

DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.10803743>

Accepted: 18.02.2024

Rekreasyon Aktivitelerinin Engelli Bireylere Ve Engelli Bireylerin Rehabilitasyon Sürecine Olan Etkisinin İncelenmesi

Examining The Effect Of Recreation Activities On Disabled Individuals And The Rehabilitation Process Of Disabled Individuals

Kübra TOKÖZ

Erzurum Şehir Hastanesi

kubratokoz2525@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0007-5677-2711>**Gamze GÜNEY**

Ardahan Üniversitesi

gamzeguney@ardahan.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0001-9638-320X>

Özet

Bu çalışma, engelli bireylerin tedavi ve rehabilitasyon sürecine ek olarak uygulanan rekreasyon aktivitelerinin engelli bireye ve rehabilitasyon sürecine olan etkilerini inceleyen bir nitel çalışmadır. Araştırmada katılımcı bireylerin içinde buldukları sosyal ortamları ve gözlemledikleri etkileri daha ayrıntılı anlamak amacıyla nitel araştırma yöntemi tercih edilmiştir. Bu çalışmaya engelli bireylere rehabilitasyon hizmeti veren özel ve kamu personeli 127 kişi gönüllü olarak katılım sağlamıştır. Nitel yöntemle yapılan çalışmada, anket tekniğini kullanılmıştır. Araştırmacılar tarafından, literatürde çeşitli bilimsel kaynaklar (sürelî yayın ve kitap vb.) doğrultusunda, yasa ve yönetmeliklere dayanarak 4'ü demografik özellikleri ölçen kişisel bilgi formunda içeren 30 maddeden oluşturulmuş anketin, 5 maddesini açık uçlu 25 maddesini çoktan seçmeli formda hazırlamışlardır. Verilerin analizinde SPSS 20 paket programı kullanılmıştır ve çoklu doğrusal regresyon modeli tercih edilmiştir. Çalışma sonuçlarına göre: rehabilitasyon hizmetine ek olarak uygulanan rekreasyon aktiviteleri engelli bireyin fiziksel, mental, psikolojik ve sosyal gelişimine olumlu etki sağladığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Engellilik, Rehabilitasyon, Rekreasyon, Terapatik Rekreasyon

Abstract

This study is a qualitative study that examines the effects of recreation activities applied in addition to the treatment and rehabilitation process of disabled individuals on the disabled individual and the rehabilitation process. Qualitative research method was preferred in the study in order to understand the social environments in which the participating individuals are in and the effects they observe in more detail. In this study, 127 private and public personnel who provide rehabilitation services to disabled individuals participated voluntarily. In the qualitative study, the questionnaire technique was used. The researchers prepared a questionnaire consisting of 30 items, 5 of which were open-ended and 25 of which were multiple-choice, including a personal information form, 4 of which measured demographic characteristics, in line with various scientific sources in the literature (periodicals and books, etc.), based on laws and regulations. SPSS 20 package program was used to analyze the data and multiple linear regression model was preferred. According to the results of the study: it was seen that recreation activities applied in addition to rehabilitation services have a positive effect on the physical, mental, psychological and social development of the disabled individual.

Keywords: Disability, Rehabilitation, Recreation, Therapeutic Recreation

1. Giriş

Engelli bireylerin sayısı dünya ve ülke çapında hızla artış göstermektedir. Günümüzde dünya genelinde bir milyardan fazla insanın herhangi bir nedenden dolayı engelli olduğu kabul edilmektedir. Bu sayı dünya nüfusunun %15'ini oluşturmakta ve her geçen gün nüfusun yaşlanması, kronik hastalıklar ya da farklı nedenlerle artmaktadır (World Health Organization, 2022). Engelli bireyin zorlu yaşam şartlarına adaptasyonunu sağlamak ve bağımsızlığını en üst düzeye yükseltmek için çeşitli terapi ve rehabilitasyon modelleri bulunmaktadır. Engelli bireylerin rehabilitasyon sürecinde tedaviye ek olarak uygulanan rekreasyon aktivitelerinin tedavi ve iyileşme sürecine etkisini anlayabilmek için sağlık, engel/engellilik, tedavi, rehabilitasyon, rekreasyon ve terapatik rekreasyon kavramlarını ele almak gerekir.

