



T.C.

**BATMAN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**GÖRME ENGELLİ KADINLARDA SPORTİF
REKREASYON ETKİNLİKLERE KATILIMIN
YAŞAM KALİTELERİNE YANSIMALARININ
İNCELENMESİ**

Leyla YILDIRIM YİĞİT

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Rekreasyon Yönetimi Anabilim Dalını

Danışman: Doç. Dr. Zühal KILINÇ

**Eylül-2023
BATMAN
Her Hakkı Saklıdır**

TEZ KABUL VE ONAYI

Leyla YILDIRIM YİĞİT tarafından hazırlanan “Görme Engelli Kadınlarda Sportif Rekreasyon Etkinliklere Katılımın Yaşam Kalitelerine Yansımalarının İncelenmesi” adlı tez çalışması 18/09/2023 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından oy birliği ile Batman Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Rekreasyon Yönetimi Anabilim Dalı’nda YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri

İmza

Başkan

Prof. Dr. Burak GÜRER

.....

Danışman

Doç. Dr. Zühal KILINÇ

.....

Üye

Doç. Dr. Nevzat DİNÇER

.....

Yukarıdaki sonucu onaylarım.

Prof. Dr. Osman PAKMA
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

TEZ BİLDİRİMİ

Bu tezdeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edildiğini ve tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada bana ait olmayan her türlü ifade ve bilginin kaynağına eksiksiz atıf yapıldığını bildiririm.

DECLARATION PAGE

I hereby declare that all information in this document has been obtained and presented in accordance with academic rules and ethical conduct. I also declare that, as required by these rules and conduct, I have fully cited and referenced all material and results that are not original to this work.

İmza

Leyla YILDIRIM YİĞİT

Tarih:

ÖZET

YÜKSEK LİSANS TEZİ

GÖRME ENGELLİ KADINLARDA SPORTİF REKREASYON ETKİNLİKLERE KATILIMIN YAŞAM KALİTELERİNE YANSIMALARININ İNCELENMESİ

Leyla YILDIRIM YİĞİT

Batman Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Rekreasyon Yönetimi Anabilim Dalı

Danışman: Doç. Dr. Zühal KILINÇ

2023, 72 Sayfa

Jüri

Prof. Dr. Burak GÜRER

Doç. Dr. Zühal KILINÇ

Doç. Dr. Nevzat DİNÇER

Bu araştırmanın amacı Türkiye sınırlarındaki 9 farklı İl’de ikamet eden, lisanslı sporcu olarak veya egzersiz amacıyla aktif şekilde spor yapan görme engelli kadınların, yaptıkları sportif rekreatif etkinliklerin yaşam kalitelerine olan yansımalarının incelenmesidir. Araştırmanın örneklemi, “amaçlı örneklem” yöntemlerinden “tipik durum örnekleme” yöntemi ile belirlenmiştir. Nitel yöntem ile çalışılan araştırmada, araştırmacı “görüşme yöntemi” kullanmıştır. Araştırma kapsamında Batman, Diyarbakır, Kayseri, Bayburt, İstanbul, Aksaray, Ankara, Denizli ve Samsun şehirlerinde ikamet eden, farklı görme derecelerine (B1, B2 ve B3) sahip olan 28 görme engelli kadınla derinlemesine görüşmeler yapılmıştır. Veriler ise “betimsel içerik analiz” yöntemi ile analiz edilmiştir. Araştırma sonucu elde edilen veriler, yaşam kalitesinin dört ana teması altında toplanmış ve bu ana temalar alt boyutları ile belirlenmiştir. Ana temalar şu şekildedir; 1. Psikolojik Sağlık, 2. Fiziksel Sağlık, 3. Sosyal İlişkiler, 4. Çevresel Koşullar. Araştırmamızdan elde edilen veri analizleriyle; görme engelli kadınların, sportif rekreasyon etkinlikleri aracılığıyla, yaşam kalitesinin dört ana temasının tüm alt boyutlarında, faydalı kazanımlar edindikleri belirlenmiştir. Elde edilen veriler ışığında görme engelli kadınların, yaşam kalitelerini artırma noktasında öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Görme Engelli Kadınlar, Spor, Sportif Rekreatif Etkinlik, Yaşam Kalitesi.

ABSTRACT

MS THESIS

EXAMINING THE IMPACT OF PARTICIPATION IN RECREATIONAL SPORTS ACTIVITIES ON THE QUALITY OF LIFE OF VISUALLY IMPAIRED WOMEN

Leyla YILDIRIM YİĞİT

**THE GRADUATE SCHOOL OF NATURAL AND APPLIED SCIENCE OF
BATMAN UNIVERSITY
THE DEGREE OF MASTER OF SCIENCE IN RECREATION MANAGEMENT**

Advisor: Assoc. Prof. Dr. Zühal KILINÇ

2023, 72 Pages

Jury

Prof. Dr. Burak GÜRER

Assoc. Prof. Dr. Zühal KILINÇ

Assoc. Prof. Dr. Nevzat DİNÇER

The aim of this research is to examine the impact of the sporting and recreational activities of visually impaired women residing in 9 different provinces within the borders of Turkey, who are active in sports as licensed athletes or for exercise purposes, on their quality of life. The research sample was determined using the "typical case sampling" method, one of the "purposive sampling" methods. In this qualitative research, the researcher utilized the "interview method." In the scope of the research, in-depth interviews were conducted with 28 visually impaired women residing in the cities of Batman, Diyarbakır, Kayseri, Bayburt, Istanbul, Aksaray, Ankara, Denizli, and Samsun, who have different degrees of visual impairment (B1, B2, and B3). The data were analyzed using the "descriptive content analysis" method. The data obtained from the research were categorized under four main themes of quality of life and their sub-dimensions were determined. These main themes are as follows: 1. Psychological Health, 2. Physical Health, 3. Social Relationships, 4. Environmental Conditions. Through the data analysis obtained from our research, it was determined that visually impaired women gained beneficial outcomes in all sub-dimensions of the four main themes of quality of life through sporting recreational activities. Based on the data obtained, recommendations have been made to help visually impaired women improve their quality of life.

Keywords: Life Quality, Sport, Sporting Recreational Activity, Visually Impaired Women.

ÖNSÖZ

Çalışma süresince akademik tecrübesini ve sabrını esirgemeyen saygıdeğer danışman hocam Doç. Dr. Zühal KILINÇ'a, tüm sorularımı içtenlikle yanıtlayan değerli katılımcılara, desteğini daima hissettiğim kıymetli eşim İdris YİĞİT'e ve hayatımın her aşamasında sevgi, ilgi ve desteklerini esirgemeyen sevgili aileme minnetlerimi sunuyorum.

Leyla YILDIRIM YİĞİT
BATMAN-2023

İÇİNDEKİLER

ÖZET	iv
ABSTRACT.....	v
ÖNSÖZ	vi
İÇİNDEKİLER.....	vii
TABLolar LİSTESİ	iv
ŞEKİLLER LİSTESİ	iv
SİMGELER VE KISALTMALAR.....	iv
1. GİRİŞ	1
1.1. Problem Cümlesi.....	3
1.1.1. Araştırmanın alt problemleri.....	3
1.2. Araştırmanın Amacı.....	3
1.3. Araştırmanın Önemi	4
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	5
1.5. Tanımlar.....	6
2. KAYNAK ARAŞTIRMASI	7
2.1. Görme Engelli Kavramı ve Tanımı	7
2.1.1. Dünya’da ve Türkiye’de görme engelliliği.....	7
2.1.2. Görme engellilerin sınıflandırılması.....	9
2.1.3. Görme Engeli ve Yaşam Kalitesi İlişkisi.....	11
2.2. Yaşam Kalitesi.....	12
2.2.1. Rekreasyonun yaşam kalitesine etkileri.....	14
2.3. Rekreasyon.....	15
2.3.1. Sportif Rekreasyon ve Görme Engeli İlişkisi	16
3. MATERYAL VE YÖNTEM.....	19
3.1. Araştırmanın Modeli.....	19
3.1.1. Araştırmanın katılımcıları (örnekleme).....	19
3.2. Araştırmacının Rolü.....	20
3.3. Veri Toplama ve Görüşme Formunun Hazırlanması.....	20
3.4. Verilerin Çözümlemesi	21
3.4.1. Verilerin kodlanması.....	21
3.4.2. Temaların bulunması	22

3.5. Geçerlik ve Güvenirlik.....	22
4. ARAŞTIRMA SONUÇLARI VE TARTIŞMA.....	24
4.1. Verilerin Sunumu.....	24
4.1.1. Görme engelli kadınlarda sportif rekreasyon etkinliklerine katılımının yaşam kalitelerine yansımalarının incelenmesi.....	24
4.2. Bulgular ve Tartışma	40
4.2.1. Psikolojik sağlık temasına ilişkin bulgular ve tartışma	41
4.2.2. Fiziksel sağlık temasına ilişkin bulgular ve tartışma	43
4.2.3. Sosyal ilişkiler temasına ilişkin bulgular ve tartışma	44
4.2.4. Çevresel koşullar temasına ilişkin bulgular ve tartışma	46
5. SONUÇLAR VE ÖNERİLER	50
5.1. Sonuçlar	50
5.2. Öneriler	51
KAYNAKLAR	52
EKLER	59
ÖZGEÇMİŞ	61

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 2.1 Engelli nüfusun engel gruplarına göre dağılımı	7
Tablo 2.2 Spor yarışmalarında görme kaybına bağlı olarak yapılan sınıflandırma.....	18
Tablo 3.1 Katılımcıların görüşme kayıtlarının düz yazıya çevrilmesi.....	22
Tablo 4.1 Psikolojik sağlık temasına ait kodlamalar	24
Tablo 4.2 Fiziksel sağlık temasına ait kodlamalar.....	29
Tablo 4.3 Sosyal ilişkiler temasına ait kodlamalar	31
Tablo 4.4 Çevresel koşullar temasına ait kodlamalar	35

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 2.1 Dünya’da yasal görme engellilik sınıflandırması (Özida, 1999).....	10
Şekil 4.1 Yaşam kalitesinin ana temaları.....	24
Şekil 4.2 Psikolojik sağlık alt boyutları.....	41
Şekil 4.3 Fiziksel sağlık alt boyutları.....	43
Şekil 4.4 Sosyal ilişkiler alt boyutları.....	44
Şekil 4.5 Çevresel koşullar alt boyutları.....	46

SİMGELER VE KISALTMALAR

Kısaltmalar

BGMK	: Birleşmiş Milletler Genel Kurulu
BM	: Birleşmiş Milletler
DSÖ	: Dünya Sağlık Örgütü
ILO	: Uluslararası Çalışma Örgütü
STK	: Sivil Toplum Kuruluşu
TDK	: Türk Dil Kurumu
WHO	: World Health Organization

1. GİRİŞ

Görme, insanların dünyayı keşfetmeleri, deneyimlemeleri ve yaşamlarını sürdürmeleri için temel bir duyuşsal algı biçimidir. Görme yeteneği, bireylerin çevreleri hakkında bilgi edinmelerini ve bu bilgileri günlük yaşamlarında kullanmalarını sağlar. Ancak, görme engeli, bu duyuşsal yeteneğin sınırlanması veya tamamen kaybı anlamına gelir ve bu durum, bireylerin yaşam deneyimlerini önemli ölçüde etkileyebilir. Özellikle görme engeli yaşayan kadınlar, bu durumun getirdiği zorluklarla karşılaştırken, aynı zamanda sosyal etkileşim, fiziksel aktivite ve rekreasyon gibi yaşamın önemli yönlerine erişimde sıkça engellerle karşılaşabilirler (Özçetin, 2003:62; Yanoff ve Duker, 2004:8).

Görme, insanlar için dünyayı algılamanın temel bir yoludur. Ancak, görme engeli yaşayan bireyler için bu algılama biçimi önemli ölçüde değişir ve hayatları boyunca bir dizi zorlukla karşılaşırılar. Görme engellilerin yaşadığı zorluklar hem fiziksel hem de duyuşsal açıdan etkileyici olabilir ve toplumsal katılım, eğitim, istihdam ve günlük yaşamın birçok yönünü etkileyebilir. Bu halde görme engellilerin karşılaştığı bazı temel zorluklar:

1. Erişilebilirlik Sorunları: Görme engelliler için çevrelerin ve yapıların erişilebilir olmaması, büyük bir zorluktur. Engellilere uygun yollar, kaldırımlar, binalar ve toplu taşıma araçları eksik veya yetersiz olabilir, bu da günlük yaşamlarını olumsuz etkiler.

2. Eğitim Zorlukları: Görme engelli çocuklar, özel eğitim ve uygun öğretim materyallerine erişimde zorluklar yaşayabilirler. Aynı zamanda, görsel içeriğe dayalı eğitim materyallerine ulaşmak ve kullanmak da sorun teşkil edebilir.

3. İstihdam Zorlukları: Görme engelli bireyler, iş bulma ve istihdamda eşit fırsatlara erişim konusunda engellerle karşılaşabilirler. İşyerlerinin erişilebilir olmaması veya işyerlerinde uygun destek ve teknoloji eksikliği iş bulma sürecini zorlaştırabilir.

4. Sosyal Katılım Zorlukları: Görme engelliler, sosyal etkileşimde ve toplum etkinliklerine katılmada zorlanabilirler. Engelsiz topluluk etkinliklerine erişimleri sınırlı olabilir, bu da sosyal izolasyon riskini artırabilir.

5. Bilgi Erişimi Zorlukları: Görme engelliler için yazılı veya görsel içeriklere erişim, bilgiye ulaşma ve iletişim kurma süreçlerini karmaşık hale getirebilir. E-kitaplar, sesli kitaplar ve ekran okuma yazılımları gibi teknolojik çözümler, bu sorunların üstesinden gelmeye yardımcı olabilir.

6. Kişisel Bağımsızlık Zorlukları: Görme engelliler, günlük yaşamlarında kişisel bağımsızlıklarını sürdürmekte zorlanabilirler. Temel becerileri geliştirmek, günlük

görevleri yerine getirmek ve yeni yerlerde yönlendirme almak için öğrenme süreci gerekebilir.

7. Psikolojik ve Duygusal Zorluklar: Görme engelli bireyler, yaşadıkları zorluklar nedeniyle depresyon, kaygı ve düşük özsaygı gibi duygusal sorunlarla karşılaşabilirler. Bu nedenle, psikolojik destek ve danışmanlık önemlidir.

Görme engelli bireylerin yaşadığı bu zorluklar, toplumların daha fazla farkındalık yaratması, erişilebilirlik standartlarını artırması ve eşit fırsatlar sağlaması gerektiğini vurgular. Ayrıca, teknolojik gelişmelerin ve eğitim fırsatlarının genişlemesi, görme engellilerin bu zorluklarla başa çıkmalarına yardımcı olabilir ve yaşamlarını daha bağımsız ve tatmin edici hale getirebilir (Karataş, 2002:43-55; Ceyhan 2006:82; Arslan, vd. 2014:1-14).

Belirlenen sorunlar bağlamında söylenebilir ki, görme engellilerin topluma katılımının sağlanmasına ve bağımsız hareket becerilerinin geliştirilmesine katkı sağlayacak sosyal rehabilitasyon etkinliklere ihtiyaç duyulmaktadır. Bu sosyal rehabilitasyon etkinliklerinden biri de sportif rekreasyon faaliyetleridir. Öyle ki sportif rekreasyon etkinliklerin, görme engellilerde görülen problemleri minimum seviyeye indirmede ve yaşam kalitelerini arttırmada önemli rol oynayacağı öngörülmektedir (Barton, 2009:39-50 akt: Haegele ve Hodge, 2016:193-194). Rekreasyon etkinlikler özellikleri açısından kişilere daha kaliteli bir yaşamın nasıl olabileceğiyle ilgili rehberlik etmektedir. Aktif olarak yapılan sportif rekreasyon etkinlikler, bireylere özgürlük alanı açmakta, öz benlikleri için faydalı bir şeyler yapıyor olmanın farkındalığını yaşatmakta ve öznel iyilik algılarına olumlu katkılar sunmaktadır (Açıkada ve Ergen, 1990:23).

Bu tez, görme engeli yaşayan kadınların yaşam kalitesini artırmak amacıyla sportif rekreasyon etkinliklerine katılımın potansiyel etkilerini incelemeyi hedeflemektedir. Görme engeli, fiziksel aktiviteye katılımı kısıtlayan birçok fiziksel ve duygusal engel oluşturabilir. Ancak, sportif rekreasyon etkinlikleri, bu engelleri aşmak ve görme engeli yaşayan kadınlara yeni fırsatlar sunmak için önemli bir araç olabilir. Bu tez, sportif rekreasyonun, görme engelli kadınların fiziksel sağlıklarını, duygusal iyiliklerini ve sosyal katılımlarını nasıl etkileyebileceğini anlamak amacıyla bir araştırma çerçevesi sunmaktadır.

Tezin amacı, görme engelli kadınların sportif rekreasyon etkinliklerine katılımının yaşam kalitelerine olumlu veya olumsuz etkilerini belirlemek ve bu etkilerin derinlemesine analizini yapmaktır. Bu çalışma, görme engeli yaşayan kadınların yaşamlarını zenginleştirmek ve daha sağlıklı, mutlu ve aktif bir yaşam sürmelerine

yardımcı olacak öneriler sunma potansiyeline sahiptir. Ayrıca, toplumun bu önemli konudaki farkındalığını artırmak ve bu kadınların yaşam kalitelerini iyileştirmek için yapılacak çalışmalara katkıda bulunabilir. Bu tez, görme engeli yaşayan kadınların yaşam kalitesine odaklanarak, toplumsal eşitlik ve sosyal katılımın artırılmasına yönelik bir adım olarak görülmelidir.

Araştırmamızda, görme engelli kadınların, sportif rekreasyon etkinliklerine katılımlarının yaşam kalitelerine yansımalarının incelenmesi amaçlanmaktadır.

1.1. Problem Cümlesi

Bu araştırmanın temel problemi, görme engeli yaşayan kadınların sportif rekreasyon etkinliklerine aktif katılımlarının, yaşam kaliteleri üzerindeki etkilerinin sistemli bir şekilde analiz edilmemiş olmasıdır. Görme engelli bireylerin yaşam kalitesi, fiziksel, psikososyal ve sosyal boyutları içeren karmaşık bir kavramdır ve bu bireylerin sportif rekreasyon etkinliklere olan katılımlarının, bu çok yönlü yaşam kalitesi boyutları üzerinde nasıl bir etki yarattığı anlaşılmamaktadır. Dolayısıyla bu araştırmanın ana problemi, görme engelli kadınların sportif rekreasyon etkinliklere katılımının, fiziksel sağlık, psikolojik iyi oluş, sosyal bağlantılar ve genel yaşam memnuniyeti gibi yaşam kalitesi göstergeleri üzerindeki etkilerinin açıklığa kavuşturulması ve bu katılımın faydalarının derinlemesine incelenmesidir. Bu şekilde, görme engelli kadınların yaşam kalitelerini arttırmak için etkili stratejiler geliştirmek ve toplumun bu özel grup için daha iyi ve yerinde destekler sunmasına katkı sağlamak amaçlanmaktadır.

1.1.1. Araştırmanın alt problemleri

Probleme çözüm getirebilmek için aşağıda belirlenmiş alt problemlere cevap aranmıştır.

1. Görme engelli kadınların, sportif rekreasyon etkinliklerinde yer almalarının; yaşam kalitelerinin düzeyi ile sosyalleşmelerindeki rolü nedir?
2. Görme engelli kadınların sosyal yaşam içerisindeki durumları nedir?
3. Görme engelli kadınların, sosyal ve toplumsal hayatta yaşadıkları problemlerle baş etmede sportif rekreasyon etkinliklerinin rolü nedir?

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı, görme engeli yaşayan kadınların sportif rekreatif etkinliklere aktif katılımlarının, fiziksel sağlık, psikososyal iyi oluş, sosyal bağlantılar

ve genel yaşam memnuniyeti dahil olmak üzere yaşam kalitesi faktörleri üzerindeki etkilerini sistemli bir şekilde incelemektir. Bu etkilerin ayrıntılı bir analizi, görme engelli kadınların sportif rekreatif etkinliklere katılım potansiyelini ve bu etkilerin yaşam kalitesi açısından sağladığı avantajları anlamamıza yardımcı olacaktır. Ayrıca elde edilen sonuçlar, bu özel grup için daha etkili destek ve rehberlik sağlamak amacıyla kullanılabilir ve toplumsal eşitlik ve katılımın artırılmasına yönelik stratejilerin geliştirilmesine katkıda bulunabilir.

1.3. Araştırmanın Önemi

Rekreatif etkinliklerin bedensel ve ruhsal sağlık üzerindeki olumlu etkileri genel nüfusta geniş bir şekilde belgelenmiştir. Bu bağlamda görme engelli kadınların da sportif rekreasyon etkinliklere katılımın, bedensel ve ruhsal sağlıkları üzerinde benzer olumlu katkılar sunması beklenmektedir. Bu etkinlikler, fiziksel aktivite düzeyini artırarak fiziksel sağlığı iyileştirebilir ve aynı zamanda stresi azaltarak mental sağlığın desteklenmesine katkıda bulunabilir. Ayrıca, sosyal etkileşim fırsatları sunarak görme engelli kadınların sosyal yaşama daha aktif bir şekilde dahil olmalarını teşvik edebilir. Bu nedenle, sportif rekreasyon etkinliklerinin görme engelli kadınlar için potansiyel sağlık ve sosyal faydalarının ayrıntılı bir şekilde araştırılması, bu grup için yaşam kalitesini artırıcı önemli bir adım olabilir. Bu araştırma, görme engelli kadınların sportif rekreasyon etkinliklerine katılımının sağlık ve sosyal sonuçlarını değerlendirmeyi amaçlamaktadır, bu sayede bu katılımın potansiyel avantajları daha net bir şekilde anlaşılabilir.

