



**T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**YÜKSEK
LİSANS
TEZİ**

**REKREASYONEL FAALİYET OLARAK
SPORUN OTİZMLİ ÇOCUKLARDA
SOSYAL İLETİŞİME YÖNELİK ETKİLERİ**

CEYDA CEYHUN ATABAYCAN

REKREASYON YÖNETİMİ ANABİLİM DALI

MAYIS 2019



**REKREASYONEL FAALİYET OLARAK SPORUN OTİZMLİ
ÇOCUKLARDA SOSYAL İLETİŞİME YÖNELİK ETKİLERİ**

Ceyda CEYHUN ATABAYCAN

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
REKREASYON YÖNETİMİ ANABİLİM DALI**

**GAZİ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

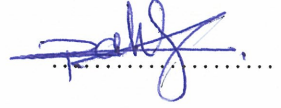
MAYIS 2019

Ceyda CEYHUN ATABAYCAN tarafından hazırlanan “REKREASYONEL FAALİYET OLARAK SPORUN OTİZMLİ ÇOCUKLARDA SOSYAL İLETİŞİME YÖNELİK ETKİLERİ” adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından OY BİRLİĞİ/ ~~OY ÇOKLUĞU~~ ile Gazi Üniversitesi Rekreasyon Yönetimi Anabilim Dalı YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman (Başkan): Prof. Dr. Ramazan Pars ŞAHBAZ

Seyahat İşletmeciliği ve Turizm Rehberliği Anabilim Dalı, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi

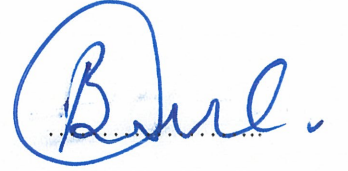
Bu tezin, kapsam ve kalite olarak Yüksek Lisans Tezi olduğunu onaylıyorum/~~onaylamıyorum~~



Üye: Doç. Dr. Bülent SALDERAY

Sanat Bilimleri Anabilim Dalı, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi

Bu tezin, kapsam ve kalite olarak Yüksek Lisans Tezi olduğunu onaylıyorum/~~onaylamıyorum~~



Üye: Dr. Öğr. Üyesi Yakup ÖZTÜRK

Turizm ve Otel İşletmeciliği Bölümü, Çankırı Karatekin Üniversitesi

Bu tezin, kapsam ve kalite olarak Yüksek Lisans Tezi olduğunu onaylıyorum/~~onaylamıyorum~~



Tez Savunma Tarihi: 27/05/2019

Jüri tarafından kabul edilen bu tezin Yüksek Lisans Tezi olması için gerekli şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

.....
Prof. Dr. Figen ZALF
Enstitü Müdürü

ETİK BEYAN

Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmasında; tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, tez çalışmasında yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi, kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı, bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu, bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.



Ceyda CEYHUN ATABAYCAN

27.05.2019

REKREASYONEL FAALİYET OLARAK SPORUN OTİZMLİ ÇOCUKLARDA SOSYAL İLETİŞİME YÖNELİK ETKİLERİ

(Yüksek Lisans Tezi)

Ceyda CEYHUN ATABAYCAN

GAZİ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

Mayıs 2019

ÖZET

Bu araştırma, rekreasyonel faaliyet olarak spor aktivitelerinin otizm spektrum bozukluğu özelliği gösteren çocuklar üzerindeki sosyal etkilerini belirlemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Mevcut araştırmanın evrenini 2016-2017 yılları içerisinde Erzurum Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü Engelliler ve Dezavantajlılar Biriminde kayıtlı olan otizmli çocukların ebeveynleri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise benzer gelişimsel düzeyde oldukları tıbbi raporlarda ifade edilen ve araştırmada kullanılan ölçeği cevaplamaya gönüllü 90 otizmli çocuğun ebeveyni oluşturmaktadır. Araştırma örneklemini amaçlı olarak seçilmiştir. Veri toplama aracı olarak anket formu kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan anket formu uzman görüşü alınarak ve daha önce konu ile ilgili yapılan çalışmalardan uyarlanarak hazırlanmıştır. Çalışmada elde edilen istatistik veriler frequency (sıklık) yöntemi ve tanımlayıcı istatistik ile analiz edilmiştir. Rekreasyonel faaliyet olarak spor yapan ve spor yapmayan otizmli çocukların sosyalleşme düzeylerini karşılaştırmalı olarak inceleyen bu çalışmada; sporun sosyalleşme, temel sosyal beceri, temel iletişim becerisi, grupla iş yapma becerisi ve kendini kontrol edebilme becerileri açısından olumlu yönde etki ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

Bilim Kodu : 116910
Anahtar Kelimeler : Otizm Spektrum Bozukluğu, Spor, Rekreatif Faaliyet, Sosyalleşme
Sayfa Adedi : 88
Tez Danışmanı : Prof. Dr. Ramazan Pars ŞAHBAZ

EFFECTS OF SPORT AS RECREATIONAL ACTIVITY ON SOCIAL
COMMUNICATION IN CHILDREN WITH AUTISM

(M. Sc. Thesis)

Ceyda CEYHUN ATABAYCAN

GAZI UNIVERSITY
GRADUATE SCHOOL OF SOCIAL SCIENCES

May 2019

ABSTRACT

This research, was conducted for the purpose of determined social effects, social activity as a recreational activity the children who have autism spectrum disorder feature. The universe of this study consists of the parents of children with autism who were enrolled in the Erzurum Disability and Disadvantaged Unit of the Youth Services and Sports Provincial Directorate in 2016-2017. The sample of the study consisted of the parents of 90 autism children who were willing to respond to the scale used in the study and expressed in the medical reports of similar developmental level. Research sample selected purpose as. Questionnaire was used as data collection tool. The questionnaire form which was used in the research was prepared by taking the expert opinion and adapting it from the previous studies. Statistical data were analyzed by frequency method and descriptive statistics. In this study, which examines the socialization levels of children with autism who do sports and do not exercise as recreational activities. It was concluded that sport has a positive effect on socialization, basic social skills, basic communication skills, ability to work with groups and self-control skills.

Science Code : 116910
Key Words : Autism Spectrum Disorder, Sport, Recreational Activity, Socialization
Page Number : 88
Supervisor : Prof. Dr. Ramazan Pars ŞAHBAZ

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimim boyunca ve tez çalışmamın her aşamasında akademik bilgi ve tecrübelerinden yararlandığım değerli danışmanım Hocam Sayın Prof. Dr. Pars ŞAHBAZ'a teşekkürlerimi sunuyorum.

Hayatımın her aşamasında yanımda olan, varlıklarını ve sevgilerini her daim hissettiğim teşekkürlerin en büyüğünü hak eden aileme sonsuz sevgilerimi ve iyi dileklerimi sunuyorum.

İlgili alana katkıları olması temennisi ile...



İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖZET	iv
ABSTRACT.....	v
TEŞEKKÜR.....	vi
İÇİNDEKİLER	vii
ÇİZELGELERİN LİSTESİ.....	x
ŞEKİLLERİN LİSTESİ.....	xi
KISALTMALAR.....	xii
GİRİŞ.....	1

BİRİNCİ BÖLÜM

REKREASYON

1.1. Rekreasyon Kavramı.....	5
1.2. Rekreasyonun Özellikleri.....	7
1.3. Rekreasyon Çeşitleri	10
1.3.1. Etkinliklere Katılma Şekline Göre Rekreasyon Çeşitleri	10
1.3.2. Mekânsal Açıdan Rekreasyon Çeşitleri	10
1.3.3. Katılımcıların Milliyetlerine Göre Rekreasyon Çeşitleri	11
1.3.4. Katılımcıların Yaşlarına Göre Rekreasyon Çeşitleri.....	12
1.3.5. Katılımcıların Sayısına Göre Rekreasyon Çeşitleri.....	12
1.3.6. Fonksiyonel Açıdan Rekreasyon Çeşitleri	12
1.4. Rekreasyon İhtiyacının Nedenleri	13

İKİNCİ BÖLÜM

SPOR VE REKREASYON

2.1. Sporun ve Beden Eğitiminin Tanımı ve Önemi	17
---	----

Sayfa

2.1.1. Sporun Bireyler Üzerindeki Etkileri.....	19
2.1.1.1. Sporun psikolojik etkileri	19
2.1.1.2. Sporun fizyolojik etkileri	20
2.1.1.3. Sporun sosyal etkileri	21
2.1.2. Rekreasyon ve Spor Arasındaki İlişki	22
2.1.3. Spor Amaçlı Hizmet Veren Rekreasyon İşletmeleri	25
2.1.4. Sportif Rekreasyon Etkinlikleri.....	25

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM**OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞU**

3.1. Asperger Sendromu	31
3.2. Çocukluk Dezentegratif Bozukluk.....	32
3.3. Rett Sendromu	33
3.4. A Tipik Otizm (Başka Türü Adlandırılmayan Otistik / Yaygın Gelişimsel Bozukluk).....	33
3.5. Otizm Spektrum Bozukluğu Tanımı	34
3.6. Otizm Spektrum Bozukluğunun Tarihçesi.....	35
3.7. Otizm Spektrum Bozukluğunun Nedenleri.....	36
3.8. Otizm Spektrum Bozukluğu Belirtileri	37
3.8.1. Sosyal İlişkilerde Güçlük	37
3.8.2. İletişimde Zorluklar	38
3.8.4. Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Bireylerin Gelişimsel Özellikleri.....	39
3.8.5. Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Bireylerin Bilişsel Özellikleri.....	40
3.8.6. Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Bireylerin Motor Gelişim Özellikleri	41
3.8.7. Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Bireylerin Duyusal Gelişim Özellikleri	42
3.9. Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Çocuklarda Sosyal Yetersizlik	44
3.10. Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Çocuklarda Rekreatif Faaliyet Olarak Spor	47

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM**KAPSAM**

4.1. Problem	53
4.2. Araştırmanın Amacı	53
4.3. Araştırmanın Önemi	54
4.4. Araştırmanın Varsayımları	55
4.5. Araştırmanın Kapsam ve Sınırlılıkları	55

BEŞİNCİ BÖLÜM**YÖNTEM**

5.1. Araştırmanın Modeli ve Yöntemi	57
5.2. Evren ve Örneklem Seçimi	58
5.3. Anketin Oluşturulması ve Verilerin Toplanması	58
5.4. Verilerin Analizi ve Değerlendirilmesi	59

ALTINCI BÖLÜM**BULGULAR**

SONUÇ VE TARTIŞMA	69
ÖNERİLER	73
KAYNAKLAR	75
EKLER	85
EK-1 Anket Formu	86
ÖZGEÇMİŞ	88

ÇİZELGELERİN LİSTESİ

Çizelge	Sayfa
Çizelge 6.1. Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Çocukların Spor Yapma Durumlarına Göre Dağılımları.....	61
Çizelge 6.2. Katılımcıların Yer Aldıkları Gruba Göre Sosyalleşme ve Altboyut Toplam Puanlarına ait Tanımlayıcı İstatistikler	61
Çizelge 6.3. Spor Yapma Durumlarına Göre Madde Bazında Tanımlayıcı İstatistikler	63
Çizelge 6.4. Normallik Testi Sonuçları.....	65
Çizelge 6.5. Sosyalleşme Toplam ve Alt boyut Toplam Puanları Açısından Gruplar Arasındaki Farklılığa İlişkinin Bağımsız t Testi Sonuçları	66
Çizelge 6.6. Cronbach's Alpha Katsayısının Değerlendirme Ölçütü	68
Çizelge 6.7. Spor Yapma Durumuna Göre Cronbach Alpha Değerleri.....	68

ŞEKİLLERİN LİSTESİ

Şekil	Sayfa
Şekil 5.1. Araştırma Modeli.....	57



KISALTMALAR

Bu çalışmada kullanılmış kısaltmalar, açıklamaları ile birlikte aşağıda sunulmuştur.

Kısaltmalar	Açıklamalar
ABD	Amerika Birleşik Devletleri
ADDM-NET	Otizm ve Gelişimsel Bozuklukları İzleme Ağı
APA	APA Amerikan Pediatri Akademisi
DNA	Deoksiribonükleik Asit
DSM	Mental Hastalıkların Tanısal ve İstatiksel olarak Sınıflandırılması (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental-Disorders)
IQ	Intelligence Quotient
MEB	Milli Eğitim Bakanlığı
OSB	Otizm Spektrum Bozukluğu
YGB	Yaygın Gelişimsel Bozukluk

GİRİŞ

Rekreasyon, bireylerin boş zamanlarında istek ve arzularını özgürce yerine getirebilmek amacıyla gönüllü olarak katıldıkları deneyim veya gerçekleştirdikleri aktivitelerdir (Torkildsen, 2005:52). Rekreasyon aktivitelerinden temeli fiziksel egzersize veya çeşitli spor branşlarının rekreatif amaçlı olarak uygulanmasına dayanan ve rekreasyon aktivitelerinin çoğunluğunu oluşturan türüne sportif rekreasyon adı verilmektedir (Chase, 1996). Sportif rekreasyonun temelini fiziksel aktiviteler oluşturmaktadır (Zorba ve Bakır, 2004:106).

Bireylerin rekreasyonel faaliyetlere katılmaları yaşam kalitesini artırarak, yaşam memnuniyetini pozitif olarak etkilemekte ve bireylere çeşitli fiziksel, sosyal ve psikolojik yönden yararlar sağlamaktadır. Özellikle boş vakit deneyimleri olarak gerçekleştirilen fiziksel aktiviteler çocukların ve yetişkinlerin yaşamlarını sağlıklı olarak sürdürebilmeleri, sosyalleşmeleri, özgüven kazanmaları, kendi kendine yetebilmeleri, destek görme ve muhtemel fiziksel sorunların ortadan kaldırılmasına olanak sağlamaktadır. Buradan yola çıkarak toplumun ve bireylerin yaşam kalitesine önemli katkılar sağlayan sportif rekreasyonun yetersizliği olan bireyler açısından da önemli bir yere sahip olduğu düşünülmektedir.

Rekreasyon alanı kapsamında farklı yeteneklere sahip tüm bireylerin bireysel, fiziksel ve sosyal potansiyellerini olumlu yönde artırabilmeleri amacı ile rekreasyonel etkinliklere eşit oranda katılma hakları söz konusudur (Perrin, 1992).

Engelli bireylerin topluma adaptasyonunun sağlanması amacıyla her türlü gelişim süreçlerinde, özel eğitim programları çerçevesinde beden eğitimi ve sporun etkili olduğu bilinmektedir. Spor eylemleri bireylerin psikolojik ve sosyolojik olarak gelişimine katkı sağlayan eylemlerdir. Sportif eylemlerin aracılığı ile ahlak eğitimi, sevmeye duygusu, paylaşma duygusu ve saldırganlığı kontrol etme gibi kişiler arası sosyal ilişkileri düzenleyecek ortam ile yöntemler sağlanabilmekte ve uygulamalar yapılabilmektedir (Özoğlu, 1997).

Bireyler arası sosyal ilişkilerde, iletişim ve davranışlarda ciddi sorunlar yaşayan otizmli bireyler açısından da sportif rekreasyon önemli bir yere sahiptir. Otizm, yaşamın ilk

dönemlerinde başlayan ve ömür boyu devam eden, sosyal ilişkiler, iletişim, davranışsal ve bilişsel gelişmede gecikme ve sapmayla belirli nöropsikiyatrik bir bozukluk olarak kabul edilmektedir (Aydın, 2008:17). Otizm, Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB) kategorisindeki en temel alt grubu ve OSB'nin şiddetli bir biçimi olarak bilinmektedir. 2013 yılında yayımlanan DSM V'de, OSB ile ilgili bazı değişiklikler yapılmış, ismi otizm açılımı kapsamında bozukluk olarak ifade edilerek tanılama kriterleri; sosyal iletişim ve etkileşimde süregelen bozukluk ile sınırlı tekrarlayan davranış örüntüleri olmak üzere iki ana başlık altında toplanmıştır. Bu alanlardaki belirtilerin erken çocukluk döneminde ortaya çıkma gerekliliği DSM V'de yer alırken, Asperger sendromu, PDD-NOS ve Yaygın Gelişimsel Bozukluk şemsiyesi altında yer alan diğer özel gereksinim durumları rehberden çıkarılmıştır. Otizmlili çocuklar özel gereksinimli çocuklar içerisinde önemli düzeyde problem davranışın gözlemlendiği gruptur ve bu çocuklarda farklı türlerde problemlili davranışlar (aşırı hareketlilik, öfke nöbetleri, saldırganlık, kendine zarar verme, uygunsuz korkular, tikler, uyku ve yeme sorunları) görülebilmektedir (Korkmaz, 2010).

Konuya ilişkin yapılan gözlemler otizmlili çocukların problem davranışlarının temelinde yer alan dürtüsel davranma ve hareketlilik eğilimlerinin oyun oynamayı öğretmek ve fiziksel egzersizleri sürekli hale getirme yolu ile olumlu enerjiye dönüştürülebildiğini göstermektedir. Düzenli fiziksel aktivite olarak otizmlili bireylerde en sık karşılaşılan aktiviteler arasında ata binme ve yüzme yer almaktadır. Bu ve benzer diğer fiziksel aktiviteler sonucunda otizmlili çocukların tüm kaslarını çalışarak düzenli olarak gelişim göstermekte ayrıca motor becerilerinde olumlu gelişmeler ve mevcut olan takıntılarında azalmalar görülebilmektedir (Özbey, 2005:246).

Otizmlili bireylerin yaşam kalitesini artıran, daha bağımsız yaşama yeteneğini geliştiren, etkili bir sosyalleşme sağlayan, stresini kontrol edebilen ve fiziksel yeteneklerini daha fonksiyonel kullanabilmek için güç elde ederek birçok soruna çözüm oluşturan rekreasyonel spor etkinliklerinin alternatif bir müdahale şekli olabileceği düşünülmektedir (www.autizmspeaks.org) (Karaküçük, 2012:50).

Sportif aktivitelerle elde edilen beceriler, otizmlili bireylerin “gerçek boş zamanlarında” eğlenme, dinlenme veya oyalanma amacıyla serbest halleriyle tekrarlanması, gündelik yaşamlarında, toplumsal aktivitelerinde ve daha bağımsız gerçekleştirebilecekleri

bazı eylemlerinde kullanılması sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Yani bireyin yaşam ve verimlilik kalitesinin arttırılması sağlanmaktadır (Karaküçük, 2012:54).

Günümüzde otizmli bireylerin eğitiminde ve sosyal hayata entegrasyonunda artık rekreasyonel faaliyetlerin önemsendiği görülmektedir. Otizmli bireylerin hayatlarında çok önemli bir role sahip olan ailelerinin de rekreasyonel spor aktivitelerinin otizmli bireylerin yaşamına katkısına dair görüşlerinin olduğu alan yazında da karşımıza çıkmaktadır. Örneğin Çalışkan, Şirinkan, Erciş, Saraçoğlu, Akoğuz (2008) “Engelli çocuğu olan ailelerin beden eğitimi ve spor etkinlikleri hakkındaki görüşleri” araştırma sonuçlarına göre, engellilerin sportif faaliyetlere katıldıkları zaman başarılı olabileceklerine olan inançlarının yüksek olduğu ve ebeveynlerin sportif etkinlikler aracılığı ile çocuklarının daha sağlıklı olacaklarına dair inanışları bulunmaktadır (İlhan ve Suveren, 2009:45-46).

Bireyin hayatına sağladığı olanaklar açısından rekreasyon tüm bireyler için özellikle de engelli çocukların yaşamında ayrı bir öneme sahiptir (Blake, 1996:3-9). Bu bakış açısından yola çıkılarak planlanan bu araştırma; rekreasyonel faaliyet olarak sporun otizmli bireylerin sosyalleşme düzeylerine etkisinin incelenmesi ve otizmli bireylerin hayatında rekreasyonel faaliyetlerin önemine vurgu yapılması açısından alan yazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.



BİRİNCİ BÖLÜM

REKREASYON

1.1. Rekreasyon Kavramı

İnsanların boş zamanlarında bulunduğu ortamlardan uzaklaşmak, dinlenebilmek, hava değişimi yaşamak, gezmek-görmek, sağlıklı yaşamak, beraber olmak, heyecan duymak, farklı deneyimler elde etmek gibi birçok amaçla ev dışında veya ev içerisinde, açık veya kapalı alanlarda ya da pasif-aktif biçimlerde, kent içinde veya kırsal alanlarda yapılan etkinlikleri ifade eden bir kavramdır ve insanın çalışma saatleri dışındaki boş zamanında katıldığı faaliyetlerle ilişkilidir (Karaküçük, 2008). İnsanların boş zamanlarını değerlendirmesi, neredeyse boş zaman ile aynı anlama gelmektedir. Rekreasyon kişilerin iş, aile ve toplumsal ödevlerini gerçekleştirdikten sonra özgür iradesi ile seçtiği kendini geliştirdiği, yenilediği, eğlenebildiği ve dinlenebildiği faaliyetlere katılma olarak açıklanabilmektedir (Kır, 2007).

Tarih öncesi dönemlerde rekreasyon daha çok insanın yaşam mücadelesi (avlanmak, balıkçılık gibi) ile ilgilidir. Ayrıca mağara boyamak, resim çizmek ve güreşmek gibi rekreasyon faaliyetlerin de yapıldığı bilinmektedir (Broadhurst, 2001).

Eski Yunan şehirlerinde spor gösterileri, bilim, felsefe ve güzel sanatlar ile ilgili aktiviteler rekreasyon faaliyetlerini oluşturmaktaydı ve agoralar halkın rekreasyon için bir araya geldikleri önemli toplantı merkezleriydi. Ayrıca Eski Yunan şehirlerinde bulunan açık hava tiyatroları da rekreasyon aktivitelerinin yapıldığı diğer önemli alanlar arasında yer almaktaydı (Torkildsen, 1999).

19. yüzyılda görülen teknolojik gelişmeler, sanayileşme ve çalışma koşullarının iyileşmesi endüstri öncesi dönemlere göre dinlenme ve eğlenme için ayrılan boş zamanları arttırmıştır. Başlarda savurganlık ve tembellik olarak görülen boş zamanlar, zamanla insanların ruhsal, zihinsel ve bedensel rahatlamasını sağlayan temel bir gereksinim olarak görülmüştür. Bunun sonucunda ise kişinin serbest zamanları içerisinde, günlük yaşamın sıkıcı, disiplinli ve monoton etkisinden kurtulmak, dinlenmek ve hoşça vakit geçirmesini

sağlamak amacıyla yaptığı çeşitli faaliyetleri kapsayan rekreasyon kavramını ortaya çıkarmıştır (Çıdam, 2007).

Rekreasyon yenilenme, yeniden yaratılma veya yeniden yapılanma anlamına gelen Latince “recreatio” kelimesinden gelmektedir. Türkçe karşılığı ise yaygın bir şekilde boş zamanları değerlendirme olarak kullanılmaktadır. Bu tanımlama, bireylerin ya da toplumsal kümelerin boş zamanlarında gönüllü olarak yaptıkları dinlendirici ve eğlendirici etkinlikler anlamını taşımaktadır (Karaküçük, 2008).

Torkildsen (1999)’e göre rekreasyon bireylerin boş zamanlarında katıldıkları aktivitelerin tamamıdır ve rekreasyon kelimesi bazen “oyun” kavramı ile aynı anlamda kullanılmaktadır. Howe ve Carpenter (1985) rekreasyonun genellikle bireylerin boş zamanlarında katıldıkları (aktif veya pasif) aktivitelerin tamamı olduğunu belirtirken, Cordes ve İbrahim (2002) bireyin boş zamanlarında gönüllü olarak yer aldığı, birey için bir anlam taşıyan, eğlenmesini sağlayan aktiviteler olarak tanımlamış ve bu aktivitelerin hem açık hem de kapalı alan aktiviteleri olabileceği gibi spor ve egzersiz aktiviteleri veya daha az fiziksel aktivite gerektiren etkinlikler olabileceğini de belirtmiştir. Baud-Bovy ve Lawson (1998) ise rekreasyon kavramını anlamsal olarak biraz daha değiştirerek boş zaman içinde insanların uğraştıkları veya katıldıkları aktiviteleri içerdiğini ve bu aktivitelerin bireyin evle ilgili işleri veya ikinci bir işi gibi zorunlu olduğu etkinliklerden farklı olması gerektiğini savunmuşlardır (Demirel, 2009). Mclean ve Hurd (2011) ise; rekreasyonu, oyun ve boş zamanın birleştirilmesi şeklinde ifade ederken Neumeyer (1958) bireysel ya da grup şeklinde yapılabilen, kişinin doğrudan doğruya kendi ilgi alanlarından oluşan, özgürlük ve zevk hissi veren, ödül kazanma ya da gereklilik duygusunu içinde barındırmayan etkinlikler şeklinde tanımlamıştır (Akgül, 2011).

Rekreatif faaliyetler tamamıyla boş zamanda yapılması, gönüllü katılımın olması, kişilerin kendi isteğiyle mutlu olacağı faaliyetlerde bulunması, toplumsal ve kişisel yönden fayda sağlaması, toplumsal yargılara aykırı olmaması gibi özellikler taşımaktadır. Boş zamanın pozitif yönde değerlendirilmesi ruhen sağlıklı gençlerin gelişimine de katkı sağladığı düşünülmektedir. Fakat bazen rekreatif aktiviteler tipik boş zaman aktiviteleri olarak da sınıflandırılabilen alkol, ilaç ve uyuşturucu kullanımı veya kumar gibi aktiviteleri de kapsayabilmektedir. Bu nedenle boş zamanlarda yapılacak tüm aktivitelerin seçiminin iyi yapılması veya bireylerin aktivite seçimi konusunda eğitilmesi gereklidir (Demirel, 2009).

Boş zamanların değerlendirilmesinde gönüllülük esas olduğundan herkes kendi seçtiği bir faaliyet ile bu zamanını değerlendirmede özgürdür. Herkesin rekreasyon açısından aynı aktiviteleri gerçekleştirmesi düşünülemez. Rekreatif faaliyetler kişiden kişiye, yöreden yöreye ve ülkeden ülkeye farklılıklar gösterebilmektedir. Bir grup veya toplum açısından rekreatif özellik taşıyan faaliyetler, başka bir grup veya toplum açısından benimsenmeyebilir, kişiler açısından da durum bu şekildedir (Yazıcı, 1998).

Yapılan tanımlardan da anlaşılacağı gibi rekreasyon bireyin özgürce seçtiği ve gönüllülük esasına dayanan, boş zamanlarda gerçekleştirilen aktif veya pasif olarak yapılabilen, etkinlik sonucu bireye rahatlama, gevşeme ve tatmin gibi duygular kazandıran aktiviteler olarak ifade edilebilir.

