



**TÜRKİYE CUMHURİYETİ  
ANKARA ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**



# **OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞU OLAN ERGEN BİREYLERİN FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILIMINA ETKİ EDEN FAKTÖRLER**

**Rıfat Kerem GÜRKAN**

**SPOR BİLİMLERİ ANABİLİM DALI  
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**DANIŞMAN  
Doç. Dr. Funda KOÇAK**

**ANKARA  
2020**

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ  
ANKARA ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞU OLAN ERGEN  
BİREYLERİN FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILIMINA  
ETKİ EDEN FAKTÖRLER**

**Rıfat Kerem GÜRKAN**

**SPOR BİLİMLERİ ANABİLİM DALI  
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**DANIŞMAN  
Doç. Dr. Funda KOÇAK**

**ANKARA  
2020**

## **Etik Beyan**

Ankara Üniversitesi

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'ne

Yüksek Lisans tezi olarak hazırlayıp sunduğum “Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Ergen Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımına Etki Eden Faktörler” başlıklı tez; bilimsel ahlak ve değerlere uygun olarak tarafımdan yazılmıştır. Tezimin fikir/hipotezi tümüyle tez danışmanım ve bana aittir. Tezde yer alan çalışma/araştırma tarafımdan yapılmış olup, tüm cümleler ve yorumlar bana aittir.

Yukarıda belirtilen hususların doğruluğunu beyan ederim.

Öğrencinin Adı Soyadı: Rıfat Kerem Gürkan

Tarih: 22.06.2020

İmza: 

## ÖNSÖZ

Ülkemizde ve dünyada görülme sıklığı hızla artan Otizm Spektrum Bozukluğu tanısı almış bireylerin fiziksel aktiviteye katılmalarının önemi günümüzde fark edilmeye başlanmıştır. Fiziksel aktivite, bireylerde hastalıkları önleme, sağlıklı bir yaşam tarzı oluşturma, sosyalleşme ve stresi azaltma gibi faydalar sağlamaktadır. Bu çalışmada, Otizm Spektrum Bozukluğu teşhisi almış 10-19 yaş arası bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını etkileyen faktörleri sosyo-ekolojik model doğrultusunda ebeveynlerinin perspektifinden incelemek istedik. Özellikle ergenlik döneminde fizyolojik ve psikolojik değişimlerin yanında, Otizmli bireylerin daha fazla serbest zamana sahip olması ve bu serbest zamanı pasif aktivitelerle geçirmeleri bu bireyler açısından oldukça tehlikeli bir durum oluşturmaktadır. Otizmli bireylerin fiziksel aktivitelerden çok büyük keyif almalarına rağmen pek çoğunun fiziksel aktiviteye katılamaması ve ailelerinin bu durumdan büyük üzüntü duymaları bizi bu çalışmayı yapmaya yönlendirmiştir. Bu ve buna benzer çalışmaların Otizmli bireyler ile ailelerinin yararına olacağı ve gelecekte bu alana yönelik çalışmaların yapılması için bir örnek teşkil edeceğini düşünmekteyiz.

Beni her zaman destekleyen, güvenen ve yardımlarını esirgemeyen değerli danışman hocam Doç. Dr. Funda Koçak'a,

Akademik hayata adım atmamla tanıştığım, kendisinden çok şey öğrendiğim ve öğrenmeye devam edeceğim saygıdeğer hocam Prof. Dr. Bülent Gürbüz'e,

Özel gereksinimli bireylere yönelik gerçekleştirmiş olduğu çalışmalarla örnek olan, tecrübesi ve fikirleri ile bana yol gösteren değerli hocam Doç. Dr. Halil Sarol'a,

Tez sürecimde desteklerini esirgemeyen Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Dekanı Sayın Prof. Dr. Ali Ahmet Doğan'a,

Özel gereksinimli çocuklarımızın hayatlarına dokunan, onlara iyi bir eğitim şansı sağlayan ve bu çalışmayı gerçekleştirmemde bana destek olan sayın Prof. Dr. Tevhide Kargın'a,

Üzerimde emekleri olan tüm Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi hocalarıma,

Lisansüstü öğrenimimde sağladıkları desteklerden dolayı Türk Eğitim Vakfı'na,

Bu çalışmayı yapmakta bana ilham veren, katılmakta benden daha istekli ve gönüllü olan özel çocuklarımızın değerli ebeveynlerine,

Her zaman, her koşulda varlıklarını yanımda hissettiğim canım arkadaşlarıma,

Sevgisini ve emeğini hiçbir zaman eksik etmeyen sevgili nişanlıma,

Tüm hayatım boyunca her alanda bana destek veren ve yanımda olan canım aileme çok teşekkür ediyorum.

## İÇİNDEKİLER

|                                                                                |          |
|--------------------------------------------------------------------------------|----------|
| Etik Beyan                                                                     | ii       |
| Önsöz                                                                          | iii      |
| İçindekiler                                                                    | v        |
| Simgeler ve Kısaltmalar                                                        | viii     |
| Şekiller                                                                       | ix       |
| Çizelgeler                                                                     | x        |
| <b>1. GİRİŞ</b>                                                                | <b>1</b> |
| 1.1. Araştırmanın Amacı                                                        | 2        |
| 1.2. Araştırmanın Önemi                                                        | 2        |
| 1.3. Araştırmanın Sınırlılıkları                                               | 4        |
| 1.4. Araştırmacının Araştırmadaki Özdeşünümseiliği                             | 4        |
| 1.5. Araştırmanın Problem Cümlesi                                              | 5        |
| 1.6. Alt Problemler                                                            | 5        |
| 1.7. Etik Prosedür                                                             | 5        |
| 1.8. Gizlilik                                                                  | 5        |
| 1.9. Sonuçların Paylaşımı                                                      | 6        |
| 1.10. Fiziksel Aktivite                                                        | 6        |
| 1.11. Ergenlik                                                                 | 7        |
| 1.12. Otizm Tarihçesi                                                          | 8        |
| 1.13. Otizm Spektrum Bozuklukları (OSB)                                        | 10       |
| 1.13.1. Rett Sendromu                                                          | 11       |
| 1.13.2. Çocukluk Dezintegratif Bozukluğu                                       | 12       |
| 1.13.3. Asperger Sendromu                                                      | 13       |
| 1.13.4. Başka Türli Adlandırılmayan Yaygın Gelişimsel Bozukluk (A Tipik Otizm) | 13       |
| 1.13.5. Otizm                                                                  | 14       |
| 1.14. Otizm Görölme Sıklığı                                                    | 15       |
| 1.15. OSB Tanısı ve Belirtileri                                                | 16       |
| 1.15.1. Sosyal Etkileşim ve İlişkilerde Güçlük                                 | 18       |
| 1.15.2. Sözlü ve Sözsüz İletişimde Bozukluklar                                 | 19       |
| 1.15.3. Davranışsal Bozukluklar                                                | 20       |

|                                                                 |     |
|-----------------------------------------------------------------|-----|
| 1.16. OSB’li Bireylerde Motor Gelişim Özellikleri               | 21  |
| 1.17. OSB ve Fiziksel Aktivite                                  | 23  |
| 1.17.1. OSB’li Bireylerde Fiziksel Aktivitenin Faydaları        | 24  |
| 1.17.2. OSB ve Fiziksel Aktiviteye Katılımı Etkileyen Faktörler | 27  |
| 1.17.3. Sosyo-ekolojik Model ve Fiziksel Aktivite               | 33  |
| 1.17.4. Konuyla İlgili Yapılmış Çalışmalar                      | 38  |
| 1.17.4.1. Konuyla İlgili Yapılmış Ulusal Çalışmalar             | 38  |
| 1.17.4.2. Konuyla İlgili Yapılmış Uluslararası Çalışmalar       | 41  |
| <b>2. GEREÇ VE YÖNTEM</b>                                       | 47  |
| 2.1. Araştırmanın Yöntemi                                       | 47  |
| 2.2. Araştırmanın Çalışma Grubu                                 | 48  |
| 2.3. Araştırmanın Yapıldığı Ortam                               | 50  |
| 2.4. Verilerin Toplanması                                       | 51  |
| 2.5. Verilerin Analizi                                          | 51  |
| 2.6. İnanırcılık                                                | 52  |
| 2.7. Araştırma Sırasında Karşılaşılan Güçlükler                 | 53  |
| <b>3. BULGULAR</b>                                              | 54  |
| 3.1. Kişisel Faktörler                                          | 55  |
| 3.2. Kişilerarası Faktörler                                     | 68  |
| 3.3. Çevresel Faktörler                                         | 78  |
| 3.4. Kurumsal Faktörler                                         | 91  |
| 3.5. Kamu Politikası Faktörleri                                 | 97  |
| <b>4. TARTIŞMA</b>                                              | 106 |
| 4.1. Fiziksel Aktiviteye Katılımda Engeller                     | 106 |
| 4.2. Fiziksel Aktiviteye Katılımda Kolaylaştırıcılar            | 121 |
| <b>5. SONUÇ VE ÖNERİLER</b>                                     | 130 |
| 5.1. Sonuçlar                                                   | 130 |
| 5.2. Öneriler                                                   | 132 |
| 5.2.1. Araştırmanın Sonuçlarına Yönelik Öneriler                | 132 |
| 5.2.2. Gelecekte Yapılacak Çalışmalara Yönelik Öneriler         | 133 |
| <b>ÖZET</b>                                                     | 134 |
| <b>SUMMARY</b>                                                  | 135 |
| <b>KAYNAKLAR</b>                                                | 136 |
| <b>EKLER</b>                                                    | 149 |
| Ek-1. Etik Kurul İzni                                           | 149 |
| Ek-2. Kurum İzin Yazısı                                         | 150 |

|                                |     |
|--------------------------------|-----|
| Ek-3. Aydınlatılmış Onam Formu | 151 |
| Ek-4. Kişisel Bilgi Formu      | 153 |
| Ek-5. Bireysel Görüşme Formu   | 154 |
| Ek-6. Alan Notları             | 157 |
| <b>ÖZGEÇMİŞ</b>                | 159 |



## SİMGELER ve KISALTMALAR

|        |                                                         |
|--------|---------------------------------------------------------|
| OSB    | Otizm Spektrum Bozukluğu                                |
| FA     | Fiziksel Aktivite                                       |
| UFA    | Uyarlanmış Fiziksel Aktivite                            |
| NGG    | Normal Gelişim Gösteren                                 |
| ÇDB    | Çocukluk Dezintegratif Bozukluğu                        |
| BTAYGB | Başka Türü Adlandırılmayan Yaygın Gelişimsel Bozukluk   |
| APA    | Amerikan Psikiyatri Birliği                             |
| WHO    | Dünya Sağlık Örgütü                                     |
| DSM    | Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı |
| CDC    | Hastalıkları Kontrol Merkezi                            |
| AHKA   | Avustralya Aktif Çocuklar Birliği                       |

## ŞEKİLLER

|                                                                                                                                                                                   |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Şekil 1.1.</b> Çocukluk, Ergenlik Ve Yetişkinliğin Gelişim Dönemlerine Yayılan Veya Örtüşen Ergenlik İçin Özel Geçerlilik Terimlerinin Yaygın Olarak Kullanılan Yaş Tanımları. | 8  |
| <b>Şekil 1.2.</b> Serbest Zaman Aktivitelerine Katılımda Hiyerarşik Modeli                                                                                                        | 30 |
| <b>Şekil 1.3.</b> Kurumlarda Çalışan Bireylerin Serbest Zaman Katılım Engelleri Modeli                                                                                            | 31 |
| <b>Şekil 1.4.</b> Alternatif Serbest Zaman Katılım Engelleri                                                                                                                      | 31 |
| <b>Şekil 1.5.</b> Engelli Çocukların Serbest Zaman Katılım Modeli                                                                                                                 | 32 |
| <b>Şekil 1.6.</b> Brofenbrenner'in Eğitimde Deneysel Ekolojik Modeli                                                                                                              | 34 |
| <b>Şekil 1.7.</b> Sağlığı Geliştirme Programlarına Ekolojik Bir Bakış Açısı Modeli                                                                                                | 36 |
| <b>Şekil 3.1.</b> OSB'li Ergen Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımını Engelleyen Faktörler                                                                                     | 54 |
| <b>Şekil 3.2.</b> OSB'li Ergen Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımını Kolaylaştıran Faktörler                                                                                  | 55 |

## ÇİZELGELER

|                                                                                                           |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Çizelge 2.1.</b> Katılımcıların Demografik Bilgileri                                                   | 49 |
| <b>Çizelge 3.1.</b> OSB’li Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımını Etkileyen Kişisel Faktörler          | 56 |
| <b>Çizelge 3.2.</b> OSB’li Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımını Etkileyen Kişilerarası Faktörler     | 69 |
| <b>Çizelge 3.3.</b> OSB’li Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımını Etkileyen Çevresel Faktörler         | 79 |
| <b>Çizelge 3.4.</b> OSB’li Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımını Etkileyen Kurumsal Faktörler         | 92 |
| <b>Çizelge 3.5.</b> OSB’li Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımını Etkileyen Kamu Politikası Faktörleri | 98 |

## 1. GİRİŞ

Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB), tekrarlayan davranışlar, dar ilgi alanları, beklenmedik değişime uyum sağlamada güçlük, duyuşal hassaslık, sosyal etkileşim ve iletişimdeki bozulmalar ile karakterize edilen karmaşık mental bir bozukluktur (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). Otizm, ilk kez 1910 senesinde İsviçreli bir psikiyatr olan Paul Eugen Bleuler tarafından, şizofrenik hastaların spesifik semptomlarını tarif ederken kullanılmıştır (Greydanus ve Toledo-Pereyra, 2012). OSB günümüzde artan sayısı ile oldukça yoğun görülen bir mental bozukluktur (Baio, 2014). Hastalık Kontrol ve Korunma Merkezi (Center for Disease Control and Prevention [CDC], 2020) 2020 verilerine göre her 54 kişiden 1'inde OSB görülmektedir. Özel eğitim ve fiziksel eğitim, günümüzde kesin bir tedavi yöntemi bulunmayan OSB'nin bilinen tek tedavi yöntemlerindendir (McGrath, 2006). Schleien ve ark. (1987), OSB'li bireylerde fiziksel aktiviteyi tedavi amacıyla kullanmıştır ve çalışma sonucunda uygun davranış miktarında olumlu ve anlamlı artışlar ile uygunsuz davranışta önemli azalmalar olduğunu ortaya koymuştur. Fiziksel aktivite, sonucunda enerji harcanmasına neden olan iskelet kasları tarafından gerçekleştirilen herhangi bir vücut hareketi olarak tanımlanmaktadır (Caspersen ve ark., 1985).

Fiziksel aktivitenin bireyler üzerinde sağlık ve psikolojik olarak sayısız faydaları bulunmaktadır (Spiegelmen, 2017). Fiziksel aktivite eksikliğinde ise, kardiyovasküler hastalıklar, bazı kanserler ve tip 2 diyabet gibi çeşitli hastalıkların görüldüğü belirtilmektedir. OSB'li bireylerin hareketsiz yaşamları diyabet, kalp, obezite gibi hastalıklara neden olduğu gibi sosyalleşme, iletişim, mobilite ve kişisel ihtiyaçları gerçekleştirme konularında büyük problemler yaratmaktadır (Rosso, 2016). OSB'li bireyler de normal gelişim gösteren (NGG) bireylere göre daha hareketsiz ve fiziksel aktiviteden uzak bir yaşam sürdürmektedirler (Must ve ark., 2015). Bu tür nedenler sonucunda son yıllarda OSB ve fiziksel aktivite ile alakalı yapılan çalışmaların arttığı görülmektedir (Lang ve ark., 2010). Özellikle, yapılan çalışmalarda OSB'li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarında karşılaştıkları engellerin neler olduğu ve bu engellerin nasıl aşılabileceği üzerine incelemeler yapılmıştır. Bu çalışmaların geneli OSB'li bireylerin ebeveynlerinin perspektifleri aracılığıyla

gerçekleştirilmiş ve sonuç olarak OSB’li bireyler fiziksel aktiviteye katılımında arkadaş eksikliği, dışlanma, tesislerin yetersizliği, ulaşım güçlükleri, ekonomik yetersizlikler, deneyimli eğitmen eksikliği, fiziksel aktivite programlarının olmaması vb. engeller ile karşılaştıkları görülmüştür (Obrusnikova ve Cavalier, 2011, Obrusnikova ve Miccinello, 2012, Must ve ark.,2015, Stanish ve ark., 2015, Menear ve Neumeier, 2015, Buchanan ve ark., 2017).

Fiziksel aktiviteye katılımı etkileyen faktörleri farklı boyutlarıyla anlamak ve müdahalelerde bulunmak amacıyla ekolojik modeller kullanılmaktadır. Ekolojik modeller, insanların fiziksel ve sosyo-kültürel çevreleriyle etkileşimlerini ifade etmektedir. Ekolojik modeller ile fiziksel aktivite ilişkisine bakıldığında, fiziksel aktivitenin teşvikinde ekolojik modellerin verimli bir çerçeve oluşturduğu (Stokols, 1992) ve fiziksel aktivitenin yaygınlaştırılmasında etkili olduğu (Gyurcsik ve ark., 2006) düşünülmektedir. Fiziksel aktivite araştırmalarında davranışsal etki seviyelerini kavramsallaştırmak için çeşitli modeller kullanılmıştır, ancak fiziksel aktivite alanına en uygun olanı McLeroy ve ark. (1988) tarafından geliştirilen ve Gyurcsik ve ark. (2006) tarafından kullanılan sosyo-ekolojik modelin olduğu düşünülmektedir. Bu model doğrultusunda katılımı etkileyen faktörler kişisel, kişilerarası, kurumsal, toplumsal ve kamu politikaları açısından incelenmektedir.

### **1.1. Araştırmanın Amacı**

Bu çalışmanın amacı, Ankara’da bulunan özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde eğitim gören 10-19 yaş arası OSB’li olan çocukların ebeveynlerinin perspektifinden fiziksel aktiviteye katılımlarını etkileyen faktörlerin neler olduğunu sosyo-ekolojik model doğrultusunda kişisel, kişilerarası, çevresel, kurumsal ve kamu politikaları açısından incelemektir.

### **1.2. Araştırmanın Önemi**

Fiziksel aktivitenin OSB’li bireyler üzerinde sağlık, psikolojik ve sosyal açıdan sağladığı faydalar bu bireylerin hayatlarında önemli bir rol oynamaktadır. OSB’li

bireylerin serbest zamanlarını NGG bireylerle kıyaslandığında, genellikle evde ve hareketsiz olarak geçirdikleri görülmektedir (Macdonald ve ark. 2011). Özellikle özel ya da örgün eğitimin sonlandığı ergenlik yıllarında bu hareketsizlik daha da artmakta ve OSB'nin birey üzerindeki olumsuz etkileri de artmaktadır. Fiziksel aktivite, bireylerin serbest zamanlarını daha kaliteli ve verimli geçirmelerinde, hem bireye hem de birlikte yaşadığı ailesine sağladığı faydalar ile bir aracı olarak görülmektedir (Sorensen ve ark. 2014). Bu nedenle OSB'li bireylerin fiziksel aktiviteye katılmaları oldukça önemli ve gereklidir. Bu araştırmanın önemini, OSB'li çocuğu olan ebeveynlerin fiziksel aktiviteye katılımda karşılaştıkları sorunları farklı açılardan inceleyerek belirlemesi oluşturmaktadır. Bu araştırma doğrultusunda OSB'li bireylerin ve ailelerinin fiziksel aktiviteye katılımlarında etkili olan engellerin neler olduğu, bu engellerin aşılmasında ne gibi kolaylaştırıcıların olduğu araştırılmıştır. Araştırma sonuçlarının OSB'li çocuğu olan ailelerin fiziksel aktiviteye katılmalarında nelerin etkili olduğunu tecrübe edinmelerinde etkili olacağı düşünülmüştür. Ayrıca, OSB'li bireylerin mevcut fiziksel aktivite imkânlarını artırmada, mevcut politikaların bu bireylere yönelik yeniden düzenlenmesinde, fiziksel aktivitenin akademik eğitimlerinin yanında zorunlu bir şekilde gerçekleştirilmesi konusunda katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmamız, OSB'li bireyler ve ebeveynlerinin karşılaştıkları engeller kaldırılarak bireylerin daha aktif bir yaşam tarzına sahip olmalarında gerekirse belediyelerin, üniversitelerin kendilerine imkân sunmaları ya da işbirliği yapmaları gibi konularda farkındalık yaratarak yeni fikirler öne sürmeyi hedeflemiştir. Literatür incelendiğinde ülkemizde OSB'li bireylerin fiziksel aktiviteye katılım seviyeleri, karşılaştıkları engeller ve fiziksel aktivitenin etkileri üzerine çalışmalar son yıllarda artış göstermektedir. Ancak her yaş grubunda karşılaşılan etkiler ya da engeller farklı olabilmektedir. Örgün eğitimin sonuna geline ya da bittiği, OSB'nin olumsuz etkilerini genellikle daha çok hissettirdiği ergenlik döneminde OSB'li bireylerin fiziksel aktiviteye daha az katılım gösterdikleri düşünülmüştür. Bu nedenle araştırmanın ergen OSB'li bireyler üzerine olması, bir gereksinimin karşılanacağı yönünde düşünmemize sebep olmuştur. OSB'li ve diğer engel gruplarındaki bireyler ile ilgili yapılan her çalışmanın, bu bireylerin sosyalleşmeleri, toplumun içine dâhil

olmaları, kaliteli vakit geçirmeleri ve durağan yaşam biçiminden çıkmaları gibi pek çok fayda sağladığını düşünerek, bu alanda çalışmalar yapılması ve çalışmaların sayısının artmasının önemli olduğunu düşünülmektedir. Özel bireylere yönelik politikaların üretilmesinde bu bilgiler önem taşımaktadır.

### **1.3. Araştırmanın Sınırlılıkları**

Araştırmanın sınırlılıklarını;

- Katılımcının OSB teşhisi konmuş çocuğunun olması,
- OSB’li bireyin 10-19 yaş arasında olması,
- OSB’li bireyin özel eğitim merkezinde eğitim alıyor olması,
- OSB’li bireyin fiziksel aktiviteye katılım düzeyine bakılmaksızın; daha önce fiziksel aktiviteye katılmış olması ya da halen devam ediyor olması,
- OSB’li bireyin herhangi ortopedik bir engelinin olmaması,
- OSB’li bireyin ailesi ile Ankara ilinde yaşıyor olması oluşturmaktadır.

### **1.4. Araştırmacının Araştırmadaki Özdeşimselliği**

Araştırmacı yaklaşık 8 yıldır OSB’li bireyler ile bire bir ve grup çalışmalarında fiziksel aktivite eğitmeni olarak yer almaktadır. OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımları sonucunda elde ettikleri faydalar, fiziksel aktiviteye katılmada karşılaştıkları güçlükler ve bu durumlarda ebeveynlerinin yaşadıklarına şahit olması araştırmacının bu yönde bir araştırma yapmasında etkili olmuştur. Araştırmacının bir fiziksel aktivite eğitmeni olarak OSB’li bireylerin daha sağlıklı, kaliteli bir hayat yaşamaları ve problemleri hakkında farkındalık yaratılması amacıyla bu çalışmayı gerçekleştirmektedir. Araştırmacı, gerekli olan verileri OSB’li bireylerin ebeveynleri ile gerçekleştireceği görüşmeler ile sağlayacaktır.

### **1.5. Araştırmanın Problem Cümlesi**

OSB tanısı koyulmuş çocuğu olan ebeveynlerin, çocuklarının fiziksel aktiviteye katılımını etkileyen faktörler nelerdir?

### **1.6. Alt Problemler**

- a) Ebeveyn görüşlerine göre fiziksel aktiviteye katılım sonucunda OSB’li bireylerin elde ettikleri faydalar nelerdir?
- b) OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını engelleyen kişisel, kişilerarası, çevresel, kurumsal ve kamu politikalarına ilişkin faktörler nelerdir?
- c) OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını kolaylaştıran kişisel, kişilerarası, çevresel, kurumsal ve kamu politikalarına ilişkin faktörler nelerdir?

### **1.7. Etik Prosedür**

Araştırmanın gerçekleştirilmesine Ankara Üniversitesi Etik Kurulu’nun 05/11/2019 tarihli toplantısında alınan 19/296 sayılı karara göre izin verilmiştir (**Ek-1**). Araştırmada görüşmeler öncesinde katılımcılara araştırmanın amaçları aydınlatıcı bir şekilde açıklanmıştır. Katılımları konusunda onam formlarını imzalamaları istenmiştir. Tüm katılımcılar gönüllülük esası doğrultusunda araştırmaya dâhil olmuştur.

### **1.8. Gizlilik**

Araştırmada kişilerin bilgilerinin toplanması ve kaydedilmesinde gizlilik ilkesine uyulması konusunda özen gösterilmiştir. Verilerin analiz sürecinde katılımcıların bilgileri gizli tutularak anonimleştirilmiştir. Her katılımcının gerçek ismi yerine kod isimler verilmiştir.

## 1.9. Sonuçların Paylaşımı

Katılımcılara araştırma sonuçlarının paylaşımının kendileri ve diğer otizmli çocuğu olan aileler için fayda sağlama amacıyla olduğu gerçeğini bilmeleri sağlanmıştır.

## 1.10. Fiziksel Aktivite

Fiziksel aktivite, iskelet kasları ile gerçekleştirilen ve sonucunda enerji harcanmasına neden olan herhangi bir vücut hareketi olarak tanımlanmaktadır (Caspersen ve ark., 1985). Warburton ve ark. (2006) ise fiziksel aktiviteyi “dinlenme durumundan çıkan bir enerji ile sonuçlanan bütün eğlence ve eğlence dışı beden hareketleri olarak tanımlamıştır. Uyarlanmış Fiziksel Aktivite (UFA) ise her yaştan bireyin yapabileceği bir aktivite olup, “Engelli Bireylerde Fiziksel Aktivite” olarak da tanımlanmaktadır. NGG bireyler herhangi bir diğer desteğe ihtiyaç duymadan fiziksel aktiviteyi gerçekleştirebilirken engelli bireyler ya da yaşlılar fiziksel aktiviteye katılım ve fayda sağlamada zorluk çekebilmektedirler. Bu nedenle UFA, bireylerin yetenekleri ve ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla yapılmış uyarlamalardır (Sarol ve Çimen, 2015).

Fiziksel aktivitenin sağlığa sayısız faydalarının olduğu (Janssen ve LeBlanc, 2010) ve kalp hastalıkları, tip 2 diyabet, kanser ve obezite gibi çeşitli sağlık sorunlarını önlemede etkili olduğu görülmektedir (Adler ve ark., 2000, Magnusson ve ark., 1998). Fiziksel aktivitenin sağlığa faydalarının yanında stres, anksiyete ve depresyon belirtileri gibi ruh sağlığı rahatsızlıkları üzerindeki psikolojik yararları olduğu belirtilmektedir (Strong ve ark., 2005). Fiziksel hareketsizliğin ise dünya çapında önemli bir sağlık problemi olduğu ve kardiyovasküler hastalıklar, bazı kanserler ve tip 2 diyabet gibi çeşitli hastalıklara neden olduğu görülmektedir (Rosso, 2016). Dünyadaki ergen nüfusunun %80'inden fazlası fiziksel olarak yetersiz olduğu görülmektedir (World Health Organization [WHO], 2018). Düşük fiziksel aktivite katılım ve yüksek seviyedeki hareketsizlik, erken çocukluktan ergenliğe kadar kısa ve uzun vadeli sağlık sorunlarına yol açmaktadır. Sonuçlar arasında kardiyometabolik risk faktörleri, psiko-sosyal bozukluklar, bilişsel işlevsellikte zayıflama ve aşırı kilo

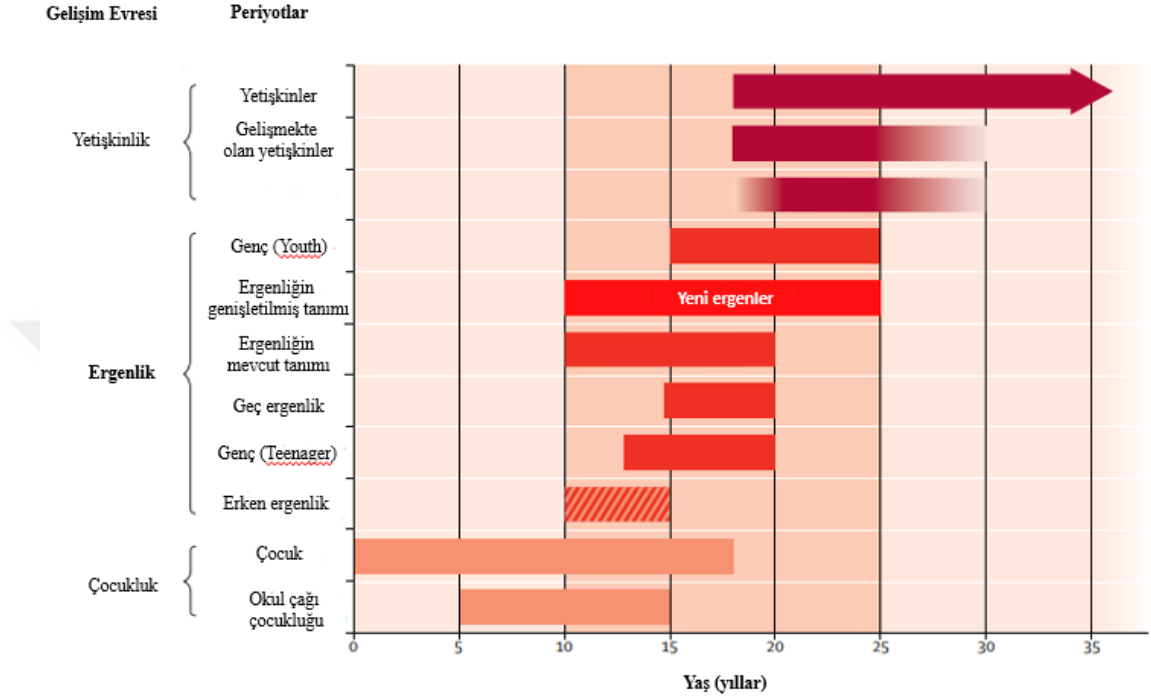
gibi durumlar bulunmaktadır (Jones ve ark., 2017). Dünya Sağlık Örgütü (WHO, 2018)'ne göre fiziksel hareketsizlik, dünya genelinde dördüncü önde gelen ölüm nedenidir ve İngiliz Kalp Vakfı (British Heart Organization [BHF], 2017)'na göre ise her dört ölümden biri hareketsiz yaşam tarzından kaynaklanmaktadır. Bu açıdan bakıldığında, düşük seviyede gerçekleştirilecek bir fiziksel aktivite bile bireylerin açısından oldukça önemlidir (Ekelund ve ark., 2016).

Fiziksel aktivite, çeşitli sağlık problemlerine sahip bireyler için fiziksel aktivite iyi bir “tedavi” yöntemi olarak görülmektedir (McGrath, 2006). ABD Sağlık ve İnsan Hizmetleri Bölümü, Hastalık Önleme ve Sağlığı Geliştirme Ofisi, Hastalık Önleme ve Sağlığı Geliştirme Ofisi, Amerikalılar için Fiziksel Aktivite Rehberi (2008)'nde 6-17 yaşları arasındaki çocuk ve ergenlerin, çeşitli sağlık yararlarını elde etmek için her gün en az 60 dakika orta ila şiddetli yoğunlukta fiziksel aktivite yapmasını önermektedir (United States Department of Health and Human Services, 2008). Janssen ve LeBlanc, (2010) de 5-17 yaş bireylerin günde en az 60 dakika düşük veya orta seviyede fiziksel aktiviteye katılımları sağlıklı olmaları açısından oldukça önemli olduğu belirtmektedir. Dünya genelinde yalnızca belirli sayıda ergenin günde 60 dakika kadar orta şiddetli fiziksel aktivite yaptığı (Active Healthy Kids Australia [AHKA], 2014) ve OSB teşhisi konan (0–18 yaş) hareketsizlik riski daha da yüksek olan gruplarda ise bu sürenin daha az olduğu görülmektedir (Jones ve ark., 2017). Bazı araştırmalar da bu bilgiyi doğrulayarak, OSB'li gençlerin, NGG yaşlılarına göre daha az fiziksel olarak aktif olduğunu göstermektedir (McCoy ve ark., 2016; Pan ve ark., 2016; Tyler ve ark., 2014).

### 1.11. Ergenlik

Ergenlik sözcüğü, büyümek anlamına gelen Latin bir kelime olan *adolescere*'den türemiştir. Ergenlik, çocukluk ve yetişkinlik arasında uzanan yaşam evresidir. Ergenlik, biyolojik büyüme unsurlarını ve önemli sosyal rol geçişlerini kapsamaktadır. Bununla birlikte, çocukluk ve yetişkinlik arasında uzanan yaşam evresini tanımlamak uzun zamandır bir muamma oluşturmıştır. 20. yüzyılın başlarında, G. Stanley Hall ergenliği 14 ila 24 yaş arasındaki gelişim dönemi olarak tanımlamıştır (Sawyer ve ark.,

2018). 50 yıldan fazla bir süre önce, Dünya Sağlık Örgütü (WHO) ergenliğin 10 ila 20 yaşları arasında olduğunu öne sürmüştür (WHO, 1965). Birleşmiş Milletler Çocuk Hakları Sözleşmesi ise, bir çocuğu 0-18 yaş arası bir birey olarak belirterek ve resmi olarak ergenliği 10 ila 19 yaş arasındaki dönem olarak tanımlamaktadır (WHO, 2015).



**Şekil 1.1.** Çocukluk, ergenlik ve yetişkinliğin gelişim dönemlerine yayılan veya örtüşen ergenlik için özel geçerlilik terimlerinin yaygın olarak kullanılan yaş tanımları.

Sawyer, S. M., Azzopardi, P. S., Wickremarathne, D., & Patton, G. C. (2018). The age of adolescence. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 2(3), 223-228.

### 1.12. Otizm Tarihçesi

1800'lerin başındaki otistik eğilimlerin ilk tanımından bu yana otizmin tanımı ve tanı kriterleri kökten değişmiştir. APA, (1952)'nin ilk DSM'sinde, otizmi şizofreninin çocukluk alt tipi olarak sınıflandırılmıştır, ancak sonrasında otizm şizofreni ile ayrılarak, kendi tanısı konmuştur. Zaman içinde otizm, DSM-5'in 2013'te yayınlandığı zamana kadar tanısız bir spektrumda gelişmiştir.

1910'da İsviçreli bir psikiyatr olan Paul Eugen Bleuler, ilk kez "otizm" kelimesini, başkalarından çekildikleri şizofrenik hastaların spesifik semptomlarını

tarif ederken kullanmıştır (Greydanus ve Toledo-Pereyra, 2012). 1940'lı yıllarda ise Leo Kanner “Duygusal Temasın Otistik Bozuklukları” (Autistic Disturbances Of Affective Contact, 1943) adlı kitabında otizmi, “çocukların kendilerini yaşamlarının başlangıcından itibaren sıradan şekilde ilişkilendirebilmeleri ”olarak nitelendirmiştir ve otizmi şizofreni kategorisinden çıkararak, kendi kategorisine “çocukluk otizmi” olarak ayırmıştır (Cook ve Willmerdinger, 2015; Kanner, 1943). Ancak, dikkate değer benzerliklere rağmen durum, çocukluk şizofrenisinin bilinen diğer tüm durumlarından birçok açıdan farklı olduğunu belirtmiştir. On bir çocuk hakkındaki gözlemlerinde Kanner, karşılaşılan problemlerin insanlarla duygusal bir iletişim eksikliği, değişim direnci, tekrar eden rutinler ve kendine özgü konuşma olduğunu belirtmiştir. Öğrenmede genel bir gecikme gözlenirken, Kanner ayrıca görsel-mekânsal ve hatırlama gerektiren görevlerde becerilerin eksik olduğunu belirtmiştir. Kanner’ın “çocukluk otizmi”yle “çocukluk çağı şizofrenisi”ni ayırmasından sonra, bir Alman çocuk doktoru olan Hans Asperger daha hafif bir otizm biçimi tanımlamıştır. 1944'te, bu daha hafif belirtiler gösteren otizm biçimini (Asperger Sendromu), tüm yüksek zekâlı, sosyal etkileşimi zayıf ve takıntılı davranışları olan erkek çocuklarında görüldüğünü belirtmiştir (Asperger ve Frith, 1991).

1960'lı yıllarda ise ebeveynlerin otizmin nedeni olduğu fikri tartışılmaktaydı ve bu yıllardan başlayarak otizm araştırmalarında farklı bir yaklaşım şekillenmeye başlamıştır. Araştırmacılar otizmin yalnızca psikojenik ve duygusal sebeplerine odaklanmak yerine, otizminin biyolojik ve davranışsal mekanizmalarını anlama yönüne odaklanmaya başlamıştır. 1960'lı yıllarda Stella Chess ile erken biyolojik ve nörolojik çalışmalar ile otizm, bir hastalık olarak araştırılmaya başlamıştır. 1964 yılında Bernard Rimland Amerika Otizm Derneği'ni kurmuştur. Rimland da otizmin biyolojik bir temeli olduğu teorisini desteklemiştir. Rimland, “İnfantil Otizm” adlı kitabında otizmden sorumlu genetik bir bileşen olduğunu öne sürmüştür (Cook ve Willmerdinger, 2015).

1987'de otizmin tanım ve tanı ölçütlerinde başka bir revizyon yapılmıştır ve “infantil otizm” tanımı DSM-III-R'de “OSB” olarak değiştirilmiştir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 1987). Otizmin DSM-IV'e göre olan klinik tanımına, 1994 yılında,

Yaygın Gelişimsel Bozukluk (Başka Türü Adlandırılmayan) ve asperger sendromu da eklenerek spektrum genişletilmiş ve tanım değişmiştir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 1994; Baker, 2013). 2009 yılında Amerikan Hastalık Kontrol Merkezleri tarafından yapılan bir epidemiyolojik çalışmada, 110 çocuktan 1'inde OSB olduğunu tahmin etmekte olup, 2007'de hesaplanan 150'de 1 olan oranda bir artış olduğu gözlemlenmiştir (Baio, 2012). Amerikan Hastalık Kontrol Merkezleri'nin, prevalans oranlarının kısmen gelişmiş tarama ve tanı tekniklerinden arttığını belirtmektedir. Son olarak, 2013'te, otizm tanımının tekrar değiştiği ve OSB'nin beş alt kategorisinde asperger sendromunun da yer alacağını belirtilmiştir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). Cook ve Willmerdinger, (2015)'e göre otizm daha yaygın hale gelmekte ve tanısal kriterleri ile tanımlarının gelecekte değişmeye devam etmesi muhtemel olarak görülmektedir.

### **1.13. Otizm Spektrum Bozuklukları (OSB)**

Otizm Spektrum Bozuklukları (OSB) sosyal etkileşim ve iletişimde, aktivite ve davranışlarda sınırlı bir ilgi ile erken çocukluk döneminde başlayan ileri seviyede karmaşık gelişimsel bozukluklardır. OSB çeşitli nedenlere bağlı olarak çocukluğun ilk üç yılı içerisinde iletişim ve sosyal beceri yetersizliği ile sınırlı ilgi, takıntılı ve tekrarlayıcı davranışlar olarak belirtilmektedir (WHO, 2005a; APA, 2013). Amerikan Psikiyatri Birliği (American Psychiatric Association [APA], (2013)'ne göre OSB sosyal beceriler, iletişim ve tekrarlayan veya sınırlı ilgi alanlarındaki eksikliklerle karakterize edilmektedir. OSB sosyal etkileşim, iletişim ve basmakalıp davranışları içeren (Landry ve ark., 2009), ayrıca bireylerde motor, psiko-motor, duyuşal ve bilişsel gelişim gibi birçok alanı etkileyen mental bir bozukluktur (Koegel ve Koegel, 2006). Belirtileri sosyal etkileşim ve ilişkilerde güçlük, sözlü ve sözsüz iletişimde bozukluklar ve davranışsal bozukluklar olarak üç ana başlıkta incelenmektedir. “Sosyal Etkileşim ve İlişkilerde Güçlük” karşısındakinin ilgisini, üzüntüsünü algılayamama, dışlanmışlık duygusu ve arkadaşlık kuramama durumları ifade etmektedir. “Sözlü ve Sözsüz İletişimde Bozukluklar” konuşmayı öğrenememe ya da

gecikme, ekolali ve algıda güçlük çekmedir. “Davranışsal Bozukluklar” ise değişmeyen rutinler ve stereotip hareketler olarak sınıflandırılmaktadır (APA, 2013).

APA (2000) ‘ya (Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı) göre yaygın gelişimsel bozukluklar asperger sendromu, başka türlü adlandırılmayan yaygın gelişimsel bozukluk, otizm, rett sendromu ve çocukluk dezintegratif bozukluğu iken; APA (2013)’nın DSM-V (Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı)’ye göre Otizm Spektrum Bozuklukları; Asperger sendromu, başka türlü adlandırılmayan yaygın gelişimsel bozukluk ve otistik bozukluk şeklinde açıklanmıştır. Rett sendromu ve çocukluk dezintegratif bozukluklarına bu şemsiye altında rastlanmamaktadır. Bu sendromlar aşağıda açıklanacaktır.

#### **1.13.1. Rett Sendromu**

İlk olarak 1960'larda Andreas Rett tarafından tanımlanmıştır. Rett Sendromu, konuşma kaybı, belirgin bir şekilde ellerin hareket işlevinde gerileme ve stereotip hareketlerin artışı ile karakterize edilen, X kromozomuna bağlı bir nöro-gelişimsel bir bozukluktur (Neul ve ark., 2010). Rett sendromu olan bireyler ilk 6-18 ayda normal gelişim göstermektedirler. Rett sendromlu bir çocuk, birkaç kelime söyleme ve yürüme kabiliyeti de dâhil olmak üzere belirli bir gelişim aşamasına ulaşmaktadır. Ancak sonrasında nörolojik bir tutuluma geçerek kafa büyümesi yavaşlamakta ve yaşamın ikinci yılında mikrosefali gerçekleşmektedir. Gelişimde duraksamanın başlaması ile birlikte, gerçekleşen mikrosefali genel büyüme geriliği, kilo kaybı ve kas hipotonisinin yol açtığı zayıf bir duruş meydana getirmektedir. Sendrom ilerledikçe, bireyler el sıkma, el yıkama gibi çeşitli el becerilerini kaybeder ve el çırpma, sallama gibi stereotipik hareketler geliştirmektedirler. Sinirlilik ve kendine zarar verme davranışına ek olarak sosyal geri çekilme ve dil kaybı da önemli belirtiler olarak görülmektedir. Diğer otistik özellikler de, ifadesiz yüz, sese aşırı duyarlılık, göz teması eksikliği, çevreye ilgisizlik ve sosyal davranışlarda eksiklik de dâhil olmak üzere ortaya çıkmaktadır (Chahrour ve Zoghbi, 2007). Zihinsel bozulmanın başlangıcına motor koordinasyon kaybı eşlik etmektedir (Jian ve ark., 2006).

### 1.13.2. Çocukluk Dezintegratif Bozukluğu

Çocukluk Dezintegratif Bozukluğu (ÇDB), 20. yüzyılın başında bir Avusturyalı eğitimci tarafından “dementia infantilis” olarak tanımlanan bir sendroma verilen mevcut isimdir (Fombonne, 2002). ICD-10'da (Dünya Sağlık Örgütü, 1992), ÇDB sözlü ve sözsüz iletişim, sosyal etkileşimler ve uyarlanabilir davranış, oyun, bağırsak veya mesane kontrolü dâhil olmak üzere en az iki gelişim alanında bozulmalar ile, 2 yaşından sonra motor gelişimde ortaya çıkan belirgin bir beceri kaybı ile tanımlanmaktadır. Bu kayıp genellikle 3 ile 4 yaş arasında gerçekleşmekte, ancak on yaşına kadar herhangi bir zamanda da olabilmektedir (Jaydeokar ve ark., 1997). Nesnelere ve çevreye olan genel bir ilgi kaybı da sıkça görülen bilişsel bozulmalar olarak ortaya çıkmaktadır (Fombonne, 2002).

ÇDB prevalansı 100.000 erkekte 1'dir ve erkeklerin kızlara oranının 8'e 1 olduğu tahmin edilmektedir (Charan, 2012). Tanımlandığı ilk yıllarda, ÇDB kesinlikle tıbbi bir hastalık olduğu ve tanımlanabilir tıbbi nedenlere sahip olduğuna inanılmıştır. Araştırmacılar, ÇDB vakalarını inceledikten sonra, hastalığın oluşumuna yönelik tıbbi ya da nörolojik bir neden bulamamıştır. Bu sebeple ÇDB, 1994 yılında DSM-IV'in (APA, 1994) dördüncü baskısında yer almaktadır.

ÇDB'nin nedeni tam olarak bilinmemektedir, ancak araştırma bulguları beynin nöro-biyolojisinden kaynaklanabileceğini göstermektedir. ÇDB tanısı alan çocukların yaklaşık yarısında anormal elektroensefalogram (EEG) olduğunu gözlemlemiştir. EEG'ler beyindeki sinir iletimi (beyin dalgaları) tarafından üretilen elektriksel aktiviteyi ölçmekte ve fonksiyonların saptanması/araştırılmasında kullanılmaktadır. ÇDB'li bireyler bazı dönemlerde nöbetlerde geçirmektedir (Volkmar ve ark., 2005), bu durum beynin nöro-biyolojisinin dâhil olabileceğinin bir başka göstergesi olarak belirtilmektedir (Charan, 2012).

### 1.13.3. Asperger Sendromu

İlk olarak 1944'te tarif edilen Asperger Sendromu, zihinsel geriliği ilgilendiren Viyana'dan bir çocuk doktoru olan Hans Asperger tarafından tanımlanmıştır. Yaklaşık 50 yıl sonra Uluslararası Sağlık Problemleri İle İlgili Hastalıkları Sınıflandırma Kitapçığı (International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems [ICD] -10) 10. versiyonu ve Amerikan Psikiyatri Derneği'nin Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders [DSM]-IV) 5. versiyonuna dâhil edilmiştir. Otizmin bir değişkeni olarak kabul edilen asperger sendromu, sosyalleşme, tek taraflı iletişim tarzı ve tipik olarak zaman zaman bilgilerin ezberlenmesine odaklanan, belirgin ilgi kalıpları ile karakterize yaygın bir gelişimsel bozukluk olarak tanımlanmaktadır (Klin ve ark., 2000). Bu güçlüklerin yanı sıra, aspergerli bireyler, normlardan farklı öncelikleri olsa da, bilgi ve hakikat arayışı da dâhil olmak üzere olumlu özelliklere sahiptir. Bunlar doğrucu, dürüst ve kararlı olmak, sadık bir arkadaş olmak ve belirgin bir mizah anlayışına sahip olmaktır (Attwood, 2006). Asperger sendromu günümüzde “yüksek fonksiyonlu otizm” olarakta adlandırılmaktadır (Baron-Cohen ve ark., 2001).

Asperger Sendromu, Gillberg ve Gillberg, (1989) tarafından 1980'li yılların sonunda genel çocuk popülasyonunun yaklaşık %5'ini etkileyen bir hastalık olarak belirtilirken, günümüzde Dünya genel nüfusunda 37.2 milyon asperger olduğu tahmin edilmektedir (Vos ve ark., 2015). Bu sendrom, genellikle erken yetişkinlik dönemine kadar devam etmekte ve 30'lu yaşlarda bile hala teşhisi konulabilmektedir (Helles ve ark., 2015). Asperger Sendromu, DSM-5'in (APA, 2013) OSB şemsiyesi içerisinde yer almaktadır (Gillberg ve ark., 2016).

### 1.13.4. Başka Türü Adlandırılmayan Yaygın Gelişimsel Bozukluk (A Tipik Otizm)

OSB, üç tanı kategorisinden oluşmaktadır. Bunlar: Otizm, başka türlü adlandırılmayan yaygın gelişimsel bozukluk (BTAYGB) ve asperger sendromudur. YGB, tanı konduğu yüksek sıklık nedeniyle önemli bir OSB'li çoğunluğu temsil

etmektedir (Matson ve Boisjoli, 2007). BTAYGB'nin tanısal kategorisi spesifik kriterlere sahip değildir ve sıklıkla kriterlere uymayan çocuklar için diğer yaygın gelişimsel bozukluklardan biri tanı koymak adına uygun görülmektedir (Filipek ve ark., 1999). Bazı araştırmacılar bu tanıyı OSB'nin en yaygın şekli olarak bulmuştur. Çünkü daha geniş bir otizm fenotipini kapsayabilmekte ve bazı otistik semptomları olan ancak diğer çocukluk hastalıkları kriterlerine uygun olan dikkat eksikliği, öğrenme bozuklukları, hiperaktivite gibi sorunları olan çocukları da içerebilmektedir (Klin ve ark., 1995). Chakrabarti ve Fombonne, (2001), epidemiyolojik verilere göre, BTAYGB'nin genel prevelansında otizmden en az iki kat daha yaygın olduğunu belirtmiştir.

Louwerse ve ark. (2015) 7 yıllık bir takip çalışmasında OSB'li 72 olan gelişim çağındaki çocuğu takip etmiştir. Çalışma sonucunda BTAYGB tanısı alan bireylerin% 40'ının (n = 29) OSB şiddetinde anlamlı bir artış olduğunu belirtmiştir. Bu nedenle, BTAYGB tanısı alan bireylerin çocukluk çağında “hafif vakalar” olarak görülebilmesine rağmen, dikkat çekici bir oran, daha sonra veya daha ciddi semptomlar geliştirebileceklerinden, daha dikkatli bir şekilde eğitimleri ve takiplerinin gerçekleştirilmesi önerilmektedir.

#### **1.13.5. Otizm**

Otizm, başka türlü adlandırılmayan yaygın gelişimsel bozukluk ve asperger sendromu ile birlikte otizm spektrumunda yer almaktadır. CDC'nin 2020 raporuna göre dünyada her 54 çocuktan 1'inde görülmektedir. “Otizm” terimi, kelimenin tam anlamıyla, Yunanca “autos” kelimesinden türetilmiş “öz” anlamına gelmektedir (Baron-cohen, 2005). Otizm ilk olarak 1943 yılında Leo Kanner tarafından “erken çocukluk otizmi” olarak tanımlanmıştır. Otizmin şizofrenik vakalara benzediğini belirten Leo Kanner; takıntılı, basmakalıp davranışlar ve ekolalinin sorunlu davranışlar olduğunu ancak bu bireylerin şizofreni tanısı alan bireylerden çok daha farklı olduğunu da belirtmiştir (Cook ve Willmerdinger). APA, (2013)'nın tanımına göre ise otizm, sosyal iletişim ve etkileşimdeki eksiklikleri ile kısıtlı, tekrarlayan davranış, ilgi alanları veya faaliyet kalıplarını içeren tanı kriterleri ile tanımlanan ve

bireyin tüm yaşamı boyunca etkili olan ileri düzeyde gelişimsel bir bozukluktur. İlk belirti ve bulgular tipik olarak erken gelişim dönemi olan ilk 3 yaşta ortaya çıkmaktadır (Baio, 2014). Otizmlili bireyler birbirinden farklıdır ve her çocuğun kendine özgü belirtileri bulunmaktadır (Ohrberg, 2013).

Türkiye’deki Bireylerin Otizm Algısı Ve Bilgi Düzeyi Araştırmaları, toplamda 15 ilin kentsel bölgelerinde yaşamakta olan 15-65 yaş aralığındaki kişilerle ilki 1237, ikincisi 1235 ve üçüncüsü ise 1270 kişi ile yüz yüze görüşülerek gerçekleştirilmiştir. Görüşülen kişilerin çok aşamalı yarı tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçildiği araştırmada, katılımcıların %75’i çocuk sahibi ve %61’i aktif olarak çalışmaktadır. Ayrıca katılımcıların kadın ve erkek oranının eşit şekilde dağılmasına dikkat edilmiştir. Araştırmada, “Otizm hakkında bir hastalık duyduunuz mu ?” sorusuna 2015 yılında katılımcıların %29’u duyduklarını belirtmiştir. Bu oran 2017 yılında %58’e yükselmiştir. 2019 yılına gelindiğinde ise bu oran %83 olmuştur. Otizmin belirtilerine dair katılımcıların görüşleri alındığında ise bu oran 2015’te %7’yken 2019 yılında %44’e yükselmiştir. Ülkemizde otizm farkındalığı en düşük olan yaş grubu ise %75 ile 15-17 yaş ve %76 ile 55 yaş ve üstüdür. Ülkemizin otizm farkındalık oranlarına bakıldığında, farkındalığı en yüksek bölgeler ise %95 ile Ege Bölgesi ve %96 ile Marmara Bölgesi olduğu görülmektedir (TOHUM, 2019).

