özel sporcunun sportif nitelikleri ve başarılarının yanı sıra aktif spor yaşantısının sonunda olması da etkili olmuştur. Çünkü çalışmanın amacı doğrultusunda özel sporcunun elit düzeyde sportif müsabakalara katılmasının ve sporla iç içe bir yaşam geçirmesinin onun yaşam kalitesine olan etkilerinin tam anlamı ile belirlenebilmesi için öncelikle bir sportif kariyerin olması gerekir. Bu sebepten dolayı sportif kariyerinin sonuna yaklaşan ve 1982 doğumlu olan özel sporcunun özellikleri önem taşımaktadır. Özel sporcunun kariyerinin etkilerinin değerlendirilmesi özelliği göz önüne alındığında yaklaşık 28 yıl aktif spor yapmış olması çalışmada ele alınan bağımlı değişkenin uzun süreli değerlendirilmesi bakımından önemli görülmüştür. Özel sporcunun Down sendromu tanısı doğum sonrası yapılan kontrollerde konulmuştur. Bu tanının ardından aile konu ile ilgili araştırmaları sonucunda özel bir eğitim kurumu ile anlaşma sağlayarak özel sporcunun eğitimine başlanmasını sağlamıştır. Tam gün olan eğitim sistemi öz bakım becerilerini geliştirmeye yönelik olmasının yanında kendisinin

sporla tanışmasına da vesile olmuştur. Yedi yaşında yüzme sporu ile tanışmasının ardından 10 yaşında da aktif olarak yüzme sporu ile ilgilenmeye başlamıştır. Özel sporcu 2001 yılında yüzme branşında 25 metrede Türkiye rekoru kırarak önemli bir başarı göstermiş ve 2002 yılında Türkiye'yi temsilen İrlanda'da düzenlenen Özel Olimpiyatlar Dünya Şampiyonası'na katılma hakkı kazanmıştır. Bu şampiyonada bir altın bir gümüş madalya alarak, ülkemizi en iyi şekilde temsil etmiştir. Defalarca yüzme branşında Türkiye şampiyonu olan özel sporcu, sonraki yıllarda dünyada ilk defa maraton yüzmeye başlamış ve 2009 yılında İstanbul Kıtalararası Boğaziçi yarışlarına katılma başarısı göstermiştir. Katıldığı bu maratona bitirerek dünyada bunu başaran ilk Down sendromlu özel sporcu olmuştur. Sonrasında Boğaziçi Parkurunu dört kez daha tamamlayarak bir rekora imza atmıştır. Halen Türkiye Özel Sporcular Spor Federasyonu'nun düzenlediği resmi yarışmalarda yüzme branşında, havuzda 800 metre yüzerek bölge ve Türkiye şampiyonalarına katılmakta olan, şampiyonluklarını sürdürerek spor hayatını devam ettiren popüler bir sporcudur. Ayrıca, özel sporcu araştırma raporunun bundan sonraki bölümünde "Cem" kod ismi ile anılacaktır.

Verilerin Toplanması

Veri toplama tekniği olarak önceden belirlenmiş ve ciddi bir amaç için yapılan soru sorma ve cevaplama tarzına dayalı karşılıklı ve etkileşimli bir iletişim süreci olarak nitelendirilen görüşme tekniği kullanılmıştır (Ekiz, 2009). Temel amacı özel bilgi toplamak olan görüşmede, araştırmacı görüşmecinin aklında bulunan şeyleri öğrenmek ister (Patton, 2014). Bu amaçla katılımcıların belirli bir konu ile ilgili düşüncelerini özgürce ifade etmelerine fırsat sunan yarı yapılandırılmış görüşme tekniği çalışmanın veri toplama tekniği olarak kullanılmıştır (Bogdan ve Biklen, 2003). Bu veri toplama tekniğinde, araştırmacı soruları önceden hazırlamakta, ancak verilen cevaplara göre sonradan eklemeler ya da değişiklikler yapılabilir (Ekiz, 2009; Özgüven, 2004).

Görüşme soruları hazırlanmadan önce, araştırma konusu ile ilgili ulusal ve uluslararası alanyazın taraması yapılmıştır (Eser ve diğ., 2008; Üneri ve Memik, 2007; Yavuz-Eroğlu ve Acet, 2017). Bu amaçla, Varni, Seid ve Rode (1999) tarafından geliştirilen, Türkçe'ye uyarlaması Çakın Memik, Ağaoğlu, Coşkun, Üneri ve Karakaya (2007) tarafından yapılan Çocuklar İçin Yaşam Kalitesi Ölçeği'nden faydalanılmıştır. Araştırmaya katılan özel sporcunun spora 10 yaşında başlaması göz önüne alındığında ve öz bakım becerileri başta olmak üzere erken yaşlara denk gelme potansiyeli göz önüne alındığında ilgili ölçeğin alt boyutları araştırma kapsamındaki soruların

► Fiziksel Fonksiyonlar ◀ • Cem'in sporculuk hayatı ile birlikte gündelik yaşamındaki fiziksel belirtilerindeki değişimler hakkındaki düşünceleriniz nelerdir?
► Duygusal Fonksiyonlar ◀ • Cem'in düzenli spor yapabilmesinin kişilik gelişimine (açılarak anlatılacak) yönelik etkileri hakkında ne düşünüyorsunuz?
► Sosyal Fonksiyonlar ◀ • Cem'in sporculuk hayatı ile birlikte diğer insanlar (arkadaşları/akran/akraba) ile ilişkilerindeki farklılıklar sizce neler olabilir?
► Okul Fonksiyonları ◀ • Cem'e sportif faaliyetlerin katkılarını düşündüğünüzde okulla ilgili günlük yaşamı hakkında neler düşünüyorsunuz?
► Psiko-sosyal Sağlık ◀ • Cem'in eğer var ise; tikleri, korkuları, tırnak yeme ve kıskançlık tepkileri hakkında ne düşünüyorsunuz?

Şekil 1. Sağlıklı yaşam biçimi davranışları boyutları ve boyutlara ilişkin görüşme soruları.

çıkış noktasını oluşturmuştur. Bu ölçek fiziksel fonksiyonlar, duygusal fonksiyonlar, sosyal fonksiyonlar, okul fonksiyonu ve psikososyal sağlık olmak üzere beş faktörden oluşmaktadır. Literatür taraması ve yaşam kalitesi ölçeğinin alt boyutları dikkate alınarak, araştırmanın amacına hizmet edeceği düşünülen görüşme soruları hazırlanmıştır. Hazırlanan bu sorular geçerlik, açıklık ve anlaşılabilirlik açısından engellilerde beden eğitimi ve spor alanında ve Türkçe eğitimi alanında uzman olmak üzere toplam iki uzman görüşüne sunulmuştur.

Uzmanlardan gelen dönüt ve düzeltmeler neticesinde görüşme formuna nihai şekil verilmiştir. Meihan ve Chung-Ngok'un (2011) geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını yaptıkları "Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları" özelliğinin alt parametreleri dikkate alınarak görüşme formu hazırlanmıştır. Yapılan literatür taraması sonucunda Şekil 1'de yer alan sağlıklı yaşam biçimi davranışları alt boyutlarının yanı sıra katılımcıya "Aile Bakış Açısı" ile ilgili de açık uçlu soru yöneltilmiştir. Bu temaya yönelik soru aşağıda sunulmuştur.

Aile Bakış Açısı

- Cem'in sportif başarılarının toplumda yarattığı etkiyi gözlemledikten sonra onun hakkında olan düşünceleriniz nelerdir?

Şekil 2. Literatür taraması sonucunda yarı yapılandırılmış görüşme formunda yer alan tema.

Görüşme katılımcının uygun gördüğü mekân ve zaman diliminde yapılmış ve araştırmacı ile katılımcı arasında bire bir olarak gerçekleştirilmiştir. Elde edilecek verilerin kalitesi açısından görüşmenin yapıldığı mekânın ses ve gürültüden arındırılmış olmasına özen gösterilmiştir. Görüşme esnasında ses kayıt cihazı kullanılmıştır. Görüşme başlamadan önce araştırmanın amacı katılımcıya detaylı olarak açıklanmış, istediği zaman görüşmeye ara verebileceği ya da görüşmeyi sonlandırabileceği belirtilmiştir. Sorular araştırmacı tarafından katılımcıya yöneltilmiştir. Görüşme toplamda 100 dakikadan oluşan üç oturum şeklinde gerçekleştirilmiştir. Görüşme sonunda katılımcıya konu ile ilgili ilave etmek istediği herhangi bir şey olup olmadığı sorulmuş ve katılımından dolayı teşekkür edilmiştir.

Veri Analizi

Veriler betimsel ve içerik analiz tekniği kullanılarak analiz edilmiştir. Betimsel analiz tekniğinde veriler araştırma sorularının ortaya koyduğu temalara göre düzenlenebileceği gibi, görüşmede yer alan sorular dikkate alınarak da sunulabilir. Betimsel analizde görüşmeye katılanların görüşlerini çarpıcı bir biçimde yansıtmak amacıyla doğrudan alıntılara sık sık yer verilir (Yıldırım ve Şimşek, 2011). İçerik analizi, verilerin tanımlanması, kodlanması ve kategorileştirilmesi sürecidir (Patton, 2014).