Görme engelli bireyler için sportif rekreatif faaliyetlerin uygulanmasının, bireylerin spor performanslarının gelişimine, bireysel ve toplumsal becerilerinin ilerlemesine ve toplum için daha faydalı bireyler haline gelmelerine önemli katkılar sağladığı, yapılan araştırmalarda vurgulanmıştır (İlhan, 2011:148).

Ayrıca literatürde yapılan bazı akademik çalışmalarda, sporla ilgilenen engelli bireylerin yaşam kalitelerinin, sporla ilgilenmeyen engelli kişilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (Wilhite ve Shank, 2009:116-127).

Ancak Türkiye’de görme engelli kadınların sportif rekreasyon etkinliklere katılımının yaşam kalitelerine etkileri üzerine yapılan araştırmaların sayısının ve kapsamının sınırlı olması, bu çalışmanın önemini arttırmaktadır. Bu nedenle, görme engelli kadınların sportif rekreasyonel etkinliklere katılımlarının yaşam kaliteleri

üzerindeki etkilerini inceleyen bu araştırmanın, literatüre önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Elde edilen verilerin, bu konudaki gelecekteki araştırmalar için temel teşkil edeceği öngörülmektedir.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırma bazı önemli sınırlamalarla karşılaşmıştır. İlk olarak bu çalışma yalnızca katılımcılardan elde edilen verilere dayalıdır ve bu nedenle sonuçlar, bu verilere bağlı olarak çıkarılabilir. Araştırmanın sonuçları, katılımcıların sunmuş olduğu bilgilere dayanmakta olup, diğer faktörlerin etkisi dikkate alınmadan yorumlanmamalıdır.

Ayrıca veri toplama aracının ölçüm gücü de bir diğer sınırlamayı temsil etmektedir. Kullanılan ölçüm aracı, belirli değişkenleri ölçmek için tasarlanmış olsa da, herhangi bir ölçüm aracının tamamen hatasız olmadığı göz önünde bulundurulmalıdır. Bu nedenle araştırma sonuçlarının bu ölçüm aracının sınırlamaları çerçevesinde yorumlanması gerekmektedir.

Araştırma yapılırken aşağıda yer alan varsayımlar bulunmaktadır.

1. Bu araştırmanın ilk varsayımı, görme engeli yaşayan kadınlar arasında sportif rekreasyonel etkinliklere katılımın yaşam kalitesi üzerinde bir ilişkisinin olduğunu önermektedir.
2. İkinci varsayım, görme engelli kadınların sportif rekreasyonel etkinliklere katılım süresinin (yıl cinsinden) yaşam kalitesi ile ilişkisi olduğunu ileri sürmektir.
3. Üçüncü varsayım, görme engelli kadınların sportif rekreasyonel etkinliklere başlama yaşının yaşam kalitesi ile bağlantılı olduğunu öngörmektedir.
4. Dördüncü varsayım, görme engelli kadınların görme yeteneğini yitirdikleri yaşın, yaşam kalitesiyle ilişkilendirilebileceğini önermektedir.
5. Beşinci varsayım, görme engelli kadınlar arasındaki sosyodemografik değişkenlerin (yaş, cinsiyet, medeni durum, öğrenim durumu, çalışma durumu, ailenin gelir durumu, ailedeki kişi sayısı, anne-baba akrabalığı) yaşam kalitesi ile ilişkilendirilebileceğini öngörmektedir.

Bu varsayımlar araştırmanın temel hipotezini oluştururken, elde edilecek verilerin analiz ve yorumlamasında rehberlik sağlayacak önemli teorik temeller sunmaktadır.

1.5. Tanımlar

Yaşam kalitesi: Yaşam kalitesi, genel olarak bireylerin yaşam koşullarının ve deneyimlerinin subjektif bir değerlendirmesi olarak tanımlanır.

Serbest zaman: Serbest zaman, bireylerin çalışma, okul ve diğer zorunlu faaliyetlerden geriye kalan zaman dilimini ifade eder. Bu zaman dilimi, kişisel ilgi alanlarına ve dinlenmeye, eğlenceye veya hobilere ayrılan süreyi içerir.

Görme Engellilik: Görme engellilik, doğuştan veya sonradan gelişen, görsel algı yeteneğini kısmen veya tamamen kaybetmiş bireyleri tanımlar. Bu tanım, az gören veya tamamen kör olan bireyleri içerir ve görme yetisini destekleyici teknolojiler veya özel eğitimle sınırlamaya yardımcı olur.

2. KAYNAK ARAŞTIRMASI

2.1. Görme Engelli Kavramı ve Tanımı

Görme engellilik, kişinin doğuştan veya sonradan edindiği bir durum olup, bu durum gözlerin kısmen veya tamamen işlevsiz hale gelmesi sonucu görme yetisinin kaybedilmesi veya azalmasıyla karakterizedir (Demir ve İlhan, 2019:157-170). Görme engelli bireyler arasında az görenlerden tamamen kör olanlara kadar farklı düzeylerde görme sorunu bulunabilir. Bazıları göz protezi kullanırken, diğerleri uzağı veya yakını ayırt etmekte zorlanabilir. Bu bireyler, özel eğitime veya destek eğitime ihtiyaç duyabilirler (Faye, 2000:17-25).

Görme, insanların çevrelerini algılamaları ve günlük yaşantılarını sürdürebilmeleri için hayati bir öneme sahiptir. Gözler aracılığıyla algılanan ışık, hareket, derinlik, şekil, renk, boyut ve uzaklık gibi kavramlar çevresel bilgilerin büyük bir kısmını oluşturur. Bu nedenle dış dünyayı anlamak ve bu dünya hakkında bilgi edinmek, büyük ölçüde görme yetisi sayesinde gerçekleşir. Ancak görme yetisinde yaşanan kayıp, dış dünyayı algılamayı, öğrenmeyi bilgi işleme süreçlerini önemli ölçüde olumsuz etkileyebilir (Ackland vd., 2017:71).

2.1.1. Dünya’da ve Türkiye’de görme engelliliği

Dünya genelinde yaklaşık olarak bir milyarı önlenebilecek görme bozukluğuna sahip bireyler olmak üzere 2,2 milyar insan görme bozukluğu veya körlük yaşamaktadır (World Health Organization, 2019). Bourne vd. (2017:840) tarafından yapılan sistematik bir inceleme ve meta-analize göre, dünya çapında 36 milyon kör ve 217 milyon orta veya az görme kusurlu insan olduğu belirlenmiştir. Türkiye’de ise Tablo 2.1’de gösterildiği gibi 215.076 görme engelli insan bulunmaktadır. Görme engelli vatandaşlarımızın oranı, tüm engel grupları arasında %9,53 oranla 4. sırada bulunmaktadır (ASHB, 2023).

Tablo 2.1 Engelli nüfusun engel gruplarına göre dağılımı

<i>Engel Grubu</i>	<i>Kişi Sayısı</i>	<i>Oranı (%)</i>
Görme	215.076	9,53
İşitme	179.867	7,97
Dil ve Konuşma	33.686	1,49
Ortopedik	311.131	13,78
Zihinsel	385.313	17,07
Ruhsal ve Duygusal	170.927	7,57
Süreçen Hastalıklar	917.259	40,63
Diğer	44.248	1,96
Toplam	2.257.07	100

Dünyadaki görme engelli bireylerin %89'u düşük ve orta gelirli ülkelerde yaşamaktadır. Sadece Asya bölgesindeki görme engelli nüfus oranı, dünya genelinin yüzde ellisini oluşturmaktadır (Ackland vd., 2017:71).

Görme engelliliği de farklı engel gruplarında olduğu gibi yalnızca ülkeye veya bölgeye göre değil, yaş aralığına ve cinsiyet farklılığına göre de belirgin farklılıklar göstermektedir. Asya ülkelerinde çocuk görme engelli sayısı belirgin şekilde yüksektir, 2020 veilerinde Hindistan (%72,9) ve Bangladeş'te (%10) yaşayan 283.151 görme engelli çocuk olduğu bilinmektedir (WHO, 2023).

Dünya'da görme engelli nüfusunun %56'sını kadınlar oluşturmaktadır. Kadınların yaşamsal sürelerinin erkeklerden daha uzun olması, dünyanın birçok yerinde sağlık hizmetlerin ulaşım açısından dezavantajlı durumda olmaları ve kalıtsal olarak bazı göz hastalıklarına yakalanma risklerinin yüksek olması görme engellilik oranının cinsiyet açısından eşitsizliğine neden olan etmenler arasında gösterilebilir. Görme engellilerde cinsiyet farklılıklarını belirlemek amacıyla İspanya'da uygulanan bir araştırmada, görme bozukluğu prevalansının 24 yaşın üzerindeki kadınlarda daha yüksek olduğu ve bu oranın yaş ile paralel arttığı tespit edilmiştir (Bourne vd., 2017:840).

Ayrıca kadınlarda en sık katarakta, erkeklerde ise glokom teşhisi konulduğu belirtilmiştir (Ulldemolins vd., 2019:63). Görme engelli bireylerin engel yüzdesi, yaş, cinsiyet ve yaşadığı bölgeye bağlı olarak yaşam kalitesini etkilemektedir.

Önlenebilir görme kusurlarına dikkat çekmek amacıyla DSÖ'nün her yılın Ekim ayının ikinci perşembesi kutlanan farkındalık günü 10 Ekim 2019 tarihinde "Dünya Görme Günü" olarak kutlanmıştır. Dünya Sağlık Örgütü'nün "VISION 2020" girişimi kapsamında desteklediği "Dünya Görme Günü" ile herkesin kapsamlı göz sağlığı hizmetlerine erişme hakkına sahip olmasını ve önlenebilir görme kusurlarının ortadan kaldırılmasını amaçlanmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü tarafından yayınlanan ilk Görme Engellilik Dünya Raporuna göre;

Dünya'da, en az 2,2 milyar insanın görme engelli olduğu ve 1 milyardan fazla insanın tedavi ile sağlığına kavuşabileceği, geriye kalan 1 milyar insanın ise sorununa henüz müdahale edilme imkanının olmadığını raporla ortaya koymuştur. Bu insanlar, yakını ve uzağı görememe, glokom ve katarakt gibi tedavi edilebilir görme kusurları için ihtiyaç duyulan tedaviyi görememektedirler.

Ayrıca görme engelli bireylerin dünya üzerinde eşit dağılım göstermediği, sayılarının, düşük ve orta gelirli ülkelerde, yüksek gelirli ülkelere oranlara 4 kat fazla olduğu belirtilmiştir (WHO, 2019).

DSÖ'nün raporu bir bireyin görme yetisiyle ilgili kusurları veya engellilik durumunu belgelemek ve resmi bir tanı sağlamak amacıyla oluşturulan bir belgedir. Bu rapor görme engelliliğinin türünü, derecesini ve etkilerini tanımlar. Aynı zamanda kişinin günlük yaşamını, işlevselliğini ve ihtiyaçlarını etkileyen faktörleri de içerebilir.

Bu tür bir rapor genellikle bir göz doktoru veya uzman tarafından hazırlanır ve sağlık kuruluşlarının veya ilgili hükümet kurumlarının resmî belgeleri arasında yer alır. Rapor, bireyin görme engelli olarak kabul edilmesi veya özel hizmetlere erişim hakkını belirlemek için kullanılabilir.

Ayrıca bu raporlar okullarda, iş yerlerinde veya diğer toplumsal hizmet sağlayıcılarında bireylere uygun desteklerin sağlanması için de önemlidir.

Rapor genellikle bireyin tıbbi geçmişi, görme yetisi değerlendirmesi, göz muayenesi sonuçları ve gereksinimleri hakkında detaylı bilgi içerir. Bu belge bireyin yaşamını daha iyi yönetmesine yardımcı olmak ve onunla ilgili kararlar almasına rehberlik etmek amacıyla kullanılır.

2.1.2. Görme engellilerin sınıflandırılması

Literatürde görme engelinin sınıflandırılmasında, görüş birliğinin olmamasına karşın DSÖ'nün yapmış olduğu sınıflama kullanılmaktadır.

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), görme engeli sınıflandırmasını belirlemek için uluslararası olarak kabul edilen bir standart geliştirmiş ve bu standart, çeşitli sağlık kuruluşları ve ülkeler tarafından kullanılan bir referans haline gelmiştir. DSÖ'nün yapmış olduğu bu sınıflama, görme engelinin farklı türlerini ve derecelerini tanımlamak için kullanılır ve genellikle sağlık hizmetlerinin planlanması, verilmesi ve kaydedilmesi için kullanılır (Emiroğlu, 2008:5).

DSÖ'nün görme engeli sınıflandırması (Şekil 2.1), görme yetisinin sağlığı ve işlevselliği üzerindeki etkisine dayanır. Bu sınıflandırma aşağıdaki temel kategorilere dayanır:



Şekil 2.1 Dünya’da yasal görme engellilik sınıflandırması (Özida, 1999).

1. **Görme Normal (No Visual Impairment):** Bu kategori, görme kusuru olmayan bireyleri tanımlar. Yani, bu kişilerin göz sağlığı normaldir ve görme yetileri herhangi bir engelleme veya bozulma yaşamamıştır.
2. **Görme Kusurları (Visual Impairment):** Bu kategori, görme kusurları olan bireyleri tanımlar. Görme kusurları, göz hastalıkları veya diğer faktörler nedeniyle görme yetisinde bozulma veya azalma olduğu durumları içerir.
 - **Hafif Görme Kusuru (Mild Visual Impairment):** Görme yetisi hafif derecede etkilenmiştir ve bireyler günlük yaşamlarını sürdürebilirler, ancak bazı zorluklar yaşayabilirler.
 - **Orta Görme Kusuru (Moderate Visual Impairment):** Görme yetisi orta derecede etkilenmiştir ve bireyler günlük yaşamlarını sürdürmek için önemli ölçüde destek veya görme cihazlarına ihtiyaç duyabilirler.
 - **Şiddetli Görme Kusuru (Severe Visual Impairment):** Görme yetisi şiddetli derecede etkilenmiştir ve bireylerin yaşamı önemli ölçüde kısıtlanmıştır. Özel destek ve rehberlik gerekebilir.
 - **Kör (Blindness):** Bireylerin görme yetisi tamamen kaybedilmiştir ve görsel materyalleri algılamada başka bir duyuşsal yeti kullanmak zorundadırlar, örneğin dokunma veya işitme.

DSÖ'nün bu sınıflandırması, görme engelini ve buna bağlı ihtiyaçları daha iyi anlamak ve bireylere uygun destek ve hizmetleri sağlamak için kullanılır. Bu sınıflandırma, sağlık hizmetleri, eğitim, istihdam ve toplumsal katılım gibi alanlarda engelli bireylerin haklarına ve gereksinimlerine dikkat çekmek ve uygun önlemlerin alınmasına yardımcı olmak amacıyla yaygın olarak kullanılır.

Görme engelliliği, ülkemizde genellikle iki ana kategoriye ayrılmıştır: "Az Görenler" ve "Total Körlük." Bu sınıflandırma, bireylerin görme yetisinin derecesine ve görsel alanlarına dayalıdır ve yasal düzenlemelerde kullanılır.

1. **Az Görenler (Kısmen Görenler):** Bu kategoriye dahil edilen kişiler, iyi gören gözlerinin görme keskinliği 20/200 veya daha azdır. Ayrıca, görme alanları 20 dereceden daha azdır. Yani, bu bireylerin gözlerinden biri veya her ikisi de kısmi görme kaybına sahiptir. Bu durum, genellikle gözlük veya kontakt lens gibi düzeltilmiş optik cihazlarla geliştirilebilir.
2. **Total Körlük (Tam Körlük):** Bu kategorideki bireylerin ise iki gözü de görme yetisi açısından işlevsizdir. Total körlük durumunda, gözlerin görme keskinliği 20/200'den daha azdır ve görme alanı da oldukça sınırlıdır veya tamamen kaybedilmiştir. Bu bireyler, görsel bilgileri algılamada gözlerini kullanamazlar ve diğer duyuusal yetilerine (örneğin işitme veya dokunma) daha fazla bağımlıdırlar.

Bu sınıflandırma, yasal düzenlemelerde ve sağlık hizmetlerinde kullanılır ve görme engelli bireylerin haklarını ve ihtiyaçlarını tanımlamak için referans alınır. Bu sınıflandırmalar, bireylerin sağlık durumlarını ve gereksinimlerini belirlemek, eğitim, istihdam ve toplumsal katılım gibi alanlarda uygun destek ve hizmetleri sağlamak amacıyla kullanılır (Emiroğlu, 2008:5).

2.1.3. Görme Engeli ve Yaşam Kalitesi İlişkisi

Görme engelli bireyler, yaşam kalitesini belirlemede kullanılan bütünsel iyilik halinin paydaşlarından biri olarak, görme yetilerindeki eksiklikleri nedeniyle bazı zorluklarla karşılaşmaktadırlar. Bu zorluklar, görme engelli bireylerin yaşam kalitesini olumsuz etkileyebilir ve bu durum çeşitli araştırma sonuçlarıyla belgelenmiştir.

Özellikle görme engelli kadınlar üzerine yapılan bazı literatür araştırmaları, görme engelli bireylerin, sosyal izolasyon ve iletişim eksikliği gibi faktörler nedeniyle içe kapanma, yalnızlık, kaygı ve stres gibi psikolojik zorluklarla başa çıkmak zorunda kaldıklarını göstermektedir. Bu duygusal ve psikolojik zorluklar, yaşam kalitelerini olumsuz yönde etkileyebilir. Ayrıca, bu tür stres ve kaygı durumları, yaşam kalitesindeki düşüşle ilişkilendirilmiştir (Khorrami-nejad ve diğerleri, 2016:96).

Bu tür araştırmalar, görme engelli kadınların yaşadığı özel zorlukları ve bu zorlukların yaşam kalitesine etkisini daha iyi anlamamıza yardımcı olmaktadır. Bu bilgiler, bu

toplulukların ihtiyaçlarına yönelik daha iyi destek ve hizmetlerin geliştirilmesine katkı sağlayabilir.

Görme engeli ile yaşam kalitesi arasındaki ilişki, birçok akademik araştırma tarafından derinlemesine incelenmiş ve bu alandaki literatür zenginleşmiştir. Bu araştırmalar, görme engeli olan bireylerin yaşam kalitesinin, görme yetilerindeki eksiklikler nedeniyle olumsuz yönde etkilendiği yönündeki görüşü desteklemektedir (Emiroğlu, 2008:5). Bazı araştırmalarda, görme engelli kişilerin en düşük yaşam kalitesine sahip bireyler olduğu bulunmuştur (Ejiakor vd. 2019:127).

Özellikle Khorrami-nejad vd. (2016) tarafından yürütülen bir araştırma, görme engelli bireylerin, yaşadıkları sosyal izolasyon ve iletişim eksikliği gibi zorluklar nedeniyle içe kapanma eğiliminde olduklarını ve bu durumun yalnızlık, kaygı ve stres gibi psikolojik zorluklara yol açtığını göstermektedir. Bu psikolojik zorluklar, bireylerin duygusal ve ruhsal iyilik hallerini olumsuz yönde etkileyebilir. Khorrami-nejad vd. (2016:96) tarafından yürütülen araştırmaya, toplumsal cinsiyet perspektifinden bakıldığında ise, görme bozukluğu olan kadınların yaşam kalitesinin erkeklere oranla daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

Görme engelli bireyler için yaşam kalitesinin düşmesine yol açan diğer faktörler arasında iş bulma zorlukları, fiziksel bağımsızlığın kısıtlanması ve toplumsal katılımın sınırlanması gibi durumlar da bulunmaktadır. Bu faktörler, bireylerin günlük yaşam deneyimlerini etkileyebilir ve yaşam kalitesinin düşmesine neden olabilir.

Sonuç olarak, görme engeli ile yaşam kalitesi arasındaki bu karmaşık ilişki hem bireylerin hem de sağlık profesyonellerinin dikkatini çekmektedir. Görme engeli olan bireylerin yaşam kalitelerini artırmaya yönelik çeşitli destek ve müdahaleler, sosyal destek ağlarının oluşturulması ve eğitim programlarının geliştirilmesi gibi önlemler alınarak, bu alandaki zorlukların üstesinden gelinmesine yardımcı olabilir (Emiroğlu, 2008:8).

2.2. Yaşam Kalitesi

Yaşam Kalitesi, bir bireyin yaşadığı hayatın genel olarak ne kadar tatmin edici, sağlıklı ve memnun edici olduğunu ifade eden bir terimdir (Demir ve diğerleri, 2008). Bu terim, bireylerin fiziksel, psikolojik, sosyal ve çevresel faktörlerin birleşimini değerlendirerek yaşamlarını nasıl algıladıklarını yansıtır (Aciöz ve diğerleri, 2003:56).

DSÖ'ne göre ise yaşam kalitesi; bireyin hedeflerine, beklentilerine, standartlarına ve ilgilerine göre bir kültür ve değerler sistemi içerisinde yaşamdaki yerini algılaması olarak tanımlanmaktadır (Callahan, WHO, 1973:77-87).

Yaşam kalitesi kavramını tanımlamada bilim dünyasında fikir ayrılıkları olmasıyla beraber, birçok bilim adamı yaşam kalitesinin, ‘sağlığa ilişkin sübjektif, çok boyutlu ve dinamik bir yapı’ olduğu konusunda fikir birliği sağlamışlardır (Altay 2019:96).

Yaşam kalitesi, her birey için kişisel ve öznel bir deneyimdir ve herkes için farklı anlamlar taşıyabilir. Ancak genellikle yaşam kalitesi, aşağıdaki temel alanlara dayanarak değerlendirilir (Müezzinoğlu, 2005:25-29).

1. Fiziksel Sağlık: Bireyin fiziksel sağlığı, yaşam kalitesini etkileyen önemli bir faktördür. Bu, sağlıklı bir vücut, enerji seviyeleri, hastalıklardan kaçınma ve günlük yaşam aktivitelerini yerine getirme yeteneğiyle ilgilidir (Durmaz, 2008:76).

