

Dezavantajlı Bireylerde Rekreyasyon

Ashabil Akdere¹

Çahatay Çavdar²

Özet

Rekreyasyonun alt kavramı olan terapötik rekreyasyon bireylerin yaşam kalitelerini arttırabilmek adına düzenlenen tedavi seçeneklerini kapsayan bir kavramdır. Terapötik rekreyasyon hastalık, engel ya da özel desteğe ihtiyaç duyan bireylerin normal bireyler ile aralarındaki farkı azaltabilmek ve sağlıklarını tekrar kazanmalarına yardım etmek amacıyla kullanılan etkinlikler bütünüdür. Terapötik rekreyasyonun sadece sağlık alanında sınırlı kalmaması ve tüm hizmet sektörleri içerisinde kendine yer bulabilmesi önemlidir. Eğitsel ve tıbbi tanılama sonrası engelli bireyler hâline gelen kişilerin ilgi ve ihtiyaç değerlendirmesi sonrası rekreyasyon aktivitelerinin birçok kurumda varlığını göstermesi serbest zaman etkinliklerinin de bireylerin de yaşam kalitesini arttıracaktır.

1.GİRİŞ

İnsanoğlu sürekli gelişip değişen yaşam koşullarına ayak uydurmaya çalışmaktadır. Yoğun iş yaşamı, eğitim yaşamı, hayat şartları insanlarda yorgunluk, bıkkınlık, can sıkıntısı gibi çeşitli fiziksel, duyuşsal ve psikolojik sorunlar yaratmaktadır. İnsanlar bir noktadan sonra kısa bir süre olsa dahi bunlardan bir kaçış yolu ararlar. Yeni yerler görme, yeni insanlar tanıma, yeni tatlar deneme gibi kısacası moral, motive kaynağı olan her şey insanları olumsuz durumlardan az, çok uzaklaştırmaktadır. Turizm sonsuz bir aktivitedir. Kişi her yere seyahat edebilir ve her şeyi görebilir. Bu nedenle turizm deneyiminin basit açıklamalarını yapmak zordur (Ritchie ve Hudson, 2009). Algı, deneyimin merkezinde yer alır ve beklentiler, etkileşimler, hikâyeler ve anılardan etkilenir. Bir zamanlar kısıtlı olan seyahat deneyimi

1 Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Rekreyasyon Yönetimi, kahramankentli46@hotmail.com, Orcid:0000-0001-6857-2599

2 Aksaray Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ccavdar@gmail.com, Orcid:0000-0003-2338-4644

(farklı kültürleri tanımak, farklı bölgeleri keşfetmek vb.) aynı zamanda beklentilerin farklılaşmasını da beraberinde getirir (Uriely, 2005). Turistlerin deneyimleri algılama biçimindeki bu değişim, turizm sektöründeki standart deneyimlerin yerini, deneyimlerin ezberlenmesi ve yeniden yapılandırılması olarak bilinen unutulmaz seyahat deneyimlerine bırakmıştır. Bireylerin kültürel, ekonomik ve sosyal çevreleriyle olan etkileşimi ve iletişimi, kendi benliğiyle dünyayı anlama ve algılama açısından oldukça önemlidir. İnsanoğlu kusursuz yaratılmış bir varlıktır. Çevresindeki kişilerden etkilenecek düşünce ve davranışları değişkenlik gösterebilmekte, tutumları şekillenebilmektedir (Gülner ve Güven, 2023). Günümüzde teknolojinin ilerlemesi, çalışma saatlerinin kısalması, koldan robota geçiş ve daha zorlayıcı hareketsiz yaşam biçimleri insanların boş zamanlarında daha seçici olmalarını sağlamıştır. Aslında iş hayatının getirdiği ağır zihinsel yorgunluktan kurtulmak ve sağlıklarını korumak için insanlar daha çok yapılarına ve yeteneklerine uygun rekreasyonel faaliyetlere yönelmektedirler. “Rekreasyon” kelimesi, yenilenmek, tazelenmek veya yorgunluğu gidermek anlamına gelen Latince “recreatio” kelimesinden gelir. Günümüzde eğlence terimi, insanların boş zamanlarında özgürce yaptıkları tüm aktiviteleri ifade etmektedir (Kaba, 2009). Ancak günümüzde rekreasyon bir eğlence ihtiyacı karşılama amacı göstermektedir. Bu ihtiyaç, insanların yaptığı en güç faaliyetlerden sonra ortaya çıktığı için en hafif işleri yapanların da kendilerini yenilemeleri gerektiği açıktır. Eğlence kavramının yaşamın her döneminde ve bütün yaş grubunda kullanıldığı görülmektedir. Çünkü sadece profesyoneller değil, çocuklar, gençler, öğrenciler, üniversite öğrencileri, yaşlılar ve engelliler de eğlence ve boş zaman aktivitelerine ihtiyaç duyar. Bireylerin gelecekte bekledikleri olumlu yönde ne kadar yüksek olursa yaşam doyumu düzeyinin de olumlu yönde gelişme göstermektedir. Gelecek planlaması bireylerin korkularını ortaya çıkarmaktadır (Kılıçman ve diğ., 2022). Fırsat eşitliği olgusundan nasibini alan özel gereksinimli bireylerin eğitim ve öğretim dışında kalan zamanlarını atıl bir şekilde geçirmesinden ziyade literatürde son zamanlarda kendine oldukça yer bulmuş olan rekreasyon kavramının önerdiği şekilde daha kaliteli geçirmeleri gerektiği hususunda çözüm önerilerini görmek ve engellerine bağlı olarak seçilen aktiviteleri deneyimlemek açısından önemlidir. Dezavantajlı bireylerin noksanlıkları sebebiyle normal bireylerle aralarındaki işlev farkının azaltılması konusunda rekreasyon aktiviteleri bu farkı önemli derecede azaltmaktadır. Rekreasyonun bir alt tanımı olan terapötik rekreasyon sayılılarının engelli kişiler üzerinde uygulanması sonucunda gelişecek olan fiziksel, psikolojik ve toplumsal faydaların yaşam kalitesini artırıcı işlevi konusunda farkındalık kazanılması açısından da oldukça önem arz etmektedir. Engel ve rekreasyon kavramlarının çeşitli