Dünya Sağlık Örgütü anayasasında; "Sağlık, hastalık veya sakatlığın olmayışı değil, bedence, ruha ve sosyal yönden tam bir iyilik halidir." şeklinde tanımlanmıştır. Engellilik doğuştan veya sonradan bireyin bedensel, zihinsel veya sosyal yeteneklerini kaybetmesi olarak ifade edilmekle birlikte engelliliğin birçok tanımı bulunmaktadır (Devlet, 2015). Engellilik türleri görme, işitme/konuşma, kronik hastalıklar, ortopedik ve zihinsel engelliler olacak şekilde sıralanabilir (Akandere ve ark., 2009). Engelli birey, engelinden kaynaklanan güçlükler sonucunda korunma, bakım, tedavi ve rehabilitasyon hizmetlerine ihtiyaç duyar. Tedavi, hastalığın teşhis edilmesi ile başlayıp hastalık semptomlarının azalması amacıyla gerçekleştirilen iyileştirme uygulamasıdır. Rehabilitasyon veya terapi kavramı ise bireyin vücut fonksiyonlarındaki sınırlanmaların ve engellerin belirlenmesi ile bazı becerilerin geliştirilmesine dayanır (Karaküçük, 2012). Rekreasyon, kişinin, çalışma ve toplumsal zorunluluklar haricinde, rahatlama, bilgi ve toplumsal katılımını arttırmak için kendi isteğiyle katılım gösterdiği herhangi bir etkinlik olarak tanımlanmaktadır (Aktaran Orel ve Yavuz, 2003). Rekreasyon temel olarak bireylerin boş zamanlarında katıldıkları etkinlikler sayesinde ruhen ve bedenen iyileşme ve gelişmesini amaçlamaktadır. Araştırmacılara göre rekreasyonun insan üzerindeki etkileri; bireyin fiziksel ve ruhsal sağlığının gelişmesi, sosyalleşmesi, beceri ve yaratıcılık gücünün gelişmesi, mutluluk ve huzur vermesidir (Zorba, 2002). Rekreasyonun alt disiplini olan terapatik rekreasyon, engelli ve hasta bireylerin iyileşmesi amacıyla uygulanan rekreasyon hizmetidir. Ulusal Terapatik Rekreasyon Topluluğunun terapatik rekreasyon

tanımına göre; “engelli, hasta ve ileri yaş grubu insanların yaşam kalitelerini arttırmak, eğlenmek, sağlık fonksiyon yeteneklerini arttırmak ve daha bağımsız yaşamalarını sağlamak amacıyla yardımcı tedavi, eğitim ve eğlence-oyun programlarının kullanılmasıdır.” Terapatik rekreasyon aktiviteleri, engelli bireylere rehabilitasyon için ayrılan süre içerisinde gerçekleştirilir. Terapatik rekreasyonun insan sağlığı üzerine yaptığı katkı yanlış değerlendirilmemelidir. Terapatik rekreasyon, tedavi ve rehabilitasyonun etkisini güçlendirmek ve iyileşme sürecini hızlandırmak amacıyla uygulanan bir rekreasyon disiplini. Terapatik rekreasyon tek başına tedavi yöntemi olarak uygulanmamaktadır (Karaküçük, 2012).

