

## PAPER DETAILS

TITLE: Sporun, Fiziksel Engelli Bireylerin Yasam Kalitesi Üzerine Etkisine Iliskin Görüsler

AUTHORS: Hatice KUMCAGIZ,Gülzade AVCI ÇAYIR

PAGES: 654-669

ORIGINAL PDF URL: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/617248>

# **Determining Views about the Effect of Sport on the Quality of Life of People with Physical Disabilities**

**Hatice Kumcağız**

Ondokuz Mayıs University, Education Faculty, Department of Educational Science, Samsun, Turkey

**Gülzade Avcı Çayır**

Ondokuz Mayıs University, Institute of Educational Sciences, Samsun, Turkey

## **Abstract**

*The purpose of this study is to investigate views and expectations about the effect of sports on the quality of life of people with physical disabilities who are interested in sports. The study group was formed based on easy accessibility and voluntary participation. The study group consisted of 12 people with physical disabilities who are members of several sports clubs. Among the participants, 5 are interested in boccia, 2 are interested in weightlifting, 2 are wheelchair basketball, 1 is wheelchair basketball and table tennis, 1 is interested in wheelchair basketball and arm wrestling, and 1 reported being interested in badminton and wheelchair dance. For the purpose of the study, interviews questions were framed in line with the literature information to find out what awareness sports help people with physical disabilities to develop and to reveal the perceived contributions of sports to the quality of life with respect to their personal, physical, and social aspects of life. This study using qualitative research design collected data through semi-structured interviews. The data were analyzed using content analysis. As a result, the point of view of living in sportive activities of physically handicapped individuals interested in sports.*

**Keywords:** Disabled, disabled people, physical disabilities, sport, disabled sports.



Inönü University  
Journal of the Faculty of Education  
Vol 19, No 3, 2018  
pp. 654-669  
DOI: 10.17679/inuefd.422597

Received : 10.05.2018  
Accepted : 28.12.2018

## **Suggested Citation**

Kumcağız, H., & Avcı Çayır, G. (2018). Determining Views about the Effect of Sport on the Quality of Life of People with Physical Disabilities, *Inonu University Journal of the Faculty of Education*, 19(3), 654-669. DOI: 10.17679/inuefd.422597,

## EXTENDED ABSTRACT

### Introduction

Societies' views about people with disabilities have varied throughout the history. At the time of polytheistic religions, the birth of a disabled child was considered a punishment to the family. This belief led societies not to help people with disabilities not to attract the wrath of God and these people were even expelled from their city or left alone (Öztürk, 2011). Thus, apart from their disability, people with disabilities facing the society's discrimination or undiscerning approach come to be the most disadvantaged group within a society.

Deficiencies in disabled individuals with retardation in physical, mental, psychological and social development cause socio-emotional problems and negatively affect self-confidence and self-development (Ergun, 2011). There are plenty of activities to help people with disabilities to participate fully in society, to facilitate their lives, and to improve their quality of life. Among these activities, sports represent an important step to help people with disabilities to integrate into society (Söğüt, 2006). The participation of people with disabilities in sports activities began in the world after the second half of the 20<sup>th</sup> century. Accordingly, there was a significant change in the concept of rehabilitation and the views about people with disabilities; it was accepted that people with disabilities should be included in every kind of social activity. Sports activities for people with disabilities that became a center of interest and enthusiasm in a very short time were also included in the Olympic Games within this period. Sport promotes socialization and recognition in society by enhancing sharing among individuals. A disabled person who is actively involved in sports has an increased physical and psychological strength; thus, the quality and pleasure of life also rise (Kalyon, 1997). Turkey Sports Federation for the Disabled was established under the General Directorate of Youth and Sports in 1990 and thanks to the efforts of the federation, sports activities for people with physical disabilities were brought into the international platform. In 2000, four separate federations were founded for four different disability groups: Sports Federation for People with Physical Disabilities, Sports Federation for People with Mental Disabilities, Sports Federation for People with Visual Impairments, and Sports Federation for People with Hearing Disabilities (Ergun and Baltacı, 2006). The Sports Federation for People with Physical Disabilities is engaged in national and international activities in 10 branches including shooting, athletics, amputee football and basketball, arm wrestling, weightlifting, tennis, archery, wheelchair tennis, sitting volleyball, and swimming.

The literature includes mostly quantitative research that examines the effect of sports on people with physical disabilities (Ulusoy, 2008; Altun, 2010; Soyer et al. 2013; Kaya, 2011; Şahin, 2014; Güre et al. 2014; Civan et al. 2012) but a limited use of qualitative research methods (Yılmaz, Şentürk and Ramazanoğlu, 2014). Sports have a major influence on the personal development and social life integration of people with disabilities. Therefore, it is of great importance to orient people with disabilities towards sportive activities and to foster their psychological well-being and their quality of life. Accordingly, this study seeking to investigate the effect of sports on the quality of life of people with physical disabilities who are interested in sports seems to be important and have significant implications that guide researchers and practitioners. Additionally, the research results can help to take necessary steps and to increase sports participation of people with physical disabilities and to take steps. Under this perspective, the purpose of this study is to determine the effect of regular sports participation on the quality of life of people with physical disabilities living in Province Samsun.

### Purpose

For the purpose of the study, interviews questions were framed in line with the literature information to find out what awareness sports help people with physical disabilities to develop and what contributions sports make to their life. Accordingly, the following interviews questions were raised to reveal the perceived contributions of sports to the quality of life with respect to their personal, physical, and social aspects of life:

1. How did you decide to do sports?
2. What contributions do sports make to your life?
3. How did sports affect your perspective on the future?
4. What challenges do you face when doing sports?
5. How do you cope with challenges you face when doing sports?
6. What do you think should be done to promote sports participation of people with disabilities?

### Method

This used a qualitative research design. Qualitative research allows to consider a case from the perspectives of relevant individuals and to reveal social constructs and processes that constitute these perspectives (Yılmaz and Şimşek, 2011). The research data were collected through the interview method, which is a frequently used qualitative research method and using a semi-structured interview form. Prior to the research, official permission was obtained from the Ethics Committee of Social and Human Sciences, Ondokuz Mayıs University (Resolution no: 2016/175). Considering accessibility and volunteerism, the study group consisted of 12 people with physical disabilities who are members of various sports clubs in Samsun city center. The data were collected between

October 2016 and December 2016. Face-to-face interviews were held with the people with physical disabilities. The interviews were recorded. The data were analyzed using content analysis. The data were organized into categories and accordingly interpreted

## **Findings**

In the interviews with the people with physical disabilities who are interested in sports, the interview questions were asked in two parts. The first part included questions about demographic characteristics. For the second part, the participants were asked about the participation in sports activity of their interest, the effects of doing sports, and their ways of coping with challenges they encounter.

Among the research participants, 2 (19M6 and 23M10) were aged between 15-23, 4 (31F1, 34F2, 35M7, and 34M9) were aged between 31-40, 4 (41M2, 42M3, 44M4, and 48M1) were aged between 41-50, and 2 (51M5 and 51M8) were aged between 51-60. Among the participants, 5 (M6, M7, M1, M9, and M10) reported being interested in boccia, 2 (F1 and E3) reported being interested in weightlifting, 2 (M2 and F2) reported being interested in wheelchair basketball, 1 (M4) reported being interested in wheelchair basketball and table tennis, 1 (M5) reported being interested in wheelchair basketball and arm wrestling, and 1 (M8) reported being interested in badminton and wheelchair dance. Considering the research results divided into categories, the majority of the participants (M1, M2, M3, M4, F2, M5, M6, M7, M9, and M10) reported they started doing sports on the recommendation of others; two participants (F1 and M8) reported that they decided to do sports after they saw people with disabilities doing sports on TV and around them. According to the research results, half of the participants (M1, F1, M2, M5, M6, and M7) reported that sports contributed to their social lives, almost half of the participants (F2, M3, M4, M8, and M9) reported that sports made psychological contribution to their lives, and one participant (M10) reported that sports made physiological contribution to his life. Additionally, for the majority of the participants (M1, F1, M2, M4, M5, M6, M7, M9, and M10), sports help to change their perspectives of future personal goals and plans; for three participants (M3, F2, and M8), sports help to make future plans in social fields.

Considering the research participants' responses to the question about their resources to cope with challenges they face when doing sports, some (M1, F1, M3, F2, M8, and M9) reported emotional coping mechanisms, spirituality-related thoughts, making sense of the negativity experienced, and having a positive perspective under the category of inner support resources; some (M2, M4, M5, M6, M7, and M10) reported family and friends support, and the support provided by coaches in their sports club or local authorities under the category of social support resources. According to the research results, the participants' responses concerning the challenges they face when doing sports were grouped into two categories as milieu factors (M1, M2, F1, F2, M3, M4, M5, M8, M9, and M10) and individual factors (M6 and M7). Considering the participants' responses concerning what should be done to promote sports participation of people with disabilities, the majority (M1, M2, M3, M4, M5, M6, M8, and M9) stated that social support would help to orient people with physical disabilities towards sports, while four participants (F1, F2, M7, and M10) stated that family support would help to motivate people with physical disabilities to do sports.