alt boyutlarına dair literatür taranarak özellikle dezavantajlı bireylere dair bulgular okuyucuya sunulmuştur.

1.1 Engel ve Engellilik

Doğuştan veya sonradan bireyin vücut ve zihin bütünlüğü ile ilgili eksikliği tanımlamak adına özürlü, engelli, sakat, özel gereksinimi olan birey gibi terimlere ihtiyaç duyulmuştur. Bu bozulmayı açıklamak adına literatüre geçen bu kavramların tanımlarının detaylı bir şekilde incelenmesi büyük önem taşır. Birden fazla tanıma sahip olan bu kavramlarının içeriğine baktığımızda karşımıza genel olarak bir iskelet çıkmaktadır.

1.1.1. Tanımlar

Özürlü olma hâli doğuştan gelişen ya da sonradan olan herhangi bir kaza, hastalık sebebiyle bireyin ruhsal, bedensel, zihinsel, sosyal işlevlerinde tamamen yok oluş ya da kısmi oranda azalışa neden olan yokluk hâlidir. Bireyin günlük hayatta kendisinden beklenen rollerinde engel durumuna bağlı olarak uyum sağlama ve ihtiyaçlarını giderme konusunda güçlük olarak da tanımlanmaktadır. Bu engel durumuna bağlı olarak bu kişilere “sakat, engelli, özürlü” denilmektedir. Bu kişilerin kendilerinden beklenen toplumsal rolleri kazanabilmeleri ve karşılayabilmeleri adına destek hizmetlerine ihtiyaç duyarlar (ÖİB, 2007). Sağlık literatürü konusunda önemli bir kaynak olan Dünya Sağlık Örgütü, engelli olma durumunu hastalığın sonuçlarına dayandırmıştır. Daha sonra bu durumu genişleterek sağlıklı olma yönüne de vurgu yapan Dünya Sağlık Örgütü üç kategori adı altında tanımlamıştır. Bu kategorilere bakıldığında, yetersizlik; fiziksel yapı ve işlevlerindeki anormal durumu tanımlarken, özürlülük ise yapılması gereken eylemleri yerine getirirken yaşanan noksanlığı ve kısıtlılık durumunu tanımlar. Engellilik tanımı ise yetersizlik ve özür sebebiyle ile bireyin bulunduğu cinsiyet rolleri ve toplumsal rollerine bağlı olarak beklenen görevleri yerine getirememesi hâli olarak tanımlanır (Doll, 2007). Başka bir tanımda ise engellilik; bireyin sosyal hayatında ve kişisel hayatında yapması gereken eylemleri doğuştan ya da sonradan gelişmesi sebebiyle yapamayacak durumda olma olarak tanımlamıştır. Bu noksanlık durumunu engel olarak tanımlamak mümkündür (Öztürk, 2011: 19). Dezavantajlı bireylerde spor faaliyetleri, duygu ve davranışların yanında sosyalleşmede önemli bir yeri olan sabır, kurallara uyuma, birlikte hareket etme güven ve iletişim gibi fiziksel, zihinsel ve sosyal beceri kazandırmaktadır (Yılgin vd., 2022). Bireylerin sportif, sosyal ve kültürel faaliyetlere katılabilmeleri için gerekli fiziki ve ekonomik şartların sağlanması, öğrencilere yönelik rekreasyon hareketi ve programlar

öğrencilerin sosyo ve ekonomik özellikleri göz önüne alınarak planlanması üniversite öğrencileri için faydalı olacaktır (Çöpür, 2020).

Noksanlık, psikolojik ve bedensel yapı işlevlerindeki dengesizliği ifade ederken; maluliyet ise, kişinin noksanlık ve derecesine bağlı olarak kişide meydana gelen engel sebebiyle bireyin toplumsal ve günlük rutinlerini ve normal faaliyetlerini yapabilmesini engelleyen ve dezavantaj yaratan bir durumdur (Aydın, 2005:10). İlk zamanlarda sakat, özürlü, bozuk gibi farklı şekillerde adlandırılan engelli kavramı daha sonra özel gereksinimli bireyler şeklinde tanımlanmıştır. Yetersizlikten olumsuz etkilenen bu bireyler için Türkiye’de ise 5378 sayılı Engelli Hakları Kanunu’nda ‘engelli’ kelimesi, Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği’nde ‘özel eğitime ihtiyacı olan birey’ ve ‘yetersizliği olan birey’ şeklinde güncellenmiştir (Erdoğan, 2022). Tek bir sebeple açıklamakta zorlanılan engelli olma durumu bireyin fiziksel, toplumsal, zihinsel yeteneklerinin tamamen ya da kısmi kaybına bağlı olarak gelişmektedir. Bu kayıp durumunun yarattığı farkın azaltılması konusunda; korunma, rehabilitasyon, bakım, danışma ve destek hizmetlerine ihtiyaç duyulmaktadır (Okan, 2006).