Katılımcıdan elde edilen görüşme kayıtları araştırmacılar tarafından yazıya aktarılmıştır. Daha sonra elde edilen görüşme metni katılımcının ilave etmek istediği ya da düzeltmek istediği bölümler olabilmesi açısından katılımcı teyidine sunulmuştur. Katılımcı teyidinden sonra görüşme metinlerinin analiz edilebilmesi için, literatürden faydalanılarak Çocuklar İçin Yaşam Kalitesi Ölçeği'nin alt boyutları dikkate alınmıştır. Ölçekte yer alan boyutlar ve bu boyutlara ait göstergeler Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1

Yaşam Kalitesi Ölçeğinin Boyutları ve Göstergeleri

Boyutlar	Göstergeler
Fiziksel Fonksiyonlar	Kas gelişimi, Hareket gelişimi, Kalp sağlığı, Vücut direnci, Ağrı, Rahatsızlık, Yorgunluk
Duygusal Fonksiyonlar	Benlik saygısı, Özgüven, Öfke kontrolü, Kaygı, Ürkme, Korkma, Çekingenlik
Sosyal Fonksiyonlar	İletişimi başlatmak, Katılım sağlamak, Arkadaşlık kurabilme, Paylaşımında bulunma, Yalnızlık eğiliminden kurtulma
Okul Fonksiyonları	Okul bakış açısı, Öğretmenlerin bakış açısı ve yaklaşımı, Dikkat toplayamama (algı/bellek/muhakeme)
Psiko-sosyal Sağlık	Tikler, Korkular, Tırnak yeme, Kıskaçlık

Tablo 1’de Yaşam Kalitesi Biçimi Ölçeği’ne yönelik boyutlar ve her bir boyuta ait göstergelere yer verilmiştir. Ayrıca yapılan içerik analizinde özel sporcunun elde ettiği sportif başarıların aileye etkileri kategorisi elde edilmiştir. Elde edilen veriler araştırmacılar tarafından tekrar tekrar gözden geçirilerek okunmuş ve kodlar yazılarak kod listesi oluşturulmuştur. Çünkü nitel çözümlemede veri içeriklerini keşfetmeye yönelik çözümleme için kodlama ilk ve asli işlemdir (Punch, 2005). Daha sonra kodlar ortak özelliklerine göre bir araya getirilerek kategorilere ulaşılmıştır. Bu kategorileri temsil eden kodlar birbirleriyle ilişkili biçimde açıklanarak yorumlanmış ve sonuçlara ulaşılmıştır (Maykut ve Morehouse, 1994). Elde edilen bulguların yorumlanmasında kuramsal açıklama, literatür ve ilgili çalışmalardan faydalanılmıştır. Ayrıca elde edilen veriler tablolastırılmış ve katılımcı görüşlerine yer verilerek bulguların geçerliği sağlanmıştır.

Nitel çalışmada geçerlik ve güvenilirliğin sağlanması çalışmanın niteliği açısından önem taşımaktadır. Bu amaçla, nitel çalışmalarda geçerlik ve güvenilirliği sağlamada kullanılan; “Çalışma ortamında uzun süre geçirme, veriler ve analizlerin araştırılan kişilerin kontrolüne sunulması ve veriler, analizler, yorumların uzman kişilere sunulması yöntemlerine başvurulmuştur” (Ekiz, 2009). Ayrıca, geçerlik sağlanması noktasında, “toplanan verilerin ayrıntılı olarak rapor edilmesi ve çalışmacının sonuçlara nasıl ulaştığının açıklamasına önem gösterilmiştir (Yıldırım ve Şimşek, 2011). Çalışmanın güvenilirliğine yönelik uzmanlararası görüş birliği katsayısı hesaplanmıştır. Görüş ayrılığı yaşanılan noktalarda her iki uzman tarafından tartışılarak uzlaşma sağlanmıştır. Verilerin güvenilirliği sağlamak amacıyla Miles ve Huberman’ın (1994) (Görüş birliği/(Görüş birliği + Görüş ayrılığı) x 100) formülü kullanılmıştır. Çalışma sonuçlarının güvenilirliği için uzmanlar arası görüş birliği %93 olarak hesaplanmıştır.

Bulgular

Bu bölümde şampiyon bir özel sporcunun ebeveyninin bakış açısından özel sporcunun yaşam kalitesi üzerine sporun etkileri hakkında elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Özel sporcunun fiziksel fonksiyonlarına yönelik görüşler Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2

Özel Sporcunun Fiziksel Fonksiyonları Üzerine Sporun Etkilerine Yönelik Görüşler

Alt Kategoriler	Katılımcı Örnek İfadeler
Kilo Dengesini Sağlama	“...hareketsizlik, tiroid eksikliğinden dolayı doyma duyularında zayıflık var ve aşırı bir yemeleri söz konusu. Bu yüzden bu çocuklar çok genç yaşta aşırı kilo alabilmektedir. Yaşın ilerlemesiyle birlikte son zamanlarda biraz kilo almış olsa da genel olarak spor kilo almasını engelledi”.
Spor Yapma Süresi	“...devamlı spor yapmasının faydasını çok gördü. Şimdi aktif sporculuğu yavaş yavaş neredeyse bırakıyor ama geçmişte çıkardık biz 4 kilometre yürürdük tempolu şekilde”. “Haftada en az dört gün bir saatten az olmamak üzere antrenman yaptık bu çok önemli onun yaşamını daha düzgün bir hale getirmesi ve daha kaliteli bir yaşam sürmesi için çok önemli spor”.
Obezite Riskini Azaltma	“Cem şimdi 36 yaşında. Ben inanıyorum ki spor olmasaydı, şimdi Down sendromlu diğer çocuklar gibi çok aşırı kilolu obez bir çocuk olurdu. Bu da onun yaşam kalitesini çok sıkıntıya sokardı diye düşünüyorum”.
Kalp-Dolaşım Hastalığı Riskini Azaltma	“Down sendromlu çocukların aşırı yağlanma probleminden dolayı kalplerinde sıkıntı oluyor. Fakat biz şu ana kadar oğlumla ilgili böyle bir sıkıntı ile karşılaşmadık”.
Branşa Özgü Vücut Yapısına Sahip Olma	“Onu şimdi biraz kilolu görüyorsun ama vücut yapısı yani üst tarafı göğüs kafesi çok gelişmiş. Bu da yapmış olduğu sporun fiziksel etkisidir”.
Yüksek Enerji Düzeyine Sahip Olma	“Spor vücut direncini arttırdı. Cem diğer Down sendromlu çocuklarla karşılaştırıldığında, elbette ki daha dinamik ve daha atak diyebilirim.”
Fizyolojik Olarak Yaşlanmayı Geciktirme	“Spor oğlumun kilo problemi ile erken yaşlarda karşılaşmasını geciktirdi. Eğer spor yapmamış olsaydı kilo problemi onun yaşam kalitesinin düşmesine neden olacaktı”.

Tablo 2’de sporun Down sendromlu başarılı bir yüzme sporcusuna olan fiziksel etkilerine yönelik katılımcının (baba) görüşleri yer almaktadır. Tabloda kilo dengesini sağlama, spor yapma süresi, obezite riskini azaltma, kalp-dolaşım hastalığı riskini azaltma, branşa özgü vücut yapısına sahip olma, yüksek enerji düzeyine sahip olma ve fizyolojik olarak yaşlanmayı geciktirme gibi fiziksel fonksiyonların alt parametreleri olan yedi kategori elde edilmiştir.

Tablo 3

Özel Sporcunun Sosyal Fonksiyonları Üzerine Sporun Etkilerine Yönelik Görüşler

Alt Kategoriler	Katılımcı Örnek İfadeler
Özgüven Duyma	“Cem’in müsabakalara gidip geldikten sonra madalya alması, madalya takması toplum tarafından göz önünde olması ona bir özgüven aşıladı. Ayrıca toplum tarafından saygı görmesi onun ayakları üzerinde durmasını sağlıyordu. Spor bu anlamda çok önemliydi”.
Girişimci Olma	“...oğlum tanıdıklarını, sevdiklerini kolay kolay unutmaz. Yani herkese merhaba diyen, el uzatan bir çocuktur. Yani sosyal bir çocuktur. Böyle kendi başına kalmayı sevmez”. “İlgisini çeken bir ortam olduğunda hiç çekinmeden katılır. Toplumla barışıktır. Yani arkadaşları bir şey yapıyor ben bir tarafa oturayım yoktur onda”.
Popüler Olması	“...elde ettiği başarılarından dolayı, son 13-14 yıldır oğlum Türkiye’de bir rol model, bir öncü oldu. Bu yüzden bu süreç içerisinde gelen devlet büyüklerinden (Cumhurbaşkanları, Başbakanlar, Bakanlar, Genel Müdürler vb.) de hep kabul gördü. Bu ilgi kamuoyunda da kendini gösterdi. Ayrıca, dün akşam gittiğimiz bir yemekte oğlumu herkes tanıyor ve ilgileniyordu”. “...kendisinin bir Facebook sayfası var. Ona herkes Facebook’tan arkadaşlık isteği gönderiyor. Bundan dolayı da oğlumun benden çok Facebook arkadaşı var”.
Akran Onayı	“Cem başarılı bir sporcu olmasından dolayı okulda herkes tarafından şampiyon bir sporcu olarak görülmesini sağlamakta, arkadaşları ise bu başarıdan dolayı ona ilgi gösteriyor ve çok takdir gösteriyor”.
Rol Model Olma	“Türkiye’de şu anda Down sendromlu yüzücüler için söylüyorum, başka çocuklar için de söylüyorum aynı zamanda Down sendromlu olup da başka spor yapan çocuklar için de söylüyorum bunu oğlum hepsinden en az 8-9 yaş büyük. Yani tüm aileler bize şunu söylüyordu; abi (baba) biz oğlunuzu gördük bizim de bir çocuğumuz var ve inşallah onun gibi olur diye spora başlattık diye söyleyen çok aile gördüm ve duydum. Yani bu çok önemli aynı şeyleri o çocuklarda da görüyorsunuz. Sporla birlikte o çocuklar şimdi oğlumun yerini almaya başladılar. Performans sporcusu olmaya başladılar. Oğlum hala Türkiye’de bir rol model olmaya devam ediyor ama belki 3-4 sene daha aktif olarak devam eder. O da ne kadar devam edebilirse”.
Toplumsal Kabul	“...Boğaziçi yarışı 6,5 kilometrelik bir parkur Anadolu yakasından Avrupa yakasına bir geçiş var. Oğlum bunu tamamlayan dünyada ilk Down sendromlu sporcu. Daha önce üç kere başardı. Bu yüzden Türkiye’den başka sporcularla birlikte oğlum da geçer ise başka ülkelerden de sporcu çağırılmamıza alt yapı olur diye bir otizmli bir de Down sendromlu çocukla beraber yüzdü 2014 senesinde”.
	“Cem’in girmiş olduğu herhangi bir ortamda onun sorun çıkartacağı kaygısını taşımam. Örneğin dünkü gittiğimiz davette yaklaşık 150 kişi vardı. Hiçbir zaman oğlum orada engelli bir birey olarak rahatsızlık verir diye aklımın ucuna bile getirmedi. Oğlum orada tanınmışlığının verdiği ilgiyle iletişim kurma konusunda herhangi bir sorun yaşamadı”.

Tablo 3’de sporun Down sendromlu başarılı bir yüzme sporcusuna olan sosyal etkilerine yönelik katılımcının (baba) görüşleri yer almaktadır. Tabloda özgüven duyma, girişimci olma, popüler olma, akran onayı, rol model olma ve toplumsal kabul gibi sosyal fonksiyonların alt parametreleri olan altı kategori elde edilmiştir.