#### **1.14. Otizm Görülme Sıklığı**

Tanımlandığı ilk yıllarda otizm, çok sık görülen bir hastalık olarak görülmemektedir. 1970’te 2-5/10.000 oranında görülürken, 1966-1998 yıllarında ise 14,3/10.000 gibi bir oran bulunmuştur (Fombonne, 1999). Günümüzde giderek sayısı artan OSB ‘nin görülme sıklığı ile alakalı yapılan popülasyona dayalı epidemiyolojik çalışmalara göre, 2000’de 10.000’de 30.8 (Baron-Cohen ve ark., 2000), 2009’da 10.000’de 157 (Baron-Cohen ve ark., 2009), 2018’de 10.000’de 169 (Baio ve ark., 2018) şeklinde artış göstermektedir. CDC’nin 2018 verilerine göre erkeklerde kızlara göre 4 kat daha fazla görülmekte ve 2000 yılında 1/150 olan OSB prevalansı %120 gibi bir oranla artarak 1/54’a ulaşmıştır. Ülkemizde, Türkiye Otizm Erken Tanı ve Eğitim Vakfı’nın 2017 verilerine göre kesin olmamakla birlikte 1 milyon civarında

OSB'li bireyin olduğu düşünülmektedir. Bu bireylerde 0-18 yaş grubu olanların sayısının ise yaklaşık 352 bin civarında olduğu tahmin edilmektedir. Türkiye Otizm Erken Tanı ve Eğitim Vakfı'nın 2017 yılı raporuna göre, Türkiye'de halkın %58'i OSB'yi duymuş olmasına rağmen, %82'si OSB'nin belirtileri hakkında bilgi sahibi olmadığı belirtilmektedir.

### **1.15. OSB Tanısı ve Belirtileri**

Otizm, dünya çapında görülen ve erkeklerde kadınlara göre dört kat daha fazla görülen bir mental bozukluktur. Geçtiğimiz yıllarda OSB tanısı alan çocuk sayısı dört kat artmıştır (Duchan ve Patel, 2012). OSB'de genetik faktörlerin otizmde önemli bir rol oynadığı, ancak net bir kalıtım modeli tanımlanamadığı belirtilmektedir. Hem sosyal hem de fiziksel çok sayıda çevresel faktör incelenmiştir, ancak otizmle ilişkili olmadığı bulunmaktadır (Thomas ve ark., 2012; Bhasin ve Schendel, 2007).

1990'lı ve 2000'li yılların başlarında otizm tanıları yüksek bir hızda artmıştır. (King ve Bearman, 2009) Bu durum ile eş zamanlı olarak, çocukların teşhis edildiği yaş düşmüştür (Hertz-Picciotto ve Delwiche, 2009). Çocukların okula başlamadan önce teşhislerinin konması ve bu doğrultuda eğitim almaları büyük önem arz etmektedir (Rutter, 2006). Ebeveynler, doktorlar ve öğretmenlerin otizm hakkındaki bilgilerinin artması ve bu bilgilerin yayılması, bu bireylerin erken teşhis edilmesinde önemli rol oynadığı belirtilmektedir (Shattuck ve ark., 2009). Bununla birlikte, tanı yaşı tüm çocuklar için aynı şekilde azalmamaktadır. Literatüre bakıldığında araştırmalar cinsiyet, ırk, sağlık hizmetlerine erişim ve belirtilerin ciddiyeti gibi faktörlerin tanı yaşı ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Fountain ve ark., 2011; Wiggins ve ark., 2006).

Retrospektif çalışmalar, ebeveynlerin teşhis edilenden çok daha önce otizm belirtileri tanıdığını göstermektedir. Her ne kadar belirtiler tipik olarak bireyin ikinci yaşında mevcut olsa da, ebeveynlerin üçte biri çocuklarının ilk yaşından önce endişelerini dile getirdikleri (De Giacomo ve Fombonne, 1998), her ne kadar OSB'nin tanılanması 14 aylıkken mümkün olsa da (Landa ve ark., 2007) tanının genellikle

dördüncü yaş veya sonrasında kadar yapılmadığı belirtilmektedir (Mandell ve ark., 2005). Ebeveynlerin erken başlayan kaygılarının çoğu zaman reddedildiği ve bu durumun birkaç ay ila birkaç yıl teşhis gecikmesiyle sonuçlandığı görülmektedir (Young ve ark., 2003). Bu nedenle erken teşhis, bu bireylerin tanı koyma ve genel problemlerine daha erken müdahale açısından önemlidir (Ozonoff ve ark., 2009).

APA'nın ilk kez 2001'de ilk kez yayınladığı ve son olarak ise 2013 yılında yayınladığı DSM-V'de yaygın gelişimsel bozuklukları tanımlayan kriterler aşağıdaki gibidir:

Aşağıdakilerden en az ikisiyle birlikte sosyal etkileşimde bozulma:

- Göz teması, jest, mimik ve vücut duruşu gibi sözel olmayan davranışların kullanılamaması,
- Gelişim seviyesine uygun akran ilişkisi geliştirmede belirgin eksiklik,
- Zevk, ilgi alanları veya başarıları diğer insanlarla paylaşma konusunda eksiklik,
- Sosyal ya da duygusal tepkilerde eksiklikler.

Aşağıdakilerden en az birinin gösterdiği şekilde iletişimdeki bozulma:

- Sözlü dilin gelişiminde gecikme veya eksiklik,
- 2 yaşında bir kelime söyleyememe ve 3 yaşında iki kelimeli basit bir ifade kuramama,
- Kişilerle bir konuşmayı başlatma veya sürdürme becerisinde belirgin bir eksiklik,
- Gelişim seviyesine uygun sosyal ya da sembolik oyunda eksiklikler.

Aşağıdakilerden en az birini göstererek, sınırlı / tekrarlayan ilgi alanları ve davranışlar:

- Yoğun ve anormal davranışlarda bulunma,
- Özel, işlevsel olmayan rutinlere veya ritüellere sıkı sıkıya bağlılık,

- Kalıplaşmış ve tekrarlayan motor davranışları (örneğin, El çırpma, tüm vücut hareketlerini bükme ve sallanma),
- Nesnelerin bazı bölümleriyle sürekli meşgul olma olarak belirtilmektedir.

APA'nın belirlediği kriterlere doğrultusunda OSB'li bireylerin sahip oldukları güçlükler aşağıdaki bölümlerde açıklanmıştır.

#### **1.15.1. Sosyal Etkileşim ve İlişkilerde Güçlük**

Sosyalleşme, insanların belirli kültürlerin bir üyesi haline geldiği, nasıl konuşulacağını ve nasıl hareket edileceğini, düşünüldüğünü ve hissettiğini öğrenen içselleştirme sürecidir (Cazden, 2017). Bir başka tanıma göre ise sosyalleşme, bireylerin sosyal gruplarının veya kültürlerinin üyeleri olarak yetkin ve başarılı bir şekilde kendilerini gerçekleştirmek için gerekli becerileri edinmelerine yardımcı olduğu süreci ifade etmektedir (Smetana ve Robinson, 2015).

NGG bireylerde ergenlik döneminde ebeveynlerle olan ilişkilerde meydana gelen değişiklikler ile ergenlerin sosyalleşmesinde akranlarının öneminin artması birbiriyle paralel değişikliklerdir. Çocukluk döneminde, çocukların oyun ve etkinlikleri genellikle yetişkinler tarafından denetlenir ve genellikle kendilerine ya da ev ortamına yakın bir alanda gerçekleşmektedir. Ancak ergenlik döneminde gençler daha bağımsız hale gelmekte ve akran etkileşimleri giderek ev ve yetişkin gözetiminden uzakta gerçekleşmektedir (Hay, Payne & Chadwick, 2004). Fakat otizmlili bireyler ve ebeveynleri için ise bu durum farklılık göstermektedir. OSB'li bireyler ne kadar büyüseler de ebeveynleri sürekli onlara eşlik etmekte ve otizmin yarattığı eksiklikleri tamamlamak adına bir ömür savaş vermektedirler (Hines ve ark., 2012).

Sosyalleşme, OSB'li bireylerin bilişsel ya da dil becerileri ile alakalı önemli bir eksikliktir. Akranlar veya yetişkinler tarafından yönlendirilmediği sürece OSB'li bireylerin sosyal veya fiziksel temasları görmezden gelerek diğer insanlara kayıtsız

kalacakları, OSB'li bireylerin çevrelerindekiyle olan düşük sosyal becerilerinin bu bireylerin belirgin bir özelliği olduğunu belirtilmiştir (Schenkelberg ve ark., 2015). Ayrıca OSB'li bireylerde sosyal beceri eksiklikleri yaşları ile aynı orantıda ilerlememektedir. Nitekim çocuklar ergenlik dönemine yaklaştıkça, bozulma ve sıkıntı artabilmekte, çünkü sosyal çevre daha karmaşık hale gelmektedir. En önemlisi, çocuk sosyal eksikliklerinin daha fazla farkına varmaktadır (Tantam, 2003). OSB'li bireyler, sosyal etkileşim eksiklikleri ile ilgili doğrudan ve dolaylı sonuçlara maruz kalmaktadır. OSB'li gençlerin genellikle sosyal etkileşimlerini yaşlarına uygun arkadaş edinememeleri, NGG bireylere oranla daha az sosyal destek almaları ve daha yalnız olmalarının etkili olduğu söylenebilmektedir (Bauminger ve Kasari, 2000). OSB'li bireylerdeki sosyal etkileşim problemleri çeşitlilik göstermektedir. Bunlar: konuşma, dilsel bozukluklar ve kişilerarası etkileşimi içermektedir. Sıklıkla tanımlanmış problemler arasında, sosyal pragmatiklerdeki bozulmalar, nasıl konuşacağını bilememek, belirli konular üzerinde durmak, duyguları anlamak ve ifade etmekte zorlanmak, alay ve metafor gibi literal olmayan dili yorumlamakta zorluk çekmek örnek olarak verilmektedir (Krasny ve ark., 2003; White ve ark., 2007).

### **1.15.2. Sözlü ve Sözsüz İletişimde Bozukluklar**

Otizm, üç ana alandaki bozukluk veya eksiklikler temelinde teşhis edilmektedir. Bunlar: 3 yaşından önce mevcut olan sosyal etkileşim, iletişim ve ciddi şekilde kısıtlanmış bir ilgi ve aktivite repertuarından oluşmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). İletişim alanında, OSB'nin varlığını belgelemek için kullanılan bir kriter, sözlü iletişimin gecikmesi veya gerçekleşmemesidir (Kjelgaard ve Tager-Flusberg, 2001). Dil işlevindeki eksiklikler iletişim becerilerindeki bozulmaların sıkça görülen bir yönü olarak görülmektedir. Bu zorluklar işlevsel olmayan bir dilden, fonolojik süreçteki bozulmalara, sözcük dağarcığına ve daha yüksek yaş gruplarına göre daha yüksek dereceli sözdizimi ve anlambilim/semantik arasında değişebilmektedir (Tager-Flusberg, 2006). OSB'de, özellikle otizmde dil ve iletişim bozukluğu, son yıllarda profilleri belirlenmeye çalışan önemli bir konu olarak görülmektedir. OSB'li çocukların ciddi dil gecikmelerinin olduğunu ve bazılarının hiç ilerleme kaydedemediği belirtilmektedir (Chan ve ark., 2005). OSB'li çocukların%

35-40'ında dilin işlevini yerine getiremediği, fakat erken müdahale ile bir kısmının 5 yaşına kadar işlevsel dil becerilerini edinebildikleri belirtilmektedir (Mesibov ve ark., 2013). Konuşma becerisi (dil) olan otizmlili bireyler, spektrum içerisinde çeşitli farklılıklar gösterebilmektedirler (Tager-Flusberg, 2006).

Literatür incelendiğinde, OSB'de dil gelişimi genellikle gecikmektedir, fakat bu gecikme fazla değişiklik göstermemektedir. Dil gelişiminde gecikme otizme özgü değildir ve otizmde dil gelişimi oldukça heterojen olduğu görülmektedir (Fine ve ark., 1994). OSB'yi kısmen tanımlayan iletişim bozukluğu, sosyal etkileşimdeki bozulma ile yakından alakalıdır ve dil mevcut olsa bile, dilin kullanımını engellemektedir. Bu nedenle, eğer mevcutsa, dil, sosyal amaçlardan ziyade araçsal olarak kullanılma eğilimindedir ve söylenenlerin içeriği yinelenmekte ve ben merkezli bir yapıdadır (Tager-Flusberg, 1996). Otizmde genellikle konuşma tek taraflıdır ve karşılıklı değildir. Bu durum, pragmatik yeteneklerin (dili yöneten kuralları, ses tonu, yüz ifadeleri, iletişimsel jest ve etki içeren iletişimsel bir araç olarak kullanma ve anlama yeteneği olarak tanımlanır) zayıf olduğunu göstermektedir (Fine ve ark., 1994). Dilin kullanılmaması sonucunda sözsüz iletişim sinyallerinin anlaşılması ve kullanılması da bozulmuştur. Bu nedenle, örneğin, asperger sendromlu kişilerde bile yüz ifadesi, jest ve bazı seslerin anlaşılmasında ya da kullanımı problemli olmaktadır (Howard ve ark., 2000).

### **1.15.3. Davranışsal Bozukluklar**

Kişinin davranışları kendine veya başkalarına zarar verme potansiyeline sahipse, kalıp yargılar klinik olarak önemli kabul edilmektedir. Davranış bozuklukları bireyin öğrenme, çalışma veya çevreye uyumlu bir şekilde etkileşimde bulunma potansiyeline müdahale eder ve / veya topluluk içinde normalleşmesini engeller ve bireyin sosyal olarak tuhaf / farklı görünmesine sebep olmaktadır (Smith ve Matson, 2010). Saldırganlık, yıkıcı, agresif, basmakalıp davranışlar gibi davranış bozuklukları klinik bir desteği gerektirebilmektedir (Emerson, 2001).

OSB'nin ilk davranışsal belirtileri 1-2 yaş arasında görünebilmekte ve büyük ölçüde sosyal dikkat, dil gelişimi ve duygusal reaktivite anormalliklerini içermektedir (Landa ve Garrett-Mayer, 2006) ve otizm teşhisi genellikle 2-4 yaş arasında yapılmaktadır (Courchesne ve ark., 2007). OSB'li bireylerin NGG bireylere göre daha farklı davranış özelliklerine sahip olduklarını belirten Er, (2018), OSB'li bireylerin davranış özelliklerini 8 başlıkta incelemiştir. Bu başlıklar: normal çocuklardan farklı olarak herhangi bir değişim ya da olaya karşı verilen “özel korkular”, düşünmeden yapılan davranışların sonucu karşılaşılabildikleri sorunlar için “tehlikelerin farkında olmama”, “nedensiz gülme ve ağlama davranışı”, alışılmışın dışına çıkıldığında “değişikliklere tepki gösterme”, istediklerinin olmadığı zamanlarda karşılaşılabilen “kendilerine zarar verme”, “öfke nöbetleri”, “çevreye zarar verme”, genellikle kendilerini ifade edememeleri doğrultusunda ortaya çıkan “stereotipik hareketler”dir. OSB'li bireylerde en sık görülen davranış bozuklukları stereotipik hareketlerdir. Bu davranışlar arasında el çırpma, nesneleri ağza götürme, olduğu yerde zıplama, karmaşık el hareketleri yapma, sallanma, ifadeleri tekrarlama, seslendirme, başını sürekli hareket ettirme görülmektedir (Symons ve ark., 2005). Kendine zarar verme davranışı, klişeleşmiş davranış ve saldırgan/yıkıcı davranışlar gibi sorunlu davranışların yaygınlığı, OSB'li bireylerde oldukça yüksektir. Bu durum OSB'li bireylerin sosyal uyumu için önemli bir engel olarak kabul edilmektedir (Inoue, 2019). Rojahn ve ark. (2010)'a göre de OSB'li bireylerin kendine zarar verme ve basmakalıp davranışa yatkınlıklarının diğer engel gruplarına göre daha fazla olduğu belirtilmektedir. OSB'li erkek ve kız çocuklarının davranış problemleri incelendiğinde ise çok büyük farklılıklar gözlemlenmese de, kızların daha fazla sosyal, dikkat ve düşünce problemlerinin olduğu belirtilmektedir. Bu durumun OSB'li kız çocuklarının daha fazla problemli davranışa sahip olmalarına neden olduğu düşünülmektedir (Hartley ve Sikora, 2009).

#### **1.16. OSB'li Bireylerde Motor Gelişim Özellikleri**

İnsani gelişme çok yönlüdür. İnsan hareketindeki değişimlere ek olarak, entelektüel, sosyal ve duygusal değişiklikler meydana gelmektedir. Bu insani gelişme alanları sürekli etkileşim içindedir ve motor gelişim de dâhil olmak üzere bu alanların

her birini tam olarak anlayana kadar kişi kendini asla tam olarak anlamış sayılmamaktadır. Motor gelişim, her yaştan ve her yetenek seviyesinden insan için hareket becerilerinin en iyi şekilde öğrenilmesini sağlayan, gelişimsel olarak uygun aktivitelerin en iyi şekilde uygulanabilmesinde etkilidir (Payne ve Isaacs, 2011).

Motor gelişimi iki bölüme ayırmak mümkündür. Genel olarak kaba ve ince hareketler terimleri genellikle hareket türlerini sınıflandırmak için kullanılır; bununla birlikte, genel olarak motor gelişmeyi de tanımlayabilmektedirler. Kaba hareketler, büyük kas veya kas grupları tarafından kontrol edilmektedir. Örneğin nispeten büyük bir kas grubu, st bacakta bulunmaktadır. Bu kaslar yürüme, koşma ve atlama gibi bir dizi hareketin üretilmesinde bir bütündür. Bu tür hareketler, öncelikle büyük kas gruplarının bir fonksiyonu olarak, kaba hareketler olarak kabul edilmektedir. İnce motor hareketleri ise kk kas veya kas grupları tarafından gerçekleştirilmektedir. Ellerin kullanıldığı pekçok hareket, ince motor hareketleri olarak kabul edilmektedir, çünkü parmakların, elin ve n kolun daha kk kasları, parmak ve el hareketinin üretimi için kritiktir. Bu nedenle, dikiş, çizim, yazma veya müzik aleti alma gibi hareketler ince hareketler olarak kabul edilmektedir (Payne ve Isaacs, 2011).

OSB'li bireylerde motor gelişim tam olarak tamamlanamamakta ve sıkça motor bozukluklar görülmektedir (Provost ve ark., 2007). OSB'li bireylerin NGG gösteren çocuklara kıyasla yüksek derecede motor bozukluklarının olduğu belirtilmektedir (Ozonoff ve ark., 2008). Yapılan araştırmalar OSB'li bireylerin erken gelişim dönemlerinde ortaya çıkan motor gecikmeler yaşadığını göstermektedir (Bhat ve ark., 2012; Chawarska ve ark., 2007). Ayrıca, Otizm Spektrumunda yer alan asperger sendromu ve A tipik otizimli çocukların lokomotor ve nesne kontrolü de dahil olmak üzere kaba ve ince motor beceri gelişiminde gecikmelere veya bozukluklara sahip oldukları görülmektedir (Berkeley ve ark., 2001). Bu bozukluklar el becerisi, nesne kontrol, denge (Green ve ark., 2002) ve kaba motor becerileri olarak belirtilmektedir (Mayes ve Calhoun, 2003). Genel olarak, çalışmalar çeşitli çalışma popülasyonlarında OSB'li ocukların% 50-73'ünün NGG bireylerle karşılaştırıldığında belirgin motor gecikmeleri olduğunu göstermiştir (Berkeley ve ark., 2001; Mari ve ark., 2003; Mayes ve Calhoun, 2003; Provost ve ark., 2007).

### 1.17. OSB ve Fiziksel Aktivite

OSB dünya çapında görülme sıklığı hızla artan, bireyin konuşma, davranış ve sosyal iletişimini etkileyen (APA, 2013), ince ve kaba motor becerileri gibi fiziksel işlevlerde yetersizlik (Berkeley ve ark., 2001), tekrarlayan ve basmakalıp davranışlar ile kendini gösteren ileri düzeyde mental bir bozukluktur. Fiziksel aktivite ise en basit anlamıyla, enerji harcamalarında artışa neden olan herhangi bir bedensel hareketi ifade etmektedir (Rhodes ve ark., 2017). Yürüyüş yapmak, yüzmek, bisiklete binmek, grupça oynanan oyunlar ile yine eğlence amaçlı oynanan futbol, basketbol gibi etkinlikler fiziksel aktivitenin içerisine girmekte olup (Skotte ve ark., 2014), günde 30 dakika kadar fiziksel aktivite uygulamanın agresif davranışlarda, depresyon riskinde, kilo alımını önlemede vb. durumlara olumlu etkilerinin olduğu belirtilmektedir (Troiano ve ark., 2008).

Fiziksel aktivite ve OSB ilişkisine bakıldığında; OSB'li bireylerin NGG bireylere göre daha az aktif oldukları (Sorensen ve Zarrett, 2014), yaşları ilerledikçe fiziksel aktiviteye katılımlarının azaldığı ve özellikle çocukluk döneminde daha aktif oldukları (Pan ve Frey, 2006), kendilerinin ve ebeveynlerinin fiziksel aktiviteye katılmalarını etkileyen pek çok negatif faktörün olduğu (Obrusnikova ve Cavalier, 2011; Shields ve ark., 2012; Stanish ve ark., 2015; Must ve ark., 2015; Menear ve ark., 2015) ve fiziksel aktiviteye katılım sonucunda oldukça olumlu faydalar edindikleri görülmektedir (Menear ve ark., 2015). Fiziksel aktiviteye düzenli katılım, erken ölüm riskinde belirgin bir azalma ve 25'ten fazla kronik rahatsızlık riskinin azaltılmasında etkili olduğu belirtilmektedir (Warburton ve Bredin, 2017). Fiziksel aktivitenin OSB'nin olumsuz etkilerini azaltması ve sağlığın iyileştirilmesi gibi yararları göz önünde bulundurularak, özellikle kritik bir dönem olan ergenlik sürecinde tüm OSB'lilerin katılım sağlaması, araştırmacılar tarafından yapılan çalışmaların sonucu doğrultusunda tavsiye edilmektedir (Sorensen ve Zarrett, 2014). Pan ve Frey (2006), otizmi olan çocukların yaşları boyunca NGG çocuklara kıyasla benzer bir fiziksel aktivite imkânlarına sahip olduğunu; ancak, maalesef OSB'li bireylerde fiziksel hareketsizliğin, yaş arttıkça daha belirgin hale geldiğini belirtmiştir. OSB'li bireylerin erişkinlik dönemine kadar erişebilecekleri davranış kalıpları oluşturdıkları ergenlik

dönemi (WHO, 2013), gelişim sürecinde kritik bir dönem olarak kabul edilmektedir (Curtin ve ar., 2010; Pan ve Frey, 2006). Bu süreçte fiziksel aktivite, davranışların olumlu yönde değişmesi için kritik bir müdahale aracı olarak görülmektedir. Ancak, fiziksel aktivitenin potansiyel yararlarına rağmen, çalışmalar ergenlik döneminde fiziksel aktiviteye katılımında düşüş olduğunu (Levinson ve Reid 1993; Pate ve ark. 2006) ve özellikle ergenlik döneminde OSB'li ergenlerde aşırı kilo ve obezite oranlarının arttığı belirtilmektedir (Curtin ve ark. 2010). Yine OSB'li ergen bireyler NGG akranları ile kıyaslandığında, fiziksel aktiviteye katılım oranlarında ciddi anlamda negatif yönde fark olduğu belirtilmektedir (Sorensen ve Zarrett, 2014).

#### **1.17.1. OSB'li Bireylerde Fiziksel Aktivitenin Faydaları**

Fiziksel aktivite, tüm insanlar için sağlıklı bir yaşam tarzının önemli bir parçasıdır, ancak genellikle OSB olanlar da dâhil olmak üzere engelli kişilerde göz ardı edilmektedir (Todd ve Reid, 2006). Düzenli fiziksel aktivite, psikolojik (Turner ve ark., 1997), sosyal ve özellikle sağlık (Warburton ve Bredin, 2017) açısından faydaları doğrultusunda, insanların günlük yaşamlarında olması gereken bir alışkanlık olarak görülmektedir. Düzenli fiziksel aktivite, koroner kalp hastalığı, felç, tip 2 diyabet ve bazı kanser türleri gibi kronik hastalıkların önlenmesinde de oldukça etkili olduğu belirtilmektedir (Ballard-Barbash ve ark., 2012).

Araştırmalar, fiziksel aktivitenin, özellikle orta ila şiddetli fiziksel aktivitenin, sağlıklı yaşam tarzı ve kilo kontrolü, kalp-damar sağlığı, duygusal sağlık ve bilişsel performanstaki gelişmeleri içeren yaşam boyu etki gösteren önemli faydalarını göstermektedir (Tompsonski ve ark., 2011). Sosyal becerilerdeki, iletişimdeki ve tekrarlayan ya da sınırlı ilgi alanlarındaki açıklarla karakterize edilen yaygın bir gelişimsel bozukluk olan OSB (Amerikan Psikiyatri Derneği, 2013) teşhisi konmuş bireylerde yapılan çalışmalar, bu bireylerin NGG bireylere oranla daha az aktif olduklarını göstermektedir (MacDonald ve ark., 2011). OSB'li bireylerin büyük bir çoğunluğunda, otizm spektrumundan kaynaklanan mental bozuklukların yanında uyku (Williams ve ark., 2004), gastrointestinal problemler ve bağışıklık sistemlerinin zayıf

olması gibi rahatsızlıklar da görülmektedir (Mazurek ve ark., 2013). OSB'li bireyler ile ilgili gerçekleştirilen araştırmalarda ayrıca, hareket bozukluğu semptomlarının da mevcut olduğunu görülmektedir (Green ve ark., 2009; Leary ve Hill, 1996). Green ve ark. (2009) 101 OSB'li birey üzerinde yaptıkları motor beceri testlerinde %79'unun motor becerilerinin yetersiz olduğunu, %10'unun ise sınırda olduğunu belirtmiştir. Ghaziuddin ve Butler (1998) ise OSB teşhisi konan 8 ile 15 yaş arasındaki bireylere uyguladıkları motor beceri testinde NGG bireylere göre OSB'li bireylerin daha düşük puanlarının olduğunu belirtmiştir. Motor beceri yetersizlikleri otizm literatüründe daha fazla geçse de, fiziksel aktivite düzenleri ve faydaları ile alakalı bilgilerin daha az olduğu görülmektedir. Fiziksel aktivite ve OSB ilişkisi incelendiğinde, fiziksel aktivitenin OSB'li bireylere pozitif yönde bir etkisinin olduğundan bahsetmek mümkündür (Lang, 2010).

Fiziksel aktiviteye katılmanın yararları OSB'li bireyler açısından incelendiğinde, fiziksel aktivitenin düzenli bir şekilde gerçekleşmesinin ardından, OSB'li bireylerde klişeleşmiş olumsuz davranışlarında azalma ve görev bilinci edinme gibi olumlu davranışlarda artış görülmektedir (Levinson ve Reid, 1993). Çalışmalar, fiziksel aktiviteye katılımın özellikle OSB'li ergenlerin mevcut problemlerinde azalma ile fizyolojik, bilişsel, psikolojik ve davranışsal işlevselliklerinde artış sağladığını göstermektedir (Sorensen ve Zarrett, 2014).

Literatüre bakıldığında, OSB'li bireylerde agresif davranışların da olduğunu ve bu durumun kendisini ya da çevresini etkileyebildiğini belirtmektedir (Farmer ve Aman, 2011). Fiziksel aktivitenin, OSB'li bireylerin kriz ve nöbet sayılarında, agresif ve kontrolsüz davranışlarında olumlu yönde etki sağlayarak, bu davranışlarda düşüş yaşanmasında etkili olduğu belirtilmektedir (Lang, 2010; Levinson ve Reid, 1993). OSB'li bireylerin öğrenme ve sosyal anlamda güçlük çekmelerine neden olan, oturduğu yerde sallanmak, dudakları bükmek, el çırpma, anlamsızca sıçramak vb. OSB'nin tipik davranışlarından biri olarak adlandırılan ve sürekli tekrarlayan stereotipik/olağandışı davranışlarında (Jazouli ve ark., 2019), çeşitli orta düzeyde fiziksel aktiviteye katılımın bu hareketlerde azalmaya etki ettiği belirtilmektedir (Lang, 2010; Sowa ve Meulenbroek, 2012). Fiziksel aktivitenin en önemli

faydalarından biri de sağlık sorunlarını önleyici olduğu yönündedir. İstatistiklere bakıldığında, otizimli bireylerin, NGG akranlarına oranla aşırı kilolu ve obez olma ihtimallerinin %40 daha fazla olduğunu göstermektedir (Curtin ve ark., 2010; Freedman ve ark., 2007). Bu konuda OSB'li bireylerin büyük bir çoğunluğunun çeşitli yan etkilere sahip psikoterapik ilaçlar kullanmalarının etkili olduğu (Coury ve ark., 2012) ve bu ilaçların çoğu aşırı kilo alımına sebep olduğu görölmektedir (Correll ve ark., 2009, Williamson ve Martin, 2012). Bu nedenle, sağlık alanında önlem almak amacıyla fiziksel aktivitenin artırılması pek çok ölkede birincil sağlık hedefleri arasında yer almaktadır (MacDonald ve ark., 2011).

Literatür incelendiğinde OSB'li bireylerin NGG bireylere göre daha yalnız oldukları ve daha az arkadaşlarının olduğu görölmektedir (Bauminger ve Kasari, 2000). Arkadaş sayısı az olan OSB'li bireylerde yalnızlığın ötesinde; özgüven eksikliği, depresyon ve kaygı gibi etmenlerin daha fazla olduğu belirtilmektedir (Mazurek, 2014). Premack ve Woodruff, (1978)'un "Theory of Mind" teorisi, bazı OSB'li bireylerin başkalarının eylemlerini tahmin edebildiklerini, motivasyonlarını anlayabildiklerini belirtmektedir. Frith ve Happe, (1999) de OSB'li bireylerin kendi mental yetersizliklerinin farkında olabileceklerini öngörmektedir. Bu nedenlerin de etkili olabileceği düşünülerek, OSB'li bireyler, duygusal paylaşım veya yakınlık gibi niteliklere sahip olsalar da çeşitli nedenlerden dolayı niteliklerini dışavurumda zayıf kalmaktadırlar.

Fiziksel aktivite, OSB'li bireylerin dışavurumlarını farklı uygulamalar ile gerçekleştirmesini kolaylaştırmaktadır. Fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları üzerine yapılan araştırmalar da, birlikte olma ya da yeni arkadaşlar edinme ihtiyacını büyük bir neden olarak tanımlamaktadır (Weiss ve Stuntz, 2004). Fiziksel aktiviteler, engelli ve engelsiz bireylerin etkileşime girip arkadaşlıklar kurma fırsatı sağlamaktadır (Smith, 2003). Bu doğrultuda fiziksel aktivite, olumlu akran ilişkilerini teşvik etmek için önemli bir araç olarak görölmektedir (Weiss ve Stuntz, 2004). Çalışmalar, OSB'li bireylerin arkadaşlığa önem verdiğini ve NGG bireyler gibi algıladıklarını göstermektedir (Bauminger ve ark., 2004). Williams ve ark. (2014) ise, fiziksel olarak aktif olmanın engelli bireylerde kendiyle barışık olma, beden-benlik ilişkisini yeniden

kurma ve yeniden bütünleştirme fırsatı sağlamasından dolayı önemli olduğunu belirtmiştir.

### **1.17.2. OSB ve Fiziksel Aktiviteye Katılımı Etkileyen Faktörler**

OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını etkileyen faktörleri OSB’li birey ve çevresindeki bireyler ile ilişkileri açısından incelemek mümkündür. Literatür, engelli bireylerin evde veya grup halinde yapılan düzenli etkinliklere katılmada daha fazla engelle ile karşı karşıya kaldığını göstermektedir (King ve ark., 2003). Pan ve Frey (2006), 10–19 yaşları arasındaki OSB’li ergenlerin fiziksel aktivitelerini incelemek için bir akselerometre kullanmış ve OSB’li ergenlerin, engelli olmayan akranlarından daha az aktif olduğunu bulmuştur. Kişisel faktörlerde, OSB’li bireylerin iletişim yetersizlikleri ve davranışsal bozuklukları, akranları ile gerçekleştirilebilecek fiziksel aktivite ve rekreasyon programlarına katılamama, dışlanma gibi durumlara sebep olmaktadır (Pan, 2009). Her ne kadar gençlerin oyun, fiziksel aktivite, hobiler ve sosyal aktiviteler de dahil olmak üzere serbest zaman etkinliklerine katılmaları tavsiye edilse de, OSB’li gençlerin pasif oyunda ve uyumsuz davranışları tekrarlama eğiliminin daha fazla olduğu ve fiziksel aktivite gibi organize eğlence etkinliklerine kendiliğinden katılma olasılıklarının ise daha düşük olduğu belirtilmektedir (Anderson ve ark., 2004; Bauminger ve Kasari, 2000). Ayrıca, zayıf veya gecikmiş motor beceriler, el-göz koordinasyonu, algısal sorunlar ve denge ile ilgili zorluklar gibi fitness ve motor beceri bileşenleri de dahil olmak üzere OSB’li bireylerde fiziksel aktiviteye katılımı net bir şekilde etkilediği görülmektedir (Menear ve ark., 2006; Fournier ve ark., 2010; Pan, 2014; Provost ve ark., 2007; Srinivasan ve ark., 2014). OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılmasında yetenek, duyuusal zorluklar ve sakatlanma korkusu da yer almaktadır (Healy ve ark., 2013). Bu duruma motor gelişimi ve fiziksel aktivite davranışının gelişmesindeki önemli eksikliklerin sebep olduğu söylenebilmektedir (Berkeley ve ark., 2001). Memari ve ark. (2015)’e göre OSB’li gençlerdeki iletişimsel yetersizlikler ve davranışsal bozukluklar, çocukların etkinliklerin dışında kalmalarına neden olmaktadır. Obrusnikova ve Miccinello, (2011) OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılmalarında etkili olan olumsuz kişisel faktörleri, bireylerdeki motor becerilerin zayıf olması, sosyal ve iletişim becerilerinin

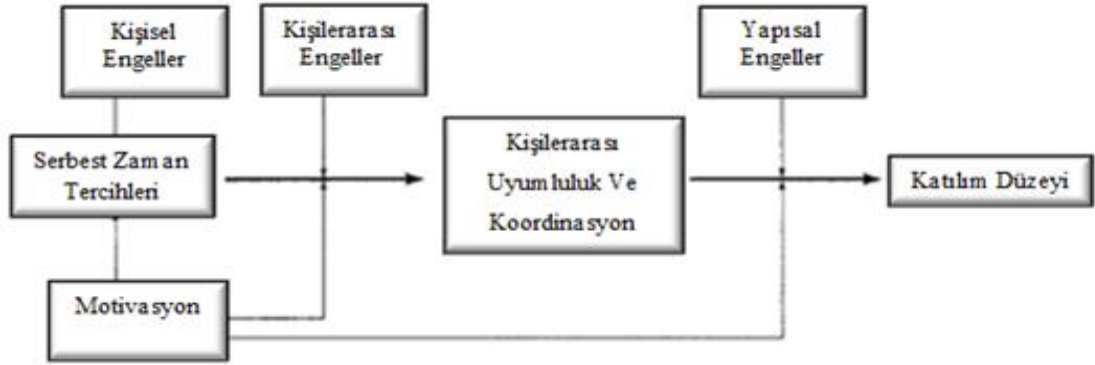
yetersiz olması, sağlık sorunları, zaman yetersizliği, motivasyon eksikliği, fiziksel aktiviteye ilgisizlik olarak belirtmiştir. Fiziksel aktiviteye katılımda etkili olan olumlu kişisel faktörlerde ise fiziksel aktiviteden keyif alma, desteklenme ve başarma hissinin yaşanması olarak belirtmektedir. Sonuç olarak, OSB'li bireylerin fiziksel aktivite davranışları incelendiğinde, fiziksel aktivite ya gerçekleşmemekte ya da düzensiz bir şekilde uygulanmakta olduğu görölmektedir (MacDonald ve ark., 2011, Bandini ve ark., 2013, Mazurek ve Engelhardt, 2013, Must ve ark., 2014).

Fiziksel aktiviteye katılmada etkili olan kişilerarası faktörlere bakıldığında ise, otizmin kendisinden kaynaklanan sorunlar nedeniyle bu bireylerin, sosyal ortama ve yaşıtları ile uygun etkinliklere katılımda zorluklarla karşılaştıkları ve gelişim düzeylerine göre uygun akran ilişkileri geliştiremedikleri görölmektedir (APA, 2013). Fiziksel aktivite katılımda OSB'li geneleri ne tür kişilerarası değişkenlerin etkilediğine yönelik çeşitli çalışmalar gerçekleştirilmiştir (Müller ve ark., 2008). Kişilerarası faktörler sosyal etkiler olarak düşünölebilmektedir, çünkü arkadaşlar ve aile bireyleri fiziksel aktiviteye katılım açısından OSB'li bireyi en çok etkileyen etmenler olarak görölmektedir (Buchanan ve ark., 2017). OSB'li bireyi fiziksel aktiviteye götürebilecek ebeveynin zamanının ya da enerjisinin olmaması, aktivitenin gerçekleştirileceği bir akran/arkadaş olmaması durumunda fiziksel aktiviteye katılımın gerçekleşmesinin zor olduğu görölmektedir. Ancak, ailenin fertlerinin ve arkadaşların destekleyici ve aktif olması ise katılımda büyük bir rol oynadığını görölmektedir (Obrusnikova ve Cavalier, 2011). Healy ve ark. (2013) 9-13 yaş arası 13 OSB'li ergen ile yüz yüze görüşmeler gerçekleştirerek “fiziksel aktiviteye katılmalarını etkileyen faktörlerin neler olduğunu” belirlemiştir. Çalışmaya göre OSB'li bireyler arkadaşlık ilişkilerinin yetersiz olması, NGG ocuklarla kıyaslanmaları ve dışlanmaları gibi etmenlerin fiziksel aktiviteye katılımlarını sınırladığını belirtmiştir. Smith ve ark. (2010) ise, OSB'li bireylerin gün içerisinde daha aktif olmaları ve çeşitli becerilerini geliştirmeleri adına erken yaşlardan itibaren rehabilitasyon hizmeti aldıklarını, fakat OSB'li bireylerin aileleriyle geçirdikleri serbest zamanları ve fiziksel aktivite alışkanlıklarının önemslenmediğini belirtmektedir. Kuhlthau ve ark. (2010) ise OSB'li bireylerin fiziksel olarak pasif olmaları ile yaşam kaliteleri arasında pozitif yönde ilişki olduğunu belirtmektedir. OSB'li bir grupta yaşam kalitesini inceleyen araştırmada,

OSB'li ergenlerin yaşam kalitesi ölçümlerinde daha düşük puanlara sahip olduğunu belirtilmektedir (Sheldrick ve ark., 2012). Özellikle engelli ve OSB'li bireyler için, bu faaliyetlerin sağlıklı bir yaşam tarzı için oluşturduğu önemli role rağmen fiziksel aktiviteler genellikle göz ardı edildiği belirtilmektedir (Sarol ve Çimen, 2015).

Fiziksel aktiviteye katılımı etkileyen bir diğer faktör ise yapısal engeller olarak görülmektedir. Başta maddi sorunlar olmak üzere, OSB'li bireylerin fiziksel aktiviteye katılmalarında pek çok yapısal engel bulunmaktadır. OSB'li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarını etkileyen faktörlerin neler olduğunu ebeveynler ile yapılan görüşmeler doğrultusunda belirlenen bir çalışmada, OSB'li bireylerin ebeveynlerinin tamamının ekonomik koşulların fiziksel aktivite programlarına katılımlarında güçlük çektikleri sonucuna ulaşılmıştır (Sarol ve Aydın, 2014). Must ve ark. (2015) de OSB'li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarında etkili olan faktörleri inceledikleri çalışmada ebeveynlerin %22'sinin OSB'li gruplar için yapılan etkinliklerin yüksek maliyetlerinin etkili olduğunu belirtmektedir. Bir başka çalışmada da fiziksel aktiviteye katılımda OSB'li bireyler için yapılan fiziksel aktivite programlarının ve ekipmanların yüksek maliyetleri fiziksel aktiviteye katılımda birer engel olarak belirtilmiştir (Murphy ve Carbone, 2008). Elde edilen veriler doğrultusunda yapısal faktörler “tesis eksikliği” (Prellwitz ve Skär, 2007), tesislerin tasarımının OSB'li bireyler için uygun olmaması (Haegele ve ark., 2018), tesislere ulaşımın zor olması (Sarol ve Aydın, 2014) şeklindedir. Ülkemizde yapılan bir çalışmada da Gürbüz ve Henderson (2013, 2014) fiziksel aktivite gibi serbest zaman etkinlikleri karşısındaki en önemli yapısal engellerin yetersiz tesisler, ulaşım problemleri olduğunu aktarmıştır. Yapılan diğer çalışmalarda da ulaşım önemli bir yapısal engel olarak belirtilmektedir (Obrusnikova ve Miccinello, 2012). Algılanan çevre güvenliğinin artırılması (Carson ve ark., 2010) ve kamu kaynaklarının mevcudiyetinin artırılması (Dwyer ve diğerleri, 2008), OSB'li çocukların fiziksel aktiviteye katılımını arttırmada önemli bir diğer yapısal faktör olarak belirtilmektedir. Son olarak Menear ve ark. (2006) de engelli bireyler ile çalışan öğretmenlerin bu bireyler hakkında yeterli bilgiye sahip olmadıklarını belirterek bu yapısal faktörün gerekliliğini desteklemiştir.

Bireylerin aktivitelere katılımlarını etkileyen pek çok faktör bulunmaktadır. Bu faktörler çeşitli modeller doğrultusunda incelenmektedir. **Şekil 1.2.**'de Jackson ve ark.(1993)'ın serbest zaman aktivitelerine katılımı hiyerarşik modeli görülmektedir.

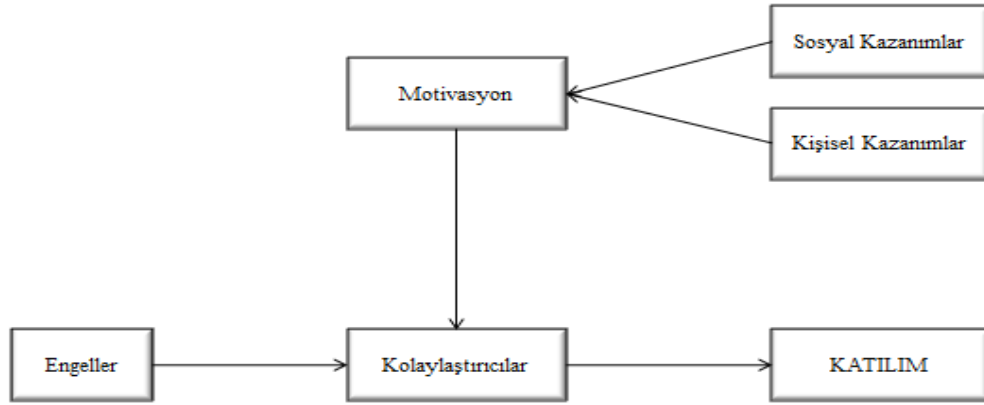


**Şekil 1.2.** Serbest zaman aktivitelerine katılımı hiyerarşik modeli

Jackson, E. L., Crawford, D. W., & Godbey, G. (1993). Negotiation of leisure constraints. Leisure sciences, 15(1), 1-11.

Bu modele göre bireyin serbest zaman tercihlerinde başta kişisel engeller etkili olmaktadır. Bu tercihler üzerinde etkili olan bir diğer faktör ise kişilerarası engellerdir. Bu engellerin aşılması ve serbest zaman tercihlerinin kişilerarası uyumlu ve koordinasyonlu bir biçimde uygulanmasında motivasyon kolaylaştırıcı bir rol oynamaktadır. Son olarak yapısal engeller bir diğer etkileyen faktör olarak ortaya çıkmaktadır. Tüm bu faktörlerin sonucunda bireyin serbest zaman aktivitelerine katılım düzeyi belli olmaktadır.

Bireylerin serbest zamanlarına etki eden faktörleri incelemek amacıyla bir başka çalışmada ise Hubbard ve Mannell, (2001) kurumlarda çalışanların serbest zamanlarında karşılaştıkları engellerin neler olduğuna yönelik bir model geliştirmiştir.

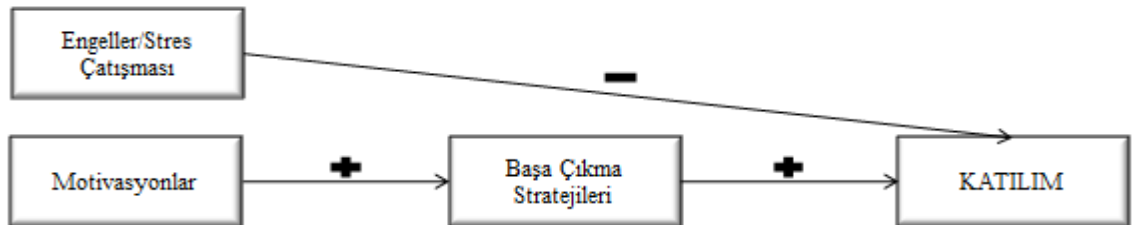


**Şekil 1.3.** Kurumlarda çalışan bireylerin serbest zaman katılım engelleri modeli

Hubbard, J., & Mannell, R. C. (2001). Testing competing models of the leisure constraint negotiation process in a corporate employee recreation setting. *Leisure Sciences*, 23(3), 145-163.

Hubbard ve Mannell, (2001) modelinde motivasyonu, serbest zaman aktivitelerinden elde edilen sosyal kazanımlar ve kişisel kazanımlar oluşturmaktadır. Bu motivasyon ise bireyin serbest zamana katılımında karşılaştığı engellere karşı kolaylaştırıcılar olarak belirtilmektedir. Karşılaşılan engeller, kolaylaştırıcıların etkisiyle aşılabilir katılım sağlanmaktadır.

Bir başka modelde ise (Son ve ark., 2008) engellerin katılım üzerindeki olumsuz etkisi, motivasyonlar ve başa çıkma stratejilerinin olumlu etkisi ile neredeyse eşittir.

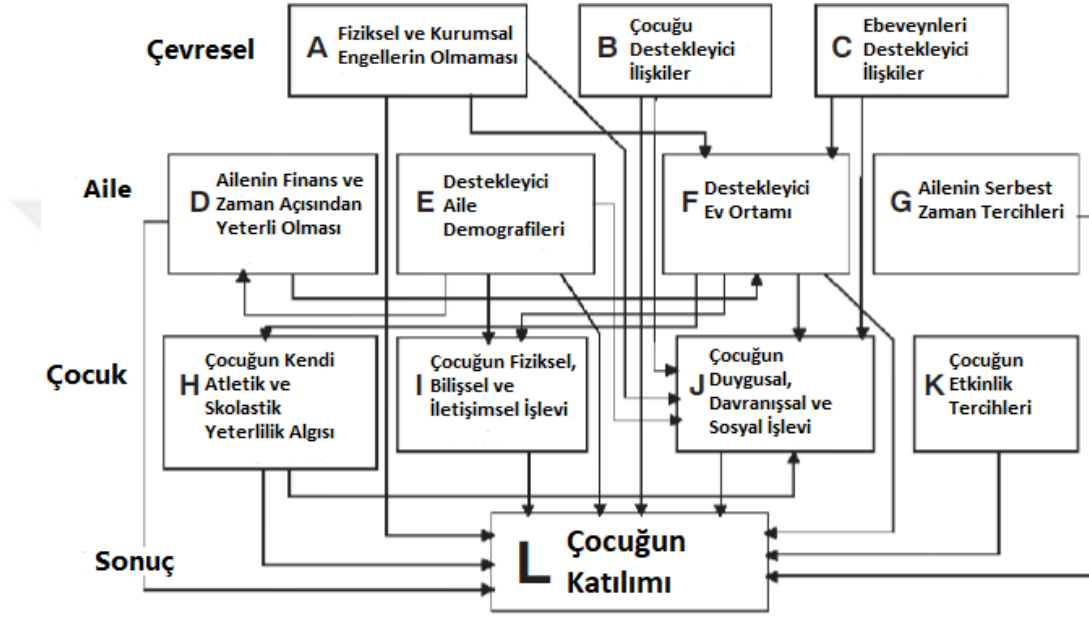


**Şekil 1.4.** Alternatif serbest zaman katılım engelleri

Son, J. S., Mowen, A. J., & Kerstetter, D. L. (2008). Testing alternative leisure constraint negotiation models: An extension of Hubbard and Mannell's study. *Leisure Sciences*, 30(3), 198-216.

Bu bağlamda, serbest zamana katılımda engellerin büyük bir rol oynadığı görülmektedir. Motivasyonlar ve başa çıkma stratejilerinin pozitif etkileri, engellerin negatif etkileri ile denk olduğu belirtilmiştir.

King ve ark. (2003), engelli çocukların serbest zaman katılımlarında belirleyicilerin neler olduğuna dair bir kavramsal model geliştirmiştir.



Şekil 1.5. Engelli çocukların serbest zaman katılım modeli

King, G., Lawm, M., King, S., Rosenbaum, P., Kertoy, M. K., & Young, N. L. (2003). A conceptual model of the factors affecting the recreation and leisure participation of children with disabilities. *Physical & occupational therapy in pediatrics*, 23(1), 63-90.

Çocukların katılımı; çevre, aile ve çocuk faktörlerini içeren çok boyutlu bir modelin sonucu olarak kavramsallaştırılmıştır. Model, literatürde yer alan ve çocukların katılımı üzerinde doğrudan veya dolaylı etkileri olan 11 faktör içermektedir. Model, çocuklukta sakatlanma, riskler, dayanıklılık, serbest zaman, fiziksel aktivite ve egzersiz ile ilgili literatürün kapsamlı bir incelemesine dayanan bu faktörler arasındaki 23 ilişkiyi ana hatlarıyla ortaya koymaktadır. Bu nedenle model, bir çocuğun katılımına yardımcı olabilecek veya onu engelleyebilecek geniş bir faktör yelpazesini açıklamaktadır ve bu faktörlerden herhangi birinin diğerlerine göre potansiyel rolü hakkında bilgi sağlamaktadır.

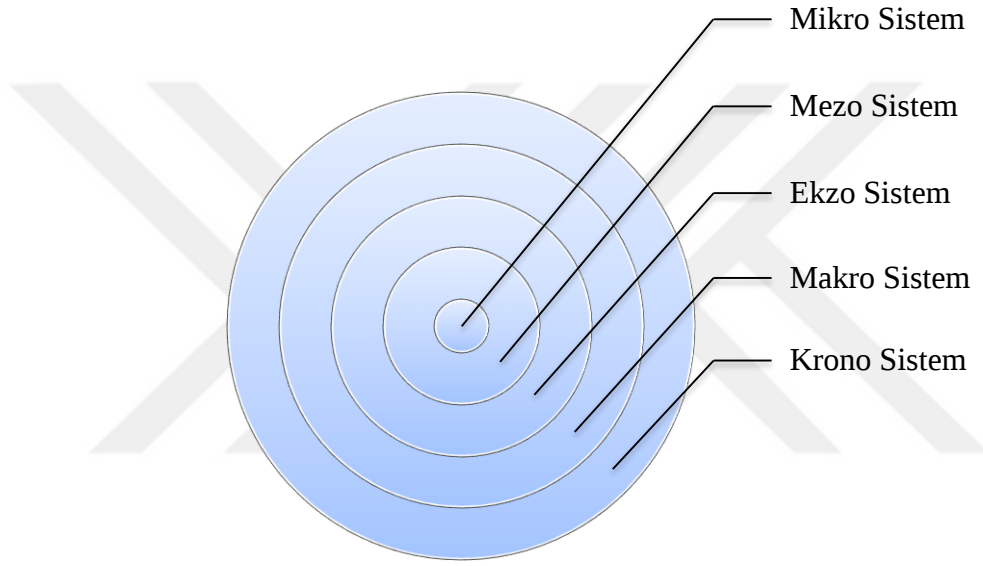
### 1.17.3. Sosyo-ekolojik Model ve Fiziksel Aktivite

Ekoloji terimi biyolojik bilimlerden türetilmiştir ve organizmalar ile çevreleri arasındaki ilişkileri ifade etmektedir. Davranış bilimlerinde ve halk sağlığında geliştikçe, insanların fiziksel ve sosyo-kültürel çevreleriyle, yani çevreleriyle yaptıkları işlemlerin doğasına odaklanmaktadır (Stokols, 1992). Ekolojik modeller, sağlığın korunması, teşviki ve fiziksel aktivitenin yaygınlaştırılması (Gyurcsik ve ark., 2006) gibi pek çok farklı alanda yaygın bir şekilde kullanılmaktadır (Sallis ve ark., 2006). Yapılan araştırmalarda, çevresel ve politikaların değerlendirilmesi, beslenme, fiziksel aktivite ve kilo kontrolü gibi konularda nüfus genelinde iyileştirmeler sağlanması konusunda umut verici bir strateji olarak tanımlanmaktadır (Booth ve ark., 2001, Egger ve Swinburn, 1997). Ayrıca, sosyal ekoloji alanı insan-çevre ilişkilerinin sosyal, kurumsal ve kültürel bağlamlarına, biyolojik süreçlere ve coğrafi ortama önem vermektedir (Binder ve ark., 1975). 1960'lı yılların ortalarında ve 1970'lerin başında ortaya çıkan sosyal ekoloji alanı ise, insan ve çevre ilişkilerinin sosyal, kurumsal ve kültürel bağlamları hakkında dikkat çekmektedir. Önceki dönemlerde ekolojik modeller biyolojik süreçlere ve coğrafi çevreye daha çok odaklanmıştır (Stokols, 1996).