1.1.2 Engel Nedenleri

Birçok farklı sebebin engel yaratabileceği gibi; tek bir sebebin de birden fazla engel yaratabileceği durumu göz ardı edilmemektedir (Öztürk, 2011). Dünya Sağlık Örgütü tanımından da hareketle engellilik, literatürde bir sağlık sorunu olarak değerlendirilmektedir (Hekim ve Tokgöz, 2016). Bireyi dezavantajlı birey konumuna getiren engellilik hali, tanımlarından da hareketle doğuştan veya sonradan gelişen kaza ya da hastalık sonrası gelişebilir. Bireyi doğuştan engelli kılan; doğum öncesi, anı ve sonrası sebepleri engelli olma hâlini anlamak konusunda önemli bir yer tutar. Doğum sonrası gelişen sebepler arasında genelde doğal afetler, kazalar, hastalıklar bireyi engelli birey durumuna getirmektedir (Cevizkaya, İlsay, ve Avcıkurt, 2014).

1.1.3. Doğum Öncesi Engel Nedenler

Doğum öncesi nedenleri irdelediğimizde gebelik süreci boyunca annenin ateşli hastalıklar geçirmesi, alkol, sigara gibi bağımlılık ürünleri tüketimi, hamileliğini fark etmediği için kullanılan ilaçlar, radyasyona maruz kalışı, yetersiz ve dengesiz beslenme, kazalar ve travmalar yaşaması, kontrollerini aksatması ve buna bağlı gelişen vitamin eksikliği, genetik sorunlar, kromozom anomalileri, kan uyuşmazlığı annenin yaşı, doğum öyküsü, şeker, kalp ve hipertansiyon bulunması gibi sorunlar yer almaktadır (Özer, 2005: 12). Doğum öncesi sebeplere baktığımızda engele sebep olan sebepler arasında yer alan dengeli ve yeterli beslenme durumunun bu sebepler arasında en

kontrol edilebilir oluşu göze çarpmaktadır. Hamilelik süresince beslenme şeklinin önemi bilinirken; gebelik öncesi beslenme alışkanlıklarının da gebeliğe yansması konusunda birçok yayın vardır. Diyet, gelişmiş ülkelerde gebelik öncesi uygulandığı takdirde genellikle yeterli görünen bir eylemdir. Diyet sonrası gerçekleşen gebelik durumunda; diyet devamlılık durumunda takviye edilen ek besinler fetal büyümede herhangi bir değişiklik yaratmaz. Zayıf ve riskli gebeliklerde kadınların elbette daha iyi beslenmesi ve yüksek kalorili besinler tüketmesi fetüsün sağlığı ve doğal şekilde büyümesi için yeterli görülmektedir (Neyzi ve Ertuğrul, 1989).

1.1.4. Doğum Anı Engel Nedenleri

Doğum anında oluşan nedenlere baktığımızda ise; doğum anı ve doğumdan hemen sonra gerçekleşen kritik zaman aralığını kapsar. Bu esnada gelişen sorunlar “doğum anı nedenlerini” oluşturmaktadır. Erken ya da geç doğum, bebeğin doğum kilosunun sınır altı oluşu, vakum yöntemiyle çekilmesi, yere düşmesi bebeğin oksijensiz kalması, kordon dolanması, doğum öncesi nedenlere bağlı olarak gelişen kalıtsal sıkıntılar, doğumun bir sağlık kurumunda gerçekleşmemesi ya da tecrübesiz hekimler eşliğinde yapılan doğuma bağlı gelişecek travmalar, komplikasyonla vb. gibi nedenler olarak sıralamak mümkündür (Cavkaytar ve Diken, 2007; Yaşar, 2010). Genel bir değerlendirmeye ihtiyaç duyacak olursak; bu tür olumsuzluklardan kaçınmak için alanında uzman kişilerin gebelik öncesinden başlayıp doğum süreciyle sonlanan bu sürecin her aşamasında olmak durumundadır.

1.1.5. Doğum Sonrası Engel Nedenler

Doğum sonrası bebeğin karşılaşılabileceği olumsuz nedenlere bakıldığında; bebeğin doğum sonrası geçirdiği rahatsızlıklar önemli yer tutar. Diyare, boğmaca, kızamık, menenjit, çocuk felci, sarılık, difteri, kalp rahatsızlıkları bu rahatsızlıklar içerisinde sayılabilir. Ateşli hastalıklar bu rahatsızlıklar içerisinde engel yaratma hususunda en çok dikkat edilmesi gereken rahatsızlıklardan birisidir (Kaya, 2016). İlk çocukluk ve bebeklik döneminde hatalı ilaç kullanımı ve aşular, kundaklanma, bebeğin ihtiyaç duyduğu sessizliğin sağlanamayışı gibi sebeplerde engel yaratması açısından doğum sonrası nedenle arasında sayılabilir (Göbel, 2016).