## **Discussion & Conclusion**

This section involves a discussion of the analyzed results in light of the relevant literature. Most of the participants answered the question "How did you decide to do sports?" stating that they started on the recommendation of others. Şah (2005) found that the majority of young people started doing sports at their own will and did sports to protect their health, while the rate of those who started doing sports for a social environment-related reason was lower. Thus, contrary to the literature result reporting the effect of inner factors on the decision on sports participation, the present study found that external motivation was more effective in the participants' decision on sports participation. Thus, according to the results of this study, it seems that family members and relatives motivated the people with physical disabilities to start doing sports. This research result is not consistent with the literature.

Considering the responses to the question "What contributions do sports make to your life?", half of the participants indicated that sports contributed to their social lives. It is assumed that people are intrinsically motivated if they are able to participate in activities and compete at their free will without being influenced by something else. People are under the influence of intrinsic motivation if they play sports for reasons such as knowing, achieving, having fun, spending time, and having stimulating experiences. If they do sports without their free will and for reasons such as family pressure or awards, then they are externally motivated (Kazak, 2004). Kunter (2006) found that children and young people were self-motivated to do sports and reported that parental motivation was in the third rank. Doing sports provides career planning opportunities. Thus, it seems that sports are influential in motivating people with physical disabilities to set goals. Additionally, people with physical disabilities who do sports both can shape their own future and become positive role models for other people with disabilities.

Considering the responses to the question "How did sports affect your perspective on the future?", more than half of the participants reported that sports developed their perspective on how to set personal goals for the future. Sports help people with disabilities to overcome problems, to minimize the feeling of loneliness, and to live a more meaningful life. Disabled people with high sports participation are more likely to have developed skills of using tools and to become healthier compared to those who are not involved in sports (Çalışkan, 2011). Additionally, sports activities can serve as rehabilitation mechanisms that involve effective dynamics

to help people with disabilities to overcome challenges. Social interaction opportunities and living an active life can also contribute to the reduction of the anxiety of loneliness (Ilhan and Esentürk, 2014). Research reported that play and leisure activities have a positive effect on social development and social acceptance levels of disabled people (Devine, 2004). In their research on 169 male spinal cord injury cases, Muraki et al. (2000) suggested that the higher sports participation is, the less likely depression is to occur. They further suggested that the frequency of workout exercises increases, so do the psychological benefits. It is considered that this situation can be linked to the physical benefits of sports. Accordingly, it can be said that as the physical capacity of people with physical disabilities increases, independence can also increase and it can have positive effects on their psychological well-being.

In the present study, sports have positive psychological effects for most of the people with physical disabilities participating in the study. This result is consistent with the literature results. It seems that there are sports or sports activities that any person with physical disabilities can do. Sports play a crucial role in raising awareness of people with physical disabilities and helping them to become self-sufficient. Thus, it is of major importance to orient people with physical disabilities towards sports as it contributes to their physical, social and psychological development. Accordingly, sports have positive effects on personal lives of people with disabilities, which, as a result, has positive reflections on their quality of life.

Considering the responses to the question "How do you cope with challenges you face when doing sports?", half of the participants reported that they use their inner resources, while the other half reported that they benefitted from social support resources. In the research of a number of people with orthopedic disabilities reported that they were uncomfortable or worried while doing physical activities; some reported that although they had problems at first, they become more comfortable. As reported in various studies (Rimmer et al. 2008; Kirchner et al. 2008; Rimmer et al. 2004), such feelings of discomfort and worry can be associated with environmental challenges related to buildings and natural features, inadequate family support, and the feeling of incompetence and helplessness arising from physical disabilities.

More than half of the participants indicated environmental challenges for the question "What challenges do you face when doing sports?". Research also reports that people with disabilities have problems stemming from environmental barriers (Rimmer et al. 2008; Kirchner et al. 2008; Rimmer et al. 2004). It is clear that sports and physical activities are effective in the socialization of people with disabilities. Thus, it is of crucial importance to remove environmental factors that hinder people with disabilities from participating in sports that help them to integrate into society and socialize. This research result is consistent with the literature. Considering the responses to the question "What do you think should be done to promote sports participation of people with disabilities?", most of the participants put an emphasis on the importance of environmental support in increasing the sports participation of people with physical disabilities. Research highlights the feeling of fatigue stemming from disabilities, the help needed due to lack of physical access, and self-care problems (Vanner et al. 2008). Rimmer et al. (2008) reported that individual barriers include idleness, not knowing where and how to exercise, not being aware of the availability of a fitness center in the living area, the lack of interest, and the feeling of concern that workout worsens the situation of individuals. Accordingly, the literature results run in parallel with this study.

Based on the research results, sports participation of people with physical disabilities has a positive effect on their quality of life and people with physical disabilities who do sports activities have a more promising and hopeful view about the future. Additionally, thanks to the expansion of their social environment and the increase in their communication with the environment and family, they are able to better express themselves and integrate into society and thus feel more psychologically adequate.

# **Sporun, Fiziksel Engelli Bireylerin Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisine İlişkin Görüşler**

**Hatice Kumcağız**

Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Samsun, Türkiye

**Gülzade Avcı Çayır**

Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun, Türkiye

## **Öz**

Bu araştırmanın amacı sporla ilgilenen fiziksel engelli bireylerin sporun yaşam kaliteleri üzerindeki etkisine ilişkin görüşlerini ve beklentilerini belirlemektir. Araştırmanın çalışma grubu kolay ulaşılabilirlik ve gönüllülük ilkesi dikkate alınarak oluşturulmuştur. Çalışma grubuna Samsun il merkezindeki 5'i boccia, 2'si halter, 2'si tekerlekli sandalye basketbolu, 1'i tekerlekli sandalye basketbolu ve masa tenisi, 1'i tekerlekli sandalye basketbol ve bilek güreşi, 1'i badminton ve tekerlekli sandalye dansı ile ilgilenen çeşitli spor kulüplerine üye 12 fiziksel engelli birey katılmıştır. Araştırma kapsamında sporun, bedensel engelli bireylerin kişisel, sosyal, fiziksel, toplumsal yaşam alanlarına ilişkin olarak yaşam kalitelerine olan katkısına yönelik algılarını ortaya çıkarmak amacıyla ilgili alanyazısı eşliğinde açık uçlu sorular hazırlanmıştır. Nitel olarak tasarlanan araştırmada veriler yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile toplanmıştır. Toplanan veriler içerik analizi ile yorumlanmıştır. Sonuç olarak spor ile ilgilenen bedensel engelli bireylerin sportif aktivitelere katılımın yaşama bakış açılarını olumlu yönde etkilediği görülmüştür.

**Anahtar Kelimeler:** Engelli, bedensel engelli, fiziksel engelli, spor, engelli sporları.



İnönü Üniversitesi  
Eğitim Fakültesi Dergisi  
Cilt 19, Sayı 3, 2018  
ss. 654-669  
DOI: 10.17679/inuefd.422597

Gönderim Tarihi : 10.05.2018  
Kabul Tarihi : 28.12.2018

## **Önerilen Atıf**

Kumcağız, H., & Avcı Çayır, G. (2018). Sporun, Fiziksel Engelli Bireylerin Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisine İlişkin Görüşler. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(3), 654-669. DOI: 10.17679/inuefd.422597

## GİRİŞ

Toplumda engelliliğin varlığı neredeyse insanlık tarihi kadar eskidir. Tarihin farklı evrelerinden itibaren toplumların engellilere bakışlarının farklılaştığı bilinmektedir. Dünyada çok tanrılı dinlerin kabul gördüğü dönemlerde, ailenin engelli bir çocuğa sahip olması, aileye bir ceza verildiği şeklinde düşünülmekteydi. Bu inanış toplumdaki bireylerin Tanrı'nın gazabını çekmemek için engelli bireylere yardımcı olmamalarına ve hatta engellilerin şehir dışına sürülmesi ya da yalnızlığa itilmesine neden olmuştur (Öztürk, 2011). Bundan dolayıdır ki hem bir engele sahip olan hem de toplumda bu engele yönelik olarak sağduyulu olmayan yaklaşımlarla ya da ayrımcılıkla baş başa kalan engelli bireylerin, toplumda yaşayan en dezavantajlı grup olduğu söylenebilir.

Doğuştan veya sonradan çeşitli yaralanma veya hastalık nedeniyle meydana gelen insanın organizmasında fiziksel veya fizyolojik bozukluk oluşması sonucu, bedensel yetenekleri kısıtlanan veya kaybeden bireye, fiziksel engelli birey denilmektedir (Hanson ve Hanline, 1994). Fiziksel engelli bireylerin sahip olduğu engelin derecesi, engelli bireylerin hareket becerilerini, yaşına uygun aktivitelere katılımını, bilişsel, sosyal ve duygusal gelişimini olumsuz olarak etkilemektedir (Cavkaytar, 2005). Zihinsel, psikolojik ve sosyal yönlerden gelişim geriliği gösteren bireylerdeki eksiklikler de olduğu gibi fiziksel engellilik durumu da bireylerde sosyo-emosyonel sorunların gelişimine neden olmakta ve devamında da düşük özgüven ve benlik saygısı görülmektedir. Bu durumdaki bireyin ise kendi potansiyelinin farkına vararak kendine yetebilmesi yönünde desteklenmesi ancak rehabilitasyon ve eğitimle mümkün olabilmektedir (Ergun, 2011).