2. Psikolojik Sağlık: Bireyin zihinsel ve duygusal iyi olma hali yaşam kalitesini etkiler. Bu, stres yönetimi, duygusal denge, özsaygı ve mutluluk hissi ile ilişkilidir.

3. Sosyal İlişkiler: Sosyal bağlantılar, insanların yaşam kalitesini artırabilir. Aile, arkadaşlar, iş arkadaşları ve toplumla etkileşim, sosyal destek ağı oluşturur ve yaşamı zenginleştirir.

4. Çevresel Faktörler: Bireyin yaşadığı fiziksel çevre, yaşam kalitesini etkileyen bir diğer önemli faktördür. Bu, yaşadıkları yerin güvenliği, erişilebilirliği, doğal çevre, iş ve barınma koşulları gibi unsurları içerir.

5. Ekonomik Durum: Ekonomik refah ve finansal güvence, bireylerin yaşam kalitesini önemli ölçüde etkiler. Gelir düzeyi, istihdam durumu ve maddi rahatlık, yaşam kalitesiyle ilgilidir (Akyol, 1993:75-80).

Yaşam kalitesi, bu temel alanların bir dengesi ve birbirleriyle etkileşimi olarak görülür. Her bireyin yaşam kalitesi algısı kişiseldir ve bu nedenle aynı koşullarda yaşayan iki kişi bile farklı yaşam kalitesi düzeylerine sahip olabilir. Araştırmacılar, sağlık uzmanları ve toplum liderleri, bireylerin yaşam kalitesini artırmak için bu temel alanları anlamak ve geliştirmek için çeşitli stratejiler geliştirirler (Görgünbaran, 2008:86-97).

Yaşam kalitesi aynı zamanda evrensel bir kavram olduğundan dolayı çok boyutlu bir yapıdan oluşmaktadır. Evrensel ilkeler çerçevesinde belirlenen bu boyutlar;

- Bütün bireyler için aynı düzeyde tamamlayıcı özelliğe sahiptir.
- Hem sübjektif hem objektif tamamlayıcı özelliktedir.
- Bireylerin kendi hayatlarına yön vermeleri, yaşama dair hedefleri ve ait olma hissi vasıtasıyla geliştirilmiştir (Group, WHOQOL, 1995:1403-1409).

Yaşam kalitesi, birbirinden farklı birçok alanı kapsayan çok değişkenli bir kavramdır. Bu özelliğiyle ise;

- Aynı anda bireysel ve çevresel faktörlerden etkilenmekte ve tüm bireyler için aynı etkenlerden oluşmaktadır.
- Kişilerin hem kendilerini algılayışı hem de çevreleri tarafından nasıl algılandıklarıyla ilgilidir,
- Bireyin ihtiyaçlarını karşılama noktasında hissettiği doyum duygusu ile paralel düzeydedir (Cummins, 2005:699-706).

Yaşam kalitesinin bu derece çok boyutlu olması, algılanan yaşam kalitesi düzeyinin, dinamik yapısından, bireylerin beklentilerinden ve değişen yaşam koşullarından dolayı, zamanla değişime uğrayacağını göstermektedir (Allison vd., 1997:221-230).

2.2.1. Rekreasyonun yaşam kalitesine etkileri

Rekreasyon, bireylerin boş zamanlarını aktif ve keyifli bir şekilde değerlendirmelerini sağlayan bir etkinliktir ve yaşam kalitesine çeşitli olumlu etkileri olabilir. Bu bağlamda rekreasyonun yaşam kalitesine olan etkileri (Metin vd. 2013:5021-5048).

1. **Fiziksel Sağlık:** Rekreasyon, fiziksel aktiviteleri içerir ve düzenli olarak fiziksel aktivite yapmak sağlığı geliştirir. Yürüyüş, bisiklet sürme, yüzme gibi rekreasyonel aktiviteler, fiziksel kondisyonu artırabilir, kilo kontrolüne yardımcı olabilir ve kalp-damar sağlığını iyileştirebilir.
2. **Zihinsel Sağlık:** Rekreasyon, stresi azaltmaya, zihinsel rahatlamayı teşvik etmeye ve ruh halini iyileştirmeye yardımcı olabilir. Doğada vakit geçirmek, meditasyon yapmak veya hobilerle ilgilenmek, zihinsel sağlığın güçlenmesine katkıda bulunabilir.
3. **Sosyal Bağlantılar:** Rekreasyonel aktiviteler, insanlar arasındaki sosyal bağları güçlendirebilir. Grup sporları, dans sınıfları veya benzeri etkinlikler, yeni arkadaşlıklar kurma ve mevcut ilişkileri güçlendirme fırsatları sunabilir.
4. **Özsaygı ve Özgüven:** Rekreasyon, bireylerin yeteneklerini geliştirme ve başarılar elde etme fırsatı sunar. Bu da özsaygı ve özgüvenin artmasına katkıda bulunabilir.
5. **Yaşam Tatmini:** Rekreasyon, bireylerin yaşamın tadını çıkarmalarına yardımcı olabilir. Keyif aldıkları aktivitelerle zaman geçirmek, yaşam tatminini artırabilir.
6. **Zaman Yönetimi:** Rekreasyon, insanlara zamanlarını daha etkili bir şekilde yönetme becerisi kazandırabilir. Bu, iş-yaşam dengesini sağlama ve daha iyi bir yaşam kalitesi elde etme konusunda yardımcı olabilir.
7. **Öğrenme ve Gelişim:** Rekreasyon, yeni beceriler öğrenme ve kişisel gelişim fırsatları sunar. Yeni hobiler edinmek veya sanatsal aktivitelerle uğraşmak, bireylerin kendilerini geliştirmelerine yardımcı olabilir.

8. **Toplumsal Katılım:** Rekreatif etkinliklere katılmak, toplumsal katılımı teşvik edebilir. Bu, bireylerin toplumlarına daha fazla bağlılık duymalarını ve toplumsal sorumluluklarını yerine getirmelerini teşvik edebilir.

Sonuç olarak, rekreasyon, fiziksel, zihinsel, sosyal ve duygusal sağlığı olumlu bir şekilde etkileyebilir ve genel yaşam kalitesini artırabilir. Bu nedenle, rekreatif aktivitelere zaman ayırmak ve bu etkinlikleri yaşam tarzına dahil etmek, daha sağlıklı ve tatmin edici bir yaşam sürmeye yardımcı olabilir (Metin vd. 2013:5021-5048).

2.3. Rekreasyon

Rekreasyon, birçok akademik araştırmaya konu edilmiş ve alandaki literatürü zenginleşmiş bir terimdir. Bu araştırmalar rekreasyonun; bireylerin, serbest zamanlarında, gönüllü olarak katılım sağladıkları, sosyoekonomik ve kültürel imkanlar dahilinde ve yaşadığı toplumsal yapı ölçülerinde, zihinsel ve bedensel olarak yenilendikleri ve de ruhsal doyum elde ettikleri keyifli aktiviteler olduğu görüşünde birleşmişlerdir (Koç, 1991:12-15; Hazar 1999:14; Mirzeoğlu 2011:8-9). Bu keyifli etkinlikler, aynı zamanda kişilere, becerilerini artırma olanağı da sağlamaktadır (Kır, 2007:307-328).

Sportif rekreasyon etkinlikleri ise; rekreasyonun bir alt dalıdır ve spor aktivitelerini içerir. Bu tür etkinlikler, fiziksel aktiviteye dayalıdır ve bireylerin eğlence, sağlık ve fitness amacıyla spor yapmalarını sağlar. Sportif rekreasyon etkinlikleri, bireylere fiziksel sağlıklarını geliştirme, stresten kurtulma, enerji ve canlılık kazanma fırsatı sunar. Ayrıca, sosyal bağlantılar kurma ve sporun keyfini çıkarma fırsatı sunar (Karaküçük, 2014:51-54).

Sportif rekreasyon etkinlikleri, bireylerin tercihlerine göre çeşitlilik gösterebilir. Örnekler arasında yüzme, koşu, bisiklet sürme, futbol, basketbol, tenis, golf, yoga, voleybol, dağcılık, kayak, karate, dans ve daha birçok spor yer alabilir. Bu tür etkinlikler hem bireysel olarak hem de gruplar halinde yapılabilir. Bireyler, fiziksel koordinasyonlarını artırabilir, kilo kontrolü sağlayabilir, kas kuvvetini geliştirebilir ve esnekliklerini artırabilirler. Aynı zamanda sosyal bir ortamda spor yapmak, yeni arkadaşlıklar kurma ve takım çalışmasını deneyimleme fırsatı sunar.

Sportif rekreasyon etkinlikleri, yaşam kalitesini artırmanın yanı sıra, insanların daha sağlıklı ve dengeli bir yaşam tarzı sürdürmelerine de katkıda bulunabilir. Bu etkinlikler, fiziksel ve zihinsel sağlığı desteklerken, aynı zamanda sporun keyfini çıkarma ve rekabetçi veya rekabetçi olmayan bir ortamda kendilerini geliştirme fırsatı sunar (Tütüncü, 2012:94).

Sportif rekreasyon etkinliklerinin temel özelliklerini maddeler halinde şu şekilde sıralayabilir:

- Çalışma ve zorunlu işlerden geriye kalan serbest zamanlarda yapılmaktadır.
- Katılım gönüllülük esasına dayalıdır ve devam zorunluluğu yoktur.
- Katılım sağlayan bireyler açısından rahatlatıcı, haz ve keyif vericidir.
- Kişiye özel amaçlarının bulunmasıyla birlikte her bireylerin ortak amacı doyum elde etmektir.
- Sportif rekreasyon etkinlik, her mevsimde ve kapalı-açık alanlarda uygulanabilmektedir.
- Her yaş grubundan, cinsiyetten ve engel grubundan bireylerin katılımına uygun bir rekreasyon etkinliği mevcuttur.
- Rekreasyon faaliyetlerin tercihi bireyin kendi inisiyatifindedir.
- Evrensel olarak dünyanın her yerinde uygulanmaktadır.
- Bireyin özgür hissetmesine ve kendisini ifade edebilmesine imkân sağlayan etkinlikleri içermektedir.
- Sportif rekreasyon faaliyetler eğitimli ve eğitimsiz kişiler tarafından, planlı veya plansız şekilde, organize veya organize olmayan yerlerde gerçekleştirilebilmektedir.
- Yalnız veya grupta, araçlı veya araçsız şekilde yapılabilmektedir.
- Etkinliklere katılımda dıştan gelen zorlama olmamakta, tamamen içten gelen istekle katılım gerçekleşmektedir.
- Katılım sağlayan bireylere fiziksel, zihinsel ve sosyal açıdan yararlar sağlamaktadır.
- Bu yararlar ayrıntılı incelendiğinde görme engellilerin sportif rekreasyon etkinliklere katılımının ne kadar önemli olduğu daha net anlaşılmaktadır (Karaküçük, 2005:124-127).

2.3.1. Sportif Rekreasyon ve Görme Engeli İlişkisi

Sportif rekreasyon etkinliklerinin, fiziksel ve ruhsal sağlığa olan faydaları nesnel bir gerçeklik kazanmışken, görme engelli kadınlarda da sportif rekreasyon etkinliklerine katılımın fiziksel ve ruhsal açıdan benzer faydalar sağlayacağı öngörülmektedir.

Spor, engelli bireylerde birçok ruhsal rahatsızlığın iyileşmesine yardımcı olacaktır. Bundan dolayı spor, engelli bireylerde ruh sağlığını destekleyecek bir araç olarak kullanılmalıdır (Chiang, 2003:39).

Spor, engelli bireylerin fiziksel, zihinsel ve sosyal gelişimlerini destekleyerek sosyal entegrasyonlarına katkı sağlamaktadır (Eichsteadt ve Lavay, 1995:47). Literatür kaynakları referans alınarak söylenebilir ki; sportif etkinliklerin engelli bireylerde, fiziksel aktivite düzeyini arttırarak fiziksel sağlığı iyileştireceği aynı zamanda stres düzeyini azaltarak mental sağlığı destekleyeceği, sosyal etkileşim fırsatı sunacağı ve bu sayede sosyal yaşamın içine çekeceği bilinmektedir.

Görme engelli kadınlar, engellerine ve niteliklerine bağlı olarak çok çeşitli alanlarda sportif faaliyet yapma olanağına sahiplerdir. Bu sporlar; atletizm, goalball, futsal, satranç, ağırlık kaldırma (halter), judo, yüzme ve bisiklettir (Türkiye Görme Engelliler Federasyonu, 2023).

Bu spor branşları görme engelli kadınların, güven, denge, kas kontrolü, hareket açıklığı ve koordinasyon kazanmalarına ve serbest zamanlarını verimli bir şekilde değerlendirmelerine katkı sunacak niteliktedir. Sportif egzersizler ayıca görme kaybıyla kaçınılmaz olan çevresel etkilere duyulan korkuyu ortadan kaldırmaya ve daha bağımsız yaşanmasına katkı sağlayacaktır (Yazıcı vd. 2019:175-185).

Her spor branşının farklı gereksinimleri olduğundan, branşlara özel fonksiyonel sınıflandırma kuralları, sporun kendine özgü kurallarına göre ayrı ayrı tanımlanmıştır. Sınıflandırma cetvelleri ilk olarak 1992 yılında, engelliler için paralimpik oyunlar olarak kabul edilen branşlarda kullanılmıştır. Günümüzde ise engelli bireylerin sportif faaliyetlere katılabilmeleri için IPC tarafından uluslararası kodlar oluşturulmuştur (Göçen, 2023:6).

Branş özelindeki bu sınıflandırma ve kodlar şu şekildedir;

- Görme engellilerde atletizm branşında, sporcuların görme derecelerine bağlı olarak üç kategori bulunmaktadır. Türkiye'de B1, B2 ve B3 şeklinde (Tablo 2.2'de verilmiştir), dünya da ise, T11, T12 ve T13 olarak kategorize edilmiştir.
- B1 / T11 hiç göremeyen sporcuları ifade eder. Bu kategorideki sporcuların koşarken göz maskesi takması ve bir kılavuzun eşlik etmesi gibi zorunluluklar vardır. B2 / T12 kategorisindeki sporcuların istekleri doğrultusunda kılavuz eşlik edebilir. B3 / T13 kategorisindeki sporcuların ise, göz maskesi kullanma ve kılavuz eşliği gibi zorunlulukları bulunmamaktadır.
- Görme engelli futbol, B1 kategorisindeki (tamamen kör) oyuncular tarafından oynanır.
- Görme engellilerde futsal müsabakalarına B2 ve B3 kategorisindeki bireyler katılabilir.

- Goalball görme engellilere özel bir branştır. Az gören veya hiç görmeyen sporcular tarafından, gözlerini tamamen kapatan bir göz maskesi takmak zorunluluğuyla oynanıyor.
- Halter ve judo branşlarında sporcular ağırlık sikletlerine göre gruplanarak, kendi ağırlıklarındaki sporcular ile yarışır.
- Satranç sporunda, oyun tahtasında görme engelli kişilerin dokunabileceği yuvarlak bir delik bulunur. Taşların uçlarında ise, bu deliklerin takılabileceği çiviler bulunur. Ayrıca siyah taşların başlarında çıkıntılar bulunurken beyaz taşların başlarında çıkıntılar olmaz. Böylece oyuncuların taşları ayırt edebilmesi sağlanır.
- Yüzme branşında sınıflandırma üç kategoriye ayrılır: S11, S12 ve S13. S11 kategorisindeki sporcuların, çevrelerini siyah olarak görmelerini sağlayan gözlük takarak yarışmaları gerekmektedir. S12 ve S13 kategorisindeki sporcular için siyah gözlük zorunluluğu bulunmamaktadır (Güleşçe, 2022:12).

Tablo 2.2 Spor yarışmalarında görme kaybına bağlı olarak yapılan sınıflandırma

Dereceler	Tanım
B1	Total körler, sadece ışığı seçebilecek kadar görebilirler.
B2	Bir nesneyi kabaca algılayabilirler, Görme dereceleri 20/600'den daha büyük değildir. Görme açıları 5 dereceden azdır.
B3	Görme açıları 5-20 derece arasındadır. 20/600-60/600 görme yetisine sahiptirler.

Sonuç olarak, görme engeli ve sportif rekreasyon etkinlikler arasındaki pozitif yönlü ilişki, hem bireylerin hem de alan uzmanlarının dikkatini çekmiştir. Görme engelli bireylerin sportif rekreatif faaliyetlere katılımına destek ve rehberlik sağlamak, bu özel grubun, spor performanslarının gelişimine, bireysel ve toplumsal becerilerinin ilerlemesine ve toplum için daha faydalı bireyler haline gelmelerine önemli katkılar sağlayabilir (İlhan, 2011:94).

3. MATERYAL VE YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmacı, nitel yöntemle yapılan çalışmada, görüşme tekniğini kullanılmıştır. Glaser, nitel araştırmayı: Gözlem, görüşme, doküman analizi gibi nitel veri toplama yöntemlerini kullanan, doğal ortamdaki algıları ve olayları gerçekçi ve bütüncül bir biçimde ortaya çıkarmak için nitel bir süreç izleyen araştırmalar olarak tanımlamıştır (Yıldırım ve Şimşek, 1999: 19).

Nitel araştırma, teori oluşturmayı ve sosyal olguların, çevrelerindeki temel anlayışa dayalı olarak incelenmesini ve anlaşılmasını vurgulayan bir yaklaşımdır. Bu tanımda teori oluşturma, toplanan verilere dayanarak önceden bilinmeyen bir dizi sonucu ilişkilendiren ve açıklayan modelleme araştırmasıdır. Bu, araştırmacı açısından esneklik, toplanan verilere dayanarak araştırma sürecini yeniden tasarlama yeteneği ve hem çalışmanın tasarımında hem de toplanan verilerin analizinde tümevarımsal bir yaklaşımı benimseme becerisini gerektirir (Yıldırım ve Şimşek, 1999: 19). Nitel araştırma modelinin seçilmesinin bir diğer nedeni ise araştırmacının görme engelli kadınlarla “yüz yüze” görüşme sağlayıp görüşlerini alma olanağına sahip olmasıdır.

3.1.1. Araştırmanın katılımcıları (örnekleme)

Bu araştırmanın örneklemini, sportif rekreasyon etkinliklerine katılan görme engelli kadınlar oluşturmaktadır. Araştırmasının örneklemini, Batman, Diyarbakır, Kayseri, Bayburt, İstanbul, Aksaray, Ankara, Denizli ve Samsun şehirlerinde ikamet eden, 2-8 yıldan bu yana atletizm, goalball, halter, judo, satranç ve yüzme branşlarında aktif olarak lisansı sporcu olan 22 katılımcı ve 2-6 yıldan bu yana, bisiklet, pilates ve reformer sportif egzersizlerini aktif olarak yapan 6 katılımcı olmak üzere 28 görme engelli kadın oluşturmaktadır. 9 katılımcı B1, 12 katılımcı B2 ve 7 katılımcı B3 görme derecelerine sahiptir.

Araştırmada, görme engelli kadınların yapmış olduğu sportif rekreatif etkinliklere ilişkin derinlemesine bilgi edinilmesi amacıyla, örneklem seçiminde “amaçlı örnekleme” yöntemi kullanılmıştır. Amaçlı örnekleme teknikleri tamamen nitel araştırma geleneğinden doğmuştur. Amaçlı örnekleme, bilgi açısından zengin olduğu düşünülen durumların ayrıntılı bir şekilde araştırılmasına olanak tanıdığından, çoğu zaman gerçekleri ve olayları keşfetmeye ve açıklamaya yardımcı olur (Yıldırım ve

Şimşek, 1999: 69). Bu araştırmada amaçlı örnekleme yöntemlerinden tipik durum örnekleme yöntemi kullanılmıştır.

Tipik durum örnekleme yöntemlerinin amacı, araştırmacılara yeni vaka çalışmaları geliştirmede yardımcı olmaktır. Bir uygulamayı veya yeniliği tanıtmak istediğinizde, uygulamanın yaratıldığı veya yeniliğin ortaya çıktığı durumlar kümesindeki en tipik durumlardan bir veya daha fazlasını bulmaya çalışırsınız. “Patton'a (1990) göre amaç, ortalama durumları inceleyerek belirli bir alan hakkında fikir edinmek veya alan, konu, uygulama veya yenilik hakkında yeterli bilgiye sahip olmayan kişilere bilgi sağlamaktır” (Yıldırım ve Şimşek, 1999 akt: Patton 1990: 71).

3.2. Araştırmacının Rolü

Araştırmacı, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni olup, öğrenim hayatında engellilerde beden eğitimi ve spor eğitimi görmüştür. Bu durum araştırmacıya, veri kaynaklarına daha yakın olma, ilgili kişilerle konuşma, deneyimleri paylaşma, konu hakkında derinlemesine bilgi edinme, ilgili eğitim programlarını ve dokümanlarını inceleme fırsatı vermiştir. Üstelik bu unsur araştırmacının hızını ve pratikliğini artırmıştır.

Araştırmacının, araştırma konusundaki konumu, onu nitel araştırma sürecinin doğal bir katılımcısı haline getirerek, görüşme tekniklerinin etkin bir şekilde uygulanmasına ve analiz edilmesine olanak sağlamıştır.

3.3. Veri Toplama ve Görüşme Formunun Hazırlanması

Araştırmacı, çeşitli bilimsel materyaller (dergi, kitap vb.), yasa ve yönetmeliklere dayanarak bir “görüşme formu” hazırlamıştır. Bu form aynı zamanda bu çalışmanın yürütücüsü ve konuyla ilgili iki uzman tarafından da incelenmiştir.

