

BÖLÜM 30

ENGELLİ BİREYLERİN TOPLUMSAL YABANCILAŞMASI VE REKREASYON FAALİYETLERİN ÖNEMİ

Emire ÖZKATAR KAYA¹

Toplumun bir parçası olan ve iyi bir yaşam hakkına sahip olması gereken engelli bireylerin tanımına baktığımızda; doğuştan, bir hastalık ya da kaza sonucunda fiziksel, zihinsel, sosyal, ruhsal, duyuşsal yetilerin kalıcı şekilde kaybedilmesi ve buna bağlı olarak toplumsal yaşama uyum sağlama ve günlük gereksinimlerini karşılamada güçlükleri olan kişiler olarak ifade edilmektedir (Kavaklı & Özkara, 2012). Bir diğer tanımda ise, “engellilik, bedensel fonksiyonlardaki hasarlar nedeniyle meydana gelen kayıpların yarattığı toplumsal veya yönetsel tutum ve tercihleri sonucunda, yaşamın birçok noktasında kısıtlama ve engellerle karşılaşması olarak görülmektedir (Öztabak, 2017). Engelli bir kişiyi toplumun diğer bireylerinden farklı kılan; fiziksel ve zihinsel yetersizlikler ve buna bağlı olarak hareket yeteneğinde, tutum ve davranışlarındaki güçsüzlük ve eksikliklerdir. Engelli bireylerin toplumun geneline göre hareketsiz bir yaşam tarzına sahip olması, onların sosyal ve fiziksel aktivitelere katılmalarında birtakım sorunlara neden olmaktadır. Buna rağmen, toplum tarafından engelli kavramı biliniyormuş gibi görünse de birçok belirsizlik söz konusudur. Engelli bireylerin maruz kaldığı bu belirsizlik ve ayrımcılığın asıl nedeni buradaki farklılıklardır (Subaşıoğlu, 2008). Bir ülkedeki engelli bireylerin yaşam standartları o ülkenin gelişmişlik düzeyini gösteren en önemli ölçütlerden birisidir. Günümüzde ülkelerin gelişmişlik seviyeleri farklı olsa da yaşadıkları toplumda engelli bireylere karşı olan tutum ve davranışlar benzerlik açısından aynıdır. Engelli bireyler, buldukları toplumlarda bir takım olumsuz tutum ve davranışlarla karşılaşabilmektedir. Engelli bireylere karşı oluşturulan, olumsuz tutumlar ve tavırlar engellilerin toplumla bütünleşmeleri konusunda görünmez engeller oluşturabilmektedir. Bu durum onların

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Erciyes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreatyon Bölümü
ozkatar@erciyes.edu.tr

üretken, bağımsız, özgüvenli ve onurlu bireyler olarak toplum içinde yer almalarını engellemektedir. Toplumsal yaşama katılım ve toplumla bütünleşme engelliler için gerekli görülen bir durumdur. Engelli bireylere yönelik sosyal dışlanma arttıkça onların toplumsal bütünleşmesi zorlaşacaktır. Engelli bireylere yönelik toplumda oluşturulan kalıp yargılar, olumsuz, dışlayıcı, tutumlar, onların toplumsal yaşama tam ve bağımsız katılımını etkileyen en önemli faktörler arasında yer almaktadır. Dolayısıyla engelli bireylere yönelik dışlanmanın azaltılması için onların sosyalleşme olanaklarının artırılması gerekir (İldız & Tezel, 2018). Engelli bireylerin karşılaştıkları olumsuz durumlarından bazıları olarak; sosyal ve ekonomik yapı bozukluğunu, bilgi yetersizliğini, duyarsız ve yanlış yaklaşımları, fiziksel çevre şartlarının yetersizliklerini örnek olarak verebiliriz. Engelli bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları olumsuz davranışlar ve zorluklar engel durumuna göre farklılık gösterse de onların toplumdan uzak kalmaması ve sosyal yaşamını devam ettirebilmesi için yapılan sosyal yardımlarından ziyade kendiyle barışık bir yaşam sürdürebilmesi için önlemler alınması gerekir. (Özkatar Kaya, 2019). Bu durumda; yaşadığımız toplum, engellileri içine alan kurumların oluşturulması, bağımsız yaşamlarını sürdürebilmesine hizmet eden çevresel düzenlemelerin yapılması, sosyal hizmetlerden ve spor aktivitelerinden eşit düzeyde yararlanmaları aynı zamanda bireylerin topluma aktif biçimde katılmaları ve sosyal dışlanma problemine çözüm üretmesi gerekmektedir (Özyürek, 2010). Engellilik alanında bilimsel çalışmaların yapılması, engelli bireylerin sorunlarının belirlenmesine ve bu sorunlara çözüm üretilmesi hususunda değerli olduğu bilinmektedir. Çünkü engellilik, bireyler arasındaki fiziksel veya zihinsel farklılıklardan çok toplumdaki ayrımcılığın ve dışlamanın bir ürünüdür. Bu durumda, engelli bireyin engellilik durumundan kaynaklı olarak toplumla bütünleşmeden mahrum kaldığı süreçte, toplumun belirli hizmetlerinin dikkate alınarak düzenlenmesi ve engellilere yönelik sosyalleşme imkânlarının sunulması gerekmektedir.