Literatür incelendiğinde, Bronfenbrenner (1976)'ın "Ekolojik Sistem Teorisi", ekolojik modellerin ana yapısını oluşturduğu görülmektedir. Bu ekolojik modelde, bireyi anlamak için bireyin çevresini de anlamamanın gerekliliği vurgulanmıştır. Bu bağlamda teori, bireyin gelişimini, çevresini oluşturan ilişkiler sistemi bağlamında ele almaktadır. Bronfenbrenner'in teorisinde, bazı çevre etmenleri oluşturulmuştur ve her birinin bir bireyin gelişimi üzerinde etkisi olduğu düşünülmektedir. Bu teori yakın zamanda bir bireyin kendi biyolojisinin gelişimini besleyen birincil bir ortam olduğunu vurgulamak için "biyoekolojik sistemler teorisi" olarak yeniden adlandırılmıştır. Bireyin olgunlaşan biyolojisindeki faktörler, yakın aile / topluluk ortamı ve toplumsal manzara arasındaki etkileşim gelişimini teşvik eder ve yönlendirmektedir. Herhangi bir katmandaki değişiklikler veya çakışma diğer katmanları etkileyecektir. Bir çocuğun gelişimini incelemek için, sadece bireye ve

yakın çevresine değil, aynı zamanda daha geniş çevrenin etkileşimine de bakılması gerektiği vurgulanmıştır (Härkönen, 2007).

Bronfenbrenner'in oluşturduğu ve bireyi etkileyen çevre yapısı 5 farklı katmandan oluşmaktadır. Bunlar **Şekil 1.6.** ile belirtilen mikrosistem, mezosistem, egzosistem, makrosistem ve kronosistemdir.



**Şekil 1.6.** Bronfenbrenner'in eğitimde deneysel ekolojik modeli

Bronfenbrenner, U. (1976). The experimental ecology of education. Educational researcher, 5(9), 5-15.

*Mikrosistem:* Bu katman, çocuğa en yakın olan ve çocuğun direkt olarak temas ettiği etmenleri içermektedir. Mikrosistem, bir bireyin yakın çevresiyle olan ilişkilerini ve etkileşimlerini kapsamaktadır. Mikro sistemdeki yapılar arasında aile, okul, mahalle veya bireyin diğer ortamları bulunmaktadır. Bu düzeyde, ilişkilerin hem bireyden hem de bireye doğru olmak üzere iki yönde etkisi vardır. Örneğin, bir bireyin ebeveynleri inançlarını ve davranışlarını etkileyebilir; ancak, birey ebeveynin davranış ve inançlarını da etkileyebilmektedir. Bronfenbrenner bu iki yönlü etkileri söylemektedir ve bunların tüm çevre seviyeleri arasında nasıl oluştuğunu göstermektedir. Bir tabaka içindeki yapıların etkileşimi ve tabakalar arasındaki

yapıların etkileşimi bu teori için anahtardır. Mikrosistem düzeyinde, çift yönlü etkiler en güçlü olanıdır ve birey üzerinde en büyük etkiye sahip olandır. Bununla birlikte, dış seviyelerdeki etkileşimler içyapıları etkileyebilmektedir.

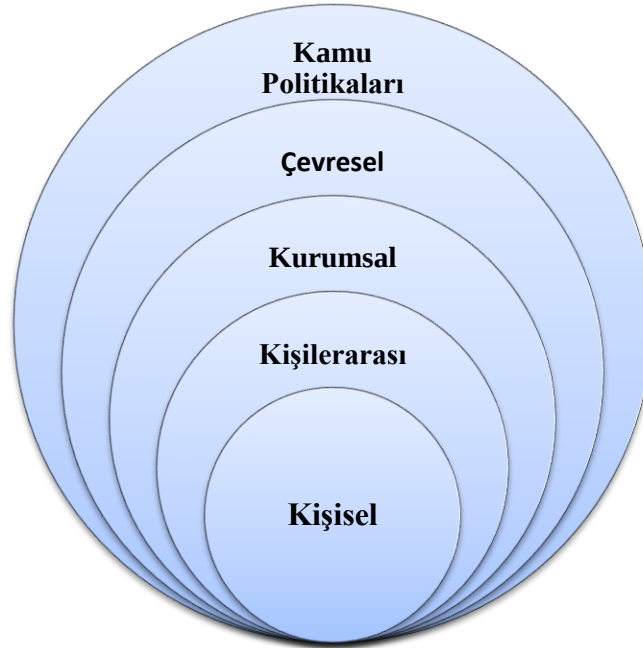
*Mezosistem:* Bu katman, bireyin mikrosisteminin yapıları arasındaki bağlantıyı sağlamaktadır. Örnekler: Bireyin öğretmeni ile ailesi arasındaki gibi.

*Ekzosistem:* Bu katman ise, bireyin doğrudan çalışmadığı daha büyük sosyal sistemi tanımlamaktadır. Bu katmandaki yapılar, mikrosistemdeki bazı yapılarla etkileşime girerek bireyin gelişimini etkilemektedir. Kurum programları veya toplum temelli aile kaynakları örnekler olarak gösterilmektedir. Birey doğrudan bu seviyede yer alamamaktadır, ancak kendi sistemiyle etkileşime dâhil olan olumlu ya da olumsuz gücü hissedebilmektedir.

*Makrosistem:* Bu katman, bireyin ortamındaki en dış katman olarak kabul edilmektedir. Herhangi bir kalıbı olmayan bu katman kültür, gelenek ve yasalardan oluşmaktadır (Berk, 2000). Makrosistem tarafından tanımlanan daha büyük ilkelerin etkileri, diğer tüm katmanların etkileşimleri boyunca basamaklı bir etkiye sahiptir. Örneğin, eğer ebeveynlerin çocuklarının yetiştirilmesinden yalnızca ebeveynlerin sorumlu olmaları gerektiği kültürün inancı ise, bu kültürün ebeveynlere yardım için kaynak sağlama olasılığı daha düşüktür. Bu da, ebeveynlerin işlev gördüğü yapıları etkilemektedir. Ebeveynlerin, çocuklarının mikrosistemi bağlamında çocuklarına yönelik bu sorumluluğunu yerine getirme yetenekleri veya yetersizlikleri de aynı şekilde etkilenmektedir.

*Kronosistem:* Bu sistem bireyin belirtilen katmanlarda olduğu zamanın boyutunu kapsamaktadır. Bu sistemdeki öğeler, ebeveynin ölümünün zamanlaması gibi harici olabilir veya bireyin yaşlanmasıyla meydana gelen fizyolojik değişiklikler gibi kişisel de olabilmektedir. Bireyler büyüdükçe, çevresel değişikliklere farklı tepkiler gösterebilmekte ve bu değişimin onları nasıl etkileyeceğini daha fazla belirleyebilmektedir (Ryan ve Paquette, 2001).

Ekolojik modeller ile fiziksel aktivite ilişkisine bakıldığında, ekolojik modellerin fiziksel aktivitenin teşvikinde verimli bir çerçeve oluşturduğu düşünülmektedir. Halk sağlığında ekolojik modeller, insanların fiziksel ve sosyo-kültürel çevreleriyle etkileşimlerini ifade etmektedir (Stokols, 1992). Ekolojik modeller, davranışları etkilemesi beklenen çevresel ve politika değişkenlerini açıkça içermeleri ile ayırt edilmektedir. Bu davranışın dar bir psiko-sosyal değişkenler grubundan etkilenmesinden ziyade, ekolojik modellerin çoklu seviyelerde geniş bir etki aralığına sahip olduğu belirtilmektedir (McLeroy ve ark., 1988). Bu nedenle Sallis ve ark. (1988), Bronfenbrenner (1976)'ın oluşturduğu model ve McLeroy ve ark. (1988)'in geliştirdiği ekolojik modellerin fiziksel aktivitede uygulanabilir olduğunu iddia etmektedir. Genellikle fiziksel aktivite ile ilgili ekolojik modellerde yer alan değişkenler: kişisel, kişilerarası, kültürel, örgütsel, fiziksel çevre ve politikaları içerdiği görülmektedir. Gyurcsik ve ark. (2006), McLeroy ve ark. (1988) tarafından geliştirilen “*Sağlığı Geliştirme Programlarına Ekolojik Bir Bakış Açısı*” modelini örnek alarak sosyo-ekolojik model doğrultusunda, üniversiteye yeni geçen öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılımında karşılaştıkları engelleri belirlemek amacıyla bir çalışma gerçekleştirmiştir. Çalışmada uygulanan modele göre fiziksel aktivitenin önündeki engeller **Şekil 1.7.**'de gösterildiği gibi 5'e ayrılmaktadır:



**Şekil 1.7.** Sağlık geliştirme programlarına ekolojik bir bakış açısı modeli

McLeroy, K. R., Bibeau, D., Steckler, A., & Glaz, K. (1988). Health Education & Behavior: An ecological perspective on health promotion programs.

McLeroy ve ark. (1988), modeline göre kişisel faktörler bireyin fiziksel aktiviteyi önleyebilecek olumsuz bir tutum gibi özelliklerini yansıtmaktadır. Kişilerarası faktörler resmi ve gayri resmi sosyal ağlar ve fiziksel aktiviteyi engelleyebilecek önemli diğerlerinden destek eksikliği gibi destek sistemleri ile ilgilidir. Kurumsal faktörler öğrencilere okul sonrası fiziksel aktivite sunmayan okul gibi örgütsel özelliklere sahip sosyal kurumlar içindeki engeller ile ilgilidir. Çevresel faktörler kentsel bir belediye içindeki rekreasyon tesislerinin tüm halk için sınırlı fiziksel aktivite olanakları sağlaması gibi, belirli sınırlar dahilindeki örgütler, kurumlar ve resmi olmayan ağlar arasında engeller ile ilgilidir. Kamu politikaları ise yerel, eyalet ve ulusal anlamda, şehir kaldırımlarında paten yapmayı yasaklayan yasalar gibi fiziksel aktiviteyi engelleyebilecek politikalardır.

Fiziksel aktivite araştırmalarında davranışsal etki seviyelerini kavramsallaştırmak için çeşitli modeller kullanılmıştır, ancak fiziksel aktivite alanına en uygun olanı McLeroy ve ark. (1988) tarafından geliştirilen ve Gyurcsik ve ark. (2006) tarafından kullanılan sosyo-ekolojik modelin olduğu düşünülmektedir. Sosyo-ekolojik model, kişisel ve çevresel faktörler arasındaki etkileşimi kabul etmekte ve özellikle davranışın beş kategoride sınıflandırılabilir faktörler tarafından şekillendirildiğini belirtmektedir. Bunlar: kişisel, kişilerarası, kurumsal, topluluk ve kamu politikasıdır. Kişisel faktörler arasında motivasyon eksikliği gibi bağımlı, kronolojik yaş ve cinsiyet gibi bağımsız değişkenler bulunmaktadır. Kişilerarası faktörler resmi ve gayri resmi sosyal ağlar ve sosyal destek sistemlerinden oluşmaktadır. Kurumsal faktörler, sosyal kurumlardaki resmi ve gayri resmi bağlamlardır (Örneğin, çok fazla ev ödevi). Topluluk faktörleri, belirli coğrafi sınırlar dâhilindeki kuruluşlar ve gayri resmi ağlar arasındaki ilişkilidir (örneğin, topluluktaki fiziksel aktivite programlarının kullanılabilirliği). Kamu politikası, yerel, eyalet ve ulusal yasaları ve fiziksel aktivite katılımını etkileyen politikaları içermektedir (Obrusnikova ve Cavalier, 2011).

#### **1.17.4. Konuyla İlgili Yapılmış Çalışmalar**

Bu kısımda ulusal ve uluslararası kaynaklardan konu ile ilgili yapılmış bilimsel çalışmaların sonuçlarına yer verilmiştir. Sonuçlarını araştırmamızla karşılaştırmak açısından önemli gördüğümüz bazı çalışmalar amaç, yöntem ve sonuç bağlamında özet şekilde yer almıştır.

##### **1.17.4.1. Konuyla İlgili Yapılmış Ulusal Çalışmalar**

Aydın ve Sarol (2014) tarafından yapılan araştırmada amaç; otizmlili bireylerin fiziksel aktivite programlarına katılmasında etkili olan engellerin araştırılmasıdır. Nitel bir çalışmadır. Örneklem grubunu; Ankara Otizm ve Gençlik Spor Kulübü'nde fiziksel aktivite programlarına katılan 9 otizmlili bireyin ebeveyni oluşturmaktadır. Araştırma bulguları doğrultusunda; ekonomik koşullar temasında; ekonomik nedenlerin fiziksel aktivite programlarına katılımı engelleyen önemli bir unsur olması ve bu unsurun oluşmasında en önemli etkenin devlet okullarında ya da kurumlarında bu tür programların olmaması ve sadece özel sektör tarafından bu hizmetin gerçekleştirilmesi olarak belirtilmiştir. Bir diğer bulgu ise; devlet (hükümet) temasında; merkezi yönetimin mevcut politikalarında otizmlili bireylerin programlara katılımı konusunda yeterli olmadığı ve ihtiyaçlara cevap veremediği yönündedir. Sonuçta; ekonomik engellerin otizmlili bireylerin fiziksel aktivite programlarına katılımında en önemli engelleyici olduğu otizmlili bireylerin sosyal hayata yönelik potansiyellerini kullanabilmesi için akademik faaliyetlerine destek sağlayan fiziksel aktivite programlarına katılımlarında devlet (hükümet) politikaların yeterli seviyede olmadığı aktarılmıştır.

Sarol ve Çimen, (2015) UFA katılmış otizmlili bireylerin yaşam kalitesi üzerine etkilerini incelemiştir. Örneklem, DSM-IV kriterlerine göre otizm tanısı almış 59 kişiden oluşmaktadır. Katılımcı yaşları 4-18 arasındadır ve sekiz haftalık UFA programına katılmışlardır. Ebeveynler için “Pediatrik Yaşam Kalitesi Envanteri” ek formu 23 madde ve 4 alt boyuttan oluşan veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, tüm katılımcıların “Pediatrik Yaşam Kalitesi Envanteri” alt

boyut puanlarında fizyolojik işlevsellik ve duygusal işlevsellik açısından anlamlı bir azalma olduğu görülmüştür. Sonuç olarak UFA, otizmlili bireylerin duygusal ve fiziksel gelişimine olumlu katkıda bulunabildiği ve otistik bireylerin yaşam kalitesini desteklemede etkili olabileceği ortaya çıkmıştır.

İnce (2017) tarafından yapılan araştırmada, OSB'li çocuğı olan ebeveynlerin spor hakkındaki görüşleri incelenmiştir. Araştırma, OSB'li çocuğı olan ebeveynlerin, alternatif bir tedavi olarak spora bakış açıları ve bireylerin yaşadıkları problemlere dikkat çekmek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya özel eğitim merkezlerine devam eden 41 OSB'li bireyin ebeveyni katılmıştır. Veriler bir anket ile toplanmıştır. Ankete katılan 41 ebeveyn, %51,2'sinin çocuklarına spor eğitimi yaptırdıkları, çocukların yaşadıkları problemlere ve sporun etkilerine bakıldığında sporun en fazla iletişim (%66,7) ve dil gelişimi (%52,4) becerilerine katkılarının çok olduğu belirtilmiştir. Ayrıca ankete katılanların %65,9'u ise, çocuklarının eğitim aldıkları özel eğitim merkezlerinde spor eğitmenlerinin olmadığını bildirmiştir. Sonuç olarak, OSB'li bireylerin yaşadıkları sorunlarda, sporun faydaları göz önüne alınarak, özellikle özel eğitim merkezlerinde spor eğitmenlerinin bulundurulması ve bu merkezlerde fiziksel aktivite tesislerinin yeterli düzeye getirilmesi gerektiği sonucuna ulaşılmıştır.

Temel ve ark. (2017) Kayseri ilinde yaşayan OSB'li çocukların, saldırganlık ve sosyal uyum düzeylerinin cinsiyet, yaş, ailenin gelir durumu, anne ve babanın eğitim durumu ve spora katılımları doğrultusunda bir çalışma gerçekleştirmiştir. Çalışmaya 70 OSB'li çocuk katılmıştır. Çalışmada sosyal uyum ve saldırganlık ölçekleri kullanılmıştır. Ölçekler OSB'li bireylerin aileleri tarafından doldurulmuştur. Sonuç olarak cinsiyet, yaş, ailenin gelir düzeyi, anne ve baba eğitim durumlarına göre herhangi bir farklılık bulunmadığı ancak spor yapan OSB'li çocuklar ile yapmayan çocuklar arasında sosyal uyum ve saldırganlık düzeylerinde anlamlı farklılıklar tespit edildiğine ulaşılmıştır. Ayrıca OSB'li çocuklarda saldırganlık düzeyleri ile sosyal uyum düzeyleri arasında negatif yönlü ilişki bulunduğu belirtilmiştir.

Yarımkaya ve ark. (2017)'nin gerçekleştirdiği çalışmada akran aracılı uyarlanmış fiziksel aktivitelere (AAUFA) katılan OSB'li bir bireyin iletişim becerilerindeki değişimlere bakılmıştır. Durum çalışması modelinde desenlenen araştırmaya, OSB tanılı bir birey ve NGG üç akran dahil edilmiştir. Araştırmada, OSB tanılı birey ve NGG üç akran ile birlikte üçü serbest fiziksel aktivite olmak üzere, 18'i ise AAUFA oturumu olarak toplamda 21 eğitim gerçekleştirilmiştir. AAUFA oturumlarında, 29 farklı uyarlanmış fiziksel aktivite akran aracılı olarak uygulanmıştır. AAUFA oturumları öncesi, NGG üç akran ile birlikte altı oturum akran eğitimi süreci gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın bulguları doğrultusunda, OSB'li bireyin göz kontağında, ortak ilgi ve iletişim başlatma ile iletişime tepki verme becerilerinde AAUFA programı sayesinde olumlu yönde artış olduğu belirtilmiştir. İletişim becerilerinde gözlenen bu olumlu değişimlerin araştırmadan üç hafta sonra elde edilen izleme ölçümünde devam ettiği saptanmıştır. Sonuç, AAUFA programının OSB'li bireyin iletişim becerileri üzerinde olumlu yönde etkisi olduğunu göstermektedir.

Gürkan ve Koçak, (2020) araştırmalarında OSB olan çocuklar için ebeveynlerin fiziksel aktivite perspektiflerinin doğasını ve içeriğini incelemiştir. Araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden yarı yapılandırılmış görüşme tekniği, araştırma tasarımı olarak ise fenomenoloji yöntemi olarak kullanılmıştır. Demografik bilgi formuna ek olarak, katılımcılara çocuklarının fiziksel aktiviteye katılımını kolaylaştıran veya kısıtlayan faktörler ve fiziksel aktivitenin yararları hakkında sorular sorulmuştur. Araştırmada amaçlı örnekleme yöntemlerinden biri olan ölçüt örnekleme kullanılmıştır. Çalışma grubu, yaşları 37 ile 55 arasında değişen 11 ebeveyn (Yaş = 44.09, SD = 6.59) oluşturulmuş ve çocuklar özel bir eğitim ve rehabilitasyon merkezi tarafından yürütülen fiziksel aktivite rehabilitasyon programına katılmıştır. Veri analizi için tematik analiz yöntemi kullanılmıştır. Fiziksel aktivitedeki kısıtlamalar, fiziksel aktivitedeki kolaylaştırıcılar ve fiziksel aktivitenin yararları olmak üzere üç tema belirtilmiştir. Çalışmada en sık bildirilen kısıtlamalar kişisel ve en sık belirtilen kolaylaştırıcılar da kişisel olarak ortaya çıkmıştır. Ebeveynlerin görüşleri, OSB'li özel eğitim öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılımlarına devam etmeleri için kişilerarası faktörlerin ve yapısal faktörlerin önemli olduğunu göstermektedir. Sonuç olarak, OSB'li bireylerin ebeveynlerinin çocuklarını

fiziksel aktiviteye yönlendirmede bazı kısıtlamalarla karşılaştıkları görülmektedir, ancak bu kısıtlamalara rağmen elde edilen faydalar nedeniyle çocukları fiziksel aktiviteye katılmaya devam ettikleri görülmektedir.

#### **1.17.4.2. Konuyla İlgili Yapılmış Uluslararası Çalışmalar**

Sandt ve Frey (2005), OSB olan ve olmayan çocuklar arasındaki günlük beden eğitimi, teneffüs ve okul sonrası orta ile şiddetli fiziksel aktivite seviyelerini karşılaştırmıştır. 5-12 yaş arasındaki çocuklar beş gün boyunca (dört hafta içi, bir hafta sonu günü) tek eksenli bir akselerometre kullanılmıştır. OSB olan ve olmayan çocuklar arasında herhangi bir fiziksel aktivite düzeninde fark bulunamamıştır. Her iki grup da, tatil sonrası okuldan daha aktif ve OSB'li çocukların tatilde ve beden eğitiminde de benzer şekilde aktif oldukları görülmektedir. Her ne kadar OSB'li birçok çocuk günde 60 dakikalık beden eğitimi alıyor olsa da, okul sonrasında yaşlarının da ilerlemesiyle bu imkânlara sahip olamama tehlikesiyle karşı karşıya kalabilme ihtimallerinin olduğu belirtilmiştir.

Pan ve Frey (2006), OSB olan gençlerde yaşa bağlı fiziksel aktivite paternlerini incelemiştir. 10-19 yaşları arasındaki 30 genç, üç gruba ayrılmıştır: ilkokul (n = 9), ortaokul (n = 9) ve lise (n = 12). Katılımcılar bir akselerometre takmıştır ve art arda yedi gün boyunca bir etkinlik anketi doldurmuştur. Temel bulgular (a) ilkokul grubunun gün veya zaman dilimine bakılmaksızın diğer gruplardan daha aktif olması ve (b) OSB'li gençlerin fiziksel aktivitelerinde gün veya zaman dilimine göre tutarlı bir model bulunmadığı şeklindedir. Bulgular, bu popülasyon için yapılan müdahalelerin, ergenlik döneminde artan ders dışı fiziksel aktivite seçeneklerini ele alması gerektiğini vurgulamaktadır.

Lang ve ark. (2010), fiziksel aktivite ve OSB olan bireyleri içeren çalışmaları gözden geçirmiştir. Sistemik arama prosedürleri önceden belirlenmiş ve araştırmaya dâhil edilme kriterlerini karşılayan 18 çalışmayı tanımlamıştır. Bu çalışmalar: (a) katılımcı özellikleri, (b) egzersiz türü, (c) aktiviteye katılımı arttırmak için kullanılan

prosedürler, (d) sonuçları ve (e) araştırma metodolojisi açısından değerlendirilmiştir. Çalışma grubu genelinde, fiziksel aktiviteye katılan 3-41 yaşları arasındaki OSB'li 64 katılımcı belirlenmiştir. Çeşitli fiziksel aktivitelerin kullanıldığı görülmüştür (örneğin koşu, ağırlık çalışması, bisiklete binme). Fiziksel aktiviteye katılımın ardından basmakalıp davranışlarda, saldırganlıkta, görev dışı davranış ve kaçma gibi davranışlarda azalma bildirilmiştir. Fiziksel aktiviteye katılım sonucunda görevleri yerine getirme, akademik yanıt verme ve uygun motor davranış (örn. Yakalama oynama) artmıştır. Fiziksel aktiviteye katılım sonrasındaki yorgunluk ile uyumsuz davranışlardaki azalmanın birbiriyle ilgisinin olmadığı belirtilmiştir. Sonuçlar, OSB'li bireylere yönelik programların, düzenli ve spesifik fiziksel aktivite türlerini içerecek şekilde tasarlanmasının faydalı olacağını belirtmektedir.

MacDonald ve ark. (2011), otizmli bireyler ile ilgili yapılan araştırmalarında motor becerilerde olan eksiklerin yeterince vurgulandığını ancak, çocuk/ergen grubundaki fiziksel aktivite modellerine daha az dikkat çekildiğini belirtmiştir. Yapılan çalışmaya 9-18 yaşları arasında OSB (N = 72) olan bireyler katılmıştır. Kesitsel tipteki bu çalışmada OSB olan yetmiş iki çocuğun yaşları ilerledikçe fiziksel aktivite paternlerinin nasıl geliştiği araştırılmıştır. Sonuçlar, orta ila şiddetli fiziksel aktivitede harcanan ortalama süre ile hareketsiz olarak harcanan ortalama süre arasında önemli farklılıklar olduğunu göstermektedir. OSB olan yaşı daha büyük bireyler, küçük yaştakilere kıyasla fiziksel olarak daha az aktiftir.

Obrusnikova ve Miccinello (2012) araştırmada, fiziksel aktivitenin yararlarına ilişkin ebeveyn algıları ve OSB olan çocukların okuldan sonra fiziksel aktiviteye katılımını etkileyen faktörleri değerlendirmiştir. Veriler, çevrimiçi açık uçlu bir anket ve odak grup görüşmeleri kullanılarak 103 ebeveynden toplanmıştır. Veriler sosyo-ekolojik bir model kullanılarak analiz edilmiştir. Ebeveynlerin cevaplarından toplam 225, dezavantaj olarak 106, kolaylaştırıcı olarak 225 ve fiziksel aktivite engelleri olarak 250 kod oluşturulmuştur. En sık bildirilen avantajlar fiziksel, ardından psikososyal ve bilişsel olmuştur. Dezavantajlar ise psikososyal ve fiziksel olarak çıkmıştır. En sık bildirilen engeller kişisel, bunu kişilerarası, fiziksel, topluluk ve kurumsal engeller takip etmektedir. Kolaylaştırıcılarda cevapların sıklığına göre

sıralama ise kişisel, ardından fiziksel, kişilerarası, topluluk ve kurumsal olarak belirtilmiştir. Görüşmelerde kamu politikası faktörleri de ortaya çıkarılmıştır.

Bandini ve ark. (2013), OSB olan çocuklar ile NGG çocuklar arasındaki fiziksel aktivitenin karşılaştırılmasını yapmıştır. Düzenli fiziksel aktivitenin sağlığı ve refahı geliştirmek için önemli olduğu belirtilmiş; ancak OSB olan çocuklarda fiziksel aktivite davranışlarına ilginin çok az olduğu belirtilmiştir. Fiziksel aktivite düzeylerini OSB'li 53 çocuk ile 58'i NGG ve 3-11 yaş arası çocukların Çocuk Aktiviteleri ve Beslenme Kalıpları Çalışmasına (CHAMPS) katılan çocuklarla karşılaştırılmıştır. Yaş ve cinsiyete göre düzenlemeler yapıldıktan sonra, orta ve şiddetli aktivitede günlük olarak harcanan süre, OSB'li çocuklarda benzer çıkmıştır (50.0 dakika / gün ve NGG olarak gelişen çocuklar 57.1 dakika / gün). Bununla birlikte, OSB'li çocukları olan ebeveynler, NGG çocuk sahibi olanlardan (6.9 ve 9.6,  $p < .0001$ ) daha az fiziksel aktivite türüne katıldığını belirtmiştir (158 vs 225 saat yılda  $p < .0001$ ). Her iki çocuk grubu da akselerometre ile ölçüldüğü gibi benzer orta ve şiddetli aktivite seviyelerinde yer alsalar da, OSB'li çocuklar ebeveyn raporuna göre fiziksel aktivitede daha az zaman geçirmişlerdir.

Must ve ark. (2015), OSB olan çocukların fiziksel aktiviteye katılmasını engelleyen faktörleri ekran süresi ilişkisi doğrultusunda incelemiştir. OSB olan çocukların yaşadığı fiziksel aktiviteye yönelik bireysel, sosyal ve topluluk engellerin, fiziksel aktiviteye katılımını zorlaştırdığını ve bu bireylerin ekran sürelerinin artmasına katkıda bulunduğunu belirtilmiştir. Ebeveynlerin belirttiği engellerin yaygınlığını, NGG 58 ve OSB'li 53 3-11 yaş arasındaki çocuk arasındaki, engel ve fiziksel aktivite katılımı ile ekran süresi arasındaki ilişkiyi değerlendirilmiştir. OSB'li çocukların ebeveynleri NGG çocukların ebeveynlerinden önemli ölçüde daha fazla engel bildirmiştir. Ebeveyn raporuna dayanarak, OSB'li çocukların% 60'ı NGG'li çocuklara göre çok fazla denetime ihtiyaç duymaktadır ( $p < .001$ ). OSB'li çocukların ebeveynlerinin, çocuklarını dâhil etmek için gerekli becerilere sahip olmadıklarını (% 58), çocuklarının çok az arkadaşı olduğunu (% 45) ve akranlarının çocuklarını (% 23) dışladıklarını bildirmiştir. Fiziksel aktiviteye ile ilgili ebeveynlerin bildirdiği engellerin sayısı, 1 yılda fiziksel aktivitede geçirilen saatlerle ( $r = -0.27$ ,  $p = 0.05$ ) ve

toplam ekran süresiyle pozitif olarak ilişkiliydi ( $r = 0.32$ ,  $p < 0.03$ ). Bu bulgular, bu nüfusun özel gereksinimlerini karşılamak için tasarlanmış toplum temelli fiziksel aktivite programlarına ve okulları ve devlet destekli diğer kuruluşları dâhil etme ve / veya hedefli programlamaya zorlayan politikalara duyulan ihtiyacı vurgulamaktadır.

Khader ve Pehlivan (2016), OSB olan çocukların fiziksel aktiviteye katılımı karşılaştıkları engelleri ebeveyn perspektifinden incelemiştir. OSB olan çocuklar, NGG yaşlılarına kıyasla daha az fiziksel aktivite yapmaktadırlar. Bu nedenle çalışmada amaç, bu grup için fiziksel aktiviteye katılımın önündeki engelleri araştırmaktır. Bu çalışmada uygulanan yöntem niteldir ve fenomenolojik yaklaşım kullanılmıştır. Veriler bireysel görüşmeler ile toplanmıştır. “Amaçlı örnekleme” yöntemi ve “Kriter örnekleme” yöntemi kullanılmıştır. Bu çalışmada, Ürdün’den belirlenmiş kriterleri olan 15 ebeveyn seçilmiştir ve açık uçlu sorularla yüz yüze görüşmeler yapılmıştır. Verilerin analizinde "betimsel analiz" ve "içerik analizi" yöntemleri kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre verilerden 4 tema ortaya çıkmıştır: 1.si “Topluluk”, 2.’si olan “Kurumsal” ise 3 alt tema ile: a. Uzmanlık (antrenörler ve merkezler), b. sertifikalı programlar, c. maliyet ve 3.’sü “Çevresel”, 4. ise “Aile katılımı” olarak bulunmuştur.

McCoy ve ark. (2016), OSB’li ergenlerde vücut kitle indeksi, fiziksel aktivite ve sedanter davranışlar NGG ergenler bireylerle karşılaştırılmıştır. Katılımcılar, 2011-2012 Ulusal Çocuk Sağlığı Araştırması’ndan 42.747 ergeni (OSB,  $n = 915$ ) içermektedir. Değişkenleri kontrol edildiğinde, OSB’li ergenlerin aşırı kilolu ve obez olma olasılığının ve NGG ergenlere kıyasla daha yüksek olduğu ve düzenli olarak fiziksel aktiviteye katılma olasılığının daha düşük olduğu belirtilmiştir ( $p's < 0.05$ ). Otizmin şiddetinin yüksek olması, aşırı kilo ve obezite oranlarının artması fiziksel aktivite, spor ve kulüplere katılım oranlarının azalması ile ilişkili bulunmuştur. Araştırmacılar bu bulgular doğrultusunda, OSB’li ergenlerin obeziteyi azaltmak ve fiziksel aktiviteyi arttırmak için programlanmış uygulamalara ihtiyaç duyduklarını belirtmiştir.

Buchanan ve ark. (2017) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın amacı, erişkin OSB olan çocuklarının fiziksel aktivite ilişkilerine ilişkin ebeveyn algılarını incelemektir. Bu çalışmada teorik çerçeve olarak sosyal ekoloji modeli kullanılmıştır. Katılımcılar, yaşları 18 ile 42 arasında değişen OSB olan yetişkin bir çocuk sahibi olan 9 ebeveynidir. Ebeveynlerin yaşam deneyimlerini ve anlamlarını araştıran fenomenolojik görüşmeler kullanılarak dört tema oluşturulmuştur: fiziksel aktivite için desteklenmesi, fiziksel aktivitenin bağımsız olması, fiziksel aktivitenin yararları ve fiziksel aktiviteye katılmada engeller ile ayrılma sebepleri şeklindedir. Ebeveynler ile gerçekleştirilen görüşmeler sonucunda, kişisel faktörlerin, kişilerarası ilişkilerin ve topluluk faktörlerinin OSB olan bireyleri fiziksel aktiviteye dâhil etmek ve devamını sağlamak için gerekli olduğunu göstermiştir.

Gregor ve ark. (2018), ebeveynlerin bakış açılarından OSB olan Kanadalı ergenlerin fiziksel aktiviteye katılımlarını etkileyen faktörleri araştırmıştır. Düzenli fiziksel aktiviteye katılımın sağlığa ve sosyal faydalarına rağmen, OSB olan ergenlerin yaşlılarına göre daha az aktif oldukları belirtilmiştir. Bu konuda sosyo-davranış mekanizmalarının katılımlarını nasıl etkilediğini inceleyen bir araştırmanın olmadığını ve neden etkin olmadıklarına dair çok az şeyin bilindiği belirtilmiştir. Kanada'da daha önce araştırma yapılmaması ve bu alanda çok sınırlı araştırma yapılmasıyla birlikte bu çalışma, ebeveynlerin fiziksel aktivite katılımına ilişkin bakış açılarını ve deneyimlerini incelemiştir. OSB'li ergenlerin ebeveynleri ile 10 derinlemesine görüşme yapılmıştır. Görüşme verileri tematik olarak analiz edilmiştir. Ebeveynler, ergenlerinin yaşamları boyunca fiziksel aktivite üzerindeki davranış/iletişim müdahalelerine öncelik vermiştir. Fiziksel aktivitenin en çok çocukluk döneminde belirgin olduğu fakat bu durumun bireyin ergenlik döneminde tam tersi şeklinde olduğu belirtilmiştir. İkinci olarak, ebeveynler ayrıca, hizmet sağlayıcılar tarafından OSB konusunda farkındalık eksikliği, finansman zorlukları ve sınırlı / az program seçeneği de dâhil olmak üzere fiziksel aktivite programlarına erişirken sistemik zorluklar yaşadıklarını belirtmiştir. Bireyselleştirilmiş fiziksel aktivite ve zorluklarla mücadele etmede yetersizliklerin aileleri olumsuz yönde etkilediği belirtilmiştir. Üçüncü olarak ise, bulgular, ebeveynlerin aile yaşamlarını, okulları ve fiziksel aktivite

ile tedavileri dengelemelerine yardımcı olmak için erken rehberliğe ihtiyaç olduğunu göstermektedir.

Bulgular, biyolojik ve sosyo-davranışsal mekanizmaların fiziksel aktivite katılımını etkilemek için eşzamanlı olarak çalıştığını göstermektedir. Fiziksel terapistler gibi sağlık hizmetleri pratisyenlerini içeren aile merkezli, çok disiplinli, işbirlikçi bir yaklaşım, fiziksel aktivite katılımını kolaylaştırmak için potansiyel olarak kullanılabilir. Ayrıca, topluma hizmet üreten kurum veya kuruluşların OSB hakkında bilgi edinmesi ve eğitilmesinin katılımı artırmak için bir ihtiyaç olduğu belirtilmiştir.

Nichols ve ark. (2019), OSB olan genç erişkinlerde fiziksel aktiviteye katılımı ebeveyn algılarına göre engellerin ve kolaylaştırıcıların neler olduğunu araştırmıştır. Fiziksel aktivitenin engellilerdeki önemi iyi bilinmektedir, ancak hareketsizliğin prevalansı yüksek kalmaktadır. Otizm spektrumunda yetişkinler arasındaki fiziksel aktivite davranışları büyük ölçüde keşfedilmemiştir. Yerleşik davranış ve obezitenin, artık Engelli Bireyleri Eğitim Yasası hizmetlerini almayan ve okul temelli beden eğitimi gibi destekleri almayan otizm spektrumunda genç yetişkinler arasında daha büyük bir sağlık sorunu olduğu varsayılmaktadır. Bir fenomenoloji yaklaşımı kullanarak, otizm spektrumundaki sekiz genç yetişkinin ebeveynleri ile genç yetişkinlerinin otizm spektrumunda fiziksel olarak aktif olmalarına yönelik engelleri ve kolaylaştırıcıları hakkındaki algıları hakkında görüşülmüştür. Bu çalışmanın amacı, ebeveynin fiziksel aktivite engelleri ve yetişkin çocuklarının kolaylaştırıcılarının otizm spektrumundaki perspektifini incelemektir. Çalışma sonucunda, hem fiziksel aktivite engellerinin hem de kolaylaştırıcıların ortak temaları arasında ebeveynler, OSB ile ilişkili davranışlar, fiziksel aktiviteye erişim ve fırsatlar yer almaktadır.

## 2. GEREÇ VE YÖNTEM

Bu başlık altında araştırmanın modeli, deseni, çalışma grubu, araştırmanın yapıldığı ortam, verilerin toplanması, verilerin analizi, inandırıcılık ve araştırma sırasında karşılaşılan güçlükler yer almaktadır.

### 2.1. Araştırmanın Yöntemi

Araştırma, nitel ve yorumlayıcı paradigmada tasarlanmış bir durum (vaka) çalışmadır. Yorumlayıcı paradigmada bireyler, kendi içerisinde oldukları ve çalışmakta oldukları dünyayı anlamaya çalışmaktadırlar. Yaşantılarından subjektif çıkarımlar geliştirmektedirler. Bu çıkarımlar araştırmacıya birkaç sınıflandırmanın aksine, çeşitliliği olan bir bakış açısı kazandırmaktadır. Bu bağlamda, yorumlayıcı paradigmanın bulunduğu araştırmalar mümkün olduğunca katılımcıların genel bakış açılarına dayanmaktadır. Araştırmacının amacı, katılımcıların ilgili konudaki bakış açılarının nasıl olduğunu anlamak veya yorumlamaktır (Denzin ve Lincoln, 2005).

Yapılan araştırmalarda *engelliliği yorumlayıcı bakış açısı* bir engel olarak değil, beşeri farklılıklardan kaynaklanan bir boyut olarak değerlendirilmektedir. Mertens (2003)'e göre engellilik toplumun bireye tepkisi ve beşeri farklılıkların bir sonucu olarak görülmektedir. Araştırma sürecinde engelli bireylerin farklı oldukları; sorulan sorular, verilerin toplanma yöntemi, iletişim yöntemlerinin uygunluğu ve verilerin nasıl raporlaştırılacağı araştırmaya yansıtılmaktadır (Creswell, 2013).

Araştırma, OSB'li çocukların ebeveynlerinin fiziksel aktiviteye katılım süreçlerinde yaşadıkları deneyimleri ve düşüncelerini belirlemeyi amaçladığından bir durum (vaka) çalışmasıdır. Durum çalışması, sınırlı bir sistemin derinlemesine betimlenerek incelenmesidir (Merriam, 2015, s:40). Yin (2008)'e göre durum çalışması, bir olguyu gerçekteki bağlamıyla inceleyen deneysel bir araştırmadır. Stake (2005)'e göre ise, araştırmanın birimini yani “durumu”nu saptamaya yönelik bir yöntemdir. Durum çalışması ile ebeveynlerin yaşam deneyimlerine yönelik

kazandırılacak anlamlar ile temalar oluşturulmuştur. “OSB’li ergen bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarını etkileyen faktörler nelerdir?” sorusuna ebeveynlerin deneyimleri yoluyla ulaşılmaya çalışıldığından, en uygun desenin durum çalışması olduğu düşünülmektedir. Araştırmanın teorik çerçevesini ise sosyo-ekolojik model oluşturmaktadır.

## 2.2. Araştırmanın Çalışma Grubu

Araştırmaya 14 kadın ve 3 erkek ebeveyn olmak üzere toplamda 17 OSB’li bireyin ebeveyni katılmıştır. Çalışmaya dâhil olacak bireylerin belirlenmesi, özel eğitim merkezindeki eğitmen ve yöneticiler ile gerçekleştirilmiştir. İlk olarak istenilen kriterlere uygun bireyler kurumun veri tabanı üzerinden tespit edilmiştir ve kurum aileleri ile iletişime geçmiştir. Araştırma ile ilgili bilgiler ebeveynlere aktararak, çocuklarının eğitiminin olduğu, müsait bir gün belirlenerek kendileri ile görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Örneklem büyüklüğü hesabı yapılmadan, doygunluk noktasına ulaşana kadar veri toplanmaya devam edilmiştir. Literatür incelendiğinde, OSB’li bireyi ilgilendiren bir konuda ailesinin perspektifinden o konunun nasıl algılandığına ilişkin görüşme odaklı yapılan çalışmalarda katılımcıların sayısının 21 (Obrusnikova ve Miccinello, 2012), 33 (Zuckerman ve ark., 2014), 35 (Schleien ve ark., 2014) şeklinde olduğu görülmektedir. İsimleri anonimleştirilen katılımcı OSB’li bireylerin ebeveynleri ve OSB’li çocuklarının demografik bilgileri **Çizelge 2.1.**’de görülmektedir.

Araştırmada çalışma grubu amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Çalışma grubundaki katılımcıların OSB teşhisi konmuş çocuklarının olması, OSB’li bireyin 10-19 yaş aralığında olması, OSB’li bireyin özel eğitim merkezinde destekleyici eğitim alıyor olması, OSB’li bireyin fiziksel aktiviteye katılım seviyesine bakılmaksızın; daha önce fiziksel aktiviteye katılmış olması ya da halen devam ediyor olması, OSB’li bireyin herhangi bir ortopedik engelinin olmaması ve OSB’li bireyin ailesi ile Ankara’ da yaşıyor olması araştırmamızın ölçütlerini oluşturmaktadır.

**Çizelge 2.1.** Katılımcıların demografik bilgileri

| Ebeveynler |     |           |              |            |              | Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Bireyler |         |               |                 |                     |
|------------|-----|-----------|--------------|------------|--------------|----------------------------------------|---------|---------------|-----------------|---------------------|
| İsim       | Yaş | Eğitim    | Medeni Durum | Meslek     | Yıllık Gelir | Yaş                                    | Tanı    | Kardeş Sayısı | Sağlık Problemi | Haftalık FA Katılım |
| Eda        | 48  | Ön Lisans | Evli         | Ev Hanımı  | 54.000 TL    | 19                                     | Otizm   | 3             | Yok             | 7 saat              |
| Merve      | 46  | Lisans    | Evli         | Memur      | 120.000 TL   | 17                                     | Otizm   | 2             | Yok             | 3 saat              |
| Ayten      | 42  | Lisans    | Evli         | Ev Hanımı  | 48.000 TL    | 10                                     | Otizm   | 1             | Alerji          | 5 saat              |
| Banu       | 41  | Lisans    | Evli         | Ev Hanımı  | 60.000 TL    | 10                                     | A Tipik | 2             | Yok             | 12 saat             |
| Nazan      | 34  | İlkokul   | Evli         | İşsiz      | 40.800 TL    | 11                                     | Otizm   | 2             | Yok             | 2 saat              |
| Seher      | 43  | Lise      | Evli         | Estetisyen | 84.000 TL    | 19                                     | Otizm   | 2             | Yok             | 4 saat              |
| Hakan      | 39  | Lisans    | Evli         | Memur      | 60.000 TL    | 10                                     | A Tipik | 3             | Yok             | 2 saat              |
| Filiz      | 44  | Lise      | Evli         | Ev Hanımı  | 50.000 TL    | 12                                     | Otizm   | 3             | Sindirim        | 3 saat              |
| Damla      | 49  | İlkokul   | Evli         | Ev Hanımı  | 18.000 TL    | 19                                     | Otizm   | 1             | Yok             | 3 saat              |
| Burak      | 50  | Lisans    | Evli         | Serbest M. | 120.000 TL   | 13                                     | Otizm   | 1             | Epilepsi        | 5 saat              |
| Yeliz      | 49  | Lisans    | Evli         | Ev Hanımı  | 60.000 TL    | 15                                     | A Tipik | 3             | Sindirim        | 3 saat              |
| Ayşe       | 38  | Lisans    | Evli         | Öğretmen   | 60.000 TL    | 11                                     | A Tipik | 1             | Yok             | 6 saat              |
| Efe        | 43  | Ön Lisans | Evli         | Muhabir    | 51.600 TL    | 15                                     | A Tipik | 2             | Yok             | 8 saat              |
| Berna      | 34  | Lisans    | Evli         | Öğretmen   | 60.000 TL    | 10                                     | A Tipik | 2             | Yok             | 2 saat              |
| Esra       | 44  | Lise      | Bekâr        | Ev Hanımı  | 18.000 TL    | 19                                     | A Tipik | 1             | Yok             | 3 saat              |
| Duygu      | 40  | Lise      | Evli         | Ev Hanımı  | 96.000 TL    | 10                                     | A Tipik | 1             | Yok             | 3 saat              |
| Ceyda      | 35  | Lisans    | Evli         | Yazılımcı  | 78.000 TL    | 10                                     | A Tipik | 2             | Yok             | 3 saat              |

Katılımcıların;

- 14'ü kadın, 3'ünün ise erkek olduğu ve yaşlarının 34-50 arasında olduğu,
- 2'si ilkokul, 4'ü lise, 2'si ön lisans ve 9'unun lisans mezunu olduğu,
- Yıllık ortalama ülke gelirinin altında geliri bulunan 2 aile bulunduğu,
- OSB'li çocuklarının 8'inin otizmli, 9'unun ise a tipik otizmli olduğu,
- 3 OSB'li bireyde çeşitli sağlık problemleri bulunduğu ve
- OSB'li bireylerin fiziksel aktiviteye ortalama katılım sürelerinin 40 dakika olduğu görülmektedir.

### 2.3. Araştırmanın Yapıldığı Ortam

Araştırmada görüşmeler, otizmli bireylerin özel eğitim aldıkları yer olan Özel eğitim merkezi'nde bireyler dersteyken ebeveynleri ile veli bekleme salonu, müzik odası ve seramik odası gibi sessiz ve görüşmelerin gerçekleştirilmesi adına uygun alanlarda yapılmıştır.

Bu kurumda özel gereksinimli bireylerin öğrenmeye hazırlık becerileri, ince motor becerileri, okuma-yazma, matematik gibi akademik becerileri, dil ve konuşma becerileri ile sosyal becerileri kurum yetkilileri tarafından çok yönlü değerlendirilerek programlar oluşturulmaktadır. Kurumda eğitim çalışmaları erken bebeklik/çocukluk döneminden başlayarak, devam etmekte ve çocukların/öğrencilerin okul öncesi dönem gereksinimleri en üst düzeyde karşılanarak okula başlamaları hedeflenmektedir. Ayrıca okula giden öğrencilere yönelik okula destek eğitimi verilmekte, çocukların devam ettikleri okullarla iletişime geçilerek gereken işbirliğinin kurulması hedeflenmektedir. Kurumda çocukların ve ailelerin tüm gereksinimlerinin karşılanması hedeflenmektedir. Müzik, resim, drama eğitimi de verilen bir merkezdir. Eğitimlere aileler çocuklarını kendileri getirmektedir ve çocukları dersteyken kendileri bekleme alanında beklemektedir. Her bir özel gereksinimli bireyin kuruma geldiği ve aldığı eğitim süreleri bireyin gereksinimlerine göre değişmektedir.

Özel eğitim merkezi otizmli bireylerin pek çok farklı alanda eğitim alabildikleri, başta kurucusu olmak üzere tüm ekibinin özel gereksinimli çocuklar adına yapılabilecek çalışmalara destek sağlaması açısından da önemli bir kurumdur. Kuruma çocuklarını getiren ebeveynler de belirli bir eğitim almış, konu ile ilgili araştırmalar yapmış ve çocukları ile ilgili çalışmalara destek sağlayan bir kesimi oluşturmaktadır. Özel eğitim merkezi, özel gereksinimli çocukların ve ebeveynlerinin aldıkları eğitimin yanında, kaliteli vakit geçirebilecekleri sosyal bir ortam sunmaktadır. Kurumda çok farklı niteliklere sahip derslikler bulunmaktadır. Bu dersler içerisinde başta fiziksel aktivite dersi olmak üzere; konuşma terapileri, günlük becerilere yönelik dersler, grup dersleri, mutfak dersleri vb. dersler bulunmaktadır. Merkezde bulunan her bir OSB'li birey fiziksel aktivite dersi alabilmektedir ancak

dersler ücretli olduğu için her bir bireyin fiziksel aktiviteye katılım süreleri farklılık göstermektedir. Her derslikte sürekli ders olmadığı için, istediğimiz alanda görüşmeleri rahatlıkla gerçekleştirebilme imkânı sağlamıştır.

#### **2.4. Verilerin Toplanması**

Araştırmada OSB’li çocuğun ebeveyni ile görüşülerek kendilerinden “vekil” olarak çocuklarının neler düşündüklerini değil, çocukları ile beraber geçirdikleri bu süreçte kendi deneyimleri doğrultusunda sorulara cevap vermeleri istenmiştir. Sorular literatür incelenerek, Obruşnikova ve Miccinello (2012) ile Buchanan ve ark. (2017) çalışmalarından yararlanılmıştır. Ayrıca soruların oluşturulma sürecinde OSB ve fiziksel aktivite alanında 2 uzmanın görüşleri alınmıştır. Görüşmelerden önce ebeveynlerin demografik bilgileri alınarak aydınlatılmış onam formu verilmiştir. Ayrıca araştırmacı alan notları tutmuştur. Araştırmada veriler “yarı yapılandırılmış görüşme formu” hazırlanarak toplanmıştır. Katılımcılara yaklaşık 20 soru sorulmuştur. Ebeveynlerin kendi bakış açılarını oluşturmaları sağlanmıştır. Araştırmamızda görüşmeler, doyum noktasına ulaşana kadar devam edilmiştir. Görüşmeler ortalama 20 dakika sürmüştür. Görüşmeler ses kayıt cihazı ile kaydedilmiştir. Elde edilen verilerin ebeveynler ile paylaşılacağı belirtilmiştir.

#### **2.5. Verilerin Analizi**

Verilerin analizinde içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. İçerik analizinde işlemler sırasıyla; verilerin kodlanması, kategorilerin belirlenmesi ve temaların bulunması, verilerin kodlara ve temalara göre düzenlenmesi, bulguların yorumlanarak raporlanması şeklinde gerçekleştirilmiştir. Ebeveynlerin verdikleri cevaplar bilgisayar ortamında yazıldıktan sonra kendileri ile paylaşarak cevaplarında düzeltme yapp yapmayacakları kendilerine sorulmuş, cevaplarda güvenilirlik sağlanmıştır.

Nitel içerik analizi olaylar, mekânlar, stiller, imajlar ve anlamlarının anahtar kelime olarak yer aldığı iç görünün peşindedir (Altheide, 1987). Süreç aynı anda

verilerin kodlanmasını ve kategorilerin oluşturulmasını da kapsamaktadır (Merriam, 2015, s:196). Miles ve Huberman (1984) ise nitel çalışmalarda verilerin analizini üç aşamaya ayırmıştır. Bunlar; verilerin azaltılması, verilerin görsel hale getirilmesi ve sonuca ulaşmadır. Analiz sürecinde, ses kayıtları word dökümanları haline getirilmiştir. Alınan notlar ve ses kayıtlarının incelenmesi sonucunda veriler elde edilmiştir. Elde edilen veriler, sosyo-ekolojik kuram ile ilişkilendirilerek kodlardan temalara ulaşılmıştır.

## 2.6. İnandırıcılık

Araştırmada OSB’li çocukları olan ebeveynlerin fiziksel aktiviteye katılımlarında etkili olan faktörleri derinlemesine incelemek amacıyla nitel araştırma yaklaşımı seçilmiştir. Araştırmada inandırıcılığın; iç geçerlik, dış geçerlik ve araştırmanın güvenilirliği ile sağlanması hedeflenmiştir. İç geçerlik; gözlemler, bireysel görüşmeler, alan notları, veri toplama sürecinde yeterli sayıda ve uygun katılım, araştırmacının alan bilgisi ve uzman incelemesi gibi stratejiler ile oluşturulmaya çalışılmıştır (Merriam, 2015). Araştırmada görüşmeler yapılması, araştırmacı gözlemi ve alan notları tutulması gibi birden fazla veri kaynağının kullanılması gibi stratejiler kullanılmıştır (LeCompte ve ark., 1993). Araştırmacı, çalışma grubuyla vakit geçirmiştir ve araştırmacı kimliğiyle dâhil olmuştur. Her bir katılımcı ile görüşmeler özenle gerçekleştirilmiştir. Araştırmada etik kurallara dikkat edilerek katılımcıların güveninin sağlanması ve bu doğrultuda dürüst yanıtlara ulaşılması amaçlanmıştır (Lincoln, 1995). Danışmanın araştırmacıyla gerçekleştirdiği düzenli toplantılar sonucunda ise uzman incelemesi gerçekleştirilmiştir.