Son yıllarda teknolojik alandaki gelişmelerin giderek artması insan yaşamını olumlu yönde etkileyerek birçok hastalık tedavi edilmektedir. Bu gelişmelerin beraberinde de bireylerin yaşam kalitelerindeki artış net olarak görülebilmektedir (Müezzinoğlu, 2005). Yaşam kalitesi, Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından, bireyin hem kendi içinde yaşadığı kültürel yapı ve değerler sistemi bağlamında, hem de kendi amaçları, beklentileri, standartları ve endişeleri açısından, yaşamdaki durumu ile ilgili kişisel algısı şeklinde belirtilmektedir (Kuyken vd., 2005). Her ne kadar yaşam kalitesi bireyin kişisel algısı olarak belirtilse de bireyin sosyal, psikolojik ve fizyolojik alanlarını da dikkate almak gerekmektedir. Bu kapsamda bireyin biyopsikososyal bir varlık olduğunun kabul edildiği öngörülmektedir. Bu alanlar her ne kadar birbirinde ayrı gibi görünse de aralarındaki dinamik yapı birbirlerini olumlu ya da olumsuz olarak etkileyebilmektedir.

Engelli bireylerin potansiyellerinin farkına vararak hayatlarını kolaylaştırmak ve topluma kazanmalarını sağlayarak yaşam kalitelerini artırabilmek için pek çok aktivite bulunmaktadır. Bu aktivitelerden en önemlisi olan spor sayesinde engelliler kolaylıkla toplumla kaynaşabilmektedirler. Spor, aktif olarak ilgilenen engelli bireylerin fiziksel olarak güçlenmelerinin yanı sıra psikolojik olarak güçlenerek yaşamdan aldıkları hazzın artmasına ve dolayısıyla da yaşam kalitelerinin yükselmesine neden olmaktadır. Spor aynı zamanda bireyler arasındaki kaynaşmayı, paylaşmayı artırarak sosyalleşmeyi ve toplumda tanınmayı sağlamaktadır (Söğüt, 2006).

Dünyada engellilerin spor faaliyetlerine katılmaları 20. yüzyılın ikinci yarısından sonra başlamıştır. Bu süreçte rehabilitasyon kavramında ve engellilere olan yaklaşımda anlamlı gelişmeler olmuş ve her çeşit sosyal etkinliklerde engelli bireylere yer verilmiştir. Engelli bireyler arasında çok kısa zamanda önemli bir ilgi odağı haline alan sportif aktiviteler her geçen gün gelişerek olimpiik organizasyonlar seviyesine ulaşmıştır. (Kalyon,1997). Türkiye'de 1990 yılında Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü'ne bağlı olarak Türkiye Özürlüler Spor Federasyonu kurulmasından sonra federasyon bedensel engellilerle ilgili sportif faaliyetleri uluslararası platforma taşınmıştır. Bu çalışmalardan sonra 2000 yılında Bedensel Engelliler Spor Federasyonu, Zihinsel Engelliler Spor Federasyonu, İşitme Engelliler Spor Federasyonu ve Görme Engelliler Spor Federasyonu olmak üzere dört ayrı özürlü grubu için ayrı federasyon kurulmuştur (Ergun ve Baltacı, 2006). Bedensel engelliler spor federasyonu atıcılık, atletizm, ampute futbol, basketbol, bilek güreşi, halter, masa tenisi, okçuluk, tekerlekli sandalye tenisi, oturarak voleybol ve yüzme olmak üzere 10 branşta ulusal ve uluslararası faaliyet göstermektedir.

Alanyazın incelendiğinde sporun fiziksel engelli bireylere olan etkisini inceleyen daha çok nicel araştırmaların olduğu görülürken (Ulusoy, 2008; Altun, 2010; Soyer vd., 2013; Kaya, 2011; Şahin, 2014; Gürer vd., 2014; Civan vd., 2012) nitel yöntemlerinin kullanımının oldukça sınırlı olduğu fark edilmiştir (Yılmaz, Şentürk ve Ramazanoğlu, 2014). Buraya kadar yapılan açıklamalarda da görüldüğü gibi sporun engelli bireylerin kişisel gelişimleri ve sosyal hayata entegrasyonunda önemli bir etkiye sahip olduğu yadsınamaz bir gerçektir. Bu nedenle engelli bireyleri sportif aktivitelere yönlendirerek psikolojik iyilik halini ve dolayısıyla da yaşam

kalitelerinin yükselmesini sağlamak gerekmektedir. Bu bağlamda spor ile ilgilenen bedensel engelli bireylerin sporun yaşam kalitelerine olan etkisini incelemeye yönelik olarak yapılan bu çalışmanın önemli olduğu, çalışma sonuçlarının araştırmacılara ve uygulayıcılara yol gösterici olacağı düşünülmektedir. Bu çalışma sonucunda tespit edilen sonuçlara göre gerekli önlemlerin alınarak bedensel engelli bireylerin spora olan katılımlarının artabileceği öngörülmektedir. Bu düşünceden hareketle bu çalışmanın amacı, Samsun'da yaşayan fiziksel engelli bireylerin düzenli olarak spor yapmalarının yaşam kaliteleri üzerindeki etkinin ne yönde olduğunu belirlemektir.

Bu amacı ortaya koymak için bedensel engeli olan bireylere sporun kendilerine ne tür farkındalık kazandırdığına ve yaşamlarına ne şekilde katkıda bulunduğunu belirlemek üzere görüşme soruları ilgili alanyazında verilen bilgiler rehberliğinde hazırlanmıştır. Sporun bireylerin yaşamlarına kişisel, sosyal, fiziksel, toplumsal yaşam alanlarına ilişkin olarak yaşam kalitelerine olan katkısına yönelik genel algılarını ortaya çıkarmak amacıyla ilgili literatür eşliğinde aşağıdaki görüşme soruları hazırlanarak yanıtları aranmıştır:

1. Spor yapmaya nasıl karar verdiniz?
2. Sporun yaşamınıza katkısı ne oldu?
3. Spor gelecekteki hayata bakış açınızı nasıl değiştirdi?
4. Spor yaparken karşılaştığınız güçlüklerle nasıl baş ediyorsunuz?
5. Spor yaparken ne gibi güçlüklerle karşılaşyorsunuz?
6. Size göre engelli bireylerin spora katılımını artırmak için yapılması gerekenler nelerdir?

## YÖNTEM

### **Araştırma Deseni**

Bu araştırma nitel bir çalışma olarak desenlenmiştir. Nitel araştırma olguyu ilgili bireylerin bakış açılarından görebilmeyi ve bu bakış açılarını oluşturan sosyal yapıyı ve süreçleri ortaya koymaya olanak vermektedir. Araştırmada veriler nitel araştırma yöntemi içerisinde sık kullanılan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak toplanmıştır (Yıldırım ve Şimşek, 2011).

### **Çalışma Grubu**

Çalışma grubunu kolay ulaşılabilirlik ve gönüllülük ilkesi dikkate alınarak Samsun il merkezindeki çeşitli spor kulüplerine üye 12 fiziksel engelli birey oluşturmaktadır. Katılımcıların 2'si (19E6, 23E10) 15-23 yaş arasında, 4'ü (31K1, 34K2, 35E7,34E9) 31-40 yaş aralığında, 4'ü(41E2, 42E3 ,44E4, 48E1) 41-50 yaş aralığında, 2'si (51E5, 51E8) 51-60 yaş aralığında bulunmaktadır. Katılımcıların 8'i (E1, K1, E2, E6, E4, K2, E9, E10) bekar, 4'ü (E3, E5, E7, E8) evlidir.

Katılımcıların 5'i (E6, E7, E1, E9, E10) Boccia, 2'si (K1, E3) Halter, 1'i (E2) Tekerlekli sandalye basketbolu, 1'i Tekerlekli sandalye basketbolu ve Masa tenisi (E4), 1'i (K2) Tekerlekli sandalye basketbol; 1'i (E5) Tekerlekli Sandalye Basketbol ve bilek güreşi, 1'i (E8) Badminton ve Tekerlekli Basketbol Dansı ile ilgilenmektedirler. Katılımcıların 7'si (E1, E7, E6, K1, E9, E10) 1-5 yıl, 1'i 8E2) 6-10 yıl, 5'i (E3, E4, E5, E8) 10-20 yıl aralığında spor ile ilgilenmektedirler. Katılımcıların 2'si (E1, E8) emekli; 4'ü (K1, E3, E5, K2) memur, 4'ü sporcu (E4, E6, E9, E10), 2'si (E6, E2) serbest meslek sahibidir.

Katılımcıların 2'si (E3, E10) ulusal müsabakalara katılmadığını, 10'u (E1, K1, K2, E2, E4, E5, E6, E7, E8, E9) katıldıklarını belirtmişlerdir. Katılımcıların 4'ü (K1, K2, E5, E8) uluslararası müsabakalara katıldıklarını 8'i (E1, E2, E3, E4, E6, E7, E9, E10) katılmadıklarını belirtmişlerdir.

### **Veri Toplama Araçları**

Nitel veri toplama tekniği kullanılan bu çalışmada, veriler yarı yapılandırılmış görüşme formu ile toplanmıştır. Görüşme formu tekniği, araştırmaya katılan farklı bireylerden aynı tür bilgilerin alınması amacı ile hazırlanır. Araştırmacı, önceden hazırladığı konu ve alanlara sadık kalarak hem önceden hazırlanan hem de görüşme esnasında ortaya çıkan konuları daha da derinleştirmek için ek sorular sorma özgürlüğüne sahiptir. Görüşme formu hazırlanırken soruların açık uçlu olmasına, esnek olmasına, katılımcıyı yönlendirmemesine ve "neden" yerine "ne" soruları olmasına dikkat edilmiştir.