Günümüzde sosyalleşme her birey için önemlidir. Çünkü bu süreçte insan önemli nitelikler kazanmakta ve toplumunun normal bir üyesi haline gelmektedir. Fakat engelli bireyler sosyalleşme ve toplumsal yaşama katılım hususunda belirli sorunlarla karşılaşmaktadır. Bu nedenle engelli bireylerin zorlukların üstesinden gelmelerinde, hayatlarını başarıyla sürdürmelerinde diğer bireylerle iletişim ve dayanışma içinde olmalarının sosyalleşme açısından önemi büyüktür (Gencer, M. 2019).

Engelli bireyler, toplumun en büyük azınlık gruplarından biri olduğundan, bu insanlar engelli olmaları nedeniyle hem kamusal alanda hem de özel alanda pek çok sorunla karşılaşmaktadır. Engelli bireylerin başlıca sorunları, toplumdan dışlanma, ayrımcılık ve önyargılar olmakta olup, en temel haklardan yoksundurlar. Bu grubun çok sorunları olduğu ve onları çözmekten aciz oldukları bilinmektedir (Arıkan, 2002). Engelli bireyler, günlük yaşama, kent yaşamına ve toplum yaşamına sınırlı ölçüde katılabilmektedirler. Eğitimden sağlığa, iş ve mesleki rehabilitasyondan kültür ve sanata, spor ve kent standardının iyileştirilmesine, ulaşımdan psikolojik desteğe, bireysel ve aile danışmanlığı hizmetlerinden rekreatif etkinliklerden gerektiğinde sürekli bakımına kadar çok ciddi ve çözüm bekleyen sorunları bulunmaktadır (Gökcan, 2008). Özellikle toplumla bütünleşme adına yoğun sorunlar içinde yaşayan engellilerin varlığı bilinmektedir. Bu durumda, günümüz yaşamın pek çok alanında yer alan sorunlar, engelli bireylerin içinde yaşadıkları toplumla işlevsel bir bütünlük içinde yaşamalarını güçleştirmektedir. Engelli bireylerin topluma katılmakta zorlanan bir grup olduğu düşünüldüğünde onların sürekli sorunlarla boğuşan, hayata anlamlı çözümler üretemeyen ve kendilerini mutsuz hisseden bireyler olmalarına neden olmaktadır (Karataş, 2002). Gelişimin ve değişimin hızla meydana geldiği günümüzde, yabancılaşma olgusunun ortaya çıkışının da hızlandığı görülmektedir. Bir yandan, teknolojik gelişmelerin getirdiği hızlı değişim içinde bireyi yalnızlığa ve yabancılaşmaya düşürürken, diğer yandan günlük yaşamın da sorumluluklarını yerine getirme, başkalarıyla ilişki kurma sağlıklı ve mutlu yaşam sürdürmenin kaygısını duymaktadır. İşte bu nedenle engelli bireylerin yabancılaşma olgusunu toplum olarak iyi kavrayıp onların hayatlarında daha sosyal ve bağımsız yaşamalarına destek olmak gerekir (Kınık, 2010).

TOPLUMSAL YABANCILAŞMA

Yabancılaşma, farklı bilim alanlarında on yıllardır üzerinde oldukça çok biçimde çalışılmış bir kavramdır ve bu nedenden ötürü kavramın birçok tanımı bulunmaktadır. Yabancılaşma kavramı, özellikle çağımızda, gündelik dilde de kullanılan bir kavram olmuştur ve toplumun yabancılaşması, kültürün yabancılaşması, dilin yabancılaşması, insanın kendine yabancılaşması ve daha birçok şekilde ifade edilmektedir. Diğer bir tanımda ise yabancılaşma; bireyin kendinden, değerlerinden, eylemlerinden ve toplumsal çevresinden uzaklaşması anlamına gelmektedir (Büyükyılmaz, 2007). Burada değineceğimiz yabancılaşmanın daha çok psikolojik ve sosyal yaklaşımları olacaktır.

Yabancılaşma psikiyatride genellikle normal olan her şeyden uzaklaşma demektir. Yabancılaşma, bireylerin birbirlerinden ya da belirli bir ortam veya süreçten uzaklaşmalarını ifade eder. Çağdaş Psikoloji ve Sosyolojide ise bireyin toplumda, diğer insanlara veya bizzat kendisine aşırı yabancılık hissetmesi halini anlatmak için kullanılır. Günlük kullanımda, yabancılaşma kavramına baktığımızda; daha çok arkadaşlardan, çevreden, sosyal hayattan ve kendinden uzaklaşma anlamına gelir (Kızılçelik &Erjem, 1992).