2005 tarihli yasa da farklı kamu kurum ve kuruluşlarının engellilere ilişkin sorumluluklarının kapsamını genişletmiş, tedavi, eğitim ve rehabilitasyon hizmetlerinin sağlık sigortaları olsun veya olmasın engelli bireylere sağlanması gerektiğini belirlemiştir (UNICEF, 2011). Ülkemizde son yıllarda çıkarılan kanun ve yönetmelikler engelli vatandaşlarımızın sağlıkları, eğitimleri, istihdamları ve sosyal yaşamları gibi konularda geçmiş yıllara göre bazı olumlu gelişmeleri ortaya koymaktadır. Ülkemizdeki engelli bireylere yönelik özel eğitim ihtiyaçlarındaki bazı çıkmazları çözen özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinin sayısı her geçen gün artmaktadır. Rehabilitasyon merkezlerinde engelli bireylerin eğitimi ve tedavisi fiziksel gelişim, zihinsel gelişim, motorik gelişim ve sosyal gelişimin iyileştirilmesine yönelik holistik olarak yürütülmektedir. Rekreasyonun tedaviye kattığı olumlu etkiler sonucunda hastane, yaşlı bakım evi, özel eğitim ve rehabilitasyon kurumlarında terapatik rekreasyonda ilgi odağı haline gelmiştir. Bundan dolayı terapatik rekreasyon özel bir klinik hizmeti olarak benimsenmektedir (Sevil, 2015). Engelli bireyler için özenle desenlenmiş bu rekreasyon ve sportif etkinlikleri engelli bireyi tüm gelişim yönlerini destekleyici özelliği göz önüne alındığında, bu kurumlarda uygulanan terapatik rekreasyonun önemi ortaya çıkmaktadır.

Engelli bireylerin kendi yeteneklerinin farkına varması ve kendi kendine yeterli olmayı öğrenmesi için rekreasyonel faaliyet destekli rehabilitasyon aşamalarının tamamlanması ve eğitilmesi ile mümkündür. Bu rekreasyon aktiviteleri her engelli grubun gereksinimlerine, engel derecesine, bireyin yetenek ve potansiyeline göre planlanmalı ve uygulanmalıdır. Bu yönde uygulanan aktiviteler rehabilitasyonun başarısını etkiler. Çeşitli sporlar ve rekreasyonel aktiviteleri kapsayan destekleyici rehabilitasyon programları engellilerde görülen olumsuzlukları minimize indirerek, yaşam kalitesini artırır (Ergün ve Baltacı, 2006).

Engelliler spor organizasyonları kategorilerinde önemli bir yer tutan futbol, özellikle zihinsel ve bedensel engelli bireyler üzerinde olumlu etkilere sahip olduğu tespit edilmiştir (Açak ve Kurak, 2019). Karaküçük (2012), otistik engelli bireyler üzerinde gerçekleştirdiği spor eğitim projesi ile otistik bireylerin spor uygulamaları ile tedavilerine yardımcı olmayı, otizmden dolayı sergiledikleri davranışsal bozuklukları azaltmayı amaçlamışlardır. Yürütülen bu projenin sonucunda otistik bireylerin aktiviteleri eğlenerek gerçekleştirdiklerini, mutlu olduklarını, duygusal, sosyal ve fiziksel yönden gelişme gösterdiklerini tespit etmişlerdir. Down sendromlu bireyler üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada down sendromlu bireylerin müzik dinlemek, dans etmek, resim yapmak, kesme-yapıştırma gibi aktiviteleri severek yaptıkları gözlenmiştir. Bu terapatik uygulamalar sonucunda down sendromlu bireylerin bir grubun parçası olarak hareket etme yeteneklerinde artış, sosyalleştikleri ve saldırgan davranışlarında belirgin derecede azalmalar tespit edilmiştir (Uzun ve Kılınç, 2020). Zihinsel engelli bireyler üzerinde gerçekleştirilen başka bir çalışmada ise uygulanan drama programının engelli bireyler üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Araştırma sonucunda uygulanan drama programı ile zihinsel engelli bireylerin sosyal becerinde gelişme ve ince motor becerilerinde iyileşmeler olduğu görülmüştür (Arslan, 2019). Engelli bireyler için kullanılan bir diğer terapatik rekreasyon tekniği terapi bahçeleridir. Terapi bahçeleri tekniği doğanın insan sağlığı üzerindeki olumlu etkisinden faydalanmaktadır. Bahçe terapileri ile engelli bireyleri bedensel, zihinsel ve ruhsal olarak güçlendirme ve engelin ortaya çıkardığı olumsuz etkilerin en aza indirilmesi amaçlanmaktadır. Bu terapatik yaklaşım bireylerin topluma daha etkin bir şekilde katılımının

sağlanmasında önemli rol oynamaktadır (Arslan ve Ekren, 2017; Başçı, 2022). Yayımlanan bir derlemede su içi aktivitelerinin Serebral Palsi Seviye IV-V çocuklar için pozitif sonuçlarına yer verilmiştir (Gorther ve Currie, 2011). Su içi egzersizlerin yanında at binme de özellikle GMFCS Seviye I, II ve III olan çocuklarda kaba motor fonksiyonlar üzerinde olumlu etkilere sahiptir (Whalen& Case- Smith, 2011).