### **Verilerin Toplanması**

Araştırmaya başlamadan önce Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulu'ndan gerekli etik kurul izni alınmıştır (Karar no: 2016/175). Araştırmanın verileri Ekim 2016- Aralık 2016 tarihleri arasında Samsun İl merkezindeki çeşitli spor kulüplerine kayıtlı fiziksel engelli bireyler ile yüz yüze görüşmeler yoluyla toplanmıştır. Bireylerle yapılan görüşmeler kaydedilmiş ve görüşmelerden elde edilen verilere içerik analizi yapılmıştır. İçerik analizi yapılan veriler kategoriler halinde düzenlenerek yorumlanmıştır.

Görüşmenin başlangıcında fiziksel engelli bireylerin ilgilerini arttırarak katılımlarını sağlamak amacıyla görüşmeye yaklaşık 10-15 dakika sohbet edilerek başlanmıştır. Görüşmenin başlangıcında katılımcılara araştırmacının genel amacı anlatılmış, bilgilerin araştırmacı dışında kimsenin göremeyeceği yani gizliliği açıklanmış, araştırmadan elde edilen sonuçların ise araştırma kapsamında kullanılacağına dair katılımcılardan izin alınmıştır. Ses kaydı yapılmasının bir sakıncasının olup olmadığı başlangıçta sorulduktan sonra görüşmeler kayıt altına alınmıştır. Görüşmeye kişisel bilgilerin alınmasıyla başlanmış daha sonrasında ise görüşme formunda yer alan sorular katılımcıya sorulmuştur. Her bir görüşme süresi yaklaşık olarak 40-45 dakika sürmüştür.

### Verilerin Analizi

Araştırmada verilerin incelenmesinde nitel veri analizi yöntemleri kullanılmıştır. Başlangıçta görüşmeler esnasında kaydedilen bilgiler yazıya dökülmüştür. Yazıya dökülen veriler, incelenerek kontrol edilmiştir. Görüşme verileri kodlanmış ve ortaya çıkan temalara göre organize edilmiştir. Her katılımcının belirttiği görüşler iki üç defa gözden geçirilerek incelendikten sonra benzer ifadeler aynı başlık altında toplanmıştır. Belirlenen ifadelerin doğruluğu her iki araştırmacı tarafından teyit edilmiş ve ayrı ayrı kodlanmıştır. Çıkarılan kodlar kendi içinde tekrar analiz edilerek alt ve ana temalarla iliştilmiştir.

Nitel araştırma yönteminde katılımcılara kendi bakış açılarına göre cevap verme fırsatı verildiği için katılımcılar serbestçe bir konu üzerinde düşüncelerini açıklamaktadır (Bogdan ve Biklen,1998). Bu şekilde katılımcıların konu hakkındaki görüşlerini serbestçe paylaşımlarına izin verilmiştir.

### BULGULAR

Bu bölümde görüşme sorularından elde edilen cevapların analiz sonuçlarından ulaşılan bulgulara yer verilmiştir. Spor ile ilgilenen bedensel engelli bireylerle yapılan görüşmelerde hazırlanan sorular bedensel engelli bireylere iki bölüm halinde yöneltilmiştir. Birinci bölümde her bir katılımcıya demografik özellikleri ile ilgili sorular sorulmuştur. İkinci bölümde ise ilgilendikleri sportif aktiviteye katılımları, etkileri ve yaşadıkları sorunlarla başetme ile ilgili sorular yöneltilmiştir

### Fiziksel Engelli Bireylerin Spor Yapmaya Başlamaya İlişkin Görüşleri

Katılımcılara yöneltilen “*Spor yapmaya nasıl karar verdiniz?*” sorusuna verilen cevaplara ilişkin bulgular Tablo 1’de sunulmuştur. Bu kategori, ‘başkalarının tavsiyesi’, ‘televizyonda ve çevremde engelli bireylerin spor yaptığını gördüğümde’ şeklinde iki temada gruplandırılmıştır.

Tablo 1

*Fiziksel Engelli Bireylerin Spor Yapmaya Nasıl Karar Verdikleri Sorusuna Yanıtları*

| Görüşler                                                              | f  | %     |
|-----------------------------------------------------------------------|----|-------|
| Başkalarının tavsiyesi ile                                            | 10 | 83.33 |
| Televizyonda ve çevremde engelli bireylerin spor yaptığını gördüğümde | 2  | 16.67 |
| Toplam İfade                                                          | 12 | 100.0 |

Tablo 1 incelendiğinde, katılımcıların %83.33’ünün (E1, E2, E3, E4, K2, E5, E6, E7, E9, E10) spor yapmaya başkalarının tavsiyesi ile başladıkları, %16.67’sinin de (K1, E8) televizyonda ve çevremde engelli bireylerin spor yaptığını gördükten sonra spor yapmaya karar verdikleri görülmektedir. Spor yapmaya “başkalarının tavsiyesiyle başlayan” katılımcı görüşleri; “Basketbolcu arkadaşlarım var.. Senin de yapabileceğin bir spor var dediler (E1)”. “Engelli sporları yapan dernek başkanı beni grupta buldu. Bana bir spor kulübümüz var sporcu ihtiyacımız var gelir misin? dedi (E2)”. “Bünye için spor kesinlikle şart biraz arkadaşların ricasıyla bu işi yapmaya başladık (E3)”. “Bir abimizin vasıtasıyla karar verdim. Bir görüşme esnasında benim spor yapabileceğimi bana söyledi (E4)”. “Tasadüfen sporla ilgilenen bir antrenörümüz sayesinde bu işe başladım. (K2) Engelli arkadaşlarım biz tekerlekli sandalye basketbol takımı kuruyoruz gelip oynar mısın? Dediler. O şekilde başladık (E5)”. “Lisede engelli bir arkadaşım vardı. O söyledi (E6)”. “Bir kulüp başkanımızın benim de spor yapabileceğimi söylemesiyle başladım. (E7) Vücudumdaki bir takım eksiklikleri tamamlaması için karar verdim aslında. Bundan 5 sene önce bir abiyle karşılaştım bana bir kulüp tavsiye etti (E9)”. “Vaktimi değerlendirdiğim dernekte böyle bir sporun başlatıldığını öğrendim (E10)”, şeklinde belirttikleri tespit edilmiştir.

Katılımcılardan spor yapmaya “televizyonda ve çevremde engelli bireylerin spor yaptığını gördüğünde” başlayan katılımcı görüşleri; “Televizyonda ve çevremde engelli bireylerin spor yaptığını bunda başarılar elde ettiklerini gördükten sonra neden bende yapmayayım dedim ve çevremde tanıdığım insanlar aracılığı ile

başladım (K1)". "Kaza geçirdikten sonra Almanya'da rehabilitasyon merkezinde kalmaya başladım ve bir spor kulübü hastanenin rehabilitasyon merkezinde spor salonunda idmanlar yapıyordu. Ben de onlarla beraber basketbol yaptım yine fiziksel tedavi amaçlı tekerlekli sandalye kullanmak amaçlı orda sportif faaliyetlerde bulundum (E8)" biçiminde ifade ettikleri belirlenmiştir.

### **Sporun Fiziksel Engelli Bireylerin Yaşamlarına Katkısına İlişkin Görüşleri**

Katılımcılara yöneltilen "Sporun Yaşamınıza Katkısı Ne Oldu?" sorusuna verilen cevaplara ilişkin bulgular Tablo 2'de sunulmuştur. Bu kategori, 'sosyal alan', 'psikolojik alan' ve 'fizyolojik alan' şeklinde üç temada gruplandırılmıştır.

Tablo 2

*Sporun Yaşamınıza Katkısı Ne Oldu Sorusuna Katılımcıların Verdiği Yanıtlar*

| Temalar         | f  | %     |
|-----------------|----|-------|
| Sosyal Alan     | 6  | 50    |
| Psikolojik Alan | 5  | 41.66 |
| Fizyolojik Alan | 1  | 8.33  |
| Toplam İfade    | 12 | 100.0 |

Tablo 2 incelendiğinde sporun katılımcıların %50'sinin yaşamlarının sosyal alanlarına katkı sağladığı (E1, K1, E2, E5, E6, E7), %41.66'sının psikolojik alanına (K2, E3, E4, E8, E9) ve %8.33'ünün de fizyolojik alanda (E10) etkili olduğunu belirttikleri saptanmıştır.

Sporun "sosyal alana" katkısına ilişkin katılımcı görüşleri; "Orada bir sürü etkinlik gördüm. Değişik insanlar tanıdım. Örneğin internette en fazla 10 arkadaşım vardı. Şimdi yüzlerce. Çevremiz genişledi (E1)". "Kendi imkanlarımla gidemediğim birçok ile hatta yurt dışına gitme fırsatı buldum (K1)". "Sporun en büyük katkısı tabii ki sosyal çevreye kültürel çevrelere daha fazla girdiğimiz için hayata daha iyi adapte olduk. Arkadaş çevremiz çok gelişti sağda solda çok arkadaşım var sadece Samsun'a özel arkadaşlarımız değil diğer illerde ilçelerde farklı arkadaşlarımız var (E2)". "Sosyalleştik. Türkiye'nin pek çok illerinde arkadaşlarımız oldu. Türkiye'nin pek çok ilinde maçlara gittik geldik (E5)". "Bayağı bir çevrem genişledi arkadaşlarım oldu. İl il gezmelere gidiyoruz. İnsanlarla olan ilişkilerim arttı (E6)". "Yaşamıma katkısı bir yandan egzersiz oluyor sosyalleşme açısından önemli bir etkisi oldu (E7)".