Form, üzerinde mutabık kalınan maddelerden oluşturulmuştur ve “yarı yapılandırılmış açık uçlu” soru formunda hazırlanmıştır. “Yarı yapılandırılmış açık uçlu soru” formatında; bazı sorular standartlaştırılırken, bazı sorular ise açık uçlu olarak hazırlanmaktadır, böylece derinlemesine bilgi edinmeye olanak sağlanmaktadır. Yarı yapılandırılmış görüşmelerde araştırmacı, görüşmenin akışına göre, farklı ya da yan sorularla akışı etkileyebilir ve katılımcının yanıtlarını derinleştirip, detay vermesini sağlayabilir (Yalçiner, 2006:37-39). Açık uçlu sorular ise, katılımcıları, görüşmecinin anlayışı, tutumu veya değerleri konusunda uyarmayan tarafsız bir ifade taşır (Yıldırım ve Şimşek, 2016:140). Ayrıca görme engelli kadınlara ilişkin kişisel bilgilerin toplanması amacıyla araştırmacılar tarafından oluşturulan “bilgi formu” kullanılmıştır.

Bu yaklaşım katılımcılardan daha odaklı ve kapsamlı bilgi sağlamak amacıyla tercih edilmiştir.

Görüşmelerden önce araştırmacı, her bir katılımcıyla ön bir görüşme yapmıştır. Ön görüşmede, araştırma hakkında gerekli bilgi verilerek randevular alınmıştır. Randevu tarihlerinde, görme engelli kadınlarla randevu yerinde ve saatinde kendileri ile doğrudan görüşmeler gerçekleştirmiştir.

Görüşmelerin zamanı ve süresi, katılımcıların ihtiyaç ve istekleri doğrultusunda şekillenmiştir. Çeşitli sebeplerden ötürü yüz yüze görüşme imkânı sağlanamayan katılımcılarla online olarak görüşme gerçekleştirilmiştir. 28 katılımcının, 15 tanesiyle yüzyüze görüşme gerçekleştirilmiştir, geriye kalan 13 kişiyle ise online olarak görüşme yapılmıştır. Görüşmeler boyunca, nitel araştırmanın yapısı gereğince gönüllülük esası ön planda tutulmuştur. Katılımcıların izniyle görüşmelerin ses kaydı alınmıştır. Ayrıca araştırmacı ses kaydı sırasında önemli noktaları not almıştır.

3.4. Verilerin Çözümlemesi

Araştırmada, verilerin anlaşılması, kolay bir şekilde analiz edilmesi, nedensel ilişkilerin incelenmesi, sonuçlara varılması ve sonuçların yorumlanması amacıyla nitel analiz yöntemlerinden biri olan “betimsel analiz” yöntemi kullanılmıştır.

Verileri tanımlamak, benzer verileri belirli kavram veya temalar çerçevesinde düzenlemek ve verilerde saklı olabilecek gerçekleri ortaya çıkarmak için “içerik analizi” tekniği tercih edilmiştir, bu sayede temalar ortaya çıkarılarak kodlamalar organize edilmiştir.

3.4.1. Verilerin kodlanması

Verilerin içerik analizinde araştırmacı “genel bir çerçeve içinde kodlama” tekniğini kullanarak, verilerin analizinden önce genel bir kavramsal yapı oluşturmuş, önceden belirlenen genel temalar ve bu temalar altında yer alabilecek daha ayrıntılı kodlar belirlenmiştir. Ses kayıt cihazına kaydedilen görüşmeler, görüşmeden hemen sonra araştırmacı tarafından yazıya dökülmüş ve bilgisayarda metin haline dönüştürülmüştür. (Bkz. Tablo 3.4). Araştırmacı, araştırmanın danışmanı ve 2 diğer nitel araştırma uzmanı ile birlikte kodlamalar tamamlanmıştır. Kodlamalar soncunda dört kişinin sonuçları karşılaştırılarak, ortak ve örtüşen sonuçlar temalara uygun gruplandırılmıştır. Görüşme kayıtlarının çözümlemesinde, araştırma sorularına verilen

yanıtlar analiz edilmek üzere katılımcılar sayılar ve harflerle (K1, K2, K3 ...) ifade edilecek şekilde kodlanarak verileri kullanılmıştır.

Tablo 3.1 Katılımcıların görüşme kayıtlarının düz yazıya çevrilmesi

Katılımcılar	Görüşme Kayıtları
K1	5 dk. 08 sn. Ses Kayıt – 3 Adet A4 Sayfa
K2	6 dk. 33 sn. Ses Kayıt – 4 Adet A4 Sayfa
K3	8 dk. 55 sn. Ses Kayıt – 3 Adet A4 Sayfa
K4	5 dk. 55 sn. Ses Kayıt – 3 Adet A4 Sayfa
K5	16 dk. 11 sn. Ses Kayıt – 4 Adet A4 Sayfa
K6	15 dk. 01 sn. Ses Kayıt – 6 Adet A4 Sayfa
K7	12 dk. 14 sn. Ses Kayıt – 5 Adet A4 Sayfa
K8	6 dk. 23 sn. Ses Kayıt – 3 Adet A4 Sayfa
K9	9 dk. 17 sn. Ses Kayıt – 3 Adet A4 Sayfa
K10	4 dk. 41 sn. Ses Kayıt – 3 Adet A4 Sayfa
K11	4 dk. 21 sn. Ses Kayıt – 4 Adet A4 Sayfa
K12	5 dk. 14 sn. Ses Kayıt – 3 Adet A4 Sayfa
K13	7 dk. 04 sn. Ses Kayıt – 4 Adet A4 Sayfa
K14	8 dk. 22 sn. Ses Kayıt – 4 Adet A4 Sayfa
K15	5 dk. 35 sn. Ses Kayıt – 3 Adet A4 Sayfa
K16	7 dk. 14 sn. Ses Kayıt – 4 Adet A4 Sayfa
K17	6 dk. 12 sn. Ses Kayıt – 4 Adet A4 Sayfa
K18	3 dk. 59 sn. Ses Kayıt – 3 Adet A4 Sayfa
K19	4 dk. 41 sn. Ses Kayıt – 3 Adet A4 Sayfa
K20	7 dk. 33 sn. Ses Kayıt – 4 Adet A4 Sayfa
K21	7 dk. 28 sn. Ses Kayıt – 4 Adet A4 Sayfa
K22	3 dk. 54 sn. Ses Kayıt – 3 Adet A4 Sayfa
K23	4 dk. 22 sn. Ses Kayıt – 3 Adet A4 Sayfa
K24	3 dk. 54 sn. Ses Kayıt – 3 Adet A4 Sayfa
K25	12 dk. 34 sn. Ses Kayıt – 3 Adet A4 Sayfa
K26	4 dk. 47 sn. Ses Kayıt – 3 Adet A4 Sayfa
K27	4 dk. 57 sn. Ses Kayıt – 3 Adet A4 Sayfa
K28	5 dk. 34 sn. Ses Kayıt – 3 Adet A4 Sayfa

3.4.2. Temaların bulunması

Veriler kodlanırken soruların ana ve alt başlıkları belirlenmiştir. Kodlama düz metin olarak yazılan verinin hemen yanına satırlar işaretlenerek yazılmıştır. Daha sonra kodlar tablolastırılarak kategorize edilmiştir.

3.5. Geçerlik ve Güvenirlik

Bilimsel araştırmalarda en önemli kriterlerden biri olarak kabul edilen “geçerlilik” ve “güvenilirlik” ile ilgili olarak araştırmada geçerlilik araştırması aşağıdaki seçenekler kullanılarak yapılmıştır.

1. Araştırma bulguları, verilerin toplandığı ortamı dikkate alarak tanımlanmıştır.
2. Sonuçların kendi içinde tutarlı ve anlamlı olmasına özen gösterilmiştir. Ayrıca elde edilen bulguların anlamlı bir bütün oluşturması sağlanmıştır.
3. Elde edilen veriler daha önce oluşturulmuş kavramsal çerçevelerle örtüşmüştür. Bu çerçeve veri toplama sürecine rehberlik etmiştir ve pratiklik sağlamıştır.
4. Çalışma sırasında elde edilen bulgular ses kayıt cihazı ile kayıt altına alınmış ve kısa notlar halinde özetlenmiştir. Bu, bulguların anlamlı bir bütün halinde bir araya getirilmesini sağlamıştır.

Bu araştırmada dış güvenilirliğin sağlanması için aşağıdaki sorulara cevap verilmiştir.

1. Araştırmacı çalışmanın yöntemlerini ve aşamalarını açık ve detaylı bir şekilde tanımlamıştır.
2. Katılımcılarla yüz yüze görüşme süreci gerçekleştirilerek, gerektiğinde açıklamalar yapılmış ve çalışmanın kapsamına ilişkin rehberlik sağlanmıştır.
3. Araştırmadan elde edilen verileri analiz etmek için kullanılan kavramsal çerçeve ve varsayımlar açık olarak belirtilmiştir.
4. Araştırmanın veri kaynağı olan katılımcılar, kişisel gizlilikleri gözetilerek, harfler ve rakamlar kullanılarak (K1, K2 gibi) kodlanmışlardır ve verileri araştırmaya fayda sağlayacak açıklıkta kullanılmıştır.

İç güvenilirliğe ilişkin olarak;

1. Araştırmacı, görüşme sonucunda elde edilen verilerden doğrudan alıntılar yaparak betimlemelerde bulunmuştur.
2. Verilerin kodlanmasında birden fazla araştırmacı kodlama yapmış ve bu kodlamalar karşılaştırılıp bütünlük sağlanmıştır.
3. Verilerin analizinde ön yargıların ve yanlış anlamaların önüne geçilmiş ve veriler araştırmacı tarafından tekrar tekrar kontrol edilmiştir.
4. Araştırmaya veri kaynağı sağlayan katılımcılar ayrıntılı olarak tanımlanmışlardır.

4. ARAŞTIRMA SONUÇLARI VE TARTIŞMA

4.1. Verilerin Sunumu

Bu bölümde görme engelli kadınlarla yarı yapılandırılmış görüşme tekniğiyle yapılan görüşmelerden elde edilen veriler sunulmuştur.

4.1.1. Görme engelli kadınlarda sportif rekreasyon etkinliklerine katılımının yaşam kalitelerine yansımalarının incelenmesi

Görme engelli kadınlarla yapılan görüşmelerden elde edilen verilerin çözümlenmesi sonucunda, dile getirilen ifadeler kodlandıktan sonra, belirli temalar altında toplanmıştır. Görme engelli kadınların yaptıkları sportif rekreasyon etkinliklerin yaşam kalitelerine yansımaları şu 4 ana tema altında toplanmıştır: psikolojik sağlık, fiziksel sağlık, sosyal ilişkiler ve çevresel koşullar. Şekil 3'te verilmiştir.

Verilerin sunumunda bu temalar altında diğer bilgiler alt boyutlar halinde verilmiştir. Temalar halinde verilmiş olan bu görüşler, alt boyutlara ayrılarak sınıflandırılmış ve her tema altında o boyuta ait görme engelli kadınların görüşlerine yer verilmiştir.



Şekil 4.1 Yaşam kalitesinin ana temaları

4.1.1.1. Birinci ana tema: psikolojik sağlık

Psikolojik Sağlık ile ilgili, katılımcılar ile yapılan görüşmeler sonucunda elde edilen verilerin analiz sonuçlarına göre ortaya çıkan kodlamalar Tablo 4.1'de görülmektedir.

Tablo 4.1 Psikolojik sağlık temasına ait kodlamalar

Alt Boyutlar	Görüşme Sonucu Ortaya Çıkan Kodlar	Katılımcı
--------------	------------------------------------	-----------

a. Özgüven ve Özsaygı	Mücadele ruhunu güçlendirmesi ve cesaret kazandırması	K2, K3, K4, K5, K6, K8, K10, K12, K13, K14, K16, K18, K20, K24, K25, K28,
	Özgüven ve Özsaygıya büyük katkısının olması	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7, K8, K9, K10, K11, K12, K13, K14, K15, K16, K17, K18, K19, K20, K21, K22, K23, K24, K25, K26, K27, K28,
	Kendine İnanmaya ve güvenmeye katkı sağlaması	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7, K8, K9, K11, K12, K13, K14, K15, K16, K18, K20, K22, K23, K24, K25, K26, K28,
b. Öznel iyilik hali	Fiziksel ve Mental sağlığa iyi gelmesi	K3, K5, K6, K7, K10, K14, K17, K19, K21, K25, K26, K28,
	Spor yapmaya ihtiyaç duyulması	K5, K21, K27, K28,
	Yaşam Tarzına, düzenli hayata, hayattan keyif alınmasına katkı sağlaması	K22, K5, K7, K8, K9, K12, K13, K14, K16, K17, K20, K21, K22, K23, K25, K26, K27, K28,
	Spor yapmanın birçok Manevi Faydasının görülmesi	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7, K8, K9, K10, K12, K13, K14, K15, K16, K18, K19, K20, K21, K24, K25, K26, K27, K28
	Zorluklar karşısında pes edilmemesi	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K8, K9, K11, K12, K13, K14, K15, K16, K18, K20, K21, K23, K24, K25, K26,
c. Özerklik/ Özdenetim (Kararlılık)	Hobilerden/Keyif Alınan/İlgi duyulan etkinliklerden Geri Durulmaması	K2, K3, K9, K14, K17, K20, K21, K22, K25, K26, K27,
	Kişisel Gelişime katkı sağlaması, Kendini ve yeteneklerini Keşfetme şansının kaçırılmaması	K3, K4, K5, K6, K7, K9, K12, K13, K14, K15, K16, K17, K18, K19, K20, K21, K23, K24, K25, K26, K27, K28
d. Kişisel Potansiyelini Gerçekleştirme	Vizyonun/ufkun/sağgörünü n genişlemesi	K1, K3, K5, K6, K7, K8, K9, K12, K13, K14, K15, K16, K17, K18, K19, K20, K22, K24, K25, K26, K27, K28
	Bağımsız hareket kabiliyetini geliştirme (girişkenlik)	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7, K9, K11, K12, K13, K16, K17, K18, K19, K20, K21, K24, K25, K27, K28,
e. Bağımsız Hareketini Kazanma	Özgür ve güvende hissettirmesi	K7, K9, K18, K25,
	Güçlü enerji ve zinde hissedilmesi	K5, K6, K17, K24, K25, K28,
f. Zihinsel Zindelik	Stres ve Kaygı düzeyinde düşüş görülmesi	K7, K16, K17, K25,
	Psikolojik iyilik hali sağlaması, mutlu hissettirmesi	K1, K6, K7, K10, K13, K14, K18, K19, K21, K22, K23, K24, K25, K26, K28,

1.a. Özgüven ve Özsaygı: Görme engelli kadınlar, sportif rekreasyon etkinliklerine katılım sürecinde ve sonrasında, “özgüven ve özsaygıya katkıları, mücadele ruhunu güçlendirmesi ve cesaret kazandırması” ile ilgili ifadelerini dile getirmişlerdir, bu ifadelerden bazıları şu şekildedir;

Katılımcı1; “Sporun bana kattıklarının en başında özellikle özgüvenimin artması geliyor.” **Katılımcı7;** “Daha özgür ve güvende hissediyorum kendimi ki öylesine bir özgürlük, öylesine boş bir güven değildi. Gerçekten geliştirdiğinizi fark edebiliyorsunuz.” **Katılımcı8;** “Spor beni hayata kazandırdı. Zorluklara karşı göğüs germeyi öğretti. Başarılı olmayı, direnmeyi ve daha çok kazanmayı öğretti.” **Katılımcı10;** “Sporla özgüven kazandım, cesaretim arttı.” **Katılımcı11;** “Görme yetinizi sonradan kaybettiğim için, içine kapanık ve çok güvensizdim. Spor sayesinde bunu aştım.” **Katılımcı11;** “Hem özgüven hem bağımsızlık ve beceri kazanma açısından beni geliştirdi”. **Katılımcı12;** “Spor sayesinde engelimin engel olmadığına farkına vardım, özgüvenim ve özsaygım yükseldi.” **Katılımcı15;** “Sporun bana ilk faydası özgüvenimi yükseltmek oldu.” **Katılımcı18;** “Spor faaliyetlerindeyken kendimi daha özgüvenli ve daha iyi hissediyorum.” **Katılımcı19;** “Kendime güvenim arttı.” **Katılımcı24;** “Özgüvenim arttı, bir şeyler başarabilirim, bir şeyler yapabilirim düşüncesine kavuştum.” **Katılımcı28;** “Kişisel becerilerimi ortaya koyabildiğim için öz güvenim ve öz saygım yükseldi.”

1.b. Öznel İyi Hal Hali Yansımaları: Görme engelli kadınlar, sportif rekreasyon etkinliklerine katılımlarının; “fiziksel ve mental sağlığa etkileri, spor yapmaya ihtiyaç duyulması, yaşam tarzına, yaşam düzenine ve hayattan keyif alınmasına etkileri” ile ilgili düşüncelerini dile getirmişlerdir. Bu ifadelerden bazıları aşağıda belirtildiği gibidir;

Katılımcı1; “Spor beni daha mutlu bir insana dönüştürdü. Çünkü bir fiziksel aktivitenin içerisinde olmak bir şeyleri başarmak, beni çok mutlu ediyor.” **Katılımcı4;** “Hem vücut olarak hem ruhen olumlu anlamda gelişiyor insan.” **Katılımcı5;** “Sadece fiziken tedavi etmiyordu spor yapmak, ruhen de tedavi ediyordu.” **Katılımcı5;** “Spor biliyorsunuz ayakta tutuyor fiziken, ruhen aynı zamanda, spor ihtiyaç

duyulan ve yapılması gereken bir şey.” Katılımcı6; “Sporla daha dinç daha rahat ve daha mutlu hissediyorsunuz.” Katılımcı7; “Ben sonradan görme engelliyim. Spor yapamamak hayatımda yokluğunu en çok hissettiğim şey oldu. Hareketsiz bir hayata geçmek beni çok olumsuz etkilemişti. Yeniden spor yapabilmek çok olumlu bir gelişme oldu hayatımda.” Katılımcı10; “Kendimi mutlu hissettiğim hatta mutluluğumun tavan yaptığı yer diyebilirim.” Katılımcı14; “Spor yaptığım zaman kendimi çok mutlu hissediyorum.” Katılımcı15; “Hayatımızın her alanı sporla güzelleşiyor, yaşam kalitemiz yükseliyor.” Katılımcı19; “Spor hem sağlıklı yaşam için hem ruh sağlığınız için hem fiziksel sağlığınız için gerçekten çok faydalı bir şey.” Katılımcı21; “Düzenli bir hayatım oldu. Sabah kalkıp spor yapıyorum, sonra işe gidiyorum hem iş hem beslenmem açıkçası bir düzene girdi.” Katılımcı21; “Spor yapınca insan benliğini buluyor, kendini huzurlu hissediyor, bedeni huzurlu oluyor, rahat bir yaşam sürdürüyor.” Katılımcı22; “Çok keyif alıyorum, hayatım çok kolaylaştı.” Katılımcı23; “Genel olarak spor yaptığın için eğleniyorum ben, antrenman saati bekliyordum. Çok hoşuma gidiyor.” Katılımcı26; “Çok seviyorum spor yapmayı, bana çok güzel şeyler kattı, disipline girdim.” Katılımcı27; “Mutluluk ve yaşam tarzı açısından çok olumlu katkıları oldu hayatıma.” Katılımcı28; “Konuşma şeklimden, hayat tarzıma, hayatımı planlamama kadar her şeye olumlu etki ettiğini söyleyebilirim.

1.c. Özdenetim/Özerklik (Kararlılık): Görme engelli kadınlar, sportif rekreasyon etkinliklerine katılım sürecinde ve sonrasında “zorluklar karşısında pes etmeme, hobilerden/ keyif alınan/ ilgi duyulan etkinliklerden geri durmama” ile ilgili düşüncelerini bizimle paylaşmışlardır. Bu düşüncelerden bazıları aşağıda verildiği gibidir;

Katılımcı1; “Sportif etkinliğe merakımın peşinden giderek başladım, merakımı takip etmeye devam ediyorum.” Katılımcı1; “Diğer ilgi alanlarından da geri durmamam gerektiğini anladım.” Katılımcı2; “Hayatta öncelik kendi isteklerimiz olmalı.” Katılımcı3; “Psikolojik olarak, ne istediğini bilen, bir şey yaparken korkmadan yapan ve başarabilen bir insana dönüştüm. Hayalimi gerçekleştirmek istedim.”

Katılımcı4; “Düştüm, tekrar kalktım, düşe kalka başardım. İlk başta insan zorlanıyor ama yapa yapa başarıyor, ilk düşüşte pes etmemeli.”

Katılımcı9; “Zorluklar aşılabacak engellerdir, kırdık o engelleri.”

Katılımcı10; “Ben verdiğim kararlarda genelde çevrem tarafından desteklenirim.” **Katılımcı12;** “Ben tüm olumsuz görüşleri yıktığımı ve daha da yıkacağımı düşündüğüm için motivasyonum düşmüyor.”

Katılımcı13; “Türlü türlü zorluklarla, önyargılarla karşılaşyoruz, bunlarla savaştım daha da savaşıcağım.” **Katılımcı15;** “Başarılı olabileceğimi düşündüm ve spora başlamaya karar verdim.”

Katılımcı21; “Motivasyon düşürücü konuşmalar her zaman olacak, pes etmedim, istedim ve başardım.”

1.d. Kişisel Potansiyelini Gerçekleştirme: Görme engelli kadınlar, sportif rekreasyon etkinliklerine katılım sürecinde ve sonrasında, “kişisel gelişimlerine katkıları, kendini ve yeteneklerini keşfetme şansını yakalamayı, vizyonun/ ufkun/ sağgörünün gelişmesi” ile ilgili görüşlerini paylaşmışlardır, bu görüşlerden bazıları ifade edildiği şekilde aşağıda verilmiştir;

Katılımcı3; “Kendimi tanıma ve öğrenme fırsatım oldu. Birçok şeyi başarabileceğimi anladım.” **Katılımcı3;** “Spor ile kendimi keşfetme şansını yakaladım.” **Katılımcı6;** “Spora başladıktan sonra sadece spor alanında değil başka alanlarda da başarabileceğinizi görebiliyorsunuz. Engeliniz size engel olmadığını başka şeyler de yapabileceğinizi anlıyorsunuz.” **Katılımcı9;** “Sporla birlikte hayatım baya bir gelişti. Şöyle, eğitim hayatıma devam ettim, üniversite okudum. Kendime güvenim arttığı için başka alanlarda da kendimi geliştirdim.” **Katılımcı17;** “Spor yapan kadınların kendini geliştirme fırsatını bulduklarını belirtmeliyim.” **Katılımcı21;** “Kendimi buldum sporla beraber.” **Katılımcı27;** “Bir tane sporla uğraşıyordum ama kendimi onunla kısıtlamadım diğer branşları da denedim.” **Katılımcı28;** “Sporla birlikte kendimi gerçekleştirme adıma geçmiş oldum. Kişisel ve spor hayatımda becerilerimi ortaya koyabildim ve kendimi daha da geliştirebildiğimi gördüm.”