Yabancılaşma kişinin kendi benliğine veya benliğinin çeşitli kısımlarına yönelik olabileceği gibi başkalarına ve topluma yönelik de olabilmektedir. Çünkü yabancılaşma hem bireysel hem de toplumsal olarak psikolojik bir durum söz konusudur (Yapıcı, 2004). Yaşamımızdaki ilişkilerin çift taraflı olduğu düşünülürse, bir yandan insanın özünü yansıtan doğal ilişkisi ile diğer yandan insanın varlığını belirleyen toplumsal ilişkiler olduğu görülmektedir. Bu durumda, çoğu zaman insanın varlığı toplumsal yapı tarafından belirlenmekte ve toplumsal süreçte gerçekleşen insanın varlığı da insanın özüyle çelişebilmektedir (Akyıldız,1998). Yabancılaşma, toplumun birey üzerindeki etkisi ile yakından ilişkili olduğu bilinmektedir. Aynı zamanda yabancılaşma olgusu insan üzerinde bireysel ya da toplumsal olarak etkileri söz konusudur (Akdere,1990).

Çeşitli sebeplerden dolayı meydana gelen toplumsal yabancılaşma; ekonomi de dâhil olmak üzere kişilerin sosyal çevrelerinin ya da toplumlarının değerlerinden, normlarından, adetlerinden ve toplumsal ilişkilerinden kopuk hissedilen bireylerin ya da toplulukların deneyimlerini tasvir etmek için toplum bilimciler tarafından kullanılan daha kapsamlı bir kavramdır. Toplumsal yabancılaşmayı yaşamış olan kişiler toplumun ortak, yaygın değerlerini paylaşmazlar; toplumla, toplumsal grup ve kurumlarıyla uyum sağlayamazlar ve kendilerini toplumsal olarak soyutlanmış olarak görürler. Toplumdan soyutlanmış insanlar, sürekli değişen ve kapitalist sistem tarafından beslenen politikalar nedeniyle kategorize edilip, istemediği bir yaşam sürmeye mecbur bırakılmaktadır. Uzun yıllardır bireylerin etnik kökenlerine, inançlarına, eğitim seviyelerine, ekonomik olanaklarına, dış görünüş ve bedenlerine göre birbirinden uzaklaştırılmaya çalışılan insanlar kendilerini toplum içinde yalnız ve dışlanmış hissedebilirler (Hakverdi, 2018). Bu durum kişinin, kendine olan öz güveninin azalmasına, toplumda sosyal ilişkilerden kaçınmasına, yaşama karşı ilginin kaybolmasına sosyal değer yargılarına ve normlara karşı ilgisiz kalmasına örgütünden uzaklaşmasına veya teslimiyetçilik göstermesine ve karcilik kavramlarına sıkı sıkı bağlanmasına neden olur.

Özellikle engelli bireyler açısından bakacak olursak, yabancılaşmanın toplumsal koşullar ve duygusal kişiliğe bağlı olarak da ortaya çıkan bir hastalık olduğunu ileri sürülmüştür. Bireyin kendini algılayışı ve davranışları açısından yabancılaşmanın beş farklı boyutu bulunmaktadır. Bunlar; Güçsüzlük, Anlamsızlık, Kuralsızlık, Topluma Yabancılaşma ve Kendine Yabancılaşma şeklinde ifade edilmektedir (Ofloğlu, 2008).

Güçsüzlük: Kişinin kendi yaşamlarını doğrudan etkileyen kararlara katılma olanağı bulamadıklarında, bireylerin yabancılaşma durumu bir güçsüzlük olarak ortaya çıktığı görülür. Bireyin sahip olduğu beklentiler ve inandığı olasılıkların kişinin kendisi tarafından belirlememesi ve sonucu değiştirmek için elinden hiçbir şeyin gelmemesi durumudur. Bu durumda, birey içinde yaşadığı toplumu etkilemede ve varlığını göstermekte yetersiz kalmaktadır. Kişinin ulaşmak istediği amaçlara ulaşamamasının doğurduğu duygularla da ilişki söz konusudur (Seeman, 1959).

Anlamsızlık: Bu boyutta, kişinin hayal ettiği geleceğine ulaşabileceği ile ilgili olarak umutsuz olması ve düşüncelerini gerçekleştiremeyeceğine inanması durumudur. Engelliler açısından düşüncecek olursak, bireyin toplumsal etkinliklerden dışlanmışlık duygusuna kapılması, kendini toplumdan çekilmiş saymasıdır. İnsana dünyada her şeyin anlamsız gelmesi duygusu kişiyi yaşamaktan bıktırır. Bu tür yabancılaşmada insan eylemlerini ve çevresindeki olayları yargılamada yanlıya düşürür (Başaran, 2008).