Tablo 4

Özel Sporcunun Duygusal Fonksiyonları Üzerine Sporon Etkilerine Yönelik Görüşler

Alt Kategoriler	Katılımcı Örnek İfadeler
Uyku Düzenini Sağlama	“Kendisinin düzenli bir uykusu var. Cem kendisini yıllardır evde de şartlandırmıştır. 10.30-11.00 gibi uyur düzenli olarak. Her gün de sabah 6.30-7.00 civarında kalkar. Yani; günde 7-8 saat uyur muhakkak”.
Zaman Planlaması	“Oğlumun düzen konusunda da bir sıkıntısı, sorunu yoktur. O kendisini ayarlar saat 11.00 olduğu zaman ben gidiyorum hadi der yatmaya gider. Yani onun kendi odası var yatar, sabahta kendisi gider okula servis gelir işte 6.30-7.00 civarında uyanır. İkide bir de gelir saati kontrol eder 7.45’te kapıyı vurur gider”.
Sorumluluk Sahibi Olması	“Yani şimdi kendisi okula gitmesi gerektiğini biliyor. Serviste 7.45’te geliyor. Bu yüzden de saatinde kalkıyor ve hazırlanıyor. Vakti gelince de servisine binip okuluna gidiyor.”
Mutlu Olmayı Sağlama	“...oğlumda başarının vermiş olduğu bir farkındalık var tabi. Özellikle müsabaka sonralarında madalya ile eve dönmesinden dolayı bir sevinci var. Bir huyu da var. Mesela, bir yerde bir madalya aldı o madalyayı ikinci bir madalya alana kadar cebinden çıkarmaz. Özel odasında madalyalar artık o kadar çok ki biz torba içinde tutuyoruz. Sadece almış olduğu kupa plakketlerini koyduğu odasında özel bir köşesi var onun”.
Öfke Kontrolü Sağlama	“Down sendromlu çocukların tipik bir özelliği çok inatçı olmalarıdır. Yani ondan dolayı da eğer bir talepleri yerine getirilmez ise bir de çok da iyi tanıımıyorsan bu inat öfkeye dönüşebilir. Yani bu biraz da tanımayla ilgili bir durum. Oğlumun şu anda böyle bir sıkıntısı yok.”
Disiplin	“Cem disiplin sahibidir. Antrenmanda da o disiplini vardır. Ona bir şey söylersiniz şunu yap dersiniz yılların vermiş olduğu alışkanlıkla onu yapar. Mesela; antrenmana başlarken deriz ki hadi 400 metre yüz o gider yüzer. Yani o disiplini vardır kendisinin”.
Kendi Ayakları Üzerinde Durma	“Şöyle bir durum var; her ne kadar küçük yaşta eğitime başlaması, okuldaki eğitimi önemli ama özellikle seyahatlere gidip bağımsız yaşamayı öğrenmesi yani sportif aktiviteler için kamplara gitmesi, bir müsabaka için örneğin evden üç gün ayrı kalıyor. Orada bağımsız olarak yaşıyor. Cem 3.5 yaşındayken bağımsız olarak bir öğretmen ile birlikte iki öğrenciyi alıp kampa götürdüler. Biz gitmedik. Hatta evde o konuda da sıkıntı çıkmıştı. Eşim 3.5 yaşındaki çocuğu neden gönderiyorsun dediğinde yok dedim o ayaklarının üzerinde durmayı öğrenecek. Bağımsız yaşamayı öğrenmesinde sporun çok büyük bir katkısı var”.
Entelektüel Kişilik Yapısı	“Cem sadece sporla ilgilenmiyor. Kendine özgüveni olduğu için aynı zamanda fotoğraf kulübünün etkinliklerine katılıyor. ZİÇEV’in rehabilitasyon merkezinde fotoğraf kulübü var. Haftada bir gün fotoğraf çekerler. Onun dışında seğmen kulübü var. Çok iyi oyun havaları oynar. Bunların müzik kulağı ve taklit yetenekleri çok iyidir. Müziksel aktivitelere katılırlar ve onun dışında okuldaki tüm aktivitelere katılır. Sosyal bir çocuktur arkadaşları ile ilişkileri de iyidir”.
Kendini İfade Etmesi	“Oğlumun geçmişten günümüze doğru düşündüğümde kendisini ifade etme konusunda çok yol aldığını görüyorum. O yıllarda gelişme çağında daha öz bakım becerilerini tam geliştirememiş, bağımsız yaşamayı geliştirememiş bir çocuktur. Elbette ki süreç içerisinde normal insanlar da doğar, gelişir, büyür oğlum da böyle. Bu süreç ona bir sürü tecrübe ve güven kazandırdı ondaki gelişimde bu şekilde”.

*ZİÇEV: Zihinsel Yetersiz Çocukları Yetiştirme ve Koruma Vakfı

Tablo 4’te sporun Down sendromlu başarılı bir yüzme sporcusuna olan duygusal etkilerine yönelik katılımcının (baba) görüşleri yer almaktadır. Tabloda uyku düzenini sağlama, zaman planlaması, sorumluluk sahibi olması, mutlu olmayı sağlama, öfke kontrolü sağlama, disiplin, kendi ayakları üzerinde durma, entelektüel

kişilik yapısı ve kendini ifade etmesi şeklinde duygusal fonksiyonların alt parametreleri olan dokuz kategori tespit edilmiştir.

Tablo 5

Özel Sporcunun Okul Fonksiyonu Üzerine Sporun Etkilerine Yönelik Görüşler

Alt Kategoriler	Katılımcı Örnek İfadeler
Öğretmenlere Ait Bakış Açısının Değişimi	“Cem’in başarıları ile birlikte öğretmenlerin ona olan hareketlerinde de farklılıklar oldu. Şimdi söyle düşünün oğlum beş yıl hariç hemen hemen aynı eğitim kuruma gitti. Yani şimdi kendisi bir okula gidiyor, bu okulda Türkiye’de Dünya’da adından söz ettiren bir sporcu oluyor. Her ne kadar ailenin desteği olsa bile okulun sayesinde oluyor. Elbette ki orada çalışan öğretmenlerde şu ışığı görüyorsunuz; bu çocuk benim eğittiğim çocuk, benim emeğimin olduğu çocuk dolayısıyla da bu durum hem onlara ayrı bir çalışma azmi veriyor hem de bir gurur veriyor. Bu çok önemli. Oğlumun ismini dediğiniz zaman okulda herkes farklı bakıyor. Çünkü ben buna emek verdim diyor, bu çocuk bunu başardı diyor. Bunu gözlemleyebiliyoruz tabi ki”.
Okula İstekli Gitme	“Oğlum okula istekli gidiyor o da başarılarının farkında, bundan dolayı da özgüveni olan bir çocuk. Okulda da ilgi görüyor buda onu mutlu ediyor tabi. Arkadaşları ile birlikte mutlu olmayı da seviyor”.

Tablo 5’te sporun Down sendromlu başarılı bir yüzme sporcusuna olan okulla ilgili etkilerine yönelik katılımcının (baba) görüşleri yer almaktadır. Tabloda öğretmenlere ait bakış açısının değişimi ve okula istekli gitme olarak iki kategori elde edilmiştir.

Tablo 6

Özel Sporcunun Psiko-sosyal Sağlığı Üzerine Sporun Etkilerine Yönelik Görüşler

Alt Kategoriler	Katılımcı Örnek İfadeler
Korkularının Azalması	“Cem atlama taşından atlamazdı. Eskiden korkuyordum derdi yükseklik korkusundan dolayı. Ama onu süreç içerisinde yendi. Baktı ki arkadaşları atlıyor oradan o da atlamaya başladı. Tamamen üstünden böyle normal bir birey gibi atlayamıyor ama yan tarafından atlıyor eskiden hiç onu yapamazdı. Yarışmalara hep havuzun içerisinden başlardı. Zamanla o da gelişti görece. Oradan atlanmasını gerektiğini birkaç kere atlayarak onun bir şey olmadığını yaşayarak onu kırdı”.
Kıskançlık Durumu	“Çevresindekilere karşı, okuldaki arkadaşlarına karşı bir kıskançlığı yoktur. Öyle bir kıskançlık davranışı yoktur yani. Ama başarıdan sonra şu vardır; yani bir sevinç vardır onda ve bunu hissettirir. Ben der falan... başarılı olduğunu, başardığını, o sevinci gösterir”.
Mental Seviyeye Etki	“Cem aslında ağır zihinsel engellidir. Öğretilir, eğitilebilir şeklinde ikiye ayrılırlar. Öğretilir seviyeydi okula başladığında. İşte eğitim ve spor ile bu eğitilebilir seviyeye geldi”.
Kişî Farkındalığı	“Sporla birlikte oğlumda farklı gelişmeler de oldu. Örneğin; Boğaziçi Yarışlarına onu destekleyen bir sürü insan geliyordu. Onları unutmaz kolay kolay. Unutmaz yani bazen ben şaşırıyorum ismiyle falan hitap eder, şaşırıyorum gerçekten”.
Aynı Tanıya Sahip Bireylere Göre Daha İyi Durumda Olması	“Yani yüzde yüz olmayacak, normal bir birey gibi davranan ve gelişen biri olmayacak ama dünyadaki ve Türkiye’deki örneklerine baktığınız zamanda oğlum diğerlerine göre çok çok üstte bir çocuk diye görüyorum”.

Tablo 6’da sporun Down sendromlu başarılı bir yüzme sporcusunun psiko-sosyal sağlığına olan etkilerine yönelik katılımcının (baba) görüşleri yer almaktadır. Tabloda korkuların azalması, kıskançlık durumu, mental seviyeye etki, kişî farkındalığı ve aynı tanıya sahip bireylere göre daha iyi durumda olması şeklinde beş kategori elde edilmiştir.