1.e. Bağımsız Hareketini Kazanma: Görme engelli kadınlar, sportif rekreasyon etkinliklerine katılımlarıyla bu etkinliklerin “bağımsız hareket kabiliyetini gelişmesi (girişkenlik), özgür ve güvende hissettirmesi” ile ilgili

kazanımlarını bizimle paylaşmışlardır. Bu kazanımlardan bazıları ifade edildiği şekilde aşağıda verilmiştir;

Katılımcı7; “Bağımsız hareket konusunda inanılmaz bir gelişim sağladı bende.” **Katılımcı13;** “Anne babaya, eş dosta bağımlı olarak değil de kendi bireyselliğinin farkına varabilmek açısından çok gerekli spor.” **Katılımcı17;** “Bilmediğim ortamlarda bile gelişigüzel korkmadan yürüyebiliyorum artık”. **Katılımcı18;** “Spor faaliyetlerine katılmadan önce tek başıma dışarı çıkabilen bir insan değildim. Beni çok geliştirdi ve farklı deneyimler kazandırdı.” **Katılımcı25;** “Bağımsızlığım aslında çok da iyi değildi, spor sayesinde bağımsızlığımı kazandım daha özgürce hareket edebilmeye başladım.”

1.f. Zihinsel Zindelik: Görme engelli kadınlar, sportif rekreasyon etkinliklerine katılımları sonrasında, bu etkinliklerin “stres ve kaygı düzeyindeki düşüş, psikolojik iyilik hali ve mutlu hissedilmesi” üzerine yaşadıkları değişimleri ifade etmişlerdir. Bu ifadelerden bazıları şu şekildedir;

Katılımcı5; “Spor yaptığım zaman kendimi çok daha sağlıklı daha dinç daha enerjik hissediyorum, sadece fiziksel değil zihinsel olarak ve ruhen de böyle hissediyorum.” **Katılımcı7;** “Spor yapınca mutluluk hormonu seviyemizdeki artış, insanın psikolojik olarak kendini iyi hissetmesi hem fiziksel hem mental anlamda çok önemli. Daha rahat daha stressiz bir birey olarak devam ediyorum şu an hayatıma.” **Katılımcı24;** “Zihinsel olarak daha güçlüyüm, daha enerjik ve kendimi mutlu hissediyorum.”

4.1.1.2. İkinci ana tema: fiziksel sağlık

Fiziksel Sağlık ile ilgili, katılımcılar ile yapılan görüşmeler sonucunda elde edilen verilerin analiz sonuçlarına göre ortaya çıkan kodlamalar Tablo 4.2’de listelenmiştir.

Tablo 4.2 Fiziksel sağlık temasına ait kodlamalar

Alt Boyutlar	Görüşme Sonucu Ortaya Çıkan Kodlar	Katılımcı
a. Fiziksel kuvvet	Fiziğin güçlenmesi, sağlıklı ve dinç hissedilmesi	K2, K3, K5, K6, K7, K14, K15, K17, K19, K20, K22, K23, K25, K26

	Fiziken ve ruhen spora İhtiyaç Duyulması, mutlu hissettirmesi	K1, K5, K16, K21, K27, K28,
b. Bedensel İyilik Hali	Fiziğe ve sağlığa olumlu katkılarının olması	K4, K5, K6, K7, K10, K14, K17, K19, K21, K25, K26, K28
	Kilo vermenin amaçlanması	K10, K15, K24
c. Hastalıklardan Korunma	Hastalıklardan korunmaya yardımcı olması	K7, K10, K15, K24, K25

2.a. Fiziksel Kuvvet: Görme engelli kadınlar, sportif rekreasyon etkinliklerine katılım sürecinde ve sonrasında, “fiziğin güçlenmesi, sağlıklı ve dinç hissetme” ile ilgili görüşlerini bizlerle paylaşmışlardır. Bu görüşlerden bazıları aşağıda verildiği gibidir;

Katılımcı2; “Fiziğimizi güçlendirmemiz lazım tabi bunu en iyi sporla yapabiliyoruz.” **Katılımcı6;** “Sporun insan vücuduna muhteşem bir etkisi var. Güçleniyorsunuz, kaslarınız gelişiyor, daha dinç hissediyorsunuz.” **Katılımcı24;** “Baya zayıftım, vücut yapısı ve öz gelişim açısından, o nedenle ailem spora yazdırdı ve çok faydasını gördüm.”

2.b. Bedensel İyilik Hali: Görme engelli kadınların, sportif rekreasyon etkinliklerine katılım sürecinde ve sonrasında, “fiziken ve ruhen spora ihtiyaç duyulması, mutlu hissedilmesi, fiziğe ve sağlığa olumlu katkıları ve kilo vermeye etkileri” ile ilgili görüşlerini belirtmişlerdir, bu görüşlerden bazıları aşağıda verildiği gibidir;

Katılımcı3; “Fiziki anlamda vücudu dinginleştiriyor, dinç tutuyor ve vücuda bir benlik kazandırıyor.” **Katılımcı7;** “Mutluluk hormonu seviyemiz yükseliyor ve vücudumuzdaki toksinleri atıyoruz.” **Katılımcı14;** “Spor yapılırken vücut daha dirençli olur, daha sağlıklı hissediliyor spor yapıldığında.” **Katılımcı17;** “Sporun sağlık açısından faydalarını görüyorum”. **Katılımcı20;** “Zaten spor insan vücudunda çok güzel bir etki yarattığı için yaşam kalitem arttı.” **Katılımcı22;** “Daha sağlıklı olmaya başladım. **Katılımcı23;** Spor yaptığım için sağlıklı bir hayatım var.” **Katılımcı28;** “Daha sağlıklı bir hayat için spor gerekliliktir.”

2.c. Hatalıklardan Korunma ve İyileşme Gösterme: Görme engelli kadınlar, sportif rekreasyon etkinliklerine katılımlarının “hastalıklardan korunmaya yardımcı olması” ile ilgili düşüncelerini dile getirmişlerdir, bu düşüncelerden bazıları şu şekilde;

Katılımcı7; “Bizim gibi hareket kısıtlılığı olan insanlar için spor çok daha önemli aslında. Aldığımız kalorileri veremezsek çeşitli vücut rahatsızlıkları ortaya çıkabilir.” **Katılımcı10;** “Doktor tavsiyesiyle kilo vermek amaçlı sportif etkinliğe başladım.” **Katılımcı21;** “Hastalık riskimizi azaltıyor en başında sağlıklı oluyoruz.

4.1.1.3. Üçüncü ana tema: sosyal ilişkiler

Sosyal İlişkiler ile ilgili, katılımcılar ile yapılan görüşmeler sonucunda elde edilen verilerin analiz sonuçlarına göre ortaya çıkan kodlamalar Tablo 4.3’te gösterilmiştir.

Tablo 4.3 Sosyal ilişkiler temasına ait kodlamalar

Alt Boyutlar	Görüşme Sonucu Ortaya Çıkan Kodlar	Katılımcı
a. Destek alma, destek görme	Ailenin desteği, yönlendirmesi	K3, K6, K13, K17, K24, K28,
	Arkadaş, antrenör, öğretmenin desteği, yönlendirmesi	K2, K4, K6, K10, K11, K12, K15, K16, K17, K20, K21, K22, K24, K25, K26, K27,
	Tepkili (korumacı) tavırların süreç içerisinde desteğe dönüşmesi	K2, K3, K4, K5, K6, K7, K9, K11, K12, K13, K15, K16, K17, K18, K21, K24, K25, K26, K28,
	Motive edici konuşmaların olması, Başaracağına inanılması	K3, K22, K28, K2, K6, K7, K9, K12, K14, K16, K18, K20, K21, K25, K26, K28
b. Toplumsal Kabul/ Ayrımcılığa Uğramama	Kabul görme, Örnek alınma, Önyargıların yıkılması	K3, K5, K6, K8, K13, K14, K15, K16, K17, K18, K20, K21, K22, K23, K24, K25, K26, K27, K28,
	Sporla görünür olmanın hissedilmesi	K6, K9, K12, K23, K25, K26,
	Sosyal aktivite amaçlı spora başlanması	K6, K7, K9, K12, K13, K16, K17, 18, K22, K25, K26, K27, K28,
c. Sosyalleşme/ Topluma Katılım	Görme engelli kadınların bir an önce spora başlamaları gerektiğinin düşünülmesi	K15, K20, K22, K26,
	Sosyalleşmeye ve çevre edinmeye katkı sağlaması (Kulüp ve derneklere katılma, şehirler ülkeler gezme)	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K8, K9, K11, K13, K15, K16, K17, K18, K19, K20, K21, K22, K23,

		K25, K26, K27, K28,
d. Saygı Görme	Çevrenin saygısı, güveni ve takdirinin kazanılması, Duruşuna olumlu katkılar sağlaması	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7, K8, K9, K12, K13, K14, K16, K17, K18, K19, K20, K21, K22, K23, K25, K26, K27, K28
	Çevrenin, başarılarıyla gurur duyması ve mutlu olması	K1, K2, K3, K5, K6, K13, K16, K17, K19, K20, K21, K22, K25, K26, K27, K28,
e. İletişim becerisini geliştirme	İnsanlarla İletişim/konuşma kabiliyetini geliştirme	K1, K2, K4, K5, K8, K13, K14, K16, K17, K19, K20, K21, K25, K27, K28,

3.a. Destek alma-Destek görme: Görme engelli kadınlar, sportif rekreasyon etkinliklerine katılım sürecinde ve sonrasında, “ailenin desteği/yönlendirmesi, arkadaş-antrenör-öğretmen desteği/yönlendirmesi, tepkili (korumacı) tavırların süreç içerisinde desteğe dönüşmesi, motive edici konuşmaların olması, başarıya inanç” ile ilgili görüş ve düşüncelerini paylaşmışlardır. Bu görüş ve düşüncelerden bazıları aşağıda verilmiştir;

Katılımcı2; “Arkadaşlarımın yardımlarıyla spora başladım.”

Katılımcı4; “Her zaman ailemin ve etrafımdakilerin desteğini gördüm.” **Katılımcı9;** “Ailemin katkısıyla ve desteğiyle spora başladım.”

Katılımcı11; “Görmeye dayalı olan ihtiyaçlarımızda genelde zorlanıyoruz. Sonuçta yanınızda refakatçi olmalı, beslenme konusunda ve maçlara girip çıkarken sıkıntı yaşayabiliyoruz.”

Katılımcı16; “Ben lise son sınıfta arkadaşımın tavsiyesiyle görme engelliler spor kulübünde, spor yapmaya başladım.” **Katılımcı17;**

“Ailem yanımdan ayrılmıyor, sürekli her durumda yanımda oluyorlar.” **Katılımcı20;** “Ailem çok desteklemedi ki zaten

bulunduğum yerde çok fazla imkânım olmadığı için yönlendiremiyorlardı ve bilinçli değillerdi spor hakkında. En büyük

destekçilerim her zaman beden eğitimi öğretmenlerim ve antrenörlerim oldu. Kulüpteki insanlar çok desteklediler, arkadaşlarım çok desteklediler.”

Katılımcı23; “Beni spora annem babam götürüyordu ilk başladığımda. Uzun süre hep annemler getirdi beni hep desteklediler, hala da desteklemeye devam ediyorlar.”

Katılımcı25; “Kulübümün sürekli benim arkamda durdu. Başarabileceğime inandıkları için, ailemin onay vermediği durumlara

bile ailemi ikna ettiler.” Katılımcı26; “Ben kulüp başkanımın çok desteğini gördüm.” Katılımcı26; “Hiç görmediğim için kılavuzsuz antrenman yapamıyorum tek. Ama yanında sana yardımcı olacak biri olursa kolaylıkla yapabilirsin.”

3.b. Toplumsal Kabul- Ayrımcılığa Uğramama: Görme engelli kadınlar, sportif rekreasyon etkinliklerine katılım sürecinde ve sonrasında, “kabul görme, örnek olma, önyargıların yıkılması, sporla görünür olma” ile ilgili kazanımlarını dile getirmişlerdir. Bu ifadelerden bazıları şu şekildedir;

Katılımcı6; “Başarabilmek, o anı hissedebilmek zaten muhteşem bir olumluluk. Aile, çevre size hayretle bakıyorlar. Aa çok güzel bir spor yapıyor hem görme engelli diyerekten çevreniz sizden yardım istiyor hani nasıl başarabilirim yardım eder misiniz diye. Engeli de aştık biz, engeli olmayan kişilere de destek oluyoruz.” Katılımcı17; “Ayrımcılık illa ki oluyor ama mesela eskiden bu kişiler beş ise şimdi bir kişiye düşebiliyor. İnsanların önyargısı azalıyor başardığımızı gördükçe.” Katılımcı22; “İlk başta sahada istenmiyordum ama sonra koşunca ve başarılarım arttıkça sahada sevmeye başladım.” Katılımcı23; “Bizi antrenman sahalarında istemiyorlardı, görmezsiniz, çarparsınız diye.”

3.c. Sosyalleşme-Topluma Katılım: Görme engelli kadınlar, sportif rekreasyon etkinliklerine katılımları ile ilgili “sosyal aktivite amaçlı spora başlama, sosyalleşme ve çevre edinme (kulüp ve derneklere katılma, şehirler ülkeler gezme) ile ilgili düşüncelerini ifade etmişlerdir. Bu ifadelerden bazıları aşağıda belirtildiği gibidir;

Katılımcı1; “Daha girişken daha sosyal olmaya başladım çünkü spor öncesinde asosyal bir insandım.” Katılımcı5; “Sportif aktivitelere katılarak, daha çok insan, daha çok hayat tanımaya başladım sosyalleşmem açısından çok olumlu oldu.” Katılımcı9; “Sporla birlikte arkadaş çevrem oldu ve sosyal ortamlara katılmaya başladım.” Katılımcı13; “Öncesinde hiç kimseyle görüşmezken birdenbire çevrem genişledi. Farklı illerden ve bölgelerden arkadaşlarım oldu. Kendimi çok geliştirdiğimi düşünüyorum sosyalleşme açısından.” Katılımcı16; “Farklı insanlar tanıyoruz, farklı şehirler görüyoruz, farklı hocalarla tanışıp farklı deneyimler öğreniyorum, o yönden çok olumlu oluyor.” Katılımcı17; “Sporla

sosyalleşiyorum, çeşitli arkadaşlıklar kuruyorum.” Katılımcı19; “Yeni insanlar tanıyoruz, farklı şehirler geziyoruz aynı zamanda sporumuzu da yapıyoruz. Bu şekilde hem sosyalleşiyoruz hem de kültürleniyoruz.” Katılımcı20; “Spor sayesinde sosyalleştim, çok fazla insanla tanıştım, birçok farklı şehir gezdim ve topluluk önünde konuşabilme fırsatım oldu.” Katılımcı21; “Farklı insanları tanıma, şehirleri, hatta ülkeleri tanıma fırsatım oldu.” Katılımcı23; “Mesela ben on beş yaşında yurt dışına çıktım. Türkiye’de nerdeyse bütün şehirlerde turnuvalar olduğu için hepsini gezme şansım oldu. Böylelikle spor sayesinde sosyal hayatım gelişti, arkadaşlarım oldu, sosyal bir yaşamım oldu.” Katılımcı25; “Spor sayesinde ortamlara da girebildim, daha çok arkadaş ve çevre edindim. Çeşitli yerlerde konuşmalara çıktım.” Katılımcı27; “Farklı şehirlerden ve farklı ülkelerden arkadaş edinme fırsatım oldu, sosyalleştim.”

3.d. Saygı Görme: Görme engelli kadınlar, sportif rekreasyon etkinliklerine katılım sürecinde ve sonrasında, “çevrenin saygısı, güvenini ve takdirini kazanma, toplumdaki duruşa katkıları” ile ilgili görüşlerini ifade etmişlerdir. Bu ifadelerden bazıları aşağıda verildiği gibidir;

Katılımcı4; “Önceden birçok kişi tarafından sadece engelli olarak görünüyordum, hiç saygı duyulmuyordum ama spora başladıktan sonra insanların bakış açısı ve saygısı değişti.” Katılımcı7; “Sosyal çevrem bana olan bakış açısı şöyle değişti hani yapılamaz algısı ortadan kalktı, yapabildiğimi gördüler. Aktif olduğunuzda insanların saygısı da artıyor bakışı da değişiyor. Ben bunları gerçekten hissedilir derecede fark ettim.” Katılımcı8; “Eskiden tanımayan bir insanken şimdi hemen hemen herkes tarafından, üst düzey insanlar tarafından tanınan bir insanım. Birçok yerde ismim geçiyor. Birçok kez haber kanallarına hikâye oldum. İnsanların bana karşı bakışları çok değişti spor sayesinde.” Katılımcı9; “Önceleri bir görme engelli nasıl yapar nasıl eder diyenler takdir etmeye başladılar. Başardığımı gördükçe saygı duymaya, güvenmeye başladılar.” Katılımcı14; “İnsanların takdirini kazanıyorsunuz ve insanlar sizin aslında birçok şeyi yapabileceğinizi görüyor. Önyargıları yıkılıyor, saygı oluşuyor.” Katılımcı18; “Spor ile birlikte saygınlık kazandım.” Katılımcı23;

“Spor yaparak uluslararası başarılar elde edebiliyorsunuz. İnsanların gözünde saygınlığınız oluyor.” Katılımcı23; “İlk başta bizi sahada istemiyorlardı, görmezsiniz, çarparsınız diye. Ama biz şuan çoğu sporcudan iyiyiz görmememize rağmen. Bu şekilde çevremizde çoğu kişi bizi tebrik ediyor, saygı duyuyor.” Katılımcı27; “Daha öncesinde okulumda öğrenciler ve öğretmenlerim tarafından tanınmıyordum ama sportif etkinlikler sayesinde gittiğim şehirlerde ödüller alarak ismini duyurdum. Şimdi insanlar bana pozitif yaklaşıyor ve saygı duyuyorlar.”

3.e. İletişim Kabiliyetini Geliştirme: Görme engelli kadınlar, sportif rekreasyon etkinliklerine katılım ile birlikte “iletişim ve konuşma kabiliyeti geliştirme” ile ilgili gelişimlerini ifade etmişlerdir. Bu ifadelerden bazıları aşağıda verildiği gibidir;

Katılımcı2; “Spor sayesinde artık rahatlıkla herkesle iletişim kurabiliyorum.” Katılımcı4; “Yani, sporla ilgilenmeden önce daha böyle sessiz, içime kapanık biriyken, sporla tanıştıktan sonra hayatım değişti, konuşmam değişti, insanlara bakış açım değişti.” Katılımcı8; “Sosyalleştim. Eskiden konuşamayan bir insanken şimdi artık konuşabiliyorum, insanlarla daha iyi iletişim kurabiliyorum.” Katılımcı28; “Sportif etkinliklere katıldıkça öncelikle kendimi en iyi şekilde ifade edebildiğimi gördüm.”

4.1.1.4. Dördüncü ana tema: çevresel koşullar

Çevresel Koşullar ile ilgili, katılımcılar ile yapılan görüşmeler sonucunda elde edilen verilerin analiz sonuçlarına göre ortaya çıkan kodlamalar Tablo 6’de görüldüğü gibidir.

Tablo 4.4 Çevresel koşullar temasına ait kodlamalar

Alt Boyutlar	Görüşme Sonucu Ortaya Çıkan Kodlar	Katılımcı
a. Aile	Ailenin olumlu ve destekleyici olması	K3, K4, K6, K9, K13, K17, K19, K20, K21, K22, K23, K24, K27, K28,
	Çevrenin-Okulun olumlu ve destekleyici olması	K2, K4, K6, K8, K9, K10, K11, K12, K15, K16, K17, K18, K19, K20, K21, K22, K23, K26, K27, K28,
b. Yaşadığı Çevre	Ailenin ve çevrenin Güveninin kazanılması/Endişenin azalması	K2, K3, K4, K5, K6, K7, K8, K9, K11, K12, K13, K15, K16, K17, K18, K19, K20, K21, K23, K24, K25,

		K26, K28,
	Çevrenin, daha fazlasını Başaracağına İnanması	K2, K6, K7, K8, K9, K12, K13, K14, K16, K17, K18, K20, K21, K22, K23, K25, K26, K27, K28
	Çevrenin bireye daha güzel gözlerle bakması, kabul görünürlüğün artması	K2, K3, K4, K5, K6, K7, K8, K9, K12, K13, K14, K15, K16, K17, K18, K19, K21, K22, K23, K24, K25, K26, K27, K28,
	Başka bir bireyin Başarısından etkilenilmesi	K3, K6, K8, K12, K18, K22, K26
c. Çevresel Şartlar	Spora, bir Spor Kulübüne üye olarak başlanması	K5, K10, K13, K14, K16, K18, K21, K25, K26
	Spor ile maddi kazanç elde edilmesi	K6, K15, K27
d. Ekonomik Refah	Spor yapılabilecek yerlere ulaşım güçlüğü yaşanması	K5, K6, K7, K8, K9, K11, K17, K18, K20, K21, K23, K24, K25, K28

4.a Aile: Görme engelli kadınlar, sportif rekreasyon etkinliklerine katılım sürecinde ve sonrasında, “aile tutumu” ile ilgili bilgileri bizimle paylaşmışlardır. Bu bilgilerden bazıları aşağıda verildiği gibidir;

Katılımcı2; “Spora ilk başladığım zamanlar ailem endişeliydi, zaten gözüün rahatsız daha kötü olursun diye. Hatta milli takım kampına bile çağrıldığımda ailem göndermemişti. Ama başarılarımdan sonra artık ailem bana da kucak açmaya ve destek olmaya başladı.” **Katılımcı3;** “Ailem bana örnek oldu bu konuda, babam özellikle her zaman sporun içindeydi bize de aşıldı. Motive ettiler, onların destekleriyle başardım.” **Katılımcı11;** “Ailem konusunda baya bir sıkıntılarımlı olmuştum. Engelli olduğum için zarar göreceğimden korkuyorlardı, yönden baya bir tepkililerdi. Sonradan desteklemeye başladılar.” **Katılımcı13;** “Ailem sıcak bakmıyordu ama baktılar ki ben azmediyorum, inatlaşıyorum babam sağ olsun arkamda durdu.” **Katılımcı17;** “Judoya babam sayesinde başladım.” **Katılımcı21;** “Ailem başta onaylamıyordu. Ama istedikten sonra başardım. Ailem de önyargılarını kaldırmış durumda.” **Katılımcı25;** “Görme engelli kadınlardan ziyade ilk önce ailelere eğitim verilmeli ve bir şeyleri başarabileceğimize inandırılmaları gerekiyor.”