1.2. Rekreasyonun Özellikleri

Birçok araştırmacı tarafından rekreasyonun kabul gören bazı temel özellikleri bulunmaktadır. Bu özellikler rekreasyonu diğer faaliyetlerden ve kavramlardan ayıran temel özelliklerdir (Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2003). Tercih edilen rekreasyon aktivitesi ne olursa olsun, bireyin bazı içsel gereksinimlerini ve ihtiyaçlarını tatmin etmeyi amaçlamaktadır. Rekreasyon kavramının temel özellikleri (McLean, Hurd ve Rogers, 2008; Jensen ve Guthrie, 2006):

- Rekreasyon kişilerin boş zamanları süresince gerçekleştirilir,
- Gönüllü olarak katılım esastır,
- Rekreasyon genel olarak aylıklık ve tembellik dışında bir aktivite olarak kabul edilmektedir,
- Rekreasyon spor, oyun, el sanatları, güzel sanatlar, performans sanatları, müzik, seyahat, hobi ve sosyal aktiviteler gibi birçok aktiviteyi kapsamaktadır,
- Rekreasyon dışarıdan gelen güdüler veya kazanılacak ödüller dışında içsel güdüler ve kişisel tatmin arzusu ile harekete geçmektedir.

Rekreasyondaki temel güdü memnuniyet elde etme ve zevk arama olmasına rağmen entelektüel, fiziksel ya da sosyal ihtiyaçlar da insanların rekreasyon faaliyetlerine katılmasına sebep olan güdüler arasına girmektedir. Bazı durumlarda rekreasyon “eğlence” imkanı sunmaktan ziyade yüksek seviyede bağlılık ve disiplin gerektirmektedir. Boş zaman

deneyimi kişilere göre anlam kazandığından insanların rekreasyona veya rekreasyon faaliyetlerine yükledikleri anlamlar da değişmektedir. Bireylerin rekreasyon deneyimine yüklediği çeşitli anlamlar aşağıdaki şekilde özetlenebilir (Torkildsen, 2005:55):

- Oluşan günlük rutinlerden kaçış,
- Yenilik,
- Rahatlama hissi,
- Zorluklar karşısında kendini test etme,
- Kişisel imaj geliştirme,
- Doğanın bir parçası olma,
- Kişisel değer artışı
- Kişisel gelişim ve öğrenme,
- Canlanma ve tazelenme,
- Ortak deneyim takım maçları ve zorluklarla mücadele
- Risk, korku ve sıra dışı deneyimler yaşama,
- Heyecan, özgürlük, kontrol, yaratıcılık, ahenk ve içsel barışı yaşama ve hissetme,
- Açık ve kesin kurallar, sınırlar ve düzen içerisinde yaşama,
- İçsel gözlem,
- Ortaklık, birlik, arkadaşlık ve bir grupla özdeşleşmedir (birçok rekreasyon deneyiminin en güçlü motivasyon maddesi olarak görülmekte).

Hazar (2003)'e göre rekreasyonun başlıca özellikleri:

- Rekreasyon insanların boş zamanda katıldıkları etkinliklerdir. Ancak her boş zaman değerlendirilen zaman değildir.
- Gönüllü katılımı gerektiren, doyum sağlayıcı (eğlendirici, hoşça vakit geçirici, mutlu edici, dinlendirici, hoşnut edici) etkinliklerdir.
- İlgi ve isteğe göre seçilen etkinliklerdir.
- Çalışmanın tam karşısıdır ve çalışılmayan zamanla ilgilidir.
- Tembellik değildir. Zihinsel, fiziksel ve ruhsal olarak güç kazanma amacı ile bireyin veya grupların sosyal, kültürel, ekonomik ve fizyolojik imkânlarıyla bağımlı olarak boş zamanlarında katıldıkları etkinliklerdir.

- Düzensiz veya aşırı kentleşme, çevre kirliliği, yoğun çalışma ve yaşam şartlarında yıpranan bireylerin zihinsel, ruhsal ve fiziksel güç kazanarak yenilenmek için yöneldikleri etkinliklerdir.
- Rekreasyonun insanlar üzerindeki olumlu etkileri yaş, gelir, meslek, ihtiyaç vb. faktörlere göre değişiklik gösterir.
- İnsanların başarı kazanma, kendini kanıtlama, kişiliğini ifade etme, takdir edilme, toplumda statü kazanma ve yeni deneyimler edinme ihtiyaçlarına yöneliktir.
- İnsanlar diğer kişi veya kuruluşların düzenledikleri etkinliklere katıldıkları gibi etkinliği kendileri de yaratabilirler. Örneğin; kitap okuma, müzik dinleme, sergi açma gibi.
- Rekreasyona katılan bireyler veya gruplar zamanı, etkinlik türünü ve yeri kendileri seçerler.
- Rekreasyonel etkinliklerin belirlenmesinde insan ihtiyaçları dikkate alınmalıdır.
- Rekreasyon toplum geleneklerine, törelere, ahlaki ve manevi değerlere uygun olmalı ve sosyal değerlere ters düşmemelidir.
- Rekreasyonel etkinlikler ve tesisler turizm sezonunun ve konaklama süresinin uzamasına, turistik işletmelerde satışların artmasına katkıda bulunmaktadır. Bu nedenle turistik yöreler rekreasyon alanlarına sahip olmalıdır.
- Çocuklar doktorculuk, evcilik, polisçilik ve askercilik gibi oyunlar ile yaşamlarının ileri dönemlerindeki eylemleri deneyimler ve bu sayede oyun aracılığıyla hayata hazırlanırlar. Sportif oyunları oynayan çocuklar sporda, sanata yönelik oyunları oynayan çocuklar sanatta başarılı olabilmektedirler.
- İnsanlar rekreasyon yoluyla kültürel eylemleri tekrarlarlar. Böylece gelecek kuşaklara kültür aktarımı sağlanır.
- İnsanlara fizyolojik, sosyolojik ve psikolojik yararları bulunan müzik, dans, el sanatları, doğa gezisi, oyun, spor vb. rekreasyon türleri tıpta iyileştirici veya tedavi edici olarak da kullanılmaktadır.
- İnsanlar yaşayabilmek için beslenmeyle edindikleri enerjinin kullanılmayan kısmını (artık enerjiyi) sportif faaliyetler veya oyunlar aracılığıyla dışarı atarlar. Fazla enerjinin dışarı atılmasıyla rahatladıkları gibi gerginlikleri de azalır.
- İnsanlar oyun yoluyla bastırılmış duyguları (saldırganlık vb.) dışarı çıkararak rahatlamış olurlar. Örneğin; futbol ve voleybol oynayan gençler topa hırsla vurarak, karşı taraf oyuncularına kızarak, sportif karşılaşmaları izleyen seyirciler bağırarak deşarj olurlar.

1.3. Rekreasyon Çeşitleri

Boş zaman değerlendirme etkinlikleri çok çeşitli olduğundan rekreasyon etkinlikleri fonksiyonlarına veya çeşitli kriterlere bağlı olarak sınıflandırılmaktadır (Kaya, 2003).

Rekreasyonun sınıflandırılmasındaki ölçütünü genellikle bireyin rekreasyon faaliyetlerine katılım amaçları, istekleri ve zevkleri oluşturmaktadır. Bunun yanı sıra farklı kriterlere göre de ayrı gruplandırmalar söz konusudur (Karaküçük, 2008). Faaliyetler çok çeşitli olduğu için sınıflandırmaları da çeşitlidir. Örneğin; kimileri eve yönelik çeşitlilik, kimileri ise topluluğa yöneliktir (Tezcan, 1994). Bu nedenle kesin bir sınıflandırma yapmak kolay değildir. Genel bir fikir vermek amacıyla rekreasyon çeşitleri; katılımcıların özellikleri (yaş, sayı, katılım şekli, milliyet vb.) mekan ve fonksiyon gibi kriterler göz önünde bulundurularak altı ana grupta sınıflandırılarak incelenebilir (Hazar, 2003).

1.3.1. Etkinliklere Katılma Şekline Göre Rekreasyon Çeşitleri

Bireyin etkinliklere seyirci (izleyici) olarak veya rol alarak katılımlarına göre rekreasyon; etken rekreasyon ve edilgen rekreasyon olmak üzere ikiye ayrılır (Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2003):

- **Etken (aktif) rekreasyon;** insanların aktif rol aldıkları boş zamanlarını değerlendirme etkinlikleridir. İnsanların bireysel olarak veya grup halinde yüzme, golf oynama ve defilede rol alma gibi etkinliklere katılmaları örnek olarak verilebilir.
- **Edilgen (pasif) rekreasyon;** insanların aktif olarak katılmadıkları sadece izleyici (seyirci) olarak katıldıkları boş zaman değerlendirme etkinlikleridir. Örneğin; spor karşılaşmaları ve sanatsal gösterilerini izleme, müzik dinleme vb.

Rekreatif faaliyetlerde aktif veya pasif katılım kıyaslandığında aktif katılım daha fazla arzu edilmektedir (Yazıcı, 1998).

1.3.2. Mekânsal Açıdan Rekreasyon Çeşitleri

Yazıcı (1998)'e göre; belirlenen rekreatif etkinliklerin uygulanacağı mekânların seçimi kişilerin inisiyatifinde olmalıdır. Kimileri açık alanları tercih ederken kimileri de

kapalı alanlara yönelmektedir. Farklı boş zaman değerlendirme biçimleri için gerekli alanlar da farklılık göstermektedir. Ayrıca çeşitli boş zaman değerlendirme etkinlikleri değişik büyüklükteki alanları gerektirmektedir.

Mekânsal açıdan rekreasyon çeşitleri, açık ya da kapalı alanlarda yapılan etkinlikleri kapsamaktadır. Genel olarak açık havada yapılan tüm rekreasyonel kullanımları içeren bir rekreasyon tipi olarak tanımlayabileceğimiz açık alan rekreasyonunun başta temel fonksiyonlarını ormanlar, dağlar ve su bölgeleri oluşturmaktadır (Karaküçük, 2008).

Bu etkinliklerden bazıları şunlardır (Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2003):

- Açık alanlarda gerçekleştirilen her türlü sportif faaliyetler ve oyunlar (kayak, tırmanma, futbol, tenis, basketbol, golf vb.)
- Açık alanlarda sanatsal etkinlikler (açık hava konserleri, sergiler, resim yapma vb.) düzenlemek veya düzenlenen etkinlikleri izlemek
- İzcilik, kampçılık, avcılık
- Piknik
- Bahçe işleri
- Doğa incelemesi
- Doğayı koruma etkinlikleri vb.

Kapalı alan rekreasyonu ise; toplumun kullanması için ayrılmış kapalı mekânlardaki ve evlerdeki boş zaman değerlendirme etkinlikleridir (Hazar, 2003). Sinema, tiyatro, toplantı ve diğer benzeri aktiviteler ile radyo dinlemek, TV izlemek, kitap okumak, arkadaş ziyaretleri ve dinlenmek gibi evin içinde yapılan eylemler kapalı alan rekreasyonel faaliyetlerini oluşturmaktadır.

1.3.3. Katılımcıların Milliyetlerine Göre Rekreasyon Çeşitleri

Gelişen boş zaman anlayışıyla birlikte, şehir içinde gerçekleştirilen rekreasyonlardan sonra uluslararası rekreasyon faaliyetleride seyahatler, eylemler ve etkinlikler şeklinde kendisini göstermeye başlamıştır (Karaküçük, 2008). Katılımcıların milliyetlerine göre ise rekreasyon ulusal ve uluslararası olmak üzere iki grupta incelenir (Hazar, 2003).

- **Ulusal rekreasyon;** ülke sınırları içinde yaşayan kişilerin ve ülkede faaliyet gösteren kuruluşların katıldıkları boş zaman değerlendirme etkinlikleridir. Örnek olarak; ulusal festivallere katılma ve sergiler verilebilir.
- **Uluslararası rekreasyon;** ülke içerisinde ve ülke sınırları dışında yaşayan kişi veya kuruluşların katıldıkları boş zaman değerlendirme etkinlikleridir. Örnek olarak; uluslararası film festivallerine ve el sanatları sergilerine katılma verilebilir.

1.3.4. Katılımcıların Yaşlarına Göre Rekreasyon Çeşitleri

Katılımcıların veya izleyicilerin yaşlarına göre rekreasyon; çocuk rekreasyonu, gençlik rekreasyonu, yetişkin rekreasyonu ve üçüncü kuşak rekreasyon şeklinde sınıflandırılmaktadır (Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2003).

1.3.5. Katılımcıların Sayısına Göre Rekreasyon Çeşitleri

Katılımcıların sayısına göre rekreasyon çeşitlerini iki grupta toplamak mümkündür.

- **Ferdi (bireysel) rekreasyon;** insanların tek başlarına boş zamanlarını değerlendirmesidir. Örneğin; evde tek başına müzik dinlemek veya resim yapmak. Bireysel olarak yapılan rekreasyon genellikle hobilerin öncülüğünde belirlenen aktivitelerdir (Hazar, 2003).
- **Grup rekreasyonu;** insanların grup şeklinde boş zamanlarını değerlendirmeleridir. Örneğin; grup olarak sinemaya gitmek veya konsere katılmak (Adiloğulları, 2007).

1.3.6. Fonksiyonel Açıdan Rekreasyon Çeşitleri

Rekreasyon çeşitlerini fonksiyonları açısından sekiz grupta incelemek mümkündür.

- **Ticari rekreasyon;** insanların belirli bir ücret ödeyerek katıldıkları boş zaman değerlendirme etkinlikleridir. Örnek olarak; ücret karşılığında insanların katıldıkları konserler, sağlıklı yaşam etkinlikleri, sinema, dalış eğitimi, rafting yapma ve yabancı dil kursları verilebilir.

- **Estetik rekreasyon;** yüksek gelir seviyesi ile eğitim ve kültür düzeyine sahip insanların katıldıkları etkinliklerdir. Örneğin; ünlü sanat etkinliklerini izlemek, ünlü müzik yapıtlarını dinlemek vb.
- **Sosyal rekreasyon;** insanların beşeri (insanlar arası) ilişkiler kurma veya beşeri ilişkileri pekiştirmek amaçlı katıldıkları etkinliklerdir. Örneğin; kutlama partileri, yemekli toplantı veya arkadaş - akraba ziyaretleri vb.
- **Sağlık rekreasyonu;** sağlıklı yaşamı devam ettirmek, tedavi edici boş zaman değerlendirme etkinlikleridir. Örnek olarak; sportif etkinlikler, termalizm (kaplıca, içmece, ılıca) etkinlikleri, klimatizme yönelik etkinlikler, uvalizme yönelik etkinlikler; Türk hamamı, sauna, masaj etkinlikleri, yaylacılık vb. verilebilir (Hazar, 2003).
- **Fiziksel rekreasyon;** mekânsal açıdan (açık veya kapalı alan) gerçekleştirilen ve masraflı olan tüm spor etkinlikleridir. Ancak insanların ortak kullanılabileceği tesisler yaparak (yüzme havuzu, spor sahaları gibi) masraf azaltılabilir.
- **Sanatsal rekreasyon;** insanların boş zamanlarını sanatın bir çok dalından biri veya birkaçı ile uğraşarak değerlendirilmesi şeklindedir.
- **Kültürel rekreasyon;** boş zamanın kültürel faaliyetlerle değerlendirilmesi, eski sanat ve tarihi eserlerin veya müzelerin gezilmesidir (Karaküçük, 2008).
- **Turistik rekreasyon;** kişilerin turizm etkinliklerine katılarak boş zamanlarını değerlendirmeleridir. Farklı bir ifadeyle turistik boş zaman diliminde gerçekleştirilen boş zaman değerlendirme etkinlikleridir (Hazar, 2003).

1.4. Rekreasyon İhtiyacının Nedenleri

Bazı durumlar insanların rekreasyonel faaliyetlere katılma gereksinimlerini ortaya çıkartmaktadır. İnsanların rekreasyon ihtiyaçları bazen bireysel bazen de toplumsal durumlara göre ortaya çıkmaktadır. Karaküçük (2008) ise; rekreasyon ihtiyacının nedenlerini şu şekilde sıralamıştır:

- Rekreasyon etkinliklerinin sağlık üzerine fiziksel olarak olumlu etkileri bulunmaktadır. Günümüzde teknolojik gelişmelere bağlı olarak insanların hareketsiz bir yaşam tarzına sahip olmaları çeşitli sağlık problemlerine neden olmaktadır. Bu sağlık sorunlarının başında dolaşım ve solunum sistemi hastalıkları, kalp-damar rahatsızlıkları, şişmanlık ve obezite, eklem rahatsızlıkları, kemik hastalıkları ve iç organlarda düzensiz çalışma vb.

gibi sorunlar gelmektedir. Bunun sonucunda insanlar da oluşan sağlık sorunlarını azaltmak için rekreatif etkinliklere gereksinim duyulmaktadır.

- Rekreasyon etkinliklerine katılım ruh sağlığını olumlu yönde etkilemektedir. İnsanların günlük rutin yaşantıları içerisinde aile, iş ve okul ortamında psikolojik olarak yorulmaları zamanla sinir sisteminin bozulmasına ve insanların psikolojik dayanma sınırlarının azalmasına neden olmaktadır. Bununla beraber insanların hayatlarının her alanında monotonluk yaşamaları da psikolojik yıpranma düzeyini artırmaktadır. İnsanlar genellikle rekreasyon aktivitelerine katılım konusunda özgür seçimler yapmaktadır. Bunun sonucu olarak rekreasyon etkinlikleri insanlara özgürlük hissi tattıran ve ruhsal zenginliği geliştiren bir öneme sahiptir.
- Rekreasyon etkinliklerine katılım insanların sosyal yönlerinin de gelişimine olumlu yönde katkı sağlamaktadır. Özellikle grup halinde yapılan rekreasyon etkinlikleri insanların sosyal ilişkiler kurmalarına ve sosyal yönlerini geliştirmelerine büyük fayda sağlamaktadır. Bu nedenle insanların sosyalleşme anlamında gereksinimlerini karşılamak için rekreasyon etkinliklerine katılmaları beklenen bir sonuçtur.
- Çoğu insan sahip olduğu yetenek ve becerilerin tam olarak farkında değildir. Birçok rekreasyon aktivitesi insanların sahip olduğu kişisel yetenek ve becerilerin gelişimine katkı sağlamaktadır. Fakat insanların kendi beceri ve yeteneklerine uygun rekreasyon etkinliklerini seçmeleri kişisel yetenek ve becerilerin geliştirilmesi açısından oldukça önemlidir.
- İnsanların kendi arzuları ile katıldıkları rekreatif etkinlikler yaratıcı güçlerin geliştirilmesi açısından da önemli bir yere sahiptir. Yaratıcılık insanların sahip olduğu ancak genellikle tam anlamı ile farkında olmadığı yeteneklerdir. Rekreasyon etkinliklerine katılım ile insanlar farkında olmadığı yaratıcı yönlerini de geliştirme fırsatı bulurlar. İnsanların katıldıkları rekreasyon etkinliklerinde alanında lider bir etkinlik yöneticisi bulunuyorsa, insanların yaratıcı güçlerinin daha fazla geliştirilebilmesi de mümkündür.
- Rekreasyon etkinliklerine katılım insanların iş yaşantılarındaki verim ve performansını da olumlu yönde arttırmaktadır. Özellikle ağır işlerde çalışan kişilerin kendi ruh hallerine uygun ve zevk alacakları rekreatif etkinliklere katılmaları psikolojik ve fiziksel olarak dinlenmelerine ve sonuçta da iş verimlerinin artmasına etki etmektedir.
- İnsanların rekreatif etkinliklere katılmaları bazı açılardan ekonomik yapının gelişmesine de katkı sağlamaktadır. Örneğin; kırsal bölgelerde açılan kurslarda el sanatlarını

öğrenmek, halıcılık kurslarına katılmak, tamircilik ve marangozculuk gibi etkinliklere katılmak birer rekreasyonel faaliyet olmanın yanı sıra, bölge ekonomisi için de önemli bir gelir kaynağı oluşturmaktadır. Bu kapsamda rekreasyon etkinliklerine katılan bireylerin başka bir taraftan da ekonomik birer üretim aracı olduğunu söylemek mümkündür.

- İnsanlar mutlu olma ihtiyaçlarını karşılamak için de rekreasyon etkinliklerine katılmaktadır. Çünkü rekreasyon etkinliklerinin insanları mutlu eden yönleri bulunmaktadır. Hatta rekreasyonun asıl amacının insanları mutlu etmek olduğu belirtilmektedir.
- Rekreasyon etkinliklerine katılım toplumsal dayanışma ve bütünleşmeye katkı sağlamaktadır. Aynı alanda yapılan rekreasyon etkinlikleri ile toplumun her kesiminden insanların bir araya gelmesi sağlanmaktadır. Bazı rekreasyonel etkinliklere katılım ile toplumda çatışma içerisinde olan bireyler bir araya gelerek ortak uğraşlarda bulunurlar. Bunun sonucunda ise toplumsal dayanışma ve bütünleşmenin pekişmesine katkı sağlanmaktadır.

Rekreasyonel etkinliklerin demokratik bir toplum oluşturulması açısından da önemi büyüktür. Rekreatif etkinlikler sayesinde insanlar toplumsal kurallara uymayı öğrenmektedir (Karaküçük, 2008).



İKİNCİ BÖLÜM

SPOR VE REKREASYON

2.1. Sporun ve Beden Eğitiminin Tanımı ve Önemi

Tarihsel süreç içerisinde sporun doğuşu ve gelişimi, insanın doğayla mücadele etmesi ile birlikte başlar ve bu mücadele içerisinde gelişimini devam ettirir. Zorlu doğa şartlarında yaşamı sürdürebilmek için korunmak, beslenmek, barınmak gibi sebeplerle kendiliğinden ortaya çıkan bazı eylemler zaman içerisinde bir takım örüntüleriyle ve amaçsal değişiklikler ile günümüzde spor olarak bilinen eylem bütünlüğünün temelini oluşturmaktadır (Mirzeoğlu, 2006).

Spor genel anlamıyla kişilerin beden ve ruh sağlığını geliştirme, belirli kurallara göre rekabet ölçüleri içinde mücadele etme, heyecan yaşama, yarışma ve üstün gelme gibi amaçlar içeren, başarı gücünü artırma, kişisel açıdan en yüksek noktaya çıkarma yolunda gösterilen yoğun çabalar olarak tanımlanabilir (Akçalar, 2007).

Aristoteles ise sporu “hangi hareketlerin vücuda yararlı olduğunu, doğanın insan vücuduna ölçülü olarak bağışladığı niteliklere göre bunların hangilerinin iyi ve uygun düşeceğini araştıran bir bilim” olarak tanımlamıştır (akt; İnal, 2003).

Spor tanımlanması son derece güç olan bir kavramdır. Bu durum sporun yüklenmiş olduğu anlamların ve araçların çok olmasından, içinde bulunan çeşitliliğin dinamizminden, kapsamının belirsiz olmasından, sporun toplumdan topluma göre değişen tarihsel arka planından ve günlük dilde yaygın bir şekilde kullanılmasından kaynaklanmaktadır. Kısacası sporun yapısının çok boyutlu karmaşık olması onu kolayca tanımlanamaz yapmaktadır. Çeşitli araştırmacılar tarafından önerilmiş tanımlara yöneltelen haklı eleştiriler, diğer araştırmacıların tanım geliştirme çabasından kaçınmalarına sebep olmaktadır. Örnek olarak; R. Thomas gibi tanınmış bir spor bilimcisi, makalesinde sporun tanımına geniş yer ayırdığı bölümünde, özellikle elit sporu ve kitle sporu farklılıklarını vurgulayarak sporun içindeki ayrışmaya işaret etmekte, bu durumun sporun tanımını güçleştirdiğini belirterek bir tanım denemesinden özellikle kaçınmaktadır. Spor kelimesi etimolojik olarak incelendiğinde ülkeden ülkeye farklılık gösteren anlamlarla ifade edilebilmektedir. Örneğin; İngilizcedeki

“sport” sözcüğünde “oyun” anlamının hâlâ mevcut olduğu fakat diğer ülkelerde spor teriminin bu anlamı içermediği bilinmektedir. Bu durum değişik kültürle mensup insanlar tarafından “spor” sözcüğü kullanıldığında terime yüklenen anlamların detayda farklılaşmasına neden olabilmektedir (Şallı, 2009).

Hosseinalipour (2015)’un tanımlamasında ise “spor; kişisel veya toplu oyunlar biçiminde yapılan genellikle yarışmaya neden olan, belli kurallara göre uygulanan beden hareketlerinin hepsidir. Spor, insan bütünü oluşturur ve insanın fiziki, ruhi ve zihni niteliklerinin bulunduğu, yaşının ve kapasitesinin gerektirdiği verim gücüne ulaşabilmesi için rekabet olmadan yaptığı faaliyetlerinin tümüne denir. Ayrıca spor kişinin belirli düzenlemeler içerisinde fiziksel aktivitesini ve motorik becerilerini zihinsel, ruhsal ve sosyal davranışlarını geliştiren ve bu özelliklerini belli kurallar içinde yarıştırmasını amaçlayan biyolojik, pedagojik ve sosyal olan bir uğraştır” (Hosseinalipour, 2015).

Mobley (2006)’e göre, toplumun ve toplumdaki tüm vatandaşların genel refah ve sağlığını güvence altına almak, devletlerin hem ulusal hem de yerel düzeyde yapması gereken en önemli görevler arasındadır. Spor bireyin ruh ve beden sağlığını etkileyen, güvence altına alan, kişiyi topluma entegre eden, günlük yaşamın stres ve gerginliğinden uzaklaştıran bir araç olarak görülmektedir. Bu özellikleriyle spor çok önemli bir kamu hizmet alanı olmaktadır (Sivrikaya ve Doğu, 2011).

Spor, insanın gelişim özelliklerini doğrudan etkilemesinin yanı sıra barış, sevgi, saygı, dürüstlük ve özveri gibi özellikleri ve değerleri de beraberinde getirmektedir. Ayrıca sporun yurtiçinde ve uluslararası barışın temelinde de rolü bulunmaktadır. Spor, bir milletin iyi günlerinde değişik ve zengin etkinlik çeşidi olurken, zor günlerinde (örneğin yurt savunmasına) hazırlık olmaktadır. Sporun görünmeyen bir başka yönü ise idareci ya da yöneticilerin işini kolaylaştırmasıdır. Çünkü olaya eşyanın tabiatı gözüyle bakıldığında düzenli insanların yönetimi de rahat olacaktır (Akçalar, 2007).

Yamaner (2001)’e göre beden eğitimi; bireyin büyüme, gelişme ve davranışlarını sağlayan güçlü bir eğitim alanı olmanın yanı sıra bireyin beden ve ruh sağlığının gelişmesi için yapılan hareketlerin tamamını kapsamaktadır.

Beden eğitimi ve sporun insan üzerinde en önemli etkileri fiziksel ve biyolojik olarak görülmektedir. Bu etkileri maddeler halinde şu şekilde sıralamak mümkündür (İnal, 2003):

- Enerjik bir organizma sağlar,
- Bedensel ve zihinsel yorgunluklara karşı vücut direncini artırır,
- Vücudun yağ oranını düşürerek kilo almayı önler,
- Bedensel olarak yapılan işlerde geç yorulmayı ve erken dinlenmeyi sağlar,
- İç salgı bezlerinin düzenli olarak çalışmasını sağlar,
- Vücutta kılcal damar sayısını artırarak kalp üzerinde olumlu etkiler yapar.