1.2. Engel Türleri

Engel ve türlerini sınıflandırırken net çizgilere göre ayırmak önemlidir. Tedavi ve destek hizmetlerinin sağlıklı bir şekilde yürütülebilmesi açısından bu sınıflamaya ihtiyaç duyulmaktadır. Sınıflandırma ile birlikte engel durumlarına göre eğitim verilmeli tekrarlanan bu eğitimlerle başarılı bir

performans sergilenir ve bilgi, beceri ve yetkinlikler artar. Eğitilmesi ve topluma kazandırılması gereken engelli bireyler için iş verenlerin kurumlarla çeşitli iş birlikleri yaparak gereken tedbirleri almaları ve imkanları sağlamaları gerekmektedir. İşletmelerin başarıya ulaşabilmeleri için eğitim ve geliştirme önemli iki kavramdır. Bu kavramlar işletmeler için ulaşılması gereken hedef değil, stratejik amaçları gerçekleştirebilmek için kullandıkları araçlardır (Gülner, 2022). Bazı engel türleri tedavi edilmediği takdirde ruhsal ve fiziksel sıkıntılara sebep olmaktadır. Bu ruhsal ve fiziksel sıkıntıları en aza indirmek için bir türün içerisinde değerlendirilmesi ve yapılanması önemlidir. Engeli türlerine ayırırken engele sebep olan nedenlerden ziyade engelin ortaya çıktığı organın işlev kaybı ve çalışma gücündeki noksanlık ve yetersizlik dikkate alınır (Çakmak, 2006). Engellilik türleri genel olarak; işitme, görme, zihinsel ve fiziksel olarak sınıflandırılmaktadır (Kalaycı ve Kırhoğlu, 2015).

2002 yılında T.C. Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı tarafından yapılan araştırmada ise bu sınıflandırılma genişletilmiştir. Şu şekilde sıralanmıştır:

- Zihinsel Engelliler
- İşitme Engelliler
- Dil ve Konuşma Engelliler
- Görme Engelliler
- Ortopedik (Bedensel) Engelliler (Kaya, 2016).

1.2.1 Zihinsel Engelliler

Zihinsel engellilik durumu uluslararası literatürde “intellectual disabilities” şeklinde kavramsallaştırılmıştır. Bireyin zihinsel işlevlerindeki anomali şeklinde tanımlanan zihinsel engel durumu; zihinsel fonksiyonlarının normalin dışındaki yetersizliği sebebiyle davranışlarındaki yetersiz durumdur. Doğum öncesi kalıtsal sebeplerle açıklanan ya da doğum anı ve sonrasındaki kritik zaman aralığında meydana gelen çeşitli nedenlere bağlı olarak gelişen zihinsel fonksiyonlarda sürekli ve istikrarlı bir gerileme, duraklama ve çökme seyri gösteren ve davranışlar ile kendini belli eden yetersizlik, işlev kaybı ve gerilik olarak tanımlanmaktadır (Scheepers, 2005).

Zihinsel engel, engel grupları arasında en sık karşılaşılan gruptan birisidir. Bu çokluk durumuna rağmen yine de toplumun dezavantajlı bireyler olan engelli bireyler hakkında bilgilerin yeterli olmadığı görülmektedir. Zihinsel engele sahip bireylerin, çocukların hiçbir şey yapamayacağına dair yanlış bir inanış vardır (İlhan, 2008). Zihinsel engelliler yetersizlik

durumlarına bağlı olarak toplumda başka tanımlamalarla adlandırılır. Yaşamak için başkalarına ihtiyacı duyan bireyler olarak tanımlanan zihinsel engellilerin hiçbir beceriye sahip olmadığı inancı yanlıştır (Tortop ve diğ. 2014). Zihinsel engellilerin birçok alanda faaliyetleri normal bireylere göre kısıtlı da olsa motor aktiviteleri diğer engelli gruplara oranla oldukça iyidir (Akay, 2008). Bu engel grubuna sahip bireyleri tanımlarken klinik gözlem ve test verilerine ihtiyaç duyulur (Aruk, 2008). Milli Eğitim Bakanlığı engelli bireyleri yetersizliklerinden ziyade eğitim gereksinimlerine göre sınıflandırma yapar. Hafif düzeyde zihinsel engelli birey: Zihinsel fonksiyonlarında hafif düzeyde işlev kaybı yaşanan ve bu sebeple destek ve özel eğitim hizmetinden de sınırlı şekilde faydalanan bireyler bu grupta yer alır. Orta düzeyde zihinsel engelli birey: Temel akademik becerileri kazanmak, günlük rutinlerini devam ettirmek konusundaki beceriler konusunda destek ve özel eğitime ihtiyaç duyan bireyler bu grupta yer alır. Ağır düzeyde zihinsel engelli birey: Yoğun bir şekilde özel eğitim hizmeti alması gereken kişiler bu engelli grubu içerisinde değerlendirilir. Zihinsel fonksiyon kaybı en yüksek düzeyde olan ağır düzeyde zihinsel engelli gruptur (MEB, 2008).