Tablo 7

Özel Sporcunun Ailesine Yönelik Tepkiler Hakkında Görüşler

Alt Kategoriler	Katılımcı Örnek İfadeler
Çevresel Yansıma	“Facebook’ta Ankara dışında yaşayan bir arkadaşım oğlum hakkında söyle bir şey paylaşmış; bu benim arkadaşımın oğludur. Bu örnek olması için söylüyorum çocuğumun başarısından arkadaşımın paye çıkarıyor orada aslında. Benim diyor, arkadaşımın çocuğu o diyor, başarılı bir çocuk, Türkiye’de yüzme alanında büyük başarılar yapmış bir çocuk diyor. Böyle bir çocuk var bunları başarıyor diye insanlar bazı şeyleri de ilave ederek onu örnek olarak gösteriyorlar”.
Ailenin Rol Model Oluşu	“Çoğu aile nasıl başardınız, nasıl yaptınız gibi bize danıştıkları oluyor. Elimizden geldiğince tecrübelerimizi anlatmaya çalışıyoruz. Bizi örnek alıyorlar, örnek alan da saygı duyuyor. Örneğin; İrlanda’ya gidip geldikten sonra ya da boğazi geçtikten sonraki başarılarında çok telefon aldık bu tür ailelerden.”
Başarının Ailenin Sosyal Statüsüne Etkisi	“Çoğu kişi benim mesela bahsettiğimiz türde insanlardan işte bakan, genel müdür, başbakan ya da cumhurbaşkanı seviyesinde kabullerde en çok şimdiki Cumhurbaşkanımız Recep Tayyip Erdoğan ile bir iletişimimiz var. Oğlumla aralarında 2003 yılından itibaren özel duygusal bir bağ var diye düşünüyorum. En son görüşmemizde oğlumu görür görmez hemen yanına çağırır, görüşür ve sarıldı. Genelde baban nerede diye de sorar. Beni ismimle değil onun babası olarak bilir. Çünkü o sizden çıkıyor artık. Artık onun sayesinde babası oluyorsunuz”.

Tablo 7’de sporun, özel sporcunun ailesine yönelik tepkilere ait katılımcı (baba) görüşleri yer almaktadır. Tabloda çevresel yansıma, ailenin rol model oluşu ve başarının ailenin sosyal statüsüne etkisi olarak üç kategori tespit edilmiştir.

Tartışma ve Sonuç

Katılımcı görüşlerine göre, özel sporcunun aktif olarak yüzme branşı ile ilgilenmesinin dolayısıyla da sportif aktivite ve müsabakalarla iç içe bir yaşam sürdürmesinin özel sporcunun yaşam kalitesi üzerine etkilerini ortaya çıkarmak amacıyla gerçekleştirilen bu araştırmadan elde edilen verilerin, betimsel ve içerik analizi tekniği kullanılarak analiz edilmesiyle ortaya çıkan bulgulara dayanarak aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır.

Katılımcının görüşlerine göre sporun özel sporcunun fiziksel fonksiyonlarına etkileri; sporcunun kilosunu kontrol altında tutma, belirlenen nitelikte sportif etkinliklerde sorun yaşamama, kilo kontrolünden dolayı obezite riskini azaltma, düzenli spor yapabilmesi sonucunda kalp-dolaşım hastalıklarından kaynaklı riskleri azaltma, yüzme branşına özgü vücut yapısı kazanma, günlük yaşantısında yüksek enerjiye sahip olma ve fizyolojik olarak yaşlanmayı geciktirme olarak saptanmıştır. Bu bireylerin fiziksel özellikleri dikkate alındığında, fiziksel gelişimleri üzerinde sporun olumlu etkileri olduğu söylenebilir. Karakoç (2015) zihinsel engelli bireyler ve onların aileleri üzerinde yaptığı çalışmada, fiziksel aktivite programının her iki grubun vücut ağırlıklarında, vücut kompozisyonu ve kas-iskelet fonksiyonlarında olumlu etkiler tespit etmiştir. Bu engel grubuna sahip olan bireylerin ilerleyen yaşlarda aşırı kilo alma eğilimlerinin olması, sporun önleyici bir unsur olarak onların hayatının bir parçası haline gelmesinin gerekliliğini ortaya koymaktadır. Yüzme branşında elde ettiği başarılarla engellerin aşılabileceğine bir örnek teşkil olan özel sporcunun, yapmış olduğu spor sayesinde fizyolojik ve fiziksel sorunlarla karşılaşmadığı bulgusu elde edilmiştir. Aynı spor branşı ile ilgilenen zihinsel engelli bireylerin fiziksel uygunluk seviyelerini tespit etmek amacıyla yapılan çalışmada (Top, 2015), 12 haftalık yüzme egzersizi sonrasında zihinsel engelli bireylerin vücut yağ yüzdesinin azaldığı ve yürüme/koşma değerlerinde gelişmeler olduğu tespit edilmiştir. Mevcut bulgular ve elde ettiğimiz sonuçlara göre, sporun bireylerin sağlıklı bir yaşam sürdürebilmeleri adına önemli katkılarının olduğu, zihinsel engelli bireylerde fizyolojik ve fonksiyonel birtakım problemlerin çözümünde de yadsınamaz faydalar sağladığı söylenebilir.

Araştırmanın amacına hizmet eden ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının bir diğer parametresi olan sosyal fonksiyonların da spor aracılığıyla zihinsel engelli bireylerde önemli kazanımlar haline dönüşebildiği mevcut çalışmada tespit edilmiştir. Özel sporcunun babası çocuğunun sportif başarılarından kaynaklı özgüven duyma, girişimci bir kişilik sahibi olma, popüler olma, akranları tarafından takdir görme, rol model olma ve toplum tarafından kabul görme şeklinde kazanımlara sahip olduğunu belirtmiştir. İlhan (2008a) eğitilebilir zihinsel engelli bireyler üzerinde beden eğitimi ve sporun sosyalleşme düzeyine etkisi başlıklı çalışmada uygulamış olduğu beden eğitimi programının zihinsel engelli çocukların sosyalleşme düzeylerine olumlu etkide bulunduğunu ve bu etkinin özellikle başkaları ile etkileşim, grup faaliyetlerine katılma ve paylaşımcılık alanlarında anlamlı bir gelişime gösterdiğini ifade etmiştir. Yılmaz'ın (2018a) çocuklarını ders dışı sportif etkinliklere yönlendiren ebeveynlerin bu etkinliklerden beklentilerini incelediği çalışmada; ebeveynlerin çocuklarının yeni arkadaşlıklar kurmaları, akran kabulü sağlamaları, grup aidiyetine sahip olmaları ve toplumda kendilerini başarılı bir şekilde ifade edebilmeleri gibi sosyal gelişimi sağlayacak kazanımlar amaçladıkları tespit edilmiştir. Bu kazanımlar çocukların sosyal fobi ve görünüş kaygısı gibi olumsuz durumlar yaşamalarını engelleyebilecektir. Katılımcı çocuğunun spor sayesinde girişimci bir yapıya sahip olduğunu ifade etmiştir. Ayrıca sporun çocuğuna kazandırdığı özgüven sonucunda, onun herkes ile iletişim kurabilen, arkadaş gruplarına aidiyet duygusu hisseden, ilgisini çeken ortamlara hiç çekinmeden katılabilen bir profil çizdiği katılımcı tarafından belirtilmiştir. Bu durum özel sporcunun toplum tarafından bir birey olarak kabul görmesinde önemli role sahip olduğu şeklinde açıklanabilir. Sukan (2013) fiziksel aktiviteler sonucunda zihinsel engelli bireylerin başarıma duygusunu hissedebildiklerini, fiziksel aktivite yoluyla iletişimlerinin güçlendiğini ve toplum içinde kabul gördüklerini ifade etmiştir. Mevcut çalışmada özel sporcunun sporda elde ettiği başarıların onun devlet büyükleri tarafından takdir edilmesini sağladığı, sosyal medya hesapları üzerinden takipçilerinin ve arkadaşlarının sayısının artmasına katkı sağladığı belirlenmiştir. Engelli bir birey olarak neleri başarabileceğini kamuoyuna gösterebildiği, onun gibi engelli bireylerin de spor aracılığıyla yaşamlarını daha anlamlı hale getirebileceklerini ve yarınlarına umutla bakabilecekleri konusunda iyi bir rol model olduğu söylenebilir. Block ve diğerlerinin (2001) çalışmada da engelli bireylerin benlik saygısında artış meydana geldiği, arkadaşlarıyla iletişimlerinde artış gözlemlendiği, kendilerini ifade edebilme açısından önemli gelişme gösterdikleri kaydedilmiştir.

Özel sporcunun duygusal fonksiyonlarına yönelik sporun etkileri olarak uyku ile ilgili problem yaşamama, günlük yaşamında zamanı planlayabilme becerisi, sorumluluk bilinci, yaşamını mutlu olarak sürdürebilmesine imkân sağlaması, öfke kontrolünü sağlayabilme becerisi, antrenman disiplini edinebilme, kendi ayakları üzerinde durabilme, entelektüel kişilik sahibi olma ve kendini ifade edebilme becerisini kazanması olarak belirlenmiştir. Katılımcının da belirttiği gibi Down sendromlu bireylerin tipik özelliği istekleri karşılanmadığında meydana çıkabilen öfke durumudur. Katılımcı, çocuğunun böyle bir problem yaşamadığını ifade etmiştir. Benzer şekilde, Sonuç'un (2012) zihinsel engelli bireylerde sporun öfke düzeyine etkisi başlıklı çalışmada, düzenli olarak sporla ilgilenen zihinsel engelli bireylerin öfke kontrolünü sağlamada iyi olduklarını belirlenmiştir. Aslan ve Çalışkan (2017) zihinsel engelli bireylerde egzersiz sonrasında öfke kontrolünün arttığını tespit etmiştir. Sukan (2013) fiziksel aktivitelerin zihinsel engelli bireylerin sosyal fonksiyonlarına olan olumlu etkilerin yanı sıra fiziksel aktivitelere katılımdan sonra zihinsel engelli bireylerde olumlu değişimler gözlemlendiğini ve bu değişikliğin zihinsel engelli bireylerin mutluluk düzeylerini artırdığını belirlemiştir. Calfas ve Wendell (1994) fiziksel aktivitenin psikolojik değişkenler (depresyon, kaygı, stres, benlik saygısı, benlik kavramı, düşmanlık, öfke, entelektüel işlevsellik ve psikiyatrik bozukluklar) üzerinde olumlu etkisi olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca katılımcı bu gelişmelerin zamanla olduğunu ve belirli tecrübe gerektirdiğini de görüşme esnasında belirtmiştir. Bu başarıların özel sporcunun eğitim hayatına da olumlu yansımalar yaptığı da tespit edilmiştir. Sporun özel sporcunun okul fonksiyonu üzerine etkileri; öğretmenleri tarafından özel sporcuya olan yaklaşımın olumlu olarak farklılaşması ve sportif başarılarının sonucunda özgüveni yüksek bir birey olmasının okula istekli bir şekilde gitmesine katkı sağlaması olarak saptanmıştır. Yılmaz ve Güven'in (2015) ebeveynlerin ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumlarını inceledikleri çalışmada da ders dışı sportif etkinliklerin öğrencilerin okula olan bağlılığını artırdığı sonucunu ortaya koymuştur. Bunun nedeni olarak sportif etkinliklerin sağladığı başarı bireyin akran grubu tarafından rol model alınmasını sağlaması ve okulda takdir görmesi olarak açıklanabilir.