Bir araştırmada elde edilen sonuçların farklı durumlarda ne derece uygulanabilir olduğunu belirleyen dış geçerlikte, araştırılan konunun genellenebilir olması değil, derinlemesine anlaşılabilir olması beklenmektedir (Merriam, 2015). Merriam (2015), ulaşılan sonuçların toplanan veriler ile tutarlılığının nitel araştırmalarda güvenilirliği sağladığını belirtmiştir. Gerçekleştirilen görüşmeler sonucunda elde edilen verilerde katılımcıların doğrulamaları istenerek yanlış

anlamanın en aza indirilmesi amaçlanmıştır. Araştırmada veri toplama süreçlerine uygun ve yeterli katılım sağlanmıştır (Kaplan ve Maxwell, 2005). Görüşmelerin ses kayıtları saklanarak yazıya aktarılmış ve kodlamalar gerçekleştirilmiştir.

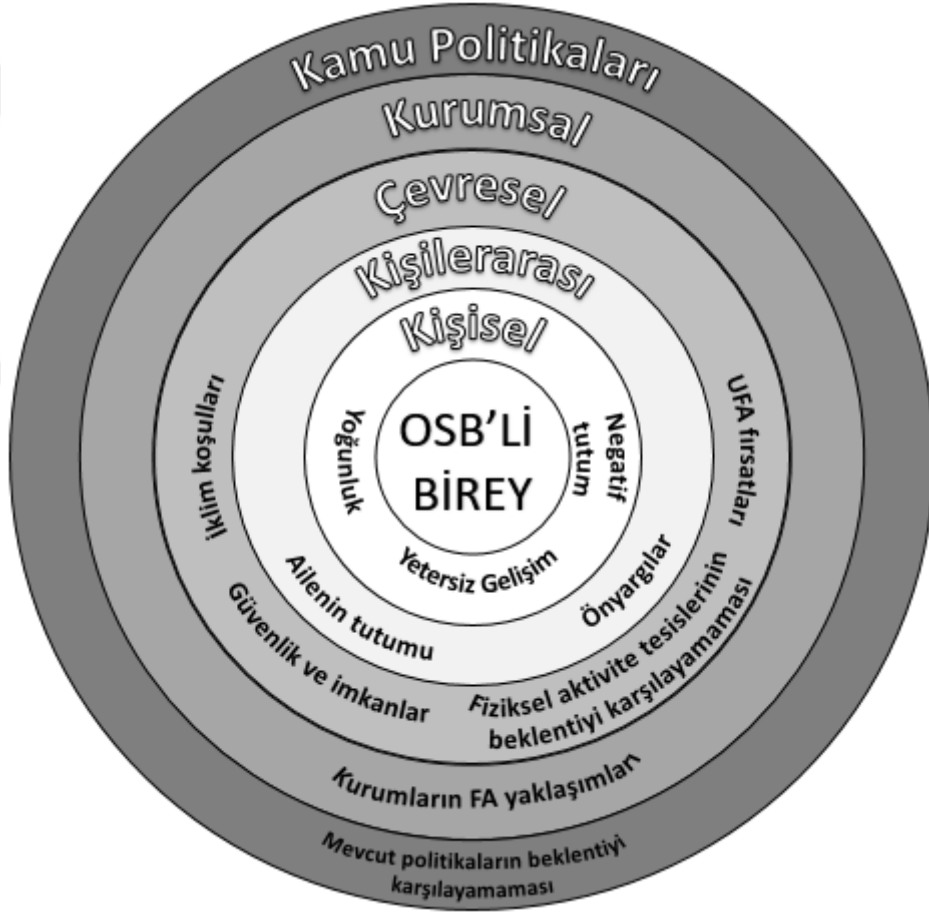
Nitel araştırmalarda toplanan verilerin güvenilirlik analizinde Miles ve Huberman (1994) tarafından geliştirilmiş olan  $(P \text{ (güvenirlik yüzdesi)} = [Na \text{ (görüş 50 birliği)} / Na \text{ (görüş birliği)} + Nd \text{ (görüş ayrılığı)}] \times 100)$  formül uygulanabilmektedir. Bu formüle göre güvenilirlik yüzdesinin %70'in üzerinde olması güvenilirliğin sağlandığını göstermektedir (Miles ve Huberman, 1994). Güvenirlik analizi için elde edilmiş olan veriler Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nden iki uzmanın görüşüne sunulmuştur ve %93 oranında görüş birliği sağlanmıştır.

## **2.7. Araştırma Sırasında Karşılaşılan Güçlükler**

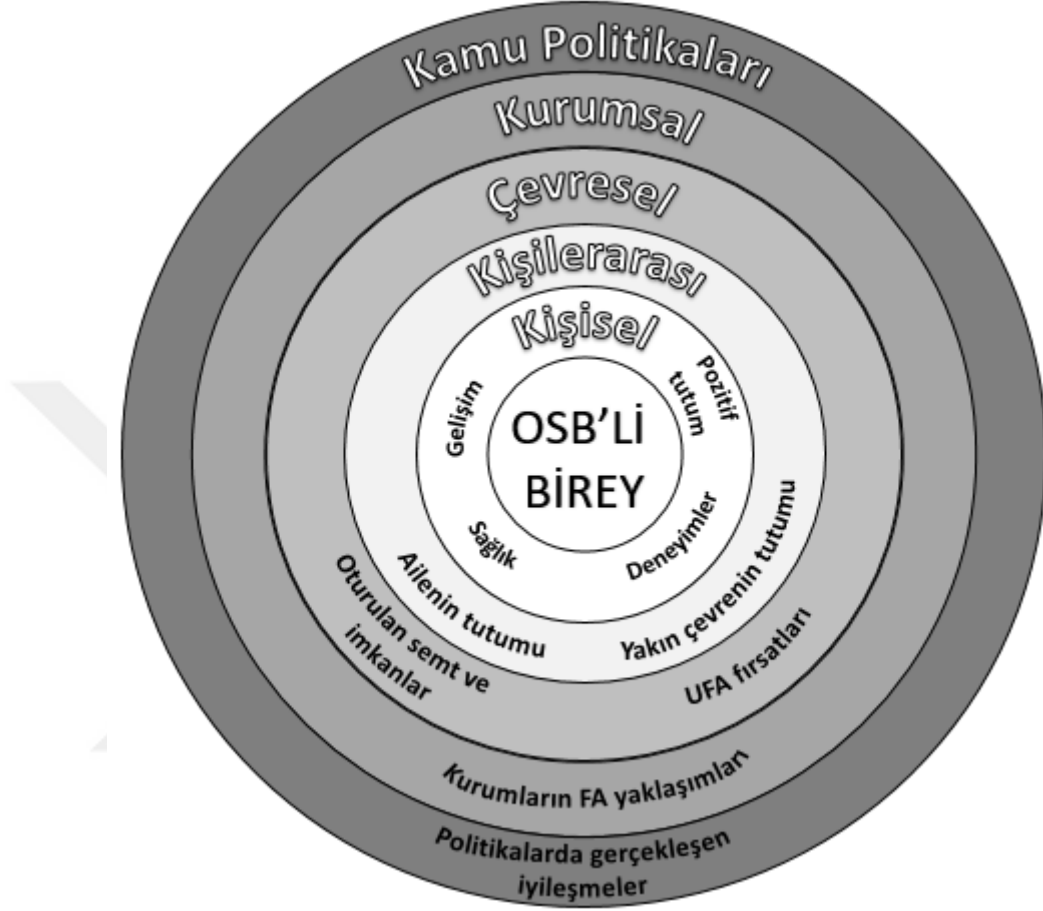
Yapılan araştırmada direkt olarak OSB'li bireyler ile fiziksel aktivite ve spor etkinlikleri yapan merkezlerde yapılmak istenmiş ancak, tesislerin sayıları kısıtlı olmakla; bu tesislerdeki OSB'li bireylerin yaş aralıkları araştırmamızda istediğimiz yaş aralığının genelde altında ve ebeveynlerinin araştırmaya katılma isteği oldukça düşük olduğu görülmüştür. Bu nedenle OSB'li bireylere sahip ebeveynlere ulaşmak için en uygun yerin özel eğitim merkezleri olduğu düşünülmüştür. Özel eğitim merkezleri ile görüşülerek, bünyelerinde kayıtlı olan 10-19 yaş aralığında ve fiziksel aktiviteye katılım gösteren OSB'li bireylerin ebeveynleri ile yüz yüze görüşmeler yapmak istediğimiz belirtilerek, araştırmanın içeriği anlatılmıştır. Araştırma öncesi birkaç kurumla görüşülmüş ancak yalnızca 1 tanesi izin vermiştir. OSB'li bireyler ile ilgili daha ayrıntılı ve derinlemesine yapılabilecek, bahsedilmesi OSB'li bireyler ile ilgili farkındalık yaratması açısından oldukça önemli konular bulunmaktadır. Fakat bu bireylere ve ailelerine ulaşmada karşılaşılan güçlükler araştırmacıları bu alanda çalışamamaya yöneltmektedir.

### 3. BULGULAR

Sosyo-ekolojik model doğrultusunda çalışmamız, otizmli ergen bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarını etkileyen kişisel, kişilerarası, çevresel, kurumsal ve kamu politikaları faktörleri başlıkları altında incelenmiştir. Ebeveynlerin görüşleri doğrultusunda otizmli bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını engelleyen faktörler 11 tema (Şekil 3.1.) ve 31 koddan oluşmaktadır. Fiziksel aktiviteye katılımını kolaylaştıran faktörlerde ise toplamda 10 tema (Şekil 3.2.) ve 23 kod bulunmaktadır.



Şekil 3.1. OSB'li ergen bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını engelleyen faktörler



Şekil 3.2. OSB’li ergen bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını kolaylaştıran faktörler

### 3.1. Kişisel Faktörler

Bulguların ilk faktörü olan kişisel faktörlerde katılımcı ebeveynlere OSB’li ergen çocuklarının fiziksel aktiviteye katılımlarında etkili olan bireysel özelliklerinden kaynaklı engeller ve kolaylaştırıcıların neler olduğunu anlamaya yönelik sorular sorulmuştur.

Ebeveynlerin verdikleri yanıtlar doğrultusunda OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını engelleyen kişisel faktörler “Yetersiz gelişim”, “Negatif tutum”

ve “Yoğunluk” temaları olarak belirlenmiştir. Fiziksel aktiviteye katılımında bireylerin katılımını kolaylaştıran faktörler ise “Deneyimler”, “Sağlık”, “Gelişim” ve “Pozitif tutum” temalarında incelenmiştir. Belirtilen temalar ve kodlar **Çizelge 3.1.**’te katılımcıların alıntıları ile yer almaktadır.

**Çizelge 3.1.** OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını etkileyen kişisel faktörler

| Faktör           | Temalar                                          | Kodlar                                     | Alıntılar                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kişisel Engeller | Yetersiz gelişim:<br>“Hayat benim için daha zor” | Yetersiz sosyal ve iletişimsel eksiklikler | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Konuşamıyor.</li> <li>• Kalabalığa girince çok heyecanlanıyor.</li> <li>• Kendini iyi ifade edemiyor.</li> <li>• İletişimi hep karşı tarafın başlatmasını bekliyor.</li> <li>• Zıplayarak, ellerini çırpıp kendini ifade ediyor.</li> </ul> |
|                  |                                                  | Ebeveynlere bağımlı olmak                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bizler olmadan herhangi bir aktiviteye dâhil olamıyor.</li> <li>• Şimdiye kadar her şeyi bizimle birlikte yaptı.</li> <li>• Sürekli bizden destek almak istiyor.</li> </ul>                                                                 |
|                  |                                                  | Yetersiz motor beceriler                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Oyunları beceremiyor ve dâhil olamıyor.</li> <li>• Hareketleri aynı yaşlı insanlarınki gibi, çok yavaş.</li> </ul>                                                                                                                          |
|                  |                                                  | Çevreye ilgisiz olmak                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bir süre sonra kendi dünyasına dönüyor.</li> <li>• Sürekli kafasında başka şeyler düşünüyor.</li> </ul>                                                                                                                                     |
|                  |                                                  | Psikolojik ilaçların yan etkileri          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sinirliliğinde ilaçlar da bazen etkili olabiliyor.</li> </ul>                                                                                                                                                                               |
|                  | Negatif tutum:<br>“Bazen canım sıkılabilir”      | Motivasyon ve ilgi eksikliği               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Yapmak istemediğinde karşısındakini dener.</li> <li>• Üzerinde atamadığı bir korku var.</li> <li>• Kendine güvenemiyor.</li> <li>• Yapmamak için bahaneler buluyor.</li> </ul>                                                              |
|                  |                                                  | Öfke nöbetleri                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Çok sinirleniyor ve tepkilerini normal insanlarınki gibi göstermiyor.</li> <li>• Öfke nöbetlerinden dolayı yalnız bırakamıyorum, insanlar korkuyor.</li> </ul>                                                                              |

**Çizelge 3.1. - Devam**

| Faktör                    | Temalar                                             | Kodlar                            | Alıntılar                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kişisel Kolaylaştırıcılar | Yoğunluk: “Çok dolu bir programım var”              | Farklılıklarının bilincinde olmak | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sinirlendiğinde başkalarına zarar verebiliyor.</li> <li>• Katılmak istiyor ama yetersiz kaldığının farkında ve bu durum onu kaygılandırıyor.</li> </ul>                                                                                                                                                                                         |
|                           |                                                     | Yeterli zamanın olmaması          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sadece hafta sonlarımız müsait.</li> <li>• Özel eğitim ve okul derken zamanımız kalmıyor.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                            |
|                           | Deneyimler: “Farklı duygular tatmak hoşuma gidiyor” | Keyif almak                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fiziksel aktivite yaptığı zaman daha mutlu oluyor.</li> <li>• Severe yapıyor.</li> <li>• Severe gider, hiçbir zaman “gitmeyeceğim” demez.</li> </ul>                                                                                                                                                                                            |
|                           |                                                     | Başarı hissi                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Başardığı belirtildiğinde çok mutlu oluyor.</li> <li>• Bir şeyi başardığında takdir edilmek istiyor ve motive oluyor.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                |
|                           |                                                     | Kendine güven                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kendi başına katılım gösteriyor ve bana ihtiyaç duymuyor artık.</li> <li>• Öğrendiklerini okulda uygulayarak neler yapabildiğini gösteriyor.</li> </ul>                                                                                                                                                                                         |
|                           |                                                     | Fiziksel sağlığın artması         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fiziksel görünüşünde fiziksel aktivitenin çok faydası oldu.</li> <li>• Ne kadar hareket ederse o kadar iyi.</li> <li>• Kilo vermesini sağlıyor.</li> <li>• Aynı kiloda kalmasını sağlıyor.</li> <li>• Daha iyi beslenmesinde ve sindirim sindirim problemlerini aşmada etkisi oluyor.</li> <li>• İlaçların yan etkilerini azaltıyor.</li> </ul> |
|                           | Sağlık: “Artık daha sağlıklıyım”                    | Mental sağlığın artması           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kendi dünyasından çıkmasını sağlıyor.</li> <li>• Zevk alır ve siniri, öfkesi diner.</li> <li>• Kendini rahatlamış, zinde ve huzurlu hissediyor.</li> <li>• Enerjisini attığı için sakinleşiyor.</li> </ul>                                                                                                                                      |
|                           |                                                     | Sağlıklı uyku                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sonrasında o kadar dingin ve derin uyuyor ki, FA olmazsa olmazımız.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                  |

**Çizelge 3.1. - Devam**

| <b>Faktör</b> | <b>Temalar</b>                                             | <b>Kodlar</b>                   | <b>Alıntılar</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               | Gelişim: “Kendimi daha iyi hissediyorum”                   | Motor becerilerin gelişimi      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Yere daha sağlam basıyor.</li><li>• El becerileri arttı.</li><li>• Artık hareketi yaparken önüne bakıyor.</li><li>• Odaklanıyor ve el göz koordinasyonu artıyor.</li><li>• Bir çamur ya da su birikintisinin üstünden atlayabiliyor artık, orada bile faydasını gördük.</li></ul> |
|               |                                                            | Sosyal yeteneğin gelişimi       | <ul style="list-style-type: none"><li>• FA ile arkadaşlarıyla bütünleşiyor, iletişim kuruyor.</li><li>• Grup etkinliklerinde yer alıyor.</li><li>• Başka insanlar tanıyor ve onlara uyum sağlamaya çalışıyor.</li></ul>                                                                                                   |
|               | Pozitif tutum: “İsteyince daha iyi bir çocuk olabiliyorum” | Kuralları kabullenmek           | <ul style="list-style-type: none"><li>• FA’da aldığı komutların kurallara uymada çok etkisi oldu.</li><li>• FA’da edindiği disiplin diğer alanlarda işimizi kolaylaştırdı.</li><li>• Söylenenleri tamamlamadan bırakmıyor artık.</li><li>• Denilenleri uyguluyor ve sınırlarını biliyor.</li></ul>                        |
|               |                                                            | İstenmeyen davranışlarda azalma | <ul style="list-style-type: none"><li>• Saldırgan davranışlarında azalma oldu.</li><li>• Artık daha rahat ve sıkıntı yaratmıyor evde.</li></ul>                                                                                                                                                                           |

### **3.1.1. Kişisel Engeller**

“Otizm kaynaklı sorunlar”, “Negatif tutum” ve “Yoğunluk” başlıkları altında karşılaşılan engeller ve kodları, ebeveynlerin yanıtlarını alıntı yaparak aşağıda aktarılmıştır.

#### **3.1.1.1. Otizm Kaynaklı Sorunlar: “Hayat Benim İçin Daha Zor”**

Kişisel faktörlerin temalarından biri olan “Otizm kaynaklı sorunlarla yüzleşmek” başlığı altında OSB’li ergen bireylerin sahip oldukları özelliklerden kaynaklı engeller yer almaktadır. Araştırmamız doğrultusunda OSB’li ergen bireylerin fiziksel aktiviteye katılımında en büyük engelin aslında kendileriyle ilgili olduğu söylenebilir. Otizmin bu bireyler üzerinde yarattığı olumsuzluklar, bireyleri pek çok farklı açıdan etkilemektedir. Ebeveynlerin görüşleri doğrultusunda “Yetersiz sosyal ve iletişimsel eksiklikler” bu kişisel engellerden biridir. Bu konuda ebeveynler çocuklarının zorunlu kalmadıkça iletişime geçmediğini, çocuklarının iletişim anlamında yetersiz olduklarını ve bu konuda eksik olduklarını belirtmişlerdir ve düşüncelerini şu şekilde aktarmışlardır:

*“Sosyalleşemiyor, iletişim kuramıyor en büyük problem bu. Söyleneni tam anlamıyla idrak edemiyor. Kendi oluşturduğu bir çerçevesi var, onun içerisinde yaşıyor. Mutlaka iletişim kurması için karşısındakine ihtiyacı olması gerekiyor. Çok zaruri ihtiyaçları dışında bir konuda onu dile getirmiyor.”* (Efe, 43)

*“Kendini iyi ifade edemiyor. Her şeyi bizimle yapıyor. Normalde senin adın ne desen adını söyler ama kalabalık bir ortamda farklı bir isimle bile seslenseniz, o ismin kendi ismi olduğunu kabul eder. Sosyal olarak çok kısıtlı. Yalnızca biz ve kardeşleriyle birlikte.”* (Eda, 48)

*“Konuşamıyor. İletişimi başlatamıyor. Bir ortak paydaş yok. Ortak olarak bir oyun oynayamıyor. Hep karşı taraf ilişkiyi devam ettirmek zorunda kalıyor.”* (Merve, 46)

Otizm kaynaklı sorunlarla yüzleşmek başlığı altındaki bir diğer kodu ise “Ebeveynlere bağımlı olmak” oluşturmaktadır. OSB’li ergen bireylerin genel ihtiyaçlarını karşılamakta yetersiz kalmaları, iletişim kuramamaları ve şimdiye kadar her şeyi ebeveynleri ile yapmalarının bir sonucu olan bu temada ise görüşler şu şekildedir:

*“En başta, sosyal ortama uyum sağlayamıyor ya, örneğin çocuklar yakan top oynuyorlar ya da başka bir fiziksel aktivite yapıyorlar; ben yönlendirirsem dâhil oluyor. Mesela ben müzik açıp “kalk, dans edelim!” dersem ediyor. Çünkü ben onu yönlendiriyorum sürekli. O da sürekli biri beni yönlendirsın istiyor.” (Ayşe, 38)*

*“Oğlum hiçbir zaman gruba giremedi. İletişim kuramadı. Yani, bir basket oynayan çocuklarla basket oynamadı. Hep bizim götürmemizi bekledi. Aslında çevresine çok ilgili, hep gözlemler dokunmayı temas etmeyi sever. Ama o zinciri kıramadı bir türlü.” (Seher, 43)*

OSB’li ergen bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarında onları kısıtlayan bir diğer kişisel faktör ise “Yetersiz motor beceriler” olarak belirtilmiştir. Bu yetersizlik genellikle aktivitelere dâhil olmada onlara güçlükler yaşatmaktadır. Ebeveynler çocuklarının yetersiz motor becerilerinin olduğunu şu şekilde aktarmıştır:

*“Kendi kendine öğrenmeyi bilmiyor. Belki de kaba motorda sıkıntıları var. Koşmayı bilmiyor belki ondan çekiniyor. Oraları çok bilemiyorum. Şu anda en çok istediği şey teneffüslerde arkadaşlarıyla futbol oynamak. Futbolu beceremiyor ve çok üzülüyor.” (Banu, 41)*

*“Motor becerilerinin zayıf olması. Mesela bir top atmaca oynuyoruz, çocuk sanki topu sonradan görüyor gibi. Refleksleri zayıf yani. Ya da şöyle diyelim hani bir 25 yaşındaki adam ile 50 yaşındaki bir adamın top oynaması gibi. Belki 50 yaşındaki adam topu uzaktan görmüyor. Belki kızım da görmüyor, bilmiyoruz. Belki yaklaşınca görmeye başlıyor. Elini kaldırmaya kadar çok zaman geçiyor.” (Hakan, 39)*

Çocuklarının kendilerine ait bir dünyaya sahip olduklarını belirten ebeveynler, çocuklarını o dünyadan çıkarmaya çalıştıklarını çünkü kendilerini olumsuz etkilediğini aktarmışlardır.

*“Çabuk sıkılıyor, dikkati hemen dağılıyor, odaklanması zayıf. Odaklanması zayıf olunca bu katıldığı oyunları da etkiliyor. Mesela yakan top oynuyor çocuklar sokakta, araya sokuyorum, bir gidiyor bir geliyor sonra tekrar kendi dünyasına dönüyor. Hep kendi istediği şeyi yapmaya çalışıyor.” (Ayşe, 38)*

*“Onun için en büyük engel, kafasında başka şeyleri düşünüyor olması ve bu durumun onun konsantresini bozması.” (Berna, 34)*

OSB’li bireyler hem daha iyi odaklanmak hem de otizmin yarattığı hareketlilik ve sinirlilik hallerini engellemek ya da hafifletmek amacıyla doktor kontrolünde çeşitli psikolojik ilaçlar kullanmaktadırlar. Bu kullanılan ilaçların da çeşitli etkileri bulunmakta ve bireyleri doğrudan etkilemektedir.

*“Ergenlik döneminde öfke nöbetleri geçirdi. Bu durum da bizi çok etkiledi. Geçen mesela bir doktora götürdüm o doktorun yazdığı ilacı diğer bir doktor incelediğinde bu ilacın gece nöbeti yaptığını söyledi. Bazen ilaçlar da etkili olabiliyor. Direkt otizme bağlamamalıyız.” (Seher, 43)*

### **3.1.1.2. Negatif Tutum: “Bazen Canım Sıkılabilir”**

OSB’li bireyler yaşanan olayları ve karşılaştıkları durumları NGG bireyler gibi algılayamamaktadırlar. Bizim gördüklerimiz, duyduklarımız ve yaptıklarımız onlara daha kompleks gelebilmektedir. Bu özellik de onları farklı açılardan olumsuz olarak etkileyebilmektedir. “Motivasyon ve ilgi eksikliği” de bunlardan biri olarak ebeveynlerin görüşleri sonucunda karşımıza çıkmaktadır. Çocuğunun karşısındakini denediğini ve zorluklar çıkardığını, kendine güveninin az olduğunu ve fiziksel aktiviteye katılmamak adına bahaneler ürettiğini ebeveynler şöyle ifade etmişlerdir:

*“Öfkeli demeyeyim ama ilk başta alışana kadar karşısındakini biraz dener. Karşısındakini biraz fazla dener. Denediğinde de zorluklar çıkartır. Yapamadığından değil ama yapmak istemediğinden. Alıştıktan sonra her şeyi yapabilir.” (Filiz, 44)*

*“Fiziksel aktivite anlamında, öncelikle cesareti yok. Bir korku var üzerinde onu atamadık. Sürekli benimle oluşundan mı bilmiyorum. Kendine güvenmiyor. “Ben kendim yürüyüş yapıyorum ama oğlumu ikna edemiyorum bana katılması için. “Yorulurum!” vs. diyerek bin tane bahane buluyor gelmemek adına.” (Yeliz, 49)*

Ebeveynlerin görüşleri doğrultusunda “Öfke nöbetleri” önemli bir problem olarak karşımıza çıkmaktadır. Zaman zaman oldukça büyük problemlere sebep olan bu nöbetler, bireylerin fiziksel aktivitelere katılmalarında oldukça kısıtlamaktadır. Çocuğunun tepkilerini normal bireyler gibi göstermediğini belirten ve bazen karşısındakine zarar vermeye kadar ilerleyen bu problem karşısında ebeveynler oldukça zorlandıklarını belirtmişlerdir.

*“Oğlumun diğer bir olumsuz yanı da çok sinirlenebiliyor. Tepkilerini normal insanlar gibi göstermiyor. Yaşıtlarına göre daha fazla bu belirtileri. Mesela kaybedince kendini yere atabiliyor, ağlıyor, bağırıyor. Topu gidip okul bahçesinden dışına attı yola. Kendine vurabiliyor. Sabırsız ayrıca. Bekleyeyim dinleyeyim yok.” (Duygu, 40)*

*“Oğlum sinirlendiği zaman başkalarına zarar verebilen bir çocuk. Sinirlendiği bir anda gözüne kimi kestirdiyse ona vuran bir çocuk. Saldırgan bir çocuk. Başboş bir şekilde bir kursa başlamasını çok istiyorum. Ama ben sürekli yanında olmak zorundayım, nereye kadar ben yanında olabilirim? Benim haricimde bir programa başladığında bu tarz sıkıntılar olabileceğini düşünüyorum.” (Ceyda, 35)*

*“Otizmlili bireylerde bence fiziksel aktiviteye katılmada en büyük etken öfke nöbetleri. Yani bırakamıyorsunuz. Öfke nöbeti geçirdiğinde hem insanlar koruyor hem çevrede küçük çocuklar olduğunda falan risk alamıyorsunuz.” (Merve, 46)*

OSB’li bireylerin bazılarında ise “Farklılıklarının bilincinde olmak” durumu görülmektedir. NGG bireyler ile bir araya geldiklerinde kendilerinin eksik yanlarını fark ederek kendilerini sorgulamalarıyla oluşan bir problemin olduğu aktarılmıştır.

*“Mahalledeki çocuklarla futbol oynamak istiyor, beceremiyor. Ondan dolayı sonrasında kaygılanıyor ve “Ben neden yapamıyorum? Neden olmuyor?” gibi gelip bana söylüyor. Onun farkında olduğuna seviniyorum ama yapamadığı için de üzülüyorum. Aslında bu fiziksel aktivitelerin içine girmek istiyor ama şu an yetersiz kaldığının farkında ve bu durum onu kaygılandırıyor.”* (Berna, 34)

### **3.1.1.3. Yoğunluk: “Çok Dolu Bir Programım Var”**

Otizmin kesinleştirilmiş bir tedavisinin olmadığı bilinmektedir. Özel eğitim, fiziksel eğitim gibi çeşitli desteklerle bir iyileştirmenin mümkün olduğu belirtilmektedir. Bu sebeple OSB’li bireyler sürekli bir eğitim içerisindeyler. Bu eğitimlerin OSB’li bireylerin daha iyi konuşma, iletişim, özel gereksinimleri karşılama gibi özelliklerini iyileştirmesi de bu eğitimlerin gerekliliğini artırmıştır. Özellikle akademik eğitimlerin yoğun olmasının bu bireylerin günlerinin büyük bir bölümünü almasına sebep olmaktadır. Ebeveynlerin belirttikleri doğrultusunda her bir OSB’li bireyin haftada yalnızca 4,3 saatini fiziksel aktivite ile geçirdiği görülmektedir.

*“Tabi çocuğun zamanı da kalmıyor. Özel eğitim ve okul derken. Yalnızca hafta sonları yapabiliyoruz. Çünkü okuldan sonra vakit çok dar.”* (Filiz, 44)

### **3.1.2. Kişisel Kolaylaştırıcılar**

“Deneyimler”, “Sağlık”, “Gelişim” ve “Pozitif tutum” başlıkları altında belirtilen kolaylaştırıcı temalar ve kodları, ebeveynlerin yanıtlarını alıntı yaparak aşağıda aktarılmıştır.

### 3.1.2.1. Deneyimler: “Farklı Duygular Tatmak Hoşuma Gidiyor”

Fiziksel aktiviteye katılım her birey üzerinde sağlıktan psikolojik pek çok fayda sağlamaktadır. OSB’li bireyler için de daha önce deneyimleyemedikleri duyguları tatmalarında önemli bir rol oynamaktadır. Bu duygulardan en önemlisi “Keyif almak” olarak ebeveynler tarafından belirtilmiştir. Görüşme yapılan ebeveynlerin neredeyse hepsi, çocuklarının fiziksel aktiviteyi severek yaptığını ve eğlendiğini aktarmıştır.

*“Çok sever, koşa koşa gider. Buz patenini, yüzmeyi. Hiçbir zaman “gitmeyeceğim” demedi.” (Seher, 43)*

Fiziksel aktivite ve sporun içerisinde yer alan en önemli kolaylaştırıcı etmenlerden birisi de ebeveynler tarafından “Başarı hissi” olarak belirtilmiştir. Özellikle öğretmenlerin ve aktivite sonrasında aile bireylerinin kendilerini takdir etmelerinden memnun oldukları görülmektedir.

*“Eğitmeni ona başardığını belirttiğinde çok mutlu oluyor. Dersten mutlu çıkıyor. O mutlu olduğunda o günümüz bizim de mutlu geçiyor.” (Eda, 48)*

*“Başarı duygusunu çok seviyor ve bir şeyi başardığında bu başarısının onaylanmasını istiyor. “Aferin çocuğuma! deyin”, “Nasıl yaptı! deyin” diyor. Yaptığı şeyin takdir edilerek kendisini motive ettiğini görüyoruz.” (Hakan, 39)*

OSB’li bireylerin tattıkları bir diğer pozitif duygu ise “Kendine güven” olarak belirtilmiştir. Artık annesinin yanında durmasına ihtiyaç duymayacak kadar özgüveni yerine gelen OSB’li arkadaşımızın olduğunu ebeveynler şu şekilde aktarmışlardır:

*“Fiziksel aktiviteyi çok sever, severek yapar. Ben sporun çok faydasını gördüm. Beni istemiyor artık mahallede top oynarken “anne sen git” diyor. Aşırı bir özgüven kazandı.” (Damla, 49)*

*“Denge olsun, koşu olsun pek çok anlamda fiziksel anlamda beceriler katıyor. Kendine özgüven geliyor. Örneğın basketbolu daha öncesinde projede oynarsa ve öğrenirse yeni şeyler, bunu okuluna gittiğinde daha az zorlanarak gösteriyor ve “Bakın ben bunu yapabiliyorum!” diyerek daha özgüvenli bir şekilde davranıyor.”* (Duygu, 40)

### **3.1.2.2. Sağlık: “Artık Daha Sağlıklıyım”**

Fiziksel aktivitenin bireylerin üzerindeki en önemli etkilerinden birinin “Fiziksel sağlığın artması” olduğunu belirten ebeveynler, çocuklarının yemek yemeyi çok sevdiklerini ve özellikle kilo kontrolünde fiziksel aktiviteye katılımın faydasını gördüklerini belirtmişlerdir.

*“Bizim kilomuzda kullandığımız ilaçların da etkisi var tabi. Fiziksel olarak çok bir etkisini görmedim ama yemeğı bol yemesine rağmen belli bir seviyede kalıyorsa fiziksel aktivitenin etkisi vardır illa ki.”* (Efe, 43)

*“En başta, kullandıkları ilacın da etkisiyle bu çocuklar çok yemek yiyorlar. Çevremize de baktığımızda çocukların geneli kilolu. Ama kızım da bu durum yok şu an. Gayet fit. Bu faydayı görüyoruz.”* (Hakan, 39)

*“Kilo anlamında da çok önemli. Yani, ne kadar hareket ederse o kadar iyi. Ben hatta şunu bile düşündüm; Evimizin bir sığınağı var ve oraya spor aletleri falan alayım, orada bir şeyler yapalım diye de düşündüm.”* (Nazan, 34)

OSB’li bireylerin fiziksel sağlıkları kadar “Mental sağlıklarında artış”ın da önemli olduğu, ebeveynleri ile yapılan görüşmeler doğrultusunda anlaşılmaktadır. Çocuğunun fiziksel aktivite sonrasında sakinleştiğini ve her bir birey için gerekli olduğunu belirten ebeveynler, görüşlerini şu şekilde aktarmışlardır:

*“Çok severek yapıyor. Sonrasında inanılmaz bir şekilde sakinleşiyor. Normal olan bizler için de geçerli değil mi? 1 saat bir yürüyüş yapsak daha kendimizi dinç, dinamik, enerjik hissetmez miyiz? Durağan olmaksızın bir hareket halinde olmak daha iyi değil mi? Bu çocuklar için de öyle. Eğitimin yanında fiziksel aktivite mutlaka şart otizmli çocuklar için. Her otizmli çocuk sporla desteklenmeli. Enerjisini attığı için sakinleşiyor.” (Ceyda, 35)*

*“Çocuk sporla enerjisini atmış oluyor, hem kafasındaki düşüncelerini dağıtmış oluyor, hem kendini rahatlamış, zinde ve huzurlu hissediyor. Ben bile 1 saat yürüdüğümde rahatlıyorum. Oğlumda ise bu durumun stresini oldukça azalttığını düşünüyorum.” (Esra, 44)*

Bireylerin daha sağlıklı olmalarındaki bir diğer etmen ise ebeveynler tarafından “Sağlıklı uyku” olarak aktarılmıştır.

*“Benim oğlum her gün 1 saat yüzse okula gitmeden, ilaç almasına gerek kalmaz. Altını çok rahat çezebilirim bunun. Çünkü spordan çıktıktan sonra oturup kendi başına güzelce yemeğini yiyor, mızırdanmıyor. Kendisi düşünüyüp alıp, pijamalarını giyip yatmak istiyor. O kadar dingin ve derin uyuyor ki, spor olmazsa olmazı hayatında.” (Banu, 41)*

*“Bence spor yaptığı zaman, enerjisini boşalttığı zaman daha dingin, daha ılımlı. Uykusu da güzelleşiyor bu sefer. Fiziksel aktivitenin faydasını görüyoruz genel olarak.” (Hakan, 39)*

### **3.1.2.3. Gelişim: “Kendimi Daha İyi Hissediyorum”**

Fiziksel aktiviteye katılımın bir diğer faydası da bireylerin farklı alanlarda gelişim göstermeleri olarak ortaya çıkmaktadır. Görüşmeler doğrultusunda aktarılan gelişmelerden biri “Motor becerilerin gelişimi” olarak çıkmıştır.

*“Mesela bisiklet sürme; önceleri hiç önüne bakmazdı, pedalı bile çeviremezdi. Pedala ayağını koyar beklerdi. Şimdi pedalı çevirdiği için ayak kasları gelişiyor, bisiklet sürerken önüne bakması gerekiyor, odaklanıyor ve bu sayede el göz koordinasyonu artıyor. Bu şekilde gelişmeler oluyor.” (Ayşe, 38)*

*“Mesela fiziksel aktiviteye katılımı sonrasında çamuru görüyor ve ona basmıyor, bir su birikintisinin üzerinden zıplayarak geçiyor. O noktalarda bile faydasının olduğunu düşünüyorum.” (Berna, 34)*

Ebeveynlerin yanıtları incelendiğinde, bir diğer gelişimin ise “Sosyal yeteneğin gelişimi” olduğu şeklindedir. Fiziksel aktivitenin kalabalık ortamlarda yapıyor olması, karşılıklı ilişki kurmaya teşvik etmesi ebeveynler tarafından olumlu bir durum olarak aktarılmıştır.

*“Gittiğimiz yerde gruplar halinde masa tenisinde 2 hoca 2 öğrenci 4’lü maç yapıyorlar. Sosyal anlamda arkadaşlarıyla bütünleşmesi açısından çok faydalı olduğunu düşünüyorum.” (Yeliz, 49)*

*“Severek yapıyor fiziksel aktiviteyi. En baştaki faydası bence, sosyalleşiyor. Çevresi dışından olan başka bir insanla muhabbet ediyor. Ona uyum sağlamaya çalışıyor.” (Duygu, 40)*

#### **3.1.2.4. Pozitif Tutum: “İsteyince Daha İyi Bir Çocuk Olabiliyorum”**

Fiziksel aktivitenin bireyleri, önceki hallerine göre daha pozitif bir birey haline getirdiğini aktaran bireyler çocuklarının “Kuralları kabullenmek” konusunda ilerlediklerini aktarmıştır. Çocuklarını spor ile kazandıklarını ve akademik eğitimin yanında fiziksel aktivitenin de unutulmaması gerektiğini belirten ebeveynler görüşlerini şu şekilde aktarmışlardır:

*“Şöyle diyebilirim, “biz sporla çocuğumuzu kazandık”. Hayatında her zaman olması gereken bir şey. Çünkü komut almayı o zaman öğrendi, komut almayı öğrenince diğer şeyleri de öğrenmeye başladı çocuğum.” (Filiz, 44)*

*“Spora gitmesiyle birlikte yönergeleri daha rahat algılamaya başladı. Orada sürekli bir yönerge alıyor. Önceden lastiklerde sıçrama çalışırken birinden atlayıp kalan ikisinde bırakıp giderdi. Şimdi tamamlamadan bırakmıyor. Kurallara uyuyor.” (Ayşe, 38)*

*“Bir çocuğa akademik becerilerin verilmesi, öğretilmesi çok önemli ama anladım ki ben şimdiye kadar hep akademik becerilerin üzerinde durdum. En başında sosyal beceriler ve spor becerilerinin üzerinde durulması gerektiğini fark ettim. Kurallara uyma, sınırları bilme, denilenleri uygulama açısından da spor eğitimlerinin çok büyük faydaları oldu diyebilirim.” (Esra, 44)*

Ebeveynler tarafından belirtilen bir diğer konu ise bireylerdeki “İstenmeyen davranışlarda azalma” dır.

*“Çok saldırgan bir çocuk değil ama ufak çapta şeyleri var. Bence spor yaptığı zaman, enerjisini boşalttığı zaman daha dingin, daha ılımlı.” (Hakan, 39)*

*“Rahatlamasını sağlıyor. Mesela o sporda enerjisini atınca, eve geldiği zaman problemler sıkıntılar çıkartmıyor. Onlarda bir enerji var, bitmek tükenmek bilmiyor. Onu atması lazım bir şekilde. Yani, ne kadar hareket ederse o kadar iyi.” (Nazan, 34)*

### **3.2. Kişilerarası Faktörler**

Bulguların ikinci faktörü olan kişilerarası faktörlerde katılımcı ebeveynlere OSB’li ergen çocuklarının fiziksel aktiviteye katılımlarında etkili olan kişilerarası durumlardan kaynaklı engeller ve kolaylaştırıcıların neler olduğunu anlamaya yönelik sorular yöneltilmiştir.

Ebeveynlerin verdikleri yanıtlar doğrultusunda OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını engelleyen kişilerarası faktörler “Önyargılar” ve “Ailenin tutumu” temaları olarak belirlenmiştir. Fiziksel aktiviteye katılımında bireylerin katılımını kolaylaştıran faktörler ise “Ailenin tutumu” ve “Yakın çevrenin tutumu” temaları olarak belirlenmiştir. Belirtilen temalar ve kodlar **Çizelge 3.2.**’de katılımcıların alıntıları ile yer almaktadır.

**Çizelge 3.2.** OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını etkileyen kişilerarası faktörler

| Faktör                | Temalar                                              | Kodlar                                                  | Alıntılar                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kişilerarası Engeller | Önyargılar: “Keşke bana böyle davranmasalar”         | Arkadaş eksikliği                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>Okul dışında hiç arkadaşı yok.</li> <li>Mahallede hiç arkadaşı yok.</li> <li>Sürekli keşke arkadaşım olsa, onlarla birlikte oynasam diyor.</li> <li>Birkaç arkadaşı var ama onlar da onu umursamıyor.</li> <li>Yetenekleri yeterli olmadığı için dâhil olamıyor ve arkadaş edinemiyor.</li> </ul> |
|                       |                                                      | Olumsuz yaklaşımlar                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>Öğretmeni diğer çocukların oğlumdan uzak durmaları gerektiğini söylüyor.</li> <li>Bir şekilde insanlar ondan kaçıyor.</li> <li>Konuşmadığı, oyunları beceremediği yüzüne vuruluyor.</li> <li>Otizmli olduğu için gittiğimiz yerler 2 kere düşünüyor.</li> </ul>                                   |
|                       |                                                      | Dışlanma                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>Çocuğum oyunu bozduğu için onu istemiyorlar.</li> <li>Onun yapamadıklarını söyleyerek onunla iletişim kurmuyorlar.</li> <li>Sen bir kenarda dur diyerek ilgilenmiyorlar.</li> <li>Çocuklar onunla değil, diğer kardeşleriyle iletişim kurmayı tercih ediyorlar.</li> </ul>                        |
|                       | Ailenin tutumu: “Bu durum ailem için de kolay değil” | Ebeveynlerin yeterli zaman ya da enerjilerinin olmaması | <ul style="list-style-type: none"> <li>Geri çevrilmeler ve karşımıza çıkan sorunlar motivasyonumuzu düşürüyor.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                |

Çizelge 3.2. - Devam

| Faktör                            | Temalar                                                        | Kodlar                                | Alıntılar                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kişilerarası<br>Kolaylaştırıcılar | Ailenin tutumu:<br>“Herşeyi onlar<br>sayesinde<br>başarıyorum” | Ebeveynlerin fazla<br>koruyucu olması | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Çok daha fazlasını yapabiliriz ama ben zaman ayıramıyorum.</li> <li>• Bazen enerjim kalmıyor.</li> <li>• Gerçekten yoruluyorum ve bazen psikolojimiz iyi olmuyor.</li> <li>• Yetişemiyoruz. Keşke daha aktif olabilsek.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                   |                                                                |                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hiçbir zaman yalnız bırakmadık.</li> <li>• Kimse ona kötü davranmasını diye hep yanı başındaydık.</li> <li>• “Ya dışlanırsa?” diye korkuyoruz.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                                   |                                                                | Kardeşe sahip olmak                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diğer çocuklarımıza da zaman ayırmak zorundayız.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                                   |                                                                | FA’ya olan bakış açısı                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ben elinden tutup basket sahası ya da Pazar yerine götürüyorum ve çalıştırıyorum.</li> <li>• Ne olursa olsun gelecek, buradan yüzme ile ilgili her şeyi öğrenmiş olarak çıkacak düşüncesiyle götürüyoruz.</li> <li>• Hafta sonum tamamen onun. Çıkıyoruz ve bir şekilde fiziksel aktiviteyi hayatımıza katmaya çalışıyoruz.</li> <li>• Bana yürüyüşlerimde katılması için ikna etmeye çalışıyorum.</li> <li>• Cumartesi gidiyoruz, imkânımız olsa pazar da gideriz.</li> </ul> |
|                                   |                                                                | Kararlı ve motive ebeveynler          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ben çalışmıyorum ve hayatımı tamamen çocuğuma adadım.</li> <li>• Fiziksel olarak aktif olabilmesi için elimizden geleni yapıyoruz.</li> <li>• Fırsatlar yaratmaya çalışıyoruz ve destekliyoruz.</li> <li>• 7/24 beraberim ve zorla da olsa onu katmaya çalışıyorum</li> <li>• Oğlum için her zaman enerjim ve zamanım var.</li> <li>• Bütün zamanımı ona ayırıyorum ve benden yana en ufak bir engel yok.</li> </ul>                                                           |

**Çizelge 3.2. - Devam**

| <b>Faktör</b> | <b>Temalar</b>                                             | <b>Kodlar</b>          | <b>Alıntılar</b>                                                                                        |
|---------------|------------------------------------------------------------|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               | Yakın çevrenin tutumu: “Beni olduğum gibi kabul ediyorlar” | Kardeş desteği         | • Ağabeyi görünmez bir kahraman. Onun sayesinde alıştı ve tek başına yapabiliyor.                       |
|               |                                                            | Bilinçli arkadaş grubu | • Alıyorlar, götürüyorlar, yalnız bırakmıyorlar.<br>• Arkadaşlarıyla konuşuyorlar ve onu dışlamıyorlar. |
|               |                                                            | Hoşgörülü komşular     | • Her zaman destek veriyorlar ve yardımcı olmaya çalışıyorlar.                                          |

### **3.2.1. Kişilerarası Engeller**

“Önyargılarla yüzleşmek” ve “Ailenin tutumu” başlıkları altında karşılaşılan engeller ve kodları, ebeveynlerin yanıtlarını alıntı yaparak aşağıda aktarılmıştır.

#### **3.2.1.1. Önyargılar: “Keşke Bana Böyle Davranmasalar...”**

OSB’li bireyler günlük yaşamlarına devam ederken bir yandan da NGG bireyler ile iletişim halindedirler. Ancak bu bireyler ile olan iletişimlerinin pek sağlıklı olmadığı görülmektedir. OSB’li bireylerin farklı davranışlarının ve yaklaşımlarının olması, onları toplum içerisinde farklı bir noktaya getirmektedir. İnsanların onlara karşı olan tutumları da bu bireylerin sosyal ortama dâhil olması adına önemli bir rol oynamaktadır.

OSB’li ergen bireylerin ebeveynleri tarafından belirtilen önyargılardan kaynaklanan en büyük engellerden biri “Arkadaş eksikliği” olarak görülmektedir. NGG çocukların büyüdüklarını ancak OSB’li bireylerin hep çocuk kaldıklarını belirten ebeveynler çocuklarının yaşına uygun oyunlar oynayamadıkları için gruplara dâhil olamadıklarını ve arkadaşlarının olmadığını şu şekilde belirtmişlerdir:

*“Mahallede arkadaşı yok. Kendi yaşına yakın bir kuzeni var yalnızca. Kaynaştırma öğrencisiyken okulda çok arkadaşı vardı, sürekli oyuna katıyorlardı, ilgileniyorlardı. Ama mahallede artık 11 yaşında çocukların oynadıkları oyunlar ile 11 yaşında otizmlili bir çocuğun oynadığı oyun arasında farklar ortaya çıkmaya başlıyor. O yüzden çok aralarına almak istemiyorlar. Onlar büyüyor ama otizmlili çocuk hala küçük kalıyor ve ona arkadaş bulmakta zorlanıyorsunuz.”* (Ayşe, 38)

*“Hiç arkadaşı yok. Hep şunlardan hayıflanıyor ‘Ben çok yalnızım, arkadaşlarım olsa bize gelseler, sen onlara kek yapsan birlikte onlarla yesek, çay içsek, ödevlerimi arkadaşlarımla yapsam, benle oynasalar’ şeklinde çok istiyor. Ama yok.”* (Banu, 41)

*“Arkadaş konusunda çok şanssız. Bizim binada yalnızca 1 tane kız çocuğu var. Gerisi hep erkek veya büyük. Kızımın diğer kardeşiyle daha iyi arkadaşlar. Kızım da dâhil olmak istiyor ama onu bir adım geride tutuyorlar. Evet, özel çocukların özel ihtiyaçları var ama hakikaten toplumda da bir bilinçsizlik var. Büyük insanlara anlatamıyoruz ki gelsin çocuğu bizim çocuğumuzla oynasın diye. Bu şekilde bir ortam yok. Arkadaşının olmayışı onun biraz daha pasif olmasında etkili.”* (Hakan, 39)

OSB’li bireylerin arkadaşlarının olmayışı dışında insanların OSB’li bireylere karşı olan “Olumsuz yaklaşımları” da bir diğer kod olarak karşımıza çıkmaktadır. Yakın çevrelerinden bile destek alamadıklarını, gittikleri okuldaki öğretmenin negatif tutumunun olduğunu, çoğu tesisten reddedildiklerini ve OSB’li bireylerin eksik yanlarını yüzüne vurarak onu istemeyen çocukların olduğunu belirten ebeveynler, görüşlerini şu şekilde aktarmaktadırlar:

*“Eşimizin dostumuzun çocukları pek ilgi göstermiyorlar. Kültür seviyesi çok yüksek bir grubumuz olsa dahi, biz bunu maalesef sağlayamıyoruz. Herkes bir yerde tıkanıyor ve kaçmayı tercih ediyor.”* (Burak, 50)

*“Mesela geçenlerde bahçede basket oynamaya gittiğinde bir çocuk geldi ve “Ya sen bu çocuğu tanımıyor musun? O konuşmıyor, koşmıyor doğru düzgün. Ne yapacaksın onunla mı oynayacaksın?” dedi. Bu durum da kaygı yaratıyor sosyal ortamlarda.” (Duygu, 40)*

*“Öğretmenin “ona fazla yaklaşmayın, konuşmayın” şeklindeki tavırları yüzünden de etiketlendi. Başta öğretmenin onu istememesi onu bu hale getirdi. Kendinden kaynaklı belki ilişkiyi kendi kurup devam ettirmeyi başaramıyor olabilir ama bu kadar okulda etiketlenmeseydi çocuklar onu kabul edebilirdi. Ama en başta öğretmenin onu istememesi onu bu hale getirdi.” (Banu, 41)*

*“Araştırıyorum, her yere ben gidip görüşmeye çalışıyorum. Ama aldığım cevap belli: “Daha önce denedik, ama fayda sağlayamadık” şeklinde. Ayrıca bir yandan da acındığımı görüyorum. Bir başka yer de ise otizmli bir çocuğun aktivitelerde yer aldığı söylendi ama annesinin de yanında girmesi koşuluyla dendi.” (Ceyda, 35)*

Olumsuz davranışların devamında OSB’li bireyler çeşitli ortamlarda “Dışlanma” ile karşı karşıya kalmaktadırlar. Bu dışlanma okulda, sokakta ya da oturulan binada bile gerçekleştiği katılımcı ebeveynler tarafından belirtilmiştir.

*“Sokakta yaşlılarının yanına götürüyorum. Çok fazla iletişim kurmak istemiyorlar. Nedenini sorduğumda “konuşmuyor ki!” ya da “gelmiyor ki!” şeklinde davranıyorlar. Çok fazla diyalog kurmak istemiyorlar. “Konuşursa oynarız” gibi yaklaşıyorlar. Oğlum oynamaya çalışıyor, “sen al bir kenarda dur” diyorlar. Pek ilgilenmiyorlar.” (Nazan, 34)*

*“Okuldaki oyunlarda çocuklar, oğlum oyunu bozduğu için girmesini istemiyorlar. Sabırları yok. Teneffüslerde ve etkinliklerde eli cebinde kendi halinde geziyor.” (Banu, 41)*

### **3.2.1.2. Ailenin Tutumu: “Bu Durum Ailem İçin De Kolay Değil”**

OSB’li ergen bireylerin fiziksel aktiviteye katılmalarında önemli bir etkiyi de aileleri içermektedir. Ebeveynlerin yaklaşımları, görüşleri, genel tutumları bu durumu direkt olarak etkilemektedir. Ebeveynlerden kaynaklı en büyük engelin “Ebeveynlerin yeterli zamanının ya da enerjisinin olmaması” olarak ortaya çıktığı görülmektedir. Yaşanılan olaylar karşısında motivasyonunun düşmesi, çalışma sisteminden dolayı zamanın kalmaması ve yorgunluk ebeveynler tarafından belirtilen engeller olarak karşımıza çıkmaktadır.

*“Genel olarak bir bıkkınlık geçiriyoruz. Biz aileler olarak gittiğimiz yerlerden ters çevrilmeler bizi çok yoruyor. Sürekli karşınıza bir sorun çıkması, motivasyonunuzu zamanla düşürüyor. Siz sürekli kendinizi doldurmalı, gaza getirmelisiniz ki motivasyonunuz düşmesin ve hayatı kovalayabilesiniz.”* (Burak, 50)

*“Benim en büyük engelim çalışmam. Akşam işten çıkıyorum 17:30’da eve geliyorum saat olmuş 18:30. Otur yemek ye derken saat oluyor 19:30. Sonrasında varsa ödevleri ile ilgileniyoruz çocukların. Biz de yoruluyoruz tabi. Bazen enerjimiz oluyor, bazen olmuyor. İşteki stresin eve yansması, bazen yorgunluk bunları yansıtıyoruz.”* (Hakan, 39)

*“Gerçekten yoruluyoruz... Yorulmuyoruz desek yalan olur. Peşlerinde o kadar çok koşturuyoruz ki, aslında yapabileceğimiz çok şey var ama yoruluyoruz, hastalanıyoruz, psikolojimiz her zaman iyi olmuyor, kafamız her zaman yerinde olmuyor. Durum böyle olunca vücuda da yansıyor, çocuklarımıza da yansıyor.”* (Filiz, 44)

Bir yandan da ebeveynler karşılaştıkları olumsuz durumlar karşısında aşırı koruyucu olabilmektedirler. Çocuklarının olumsuz bir tepkiyle karşılaşmamaları, olumsuz etkilenmemeleri ve üzülmemeleri için kendilerince çeşitli önlemler almaktadırlar. Verilen yanıtlar doğrultusunda “Ebeveynlerin fazla koruyucu olması” bir diğer kod olarak ortaya çıkmıştır.