4.b Yaşadığı Çevre: Görme engelli kadınlar, sportif rekreasyon etkinliklerine katılım sürecinde ve sonrasında, “çevre tutumu, ailenin ve çevrenin güvenini

kazanma/endişenin azalması, kabul görme” ile ilgili görüşlerini belirtmişlerdir. Bu görüşlerden bazıları şu şekildedir;

Katılımcı1; “Çevremde spor işini yapamayacağımı söyleyen insanlar, bendeki değişimleri fark ettikten sonra bana karşı tutumları olumlu anlamda değişti.” **Katılımcı2;** “Spor yapan arkadaşlarım vardı. Hani onlarda çok güzel farklar görünce bende o şekilde karar verdim.”

Katılımcı2; “Çevrenin genel olarak tepkisi vardı, görme engellisin nasıl okursun nasıl spor yaparsın diye. Ben bunlara inat başardım, atandım artık bir beden eğitimi öğretmeni olabileceğim. Mesleğe başlamak için bazı evraklar gerekiyordu, durum bildirim raporu çıkarmak için hastaneye gittim, doktor, görme engelli bir insan öğretmenlik yapamaz diyerek onaylamadı. Ki ben engelli kontenjanından atanmış bir bireyim. Böyle bir bilinçsizlikle baş etmek zorunda kalıyoruz. Üniversite okuduğum dönemlerde de ‘görme engellilerin bu bölümde ne işi var, sporla ne işi olur’ gibi tepkiler alıyordum, öğretmenlerimden düşünün.” **Katılımcı3;**

“Çevrem olumlu ve olumsuz karma bir tutum sergiledi, Arkadaşlarım, birçoğu yapabilirsin güvenini verdiler. Olumsuz olanlar ise başardıktan sonra daha farklı gözle bakmaya başladılar.” **Katılımcı4;** “Çevrem destekleyiciydi zaten okulda keşfedildim ve okul müdürüm kulüp başkanım hep yönlendirdiler.” **Katılımcı5;** “Ben doğuda yaşıyorum ve maalesef ki doğuda engelli bir bayan olmak ve spor yapmak istemek, aşmam gereken üç engelim var demek: kadın, görme ve spor.”

Katılımcı6; “Öncelikle ben yirmi yedi yaşında başladım spora çevremde görenlerde aslında başarılabilceğime, olabileceğine inandılar. Takdir görüyorsunuz elbette, bravo başardı filan çok güzel bir şey.” **Katılımcı6;** “Sporu çevremdeki arkadaşlarım yapıyordu, onlara eşlik etme amaçlı yarışlara, kulüplere, etkinliklere katıldım.” **Katılımcı8;** “Etrafımdaki insanlar çoğu zaman bana inanmıyordu, motivasyonumu düşürecek söylemlerde bulunuyorlardı. Ben bugün başardıysam bir inat uğruna, onların inadına başardım.” **Katılımcı8;** “Antrenörümün başarılarını gelip derse anlatmasıyla imrendim, özendim, bende yapmak istedim, başarıya sahip olmak istedim açıkçası, bu şekilde başladım.”

Katılımcı10; “Yaşadığım ortamda bana çok da engelli gözüyle

bakılmıyor veya öyle hissettirilmiyor.” Katılımcı11; “Çevremin desteği ve yönlendirmesiyle başardım, okulda keşfedildim ve öğretmenim destekledi zaten.” Katılımcı12; “Açıkçası şey dediler, hani görme engelli biri nasıl ilerde beden eğitimi öğretmeni olabilir. Top kafana değer, öğrenciler dalga geçer vs.... Ama ben bu düşünceleri yıktığımı veya yıkacağımı düşündüğüm için onlara aldırmadım. Sonraki süreçte görüşleri, görme engelliden de öğretmen olabiliyormuş şeklinde değişti.” Katılımcı12; “Üniversite okuduğum süreçte olumsuz tavırlara maruz kaldım fakat üstesinden geldim. İncelik kavramını çevreme öğrettim diyebilirim.” Katılımcı12; “Sportif rekreasyon etkinliğine, arkadaş çevresinden etkilenerek karar verdim.” Katılımcı13; “İki bin dokuz yılında bir spor kulübü ile tanıştım, dernekle tanıştım. O sırada atletizme ilgim vardı. Spor kulübü aracılığıyla atletizme başladım.” Katılımcı13; “Akrabalarımız kadın olduğum için ve görme engelli olduğum için, yeri geldi okuluma bile karşı çıktılar. Önceden negatif görüşlerini bildirenler şimdi arkamda ciddi şekilde duruyorlar. Her yaptığımı takdir ediyorlar.” Katılımcı14; “Çevremde çok takdir topladım. İnsanların görme engelliye olan bakış açısını değiştirdim.” Katılımcı15; “İlk başladığımda önyargılar gördüm fakat başarılarımla birlikte insanların yapabileceğimizi düşünmesini sağladım.” Katılımcı15; “Birçoğumuz kırsal kesimlerde veya ailesinin hala bir şeyler becerebileceğini düşünemediği yerlerde yaşıyoruz. Görme engelimiz dışında aşmamız gereken engeller var.” Katılımcı16; “Görme engelli olduğum için insanlar üniversiteye gidebileceğimi, spor yapabileceğimi beklemiyorlardı.” Katılımcı18; “Benim çevrem öncesinde hiçbir şey yapamayacağımı düşünüyordu, kendimi ispatladım ve bana bakışları değişti.” Katılımcı18; “Benim çevremde spor yapan çok abilerim, ablalarım vardı. Beni bir abim yönlendirdi, hem kulüp başkanıydı.” Katılımcı19; “Çevrem, ailem, akrabalarım, arkadaşlarım bana karşı biraz daha olumlu ve ılımlı yaklaştılar çünkü sporla ilgilenmemin bana çok iyi katkıları olduğunu gözlemlediler.” Katılımcı20; “Olumsuzluklar çok fazlaydı imkânlarım kısıtlıydı köyde olduğum için ama ben yapmak istediğim için çok uğraştım, çabaladım. Bizim buralarda pek bilinmiyordu, insanlar şaşkınlıkla bakıyorlardı, ben bu önyargıları ve

bilinmezliği kırdım. Halterde dünya şampiyonu olduğumda insanlar bizim yöremizden de böyle insanlar çıkabiliyormuş dediler.” **Katılımcı22;** *“Yetenek taraması için okuduğum görme engelliler okuluna gelinmişti, spora o şekilde başlayabildim.”* **Katılımcı23;** *“Milli takım antrenörleri okuduğum görme engelliler okulunda yetenek taraması sırasında keşfettiler beni ve spor hayatım başladı.”* **Katılımcı24;** *“Önceden gerek akrabalarım olsun gerek yakın çevredekiler olsun, görme engelli yapamaz evde otursun diyorlardı. Bir şeyler başardım, çevremde de bana bir güven oluştu.”* **Katılımcı25;** *“Çevremdeki insanlar ilk etapta görmüyor nasıl gidecek, nasıl yapacak, incinebilir mi gibisinden tepkiler gösterdiler. Bir başarı seviyesine geldiğimde ise şaşkınlık içerisindeydiler.”* **Katılımcı26;** *“Kuran kursuna gidiyordum, orda tanıştığım arkadaşlarımdan etkilendim ve onlarla birlikte spora başladım.”* **Katılımcı26;** *“Yakın çevremde inanmayanlar vardı bana yapamam diye ama sonra başardığımı görünce herkesin bana olan bakış açısı değişti iyimser anlamda, hep arkadayız dediler.”* **Katılımcı27;** *“Spora okulda beden eğitimi öğretmenimin yönlendirmesiyle başladım.”* **Katılımcı28;** *“Sportif etkinlikler sayesinde özverili insanlarla bir araya geldim. Ve bu benim çevremdeki insan kalitesini arttırdı.”*

4.c Çevresel Şartlar: Görme engelli kadınlar, sportif rekreasyon etkinliklerine katılım sürecinde ve sonrasında, “çevresel şartların sürece etkisi” ile ilgili görüşlerini ve deneyimlerini ifade etmişlerdir. Bu ifadelerden bazıları aşağıda gösterilmiştir;

Katılımcı5; *“Maalesef ki yaşadığım yerde bir görme engelliler spor kulübü yoktu ve ben antrenmanlarımı çok zor şartlarda yaptım.”* **Katılımcı6;** *“Ben milli takım sporcusu olduğum için söylüyorum yurtdışında mesela çok zorlanıyorum. Ülkemde çoğu şeyi biliyorum ama yurt dışına gittiğim zaman tabi dil sıkıntısı da olduğu için, çevresel şartlar olumsuz anlamda çok etkiliyor beni.”* **Katılımcı7;** *“Erişilebilirlik konusunda sıkıntılarımız oluyor. Çalışacak salonlar bulmamız zor oluyor. Ya bir refakatçi bulundurmamız gerekiyor ya da gerçekten ikna edici konuşmalar yapmamız gerekiyor.”* **Katılımcı14;** *“Arkadaşımla gitmiştik ben de pilates yapmak istemiştım, ben size ayriyeten gösteremem demişti hoca. Ayriyeten göstermenize gerek yok dediysem de*

kabul etmemişlerdi. Ama başka bir spor salonunda hoca kabul etmişti ve gayette başarılı olmuştuk.” Katılımcı15; “Sosyal spor tesislerinde engel durumumuzdan dolayı bir şartlandırma var. Refakatçisiz hiçbir şey yapamayacağıma hala inanmıyorlar ve tesislere girişlerde özellikle çok zorluk yaşıyoruz.” Katılımcı18; “Çalışacak saha tahsis etmede ve antrenman yapmakta hep zorluklar yaşıyoruz.” Katılımcı21; “Çalışabilmek için boş salon bulamıyoruz.” Katılımcı22; “Çalışma sahalarının çok kalabalık olması, çarpışma korkusu ve ihtimali.” Katılımcı25; “Görme engelli sporu olan golbol ‘u çalışabilmek için kapalı spor salonuna ihtiyacımız oluyor ama bulamıyoruz.”

4.d Ekonomik Refah: Görme engelli kadınlar tarafından, sportif rekreasyon etkinliklerine katılım ile ilgili, “spor ile maddiyat ilişkisi, spor yapılacak yerlere ulaşım imkânı” konularında görüşler paylaşılmıştır. Bu ifadeleri şu şekilde belirtmişlerdir;

Katılımcı5; “Maddi durumum iyi değildi, spor salonlarına verecek param yoktu.” Katılımcı6; “Bir kere sporun maddi bir getirisi var. Bir nevi iş olanağı gibi.” Katılımcı15; “Milli takıma seçilince maddi anlamda çok katkıları oluyor.” Katılımcı19; “Maddi olarak çok zorlandım.” Katılımcı25; “Golbol malzemeleri çok pahalı sponsor bulmakta çok zorlanıyoruz.” Katılımcı27; “Spor sayesinde ekonomik yaşam şartları açısından gayet yükseldim.” Ulaşım: Katılımcı6; “Ulaşım zaten başlı başına bir sorun.” Katılımcı8; “Antrenman sahamız çok uzaktaydı. Gidip gelmekte çok sıkıntı yaşıyordum.” Katılımcı11; “Ulaşım konusunda sıkıntı yaşıyorum.” Katılımcı17; “Spor merkezlerine ulaşım ve erişilebilirlik problemi yaşıyorum.” Katılımcı23; “Ulaşım sıkıntım var, ev sahaya çok uzak. Hem otobüs hem tramvay yapmak zorunda kalıyorum bu da çok zorlayıcı.” Katılımcı24; “Otobüsle ulaşım da sıkıntı yaşıyorum.” Katılımcı25; “Spor yapacağım merkezlere ulaşımım çok zorlayıcı.”

4.2. Bulgular ve Tartışma

Bu bölümde, görüşmeler sonucunda bulunan bulgular, alt boyutları ile birlikte verilmiş ve literatür doğrultusunda tartışılmıştır. Tartışmaya başlamadan önce alanda yapılan çalışma sayısının az olmasının, elde edilen verilerin başka çalışmalarla

karşılaştırılması, desteklenmesi veya farklılıklarının ortaya konulması noktasında sınırlılık oluşturduğu belirtilmek istenmektedir. Bunlara ek olarak literatür kapsamında, engel farkı gözetmeksizin engelli bireylerle yapılan, sonuçları bakımından araştırmamızla paralellik gösteren farklı çalışmalardan faydalanılmıştır.

4.2.1. Psikolojik sağlık temasına ilişkin bulgular ve tartışma

Araştırma sonucunda bulunan Psikolojik Sağlık ana teması ve alt boyutları Şekil 4.2’de gösterilmiştir.



Şekil 4.2 Psikolojik sağlık alt boyutları

Sportif rekreasyon etkinliğine katılan görme engelli kadınlar; bu etkinliklere katılmaktan büyük keyif duyduklarını, özgüvenlerinin ve özsaygılarının yükseldiğini, kendilerine güvendiklerini ve kendilerine olan inançlarının arttığını ifade etmişlerdir. Şirinkan vd. (2007:23) tarafından bulgularla uyumlu şekilde, engelli bireylerin sportif etkinliklere düzenli katılım göstermelerinin, özgüvenlerine ve özsaygılarına olumlu katkılarının olduğunu ve hayata tutunma isteklerini arttırdığını ifade etmişlerdir.

Katılımcılar, spor sayesinde, öznel iyilik haline kavuştuklarını, iyi ve huzurlu hissettiklerini, stres ve kaygı düzeylerinin azaldığını, yaşamlarının düzene girdiğini belirtmişlerdir. İlhan (2018:61), engelli bireyler spor faaliyetleri aracılığıyla yaşama sevinci kazanır ve yaşamı her haliyle kabul etmeyi öğrenirler ifadesini kullanmıştır. Şirinkan vd. (2007:17-20), engelli bireylerde sportif egzersizlerin, hayata tutunma ve yaşama sevincinin yükselmesi gibi olumlu etkilerinin olduğunu tespit etmişlerdir. Dalbudak (2019:75), B2 ve B3 görme düzeydeki spor yapan ve yapmayan olmak üzere iki farklı grup ile yaptığı saldırganlık ve duygusal zekâ seviyelerini incelediği çalışmada, spor yapan görme engellilerin, spor yapmayan görme engellilere oranla duygularını daha etkili kullanabildiklerini, saldırgan davranışlarını ise yüksek düzeyde kontrol edebildiklerini tespit etmiştir.

Katılımcılar sporun, mücadele ruhu kazandırdığını ve cesareti arttırdığını, hayatları, istekleri, ilgi ve alakaları yönünde özerk bir şekilde karar verebildiklerini, kendi hayatları üzerinde özdenetim kurduklarını dile getirmişlerdir. Pagliuca vd., (2009:271-274), sosyal anlamda aktif olmanın, kişilerin daha özerk olmasına katkı sağladığını ve sorunlarla başa çıkma yöntemlerini kolaylaştırdığını belirtmişlerdir.

Sportif rekreasyon etkinliğine katılan görme engelli kadınlar; spor sayesinde başarabilme duygusunu tattıklarını, diğer farklı alanlarda da yapabilirim benliği kazandıklarını ve bu sayede de kişisel potansiyellerinin farkına vardıklarını ifade etmişlerdir. Yaman (2005:42), “Sporun, özel gereksinime ihtiyaç duyan bireyler için önemi daha farklıdır. Bu bireyler fiziksel aktivite kazanımları sonucunda karşılaştıkları birçok farklı engeli de aşabilmektedirler. Bu da yaşamlarında yeni pencereler açabilmektedir.” tespitini yapmıştır.

Katılımcılar spor sayesinde, bağımsız hareket kabiliyetlerinin geliştiğini, daha güvende hissettiklerini, başka insanlara daha az ihtiyaç duyduklarını ifade etmişlerdir. Özer (2001:18-21), spor yapmanın görme engelli bireylerde, kas kontrolü, fiziksel denge, hareket kabiliyetinde artış, güven ve koordinasyon kazanabilmek için yapılacak spor egzersizleri, aynı zamanda görme kaybı nedeniyle kaçınılmaz olan çevreden zarar görme korkusunun da giderilmesine yardımcı olacağını belirtmiştir.

Katılımcılar, zihinsel olarak daha berrak, enerjik ve dinç hissettiklerini, olumlu düşüncelerin geliştiğini, zihinsel iyilik ve zindelik haline kavuştuklarını dile getirmişlerdir. Araştırma bulgumuzu destekleyen bazı literatür kaynakları şu şekildedir; Sportif egzersizlere katılım gösteren bedensel engellilere yönelik yapılan çalışmada; kendilerini enerjik ve dinç hissetme düzeylerinde artış olduğu tespit edilmiştir (Arık ve vd. 2016:12-14).

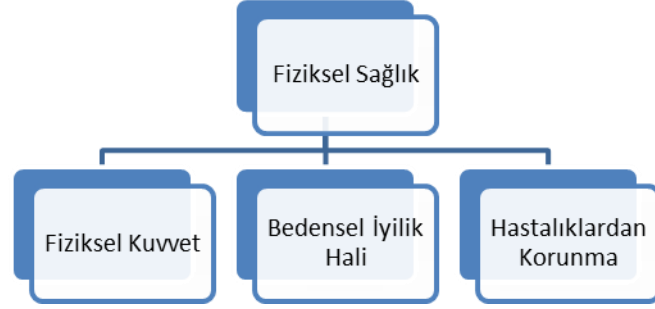
Görme engelli bireylerde; sportif etkinliklerin, zihinsel sağlığa olumlu katkılarının olduğu belirlenmiştir (Donaldson ve Ronan, 2006:162).

Hafif ve orta dereceli depresyona sahip bireylerin, egzersiz yapmalarının depresyonları üzerinde olumlu etkileri görülmüş, egzersizlerin tedavide yeri olabileceği görüşü bildirilmiştir. Ayrıca hareketli yaşayan bireylerde, sedanter yaşayanlara oranla daha düşük depresyon durumu gözlenmiştir (Martinsen, 1990:380-389).

Bu bulgulardan hareketle sportif rekreasyon etkinliklerin, görme engelli kadınlarda, yaşam kalitesinin Psikolojik Sağlık boyutunun tüm alt boyutlarına, anlamlı katkılarının olduğunu söyleyebiliriz. Faydalandığımız literatür kaynakları da araştırmamızın bulgularını destekler niteliktedir.

4.2.2. Fiziksel sağlık temasına ilişkin bulgular ve tartışma

Araştırma sonucunda bulunan Fiziksel Sağlık ana temasına ait alt boyutları Şekil 4.3'teki gibidir.



Şekil 4.3 Fiziksel sağlık alt boyutları

Katılımcılar, daha sağlıklı ve güvende hissetmek için güçlü bir fiziksel yapıya kavuşmak amacıyla sportif rekreasyon etkinliklerine dahil olduklarını dile getirilmiştir. Arık vd. (2016:12-14), bedensel engellilere yönelik yaptıkları çalışmada, atıcılık sporuyla ilgilenen engelli bireylerin kendilerini daha enerjik ve dinç hissettiklerini, fiziksel aktivite düzeylerinde ise belirgin bir artış olduğunu tespit etmişlerdir.

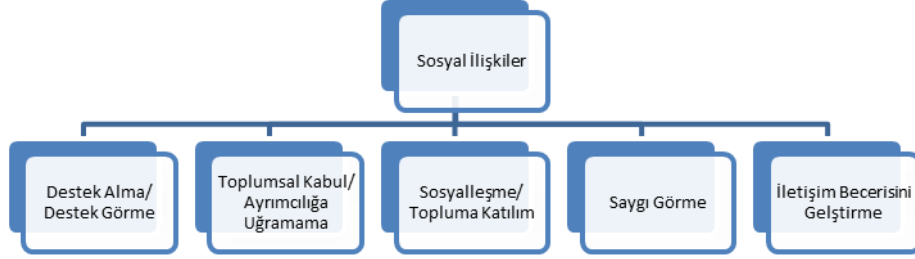
Görme engelli kadınlar sportif rekreasyon etkinlikler sürecinde bedensel olarak daha sağlıklı hissettiklerini, bu sayede bedenlerini sevdiklerini ve bedensel iyi oluş algısına kavuştuklarını ifade etmişlerdir. Donaldson ve Ronan, (2006:162), görme engelli bireylerde; sportif etkinliklerin, genel vücut sağlığına olumlu katkılarının olduğunu tespit etmişlerdir.

Sportif etkinliklerin, sedanter yaşamın getireceği, görme engelli kadınlar için yaygın bir risk olan obezite, menopoz sonrası kemik erimesi gibi hastalıklar için tedbir niteliği taşıdığını ve spor yapıyor olmanın bedensel güvence hissettirdiğini ifade etmişlerdir. Şirinkan vd. (2007:7-9), bulgularla uyumlu şekilde, engelli bireylerin spor egzersizi ile beraber, sağlık problemlerinin azaldığı sonucuna ulaşmışlardır.