1.2.2. İşitme Engelliler

İnsan düşünen, düşündüğünü ifade etme ve aktarma beceresine sahip bir canlıdır. Bu iletişim toplumsal hayatın mihenk taşıdır. Toplumsal hayatın temelini oluşturan bu iletişim ve devamlılık hususunda işitme ve işitme duyusunun işlevindeki normallik çok önemli bir mekanizmadır (Mert, 2005). Engel oluşumunda etkin rol alan nedenler işitme engeli içinde geçerlidir. Literatürde birçok tanımı olan işitme engelinin tanımlarına göz atmanın faydası engel türünü anlamada ve bu engel türüne yönelik çalışmamaların kalitesini arttırmada önemli rol oynamaktadır. Yapılan araştırmalara bakıldığında her on işitme engelli bireyin dokuzunun engel sebebi doğum öncesi nedenlere dayanmaktadır (Erdoğan, 2022). İşitme duyusunun iletişimdeki önemi göz önünde bulundurulduğunda işitme kaybı olan bireyin erken teşhisi bu noktada büyük önem taşımaktadır (Akay, 2011).

Eğitimde işitme kaybına sahip bireyler normal bireylerden farklı materyallere sahiptir. Bireyin işitme kaybı derecesine bağlı olarak sunulan materyallerin dil gelişimine olumlu etkisi olduğunu söylemek mümkündür. İşitme kaybının yarattığı eksikliğe bakılacak olursa; işitme engelli bireyler okuma- yazma konusunda problem yaşamaktadır (Makaraoğlu, 2012). Diğer engel türlerinde olduğu gibi işitme engellilerinde yaşadığı engel derecesi bireyin birçok alanına etki etmektedir. İşitme engeli dış dünya ile kurulan iletişim bağının sağlıklı bir şekilde sürmesini engeller. İşitme duyusu kaybına sahip durumda bu engelin oluş yerine göre kategorilendirilmesi

aşağıdaki şekilde yapılmaktadır: İletim Tipi İşitme Kaybı: Bu tür işitme kayıplarında sesin algılanmasında bir sorun olmamasına karşın iletiminde problemler vardır. Hastane ortamındaki müdahalenin işe yaradığı bir kayıp türüdür. Psikolojik İşitme Kaybı: Genellikle birden karşılaşılan; bireyin işitme duyusunda herhangi bir işlev kaybı olmaksızın duymanın gerçekleşmeme halidir. Duyusal-Sinirsel Tip İşitme Kaybı: Kulağın iç bölümündeki sinirlerin zararı ile ortaya çıkan ve genelde genlerden gelen bir işitme kaybıdır. Sağlık müdahalesinin işe yaramadığı bu işitme türünde işitme cihazları ve özel eğitim daha etkili sonuçlar verir. Karma Tip İşitme Kaybı: Duyusal ve iletimsel duyma kaybının birlikte oluşmasıdır (MEB, 2016; WHO, 2021).

1.3. Dil ve Konuşma Engeli Olanlar

Dil ve konuşma engelinde; konuşmanın ritminde, vurgulamada, seslerin çıkarılışında, akışında bozukluk meydana gelir. 1983 tarih ve 2916 sayılı Özel Eğitime Muhtaç Çocuklar Kanunu'nun 20.maddesi uyarınca hazırlanan Özel Eğitim Kurumları Yönetmeliği ile başlatılmış, 1997'de çıkarılan 573 sayılı 'Özel Eğitim Hakkında Kanun Hükmünde Kararname' ve buna dayalı olarak 2000 yılında yürürlüğe giren 'Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği' ile yapılan tanımlamada "Konuşma örgüsünün düzeni, ritmi, tizliği, vurguları, ses birimlerinin çıkarılışında artikülasyonunda sorun bulunanlar" konuşma özürlü olarak sayılmışlardır (Öge, 2004). İletişim engelinde de olduğu gibi dil ve konuşma engelinde de iletişim engeli yaşanmaktadır. Birey engel ve engel derecesine bağlı olarak kendini ifade etmekte sıkıntı yaşar ve buna bağlı olarak ihtiyaçlarını gidermek konusunda zorluklar yaşayabilir (Mülayim, 2009).

1.4. Görme Engelliler

Gelişim sürecindeki tüm alanları kapsayan görme duyusu birincil duyu olarak sınıflandırılmaktadır. İşitme duyusunun işlevini yerine getirme konusundaki başarısı denge ve konuşmaya durumlarına büyük bir etki sağlarken; görme duyusu da temel motor özelliklere büyük etki sağlar. Görme duyusundaki noksanlık motorik özelliklere de olumsuz etki eder (Vuran, 2013). Görme engeli bazen tek gözde bazen de her iki gözde bulunabilir. Sağlıklı bir görme eylemi baş sağa ve sola hareket ettirilmeden ve gözler oynatılmadan 180 derecedir. Görme engelliler kendi arasında çok az görebilen görme engelliler ve hiç görmeyen görme engelliler olarak ayrılmaktadır. Kısmen gören görme engelliler; görme gücü oldukça az olan görenlerdir. Hiç görmeyen görme engelliler ise; hiçbir şekilde görme kabiliyeti olmayan bireylerdir. Görme engeline sahip bireyler hayatlarını

devam ettirmek konusundaki birçok ihtiyacını kendilerine yardım eden kişiler sayesinde sağladılar. Çünkü görme engelli bireylerin, yaralanma, kazaya sebep olma, düşme gibi riskleri vardır. Ulaşım alanlarının ve yolların görme engelli bireylerin varlığı hesaba katılarak planlanması önemlidir (Arslantekin, 2015).