Beden eğitimi ise vücudu kuvvetlendirmek ve vücut sağlığını korumak amacı ile aletli ve aletsiz olarak hareket yapmaktır (Harmandar, 2004). Beden eğitimi ile sporu birbirinden ayıran temel bazı etkenler vardır. Bu etkenler şu şekilde özetlenebilir (Eren, 2010):

- Beden eğitiminde şampiyon olma veya rekor kırma söz konusu değildir. Tam tersine eğitimin bir parçası olarak kişiliğin oluşumu ve düzenlenmesini sağlayan bir araçtır.
- Beden eğitimi vücudu dinlendirir bu nedenle yarışmadan kaçınır, spor ise hedefi itibariyle bedeni zorlamaktan çekinmez.
- Beden eğitiminin nerede bittiğini, sporun nerede başladığını net olarak kestirmek mümkün olmadığından birbirinden amaç ve uygulama şekli ile ayırmak gerekmektedir.

2.1.1. Sporun Bireyler Üzerindeki Etkileri

Fertlerin ve toplumların sağlık ve mutluluğunun bir amacı değil aracı olan beden eğitimi ve spor faaliyetleri sayesinde insanlar birçok vasıf kazanmaktadır. Sporun bireyler üzerindeki faydaları 3 ana başlık altında incelenmektedir. Bunlar:

2.1.1.1. Sporun psikolojik etkileri

Spor sadece fiziki ve psikolojik olarak bireylerin eğitiminde kullanılmaz. Bununla birlikte bireylerin işbirliği ve sorumluluk sahibi olmasına ve bireylerin kendi kendine disipline olmasına yardımcı olmaktadır. Sporun temel amacı; tüm bireylerin spor yapmasını sağlayarak sağlıklı, mutlu, çalışkan, moral değerleri yüksek, dinamik ve çağdaş bir toplum

oluşturmak ve topluma karşı görev ve sorumluluklarını bilen, beden ve ruh sağlığını yerinde, yapıcı, yaratıcı, üretken, ahlaklı, erdemli ve fazilet örneği nesiller yetiştirmek ve toplumun tüm fertlerini dinamik, zinde, yüksek moralli ve mutlu tutmaktır. Dolayısıyla spor amaç itibarıyla bireyin manevi değerlerini güçlendirmektedir (Akçalar, 2007).

Günümüzde bireyleri spora iten tek sebep hareket etme ve bedeni geliştirmek değildir. İnsanlarla ilişki kurma isteği, yalnızlık korkusu ve sosyal bir varlık olma ihtiyacı da en az sportif ve sağlıklı olma isteği kadar etkilidir. Aynı zamanda spor, yapanın iradesinin kontrolü, başarıma azmi ve ilerleme isteği gibi duyguları insanlara kazandırarak yine insanın içgüdüsünde varlık gösteren yıkıcı, saldırgan, kırılcı, tahammül edilemeyen dürtülerini pozitif hale getirerek bireysel ve toplumsal gelişiminin yanında insanların kişilik kazanmasında da etkili bir olgudur. Ayrıca insan spor ile ruhsal açıdan yarışma ruhu, yardımlaşma duygusu, çalışma disiplini, cesaret, insan sevgisi, kültür, doğruluk, kendine güven, mücadele azmi, yenme ve yenilmeyi kabul etme, paylaşma gibi kazanımlar elde eder. Spor çağımızın hastalığı olan stresle başa çıkmada en önemli etken olmaktadır. Bireylerin rahatlamasının ve gevşemesinin yanında kendilerini mutlu hissetmelerini ve bir şeyleri başarmış olmanın verdiği hazzı yaşamayı sağlar (Ölmez, 2010).

2.1.1.2. Sporun fizyolojik etkileri

Günümüzde yaşanan birçok rahatsızlığın ortaya çıkması bireylerin hareketsiz yaşantısı sonucu oluşmaktadır. Kalbe ve beyne daha fazla kan gitmesi bireylerin daha sağlıklı bir yaşama adım atmalarını kolaylaştıracaktır. Fiziki açıdan spor; çeviklik, esneklik, denge, kuvvet, mukavemet, sürat, kondisyon, estetik görünüm, ritim, koordinasyon ve fiziki mükemmellik sağlar. Uzun süren hareketsiz yaşam başta insan bedeninin hareket yeteneğini kaybetmesine ve organik çöküntüsüne sebep olur. Günlük kaygıların ve stresli yaşantının yoğun olduğu günümüzde ise bu tarz gerileme ve güçsüzlük kişinin başarılarını olumsuz yönde etkilemektedir. Bu hareketsizlikleri tetikleyen diğer etkenler ise düzensiz beslenme ve yanlış beslenme alışkanlıklarıdır. Bunların sonucunda insanlar sürekli doktora gitmek zorunda kalmaktadır. Bu olumsuzlukları önlemenin yolu ise bireylere yaş gruplarına göre düzenli egzersizler yaptırmaktır (Akçalar, 2007).

2.1.1.3. Sporun sosyal etkileri

Spor bireyin dinamik ve sosyal çevrelere katılımını sağlayan sosyal bir etkinlik olması özelliğinden dolayı kişinin sosyalleşmesinde önemli bir etkidir. Modern toplumlarda sporun çoğunlukla kolektif bir etkinlik olduğu göz önünde bulundurulduğunda spor ile ilgilenen bireyler sportif faaliyetler aracılığı ile değişik insan grupları ile sosyal ilişkiye girmektedir. Spor bireyin kendi dar dünyasından kurtularak başka ortamlarda, başka insanlardan, inançlardan, düşüncelerden kişiler ile diyalog içinde bulunmasını, onlardan etkilenmesini ve onları etkilemesini sağlamaktadır. Bu özelliği ile sporun yeni dostluklar kurulmasına, pekiştirilmesine ve sosyal kaynaşmaya destek sağladığı söylenebilir. Spor sadece spor yapanlar değil izleyici kitleler arasında da önemli iletişim aracıdır. Başlangıçta kişisel bir olgu olarak başlayan sportif faaliyetler daha sonraları toplumsal bir nitelik kazanması ile daha geniş kitlelere ulaşmayı başarmıştır (Demirdağ, 2010).

İnsanın iradesini kuvvetlendiren beden eğitimi ve spor aynı zamanda insanın kendine güven duymasında ve kişiliğinin ortaya çıkmasında büyük rol oynar. Bununla birlikte insanların grup çalışmalarını kolaylaştırır ve karşılıklı güven duygusu ve dayanışma ortamı sağlar (İnal, 2003). Sporun sosyolojik faydaları şu şekilde sıralanmaktadır (İnal, 2003:37):

- Farklı toplumlardan insanların kaynaşmasını sağlar.
- Belli amaçlara ulaşmada eğitsel bir araç görevi üstlenir.
- Grup çalışmaları sayesinde bireyler arasında karşılıklı dayanışma ve işbirliğini geliştirir.
- Fertlerin kurallara uymasını ve dürüst olma özelliğini geliştirir.
- Fertler arasındaki sosyalleşme sürecini arttırır.
- İnsanların boş zamanlarını değerlendirmesini sağlar.
- Kötü alışkanlıklardan uzak tutar, toplumdan uzaklaşan kişileri topluma kazandırır.
- İnsanların yaşadığı stresi üzerinden atmasına yardımcı olur.
- İnsanlara toplum içinde statü kazandırır.
- Engellileri topluma kazandırır.
- Ülke insanının milli duygularının kabarmasına vesile olur.

Bedensel gelişimin yanı sıra sosyal açıdan da önemli olan spor, bireylerin çevresi ile iletişim kurmasını sağlayarak özgüven artışına da neden olur. Psikolojik olarak ise kendine

hâkim olabilme, soğukkanlı davranma, iradesini kullanma ve başarıya odaklanma gibi birçok açıdan olumlu davranış kazandırmada etkilidir. Çocukların ve gençlerin sağlıklı bir gelişim süreci geçirmesinde sporun etkisi gözlemlenmektedir (Sevim, 1997). Teknoloji çağında büyüyen çocukların enerjilerini doğru kullanmalarını sağlamak ve teknolojik aletlere bağımlılıklarını azaltabilmek amacıyla ebeveynler özellikle çocuklarının boş zamanlarında spor faaliyetleri yapmalarını tercih etmektedirler.

2.1.2. Rekreasyon ve Spor Arasındaki İlişki

Rekreasyon aktiviteleri içerisinde temeli fiziksel egzersize ve çeşitli rekreatif amaçlı spor branşlarının uygulanmasına dayanan ve rekreasyon aktivitelerinin büyük bir bölümünü oluşturan türe “sportif rekreasyon” adı verilmektedir. Sportif rekreasyonun temelini fiziksel egzersizler oluşturmaktadır. Bu nedenle rekreasyon tanımının içinde spor veya sportif aktiviteler özellikle yer almaktadır. Rekreasyon spor, fiziksel egzersiz, sanat ve oyun formlarını kullanarak kişiliğin yaratıcı bir şekilde ifade edilmesi anlamına gelmektedir. Bu tanımları destekler nitelikte literatürde birçok tanım yer almaktadır. Bunlardan bazıları şunlardır:

Rekreasyon aktiviteleri arasında spor aktiviteleri en önemli ve en popüler aktiviteler olarak görülmektedir. Gerçekleştirilen başka rekreasyonel aktiviteler ile karşılaştırıldığında spor aktivitelerinin amacı olan, disiplin gerektiren ve kuralları olan aktiviteler olduğu görülmektedir (McLean vd., 2008).

İnsanın öz benliğine uygun ve haz duyarak yaptığı rekreasyonel faaliyetler günlük yaşamın sıkıcılığından kurtularak ve başka insanlarla etkileşim içerisine girerek toplumsal bir kişilik kazanmak amacıyla gerçekleştirilen pasif ve aktif, grup veya ferdi olarak yapılan sporları, gezileri, eğlenceleri, zevk veren olayları ve resmi olmayan eğitimleri kapsamaktadır (Kement, 2014).

Sporun boş zaman faaliyeti olmasının yanı sıra yarışma seviyesinde de yapılması rekabet ve hırs gibi duyguları içinde barındırması sporun cazibesini artırmaktadır. Ülkeler arası veya yerel olarak yapılan yarışmalar ve olimpiyatlar kitleleri etkilemektedir. Spor; bireylerde yaş farketmeksizin bireysel olarak veya takım halinde yapılabilmesi, istendiğinde açık veya kapalı mekanlarda gerçekleştirilmesi ve mevsime göre çeşitlilik göstermesinin

yanında sağlığa olan faydalarından dolayı tercih edilmektedir. İnsanların boş zamanlarında spor yapmasının yanı sıra seyirci olarak katılabilmesi de sporun bu özellikleri arasındadır. Kitle iletişim araçlarının artması buna en önemli etkindir (Akcan, 2010).

Rekreasyon faaliyeti olarak gerçekleştirilen spor, katılan bireylere kişisel doyum sağlamakla birlikte ortak heyecan ve ilgi alanları gerçekleştirilerek bireylerin sosyalleşmelerini, sosyal uyum sağlamalarını ve yabancılaşmaktan kurtulmalarını sağlamaktadır. Kendilerine uygun sportif rekreasyon gerçekleştiren kişiler iş dünyasının bunalıcı atmosferinden sıyrılarak haz duydukları faaliyetlere katılarak aynı durumdaki farklı bireylerle kaynaşarak eğlenceli ve sosyal ortamlarda yer almaktadırlar (Ramazanoğlu, Altungül, Özer, 2004).

Sporun insanlar üzerindeki faydaları biyolojik, psikolojik ve toplumsal etkiler olarak sayılmaktadır (Akcan, 2010).

- **Biyolojik Yararları:** Bireylerin sporu tercih etmesinde ki en önemli etkenlerden birisi sporun biyolojik yararlarının fazla olmasıdır. Kişilerin yaşam kalitesini artırması yanında sağlıklı ve dinç kalabilmesi için spor önemlidir. Fiziksel performansı artırır. Bağışıklık sistemine olumlu yönde etkide bulunur. Yapılan fiziksel aktiviteler özellikle hareketli etkinlikler bireyin bedensel gelişimine katkıda bulunur. Ayrıca tedavi edici yönleri de mevcuttur (Akcan, 2010). Boş zamanlarında sportif etkinliklere katılan bireylerin katılmayanlara göre genellikle fiziksel olarak daha sağlıklı ve sağlam oldukları bilinmektedir. Gerçekleştirilen spor etkinlikleri dolaşımı artırır ve organların gelişimine katkı sağlar (Tezcan, 1982).

- **Psikolojik Yararları:** Günümüzde yoğun çalışma şartları insanları stresle karşı karşıya bırakmaktadır. Oluşan bu stresten arınmak ve korunmak amacı ile spor yapılmaktadır. Spor vücuda zarar veren alışkanlıklardan uzak durmaya veya bu alışkanlıkları bırakmaya yardımcı olmaktadır. Psikolojik rahatsızlıklarda da tedavi edici özellikleri de vardır. Yeni insanlarla tanışarak sosyalleşme, eğlenme ve neşeye imkan tanıyarak ruh sağlığı dengeli bireyler olunmasına yardımcı olmaktadır (Akcan, 2010). Özellikle açık havalarda gerçekleştirilen sportif faaliyetler ruh bozuklukları ve hastalıkları önleyerek azaltmaktadır (Tezcan, 1982).

- **Toplumsal Yararları:** Hareketsiz yaşam tarzı sağlık sorunlarına, ekonomik anlamda da verimsiz iş gücüne neden olmaktadır. Bu nedenle insanlar yoğun çalışma yükü ve oluşan olumsuz çevre şartlarından kurtulmak, beden ve ruh sağlığını korumak amacıyla spor etkinliklerine yönelmektedir. Spor her kesimden insanın bir araya gelerek yaptığı, grup halinde hareket etmeyi öğrendiği ve yeni dostluklar edinmelerini sağlayan bir olgudur. Hükümetlerin sağlıklı bireylerden oluşan bir toplum elde etmek olgusu ile bu yönde çalışmalar yapması gerekmektedir. Her yaşta, her kesimden insanın ulaşabileceği etkinlik alanları oluşturulmalı ve kanunlar düzenlenmelidir.

Spor ve rekreasyon birbirlerinden etkilenir. Rekreasyonun en kapsamlı, çeşitli ve ilgi çeken alanlarından birini spor oluşturmaktadır. Spor, kişilerin rekreatif gereksinimlerini karşılamada önemli bir hareket alanı sağlarken, rekreasyon da bu konuda sporun toplumda yaygınlaşması, tanınması ve sportif başarılar sağlamasında önemli roller üstlenmiştir. Spor içinde bulunduğu sosyal ve kültürel şartlardan etkilenmektedir. Son yıllarda spor aktivitelerine olan ilgi değişimleri, spor kavramının boyutlarının genişlemesi, sosyal ve kültürel yapılar ile spor aktiviteleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktadır. İnsanların sportif ilgilerinde sağlığa olan düşkünlükleri, vücut bilincinin gelişmesi ve kendini tanıma ve keşfetme isteği etkili olmaktadır. Teknoloji giderek insanları daha az çalışmaya sevk etmektedir. Bu durumda boş zamanı olan insanın yalnızca iş şekli değil, zaman harcadığı eğlenceler, hobiler, oyun ve sporları da sürekli çeşitlendirmektedir. Bunların türleri ve katılım biçimleri sürekli artmaktadır. İnsanlar birebir temas gerektirmeyen ya da az temas kurulan ve sıklıkla yapılan rekreasyon amaçlı spor faaliyetlerinden ziyade maceraya yönelik sporları ve bireysel sporları tercih etmektedir (Başoğlu, 2011).

Sporun başkalarıyla yarış halinde olunmasının dışında bireyin kendisiyle yarışma durumu ve sağlıklı bir yaşam sürdürebilmek için gerekliliği hemen hemen herkes tarafından kabul edilmektedir. Bu yönü ile değerlendirildiğinde; sportif faaliyetler diğer boş zaman faaliyetlerine göre daha popüler ve sağlıklı bulunmaktadır. Rekreasyonel bir araç olarak spor, bireylerin endüstrileşmeyle birlikte açıkça hayat ve iş biçimlerini değiştirmeleri sonucu, şehir ve endüstriyel ortamlarda yaşıyor olmaları, bir taraftan uygarlaşma ve hayat standartlarının yükselmesi diğer taraftan da negatif olarak zihinsel ve fiziksel eksikliklerin meydana getirdiği olumsuzlukları ortadan kaldırmak için önemli fonksiyonlar üstlenmiştir (Taşkiran, 2014).

Kurumlu (2014)'ya göre; toplumun tüm bireylerinin, okul içinde ve okul dışında beden eğitimi ve spor ile rekreasyon faaliyetlerine katılımları sağlanarak sağlıklı, güçlü, kişilikli, özgür ve bilimsel düşünme yeteneğine sahip olmaları sağlanabilmektedir.

Yapılan araştırmalara göre, rekreasyon amaçlı olarak tercih edilen sportif faaliyetleri yapan insanların sayısı, diğer faaliyetlere katılanların sayılarından daha fazladır. Bazı Avrupa ülkelerinde 1950'li yıllardan beri boş zaman faaliyetleri olarak spor yapanların sayısında artış olduğu gözlemlenmiştir. 1960-1970 yılları arasında spor dallarında artış olmuştur. Hükümet politikaları halkı serbest zaman faaliyetlerinden özellikle spor yapmaları konusunda teşvik etmiştir. Boş zamanın artması ile spora katılımı, kendi kendine yapılan spor faaliyetlerinde artış gözlemlenmiştir (Erken, 2008).

2.1.3. Spor Amaçlı Hizmet Veren Rekreasyon İşletmeleri

Temelde halk sağlığının sürdürülebilmesi ve insanların boş zamanlarının değerlendirilebilmesi için bireysel ve kitlesel spor amaçlı rekreatif etkinliklere katılım için hükümetlerin, yerel yönetimlerin ve özel teşebbüslerin inşa ettiği stadyumlar, yüzme havuzları, cimmastik salonları, spor salonları, buz pisti, minyatür spor alanları ve sokak spor alanları spor amaçlı hizmet veren rekreasyon işletmeleri olarak kabul edilmektedir (Gül, 2014).

2.1.4. Sportif Rekreasyon Etkinlikleri

Rekreasyon ve boş zaman etkinliklerine katılım, bireyin rahatlığının vazgeçilmez bir ögesi olarak düşünülmekte ve boş zaman, rekreasyon ve yaşam kalitesi arasında bir etkileşim olduğu kabul edilmektedir. Rekreatif katılımın sonuçları fiziksel etkinliğin yanında fiziksel, zihinsel ve ruhsal sağlık ve yenilenmenin birçok yönünü de kapsamaktadır (Arslan, 2013).

Rekreasyonel faaliyet olarak yapılan sporun iki tür etkinliği görülmektedir. Bunlardan ilki, izleyici olarak pasif katılım ikincisi ise rol alarak aktif katılımıdır. Aktif katılım kişinin kendi arzusu ile herhangi bir sosyal, kültürel ve sportif etkinliğe fiili olarak katılımıyla gerçekleşen rekreatif etkinliktir. Fiili olarak katılım gerektiren bu etkinlik türlerinin seçiminde kişiye etki eden bazı faktörler bulunmaktadır. Etkinliğin seçimi ve uygulaması bazen düşünüldüğü kadar kolay değildir. Gerçekleştirilecek faaliyette yaşanan

çevre, bu çevredeki imkânlar, ailenin sosyo-ekonomik yapısı, yörenin gelenek ve görenekleri, yaş ve cinsiyet gibi kişilik özellikleriyle birlikte arkadaş çevresi de önemlidir. Bu faktörler arasına ülkenin sanayileşmiş yapısını ve politikalarını da dâhil etmek mümkündür (Kement, 2014).

Pasif rekreatif katılım ise herhangi bir spor branşına ait müsabakayı veya antrenmanı yerinde izlemek, aynı maçı veya antrenmanı evde televizyon karşısında izlemektir. Fakat ikisi arasında ortam, heyecan ve tepki farklılığı gibi bir takım ayrımlar vardır. Ayrıca pasif bir rekreatif etkinlik anlayış ve alışkanlıklara göre değişiklik göstermektedir (Kement, 2014).

Açık ve kapalı alanlarda aktif olarak katılımı gerektiren sportif etkinlikler aşağıda sıralanmaktadır (Hazar, 2003):

Havuz, Akarsu, Göl ve Deniz Etkinlikleri

- Yüzme
- Su altı dalış
- Deniz ve tatlı su avcılığı
- Rafting, rüzgar sörfü, yelkencilik, su kayağı etkinlikleri
- Sandal, yat, deniz bisikleti, deniz motoru, denizatı gezileri
- Havuz oyunları (su balesi, su voleybolu vb.)
- Çeşitli yarışmalar

Dağ Sporları

- Tırmanma, yürüyüş, avcılık, kar kayağı, kar motoru ve kızak gezileri
- Çeşitli yarışmalar

Sportif Rekreasyon İstasyonlarındaki Etkinlikler

- Tehlikeli sporlar (tehlikeli atlayış, yamaç paraşütçülüğü vb.)
- Basketbol, futbol, hentbol, voleybol, golf, mini golf, tenis, masa tenisi, boks vb. savunma sporları, güreş, cimmastik, beden eğitimi, binicilik, okçuluk, cirit vb.
- Çeşitli yarışmalar

Fiziksel Beceri Oyunları ve Yarışmaları

- Çocuk oyunları ve yarışmaları
- Gençlere yönelik oyunlar ve yarışmalar
- Yetişkinlere yönelik fiziksel beceri oyunları ve yarışmalar
- Üçüncü yaş grubuna yönelik oyunlar ve yarışmalar.





ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞU

Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB), sosyal-iletişimsel alanlarında yetersizlikler, kısıtlı ilgi alanları ve tekrarlayıcı davranış kalıpları ile karakterize edilen nörogelişimsel bir bozukluktur. Yaşamın erken dönemlerinde belirtileri gözlemlenmektedir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

Yaşamın ilk dönemlerinde başlayarak yaşam boyu süren, sosyal ilişkiler, iletişim, dil gelişimi, davranış ve bilişsel gelişimde gecikme ve sapmayla belirlenen bir grup nöropsikiyatrik bozukluk olarak tanımlanmaktadır (Yılmaz, 2004). Son yıllarda artan OSB'nin nörogelişimsel bozukluk olan zihinsel engellilikten sonra ikinci sırada yer almasıyla halk sağlığı sorunu haline geldiği bilinmektedir (Newschaffer, Croen, Daniels, Giarelli, Grether, Levy, Reynolds, 2007:58).

OSB özellikler ve belirtiler yönünden hafiften şiddetliye doğru farklılık gösterebilmektedir. OSB tanısı konan kişilerde birbirine benzer özellikler görülse de özelde birbirlerinden farklı davranışlarda bulunabilmektedir. Bu nedenle birçok disiplin alanı tarafından (nörolog, psikiyatrist vb.) farklı tanımlamalar yapılmıştır (Şahbaz, 2017:93).

Amerika Birleşik Devletleri (ABD)'nde CDC (Centers for Disease Control and Prevention-ABD Hastalık Kontrol ve Korunma Merkezleri) tarafından oluşturulan ADDM-NET (Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network - Otizm ve Gelişimsel Bozuklukları İzleme Ağı) tarafından yürütülen tarama araştırması sonuçlarına göre; otizm spektrum bozukluğu yaygınlığı 2006 raporunda 1/150, 2012 yılı raporunda 1/88 ve 2014 yılı raporunda 1/68'dir (Christensen vd., 2016). OSB yaygınlığı İngiltere'de 1/100 ve Avusturalya'da 1/160 olarak bildirilmiştir. Diğer çalışmalardan daha yüksek olarak 2011 yılında Güney Kore'de 7-12 yaş aralığında 55.266 çocukla yapılan bir araştırmada otizm spektrum bozukluğu sıklığı %2.64 olarak tespit edilmiştir (Kim, Leventhal, Koh, Fombonne, Laska, Lim, Song, 2011:98).

Cinsiyete göre dağılım incelendiğinde; OSB'nin erkeklerde görülme oranı kızlara göre 2-7 kat daha fazladır. ABD'de Otizm ve Gelişimsel Bozuklukları İzleme Ağı, ilk 8

yaşıta her 68 çocuktan birinin (14.7/1000) OSB olduğunu, bu sıklığın erkek çocuklarda 23.6/1000, kız çocuklarda 5.3/1000 olduğunu belirtmiştir. Buna göre her 42 erkek çocuktan biri ve her 189 kız çocuktan biri OSB tanısı almaktadır. On bir ayrı merkezin verilerinin incelendiği bu araştırmada OSB sıklığı açısından merkezler arasında farklılıklar tespit edilmiştir (8.2-24.6/1000). Bu çocukların kapsamlı değerlendirmeleri ortalama 40 aylık iken yapılmıştır. Çocukların %43'ünün değerlendirilmesi ilk 36 ayda yapılmış olup erkek ve kız çocuklarında benzer zamanlarda yapıldığı belirtilmiştir (Christensen vd., 2016).

Başta Kuzey Amerika olmak üzere dünyanın birçok bölgesinde akıl hastalıklarının tanımlanmasında ve sınıflandırılmasında Amerikan Psikiyatri Birliği (American Psychiatric Association) tarafından hazırlanan DSM (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı) temel başvuru kılavuzu olarak kullanılmaktadır (Özkaya, 2013:2).

Otizm, ilk defa 1980 yılında yayımlanan DSM-III'le birlikte Ruhsal Bozukluklara İlişkin Tanı ve İstatistik El Kitabına girmiştir. DSM-III'te Yaygın Gelişimsel Bozukluk [Pervasive Developmental Disability (PDD)] kategorisi altında yer alan infatil otizmin;

- a) Diğer insanlara yanıt vermede eksiklik,
- b) İletişim becerilerinde önemli düzeyde bozukluk,
- c) Çeşitli çevresel faktörlere garip tepkiler verme ile bu bozuklukların hayatın ilk 30 ayında ortaya çıkması olmak üzere üç belirgin özelliğinin bulunduğu belirtilmiştir (Rakap, Birkan ve Kalkan, 2017).

DSM-III 1987 yılında revize edilmiş ve DSM-III-R'de otistik bozukluk için daha kapsamlı bir tanım yapılmıştır. Burada çocuğun otistik bozukluk tanısı alabilmesi için üç ana alan (sosyal etkileşim, iletişim ve sınırlı ilgi ya da etkinlikler) altında belirtilen 16 kriterden 8'ini karşılaması gerektiği belirtilmiştir. DSM-III-R'de otizmin erken çocukluk döneminde oluşmasına yönelik şart kaldırılmış ve Başka Türü Tanımlanamayan Yaygın Gelişimsel Bozukluk (Pervasive Developmental Disability Not Otherwise Specified PDD-NOS) kategorisi bir özel gereksinim türü olarak eklenmiştir. 1994 yılında yayımlanan ve 2000 yılında revize edilen DSM-IV ve DSM-IV-R hali hazırda kapsamlı ve karmaşık olan otistik

bozuk tanılama kriterlerini genişletmiş ve Yaygın Gelişimsel Bozukluk şemsiyesi altındaki özel gereksinim sayısı Asperger ve Rett Sendromlarının eklenmesiyle 5'e çıkarılmıştır (Rakap vd., 2017; Şahbaz, 2017:93).