Kuralsızlık: Engelli bireyler açısından bakacak olursak; kişinin hedef ve amaçlarına yalnızca toplumsal olarak kabul görmeyen davranışlar sonucu ulaşabileceğine inanması durumudur. Toplum tarafından kabul görmüş davranış kurallarına bağlılık duygusunun yokluğu ve dolayısıyla davranışta güvensizliğin, yaygınlaşması şeklinde de tarif edilebilir. Kuralsızlık, genel kabul görmüş sosyal araçlarla amaçların gerçekleştirilmesinde karşılaşılan olanaksızlıkları da gözler önüne serebilme durumudur (Şimşek, Akgemci & Çelik, 2010).

Topluma Yabancılaşma: Toplum tarafından yüksek değer verilen amaçlar ve inançların birey için bir anlam ifade etmemesi durumudur. İnsanın toplumun etkisiyle yabancılaşması çok önemli bir noktadır. Toplumsal sorunlar karşısında bireyin harici duygusu, bir katılımın yokluğu ve yine bunlar kadar toplumsal işlerde kişinin angajmanı yabancılaşma bağlamında yer alır. Bazen abartılı olarak ortaya konya da özellikle engelli bireylerde “kalabalıkta yalnızlık”, veya “kendini toplumdan mahrum eden birey”, gibi ifadeler de yabancılaşma ile ilgili olarak kullanılmaktadır (Yeşil, 2018).

Kendine Yabancılaşma: Kişinin belirli bir davranışının geleceğe yönelik beklentileri ile uyuşmaması, beklentilerinin dışına çıkarak farklı davranmasıdır (Ofluoğlu & Büyükyılmaz, 2008). Bireylerin kendi yetenek ve öz güçlerini kendisi dışında, kendine yabancı görmesi olarak da betimlenen, kendine yabancılaşma kavramı, kişinin bir süreç içinde öz benliğine soğuması ile ilgilidir. Kendinden soğumuş bireyler ise yaptıkları işlerden ya da oynadıkları rollerden hemen hemen hiçbir kişisel doyum alamazlar (Emir, 2012).

Bu durumda, toplumun engellilere karşı kısıtlayıcı, damgalayıcı, ayırıcı ve dolayısıyla engelleyici tutumları engelli bireylerin toplumdan soyutlanmasına ortam hazırlamaktadır. Son yıllarda ise sosyal modelin engellilere karşı toplumdan soyutlayıcı değil tersine toplumla bütünleştirici yaklaşımı günümüzde giderek artan ölçüde kabul görmektedir. Engelli bireylerin böyle bir yaklaşıma büyük ihtiyaç duyduklarını dile getirilmektedir (Arıkan, 2002).

Toplumsal yaşamda engelli bireylerin karşılaştıkları fırsat eşitsizliği, sosyal ayrımcılık toplumsal yabancılaşma duygusu ve fiziksel performanslarındaki düşüklük beklentisi gibi nedenler engelli kişilerin fiziksel aktivitelere katılmada birtakım sorunlara neden olduğu düşünülmektedir (Ergün, 2008). Engelli bireylerin toplumun tamamına göre daha hareketsiz bir yaşam tarzına sahip oldukları düşünüldüğünde daha ciddi bir sağlık problemi oluşturduğu görülmektedir. Oysaki spor, fiziksel aktivite ve rekreasyon etkinliklerine katılma engelli bireyleri hem topluma kazandırırken hem de var olan sağlık problemini hafifleteceği ön görülmektedir (Fernhall & ark, 2008). Spor ve Fiziksel aktivitelerin olumlu etkisi toplumda yer alan tüm bireylerde olduğu gibi engellileri de kapsamakta aynı zamanda onların bedensel ve zihinsel gelişimleri ile toplum içerisinde daha iyi ilişkiler kurabilmelerine yardımcı olmaktadır. (Hazar & Koç, 2020). Engelli bireylerin fiziksel ve ruhsal gerilimden kurtulmaları, sosyal anlamda toplumla iletişime geçebilmeleri için rekreasyon faaliyetlerine katılımları onların yaşam doyumunu arttırmada etkili olacağı düşünülmektedir.

REKREASYON KAVRAMI VE REKREASYONA DUYULAN İHTİYACIN NEDENLERİ

Rekreasyon ve boş zaman kavramının tam olarak herkes tarafından kabul edilmiş olan standart bir tanımı bulunmamaktadır. Rekreasyon, geleneksel anlamda bireyin yenilenmesi, yeniden var olması sürecidir. Rekreasyon; insanların bozulan fiziksel ve ruhsal bütünlüğünü, dilediği aktiviteleri yaparak geri kazanmaları olarak tanımlanabilir (Deniz, Kılıçaslan & Koşan, 2019). Bu durum