Sporun özel sporcunun psiko-sosyal sağlığı üzerinde birçok etkisi olduğu katılımcı tarafından belirtilmiştir. Sporun çocuğunun sahip olduğu yükseklik korkusunu yenmesine yardımcı olduğuna dikkat çeken katılımcı, sportif başarılar sayesinde çocuğunun kendi becerilerinin farkındalığına vardığından, kıskançlık gibi olumsuz davranışlarının azaldığını ifade etmiştir. Aynı tanıya sahip bireylere göre olumlu anlamda gözlenebilen özellikler göstermektedir. Ayrıca sporcunun sportif müsabakalara aktif katılımının ve orada kendine farklı bir çevre edinmesinin kişi farkındalığının artmasını sağladığı ve özel sporcunun mental gelişimine katkıları olduğu tespit edilmiştir. Koç (2012), eğitilebilir zihinsel engelli bireylerin gerçekleştirdiği basketbol antrenmanlarının zihinsel engelli sporcuların teknik ve taktik gelişimleri olumlu olarak etkilediğini ifade etmiştir. Yancı Ataman (2011) düzenli olarak sportif rekreasyonel etkinliklere katılan eğitilebilir zihinsel engelli bireylerin nevroitik sorunlarında ve genel davranış sorunlarında azalma görüldüğünü belirlemiştir. Hareketlilik ve yerinde duramama, sinirlilik ve çabuk kızma, kıskançlık, inatçılık ve söz dinlememe, yaşlıları ile geçinememe, kavgacı ve saldırgan olma, kırıcı ve zararlı olma gibi davranışlarında azalma tespit edilmiştir. Cowell ve İsmail (1970), sosyalleşme, sosyal yapı ve gelişim, sosyal bütünleşme, anti-sosyal davranış ve saldırganlık, aktivite tercihi, kişilik, gibi özellikleri test ettikleri araştırmada rekreasyon, spor, oyun gibi aktivitelerin söz edilen özellikler üzerinde olumlu değişimlere neden olduğunu tespit etmişlerdir.

Araştırma kapsamında sporun, şampiyon bir özel sporcunun yaşam kalitesine olumlu anlamda etkide bulunduğu söylenebilir. İlhan, Kırimoğlu ve Filazoğlu (2013) çalışmalarında, zihinsel engelli çocuklarda düzenli olarak yapılan beden eğitimi ve spor aktivitelerinin yaşam kalitesini arttırdığını belirlemişlerdir. Buna ek olarak iyi planlanmış beden eğitimi ve spor aktivitelerinin, bu çocukların yaşam kalitelerinin artırılmasını desteklediği ve ortaya çıkabilecek dezavantajları en aza indirmede önemli bir rolü olduğu ifade edilebilir (İlhan, 2010). Sonuç olarak elde edilen bulgular doğrultusunda sportif faaliyetlerin özel sporcunun fiziksel özelliklerin gelişmesini sağlamanın yanında, onun psikolojik ve sosyal özelliklerinin de gelişimi açısından önem taşıdığı ve bununla birlikte özel sporcunun elde ettiği sportif başarıların ailesine de olumlu katkılarda bulunduğu belirlenmiştir. Zihinsel yetersizliği olan bireylerin sportif faaliyetlere katılımının sağlanması birçok kazanımı beraberinde getirebilmektedir. Bu noktadan hareket ile ilgili kurumların zihinsel engelli bireylerin spor yapmalarına olanak sağlamaları için halihazırda bulunan programlarını güncellemeleri ve bu hususta projeler üretmeleri önerilmektedir. Ayrıca, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinin personel görevlendirmelerinde, 18 Mart 2012 tarihli ve 28296 sayılı resmî gazetede belirtilen Milli Eğitim Bakanlığı Özel Eğitim Kurumları Yönetmeliği'nin (MEB, 2012) "Özel Eğitim Merkezlerinde Personel Görevlendirilmesi" bölümünde yer alan eğitim kadrosunda (Madde 7-14) spor öğretmenlerinin olmaması bu kurumlarda spor öğretmenleri çalıştırmamalarına neden olmaktadır. Özel bireylerin yaşam kalitelerini artırabilmeleri için ilgili birimlerde spor öğretmenlerinin istihdam edilmesi önem taşımaktadır.

Engelli bireylerin sportif performansları fiziksel ve kişisel özelliklerine, antrenörün bilgi ve becerisine bağlı olduğu kadar, her sporcuda farklı bir şekilde kendisini gösterebilen fizyolojik ve çevresel etmenlerinde etkisi altında kalmaktadır (İnal, 2011). Çeşitli sebeplerle engelli çocukların anne-babalarında, acıma ve suçluluk duygusuyla aşırı koruma ve kollama olabilmektedir (İlhan, 2009). Oysaki bu tutum çocukların gelişmesini ve üretici olmalarını engellemektedir. Onun için bu çocukların yapabilecekleri faaliyetler konusunda yüreklendirilip yeteneklerini geliştirmeleri sağlanmalıdır. Yılmaz'ın (2018b) ebeveynlerin beden eğitimi dersi ve ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumlarını incelediği çalışmada; çocukların sportif etkinliklere yönlendirilmesinde ebeveynlerin birinci derecede etkili olduğu tespit edilmiştir. Bu araştırma kapsamında görüşlerine başvuru olan ebeveynin sporun etkilerine yönelik farkındalığının oldukça yüksek olduğu da açıktır. Farklı yetersizliklere sahip olan çocukları yetenekleri doğrultusunda spora yöneltmek en başta ailelerin farkındalığına bağlıdır (İlhan, Yarımkaya ve Esentürk, 2017). Bu nedenle zihinsel engelli bireylerin ailelerinin de sportif faaliyetlere olan bakış açısı ve bilinç düzeyinin geliştirilebilmesi bakımından farkındalığa yönelik tedbirlerin alınmasının yanında engelliler sporunun yaygınlaştırılması için başta özel eğitim kurumlarında beden eğitimi ve sporun modüllere sistematik olarak dâhil edilmesi engelli bireylerin hak ettikleri hareketli ve kaliteli bir yaşam sürdürmeleri için önerilmektedir. Buna ek olarak, her özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde spor kulüplerinin açılması ile profesyonel sporcu sayılarının artırılması önerilmektedir.

Kaynaklar

- Akın, G. (1998). Mongolizm'in (Down Sendromu) özellikleri ve genetik danışmanlığın önemi [Characteristics of Mongolism (Down Syndrome) and the importance of genetic counseling]. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih Coğrafya Fakültesi Dergisi [Ankara University The Journal of The Faculty of Languages and History-Geography]*, 1-2(38), 323-333. doi: 10.1501/Dtcfder_0000001260
- Altın, E. (2011). *Down sendromlu çocuklarda ince motor beceri gelişimi ve eğitimin etkisi [Development of fine motor skills of children with down syndrome and effects of training]* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi) [Unpublished master's thesis]. İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul [İstanbul University Institute of Medical Sciences, İstanbul, Turkey].
- Aslan, Ş., & Çalışkan, T. (2017). Zihinsel engellilerde egzersiz ve sportif oyun programı öncesi ve sonrası öfke durumunun karşılaştırılması [Comparison of anger status between before and after the exercise and sports game program in intellectual disability]. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi [Atatürk University Journal of Physical Education and Sport Sciences]*, 19(1), 32-40. Retrieved from: <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/295712>
- Block, M. E., Conaster, P., Montgomery, R., Flynn, L., Munson, D., & Dease, R. (2001). Effects of middle school-aged partners on the motor and affective behaviors of students with severe disabilities. *Palaestra*, 17(4), 34-40.
- Bogdan, R. C., & Biklen, S. K. (2003). *Qualitative research for education: An introduction to theories and methods* (4th ed.). New York: Pearson Education.
- Calfas, K. J., & Wendell, C. T., (1994). Effects of physical activity on psychological variables in adolescents. *Pediatric Exercise Science*, 6(4), 406-423.
- Cowell, C. C., & İsmail, A. (1970). Relationships between social and physical factors: In Morgan, W.P. (Ed.), *Contemporary readings in sport psychology* (pp. 357-361). Springfield, MA: Charles C. Thomas.
- Çakın Memik, N., Ağaoğlu, B., Coşkun, A., Üneri, Ö.Ş., & Karakaya, I. (2007). Çocuklar için yaşam kalitesi ölçeğinin 13-18 yaş ergen formunun geçerlik ve güvenirliği [The validity and reliability of the Turkish pediatric quality of life inventory for children 13-18 years old]. *Türk Psikiyatri Dergisi [Turkish Journal of Psychiatry]*, 18(4), 353-363. Retrieved from: <https://toad.edam.com.tr/sites/default/files/pdf/cocuklar-icin-yasam-kalitesi-olceginin-13-18-yas-ergen-formunun-gecerlik-ve-guvenirligi-toad.pdf>
- Ekiz, D. (2009). *Bilimsel çalışma yöntemleri [Scientific study methods]*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Eldeniz Çetin, M., & Terzioğlu, N. K. (2018). Ağır düzeyde yetersizliğe sahip çocuğu olan annelerin çocuklarının boş zamanlarını değerlendirmelerine yönelik görüşleri [Mothers who have children with severe disability have views on their children's leisure time]. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi [Abant İzzet Baysal University Journal of Faculty of Education]*, 18(2), 857-873. Retrieved from: <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/433921>
- Eser, E., Yüksel, H., Baydur, H., Erhart, M., Saatli, G., Cengiz Özyurt, B., Özcan, C., & Ravens-Sieberger, U. (2008). Çocuklar için Genel Amaçlı Sağlıkla İlgili Yaşam Kalitesi Ölçeği (Kid-KINDL) Türkçe sürümünün psikometrik özellikleri [The psychometric properties of the new Turkish generic health-related quality of life questionnaire for children (Kid-KINDL)]. *Türk Psikiyatri Dergisi [Turkish Journal of Psychiatry]*, 19(4), 409-417. Retrieved from: <https://docplayer.biz.tr/2129393-Cocuklar-icin-genel-amacli-saglikla-ilgili-yasam-kalitesi-olcegi-kid-kindl-turkce-surumunun-psikometrik-ozellikleri.html>
- İlhan, E. L. (2008a). Eğitilebilir zihinsel engelli çocuklarda beden eğitimi ve sporun sosyalleşme düzeyine etkisi [The effect of physical education upon the socialization levels of mentally handicapped children].