*“Sporda bazı noktalarda ilerleyememesinin sebebi biz olabiliriz. Nedeni çok koruyucu olmamız. Hiçbir zaman yalnız bırakmadık. (...) Kimse ona kötü davranmasın, çocuklar ona kötü davranmasın, kimse hırpalamasın diye hep başındaydık. Hiçbir zaman onu yalnız bırakıp bir şey yaptırmadık. Bizim ona en büyük zararımız o.” (Seher, 43)*

*“Maddi anlamda bir sıkıntımız yok. En büyük korkumuz ve daha fazla fiziksel aktivite anlamında girişimde bulunmamamızın sebebi “Ya dışlanırsa” korkumuz. Çevrede arkadaşı da yok. Okuldaki arkadaşları da oğlumun eksik yanlarını biliyorlar, bunu dile getiriyorlar ve onunla oynamıyorlar.” (Duygu, 40)*

Düşünüldüğünde olumlu bir etki yaratması beklenen “Kardeşe sahip olma” ise bazen OSB’li bireyler için bir engel olabilmektedir. Ebeveynler, OSB’li çocuklarına daha çok zaman ayırabilecekken diğer çocukları ile ilgilenmek durumunda kaldıkları için OSB’li çocuklarına daha az ilgi gösterebilmektedirler.

*“Diğer çocuklarımız da var, ailemiz var. Bir şekilde hayata yetişmeye çalışıyoruz. Çocuklarımızı da bazen kısıtlayabiliyoruz. Onu da ücretli eğitimlerle falan bir şekilde yerine koymaya çalışıyoruz yapamadıklarımızı.” (Filiz, 44)*

*“Çalışmam en büyük engel. Devletin bize verdiği 1 günlük bir izin var, onda da özel eğitime geliyoruz. Onun dışındaki zamanlarda 10 günlük bir kardeşi ve diğer kardeşleri var, ben yokken annesi onlarla da ilgilenmek zorunda. Ben de işten geldikten sonra ilgileniyorum ancak yoruluyoruz ve bazen enerjimiz kalmıyor.” (Hakan, 39)*

### **3.2.2. Kişilerarası Kolaylaştırıcılar**

“Ailenin tutumu” ve “Yakın çevrenin tutumu” başlıkları altında belirtilen kolaylaştırıcı temalar ve kodları, ebeveynlerin yanıtlarını alıntı yaparak aşağıda aktarılmıştır.

### 3.2.2.1. Ailenin Tutumu: “Herşeyi Onlar Sayesinde Başarıyorum”

OSB’li bireylerin hayatına tamamen ebeveynlerin onlar için harcadıkları zaman ve gösterdikleri ilgi yön vermektedir. Bunun yanında ebeveynlerin çeşitli konulara olan bakış açıları da OSB’li bireylerin hayatlarının ne doğrultuda ilerleyeceği konusunda önemli bir etmendir. Ebeveynleri “Fiziksel aktiviteye olan bakış açısı” kodu olarak ebeveynler, ergen birey ve fiziksel aktivite arasındaki ilişkiler belirtilmektedir.

*“Ben elinden tutuyordum, basket sahasına ya da Pazar yerine götürüyordum onu, “şöyle şöyle ayaklarını sürüyeceksin, duracaksın, sürüyeceksin, duracaksın” öylelikle öğrendi mesela pateni. Şu an yüzme yapıyor ve bu dönemlerde çok yoruluyor. Bazen gelmemek için ters davrandığını düşünüyoruz ama eşim “ne olursa olsun gelecek, buradan yüzme ile ilgili her şeyi öğrenmiş olarak çıkacak” diyor.”* (Banu, 41)

*“Tamamen özel bir spor kulübüne gidiyoruz. Gücümüz yettiğinde yapmaya çalışıyoruz. Cumartesi gidiyoruz, Pazar niye gitmeyelim? Ama maddiyat işte, biz de isteriz daha çok gitmesini. Ben zamanım olmasa bile onun için yaratırım ama işin sonunda maddiyat var hep. Ben kendim yürüyüş yapıyorum oğlumu da ikna etmeye çalışıyorum bana katılması için.”* (Yeliz, 49)

Ebeveynlerin sorularımıza verdikleri yanıtları doğrultusunda, büyük bir bölümünün çocuklarını fiziksel aktivite anlamında ellerinden geldiği kadar destekledikleri, vazgeçmedikleri ve imkân yaratmaya çalıştıkları görülmektedir. Bu bağlamda “Kararlı ve motive ebeveynler” bir diğer kodumuzu oluşturmaktadır. Çocukları için her bir ebeveynin sorumluluk aldığı ve ellerinden gelen doğrultusunda çocuklarını destekledikleri görülmektedir.

*“Ben tek kişi değilim iki kişiyim ve kızım ile birlikte yaşıyorum. Tek başıma karar veremem, tek başıma bi yere gidemem, tek başına bir şey yapmam mümkün*

*değil. Hep kızım ile yapmak durumundayım, kızım da benle yapmak durumunda. Yani ben hayatımı çocuğuma adadım, herkes benim gibi değil. Ben çalışmıyorum ve bütün hayatımı kızıma adadım. Ben kızımın şoförüyüm, arkadaşayım, öğretmeniyim, spor hocasıyım, müzik hocasıyım, aşçısıyım her şeyi benim.” (Burak, 50)*

*“Ben oğluma 7/24 beraberim, pek çok şeyde onu ben zorlayıp katmaya çalışıyorum. Sokakta yaşlılarının yanına götürüyorum. Ben bütün zamanımı onunla geçiriyorum. Bir yandan iyi bir yandan da değil. Çünkü hep bana bağlı yaşamasını istemiyorum. Ama uğraşıyorum, araştırıyorum.” (Nazan, 34)*

*“Ben onu her anlamda desteklerim. Her zaman yanındayım. Benden yana kaynaklanan herhangi bir kısıtlama bulunmamakta. Her türlü ortamda onu dâhil ederim. İşimden dolayı da sık sık serbest zamanım bulunuyor, hepsini ona ayırıyorum.” (Efe, 43)*

*“Olabilirdi elimizden geleni yapıyoruz fiziksel olarak aktif olabilmesi için.” (Eda, 48)*

OSB’li bireyler için kardeşe sahip olmanın olumsuz etkileri olduğu gibi, olumlu yönleri de bulunabilmektedir. Ebeveynlerin ya da özel eğitimin yapamayacağı şeyleri bazen bir kardeşin desteği ile gerçekleştirebileceği görülmektedir. “Kardeş desteği” kodu olarak ebeveynler şunları aktarmıştır:

*“Bazen kendi başına gönderiyorum, çünkü park evden görülüyor. Ağabeyi de ona etkisi oluyor. Ağabeyi görünmez bir kahraman diyebilirim. Aralarında 15 ay var. Oğlumu tek başına parka gönderemezdim, ağabeyiyle çıktıktan sonra alıştı ve tek başına gitmeye başladı. Onu alıştırmış oldu.” (Berna, 34)*

### **3.2.2.2. Yakın Çevrenin Tutumu: “Beni Olduğum Gibi Kabul Ediyorlar”**

“Bilinçli arkadaş grubu” ise bir diğer kodumuzu oluşturmaktadır. Her OSB’li bireyin sahip olmadığı bu şansı ebeveynler şu şekilde ifade etmiştir:

*“Benim fazla zamanım yok. Ama arkadaşları alıp götürüyorlar, sağ olsunlar. Yalnız bırakmıyorlar.”* (Damla, 49)

*“Arkadaşları var mahallede ve dışlamıyorlar. Mahallede gördüklerinde kendisine seslenip merhaba diyorlar, oğlum da karşılık veriyor. “Parkta oynayalım tamam mı?” diyor arkadaş. Oğlum da “Tamam, gelirim!” diyor.”* (Berna, 34)

“Hoşgörülü komlular”ı olduğunu, karşılaştıkları zorluklarda kendilerine destek olduklarını ve yalnız bırakmadıklarını belirten bir ebeveyn ise şunları aktarmıştır:

*“Çevremizde de komşularımız bize destek veriyorlar, halimi görüyorlar ve yardımcı olmaya çalışıyorlar.”* (Ceyda, 35)

### 3.3. Çevresel Faktörler

Bulguların bir diğer faktörü olan çevresel faktörlerde katılımcı ebeveynlere OSB’li ergen bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarında etkili olan çevrelerinden kaynaklı engeller ve kolaylaştırıcıların neler olduğunu anlamaya yönelik sorular yöneltilmiştir.

Ebeveynlerin verdikleri yanıtlar doğrultusunda OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını engelleyen çevresel faktörler “UFA fırsatları”, “Fiziksel aktivite tesislerinin beklentiyi karşılayamaması”, “Güvenlik ve imkânlar” ve “İklim koşulları” temaları olarak belirlenmiştir. Fiziksel aktiviteye katılımda bireylerin katılımını kolaylaştıran faktörler ise “Oturulan semt ve imkânlar” ve “UFA fırsatları” temaları olarak belirlenmiştir. Belirtilen temalar ve kodlar **Çizelge 3.3.**’te katılımcıların alıntıları ile yer almaktadır.

**Çizelge 3.3. OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını etkileyen çevresel faktörler**

| <b>Faktör</b>     | <b>Temalar</b>                                            | <b>Kodlar</b>                              | <b>Alıntılar</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Çevresel Engeller | UFA fırsatları: “Beni anlayan yerler olmalı”              | UFA programı eksikliği                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ona uygun kaydettirebileceğim yer bulamıyorum.</li> <li>• Çocuğuma yönelik bir programa rastlamadım.</li> <li>• Hareket etmemize yönelik imkânlar sağlanmıyor.</li> <li>• Kurslar “otizmlî” kelimesini duyunca kepenklerini indiriyorlar.</li> </ul>                                                                                        |
|                   |                                                           | Yetkin UFA eğitmen eksikliği               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eğitmenlerin yeterli olmadığını düşünüyorum.</li> <li>• Kurslarda bizim çocuklarımızla bire bir ilgilenebilecek, onları anlayan antrenörler gerekiyor.</li> <li>• Tesisler var, ancak içerisinde çocuğumla çalışabilecek eğitmen yok.</li> </ul>                                                                                            |
|                   |                                                           | UFA programlarının ücretleri               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Her şeyde olduğu gibi bunun da ucu paraya dayanıyor.</li> <li>• Normal çocuk 100 liraya giderken, “otizmlî” dediğinizde 400 liraya gidiyor.</li> <li>• İsterim ki 1 yerine 4 gün gitsin. Ancak programlar pahalı ve buna yetiyor gücümüz.</li> <li>• Özel gereksinimli bireyler için olan FA programları daha pahalı olabiliyor.</li> </ul> |
|                   | Fiziksel aktivite tesislerinin beklentiyi karşılayamaması | Fiziksel aktivite tesisi eksikliği         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Özel tesisler var, biz gidemiyoruz.</li> <li>• Bize uygun bir tesis çevremizde yok.</li> <li>• Park ve sahalar var, sadece yazın kullanabilirsiniz.</li> <li>• Kapalı bir tesis bulunmamakta.</li> </ul>                                                                                                                                    |
|                   |                                                           | Fiziksel aktivite tesislerinin uzak olması | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arabamız olmasa 2 dolmuşla ancak gidebiliyoruz.</li> <li>• Tesis uzak ve gitmemiz çok vakit alıyor.</li> <li>• FA için gittiğimiz tesislere gidip gelmemiz 5 saatimizi alıyor.</li> </ul>                                                                                                                                                   |
|                   |                                                           | Fiziksel aktivite tesisi kuralları         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• “Ya bir şey olursa” diye endişeleniyorlar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

**Çizelge 3.3. - Devam**

| Faktör | Temalar                                                        | Kodlar                           | Alıntılar                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------|----------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|        |                                                                |                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• “Özel çocuk” dediğinizde farklı bir yaklaşımda bulunuyorlar.</li> <li>• Çeşitli bahanelerle reddediliyoruz.</li> <li>• Tesis kullanımında karşınıza sürekli yeni sorunlar getiriyorlar.</li> <li>• Refakat etsem diyorum, yine de reddediyorlar.</li> <li>• Baba-kız ve anne-oğul kullanımında sıkıntılar yaşanıyor.</li> </ul>                                                                                                                                          |
|        | Güvenlik ve imkânlar: “Ailemin yanından ayrılamıyorum”         | Semtın güvenilir olmaması        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Çevrede yoğun bir trafik var.</li> <li>• Evimiz cadde üzerinde, çok tehlikeli.</li> <li>• Parklar çok küçük ve etrafı komple açık.</li> <li>• Çevremiz, çocuğumu tek başına gönderecek kadar güvenli değil.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                   |
|        |                                                                | Elverişsiz alanlar ve ekipmanlar | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Oyun alanlarında büyük yaşta bireyler oluyor ve dâhil olamıyor.</li> <li>• Çevremizde yeterli alan yok, uzak olsa da başka yerlere götürüyoruz.</li> <li>• Yürüyüş/koşu yolları kesinlikle yeterli değil.</li> <li>• FA alanı yol kenarında, erken gitmezseniz yoğun saatlerde egzoz dumanında boğulursunuz.</li> <li>• FA alanı yol kenarında, erken gitmezseniz yoğun saatlerde egzoz dumanında boğulursunuz.</li> <li>• Park var ama yaşımıza uygun değil.</li> </ul> |
|        |                                                                | Yetersiz sosyo-ekonomik şartlar  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne kadar paranız varsa, çocuğunuz o kadar sosyalleşiyor.</li> <li>• Tesis kullanımı da üyelik de hepsi maddiyata dayanıyor.</li> <li>• İsterim ki 20-30 saat FA dersi alsın ama olmuyor.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|        | İklim koşulları: “Havalar soğuyunca dışarı çıkmak istemiyorum” | Hava koşulları                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kullandığımız alanların üstü açık, ona göre giyinip gitmelisiniz.</li> <li>• Havalar soğuk olunca çocuğum gitmek istemiyor.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

**Çizelge 3.3. - Devam**

| Faktör                     | Temalar                                                    | Kodlar                        | Alıntılar                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------|------------------------------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Çevresel Kolaylaştırıcılar | Oturulan semt ve imkanlar:<br>“Oturduğumuz yeri seviyorum” | Ortam ya da ekipman uygunluğu | <ul style="list-style-type: none"> <li>Gittiğimiz bir park var ancak havalar kötü olunca gidebileceğimiz bir tesis yok.</li> <li>Çevremizdeki her parkta kesin bir saha var.</li> <li>FA için çevremiz uygun.</li> <li>Üniversite kampüsünde oturuyoruz. Ortam güvenli, park ve bahçeler işimizi kolaylaştırıyor.</li> <li>Oturduğumuz sitede yürüme alanları, spor alanları mevcut.</li> <li>Çok merkezi bir yerde oturuyoruz, parklar sahalar var.</li> </ul> |
|                            |                                                            | Ulaşılabilir tesisler         | <ul style="list-style-type: none"> <li>Gittiğimiz havuz oldukça yakın.</li> <li>Yanımızda belediyenin spor tesisleri mevcut.</li> <li>Askeri lojmanlarda tesisler yeterli seviyede.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                            | UFA Fırsatları:<br>“Gittiğimiz yerler tam bana göre”       | Erişilebilir UFA imkânları    | <ul style="list-style-type: none"> <li>Otizmlilere yönelik her türlü aktivite mevcut ve bize yakın.</li> <li>Belediyenin havuzu var, bizi kabul ediyorlar ve eğitim veriyorlar.</li> <li>Tamamen özel gereksinimli bireylere yönelik bir tesise gidiyoruz.</li> <li>Otizmlilere yönelik bir hareket eğitimi projesine katılıyoruz hafta sonları.</li> </ul>                                                                                                     |
|                            |                                                            | Yetkin UFA eğitmeni           | <ul style="list-style-type: none"> <li>Doğru şekilde yaklaşan eğitmenler işimizi kolaylaştırıyor.</li> <li>Eğitmenleri gayet duyarlı.</li> <li>Spor eğitmeninden çok memnunum.</li> <li>Eğitmeni çocuğumu cesaretlendirerek 4-5 derste yüzmeyi öğretti.</li> <li>Eğitmenler oğlumun huzurlu, mutlu ve motive olmasını sağlıyorlar.</li> <li>Eğitmenler oğlumun bir dahaki sefer gelmesinde etkili oluyorlar.</li> </ul>                                         |

### 3.3.1. Çevresel Engeller

“UFA fırsatları”, “Fiziksel aktivite tesislerinin beklentiyi karşılayamaması”, “Güvenlik ve imkânlar” ve “İklim koşulları” başlıkları altında karşılaşılan engeller ve kodları, ebeveynlerin yanıtlarını alıntı yaparak aşağıda aktarılmıştır

#### 3.3.1.1. UFA Fırsatları: “Beni Anlayan Yerler Olmalı”

OSB’li bireylerin hareket etmeleri, bir programa dâhil olup sosyalleşerek fiziksel olarak aktif olmaları adına Uyarlanmış Fiziksel Aktiviteler önemli bir rol oynamaktadır. Bu programlar tamamen özel gereksinimli bireylerin ihtiyaçlarına yönelik olarak düzenlenerek, aktiviteyi uygulatacak eğitmenlerin gerekli eğitimleri aldıkları programlardır. Bu nedenle, OSB’li ve diğer engel gruplarındaki bireyler adına ne kadar çok UFA imkânı olursa bu bireyler bir o kadar katılım sağlayabilirler.

Çevresel engeller faktöründe UFA Fırsatları temasının altında bulunan ilk temamız “UFA Program Eksikliği”dir. Çocuklarına uygun program bulmakta zorlandıklarını belirten ebeveynler, bilsalar bile çeşitli zorluklarla karşılaştıklarını belirtmişlerdir.

*“1 saat yüzme dersi aldirmek bile çok zor. Başka yerlere götüremedim, kaydettirmek istemedim. Örneğin bir futbol için yer bulamıyorum. Bunu anlayan bilen ve öğretirken bir yandan da bu çocuğu takıma kaynaştırabilecek bir hoca bulabileceğimi düşünmedim. İnsanlar özverili değiller bu konuda. Bizim gibi farklı gelişim gösteren çocukları olan kişilerin farklı alanlara da ihtiyaçları var ve bireysel desteğe ihtiyacı var.” (Banu, 41)*

*“Hocalar normal çocukların katılımını hemen kabul etse de “otizmli” kelimesini duyduklarında kesinlikle kepenklerini indiriyorlar. Örnek olarak basketbol kursuna yazdırmak istedim oğlumu. Hemen ismini numarasını bilgilerini alalım dediler form çıkarıp. “Yalnız şöyle bir durum var, benim çocuğum A tipik otizmli”*

dediğim zaman, “hmm, ama bu bireylerin eğitim alabilmesi için farklı yerler var, oralara yönlendirmeniz daha doğru olur” gibi dönütler alıyorum. Başka bir yerde ise “eğer sınıfın ahengini bozmayacaksa, bire bir onunla ilgilenmemizi gerektirmeyecekse devam edebilir” dendi.” (Ceyda, 35)

“Bulunduğumuz kent, oturduğumuz semt fiziksel aktivite için hiç uygun değil. Ankara çok kısıtlı. Ben bir belediyenin başkanıyla görüştüm geçtiğimiz dönemlerde başta bulunan; ona dedim ki “Otizm diye bir gerçek var ve bu kişilerin sayısı giderek artıyor. Bizim ihtiyacımız olan okul ihtiyacımız karşılanıyor fakat serbest zamanlarında ve özellikle yazın bizim hareket etmemiz için gerekli imkânlar bulunmamakta” şeklinde konuştuğumda beni çok olumlu karşıladı. Ama yapılan bir şey yok ortada.” (Efe, 43)

UFA programlarının olmamasından yakınan ebeveynler için bir diğer sorun da “Yetkin UFA eğitmeni eksikliği”. Çocuklarını götürebilecekleri bir merkez bulsalar da ya yeteri kadar eğitmen bulunmamakta ya da çalışan eğitmenlerin uygulama ve teorik anlamda yetersiz olduğunu düşünmektedirler.

“Eğitmenler açısından baktığımızda yeterli olmadıklarını düşünüyorum.” (Merve, 46)

“Çevremizde gidebileceğimiz kapalı bir tesiste yok. Olan da bizi almıyor. Belediyenin yüzme havuzu var, otizmlileri almıyorlar. Sebebini ise “Yeteri kadar eğitmenimiz yok” olarak açıklıyorlar. “Benim çocuğumun eğitmene ihtiyacı yok, yüzme biliyor” diyorum. “Olabilir ama otizmliyse almıyoruz” diyorlar.” (Ayşe, 38)

“Bizimki gibi farklı gelişim gösteren çocukların bireysel desteğe ihtiyacı var. Mesela bir antrenör olmalı yanlarında ve onlara öğretmesi, yani bu işi bilen birisi olmalı. Çocuklar çıksa bile bir şekilde o çocuğu tekrar o gruba adapte etmesi gerekiyor. Başlarında bu işi bilen birinin olması gerekiyor.” (Banu, 41)

OSB’li bireyler mevcut eksikliklerini ebeveynleri çeşitli merkezlerden aldıkları özel eğitimler ile tamamlamaya çalışmaktadırlar. Bu eğitimler konuşma terapisinden fiziksel aktivite eğitimine kadar uzanmaktadır. Bu eğitimlerin bir kısmını devlet karşılasa da, fiziksel aktivite eğitimleri bu kapsam içerisine girmemektedir. Bu nedenle ebeveynler aldıkları her eğitim için ayrı ayrı ödeme yapmaktadırlar. OSB’li bireylerin bire bir ilgilenilmesine ihtiyaç duymalarından dolayı verilen eğitimin ücreti de bu doğrultuda artış göstermektedir. Özel eğitim merkezleri dışında kalan diğer tesislerde de bu durum aynı, hatta daha yüksek ücretlerle sunulabilmektedir. “UFA programlarının ücretleri” kodunda ebeveynler mevcut durumlarını şöyle ifade etmişlerdir:

*“Özel eğitimde her şeyin ucu paraya dayandığı için, çok yeterli bir eğitimci bulmak için çok para vermeniz gerekiyor. Bu da tabi çok yorucu bir şey. Biz sürekli bir para yetiştirmek, kenara bir para koymak, bu parayla bu çocuğa birini ayarlayıp bir şey yaptırma telaşı içerisindeyiz. O da tabi ne kadar verimli oluyor bilemiyorum.”* (Burak, 50)

*“Örneğin, çocuğunuzu ata binmeye götürmek istiyorsunuz, mekân bulamıyorsunuz. Hem mekân bulamıyorsunuz, bulsanız da çok pahalı. Kendinizi ayarlasanız bile “otizmli” dediğiniz zaman ya kabul etmiyorlar ya da 3-4 katı para istiyorlar. NGG bir çocuğu 100 liraya bir kursa vs. götürebiliyorken otizmliyse 400 lira istiyorlar.”* (Ayşe, 38)

*“Haftada spor için yalnızca 1 günü ayırabiliyoruz. Maddi imkânların da yetersiz olması tabi ki. Özel gereksinimli çocuklar için gerçekleştirilen fiziksel aktivite programları daha pahalı olabiliyor. Biraz da ondan kaynaklanıyor.”* (Berna, 34)

*“İşin ekonomik boyutunda ise biz en uygun yerlere gitmeye çalışıyoruz, ona da ayda bir 400 TL ayırıyoruz. Yani en uygunumuz bu. Haftada 1 gün gidiyoruz. İsterim ki haftada 3 gün gitsin, 4 gün gitsin ya da en az 2 gün gitsin. Ama maddi olarak bizi fazlaca yoruyor ki bizim gittiğimiz en uygun yerlerden. Diğer taraflara zaten yetişemeyiz, mümkün değil.”* (Filiz, 44)

### 3.3.1.2. Fiziksel Aktivite Tesislerinin Beklentiyi Karşılayamaması

Günümüzde ülkemizde spora ve tesisleşmeye olan ilgi giderek artmaktadır. Hem devletin hem de özel kuruluşların sağladıkları imkânlar oldukça fazla olup, kişilerin serbest zamanlarını bu mekânlarda geçirmelerine yönelik her türlü düzenleme ve yatırım yapılmaktadır. Ancak bu durum OSB’li bireyler için aynı şekilde gerçekleşmemektedir. OSB’li çocuğu olan ebeveynler, kendilerine uygun bir fiziksel aktivite tesisi bulmakta oldukça zorlanmaktadırlar. Bu başlık altındaki ilk kodumuz olan “Fiziksel aktivite tesisi eksikliği” en büyük problemlerden biri olarak karşımıza çıkmaktadır. “Fiziksel aktivite tesislerinin uzak olması” ise bunu takip eden bir diğer kodumuz olarak belirtilmiştir.

*“Çevremizde de gidebileceğimiz herhangi bize uygun bir tesis yok. Özel spor salonlarına üyelik yapıp, para verip o şekilde kullanıyoruz. Yoksa bu çocukların ücretsiz kullanabileceği bir alan yok.” (Merve, 46)*

*“Spor tesisi olarak özeller var. Bizim katılım sağlayabileceğimiz bir tesis yok.” (Eda, 48)*

*“Çevremizde parklar var, her parkta kesin bir saha var. Yaz kış kullanabilirsiniz. Üstü açık ama ona göre giyinip çıkabilirsiniz. Mekânlar hep açık. Üstü kapalı herhangi bir tesis yok kullanabileceğimiz.” (Banu, 41)*

*“Bizi kabul eden ve Batıkent’te bulunan havuza yazları 1 saat gidiş, 1 saat geliş çekerek oğlumu havuza götürüyorum. 2 saatte çocuk yüziyor, toplamda 5 saatimizi alıyor. Evimin oradaki havuza ulaşmam ise sadece 5 dakika ama faydalanamıyoruz.” (Ayşe, 38)*

*“Hafta sonları katıldığımız bir hareket eğitimi projesi var otizmlili bireylere yönelik. O projeye gelişimiz 2 saat alıyor, dönüşümüz de aynı şekilde. Günün 4 saati*

*yolda geçiyor. Çevremizde daha yakın tesisler olmasını isterdik kullanabileceğimiz.”*  
(Esra, 44)

Ebeveynler çocuklarına uygun bir fiziksel aktivite tesisi bulmalarının ardından bu tesise ulaşım ile ilgili problemler yaşadıklarını belirtmişlerdir. OSB’li çocuklarının fiziksel aktiviteye katılmasında ebeveynler bir diğer engeli ise “Fiziksel aktivite tesislerinin kuralları” olarak belirtmişlerdir.

*“Tesis sayısı yeterli sayıda ama oraya gittiğinizde de bin türlü sorun karşınıza getiriliyor. Bir spor salonuna kızımı sokamıyoruz mesela. Bir koşu bandına çıkaramıyoruz. Bize saçma sapan bahanelerle geliyorlar yok “efendim 14 yaşından önce koşu bandına çıkması vücut gelişiminde bilmem ne oluyor” vs diye. Mesela yüzme havuzuna gidiyoruz, soyunma odası kadın erkek ayrı mecburen. Orada sorun yaşıyoruz. Baba oğul olsak halledebiliriz. Anne kız halledebiliyorlar ama annesinin de çok yoğun bir iş temposu olduğu için sınırlı zamanlarda gidip gelebiliyor.”* (Burak, 50)

*“Bir de orada kadın-erkek günleri ayrı, ben çocuğumla aynı seansa giremiyorum. Bu durumları defalarca belediyeye çeşitli yollarla bildirmemize rağmen sonuç alamadık. Bu nedenle bizi kabul eden, gidiş gelişi 5 saatimizi alan havuza gidiyoruz.”* (Ayşe, 38)

*“Hem maddi hem manevi anlamda beni rahat ettirebilecek bir ortam kesinlikle yok. Otizmli olunca kısıtlıyorlar. Bizim ne yapabildiğimizin ötesinde, bir tesisin bizi kabul etmesi önemli benim için. Sorgulamadan, önyargısı olmadan beni kabul edecek. Ben zaten çocuğumla olurum orada. Ama “ya bir şey olursa, ya başka bir şey olursa” diyorlar.”* (Eda, 48)

### **3.3.1.3. Güvenlik Ve İmkânlar: “Ailemin Yanından Ayrılamıyorum”**

Fiziksel aktiviteye katılımda bireylerin yaşadıkları yerler ve çevrelerinde bulunan alanlar katılımı kolaylaştırmaktadır. Ebeveynlerin sahip oldukları maddi imkânlar da OSB'li bireylerin daha iyi ve rahat bir yaşam sağlamalarında etkili olmaktadır. Ancak tersi durumlarda ise OSB'li bireyler çeşitli kısıtlamalarla yüzleşmek durumunda kalabilmektedirler. Bunlardan birisi olan “Semtın güvenilir olmaması”, ebeveynler tarafından aktarılan önemli bir kod olarak görülmektedir. Oturdıkları çevrenin güvenilir olmaması, trafiğin yoğun olması ve imkânların yetersiz olması gibi konular ebeveynlerin en çok üzerinde durduğu engeller olarak görülmektedir.

*“Oturduğumuz yer fiziksel aktivite için orta düzeyde, çok da uygun değil. Yoğun bir trafik var. Park bile çok uzak.” (Eda, 48)*

*“Tek başına çıkıp bir aktivite gerçekleştiremiyor, bize bağımlı. Evimiz cadde üzerinde ve güvenli değil. Çok fazla araba var.” (Ayten, 42)*

*“Çevre olarak hiç uygun değil çünkü apartmanda oturuyoruz. Bahçemizin önü dolmuşların kullandığı yol. Çok işlek bir yer. Gözümüzü 5 dakika bile ayırmıyoruz. Mesela bir bahçeye çıkacak, çocuk oynayacak biz de başında bekleyeceğiz ve yardımcı olacağız yani.” (Filiz, 44)*

*“Parklar oldukça küçükler. Çocuğun çıkmada bir bisiklet sürebileceği bir alan yok. Çevresi komple açık. Her an yola koşacak diye endişeliyiz. Zaten parkların genel olarak bir kullanışlığı yok. Koydukları tek şey kaydırak ve salıncak.” (Ayşe, 38)*

Ebeveynlerin görüşleri doğrultusunda bir diğer kod ise “Elverişsiz alanlar ve ekipmanlar” olarak belirtilmiştir. Yaşadıkları şehrin başkent olmasına rağmen elverişli alanların olmaması ebeveynlerin yakındıkları bir durum olarak görülmektedir.

*“Şehir genel olarak engelli bir birey için uygun denilemez ama başkent olması ve diğer şehirlerle kıyaslandığında çok ileri seviyede. Ha olması gerektiği seviyede*

*mi? Hayır. Kesinlikle değil. Mesela burada parklarda hareketler var, koşu/yürüyüş yolları var ama yeterli değil.” (Hakan, 39)*

*“Bulunduğumuz, oturduğumuz yer fiziksel aktivite açısından hiç uygun değil. Ben Mamak’ta oturuyorum. Yakınımızda bir park var ve küçücük.” (Ayşe, 38)*

Ebeveynler çevrelerinde uygun alan ya da fırsatlar olmadığında kendileri bir fırsat yaratmak için girişimlerde bulunmaktadırlar. Bu durum da ebeveynlerin “Yetersiz sosyo-ekonomik şartlar”ından dolayı gerçekleşmemektedir. Yetersiz şartlarının olduğunu belirten ebeveynler, otizmi “Zengin hastalığı” olarak nitelemiştir ve görüşlerini şu şekilde ifade etmişlerdir:

*“Zamanımız var ama bizim olanaklarımız parklar ve bahçeler. Ben oğlumla yine günde 1 saat yüzmek istesem bile işin ucu yine maddiyata dayanıyor. Ya bir yere üyelik yapacaksınız vs. İş yine maddiyata geliyor. Bir fizyoterapistle götürdüğümde bu hastalığı “zengin hastalığı” olarak tanımlamıştı. “Ne kadar paranız varsa, çocuğunuz o kadar sosyalleşir” demişti ve bende katılıyorum.” (Banu, 41)*

*“Ben isterim ki 20 saat, 30 saat, 40 saat eğitim aldırabileyim, spor yaptırabileyim ama işin ucu hep maddiyata dayanıyor.” (Ayşe, 38)*

#### **3.3.1.4. İklim Koşulları: “Havalar Soğuyunca Dışarı Çıkmak İstemiyorum”**

Çevresel açıdan bakıldığında fiziksel aktiviteye katılımda iklim koşullarının da etkili olduğunu rahatlıkla söyleyebiliriz. Ebeveynler genellikle çevrelerindeki parklar, bahçeler ve yürüyüş alanlarından yararlandıklarını ve kapalı tesis bulamadıklarını belirtmişlerdir. Bu kullanımlarının da daha çok yaz aylarında olduğunu aktarmışlardır.

*“Çevremizde bir tek park var. Bize yakın, 10 dakikada gidebiliyoruz. Bir avantajımız orası var zaten. Orada da yürüyüşe falan gidiyoruz yazın. Havalar kötü*

*olduğu için gidemiyoruz. Havaalar kötü olduğunda gidebileceğimiz bir tesis yok.”*  
(Filiz, 44)

*“Parka bahçeye götürüyoruz, onlar da yakın değil. Ama gidiyoruz. Havaalar biraz fazla etkiliyor. Soğuk olduğunda çıkmak istemiyor.”* (Damla, 49)

### **3.3.2. Çevresel Kolaylaştırıcılar**

“Oturulan semt ve imkânlar” ve “UFA fırsatları” başlıkları altında belirtilen kolaylaştırıcı temalar ve kodları, ebeveynlerin yanıtlarını alıntı yaparak aşağıda aktarılmıştır.

#### **3.3.2.1. Oturulan Semt ve İmkânlar: “Oturduğumuz Yeri Seviyorum”**

Ebeveynler oturdukları semtler ve çevresinde bulunan fırsatların çocuklarının daha aktif olmalarında etkili olduğunu belirtmektedirler. Bu açıdan “Ortam ya da ekipman uygunluğu” bu başlık altında bulunan ilk kod olarak ortaya çıkmıştır.

*“Biz üniversite kampüsünde oturuyoruz. Nispeten birçok yere göre avantajlıyız. Çok daha güvenli bir ortam, az trafik, yeşil parklar bahçeler işimizi kolaylaştırıyor.”* (Burak, 50)

*“Oturduğumuz yer bir site. Çevresinde yürüme alanları mevcut, spor alanları mevcut. Fiziksel aktivite için uygun bir yer. Kışları da olabildiğince bu alanlardan faydalıyoruz.”* (Esra, 44)

*“Çok merkezi bir yerde oturuyoruz. Biraz kalabalık ama çevremizde parklar var, basket sahaları var. Aracımız da var ve istediğimiz yere de götürebiliriz. Çevre fiziksel aktivite için bence uygun.”* (Duygu, 40)

Fiziksel aktivitenin parklar, bahçeler veya çeşitli sahalarda yalnızca havaların güzel olduğu dönemlerde gerçekleştirebileceğini belirten ebeveynler için en gerekli hizmet “Ulaşılabilir tesisler” ve “UFA programlarının ulaşılabilirliği” olarak görülmektedir. Ne kadar çok ve ne kadar bu bireyleri kabul eden fiziksel aktivite tesisi bulunursa, özel gereksinimleri bulunan aileler ve çocukları da o kadar yararlanabilirler. Aynı şekilde bu bireylere yönelik fiziksel aktivite programı içeren yerlerin bulunması da bireyler için önemli bir kolaylaştırıcı olacaktır. Evine 5 dakikalık mesafedeki havuza kabul edilmeyip 2 saatlik mesafede bulunan fiziksel aktivite tesislerine giden ebeveynler olduğunu yaptığımız görüşmeler sonucunda gözlemledik. Ulaşılabilir tesislerin olması, fiziksel aktiviteye OSB’li bireylerin katılabilmesinde önemli bir rol oynamaktadır diyebiliriz.

*“Fiziksel aktivite için benim oturduğum semt uygun. Batıkent’te oturuyoruz. Hep burada oturduk. Site içerisinde basket sahası, havuzu var. Yeteri kadar tesis mevcut. Yakınımda belediyenin de havuzu var. Ücretleri yarı yarıya.” (Seher, 43)*

*“Askeri lojmanlarda oturuyorum. Oturduğum yerde olmamızın amacı çocuklarım. Sosyal tesisler anlamında oldukça güzel imkânlara sahip bir yer. Tenisini oynayabilirsin, jimnastiğini yapabilirsin bir sürü çeşitli kursları var bunlara katılabilirsin.” (Ceyda, 35)*

### **3.3.2.2. UFA Fırsatları: “Gittiğimiz Yerler Tam Bana Göre”**

Kendilerine uygun fiziksel aktivite programlarının olduğunu belirten ebeveynler de bulunmaktadır. Bu konuda ebeveynler görüşlerini şu şekilde aktarmışlardır:

*“Gittiğimiz tesis tamamiyle özel gereksinimli bireylere yönelik hizmet veren bir tesis. Gittiğimiz yerde de paten, bisiklet ve genel egzersizler var. Masa tenisi en uygun geleni oldu bizim için.” (Yeliz, 49)*

*“Hafta sonları katıldığımız bir hareket eğitimi projesi var otizmlili bireylere yönelik. Günde 2 saat hareket eğitime katılıyor. 1 saati yüzme, 1 saati ise hareket eğitimi şeklinde.” (Esra, 44)*

Ulaşılabilir tesis ve UFA programlarının yanında OSB’li bireylere fiziksel aktiviteyi uygulatacak, onlarla bire bir ilgilenecek, yeterli donanıma sahip “Yetkin UFA eğitimi”ne de ihtiyaç duyulmaktadır. Tüm tesis ve programlar, bu sisteme uygun bir eğitmen olmadan yüksek verim sağlamakta zorlanacaktır. Yetkin UFA eğitmenlerine yönelik görüşlerini ebeveynler şöyle ifade etmişlerdir:

*“Eğitmenler gayet duyarlı. O yönden ben her zaman söylüyorum, eğitmen çok önemli. O yönden eğitmenlerinden Allah razı olsun. Her türlü aktivite yapıyorlar. Çocuğumuzu alıp diğer (NGG) sınıflarla bir araya getiriyor kaynaştırma gibi. Beden eğitimi dersine alıyor, sorumluluk yüklüyor.” (Hakan, 39)*

*“Gittiğim her yerde eğitmenlerinden çok memnun kaldım. Şu anda da eğitmeni ile aralarında iyi bir sevgi bağı oluşmuş durumda. Çok seviyor eğitmen ablasını. Yüzmedeki hocası da aynı şekilde 4-5 derste ona cesaret verip öğretebildi. O motivasyonu sağladı. Eğitmen bulmak oldukça zor, şanslı olduğumuzu düşünüyorum.” (Ayşe, 38)*

*“Çalıştığımız spor eğitmenlerinden memnunuz. Eğitmenleri oğlumun huzurlu, mutlu ve motive olmasını sağlıyor. Bir dahaki sefer gelişinde oğlum istekli oluyor. Biz kendimizi şanslı hissediyoruz, güzel insanlarla karşılaştık hep.” (Esra, 44)*

### **3.4. Kurumsal Faktörler**

Araştırmanın bir diğeri faktörü olan kurumsal faktörlerde katılımcı ebeveynlere OSB’li çocuklarının gün içerisinde en çok vakit geçirdikleri kurumlardaki fiziksel aktiviteye katılımlarında etkili olan engeller ve kolaylaştırıcıların neler olduğunu anlamaya yönelik sorular yöneltilmiştir.

Ebeveynlerin verdikleri yanıtlar doğrultusunda OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını engelleyen kurumsal faktörler “Kurumların olumsuz FA yaklaşımları” teması olarak belirlenmiştir. Bu temanın altında ise “Okul beden eğitimi dersinin niteliği” ve “Özel eğitim merkezlerinde FA dersinin ücretli olması” kodları birer engel olarak ortaya çıkmıştır. Fiziksel aktiviteye katılımda bireylerin katılımını kolaylaştıran faktörlerde de “Kurumların olumlu FA yaklaşımları” tema olarak belirlenmiştir. Bu temanın içerisinde ise “Gerçek beden eğitimi dersleri” ve “Özel eğitim merkezinde FA dersinin olması” kodlar olarak belirlenmiştir. Belirtilen temalar ve kodlar **Çizelge 3.4.**’te katılımcıların alıntıları ile yer almaktadır.

**Çizelge 3.4.** OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını etkileyen kurumsal faktörler

| Faktör                     | Temalar                            | Kodlar                                               | Alıntılar                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------|------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kurumsal Engeller          | Kurumların olumsuz FA yaklaşımları | Okul beden eğitimi dersinin niteliği                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>Sadece zaman geçiriyorlar, 45 dakika yeterli değil.</li> <li>Beden eğitimi dersine çıkarlar ve benim çocuğum bir kenarda kendi başına durur.</li> <li>Haftada 1 gün bence yeterli değil. Beden eğitimi öğretmenini de hiç görmedim.</li> <li>Beden eğitimi dersi var ama derslerin verimli geçtiğini düşünmüyorum.</li> <li>Beden eğitimi dersi var ama kızım özel eğitim alt sınıfı olduğu için katılamıyor.</li> <li>Beden eğitimi dersi var ama bire bir eğitim olmadığı için faydası olmuyor.</li> <li>Beden eğitimi dersi sistemde görünüyor ama derse çıkmıyorlar.</li> <li>Beden eğitimi dersine çocukları sınıf öğretmenleri çıkarıyor.</li> </ul> |
|                            |                                    | Özel eğitim merkezlerinde FA dersinin ücretli olması | <ul style="list-style-type: none"> <li>Spor dersi alabilirsek oğlum bundan yararlanabiliyor, yoksa yararlanamıyor. Spor dersi de ücretli tabi ki.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Kurumsal Kolaylaştırıcılar | Kurumların olumlu FA yaklaşımları  | Gerçek beden eğitimi dersleri                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>Çocuklarımızı alıp özel bir spor merkezine götürüyor okul ve bire bir eğitim imkânı sağlıyor.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

**Çizelge 3.4. - Devam**

| Faktör | Temalar | Kodlar                                    | Alıntılar                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------|---------|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|        |         |                                           | <ul style="list-style-type: none"><li>• Okul beden eğitimi dersi açısından destekleyici. Oğlum her gün okula gitmek için hevesle bekliyor.</li><li>• Okulumuz beden eğitimi anlamında oldukça aktif. Haftada 4 saat beden eğitimi dersleri var.</li></ul>                                                                    |
|        |         | Özel eğitim merkezinde FA dersinin olması | <ul style="list-style-type: none"><li>• Özel eğitim merkezinde aldığı fiziksel aktivite dersini çok seviyor.</li><li>• Özel eğitim merkezimiz bizi bu alanda destekliyor ve öğretmenimizden çok memnunuz.</li><li>• Özel eğitim merkezi fiziksel aktivite anlamında destekliyor ancak ücretini verirsiniz tabi ki.</li></ul> |

### 3.4.1. Kurumsal Engeller

“Kurumların Olumsuz Yaklaşımları” başlığı altında karşılaşılan engeller ve kodları, ebeveynlerin yanıtlarını alıntı yaparak aşağıda aktarılmıştır.

#### 3.4.1.1. Kurumların FA Yaklaşımları

OSB’li bireyler de NGG bireyler gibi günün büyük bir bölümünü kendilerine uygun okullarda geçirmektedirler. Bu okullar yalnızca özel gereksinimli bireylerin gittiği okullar olabildiği gibi, OSB’li bireyler kaynaştırma öğrencisi olarak NGG bireyler ile aynı okula da gidebilmektedirler. Okulu biten bireyler ise eğitimlerine özel eğitim merkezlerinde devam etmektedirler. Özel eğitim okul sürecinde de destek amacıyla kendilerine hizmet vermektedir.

OSB’li bireylerin en fazla vakit geçirdikleri kurumları ebeveynlerine sorarak, bu kurumların bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarında ne gibi bir rollerinin olduğunu sosyo-ekolojik model doğrultusunda incelemek istedik. Bu doğrultuda

ebeveynler karşılaştıkları engellerin neler olduğunu yaptığımız görüşmelerde aktarmışlardır. Ebeveynler çocuklarının en çok vakit geçirdikleri kurumun okul olduğunu ve neredeyse tamamı okuldaki beden eğitimi derslerinin yeterli olmadığını belirtmişlerdir. Özel gereksinimli bireylere yönelik imkanların ise oldukça kısıtlı olduğunu da görüşlerinde şu şekilde aktarmışlardır:

*“En çok gün içerisinde vakit geçirdiği yer okul. Bana göre fiziksel aktivite anlamındaki durum biraz zayıf. Beden eğitimi dersi var. Kış olduğunda dışarı çıkmıyorlar. Sadece zaman geçirme şeklinde oynuyorlar, kesinlikle yeterli değil. Hep aynı şeyleri yapıyorlar, 45 dk yeterli olmuyor.” (Ayten, 42)*

*“Okul hiçbir şekilde desteklemiyor. Beden eğitimi derslerinde çıkarıyorlar okulda, çocuklar öyle dolaşır. Benimki bir kenarda durur. Öğretmende elinde ya telefon ya da içerde öğretmenler odasında durur. Güvenlik kapıda nasıl olsa, çocuklar çıkamaz bir yere diye. Beden eğitimi diye bir şey yok.” (Banu, 41)*

*“Okul hiç desteklemiyor fiziksel aktivite anlamında. Daha önceki okullarımız da öyleydi. Haftada 1 gün sadece. Bence yeterli değil. Okulda hiç aktif değiller, çok fazla da ilgilenilmiyor. Öğretmenler çocukları bir odada tutuyorlar. Beden eğitimi öğretmeni var ama hiç görmedim.” (Nazan, 34)*

*“Beden eğitimi dersi sistemde var gözüküyor ama şu an çıkamıyorlar derse havalardan dolayı. Yazın çıkarıyorlardı sadece, sınıfları da belli yalnızca 4 çocuk var. Ne bekleyebilirsiniz. Sınıf öğretmenleri çıkarıyor. Öğretmenleri akademik anlamda çok iyiler fakat bizim otizmli çocuklarımızın bunun yanında sosyalleşmeye ve spor yapmaya ihtiyaçları var.” (Ayşe, 38)*

*“En çok okulda vakit geçiriyor, kaynaştırma öğrencisi olarak. Sabah 9’da bırakıyorum, 14.45’te alıyorum. Okul hiçbir şekilde fiziksel aktivite açısından desteklemiyor. Okul bu konuda bize öncülük edebilirdi. Araştırmalar yapabilirdi, bize*

*ön ayak olabilirdi. “Bizim böyle çocuklarımız da var” diyerek bize bir köprü olabilirdi. Ama yok. Yalnızca okula gidiyor ve duruyor, çıkıyor.” (Ceyda, 35)*

Ebeveynler devletten her hafta özel eğitim merkezlerinde kullanabilecekleri ücretsiz ders hakkına sahiptirler. Ancak bu durum fiziksel aktivite dersleri için geçerli olamamaktadır. Bu dersler tamamen ücretli olarak gerçekleştirilmektedir. Bu sebeple ebeveynler diğer masraflarının yanında bunu da karşılamakta zorlanabilmektedirler. Çocuğu liseden mezun konumunda olan bir ebeveyn, konu ile ilgili şunları aktarmıştır:

*“En fazla özel eğitim merkezinde vakit geçiriyor. Liseden mezun oldu bu sene. Özel eğitim merkezi oğlumun fiziksel olarak aktif olmasında çok etkin değil. Spor dersi alabilirsek oğlum bundan yararlanabiliyor, yoksa yaralanamıyor. Spor dersi de ücretli tabi ki.” (Esra, 44)*

### **3.4.2. Kurumsal Kolaylaştırıcılar**

“Kurumların olumlu FA yaklaşımları” başlığı altında belirtilen kolaylaştırıcı tema ve kodları, ebeveynlerin yanıtlarını alıntı yaparak aşağıda aktarılmıştır.

#### **3.4.2.1. Kurumların FA Yaklaşımları**

OSB’li bireyler çeşitli amaçlarla günlerinin büyük bir bölümünü eğitim kurumlarında geçirmektedirler. Bu kurumlar daha önce de belirtildiği üzere okul ya da özel eğitim merkezleri ağırlıklı olmaktadır. Bu kurumlar da fiziksel aktiviteye ne kadar önem verirlerse, OSB’li bireylerin katılımı da o kadar artacaktır. Bu konuda girişimlerde bulunan, kendi imkânlarıyla ya da başka tesislerden yararlanarak fiziksel aktivitenin gerçekleştirildiğini belirten ebeveynler “Gerçek beden eğitimi dersi” kodlarında görüşlerini belirtmişlerdir.

Çocuğunun en çok okulda vakit geçirdiğini belirten ebeveynler, okuldaki beden eğitiminin uygulanma şeklinden memnun olduklarını ve çocuklarının okula istekli bir şekilde gittiklerini şöyle ifade etmişlerdir:

*“En çok okulda geçiriyor vaktini. 9’dan 15’e kadar okulda. Okulu fiziksel aktivite anlamında destekliyor. Haftada 4 saat beden eğitimi dersi var. Benim de bakanlıkta çalışıyor olmamla biraz bastırdık ve 2 olan saati 4’e çıkarttık. Okul konusunda çocuğum oldukça aktif. Ben isterim ki gittiğimiz okul Türkiye çapında yaygınlaşsın.”* (Efe, 43)

*“En çok okulda vakit geçiriyor. Okulda beden eğitimi dersi var. Saatini bilmiyorum ama fiziksel aktivite anlamında desteklediğini düşünüyorum. Her gün oğlum hazır bir şekilde servisi bekliyor “ben okula gideceğim, okulda oynayacağım” diye. Gitmem dediği hiç olmaz, Pazar günü bile gelseler gider okula.”* (Damla, 49)

Daha iyi bir beden eğitimi dersi sunulması amacıyla çocuklarının imkânı daha iyi olan bir tesise her hafta götürüldüğünü belirten bir ebeveyn ise çocuğunun beden eğitimi deneyimini şu şekilde ifade etmiştir:

*“Okulda fiziksel aktivite şu şekilde gerçekleşiyor; Çocukları okuldan alıyorlar, bir merkeze götürüyorlar, orada haftada 1 gün toplamda 3 saat fiziksel aktivite yaptırıyorlar. Okul bu konularda bizi destekliyor. Çok destekliyor. Bazen 4 kişilik özel eğitim sınıfındaki çocuklardan alıp normal sınıflarla derse sokuyorlar.”* (Hakan, 39)

Okul dışında OSB’li bireylerin en fazla vakit geçirdikleri kurumlar olan özel eğitim merkezlerinde ise farklı alanlarda eğitimler verilmektedir. Fiziksel aktivite de bunlardan biridir. Her ne kadar ücretli olsa da, özel gereksinimli bireylerin bu alanda kendilerini geliştirebilmeleri adına önemli bir etki sağlamaktadırlar. Maddi durumu yeten ebeveynler bu imkândan yararlandıklarını aktarmışlardır. “Özel eğitim

merkezinde FA dersinin olması” bir kod olarak ebeveynler tarafından fiziksel aktiviteye katılmada bir kolaylaştırıcı olarak belirtilmiştir. Çocuklarının en çok özel eğitim merkezinde vakit geçirdiklerini ve kurumun fiziksel aktivite anlamında desteklediğini belirten ebeveynler görüşlerini şu şekilde ifade etmişlerdir:

*“En çok özel eğitim merkezinde vakit geçiriyor. Fiziksel aktiviteye katılmasında burası çok etkili oldu. Gayet memnunum. “Dilini anlayan” bir öğretmenle vakit geçiriyor, bu onun için mükemmel bir şey. Haftada 1 saat alıyoruz ama inşallah artıracamız.”* (Eda, 48)

*“Okulu bitti. Özel eğitim merkezinde geçiriyor en çok vaktini kurumsal anlamda. Fiziksel aktiviteye katılmamız anlamında bizi destekliyorlar. Ekstra spor dersi açtılar. Onu sevdiği şeylere yönlendirdiler.”* (Seher, 43)

*“Özel eğitim merkezinde çok destek alıyoruz fiziksel aktivite anlamında. Buradaki hocamız çok başarılı bu alanda. Uzunca bir süre buradan ders aldı, hatta bir arkadaşıyla grup dersi aldı. Daha sonra gruba başkaları da eklendi.”* (Banu, 41)

*“Özel eğitim merkezinde grup şeklinde dersler alıyor. Burayı seviyor. Spor dersinden keyif alıyor. Özel eğitim merkezi bu alanda bizi destekliyor.”* (Ayten, 42)

### **3.5. Kamu Politikası Faktörleri**

Araştırmanın bir diğer faktörü olan kamu politikası faktörlerinde katılımcı ebeveynlere OSB’li çocuklarının fiziksel aktiviteye katılımlarında etkili olan mevcut politikalarda engeller ve kolaylaştırıcıların neler olduğunu anlamaya yönelik sorular yöneltilmiştir.