1.5. Fiziksel Engelliler

Özel eğitime muhtaç çocuklar yönetmenliğinde ortopedik engel tanımı ilk defa 1962 yılında yapılmıştır. Kemiklerin şekil ve yapısında problem bulunan ve bu engele bağlı oluşan kas gücündeki eksilik olarak tanımlanmaktadır (Özer, 2013). Bireyin engel nedenlerine bağlı olarak oluşan ve bireyin hayatına etki eden fiziksel durumdur. Bedensel engelli kişiler kendi içinde “tekerli sandalyeye bağlı” ve “yürüyebilen engelliler” şeklinde sınıflandırılmaktadır. Yürüyebilen engelliler” grubunda yardıma ihtiyaç duymadan yürüyebilenler veya bastonla ya da koltuk değneğiyle yürüyebilenler yer almaktadır. “Tekerlekli sandalyeye bağlı engelliler” grubu ise; sandalyeye bağımlı olanlar, vücudunun üst kısmını kullanabilenler ve vücudunun hiçbir bölümünü kullanamayan engelliler şeklinde gruplandırılmıştır. Bu sınıflandırılmayı genişletmeye ihtiyaç duyulan ortopedik engel türleri daha kapsamlı bir sınıflama ihtiyacı duymuştur. Bedensel engelliliğin sınıflandırılması, merkezi sinir sisteminin zedelenmesi sonucu oluşan bedensel engellilik ve kas-iskelet sisteminin zarar görmesi sonucu oluşan bedensel engellilik olmak üzere ikiye ayrılmaktadır (Karakuş, 2021).

Kas iskelet sistemine bağlı gelişen bedensel engeller:

- Kol Bacak Eksikliği
- Eklem İltihabı
- Eklem Romatizması
- Kalça Çıkıklığı
- Kas Hastalığı

Merkezi sinir sistemine bağlı gelişen bedensel engeller:

- Serebral Palsy
- Omurilik Zedelenmesi
- Spina Bifida
- Multiple Skleroz
- Çocuk Felci (Erdoğan, 2022).

1.6. Terapötik Rekreasyon

Terapötik rekreasyon kavramı bu çalışma kapsamında literatür taramasına en çok ihtiyaç duyduğumuz kavramlardan birisidir. Tarama kapsamında terapötik rekreasyon kavram tanımlaması hakkında kapsamlı bilgiler mevcuttur. Beden, biliş ve hisler sürekli bir etkileşim hâindedir ve bunlardan herhangi birinde gelişen bir bozukluk diğer alaları da etkilemektedir (Dustin, 2000). Bireyler türlü sebeplerle farklı engel türlerine sahip olabilmektedir. Engel durumunun kişilerin yaşam kalitesi üzerinde olumsuz etkileri bulunmaktadır. Bu bireylerin yaşam kalitesi üzerindeki olumsuzluğu giderebilmek ve farkı azaltabilmek adına serbest zaman aktivitelerine katılımı elzemdir. Serbest zaman, bireysel ya da toplumsal etkileşimleri içeren rekreasyon etkinlikleri dâhil olmak üzere zamansal dilimleri oluşturan bir kavramdır (Çevik vd., 2021). Rekreasyonun alt kavramı olan terapötik rekreasyon ise bireylerin yaşam kalitelerini arttırabilmek adına düzenlenen tedavi seçeneklerini kapsayan bir kavramdır. Terapötik rekreasyon hastalık, engel ya da özel desteğe ihtiyaç duyan bireylerin normal bireyler ile aralarındaki farkı azaltabilmek ve sağlıklarını tekrar kazanmalarına yardım etmek amacıyla kullanılan etkinlikler bütünüdür. Aynı zamanda Ulusal Terapötik Rekreasyon Topluluğu tarafından terapötik rekreasyon; engelli, hasta ve ileri yaş grubu insanların yaşam kalitelerini arttırmak, eğlenmek, sağlık fonksiyon yeteneklerini arttırmak ve daha bağımsız yaşamalarını sağlamak amacıyla bireylere yardımcı tedavi, eğitim ve eğlence-oyun programlarının kullanılması olarak tanımlanmıştır (Kardas, 2018). Terapötik rekreasyon uygulanırken; alanda uzman kişiler aracılığıyla zihinsel, fiziksel, duygusal fonksiyonlarında işlev kaybı yaşayan bireylere tıbben onaylanmış etkinlikler uygulanır. Literatür taraması yapıldığında terapötik rekreasyon tanımına ek bir kavram olan sağlık rekreasyonu kavramı karşımıza çıkmıştır. Sağlık rekreasyonu kavramının anlaşılması bu çalışma kapsamında önem arz etmektedir. Sağlık rekreasyonu, bireyin sağlığını durumunu korumak, daha kötüye gitmesini engellemek ve tedavi etmek için yapılan boş zaman değerlendirme aktiviteleridir. Sağlık açısından rekreasyon temel olarak iki kısımda değerlendirilmektedir. Sağlığı koruyabilmek amacıyla girişilen sağlık rekreasyonu ilk olarak fiziki veya zihinsel engeli bulunmayan bireylere yönelik uygulanan sağlık hizmetleri şeklinde uygulanırken, bir diğeri ise fiziki veya zihinsel engeli bulunan dezavantajlı bireylere yönelik uygulanan rekreatif faaliyetlerdir (Tütüncü 2012). Ayrıca düzenli egzersiz; yetişkinlerde, çocuklarda ve gençlerde hem fiziksel hem de zihinsel sağlık için önemli faydalar göstermektedir (Dokuzoğlu vd., 2022). Fiziksel aktivite amaçlı egzersizin bireyde koruyucu sağlık aracı olması nedeniyle kişisel gelişimi sürdürmesi ve olası iç ve dış etkenler karşısında bireyin direncini arttırdığı hareketler bütünü olarak da görülmektedir (Yılığın, 2022).