Otizm tanısal kriterleri DSM-IV'te;

- 1) Asperger Sendromu
- 2) Çocukluk Dezentegratif Bozukluk
- 3) Rett Sendromu
- 4) Atipik Otizm (Başka türlü adlandırılmayan otistik / yaygın gelişimsel bozukluk)
- 5) Otizm (Otistik Bozukluk)

Ancak DSM-V'te otizm kategorize edilmemiş ve farklı ciddiyette seviyelendirilmiş OSB olarak tanımlanmıştır (American Psychiatric Association, 2013).

3.1. Asperger Sendromu

Otizm spektrum bozukluğunun bir parçası olan Asperger Sendromu (ya da Asperger Bozukluğu) sinirsel bir bozukluk olarak görülmektedir. Asperger sendromlu çocuklarda ılımlıdan kaba davranışlara geçmesine sebep olan karakteristik davranış bozuklukları mevcuttur (Şahbaz, 2017). Günümüzde Asperger sendromu sık sık yüksek fonksiyonlu otizm olarak tanımlanmaktadır (Sherrill, 2004).

Asperger sendromu adını ilk olarak tanımlayan Viyanalı Hekim Hans Asperger'den almıştır. Dr. Asperger 1944 yılında normal zekâ ve dil gelişimi gösteren fakat otizm benzeri davranışlar sergileyen, sosyal alanda ve iletişim alanında belirgin eksikliklere sahip olan birkaç erkek çocuğun davranış şekillerini tanımlayan bir makale yayımlamıştır. Bu makaleyi 1940'lu yıllarda yayımlamasına rağmen, 1994 yılına kadar DSM-IV'ün 4. baskına eklenmemiştir ve Asperger Sendromu sadece son birkaç yıldır uzmanlar ve aileler tarafından bilinmektedir (Şahbaz, 2017).

Asperger sendromunda sosyal etkileşimde yetersizlik, çeşitli takıntılı ve basmakalıp davranışlar görülür (Kırcalı-İftar, 2003). Sosyal iletişim eksikliği Asperger sendromunda gözlemlenen temel özelliştir. Bu bozukluğa sahip olan bireylerde dil bozuklukları görülmeyebilir ancak bu kişilerin konuşma becerileri zayıftır (Şahbaz, 2017).

Başka bir tanımlamaya göre Asperger sendromu; sosyal etkileşim, tekrarlayıcı ile birleşen, basmakalıp davranış biçimlerindeki ciddi ve sürekli bir bozulma türüdür. American Psychiatric Association/ Amerikan Psikiyatri Birliği (2013)'ne göre; Asperger sendromu dil gelişiminde, iki yaşında kelimeleri tek tek kullanma ve üç yaşında sözcükleri konuşma yetersizliğidir. Sakarlık klinik bir özelliktir fakat tanı için önemli bir ölçüt değildir. Asperger sendromu yaşayan bireylerin zeka seviyesi normal ya da normalin üzerindedir. En önemli özelliği sosyal uyum ve iletişim yetersizliği, ilgi alanının sınırlı olması ve sembolik oyun becerisinin olmamasıdır. Bu belirtiler Asperger sendromunun otizmle olan ortak özellikleridir (Özbey, 2005). Genellikle erkeklerde görülen bu sendromda sosyal ilişkilerde bozulma ve stereotipik (yineleyici) davranışlar mevcuttur. Belli bir alanda çok yetenekli ve bilgili olabilirler. Sohbetleri soru-cevap şeklinde ve kendi istedikleri konuda olur (Yılmaz, 2004).

Özbey (2005)'e göre ise Asperger sendromunu otizmden ayıran en belirgin özellikler:

- Dil gelişimi sırasında sıkıntılar yaşanmaz.
- Önemli derecede zeka gerilikleri bulunmaz.
- Arkadaşlık kurma isteği veya yatkınlığı mevcuttur.
- Davranış bozukluklarına fazla rastlanmaz.

Asperger sendromunun otizmden farklı özellikleri bulunmasından dolayı özellikle normal çocuklarla da benzerlik gösterebilirler.

3.2. Çocukluk Dezentegratif Bozukluk

Heler sendromu olarak da bilenen çocukluk dezentegratif bozukluk çok nadir karşılaşılan bir bozukluktur. Otistik davranışlar göstermektedir (Özbey, 2005). Özellikleri arasında sosyal çevreye ilgisizlik çok belirgindir (Özer, 2010). İki yaşına kadar sağlıklı bir gelişim gözlemlenir. Ancak 2-10 yaş arasında aniden veya dereceli olarak iletişim, sosyal etkileşim, dil becerisi, motor beceriler, idrar ve kaka kontrolünde gerileme ve kayıplar başlar. Nörolojik sorunlar ve ağır zekâ sorunları görülür. Genellikle erkek çocuklarda rastlanır (Yılmaz, 2004).

3.3. Rett Sendromu

Rett sendromu 6-18 aylar arasında ortaya çıkan, giderek kötüleşen ve ender rastlanan nörolojik bir bozukluktur. 1999 yılında Rett sendromunun genetik bir bozukluk olduğu tespit edilmiştir (Cumine, Dunlop ve Stevenson, 2010). Yalnızca kadınları etkileyen Rett sendromu başın büyümesindeki yavaşlama, önceden kazanılan el becerilerinin kaybı, sosyal çevredeki ilgi kaybı, stereotipik hareketler, yürüyüş ve koordinasyon problemleri ve sonraki dil ve psikomotor fonksiyonundaki ciddi bozulmanın gelişimi yoluyla teşhis edilen bir durumdur (Sherrill, 2004). Dil gelişimi, sosyal gelişimde azalma, stereotipik el hareketleri (çamaşır yıkıyormuş gibi el burma), yürüme ve vücut hareketlerinde bozulma, yoğun epileptik nöbetler ve zekâ sorunları oluşur. Nörolojik tablo ağırsa ölümle sonuçlanabilir (Yılmaz, 2004). Rett sendromu ve otizmin benzer yanı her ikisi de erken yaşta başlar, dil ve sosyal etkileşim kayıp ikisinde de görülür. Otizm gibi Rett sendromu rastlanılan çocuklar göz teması kurmazlar, duygularını ifade etme yetileri çöker, el çırpma, bükme ve sallama gibi amaçsız el hareketleri sergilerler. Her iki bozuklukta da nöbet geçirme yaygındır. Bu benzerliklerin yanı sıra Rett sendromu ve otizmin birbirlerinden farklı birçok yönü bulunmaktadır. Otizm genellikle erkeklerde görülürken, Rett sendromu neredeyse hep kızlarda rastlanan bir bozukluktur. Nörolojik eksiklik yönünden otizm sabit kalırken, Rett sendromunda nörolojik bozukluk ilerleyicidir, yaş ilerledikçe semptomlar ağır seyretmeye başlar. Otizmlili çocuklar genellikle sosyal etkileşim ve konuşma sonucu teşhis edilir ama Rett sendromlu çocuklarda fark edilen ilk belirti kas kaybıdır (Şahbaz, 2017).

3.4. A Tipik Otizm (Başka Türölü Adlandırılmayan Otistik / Yaygın Gelişimsel Bozukluk)

Otizmin tüm belirtilerine rastlanılmaz. Uzmanlar arasında tanı koyabilme açısından büyük sorun yaratan konulardan biridir. Aslında daha geniş bir otistik belirtiler yelpazesini tanımlar (Korkmaz, 2005). Otizm, çocuklardaki üç temel gelişim alanını etkiler; fakat A tipik otizmde bu temel alanlardan yalnızca birinde bozukluk görüldüğünden ve diğer gelişimsel bozukluklar için belirtilen ölçütler karşılanmadığından bu tanı konur. A tipik otistik çocuklar, hafif otistik özellikler gösterdiği için “yüksek fonksiyonlu otistik” olarak da adlandırılmaktadır (Özbey, 2005). A tipik otizmde çocuğun hangi belirtilere sahip olduğundan ziyade, çocuğu otizm tanısından yoksun bırakan hangi belirtilerin eşik altı kategorisi olarak tanımlandığı üzerinde durulmalıdır. Tanı için özel bir yönerge

sağlanmamıştır. Net kriterlerin olmaması zaman zaman problemler oluşturabilmektedir (Şahbaz, 2017).

3.5. Otizm Spektrum Bozukluğu Tanımı

OSB kategorisinin en temel alt grubu olan otizm OSB'nin şiddetli biçimidir (Şahbaz, 2017). Otizmin günümüzde tam olarak hala tanımı yapılamamıştır. Fakat her otistiğin farklı bir özelliği olduğu bilinmektedir. Bu nedenle birçok tanım bütün otistikleri içine alamamaktadır (Zeteroğlu, 2006:5).

Otizm spektrum bozukluğunda (OSB) ilk belirtilerin erken çocukluk döneminde görüldüğü ve sosyal-iletişim becerileri alanında belirgin yetersizlikler ile birlikte takıntılı, yineleyici davranışlar ve ilgi alanlarında sınırlılıklar ile seyreden nöro-gelişimsel bir bozukluk olduğu bilinmektedir (American Psychiatric Association, 2013).

Güneş (2005)'e göre otizm “bireyin dış dünyanın gerçeklerinden uzaklaşarak kendine özgü iç dünyasında yaşıyor olması durumuna” denir. Bu yüzden otizm bazen çocukluk şizofrenisiyle de karıştırılabilmektedir. Otistik bozukluğun ebeveynlerin kişilik özellikleriyle ya da çocuğun yetiştirilme tarzı ile ilgisi yoktur. Fakat otizm de kalıtsal faktörler gözlemlenir. Otistik çocukların kardeşlerinde de 50-100 kat daha fazla otistik bozukluk görülmesi” söz konusudur.

Gelişimsel bir yetersizlik olarak tanımlan otizm, yaşamın ilk dönemlerinde başlayan ve yaşam boyu devam eden, bireyin sözel ve sözel olmayan iletişim becerilerini, sosyal etkileşimini önemli derecede etkileyen karmaşık bir yetersizlik türüdür (Kasari, Freeman ve Paparella, 2006; Schreibman, Whalen, Stahmer, 2000). İlk belirtilerinin 3 yaşından önce görüldüğü kabul edilen otizm spektrum bozukluğunda, sosyal alanda görülen problemler OSB'yi diğer yetersizliklerden ayıran en temel ayırt edici ölçüt olarak görülmektedir (Kanner, 1943; Koegel ve Koegel, 1995).

Ünal (2006) otizmi; “özellikle erken çocukluk döneminde gözlemlenen bozuk davranışlar, kaba dil kullanımı ve kendine zarar verebilecek davranışları gösteren çocukların sahip olduğu bir yetersizliktir” şeklinde tanımlamıştır. Yanardağ (2007)'a göre ise otizm,

yaşamın ilk üç yılında ortaya çıkan, iletişim sorunları, sosyal etkileşim sorunları ve sınırlı/yinelenen ilgi ve davranışlarla karakterize edilir.

Otistik bireylerde iletişim ve sosyal etkileşim yetileri ağır derecede bozukluk göstermektedir. Bu duruma bağlı olarak gelişimde bir uyumsuzluk göze çarpar. Bazı otizmlilerde, müzik veya matematik gibi dar alanlarda yetenek gözlemlenirken, günlük yaşamla ilgili birçok yetersizlikler söz konusu olabilir. Otizmliler tanımlamak için kullanılan birçok davranış özelliği vardır. Genellikle otistik bireylerin tümünde bu özelliklerin hepsi bulunmaz ve sıklıkla bir arada görülmez. Bu nedenle otizm bir hastalık olarak değil de, gelişimsel bir sendrom olarak tanımlanır (Greenspan, 1992; Korkmaz, 2000).

Başka bir tanımlamaya göre otizm, bireyin gördüklerini, duyduklarını ve duyumsadıklarını doğru algılamalarını engelleyen, ömür boyu devam eden bir gelişim bozukluğudur. Bu sosyal ilişkilerde, iletişimde ve davranışlarda ciddi sorunlara neden olur. Otistik çocuklar konuşma ve iletişimin normal formlarını ve diğer insanlarla, nesnelerle ve olaylarla doğru ilişki kurma yollarını öğrenmekte zorluk çeker (Güneş, 2005).

3.6. Otizm Spektrum Bozukluğunun Tarihçesi

İlk olarak otizmden 1700'lü yıllarda Fransa'da Jan Itard ve İngiltere'de Jon Halsam bahsetmişlerdir. Otizmi inceleyerek ve otizm için herhangi bir tanı koymadan otizmliler farklı bireyler olarak adlandırmışlardır. Kelime olarak ise otizm, 1911 yılında İsviçreli psikiyatrist Eugen Bleuler tarafından ilk defa kullanılmıştır. İletişimin reddedilmesi ve gerçeklikle olan ilişkide bozukluk çerçevesinde nitelenen "Otizm" kavramı bu dönemde şizofrenik hastalarda görülen belirtileri içermekteydi (Fazlıoğlu ve Yurdakul-Eşme, 2005).

Otizm, nedeninin bilinmemesinden dolayı bilim dünyasında olduğu kadar günlük hayatta da merak uyandıran bir konu olmuştur. Yazılı ve görsel medyanın da etkisi ile otizmin toplumun üstündeki etkisi göz ardı edilmeyecek bir noktaya gelmiştir. Bunun sonucu olarak otizm hakkında ki yoğun ilgi, bu bireylerin sosyal hayata adapte olmalarına hizmet edecek birçok alternatif tekniğin önerilmesini teşvik etmektedir.

Bu alanda çalışan uzmanlar tarafından OSB terimi uzun yıllardan beri otizm, atipik otizm ve asperger bozukluğunu içeren bir kategori olarak kullanılmaktaydı. Ancak resmi sınıflama sistemlerinde bu terimin yer alması 2013 yılı Mayıs ayında Amerika Psikiyatri Birliği (American Psychiatric Association) tarafından yayınlanan DSM-V'ten sonra gerçekleşmiştir (Mukaddes, 2013).

Avusturyalı psikiyatrist Hans Asperger ise 1944 tarihinde bir grup çocukta gözlemlediği davranışları, "Otistik Psikopati" olarak tanımlamış ancak Asperger, tanımlamayı savaş yıllarında yaptığı ve Almanca yazdığı için uluslararası alanda fazla tanınmamıştır (Özbey, 2005).

3.7. Otizm Spektrum Bozukluğunun Nedenleri

Otizme neyin sebep olduğu net olarak bilinmemektedir. Geçmişten günümüze kadar birçok olasılık üzerinde durulmakta ve sebep olarak genetik etkenler, genetik yatkınlık, çevresel faktörler, psikolojik ve sosyo-psikolojik nedenler öne sürülen olasılıklar şeklinde sıralanmaktadır (Aydın ve Kınacı, 2013).

Yazgan (2002)'a göre; otizme çevresel etkilerin de sebep olabileceği düşünülmektedir. Buna kanıt olarak tek yumurta ikizlerinden tekinin otistik, diğerinin ise sağlıklı doğması gösterilmektedir. Ayrıca otistik çocukların bir kısmının geçmişinde beyin zedelenmesinin olduğu belirtilmiştir. Son zamanlarda bazı aşıların ve çeşitli gıdaların otizme yol açtığı iddia edilmişse de, bilimsel çalışmalar bu tür iddiaları reddetmiştir.

OSB etyolojisinde birçok çevresel faktör suçlanmaktadır. Yapılan çalışmalarda ileri anne-baba yaşı, düşük doğum ağırlığı, intrauterin enfeksiyonlar, yapılan aşılar, D vitamini eksikliği, alınan ilaçlar ve toksik madde maruziyeti üzerinde durulmaktadır. Bunlar içerisinde OSB ile en tutarlı veriler "İleri Ebeveyn Yaşı" ile ilgili elde edilmiştir. Bir dönem aşılarla otizm arasında bir bağlantı olabileceği üzerinde durulmasına rağmen aşılarla otizm arasında hiçbir ilişki saptanmamıştır. Bazı araştırmalara göre hamilelik ve erken çocukluk çağında görülen D vitamini eksikliği, OSB etyopatogenezinde rol oynamaktadır (Mukaddes, 2013:202).

Eskiden annenin gebelik sırasında kullandığı “Talidomid” isimli bir ilacın, doğan bebeklerde parmak anormalliklerine sebep olduğu bilinmektedir. Daha sonra “Talidomid” kullanan annelerin doğan çocuklarında yüksek oranda otistik davranışlara rastlanmıştır. Ancak bu durum seyrek ve her zaman açığa çıkmamaktadır (Bıçak, 2009).

Otizme sebep olan genlerin birden çok olduğu düşünülse dahi hangi genlerin otizme sebep olduğu tam olarak bilinmemektedir. Son zamanlarda yapılan araştırmaların özellikle genetik faktörlerin otizme neden olabileceği konusu üzerinde yoğunlaşması gereklidir. Bu görüş kanıtlanırsa, doğacak çocuğun otizmlili olup olmayacağı anne karnındayken öğrenilebilecek ve tedavi amacıyla çeşitli ilaçlar kullanılabilecek veya gebeliğin sonlandırılması gibi tedbirler alınabilecektir. Fakat bu görüşü kabul etmeyen bilim insanların sayısı da oldukça fazladır (Özbey, 2005).

3.8. Otizm Spektrum Bozukluğu Belirtileri

Çocuklardaki otizmin kabul edilmesi aileler için oldukça zor bir durumdur. Ancak otizmde erken teşhisin oldukça önemli olduğu da bilinmektedir. Otizmlili çocuk ve normal çocuk gelişimini kıyaslamak belki de yanlış bir durumdur. Fakat otizm her çocukta farklı belirtiler gösterdiği için normal çocuk gelişiminin süreçleri iyi bilindiği takdirde çocukta var olan farklılıkların keşfedilmesi daha kolay olabilecektir (Turan, 2005).

Günümüzde otizmin tanılanmasında dünyanın birçok yerinde olduğu gibi ülkemizde de Amerikan Psikiyatri Derneği’nin oluşturduğu tanılama sistemi kullanılmaktadır. 2000 yılında Amerikan Psikiyatri Birliği’nin yayımladığı DSM-IV-TR kılavuzuna göre otizm spektrum bozukluğu; sosyal etkileşimde sorunlar, iletişim kurmada sorunları ve sınırlayıcı/yineleyici ilgi ve davranışlarla kendini göstermektedir (Ozonoff ve Rogers, 2003; Schreibman ve Ingersoll, 2005; Kırcaali-İftar, 2012).

3.8.1. Sosyal İlişkilerde Güçlük

Otistik bireyler diğer insanlara göre sosyal ilişkilerini geliştirmede zorluk çekerler. Akranlarıyla paylaştıkları sınırlı hatta neredeyse yok gibidir. Çoğu zaman otistiklerin sözel olmayan yüz ifadelerini anlamak çok zordur (Healtscout, 2010). Çevresindeki bireylerin farkında olmazlar. Kendileri için rahat ve güvenli ortamı tercih etme becerileri yoktur. Taklit

etme ve sosyal oyun davranış yetenekleri ya yetersizdir ya da hiç yoktur. Arkadaşlık kurma ilişkileri sınırlıdır (Darıca, Abdikoğlu, Gümüşcü, 2000). Göz teması kurmaktan kaçınırlar, işitmiyormuş ve huzursuzmuş gibi davranırlar. Tehlike duyma ve korku hisleri yoktur (Örneğın; korkmadan yola atlayabilir, bilinçsizce ateşle oynayabilirler). Bazı otistik çocuklar ses, koku, ışıık ve dokunmaya, bazıları ise sıcak, soğuk veya herhangi bir acıya karşı duyarsızdır. Bazıları cam ve oyuncak gibi yenilmeyen nesneleri yemekten hoşlanabilirler.

Sosyal ve duygusal açıdan kendilerini izole etmiş durumdadırlar. Kışkırtılmaksızın fiziksel tepkide bulunabilirler. Genellikle kendi iç dünyalarında yaşıyorlardır ve bu dünyaya girmek zordur. Gereksinimlerini bir yetişkinin elini tutarak gösterirler. Oyunlara ısrar ile katılırlar ve genellikle diğer çocuklarla oynamazlar. Hayal gücüne dayalı yaratıcı oyunlar oynayamazlar. Otistiklerin genel özelliklerinden biri de olayların, objelerin ve insanların farkında değillerdir. Göz kontakları ise oldukça zayıftır. Bu nedenle sosyal çevreye ayak uydurmaları da oldukça zordur (Bachevalier, 1994).

3.8.2. İletişimde Zorluklar

OSB'li çocukların iletişimde karşılaştıkları zorluklara ilişkin olarak Darıca ve arkadaşları (2000) aşağıdaki hususları ifade etmişlerdir;

- İletişim sırasında konuşmayı kullanmazlar.
- Kullandıkları kelimeler sınırlıdır ve genellikle etrafında sık kullanılan kelimeleri tekrarlarlar.
- Sosyal ve duygusal açıdan kendilerini izole (birilerini önemsemezler ve zorunlu bir aktivite yapılması istendiğinde o ortamı terk etme eğilimindedirler) ederler.

OSB'li çocuklardan bazıları neredeyse hiç konuşamaz ve hayatları boyunca sessiz kalırlar. Karşısındaki kişilerin yüz ifadelerini, vücut dillerini, mimiklerini, seslerdeki duygusal değişimleri anlamakta güçlük çekerler ve söylenen sözlerin son kelimelerini tekrar ederler.

3.8.3. Sınırlı İlgı, Yineleyici ve Rutin Davranışlar

Otizmin en önemli belirtilerini sınırlı ilgi, yineleyici ve rutin davranışlar oluşturmaktadır. İlgı alanlarına giren tek bir şey ve uğraş üzerine takılıp kalırlar ve sürekli tekrarlarlar. Genellikle olduğu yerde sallanma, el çırpma, zıplama ve anlamsız sesler çıkarma gibi tekrarlayıcı davranışlarda bulunurlar. Bu davranışlarına boş kaldıkları zamanlarda veya gergin oldukları dönemlerde daha sık rastlanır. Bunların yanı sıra kendilerine söylenen sözleri papağan gibi tekrar etme ve kıkırdamaları da vardır. Otistik çocukların kendilerine özgü rutin bir yaşayış şekilleri vardır. Otistik bireyler bu rutinlerde oluşacak değışikliğı ve yeniliğı kabul etmezler ve etraftaki oluşun değışikliklere stresli bir tepki verirler. Bazı otizimli çocuklar evin veya oda düzenlerinin değışmesine veya bozulmasına karşı aşırı tepki gösterirler. Örneğın; evdeki eşyaların yerleri değıştirilmişse eşyalar eski yerlerine konana kadar ağlayabilirler. Sürekli olarak görmeye ve yapmaya alıştıkları şeyleri severler. Zihinlerinde yaşadıkları ortamın bir haritasını gezdirirler. Oluşun küçük bir değışiklik bile çocuğın daha fazla stres yaşamasına sebep olabilir (Psychecyprus, 2008).

3.8.4. Otizm Spektrum Bozukluğı Olan Bireylerin Gelişimsel Özellikleri

Otizm tanısı olan çocukların özellikleri aynı değildir ve otistik çocukların aynı davranışlarında farklılık görölmektedir. Ayrıca, otistik çocukların genel özelliklerini bilmek, tanımlama sürecini oluşturmada diğır çocuklardan ayırt edilmelerini sağlayarak en uygun eğitim programlarının planlanmasını kolaylaştırmaktadır (Zeteroğlu, 2006).

Otizimli bireyler birbirinden farklı gelişimsel özelliklerinden dolayı en ağırdan hafife doğru bir spektrum (yelpaze) içinde değıerlendirilirler (Fazlıoğlu ve Yurdakul-Eşme, 2007; Şahin, 2015). Bazı özellikler birinde fazla gözlemlenirken bazılarında daha nadir gözlemlenebilir. Bu özellikler kaybolabilir veya yerini başka özelliklere bırakabilir (Şahin, 2015).

Otizimli bireylerin gelişim özellikleri; bilişsel, motor, sosyal, duyuşal, davranış, duyuşal ve dil özellikleri başlıkları altında incelenebilir (Darıca ve diğırleri, 2000).

3.8.5. Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Bireylerin Bilişsel Özellikleri

Otizm tanımlanmasının yapıldığı ilk yıllarda otizm spektrum bozukluğu gösteren çocukların çok zeki olduklarına fakat bu zekânın problemlili davranışlarla örtüldüğüne dair inançlar vardı. Zihinsel gelişimleriyle ilgili yapılan araştırmalarda zihinsel performansları yönünden iki alt gruba ayrılmışlardır. Zihinsel becerileri normal olanlar yüksek fonksiyonlular, zihinsel olarak yetersiz görülenler ise düşük fonksiyonlular olarak tanımlanmıştır. Otizmlili çocuklar ile ilgili olarak yapılan çalışmalar, bu çocukların %40'ının 40-50 IQ (orta ve derin mental retardasyon- Zihinsel Engel), %30'unun 50-70 IQ (hafif) ve %30'unda 70 ve daha fazla IQ skoruna sahip olduğu tespit edilmiştir (Fazlıoğlu ve Yurdakul-Eşme, 2005).

Otistik çocukların zekâ düzeylerini tam olarak ölçebilecek bir test veya araç geliştirilememiştir. Bunun en önemli sebebi bu çocuklarla iletişim kurulamamasıdır (Özbey, 2005).

Kanner (1943) ve dönemindekiler de, genellikle otistik çocukları standart zekâ testleriyle ölçülemez şeklinde değerlendirirken, birçok klinik tedavi uzmanı otistik çocukların üstün müzik ve bellek becerileri gibi alışılmışın dışında bazı özel becerilerinin olmasını yanlış yorumlayarak bu özel becerileri olan çocukları, normal ya da üstün zekâ potansiyeline sahip çocuklar olarak nitelendirmişlerdir. Otistik çocukların zihinsel profillerinin oldukça farklı, alıcı dillerinin ifade edici dillerinden daha iyi olduğu, bununla birlikte dil ile ilgili becerilerde performanslarının oldukça yetersiz olduğu belirtilmektedir. Yapılan başka çalışmalarda; otistik çocukların zihinsel yetersizliğinin, çok az düzeyde zekâ geriliği olan çocukların durumuna benzediği belirtilmektedir. Ancak yapılan karşılaştırmalı çalışmalarda, otistik çocukların bazı alanlarda ortalamanın üstüne çıkabilen zihinsel güce sahip olmalarıyla birlikte, beceri ve yetersizlikleri arasında gözlenebilir bir açıklığın olduğu da kabul edilmektedir. Yapılan son araştırmalara göre, asıl problemin zihinsel gelişim kısmında bulunduğu belirtilmekte ve bu konudaki tartışmalar zihinsel yetersizliğin birinci olarak dil ve iletişim problemlerine sebep olduğu, ikinci olarak da davranışsal ve duygusal güçlüklerle sebep olduğu yönünde yoğunlaşmaktadır (Korkmaz, 2005).