- Kastamonu Eğitim Dergisi [Kastamonu Education Journal]*, 16(1), 315-324. Retrieved from: http://www.kefdergi.com/pdf/16_1/315.pdf
- İlhan, E. L. (2008b). Zihinsel engelli çocuklar için beden eğitimi ve sporun genel gelişim süreçleri açısından önemi [The importance of physical education and sports for children with mental retardation in terms of general development processes]. *Çağdaş Eğitim Dergisi [Contemporary Education Journal]*, 33(350), 17-24.
- İlhan, E. L. (2009). Zihinsel engelli çocuğu olan anne-babaların çocuklarının özel eğitimleri sürecinde beden eğitimi ve spor etkinliklerine yaklaşımlarının değerlendirilmesi [Evaluating the conscious levels of parents on the effects of physical education and sport activities on their handicapped children during special education]. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi [Niğde University Journal of Physical Education and Sport Sciences]*, 3(1), 38-48. Retrieved from: <http://dergi.nigde.edu.tr/index.php/besyodergi/article/view/88/67>
- İlhan, E. L., & Esentürk, O. K. (2014). Zihinsel engelli bireylerde sporun etkilerine yönelik farkındalık ölçeği (ZEBSEYFÖ) geliştirme çalışması [An effort to develop an awareness scale regarding effects of sport on persons with intellectual disabilities]. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi [CBÜ Journal of Physical Education and Sport Sciences]*, 9(1), 19-36. Retrieved from: <https://docplayer.biz.tr/31746312-Zihinsel-engelli-bireylerde-sporun-etkilerine-yonelik-farkindalik-olcegi-zebseyfo-gelistirme-calismasi.html>
- İlhan, E. L., Esentürk, O. K., & Yarımkaya, E. (2016). Zihinsel engelli bireylerin sportif etkinliklerine yönelik tutum ölçeği (ZEBSEYTÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması [Attitude scale of individuals having mental disabilities towards sports activities (ZEBSEYTÖ): Validity and reliability study]. *International Journal of Human Sciences*, 13(1), 1141-1160. doi:10.14687/ijhs.v13i1.3656
- İlhan, E. L., Kırmoğlu, H., & Filazoğlu, G. (2013). The effect of special physical education and sports program on the quality of life of the children with mental retardation. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi [Niğde University Journal of Physical Education and Sport Sciences]*, 7(1), 1-8. Retrieved from: <http://dergi.nigde.edu.tr/index.php/besyodergi/article/view/563/368>
- İlhan, E. L., Yarımkaya, E., & Esentürk, O. K. (2017). The effect of mother-participated sports activities on the awareness levels of Turkish mothers having children with intellectual disabilities towards the effect of sports: a pilot study. *International Journal of Developmental Disabilities*, 63(2), 124-129. doi: <https://doi.org/10.1080/20473869.2016.1147679>
- İlhan, L. (2010). The effect of the participation of educable mentally retarded children in the special physical education classes upon the anxiety levels of the parents of the children. *Ovidius University Annals, Series, Physical Education and Sport/Science, Movement and Health*, 10(2), 304-309.
- İmamoğlu, F. (1992). İki binli yıllara doğru Türk sporu üzerine bazı gözlemler [Some observations on Turkish sports towards two thousand years]. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi [Journal of Gazi Educational Faculty]*, 8(1), 9-19.
- İnal, H. S. (2011, May). *Engeliler sporunda performans geliştirme [Performance improvement in disabled sports]*. Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor Kongresi [Physical Education and Sport Congress for Disabled], Konya, Turkey.
- İnce, G. (2017). Otizm spektrum bozukluğu olan çocuğa sahip ebeveynlerin spor ile ilgili görüşleri [Opinions of parents who have children with autism spectrum disorder about sport]. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi [Ankara University Faculty of Educational Sciences Journal of Special Education]*, 18(1), 109-124. doi:10.21565/oelegitimdergisi.302891
- Kalyon, T. A. (1994). *Spor hekimliği [Sports medicine]*. Ankara: Gata Basımevi.

- Karakoç, B. (2015). *On iki haftalık fiziksel etkinlik programının eğitilebilir zihinsel engellilerin ve ailelerinin üzerine etkileri* [Effects of 12-week physical activity program on educable mentally handicapped and their families] (Yayımlanmamış doktora tezi) [Unpublished doctoral dissertation]. Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya [Dumlupınar University Institute of Medical Sciences, Kütahya, Turkey].
- Koç, B. (2012). *Eğitilebilir zihinsel engelli bireylerde basketbol antrenmanlarının teknik, fiziksel ve biyomotorik gelişimleri üzerine etkilerinin araştırılması* [Investigation of the effects of basketball training on technical, physical and biomotor development of educated people with mental retardation] (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi) [Unpublished master's thesis]. Süleyman Demirel Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Isparta [Isparta University Institute of Medical Sciences, Isparta, Turkey].
- Maykut, P., & Morehouse, R. (1994). *Beginning qualitative research: A philosophic and practical guide*. London: The Falmer Press.
- Meihan, L., & Chung-Ngok, W. (2011). Validation of the psychometric properties of the health-promoting lifestyle profile in a sample of Taiwanese women. *Quality of Life Research*, 20(4), 523-528. doi: 10.1007/s11136-010-9790-6
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis* (2nd ed.). United Kingdom: Sage Publication.
- Milli Eğitim Bakanlığı (2012). *Özel Eğitim Merkezlerinde Personel Görevlendirilmesi Yönetmeliği* [Implementing Regulation on the Appointment of Personnel at Special Education Centers]. T.C. Resmî Gazete [Turkish Republic Official Journal], 28239, 18 Mart [March] 2012.
- Özgüven, İ. E. (2004). *Görüşme ilke ve teknikleri* [Principles and techniques of interview]. Ankara: Pegem Yayınları.
- Patton, M. Q. (2014) *Nitel çalışma ve değerlendirme yöntemleri* [Qualitative study and assessment methods] (3. baskı) [3rd ed.]. (M. Bütün ve S. B. Demir, Çev./Trans.). Ankara: Pegem Yayıncılık. (Orijinal kitabın yayın tarihi 1990) [The publication year of the original book is 1990]
- Punch, K. F. (2005). *Introduction to social research: Quantitative and qualitative approaches*. London: Sage.
- Sonuç, A. (2012). *Zihinsel engellilerde sporun öfke düzeyine etkisi* [The effect of sport on the level of anger in mentally handicapped] (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi) [Unpublished master's thesis]. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman [Karamanoğlu Mehmetbey University Institute of Social Sciences, Karaman, Turkey]. Retrieved from: <http://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>. (Thesis Number 320271)
- Sukan, H. D. (2013). *Fiziksel aktivitenin zihinsel engelli çocukların sosyalleşmesine etkisi* [The effect of physical activity on socialization of children with intellectual disabilities] (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi) [Unpublished mater's thesis]. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Muğla [Muğla Sıtkı Koçman University Institute of Health Sciences, Muğla, Turkey]. Retrieved from: <http://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>. (Thesis Number 340898)
- Tezcan Kardaş, N., Bülbül Kardaş, S., & Sadık, R. (2017). Zihinsel engelli çocuğu olan bireylerin çocuklarının sportif etkinliklere yönelik tutumlarının incelenmesi [Investigation of children's task for sportive effects of individual retarded children]. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi* [Journal of National Sport Sciences], 1(2), 34-43. <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/390230>
- Top, E. (2015). *12 Haftalık yüzme egzersizinin zihinsel engelli bireylerin fiziksel uygunluk düzeylerine etkisinin incelenmesi* [Analysis of the influence of A twelve-month swimming exercise on mentally disabled individuals' physical fitness level] (Yayımlanmamış doktora tezi) [Unpublished doctoral dissertation]. Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya [Kütahya University Institute of Health

- Sciences, Kütahya, Turkey]. Retrieved from: <http://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>. (Thesis Number 406887)
- Üneri, Ö., & Memik, N. Ç. (2007). Çocuklarda yaşam kalitesi kavramı ve yaşam kalitesi ölçeklerini gözden geçirilmesi [Concept of quality of life in children and review inventories about quality of life]. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi [Turkish Journal of Child and Adolescent Mental Health]*, 14(1), 48-56. Retrieved from: https://trdizin.gov.tr/?cwid=9&vtadi=TTIP&ano=87092_84d8ff658a51db7ef8dbd5300e7e301e
- Varni, J. W., Seid, M., & Rode, C. A. (1999). The PedsQL: Measurement model for the pediatric quality of life inventory. *Medical Care*, 37(2), 126-39. Retrieved from: <https://insights.ovid.com/pubmed?pmid=10024117>
- Yancı Ataman, B. H. (2011). Öğretilebilir zihinsel engeli olan çocukların ruhsal ve sosyal uyumunda sportif rekreasyonun önemi [The importance of sportive recreation in the spiritual and social harmony of children with teachable mental disability]. *Uluslararası Hakemli Akademik Sosyal Bilimler Dergisi [International Refereed Academic Social Sciences Journal]*, 1(1), 224-233.
- Yavuz-Eroğlu, S., & Acet, M. (2017). İşitme engelli öğrencilerin spor yapma değişkenine göre sosyal görünüş kaygısı ile yaşam kalitesi düzeylerinin incelenmesi [Analyzing life quality and social appearance anxiety levels of hearing-impaired students according to exercise variables]. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi [Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences]*, 9(2), 65-70. doi: 10.5336/sportsci.2016-54033
- Yetim, A. A. (2005). *Sosyoloji ve spor [Sociology and sports]*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2011). *Sosyal bilimlerde nitel çalışma yöntemleri [Qualitative methods in social sciences]* (8th ed.). Ankara: Seçkin Yayınları.
- Yılmaz A. (2018a). Parent expectations towards participation to extracurricular sport activity of high school students. *Pedagogics Psychology Medical Biological Problems of Physical Training and Sports*, 22(4), 216-225. doi: 10.15561/18189172.2018.0408
- Yılmaz A. (2018b). Ebeveynlerin beden eğitimi dersi ve ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumları [Attitudes towards physical education course and extracurricular sport activities of parents]. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi [Niğde University Journal of Physical Education and Sport Sciences]*, 12(1), 48-64. Retrieved from: <http://dergi.nigde.edu.tr/index.php/besyodergi/article/view/1962/1197>
- Yılmaz, A., & Güven, Ö. (2015). Ders dışı sportif etkinliklere yönelik ebeveyn tutum ölçeği [Parents attitude scales toward extracurricular sport activities]. *Niğde Spor Bilimleri Dergisi [Niğde Journal of Sport Sciences]*, 9(2), 244-258. Retrieved from: <https://www.researchgate.net/publication/316159458>