Ebeveynlerin verdikleri yanıtlar doğrultusunda OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını engelleyen kamu politikası faktörleri “Mevcut politikaların beklentiyi karşılamaması” teması olarak belirlenmiştir. Bu temanın altında ise

“Ebeveynlerin UFA programları hakkında bilgilendirilmemesi”, “Otizmli bireylerin FA gereksinimlerinin önemsenmemesi”, “Ebeveynlere FA konusunda maddi destek sağlanmaması” ve “UFA programlarına yönelik eğitimci yetiştirilmemesi” kodları birer engel olarak ortaya çıkmıştır. Fiziksel aktiviteye katılımda bireylerin katılımını kolaylaştıran faktörlerde de “Politikalarda gerçekleşen iyileşmeler” tema olarak belirlenmiştir. Bu temanın içerisinde ise “Engellilere verilen önemin artması” ve “Engellilere fiziksel aktivite tesislerinde uygulanan indirimler” kod olarak belirlenmiştir. Belirtilen temalar ve kodlar **Çizelge 3.5.**’te katılımcıların alıntıları ile yer almaktadır.

**Çizelge 3.5.** OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını etkileyen kamu politikası faktörleri

| Faktör                    | Temalar                                       | Kodlar                                                    | Alıntılar                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kamu Politikası Engelleri | Mevcut politikaların beklentiyi karşılamaması | Ebeveynlerin UFA programları hakkında bilgilendirilmemesi | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hiçbir spor etkinliğinden yararlanmadık ve bilgilendirilmedik.</li> <li>• Çok araştırdık ama olmadı.</li> <li>• Size hiçbir konuda yardımcı olunmuyor, her şeyi zorla, kendiniz almanız gerekiyor.</li> <li>• Ebeveynler kendi imkânlarıyla bir şeyler yapmaya çalışıyorlar.</li> <li>• Politikaların sınırlı olduğunu düşünüyorum ve daha önce hiç bu şekilde bir aktivite duymadım.</li> </ul>                                                            |
|                           |                                               | Otizmli bireylerin FA gereksinimlerinin önemsenmemesi     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• “Otizmli” denince kimse ne yapacağını bilemiyor.</li> <li>• Çocuklarımıza yönelik yeterli sayıda FA programı yok.</li> <li>• Bu konuda bir destek almadık, üzerine düşünülse aşılabileceğini düşünüyorum.</li> <li>• Devletin engelli bireylere daha çok hak tanımasını isterim.</li> <li>• Bizim çocuklarımıza bir kat daha fazla ilgi gösterebilirler.</li> <li>• Büyükşehir belediyesine fiziksel aktiviteleri sorduk “Maalesef yok” dediler.</li> </ul> |

**Çizelge 3.5. - Devam**

| Faktör                                | Temalar                               | Kodlar                                                          | Alıntılar                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                       |                                       |                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Evet, hayatta daha büyük sorunlar mevcut ama biz de varız.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                                       |                                       | Ebeveynlere FA konusunda maddi destek sağlanmaması              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Devlet özel eğitimde olduğu gibi spor aktivitelerini de bize sunabilmeli.</li> <li>• Biz hiç ücret vermeyelim demiyorum ama en azından yarısını devlet karşılayabilir.</li> <li>• Bu çocuklar için FA ücretsiz uygulanmalı.</li> </ul>                                                                                                                                                                        |
|                                       |                                       | UFA programlarına yönelik eğitmen yetiştirilmemesi              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keşke bizim şartlarımıza uygun programlar geliştirilse ve eğitmenleri de ona göre eğitilse.</li> <li>• Bu çocuklarla ilgilenecek düzeyde bilgili, deneyimli ve bu çocuklarla bir şeyler yapabilecek beden eğitimi öğretmenlerinin olması lazım ama yok maalesef.</li> <li>• İyi yetişmiş eğitmenlerin olduğu yerler lazım bize.</li> <li>• Bu iş ile uğraşacak eğitmenleri devlet istihdam etmeli.</li> </ul> |
| Kamu Politikası<br>Kolaylaştırıcıları | Politikalarda gerçekleşen iyileşmeler | Engellilere verilen önemin artması                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Devletin engelliler için yaptıklarını çok destekliyorum. Ücretsiz ve her türlü eğitim olan tesisler sunuyorlar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                                       |                                       | Engellilere fiziksel aktivite tesislerinde uygulanan indirimler | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bir belediye tesisinde katkı payı alınmıyor, yalnızca eğitmene ücret ödeniyor, bu çok güzel bir şey.</li> <li>• Bir belediyede havuz ücretsiz, dersler ise %50 indirimli.</li> <li>• Oğlum otizmli olduğu için bir hareket eğitimi projesinde indirimden yararlanabilmiştik.</li> <li>• Ucuz ücretlerle bazı belediyelerin spor tesislerine üyelikler yapabiliyoruz.</li> </ul>                               |

### 3.5.1. Kamu Politikası Engelleri

“Mevcut politikaların beklentiyi karşılamaması” başlığı altında karşılaşılan engeller ve kodları, ebeveynlerin yanıtlarını alıntı yaparak aşağıda aktarılmıştır.

#### 3.5.1.1. Mevcut Politikaların Beklentiyi Karşılamaması

Kamu politikaları herhangi bir konuda devletin hukuksal ve kurumsal geleneklere uygun bir şekilde idari yürütme organları ile gerçekleştirdiği ilkelerin geneli olarak değerlendirilebilir. Bu politikalar her bireyi ilgilendirdiği gibi özel gereksinimli bireyleri de yakından ilgilendirmektedir. Mevcut politikaların OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarında ne gibi etkileri olduğunu sosyo-ekolojik modelimizin son basamağında incelediğimizde, ebeveynler ilk olarak kendilerinin “UFA programları hakkında bilgilendirilmemeleri”ni bir engel olarak belirtmişlerdir.

OSB’li çocuklarının genel ihtiyaçları ve bir yandan da bu ihtiyaçları karşılamak amacıyla çalışmak durumunda olan ebeveynler her şeye yetişemediklerini belirtmektedirler. Yetişemedikleri noktalarda da bir beklenti içerisine girmektedirler.

*“Takip ettiğim kadarıyla da böyle bir aktivite olduğundan haberdar değilim. Kendiniz araştırmanız gerekiyor maalesef. Bu işte öyle bir halde olmalısınız ki, her şeyi zorla almanız gerekiyor. Devlet size hiçbir konuda yardımcı değil, devlet sadece verdiği ders parasının hesabını tutuyor.”* (Burak, 50)

*“Hiçbir şekilde fiziksel aktiviteye yönelik devletin ya da belediyenin sağladığı bir imkândan yararlanmadım. Keşke olsa keşke yararlansak. Hiçbir şekilde bilgilendirilmedik.”* (Eda, 48)

*“Araştırdım fakat hiçbir çalışmaya, projeye rastlamadım. Bulamadım ve büyükşehir belediyesini aradım. Spor aktiviteleri sordum, “Maalesef bunlar yok” dediler. Bu alanda hizmet verecek yerler açılmalı ve bu alana katkı sağlayabilecek,*

*gönül verecek insanlar çalışmalı. Belli yerlerde değil, her belediyenin bu tarz imkânlar sunan yerleri olmalı ki oradaki çocuklar bundan yararlanabilsin.” (Ayşe, 38)*

Bu durum karşısında ebeveynler “Otizmli bireylerin FA gereksinimlerinin önemsenmediği”ni düşünmeye başlamaktadırlar. Diğer bir kodumuzu da oluşturan bu konuda ebeveynler fiziksel aktivite anlamında bir desteğin olmadığını ve mevcut akademik saat desteğinin de yetersiz olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca otizmin diğer engel gruplarına göre daha az bilindiğini de eklemişlerdir.

*“Daha önce bu şekilde bir programa hiç dâhil olmadık. Duymadım ve karşılaşmadım da. Ben devletin engelli bireylere daha çok hak tanımasını isterim. Çünkü bize verdikleri özel eğitim saatleri bile çok kısıtlı. Haftada 2 saatten ayda 8 saat bunun çok az olduğunu düşünüyorum. Gönül ister ki her eğitimi sürekli alsınlar ama bunu ayarlayanların da bir tasarrufu vardır, bir şey biliyorlardır diye düşünüyorum ya da umut ediyorum.” (Hakan, 39)*

*“Engelli denince genellikle bedensel engelli, tekerlekli sandalye kullanan kişiler akla geliyor. Otizmli deyince nerede ne yapılacakları karışıyor. Aslında çok kolaylar ama zorlanıyor insanlar. Keşke o imkânlar verilse, keşke bizim için de haftada 2 gün olacak şekilde bir ayarlama yapılabilse de benim çocuğum da uygun şartları olan bir belediye vb yerin programına katılabilse.” (Eda, 48)*

*“Oğlum adına katılabileceğimiz bir program, proje vb. bir uygulamaya kamusal alanda hiç rastlamadım. Araştırdım da, ancak yok. Belediyelerin yaptıklarını da takip ederim, yalnızca çocukları bekletmeye yönelik, bir şey katmayan aktivitelerden oluşuyor. Evet, hayatta daha büyük sorunlar mevcut ama biz de varız. Bu bireyler atlanmamalı.” (Eda, 48)*

*“Hiç duymadım. Herhangi bir merkezden de engelimizden kaynaklı bir indirim yardım vs. görmedim. Benim için önemli olan otizmli bireylerin normal bireyler ile bir araya gelebilecekleri etkinliklerin düzenlenmesi. Mesela 5 tane çocuğun içine 1 tane*

*otizmli çocuk girse hem otizmli onlardan bir şey öğrenir hem de diğer çocuklar otizmli çocuktan çok şey öğrenir. Bu konu hakkında otizmlilerin dışlanmamasını bu şekilde kaynaştırma eğitimleriyle gerçekleştirebilir ve NGG çocukların aileleri de bilgilendirir bu sayede.” (Duygu, 40)*

Araştırmamızın bulgularında daha önce de belirtildiği üzere, OSB’li çocuğu olan ebeveynler ihtiyaçlarını ve eğitimlerini karşılarken çeşitli ekonomik güçlüklerle karşılaşmaktadırlar. Devletin kendilerine her hafta belli bir saat akademik eğitim desteği sağladığını ancak fiziksel aktivite anlamında durumun bu şekilde olmadığını belirtmişlerdir. Bu bağlamda “Ebeveynlere FA konusunda maddi destek sağlanmaması” bir diğer kodumuz olarak ortaya çıkmıştır. Çocuğuna ne kadar bütçe ayırırsa, çocuğunun o alanda o kadar ilerleyebildiğini belirten ebeveynler, kendilerine sağlanabilecek destekler konusunda da önerilerini sırasıyla aktarmışlardır.

*“Belirli bir maaşınız var, çocuklar var, çocuğa belirli bir bütçe ayırabiliyorsunuz. Ne kadar çok ayırabilerseniz çocuğunuz da o kadar sosyalleşebiliyor. Devletin aynı özel eğitim merkezlerinde sağladığı ücretsiz saatler gibi mesela bir müzik ve spor etkinliklerini bize sunabilmeli. Ve bu şekilde çocuklar hem fiziken hem zihnen daha iyi hale gelebilsin. Ama şu an için devlet yalnızca rapor çıkarma ve çıkan rapor sonucunda belli saatlere dayanan özel eğitim derslerini karşılamakta sadece. Bunların dışında spor anlamında hiçbir şey yok.” (Banu, 41)*

*“Bu konuda maddi manevi ailelere destek olabilirler, tesis açabilirler, sırf engellilerin gidebileceği tesisler açabilirler. Bütün özel çocukların gidebileceği tesisler olsa daha iyi olurdu. Devlet özel eğitime verdiği desteği aynı şekilde spor eğitimine de verebilir.” (Berna, 34)*

*“Herhangi bir yerden bir indirimden vs. de yararlanmadık. Bizim çocuklarımız için spor şart. Özel eğitim artı spor şeklinde bir müfredat oluşturup, bu çocuklara ücretsiz olarak uygulamaları gerekiyor. Bunun için bir alan açmaları gerekiyor ya da belirli bir spor alanı açılması gerekiyor.” (Filiz, 44)*

*“Ben şunu isterdim; biz özel eğitimde madem bir destek görüyoruz az bile olsa, aynı şekilde spora da çocuklar yönlendirilmeli, onlara da hocalar sağlanmalı, onlara da o destek artırılmalı. Velilerin tek başına altından kalkabilecekleri bir şey değil bu. Çünkü gerçekten bu çocuklara sporun etkisi katkısı çok fazla. Vücuden, beynen rahatlatıyor, oldukça gerekli yani.” (Yeliz, 49)*

Kamu politikası engelleri başlığı altındaki son engel ebeveynlerin görüşleri doğrultusunda “UFA programlarına yönelik eğitimci yetiştirilmemesi” olarak belirlenmiştir. Mevcutta bu bireylerin gidebilecekleri tesis ve programların az olmasının yanında bu eğitimi verecek eğitimcilerin de yeterli olmadığını belirten ebeveynler olduğunu çevresel faktörler içerisinde belirtmiştik. Ebeveynler, özel gereksinimli bireyler ile fiziksel aktiviteleri gerçekleştirebilecek eğitimcilerin yetiştirilmesini istemektedir.

*“Keşke bizim için de haftada 2 gün olacak şekilde bir ayarlama yapılabilse de benim çocuğum da uygun şartları olan bir belediye vb yerin programına katılabilse. Eğitimcileri de ona göre eğitilse, keşke olsa...” (Eda, 48)*

*“Okullarda bu çocuklar için belki beden eğitimi öğretmenlerinin farklılığının olması lazım. Yani bu çocuklarla ilgilenecek düzeyde bilgili, deneyimli ve bu çocuklarla bir şeyler yapabilecek beden eğitimi öğretmenlerinin olması lazım ama yok maalesef.” (Burak, 50)*

*“Bence özel eğitim merkezleri eksik, bunlar olmalı. Buralarda devletin istihdam ettiği kişiler olmalı ve bunlar mutlu bireyler olsunlar ki; çocuklarımıza mutluluk vererek çalıştırabilsinler. Yaş gruplarına göre gruplar yapılmalı, haftanın belli günleri çocuklar oraya zorunlu ve servisle götürülmeli. Bu merkezlerin, hizmetlerin çok yaygın olması lazım.” (Burak, 50)*

### **3.5.2. Kamu Politikası Kolaylaştırıcıları**

“Politikalarda gerçekleşen iyileşmeler” başlığı altında karşılaşılan kolaylaştırıcılar ve kodları, ebeveynlerin yanıtlarını alıntı yaparak aşağıda aktarılmıştır.

### 3.5.2.1. Politikalarda Gerçekleşen İyileşmeler

Özel gereksinimli bireyler için gerçekleştirilen her girişim, bu bireyler üzerinde olumlu bir etki yaratmaktadır. Ebeveynler ve çocuklarının hayatlarını kolaylaştıracak her türlü yaklaşım, daha mutlu ve motive bir toplum oluşması adına önemli görülmektedir. Mevcut politikaların özel gereksinimli bireylerin sayısının ve ihtiyaçlarının da artmasıyla gelişmesi ebeveynler tarafından yaptığımız görüşmelerde aktarılmıştır. Bu doğrultuda kodumuz “Engellilere verilen önemin artması”dır. Bu konuda bir tek ebeveynimiz görüşlerini şu şekilde ifade etmiştir:

*“Devletin engellilere yaptıkları şeyler hakkında çok destekliyorum. Mesela yakınımızda yapılan yer inanılmaz bir tesis. Ben yurt dışında bile böyle tesis olmadığını duydum. Ücretsiz. Her türlü eğitim var. Saz, müzik, resim, spor, yüzme, seramik. Sadece rapor ve resim istiyorlar. Engelli olduğuna dair bir belge yeterli.”* (Seher, 43)

Ebeveynler tarafından belirtilen ikinci ve son kolaylaştırıcı kod ise “Engellilere fiziksel aktivite tesislerinde uygulanan indirimler” olmuştur. Bu indirimlerden pek çok ebeveynin yararlandığı görülmektedir

*“Bir belediyenin havuzunu kullanırken indirimden yararlanıyoruz. O açıdan belediyenin çalışmasını takdir ediyorum. Çünkü gittiğimizde benden yarı ücret alıyor, çocukta almıyor. 60 Lira gibi bir fiyata da abonelik yapıyor.”* (Ayşe, 38)

*“Bir semtte rastlamıştım bir keresinde. Günün, haftanın belli saatlerinde yüzme eğitimi var diye. Daha önce 2 adet vakfın ortaklaşa bir projesi vardı, oğlum otizmlili olduğu için orada indirimden yararlanabiliştik.”* (Yeliz, 49)

*“Bir belediyede de havuzlarda ücretsiz, derslerde %50 indirim var ama bu başka bir belediyede direkt ücretsiz. Devlet gereken ilgi ve alakayı gösteriyor.” (Seher, 43)*



#### 4. TARTIŞMA

Araştırma, ergenlik döneminde bulunan OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarını etkileyen faktörleri incelemesi yönünden önemli bir çalışmadır. Literatür incelendiğinde, bu yaş grubundaki bireylere yönelik çalışmaların az olması, bu araştırmayı yapmaya bizi teşvik etmiştir. OSB’li bireylerin serbest zamanlarının akranlarına göre daha fazla olduğu, gelişimlerinin en belirgin gözlemlendiği ve yaşadıkları sıkıntıların da bu doğrultuda arttığı ergenlik dönemi, fiziksel aktiviteye katılım anlamında oldukça önemli görülmektedir. Çocuklarını temsilen görüşmeleri gerçekleştiren ebeveynler ile sosyo-ekolojik faktörler açısından fiziksel aktiviteye katılımı etkileyen faktörlerin neler olduğu incelenmiştir. Sosyo-ekolojik modelin (McLeroy ve ark., 1988) kavramsal çerçeve olarak kullanıldığı bu çalışmada ortaya çıkan engellerin ve kolaylaştırıcıların her biri kişisel, kişilerarası, çevresel, kurumsal, ve kamu politikaları faktörlerine göre gruplandırılmıştır.

Araştırmada OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarında en büyük engelin kişisel faktörler olduğu belirtilmiştir. Katılımı kolaylaştıran etmenler anlamında da kişisel faktörler öne çıkmıştır. Fiziksel aktiviteye katılımda karşılaşılan engellerin kolaylaştırıcılardan fazla olduğu da araştırmamız sonucunda görülmektedir. Karşılaşılan engellerin yalnızca OSB’li birey ya da çevresindeki kişilerle ilgili olmadığı; çevresindeki imkânlar, bulunduğu kurum ve mevcut politikaların da oldukça etkili olduğu anlaşılmıştır. Fiziksel aktiviteye katılım bireyin kendini hem bireysel hem de sosyal anlamda geliştirmesinin yanında, bir yaşam tarzı oluşturması ve ailesinin de bu durumdan ekstra bir motivasyon sağlaması yönünde önemli bir fırsat olarak görülmektedir.

##### 4.1. Fiziksel Aktiviteye Katılımda Engeller

Fiziksel aktivite her insanın sağlıklı kalması ve sosyalleşmesi adına önemli bir etmendir. Günde en az 30 dakika kadar fiziksel aktiviteye katılımın agresif davranışları azaltma, depresyon riski ve kilo alımının önüne geçmede etkili olduğunu belirten

Troiano ve ark. (2008)'nın belirttiği sürenin çalışma grubumuzdaki bireyler tarafından gerçekleştiği görülmektedir. Toplamda 17 katılımcıdan oluşan çalışma grubumuzda her bir birey ortalama olarak haftalık 4,3 saat fiziksel aktivite uygulanmaktadır. Bu da günlük 30 dakikanın üzerinde bir süredir. Yürüyüş yapmak, çeşitli hareket eğitimi dersleri almak, yüzmek, bisiklete binmek, futbol veya basketbol oynamak ve oyunlara dahil olmak OSB'li katılımcılarımızın gerçekleştirdiği fiziksel aktivitelerdir (Skotte ve ark., 2014).

Literatür incelendiğinde engelli bireylerin NGG bireylere göre daha fazla engelle karşılaştığı görülmektedir (King ve ark., 2003). Ebeveyn perspektifi açısından gerçekleştirilen çalışmalarda (Gyurcsik ve ark., 2006, Obrusnikova ve Cavalier, 2011, Obrusnikova ve Miccinello, 2012, Gürkan ve Koçak, 2020) en çok belirtilen engellerin *kişisel* olduğu belirtilerek ve bu bağlamda araştırmamız ile uyum göstermektedir. Bulgularımız yetersiz sosyal ve iletişimsel eksiklikler, ebeveynlere bağımlı olmak, yetersiz motor beceriler, çevreye ilgisiz olmak ve psikolojik ilaçların yan etkileri olarak belirtilmiştir.

Yapılan çalışmalar incelendiğinde OSB'li bireylerin NGG yaşlılarına göre daha az aktif oldukları görülmektedir (Pan ve Frey, 2006). Bu durumun karşılaşılan engellerden kaynaklandığını söyleyebiliriz. Bu engeller doğrultusunda, OSB'li bireylerin fiziksel aktiviteye katılmalarında bireylerin yetersiz iletişim ve davranışsal problemleri Pan (2009) tarafından da bir kişisel engel olarak belirtilmiştir. Anderson ve ark. (2000) da OSB'li bireylerin olumsuz davranışlarından dolayı fiziksel aktiviteye katılma ihtimallerinin düşük olduğunu yapılan çalışmaları sonucunda aktarmıştır.

Her yaştan ve her yetenek seviyesinden insan için hareket becerilerinin en iyi şekilde öğrenilmesini sağlayan, gelişimsel olarak uygun aktivitelerin en iyi şekilde uygulanabilmesinde etkili olan motor beceriler (Payne ve Isaacs, 2011), OSB'liler için önemli bir etmendir. Otizmin birey üzerinde yarattığı etkilerden kaynaklı bir diğer kişisel engel ise yetersiz motor beceriler olarak bulunmuştur. Provost ve ark. (2007), araştırmamız bulguları ile paralel bir şekilde OSB'li bireylerin çoğunda motor gelişimin tam olarak tamamlanamadığını ve sıkça bozukluklar görüldüğünü

belirtmiştir. Yine yapılan çalışmalarda da OSB’li bireylerin gelişim dönemlerinde motor becerilerde eksiklik görüldüğü aktarılmaktadır (Bhat ve ark., 2012, Chawarska ve ark., 2007). OSB’li bireylerin %50-73’ünün NGG bireylerle karşılaştırıldığında motor becerilerinde gecikmeler olduğu belirtilmektedir (Green ve ark., 2009, Provost ve ark., 2007, Mari ve ark., 2003, Mayes ve Calhoun, 2003, Berkeley ve ark., 2001).

OSB, sosyal etkileşim ve ilişkilerde güçlük, sözlü ve sözsüz iletişimde bozukluklar ve davranışsal bozukluklar (APA, 2013) gibi çeşitli eksiklikler içeren bir bozukluktur. Bu bağlamda bireyler ebeveynlerine bağımlı bir şekilde yaşamaktadırlar. Bireylerin her türlü ihtiyacını ebeveynleri karşılamaktadır. Ebeveynler de çocuklarının ihtiyaçlarını karşılarken, insanlarla iletişim kurarken vb. durumlarda dâhil olmaktadır. Çocuklarının yapması gerekenleri ebeveynler yaparak bu ihtiyacı karşılamaktadırlar. OSB’li bireyler de bu ve benzeri durumlarda ebeveyn desteğini aramaktadır. Herhangi bir aktivitede veya bir ortamda ebeveynleri olmadan özgürce, kendileri gibi hareket edememektedirler. Bu bağımlı olma durumu fiziksel aktiviteye katılımı da etkili olmakta ve bireyler için bir engel olarak karşımıza çıkmaktadır.

OSB’li bireyler pek çok beceriyi NGG yaşlıları gibi edinmeler de, çevrelerine olan ilgi eksiklikleri nedeniyle bu becerileri yaşlılarından daha geç edinebilmektedirler (Cascio, 2010). Her 4-17 yaş arasındaki 11 OSB’li bireyden 1’inin çevresine ilgisiz olma ve dikkat eksikliği yaşadığını belirten Little ve ark. (2018), bu durumun OSB’lilerde çok sık görülen bir durum olduğunu aktarmıştır. Todd ve Reid (2006)’e göre de OSB’li bireyler benzer sebeplerden dolayı uzun süre fiziksel aktiviteye katılamamaktadırlar. Araştırmamızda da bu durum paralellik göstererek, fiziksel aktiviteye katılımı çevreye karşı ilgisiz olmak bir kişisel engel olarak karşımıza çıkmaktadır.

OSB olan neredeyse tüm bireyler konuşma, davranış ve sosyal becerilerini geliştirmede zorluk yaşamaktadırlar. Bu nedenle özel eğitim birinci tedavi yöntemidir ve bireylerin aktivitelerinde daha verimli olmaları adına çeşitli psikolojik/farmakolojik ilaçlar kullanabilmektedirler (LeClerc ve Easley, 2015). McCracken ve ark. (2002) 5-17 yaş arası 101 çocuk üzerinde 8 hafta boyunca gerçekleştirdikleri çalışmada, belirli

miktarlarda bu psikolojik/farmakolojik ilaçlardan çocuklara vermişlerdir. Çalışma sonucunda bireylerde öfke nöbetleri ve agresif atak sayılarında düşüş gözlemlenmiştir. Ancak bireylerde iştah artışı, baş dönmesi, salya akması, uyuşukluk ve yorgunluk gibi yan etkiler görülmüştür. Araştırmamızdaki ebeveynler de bahsedilen ilaçların OSB’li çocuklarını etkilediğini ve fiziksel aktiviteye katılmalarında bir engel olarak karşısına çıktığını belirtmişlerdir.

OSB’li bireyler kendi içlerinde yaşadıkları problemlerin neler olduğunu dışa vuramamakta ve bunu farklı şekillerde ifade etmektedirler. Ebeveynlerinin ya da eğitimcilerinin bireylerden istedikleri bize kolay gelse de, bu durum onlar için o kadar görünmemektedir. OSB’li bireyin kendisi ve yukarıda bahsedilen engeller sonucunda bireyin motivasyonu düşebilmekte ve fiziksel aktiviteye katılma isteği azalabilmektedir (Koegel ve ark., 2001, Obrusnikova ve Miccinello, 2012). Fiziksel aktiviteye katılımda motivasyon ve ilgi eksikliğinin bir diğer engel olduğunu belirten ebeveyn görüşleri ile literatürdeki çalışmalar paralellik göstermektedir. Bu motivasyon ve ilgi eksikliği sonucunda fiziksel aktiviteye katılım ya gerçekleşmemekte ya da düzensiz bir şekilde gerçekleşmektedir (MacDonald ve ark., 2011, Bandini ve ark., 2013, Mazurek ve Engelhardt, 2013).

Saldırganlık ve öfke nöbetleri de OSB’li ergenlerde klinik olarak önemli bir sorundur. Mazurek ve ark. (2013) Otizm Tedavi Ağı isimli bir toplulukta bulunan 1584 çocuk ve ergenin saldırganlık/öfke prevelansını incelemiştir. Yapılan çalışma sonucunda OSB’li bireylerin %53’ünde saldırganlık/öfke davranışının olduğu belirtilmiştir. Bu durum araştırmamızda yer alan ebeveynler tarafından da belirtilen önemli bir problemdir. Bazı ebeveynler çocuğunun sinirlendiğinde başkalarına zarar verebildiğini, kontrol etmede zorlandıklarını ve daha fazla güçlenmesinden korktuklarını belirtmişlerdir. Fiziksel aktivite ortamı düşünüldüğünde ebeveynler çocuklarını bu şekilde bir ortamda kontrol edemezse neler olabileceğini düşünerek fiziksel aktiviteye katılımlarını kısıtlamaktadırlar. Temel ve ark. (2017) de spor yapan ve yapmayan OSB’li bireylerin saldırganlık düzeylerinde farklılıkların bulunduğunu vurgulayarak, spor yapan OSB’li bireylerin daha uyumlu olduklarını belirtmiştir.

Tüm bu süreçler yaşanırken OSB'li bireyler de bazen kendi farklılıklarını keşfetmeye çalışmakta ve neden bu şekilde olduklarını sorgulayabilmektedirler. Mazurek (2014) de bu ve benzeri durumların OSB'li bireylerde kaygıya neden olduğunu belirtmiştir. Frith ve Happe (1999) ise OSB'li bireylerin kendi mental yetersizliklerinin farkında olabileceklerini öne sürmüştür. Araştırmamızda gerçekleştirilen görüşmeler sonucunda bazı OSB'li bireylerin yetersiz motor ve sosyal becerilerindeki eksikliklerin neden olduğunu sorguladığı aktarılmıştır. Bu durumun fiziksel aktiviteye katılımında OSB'li bireylerde olumsuz bir tutum geliştirmelerinde etkili olduğu belirtilmiştir.

OSB'li bireyler mevcut eksikliklerinin azalması ve daha iyi bir seviyeye gelmesi amacıyla ebeveynlerinin yönlendirmesiyle çeşitli eğitimler almaktadırlar. Bu eğitimler konuşma terapileri, öz bakım becerileri, ergoterapi, müzik ve resim dersleri olabilmektedir. Bunun yanında özellikle çalışma grubumuzdaki bireylerin çoğunluğu sabahdan öğle saatlerine kadar okula devam etmektedirler. Okul sonrasında ise bahsettiğimiz eğitimleri almaktadırlar. Ebeveynlerin görüşleri doğrultusunda, neredeyse tüm bireylerin günleri bu şekilde geçmekte ve akademik anlamda yoğun bir eğitim almaktadırlar. Günün kalan kısmını ise dinlenerek, yemek yiyerek ve ertesi güne hazırlanarak geçirmektedirler. Bu durum sonucunda ebeveynler fiziksel aktiviteye yeterli zaman ayıramadıklarını belirtmişlerdir.

OSB'li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarını etkileyen bir diğer engel ise *kişilerarası engellerdir*. Bulgularda bu engeller arkadaş eksikliği, olumsuz yaklaşımlar, dışlanma ve ebeveynlerin yeterli zaman ya da enerjisinin olmaması, ebeveynlerin fazla koruyucu olması ve kardeşe sahip olmak olarak ortaya çıkmıştır. Kişisel faktörlerden sonra OSB'li bireyler üzerinde en fazla etkisi olan faktördür. Kişilerarası engeller bireyin çevresindeki kişiler ve aile bireyleri açısından iki bölümde incelenmiştir.

Sosyalleşme, bilişsel ya da dil becerileri açısından mevcut eksiklikler sonucunda OSB'li bireylerdeki önemli bir eksikliktir. Kişisel engellerde de bahsedildiği gibi, ebeveynler ya da başka kişiler tarafından yönlendirilmediği sürece

OSB'li bireylerin sosyal veya fiziksel temasları görmezden gelerek diğer insanlara kayıtsız kaldıkları ve bunun onların en belirgin özelliklerinden biri olduğu belirtilmiştir (Schenkelberg ve ark., 2015). Bauminger ve Kasari (2000) de OSB'li bireylerin sosyal yetersizliklerinin olduğunu ve bu durumdan doğrudan etkilendiklerini ve yaşlarına uygun arkadaş edinememelerinde bu durumun etkili olduğunu açıklamıştır. Araştırmamızda da ebeveynler arkadaş eksikliğini fiziksel aktiviteye katılımdaki en önemli kişilerarası engellerden biri olarak aktarmıştır.

OSB'li bireyler davranışları ve olaylar karşısındaki verdikleri tepkiler ile NGG bireylere göre farklı görünebilmektedirler. Fiziksel aktivite ise bu farklılıkları aşmalarında, OSB'li bireylerin kendilerini oldukları gibi ifade etmelerini farklı uygulamalar ile kolaylaştırmaktadır (Weiss ve Stuntz, 2004). Bauminger ve ark. (2004) OSB'li bireylerin arkadaşlıklarına önem verdiklerini, Smith (2003) ise fiziksel aktivitenin OSB'li bireylerin arkadaş edinebilmeleri için önemli bir aracı olduğunu açıklamıştır. Ancak OSB'li bireyler hem fiziksel aktivite ortamların da hem de diğer sosyal ortamlarda karşılarındaki kişilerden her zaman bekledikleri karşılıkları alamamaktadırlar. Davranışlarından çekinen, onlardan korkan ve kendilerini geri tutan kişilerin olduğunu belirten ebeveynler, OSB'li çocuklarına karşı pek çok kişinin olumsuz davranışlar sergilediklerini aktarmışlardır.

OSB'li bireyler çeşitli iletişim ve davranış problemleri gibi sebeplerden dolayı olumsuz davranışlar ile karşı karşıya kalmanın yanında, diğer bireyler tarafından dışlanmaktadır (Pan, 2009). Anderson ve ark. (2004), OSB'li bireylerin uyumsuz davranışları tekrarlama eğilimlerinde olduklarını belirtmiştir. Healy ve ark. (2013) ise 9-13 yaş arası ergen OSB'li bireyler ile fiziksel aktiviteye katılımlarında etkili olan faktörlerin neler olduğuna yönelik gerçekleştirdiği çalışmada sosyal ilişkilerinin zayıf olmasından dolayı bireylerin dışlandıkları sonucuna ulaşmıştır. Literatürdeki çalışmalara bakıldığında, çalışma grubumuzdaki ebeveynlerin görüşleri ile benzerlik olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. OSB'li bireylerin bulundukları ortamlardan dışlanmaları fiziksel aktiviteye katılımlarını doğrudan etkileyen birer engel olarak görülmektedir.

Kişilerarası faktörler içerisinde OSB'li bireyleri en yakından ilgilendiren kişiler ise ailedir. Çünkü aile, OSB'li bireyin fiziksel aktiviteye katılmasında en etkili faktörlerden biridir (Buchanan ve ark., 2017). Bulgularımız doğrultusunda ebeveynlerin yeterli zaman ya da enerjilerinin olmaması, OSB'li bireyin fiziksel aktiviteye katılımını zorlaştıran bir durum olarak görülmektedir (Obrusnikova ve Cavalier, 2011). OSB'li bireyin fiziksel aktiviteye katılımı ile ilgili Obrusnikova ve Miccinello (2012) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, çocuğu OSB'li olan 102 ebeveyn ile katılımı etkileyen faktörler üzerine bir görüşme gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler sonunda ebeveynlerin %82'sinin çocuğunu fiziksel aktiviteye dâhil etme anlamında yeterli zamanının ya da enerjisinin olmadığını belirtilmiştir. Araştırmamızda da ebeveynlerin yoğun iş temposuna sahip olmaları, OSB'li bireyin bir diğer kardeşinin olması gibi sebeplerden dolayı bireylerin fiziksel aktiviteye katılımları kısıtlanmaktadır.

APA (2013), OSB'li bireylerin sosyal etkileşim ve ilişkilerde, sözlü ve sözsüz iletişimlerinde ile davranışlarında bozuklukların olduğunu belirtmektedir. Bu bozukluklar da OSB'li bireylerin dışlanmasına ve yalnız kalmalarına sebep olmaktadır. Hebron ve Humphrey (2014), gerçekleştirdikleri çalışmada OSB'li çocuklar, ergenler ve diğer özel gereksinim ihtiyaçları olan bireylerin zorbalığa maruz kaldıklarını aktarmıştır. 722 öğretmen ve 119 ebeveynin çalışma grubunu oluşturduğu araştırmada, bu bireylerin çeşitli zorbalıklar ya da dışlanmayla yüzleştikleri belirtilmiştir. Bu doğrultuda ebeveynler çocuklarının bu duruma maruz kalmamaları adına koruyucu bir rol üstlenmektedirler. Bulgulara bakıldığında, bazı ebeveynlerin bu durumu aşırılaştırdığını kabul ettiği görülmektedir (Stanish ve ark., 2015). Fiziksel aktiviteye katılımda çocuklarının benzer risklerle karşı karşıya kalmasından çekinen ebeveynler fazla koruyucu bir tutum takınmaktadırlar ve bu durum OSB'li bireylerin katılımını olumsuz yönde etkilemektedir.

Sosyo-ekolojik modelin bir diğer basamağı olan *Çevresel faktörlerde* karşılaşılan engeller de katılımcıların görüşleri doğrultusunda belirlenmiştir. Çevresel engelleri ilk olarak uyarlanmış fiziksel aktive (UFA) açısından değerlendirecek olursak; UFA programı eksikliği, yetkin UFA eğitmeni eksikliği, UFA programlarının

cretleri olarak açıklanmaktadır. Fiziksel aktivite tesisleri açısından baktığımızda ise fiziksel aktivite tesis eksikliği, fiziksel aktivite tesislerinin uzak olması ve fiziksel aktivite tesisi kuralları engeller olarak karşımıza çıkmaktadır. Diğer engeller ise semtin güvenilir olmaması, elverişsiz alan ve ekipmanlar, yetersiz sosyo-ekonomik şartlar ve hava koşullarıdır.

Uyarlanmış Fiziksel Aktivite (UFA), bireysel farklılıkların kabul edilmesini destekleyen, aktif yaşam tarzlarına ve spora erişimi arttırmayı savunan ve inovasyon ile kooperatif hizmet sunumu ve yetkilendirme sistemlerini destekleyen bir meslek ve akademik çalışma alanıdır. UFA, engelli bireylerin beden eğitimi, spor, serbest zaman aktiviteleri ve rehabilitasyonunu içermektedir (Kudlacek ve ark., 2010). Fiziksel aktivitenin OSB'nin olumsuz etkilerini azaltmada ve sağlıklarını iyileştirme gibi yararları olduğu düşünüldüğünde, özellikle kritik bir dönem olan ergenlik sürecinde tüm OSB'lilerin katılım sağlaması, araştırmacılar tarafından yapılan çalışmaların sonucu doğrultusunda tavsiye edilmektedir (Sorensen ve Zarrett, 2014). Ancak ebeveynlerin görüşleri doğrultusunda UFA programlarının eksik olduğu ve bu durumun çocuklarının fiziksel aktiviteye katılmaları adına bir engel olduğunu belirtmişlerdir (Obrusnikova ve Miccinello, 2012). OSB'li bireylerin kendi fiziksel aktiviteye katılımlarını kendi açılarından değerlendirdikleri bir çalışmada da 14 OSB'li bireyden 3'ü kendilerine uygun fiziksel aktivite programının olmadığını aktarmışlardır (Obrusnikova ve Cavalier, 2011). Aydın ve Sarol (2014) ise ebeveyn görüşleri doğrultusunda gerçekleştirdikleri çalışmada OSB'li bireylere yönelik UFA programlarının yeterli sayıda olduğunu ve içeriklerinden katılımcı ebeveynlerin memnun olduklarını aktarmıştır.

OSB'li bireyler enerjilerini atmak, sosyalleşmek ve gelişimlerinin daha sağlıklı olması ya da serbest zamanlarını kaliteli bir şekilde geçirmek adına fiziksel aktivite yapmaktadırlar. Fiziksel aktiviteyi kendi başlarına gerçekleştirmeleri zor görüldüğünden dolayı genellikle ebeveynler destek sağlamaktadır. Ancak ebeveynlerin de enerjilerinin ya da zamanlarının olmaması gibi sıkıntılar dolayısıyla bireyler bu aktiviteleri yapabilecekleri programlara yönelmektedirler. Aileler çeşitli programlara ücretlerini ödeyerek çocuklarını dâhil etmektedirler. Ebeveynler OSB'li

bireylere yönelik programların ücretli olduğunu ve bu konuda bir destek sağlanmadığını belirtmişlerdir. UFA programlarının ücretli olması ebeveynler tarafından bir engel olarak görülmektedir. Araştırmamız ile paralel bir şekilde Must ve ark. (2015) da OSB’li gruplar için yapılan etkinliklerin yüksek maliyetlerinin OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarında etkili olduğunu belirtmektedir. Bir başka çalışmada ise OSB’li bireyler için yapılan fiziksel aktivite programlarının ve ekipmanların yüksek maliyetleri fiziksel aktiviteye katılımda birer engel olarak aktarılmıştır (Murphy ve Carbone, 2008).

OSB’li bireylerin katıldıkları UFA programları bireylere yönelik hizmetler verme özellikleri ile diğer programlardan ayrılmaktadır. Bu açıdan, programlarda hizmet veren eğitmenlerin de özel gereksinimli bireylerin ihtiyaçları ve tutumlarına uyumlu bir şekilde davranmaları beklenmektedir. Ancak bulgularımız doğrultusunda UFA programlarında yeterli sayıda yetkin eğitmen olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Dwyer ve ark., 2008, Reid, 2005). Araştırmamız ile paralel bir şekilde Obrusnikova ve Miccinello (2012) ebeveyn görüşlerine göre OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarında etkili olan faktörleri inceledikleri çalışmalarında eğitmenlerin çocukları ile çalışabilecek donanıma sahip olmadıkları sonucuna ulaşmıştır.

OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılmalarında bir diğer önemli etmen ise fiziksel aktivite tesisleri olarak belirtilmiştir. Fiziksel aktivite tesislerinin beklentiyi karşılamaması başlığı altında ise ilk olarak fiziksel aktivite tesisi eksikliği ile elde edilen bulgularımızı tartışmaya devam edeceğiz. Ebeveynler çocukları ile serbest zamanlarında fiziksel aktivite yapmak istediklerini ancak bunu yalnızca çevrelerindeki üstü açık alanlarda gerçekleştirebildiklerini ve havalar kötü olduğunda gidebilecekleri tesislerin yetersiz sayıda olduğunu belirtmişlerdir. Menear (2007) da araştırmamız ile benzer sonuçlara ulaşarak engelli çocukları bulunan ebeveynlerin görüşleri doğrultusunda fiziksel aktiviteye katılımı etkileyen faktörleri inceledikleri çalışmalarında, özel gereksinimli bireylere yönelik fiziksel aktivite tesisinin az sayıda olduğunu aktarmıştır. French ve Hainsworth (2001), engelli bireylerin fiziksel aktivite tesislerinden yararlanmak istediklerini ancak tesis tasarımının engelli bireylerin kullanımına yönelik olmadığı ve birçok tesisin engelli bireylere erişime açık

olmadığını belirtmiştir. Aydın ve Sarol (2014) OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını etkileyen faktörlerin ebeveyn görüşleri tarafından aktardıkları çalışmalarında sonuç olarak tesislerin fiziksel aktivite programlarına katılımlarında bir engelleyici olmadığını belirtmiştir. Yaptığımız araştırmada ise OSB’li bireylere yönelik fiziksel aktivite tesisi eksikliği önemli bir engel olarak karşımıza çıkmaktadır.

Fiziksel aktivitenin gerçekleşmesi için ebeveynlerin gerekli şartları sağlaması ve sonrasında uygun bir program bulmaları gerekmektedir. Ebeveynler uygun bir program ya da tesis bulsalar da buralara oturdukları yerin uzak olması onların katılımını etkilemektedir. Araştırma grubumuzun genel olarak belirli yerlerdeki fiziksel aktivite tesislerini kullandıkları anlaşılmıştır. Çünkü OSB’li bireyleri kabul eden ve onların kullanabilecekleri tesis sayısı oldukça azdır. Bu tesisler de her bir aileye yakın bulunmamaktadır. Çalışma grubumuzdan bazı ebeveynler toplu taşıma ile 2 saat gidiş ve 2 saat geliş toplamda 4 saatlerinin yolda geçtiğini aktarmıştır. Obrusnikova ve Cavalier (2011) tarafından gerçekleştirilen çalışmada OSB’li ergen bireyler fiziksel aktiviteyi gerçekleştirdikleri fiziksel aktivite tesislerine ulaşımın zor olduğunu ve bu durumun kendileri için bir engel olduğunu aktarmışlardır. Diğer çalışmalarda da ebeveynler çocuklarının gitmeleri gereken fiziksel aktivite tesislerine ulaşımın zor olduğunu ve ulaşımın zamanlarının büyük bir kısmını aldığını belirtmişlerdir (Obrusnikova ve Miccinello, 2012, Gürkan ve Koçak, 2020). Aydın ve Sarol (2014) ise Türkiye’de OSB’li bireylere yönelik UFA programlarının büyük şehirlerde yoğunlaştığını ve genellikle özel sektör tarafından uygulanan bu programların şehir merkezinden uzak yerlerde gerçekleştirilmesinin ulaşım gibi sorunlara yol açtığını aktarmışlardır.

OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını kısıtlayan bir diğer engel ise fiziksel aktivite tesisi kuralları olarak karşımıza çıkmaktadır. OSB’li bireyleri her tesis kabul etmemektedir. Kabul eden tesislerde ise çeşitli kurallara uyulması beklenmektedir. Ancak bireylerin özel gereksinimleri unutulabilmektedir. OSB’li bireylerden de diğer sağlıklı bireyler gibi davranmaları ve kurallara uymaları beklenmektedir. Bu beklenti hem tesis yönetimi hem de diğer üyeler tarafından beklenebilmektedir. French ve Hainsworth (2001), engelli bireyler ile aynı fiziksel

aktivite tesisinde üye olarak bulunan sağlıklı bireylerin bakışlarının hoş olmadığını ve engelli bireylerin çıkardıkları seslerden bu bireylerin rahatsız olduklarını aktarmıştır. Ayrıca tesislerde soyunma odalarının kadın ve erkek olarak ayrıldığını, bir annenin bir erkek çocuğunu ya da bir babanın kız çocuğunu giydirirken zorluk çektiğini belirtmiştir. Bu nedenle boş oda arayarak orada üstlerini değiştirdiklerini aktarmışlardır. Aynı sorunlardan etkilenen çalışma grubumuzdaki ebeveynler de buna ek olarak havuzlardaki kadın ve erkek günlerinde bir babanın kızı ile ya da bir annenin oğlu ile kullanım sağlayamamasından yakınmaktadırlar. Bu ve benzeri durumların fiziksel aktiviteye katılımı direkt etkilediğini belirten ebeveynler, fiziksel aktivite tesislerinde özel gereksinimli bireylerin kullanımlarına yönelik düzenlemelerin yapılmasını istemektedirler.

Ebeveynler çocuklarının fiziksel aktiviteye katılmalarında bir diğer etkili olan faktörün çevrenin güvenilir olmaması olarak belirtmiştir. Oturdıkları yerin yol kenarı olması, izole bir ortam olmaması, çocuklarının özgür bir şekilde hareket etmesini sınırlamaktadır. Bu nedenle en yakın neresi varsa, oraya giderek fiziksel aktiviteyi gerçekleştirdiklerini belirtmişlerdir. Güvensizliğin başlıca nedenleri ev çevresinde trafik olması, oyun alanlarının korumasının olmaması ve yolun dibinde olması olarak aktarılmıştır. Literatür incelendiğinde de bisiklet yolunun olmaması, oyun alanlarının güvenli olmaması ve oyun alanlarında NGG çocukların OSB’li çocuklara olan sert tutumlarının bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarını kısıtladığını göstermektedir (Obrusnikova ve Miccinello, 2012).

OSB’li bireylerin oturdukları yerlerin güvenilir olmamasını ebeveynlerin görüşleri doğrultusunda elverişsiz alan ve ekipmanlar takip etmektedir. OSB’li çocuklarının yararlanabilecekleri alanların çok kısıtlı olduğunu, mevcuttaki alanlardan da daha çok NGG bireylerin yararlandıkları ve sıranın onlara gelmediği belirtilmiştir. Ayrıca fiziksel aktivite için kullanabilecekleri yerlerin sahalar ve parklar olduğunu belirten ebeveynler, sahaların sürekli dolu olduğunu ve parkların ise çok küçük olduğunu aktarmıştır. Ergenlik dönemi ile birlikte çocuklarının parklarda oynayamadığını, etrafta küçük çocukların bulunduğunu ya da tehlikeli durumların olabileceğini belirten ebeveynlerden yalnızca birkaçı kendilerine uygun alanlara

sahiptirler. Prellwitz ve Skar (2007) da engelli çocuklara yönelik alanların kısıtlı olduğunu, ulaşılabilir olmadığını ve kullanışlı olmadığını belirterek araştırmamız ile paralellik göstermiştir.

OSB’li çocuğu olan ebeveynler çocuklarının daha iyi bir seviyeye ulaşmaları ve daha kaliteli bir yaşama sahip olmaları adına her türlü çabayı göstermektedirler. Ancak hem akademik eğitimlerin hem de diğer aktivitelerin ücretli olması ve bu ücretlerin NGG bireylerinkine oranla daha yüksek olması ebeveynleri zorlamaktadır. Bulgularımız doğrultusunda neredeyse çalışma grubumuzun tamamı yetersiz sosyo-ekonomik şartlardan yana sıkıntı çekmektedir. Her biri çocuğuna mevcut aldığı eğitimin daha fazlasını sunmak istemekte ancak işin içine maddiyat girdiğinden dolayı bu isteklerini gerçekleştirememektedirler. Bu durum fiziksel aktiviteye katılımı da doğrudan etkilemektedir. Igwe ve ark. (2011) de finansal yetersizliklerin OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımında oldukça büyük bir etmen olduğunu belirtmiştir. Geçmişte yapılan çalışmalarda da sosyo-ekonomik şartlar ebeveynler tarafından fiziksel aktiviteye katılımı önemli bir engel olarak aktarılmıştır (Lee ve ark., 2008, Russell ve ark., 2011, Aydın ve Sarol, 2014, Memari ve ark., 2015, Gürkan ve Koçak, 2020).

Araştırmamızda yetersiz sosyo-ekonomik şartlar ve fiziksel aktivite ilişkisine baktığımızda, ailenin düşük gelirli olması çocuklarının fiziksel aktiviteye katılımını etkilememektedir. Düşük gelirli aileler kendi imkânlarıyla katılım sağlarken, yüksek geliri olan aileler ise kendilerinin kapatamadıkları bu ihtiyacı ücret karşılığında hizmet alarak kapatmaktadırlar. Ortalama katılım ve gelir ilişkisine bakıldığında düşük gelirli ailelerin OSB’li çocuklarının yüksek gelirli ailelerinkine göre daha fazla fiziksel aktiviteye katıldıklarını söyleyebiliriz.

Çevresel faktörlerden OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını etkileyen son etmen ise hava koşullarıdır. Çevrelerinde gidebilecekleri herhangi bir üstü kapalı tesis bulunmayan ebeveynler ve çocukları daha çok üstü açık parklar, oyun alanları ve sahalardan faydalanmaktadırlar. Ancak havanın yağışlı, rüzgârlı, soğuk ya da çok sıcak olması durumlarda bu imkândan da mahrum kalabilmektedirler. OSB’li

bireylerin fiziksel aktivite ile ilgili kendi görüşlerini aktardıkları bir çalışmada da OSB'li bireylerin %45'i kötü hava koşullarının bir engel olduğunu belirtmiştir (Obrusnikova ve Cavalier, 2011).

OSB'li bireyler eğitim almak amacıyla günlerinin büyük bir bölümünü çeşitli *kurumlarda* geçirmektedirler. Bu kurumlar okullar, özel eğitim merkezleri ya da destek bakım evleri vb. yerlerdir. Araştırma grubumuzda yer alan ergen OSB'li bireylerin çoğunluğu neredeyse her gün en az 5 saat okulda zaman geçirmektedirler. Aynı bireyler günün kalanında ekstra eğitimlerine devam ederek özel eğitim merkezine de gidebilmektedir. Örgün eğitimini tamamlamış ve mezun durumunda olan OSB'li ergen bireyler ise genellikle eğitimlerine özel eğitim merkezlerinde devam etmektedirler. Fiziksel aktiviteye katılımda karşılaşılan kurumsal engeller; okul beden eğitimi dersinin niteliği ve özel eğitim merkezlerinde fiziksel aktivite dersinin ücretli olması şeklinde ortaya çıkmıştır.

Ebeveynlerin görüşleri doğrultusunda okullarda gerçekleştirilen beden eğitimi derslerinin yeterli olmadığı görülmektedir. OSB'li bireylerin beden eğitimi derslerine dâhil edilmemeleri, beden eğitimi öğretmeninin OSB'li bireylere olumlu bir tutum takınmaması, okulda beden eğitimi öğretmeninin olmaması ya da beden eğitimi dersinin olmaması karşılaşılan engellerdir. Okulda beden eğitimi dersinin ve beden eğitimi öğretmeninin olmaması en büyük engel olarak sayılabilmektedir. Ancak yapılan çalışmalarda beden eğitimi öğretmenlerinin özel gereksinimli bireylere yönelik olumsuz tutumlarının olması, araştırmamızdaki ebeveynlerin görüşleri ile paralellik göstermektedir (Block ve Obrusnikova, 2007). Obrusnikova ve Block (2007)'a göre bu durumun sebebi beden eğitimi öğretmenlerinin lisans eğitimleri sırasında engellilere yönelik dersler almamaları ya da bu bireyler ile daha önce çalışmamış olmalarından kaynaklanmaktadır. Hatipoğlu (2016) ise beden eğitimi öğretmenlerinin engelli öğrencilere yönelik tutumlarını incelediği çalışmasında; beden eğitimi öğretmenlerinin engelli öğrenciye bir şeyler öğretme konusunda tutumlarının kararsız olduğunu belirtmiştir. Engelli bir birey ile öncesinde çalışmış olmanın öğretmen üzerinde etkili olduğunu ve öğretmenin duyarlılık seviyesinin ne kadar yüksek olursa tutumunda da o yönde olumlu bir artış olduğu belirtilmiştir.