Sporun "psikolojik alandaki" katkılarına ilişkin olarak katılımcıların görüşleri: "Dünyada tek olmadığımı gördüm (K2)". "Yaşamıma katkısı en önemlisi kendime öz güven anlamında çok büyük katkıları oldu yani kendimi ifade etme anlamında belki de spor olmamış olsaydı dört duvar arasına sıkıştırılmış bir hayat olarak düşünebilirsiniz. Okulda hem derslerde hem diğer anlamlarda birçok başarıları o yaşadığım bölgedeki ilklerden biri oldum (E3)". "Aşırı bir özgüven sağladı, inanılmaz derecede hayatıma renk kattı birtakım şeyleri kendi yapabileceğimizi ispatladık. Daha önceleri evden dışarı çıkmayı hayal edemezken şimdi eve girmeyi hayal edemiyoruz Sağlam insanlar bizlere baktığı vakit bizim hayatla olan mücadelemize baktığında bizleri imrenerek baktıklarını görüyorum (E4)". "Sporun en büyük önemi kendimi özgüvende hissetmek (E8)". "Spor sayesinde kendime olan güvenim arttığını hissediyorum (E9).

Sporun "fiziksel alandaki" katkısına ilişkin katılımcı görüşleri "Spor yaparken her türlü kaslarınızı çalıştırabiliyorsunuz ve bu da gece yatarken daha rahat yatmama neden oldu" (E10), şeklinde belirtmişlerdir.

### **Fiziksel Engelli Bireylerin Sporun Hayata Bakışlarını Nasıl Etkilediğine İlişkin Görüşleri**

Katılımcılara yöneltilen "Spor gelecekteki hayata bakış açınızı nasıl değiştirdi?" sorusuna verilen cevaplara ilişkin bulgular Tablo 3'de sunulmuştur. Bu kategori, 'kişisel alanda hedef', 'toplumsal alanda hedef', şeklinde iki temada gruplandırılmıştır.

Tablo 3

*Sporun Gelecekteki Hayata Bakış Açısını Nasıl Etkilediğine Dair Katılımcıların Verdiği Yanıtlar*

| Temalar                | f  | %     |
|------------------------|----|-------|
| Kişisel Alanda Hedef   | 9  | 75    |
| Toplumsal Alanda Hedef | 3  | 25    |
| Toplam İfade           | 12 | 100.0 |

Tablo 3 incelendiğinde sporun katılımcıların %75'inin gelecekle ilgili kişisel alanda hedefler belirlemeye ve planlamalar yapmaya yönelik bakış açılarını değiştirdiği (E1, K1, E2, E4, E5, E6, E7, E9, E10), %25'i ise sporun toplumsal alanda (E3, K2, E8) geleceğe dair planlamalar yapmaya katkı sağladığını belirttikleri görülmektedir.

Sporun "kişisel alanda" katılımcıların gelecekteki bakış açılarını nasıl değiştirdiğine yönelik görüşleri "Umut. Ben milli takıma hedef koyduğum için umutluyum. Ben gelecekte umutluyum (E1)". "Daha umutla bakıyorum bir kere kendimi daha zinde hissediyorum yeni hep uğraşacak bir şeyim var (K1)". "Geleceğe daha aydınlık ve planlı bir şekilde bakmamı sağladı (E2)". "Spordaki başarılarım benim hayata olumlu bakmama neden oldu (E4)". "Gelecekte belki yardımcı antrenörlük ya da neden olmasın a milli takımda antrenörlük gelecekte bunları düşünüyorum (E5)". "Kendimi mutlu ve bir o kadar da özgür hissediyorum (E6)". "Hayata bakış açımı iyi yönde geliştirdi. Çünkü insana bir hedef koyuyor mesela kendi klasımda milli takıma girmek tabi olursa (E7)". "O sporda şu anda başarılı olmak için çalışıyorum. Başarılı olunca ben bunu başardım diğer başaramayacağımı düşündüğüm şeylere daha sıkı tutunmamı sağlayacaktır diye düşünüyorum (E10)".

Sporun "toplumsal alanda" geleceğe dair bakış açısını değiştirdiğine dair katılımcı görüşleri: "Bizim gruptaki insanlara belki sağlam insanlara olmayabilirim ama bir kılavuz olmak yol açmak o yoldan insanların devamını sağlamak. Liderlik topluma katkı sağlamak (E3)". "Şimdi oyuncuyum bir sporcuyum ama yarın öbür gün idareci ya da antrenör olmak istiyorum. Kendim gibi insanlara yardımcı olmak istiyorum (K2)". "Gelecekle mümkünse minik engelli çocukları sosyalleştirmek için üniversitelerle gönüllü bir şekilde çalışmalar başlatmak (E8)". "Mesela iki projem var sporla ilgili maddiyattan dolayı hayata geçiremediğim ama. Her zaman daha ne kadar yapabiliriz peşindeyiz (E9)".

### Fiziksel Engelli Bireylerin Spor Yaparken Karşılaştıkları Güçlüklerle İlişkin Görüşleri

Katılımcılara yöneltilen "Spor yaparken ne gibi güçlüklerle karşılaşıyorsunuz? sorusuna verilen cevaplara ilişkin bulgular Tablo 4'de sunulmuştur. Bu kategori, 'çevresel etkenler', 'bireysel etkenler' şeklinde iki temada gruplandırılmıştır.

Tablo 4

*Spor Yaparken Ne Gibi Güçlüklerle Karşılaşıyorsunuz Sorusuna Yönelik Katılımcıların Verdiği Yanıtlar*

| Temalar           | f  | %     |
|-------------------|----|-------|
| Çevresel Etkenler | 10 | 83.33 |
| Bireysel Etkenler | 2  | 16.67 |
| Toplam ifade      | 12 | 100.0 |

Tablo 4'e bakıldığında katılımcıların spor yaparken karşılaştıkları güçlüklerle ilişkin olarak %83.33'ünün çevresel etkenler (E1, E2, K1, K2, E3, E4, E5, E8, E9, E10) ve % 16.67'sinin ise bireysel etkenler (E6, E7) şeklinde yanıt verdikleri görülmektedir.

Araştırmanın katılımcıları spor yaparken karşılaşılan güçlükler açısından "çevresel etkenlerin" olumsuz etkilerinden arkadaş ve toplumdaki bireylerin üzerlerinde ne tür bir baskı oluşturduğunu belirtmişlerdir. Katılımcılar değişik örnekler vererek arkadaşlarının spor yaptıklarında olumsuz bakışlarının ve baskısının varlığını hissettiklerini belirtmişlerdir. Bu konudaki katılımcı görüşleri: "Spor ortamında kendime kızıyorum bazen iyi atamadığımda, hangi topluma ortama girersen gir mutlaka orda bir şeyler olur orda iyi oynarsan seni istemezler takım arkadaşın bile istemez, konuşmaları bakışları o beni tedirgin ediyor (E1)". Görüşmeler sırasında toplumun bilgi eksikliğinden ya da üzerine düşeni yapabilecekken bazı noktalarda duyarlı olunmamasından dolayı üzerlerinde bir çeşit baskı olduğunu belirten katılımcılar gözlenmiştir. Bu durumu ifade eden katılımcı görüşleri: "Takım sporlarında spor salonlarında antrenman saatleri hep geç saatlere veriliyor en büyük güçlük bu. Engelli olduğum için eve kendi başına gidemiyorum, benimle beraber başkaları da o saate kadar uyanık kalmak zorunda kalıyor (K1)". Saat problemi ve salon problemi var. Her şey de devletten beklememek lazım. İnsanlar yapabilecekleri şeyleri yapmıyorlar. Mesela benim için antreman saatini devlet ayarlayamaz. O birimdeki sorumlunun bana yardımcı olması lazım. Ama onlarda duyarlı değiller (K2)". Yine çevresel etken bağlamında fiziksel engeli olan bireyler spor yaparken birçok fiziki sıkıntıdan bahsetmiştir. Birçok engelli birey özellikle spor salonunun uzak olması veya kendilerine ait özel bir aracın olmaması durumunda spor salonuna ulaşma noktasında sıkıntı yaşadıklarını belirtmişlerdir: "Ulaşım anlamında sıkıntı yaşıyoruz. Malum spor servislerimiz olmuyor bazen belediyeye bindiğinizde maalesef belediyelerde engelliler için sağlanan yerlere normal insanlar oturuyor (E3)". "İdmanlara gitmek için çok problem yaşıyoruz. Çünkü herkesin aracı yok (E4)". "İlimizde düzenlenen turnuvalardan dolayı bazen uzun süreli idman yapamıyoruz Ulaşım sıkıntısı oluyor (E5)". "En büyük güçlüğüümüz tabii ki arabalarımız bazen kırılıyorlar bu bir engel. Tekerekli araba bulmakta zorluk çekiyoruz bu genelde kulübün sorunu ama bizde uyum sağlayamadığımız için bazen sıkıntı oluyor (E2)". "Çalışma alanımız dar olduğu için de grup çalışmaları yapamıyoruz (E8)". Antrenman yeri eksikliği ve ulaşım (E9)". "Engellinin kendini kuvvetlendirmesi için çalışabileceği yerler yok. Bu benim için sorun, bir de ulaşım sorunu var (E10)".