Bazı otizmlili çocuklar çok erken yaşta örneğin 2-3 yaşında okumayı kendileri öğrenebilirler. Fakat okuduklarını anlayamazlar. Çocuklarda görülen bu duruma

“hiperleksi” adı verilir. Hiperleksi genellikle zekâları yüksek otizmlilerde ve çoğunlukla da erkeklerde rastlanır. Okuma becerisi olan otizimli çocukların resimli ve yazılı (örneğin; gazete ve dergi) çeşitli materyaller kullanılarak iletişim becerileri desteklenebilir (Fazlıoğlu ve Yurdakul-Eşme, 2005).

Otistik çocuk resim yapmada, müzikte, matematiksel işlemlerde ve önemli önemsiz olayları hatırlama gibi konularda çok becerikli olabilir. Diğer taraftan ise otistik çocukların büyük bir çoğunluğunda değişen oranlarda zekâ geriliği görülmektedir, yalnızca %20’si normal veya üstün zekâyâ sahiptir. Zihinsel düzey farklılığı otizmi çok karmaşık bir durum haline getirir. Otistik bir çocuk matematiksel düşünürken, bazen normal çocukların yaptıkları işlemlerin tersini düşünebilir (Güneş, 2005)

3.8.6. Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Bireylerin Motor Gelişim Özellikleri

Ömür boyu devam eden, fiziksel anlamda ve sinir kas işlevlerindeki değişimleri kapsayan motor becerilerindeki azalma veya yeni becerinin kazanılması gibi fiziksel değişimlerle psikomotor gelişim ilgilenmektedir (Özer ve Özer, 2012).

Otistik çocukların genellikle 14-15 aylıkken top atıp tutma becerilerini kazandıkları, 3-4 yaşındayken de tahta üzerinde denge de durabildikleri farklı çalışma sonuçlarında gözlemlenmektedir. Bunun yanı sıra taklit etme yeteneklerinin çok az olması veya hiç olmamasına bağlı olarak büyük kas motor becerilerinin kullanılmasını gerektiren (bisiklet sürmek, dans etme, yüzmek) aktiviteleri geç öğrendikleri görülmektedir. Kağıt kesme, küpleri kutu içine atma ve ipe boncuk dizme gibi küçük kas motor becerilerinin de oldukça zayıf olduğu görülmektedir. Fiziksel olarak birçok beceriyi normal gelişim dönemlerine ait sürelerde kazanmaya hazır olan bazı otistik bebeklerin çevrelerine karşı ilgisiz olmaları nedeni ile bu becerileri kazanamadıkları daha geç yaşlarda oturdukları ve yürüdükleri de belirtilmektedir (Wing, 1996).

OSB tanısı olan çocukların akranlarına göre herhangi bir fiziksel hareketi gerçekleştirmede motor hazır oluşluklarının daha düşük seviyede olduğu vurgulanmıştır. Bu sebeple, OSB’li çocuklar için uygulanacak olan eğitim programlarına fiziksel egzersiz çalışmalarının da eklenmesi önemlidir (Fazlıoğlu ve Yurdakul-Eşme, 2007).

Otistik çocukların büyük bir çoğunluğunda tek tip hareketler görülür ve bu hareketler genellikle yetişkinlik döneminde de devam etmektedir. Parmaklarıyla vurma, kolları ve ellerini kanat çırpır gibi sallama, aşağı ve yukarı doğru zıplama, kafayı döndürme, ayaktaiken sallanma, önden arkaya sıçrama ve yüz buruşturma da bu hareketler arasındadır (Vuran, 2007).

Otizmli çocukların olağan dışı beceri ya da yetenekler gözlenebilme oranı %5-10 arasındadır. Yaşıtları karalama ya da çizgi çalışması yapabilirken, bazı otizmli çocuklar çok ayrıntılı ve doğru perspektifte resimler çizebilmekte, bazıları konuşmadan önce okuyabilmekte, öğretilmeden herhangi bir enstrüman çalabilmektedirler (Sucuoğlu, 2009).

3.8.7. Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Bireylerin Duyusal Gelişim Özellikleri

Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği (2012)'nde otistik özellik gösteren çocukların özelliklerinden bahsedilirken, bu bireylerin duysal bakımdan işitsel ve görsel uyarılara, acı-sıcak-soğuğa karşı ve dokunulmaya karşı tepkileri olduğu açıklanmaktadır.

OSB tanısı olan çocuklar seslere karşı farklı tepkiler vermesine rağmen genellikle tepki vermemektedirler. Birçoğu bebeklik dönemlerinde seslere karşı tepki vermemelerinden dolayı ebeveynleri tarafından işitme engelli oldukları düşünülerek doktora götürülür. Yapılan testler sonucunda işitme ile ilgili herhangi bir sorun olmadığı fark edilmektedir. Seslere karşı tepkisizlik çocukluk dönemlerinde de devam eder. Öyle ki ismi defalarca söylendiğinde dönüp bakmaz hatta yanında bomba patlasa dahi tepki vermezler. Fakat bunun yanı sıra yüksek sestten rahatsız olup kulaklarını kapatan çocuklara da rastlanabilir (Özbey, 2005).

Sürtünme yoluyla hareket eden oyuncaklar veya bir zil sesi otizmli çocukları büyüleyebilir. Fakat köpek havlaması, motosiklet sesi veya çok daha alçak sesleri rahatsız edici bulabilirler. Böyle durumlarda kulaklarını tıkayabilirler veya sesin geldiği yönden uzaklaşarak yere doğru çömelebilirler. Kendi çıkardıkları seslere karşı duyarsız olan otizmlilerde işitsel uyarılara karşı olan bu tepkiler zamanla azalarak yok olabilir (Wing, 2012).

Otizimli çocuklar insanların yüzlerine ve çevredeki nesnelere bakmamalarına rağmen parlak ve dönen nesnelere uzun süre bakabilirler. Bazı otizmliler ise ışıktan rahatsız olurlar ve karanlık bir ortamda daha rahat edebilirler. Yüksek bir sesle karşılaştığında gözlerini kapatan otizmliler olduğu gibi, ışıkla karşılaştığında kulaklarını kapatan otizmlilere de rastlanır (Darıca ve diğerleri, 2000).

Çoğu otizimli kişiler kendilerine dokunulmasından hoşlanmazlar. Yumuşak ve sevgi dolu dokunuşlardan dahi kaçma eğiliminde olan otizmliler bunu davranışlarıyla gösterebilir ya da sözel olarak istemediklerini söyleyebilirler (Korkmaz, 2000).

Bazı otizimli çocuklar sıcak ve soğuk arasındaki farkı hissedememektedirler. Bazıları ise soğuk suyla ellerini yıkarken ağlama davranışı gösterebilir. Bu tepkiler bazen çığlıklar atma şeklinde de sürdürülebilir (Sucuoğlu, Akıncı, Gümüşçü, Pişkin, 1988).

Otizmin temel özelliklerinden olan yeniye karşı dirençli olma durumu yemek yeme konusunda da geçerlidir. Tat konusunda bazı otizmliler aşırı duyarlı olabilirler ve bu yüzden yediklerine veya içtiklerine en ufak bir gıda karıştırılacak olursa bunu fark ederler ve yememe davranışı gösterirler (Korkmaz, 2000).

Otizmliler çoğu zaman açlık duygusunu fark etmezler ve aşırı derece de sıvı tüketirler. Çok az sayıda olmasına rağmen tüm yiyecekleri reddeden otizimli çocuklara da rastlanılabilir (Wing, 2012).

Ayrıca otizmlilerde yenilmeyecek şeyleri yeme davranışına da rastlanır. PICA adı verilen bu durumda bazen otizmlilerin dışkılarını yeme davranışı gösterdikleri gözlemlenmiştir (Korkmaz, 2000).

Otizimli çocuklar çevrelerinde gerçekleşen duyuşal uyarılara karşı farklı tepkiler vermektedirler. Yeni bir nesne ile karşılaştıklarında nesneyi tanımak için genellikle dokunma ve koklama duyularını kullanmaktadırlar. Bazı durumlarda da nesneyi ağzına alma ya da yalama şeklinde keşfetmeye çalıştıkları da görülmektedir (Fazlıoğlu ve Yurdakul-Eşme, 2005).

3.9. Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Çocuklarda Sosyal Yetersizlik

Sosyal becerilere sahip olan çocukların; paylaşma, yardım etme, kurallara ve yönergelere uyma, başkalarına güven duyma, işbirliği içinde çalışma, bağımsız çalışma, sınıfta bir gruba girme, arkadaş edinme, çatışmadan kaçma, öfkesini kontrol etme, eleştirileri kabul etme ve işbirliği ile oynama davranışları göstermesi beklenmektedir (Kamaraj, 2004).

Otizmde sosyal etkileşim ve iletişim ile ilgili eksiklikler, otizmi diğer nöro gelişimsel bozukluklardan ayırıcı özelliklerdir (Volkmar, Lord, Bailey, Schultz, Klin, 2004). Normal gelişim gösteren çocuklar sosyal uyaranlara dikkat etme becerisini çocukluğunun ilk aylarında edinmektedir. OSB (Otizm Spektrum Bozukluğu) tanısı olan çocuklar ise çevrelerindeki sosyal uyaranlara dikkat etmede yetersizlik yaşamaktadır. Bunun bir sonucu olarak OSB gösteren çocuklar çevrelerindeki kişileri anlamakta ve onlarla iletişime geçmekte de zorluklar yaşamaktadırlar.

Sosyal etkileşim ve iletişimdeki bozulmalar otizmin temel özelliklerinden biridir (APA, 2013). Sosyal hayat içinde insanlar arasında iletişim sinyalleri sosyal olarak paylaşmakta ve anlaşılmaktadır. Otizmlili bireyler iletişimi başlatmak ya da iletişim talebine karşılık vermede sınırlılıklar sergilemektedir. Sosyal bozulmanın ilk belirtileri ilk aylarda göz teması kurmadaki sorunlarla ortaya çıkmaktadır. Sonrasında OSB'li çocuklar diğer insanları izlemede ve insanların yüz ifadeleri ile el-kol hareketlerini takip etmede sınırlılıklar sergilerler (Dawson, Toth, Abbott, Osterling, Munson, Estes, Liaw, 2004).

Sosyal etkileşimdeki farklılıklar veya bozulmalar bireye göre farklılık gösterebilmektedir. OSB'li çocukların normal gelişim gösteren çocuklarla karşılaştırıldığında sınırlı düzeyde olan sosyal etkileşimsel davranışlarının OSB'nun sosyal-iletişimsel semptomlarından biri olduğu bilinmektedir (APA, 2013). Otizmlili çocukların gösterdikleri sosyal etkileşim sorunlarına erken dönemde müdahale ederek sosyal uyumlarını desteklenmesi sürecine büyük mali kaynaklar ayrılmaktadır.

Otizmi olan bireylerin sosyal becerilerde yetersiz olmaları, akranlarıyla etkileşim kurmama, sürdürmemeye, diğerlerine sınırlı tepki verme, beraber oyun oynayamama, zamanını hiçbir şey yapmadan veya sadece tekrarlayan davranışlarla geçirme, arkadaşlık kuramama gibi sosyal özellikler göstermeleri ile açıklanmaktadır (Sucuoğlu, 2009).

Otizm spektrum bozukluğu (OSB), bireylerin sosyal etkileşimlerinde, dil-iletişim, davranışsal faaliyet ve ilgilerinde nedeni bilinmeyen (idiopatik) nörolojik bozukluklardır (Cotugno, 2009). Otizm ve ilişkili bozukluklar (Autistic Spectrum Disorders); Dünya Sağlık Örgütü (ICD-10) Ruhsal ve Davranışsal Bozukluklar Sınıflandırması Klinik Tanımlamalar ve Tanı Kılavuzları (1992) ve Amerikan Psikiyatri Birliği (APA)'nin Ruhsal Bozukluklara İlişkin Tanı ve Sınıflandırma El Kitabı (DSM IV TR)'de Otizm, Rett Bozukluğu, Asperger Sendromu (AS) ve Çocukluk Dezintegratif Bozukluğu (Heller Sendromu) ve Yaygın Gelişimsel Bozukluk (PDD-NOS Pervasive Developmental Disorder) Otizm spektrum bozukluğu (OSB) altında karakterize edilmektedir.

Bu bozukluklar sosyal etkileşim becerileri, iletişim, ilgi ve faaliyetlerde önemli sorunlar ve stereotyped (klişeleşmiş) davranış gibi tutarlı bir takım sorunlar olarak tanımlanır. Bu bozukluklara sahip olan çocuklarda sorunlar yaşamın ilk 3 yıl içinde ortaya çıkar (Semrud-Clikeman, 2007).

Bu tanıların ortak birçok yönü olduğu gibi bu özellikleri gösteren bireyleri birbirinden ayıran temel farklılıkları da bulunmaktadır. İlk defa 1943 yılında Amerika'da Kanner (1943) tarafından tanımlanan otizm, sosyal etkileşimde ve iletişimde bozukluklarla, yenileyen davranışlar ve ilgi alanlarının sınırlılığı ile karakterize edilen gelişimsel bir bozukluktur (American Psychiatric Association, 2000). Almanya'da 1944 yılında Asperger tarafından tanımlanan, Asperger Sendromlu çocukları otizmden farklı kılan temel özellik otizmde dil gelişiminde ve bilişsel gelişimde gecikme veya gerileme varken Asperger Sendromlu çocuklarda bu özelliğe rastlanmamasıdır (Kırcaali-İftar, 2005).

Otistik bireyler kendi aralarında da hem yetersizliğin derecesi, hem de gösterdikleri davranış özellikleri yönünden farklılık gösteren homojen olmayan bir gruptur (Sucuoğlu, 2003).

Otizmin belirleyici bir özelliği de sosyal etkileşimin bozulmasıdır (Kanner, 1943; American Psychiatric Association, 1994) ve bahsedilen sosyal eksiklikler genellikle birçok farklı ortamlarda ortaya çıkar (örneğin; ev, okul, toplumsal yaşam, insan ilişkileri (ebeveynler, kardeşler, akranlar, yetişkinler) ve akranlarla sosyal etkileşimi başlatmakta zorluk gibi pek çok farklı davranışlarla görülür (Akt. Reichow ve Sabornie, 2009).

Otizmli bireylerin yaygınlığı, bu bozukluğun tanı olarak kabul edildiği ilk dönemlerde 1/10.000 oranında iken, yaklaşık on yıl içinde bu oran 60/10.000 gibi bir düzeye yükselmiştir (Wing ve Potter, 2002). Otizmin görülme sıklığının giderek artmasında tanılama ölçütlerinin zamanla daha kapsamlı hale gelmesinin ve dünya çapında erken çocuklukta gelişimsel değerlendirmelerin yaygınlaşmasının etkili olduğu düşünülmektedir.

Otizm tanısı alan çocukların göz kontağının az olması, iletişimde jest ve mimikleri kullanamaması, ilgilerini, başarılarını ya da çeşitli etkinlikleri arkadaşları ile paylaşma isteğinin olmaması gibi sosyal etkileşim problemleri bulunmaktadır (Kamps, Royer, Dugan, Kravits, Gonzalez-Lopez, Garcia, Carnazzo, Morrison, Kane, 2002).

Wing (1991) otizm spektrum bozukluğu gösteren kişilerde sosyal iletişim kurma sorunlarını; çevresindeki insanlara karşı ilgi eksikliği ile kendisini gösteren sosyal tanıma problemleri, bireyin kendisini kolay anlatamaması ve beden dilini anlamada güçlük çekmesi ile kendini gösteren sosyal iletişim problemleri; kişinin başkalarının düşüncelerini ve hislerini anlamada zorlanması ve hayal gücüne dayalı oyun kuramaması ile görülen sosyal taklit ve anlama problemleri şeklinde sıralamıştır (Akt. Özdemir, 2007). Oyun davranışının akranlarından farklı olduğu ve taklit becerilerinin gelişmediği gözlenen otistik çocuklarda, sembolik ve hayali oyun becerileri sınırlı olduğu için genellikle tek başlarına tekrarlardan oluşan oyunlar oynadıkları görülebilmektedir (Terpstra, Higgins, Pierce, 2002). Sonuç olarak; otizm tanısı almış çocuklar akranlarından sosyal yetenek açısından da daha yetersizdirler ve buna bağlı olarak akranları ile olumlu iletişim kurmada ve sürdürmede güçlük yaşamaktadır denilebilir.

Özel eğitim alanında yapılan araştırmalarda otizm ile tanılanmış olan bireylerde sosyal ve iletişim becerilerini geliştirmek amacıyla çok sayıda birbirinden farklı öğretim yöntemleri uygulanmıştır. Son yıllarda otizmli bireylerin kendileri hakkında yazdıkları yazıların çoğalması otizmin daha iyi anlaşılmasını sağlamış ve nasıl öğrendiklerine ilişkin rehber olmuştur (Grandin, 2005).

Jordan, Jones and Murray (1998) otistik çocukların eğitimiyle ilgili hazırlanan programlardan en sık referans verilenlerin, Higashi Programı (Çok Yoğun Bedensel Etkinlik), Programın kurucusunun adıyla bilinen ve ceza yerine ödüle vurgu yapan 'Lovaas' Programı, Option (Oyun Odasında Çocuğu Taklit), TEACCH (Otistik ve İletişim

Yetersizliği Olan Çocuklar için Eğitim ve Sağaltım) Programlarının olduğunu ifade etmişlerdir (Akt. Tutt, Powell, Thornton, 2006).

Otistik bozukluklar için sosyal yeterlilik müdahalelerinin geliştirilmesi zor olmuştur ve otizm için en çok araştırma yapılan tedavi (ABA) Uygulamalı Davranış Analizine dayalı bir davranış tedavisidir (Smith, Groen, Wynn, 2000). Bunun dışında otistik çocuklarda yaygın kullanılan program ya da yaklaşımlar; Etkileşimsel Oyun Terapisi (Floor Time Developmental, Individual-Difference, Relationship), HANEN Programı (Konuşması Gecikmiş Çocuklar için Dil ve İletişim), Duyusal Devinsel Terapiler (Sensory-Motor Therapies), Resim Değiş-Tokuşuna Dayalı İletişim Sistemi (Picture Exchange Communication System-PECS), Kolaylaştırılmış İletişim (Facilitated Communication); Okul öncesi Dönem Çocuklar ve Aileleri İçin Alternatif Bir Program; Öğrenme Deneyimleri (Learning Experiences, an Alternative Program for Preschoolers and Their Parents- LEAP), TEACCH programlarının yanı sıra Carrol-Gray tarafından geliştirilmiş olan Sosyal Hikayeler (Social Stories); zihin kuramına dayalı olarak geliştirilen Zihin Okuma (Teaching Children with Autism to Mind Read) program/yaklaşımlarıdır. Bu eğitim programları aynı olmayan yaklaşımları temel almış olmalarına rağmen, bu yaklaşımlardan birinin diğerinden üstün olduğunu kanıtlayan bulgular bulunmamaktadır (Sucuoğlu, 2003). Son on yılda bu alanda yayımlanan kapsamlı araştırmalarda; araştırmacılar ve klinik yetkilileri otistik olan her çocuk için tek bir yaklaşımın uygun olmadığını ve programların kullanımının çocuğun ihtiyaçlarına uygun olması gerektiğini ileri sürmüşlerdir (NRC, 2001). Bununla birlikte çocuğun temel becerilerini desteklemenin yanı sıra daha karmaşık sosyal beceri ve sosyal karşılıklılık geliştirmek için yaklaşımların kombine edilmesi gerektiği önerilmiştir (Volkmar vd.,2004; Akt., Semrud-Clikeman, 2007). Yine araştırmalarda beceri gelişimini doğal ortamda desteklemenin ve çocuğun hayatının her alanına genellemesinin önemli olduğu vurgulanmıştır (Strain ve Hayson, 2000; Akt.Semrud-Clikeman, 2007).

3.10. Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Çocuklarda Rekreatif Faaliyet Olarak Spor

Tüm bireylerin doyurucu, tatminkâr ve yararlı geçireceği boş zaman yaşamaya hakları bulunmaktadır. Boş zaman deneyimleri bir bireyin yaşam kalitesi ve yaşam memnuniyetine etki eden çeşitli psikolojik, fiziksel ve sosyal yararları keşfetmesi için imkân sağlamaktadır. İnsanların yaşamları boyunca gelişim süreçlerinden kaynaklı olarak zevk aldığı ve katıldığı etkinlikler değişim göstermektedir. Engelli veya rahatsızlığı olan

bireylerde tatminkar rekreasyon ve boş zaman deneyimlerini içeren anlamlı bir yaşama sahip olmaya, engelsiz akranları gibi yaşam tarzlarını, gerçekleştirdiği aktiviteleri ve katılımlarından çıkardıkları anlamları ve yararları değiştirme haklarına sahiptirler (Stumbo ve Peterseon, 2004).

Bireyler için yapılan fiziksel aktiviteler sağlıklı yaşam tarzının bir parçası olurken engelli bireyler ve yaygın gelişimsel bozukluğu olan kişilerde bu konu önemsizlenmektedir (Penny, 2005). Otizmli bireyler için sosyal ilişki ve davranışlarda düzelme ve yaşlılarıyla iletişim kurmak kolay olmamakla beraber tekrarlayıcı/yineleyici davranışlar ve dil becerilerinde kusurlar bulunmaktadır (Orsmond, Krauss, Seltzer, 2004). Otizmli bireylerde gerçekleştirilen fiziksel etkinlikler sosyal gelişimlerine ve kalıplaşmış davranışlarının azalmasında olumlu yönde etki etmektedir (Öztürk, 2011). Yaygın gelişimsel bozukluğu olan bireylerin saldırgan davranışları, kendisine zarar verme, öfke nöbetleri geçirmeleri yaşam kalitesinde düşüşe neden olmaktadır (García-Villamizar ve Dattilo, 2010). Fiziksel aktivite stresi azaltır, keyfi artırır ve yaşam süresi boyunca günlük rutin işleri gerçekleştirme becerisini güçlendirici etkide bulunmaktadır (Memiş ve Yıldırım, 2007).

Otizmli çocukların motor koordinasyon problemleri, motor problemlerini oluşturmaktadır. Akranlarına göre bir hareketi gerçekleştirebilmeleri için motor hazır oluşları daha kötüdür (Özlü- Fazlıoğlu, 2004:17).

Normal gelişim gösteren çocuklarda olduğu gibi yaygın gelişimsel bozuklukları ve diğer engelli çocukların motor becerileri artırılabilir. Bunu sağlamanın en etkili yolu motor becerilerini pratik olarak kullanmaktır. Çeşitli aktiviteler yaparak kaba motor programının geliştirilmesi tüm gelişim çağındaki çocuklar için önemlidir (Davis, 1997).

Otizmli çocuklarda büyük kas grupları kullanılarak gerçekleştirilen fiziksel aktiviteler (koşu, yürüyüş, bisiklete binmek ve yüzmek) önemlidir. Özellikle yüzmek etkinliğinin otizmlilerde dolaşım üzerinde olumlu etkisi mevcuttur (Kale, 2002). Yüzmenin otizmli ve diğer engelli bireylerin su dışında yapmakta zorlandığı hareketleri suyun içerisinde rahat yapabilmelerinden kaynaklı kendilerine duydukları güveni artırma ve kendilerini toplumun bir parçası olarak görebilmelerine katkı sağlama gibi olumlu yönleri söz konusudur. Ayrıca egzersizler esnasında çevrede bulunanlar ile iletişim halinde olmaları insanların onları daha iyi tanımalarına ve anlamalarına ortam sağlamakta bu sayede

egzersizler fiziksel yararlarının dışında sosyal ve psikolojik pek çok fayda sağlamaktadır (Davis, 1997).

Otizmli çocuğun karmaşık davranışları öğrenmesi açısından temel hareket becerilerinin gelişimi gerekmektedir. Bu becerilerin gelişim göstermesi, diğer vücut hareketleri için bir zemin hazırlamakta ve kompleks hareketlerin kazanılmasına da yardımcı olmaktadır. Yapılan temel hareket eğitimi sayesinde egzersiz programları ile çocukların basit hareket deneyimleri kazanması sağlanabilir. Daha sonra bu çocuklar sportif etkinlikler ve boş zamanlarını değerlendirmeye yönelik aktivitelere yönlendirilebilir. Bu nedenle otizmli çocukların okul öncesi dönemlerden itibaren herhangi bir spor branşına yönlendirilmesi onların gelişimlerine pozitif yönde etki sağlayabilecektir (Fazlıoğlu ve Yurdakul-Eşme, 2005).

Otizm spektrum bozukluğu olan bireylerin eğitimlerinde egzersiz çalışmalarına yer vermek temel hareket becerilerini desteklemek amacıyla etkilidir. Ayrıca verilen hareket eğitimleri, kendi bedenlerini ve dış dünyayı tanımaları açısından da önem arz etmektedir. (Özlü- Fazlıoğlu, 2004:18).

Bazı otistik çocuklar suya dokunmaktan korkarken bazıları ise suyla oynamayı sevmektedir. Sıcak ve soğuk hissetmeyen otistikler olduğu gibi sıcak ve soğuk karşı aşırı duyarlı olan otistik çocuklarda vardır (Özbey, 2005).

Güneş (2005)'e göre; otistik çocuklar suya ilk girdiklerinde korkuyu yaşıyor, beyinlerinde şimşekler çakıyor ve hareket etmekle ilgili beyine komut gidiyor, çocuk çabılıyor, suyun üstünde kalmayı başarıyor ve bu mücadelesi sırasında;

- Hareket ediyor,
- Hareket yetenekleri ve koordinasyonları gelişiyor ve
- Mutlu oldukları ortamda bulunduklarında çok güzel komut alıyor.

Hem sağlıklı bireylerde hem de otistik rahatsızlığı olan bireylerde egzersiz faaliyetlerinin sosyalleşme üzerinde etkisi mevcuttur. Otistik bireylerde motorik becerilerdeki eksiklik ve kısıtlılığın yanı sıra konuşma yeteneğindeki kısıtlılıkta önemli problemlerin başında gelmektedir. Yoğun ve programlı spor terapileri ile temel motorik

becerilerin geliştirilmesi ve eksikliklerin giderilmesi sağlanabilir. Otistik bireyler kendilerine güven duygusu olmamasından kaynaklı olarak lider konumuna girmekten ziyade başkalarını taklit etmeyi seçtikleri görülmektedir. Bu durumu avantaja dönüştürmek mümkündür. Hareketlerin temel taklit becerisi kullanarak belli bir düzene sokulması mümkündür. Otistik çocuklarda konuşma kısıtlılığının kaybolmasının bir diğer yolu taklit becerileri kullanılarak hareketin taklidinden seslerin taklidine kaydırılması olabilmektedir (Ergun, 2003).

Spor, bireylerde hem sağlık hem de ruhsal yapıya destek olmasının yanı sıra disiplin sağlama, güven, rekabet oluşturmak ve arkadaşlık kurmak gibi sosyal rolde kazandırmaktadır (Ergun, 2003).

İlhan (2008)'a göre; otizm spektrum bozukluğu olan kişilerin içinde bulundukları ruh hali ve toplumun kendilerine karşı olan tutumlarının sonucunda oluşan içine kapanma, saldırganlık ve öfke duyma gibi duyguları kontrol edebilmeleri beden eğitimi ve spor sayesinde sağlanmaktadır.