genellikle işten farklı bir eylemi veya sosyal boş zaman aktivitelerini içermektedir (Çolakoğlu & Yenel, 2003). Bu aktiviteler katılanların gönüllü olarak seçtiği ve serbest zamanını değerlendirdiği etkinlikleri kapsar (Serarslan, & Bakır, 1988). Bu etkinlikler, dinlenme, eğlenme ve keyif alma gibi insan hayatında önemli yeri olan oyun, spor faaliyetleri oluşturmaktadır (Köktaş, 2004). Rekreasyon, aynı zamanda hava değişimi, gezme, görme sağlık, heyecan duyma ya da farklı yaşantılar elde etme gibi pek çok amaçla yapılan ve boş zamanlarda aktif veya pasif olarak katılan tüm aktiviteleri kapsamaktadır (Kathleen & İbrahim, 2002). Rekreasyon ve boş zaman değerlendirmelerinin farklı yolları vardır. Rekreasyonu insanların eğlenmek ve zevk almak için yaptıkları masa tenisi, yüzme, bisiklet sürme, aerobik gibi tipik olarak yaptıkları sosyal ve bireysel etkinlikler olarak ifade edilebilir (Dattilo & Murphy, 1991). Görüleceği gibi rekreasyon çok geniş bir yelpazeyi oluşturan, rahatlatan ve eğlendiren aktivitelerden oluşmaktadır. Rekreasyon etkinlikleri çok çeşitli olup aktif, pasif, bireysel, grup halinde, açık alanda, kapalı alanda, genç, yaşlı, çocuk ve engelli toplumun her kesiminden bireylerin yapabileceği etkinliklerden oluşmaktadır (Ekici & Yenel, 2002). Bu etkinlikler, bireyin kendini gerçekleştirme, rahatlatma ve zevk alma gibi kişisel ihtiyaçlarını karşılayacağı gibi toplumda sosyal iletişim içinde katılımını sağlayabilir. İnsanlar bu etkinlikleri araçlı veya araçsız, tek başına veya grupta, açık veya kapalı alanlarda gerçekleştirebilir (Torkildsen, 2005). Rekreatif ihtiyaçlar, insan davranışlarına temel olabilecek tek bir nedene veya faktöre bağlı kalmaksızın birçok nedenden dolayı analiz gerektirmektedir. Rekreatif etkinliklerin bireysel ve toplumsal olarak sağladığı faydalardan dolayı rekreasyona duyulan ihtiyaç artmıştır. Yapılan araştırmalarda rekreasyon aktivitelerinin birçok ülkede büyük reklam kampanyaları ile çok ilerleme kaydettiğini ve fiziksel, psikolojik ve sosyal yararların rekreasyona olan ihtiyacın potansiyelini arttırdığı belirtilmiştir (Güngörmüş, 2007).

Her birey için ihtiyaçların aynı olmasına rağmen çeşitlilik ve şiddet açısından değişiklik gösterebilmektedir. İnsanların bazıları için iyi beslenme ön plandayken bazıları için eğlence ön plandadır. Eğlenirken ise, bazıları ihtiyacını tiyatroya, maça giderek tatmin ederken, bazıları da daha değişik şeyler bulurlar veya bizzat tiyatrodan ya da maçta aktif olarak görev alırlar (Karaküçük, 2005). Maslow 'un ihtiyaçlar hiyerarşisi modelini incelediğimizde, üst sıralarda yer alan gereksinimlerin doyurulması için altta yer alan birincil gereksinimlerin doyum bulmuş olması gerekir. Model 'de yer alan basamakların en alt kademesinde fizyolojik ve güvenlik gereksinimleri yer alırken en üst

kademelerde sırasıyla toplumsal ait olma, saygınlık ve kendini gerçekleştirme olarak görebiliriz.

Toplumsal gereksinimleri incelediğimizde, her birey başka insanlarla bir arada olmak, sevgi ilişkisinde bulunmak saygı görmek ve toplumsal kümelerde yer almak isterler. Bunların karşılanması insana kendisine güven, kendisini değerli ve yeterli görme duygularını verir. Bu gereksinimler norma bireylerde olduğu gibi engelli bireylerde de gizil olarak var olan yetenekleri kullanma ve ortaya çıkarma eğilimi olarak da tanımlanmaktadır (Köktaş, 2004).