Spor yaparken karşılaşılan güçlüklerle yönelik "bireysel etkenler" teması altındaki görüşler sportif aktiviteye katılımda fiziksel engelli bireylerin kaygı ve güvensizlik gibi nedenlerle fiziksel aktiviteye katılım noktasında sıkıntı yaşadıklarını göstermektedir. Katılımcıların bu temaya ilişkin olarak görüşleri: "İlk başlarda güçlük çekiyordum acaba yapabilir miyim olur mu diye. (E6)". Fiziksel engeli olan bireyler engel durumlarının spor yapma sürecinde karşılaştıkları güçlüklerle yönelik: "Boccia da güçlük ellerimin kuvveti biraz az olduğu için topu atması zor oluyor (E7)" şeklinde görüşlerini bildirmişlerdir.

### **Fiziksel Engelli Bireylerin Spor Yaparken Karşılaştığınız Güçlüklerle Başetme Durumlarına İlişkin Görüşleri**

Katılımcılara yöneltilen "Spor yaparken karşılaştığınız güçlüklerle nasıl baş ediyorsunuz?" sorusuna verilen cevaplara ilişkin bulgular Tablo 5'de sunulmuştur. Bu kategori, 'içsel kaynaklar', 'sosyal destek kaynakları' şeklinde iki temada gruplandırılmıştır.

Tablo 5

*Spor Yaparken Karşılaştığınız Güçlüklerle Nasıl Baş Ediyorsunuz Sorusuna Katılımcıların Verdiği Yanıtlar*

| Temalar                  | f  | %     |
|--------------------------|----|-------|
| İçsel Kaynaklar          | 6  | 50    |
| Sosyal Destek Kaynakları | 6  | 50    |
| Toplam İfade             | 12 | 100.0 |

Tablo 5'e bakıldığında katılımcıların %50'sinin sosyal destek kaynaklarına ilişkin diğer %50'sinin ise içsel kaynaklarına ilişkin olarak cevaplar verdikleri görülmektedir. İçsel kaynaklar bireyin zorlayıcı durumlarla karşı karşıya kalabilme, kendi beceri ve sınırlılıklarının farkında olarak sorunla başa çıkma yeteneği ile psikolojik dayanıklılığını kapsamaktadır. Katılımcılara spor yaparken güçlüklerle baş etmede sahip oldukları kaynaklar sorulduğunda duygusal baş etme sistemleri, maneviyata ilişkin düşünce sistemleri, yaşanan olumsuzluğa anlam verme, pozitif bakış açısı; içsel destek kaynakları alt kategorisi içerisinde (E1, K1, E3, K2, E8, E9); aile, arkadaş ve üye olduğu topluluğun içerisinde yer alan antrenörler ya da yerel otoritelerden alınan desteğe yönelik olarak cevaplar (E2, E4, E5, E6, E7, E10) ise sosyal destek kaynakları alt kategorisi içerisinde değerlendirilmiştir.

Katılımcıların spor yaparken karşılaştıkları güçlükleri "içsel kaynaklarla" baş ettiklerine ilişkin görüşleri: "Güçlüklerle baş etmek için ağlıyorsun, rahatlatıyorsun kendini (E1)". "Kabullenerek üstesinden geliyoruz başka alternatif olmadığı için ya da kabullenmek zorunda olduğumuzu hissettiğimiz için diyebiliriz. Sabırlı olmak gerekiyor yani aslında engel eşittir sabır diyebiliriz (K1)". "Ben aslında güçlük denen bir şeyin olduğuna inanmıyorum. Çünkü eğer siz isterseniz ne kadar güç olursa olsun beyin onun çaresini buluyor. Ben ona inanıyorum (E3)". "Bir şekilde her zorluğun içinde bir polyannacılık oynuyoruz herhalde. 20 yıla yakın bu işi yapıyorum. Hala iyi tarafından tutup çekmeye çalışıyorum (K2)". "Başaracağıma inandığım bir şeyin altına giriyorum, başaramayacağımdan uzak duruyorum (E8)". "Sorunlarımı kendi kendime çözmeye çalışıyorum".

Katılımcıların "sosyal destek kaynaklarına" ilişkin görüşleri: "Biz yapabildiğimiz kadar yapmaya çalışıyoruz ama geri kalanda artık arkadaşlarımızın sayesinde aşmaya çalışıyoruz (E2)". "Arkadaşlarımızın desteği ile güçlüklerin üstesinden gelmeye çalışıyorum (E6)". "Sandalye sorunumuz oluyor oda işte kulübümüzün devletin verdiği katkıyla temin edilebiliyor (E4)". "Zorluklarla tabi ki karşılaşıyoruz ama bazen kendi çabalarımızla aşmaya bazen de valimizden, belediye başkanımız, gençlik spor il müdürlüğünden destek alıyoruz (E5)". Karşılaştığımız güçlüklerde en büyük yardımcım eşim (E7)". "Güçlükler karşısında hocalarımızın desteği oluyor (E10)".

### **Katılımcıların Engelli Bireylerin Spora Katılımı Arttırmak İçin Yapılması Gerekenlere İlişkin Görüşleri**

Katılımcılara yöneltilen "Size göre engelli bireylerin spora katılımını arttırmak için yapılması gerekenler nelerdir?" sorusuna verilen cevaplara ilişkin bulgular Tablo 6'da sunulmuştur. Bu kategori, 'çevresel etkenler', 'bireysel etkenler' şeklinde iki temada gruplandırılmıştır.

Tablo 6

*Fiziksel Engelli Bireylerin Spora Katılımını Artırmak İçin Neler Yapılmalı Sorusuna Yönelik Katılımcıların Verdiği Yanıtlar*

| Temalar         | f  | %     |
|-----------------|----|-------|
| Çevresel Destek | 8  | 66.67 |
| Ailesel Destek  | 4  | 33.33 |
| Toplam İfade    | 12 | 100.0 |

Tablo 6 incelendiğinde fiziksel engeli olan bireylerin spora katılımlarını artırmak için neler yapılmalı sorusuna yönelik olarak katılımcıların %66.67'sinin çevresel destek (E1, E2, E3, E4, E5, E6, E8, E9) teması ile fiziksel engelli bireylerin spora yönlendirilebileceğini belirtirken; %33.33'ünün ise ailesel destek (K1, K2, E7, E10) ile bedensel engelli bireylerin spora daha fazla yönlendirilebileceğini belirttikleri saptanmıştır.

Spora katılımı artırmak için "çevresel destek" teması altında katılımcıların görüşleri şu şekildedir: "Bu konuda belediyelere önemli görevler düşüyor (E1)". "Basında bu tür şeylerin daha fazla yer alması gerekiyor. Toplumun da bunu görüp de kendi engellilerini evde saklamaları değil de bunu gören arkadaşlarından bu tür yerlere gelmesi gerekiyor (E2)". "Bu konuda sosyal medya üzerinden olsun birçok etkinlik yapılabilir. Aile büyüklerinin çok iyi analiz edilip aslında onlara eğitim verilmesi gerekir. Bu da spotlarla televizyon kanallarıyla gazetelerle belediyelere çok önemli görevler düşüyor. O aileleri bulup o ailelerle birebir rehabilitasyon merkezlerinde konuşarak o kişilere destek olunması gerekir (E3)". "Bir kere bizim kendimizi topluma daha iyi sunmamız duyurmamız lazım. Bunu nasıl gidereceksin işte basınla olur televizyon ile olur gazete ile olur (E4)". "Milli eğitim müdürlükleriyle ortak bir proje geliştirmek gerekiyor bence. Pek çok engellinin bu sporlardan haberdar olmadığını düşünüyorum (E5)". "Merkezlere dernek açarak spor merkezleri çoğaltılabilir (E6)". "Devletin desteği çok önemli (E8)". "Aile ve Sosyal Politikalar bakanlığının desteği ile engelli çocuğu olan ailelere bilinçlendirilebilir (E9)"

Spora katılımı artırmak için "ailesel destek" teması altında katılımcıların görüşleri şu şekildedir: "Sosyal medya üzerinden olsun birçok etkinlik yapılabilir. Ailelerin bu konuda bilgilendirilmesi. Engelli bireylerin ev adresleri tespit edilip sokağa çıkmıyorlarsa okula gitmiyorlarsa spor yapmıyorlarsa tek tek ziyaret edilmeli bu konuda başarı gösteren engelli bireylerden faydalanılmalı (K1)". "Hep beraber bütün halinde bu işe katılan insana destek olması lazım. Bu işi yaparken ilk başta aile desteği sonra çevresel etkenler (K2)". "Ailelerin engelli bireyleri spora yönlendirmesi konusunda katılımcıların görüşleri: "Engelli bireyleri ikna etmek aile ve çevrenin yönlendirmesi ile olur. Engelli ailelerini öncelikle bilinçlendirmek lazım engelliler bir şekilde bir şey yapar. Önünü açmak aileye düşüyor (E7)". "Spora yönlendirmek açısından aileler bilgilendirilir ve onlarda bize aktarırlarsa daha yararlı olabilir (E10)".

## TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışmada spor ile ilgilenen bedensel engelli bireylere spora nasıl başladıkları ve spor yaparken yaşadıkları sorunlar, sorunlarla nasıl başa çıktıkları ve sporun yaşamları üzerindeki etkilerine ilişkin sorular sorulmuştur. Aşağıda çalışmadan elde edilen bulgular alanyazın eşliğinde tartışılmıştır

"Spor yapmaya nasıl karar verdiniz?" sorusuna katılımcıların büyük çoğunluğunun spor yapmaya başkalarının tavsiyesi ile başladıklarını belirttikleri saptanmıştır. Alanyazın incelendiğinde Şah (2005)'in araştırmasında gençlerin çoğunluğunun sağlıklarını korumak amacıyla kendi istekleri ile spora başladıkları ve spora başlamada sosyal çevrenin çok az etkisinin olduğu görülmektedir. Bu sonuca göre katılımcıların spor yapmaya nasıl karar verdikleri sorusuna alanyazında görülen içsel faktörlere yapılan atıfa nazaran bu çalışma bulgusunda dışsal güdülenmenin daha fazla etkili olduğu görülmektedir. Bu çalışma bulgusuna göre bedensel engelli bireylerin aile ve yakın çevresinin spora başlama noktasında harekete geçirici güç olduğu söylenebilir. Çalışma sonucunun alanyazın tarafından desteklenmediği belirtilebilir.

"Sporun yaşamınıza katkısı ne oldu?" sorusuna katılımcıların yarısının sporun sosyal yaşamlarına katkısı olduğunu belirttikleri görülmektedir. Bireyler eğer özgür iradeleri ile etkinliklere katılarak mücadele edebiliyorlarsa içsel olarak güdülendikleri düşünülmektedir. Şayet bireyler öğrenmek, başarılı olmak, hoş vakit geçirmek gibi sebeplerle spor ile ilgileniyorlarsa içsel güdülenmenin etkisi altında oldukları kabul edilmektedir. Diğer taraftan ise birey özgür iradesi olmadan çevre baskısı ya da ödül gibi nedenlerle spor

yapıyorsa dışsal güdülenmenin etkisi altındadır denilebilir (Kazak, 2004). Alanyazında düzenli yapılan sporun engelli bireylerin yaşam kaliteleri üzerine olumlu etki yaptığı belirtilmiştir (İlhan, Kırmoğlu ve Çokluk, 2013; Çokluk vd., 2011). Kunter (2006)'ın araştırmasında ise çocuk ve gençlerin spor yapmak için kendi kendilerini motive ettikleri belirlenmiştir. Yine aynı çalışmada ailelerin çocuklarını motive etmelerinin üçüncü sırada yer aldığı saptanmıştır. Spor yapmak kariyer planlama imkânı sunmaktadır. Buna göre sporun bedensel engelli bireyleri hedefler koyabilme güdüsüne yöneltme konusunda etkili olduğu söylenebilir. Spor ile uğraşan bedensel engelli bireylerin hem kendi gelecekleri açısından hem diğer engelli bireylere olumlu yönde rol model olabilmede etkili olduğu düşünülmektedir.

“Sporun gelecekteki hayata bakış açısını nasıl etkiledi?” sorusuna katılımcıların %75'inin sporun gelecekle ilgili kişisel hedefler belirlemeye yönelik bakış açılarını geliştirdiğini belirtmişlerdir. Spor ile ilgilenen engelli bireyler, spor sayesinde sorunları ile başedebilmekte ve yalnızlık duygularını en aza indirerek hayatı daha anlamlı bir şekilde yaşamaya çalışmaktadırlar. Alanyazında herhangi bir spor türü uğraşısı olan bedensel engelli bireylerin ilgilendikleri spor alanında gösterdikleri başarı ve yetenekli olduklarını hissetmeleri bireylerin sosyalleşmelerine katkı sağlamaktadır (Baştuğ, Akandere ve Yılmaz, 2011). Spora katılımı yüksek olan engellilerin yardımcı alet kullanma becerileri gelişmekte ve spor yapmayanlara göre daha sağlıklı olmaktadır (Çalışkan, 2011). Benzer şekilde düzenlenen spor etkinlikleri sayesinde engelli bireyler sahip oldukları olumsuzlukların üstesinden gelebilmektedirler. Bu kapsamda spor dinamikleri kendi içlerinde bulunduran bir rehabilitasyon aracı şeklinde düşünebilecek olan etkili bir mekanizmadır. Spor sayesinde sağlanan sosyal etkileşim ile engelli bireyler aktif bir yaşam biçimi içinde olmaktadır. Bu durum onların yalnızlık kaygısının azalmasına katkı sağlayacaktır (İlhan ve Esentürk, 2014). Yine bir çalışmada oyun ve serbest zaman etkinliklerinin engelli bireylerin sosyal gelişim ve sosyal kabul düzeyleri üzerine olumlu etkisinin olduğu bulunmuştur (Devine, 2004). Muraki ve arkadaşları (2000), 169 erkek spinal kord yaralanmalı olgu üzerinde yaptıkları çalışmada, spora katılım ile depresyon arasında negatif bir ilişki olduğunu saptamışlardır. Yine aynı çalışmada haftada en az 3 gün egzersiz yapılmasının bireylerin psikolojik iyilik hali üzerine olumlu etki yaptığı ifade edilmektedir. Bu sonuç sporun bireyin fiziksel sağlığının ruh sağlığı üzerinde etkili olabileceğini düşündürmektedir. Bedensel engelli bireylerde fiziksel kapasite arttıkça bağımsızlığın da artabileceği ve paralelinde ise bireylerin psikolojileri üzerinde olumlu etkisinin olabileceği söylenebilir. Yapılan bu çalışmada fiziksel engelli bireylerin çoğunluğunun sporun psikolojik yönden kendilerini olumlu yönde etkilediğini belirttikleri görülmektedir. Bu çalışma sonucunun alanyazındaki diğer araştırmalarla paralellik gösterdiği söylenebilir. Burada her bedensel engelli bireyin yapabileceği spor veya spora özgü etkinliklerin mevcut olduğu ifade edilebilir. Sporun bedensel engelli bireylerin yaşamlarına olumlu etki yaparak farkındalık düzeylerini artırdığı ve kendi kendilerine yeterli olabilmede destekleyici bir aktivite olduğu söylenebilir. Bu nedenledir ki bedensel engelli bireyleri sportif aktivitelere yönlendirmek bireylerin fiziksel, sosyal ve psikolojik yönden gelişimine katkı sağlayabileceğinden dolayı önemli olduğu görülmektedir. Bu açıklamalara göre sporun engelli bireylerin kişisel alanlarında olumlu etkiye neden olduğu ve bu durumun da yaşam kaliteleri üzerine pozitif yönde yansımalarının olabileceğini düşündürmektedir.

“Spor yaparken ne gibi güçlüklerle karşılaşılıyorsunuz?” sorusuna yönelik katılımcıların % 83.33'ünün spor yaparken çevresel güçlüklerle karşılaştıklarını belirttikleri görülmektedir. Alanyazında da engelli bireylerin çevresel engellerden dolayı sıkıntı yaşadıkları belirtmektedir (Rimmer, Rubin ve Braddock, 2000; Kirchner, Gerber ve Smith, 2008; Rimmer vd., 2004; Esatbeyoğlu ve Karahan-Güven, 2014). Sporun ve dolayısıyla fiziksel aktivitelerin engelli bireylerin sosyalleşmesinde etkili olduğu bilinen bir gerçektir. Bu nedenledir ki engelli bireylerin topluma katılabilmeleri ve sosyalleşmelerinde önemli bir unsur olan spor ile ilgilenebilmeleri için bireylere engel teşkil eden çevresel faktörlerin ortadan kaldırılması gerekmektedir. Burada çalışma sonucunun alanyazın tarafından desteklendiği görülmektedir.

“Spor yaparken karşılaştığınız güçlüklerle nasıl baş ediyorsunuz?” sorusuna katılımcı bireylerin %50'sinin sosyal destek kaynakları ile diğer %50'sinin ise içsel kaynaklarla baş ettikleri şeklinde ifade ettikleri belirlenmiştir.

Araştırmada katılımcıların spor yaparken karşılaşılan güçlüklerle baş edebilmelerinde aile bireylerinin, arkadaş gruplarının ve üye oldukları topluluklar yer alan antrenörler ya da valilik ve belediye gibi otoritelerden destek aldıkları belirlenmiştir. İlgili alanyazında spor yapan engelli bireyleri, bina ve doğal çevreye bağlantılı olarak çevresel engellerin olumsuz etkilediği belirtilmektedir. Ayrıca bedensel engelli bireylerin spor yaparken

kendilerini yetersiz, güçsüz hissettikleri ve aile ile çevre desteğinin yeterli olmayışı gibi etkenlerden dolayı psikolojik olarak etkilendikleri ifade edilmiştir (Rimmer, Rubin ve Braddock, 2000; Kirchner, Gerber ve Smith, 2008; Rimmer vd., 2004). Bu çalışmada, çevre ve aile desteğinin fiziksel engelli bireylerin spor yaparken karşılaştıkları güçlüklerle başedebilmelerinde etkili olduğunun ifade edildiği görülmektedir. Bu kapsamda değerlendirildiğinde gerek engelli bireye sahip ailelerin gerekse çevredeki diğer bireylerin ve ilgili kuruluşların spor ya da benzeri aktiviteleri yaparken engelli bireyleri desteklenmesinin önemli olduğunu vurgulamak gerekmektedir.