Ankara University Faculty of Educational Sciences Journal of Special Education

Year: 2019, Volume: 20, No: 3, Page No: 421-443

DOI: 10.21565/ozelegitimdergisi.488740

RESEARCH

Received Date: 28.11.18

Accepted Date: 06.05.19

OnlineFirst: 13.05.19

Gains of a Special Athlete in the Context of Quality of Life: A Case Study in Line with Parent Opinions*

Nuri Berk Güngör  **
Gazi University

Aynur Yılmaz  ***
Trabzon University

Ekrem Levent İlhan  ****
Gazi University

Abstract

The aim of the study was to determine the effects of sportive career of a special athlete, who participated in sportive competitions at the elite level, on his quality of life. In the study, the case study design was used which is one of the qualitative research approaches. Criterion sampling from the purposeful sampling methods was used in the selection of the participant. Some of the change data in the life of a popular athlete with Down syndrome at the elite level were obtained using interview technique in the direction of his father's assessments. Data were collected by semi-structured interview form. In the data analysis, descriptive and content analysis were used. As a result of the analysis, 6 themes were obtained. These are physical, social, emotional and school functions of sport, which are the sub-parameters of healthy life, psychosocial health and positive responses to family. As a result, in addition to ensuring the development of physical characteristics in athletes with special needs, it has been determined that sportsmanship has a different effect on his psychological and social characteristics and has, in this direction, a direct positive effect on the quality of life. However, it has been determined that the sportive achievements of the special athlete also contribute positively to the family.

Keywords: Quality of life, Down syndrome, sports, special athlete, parental expression.

Recommended Citation

Güngör, N. B., Yılmaz, A., & İlhan, E. L. (2019). Gains of a special athlete in the context of quality of life: a case study in line with parent opinions. *Ankara University Faculty of Educational Sciences Journal of Special Education*, 20(3), 421-443. doi: 10.21565/ozelegitimdergisi.488740

*This study was presented as an oral presentation at the 14th International Sport Sciences Congress, 01-04 November 2018, Antalya.

****Corresponding Author:** Res. Assist., E-mail: nuriberkgungor@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-6579-9146>

***Assist. Prof., E-mail: aynuryilmaz8661@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-5697-968X>

****Asoc. Prof., E-mail: leventilhan@gazi.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0002-1117-2700>

It is known that sport has positive effects on individuals who have normal development and also provides individuals with disabilities with many acquisitions. In addition to bringing the person with disability to society and production, sport strengthens his/her daily physical muscles and facilitates his daily life (Kalyon, 1994). In addition to the support provided by the sport for physical and spiritual structure, it has also a tendency for the child to gain feelings of trust, competition and friendship and a social role. For the person with disability, the universal language of this social role is sport. Sport, which is an educational activity, reveals the power of the individual to express common goals and the feeling of appreciation. In addition to these, sports also develop the ability to have a common understanding, responsibility and social order with cooperation, which are confronted often in the social life (İlhan, 2008a).

Individuals are different from each other in terms of their physical, mental, psychological, and social characteristics. The existence of a variety of individual differences among individuals who make up the society can affect all developmental dimensions positively or negatively, and it determines the qualifications and deficiencies. As the level of being affected by the inadequacies in the developmental dimension increases, it can be difficult for the individual to meet the expectations of the society and sometimes they cannot even meet these expectations. In other words, "not being like everyone" is the cut-off point of difference. According to this evaluation, individuals are defined with different classifications and different attributes in terms of educational or medical aspects in the context of their incompetence. One of these classifications is mental disability (İlhan and Esentürk, 2014). However, intellectual disability among different disability groups also brings dependence on other people due to the effect of a will failure (İlhan, Esentürk and Yarımkaya, 2016).

The Sportsmen Sports Federation, which conducts its activities in 14 branches in Turkey, takes responsibility for introducing the individuals with intellectual disabilities to sports, as well as enabling them to take part in competition organizations in different branches in the province and across the country. In addition, it has undertaken a national mission by training athletes in international tournaments. The special athlete who is the subject of the study is a popular athlete with many national and international successes in swimming.

From this point of view, this study is important in terms of identifying the effects of sports on the quality of life of the person with intellectual disability and determining the studies and programs that should be done to facilitate their lives. The aim of the study is to determine the effects of competing in elite sportive competitions and sportive activities on the quality of life of a champion special athlete in the direction of the parental opinions.

Method

Research Design

This study was designed with the case study pattern out of qualitative research approaches aimed at providing the researcher with detailed and in-depth data collection, direct learning of the participants' individual perceptions, experiences and perspectives, and understanding and explaining the current situations (Patton, 2014). The most important characteristic of the case study is that "it focuses on a current phenomenon, event, situation, individuals and groups and tries to examine them in depth" (Bassey, 1999; Stake, 1995; Yin, 1994; cited in, Ekiz, 2009).

Participant

The participant of the research is the father, who is always beside his child in his sportive competitions and daily life, of the special athlete with the diagnosis of Down syndrome who has achieved significant successes in the swimming branch in the international championships and in Turkey. The father of the special athlete is a retired university graduate who was born in 1957. The participant has two children beside the special athlete involved in the subject of the research. The required permission for sharing the necessary information of the special athlete within the scope of the study was taken with precision from the participant.

In addition to the sportive qualities and achievements of the special athlete, being at the end of the active sports life was also effective in the selection of the participants. It is because, in accordance with the purpose of the study, it is necessary to have a sportive career to determine the effects of participating in the elite sportive competitions and having an intensive sportive life on the special athletes' quality of life. For this reason, the characteristic of the special athlete, who is near the end of his sportive career and was born in 1982, is important. After having met with the swimming at the age of seven, the special athlete began to take an interest in swimming actively at the age of 10. In 2001, the special athlete broke the Turkey record at 25 meters in the swimming branch and achieved a significant success, and in 2002 he was qualified to participate in the Special Olympics World Championship in Ireland, representing Turkey. He won a silver medal in this championship and represented our country in the best way possible. The athlete, who became the champion of the Turkey Swimming Championship for many years, started in the following years swimming in the marathon for the first time in the world, and in 2009, he succeeded to participate in the Istanbul Intercontinental Bosphorus competitions. He was the first athlete with Down syndrome to finish this marathon. By completing the Bosphorus Strait four more times, he broke a record. He is an athlete who still participates in the competitions in regional competitions and Turkey by taking a part in the championships held by the Turkey Federation of Athletes Sports Federation in the swimming branch in 800 meters. In addition, special athlete will be referred to with the code name "Cem" in the next section of the research report.

Data Collection

Interview technique, which is defined as a mutual and interactive communication process based on the questioning and answering style, which is predetermined for a serious purpose, was used as data collection technique (Ekiz, 2009). The semi-structured interview technique, which gave participants the opportunity to freely express their thoughts about a particular subject, was used as the data collection technique of the study (Bogdan and Biklen, 2003).

Before the preparation of the interview questions, a national and international literature review about the study was conducted (Eser et al., 2008; Üneri and Memik, 2007; Yavuz-Eroğlu and Acet, 2017). For this purpose, "Scale of Quality of Life for Children" was utilized, which was adapted to Turkish by Çakın Memik, Ağaoğlu, Çoşkun and Karakaya (2007) and developed by Varni, Seid and Rode (1999). This scale consists of five factors including physical functions, emotional functions, social functions, school function, and psychosocial health. Considering the literature review and the sub-dimensions of quality of life scale, interview questions, which were thought to serve the purpose of the study, were prepared. These questions were presented to two experts, who are experts in the field of physical education and sports for people with disabilities and Turkish education, in terms of validity, clarity and comprehensibility. Because of the feedback and corrections from the experts, the interview form was finalized. The interview form was prepared by considering the sub-parameters of the "Healthy Lifestyle Behaviors" feature, which was evaluated by Meihan and Chung-Ngok (2011) for the validity and reliability. The interview was conducted in three sessions of 100 minutes.

Data Analysis

The data were analyzed using descriptive and content analysis technique. Content analysis is the process of defining, coding and categorizing data (Patton, 2014). The interview records obtained from the participant were written by the researchers. Subsequently, the interview text was presented to the participant in case the participant may want to add or correct the sections. In order to analyze the interview texts after the confirmation of the participants, sub-dimensions of the "Scale of Quality of Life for Children" were taken into consideration by using the literature. Dimensions in scale are physical functions, emotional functions, social functions, school functions and psychosocial health. In addition, in the content analysis made, the sub-dimension of effects of the athletes' achievements on the family was obtained.

The data were read repeatedly by the researchers and the codes were written and a code list was prepared. Then the codes were put together according to their common characteristics and categories were reached. The

codes representing these categories were interpreted in relation to each other and the results were reached (Maykut and Morehouse, 1994). The theoretical explanation, literature and related studies were used in the interpretation of the findings.

Validity and reliability in qualitative studies are important in terms of the quality of the study. For this purpose, the methods, which are used to provide validity and reliability in qualitative studies, of spending a long time in the work environment, presenting the data and analysis to the researched persons and presenting the data, analyzes and comments to the experts, were benefited (Ekiz, 2009). In addition, in order to provide validity, it is important to report the collected data in detail and to explain how the researcher has reached the results (Yıldırım and Şimşek, 2011). The coefficient of consensus among the experts was calculated for the reliability of the study. At the points where there is a difference of opinion, both experts discussed and reached a consensus. For the reliability of the data, the formula of $[(\text{Consensus}/(\text{Consensus} + \text{Dissensus}) \times 100)]$ of Miles and Huberman (1994) were used. The consensus among experts was 93% for the reliability of the study results.