ENGELLİLERDE REKREASYONEL ETKİNLİKLERİN FİZYOLOJİK, PSİKOLOJİK VE SOSYAL SAĞLIĞA ETKİLERİ

Engelli bireylerde fiziksel aktivitenin önemi çok büyüktür. Bu nedenle, rekreasyonel etkinliklere katılım fiziksel olarak engelli bireylerin gelişimini sağlamaktadır (Uzun,2019). Engelliliğin çoğu formu insanlarda sedanter yaşam stiline sebep olmaktadır. Buna rağmen engelli bireyler için düzenli fiziksel aktiviteden spor yapmaya kadar değişen fırsatlar mevcuttur (Ploeg & ark, 2004) Engelli bireylerin düzenli olarak fiziksel aktivitelerde bulunması sağlıklı ve zinde olmasını sağlamaktadır. Rekreasyon faaliyetleri, engelli bireylerin kas ve sinir sisteminin gelişmesine vücudun fizyolojik ve metabolik gelişimini destekleyen önemli bir parçadır. Engelli bireylerin serbest zaman etkinliklerine katılımı yaşam boyu öğrenme ve öğrendiklerini alışkanlıklara çevirmesi açısından son derece gereklidir. Rekreatif faaliyetler, rekreasyon açısından toplumsal kaynakları tanıyabilmenin yanında, fiziksel açıdan da, kalp ve dolaşım sistemini geliştirebilme, ideal ağırlığı koruyabilme, kas kuvveti, dayanıklılığı ve esnekliği artırabilme ve düzgün duruş alışkanlığı kazandırabilmektedir. Bu sebeple rekreasyon alanları bu hareketlerin gerçekleştirilmesi için önemli bir imkana sahiptir (Sevil &ark, 2012).

Diğer yandan, günümüzde insanların, artan yaşamsal kaygılara, ekonomik zorluklara, hayatın her alanında karşılaştıkları güçlüklerle ve zorluklara maruz kalmaları ruhsal hastalıklara ve psikolojik sağlık sorunlarına yol açtığı bilinmektedir. Engelli bireyler açısından gün içerisinde karşılaştıkları bu güçlüklerin onlar için daha zor olduğunu düşünürsek, onların moral olarak zayıf düşmeleri kaçınılmazdır. Çünkü karşılaşılan bu olumsuz durumlar, beraberinde psikolojik sorunları getirmektedir. Engelli bireylerin ruhsal sağlıkları açısından rekreasyonel etkinliklere katılımının sağlanması ve artırılması gelişimleri açısından gereklidir. Rekreasyonun bireye ve topluma sunduğu fayda ve oluşturduğu

değer rehabilite amaçlı olarak rekreasyon etkinliklerinin özel eğitim ve tedavi programlarında yer alması gerekmektedir. Bu nedenle engelli ve hasta olan bireyler için rehabilite amaçlı olarak uygulanan rekreasyon etkinlikleri iyileştirme amaçlı uygulanan hizmetler arasında yer almalıdır (Tütüncü, 2012). Engelli bireyler doğum öncesi, sırası veya sonrası dönemlerde herhangi bir nedenle gerek bedensel gerek zihinsel birçok farklı derecelerde yeteneklerini kaybetmeleri nedeniyle toplumsal yaşama uyum sağlama ve günlük gereksinimlerini karşılamada güçlükler yaşamaktadır (Artar & Karabacakoglu, 2003). Rekreatif faaliyetlerin sosyal boyutu göz önüne alındığında rekreasyonel aktivitelerin, bireylerin sosyal değerlerini yükseltmek için var olduğu ifade edilmektedir. (Sabancı, 2016). Hayatın zorlukları karşısında bireyleri daha dayanıklı kılan ve uyumlarını artıran fiziksel aktivite ve rekreasyon faaliyetleri sağlıklı ve mutlu bir yaşam için son derece gerekli faktörlerden birisi olup tüm insanlar için önemlidir. Ancak, bu özellikten dolayı rekreasyonel etkinliklerin engelli bireyler için daha da farklı bir öneme sahip olduğu vurgusu yapılmaktadır (Tekkurşun Demir & ark, 2018). Toplumsal gelişim açısından park ve rekreasyon imkanlarının yaratılması sağlıklı bir toplumun gereklilikleri arasında görülmektedir. Bu imkanlar insanların bir araya gelmesi, canlı bir ortamın oluşturulması, toplumsal görüntü ve sosyal statünün istenen düzeye gelmesine katkıda bulunmaktadır. Diğer önemli bir unsurda engelli bireylerin bu alanlarda sosyalleşmesine olanak tanınmasıdır. Çünkü engelli bireylerin birçoğu iletişim alanında zayıf ve içe dönük kişilerdir. Engelli bireylerin psikolojik süreçlerinde iletişim ve sosyalleşme büyük önem taşımaktadır. Bununla birlikte insanlarda dayanışma kültürü oluşur yeni arkadaşlıklar, dostluklar oluşur ve normal bireylerle engelli bireyler arasında toplumsal bütünleşme sağlanır. Ayrıca, çevreye duyarlılık, sosyal ilişkiler, suç oranının azaltılması gibi faktörler toplum sağlığını etkileyen diğer unsurlar arasındadır (Tekin, 2009).

Sonuç olarak engelliler açısından serbest zamanın olumlu ve etkili bir şekilde değerlendirilmesi oldukça önemlidir. Bu şekilde engellilerin rehabilitasyonu ve toplumla kaynaşmasına olanak sağlar. Engellilerin rehabilite edilmesiyle hareket özgürlüğünü sağlamanın yanı sıra, günlük yaşamında bağımsız ve kimseye muhtaç olmadan sürdürebilen bir birey haline getirilmesi de amaçlanmaktadır.

Engelli bireyler daha fazla sosyalleşme ve iletişim kurma eğilimindedir ve bu sebeple engellilerde rekreasyon engelli bireylerin dünya ile iletişime geçmesi demektir.