Dükkancı (2008:28), sportif etkinliklerin düzenli yapılması sonucunda kişinin genel sağlık durumu üzerinde iyileştirici etkilerinin olduğunu ifade etmiştir. Araştırma bulgularımıza dayanarak sportif rekreasyon etkinliklerin, görme engelli kadınlarda, yaşam kalitesinin Fiziksel Sağlık boyutunun alt boyutlarıyla, anlamlı bir ilişkisinin olduğunu söyleyebiliriz. Faydalandığımız literatür kaynakları da araştırmamızın bulgularını destekler niteliktedir.

4.2.3. Sosyal ilişkiler temasına ilişkin bulgular ve tartışma

Araştırma sonucunda bulunan Sosyal İlişkiler ana temasına ait alt boyutları Şekil 4.4'te gösterilmiştir.



Şekil 4.4 Sosyal ilişkiler alt boyutları

Katılımcılar, sportif etkinliklere dahil olmaları sonrasında çevrelerinden gördükleri desteğin kademeli olarak arttığını, buna çok ihtiyaçlarının olduğunu ve bu durumdan çok memnun olduklarını ifade etmişlerdir. Paravlic vd. (2015:193-201), spor yapan engelli bireylerin, sosyal açıdan desteklediklerini bu sayede çevreye karşı olan yabancılık duygularının azaldığını ve duygu durumlarının düzeldiğini tespit etmişlerdir. Aileler dışında yakın arkadaşların da engelli kişi için önemli bir destek kaynağı olduğu görüşü tespit edilmiştir (Dunn, 2014:8-12).

Katılımcılar, motivasyon anlamında desteklenmek istediklerini fakat kendilerini, bir başkasının desteğine en az ihtiyaç duyacak seviyeye ulaştırmak ve bağımsızlık kazanmak istediklerini bizlerle paylaşmışlardır. Görme engelli bireylerin yakın çevreden alınan desteğin karanlık yanlarının farkında olmaları ayrıca dikkat çekmektedir. Bu bağlamda literatür kaynakları şu şekildedir; Ünal (2018:185), bazı görme engelli bireylerin dışardan destek alma ile ilgili olumsuz bir algıya sahip olduklarını tespit etmiştir. Çevreden verilen desteğin, (Farber, 2000:260-268) sınır ihlali oluşturma riski üzerine, (Tucker ve Johnson, 1989:95-107) beceri engelleyici etkileri üzerine tespitlerde bulunmuşlardır.

Katılımcılar, sportif etkinlikler ile birlikte kendilerini yaralayan ayrımcılık duygusunu daha az hissettiklerini ve kendilerini toplumun bir parçası olarak gördüklerini ifade etmişlerdir. Ünal ve İlhan (2020:8-11), görme engelli bireylerin sportif etkinliklere katılımlarıyla, toplumsal roller edindiklerini ve yalnızlık eğiliminden uzaklaştıklarını belirlemişlerdir. McMahon (1998:52) rekreatif ve sportif etkinliklerin, özel gereksinime ihtiyaç duyan bireylerde, çevreyle ve toplumla bütünleşme ve sosyal kabulün oluşması açısından önemine vurgu yapmıştır. İlhan (2018:61), engel durumundan dolayı ruhsal semptomlar yaşayan, kaygılanan ve ayrımcılık duygusuyla

baş etmeye çalışan engelli bireyler için sportif faaliyetlerin öneminin çok yüksek olduğunu ve engelli bireyleri toplumla birleştirme noktasında güçlü bir çare olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Katılımcılar, sportif etkinliklere katılımlarının sosyalleşme ve çevre edinme açısından kendilerine önemli katkılarının olduğunu belirtmişlerdir. McMahon (1998:52) araştırmasında, sportif rekreatif etkinliklerin, engelli bireylerde, arkadaşlık kurabilme, sosyalleşme ve çevreyle bütünleşme açısından önemli katkılarının olduğunu belirtmiştir. Ünal ve İlhan (2020:8-11), engelli bireylerde sportif rekreatif etkinliklere katılımın; sosyal gelişime fayda sağladığı, iletişim kabiliyeti geliştirdiği, arkadaşlık kurabilme ve toplumsal roller edinebilme parametrelerinde olumlu gelişimler sağladığı sonucuna ulaşmışlardır. Scheufele ve Shah (2000:107-131), sosyal sermaye ve sosyal çevre arasında pozitif bir ilişki olduğunu belirtmişlerdir.

Görme engelli kadınlar, toplumun saygısını kazanabilmek için öncelikle bireyselliklerini kazanmaları gerektiğinin farkında olduklarını, sporun bu anlamda doğru bir araç olduğunu ve önemli faydalarını gördüklerini ifade etmişlerdir. Donaldson ve Ronan, (2006:162), görme engelli bireylerin katılım gösterdikleri sportif etkinliklerin katkısıyla, toplumsal yaşayışlarında da dengeyi yakalayabildiklerini ifade etmişlerdir. Paravlic vd. (2015:193-201), sportif rekreatif etkinliklerin içerisinde yer alan engelli bireylerin, süreç içerisinde sosyal çevreden kabul ve destek gördüklerini bu sayede çevreye olan yabancılık duygularının azaldığını ve çevreyle bütünleştiklerini, bu durumun duygu durumlarını da olumlu anlamda düzenlediğini belirtmişlerdir.

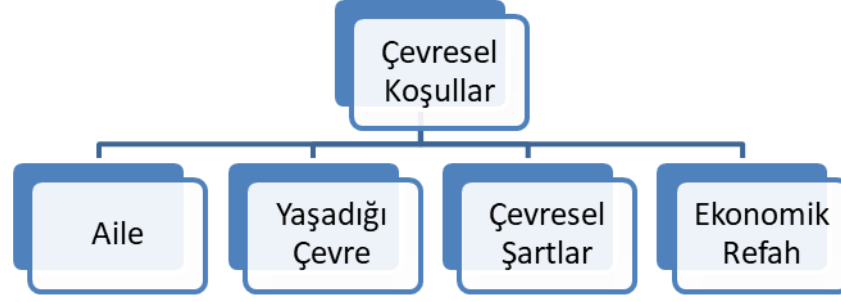
Katılımcılar, sportif rekreatif etkinlikler dolayısıyla kulüplerde ve çeşitli topluluklarda yer aldıklarını, çok fazla insanla iletişim halinde olduklarını ve bundan dolayı iletişim becerilerinin önemli ölçüde geliştiğini ifade etmişlerdir. Dükkancı (2008:28), sportif etkinliklere düzenli katılımla; bireylerin akranlarıyla daha fazla vakit geçirme imkânı bulduğunu, dolayısıyla iletişim becerilerinin bu oranda geliştiğini ifade etmiştir. Ünal ve İlhan (2020:8-11), sportif etkinliklere katılımın, görme yetersizliğine sahip bireylerin; duygusal, sosyal ve psikososyal gelişim gösterdiklerini: iletişim başlatabilme, kendini ifade edebilme, arkadaşlık kurabilme, yalnızlık eğiliminden kurtulma, toplumsal roller edinme gibi birçok parametrede olumlu etkilerinin olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Araştırma bulgularımızdan hareketle sportif rekreasyon etkinliklerin, görme engelli kadınlarda, yaşam kalitesinin Sosyal İlişkiler boyutunun alt boyutlarıyla, anlamlı

bir ilişkisinin olduğunu söyleyebiliriz. Faydalandığımız literatür kaynakları da araştırmamızın bulgularıyla paralellik göstermektedir.

4.2.4. Çevresel koşullar temasına ilişkin bulgular ve tartışma

Araştırma sonucunda bulunan Çevresel Koşullar ana temasına ait alt boyutları Şekil 4.5’te gösterilmiştir.



Şekil 4.5 Çevresel koşullar alt boyutları

Görme engelli kadınlar, engel durumlarından dolayı özellikle ailenin ilgisine ve desteğine ihtiyaç duyduklarını ve bunun karşılandığını belirtmişlerdir. Cohen (1998:145); Pagliuca vd. (2009:271-274), görme engelli bireylerin aile içi desteğe ihtiyaç duyduklarını tespit etmişlerdir. Dunn (2015:8-12), araştırma bulgularıyla benzer şekilde; Ailenin engelli kişi için önemli bir destek kaynağı olduğunu belirtmiştir. Bowen GA (2008:137-152), sağlıklı bir bireyin varlığı için aile yaşamında bireylerin otonomluğunun (özerkliğinin) kazanılması gerekliliğine dikkat çekmiştir. Deshen ve Deshen, (1989:262-267); Moghadam- Behboodi vd. (2017:113-122) ve Tefera vd. (2017:1510-1533) çalışmalarında, pek çok ebeveynin, engelli çocuğuna karşı olumlu duygular beslediği sonucuna ulaşmıştır.

Bazı katılımcılar engel durumlarından kaynaklanan, ailelerinin fazla korumacı tavrının dezavantajlarını yaşadıklarını, sportif etkinliklere katılım süreciyle birlikte ailenin tutumunda da esneklikler yaşandığını ifade etmişlerdir. Aydın O, vd. (2014:42) çalışmalarında, ailenin engelli çocuğun durumunu kabul etmesi ne kadar gecikirse çocuğun eğitim ortamlarına erişiminin de o kadar geciktiği sonucuna varmışlardır. Bu nedenle görme engelli çocuğu olan ebeveynlerin, kabul aşamasını kısa sürede tamamlamalarına yardımcı olacak desteklerden faydalanmalarının gerekli olduğu görüşünü bildirmişlerdir.

Yaşadığı çevrenin tutumu görme engelli bireyler için önem taşımaktadır. Görme engelli kadınlar çevreden gördükleri olumlu ve olumsuz tutumların kendilerini çok fazla etkilediğini ifade etmişlerdir. Reeve (2006:94-107), engelli bireylerin, kendilerine yöneltilen ayrımcılık içeren bakışlardan olumsuz olarak etkilendikleri sonucuna ulaşmıştır. Arıkan (2010:43), engelli kadınlarla ilgili önemli bir sorun olarak cinsiyet ayrımcılığı karşımızda durmaktadır. Yapılan bir araştırmada, Türkiye'de görme engelli kadınlara yönelik fiziksel ve psikolojik şiddetin daha sık yaşandığını tespit edilmiştir.

Görme engelli kadınlar, ailenin ve çevrenin manevi desteğini almalarına karşın engel durumlarından dolayı fiziki çevresel şartlardan olumsuz yönde etkilendiklerini ifade etmişlerdir. Araştırma bulgularıyla paralel bazı literatür kaynakları şu şekildedir; Engelli bireylerin günlük yaşamlarını diğer insanlarla eşit ve bağımsız bir şekilde sürdürebilmelerinin temel koşulu, fiziksel çevreye olan erişim sorunlarının ortadan kaldırılmasıdır (Yücesoy vd. 2007:94-95). BM'nin engelli politikalarının yoğunlaşmasının gerektiği kritik alanlardan bir tanesi de "ulaşılabilirlik" sorunudur (Aysoy ve Mehmet, 2004:66).

Görme engelliler için, yollar ve sosyal yaşam alanları olması gereken uygunlukta değildir. Düzensiz kaldırımlar, rampalar ve açık kuyular yaralanmalara ve hatta ölümlerine neden olabilmektedir. Ayrıca kaldırım ortalarına yerleştirilen elektrik, telefon direkleri, beton mantarlar, ağaçlar ve esnaf stantları da tehdit oluşturmaktadır. Bir diğer önemli sorun da caddede karşıdan karşıya geçmektir. Trafik ışıklarının renk durumuna göre sinyal veren ses sistemlerine ancak büyük şehirlerde rastlanmaktadır. Sürücülerin geçiş önceliğini engellilere vermemesi nedeniyle kazalar meydana gelmektedir (Arslan vd. 2014:1-14).

Türkiye genelinde yapılmış bir araştırmanın sonucuna göre; engellilerin çalışma hayatında karşılaştığı önemli sorunlardan bir tanesi de iş yerine ulaşımın fiziki olarak zorlayıcı şartlara sahip olmasıdır. Kentsel planlamasında ve mekânsal tasarımda engellilere yeterince önem verilmediği anlaşılmaktadır (Burcu, 2007:192).

Bazı elit sporcu görme engelli kadınlar, sporun kendilerine ekonomik-maddi getiriler sağladığını ve bunun yaşam kalitelerine olumlu etkileri olduğunu ifade etmişlerdir. Musaoğlu (2008:58) yaptığı çalışmada gelir düzeyinin yaşam kalitesine etkisinde anlamlı farklılıklar olduğunu tespit etmiştir. Eski (1999:107), "Yapılan birçok çalışmada, maddi yeterliliğin yaşam kalitesini yükselttiği belirlenmiştir" tespitinde bulunmuştur.

Araştırma bulgularımızı referans alarak söyleyebiliriz ki sportif rekreasyon etkinliklerin, görme engelli kadınlarda, yaşam kalitesinin Çevresel Koşullar boyutunun alt boyutlarıyla ilişkisi vardır. Faydalandığımız literatür kaynakları da araştırma bulgularımızı desteklemektedir.

Araştırmamıza dış geçerlilik açısından bakıldığında ise literatürde, (Karasar, 2002:151; Şencan, 2005:792), farklı illerden katılımın gerçekleşmesi ve farklı sportif aktivitelerde aktif olarak bulunan katılımcılar aracılığı ile yapılan ölçüm sonuçlarının, genellenebilirlik düzeyinin kişiye ve yaptığı sportif aktiviteye göre arttığı sonucuna ulaşmışlardır.

Görme engelli kadınlarda sportif rekreasyon etkinliklerinin yaşam kalitelerine yansımaları ile ilgili literatürdeki sınırlı sayıdaki çalışmalar incelendiğinde, yöntem ve çalışma grupları farklı olmasına rağmen çalışma sonuçları bakımından araştırma bulgularımızla paralellik gösteren, spor yapan engelli grupların lehine olumlu bir eğilim gözlenmiştir. Bu çalışmalardan bazıları şunlardır;

Hesapçıoğlu vd. (2014:323), spor yapan ve yapmayan görme engelli grupların karşılaştırıldığı çalışmada, ölçek toplam puanlar sonucunda spor yapan görme engelli grubun yaşam kalitesi düzeyi lehine anlamlı bir farkın olduğu sonucuna ulaşmıştır.

İlhan (2011:19) çalışmasında, spor faaliyetlerinin, görsel yeti yitimi olanlarda SF36 yaşam kalitesi ölçeğinin tüm alt ölçeklerinde yaşam kalitesini arttırdığı tespit etmiştir. Sportif başarı için egzersiz süresi ve miktarı değişkenlik gösterse de yaşam kalitesine olumlu etkileri için spor faaliyeti içinde kulüpler düzeyinde etkin olmanın yeterli olacağı sonucuna ulaşmıştır.

Yazıcıoğlu vd. (2012:249-253) çalışmalarında, spor faaliyetlerine katılım gösteren engelli kişiler ile herhangi bir spor branşına katılım göstermeyen engelli bireylerin karşılaştırıldığı çalışmalarda, sportif etkinliklere katılım sağlayan engellilerin yaşam kaliteleri daha yüksek bulunduğu tespitini yapmışlardır.

Wilhite ve Shank, (2009:116-127) çalışmalarında, aktif spor yapan ve herhangi bir spor branşı ile ilgilenmeyen engelli bireylerin karşılaştırıldığı bazı akademik çalışmalarda, spor yapan engelli kişilerin herhangi bir spor branşına katılım göstermeyen kişilere oranla yaşam kalitelerinin daha yüksek bulunduğu gözlemine ulaşmışlardır.

Araştırmamızı önemli kılan bir ayrıntı olarak; literatür kaynakları incelendiğinde tüm engel grupları arasında yaşam kalitesinin görme engelli bireylerde en düşük seviyede olduğu ve görme engelli bireyler arasında kadın görme engelli bireylerin

yaşam kalitelerinin daha düşük seviyede olduğu ortaya koyulmuştur. Bu bağlamda araştırmamızla elde edilen veri analizleri, bu özel grup için daha etkili destek ve rehberlik sağlamak amacıyla ve başka araştırmalara kaynaklık etmesi açısından alan yazınına katkı sağlayacaktır. Görme engelliği ile yaşam kalitesi arasındaki negatif yönlü ilişkiyi ortaya koyan araştırmalar şunlardır;

Ejiakor vd. (2019:127), görme engeli derecesinin bireyin yaşam kalitesini etkilediğini ve en düşük yaşam kalitesinin kör bireylerde olduğunu tespit etmiştir.

Keefe et al (1999:184-186); Rahi et al (2009:270-274); Chadha and Subramanian (2011:642-645), birçok çalışmada görme düzeyi azaldıkça yaşam kalitesinin de aynı oranda bozulduğu görüşünü belirtmişlerdir.

Koç (2020:82), cinsiyetin, yaşam kalitesini etkilediğini belirtmiştir.

Varol (2021:46), yaşam kalitesine etkisi açısından, kadınların erkeklere oranla daha fazla sorun yaşadığı sonucuna ulaşmıştır.

Bir başka çalışmada (Khorrami-nejad vd. 2016:96), cinsiyet açısından görme engelli kadınların yaşam kalitelerinin erkeklere oranla daha düşük olduğu tespitini yapmıştır.

Langelaan vd. (2007:521-532), görme engelli kızlarda yaşam kalitesi sonuçlarının erkeklere oranla daha düşük olduğu bazı çalışma sonuçlarından anlaşılmaktadır, görüşünü belirtmiştir.

Bastiaansen vd. (2004:489-495) tarafından, Hollanda’da yapılan araştırmada çocuklarda duygusal işlevsellik ve fiziksel sağlık puanlarının erkeklere oranla kız çocuklarında daha düşük bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Demiral vd. (2006:23) çalışmalarında, ülkemizde yaşam kalitesi ölçeği kullanılarak yapılmış olan çalışmalarda kızların yaşam kalitesi puanlarının düşük bulunduğu görülmektedir, tespitini yapmışlardır.

5. SONUÇLAR VE ÖNERİLER

5.1. Sonuçlar

Araştırmamızda, görme engelli kadınların, aktif olarak yer aldıkları sportif rekreasyon etkinliklerin yaşam kaliteleri üzerindeki etkilerinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Görme Engelli Kadınların Sportif Rekreasyon Etkinliklere Katılımlarının Yaşam Kalitesine Yansımalarının İncelenmesi başlıklı tez çalışmasında şu sonuçlara ulaşılmıştır:

1. Görme engelli kadınların sportif rekreatif etkinliklere katılımları sonucunda, yaşam kalitesinin “Psikolojik Sağlık” temasında ve alt boyutlarında: Özgüvenin ve özsaygının yükselmesi, öznel iyi oluş halinde olumlu yükselme, özerkliğini kazanma, kişisel potansiyelinin farkına varma, bağımsız hareket kabiliyetini geliştirme ve zihinsel zindelik hissetme gibi pozitif yönlü artışlar olduğu sonucuna ulaşılmıştır.
2. Görme engelli kadınların sportif rekreatif etkinliklere katılımları sonucunda, yaşam kalitesinin “Fiziksel Sağlık” temasında ve alt boyutlarında: Fiziksel olarak güçlü ve kuvvetli hissetme, bedensel olarak iyi ve yeterli hissetme, hastalıklardan korunma gibi pozitif yönlü etkilerinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.
3. Görme engelli kadınların sportif rekreatif etkinliklere katılımları sonucunda, yaşam kalitesinin “Sosyal İlişkiler” temasında ve alt boyutlarında: Çevreden görülen destek, toplumsal kabulün gerçekleşmesi, toplumda saygınlık kazanma, sosyalleşme ve iletişim kabiliyetini geliştirme alanlarında pozitif etkinliklerinin ve kazanımlarının olduğu sonucuna ulaşılmıştır.
4. Görme engelli kadınların sportif rekreatif etkinliklere katılımları sonucunda, yaşam kalitesinin “Çevresel Şartlar” temasında ve alt boyutlarında: Aile desteği, çevre desteği, çevresel koşullar ve ekonomik koşullar alanlarında yaşam kalitelerinin yükseldiği sonucuna ulaşılmıştır.
5. Görme engelli kadınların sportif rekreasyon etkinliklerine katılımlarıyla, yaşam kalitelerinde belirgin bir artış olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların tamamı; özellikle engellilerin, engel durumu olan kadınların ve tüm kadınların sportif etkinliklerin içerisinde olmaları gerektiği ile ilgili ortak görüşte birleşmişlerdir.

Araştırmamızdan elde edilen veri analizleriyle; görme engelli kadınların, sportif rekreasyon etkinlikleri aracılığıyla, yaşam kalitesinin psikolojik sağlık, fiziksel sağlık, sosyal ilişkiler ve çevresel koşullar temalarının tüm alt boyutlarında, faydalı kazanımlar sağladıkları belirlenmiştir. Ayrıca araştırmamız, bu özel grup için daha etkili destek ve rehberlik sağlamak amacıyla alan yazınına katkı sağlayacaktır ve toplumsal eşitlik ve katılımın arttırılmasına yönelik stratejilerin geliştirilmesine katkıda bulunacaktır.

5.2. Öneriler

Düzenli sportif aktivitenin, yaşam kalitesini ve diğer değişkenleri olumlu yönde etkilediği gerçeğinden hareketle görme engelli kadınların bu gibi faaliyetlere katılımı teşvik edilmelidir.

Görme engelli kadınlara, özel gereksinim durumlarını onlara yansıtılmadan rekreasyonel etkinlikleri yapabilecekleri ortamlara ulaşımında kolaylıklar sağlanmalıdır.

Görme engelli bireylerin aileleri için psikososyal destek ve bilinçlendirme çalışmaları yapılmalıdır.

Tüm engel durumları genelinde, engelli bireylere nasıl yaklaşılması gerektiği ile ilgili, farklı kanallarla toplumsal bilinçlendirme çalışmaları yapılmalıdır.