Rekreatif aktivitelerin engelli bireylerin üzerindeki etkilerini araştıran bu çalışmalar gösteriyor ki, serbest zaman ve sportif etkinliklere katılımının engelli bireyin kendisini kabullenmesinde, kendine olan güvenin artmasında, motor becerilerinin artmasında, sosyalleşme ve iletişimsel becerilerinin gelişmesinde olumlu etkiler sağladı gösterilmektedir (Avery, L. 2013). Engelli bireylerin fiziksel rekreatif aktivitelere katılımının uzun vadeli hedefleri: olumlu benlik kavramı, çevreye uyum sağlama, kendisini olduğu gibi kabul ederek kendini gerçekleştirmeye doğru bir yönelim, öz bakım ve aktivitelere katılım için ince ve kaba motor becerilerini geliştirme, temel motor becerileri geliştirme, kas kuvveti, enduransı ve esnekliği artırabilme, akademik başarısını artırma, katıldığı sportif ve sosyal etkinliklerle mutlu ve yüksek motivasyona sahip olma yer almaktadır (Özer, 2013). Söz konusu bu rekreasyon aktiviteleri, hastalığın ilerlemesinin durdurulması, hastanın sosyal yaşamda öz güvenli sürdürebilmesi, bağımlılık düzeyini en aza indirmek, psikolojik problemlerin azaltılması gibi önemli amaçları hedefleyen klinik tedavilerin yanı sıra hastaların rehabilitasyonuna yardımcı bir araç olarak uygulanabilmektedir. Buna göre uygulanan rekreasyon aktiviteleri hastalar üzerinde; duyu-kas koordinasyonunda iyileşme, ince motor becerilerinde düzelme, vücut denge ve koordinasyonun sağlanması, sosyal iletişimin kuvvetlenmesi, agresif ve depresif davranışların azalması, kendine güvende artış gibi önemli fiziksel ve psikolojik kazanımlar sağladığı düşünülmektedir (Akın, 2023).

2.Yöntem

Rekreasyon, son zamanlarda sağlık alanında da yer edinmeye başlamıştır. Bundan dolayı rekreasyonun bir disiplini olan terapatik rekreasyon özel bir klinik hizmeti olarak benimsenmektedir. Özellikle de engelli bireyler için yapılan rekreasyon aktiviteleri her geçen gün önem kazanmaktadır. Yapılan bu araştırmada, engelli bireylere yönelik rehabilitasyon hizmetini desteklemek amacıyla uygulanan rekreasyon aktivitelerinin rehabilitasyon sürecine ve birey üzerindeki etkileri incelenmiştir. Araştırmada, nitel araştırma yöntemlerinden anket tekniği kullanılmıştır. Araştırmada anket kullanılmasının, kamu ve özel rehabilitasyon hizmeti veren personellerin rekreasyonla ilgili düşüncelerini, tecrübelerini ve önerilerini ortaya çıkarmada etkili olacağı düşünülmüştür. Anket soruları, araştırmacı tarafından literatür taraması sonucunda bilimsel geçerliliği olan kaynaklardan faydalanılarak belirlenmiştir. Anket, 4'ü demografik bilgi içeren 30 maddeden oluşmuştur. Anket soruları, 5 maddesi açık uçlu 25 maddesi çoktan seçmeli formda hazırlanmıştır. Anket için hazırlanan sorular, daha sonra uzman kişilerce kontrol edilmiştir. Ankete özel ve kamu kuruluşlarında rehabilitasyon hizmeti veren 127(n=127) kişi katılım sağlamıştır. Araştırma verilerinin analizi TÜİK Erzurum Bölge Müdürlüğü personeli olarak görev yapan Ebubekir Erdoğan tarafından yapılmıştır. Veri analizinde SPSS 20 paket programı kullanılmıştır ve çoklu doğrusal regresyon modeli tercih edilmiştir. Analiz Çalışmasında Çoklu Regresyon Modeli kullanılarak hipotez testi kurulmuştur. Regresyon analizi bir değişkenin başka bir veya daha fazla değişkene olan bağımlılığını inceler. Amaç, bağımlı değişkenin kitle ortalamasını, açıklayıcı değişkenlerin sabit (bilinen) değerleri cinsinden tahmin etmek veya öngörebilmektir.