OSB’li bireylerin eğitimlerinin okul dışarısında gerçekleştirildiği bir diğer alan olan özel eğitim merkezlerinde ise fiziksel aktivite eğitimi ücretlidir. Ebeveynlerin sosyo-ekonomik yetersizliklerinin katılıma engel olduğunu belirttiğimiz bölümde de aktarıldığı gibi ebeveynler çocuklarının masraflarına yetişme konusunda zorlanmaktadırlar. Fiziksel aktivite derslerinin özel eğitim merkezlerinde ücretli olmasını bir engel olarak belirtmişlerdir. Ülkemizde yapılmış bir çalışma olarak İnce (2017) ise özel eğitim merkezlerinde eğitim almakta olan OSB’li bireylerin ebeveynlerinin, özel eğitim merkezinde spor eğitmeni olmamasını bir engel olarak aktardıklarını belirtmiştir. Devletin akademik derslerde sağladığı desteği fiziksel aktivite eğitiminde de sağlaması konusunda görüşleri birleşmektedir.

Fiziksel aktiviteye katılımı etkili olan sosyo-ekolojik modelin son basamağında *kamu politikaları* açısından engeller bulunmaktadır. Kamu politikası; devletin yasalar ile sağladığı otoritesinin geçerli olduğu her türlü konuda kamu kurum ya da görevlisinin gerçekleştirdiği iş ve eylem olarak açıklanabilmektedir (Akdoğan, 2011). Bu doğrultuda bakanlar kurulunun kararı ile yürürlüğe sokulan ve her bir vatandaş etkileyen her türlü karar kamu politikası olarak değerlendirilmektedir. Kamu politikasına örnek olarak herhangi bir belediyenin fiziksel aktivite tesisinin engelli bireyler tarafından ücretsiz bir şekilde kullanılabilmesini verebiliriz. Araştırmamızda ise kamu politikaları açısından engelleri; ebeveynlerin UFA programları hakkında bilgilendirilmemesi, otizmli bireylerin fiziksel aktivite gereksinimlerinin önemsenmemesi, ebeveynlere fiziksel aktivite konusunda maddi destek sağlanmaması ve UFA programlarına yönelik eğitmen yetiştirilmemesi oluşturmaktadır.

Yoğun bir programa sahip OSB’li bireyler ve ebeveynleri, bir eğitimden diğerine yetişmeye çalışmaktadırlar. Çoğu ebeveyn de bir yandan çalışmak zorundadır. Bu süreçte çocukları için yararlı olabilecek fırsatlar hakkında yeterli seviyede araştırma yapamamaktadırlar. Ebeveynler fiziksel aktivitenin yararını bilselerde, nerede ve nasıl katılım sağlayacakları hakkında bilgileri kısıtlıdır. Bu konuda yetkili kişiler tarafından bilgilendirilme ihtiyacı içerisinde olduklarını ancak bu bilgilendirilme hizmetinin gerçekleşmediğini belirtmişlerdir. Ebeveynler çocukları

için gerekli olan tüm eğitimleri kendi araştırmaları ve çabaları ile gerçekleştirdiklerini aktarmışlardır. Aydın ve Sarol (2014) da kamu politikaları açısından ebeveynlere sağlanan desteğin yetersiz olduğunu belirterek araştırmamız ile benzer sonuçlara ulaşmıştır. Sosyo-ekolojik model doğrultusunda gerçekleştirilen başka bir çalışmada ise hiçbir ebeveyn kamu politikaları açısından bir engel olduğunu belirtmemiştir. Bu durumun çalışmanın gerçekleştirildiği ülkenin gelişmişliği ve engellilere yönelik çalışmalarındaki ilerlemesinin etkili olduğu söylenebilir. Ancak aynı çalışmada ebeveynler herhangi bir kamu politikası açısından kolaylaştırıcı da belirtmemişlerdir. Yalnızca bir ebeveyn bu durumu emniyet kemeri takmaya benzetmiştir. Nasıl ki zamanında kimse emniyet kemeri takmıyordu ve yaptırımlardan sonra herkes emniyet kemeri takmaya başladıysa, fiziksel aktivite konusunda da benzer girişimler yapılarak bu konunun da çözülebileceğini farklı bir örnek ile aktarmıştır (Obrusnikova ve Miccinello, 2012).

Ebeveynler bilgilendirilmemelerinin yanında çocuklarının bulunduğu engel grubu olan otizmin diğer engel gruplarına göre daha az bilindiğini ve önemsendiğini aktarmıştır. Engel denince akla tekerlekli sandalye vb. engellerin geldiğini belirten ebeveynler, OSB'li bireyler ile fiziksel aktivitenin nasıl gerçekleştirileceği konusunda yetkili kişilerin yetersiz kaldıklarını düşünmektedirler. Araştırmamız ile benzer sonuçlara sahip olan Aydın ve Sarol (2014) da gerçekleştirdikleri çalışmanın devlet temasında merkezi yönetimlerin politikalarının OSB'li bireylerin fiziksel aktivite dâhil olmaları gibi konularda yeterli olmadığını ve ihtiyaçlarını karşılayamadığını aktarmıştır. Gençlik ve Spor Bakanlığı, konu ile ilgili yetkili mercidir ve bu durumu kanunlar ile tescillemiştir. 3289 sayılı Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğünün Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanunun Spor Genel Müdürlüğünün görevleri arasında yer alan maddede engelli bireylerin spor yapabilmelerini sağlamak ve yaygınlaştırmak vurgulanmıştır. Ancak araştırmamız gösteriyor ki, geçerli olan kanunlar OSB'li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımları konusunda yetersiz kalmaktadır.

Ebeveynlerin OSB'li çocuklarının fiziksel aktivite eğitimi alabilmeleri için yeterli düzeyde gelirlerinin olması gerekmektedir. Yeterli seviyede bir gelirleri yoksa eldeki imkânlar dâhilinde çocuklarının fiziksel olarak aktif olmalarını sağlamaya

çalışmaktadırlar. Çevresel faktörler içerisinde yer alan sosyo-ekonomik yetersizliklerde de belirtildiği gibi OSB’li bireylerin katılabilecekleri fiziksel aktivite programları genellikle ücretlidir ve bu ücretler NGG bireylerinkine göre daha yüksektir. Bu gibi konularda ebeveynler şikâyetçi olmakla birlikte, çocuklarının ihtiyaçlarıyla başa çıkamadıklarını ve imkânlarının olmadığını belirtmişlerdir. Dünya çapında yapılan çalışmalarda da durumun farklı olmadığı ve fiziksel aktiviteye katılımı ücretlerin yüksek olduğu, OSB’li bireylere yönelik gerçekleştirilen fiziksel aktivite programlarının ise daha yüksek ücretlere sahip olduğu görülmektedir (Lee ve ark., 2008, Igwe ve ark. 2011, Russell ve ark., 2011, Aydın ve Sarol, 2014, Memari ve ark., 2015, Gürkan ve Koçak, 2020). Çocuklarını gönderdikleri bu programlardaki öğretmenlerin de yeterli olmadığını düşünen ebeveynler (Reid, 2005, Dwyer ve ark., 2008, Gürkan ve Koçak, 2020), daha eğitilmiş ve alanında tecrübeli yetkin öğretmenlerin yetiştirilmemesini de bir diğer engel olarak belirtmişlerdir. Kamu politikalarını yeterli bulmayan ebeveynler, çocuklarına eğitim verecek donanımlı öğretmenlerin olmasını ve fiziksel aktiviteye katılımı maddi destek sağlanması gibi kolaylaştırıcılar ile mevcut politikaların yeniden düzenlenebileceğini umut etmektedirler.

#### **4.2. Fiziksel Aktiviteye Katılımda Kolaylaştırıcılar**

Fiziksel aktivitenin birey üzerindeki hem fiziksel (Janssen ve LeBlanc, 2010) hem de mental sağlığa sayısız faydalarının olduğu (Strong ve ark., 2005) bilinmektedir. Düşük seviyede fiziksel aktiviteye katılım da bireylerde erken çocukluktan ergenliğe kadar kısa ve uzun vadeli sağlık sorunlarına yol açabilmektedir (Jones ve ark., 2017). Bu nedenle OSB’nin gerekliliği geçtiğimiz yıllarda fark edilerek katılımın arttığı görülmüştür (Garcia-Villamizar ve Dattilo, 2010). Ancak OSB’li bireyler bu faydalardan karşılaştıkları çeşitli engeller nedeniyle yararlanamamaktadırlar (Gürkan ve Koçak, 2020). Bu engelleri aşmada ise çeşitli kolaylaştırıcı faktörler, OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımı etkili olmaktadır. Sosyo-ekolojik model doğrultusunda karşılaşılan engeller gibi kolaylaştırıcılar da 5 farklı faktör açısından incelenmiştir.

Sosyo-ekolojik modelimizin ilk basamağında bireyin kendisi yani, kişisel kolaylaştırıcılar bulunmaktadır. OSB’li bireyin katılım öncesinde ya da katılım sırasında ve sonrasındaki hisleri, düşünceleri ve yaşadıklarının birey üzerindeki olumlu etkilerinin fiziksel aktiviteye katılımıda pozitif bir etkisi olduğu söylenebilir (Menear ve ark., 2015). Ebeveynlerin görüşlerinin değerlendirilmesi sonucunda bulgularımızda yer alan kişisel kolaylaştırıcılar; keyif almak, başarı hissi, kendine güven, fiziksel sağlığın artması, mental sağlığın artması, sağlıklı uyku, motor becerilerin gelişimi, sosyal yeteneğin gelişimi, kuralları kabullenmek ve istenmeyen davranışlarda azalmadır.

OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımları sonucunda edindikleri olumlu deneyimler bu bireylerin fiziksel aktiviteye tekrar katılmasında etkili olmaktadır. Ebeveynlerin görüşleri doğrultusunda OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteden keyif aldıkları, yaptıklarının takdir edilmesi ve başarı hissi sonucunda da kendilerine güvenin arttığı belirtilmiştir. Obruşnikova ve Cavalier (2011)’in çalışmasında da OSB’li bireyler keyif almak ve başarma hissini fiziksel aktiviteye katılımıda bir kolaylaştırıcı olarak belirtmişlerdir. Stanish ve ark. (2015) da gerçekleştirdikleri çalışmada benzer bir şekilde, fiziksel aktiviteye katılmanın OSB’li bireyler tarafından onları mutlu eden ve keyif aldıkları bir aktivite olarak aktarılmıştır. Todd ve Reid (2006) ise fiziksel işlevselliğin artması ile bireyin kendine güveninin arttığını belirtmiştir. Araştırmamızla paralellik gösteren bir diğer çalışmada da UFA programlarının bireylerin birtakım becerilerini geliştirmesi (paten, bisiklet vb.) sonucunda özgüven kazanımı gibi etkilerinin olduğunu vurgulamaktadır (Aydın ve Sarol, 2014).

Fiziksel aktivitenin en önemli faydalarından birisi de sağlık olarak belirtilmektedir. Fiziksel aktivite sağlık sorunlarını önlemede önemli bir araç olarak görülmektedir (Freedman ve ark., 2007). Ebeveynlerin bir kısmının da belirttiği gibi OSB’li bireylerin çoğu aşırı kilo ve obezite riski ile karşı karşıyadır. NGG bireylere göre bu riskin %40 daha fazla olduğunu belirten Curtin ve ark. (2010), fiziksel aktivitenin bu durumu önlemede önemli bir rolünün olduğunu aktarmıştır. Fiziksel aktiviteye katılımıda bir engel olarak belirtilen psikolojik/farmakolojik ilaçların iştah

açması ve aşırı kiloya sebep oldukları da literatürdeki benzer çalışmalar ile açıklanmıştır (Correll ve ark., 2009, Williamson ve Martin, 2012, Coury ve ark., 2012). Uyku düzensizlikleri de OSB'li bireyleri olumsuz yönte etkilemektedir (Williams ve ark., 2004). MacDonald ve ark. (2011) fiziksel aktivitenin artırılmasının karşılaşılan sağlık problemlerine karşı sağladığı faydalar dolayısıyla pek çok ülkede birincil sağlık hedefleri arasında yer aldığını belirtmiştir. Araştırmamız sonuçları ile benzerlik gösteren bir çalışmada Tomporowski ve ark. (2011), fiziksel aktivitenin bireylerin fiziksel ve mental sağlığını artırdığını aktarmışlardır. Lang (2010) de fiziksel aktivitenin OSB'li bireylerin sağlık vb. konularda olumlu yönde artmasında etkili olduğunu belirterek araştırmamız ile paralel sonuçlara ulaşmıştır.

Gelişimin çok yönlü olduğunu ve insanların sürekli olarak etkileşim içerisinde olduklarını belirten Payne ve Isaacs (2011), motor gelişiminde içerisinde bulunduğu bu gelişim sistemini tam olarak tamamlamamış kişinin kendini tam olarak anlayamadığını belirtmiştir. Araştırmamızda da ebeveynler OSB'li çocuklarının motor gelişimlerinin yetersiz olduğunu belirtmişlerdir (Berkeley ve ark., 2001, Green ve ark., 2002, Mayes ve Calhoun, 2003, Mari ve ark., 2003, Provost ve ark., 2007). Ancak fiziksel aktiviteye katılımda motor gelişimi yeterli seviyede olan bireyler için bu durum bir kolaylaştırıcı olarak görülmektedir. Fiziksel aktiviteye katılım sonucunda da OSB'li bireyler bu gelişimlerini olumlu yönde artırmaktadırlar.

OSB'li bireylerin gelişimlerini incelediğimiz bu bölümde bir diğer gelişimin ise sosyal yetenek anlamında gerçekleştiği yönündedir. Düzenli fiziksel aktivitenin sağlık, psikolojik ve özellikle sosyal açıdan faydalarının olması (Warburton ve Bredin, 2017) fiziksel aktiviteye katılımda önemli bir kolaylaştırıcı olarak ebeveynler tarafından belirtilmiştir. OSB'li bireylerin öğrenme ve sosyal anlamda güçlük çekmelerinde etkili olan ve sürekli tekrarlayan stereotipik davranışları bireyler için büyük bir engeldir (Jazouli ve ark., 2019). Sowa ve Meulenbroek (2012), orta düzeyde fiziksel aktiviteye katılımın bu hareketlerde azalmaya etki ettiği belirtilmektedir. Ayrıca OSB'li bireylerin NGG bireylere göre daha yalnız oldukları (Bauminger ve Kasari, 2000) ve bu durumun etkileşim kurulmamasından kaynaklandığı söylenebilmektedir. Fiziksel aktivitenin grup halinde yapılması ve sosyal ilişkileri

güçlendirdiği düşünüldüğünde (Turner ve ark., 1997), bireylerin sosyal yeteneklerinin de geliştiğini söyleyebiliriz.

OSB belirlenmiş kalıplara uymamak, tekrarlayan hareketler ve davranış bozuklukları ile tanımlanan bir bozukluk (APA, 2013) olması yönüyle bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını zorlaştırmaktadır (Gürkan ve Koçak, 2020). Fiziksel aktiviteye katılım gerçekleştikten sonra ise bireylerin bu davranışlarında azalmaların gerçekleştiği ve pozitif bir tutum geliştirdikleri gözlemlenmektedir. OSB'li ergen bireyler özellikle program dâhilinde olan fiziksel aktiviteye katılım sonucunda belirli kurallara ve işleyişe uymak durumunda kalmaktadırlar. Levinson ve Reid (1993) de araştırmamız ile paralellik gösteren sonuçlarında fiziksel aktiviteye katılmanın OSB'li bireyler açısından yararları olduğunu, fiziksel aktivitenin düzenli bir şekilde gerçekleşmesinin ardından OSB'li bireylerin istenmeyen olumsuz davranışlarında azalma ve kurallara uyma gibi olumlu davranışlarda artış görüldüğünü belirtmiştir. Davranışsal işlevselliğin artması ve kurallara uymanın yanında Sorensen ve Zarrett (2014), fiziksel aktiviteye katılımın özellikle OSB'li ergenlerin mevcut problemlerinde azalma ile fizyolojik, bilişsel ve psikolojik işlevselliklerinde artış sağladığını aktarmıştır.

Bireylerin fiziksel aktiviteye katılmalarında etkili olan bir diğer sosyo-ekolojik faktör ise kişilerarası faktörlerdir. OSB'li bireyleri doğrudan etkileyen çevrelerindeki kişilerin yaklaşımları fiziksel aktiviteye katılımı olumlu olduğunda önemli bir kolaylaştırıcı olabilmektedir. Araştırmamızda aile ve yakın çevrenin tutumu açısından değerlendirdiğimiz kişilerarası faktörler: Fiziksel aktiviteye olan bakış açısı, kararlı ve motive ebeveynler, kardeş desteği, bilinçli arkadaş grubu ve hoşgörülü komşular olarak belirlenmiştir.

Fiziksel aktiviteye olan bakış açısının bireylerin katılımında etkili olduğu görülmektedir. Bu bakış açısı OSB'li birey tarafından (kendilerini net bir şekilde ifade edemedikleri için) genellikle belirtilemese de, ebeveynler gerçekleştirdikleri gözlemler ve kendi görüşleri doğrultusunda fikirlerini paylaşmışlardır. Bu paylaşım sonucunda aile bireylerinin OSB'li bireyin fiziksel aktiviteye katılımında etkili

olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bireylerden biri olan OSB'li bireyin kardeşinin olması ise araştırmamızda hem bir engel hem de kolaylaştırıcı olarak belirtilmiştir. Her ne kadar ebeveynler diğer çocuklarına ayırdıkları zamanı bir engel olarak belirtseler de OSB'li bireyin kardeşinin olması çoğu zaman fiziksel aktiviteye katılmada bir kolaylaştırıcı olarak aktarılmaktadır (Obrusnikova ve Cavalier, 2011, Obrusnikova ve Miccinello, 2012, Gürkan ve Koçak, 2020). Araştırmamızda OSB'li bireyin kardeşinin kendisini yönlendirdiği ve sosyal ortamlar ile oyunlara dahil olmasında olumlu yönde etkilediği aktarılmıştır.

Fiziksel aktivitenin bireyler üzerinde oluşturduğu izlenim de bir dahaki katılım adına önemli görülmektedir. Obrusnikova ve Miccinello (2012) ebeveynlerin görüşleri doğrultusunda gerçekleştirdikleri çalışmalarında, OSB'li bireylerin fiziksel aktiviteye keyif aldıkları bir etkinlik olarak baktıklarını belirtmiştir. Stanish ve ark. (2015) ise çalışmalarında OSB'li bireylerin büyük bir bölümünün fiziksel aktiviteye tekrar katılmada istekli olduklarını aktarmışlardır. Ebeveynlerin kararlı ve motive olmasının da OSB'li bireylerin teşvik edilmesinde önemli olduğu yapılan çalışmalar ile anlaşılmaktadır (Obrusnikova ve Cavalier, 2011, Gürkan ve Koçak, 2020). Menear (2007) de ebeveynlerin çocuklarını fiziksel aktivite katılımlarında kararlı ve istekli olduklarında katılımın arttığını ifade etmiştir.

OSB'li bireylerin arkadaşlarının az olduğunu belirten Bauminger ve Kasari (2000), OSB'li bireylerin genellikle yalnız olduklarına dikkat çekmiştir. Bu durumun oluşmasında pek çok değişken olduğunu engeller kısmında belirtmiştik. Ebeveynlerin görüşleri ile anlaşılmaktadır ki, OSB'li bireyin arkadaşlarının olması bireyin katılımında oldukça etkili olmaktadır. Literatür incelendiğinde de OSB'li bireyin arkadaşlarının olması ve bu arkadaşlarının bireyi destekleyici olması fiziksel aktiviteye katılımda önemli bir rol oynamaktadır (Obrusnikova ve Cavalier, 2011, Must ve ark., 2015, Buchanan ve ark., 2017, Gürkan ve Koçak, 2020). Ayrıca ülkemizde daha yoğun ve sıcak ilişki içerisinde bulunan komşuların da olumlu yaklaşımlarının ebeveynleri ve OSB'li çocuklarının aktif olmalarında etkili olduğu belirtilmiştir. Neredeyse bütün ailelerin binalarda yaşadığını düşünürsek, evlerin birbirine yakın olduğu söyleyebiliriz. OSB'li bireyin bina içi ya da çevresinde

yapabileceği herhangi bir gürültü vb. durumunda komşuların bunu hoş görmesi bireyin daha rahat hareket etmesini ve kısıtlanmamasını sağlayacaktır.

Fiziksel aktiviteye katılıma etki eden faktörlerde sosyo-ekolojik modelimizin bir diğer basamağında çevresel kolaylaştırıcılar bulunmaktadır. Çevresel kolaylaştırıcılar oturulan semt ve imkânlar ile UFA fırsatları olarak iki başlıkta incelenmiştir. İlk başlık altında ortam ya da ekipman uygunluğu ve ulaşılabilir tesisler bulunmaktadır. İkinci başlık altında ise erişilebilir UFA imkânları ve yetkin UFA eğitmeni yer almaktadır.

OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılımında etkili olan çevresel kolaylaştırıcılar ebeveynlerin belirttikleri çevresel engellere göre daha az bulunmuştur. Obrusnikova ve Miccinello (2012) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, bireyin evinin etrafında uygun ortam ya da ekipmanların bulunması araştırmamız ile benzer bir şekilde bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarını kolaylaştıran bir faktör olarak belirtilmiştir. Ancak çok az sayıda ebeveyn bu imkâna sahip olduğunu ifade etmiştir. Bu uygun alanlara yürüyüş yolları, oyun alanları ya da aktivitelerin gerçekleştirilebileceği tesisler olarak sınıflandırılmaktadır. Fiziksel aktivite tesislerine ulaşımın ise pek çok ebeveyn tarafından katılımı oldukça etkilediği ve ebeveynleri zorladığı aktarılmıştır. Fiziksel aktivite tesislerine ulaşım konusunda yalnızca birkaç aile bu durumu kolaylaştırıcı olarak belirtmiştir. Haegele ve ark. (2018) ise tesislerin engelli bireylere yönelik olmadığını ve uygun tesis bulmada ailelerin zorlandığını aktarmıştır. Ülkemiz açısından bakıldığında Aydın ve Sarol (2014) da fiziksel aktivite tesislerine ulaşımın zor olduğunu ebeveynler ile gerçekleştirdikleri görüşmeler sonucunda ifade etmişlerdir. OSB’li çocuğu olan ebeveynlerin ulaşılabilir tesisler hakkında görüşlerinin değişmesi yalnızca tesislerin sayısının ve yakınlığının artması ile değişebileceği düşünülmektedir.

UFA programlarının OSB’li bireylere uygun olması, onlara hitap ediyor olması ve bireylerin kendi seviyelerinde eğitim almaları açısından önemli bir role sahiptir (Sarol ve Çimen, 2015). UFA programı bulmakta zorlanan ebeveynler için erişilebilir UFA programları katılımı kolaylaştıran önemli bir faktördür (Aydın ve Sarol, 2014). Mattinson ve ark. (2018) bireylere uygun programların fiziksel

aktiviteye katılımda etkili olduğunu belirtmiştir. Obrusnikova ve Miccinello (2012) tarafından da OSB’li bireylerin katılım sağlayabilecekleri fiziksel aktivite programları ebeveynler tarafından belirtilen birkaç kolaylaştırıcıdan biridir. Çalışma grubumuzda çok az sayıda ebeveyn çocuklarına uygun fiziksel aktivite programına rastladıklarını belirtirken, büyük bir çoğunluk ise çocuğuna uygun programlar bulamamaktadırlar. UFA programlarının olumlu etkileri göz önünde bulundurulduğunda bireylere yönelik programlarının sayısının artırılmasına ihtiyaç duyulduğunu araştırma ve literatür incelemesi sonucunda söylenebilir. Her türlü olumsuzluğa rağmen halen işini iyi yapan insanların bulunması OSB’li ve diğer engel gruplarındaki bireyler için önemlidir. Ebeveynler UFA fırsatları başlığı altında son olarak yetkin UFA eğitmenlerinin olduğunu ve kendilerinin çocuklarını aktivitelere adapte etmelerinde oldukça etkili olduklarını belirtmişlerdir. Araştırmamızda UFA programlarından yararlanan ebeveynlerin büyük kısmı eğitmenlerin yetkin olduğunu (Must ve ark., 2015), yetkin olmasalar da ellerinden gelenin en iyisini yaptıklarını aktarmışlardır.

OSB’li bireylerin günlerinin büyük bir bölümünü geçirdikleri kurumlar açısından kolaylaştırıcılar ebeveyn görüşleri doğrultusunda belirlenmiştir. Kurumsal kolaylaştırıcıların engellere göre daha az olduğu görülmektedir. Bu kolaylaştırıcılar: gerçek beden eğitimi dersleri ve özel eğitim merkezinde fiziksel aktivite dersinin olmasıdır.

Kurumsal engeller incelendiğinde OSB’li bireylerin gittikleri okullarda beden eğitimi derslerinin niteliğinin yeterli olmadığı görülmektedir. Ebeveynlerin çoğunlu da bu görüşe sahiptir. Çalışma grubumuzdan yalnızca iki ebeveyn, çocuklarının iyi bir beden eğitimi dersi aldığını ve memnun olduklarını belirtmiştir. Araştırmanın yapıldığı kentin büyüklüğü ve imkânları düşünüldüğünde bunun yeterli olmadığını söyleyebiliriz. Bireylerin bir kısmının günün büyük bölümünü geçirdiği, diğerlerinin ise okuldan sonra ziyaret ettikleri özel eğitim merkezlerinin fiziksel aktivite dersi veriyor olması ise bir kolaylaştırıcı olarak belirtilmiştir. Ebeveynlerin bir kısmı bu hizmetin ücretli olmasını bir engel olarak belirtirken diğer ebeveynler ise bunu bir kolaylaştırıcı olarak belirtmesi, araştırma açısından oldukça farklı bir sonuç olarak karşımıza çıkmaktadır.

Günümüzde engelli bireylerin sayısının giderek artması ve toplumdan birçok insanın bu sorun ile yüzleşiyor olması bir farkındalık yaratmaktadır. Sosyo-ekolojik modelin son basamağında bulunana kamu politikaları açısından fiziksel aktiviteye katılımda kolaylaştırıcılar da bu farkındalığa yönelik görüşlere sahiptir. Araştırmamızda kamu politikaları açısından kolaylaştırıcılar: Engellilere verilen önemin artması ve engellilere fiziksel aktivite tesislerinde uygulanan indirimler olarak belirlenmiştir.

Türkiye Otizm Erken Tanı ve Eğitim Vakfı'nın 2017 verilerine göre ülkemizde yaklaşık 1 milyon kadar OSB'li bireyin bulunduğu düşünülmektedir. Genel engelli sayısına bakıldığında ise toplumun büyük bir kesiminin etkilendiğini söyleyebiliriz. Giderek artan bu sayı karşısında bu bireylere yönelik çalışma ve düzenlemelerin yapılması önemli bir ihtiyaç olarak görülmektedir. Ülkemizde engelli bireylere yönelik ilk büyük çalışma 2002 yılında gerçekleştirilen nüfus sayımındaki Türkiye Engelliler Araştırması'dır. Bu araştırma sonrasında engelli bireylere yönelik pek çok proje ve düzenlemeler yapılmıştır. Engelli bireylere yönelik yasal düzenlemeler incelendiğinde de birçok yasa maddesi, genelgeler ve yönetmeliklerin bulunduğu görülmektedir. 5378 sayılı "Özürlüler ve Bazı Kanun ve Kanun Hükmünde Kararnamelerde Değişiklik Yapılması Hakkında Kanun" 2005 yılında kabul edilmiştir ve engellilere yönelik düzenlenmiş en kapsamlı kanun olarak görülmektedir. 2013 yılında 6462 sayılı kanunun 1'nci maddesiyle "özürlülük" kavramı "engelliler" olarak değiştirilmiştir.

Engelli bireylerin spor yapmalarını ve bu durumun yaygınlaştırılması, tesislerin onlara göre düzenlenmesi, gerekli ekipman sağlanması ve bilinçlendirmenin gerçekleştirilmesi gibi maddeler içeren Gençlik ve Spor Bakanlığı 3289 sayılı Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğünün Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanunun Spor Genel Müdürlüğünün görevleri arasında yer alan 2. maddenin "O" bendi de engellilere verilen önemi göstermektedir (Aydın ve Sarol, 2014). Ayrıca gösterilen ilgi ve yapılan yatırımlar doğrultusunda pek çok engelli sporcu dünya çapında sportif başarılar elde etmektedirler. Ebeveynler de bu ve benzeri gelişmelerden dolayı ebeveynlere verilen önemin arttığını vurgulamaktadır. Ancak bu durumu görüşlerinde aktaran ebeveyn sayısının oldukça az olduğu görülmektedir. Özellikle belediyelerin fiziksel aktivite

tesislerinde gerçekleştirdikleri indirimlerden ebeveynlerin tamamına yakınının faydalandığı gör÷lmektedir. Maddi açıdan zorlanan ebeveynler bu durumdan oldukça memnun kaldıklarını belirtmişlerdir.



## 5. SONUÇ VE ÖNERİLER

### 5.1. Sonuçlar

Araştırma bulgularına göre; OSB’li ergen bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarında etkili olan faktörler sosyo-ekolojik model doğrultusunda kişisel, kişilerarası, çevresel, kurumsal ve kamu politikaları açısından tartışılmıştır.

Sosyo-ekolojik modele göre fiziksel aktiviteye katılımı OSB’li bireylerin karşılaştıkları engellerin en fazla kişisel faktörler kaynaklı olduğu görülmektedir. Ebeveynlerin görüşleri doğrultusunda “yetersiz gelişim”, “negatif tutum” ve “yoğunluk” temaları kişisel engelleri oluşturmaktadır.

OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılmasını engelleyen kişilerarası faktörlerde ise bireyin çevresindeki bireyler tarafından karşılaştığı “önyargılar” ve bireyi olumsuz yönde etkileyen “ailenin tutumu” temalarına ulaşılmıştır.

Çevresel faktörler açısından incelendiğinde ise katılımı engelleyen faktörlerde “UFA fırsatları”, “fiziksel aktivite tesislerinin beklentiyi karşılayamaması”, “güvenlik ve imkânlar” ile “iklim koşulları” temaları ortaya çıkmıştır. Analiz sonucunda ebeveynlerin en fazla “güvenlik ve imkânlar” temasının bir kodu olan “yetersiz sosyo-ekonomik şartlar”ı fiziksel aktiviteye katılımı engel olarak belirttikleri görülmektedir.

Kurumsal faktörler ise fiziksel aktiviteye katılımı ebeveynler tarafından en az belirtilen engel olarak görülmektedir. Kurumsal faktörler “kurumların olumsuz FA yaklaşımları” temasından oluşmaktadır. Devlet okullarının OSB’li bireylere yönelik beden eğitimi derslerinde yetersiz kaldıkları ve her okulun beden eğitimi dersinin farklı niteliklere sahip olduğu anlaşılmıştır.

Kamu politikaları açısından etkili olan engellere bakıldığında ise “mevcut politikaların beklentiyi karşılamaması” temasına ulaşılmıştır. Mevcut kamu

politikalarının ebeveynlerin gereksinimlerini karşılayamadığı ve katılımcıların çoğunluğunun engelli bireyler için var olan politikalardan haberdar olmadıkları görülmüştür.

OSB’li ergen bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarını kolaylaştıran en fazla faktörün ise kişisel kaynaklı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kişisel kolaylaştırıcılar “deneyimler”, “sağlık”, “gelişim” ve “pozitif tutum” temalarından oluşmaktadır. Ebeveynlerin OSB’li çocuklarının fiziksel aktiviteye katılmalarında en etkili olan faktörün ise “pozitif tutum” temasının bir kodu olan “keyif almak” olduğu ortaya çıkmıştır.

Kişilerarası kolaylaştırıcılar faktörünü bireyi olumlu yönde etkileyen “ailenin tutumu” ve “yakın çevrenin tutumu” olarak görülmektedir.

Çevresel kolaylaştırıcıları ise “oturulan semt ve imkânlar” ile “UFA fırsatları” oluşturmaktadır.

Ebeveynler tarafından belirtilen en az kolaylaştırıcı faktör ise kurumsal kolaylaştırıcılar olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu faktörü “kurumların olumlu FA yaklaşımları” oluşturmaktadır.

Sosyo-ekolojik modelin son basamağı olan kamu politikaları açısından fiziksel aktiviteye katılımı kolaylaştıran faktörlere baktığımızda ise “politikalarda gerçekleşen iyileşmeler” sonucuna ulaşılmıştır.

Tüm bu bulgulardan hareketle; OSB’li ergen bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarının gerçekleşmesinde pek çok engelle karşılaştıkları ve sonuç olarak bir şekilde fiziksel aktiviteye katılımın gerçekleştiği ancak engelleri aşmalarında yeterli seviyede kolaylaştırıcı etmene sahip olmadıkları anlaşılmaktadır. Ebeveynlerin görüşleri doğrultusunda OSB’li ergen bireylerin fiziksel aktiviteye katılımda kolaylaştırıcılara kıyasla daha çok engelle karşılaştıkları görülmektedir. Ebeveynlerin

tamamının fiziksel aktiviteyi çocukları için gerekli gördüğü ve karşılaştıkları engellerin kolaylaştırıcılara göre daha fazla olduğu araştırmanın sonucu olarak çıkmıştır.

## **5.2. Öneriler**

### **5.2.1. Araştırmanın Sonuçlarına Yönelik Öneriler**

1. OSB’li bireylere yönelik UFA çalışmaları sayı ve içerik olarak genişletilerek her kesimden bireyin faydalanması sağlanabilir.

2. OSB’li bireylerin karşılaştıkları engellerin aşılmasında toplum olarak farkındalık sağlanarak bu engeller aşılabılır.

3. Özellikle NGG bireylerin OSB’li bireyler ile küçük yaşlardan itibaren iletişim kurmaları ve zaman geçirmeleri sağlanarak, daha anlayışlı ve özel gereksinimli bireyler hakkında bilgisi olan bireyler yetiştirilebilir.

4. Özel fiziksel aktivite tesislerine OSB’li bir üye bulundurma zorunluluğu getirilerek OSB’li bireylerin özel fiziksel aktivite tesislerinden yararlanmaları sağlanabilir. Böylece ailelerin kendilerini kabul eden, uzak mesafede bulunan tesislere gitme zorunluluğu ortadan kaldırılabilir.

5. Okullarda beden eğitimi öğretmeni olmaya aday lisans öğrencilerinin eğitimlerinde engellilere yönelik dersler almaları sağlanmalı ve mevcut öğretmenlerin ise çeşitli eğitimlerle deneyim kazanmaları desteklenmelidir.

6. OSB’li bireylerin kullandıkları fiziksel aktivite tesislerinin tamamen ücretsiz olması ve yanlarında ebeveynlerinin de eşlik etmesine izin verilmelidir.

7. Akademik anlamda destek sağlanan OSB’li bireylere her ay fiziksel aktivite eğitimi için de destek sağlanmalı ve her OSB’li bireyin fiziksel aktivite eğitimi alması zorunlu tutulmalıdır.

8. Çeşitli kamu spotları ve kampanyalar ile OSB’li bireylerin ebeveynleri fiziksel aktivitenin faydaları hakkında bilgilendirilerek en uygun yerlere yönlendirilmelidirler.

### **5.2.2. Gelecekte Yapılacak alışmalara Yönelik Öneriler**

1. Yalnızca Ankara ilindeki bireylere yönelik gerçekleştirilen araştırma, ülkenin tüm illerinde uygulanabilir.

2. 10-19 yaş arasındaki ergen bireylere yönelik gerçekleştirilen araştırma, farklı yaş grubundaki OSB’li bireylere uygulanabilir.

3. Karma model araştırmalar tasarlanarak motivasyon, fiziksel aktiviteye yönelik tutum vb. gibi kavramlarla, araştırmamızda kullandığımız kavramlar ilişkilendirilerek yeni çalışmalar tasarlanabilir.

4. Ebeveyn görüşlerine dayalı çalışmaların yanında uygun özelliklere sahip OSB’li bireyler ile görüşülerek, onların fikirleri alınabilir.

5. OSB’li bireylerin fiziksel aktiviteye katılabilmeleri adına üniversite vb. kurumlarca projeler yapılabilir. Bireylere yönelik hareket eğitimi projeleri artırılabilir.

## ÖZET

### Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Ergen Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımına Etki Eden Faktörler

Bu çalışmanın amacı, Ankara’da bulunan özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde eğitim gören 10-19 yaş arası OSB’li olan çocukların ebeveynlerinin perspektifinden fiziksel aktiviteye katılımlarını etkileyen faktörlerin neler olduğunu sosyo-ekolojik model doğrultusunda kişisel, kişilerarası, çevresel, kurumsal ve kamu politikaları açısından incelemektir. Araştırma, nitel araştırma modelinde ve yorumlayıcı paradigmada tasarlanmıştır. Araştırma, OSB’li çocukların ebeveynlerinin fiziksel aktiviteye katılım süreçlerinde yaşadıkları deneyimleri ve düşüncelerini belirlemeyi amaçladığından bir durum (vaka) çalışmasıdır. Araştırmanın teorik çerçevesini ise sosyo-ekolojik model oluşturmaktadır. Araştırmada çalışma grubu amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Verilerin analizinde ise içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Ulaşılan sonuçların toplanan veriler ile tutarlılığının nitel araştırmalarda güvenilirliği sağladığını belirtmiştir. Araştırmada inandırıcılık; iç geçerlik, dış geçerlik ve araştırmanın güvenilirliği ile sağlanmıştır. Yapılan güvenilirlik analizi sonucu güvenilirlik %93 olarak bulunmuştur. Yapılan analizler sonucunda sosyo-ekolojik model doğrultusunda OSB’li ergen bireylerin fiziksel aktiviteye katılmalarında etkili olan engeller ve kolaylaştırıcı faktörler belirlenmiştir. Kişisel engeller “yetersiz gelişim”, “negatif tutum” ve “yoğunluk” iken, kişisel kolaylaştırıcılar ise “deneyimler”, “sağlık”, “gelişim” ve “pozitif tutum” olarak görülmektedir. Kişilerarası engeller “önyargılar” ve “ailenin tutumu”, kolaylaştırıcılar ise “ailenin tutumu” ve “yakın çevrenin tutumu” olarak ortaya çıkmıştır. Çevresel faktörler açısından incelendiğinde karşılaşılan engeller “UFA fırsatları”, “fiziksel aktivite tesislerinin beklentiyi karşılayamaması”, “güvenlik ve imkânlar” ve “iklim koşulları”, kolaylaştırıcılar ise “Oturulan semt ve imkânlar” ve “UFA fırsatları” olarak görülmektedir. Kurumsal engeller “kurumların olumsuz FA yaklaşımları” iken, kolaylaştırıcı ise “kurumların olumlu FA yaklaşımları” olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Modelin son basamağı olan kamu politikaları açısından engel “mevcut politikaların beklentiyi karşılayamaması”, kolaylaştırıcı ise “politikalarda gerçekleşen iyileşmeler” olarak ortaya çıkmıştır. Araştırmada sonuç olarak OSB’li ergen bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarının gerçekleşmesinde pek çok engelle karşılaştıkları, engellerin kolaylaştırıcılardan daha fazla olduğu ve engelleri aşmalarında yeterli seviyede kolaylaştırıcı etmene sahip olmamalarına rağmen bir şekilde fiziksel aktiviteye katıldıkları anlaşılmaktadır.

**Anahtar Sözcükler:** Engeller, Fiziksel Aktivite, Kolaylaştırıcılar, Otizm Spektrum Bozukluğu.

## SUMMARY

### **Factors Affecting the Participation of Adolescent Individuals with Autism Spectrum Disorder in Physical Activity**

The aim of this study is to determine the factors that affect the participation in physical activity of adolescents with 10-19 years of age who are educated in special education and rehabilitation centers in Ankara, from the perspective of parents who has children with ASD; intrapersonal, interpersonal, community, institutional and public policies is examined by the socio-ecological model. The research is designed in a qualitative research method and interpretive paradigm. The research is a case study, as it aims to determine the experiences and thoughts of parents of adolescents with ASD in their participation in physical activity. The theoretical framework of the research is the socio-ecological model. In the study, the study group was selected with the criterion sampling method. Content analysis method was used in the analysis of the data. The stated consistency of the results obtained with the data collected provided reliability in qualitative research. The credibility of the research was provided by internal validity, external validity and reliability of the research. As a result of the reliability analysis, the reliability was found %93. In line with the socio-ecological model, as a result of the analyzes, the constraints and facilitators that were effective in the participation of adolescent individuals with ASD in physical activity were determined. Intrapersonal constraints are seen as "inadequate development", "negative attitude" and "being busy", as an intrapersonal facilitators are seen as "experiences", "health", "development" and "positive attitude". Interpersonal constraints emerged as "prejudices" and "family attitude", as a facilitators "family attitude" and "attitude of the immediate environment". When analyzed in terms of environmental factors, the constraints encountered are seen as "APA opportunities", "failure of physical activity facilities", "security and opportunities" and "climatic conditions", facilitators as "neighborhood and opportunities" and "APA opportunities". While institutional constraints are "negative PA approaches of institutions", it is concluded that facilitators are "positive PA approaches of institutions". The constraints in terms of public policies, which is the last step of the model, has emerged as "the failure of existing policies to meet expectations" and the facilitator as "improvements in policies". As a result, it is understood that adolescents with ASD encounter many constraints in their participation in physical activity, they have more constraints than facilitators and they participate in physical activity in some way, even though they do not have sufficient facilitating factors in overcoming them.

**Keywords:** Constraints, Physical Activity, Facilitators, Autism Spectrum Disorder.

## KAYNAKLAR

- ACTIVE HEALTHY KIDS AUSTRALIA (2014). Is Sport Enough? The 2014 Active Healthy Kids Australia Report Card on Physical Activity for Children and Young People. Adelaide, South Australia: Active Healthy Kids Australia.  
Eriřim:[[https://www.heartfoundation.org.au/images/uploads/publications/ahka\\_reportcard\\_longform.pdf](https://www.heartfoundation.org.au/images/uploads/publications/ahka_reportcard_longform.pdf)]  
Erişim Tarihi: 20. Aralık. 2019.
- ADLER AI, STRATTON IM, NEIL HAW, YUDKIN JS, MATTHEWS DR, CULL CA, ... & HOLMAN RR (2000). Association of systolic blood pressure with macrovascular and microvascular complications of type 2 diabetes (UKPDS 36): prospective observational study. *Bmj*, **321**(7258): 412-419.
- AKDOĞAN, AA (2011). Türkiye’de Kamu Politikası Disiplininin Tarihsel İzleri. Türkiye’de Kamu Yönetimi ve Kamu Politikaları, Ankara, *TODAİE Yayınları*, 75-98.
- ALTHEIDE DL (1987).Ethnographic content analysis. *Qualitative sociology*, **10**(1): 65-77.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. (1952). Diagnostic and statistical manual: Mental disorders (1st ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association. Retrieved from: <http://www.turkpsikiyatri.org/arsiv/dsm-1952.pdf>
- AMERICAN PSYCHATRIC ASSOCIATION. (1987). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (3rd ed., text rev.). Washington, DC: Author.
- AMERICAN PSYCHATRIC ASSOCIATION. (1994). Diagnostic and statistical manual of mental disorders. Washington. DC: American Psychiatric Association, 4.
- AMERICAN PSYCHATRIC ASSOCIATION. (2000). Diagnostic criteria from DSM-IV-tr. American Psychiatric Pub.
- AMERICAN PSYCHATRIC ASSOCIATION. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5®). American Psychiatric Pub.
- ANDERSON A, MOORE DW, GODFREY R, & FLETCHER-FLINN CM (2004). Social skills assessment of children with autism in free-play situations. *Autism*, **8**(4): 369-385.
- ASPERGER H (1991). 'Autistic psychopathy' in childhood (U. Frith, Trans.). In U. Frith (Ed.), *Autism and asperger syndrome*, 37–92.
- ATTWOOD T (2006). The Complete Guide to Asperger's Syndrome. *Jessica Kingsley Publishers*, London, UK.
- AYDIN I, SAROL H (2014). The meaning of leisure and physical activity: perspective of the parents who have child with autism. *International journal of science culture and sport*, **2**(Special Issue 1): 870-880.
- BAIO J (2012). Prevalence of Autism Spectrum Disorders: Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network, 14 Sites, United States, 2008.
- BAIO J (2014). Prevalence of autism spectrum disorder among children aged 8 years-autism and developmental disabilities monitoring network, 11 sites, United States, 2010.
- BAIO J, WIGGINS L, CHRSTENSEN DL, MAENNER MJ, DANIELS J, WARREN Z, ... & DURKIN MS (2018). Prevalence of autism spectrum disorder among children aged 8 years—autism and developmental disabilities monitoring network, 11 sites, United States, 2014. *MMWR surveillance summaries*, **67**(6): 1.
- BAKER JP (2013). Autism at 70--redrawing the boundaries. *The New England journal of medicine*, **369**(12): 1089.

- BALLARD-BARBASH R, FRIEDENREICH CM, COURNEYA KS, SIDDIQI SM, MCTIERNAN A, ALFANO CM (2012). Physical activity, biomarkers, and disease outcomes in cancer survivors: a systematic review. *Journal of the national cancer institute*, **104**(11): 815-840.
- BANDINI LG, GLEASON J, CURTIN C, LIVIDINI K, ANDERSON SE, CERMAK SA, ... & MUST A (2013). Comparison of physical activity between children with autism spectrum disorders and typically developing children. *Autism*, **17**(1): 44-54.
- BAUMINGER N, KASARI C (2000). Loneliness and friendship in high-functioning children with autism. *Child development*, **71**(2): 447-456.
- BARON-COHEN S, WHEELWRIGHT S, COX A, BAIRD G, CHARMAN T, SWETTENHAM J, ... & DOEHRING P (2000). Early identification of autism by the Checklist for Autism in Toddlers (CHAT). *Journal of the royal society of medicine*, **93**(10): 521-525.
- BARON-COHEN S, WHEELWRIGHT S, SKINNER R, MARTIN J, CLUBLEY E (2001). The autism-spectrum quotient (AQ): Evidence from asperger syndrome/high-functioning autism, males and females, scientists and mathematicians. *Journal of autism and developmental disorders*, **31**(1): 5-17.
- BARON-COHEN S, SCOTT FJ, ALLISON C, WILLIAMS J, BOLTON P, MATTHEWS FE, BRAYNE C (2009). Prevalence of autism-spectrum conditions: UK school-based population study. *The british journal of psychiatry*, **194**(6): 500-509.
- BAUMINGER N, SHULMAN C, AGAM G (2004). The link between perceptions of self and of social relationships in high-functioning children with autism. *Journal of developmental and physical disabilities*, **16**(2): 193-214.
- BERK LE (2012). Child development, 9th Edition, Published by Pearson.
- BERKELEY SL, ZITTEL LL, PITNEY LV, NICHOLS SE (2001). Locomotor and object control skills of children diagnosed with autism. *Adapted physical activity quarterly*, **18**(4): 405-416.
- BHASIN TK, SCHENDEL D (2007). Sociodemographic risk factors for autism in a US metropolitan area. *Journal of autism and developmental disorders*, **37**(4): 667-677.
- BHAT AN, GALLOWAY JC, LANDA RJ (2012). Relation between early motor delay and later communication delay in infants at risk for autism. *Infant Behavior and Development*, **35**(4): 838-846.
- BLOCK ME, OBRUSNIKOVA I (2007). Inclusion in physical education: A review of the literature from 1995-2005. *Adapted physical activity quarterly*, **24**(2): 103-124.
- BINDER A, STOKOLS D, CATALANO R (1975). Social ecology: An emerging multidiscipline. *The journal of environmental education*, **7**(2): 32-43.
- BOOTH SL, SALLIS JF, RITENBAUGH C, HILL JO, BIRCH LL, FRANK LD, ... & RICKARD KA (2001). Environmental and societal factors affect food choice and physical activity: rationale, influences, and leverage points. *Nutrition reviews*, **59**(3): 21-36.
- BRITISH HEALTH FOUNDATION (BHF) (2017). Physical Inactivity and Sedentary Behaviour Report 2017. Erişim:[<https://www.bhf.org.uk/informationsupport/publications/statistics/physical-inactivity-report-2017>] Erişim Tarihi: 20. Aralık. 2019.
- BRONFENBRENNER U (1976). The experimental ecology of education. *Educational researcher*, **5**(9): 5-15.
- BUCHANAN AM, MIEDEMA B, FREY GC (2017). Parents' perspectives of physical activity in their adult children with autism spectrum disorder: A social-ecological approach. *Adapted physical activity quarterly*, **34**(4): 401-420.

- CASCIO CJ (2010). Somatosensory processing in neurodevelopmental disorders. *Journal of neurodevelopmental disorders*, **2**(2): 62-69.
- CASPERSEN CJ, POWELL KE, CHRISTENSON GM (1985). Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. *Public health reports*, **100**(2): 126.
- CAZDEN CB (2017). Socialization. In *Communicative Competence, Classroom Interaction, and Educational Equity* (pp. 76-79). Routledge.
- CENTER FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION (2018). Prevalence of Autism Spectrum Disorder Among Children Aged 8 Years — Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network, 11 Sites, United States, 2014. Erişim:[[https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/69/ss/ss6904a1.htm?s\\_cid=ss6904a1\\_w](https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/69/ss/ss6904a1.htm?s_cid=ss6904a1_w)] Erişim Tarihi: 29. Aralık. 2019.
- CHAHROUR M, ZOGHBI HY (2007). The story of Rett syndrome: from clinic to neurobiology. *Neuron*, **56**(3): 422-437.
- CHAKRABARTI S, FOMBONNE E (2001). Pervasive developmental disorders in preschool children. *Jama*, **285**(24): 3093-3099.
- CHARAN SH (2012). Childhood disintegrative disorder. *Journal of pediatric neurosciences*, **7**(1): 55.
- CHAWARSKA K, KLIN A, PAUL R, VOLKMAR F (2007). Autism spectrum disorder in the second year: Stability and change in syndrome expression. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, **48**(2): 128-138.
- COOK KA, WILLMERDINGER, ALISSA N (2015). The history of autism. Narrative Documents. Book 1.
- COURCHESNE E, PIERCE K, SCHUMANN CM, REDCAY E, BUCKWALTER JA, KENNEDY DP, MORGAN J (2007). Mapping early brain development in autism. *Neuron*, **56**(2): 399-413.
- COURY DL, ANAGNOSTOU E, MANNING-COURTNEY P, REYNOLDS A, COLE L, MCCOY R, ... & PERRIN JM (2012). Use of psychotropic medication in children and adolescents with autism spectrum disorders. *Pediatrics*, **130**(Supplement 2): S69-S76.
- CURTIN C, ANDERSON SE, MUST A, BANDINI L (2010). The prevalence of obesity in children with autism: a secondary data analysis using nationally representative data from the National Survey of Children's Health. *BMC pediatrics*, **10**(1): 11.
- CRESWELL JW (2013). *Nitel araştırma yöntemleri*. M. Bütün and SB Demir, Çev.(Eds.). İstanbul: Siyasal Kitapevi.
- DE GIACOMO A, FOMBONNE E (1998). Parental recognition of developmental abnormalities in autism. *European child & adolescent psychiatry*, **7**(3): 131-136.
- DENZIN NK, LINCOLN Y (2005). (Eds.). *The Sage handbook of qualitative research* (3rd ed.) Thousand Oaks, CA: Sage.
- DUCHAN E, PATEL DR (2012). Epidemiology of autism spectrum disorders. *Pediatric Clinics*, **59**(1): 27-43.
- DWYER J, NEEDHAM L, SIMPSON JR, HEENEY ES (2008). Parents report intrapersonal, interpersonal, and environmental barriers to supporting healthy eating and physical activity among their preschoolers. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, **33**(2): 338-346.
- EGGER G, SWINBURN B (1997). An “ecological” approach to the obesity pandemic. *Bmj*, **315**(7106): 477-480.
- EKELUND U, STEENE-JOHANNESSEN J, BROWN WJ, FAGERLAND MW, OWEN N, POWELL KE, ... & LANCET SEDENTARY BEHAVIOUR WORKING GROUP (2016). Does physical activity attenuate, or

- even eliminate, the detrimental association of sitting time with mortality? A harmonised meta-analysis of data from more than 1 million men and women. *The Lancet*, **388**(10051): 1302-1310.
- EMERSON E (2001). Challenging behaviour: Analysis and intervention in people with severe intellectual disabilities. Cambridge University Press.
- FILIPEK PA, ACCARDO PJ, BARANEK GT, COOK EH, DAWSON G, GORDON B, ... & MINSHEW NJ (1999). The screening and diagnosis of autistic spectrum disorders. *Journal of autism and developmental disorders*, **29**(6): 439-484.
- ER O (2018). Examination of the relationship between the quality of life and the movement education and educational game for children with autism. Master thesis, Hitit University Institution of Health Sciences.
- FARMER CA, AMAN MG (2011). Aggressive behavior in a sample of children with autism spectrum disorders. *Research in autism spectrum disorders*, **5**(1): 317-323.
- FINE J, BARTOLUCCI G, SZATMARI P, GINSBERG G (1994). Cohesive discourse in pervasive developmental disorders. *Journal of autism and developmental disorders*, **24**(3): 315-329.
- FOMBONNE E (1999). The epidemiology of autism: a review. *Psychological medicine*, **29**(4): 769-786.
- FOMBONNE E (2002). Prevalence of childhood disintegrative disorder. *Autism*, **6**(2): 149-157.
- FOUNTAIN C, KING MD, BEARMAN PS (2011). Age of diagnosis for autism: individual and community factors across 10 birth cohorts. *Journal of epidemiology & community health*, **65**(6): 503-510.
- FOURNIER KA, HASS CJ, NAIK SK, LODHA N, CAURAUGH JH (2010). Motor coordination in autism spectrum disorders: A synthesis and meta-analysis. *Journal of autism and developmental disorders*, **40**: 1227-1240.
- FREEDMAN DS, MEI Z, SRINIVASAN SR, BERENSON GS, DIETZ WH (2007). Cardiovascular risk factors and excess adiposity among overweight children and adolescents: the Bogalusa Heart Study. *The journal of pediatrics*, **150**(1): 12-17.
- FRENCH D, HAINSWORTH J (2001). 'There aren't any buses and the swimming pool is always cold!': obstacles and opportunities in the provision of sport for disabled people. *Managing leisure*, **6**(1): 35-49.
- FRITH U, HAPPE F (1999). Theory of mind and self—consciousness: What is it like to be autistic. *Mind and language*, **14**: 1-22.
- GAIL WILLIAMS P, SEARS LL, ALLARD A (2004). Sleep problems in children with autism. *Journal of sleep research*, **13**(3): 265-268.
- GARCIA-VILLAMISAR DA, 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.
- GHAZIUDDIN M, BUTLER E (1998). Clumsiness in autism and Asperger syndrome: A further report. *Journal of intellectual disability research*, **42**(1): 43-48.8
- GILLBERG IC, GILLBERG C (1989). Asperger syndrome—some epidemiological considerations: a research note. *Journal of child psychology and psychiatry*, **30**(4): 631-638.
- GILLBERG IC, HELLES A, BILLSTEDT E, GILLBERG C (2016). Boys with Asperger syndrome grow up: psychiatric and neurodevelopmental disorders 20 years after initial diagnosis. *Journal of autism and developmental disorders*, **46**(1): 74-82.