Biçer, Savucu, Kutlu, Kaldırımcı ve Pala (2004)'ya göre; rehabilitasyon temelli olarak beden eğitimi ve egzersiz uygulamaları yeniden kazanılma, yeniden güçlenme olarak ifade edilmektedir. Egzersiz terapilerinin düzenli bir şekilde uygulanması güçlenmenin en temel şartını oluşturmaktadır. Amacı ise; toplumun sergilediği yanlış davranışlar ve tutumlar sonucunda kendi iç dünyasına sürüklenen, kısıtlı fiziksel ve zihinsel yaşam süren otistik bireylerin özsaygılarını kazanarak toplumsal yaşama adapte olmalarını kolaylaştırmak, bağımsız bireyler olarak sosyal yaşamda bir yer edinmelerini sağlamaktadır.

Bazı otizmlili bireylerde rastlanan temel sorunlardan biride aşırı kilodur. Gerçekleştirilecek olan düzenli fiziksel aktiviteler bu sorunun önlenmesinde etkili olmaktadır (Todd ve Reid, 2006). Otizmlili çocuğu olan ailelerin son yıllarda fiziksel aktivitelerin çocuklarının gelişiminde etkili olduğunun bilincine varmaları sonucunda eğitim faaliyetlerinde veya okul sonrasında fiziksel aktivitelerin olması gerekliliği konusunda talepleri olduğu görülmektedir (Sarol, 2013).

Tüm bireylerde olduğu gibi otizmli ve diğer yaygın gelişimsel problemleri olan bireylerde özel eğitimle birlikte rekreasyonun da birçok faydası olduğu görülmektedir. Bu faydalar şu şekilde sıralanabilmektedir (Foosse ve Ardovino, 2008):

- Rekreasyonel faaliyetlerde bulunmak bireylerde dinlenmeyi ve yenilenmenin bir sonucu olarak yaşam stresini azaltarak kendilerini daha iyi hissetmelerini sağlamaktadır.
- Rekreasyonel faaliyetler uygun olmayan davranışların azalma olasılığını artırmaktadır.
- Fiziksel zindelik ve bedensel sağlığa olumlu yönde katkı sağlamaktadır.
- Rekreasyonel faaliyetlerin öğretilmesi, yeni beceriler kazandırılmasına, yeni ilgi alanları oluşturulmasına ve zamanın daha kaliteli geçirilmesine yardımcı olmaktadır.
- Rekreasyonel faaliyetlerde bulunmak, yineleyici ve tekrarlayıcı hareketlerin azaltılmasında rol oynamaktadır. Çocukların yeteneklerini etkilemektedir.

Otizm ve diğer yaygın gelişimsel bozukluk gösteren çocukların boş zaman becerilerini öğrenmeleri doğal yaşam akışları içinde zor olmaktadır. Bu becerileri öğrenememiş çocuklar zamanlarını pasif şekilde geçirmekte veya basmakalıp davranışları sergilemek gibi davranış problemleri göstermektedirler (Kurt, 2009).



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

KAPSAM

4.1. Problem

Rekreasyonel faaliyet olarak sporun Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB) tanısı almış 6-14 yaş arası çocukların sosyal iletişimine etkisinin var olup olmadığı bu çalışmanın problemi olarak tanımlanmıştır.

Çocuklar normal büyüme ve gelişme sürecinde günlük oyun ve fiziksel aktivitelerini yerine getirirken, engelli çocukların fiziksel egzersizleri yeterince yapamadıkları görülmektedir. Bunun sonucunda ise engelli bireylerde büyüme ve gelişim hızlarının yavaşlaması hatta durması söz konusudur (Özer, 2010).

Otizm spektrum bozukluğu olan çocukların çoğunda aşırı hareketlilik gözlemlendiğinden, bu çocuklarda görülen enerji ve fiziksel gücün olumlu bir yöne kanalize edilmesi saldırganlık veya aşırı hareketlilik problemini azaltabilir (Özbey, 2005:246). Özellikle temel hareket becerilerinin gelişimi, OSB'li çocukların karmaşık davranışları öğrenebilmesi yönünden oldukça önemlidir. Bu becerilerin gelişimi, diğer vücut hareketlerine bir zemin oluşturmakta ve kompleks hareketlerin öğrenilmesine de olumlu etki sağlamaktadır. Temel hareket eğitiminde egzersiz programları ile çocukların basit hareket deneyimlerini kazanması sağlanabilir. İleriki dönemlerde bu çocuklar boş zamanlarını değerlendirmek amacı ile spor aktivitelerine yönlendirilebilirler. Bu nedenle, OSB'li çocukların okul öncesi yaşlardan itibaren sporun herhangi bir branşına yönlendirilmesi onların gelişimlerini olumlu yönde etkileyebilecektir (Fazlıoğlu ve Yurdakul-Eşme, 2005:40).

4.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, rekreasyonel faaliyet olarak spor aktivitelerinin otizm spektrum bozukluğu özelliği gösteren çocuklar üzerindeki sosyal etkilerini tespit etmektir. Bu nedenle otizm spektrum bozukluğu olan çocukların ailelerine uygulanan anket ile sosyalleşme durumlarının tespit edilmesi çalışmanın temel amacını oluşturmaktadır.

H₁: Rekreatif faaliyet olarak spor yapan otizmliler çocuklarla spor yapmayan otizmliler çocukların sosyalleşmeleri arasında farklılıklar vardır.

Bu bağlamda bu araştırmada kullanılan sosyalleşme ölçeğinin alt boyutlarında da spor yapan ve spor yapmayan otizmliler çocukların sosyalleşmeleri arasında anlamlı farklılık olup olmadığı incelenecektir. Araştırmanın genel hipotezine yönelik alt hipotezler aşağıda yer almaktadır:

H_{1a}: Spor yapan ve yapmayan otizmliler çocukların temel sosyal becerilerinde anlamlı farklılıklar vardır.

H_{1b}: Spor yapan ve yapmayan otizmliler çocukların temel iletişim becerilerinde anlamlı farklılıklar vardır.

H_{1c}: Spor yapan ve yapmayan otizmliler çocukların grupla iş yapma becerilerinde anlamlı farklılıklar vardır.

H_{1d}: Spor yapan ve yapmayan otizmliler çocukların kendini kontrol edebilme becerilerinde anlamlı farklılıklar vardır.

4.3. Araştırmanın Önemi

Günümüzde neredeyse her gün birçok yeni hastalık teşhis edilip tanısı konurken ve pek çok hastalığa çare bulunurken, otizm konusunda kat edilmiş olan mesafenin beklenilenden çok daha az olması sıkıntı verici bir hal oluşturmuştur. Genellikle otizm konusunda geçmiş yıllara göre daha da bilinçli bir hale gelen ebeveynlerin beklentilerinde artış olmuş ancak yaşanan gelişmeler beklentilere yanıt verecek boyutlara ulaşamamıştır. Bu dönemler genellikle toplumsal bilinçlenme ve hareketlenmeye gereksinim duyulan zamanlardır (Alpaytaç, 2007:80).

Türkiye’de otizm spektrum bozukluğu bulunan bireylerin spor ile sosyalleşme ve hareket eğitimi adına ilk adımları atma eğilimi, son dönemlerde daha önemli bir konu olmaya başlamıştır. Sporun birçok alandaki pozitif etkilerinin otizm spektrum bozukluğu bulunan çocuklar üzerindeki etkisi merak konusu olmaktadır. Otizmliler çocukların gelişimleri değerlendirildiğinde normal gelişim gösteren çocuklara kıyasla gelişimlerinin daha geç gerçekleştiği görülmektedir. Gelişim açısından bulunan bu farkın kapatılması, normal gelişim göstermekte olan çocukların seviyelerine en yakın düzeye gelmelerini sağlamak amacıyla otizmliler çocukların rekreatif aktivite olarak spora teşvik edilmesi büyük önem teşkil etmektedir. Çocuğun spor faaliyetleri sırasında arkadaşları ve çevresi ile etkileşim içerisinde

girmesi sosyal ve oyun becerilerinin gelişmesi için bir ortam oluşmasını sağlamaktadır. Bütün bu hususlar dikkate alındığında yapılan bu çalışmanın literatüre katkı sağlaması yanında bu konu ile ilgili ileride yapılacak çalışmalara ışık tutarak yol göstermesi açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

4.4. Araştırmanın Varsayımları

Araştırma aşağıdaki varsayımlara bağlı olarak yürütülmüştür:

- Hazırlanan anket sorularının içerik bakımından yeterli ve kapsamlı olduğu varsayılmıştır.
- Araştırmada kullanılan örneklemin evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
- Araştırmaya katılan ailelerin anket sorularına samimi ve gerçeğe uygun yanıt verdikleri varsayılmıştır.

4.5. Araştırmanın Kapsam ve Sınırlılıkları

Bu çalışma konu ile ilgili araştırma yapılmasını kabul eden Erzurum Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü Engelliler ve Dezavantajlılar Birimine kayıtlı 6-14 yaş aralığında olan 90 otizmli çocuğun ebeveyni ile sınırlıdır.

- Çalışma 2016 ve 2017 yılları içerisinde rekreasyonel faaliyet olarak sporu (cimnastik) tercih eden 90 otizmli çocuğun ebeveynin görüşü ile sınırlıdır.
- Otizmli çocuklara ait sosyalleşme düzeyine ait veriler araştırmada kullanılan ölçeğin ve elde edilen bilgilerin değerlendirilmesi ile sınırlıdır.
- Çalışma araştırmacının maddi imkânları ve ulaşımı ile sınırlıdır.

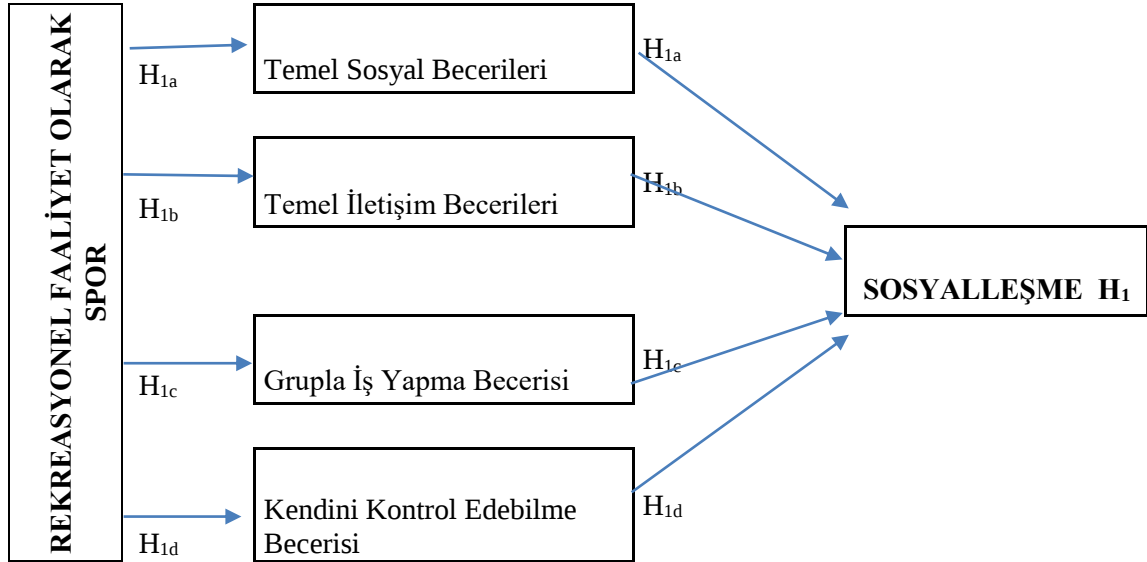


BEŞİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

5.1. Araştırmanın Modeli ve Yöntemi

Araştırma; literatür tarama, tez konusu belirleme, belirlenen tez konusunda literatür tarama, anket hazırlığı için uygun ölçeklerin belirlenmesi, anketin hazırlanması, hazırlanan anketlerin uygulanması, elde edilen verilerin istatistik programına aktarımı, istatistik programında verilerin analizi, elde edilen verilerin değerlendirilmesi, tezin yazımı ve teslimi şeklinde planlanmıştır. İlişkisel tarama modelinin korelasyon ve karşılaştırma olmak üzere iki türü bulunmaktadır. Karşılaştırma türü ilişkisel tarama modelinde en az iki değişken arasında farklılaşma olup olmadığı incelenmektedir (Karasar, 2012). Rekreatif faaliyet olarak spor yapan ve spor yapmayan otizmli çocukların sosyalleşme düzeylerini karşılaştırmalı olarak inceleyen bu tez çalışmasında karşılaştırma türü için ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.



Şekil 5.1. Araştırma Modeli

5.2. Evren ve Örneklem Seçimi

Evren, araştırmacının çalışma alanını oluşturan ve soruları cevaplamak için ihtiyaç duyulan verilerin elde edildiği canlı veya cansız varlıklardan oluşan büyük bir grup olarak tanımlamakta (Büyüköztürk, 2009; Altunışık, Coşkun, Bayraktaroğlu ve Yıldırım, 2010), örneklem ise; özellikleri hakkında bilgi toplamak için çalışılan evrenden seçilen onun sınırlı bir parçasını ifade etmektedir (Çıngı, 1994).

Bu araştırmanın evrenini, 2016-2017 yılları içerisinde Erzurum ilinde Erzurum Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü Engelliler ve Dezavantajlılar Biriminde kayıtlı olan otizmlı çocukların ebeveynleri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise benzer gelişimsel düzeyde oldukları tıbbi raporlarda ifade edilen ve araştırmada kullanılan ölçeği cevaplamaya gönüllü 90 otizmlı çocuğun ebeveyni oluşturmaktadır. Araştırma örneklemini amaçlı olarak seçilmiştir. Araştırmaya dâhil edilme kriterleri arasında;

- Spor yapmayan otizmlı çocuklar için; yeni kayıt yaptırmış henüz spor yapmayan otizmlı çocukların ebeveyni olmak,
- Spor yapan otizmlı çocuklar için; yaklaşık 6 aydır spor yapan otizmlı çocukların ebeveyni olmak,
- En az ilkokul mezunu olmak,
- Araştırmaya katılmaya gönüllü olmak
- Spor yapan ve spor yapmayan her iki grupta yer alan otizmlı çocuklar açısından otizmden etkilenme düzeylerinin yakın seviyede olması şartı yer almaktadır.

5.3. Anketin Oluşturulması ve Verilerin Toplanması

Araştırmada veri toplama aracı olarak anket formu kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan ifadeleri/soruları içeren anket formu daha önce konu ile ilgili Avcıoğlu (2007) tarafından geliştirilen “Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeği”nden katılımcıların kolay anlayabileceği şekilde uyarlanarak hazırlanmıştır. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışması 4-6 yaş çocuklar için yapılmış ve Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı 0.98, iki yarım güvenirlik katsayısı 0.89 ve test-tekrar test güvenirlik katsayısı ise 0.83 olarak bulunmuştur (Avcıoğlu, 2007). Bu araştırmada ise aynı ölçek, çalışmanın amacına uygun olması açısından otizmlı bireylerin eğitimi alanında doktora derecesine sahip bir uzmandan görüş

alınarak sadeleştirilmiş ve spor faaliyetlerine uygulanabilir ifadeler seçilerek 31 maddelik hali kullanılmıştır. Bu bağlamda ölçeğin orijinalinde yer alan maddeler “Temel Sosyal Beceriler” (5 ifade), “Temel İletişim Becerileri” (8 ifade), “Grupla İş Yapma Becerisi” (12 ifade) ve “Kendini Kontrol Etme Becerisi” (6 ifade) alt boyutları kapsamında yeniden sınıflandırılarak kısaltılmıştır. Ölçeğin sadeleştirilerek revize edilmiş hali ile ilgili tekrar uzman görüşü alınarak ölçeğe son şekli verilmiştir. Spor yapan otizmlili çocuklarla spor yapmayan otizmlili çocukların sosyalleşmeleri arasındaki farklılıkları belirlemeye yönelik 31 ifade 5’li likert şeklinde yer almaktadır. Likert ölçeği ise; 1 ”yapamaz”, 2 “çok az yapar”, 3 ”genellikle”, 4 “çok sık yapar”, 5 ”her zaman yapar” şeklinde derecelendirilmiştir. Bu araştırma kapsamında kullanılan ölçeğin geçerlik ve güvenirlik katsayıları Çizelge 6’da verilmiştir.

Araştırmaya dâhil edilme kriterlerine uyan otizmlili çocukların ebeveynlerine “tez için gerekli veri toplama izin yazısı ile yerinde/kurumda yapılan ziyaretlerle ulaşılmış, eksik/hatalı veri olmaması ve veri kaybı yaşanmaması için ölçekler ebeveynlere birebir uygulanmıştır. Her bir görüşme sırasında çalışmanın amacı araştırmacı tarafından açıklanarak verilerin güvenliği hakkında bilgi verilmiştir. Ayrıca araştırmanın güvenirliği açısından ebeveynlerin her bir madde ile ilgili gerçek düşüncelerini ifade etmeleri özellikle vurgulanmıştır.

5.4. Verilerin Analizi ve Değerlendirilmesi

Araştırma otizmlili çocukların spor yapma durumları ile sosyalleşmeleri arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığının araştırılması amaçlayan betimsel bir araştırmadır. Betimsel araştırmalar; “Ne?” ve “Nasıl?” sorularına düzenli ve sistematik olarak cevap vermek amacıyla vakaların ve ortaya çıkan durumların kapsamlı bir şekilde betimlenebilmesi için yapılmaktadır (Karasar, 2016). Araştırma, değişiklik yapılmadan sadece öznel gözlemlerin değerlendirilmesi ve tanımlanması ile tamamlanmaktadır (Karasar, 2012).

Rekreasyonel faaliyet olarak spor yapan otizmlili çocuklarla spor yapmayan otizmlili çocukların sosyalleşmeleri arasında farklılıklar olup olmadığını belirlemek üzere karşılaştırmalı istatistiksel analizler yapılmış, farklılık varsa farklılığa ilişkin istatistiksel veriler çizelgeler eşliğinde açıklanmıştır. Elde edilen veriler bilgisayar ortamında istatistik paket

programına aktarılarak analiz edilmiştir. Verilerin analizinden önce verilerin normal dağılıma sahip olup olmadığına bakılmıştır ve çıkan sonuca göre parametrik veya parametrik olmayan istatistiksel tekniklerden hangisinin kullanılacağı kararlaştırılmıştır. Örneklem sayısı 100'den küçük olduğu için verilerin normal dağılıma uygunluğunu test etmek amacıyla Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testlerine başvurulmuştur (Yazıcıoğlu ve Erdoğan, 2004; Köklü, Büyüköztürk, Bökeoğlu, 2006). Normal dağılıma sahip veriler üzerinde parametrik testlerden biri olan ve bağımsız iki grubun puan ortalamaları arasında anlamlı bir farkın olup olmadığını test eden bağımsız t testi kullanılmıştır.

Sonuçlar yorumlanırken anlamlılık düzeyi olarak 0.05 kullanılmış ve $p < 0.05$ olması durumunda değişkenlerin normal dağılımdan gelmediği, $p > 0.05$ olması durumunda ise değişkenlerin normal dağılımdan geldikleri belirtilmiştir.

Gruplar arasındaki farklılıklar incelenirken değişkenlerin normal dağılımdan gelmeleri nedeniyle bağımsız t testinden yararlanılmıştır. Ölçeklerin güvenirlikleri araştırılırken Cronbach's Alpha değerlerinden yararlanılmıştır. Sonuçlar yorumlanırken anlamlılık düzeyi olarak 0.01 kullanılmış ve $p < 0.01$ olması durumunda anlamlı bir ilişkinin olduğu, $p > 0.01$ olması durumunda ise anlamlı bir ilişkinin olmadığı belirtilmiştir.

ALTINCI BÖLÜM

BULGULAR

Araştırmaya katılan çalışma grubunda yer alan spor yapan ve yapmayan otizm spektrum bozukluğu olan çocukların sayıları yüzde ve frekans olarak Çizelge 6.1’de verilmiştir.

Çizelge 6.1. Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Çocukların Spor Yapma Durumlarına Göre Dağılımları

Spor Yapma Durumu	n	%
Spor Yapmayanlar	39	43.3
Spor Yapanlar	51	56.7

Çalışmaya dâhil edilen otizm spektrum bozukluğu olan çocukların %56.7’si (51 kişi) spor yaparken %43.3’ü (39 kişi) spor yapmamaktadır.

Araştırmada kullanılan veri toplama aracı Sosyalleşme Ölçeği kapsamında spor yapan ve spor yapmayan otizimli çocuklara ait tanımlayıcı istatistikler Çizelge 6.2’de verilmiştir.

Çizelge 6.2. Katılımcıların Yer Aldıkları Gruba Göre Sosyalleşme ve Altboyut Toplam Puanlarına ait Tanımlayıcı İstatistikler

		n	Ortalama	ss.	Min	Max
Sosyalleşme	Spor Yapmayanlar	39	62.51	14.69	38	98
	Spor Yapanlar	51	87.12	26.01	41	149
Temel Sosyal Beceri	Spor Yapmayanlar	39	10.21	2.72	6	17
	Spor Yapanlar	51	14.22	4.65	6	24
Temel İletişim Becerisi	Spor Yapmayanlar	39	16.44	4.27	9	27
	Spor Yapanlar	51	22.71	7.05	10	38
Grupla İş Yapma Becerisi	Spor Yapmayanlar	39	22.31	6.65	12	37
	Spor Yapanlar	51	33.37	11.08	13	60
Kendini Kontrol Edebilme Becerisi	Spor Yapmayanlar	39	13.56	3.33	8	20
	Spor Yapanlar	51	16.82	4.91	8	29

Spor yapmayan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait sosyalleşme toplam puanı 38-98 aralığında değişmekte olup ortalaması 62.51’dir. Spor yapan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait sosyalleşme toplam puanı ise 41-149 aralığında değişmekte

olup ortalaması 87.12'dir (Çizelge 2). Bu sonuca göre spor yapan otizmlı çocukların **Sosyalleşme** toplam puan ortalamaları, spor yapmayan otizmlı çocukların sosyalleşme toplam puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Spor yapmayan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait temel sosyal beceri toplam puanı 6-17 aralığındadır ve ortalaması 10.21'dir. Spor yapan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait temel sosyal beceri toplam puanı ise 6-24 aralığında değişmekte olup ortalaması 14.22'dir (Çizelge 2). Elde edilen verilere göre **Temel Sosyal Beceri** alt boyutunda; spor yapan otizmlı çocukların puan ortalamaları, spor yapmayan otizmi çocukların puan ortalamalarından daha yüksek seviyededir.

Spor yapmayan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait temel iletişim becerisi toplam puanı 9-27 aralığında değişmekte olup ortalaması 16.44'tür. Spor yapan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait temel iletişim becerisi toplam puanı ise 10-38 aralığında değişmekte ve ortalama değeri 22.71'dir (Çizelge 2). Bu sonuca göre **Temel İletişim Becerisi** alt boyutunda; spor yapan otizmlı çocukların puan ortalamaları, spor yapmayan otizmi çocukların puan ortalamalarından yüksek olduğu görülmektedir.

Grupla İş Yapma Becerisi alt boyutuna yönelik sonuçlar incelendiğinde ise; spor yapmayan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait grupla iş yapma becerisi toplam puanı 12-37 aralığındadır ve ortalama değeri 22.31'dir. Spor yapan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait grupla iş yapma becerisi toplam puanı ise 13-60 aralığında değişmekte olup ortalaması 33.37'dir (Çizelge 2). Elde edilen veriler doğrultusunda **Grupla İş Yapma Becerisi** alt boyutunda; spor yapan otizmlı çocukların puan ortalamaları, spor yapmayan otizmlı çocukların puan ortalamalarından yüksek olduğu belirlenmiştir.

Kendini Kontrol Edebilme Becerisi alt boyutuna ait sonuçlar değerlendirildiğinde; spor yapmayan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait kendini kontrol edebilme becerisi toplam puanı 8-20 aralığında değişmekte ve ortalaması 13.56 seviyesindedir. Spor yapan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait kendini kontrol edebilme becerisi toplam puanı ise 8-29 aralığında olup ortalaması 16.82'dir (Çizelge 2). Bu sonuca göre **Kendini Kontrol Edebilme Becerisi** alt boyutunda; spor yapan otizmlı çocukların puan ortalamaları, spor yapmayan otizmlı çocukların puan ortalamalarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmada kullanılan sosyalleşme ölçeğinde yer alan maddeler bazında elde edilen tanımlayıcı istatistikler Çizelge 6.3’de verilmiştir.