Tanımların içeriğine baktığımızda görüldüğü üzere sağlık rekreasyonunu ve terapötik rekreasyon literatürde eş anlamlı olarak kullanılmaktadır. Terapötik rekreasyonunun genel amacı birbirinden farklı dezavantajları bulunan engelli bireylerin moralleri arttırılarak yaşam tarzına olan uyumu kolaylaştırarak tedavi sürecine katkıda bulunmaktır. Bireylerin engellerine bağlı olarak ortaya çıkan sorunları aza indirmek, normal bireyler ile aralarındaki farkı azaltmak ve bireyin engelli olma halini kabul ederek barışık bir hayat sürmesini sağlamak terapötik rekreasyon aktivitelerinin en önemli amaçlarıdır. Kendilerini daha iyi hisseden ve değerli olduklarına dair inancı artan hasta ve engelli bireylerin rekreasyon aktivitelerine katılımları artmaktadır. Artan katılım terapötik rekreasyonun amacına ulaşmasını kolaylaştırmaktadır (Demirci 2013).

Sonuç

Bireylerin yaşamlarındaki serbest zamanın, bedensel olarak ve sosyal olarak yaşamlarının daha kaliteli bir hayata dönüştürülmesi bir rekreasyon etkinliğidir (Şen ve Aktaş, 2022) bu bağlamda dezavantajlı bireyler olarak adlandırılan engelli bireyler için yapılan literatür çalışmalarına bakıldığında son dönemde fırsat eşitliği kapsamında eğitimsel, sanatsal, çevre düzenlemeleri ve sağlık alanlarında iyileşme göze çarpmaktadır. Tüm bu iyileşme alanlarına rekreasyon aktiviteleri penceresinden bakıldığında terapötik rekreasyonun engelli bireylerin fiziksel, psikolojik ve sosyolojik etkisi yadsınamaz. Spor ve rekreasyon aktiviteleri ile geliştirilebilecek davranışlar iletişim becerileri, davranışsal duygusal iletişim becerileri olarak karşımıza çıkmaktadır (Güven ve diğ., 2022). Boş zamanlarını değerlendirmek konusunda sınırlı bir alana kısılan engelli bireyler için rekreasyon aktiviteleri yaşam kalitelerini iyileştirmenin yanı sıra vücut ve ruh bütünlüğünü de korumaktadır. Bu anlamda literatüre baktığımızda ve derlenen çalışma ekseninde rekreasyon aktivitelerinin engelli bireylere olan etkisi anlamlı ve olumlu bir etki olarak karşımıza çıkar. Turizmde de işleyen bir kavram olarak karşımıza çıkan rekreasyon her yaş grubunu etkisine alan çok kapsamlı bir kavramdır. Kadın, erkek, yaşlı, çocuk, engelli ve normal bireylerin karşıtlığını en aza indiren rekreasyon aktivitelerinin okulöncesi çağdan başlayarak engelli bireylerin ilgi ve ihtiyaçlarına göre şekillendirilebilir. Terapötik rekreasyonun sadece sağlık alanında sınırlı kalmaması ve tüm hizmet sektörleri içerisinde kendine yer bulabilmesi önemlidir. Eğitsel ve tıbbi tanılama sonrası engelli bireyler hâline gelen kişilerin ilgi ve ihtiyaç değerlendirmesi sonrası rekreasyon aktivitelerinin birçok kurumda varlığını göstermesi serbest zaman etkinliklerinin de bireylerin de yaşam kalitesini arttıracaktır.

KAYNAKLAR

- Akay, V. (2008). İşitme Engellilerde Beden Eğitimi Spor ve Rekreasyon Aktivitelerinin Eğitim Bütünlüğü Açısından İncelenmesi ve Değerlendirilmesi (Denizli İli Örneği). Dumlupınar Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Kütahya. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Aruk İ, 2008. Bilişim Teknolojilerinin Zihinsel Engellilerin E-egitiminde Kullanılması ve Örnek Bir Uygulama Geliştirilmesi. Trakya Üniversitesi, Edirne. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Aydın, M., Engellilerde Spor Ders Notları, Kocaeli Üniversitesi Gazanfer Bilge Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğretim Görevlisi, Kocaeli, 2005
- Cavkaytar, A. ve İ. Diken (2005). Özel Eğitime Giriş. Ankara: Kök Yayıncılık.
- Cevizkaya, G., İlsay, S. ve Avcıkurt, C. (2014). Turizm Alan Yazınında Engelliler İle İlgili Çalışmaların Bibliyometrik Profili 2000-2013. Gazi Üniversitesi Turizm Fakültesi Dergisi, (2), 101-108.
- Çakmak, N. M. (2006). Türk Kamu Hukuku Açısından Engellilerin Hukuki Statüsü, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmamış Doktora Tezi.
- Çevik, A., Özmaden, M., Tezcan, E., Dokuzoğlu, G. (2021). Öğretmenlerin serbest zaman ilgilenimlerinin yaşam doyumları üzerindeki etkisinin incelenmesi. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 10(4), 784-790.
- Çöpür H. (2020). Üniversite öğrencilerinde depresyon ve boş zamanın anlamı ilişkisinin incelenmesi, Akademisyen Kitabevi, karaman
- Demirci, Ç. (2013). Hasta Memnuniyetinin Arttırılmasında Farklılaştırma Politikaları: Terapötik Rekreasyon. II. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi Bildiri Kitabı, Aydın, 195-205.
- Dokuzoğlu, G., Çevik, A., Özmaden, M., Yıldız, Y., Tezcan, E. (2022). Gençlere yönelik egzersiz bağımlılığı ölçeği (gyeb): bir ölçek uyarlama çalışması. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 11(2), 644-653.
- Göbel, Ö. (2016). Önleyici Terapötik Rekreasyon Uygulaması; İşitme Engellilere Yönelik Çalışma. Celal Bayar Üniversitesi, Manisa. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Gülнар, Ö. G. Ü. (2022). Engelli İnsan Kaynakları Yönetimi. Aktüel Perspektiflerle İnsan Kaynakları Yönetimi, 43.
- Güven F, Yılgın A, Şahin H.M. (2022). Examination of disadvantaged children's communication skills with sports branches, Turkish Journal of Kinesiology, 8,4, 122-131
- Gülнар, Ü., Güven, F. (2023). Squat Egzersizini Yapan Kadınlarda Yaşam Doyumunun Öz Güven Üzerine Etkisi. Presented at the 8th International Congress On Humanities And Social Sciences In A Changing World Proceedings Book, İZMİR.