“Fiziksel engelli bireylerin spora katılımını artırmak için neler yapılmalı?” sorusuna katılımcıların çoğunluğunun bedensel engelli bireylerin spora katılımlarını artırmak için çevresel desteğin önemine vurgu yaptıkları saptanmıştır. Alanyazında engelli bireylerin fiziki ulaşım sorunları olduğu belirtilmiştir (Vanner vd., 2008). Rimmer, Rubin ve Braddock (2000)’in yaptığı araştırmada, tembellik, nerede ve nasıl egzersiz yapabileceğini bilmeme gibi bireysel engellerin yanı sıra yaşadıkları çevrede spor merkezlerinin varlığından haberdar olamama, egzersizin bireylerin durumlarını kötüye götüreceğine ilişkin endişe olduğu saptanmıştır. Görüldüğü gibi ulaşılabilen bu araştırma sonuçları da çalışma bulgusunu destekler niteliktedir.

Sonuç olarak spor ile ilgilenen bedensel engelli bireylerin sportif aktivitelere katılımın yaşama bakış açılarını olumlu yönde etkilediği söylenebilir. Sporun bedensel engelli bireylerin yaşam kalitelerini olumlu yönden etkileyen bir unsur olduğu ve engelli bireylerin geleceğe daha planlı ve umutla baktıkları hem sosyal ortamlarının genişlemesi hem de çevre ve aileyle olan iletişimlerinin artması nedeniyle kendilerini çevrelerine daha iyi ifade ederek toplumla bütünleşebildikleri, kendilerini ise psikolojik yönden daha yeterli hissettikleri ifade edilebilir.

Bu çalışma bulgularına göre bedensel engelli bireylerin yaşam kalitelerini artırmak amacıyla çeşitli spor etkinliklerine devam etmesi gerektiği ileri sürülebilir. Bunun yanı sıra sporun engelli bireylerin fiziksel, psikolojik, sosyal gelişimi ve dolayısıyla yaşam kalitesi üzerine etkisini derinlemesine incelemesinden dolayı çalışma sonuçlarının alanda çalışan uygulamacılara yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

Bu çalışmanın en belirgin sınırlılığı, nitel yöntem ile uygulanan çalışmanın Samsun ilinde çeşitli spor derneklerine üye bedensel engelli ve spor ile ilgilenen bireyler ile yapılmış olmasıdır. Benzer bir yöntemle spor ile ilgilenen bedensel engelli bireylerle araştırmaların yapılması bu çalışmanın bulgularına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Çalışma sonuçlarına göre aşağıdaki öneriler sunulmuştur:

Engelli bireylerin sportif faaliyetlerinin sürdürülmesi için spor kuruluşları ve belediyeler tarafından verilen desteğin artırılması,

Engelli bireylere yönelik sportif etkinliklerin yararları konusunda sosyal medya aracılığıyla toplum farkındalığını artırmaya yönelik programların düzenlenmesi,

Engelli bireyleri spora yönlendirmek amacıyla engelli bireylerin bağlı bulunduğu derneklerde sportif aktivitelerin gerçekleştirilmesi,

Engelli bireyleri spora özendirmek amacıyla çeşitli spor dallarında başarılı olan bireylerin ödüllendirilmesi ve başarılarının toplum ile paylaşılması önerilmektedir.

#### KAYNAKÇA/REFERENCES

- Altun B. (2010). *Bedensel engellilerin sportif aktivitelere katılımının yaşam kalitesi üzerine etkisinin değerlendirilmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Baştuğ G., Akandere M. ve Yılmaz M. (2011). Bedensel engelli bireylerde egzersize bağlı kendini fiziksel tanımlama değerlerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 13, (Ek sayı), 63-66.
- Bogdan R.C. ve Biklen S.K. (1998). *Qualitative research for education: an introduction to theory and methods*. (3<sup>rd</sup> ed.). Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Cavkaytar A. (2005). *Özel gereksinimi olan bireylere özbakım ve ev içi becerilerinin öğretimi*. Ankara: Gündüz Eğitim ve Yayıncılık.
- Civan A., Özdemir İ., Taş İ. ve Çelik A. (2012). Bedensel engelli ve engelli olmayan tenis sporcularının durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. *Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 14(1), 83-87.

- Çalışkan E. (2011). *Engelli çocuklarda spor eğitimi ve ailelerin yaklaşımları*. I. Uluslararası Katılımlı Engellilerde Beden Eğitim ve Spor Kongresi Kongre Kitabı, Konya: Canlı Ofset.
- Çokluk F.G., Çetin M.Ç., Çağlayan H.S. ve Kırmoğlu H. (2011). Tekerlekli sandalye basketbol bölgesel liginde oynayan sporcuların yaşam kalitesi düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 13(Ek sayı), 54-62.
- Devine M. (2004). Being a 'doer' instead of a 'viewer': The role of inclusive leisure contexts in determining social acceptance for people with disability. *Journal of Leisure Research*, 36, 137-159.
- Ergun N. (2011). *Bedensel engellilerde sportif aktiviteler ve klasifikasyon*., Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Konya: I. Katılımlı Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor Kongresi E-Bildiri Kitapçığı.
- Ergun N. ve Baltacı G. (2006). *Spor yaralanmalarında fizyoterapi ve rehabilitasyon teknikleri*. Ankara: Merdiven Reklam.
- Gürer B., Kılınç Z., Şahin M.H. ve Esentaş M. (2014). İşitme ve bedensel engelli sporcuların stres düzeylerinin bazı demografik değişkenler yönünden incelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırma Dergisi*, 2(1), 352-359.
- Hanson M.J. ve Hanline M.F. (1994). Parenting a child with a disabilities: A longitudinal study of parental stress and adaptation. *Journal of Early Intervent*, 14, 234-248.
- İlhan L. ve Esentürk K.O. (2014). Zihinsel engelli bireylerde sporun etkilerine yönelik farkındalık ölçeği (ZEBSEYFÖ) geliştirme çalışması. *Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(1), 19-36.
- İlhan E.K., Kırmoğlu H. ve Çokluk F.G. (2013). Theeffect of special and sports program on the quality of life of the children with mental retardation. *Niğde University Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 1(1), 1-8.
- Kalyon T.A. (1997). *Özürlülerde Spor [Sports in disability]*. Ankara: Bağırhan Yayınevi.
- Kaya B. (2011). *Bedensel engelliler masa tenisi oyuncularının fiziksel-fizyolojik profillerinin fonksiyonel sınıflama ile ilişkilendirilmesi*. Yayımlanmamış doktora tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kazak Z. (2004). Sporda güdülenme ölçeği -SGÖ-nin Türk sporcuları için güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 15(4), 191-206.
- Kirchner CE, Gerber EG, Smith BC. (2008). Designed to deter: community barriers to physical activity for people with visual or motor impairments. *American Journal for Preventive Medicine*, 34(4), 349- 352.
- Kunter N. (2006). Türkiye'deki fiziksel engelli çocuk ve gençlerin spora eğilimini belirleyen faktörlerin araştırılması. 9. *Uluslararası Spor Bilimleri Kongre Kitabı*, Muğla.
- Kuyken W., Orley J., Hudelson P. ve Sartorius N. (1994). Quality of life assessment across cultures. *International Journal Mental Health*, 23, 5.
- Muraki S., Tsunawake N., Hiramatsu S. ve Yamasaki, M. (2000) The effect of frequency and mode of sports activity on the psychological status in tetraplegics and paraplegics. *Spinal Cord*, 38(5), 309-314.
- Müezzinoğlu T. (2005). Yaşam kalitesi Üroonkoloji derneği 2004 güz dönemi konuşması. *Üroonkoloji Bülteni*, 29, 25-29.
- Öztürk M. (2011). *Türkiye'de engelli gerçeği*. İstanbul: MUSİAD cep kitapları.
- Rimmer J.H., Rubin S.S. ve Braddock D. (2000). Barrierstoexercise in African American women with physical disabilities. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 81(2), 182-188.
- Rimmer J.H., Riley B., Wang E., Rauworth A. ve Jurkowski J. (2004). Physical activity participation among persons with disabilities. *American Journal of Preventive Medicine*, 26(5), 419-425.
- Soyer F., Gülle M., Mızra, O., Zengin S. ve Kaya E. (2013). Spor yapan bedensel engelli bireylerin çeşitli değişkenlere göre yaşam düzeylerinin incelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Enstitüsü*, 7(2), 126-136.
- Söğüt M. (2006). *Sporun bedensel engellilerin sosyalleşmeleri üzerine etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Şah H. (2005). *Spor yapan ve yapmayan bedensel engellilerin problem çözme becerileri arasındaki farklılıkların incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Şahin A. (2014). *Spor yapan ve yapmayan bedensel engelli bireylerin öfke ifade tarzlarının araştırılması*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ulusoy S. (2008). *Bedensel engelli okullarda fiziksel performansın değerlendirilmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Vanner E.A., Block P., Christodoulou C.C., Horowitz B.P. ve Krupp L.B. (2008). Pilot study exploring quality of life and barriers to leisure- time physical activity in persons with moderateto severe multiplesclerosis. *Disability and Health Journal*, 1(1), 58-65.

- Yıldırım A. ve Şimşek H. (2011). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yılmaz A., Şentürk U. ve Ramazanoğlu F. (2014). Bedensel engellilerde spor konulu araştırmaların içerik analizi. *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri Dergisi*, 9(1-2), 28-42.

**İletişim/Correspondence**

Doç. Dr. Hatice KUMCAĞIZ

[haticek@omu.edu.tr](mailto:haticek@omu.edu.tr)

Uzm. Psik. Dan. Gülzade AVCI ÇAYIR

[rosezade@hotmail.com](mailto:rosezade@hotmail.com)