Çizelge 6.3. Spor Yapma Durumlarına Göre Madde Bazında Tanımlayıcı İstatistikler

	İFADELER		n	Ortalama	ss.	Min	Max
TEMEL SOSYAL BECERİLERİ	1. Başkalarıyla iletişim halindeyken (konuşurken-dinlerken) göz kontağı kurar.	Spor Yapmayanlar	39	2.23	.71	1	4
		Spor Yapanlar	51	3.20	1.02	2	5
	2. Konuşurken sözel anlatımın anlamını pekiştirmek ve tamamlamak için jest ve mimikler kullanır.	Spor Yapmayanlar	39	2.10	.79	1	4
		Spor Yapanlar	51	2.90	1.22	1	5
	3. İlk tanıştığı kişilere kendisini tanıtır.	Spor Yapmayanlar	39	1.62	.59	1	3
		Spor Yapanlar	51	2.39	1.13	1	5
	4. Tanıdığı kişilerle karşılaşınca gülümser.	Spor Yapmayanlar	39	2.38	.81	1	4
		Spor Yapanlar	51	3.00	1.23	1	5
	5. Tanıdığı kişilerle karşılaşınca selam (sözlü ya da başıyla) verir.	Spor Yapmayanlar	39	1.87	.95	1	4
		Spor Yapanlar	51	2.73	1.17	1	5
TEMEL İLETİŞİM BECERİLERİ	6. Konuşmayı başlatır.	Spor Yapmayanlar	39	2.03	.63	1	3
		Spor Yapanlar	51	2.59	1.10	1	5
	7. Konuşmayı sürdürür.	Spor Yapmayanlar	39	2.10	.68	1	3
		Spor Yapanlar	51	2.84	1.12	1	5
	8. Konuşmada sıra takip eder.	Spor Yapmayanlar	39	1.90	.72	1	4
		Spor Yapanlar	51	2.92	1.31	1	5
	9. Başkaları konuşurken konuşmanın içeriğine uygun geri bildirimde bulunur.	Spor Yapmayanlar	39	2.05	.83	1	5
		Spor Yapanlar	51	2.88	1.24	1	5
	10. Konuşurken ses tonu, konuşma hızını, vurgu ve tonlamayı uygun kullanır.	Spor Yapmayanlar	39	1.74	.59	1	3
		Spor Yapanlar	51	2.20	1.11	1	5
GRUPLA İŞ YAPMA BECERİSİ	11. Başkaları konuşurken dinler.	Spor Yapmayanlar	39	2.23	.74	1	3
		Spor Yapanlar	51	3.35	1.11	1	5
	12. Gerektiğinde soru sorar.	Spor Yapmayanlar	39	2.38	.96	1	5
		Spor Yapanlar	51	2.96	1.00	1	5
	13. Başkalarıyla gerektiğinde işbirliği yapar.	Spor Yapmayanlar	39	2.00	.83	1	4
		Spor Yapanlar	51	2.96	1.17	1	5
	14. Gerekse ihtiyaç duyduğunda başkalarından yardım ister.	Spor Yapmayanlar	39	1.92	.70	1	3
		Spor Yapanlar	51	2.78	1.03	1	5
	15. Yardıma gereksinimi olan kişilere yardım istemeden onlara yardım eder.	Spor Yapmayanlar	39	1.36	.63	1	3
		Spor Yapanlar	51	2.45	1.15	1	5
GRUPLA İŞ YAPMA BECERİSİ	16. Gerekse ihtiyaç duyduğunda izin ister.	Spor Yapmayanlar	39	1.69	.86	1	4
		Spor Yapanlar	51	2.94	1.12	1	5
	17. Kendisine yardım edildiğinde teşekkür eder	Spor Yapmayanlar	39	1.90	.68	1	3
		Spor Yapanlar	51	2.88	1.23	1	5
	18. Birisine zarar verince özür diler.	Spor Yapmayanlar	39	1.74	.75	1	3
		Spor Yapanlar	51	2.80	1.27	1	5
	19. Eşyalarını (kalem, silgi, oyuncak vb.) başkalarıyla paylaşır.	Spor Yapmayanlar	39	2.00	.83	1	4
		Spor Yapanlar	51	2.92	1.23	1	5

Çizelge 6.3. (devam) Spor Yapma Durumlarına Göre Madde Bazında Tanımlayıcı İstatistikler

GRUPLA İŞ YAPMA BECERİSİ	20. Başkalarıyla gerektiğinde işbirliği yapar.	Spor Yapmayanlar	39	2.00	.83	1	4
		Spor Yapanlar	51	2.96	1.17	1	5
	21. Grup faaliyetlerine katılır.	Spor Yapmayanlar	39	2.33	.62	1	3
		Spor Yapanlar	51	2.98	1.17	1	5
	22. Grupta sorumluluğunu yerine getirir.	Spor Yapmayanlar	39	1.90	.68	1	3
		Spor Yapanlar	51	2.98	1.14	1	5
	23. Arkadaşlarına oyunlar oynamayı teklif eder.	Spor Yapmayanlar	39	1.87	.70	1	3
		Spor Yapanlar	51	2.43	1.22	1	5
KENDİNİ KONTROL EDEBİLME BECERİSİ	24. Oynanmakta olan oyunda oynamayı teklif eder.	Spor Yapmayanlar	39	1.79	.70	1	4
		Spor Yapanlar	51	2.80	1.27	1	5
	25. Arkadaşlarına yeni oyunlar oynamayı teklif eder.	Spor Yapmayanlar	39	1.79	.70	1	4
		Spor Yapanlar	51	2.43	1.22	1	5
	26. Karşısındakinin durumuna uygun tepki verir.	Spor Yapmayanlar	39	2.05	.83	1	4
		Spor Yapanlar	51	2.49	.99	1	5
	27. Aşırı sevinç, üzüntü, öfke, korku gibi duygularını uygun şekilde ifade eder.	Spor Yapmayanlar	39	2.49	.82	1	4
		Spor Yapanlar	51	3.02	1.09	1	5
	28. Kendisinden istemediği bir şeyi yapması istendiğinde 'Hayır' der.	Spor Yapmayanlar	39	2.08	.81	1	4
		Spor Yapanlar	51	2.61	1.18	1	5
	29. Kendisiyle alay edildiğinde duymazlıktan gelir.	Spor Yapmayanlar	39	3.31	.66	2	5
		Spor Yapanlar	51	3.16	1.22	1	5
	30. Kurallara uymadığında ortaya çıkan sonuçları kabul eder.	Spor Yapmayanlar	39	1.79	.66	1	3
		Spor Yapanlar	51	2.75	1.20	1	5
	31. Başarısız olduğunda bu durumu sakince karşılar.	Spor Yapmayanlar	39	1.85	.81	1	3
		Spor Yapanlar	51	2.80	1.17	1	5

Çizelge 6.3’de otizmlili çocukların spor yapma durumlarına göre araştırmada kullanılan ölçeğin 31 maddesine ait tanımlayıcı istatistikler yer almaktadır. Araştırmada kullanılan Sosyalleşme ölçeğinde yer alan 1-5 arası maddeler “Temel Sosyal Beceri”, 6-13 arası maddeler “Temel İletişim Becerisi”, 14-25 arası maddeler “Grupla İş Yapma Becerisi” ve 26-31 arası maddeler “Kendini Kontrol Edebilme Becerisi” alt boyutlarını oluşturmaktadır. Otizmlili çocukların spor yapma durumlarına göre ilgili sosyalleşme ve ilgili alt boyutlar açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olup olmadığı test edilmeden önce normallik testleri uygulanmıştır. Sosyalleşme toplam ve alt boyutların normal dağılıma uyduğu görülmüş ve istatistiksel farklılıklar bağımsız t testi ile analiz edilmiştir.

Çizelge 6.4. Normallik Testi Sonuçları

Tests of Normality							
		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	sd.	p	Statistic	sd.	p
Sosyalleşme	Spor Yapmayanlar	.104	39	.200*	.967	39	.300
	Spor Yapanlar	.077	51	.200*	.971	51	.243
Temel Sosyal Beceri	Spor Yapmayanlar	.151	39	.026	.953	39	.107
	Spor Yapanlar	.087	51	.200*	.969	51	.202
Temel İletişim Becerisi	Spor Yapmayanlar	.091	39	.200*	.975	39	.541
	Spor Yapanlar	.105	51	.200*	.963	51	.109
Grupla İş Yapma Becerisi	Spor Yapmayanlar	.101	39	.200*	.957	39	.143
	Spor Yapanlar	.068	51	.200*	.984	51	.698
Kendini Kontrol Edebilme Becerisi	Spor Yapmayanlar	.116	39	.200*	.957	39	.140
	Spor Yapanlar	.093	51	.200*	.980	51	.543

Araştırmanın verilerinin analizi öncesinde, kullanılacak istatistiksel yöntemin belirlenmesi için ilgili değişkenlerin normal dağılıma uyum sağlayıp sağlamadıkları test edilmiştir. Bu aşamada Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testlerinden yararlanılmıştır. Kritik değer olarak $p=0.05$ alınmıştır. Test sonucunda ilgili değişkenler için elde edilen p değerlerinin 0.05 'ten büyük olması durumunda verinin normal dağılıma uyduğu, küçük olması durumunda ise normal dağılıma uymadığı kabul edilmiştir. Normallik testi sonuçlarına göre sosyalleşme toplam ve alt boyut toplam puanlarının normal dağılıma uyduğu belirlenmiştir ($p>0.05$). Veri setinin normal dağılıma uyum gösterdiği değişkenler için parametrik yöntemlerden “Bağımsız t testi” kullanılmıştır (Çizelge 6.4).

Çizelge 6.5. Sosyalleşme Toplam ve Alt boyut Toplam Puanları Açısından Gruplar Arasındaki Farklılığa İlişkinin Bağımsız t Testi Sonuçları

		n	Ortalama	ss.	Min	Max	t	p
Sosyalleşme	Spor Yapmayanlar	39	62.51	14.69	38	98	-5.675	0.001*
	Spor Yapanlar	51	87.12	26.01	41	149		
Temel Sosyal Beceri	Spor Yapmayanlar	39	10.21	2.72	6	17	-5.119	0.001*
	Spor Yapanlar	51	14.22	4.65	6	24		
Temel İletişim Becerisi	Spor Yapmayanlar	39	16.44	4.27	9	27	-5.219	0.001*
	Spor Yapanlar	51	22.71	7.05	10	38		
Grupla İş Yapma Becerisi	Spor Yapmayanlar	39	22.31	6.65	12	37	-5.88	0.001*
	Spor Yapanlar	51	33.37	11.08	13	60		
Kendini Kontrol Edebilme Becerisi	Spor Yapmayanlar	39	13.56	3.33	8	20	-3.564	0.001*
	Spor Yapanlar	51	16.82	4.91	8	29		

Otizm spektrum bozukluğu olan çocukların spor yapma durumlarına göre “Sosyalleşme” toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p < 0.01$). Spor yapan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait ortalama “Sosyalleşme” puanı (87.12), spor yapmayan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait ortalama “Sosyalleşme” puanından (62.51) anlamlı derecede yüksektir. Bu sonuca göre spor yapan otizimli çocuklar spor yapmayan otizimli çocuklardan daha fazla sosyalleşme göstermektedir (Çizelge 5).

Otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara spor yapma durumlarına göre “Temel Sosyal Beceri” toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p < 0.01$). Spor yapan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait ortalama “Temel Sosyal Beceri” puanı (14.22), spor yapmayan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait ortalama “Temel Sosyal Beceri” puanından (10.21) anlamlı derecede yüksektir. Elde edilen verilere göre spor yapan otizimli çocuklar spor yapmayan otizimli çocuklara göre daha fazla temel sosyal becerilere sahiptir (Çizelge 5).

Otizm spektrum bozukluğu olan çocukların spor yapma durumlarına göre “Temel İletişim Becerisi” toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p < 0.01$). Spor yapan otizm spektrum bozukluğu olan çocukların ait ortalama

“Temel İletişim Becerisi” puanı (22.71), spor yapmayan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait ortalama “Temel İletişim Becerisi” puanından (16.44) anlamlı derecede yüksektir. Bu sonuca göre spor yapan otizmlı çocuklar spor yapmayan otizmlı çocuklardan daha fazla temel iletişim becerilerine sahiptir (Çizelge 5).

Otizm spektrum bozukluğu olan çocukların spor yapma durumlarına göre “Grupla İş Yapma Becerisi” toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p<0.01$). Spor yapan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait ortalama “Grupla İş Yapma Becerisi” puanı (33.37), spor yapmayan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait ortalama “Grupla İş Yapma Becerisi” puanından (22.31) anlamlı derecede yüksektir. Sonuç olarak; spor yapan otizmlı çocuklar spor yapmayan otizmlı çocuklardan daha fazla grupla iş yapma becerilerine sahiptir (Çizelge 5).

Otizm spektrum bozukluğu olan çocukların spor yapma durumlarına göre “Kendini Kontrol Edebilme Becerisi” toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p<0.01$). Spor yapan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait ortalama “Kendini Kontrol Edebilme Becerisi” puanı (16.82), spor yapmayan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait ortalama “Kendini Kontrol Edebilme Becerisi” puanından (13.56) anlamlı derecede yüksektir. Elde edilen verilere göre spor yapan otizmlı çocuklar spor yapmayan otizmlı çocuklardan daha fazla kendini kontrol etme becerilerine sahiptir (Çizelge 6.5).

Ölçeğin Güvenirliği; Cronbach - Alpha Katsayısının Hesaplanması

Araştırmada kullanılan ölçeğin güvenilirliğinin test edilmesinde Alfa (Cronbach-Alpha) katsayısından yararlanılmıştır. Yapılan istatistiki analizlerde 90 katılımcıdan elde edilen veriler kullanılmıştır. Ayrıca soruların, alfa katsayısına ne derecede ve ne yönde etkide bulunduğunu belirlemek için; “Değişken Silindiği Taktirde Ölçeğin Alfa Katsayısı” (Alpha If Item Deleted) değerleri hesaplanmıştır. Çalışmaya dâhil edilen otizm spektrum bozukluğu olan çocukların spor yapma durumlarına göre Cronbach-Alpha değerleri hesaplanmıştır.

Çizelge 6.6’da Cronbach-Alpha katsayısının değerlendirme ölçütleri verilerek bu ölçütler doğrultusunda Çizelge 6.7’de araştırmada kullanılan ölçeğin güvenirlik verileri sunulmuştur.

Çizelge 6.6. Cronbach’s Alpha Katsayısının Değerlendirme Ölçütü

Cronbach’s Alpha katsayısı	Ölçek Güvenirlik Değeri
$0.80 \leq \alpha \leq 1.00$	Ölçek yüksek derecede güvenilirirdir
$0.60 \leq \alpha \leq 0.80$	Ölçek oldukça güvenilirirdir
$0.40 \leq \alpha \leq 0.60$	Ölçek düşük güvenirliktedir
$0.00 \leq \alpha \leq 0.40$	Ölçek güvenilir değildir

Çizelge 6.7. Spor Yapma Durumuna Göre Cronbach Alpha Değerleri

	Cronbach Alpha
Spor Yapmayanlar	0.950
Spor Yapanlar	0.969
Toplam	0.973

Spor yapmayan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait Cronbach Alpha değeri (0.950) 0.80-1.00 aralığında olduğu için ölçek yüksek derecede güvenlidir. Spor yapan otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara ait Cronbach Alpha değeri (0.969) 0.80-1.00 aralığında olduğu için ölçek yüksek derecede güvenlidir. Otizm spektrum bozukluğu olan çocukların tamamından elde edilen Cronbach Alpha değeri (0.973) 0.80-1.00 aralığında olduğu için ölçeğin yüksek derecede güvenilir olduğu görülmektedir (Çizelge 6.7).

SONUÇ VE TARTIŞMA

Rekreasyon ve spor aktiviteleri bireylerin sosyalleşmesi için önemli ortamlar oluşturmaktadır. Özellikle çocuklar için bu aktiviteler fiziksel gelişim, büyüme, koordinasyon, iletişim sağlama ve sağlıklı bir bedene sahip olma açısından gereklidir. Otizm spektrum bozukluğu olan çocuklar için hazırlanan eğitim programlarında kendi vücutlarını ve çevrelerindeki dünyayı tanımaları, hareket becerileri kazandırma konularında temel hareket becerilerini destekleyecek aktivitelere yer verilmesi oldukça önemlidir.

Araştırmanın sonucunda rekreasyonel faaliyet olarak spor yapan otizmlilerle çocuklarla spor yapmayan otizmlilerle çocukların sosyalleşmeleri arasında farklılıklar bulunduğu belirlenmiştir. Elde edilen verilere göre spor yapan otizmlilerle çocukların spor yapmayan otizmlilerle çocuklardan daha fazla sosyalleşme göstermektedir. Araştırmada sporun otizmlilerle çocukların sosyalleşmelerinde farklılık oluşturduğu hipotezinin doğrulandığı görülmektedir. Sosyalleşme düzeyinde ki farklılığın spor yapan otizmlilerle çocukların lehine olması alan yazında yer alan sporun, yetersizliği olan bireylerin toplumla bütünleşmesine, sosyal entegrasyonuna katkı sağladığına yönelik görüşler ile örtüşmektedir. Rekreasyonel spor etkinliklerinin otizmlilerle bireylerin yaşam kalitesini artırarak, bağımsız yaşama yeteneğini geliştirdiği, etkili bir sosyalleşme sağlayan alternatif bir müdahale şekli olabileceği kabul görmektedir (www.autizmspeaks.org) (Karaküçük, 2012:50).

Araştırmada veri toplama aracı olarak kullanılan sosyalleşme ölçeğinde yer alan alt boyutlara yönelik sonuçlar incelendiğinde; H_{1a}“Spor yapan ve yapmayan otizmlilerle çocukların temel sosyal becerilerinde anlamlı farklılıklar vardır” hipotezinin doğrulandığı ve farklılığın spor yapan otizmlilerle çocuklarda daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu doğrultuda otizmlilerle çocukların temel sosyal becerilerinde spor yapmanın olumlu yönde etkisinden söz edilebilir. Araştırmanın sonucuyla paralel olarak Çalışkan ve arkadaşlarının (2008) “Engelli çocuğu olan ailelerin beden eğitimi ve spor etkinlikleri hakkındaki görüşleri” araştırmasında da ebeveynlerin engelli çocuklarının sportif faaliyetlere katıldıkları zaman sosyal hayatta daha başarılı olabileceklerine olan inançlarının yüksek olduğu, hatta sportif faaliyetler sayesinde çocuklarının daha sağlıklı olacaklarına dair inanışları bulunmaktadır (İlhan ve Suveren, 2009:45-46).

Araştırmanın diğer önemli sonucu ise özellikle iletişim konusunda sınırlılıkları olan otizmlili bireylerin spor faaliyetlerinin temel iletişim becerisine yapabileceği katkıdır. Nitekim H_{1b} “Spor yapan ve yapmayan otizmlili çocukların temel iletişim becerilerinde anlamlı farklılıklar vardır” hipotezinin doğrulandığı görülmüştür. Bu bağlamda spor yapan otizmlili çocukların spor faaliyetleri içerisinde yönergeleri dinleyerek alıcı dil becerilerini geliştirebilmelerine fırsat sağlandığını söylemek mümkündür. Yine grupla yapılan sportif faaliyetlerin içerisinde otizmlili çocukların iletişim amaçlı olarak ifade edici dil becerilerini de daha fazla kullandıkları görülmektedir.

Alan yazın incelendiğinde; sosyal etkileşim ve iletişimdeki bozukluklar otizmin temel özelliklerinden biri olarak kabul edilmektedir (APA, 2013). Otizmlili bireyler iletişimi başlatmak ya da iletişim talebine karşılık vermede sınırlılıklar sergilemektedir. Otizm spektrum bozukluğu özelliğindeki çocukların diğer insanları izlemede ve insanların yüz ifadeleri ile el-kol hareketlerini takip etmede sınırlılıklar sergiledikleri ifade edilmektedir (Dawson vd., 2004). Bu durum otizmlili bireylerin diğer insanlarla iletişim kurmasını zorlaştırmaktadır. Spor faaliyetleri esnasında ise oyunu/oyuncuyu takip etme ve etkinlikten kopmamak amacıyla süreklilik esastır. Bu nedenle otizmlili bireylerin spor faaliyeti içerisinde iletişimde kalmayı daha kolay öğrenebildikleri düşünülmektedir.

Otizmin doğası gereği sosyal etkileşimde ciddi düzeyde sınırlılıklar görülmektedir. Otizmi olan bireylerin sosyal becerilerdeki sınırlılıkları, akranlarıyla etkileşim kurmama, sürdürmemeye, diğerlerine sınırlı tepki verme, beraber oyun oynayamama, zamanını hiçbir şey yapmadan veya sadece tekrarlayan davranışlarla geçirme, arkadaşlık kuramama gibi davranışlar sergilediği görülmektedir (Sucuoğlu, 2009). Bu nedenle sosyal etkileşim becerileri içerisinde yer alan etkileşim başlatma, oyun teklif etme ve paylaşma gibi önemli iş birliği becerileri geliştirmede spor önemli bir fırsat sağlayabilmektedir. Bu noktada araştırmanın sonucunda da H_{1c} “Grupla İş Yapma Becerisi” ortalama puanlarının spor yapan otizmlili çocuklarda anlamlı düzeyde yüksek olması sporun otizmlili çocukların kendi dünyasından sıyrılarak sosyalleşmesine katkısını gözler önüne sermektedir.

Araştırmanın son hipotezi olan H_{1d} “Kendini Kontrol Edebilme Becerisi” bağlamında spor yapan ve spor yapmayan çocukların arasında farklılık olduğu yönündedir. Otizmlili çocukların davranışsal özellikleri arasında kendine ve etrafına yönelik uygun olmayan birtakım davranışlar sergiledikleri bilinmektedir. Otizmlili çocuklar özel

gereksinimli çocuklar içerisinde önemli düzeyde problemli davranışın gözlemlendiği gruptur ve bu çocuklarda farklı türlerde problemli davranışlar (aşırı hareketlilik, öfke nöbetleri, saldırganlık, kendine zarar verme, uygunsuz korkular, tikler, uyku ve yeme sorunları) görülebilmektedir (Korkmaz, 2010). Sportif eylemler aracılığı ile ahlak eğitimi, sevmeye duygusu, paylaşma duygusu, saldırganlığı kontrol etme gibi kişiler arası sosyal ilişkileri düzenleyecek ortam ile yöntemler sağlanabilmektedir (Özoğlu, 1997). Bu doğrultuda kendi içinde kurallarıyla disiplin gerektiren spor faaliyetlerinin otizmli çocukların davranışlarını kontrol etmesine fayda sağladığını söyleyebilmek mümkündür. Aynı zamanda kendini tekrarlayan takıntılı davranışlar sergileyen otizmli çocukların spor faaliyetleri esnasında çalışan kasları ve düzenli olarak gelişim göstererek çocuğun motor becerilerinde olumlu gelişmelere ve mevcut olan takıntılarında azalmalara yol açabilmektedir (Özbey, 2005).



ÖNERİLER

Araştırmanın sonucunda uygulamaya ve ilerde bu konu ile ilgili yapılabilecek çalışmalara yönelik öneriler aşağıda belirtilmektedir.

- Bu araştırmaya benzer olarak farklı yetersizlik türünde ki çocuklarda rekreasyonel faaliyetlerin etkililiğine yönelik araştırmalar yapılabilir.
- Otizmlili çocukların farklı spor faaliyetleri sonucunda sosyalleşme düzeyleri incelenebilir. Bu sayede hangi spor faaliyetinin daha işlevsel olduğuna dair bilgi edinilebilir.
- Farklı rekreasyonel faaliyetlerin otizmlili çocukların sosyal yaşantılarına katkıları karşılaştırmalı olarak araştırılabilir.
- Farklı yetersizlik türlerinde bulunan bireyler için rekreasyonel faaliyetlerin yaşam kalitelerine olan etkisi incelenebilir.
- Araştırma sonucunda elde edilen verilerin takibi yapılarak bu araştırma boylamsal araştırmaya dönüştürülebilir.
- Engelli bireylere yönelik farkındalık çalışmalarında rekreasyon ve spor faaliyetlerine daha fazla yer verilmesi için projeler planlanabilir.
- Araştırmanın sonuçları doğrultusunda otizmlili bireylere yönelik eğitim veren resmi ve özel kurumların spor ve rekreasyon faaliyetlerini artırmaları önerilebilir.
- Spor faaliyetleriyle ilgilenen profesyonellerin engelli bireyler hakkında bilgi edinmelerini sağlamak ve bu tür faaliyetleri yaygınlaştırmak için hizmet içi eğitim, seminer, sempozyum gibi organizasyonlar düzenlenebilir.
- Otizmlili bireyler ve aileleri rekreasyonel faaliyetler ve faydaları hakkında aile eğitimi programları aracılığıyla bilgilendirilebilir.
- Çalışma spor yapılmadan önce ve spor yapıldıktan sonra olacak şekilde öntest-sontest uygulamasıyla farklı şekilde ele alınabilir.
- Sporun otizm spektrum bozukluğu olan çocuklarda yalnızca sosyalleşme üzerinde değil daha farklı parametreler üzerinde de etkileri değerlendirilebilir.
- Otizmlili çocuklara spor aktiviteleri yaptırılırken, çocuklardaki gelişimsel özellikler ve engellilik seviyeleri tespit edilerek, uygun spor çalışmaları gerçekleştirilmelidir.
- Sporun küçük ve büyük motor becerilere ve davranışsal özelliklere olumlu yönde katkı sağladığı bilinmektedir. Bu açıdan düşünüldüğünde otizmlili çocuklar spora yönlendirilebilir.

- Otizmlı çocuklara uygulanan spor çalışmaları sonucunda geliştirilen hareket ve davranış özellikleri iyi gözlenmeli ve gelişim düzeyleri sürekli yükseltilmeye çalışılmalıdır. Böylece elde edilen hareket ve davranış becerilerinin kendiliğinden uygulanması sağlanabilir.



KAYNAKLAR

- Adiloğulları, İ. (2007). *Bodrum ve Kuşadası'ndaki Beş Yıldızlı Otellerde Kalan Turistlerin Rekreatif Sorunları*. Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bursa.
- Akcan, B.Z. (2010). *Çalışan ve Çalışmayan Bayanların Rekreatif Etkinliklerden Sportif Faaliyetlere Katılım Düzeylerinin Araştırılması: Muğla İli Örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kütahya.
- Akçalar, Ö.S. (2007). *Ortopedik Engellilerin Sosyalleşmesine Sporun Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
- Akgül, M.B. (2011). *Farklı Kültürlerdeki Bireylerin Boş Zaman Aktivitelerine Yönelik Tutumlarının Değerlendirilmesi: Ankara-Londra Örneği*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Alpaytaç, S. (2007). *Otizm Üzerine Türkiye'den Bir Örnek Vaka İncelemesi*. Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Altunışık, R., Coşkun, R., Bayraktaroğlu, S. ve Yıldırım, E. (2007). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*. Sakarya. Sakarya Yayıncılık, 226.
- American Psychiatric Association, APA (2000). *DSM IV-TR Tanı Ölçütleri El Kitabı* (Çev. Ertuğrul Köroğlu). Hekimler Yayın Birliği. (Orijinal eserin yayın tarihi 1994), Ankara.
- American Psychiatric Association, (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental disorders Fifth Edition (DSM-5)*. Washington DC, London: American Psychiatric Publishing.
- Arslan, S. (2013). *Serbest Zaman, Rekreatif ve Serbest Zaman Eğitimi*. 1. Baskı, Nobel Yayınevi, Ankara.
- Avcıoğlu, H. (2007). *Etkinliklerle Sosyal Beceri Öğretimi*. Kök Yayıncılık, Ankara.
- Aydın, A. (2008). *Otizimde İlk Adım*. 2.Baskı, Epsilon Yayıncılık, İstanbul.
- Aydın, A., Kınacı, C. (2013). *Otizme Çözüm Var!, Adım Adım Otizmden Korunma ve Kurtulma Rehberi*. 1.Baskı, Hayygrup Yayıncılık, İstanbul.
- Bachevalier, J. (1994). Medial Temporal Lobe Structures and Autism: A Review of Clinical and Experimental Findings. *Neuropsychologia*, 32(6), 627-648.
- Başoğlu, D.U. (2011). *İstanbul İli Bahçelievler Belediyesi Sorumluluğundaki Spor Salonlarının Rekreatif Sporları ve Rekreatif Liderleri Açısından Geliştirilmesi ve Faydalılık Durumu*. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, İstanbul.