- Hekim, M. (2014). Özel Eğitime Muhtaç Çocuklarda Fiziksel Aktivite ve Spora Katılımın Fiziksel, Motorsal ve Sosyal Gelişim Üzerine Etkileri. VI. Uluslararası Eğitim Araştırmaları Kongresi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, 714-719.
- İlhan, L. (2008). Eğitilebilir Zihinsel Engelli Çocuklarda Beden Eğitimi ve Sporun Sosyalleşme Düzeyine Etkisi. Kastamonu Eğitim Dergisi, 16(1), 315-324.
- Kalaycı, H. ve Kırloğlu, İ., 2015, Zihinsel engellilere yönelik durumun ve hizmetlerin uzman görüşleri perspektifinde değerlendirilmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, KarKonya
- Kaya, E. (2016). Engelli Bireylerin Rekreatif Faaliyetlere İlişkin Tutumları ve Sportif Rekreasyon Alanlarının Engellilere Uygunluk Düzeylerinin İncelenmesi. Sakarya Üniversitesi, Sakarya. Yayımlanmamış Doktora Tezi.
- Kılıçman İ, Çınar R, Cöhce A.A, Çöpür H, Güzele, Özdemir B. (2022). Lise-lerde Öğrenim Gören Öğrencilerin Gelecek Beklentilerinin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkileri İlker, Anatolia Social Research Journal 1 (1).
- Makaraoğlu, B. (2012). İşitme Engelli Yetişkinlerin Türkçe Biçim Bilimi Farkındalığı. Dil ve Edebiyat Eğitim Dergisi, 1(3), 53-63.
- MEB. (2008). Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi zihinsel engelli bireyler destek eğitim programı. Özel Öğretim Kurumları Genel Müdürlüğü. Ankara.
- Mert, M. (2005). İşitme Engelli Güreşçilerin Fiziksel Fizyolojik Özelliklerinin İncelenmesi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisan Tezi,
- Milli Eğitim Bakanlığı (2016). Çocuk Gelişimi ve Eğitimi, <http://hboqm.meb.gov.tr/modulerprogramlar/kursprogramlari/cocukgelisim/moduller/zihinselengelliler.pdf>. (Erişim tarihi: 11.05.2023).
- Okan, K., Okan, N. (2006). Evimizdeki Engelli Çocuk. Ankara.
- Öge, Ö. (2004). İlköğretim I. Basamak Dönemi Çocuklarda Dil ve Konuşma Bozukluklarının Öğretmenlerden Bilgi Alma Yoluyla Belirlenmesi: (Eskişehir İli Örneği). Anadolu Üniversitesi, Eskişehir. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Özer, D. S. (2013). Engelliler İçin Beden Eğitimi ve Spor. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Öztürk, M. (2011). Türkiye’de Engelli Gerçeği. İstanbul: MÜSİAD Cep Kitapları.
- Şen, H.F, Aktaş, S. (2022). Toplumsal Boyutları ile Spor ve Rekreasyon: Bölüm Adı: Kavramsal Açından Spor ve Rekreasyon, Gazi Kitabevi. Ankara.

- Tortop, H. S., Kandemir, B., Kaya, Ö. E., Demir, F. (2014). Öğretmen adaylarının zihin engelli birey kavramına yönelik algıları. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(Özel Sayı), 307-322.
- World Health Organization (2021). Engelli. <http://www.who.int/en/> (Erişim tarihi: 09.05. 2023).
- Yılgin, A. (2022). Rekreatif Yürüme Fiziksel Aktivitesinin Yaşam Becerisini Geliştirmeye Etkisinin İncelenmesi: Randomize Yarı Deneysel Çalışma. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1), 66-84.
- Yılgin, A., Alpullu, A., & Demirci, C. (2022). Dezavantajlı Çocukların Spor Eğitim Projesi İle Sosyal Uyumlarının İncelenmesi. *Eurasian Research in Sport Science*, 7(2), 90-99.