Ülkedeki engelli bireylerin en az engelsiz bireylerin sahip oldukları kaynak ve imkânlarla sahip olması gerekmektedir. Bu sonuçla engelliler için rekreasyon merkezlerinin ve engelliler oyun parkları sayısının açılmasının yanı sıra mevcutta bulunan merkezlerin engelli bireyler için kullanabilecek durumda olmasına dikkat edilmelidir. Toplumdaki her bireyin ve her kurumun engellilere yönelik tüm gereksinimlerine gerekli hassasiyeti göstermesi gerekir.

KAYNAKÇA

- Akdere, İ. (1990). Marksizmde Temel Kavramlar. (s.1-182). İstanbul: Evrensel Basım Yayım.
- Akyıldız, H., Bireysel ve Toplumsal Boyutlarıyla Yabancılaşma. Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 1998; 3:163-176.
- Arıkan, Ç., Sosyal Model Çerçevesinde Engelliliğe Yaklaşım. Ufku Ötesi Bilim Dergisi, 2002;2 (1), 12-21.
- Artar Y. & Karabacakoğlu Ç. Türkiye'de Özürlüler Turizminin Geliştirilmesine Yönelik Olarak Konaklama Tesislerindeki Altyapı Olanaklarının Araştırılması. Milli Produktivite Merkezi. Ankara, 2003;1-35.
- Başaran, İ. E. (2008). Örgütsel Davranış İnsanın Üretim Gücü. (s.1-424).Ankara: Siyasal Basım Yayın Dağıtım.
- Büyükyılmaz, O. İşletmelerde Yabancılaşmanın Sosyo- Psikolojik Etkileri ve Türkiye Taşkömürü Kurumunda Bir Uygulama. Yüksek Lisans Tezi. Zonguldak Karaelmas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. 2007:1-169.
- Çolakoğlu, T. & Yenel, F. (2003). Üniversite Öğrencilerinin Oryantiring Sporuna Katılım Nedenleri ve Beklentileri Üzerine Bir Araştırma. Gençlik, Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu. 1-22 Mayıs. Gazi Üniversitesi. Ankara: Türk Hava Kurumu Basımevi
- Dattilo, H. & Murphy, W. (1991). Leisure Education Program Planning. Venture Publishing: 9.
- Deniz, B., Kılıçaslan, Ç. & Koşan, F., Rekreasyonel Olanaklara Yönelik Beklentilerin Sağlıkli Kentler Yönüyle İrdelenmesi. Aydın Kenti Örneğ., Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi. Araştırma Makalesi. 2019; 3(2): 79-89.
- Ekici, S. & Yenel, F. Yükseköğretim Gençliğinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıkları ve Turizme Katılımları Üzerine Bir Araştırma. Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi. 2002; 1 (6).
- Emir, S., Ortaöğretim Öğretmenlerinin Yabancılaşma Düzeyleri (Aydın İli Örneği), Adnan Menderes Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi. 2012: 1-153.
- Ergün, N. (2008). Ortopedik Özürlüler Aile Eğitim Rehberi. Ankara: T.C. Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı Yayınları.
- Fernhall, B., Heffernan, K., Jae, Y.S. & Hedrick, B. Health Implications Of Physical Activity İn Individuals With Spinal Cord İnjury: A Literature Review. Journal Of Health And Human Services Administration. Spring, 2008; 465-502.
- Gencer, M., Engellilik Durumu ve Engellilere Yönelik Toplumsal Algı: Kütahya Örneği, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi. 2019:1-92.
- Gökcan, K., Özürlü Çocuğa Sahip Ailelerin Psiko-Sosyal Durumu ve Özürlü Çocukların Yaşam Becerilerinin Geliştirilmesi. Sosyal Hizmet Dergisi. Ankara: Sosyal Hizmet Uzmanları Derneği Yayını, 2008; 42
- Güngörmüş, H., A.,Bireyleri Rekreasyonel Egzersize Güdöleyen Faktörler. Doktora Tezi. Gazi

- Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. 2007.
- Hakverdi, C., Toplumsal Yabancılaşmanın Sinemaya Yansması / Hayat Bazen. Marmara Üniversitesi Güzel Sanatlar Enstitüsü. Film Tasarımı Ana sanat Dalı. Sanatta Yeterlik Tezi. 2018: 1-46.
- Hazar, K. & Koç, A. F. Bedensel Engelli Sedanter ve Sporcu Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Karşı Tutumları ve Yaşam Tatmin Düzeylerinin İncelenmesi. Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi. 2020; 5 (4): 541-554 .
- Ildız, İ.G. & Tezel, D. Türkiye’de Engelli Bireylere Yönelik Tutumlara İlişkin Çalışmaların İncelenmesi. Uluslararası Bilimsel Araştırmalar Dergisi. IBAD, 2018; 3(2):599-609
- Karaküçük, S. (2005). Rekreasyon (Boş Zamanları Değerlendirme). (Beşinci Baskı).(s.1-143). Ankara: Gazi Kitabevi.
- Karataş, K. Engellilerin Toplumla Bütünleşme Sorunları, Ufkun Ötesi Bilim Dergisi 2002; 2 (2):43-55.
- Kathleen, A., C. & İbrahim, H., M. (2002). Applications In Recreation and Leisure. (3rd Edition). New York:Mc Graw HillCompanies.
- Kavaklı, U. & Özkara, E. Kişisel, Sosyal ve İş Hayatında Özürlü Bireylere Tanınan Haklar ve Özürlü Olguların Medikolegal Değerlendirmesi. Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi. 2012;26 (1): 65 – 74.
- Kınık, F., “Öğretmenlerin Yabancılaşma Alguları”. Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Eğitim Yönetimi ve Denetimi Yüksek Lisans Programı. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul. 2010: 1-109.
- Kızılcılık, S. & Erjem, Y. (1992). Açıklamalı Sosyoloji Terimler Sözlüğü, (s.1-486).Konya: Göksu Kitabevi
- Köktaş, S., K. (2004). Rekreasyon, Boş Zaman Değerlendirme. (s.1-180). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Ofluoğlu, G. & Büyükyılmaz, O., Yabancılaşmanın Teorik Gelişimi ve Tarihsel Süreç İçinde Farklı Alanlarda Görünümleri, Kamu-iş, 2008; 10,(1):113-144.
- Ofluoğlu, G., Türkiye Taşkömürü Kurumu Kozlu İşletme Müessesesinde Yabancılaşmanın Boyutları Üzerinde Etkili Olan Nedenlerin Araştırılması. Zonguldak Karaelmas Üniversitesi. İ.İ.B.F. İşletme Bölümü Kamu-İş. 2008; 9, (4) : 5-8.
- Özkatar, E. & Kaya, M. (2019). Görme Engellilerde Eğitim ve Spor. (s.1-121).Ankara: Gazi Kitabevi.
- Öztabak, Ü. M., Engelli Bireylerin Yaşamdan Beklentilerinin İncelenmesi. FSM İlmî Araştırmalar İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi. 2017; (9): 355-375.
- Özyürek, M. (2010). Engellilere Yönelik Tutumların Değiştirilmesi. 2. Baskı. (s.1-111). Ankara: Kök Yayıncılık.
- Ploeg HP, Beek AJ, Woude LH, & Mechelen W. Physical activity for people with a disability. Sports Med. 2004; 34: 639- 49.
- Sabancı, G., Öğretim Elemanlarının Rekreasyonel Faaliyetlere Katılımlarını Engelleyen Faktörlerin Belirlenmesi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya. 2016:1-64.
- Seeman, M. “On Meaning of Alienation”. American Sociological Review, 1959; 24:783-790.
- Serarslan, M. Z. & Bakır, M., Turizm Pazarlamasında Sporun Yeri ve Türkiye Açısından Değerlendirilmesi. Pazarlama Dünyası. 1988; 2(9): 28-30.
- Sevil, T., Şimşek, K.Y., Katırcı, H.,& ark. (2012). Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi. Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi Yayını. Eskişehir. No:1468;1-225.
- Subaşıoğlu, F., Üniversitelerin Bilgi ve Belge Yönetimi Bölümlerinin “Engellilik Farkındalığı” Üzerine Bir Araştırma. Bilgi Dünyası. 2008; 9(2):399- 430.
- Şimşek, M., Akgemci, T. ve Çelik, A. (2010). Davranış Bilimleri. (s.1-212).Ankara: Öz Baran Ofset Matbaacılık.

Spor Bilimleri IV

- Tekin, A., (2009). *Rekreasyon*. Ankara: Ata Ofset Matbaacılık.
- Tekkurşun Demir G., İlhan EL., Esentürk OK. & Kan, A., Engelli Bireylerde Spora Katılım Motivasyon Ölçeği (ESKMÖ): Geçerlik e Güvenirlik Çalışması. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 2018; 16(1), 95-106.
- Torkildsen, G. (2005). *Leisure and Recreation Management*. (5th Edition). Routledge. NewYork: Taylor and Francis Group.
- Tütüncü, Ö., *Rekreasyon ve Rekreasyon Terapisinin Yaşam Kalitesindeki Rolü*. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 2012; 23 (2):248-252.
- Uzun, F. *Rekreasyon Faaliyetlerinin Engellilerde Yeri ve Önemi (Down Sendromu Üzerine Nitel Çalışma)*. Yüksek Lisans Tezi. Batman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. 2019: 27.
- Yapıcı, M., "Eğitim ve Yabancılaşma". *İnsan Bilimleri Dergisi*. 2004:1-9
- Yeşil, A. *Yabancılaşma ve Sosyal Medyanın Toplumsal Yabancılaşmaya Etkisi*. İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi. 2018: 1-79.