Findings

In the direction of the opinions of the participant, the effect of sport on the quality of life of a special athlete is examined under six headings. While the findings were obtained, sub-dimensions of "Scale of Quality of Life for Children" which was developed by Varni et al. (1999) and adapted to Turkish by Çakın Memik et al. (2007) were taken into consideration. Considering the dimensions, as a result of thematic analysis, opinions of the special athlete about the effects of sport on the physical, social, emotional, school function and psychosocial health were examined under five themes. The first of these themes consists of sub-categories such as muscle development, movement development, heart health, body resistance, pain, discomfort, physical functions with indicators such as fatigue, provision of weight balance, duration of doing sports, reducing the risk of obesity, reducing the risk of heart-circulatory disease, having a specific body structure, having a high energy level and delaying the physical aging. The participant's opinions for some of these categories are as follows:

"Cem is now 36 years old. I believe that if it hadn't been for the sport, he would now be an overweight obese child like other children with Down syndrome. And I think that this would have made his quality of life very difficult." (Reducing the Risk of Obesity)

Some of the participatory opinions on the impact of sport on social function, which is another sub-dimension and has the indicators such as initiating communication, participation, building a friendship, sharing, getting rid of loneliness tendency, and which consists of five categories of entrepreneurship, popularity, peer approval, role model, social acceptance, are given below.

"...For the last 13-14 years, my son became a role model, a pioneer in Turkey, due to his achievements. Therefore, he was always accepted by the statesmen (Presidents, Prime Ministers, Ministers, General Managers etc.) who came in this process. This interest showed itself in the public. Besides, everybody recognized and took a great interest in my son at a dinner we had last night." (Popularity)

When the opinions about the effects of sports on the emotional functions of the special athlete were examined, the following categories were included in this sub-dimension: providing sleep patterns, time planning, taking responsibility, ensuring happiness, providing anger control, discipline, standing on his/her own feet, intellectual personality structure and self-expression. The participant's opinions on some of these categories are given below.

"When I think of my son from past to present, I see that he has come a long way in expressing himself. In those years, he was a child who was not able to fully develop his self-care skills and could not improve his autonomy. Of course, in a normal process, people are born, they develop and grow, and so is my son. This process gave him a lot of experience and confidence, his development showed itself in this way." (Self-Expression)

The school function, which includes indicators such as school perspective, perspective and approach of teachers, attention collection (perception, memory, reasoning) and contains the sub-categories of the change of the perspective of teachers and willingness to go to school, shows the effect of sport on the quality of life of a specific athlete. The participant's opinion on the effect of sports on school function is given below.

“My son is willing to go to school, he is aware of his achievements, so he is self-confident. They show him interest in school, which makes him happy. He likes to be happy with his friends.” (Willingness to Go to School)

Furthermore, when it comes to psychosocial health sub-dimension, it contains the categories such as reduction of fears, jealousy status, mental level effect, person awareness and better status compared to individuals with the same diagnosis. Some of the opinions of the participant representing these categories are as follows:

“Cem wouldn't have jumped from the stepping stone. He used to say that he had the fear due to the fear of heights. But he overcame this fear in the process. He looked at his friends jumping from there, and he began to jump. He cannot completely jump over it like a normal individual, but he jumps from the side of it, he could never have done it. He always started competitions in the pool. Over time, he developed by seeing this. He learned how to jump from there by trying a few times and overcame his fear by experiencing it.” (Reduction of Fears)

In the sub-dimension of responses of the special athlete to the family, categories of environmental reflection, family being a role model and the effect of success on the social status of the family were obtained. In the light of the findings of the study, six categories were obtained. These categories are explained by the participant's exemplary expressions.

“For example, we have a contact with a lot of persons, I mean, the persons like the President, the General Manager, the Prime Minister or the President, and most of all with our current President Recep Tayyip Erdoğan. I think they have a special emotional connection with my son since 2003. The last time we saw him, he called my son right after he saw him and talked with him and hugged him. Usually he asks where your dad is. He knows me as his father, not my name. Well, because he is an exclusive person. You become a father, thanks to him.” (Effect of Success on the Social Status of the Family)

Discussion and Conclusion

The effects of sports on physical functions of special athlete was determined according to participant's opinion as keeping the weight of the athlete under control, not having any problems in the sportive activities in a determined quality, reducing the risk of obesity due to weight control, reducing the risk of heart-circulatory diseases as a result of regular sports, gaining body structure in accordance with the swimming branch, having high energy in daily life and delaying the physiological aging. Considering the physical characteristics of these individuals, it can be said that sports have positive effects on their physical development. The fact that individuals with this disability group have a tendency to gain extreme weight in their later years reveals the necessity of sport to become a part of their life as a preventive element. It was found that the special athlete, who was a model showing with the successes achieved in swimming branch that the obstacles could be overcome, did not encounter physiological and physical problems due to the sports he had done.

In the current study, it was found that social functions, which are another parameter of healthy lifestyle behaviors and serve the purpose of the research, can also become significant gains in the individuals with mental disabilities by means of sports. The father of the special athlete stated that his son has gains such as self-confidence due to the sportive achievements, having an entrepreneurial personality, being popular, being appreciated by his peers, being a role model and being accepted by the society. Physical education program applied by İlhan (2008a) in the study of the effect of physical education and sports on the level of socialization of educable individuals with intellectual disabilities was found to have a positive effect on the socialization level of children with intellectual disabilities and that this effect shows a significant development especially in the interaction with others, participation in group activities and sharing fields. The participant stated that his child has an entrepreneurial

structure thanks to the sport. In addition, as a result of the self-confidence that the sport has given to the child, it is stated by the participant that he displays a behavior that he can communicate with everyone, feel a sense of belonging to groups of friends and participate in the environments that attract his interest without hesitation. This situation can be explained as having an important role for the special athlete to be accepted as an individual by the society. Sukan (2013) stated that as a result of physical activities, individuals with intellectual disabilities can feel the sense of achievement, their communication is strengthened through physical activity and they are accepted within the society. In particular, his successes in sports helped him to be appreciated by the statesmen, and increased the number of his followers and friends on his social media accounts. It can be said that as an individual with disability, he could show what could be achieved, and became a good role model for the people with disabilities, likewise himself, to make their lives more meaningful through sports and look at the future with hope.

The effects of sports on the emotional function of the special athlete were determined as no problem with sleep, ability to plan the time in daily life, the awareness of responsibility, allowing him to continue his life as happy, ability to gain anger control, gaining the discipline of training, standing on his own feet, having intellectual personality and gaining the ability to express himself. As the participant stated, the typical feature of the individuals with Down syndrome is the state of anger that may arise when their requests are not met. The participant stated that his child had not experienced such a problem. Similarly, in the study of Sonuç (2012) on the effect of sports on anger level in individuals with intellectual disabilities, it was determined that people with intellectual disabilities who are regularly involved in sports are good at providing anger control. Aslan and Çalışkan (2017) determined that anger control of individuals with intellectual disabilities increased through exercise. Calfas and Wendell (1994) found that physical activity has a positive effect on psychological variables (depression, anxiety, stress, self-esteem, self-concept, hostility, anger, intellectual functioning, and psychiatric disorders). The participant also stated during the interview that these developments arise over time and require certain experience. It was determined that these achievements have a positive effect on the education of the special athlete. The effects of sports on the school function of the special athlete were determined as positively differentiation of the approaches by teachers to special athlete and contribution of being a self-confident individual as a result of their sportive success on the willingness to go to school. In the study of Yılmaz and Güven (2015) on the attitudes of parents to extracurricular sports activities, they revealed that extracurricular sports activities increased the commitment of students to school. The reason for this can be explained as that the success through the sport activities provides the individual to be perceived as a model by peer group and to be appreciated in the school.

It was stated by the participant that sport had many effects on the psychosocial health of the special athlete. Noting that the sport helps the child to overcome the fear of heights, the participant stated that the negative behaviors such as jealousy decreased due to the awareness of his own skills thanks to the sportive successes. Compared to the individuals with the same diagnosis, he displays observable characteristics in a positive sense. In addition, it was revealed that active participation of athletes in sportive competitions and the acquisition of a different environment increased the awareness of the person and contributed to the mental development of the special athlete. Koç (2012) stated that basketball training carried out by educable individuals with intellectual disabilities positively affects the technical and tactical development of individuals with intellectual disabilities. Yancı Ataman (2011) determined that there is a decrease in neurotic problems and general behavioral problems of educable individuals with intellectual disabilities who regularly participate in sportive recreational activities. It was found that there is also a decrease in mobility and restiveness, bad temper and irritability, jealousy, stubbornness and disobedience, not getting along with peers, being aggressive, being unkind and harmful.

It can be said that the sport has a positive effect on the quality of life of a special athlete who is a champion. İlhan, Kırımoğlu and Filazoğlu (2013) found that regular physical education and sports activities increase the quality of life of the children with intellectual disabilities. In addition, it can be stated that well-planned physical education and sports activities support the increase of the quality of life of these children and have an important role in minimizing the disadvantages that may occur (İlhan, 2010). As a result, according to the findings, sportive activities were found to be important for the development of physical characteristics of special athlete, as well as

for the development of his psychological and social characteristics, and also the sportive achievements of the special athlete were found to contribute positively to the family. Ensuring the participation of individuals with intellectual disabilities in sportive activities can bring many benefits. From this point of view, it is recommended that the institutions concerned update the current programs and produce projects in order to enable individuals with intellectual disabilities to do sports. For various reasons, parents of children with disabilities can be overprotected due to the humane sentiment and guilt feelings (İlhan, 2009). However, this attitude restrains the development of children and also prevents them from becoming producers. Therefore, they should be encouraged to develop their skills about the activities these children can do. It is also clear that the awareness of the parent, who was referred to for his opinions in the scope of this study, about the effects of sports is quite high. Directing the children with different incompetence towards sports in line with their abilities is primarily dependent on families' awareness (İlhan, Yarımkaya and Esentürk, 2017). Therefore, in addition to taking measures to develop the perspectives for the sportive activities of the families of individuals with intellectual disabilities and their awareness level, systematic inclusion of physical education and sports in modules in primarily special education institutions is recommended for the promotion of sports for people with disabilities and also for the people with disabilities to live a quality and energetic life that they deserve.