- GREEN D, BAIRD G, BARNETT AL, HENDERSON L, HUBER J, HENDERSON SE (2002). The severity and nature of motor impairment in Asperger's syndrome: a comparison with specific developmental disorder of motor function. *Journal of child psychology and psychiatry*, **43**(5): 655-668.
- GREEN D, CHARMAN T, PICKLES A, CHANDLER S, LOUCAS TOM, SIMONOFF E, BAIRD G (2009). Impairment in movement skills of children with autistic spectrum disorders. *Developmental Medicine & Child Neurology*, **51**(4): 311-316.
- GREGOR S, BRUNI N, GRKINIC P, SCHWARTZ L, MCDONALD A, THILLE P, ... & JACHYRA P (2018). Parents' perspectives of physical activity participation among Canadian adolescents with Autism Spectrum Disorder. *Research in autism spectrum disorders*, **48**: 53-62.
- GREYDANUS DE, TOLEDO-PEREYRA LH (2012). Historical perspectives on autism: Its past record of discovery and its present state of solipsism, skepticism, and sorrowful suspicion. *Pediatric Clinics*, **59**(1): 1-11.
- GURBUZ B, HENDERSON K (2013). Exploring the meanings of leisure among Turkish university students. *Croatian journal of education*, **15**(4), 927-957.
- GURBUZ B, HENDERSON K (2014). Leisure activity preferences and constraints: Perspectives from Turkey. *World leisure journal*, **56**(4), 300-316.
- GURKAN RK, KOÇAK F (2020). Perceived constraints and facilitators of participation in physical activity by individuals with autism spectrum disorders. *Physical activity review*, **8**(1): 46-58.
- GYURCSIK NC, SPINK KS, BRAY SR, CHAD K, KWAN M (2006). An ecologically based examination of barriers to physical activity in students from grade seven through first-year university. *Journal of adolescent health*, **38**(6): 704-711.
- HAEGELE J, ZHU X, DAVIS S (2018). Barriers and facilitators of physical education participation for students with disabilities: an exploratory study. *International journal of inclusive education*, **22**: 130-141.
- HARKONEN U (2007). The Bronfenbrenner ecological systems theory of human development. Scientific Articles of V International Conference.
- Erişim: [<http://www.readbag.com/joyx-joensuu-fi-uharkone-tuotoksia-bronfenbrenner-in-english07-sent>]
- Erişim Tarihi: 15. Aralık. 2019
- HARTLEY SL, SIKORA DM (2009). Sex differences in autism spectrum disorder: an examination of developmental functioning, autistic symptoms, and coexisting behavior problems in toddlers. *Journal of autism and developmental disorders*, **39**(12): 1715.
- HATİPOĞLU G (2016). Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenlerinin Zihinsel Engelli Çocuklara Yönelik Tutumlarını Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi (Doctoral dissertation).
- HAY DF, PAYNE A, CHADWICK A (2004). Peer relations in childhood. *Journal of child psychology and psychiatry*, **45**(1): 84-108.
- HEALY S, MSETFI R, GALLAGHER S (2013). 'Happy and a bit nervous': The experiences of children with autism in physical education. *British journal of learning disabilities*, **41**(3): 222-228.
- HEBRON J, HUMPHREY N (2014). Exposure to bullying among students with autism spectrum conditions: A multi-informant analysis of risk and protective factors. *Autism*, **18**(6), 618-630.
- HELLES A, GILLBERG CI, GILLBERG C, BILLSTEDT E (2015). Asperger syndrome in males over two decades: stability and predictors of diagnosis. *Journal of child psychology and psychiatry*, **56**(6): 711-718.
- HERTZ-PICCIOTTO I, DELWICHE L (2009). The rise in autism and the role of age at diagnosis. *Epidemiology (Cambridge, Mass.)*, **20**(1): 84.

- HINES M, BALANDIN S, TOGHER L (2012). Buried by autism: Older parents' perceptions of autism. *Autism*, **16**(1): 15-26.
- HOWARD MA, COWELL PE, BOUCHER J, BROKS P, MAYES A, FARRANT A, ROBERTS N (2000). Convergent neuroanatomical and behavioural evidence of an amygdala hypothesis of autism. *Neuroreport*, **11**(13): 2931-2935.
- HUBBARD J, MANNELL RC (2001). Testing competing models of the leisure constraint negotiation process in a corporate employee recreation setting. *Leisure sciences*, **23**(3): 145-163.
- IGWE MN, AHANOTU AC, BAKARE MO, ACHOR JU, IGWE C (2011). Assessment of knowledge about childhood autism among paediatric and psychiatric nurses in Ebonyi state, Nigeria. *Child and adolescent psychiatry and mental health*, **5**(1), 1.
- INOUE M (2019). Assessments and Interventions to Address Challenging Behavior in Individuals with Intellectual Disability and Autism Spectrum Disorder in Japan: A Consolidated Review. *Yonago acta medica*, **62**(2): 169-181.
- INCE G (2017). Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Spor İle İlgili Görüşleri. *Ankara üniversitesi eğitim bilimleri fakültesi özel eğitim dergisi*, **18**(1): 109-124.
- JACKSON E L, CRAWFORD DW, GODBEY G (1993). Negotiation of leisure constraints. *Leisure sciences*, **15**(1): 1-11.
- JANSSEN I, LEBLANC AG (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International journal of behavioral nutrition and physical activity*, **7**(1): 40.
- JAYDEOKAR S, BAL G, SHAH N (1997). Childhood disintegrative disorder: A case report. *Indian journal of psychiatry*, **39**(1): 85.
- JAZOULI M, MAJDA A, MERAD D, AALOUANE R, ZARGHILI A (2019). Automatic detection of stereotyped movements in autistic children using the Kinect sensor. *International journal of biomedical engineering and technology*, **29**(3): 201-220.
- JIAN L, NAGARAJAN L, DE KLERK N, RAVINE D, BOWER C, ANDERSON A, ... & LEONARD H (2006). Predictors of seizure onset in Rett syndrome. *The journal of pediatrics*, **149**(4): 542-547.
- KANNER L (1943). Autistic disturbances of affective contact. *Nervous child*, **2**(3): 217-250.
- KAPLAN B, MAXWELL JA (2005). Qualitative research methods for evaluating computer information systems. In *Evaluating the organizational impact of healthcare information systems* (pp. 30-55). Springer, New York, NY.
- KHADER W, PEHLIVAN A (2016). Parent perceptions of barriers to physical activity for children with autism spectrum disorders. *The Swedish journal of scientific research*, **3**(3): 12-18.
- KING G, LAW M, KING S, ROSENBAUM P, KERTOY MK, YOUNG NL (2003). A conceptual model of the factors affecting the recreation and leisure participation of children with disabilities. *Physical & occupational therapy in pediatrics*, **23**(1): 63-90.
- KING M, BEARMAN P (2009). Diagnostic change and the increased prevalence of autism. *International journal of epidemiology*, **38**(5), 1224-1234.
- KLIN A, MAYES LC, VOLKMAR FR, COHEN DJ (1995). Multiplex developmental disorder. *Journal of developmental and behavioral pediatrics*, **16**: 7-11.
- KLIN A, VOLKMAR FR, SPARROW SS (2000). *Asperger syndrome* (pp. 1-21). New York: Guilford Press.
- KJELGAARD MM, TAGER-FLUSBERG H (2001). An investigation of language impairment in autism: Implications for genetic subgroups. *Language and cognitive processes*, **16**(2-3): 287-308.
- KOEGEL RL, KOEGEL LK, MCNERNEY EK (2001). Pivotal areas in intervention for autism. *Journal of clinical child & adolescent psychology*, **30**(1): 19-32.

- KOEGEL RL, KOEGEL LK (2006). Pivotal response treatments for autism: Communication, social, & academic development. Paul H Brookes Publishing.
- KRASNY L, WILLIAMS BJ, PROVENCAL S, OZONOFF S (2003). Social skills interventions for the autism spectrum: essential ingredients and a model curriculum. *Child and adolescent psychiatric clinics of North America*, **12**(1): 107-122.
- KUDLACEK M, MORGULEC-ADAMOWICZ N, VERELLEN J (2010). *European Standards in Adapted Physical Activities*. Olomouc: Palacky University.
- KUHLTHAU K, ORLICH F, HALL TA, SIKORA D, KOVACS EA, DELAHAYE J, CLEMONS TE (2010). Health-related quality of life in children with autism spectrum disorders: Results from the autism treatment network. *Journal of autism and developmental disorders*, **40**(6): 721-729.
- LANDA R, GARRETT-MAYER E (2006). Development in infants with autism spectrum disorders: a prospective study. *Journal of child psychology and psychiatry*, **47**(6): 629-638.
- LANDA RJ, HOLMAN KC, GARRETT-MAYER E (2007). Social and communication development in toddlers with early and later diagnosis of autism spectrum disorders. *Archives of general psychiatry*, **64**(7): 853-864.
- LANDRY O, MITCHELL PL, BURACK JA (2009). Orienting of visual attention among persons with autism spectrum disorders: Reading versus responding to symbolic cues. *Journal of child psychology and psychiatry*, **50**(7): 862-870.
- LANG R, KOEGEL LK, ASHBAUGH K, REGESTER A, ENCE W, SMITH W (2010). Physical exercise and individuals with autism spectrum disorders: A systematic review. *Research in autism spectrum disorders*, **4**(4): 565-576.
- LECLERC S, EASLEY D (2015). Pharmacological therapies for autism spectrum disorder: a review. *Pharmacy and therapeutics*, **40**(6): 389.
- LECOMPTE MD, PREISSLE J, WITH TESCH R (1993). *Ethnography and qualitative design in educational research* (2nd ed.). San Diego, CA: Academic Press.
- LEE LC, HARRINGTON RA, LOUIE BB, NEWSCHAFER CJ (2008). Children with autism: Quality of life and parental concerns. *Journal of autism and developmental disorders*, **38**(6): 1147-1160.
- LEVINSON LJ, REID G (1993). The effects of exercise intensity on the stereotypic behaviors of individuals with autism. *Adapted physical activity quarterly*, **10**(3): 255-268.
- LINCOLN YS (1995). Emerging criteria for quality in qualitative and interpretive research. *Qualitative inquiry*, **1**(3): 275-289.
- LITTLE LM, DEAN E, TOMCHEK S, DUNN W (2018). Sensory processing patterns in autism, attention deficit hyperactivity disorder, and typical development. *Physical & occupational therapy in pediatrics*, **38**(3): 243-254.
- LOUWERSE A, EUSSEN MLJM, VAN DER ENDE J, DE NIJS PFA, VAN GOOL AR, DEKKER LP, ... & GREAVES-LORD KASD (2015). ASD symptom severity in adolescence of individuals diagnosed with PDD-NOS in childhood: Stability and the relation with psychiatric comorbidity and societal participation. *Journal of autism and developmental disorders*, **45**(12): 3908-3918.
- MACDONALD M, ESPOSITO P, ULRICH D (2011). The physical activity patterns of children with autism. *BMC research notes*, **4**(1): 422.
- MAGNUSSON C, BARON J, PERSSON I, WOLK A, BERGSTRÖM R, TRICHOPOULOS D, ADAMI HO (1998). Body size in different periods of life and breast cancer risk in post-menopausal women. *International journal of cancer*, **76**(1): 29-34.
- MANDELL DS, NOVAK MM, ZUBRITSKY CD (2005). Factors associated with age of diagnosis among children with autism spectrum disorders. *Pediatrics*, **116**(6): 1480-1486.

- MARI M, CASTIELLO U, MARKS D, MARRAFFA C, PRIOR M (2003). The reach-to-grasp movement in children with autism spectrum disorder. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B: Biological sciences*, **358**(1430): 393-403.
- MATTINSON S, FALKMER M, BLACK MH, GIRDLER S (2018). Participation profiles and the barriers and facilitators that impact on participation of children with Autism Spectrum Disorders living in regional and remote Western Australia. *Scandinavian journal of child and adolescent psychiatry and psychology*, **6**(4): 170-182.
- MATSON JL, BOISJOLI JA (2007). Differential diagnosis of PDDNOS in children. *Research in autism spectrum disorders*, **1**(1): 75-84.
- MAYES SD, CALHOUN SL (2003). Ability profiles in children with autism: Influence of age and IQ. *Autism*, **7**(1): 65-80.
- MAZUREK MO, VASA RA, KALB LG, KANNE SM, ROSENBERG D, KEEFER A, ... & LOWERY LA (2013). Anxiety, sensory over-responsivity, and gastrointestinal problems in children with autism spectrum disorders. *Journal of abnormal child psychology*, **41**(1): 165-176.
- MAZUREK MO, KANNE SM, WODKA EL (2013). Physical aggression in children and adolescents with autism spectrum disorders. *Research in autism spectrum disorders*, **7**(3): 455-465.
- MAZUREK MO, ENGELHARDT CR (2013). Video game use in boys with autism spectrum disorder, ADHD, or typical development. *Pediatrics*, **132**(2): 260-266.
- MAZUREK MO (2014). Loneliness, friendship, and well-being in adults with autism spectrum disorders. *Autism*, **18**(3): 223-232.
- MCCOY SM, JAKICIC JM, GIBBS BB (2016). Comparison of obesity, physical activity, and sedentary behaviors between adolescents with autism spectrum disorders and without. *Journal of autism and developmental disorders*, **46**(7): 2317-2326.
- MCCRACKEN JT, MCGOUGH J, SHAH B, CRONIN P, HONG D, AMAN MG, ... & MCDUGLE CJ (2002). Risperidone in children with autism and serious behavioral problems. *New england journal of medicine*, **347**(5): 314-321.
- MCGRATH P (2006). Psycho-social issues in childhood autism rehabilitation: A review. *International journal of psychosocial rehabilitation*, **11**(1): 29-36.
- MCLEROY KR, BIBEAU D, STECKLER A, GLANZ K (1988). An ecological perspective on health promotion programs. *Health education quarterly*, **15**(4): 351-377.
- MEMARI AH, GHAHERI B, ZIAEE V, KORDI R, HAFIZI S, MOSHAYEDI P (2013). Physical activity in children and adolescents with autism assessed by triaxial accelerometry. *Pediatric obesity*, **8**(2): 150-158.
- MEMARI, A. H., GHANOUNI, P., SHAYESTEHFAR, M., & GHAHERI, B. (2014). Postural control impairments in individuals with autism spectrum disorder: a critical review of current literature. *Asian journal of sports medicine*, **5**(3): 1-18.
- MEMARI AH, PANAH N, RANJBAR E, MOSHAYEDI P, SHAFIEI M, KORDI R, ZIAEE V (2015). Children with autism spectrum disorder and patterns of participation in daily physical and play activities. *Neurology research international*, 2015.
- MENEAR KS, SMITH S, LANIER S (2006). A multipurpose fitness playground for individuals with autism: Ideas for design and use. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, **77**(9): 20-25.
- MENEAR KS, NEUMEIER WH (2015). Promoting physical activity for students with autism spectrum disorder: barriers, benefits, and strategies for success. *Journal of physical education, recreation and dance*, **86**(3): 43-48.
- MERRIAM SB (2015). Nitel Araştırma Desen ve Uygulama için Bir Rehber. (Çev. Ed. S. Turan). Nobel Akademik Yayıncılık. (Orijinal yayın tarihi: 2013).

- MILES MB, HUBERMAN AM (1984). Drawing valid meaning from qualitative data: Toward a shared craft. *Educational researcher*, **13**(5): 20-30.
- MILES MB, HUBERMAN AM (1994). *Qualitative Data Analysis: An Expanded Sourcebook*. (2nd ed). Thousand Oaks, CA: Sage.
- MURPHY NA, CARBONE PS (2008). Promoting the participation of children with disabilities in sports, recreation, and physical activities. *Pediatrics*, **121**(5): 1057-1061.
- MUST A, PHILLIPS SM, CURTIN C, ANDERSON SE, MASLIN M, LIVIDINI K, BANDINI LG (2014). Comparison of sedentary behaviors between children with autism spectrum disorders and typically developing children. *Autism*, **18**(4): 376-384.
- MUST A, PHILLIPS S, CURTIN C, BANDINI LG (2015). Barriers to physical activity in children with autism spectrum disorders: relationship to physical activity and screen time. *Journal of physical activity and health*, **12**(4): 529-534.
- MULLER E, SCHULER A, YATES GB (2008). Social challenges and supports from the perspective of individuals with Asperger syndrome and other autism spectrum disabilities. *Autism*, **12**(2): 173-190.
- NEUL JL, KAUFMANN WE, GLAZE DG, CHRISTODOULOU J, CLARKE AJ, BAHU-BUISSON N, ... & RENIERI A (2010). Rett syndrome: revised diagnostic criteria and nomenclature. *Annals of neurology*, **68**(6): 944-950.
- NICHOLS C, BLOCK ME, BISHOP JC, MCINTIRE B (2019). Physical activity in young adults with autism spectrum disorder: Parental perceptions of barriers and facilitators. *Autism*, **23**(6): 1398-1407.
- OBRUSNIKOVA I, CAVALIER AR (2011). Perceived barriers and facilitators of participation in after-school physical activity by children with autism spectrum disorders. *Journal of developmental and physical disabilities*, **23**(3): 195-211.
- OBRUSNIKOVA I, MICCINELLO DL (2012). Parent perceptions of factors influencing after-school physical activity of children with autism spectrum disorders. *Adapted physical activity quarterly*, **29**(1): 63-80.
- OHRBERG NJ (2013). Autism Spectrum Disorder and youth sports: The role of the sports manager and coach. *Journal of physical education, recreation & dance*, **84**(9): 52-56.
- OZONOFF S, YOUNG GS, GOLDRING S, GREISS-HESS L, HERRERA AM, STEELE J, ... & ROGERS SJ (2008). Gross motor development, movement abnormalities, and early identification of autism. *Journal of autism and developmental disorders*, **38**(4): 644-656.
- OZONOFF S, YOUNG GS, STEINFELD MB, HILL MM, COOK I, HUTMAN T, ... & SIGMAN M (2009). How early do parent concerns predict later autism diagnosis?. *Journal of developmental and behavioral pediatrics: JDBP*, **30**(5): 367.
- PAN CY (2009). Age, social engagement, and physical activity in children with autism spectrum disorders. *Research in autism spectrum disorders*, **3**(1): 22-31.
- PAN CY (2014). Motor proficiency and physical fitness in adolescent males with and without autism spectrum disorders. *Autism*, **18**: 156– 165.
- PAN CY, TSAI CL, CHU CH, SUNG MC, MA WY, HUANG CY (2016). Objectively measured physical activity and health-related physical fitness in secondary school-aged male students with autism spectrum disorders. *Physical Therapy*, **96**(4): 511-520.
- PAYNE VG, ISAACS LD (2011). *Human motor development: A lifespan approach*, 8th Edition, Routledge.
- PHYSICAL ACTIVITY GUIDELINES ADVISORY COMMITTEE (2008). Physical activity guidelines advisory committee report, 2008. *Washington, DC: US Department of Health and Human Services, 2008, A1-H14*.
- PRELLWITZ M, SKÄR L (2007). Usability of playgrounds for children with different abilities. *Occupational therapy international*, **14**(3): 144-155.

- PREMACK D, WOODRUFF G (1978). Does the chimpanzee have a theory of mind? *Behavioral and brain sciences*, **1**(4): 515-526.
- PROVOST B, LOPEZ BR, HEIMERL S (2007). A comparison of motor delays in young children: Autism spectrum disorder, developmental delay, and developmental concerns. *Journal of autism and developmental disorders*, **37**: 321–328.
- REID G (2005). Research application: Understanding physical activity in youths with autism spectrum disorder. *Palestra*, **21**: 6–7.
- RHODES RE, JANSSEN I, BREDIN SS, WARBURTON DE, BAUMAN A (2017). Physical activity: Health impact, prevalence, correlates and interventions. *Psychology & health*, **32**(8): 942-975.
- ROJAHN J, WILKINS J, MATSON JL, BOISJOLI J (2010). A comparison of adults with intellectual disabilities with and without ASD on parallel measures of challenging behaviour: The Behavior Problems Inventory-01 (BPI-01) and Autism Spectrum Disorders-Behavior Problems for Intellectually Disabled Adults (ASD-BPA). *Journal of applied research in intellectual disabilities*, **23**(2): 179-185.
- ROSSO EG (2016). Brief report: coaching adolescents with autism spectrum disorder in a school-based multi-sport program. *Journal of autism and developmental disorders*, **46**(7): 2526-2531.
- RUSSELL G, STEER C, GOLDING J (2011). Social and demographic factors that influence the diagnosis of autistic spectrum disorders. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, **46**(12): 1283-1293.
- RUTTER M (2006). Autism: its recognition, early diagnosis, and service implications. *Journal of developmental & behavioral pediatrics*, **27**(2): 54-58.
- RYAN J, D PAQUETTE. (2001). Bronfenbrenner's ecological systems theory, 2-12, Michigan: Louise University.
- SALLIS J, BAUMAN A, PRATT M (1998). Environmental and policy interventions to promote physical activity. *American journal of preventive medicine*, **15**(4): 379-397.
- SALLIS JF, CERVERO RB, ASCHER W, HENDERSON KA, KRAFT MK, KERR J (2006). An ecological approach to creating active living communities. *Annu. rev. public health*, **27**: 297-322.
- SANDT DDR, FREY GC (2005). Comparison of physical activity levels between children with and without autistic spectrum disorders. *Adapted physical activity quarterly*, **22**(2): 146-159.
- SAROL H, CIMEN Z (2015). The effects of adapted recreational physical activity on the life quality of individuals with autism. *The Anthropologist*, **21**(3): 522-527.
- SAWYER SM, AZZOPARDI PS, WICKREMARATHNE D, PATTON GC (2018). The age of adolescence. *The Lancet Child & Adolescent Health*, **2**(3): 223-228.
- SCHLEIEN S, KROTEE M, MUSTONEN T, KELTERBORN B, SCHERMER A (1987). The effect of integrating children with autism into a physical activity and recreation setting. *Therapeutic Recreation Journal*, **21**(4): 52-62.
- SCHENKELBERG MA, ROSENKRANZ RR, MILLIKEN GA, DZEWALTOWSKI DA (2015). Social environmental influences on physical activity of children with autism spectrum disorders. *Journal of physical activity and health*, **12**(5): 636-641.
- SHATTUCK PT, DURKIN M, MAENNER M, NEWSCHAFER C, MANDELL DS, WIGGINS L, ... & BAIO J (2009). Timing of identification among children with an autism spectrum disorder: findings from a population-based surveillance study. *Journal of the american academy of child & adolescent psychiatry*, **48**(5): 474-483.
- SHELDRIK RC, NEGER EN, SHIPMAN D, PERRIN EC (2012). Quality of life of adolescents with autism spectrum disorders: Concordance among adolescents' self-reports, parents' reports, and parents' proxy reports. *Quality of life research*, **21**(1): 53-57.
- SKOTTE J, KORSHØJ M, KRISTIANSEN J, HANISCH C, HOLTERMANN A (2014). Detection of physical activity types using triaxial accelerometers. *Journal of physical activity and health*, **11**(1): 76-84.

- SMETANA JG, ROBINSON J, ROTE WM (2015). Socialization in adolescence. In J. E. Grusec & P. D. Hastings (Eds.), *Handbook of socialization: Theory and research* (2nd ed.). New York, NY: Guilford Press.
- SMITH AL (2003). Peer relationships in physical activity contexts: A road less traveled in youth sport and exercise psychology research. *Psychology of sport and exercise*, **4**: 25–39.
- SMITH KR, MATSON JL (2010). Behavior problems: Differences among intellectually disabled adults with comorbid autism spectrum disorders and epilepsy. *Research in developmental disabilities*, **31**(5): 1062-1069.
- SMITH LE, HONG J, SELTZER MM, GREENBERG JS, ALMEIDA DM, BISHOP SL (2010). Daily experiences among mothers of adolescents and adults with autism spectrum disorder. *Journal of autism and developmental disorders*, **40**(2): 167-178.
- SON JS, MOWEN AJ, KERSTETTER DL (2008). Testing alternative leisure constraint negotiation models: An extension of Hubbard and Mannell's study. *Leisure Sciences*, **30**(3): 198-216.
- SORENSEN C, ZARRETT N (2014). Benefits of physical activity for adolescents with autism spectrum disorders: A comprehensive review. *Review journal of autism and developmental disorders*, **1**(4): 344-353.
- SOWA M, MEULENBROEK R (2012). Effects of physical exercise on autism spectrum disorders: a meta-analysis. *Research in autism spectrum disorders*, **6**(1): 46-57.
- SRINIVASAN SM, PESCATELLO LS, BHAT AN (2014). Current perspectives on physical activity and exercise recommendations for children and adolescents with autism spectrum disorders. *Physical therapy*, **94**(6): 1–46.
- STAKE RE (2005). Qualitative case studies. In N. K Denzin & YS. Lincoln (Eds.), *The Sage handbook of qualitative research* (3rd ed.), (pp. 443-466). Thousand Oaks, CA: Sage.
- STANISH H, CURTIN C, MUST A, PHILLIPS S, MASLIN M, BANDINI L (2015). Enjoyment, barriers, and beliefs about physical activity in adolescents with and without autism spectrum disorder. *Adapted physical activity quarterly*, **32**(4): 302-317.
- STOKOLS D (1992). Establishing and maintaining healthy environments: toward a social ecology of health promotion. *American psychologist*, **47**(1): 6.
- STRONG WB, MALINA RM, BLIMKIE CJ, DANIELS SR, DISHMAN RK, GUTIN B, ... & ROWLAND T (2005). Evidence based physical activity for school-age youth. *The journal of pediatrics*, **146**(6): 732-737.
- TAGER-FLUSBERG H (1996). Brief report: Current theory and research on language and communication in autism. *Journal of autism and developmental disorders*, **26**(2): 169-172.
- TAGER-FLUSBERG H (2006). Defining language phenotypes in autism. *Clinical neuroscience research*, **6**(3-4): 219-224.
- TANTAM D (2003). The challenge of adolescents and adults with Asperger syndromes. *Child and adolescent psychiatric clinics of north america*, **12**(1): 143–163.
- TEMEL G, YILDIZ T, TURAN MB, KARAOĞLU B (2017). Sporun otistik çocuklarda saldırganlık ve sosyal uyum düzeyleri üzerine etkisinin incelenmesi. *İstanbul üniversitesi spor bilimleri dergisi*, **7**(3): 25-33.
- THOMAS P, ZAHORODNY W, PENG B, KIM S, JANI N, HALPERIN W, BRIMACOMBE M (2012). The association of autism diagnosis with socioeconomic status. *Autism*, **16**(2): 201-213.
- TODD T, REID G (2006). Increasing physical activity in individuals with autism. *Focus on autism and other developmental disabilities*, **21**(3): 167-176.
- TOHUM TÜRKİYE OTİZM ERKEN TANI VE EĞİTİM VAKFI (2019). Türkiye'deki Bireylerin Otizm Algısı ve Bilgi Düzeyi Araştırması-III 2019. Erişim: [[https://www.tohumotizm.org.tr/wp-content/uploads/2020/01/GFK-Rapor-2019\\_Design\\_R7\\_Bask%C4%B1.pdf](https://www.tohumotizm.org.tr/wp-content/uploads/2020/01/GFK-Rapor-2019_Design_R7_Bask%C4%B1.pdf)] Erişim Tarihi: 30. Aralık. 2019
- TOMPOROWSKI PD, LAMBOURNE K, OKUMURA MS (2011). Physical activity interventions and children's mental function: an introduction and overview. *Preventive medicine*, **52**: S3-S9.

- TROIANO RP, BERRIGAN D, DODD KW, MASSE LC, TILERT T, MCDOWELL M (2008). Physical activity in the United States measured by accelerometer. *Medicine & science in sports & exercise*, **40**(1): 181-188.
- TURNER EE, REJESKI WJ, BRAWLEY LR (1997). Psychological benefits of physical activity are influenced by the social environment. *Journal of sport & exercise psychology*, **19**(2): 119-130.
- TYLER K, MACDONALD M, MENEAR K (2014). Physical activity and physical fitness of school-aged children and youth with autism spectrum disorders. *Autism research and treatment*, 2014.
- VOLKMAR FR, PAUL R, KLIN A, COHEN DJ (2005). Handbook of autism and pervasive developmental disorders, diagnosis, development, neurobiology, and behavior. John Wiley & Sons.
- VOS T, ALLEN C, ARORA M, BARBER RM, BHUTTA ZA, BROWN A, ... & COGGESHALL M (2016). Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 310 diseases and injuries, 1990–2015: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2015. *The Lancet*, **388**(10053): 1545-1602.
- YARIMKAYA E, İLHAN EL, KARASU N (2017). Akran aracılı uyarlanmış fiziksel aktivitelere katılan otizm spektrum bozukluğu olan bir bireyin iletişim becerilerindeki değişimlerin incelenmesi. *Ankara üniversitesi eğitim bilimleri fakültesi özel eğitim dergisi*, **18**(2): 225-252.
- YIN RK (2008). *Case study research: Design and methods* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- YOUNG RL, BREWER N, PATTISON C (2003). Parental identification of early behavioural abnormalities in children with autistic disorder. *Autism*, **7**(2): 125-143.
- WALCOTT C (1994). *Transforming Qualitative Data*: Rout ridge Academic Press.
- WARBURTON D., NICOL CW, BREDIN SS (2006). Health benefits of physical activity: the evidence. *Cmaj*, **174**(6): 801-809.
- WARBURTON DE, BREDIN SS (2017). Health benefits of physical activity: a systematic review of current systematic reviews. *Current opinion in cardiology*, **32**(5): 541-556.
- WEISS MR, STUNTZ CP (2004). A Little Friendly Competition: Peer Relationships and Psychosocial Development in Youth Sport and Physical Activity Contexts. In M. R. Weiss (Ed.), *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective* (p. 165–196). Fitness Information Technology.
- WHITE SW, KEONIG K, SCAHILL L (2007). Social skills development in children with autism spectrum disorders: A review of the intervention research. *Journal of autism and developmental disorders*, **37**(10): 1858-1868.
- WHITEHOUSE AJ, BARRY JG, BISHOP DV (2007). The broader language phenotype of autism: a comparison with specific language impairment. *Journal of child psychology and psychiatry*, **48**(8): 822-830.
- WIGGINS LD, BAIO JON, RICE C (2006). Examination of the time between first evaluation and first autism spectrum diagnosis in a population-based sample. *Journal of developmental & behavioral pediatrics*, **27**(2): 79-87.
- WILLIAMS TL, SMITH B, PAPATHOMAS A (2014). The barriers, benefits and facilitators of leisure time physical activity among people with spinal cord injury: a meta-synthesis of qualitative findings. *Health psychology review*, **8**(4): 404-425.
- WILLIAMSON ED, MARTIN A (2012). Psychotropic medications in autism: practical considerations for parents. *Journal of autism and developmental disorders*, **42**(6): 1249-1255.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION (1965). Health problems of adolescents. Technical report series 308. Geneva: World Health Organization.  
Erişim:[[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/38425/WHO\\_TRS\\_308.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/38425/WHO_TRS_308.pdf?sequence=1&isAllowed=y)]  
Erişim Tarihi: 05.11.2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (1992). The ICD-10 Classification of Mental and Behavioural Disorders: Clinical Descriptions and Diagnostic Guidelines, 1st Edition, Geneva: WHO.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (2005a). Atlas: Child & adolescent mental health resources. Geneva: WHO.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (2015). The global strategy for women's, children's, and adolescents' health (2016–30).  
Erişim: [<https://www.who.int/life-course/partners/global-strategy/en/>]  
Erişim Tarihi: 15.12.2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (2018). Physical activity Fact sheet.  
Eriřim:[<http://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>]  
Erişim Tarihi: 15. Aralık. 2019.



## EKLER

### Ek-1. Etik Kurul İzni

**ANKARA ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ALT ETİK KURULU  
KARAR ÖRNEĞİ**

**Karar Tarihi** :05/11/2019

**Toplantı Sayısı** :19

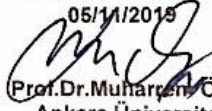
**Karar Sayısı** :296

**296-**Üniversitemiz Sağlık Bilimleri Enstitüsü Spor Bilimleri Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencilerinden **Rıfat Kerem Gürkan**'ın "Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Ergen Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımına Etki Eden Faktörler" başlıklı tezi ile ilgili 28/08/2019 tarihli "İnsan Üzerinde Yapılan Klinik Dışı Araştırmalar Başvuru Formu" Etik Kurulumuzca incelenmiştir.

Yapılan görüşmeler ve incelemeler sonucunda, **Rıfat Kerem Gürkan**'ın "Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Ergen Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımına Etki Eden Faktörler" başlıklı tezi ile ilgili, araştırma protokolüne uyulması ve etik onay tarihinden itibaren geçerli olması koşuluyla uygulanmasının etik açıdan uygun olduğuna oybirliği ile karar verildi.

ASLININ AYNIĞIDIR

05/11/2019

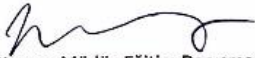
  
Prof. Dr. Muharrem ÖZEN  
Ankara Üniversitesi  
Etik Kurulu Başkanı

## Ek-2. Kurum İzin Yazısı

07.08.2019

### Özel Parla Özel Eğitim Merkezi

Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Spor Yönetim Bilimleri Tezli Yüksek Lisans programı öğrencisi Rıfat Kerem Gürkan'ın tez çalışmasını kurumumuzda devam eden özel eğitim öğrencilerinin ebeveynleriyle, isimlerinin etik prosedürlerine bağlı kalınması koşuluyla gerçekleştirilmesinde herhangi bir sakınca yoktur.

  
Kurucu Müdür-Eğitim Danışmanı

Prof. Dr. Tevhide Kargin

Özel Parla Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi  
Ali Suavi Sokak Akhan İş Merkezi 1. Kat 23/16  
06570 Maltepe- ANKARA  
Tel: +90 312 2301089

### **Ek-3. Aydınlatılmış Onam Formu**

#### **Araştırmanın Adı:**

#### **“Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Ergen Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımına Etki Eden Faktörler”**

Sayın Gönüllü,

Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Spor Yönetimi Bilimleri Yüksek Lisans Programı kapsamında planlanmış olan yukarıda adı yazılı araştırmaya katılmak üzere davet edilmiş bulunuyorsunuz. Bu araştırmada yer almayı kabul etmeden önce, araştırmanın ne amaçla yapılmak istendiğini anlamanız ve kararınızı bu bilgilendirme çerçevesinde özgürce vermeniz gerekmektedir. Aşağıdaki bilgileri lütfen dikkatlice okuyunuz, sorularınız olursa sorunuz ve açık yanıtlar isteyiniz.

Bu araştırma; Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB) olan 10-19 yaş arasındaki bireylerin fiziksel aktiviteye katılmalarını etkileyen faktörleri ebeveynlerinin görüşleri doğrultusunda incelemek amacıyla planlanmıştır. Araştırmaya katılmak için gerekli koşullar: Katılımcının OSB teşhisi konmuş çocuğunun olması, OSB’li bireyin 10-19 yaş arasında olması, OSB’li bireyin özel eğitim merkezinde eğitim alıyor olması, OSB’li bireyin daha önce fiziksel aktiviteye katılmış olması ya da hala devam ediyor olması, OSB’li bireyin herhangi ortopedik bir engelinin olmaması, OSB’li bireyin öz ailesi ile Ankara ilinde yaşıyor olmasıdır.

Kişisel bilgi formunun tamamı tarafınızdan yanıtlandıktan sonra bireysel görüşmeye geçilecektir. Bireysel görüşme esnasında size konu ile ilgili sorular yöneltilecektir. Konu üzerine yapılan görüşme ses kayıt cihazı kullanılarak kayıt altına alınacaktır. Araştırmaya yaklaşık 15 ebeveynin katılması beklenmektedir. Görüşmenin yaklaşık 20 dakika süreceği düşünülmektedir. Sorulara vereceğiniz cevaplar araştırmayı doğrudan etkileyeceği için görüşmeyi içtenlikle gerçekleştirmeniz beklenmektedir.

Bu araştırmada yer almak tümüyle sizin isteğinize bağlıdır. Araştırmada yer almayı reddedebilirsiniz ya da başladıktan sonra yarıda bırakabilirsiniz. Bu araştırmanın sonuçları bilimsel amaçlarla kullanılacaktır. Araştırmadan çekilmeniz ya

da araştırmacı tarafından çıkarılmanız halinde, sizle ilgili veriler kullanılmayacaktır. Ancak veriler bir kez anonimleştikten sonra araştırmadan çekilmeniz mümkün olmayacaktır. Sizden elde edilen tüm bilgiler gizli tutulacak, araştırma yayınlandığında da kimlik bilgilerinizin gizliliği korunacaktır. Araştırma doğrultusunda sizden herhangi bir ücret talep edilmemektedir ve çalışmaya katılmanızdan dolayı herhangi bir ücret ödenmeyecektir.

### **Katılımcı Beyanı**

“Yukarıda yer alan ve araştırmaya başlanmadan önce gönüllülere verilmesi gereken bilgileri içeren metni okudum (ya da sözlü olarak dinledim). Eksik kaldığını düşündüğüm konularda sorularımı araştırmacılara sordum ve doyurucu yanıtlar aldım. Ses kayıt cihazı ile yanıtlarımın kaydedilmesi konusunda araştırmacıya izin veriyorum. Yazılı ve sözlü olarak tarafıma sunulan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anladığım kanısındayım. Çalışmaya katılmayı isteyip istemediğim konusunda karar vermem için yeterince zaman tanındı.

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını ve yayınlanmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın, kendi zgr irademle kabul ettiğimi beyan ederim.”

İmza / Tarih

Katılımcının Adı Soyadı

İmza / Tarih

Araştırmacının Adı Soyadı

**Araştırmacının Adı:** Rıfat Kerem GÜRKAN

**Adres:** Ankara Üniversitesi Gölbaşı Yerleşkesi

Spor Bilimleri Fakültesi 06830 Gölbaşı / ANKARA

**Telefon:** 0552 288 06 94

#### Ek-4. Kişisel Bilgi Formu

### OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞU OLAN ERGEN BİREYLERİN FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILIMINA ETKİ EDEN FAKTÖRLER

#### KİŞİSEL BİLGİ FORMU

**Yaşınız:**

**Eğitim Durumunuz:**

**Mesleğiniz:**

**Medeni Durumunuz:**

**Yıllık Aile Geliriniz:**

**Çocuk Sayınız:**

**OSB’li Çocuğunuzun Tanısı:**

**OSB’li Çocuğunuzun Yaşı:**

**Çocuğunuzun OSB dışında herhangi bir sağlık sorunu var mı? (Varsa nedir?)**

**TANIM:** Fiziksel aktivite kişinin hareket ederek enerji harcamasıdır. Fiziksel aktiviteye örnek olarak: yürümek, koşmak, top oynamak, yüzmek, trampolinde sıçramak, paten kaymak vb. etkinlikler örnek olarak verilebilir.

**Çocuğunuz fiziksel aktiviteye katılıyor mu? (Katılıyorsa ne kadar zamandır?)**

**Çocuğunuz bir haftada ortalama kaç saat fiziksel aktiviteye katılıyor?**

**Görüşme Tarihi:**

**Görüşme Yeri:**

## Ek-5. Bireysel Görüşme Formu

### BİREYSEL GÖRÜŞME FORMU

1. Çocuğunuzu bana nasıl tanımlarsınız? Özellikleri neler? Neleri sever, neleri sevmez?
2. Çocuğunuzun bir günü nasıl geçiyor? Anlatır mısınız?
3. Çocuğunuz ile ne sıklıkla ve nasıl vakit geçiriyorsunuz?
4. Çocuğunuza ilk OSB teşhisi konduğunda ne hissettiniz?
5. Çocuğunuzun durumuna alışmanız ne kadar sürdü?
6. Çocuğunuzun fiziksel durumunu, dış görünüşünü nasıl değerlendirirsiniz?
7. Çocuğunuzun beslenme alışkanlıkları nasıl?
8. Çocuğunuzun temel hareket becerileri (motor becerileri) seviyesini nasıl değerlendirirsiniz? Sizce yeterli seviyede mi? (örnek hareket becerileri: dengeli bir şekilde yürümek, koşmak, sıçramak, sekmek, tutunmak, tırmanmak, yuvarlanmak vb).
9. Çocuğunuzun sosyal ortamlardaki duruşunu gözlemlerinize göre aktarabilir misiniz?
10. Çocuğunuzun fiziksel aktivite deneyimlerini paylaşır mısınız?
11. Ne tür fiziksel aktiviteler yapmakta? Ve hangilerini seviyor, hangilerini sevmiyor?

12. OSB ve fiziksel aktivite ile alakalı bilgileri kimden ya da nereden edinmektesiniz?
13. Çocuğunuzun fiziksel aktiviteye katılımını sınırlayan faktörler neler olduğunu öğrenmek istiyorum. Çocuğunuzun genel özelliklerinden (sahip olduğu tanıdan ötürü) kaynaklandığını düşündüğünüz engeller nelerdir?
14. Ebeveyn olarak siz veya çocuğunuzun çevresindeki kişilerden (örneğin bu mahalledeki arkadaşları da olabilir) kaynaklanan engellemeler neler olabilir?
15. Genel olarak değerlendirdiğinizde çocuğunuzun fiziksel aktiviteye katılımını etkilediğini düşündüğünüz çevresel/toplumsal faktörler neler?
16. Çocuğunuz bir gün içerisinde en çok hangi kurumda vakit geçiriyor? Özel eğitim merkezi mi, eğer gidiyorsa okul mu? Gittiği kurum açısından değerlendirdiğinizde çocuğunuzun fiziksel aktiviteye katılmasında ne gibi etkileri oluyor?
17. Mevcut OSB ve Fiziksel aktivite ile alakalı politikalar hakkında bilginiz var mı? Ya da devletin engelli bireylerin daha aktif olmaları adına bir çalışmaya rastladınız mı? Çocuğunuz herhangi bir belediye vb spor programına katıldı mı? Çocuğunuzun mevcut durumuna yönelik spor anlamında herhangi bir yardım / indirim / bilgilendirilme gibi hizmetler aldınız mı?
18. Çocuğunuz severek mi gidiyor? Çocuğunuz açısından değerlendirdiğinizde ne gibi faydalar sağlıyorsunuz? Bu faydalar fiziksel aktiviteye katılımınızda ekstra bir motivasyon sağlamakta mı?
19. Sizden kaynaklı ya da çevrenizdeki kişilerden kaynaklı (bunlar çocuğunuzun arkadaşları olabilir, eğitmenleri olabilir vb) fiziksel aktiviteye katılımı artıran, kolaylaştıran faktörler nelerdir?

20. Çevresel faktörlerden kaynaklı, fiziksel aktiviteye katılmanızı kolaylaştıran faktörler nelerdir? Bunu yaşadığınız yer ve çevre açısından insanlar, yapılar, fırsatlar vb unsurlar açısından değerlendirir misiniz?
21. Çocuğunuzun gününün büyük bir bölümünü içerisinde geçirdiği kurumlar açısından değerlendirirseniz, çocuğunuzun fiziksel aktiviteye katılımında ne gibi kolaylıklar, kolaylaştırıcılar sağlandığını düşünmektesiniz?
22. Mevcut politikalar ve devletin fiziksel aktiviteye yönlendirmesi sonucunda ya da belediyelerin yardımlarıyla gerçekleştirilen fiziksel aktivite programlarının sizin fiziksel aktiviteye katılmanızda bir desteği / katkısı oldu mu?

## **Ek-6. Alan Notları**

**TARİH:** 04.12.2019

**MEKAN:** Özel eğitim merkezi (09:30-14:30)

### **İLK GÜN**

...

Sabah 09:30 ve özel eğitim merkezindeki ilk günüm. Merkezin sorumluları ve sekreterleri ile bugün geleceğimi öncesinde belirlemiştim. Görüşmeler için gelecek aileleri bekleyeceğim. Çocukları derse girdiğinde kendileriyle uygun bir alanda görüşmelerimi gerçekleştireceğim.

Bu sırada merkezi biraz dolaştım ve merkezin ikiye ayrıldığını, bir tarafta sınıf derslerinin yapıldığını, diğer tarafta ise seramik, mutfak, müzik, ergoterapi ve fiziksel aktivite derslerinin yapıldığını gözlemledim. 10 küsur sınıf mevcut. Her iki tarafta da velilerin bekleyebilecekleri alanlar var. Sınıfların kapılarında ise küçük camlar var. Ebeveynler buradan çocuklarını izleyebiliyorlar. Çocuklar ise onları göremiyorlar çünkü camlar gölgeli. Her kapının önünde de ebeveynlerin ayakta durmamaları için birer sandalye bulunuyor.

Fiziksel aktivite derslerinin gerçekleştirildiği alan 1-2 çocuk ile ders yapılabilecek şekilde ve bence yeterli. İçeride trambolin, masa tenisi masası, tırmanma merdiveni, denge aletleri ve pek çok ekipman bulunuyor. Çok güzel dizayn edilmiş bir alan. Çok güzel ışık alıyor, müzik sistemi var ve renklendirmesi çok hoş. Kimse yokken iyice inceledim.

Mutfaktan çay almak için gittiğimde merkezin girişinin kalabalıklaştığını ve derslerin öncesinde bir hareketlilik olduğunu gözlemledim. Anne ve babalar çocuklarını eğitim öncesinde hazırlıyorlardı. Bu sırada bende sekreter hanımdan kiminle görüşme yapabileceğimi öğrendim. Görüşmeyi gerçekleştireceğim kişinin de çocuğu fiziksel aktivite dersine girecekmiş. Oraya tekrar gittim ve gittiğimde derse 10 dakika olmasına

rağmen çocuk çoktan içeri girmiş bile. İçeride toparla oynuyor, minderlere atlıyor, tramboline çıkıyor iniyor ve kahkaha atıyor. Çocuk ve annesi ile tanıştım, dersten sonra görüşmek için anlaştık. Şimdi de görüşebilirdik aslında ama ben de izlemek istedim. Bu sırada içeri bir çocuk daha girdi. Başka bir sınıfa girmesi gerekirken kaçıp buraya gelmiş. Geldiler onu aldılar ve ağlaya ağlaya götürdüler. Buradan çocukların bu alanı ne kadar sevdiğini anlamış oldum.

Eğitmenin gelmesiyle ders başladı ancak çocuk ter içinde kalmıştı bile çoktan. Eğitmen de bu durumu gülerek karşıladı ve 45 dakika sürecek olan ders başladı. Ders gerçekleştirilirken çocuğun annesinin 1 saniye bile gözünü dersten ayırmadığını gözlemledim. Sanki çocuğu yaparken o da onunla birlikte hareketleri yapıyordu. Olumsuzluklarda ise üzüntüsünü gizleyemiyordu. *“Burayı o kadar seviyor ki, elimden kaçıp kaçıp buraya geliyor. Diğer taraflarda bulamazsanız bilin ki buradadır.”* diyerek çocuğunun ne kadar keyif aldığını biraz da şakalaşarak aktardı bana.

Ders sonlandı ve diğer gireceği ders için hazırlıklar başladı. Çocuk derse girdiğinde biz de görüşmemizi yapacaktık. Bu sırada eğitmen ile görüştüm. Çocukların bu dersten çok keyif aldıklarını ve tüm çocuklarla iyi geçindiğini, bazı çocukların yoruldukları için istemediklerini ama o durumu da bir şekilde çözdüklerini aktardı. Kendisi spor bilimleri fakültesi mezunuymuş. Gördüğüm kadarıyla sevecen, ilgili ve deneyimli bir eğitmen kendisi.

Sonraki saat ilk görüşmemi gerçekleştirdim. Oldukça verimli geçti. Gün boyunca ise toplamda 3 görüşmemi tamamladım ve 1 aile ise gelemeyeceklerini son anda bildirdiler. Yarın için hangi ailelerin geleceğini not alarak saat 14.30 gibi özel eğitim merkezinden ayrıldım.

## ÖZGEÇMİŞ

### **Kişisel Bilgiler:**

**Adı:** Rıfat Kerem

**Soyadı:** GÜRKAN

**Doğum Yeri:** Ankara

**Doğum Tarihi:** 04.05.1994

**Uyruğu:** T.C.

**Medeni Hali:** Bekâr

**Askerlik Durumu:** Tecilli

**E-Mail Adresi:** rkgurkan@kku.edu.tr

### **Eğitim:**

**Yüksek Lisans:** Ankara Üniversitesi / Spor Yönetimi Bilimleri / 2020

**Lisans:** Ankara Üniversitesi / Spor Yöneticiliği / 2017

### **Mesleki Deneyimi:**

Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Rekreasyon Bölümü Araştırma Görevlisi (2019-...)

### **Üye Olduğu Bilimsel Kuruluşlar:**

Rekreasyon Çalışmaları ve Araştırmaları Derneği (REKÇAD): Üye

### **Bilimsel İlgil Alanları:**

Gürkan RK, Koçak F (2020). Perceived constraints and facilitators of participation in physical activity by individuals with autism spectrum disorders. Physical Activity Review, 46-58. Doi: 10.16926. (Uluslararası Yayın)

Gürkan RK, Sarol H, Gürbüz B (2019). Şampiyonluğa Giden Yolculuk: Otizmlil Birey Örneği. 17. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, 13-16 Kasım, Antalya. (Özet Bildiri/Sözlü Sunum)

Gürkan RK, Koçak F, Sarol H (2019). Constraints To Physical Activity In Individuals With Autism Spectrum Disorders: Relationship Between Physical Activity And Screen Time. 2. Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi, 11-14 Nisan, Muğla. (Özet Bildiri/Sözlü Sunum)

Gürkan RK, Koçak F, Başar A (2018). Engelli Sporcularda Psikolojik İyi Oluş Ve Serbest Zaman Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi, 10-13 Mayıs, Muğla. (Özet Bildiri/Sözlü Sunum)

Gürkan RK, Koçak F (2017). Otizm Spektrumlu Bireylerde Fiziksel Aktiviteye Katılım: Ebeveynlere Göre Engeller, Kolaylaştırıcılar, Kişisel Ve Sosyolojik Etkiler. 15. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, 15-18 Kasım, Antalya. (Özet Bildiri/Sözlü Sunum)

**Bilimsel Etkinlikleri:**

Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımı Ve Engeller.  
Danışman: Funda Koçak. Yüksek Lisans Semineri, Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri  
Fakültesi, 2018, Ankara.

2017-2019 Türk Eğitim Vakfı Yüksek Lisans Bursiyeri.

2016-2017 Akademik Yılı Ankara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu  
Spor Yöneticiliği Bölümü Mezuniyet Projesi Poster Sunum Birincilik Ödülü.

2016-2017 Akademik Yılı Ankara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu  
Spor Yöneticiliği Bölümü İkincilik.

2016-2017 Akademik Yılı Ankara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu  
Üçüncülük.

Erasmus+ 2018-2019 Güz Dönemi, Jozef Pilsudski University of Physical Education,  
Varşova, Polonya. (Yüksek Lisans)

Erasmus+ 2014-2015 Güz Dönemi, Jozef Pilsudski University of Physical Education,  
Varşova, Polonya. (Lisans)