Görme engellilerin eğitim görebilecekleri okulların ve spor yapabilecekleri merkezlerin sayısının arttırılması için çalışmalar yürütülmelidir.

Sivil toplum kuruluşları ve görme engelli spor kulüpleri için maddi olanaklar yaratılmalıdır.

Görme engelli kadınlar ile ilgili yapılan araştırmaların artması temennisi ile literatüre ve farkındalığa katkı sağlanması önerilebilir.

KAYNAKLAR

- Ackland, P., Resnikoff, S., & Bourne, R., 2017, World blindness and visual impairment: despite many successes, the problem is growing. *Community eye health*, 30(100), 71.
- Acıöz, E., Gökdemir, G., & Köşlü, A., 2003, Dermatolojide Yaşam Kalitesi, s. 56.
- Açıkada, C., Ergen, E., 1990, Bilim ve Spor, *Büro-tek Ofset*, Ankara.
- Akgün, N., 1993, Egzersiz Fizyolojisi. II. Cilt, *Ege Üniversitesi Basımevi*, İzmir.
- Akyol, A. D., 1993, Yaşam Kalitesi ve Yaklaşımları, *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 9(2), 75-80.
- Allison, P. J., Locker, D., & Feine, J. S., 1997, Quality of life: a dynamic construct. *Social science & medicine*, 45(2), 221-230.
- Altay, O., 2019, Rekreatif amaçlı dans faaliyetlerine katılan bireylerin mutluluk düzeylerinin yaşam kalitesi üzerine etkisinin incelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, *Erciyes Üniversitesi*, Kayseri.
- Arık, A., Numanoğlu, E. ve Erden, Z., 2016, Atıcılık sporunun bedensel engelli ve sağlıklı sporcularda yaşam kalitesi üzerine etkilerinin incelenmesi. *1.Engellilik Araştırmaları Kongresinde sunulan bildiri*, İstanbul Üniversitesi, İstanbul, 12-14.
- Arslan, Y., Şahin, H. M., Gülnar, U., & Şahbudak, M., 2014, Görme engellilerin toplumsal hayatta yaşadıkları zorluklar: Batman Merkez Örneği, *Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi*, 4(2), 1-14.
- Aydın Odywer, P., Çakmak, S., Şafak, P., Karakoç, T., & Er, E., 2014, Aile Eğitim Rehberi Görme Engelli Çocuklar, *T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Yayınları*, Ankara.
- Aysoy, M., 2004, Avrupa Birliği Sürecinde Özürlüler Politikası; *Açı Kitaplar*, İstanbul.
- Balcı, V., & İlhan, A., 2006, Türkiye'deki Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılım Düzeylerinin Belirlenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 11-18.
- Barton, L., 2009, Disability, physical education and sport, *Disability and youth sport*, 39-50.
- Bastiaansen, D., Koot, H. M., Bongers, I. L., Varni, J. W., & Verhulst, F. C., 2004, Measuring quality of life in children referred for psychiatric problems: Psychometric properties of the PedsQL TM 4.0 generic core scales. *Quality of Life Research*, 13, 489-495.
- Bourne, R. R., Flaxman, S., Braithwaite, T., Jonas, J. B., Keeffe, J., Kempen, J. H., ... & Taylor, H., 2017, Global prevalence of blindness and distance and near vision

- impairment: magnitude, temporal trends, and projections. *Investigative Ophthalmology & Visual Science*, 58(8), 840.
- Burcu, E., 2007, Türkiye'de Özürlü Birey Olma: Temel Sosyolojik Özellikleri ve Sorunları Üzerine Bir Araştırma, *Hacettepe Üniversite Yayınları*, Ankara.
- Bowen, G. A., 2008, Naturalistic inquiry and the saturation concept: a research note, *Qualitative research*, 8(1), 137-152.
- Callahan, D., 1973, The WHO definition of 'health'. *Hastings Center Studies*, 77-87.
- Cavkaytar, A., Diker, İ.H., 2005, Özel Eğitime Giriş, *Kök Yayıncılık*, Ankara.
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC), 2001, Measuring healthy days: Population assessment of health-related quality of life, *U.S. Department Of Health And Human Services*, 11-13.
- Ceyhan D., 2006, Az gören hastalarda binokülerite ve binoküleritenin okuma işlevi üzerine etkisi. Yüksek Lisans Tezi, *Ankara Üniversitesi*, Ankara.
- Chadha, R. K., & Subramanian, A., 2011, The effect of visual impairment on quality of life of children aged 3–16 years, *British journal of Ophthalmology*, 95(5), 642-645.
- Chiang, T., 2003, Teknolojiye dayalı bir fiziksel aktivite bağlamında terapötik bir rekreasyon müdahalesinin, erkek gençlerin otizm spektrum bozuklukları ile sosyal etkileşimi üzerindeki etkileri, *Indiana Üniversitesi, USA*, 39.
- Cohen L., 1998, Mothers' perceptions of the influence of their physical disabilities on the developmental tasks of children. Yayımlanmamış Doktora Tezi, *California School of Professional Psychology, Alameda*.
- Cummins, R. A., 2005, Moving from the quality of life concept to a theory, *Journal of Intellectual disability research*, 49(10), 699-706.
- Dalbudak, İ., 2019, 18- 20 Yaş arası spor yapan ve yapmayan B2 ve B3 görme engelli bireylerin duygusal zekâ ve saldırganlık düzeyleri bakımından incelenmesi, Doktora tezi, *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi*, Muğla.
- Demir, G. T., & İlhan, E. L., 2019, Spora katılım motivasyonu: görme engelli sporcular üzerine bir araştırma, *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 157-170.
- Demir, R., Tanhan, A., Çiçek, İ., Yerlikaya, İ., Kurt, S. Ç., & Ünverdi, B., 2021, Yaşam kalitesinin yordayıcıları olarak psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumu, *Yaşadıkça Eğitim Dergisi*, 35(1), 192-206.
- Deshen, S., & Deshen, H., 1989, Managing at home: Relationships between blind parents and sighted children, *Human Organization*, 48(3), 262-267.

- Donaldson, S. J., & Ronan, K. R., 2006, The effects of sports participation on young adolescents' emotional well-being, *Adolescence*, (41), 162.
- Dunn, D., 2014, The social psychology of disability, *Oxford University Press*, 8-12.
- Durmaz, A., 2008, Liselerde okul yaşam kalitesi (Kırklareli ili örneği), Yüksek Lisans Tezi, *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Edirne.
- Dükancı, Y., 2008, Çocuklarda fiziksel aktivite ve sağlık ilişkili fiziksel uygunluk özelliklerinin değerlendirilmesi, Yüksek Lisans Tezi, *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi*, Muğla.
- Eichsteadt, C. B., & Lavay, B. W., 1995, Physical activity for individuals with mental retardation campaign, *Illinois*1995, 47.
- Ejiakor, I., Achigbu, E., Onyia, O., Edema, O., & Florence, U. N., 2019, Impact of visual impairment and blindness on quality of life of patients in Owerri, Imo State, Nigeria, *Middle East African journal of ophthalmology*, 26(3), 127.
- Emiroğlu, B. G., 2008, Üniversitelerde görme engelli öğrenciler için bilişim, *Akademik Bilişim*, Çanakkale.
- Eski, S., 1999, Myokard enfarktüsü geçiren bireylerin yaşam kalitelerinin belirlenmesi, Bilim Uzmanlığı Tezi, *Hacettepe Üniversitesi*, Ankara.
- Farber, R. S., 2000, Mothers with disabilities: In their own voice, *The American Journal of Occupational Therapy*, 54(3), 260-268.
- Faye, E. E., Albert, D. L., Freed, B., Seidman, K. R., & Fischer, M., 2000, The Lighthouse ophthalmology resident training manual: A new look at low vision care, *Lighthouse International*, 17-25.
- Göçen, H., 2023, Engellilerde Spor ve Aktivite, Ders Notları, İstanbul Gelişim Üniversitesi, https://gavsispanel.gelisim.edu.tr/Document/hbgocen/20221014123057377_3949d986-d6f7-403f-a315-255bf1fd7b50.pdf [Ziyaret Tarihi: 5 Haziran 2023].
- Gökçek, Ö., Doğru Hüzmeli, E., Katayıfçı, N., 2019, Kronik Obstrüktif Akciğer Hastalarında Dispnenin Yaşam Kalitesi ve Depresyona Etkisi, *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 10(1), 84-88.
- Güleşçe S., 2022, BlindLook, Görme Engelliler Hangi Sporları Yapabilir, <https://www.blindlook.com/tr/blog/detay/gormeengellisporuyapabilirmihangisporlariyapabilir> [Ziyaret Tarihi: 4 Haziran 2023].
- Görgünbaran, A., 2008, Yaşlılıkta Sosyalizasyon ve Yaşam Kalitesi, *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1(2), 86-97.

- Haegele, J. A. & Hodge, S., 2016, Disability discourse: Overview and critiques of the medical and social models, *Quest*, 68(2), 193-194.
- Hesapçioğlu, S. T., Tural, M. K., & Kandil, S., 2014, Quality of life and self-esteem in children with chronic tic disorder, *Turkish Archives of Pediatrics/Türk Pediatri Arşivi*, 49(4), 323.
- İlhan, B., 2011, Az görenlerde spor yapmanın yaşam kalitesi üzerindeki etkisinin değerlendirilmesi, Yüksek Lisans Tezi, *Ankara Üniversitesi*, Ankara.
- İlhan, E. L., 2018, Zihinsel yetersizliği çocuklar için beden eğitimi ve sporun önemi, *Pusula Spor, Aylık Bilimsel Spor Dergisi*, 1(7), 61.
- Karaküçük, S., 2005, Rekreasyon: Boş Zamanları Değerlendirme, *Gazi Kitabevi*, Ankara.
- Karaküçük, S., 2012, Terapatik Rekreasyon, *Gazi Kitapevi*, Ankara.
- Karaküçük, S., 2014, Rekreasyon: Boş Zamanları Değerlendirme, *Gazi Kitabevi*, Ankara.
- Karasar, N., 2002, Bilimsel Araştırma Yöntemi, *Nobel Yayın Evi*, Ankara.
- Karataş, K., 2002, Engellilerin Toplumla Bütünleşme Sorunları: Bir Sosyal Politika Yaklaşımı, *Ufuk Ötesi Bilim Dergisi*, 2(2), 43-55 .
- Keeffe, J. E., McCarty, C. A., Hassell, J. B., & Gilbert, A. G., 1999, Description and measurement of handicap caused by vision impairment, *Australian and New Zealand journal of ophthalmology*, 27(3-4), 184-186.
- Khorrami-Nejad, M., Sarabandi, A., Akbari, M. R., & Askarizadeh, F., 2016, The impact of visual impairment on quality of life, *Medical hypothesis, discovery and innovation in ophthalmology*, 5(3), 96.
- Kır, İ., 2007, Yüksek öğretim gençliğinin boş zaman etkinlikleri: KSÜ örneği, *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(2), 307-328.
- Koç, M., 2020, Spor yapan ve yapmayan işitme engelli bireylerin yaşam kalitesi ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, *Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi*, Ankara.
- Koç, N., 1991, Ankara üniversitesi ziraat fakültesi peyzaj mimarlığı bölümü rekreasyon ders notları. Ankara, 12-15.
- Langelaan, S., Bakker, A. B., Van Doornen, L. J., & Schaufeli, W. B., 2006, Burnout and work engagement: Do individual differences make a difference?, *Personality and individual differences*, 40(3), 521-532.
- Martinsen, E. W., 1990, Benefits of exercise for the treatment of depression, *Sports medicine*, 9, 380-389.

- Maslow, A., 1970, *Motivation and Personality*, Longman, New York.
- McMahon, D. J., 1998, Social acceptance of children with developmental handicaps in integrated daycamps, *University of Toronto*, Canada, 52.
- Metin, C. T., Kesici, M., & Kodaş, D., 2013, Rekreasyon Olgusuna Akademisyenlerin Yaklaşımları, *Yaşar Üniversitesi E-Dergisi*, 30(8), 5021-5048.
- Mirzeoğlu, N., 2011, Spor Bilimlerine Giriş, *Spor Yayınevi*, Ankara.
- Moghadam, Z. B., Ghiyasvandian, S., Shahbazzadegan, S., & Shamshiri, M., 2017, Parenting experiences of mothers who are blind in Iran: A hermeneutic phenomenological study, *Journal of Visual Impairment & Blindness*, 111(2), 113-122.
- Musaoğlu Z., 2008, Trakya Üniversitesi öğretim elemanlarının sağlıkla ilgili yaşam kalitesi, Uzmanlık Tezi, *Trakya Üniversitesi*, Edirne.
- Müezzinoğlu, T., 2005, Yaşam kalitesi. Üroonkoloji Bülteni, 1, 25-29.
- Myron, Y., Jay S. D., 2004, *Ophthalmology*. Mosby Prints, 74-77.
- Özçetin H., 2003, Klinik Göz Hastalıkları, *Nobel Tıp Kitabevleri*, Ankara.
- Özer, D. S., 2001, Engelliler için Beden Eğitimi ve Spor, *Nobel Yayın Dağıtım*, Ankara.
- Pagliuca, L. M. F., Uchoa, R. S., & Machado, M. M. T., 2009, Blind parents: their experience in care for their children, *Revista latino-americana de enfermagem*, 17, 271-274.
- Paravlic, A., Aleksandrovic, M., Zivkovic, D., Radovanovic, D., Madic, D., Djordjevic, S., & Konicanin, A., 2016, The effects of exercise programs on visually impaired children: A systematic review study, *Facta Universitatis, Series: Physical Education and Sport*, 193-201.
- Prilleltensky, O., 2003, A ramp to motherhood: the experiences of mothers with physical disabilities, *Sexuality and Disability*, 21, 21-47.
- Rahi, J. S., Cumberland, P. M., & Peckham, C. S., 2009, Visual impairment and vision-related quality of life in working-age adults: findings in the 1958 British birth cohort, *Ophthalmology*, 116(2), 270-274.
- Reeve, D., 2006, Towards a psychology of disability: The emotional effects of living in a disabling society, *Disability and psychology: Critical introductions and reflections*, 94, 107.

- Scheufele, D. A., & Shah, D. V., 2000, Personality strength and social capital: The role of dispositional and informational variables in the production of civic participation, *Communication research*, 27(2), 107-131.
- Şencan, H., 2005, Sosyal ve Davranışsal Ölçümlerde Güvenilirlik ve Geçerlilik. 1. Baskı, *Seçkin Yayıncılık*, Ankara.
- Şirinkan, A., Şirinkan, S. ve Çalışkan E., 2007, Engellilerde beden eğitimi ve spor dersinin öğrenci bakış açısıyla değerlendirilmesi, *IX. Uluslararası Akdeniz Spor Bilimleri Kongresinde sunulan bildiri*, Akdeniz Üniversitesi, Antalya, 7-9.
- T.C. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Engel gruplarına göre nüfus dağılımı, 2021, <https://www.aile.gov.tr/eyhgm> [Ziyaret Tarihi: 8 Haziran 2023].
- TDK, 1983, Türkçe Sözlük. 7. Baskı, *TDK Yayını*, Ankara.
- Tefera, B., Van Engen, M., Van der Klink, J., & Schippers, A., 2017, The grace of motherhood: disabled women contending with societal denial of intimacy, pregnancy, and motherhood in Ethiopia, *Disability & Society*, 32. 1510-1533.
- Top, M. Ş., Özden, S. Y., & Sevim, M. E., 2003, Psikiyatride yaşam kalitesi, *Düşünen Adam*, 16, 18-23.
- Tucker, M., & Johnson, O., 1989, Competence promoting vs. competence inhibiting social support for mentally retarded mothers, *Human Organization*, s. 48, 95-107.
- Türkiye Görme Engelliler Federasyonu, Görme Engelli Spor Branşları, 2023, <http://www.gesf.org.tr/home> [Ziyaret Tarihi: 7 Haziran 2023].
- Tütüncü, Ö. (2012). Rekreasyon ve Rekreasyon Terapisinin Yaşam Kalitesindeki Rolü, *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 23, 248-252.
- Ünal, B., 2018, The development of disability pride through challenging internalized idealist and ableist norms in Turkish society: a grounded theory, Yayımlanmamış Doktora Tezi, *Orta Doğu Teknik Üniversitesi*, Ankara.
- Ünal, E. & İlhan E. L., 2020, Yaşam Kalitesi ve Spor: Görme Engelli Bir Sporçunun Görüşleri Doğrultusunda Nitel Bir Araştırma, *18. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresinde sunulan bildiri*, Antalya, Türkiye, 8-11.
- Varol, T., 2022, İşitme özel gereksinimli bireylerin yaptıkları rekreatif etkinliklerin yaşam kalitesine etkisinin incelenmesi: Giresun ili örneği, Yüksek Lisans Tezi, *Giresun Üniversitesi*, Giresun.
- WHO, 2019, Dünya sağlık örgütünün ilk görme engellilik raporu 2019, <https://www.healthworldnews.net/dunya-saglik-orgutunun-ilk-dunya-gorme-engellilik-raporu-yayinlandi/> sayfasından erişilmiştir. [Ziyaret Tarihi: 10 Mayıs 2023].

- Whoqol Group, 1995, The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): position paper from the World Health Organization, *Social science & medicine*, 41(10), 1403-1409.
- Wilhite, B., & Shank, J., 2009, In praise of sport: Promoting sport participation as a mechanism of health among persons with a disability, *Disability and Health Journal*, 2(3), 116-127.
- Yaman, Ç., 2005, Engellilerde Spor: Ders Notları, *Sakarya Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Yayınları*, Sakarya, 42.
- Yalçın, M., 2006, Eğitimde gözlem ve değerlendirme, *Anı Yayıncılık*, Ankara.
- Yazıcı, M., Öz, R., Yıldızhan, Y. Ç., & Büyükyıldırım, H., 2019, Görme Engelli Futbol ve Futsalcıların Müsabaka Öncesi Durumluk Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi, *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 10(2), 175-185.
- Yazıcıoğlu, K., Yavuz, F., Goktepe, A. S., & Tan, A. K., 2012, Influence of adapted sports on quality of life and life satisfaction in sport participants and non-sport participants with physical disabilities, *Disability and health Journal*, 5(4), 249-253.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H., 2016, Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri, *Seçkin Yayıncılık*, Ankara.
- Yücesoy, E., Gülmez, F. G. ve Aysel, N.R., 2007, Kentli dostu fiziksel çevrenin erişilebilirliği kapsamında İstanbul'da alan çalışması, *Uluslararası Katılımlı II. Kent ve Sağlık Sempozyumu*, İstanbul, 94-95.

EKLER

EK-1 Anket Formu

GÖRME ENGELLİ KADINLARDA SPORTİF REKREASYON ETKİNLİKLERE KATILIMIN YAŞAM KALİTELERİNE YANSIMLARININ İNCELENMESİ YÜZYÜZE GÖRÜŞME FORMU

- s1. Sportif rekreasyon etkinliğine katılmaya nasıl karar verdiniz?
- s2. Sportif rekreasyon etkinliğine katılımınızla, hayatınızda ne gibi değişiklikler oldu?
- s3. Sportif rekreasyon etkinliğine katılımınızla, çevrenizin size karşı tavırlarında ve görüşlerinde ne gibi değişiklikler oldu?
- s4. Sportif rekreasyon etkinliğine katılım sürecinde karşılaştığınız olumlu ve olumsuz etkenlerden bahseder misiniz?
- s5. Sportif rekreasyon etkinliklerine katılım ile ilgili görüş ve tavsiyelerinizi bizimle paylaşır mısınız?

EK-2 Ses Kayıt Cihazı İzin Belgesi

Batman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Rekreasyon Yönetimi Anabilim Dalı
Yüksek Lisans Tez Araştırması Kapsamında Geliştirilen Görüşmelerin Kullanımına
Dair Sözleşme

Aşağıdaki sözleşme Leyla YILDIRIM YİĞİT ile
arasında tarihinde imzalanmıştır.

“Görme Engelli Kadınlarda Sportif Rekreasyon Etkinliklerine Katılımın Yaşam Kalitelerine Yansımalarının İncelenmesi” konulu bilimsel çalışma kapsamındatarihindeile yaptığımız görüşmenin, görüntü, ve ses kaydının, bant çözümünün bilimsel çalışma amaçlı korunmasına, yayın, belgesel vb. projelerde değerlendirilmesine, araştırmacı kullanımına açılmasına izin veriyorum.

İzin Sahibi
Adı:

Araştırmacının/Kurumun

EK-3 Görüşme Formu

Bu formda kişisel bilgileriniz istenmektedir. Lütfen size uygun olarak doldurunuz.

Katkılarınızdan dolayı teşekkür eder, çalışmalarınızda kolaylık dilerim.

Leyla YILDIRIM YİĞİT

Tarih:

1)Adınız soyadınız:

2) Yaşınız:

3)Medeni durumuz:

4) Eğitim düzeyiniz:

5)Görme yetisi kaybınız doğuştan mı, sonradan mı:

6) Aktif olarak içerisinde yer aldığınız sportif rekreasyon etkinlikler:

7) Annenizin ve babanızın eğitim düzeyi:

8)Aylık geliriniz/ ailenin aylık geliri:

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı : Leyla YILDIRIM YİĞİT
Uyruğu : T.C.

EĞİTİM

Derece	Adı, Bölüm, İl	Bitirme Yılı
Ön Lisans	: Anadolu Üniversitesi, Açık Öğretim, Adalet	2019
Üniversite	: Erciyes Üniversitesi, Kayseri, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	2013
Yüksek Lisans:		

İŞ DENEYİMLERİ

Yıl	Kurum	Görevi
2013	Gençlik ve Spor Bakanlığı	Okçuluk Antrenörü
2014-Halen	Milli Eğitim Bakanlığı	Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmeni

UZMANLIK ALANI

Okçuluk Antrenörü
Kayak Antrenörü
Yüzme Antrenörü
Kort Tenisi Antrenörü
Halk Oyunları Antrenörü

YABANCI DİLLER

İngilizce