- Baud-Bovy, M., Lawson, F. (1998). *Tourism and Recreation: Handbook of Planning and Design*. Butterworth-Heinemann Ltd.
- Bıçak, N. (2009). *Otistik Çocukların Annelerinin Yaşadıklarının Belirlenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Özel Eğitim Ana Bilim Dalı, Bolu.
- Biçer, Y., Savucu, Y., Kutlu, M., Kaldırımcı, M., Pala, R. (2004). *Güç ve Kuvvet Egzersizlerinin Zihinsel Engelli Çocukların Hareket Beceri ve Yeteneklerine Etkisi*. Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları Dergisi, 3(1), 173-179.
- Blake, J. (1996). *Opening Doors: Integration of Persons with A Disability in Organized Children's Camping in Canada*. *Journal of Leisurability-Ontario*, 23, 3-10.
- Broadhurst, R. (2001). *Managing Environments for Leisure and Recreation*. New York: Routledge.
- Büyüköztürk, Ş. (2009). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı: İstatistik, Araştırma Deseni, SPSS Uygulamaları ve Yorum* (9. baskı). Ankara: Pegem Yayınları.
- Chase, A. (1996). *Recreation and Leisure Programming*. Dubuque, Iowa: Eddie Bowers Publishing.
- Christensen, O. (2016). *An Introduction to Frames and Riesz Bases*. Boston: Birkhauser.
- Cotugno, A.J. (2009). *Social Competence and Social Skills Training and Intervention for Children with Autism Spectrum Disorders*. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 39(9), 1268-1277.
- Cumine, V., Stevenson, G., Dunlop, J. (2010). *Advocacy Leadership: Toward a Post-reform Agenda in Education*. Routledge.
- Çalışkan, E., Şirinkan, A., Erciş, S., Saraçoğlu, N., Akoğuz, N. (2008). *Engelli Çocuğu Olan Ailelerin Beden Eğitimi ve Spor Etkinlikleri Hakkındaki Görüşleri*, 10. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Poster Bildiri Uzun Özetleri Kitabı, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Çıngı, H. (1994). *Örnekleme Kuramı*. Ankara. Hacettepe Üniversitesi Fen Fakültesi Basımevi.
- Çıdam, B.F. (2007). *Diyarbakır Kent Dokusunun Turizm ve Rekreasyon Kaynaklarının Peyzaj Mimarlığı Açısından Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi en Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Darıca, N., Abdikoğlu, Ü., Gümüşcü, S. (2000). *Otizm ve Otistik Çocuklar*. Özgür Yayınları, Ankara.
- Davis, K. (1997). *The Value of Movement Activities for Young Children*. *The Reporter*, 2(3), 1-3.

- Dawson, G., Toth, K., Abbott, R., Osterling, J., Munson, J., Estes, A., Liaw, J. (2004). *Early Social Attention Impairments in Autism: Social Orienting, Joint Attention, and Attention to Distress*. *Developmental Psychology*, 40(2), 271.
- Demirdağ, M. (2010). *Sporun Öğretilebilir Zihinsel Engelli Çocukların Sosyalleşmeleri Üzerine Etkisi*. Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, 127 sayfa.
- Demirel, M. (2009). *Rekreasyonel Etkinliklere Katılım ve Çevresel Duyarlılık*. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı Doktora Tezi, Ankara.
- Ergun, N. (2003). *Bedensel Engelli Çocuk ve Spor*. Çoluk Çocuk Dergisi, 5(26), 50.
- Erken, K. (2008). *Öğretmenlerin Serbest Zamanlarında Spor Faaliyetlerine Katılmalarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Sakarya.
- Fazlıoğlu, Y., Yurdakul-Eşme, M. (2005). *Otizm Otizmde Görsel İletişim Tekniklerinin Kullanımı*. Morpa Kültür Yayınları, İstanbul.
- Fazlıoğlu, Y., Yurdakul-Eşme, M. (2007). *Otizm*. Morpa Kültür Yayınları, İstanbul.
- Foose, A., Ardovino, P. (2008). *Therapeutic Recreation and Development Disabilities*. In: *Robertson T, Long T. Foundations Therapeutic Recreation Perceptions Philosophies and Practices for the 21st Century*. USA. Thomson Shore Inc., 127-145.
- García-Villamizar, D.A., Dattilo, J. (2010). *Effects of a Leisure Programme on Quality of Life and Stress of Individuals with ASD*. *Journal of Intellectual Disability Research*, 54(7), 611-619.
- Grandin, T. (2005). *Resimlerle Düşünmek: Otizmin İçeriden Anlatımı* (Çeviren M. C. İftar). Doğan Kitap, İstanbul.
- Greenspan, S.I. (1992). *Reconsidering the Diagnosis and Treatment of Very Young Children with Autistic Spectrum or Pervasive Developmental Disorders*. *Zero to Three*, 13(2), 1-9.
- Gül, T. (2014). *Rekreasyon Olgusuna Genel Yaklaşım, Rekreasyona Giriş*. (Editör: Ali Yaylı) 1. Baskı, Detay Yayıncılık, Ankara.
- Güneş, A. (2005). *Otizm ve Otistik Çocukların Eğitimi*. İlya Yayınevi, İzmir.
- Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A., Dinç, Y. (2003). *Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi, Örnek Animasyon Uygulamaları* (1. Baskı), Detay Yayıncılık, Ankara.
- Harmandar, İ.H. (2004). *Beden Eğitimi ve Spor'da Özel Öğretim Yöntemleri*, 1. Baskı, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Hazar, A. (2003). *Rekreasyon ve Animasyon*. 2. Baskı, Detay Yayıncılık, Ankara.

- Hosseinalipour, F. (2015). *Üniversiteli Sporcu Öğrencilerin Sporda, Motivasyon Düzeyleri ve Stresle Başa Çıkma Yöntemlerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Ankara.
- Howe, C.Z., Carpenter, G.M. (1985). *Progammig Leisure Experiences*. Prentice-Hall Inc., New Jersey, page:3.
- İbrahim, H., Cordes, K.A. (2008). *Outdoor Recreation: Enrichment for A Lifetime* (No. Ed. 3). Sagamore Publishing.
- İlhan, L. (2008). *Eğitilebilir Zihinsel Engelli Çocuklarda Beden Eğitimi ve Sporun Sosyalleşme Düzeylerine Etkisi*. Kastamonu Eğitim Dergisi, 16(1), 315-324.
- İlhan, L., Suveren, S. (2009). *Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Anne-Babaların Çocuklarının Özel Eğitimleri Sürecinde Beden Eğitimi ve Spor Etkinliklerine Yaklaşımlarının Değerlendirilmesi*. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 3(1), 38-48.
- İnal, A.N. (2003). *Beden Eğitimi ve Spor Bilimi*. (Erkal'dan aktaran) Nobel Yayınları, Ankara.
- İnternet: Healthscout, (2010). *Description of Autism*.
<http://www.healthscout.com/ency/68/317/main.html>, (Erişim Tarihi: 13.09.2018)
- İnternet: Jordan, R., Jones, G., Murray, D. (1998). *Educational Interventions for Children with Autism: A Literature Review of Recent and Current Research*. Research Report: 77.
https://www.researchgate.net/profile/Dinah_Murray3/publication/267398232_Educational_Interventions_for_Children_With_Autism_A_Literature_Review_of_Recent_And_Current_Research/links/564cbbf008aeafc2aaaf737e/Educational-Interventions-for-Children-With-Autism-A-Literature-Review-of-Recent-And-Current-Research.pdf (Erişim Tarihi: 02.05.2018)
- İnternet: Psychecyprus, (2008). *Otizm*.
http://www.psychecyprus.com/home/index.php?option=com_content&task=view&id=112&Itemid=139&lang=tr.
- Jensen, C.R., Guthrie, S. (2006). *Outdoor Recreation in America*. Champaign, III. Human Kinetics.
- Kale, R. (2002). *Yaşam Boyu Spor*. 1. Bölüm, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Kamaraj, I. (2004). *Sosyal Becerileri Derecelendirme Ölçeği'nin Türkçe'ye Uyarlanması ve Beş Yaş Çocuklarının Atılganlık Sosyal Becerisini Kazanmalarında Eğitici Drama Programının Etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Kamps, D., Royer, J., Dugan, E., Kravits, T., Gonzalez-Lopez, A., Garcia, J., Carnazzo, K., Morrison, L., Kane, L.G. (2002). *Peer Training to Facilitate Social Interaction for Elementary Students with Autism and Their Peers*. *Exceptional Children*, 68(2), 173-187.

- Kanner, L. (1943). *Autistic Disturbances of Affective Contact*. *Nervous Child*, 2(3), 217-250.
- Karaküçük, S. (2008). *Rekreasyon* (6. Baskı) Gazi Kitabevi. Ankara.
- Karaküçük, S. (2008). *Rekreasyon, Boş Zamanları Değerlendirme* (6. Baskı) Gazi Kitabevi, Ankara.
- Karaküçük, S. (2012). *Terapatik Rekreasyon, Bir Örnek Uygulama: OSEP*, Gazi Yayınevi, Ankara.
- Karaküçük, S. (2014). *Terapatik Rekreasyon ve Uzmanlığı(Liderliği)*. II. Uluslararası Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor Kongresi Bildiri Özetleri kitabı, 2-4 Mayıs 2014, 74-80, Batman.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemi* (Scientific Research Method). Nobel Yayınları, Ankara.
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel İrade Algı Çerçevesi ile Bilimsel Araştırma Yöntemi Kavramlar İlkeler Teknikler*. Nobel Yayıncılık, Ankara.
- Kasari, C., Freeman, S., Paparella, T. (2006). *Joint Attention and Symbolic Play in Young Children with Autism: A Randomized Controlled Intervention Study*. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 47(6), 611-620.
- Kaya, S. (2003). *Yetiştirme Yurtlarında Kalan Gençlerin Boş Zaman Değerlendirme Eğilimi ve Etkinliklerin Sosyalleşmeye Etkisi*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kement, Ü. (2014). *Rekreasyonun Diğer Alanlarla İlişkisi. Rekreasyona Giriş* (Editör: Ali Yaylı), 1. Baskı, Detay Yayıncılık, Ankara.
- Kır, İ. (2007). *Yüksek Öğretim Gençliğinin Boş Zaman Etkinlikleri: KSÜ Örneği*. Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 17(2), 307-328.
- Kırcaali-İftar, G. (2005). *Otistik Özellik Gösteren Çocuklara İletişim Becerilerinin Kazandırılması*. Ya-Pa Yayınları, İstanbul.
- Kırcaali-İftar, G. (2012). *Otizm Spektrum Bozukluğuna Genel Bakış. (Editör: Tekin-İftar) Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Çocuklar ve Eğitimleri içinde* (sayfa: 17-46). Vize Yayıncılık, Ankara.
- Kim, Y.S., Leventhal, B.L., Koh, Y.J., Fombonne, E., Laska, E., Lim, E.C., Song, D.H. (2011). *Prevalence of Autism Spectrum Disorders in A Total Population Sample*. *American Journal of Psychiatry*, 168(9), 904-912.
- Koegel, R.L., Koegel, L.K.E. (1995). *Teaching Children with Autism: Strategies for Initiating Positive Interactions and Improving Learning Opportunities*. Paul H Brookes Publishing.
- Korkmaz, B. (2000, July). *Infantile Autism: Adult Outcome*. In *Seminars in Clinical Neuropsychiatry*, 5(3),164-170.

- Korkmaz, Ö. (2004). *Müzik Öğretmenlerinin Motivasyon Kaynakları ve Mesleki Tükenmişlikleri*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Güzel Sanatlar Anabilim Dalı, İstanbul.
- Köklü, N., Büyüköztürk, Ş., Bökeoğlu, Ç.Ö. (2006). *Sosyal Bilimler İçin İstatistik*, Pegem Yayıncılık, Ankara.
- Kurt, O. (2009). *Otistik Özellikler Gösteren Çocuklara Zincirleme Serbest Zaman Becerilerinin Öğretiminde Sabit Bekleme Süreli Öğretimin ve Eşzamanlı İpucuyla Öğretimin Gömülü Öğretimde Sunulmasının Etkililik ve Verimliliklerinin Karşılaştırılması*. Anadolu Üniversitesi Yayınları, Eskişehir.
- Kurumlu, Y. (2014). *Ankara İli 11. Sınıf Lise Öğrencilerinin Serbest Zaman ve Sportif Açısından Serbest Zaman Faaliyetlerine Katılımlarının Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenman ve Harekât Bilimleri Anabilim Dalı, Ankara.
- Lovaas, O.I. (2003). *Teaching Individuals with Developmental Delays: Basic Intervention Techniques*. Austin, TX: Pro-Ed,.
- McLean, D., Hurd, A. (2011). *Kraus' Recreation and Leisure in Modern Society*. Jones & Bartlett Publishers.
- McLean, D.D., Hurd, A.R., Rogers, N.B. (2008). *Kraus' Recreation and Leisure in Modern Society* Jones and Bartlett Publishers.
- Memiş, U. A., Yıldırım, İ. (2007). *Çocukluk ve Ergenlikteki Fiziksel Aktivite Deneyimleri ile Yetişkinlikteki Fiziksel Aktivite Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 13(1), 13-32.
- Mirzeoğlu, N. (2006). *Spor Bilimlerine Giriş*. 1. Baskı, Spor Yayınevi, Ankara.
- Mobley, T.A. (2006). *Yerel Yönetimlerin Halkın Rekreasyon ve Park İhtiyaç ve Hizmetlerini Karşılamadaki Rolü*. 27-28 Nisan 2006 Eskişehir Sağlıklı Kentler Birliği Toplantısı.
- Mukaddes, N.M. (2013). *Otizm Spektrum Bozuklukları: Tanı ve Takip*. Nobel Tıp Kitabevi, İstanbul.
- Newschaffer, C.J., Croen, L.A., Daniels, J., Giarelli, E., Grether, J.K., Levy, S.E., Reynolds, A.M. (2007). *The Epidemiology of Autism Spectrum Disorders*. *Annu. Rev. Public Health*, 28, 235-258.
- Orsmond, G.I., Krauss, M.W., Seltzer, M.M. (2004). *Peer Relationships and Social and Recreational Activities among Adolescents and Adults with Autism*. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 34(3), 245-256.
- Ozonoff, S., Rogers, S.J. (2003). *From Kanner to The Millennium: Scientific Advances That Have Shaped Clinical Practice*. (S. Ozonoff, S. J. Rogers, & R.L. Hendren içinde) *Autism Spectrum Disorders: A Research Review for Practitioners* (page: 3-33). Washington, DC: American Psychiatric Publishing.

- Ölmez, E. (2010). *Görme Engelli Bireylerin Sosyalleşme Sürecine Sporun Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Ankara.
- Özbey, Ç. (2005). *Otizm ve Otistik Çocukların Eğitimi Yalnızlık Ülkesine Yolculuk*. İnkılap Kitabevi, İstanbul.
- Özdemir, S. (2007). *Sosyal Öyküler: Otistik Çocuklara Yönelik Bir Sağaltım*. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi, 8(2), 49-62.
- Özer, D.S., Özer, D.S. (2012). *Çocuklarda Motor Gelişim*. 6. Baskı. Nobel Yayın Dağıtım, 76-77. Ankara.
- Özer, S.D. (2010). *Engelliler için Beden Eğitimi ve Spor*. (3. Baskı). Nobel Yayın Dağıtım, İstanbul.
- Özlü-Fazlıoğlu, Y. (2004). *Duyusal Entegrasyon Programının Otizmlili Çocukların Duyusal ve Davranış Problemleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi. Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özoğlu, S.Ç. (1997). *Spor Psikolojisi ve Gelişmeler*, I. In International Symposium of Sports Psychology, Ankara, Bağırhan Yayınevi (Vol. 52).
- Öztürk, M.A. (2011). *Engellenen Bireylerin Gözünden Otizm Spektrumu: Çeşitli İşlevlerin Gelişimi için Beden Eğitimi Önerileri*. Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, 13(Özel Sayı), 5-12.
- Penny, N.B. (2005). *İstiyorum İhtiyacım var Çünkü Farklıyım*. 1.Baskı, Sistem Yayıncılık, İstanbul.
- Perrin, B. (1992). *Community Recreation for All: How To Include Persons with Disabilities in Regular Leisure and Recreation*. Journal of Leisurability, 19(4), 28-36.
- Rakap, S., Birkan, B., Kalkan, S. (2017). *Türkiye'de Otizm Spektrum Bozukluğu ve Özel Eğitim*. Tohum Otizm Vakfı.
- Ramazanoğlu, F., Altungül, O., Özer, A. (2004). *Sportif Açıdan Rekreasyon Etkinliklerinin Değerlendirilmesi*. Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları, 176-178.
- Reichow, B., Sabornie, E.J. (2009). *Brief Report: Increasing Verbal Greeting Initiations for A Student with Autism Via A Social Story™ Intervention*. Journal of Autism and Developmental Disorders, 39(12), 1740.
- Sarol, H. (2013). *Uyarlanmış Rekreasyonel Fiziksel Aktivitenin Otizmlili Bireylerin Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Schreibman, L., Whalen, C., Stahmer, A.C. (2000). *The Use of Video Priming to Reduce Disruptive Transition Behavior in Children with Autism*. Journal of Positive Behavior Interventions, 2(1), 3-11.

- Semrud-Clikeman, M. (2007). *Social Competence in Children. In Social Competence in Children* (Pp. 1-9). Springer, Boston, MA.
- Sevim, Y. (1997). *Hentbol: Teknik, Taktik*. Gazi Yayınevi, Ankara.
- Sherrill, C. (2004). *Adapted Physical Activity, Recreation and Sport: Crossdisciplinary and Lifespan*. WCB/Mcgraw Hill, 2460 Kerper Blvd., Dubuque, IA 52001.
- Sivrikaya, Ö., Doğu, G. (2011). *Düzce Belediyesinin Spor Hizmetleri İçin Örnek Bir Yönetim Modeli*. Pamukkale Journal of SportSciences, 2(3), 52-74.
- Smith, T., Groen, A.D., Wynn, J.W. (2000). *Randomized Trial of Intensive Early Intervention for Children with Pervasive Developmental Disorder*. American Journal On Mental Retardation, 105(4), 269-285.
- Strain, P.S., Hoyson, M. (2000). *The Need for Longitudinal, Intensive Social Skill Intervention: LEAP Follow-Up Outcomes for Children with Autism*. Topics in Early Childhood Special Education, 20(2), 116-122.
- Stumbo, N.J., Peterson, C.A. (2004). *Therapeutic Recreation Program Desing, Fourth Edition*. San Francisco: Darly Fox.
- Sucuoğlu, B. (2003). *Otizm ve Otistik Bozukluğu Olan Çocuklar*. A. Ataman (Ed.), Özel Eğitime Giriş (392-412). Gündüz Yayınları, Ankara.
- Sucuoğlu, B. (2009). *Otizm ve Otistik Bozukluğu Olan Çocuklar*. A. Ataman içinde, Özel Gerekli Çocuklar ve Özel Eğitime Giriş. Gündüz Eğitim ve Yayıncılık, Ankara.
- Sucuoğlu, B., Akıncı, A., Gümüşçü, Ş., Pişkin, Ü. (1988). *Otistik Çocuklar ve Eğitimleri*, Ankara.
- Şahbaz, Ü. (2017). *Zihin Yetersizliği ve Otizm Spektrum Bozukluğu*. Vize Yayıncılık, Ankara.
- Şahin T. (2015). *Sadece Otistik Çocuğu Olan Annelerin Kaygı ve Depresyon Düzeyi ile Sağlıklı Kardeş/Kardeşlere Sahip ve Otistik Çocuğu Olan Annelerin Kaygı ve Depresyon Oranlarının Karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Bilim Dalı, Ankara.
- Şallı, O.A. (2009). *Sosyal Belirleyiciler Ekseninde Sporun Değişen İmgeleri*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, İstanbul.
- Taşkıran, A. (2014). *Huzurevinde Kalan Yaşlılara Uygulanan 12 Haftalık Sportif Rekreasyon Programının Bazı Antropometrik ve Fizyolojik Parametrelere Etkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kütahya.
- Terpstra, J.E., Higgins, K., Pierce, T. (2002). *Can I play? Classroom-based Interventions for Teaching Play Skills to Children with Autism*. Focus on Autism and Other Developmental Disabilities, 17(2), 119-127.

- Tezcan, M. (1982). *Sosyolojik Açıdan Boş Zamanların Değerlendirilmesi*. A.Ü. Yayını, Ankara.
- Tezcan, M. (1994). *Boş Zamanların Değerlendirilmesi Sosyolojisi*. 4. Baskı, Atilla Kitabevi, Ankara.
- Todd, T., Reid, G. (2006). *Increasing Physical Activity in Individuals with Autism. Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 21(3), 167-176.
- Torkildsen, G. (1999). *Leisure and Recreation Management*, London: Routledge, Taylor and Francis Group.
- Torkildsen, G. (2005). *Leisure and Recreation Management*. (Beşinci Baskı), Routledge, Taylor and Francis Group.
- Turan, A. (2005). *Sevgi Dili Konuşan Çocuklar Down Sendromu, Otizm ve Kekemelikte Dil Gelişimi ve Bozuklukları İçin Rehber Kitap*. Sistem Yayıncılık.
- Tutt, R., Powell, S., Thornton, M. (2006). *Educational Approaches in Autism: What We Know About What We Do?*. *Educational Psychology in Practice*, 22(1), 69-81.
- Ünal, A.E. (2006). *Sanat Eğitiminin Otizmli Çocukların Duyusal Problemleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Güzel Sanatlar Eğitimi Ana Sanat Dalı, Edirne.
- Volkmar, F.R., Lord, C., Bailey, A., Schultz, R.T., Klin, A. (2004). *Autism and Pervasive Developmental Disorders*. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(1), 135-170.
- Vuran, S. (2007). *Sosyal Yeterliklerin Geliştirilmesi*. Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Yayınları, Eskişehir.
- Wing L. (2012). *Otizm El Kitabı*. Sistem Yayıncılık, İstanbul.
- Wing, L. (1991). *The Relationship Between Asperger's Syndrome and Kanner's Autism*. *Autism and Asperger Syndrome*, 93-121.
- Wing, L. (1996). *Otizm El Rehberi*. (Çeviren: Kunt, Semra), Altan Matbaacılık, İstanbul.
- Wing, L., Potter, D. (2002). *The Epidemiology of Autistic Spectrum Disorders: Is the Prevalence Rising?*. *Mental Retardation and Developmental Disabilities Research Reviews*, 8(3), 151-161.
- Yamaner, F. (2001). *Beden Eğitimi ve Spor'da Temel İlkeler*. Ekin Kitabevi, Bursa.
- Yanardağ, M. (2007). *Otistik Çocuklarda Farklı Egzersiz Uygulamalarının Motor Performans ve Stereotip Davranışlar Üzerine Etkileri*. (Todd, Pitetti ve Fernhall'den aktaran), Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yazgan, Y. (2002). *Hiperaktif Çocuk Okulda*. Evrim Yayınları Psikoloji Dizisi:13, İstanbul.

- Yazıcı, M. (1998). *Üniversite Öğrencilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Anlayış ve Alışkanlıkları Üzerine Karşılaştırmalı Bir Araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, İstanbul.
- Yazıcıoğlu, Y., Erdoğan, S. (2004). *SPSS Uygulamalı Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Detay Yayıncılık, Ankara.
- Yılmaz, A. (2004). *Aile Eğitimi, M.E.B. Bursa İl Milli Eğitim Müdürlüğü Bağımsız Otistik Çocuklar Eğitim Merkezi Aile Eğitimi Sempozyumu*, Bursa.
- Zeteroğlu, E.Ş. (2006). *Yirmibeş-Yetmişiki Aylar Arasındaki Otistik Çocukların Gelişimlerinin İncelenmesi*. (Korkmaz'dan aktaran), Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Anabilim Dalı, Ankara.
- Zorba, E., Bakır, M. (2004). *Serbest Zaman Kavramı*. (F. Ramazanoğlu içinde) Sporda Sosyal Alanlar Seçme Konular 1 (106 sayfa). Bıçaklar Kitabevi, Ankara.



EKLER

EK-1 Anket Formu

REKREASYONEL FAALİYET OLARAK SPORUN OTİZMLİ ÇOCUKLARDA SOSYAL İLETİŞİME YÖNELİK ETKİLERİ

Değerli Veliler;

Bu anketin yapılma amacı, otizm spektrum bozukluğu olan çocukların sosyalleşmelerinde spor aktivitelerinin etkisinin olup/olmadığını tespit etmektir. Bu amaçla spor yapan ve yapmayan otizm spektrum bozukluğu olan çocukların sosyalleşme sürecindeki farklılıkları tespit edilmeye çalışılacaktır. Soruları cevaplarken çocuğunuzun durumuna en uygun olan seçeneği daire içine almanız yeterlidir. Elde edilen bilgilerin engellilerin rehabilitesi sırasında uzman kişilere ışık tutacağı ümidindeyiz. İlginiz ve ankete katılımınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Ceyda CEYHUN ATABAYCAN

MADDELER	Yapamaz (1)	Çok Az Yapar (2)	Genellikle Yapar (3)	Çok Sık Yapar (4)	Her zaman Yapar (5)
TEMEL SOSYAL BECERİLER					
1. Başkalarıyla etkileşim halindeyken (konuşurken-dinlerken) göz kontağı kurar.					
2. Konuşurken sözel anlatımın anlamını pekiştirmek ve tamamlamak için jest ve mimik kullanır.					
3. Tanıdığı kişilere kendisini tanıtır.					
4. Tanıdığı kişilerle karşılaşınca gülümser.					
5. Tanıdığı kişilerle karşılaşınca selam (sözlü ya da başıyla) verir.					
TEMEL İLETİŞİM BECERİLERİ					
6. Konuşmayı başlatır.					
7. Konuşmayı sürdürür.					
8. Konuşmada sıra takip eder.					
9. Başkaları konuşurken konuşmanın içeriğine uygun geri bildirimde bulunur.					
10. Konuşurken ses tonu, konuşma hızını, vurgu ve tonlamayı uygun kullanır.					
11. Başkaları konuşurken dinler.					
12. Gerektiğinde soru sorar.					
13. Başkalarıyla gerektiğinde işbirliği yapar.					
GRUPLA İŞ YAPMA BECERİSİ					
14. Gereksinim duyduğunda başkalarından yardım ister.					
15. Yardıma gereksinimi olan kişilere yardım istemeden onlara yardım eder.					
16. Gereksinim duyduğunda izin ister.					
17. Kendisine yardım edildiğinde teşekkür eder.					
18. Birisine zarar verince özür diler.					

19. Eşyalarını (kalem, silgi, oyuncak vb.) başkalarıyla paylaşır.					
20. Başkalarıyla gerektiğinde işbirliği yapar.					
21. Grup faaliyetlerine katılır.					
22. Grupta sorumluluğunu yerine getirir.					
23. Arkadaşlarına oyunlar oynamayı teklif eder.					
24. Oynanmakta olan oyunda oynamayı teklif eder.					
25. Arkadaşlarına yeni oyunlar oynamayı teklif eder.					
KENDİNİ KONTROL EDEBİLME BECERİSİ					
26. Karşısındakinin durumuna uygun tepki verir.					
27. Aşırı sevinç, üzüntü, öfke, korku gibi duygularını uygun şekilde ifade eder.					
28. Kendisinden istemediği bir şeyi yapması istendiğinde 'Hayır' der.					
29. Kendisiyle alay edildiğinde duymazlıktan gelir.					
30. Kurallara uymadığında ortaya çıkan sonuçları kabul eder.					
31. Başarısız olduğunda bu durumu sakince karşılar.					

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı ve Soyadı : Ceyda CEYHUN ATABAYCAN
Uyruğu : T.C.
Doğum tarihi ve yeri : 13.01.1986 / Erzurum
e-mail : ceydaceyhunn@gmail.com

Eğitim

Derece	Eğitim Birimi	Mezuniyet Tarihi
Yüksek Lisans	Gazi Üniversitesi Turizm Fakültesi	Devam ediyor
Lisans	Atatürk Üniversitesi Spor Yüksek Okulu Spor Yöneticiliği	2010

İş Deneyimi

Yıl	Yer	Görev
2016- devam ediyor	Erzurum Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü	Sportif Eğitim Uzmanı

Yabancı Dil

İngilizce



GAZİLİ OLMAK AYRICALIKTIR..