3.Bulgular

Rehabilitasyon desteği gören engelli bireylere verilen rekreasyon aktivitelerinin faydalı olup olmadığı SPSS20 paket Programı kullanılarak analiz edilmiştir. Yapılan analizde çoklu doğrusal regresyon modeli tercih edilmiştir. Model de bir bağımlı değişken kullanılmış (Uygulanan rekreasyon aktivitesi engelli bireyde fiziksel etki sağladı mı?) yirmi bağımsız değişken kullanılmıştır. Yapılan anket çalışmasının istatistik sonuçlarına göre aşağıdaki tablolarda basıklık (kurtosis) ve çarpıklık (Skewnes) değerleri verilmiştir. Bu değerler -1 ile +1 arasında bir değer alırsa verilerin normal dağıldığını göstermektedir. Güven aralığı (%95) testlerine tabi tutulan veri seti normal dağılım göstermiştir. Ayrıca veri setine ilişkin maksimum, minimum, varyans ve standart sapma değerlerine de yer verilmiştir. Rekreasyon aktivitelerinin engelli bireyler üzerindeki etkilerinde daha anlamlı sonuçlar elde edebilmek için fiziksel, mental ve sosyal etkiler olarak üç grupta inceledik. İnsanın yaşamını idame ettirmede en önemli noktalardan biri hareket yeteneğidir. Engelli bireylerde bağımsızlığı fiziksel uygunluk değerlerini iyileştirerek artırabiliriz. Fiziksel etkilerine baktığımızda rehabilitasyona ve engelli bireyin gelişimine olumlu etkiler sağladığı tespit edilmiştir. Rekreasyonun fiziksel sağlığa etkilerini değerlendirmek için ankette ince-kaba motor becerilerine etkisi, kas kuvveti ve enduransa etkisi, kas esnekliğine etkisi, denge ve koordinasyona etkisi, loko-motor becerilerine etkisi, yürüyüş kalitesine etkisi, kardiorespiratuar potansiyele etkisi şeklinde maddeler halinde katılımcı görüşlerine sunuldu. Tablo 2 de belirtilen bulgular sonucunda rekreasyonun fiziksel etkilerinde olumlu ve anlamlı sonuçlar elde edildi.

Tablo 1. Descriptives (Tanımlayıcı İstatistikler) -Fiziksel Etki Bulguları

Statistic/ Std. Error										
		İnce-Kaba motor becerileri	Kas kuvveti	Kas esnekliği	Lokomotor becerileri	Denge-koordinasyon	Kardiorespiratuar uygunluk	Yürüyüş kalitesi	Bağımsızlık	Öz bakım
Mean		1,07/ ,026	1,07/ ,026	1,18/ ,041	1,07/ ,026	1,08/ ,028	1,26/ ,049	1,09/ ,034	1,13/ ,042	1,34/ ,062
%95 Confid enceInt ervalfo rMean	LowerBound	1,01	1,01	1,10	1,01	1,02	1,16	1,02	1,05	1,22
	UpperBound	1,12	1,12	1,26	1,12	1,13	1,35	1,16	1,22	1,47
5% TrimmedMean		1,02	1,02	1,14	1,02	1,03	1,22	1,03	1,07	1,27
Median		1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00
Variance		,063	,063	,148	,063	,073	,215	,104	,162	,341
Std. Deviation		,251	,251	,384	,251	,269	,464	,323	,402	,584
Minimum		1	1	1	1	1	1	1	1	1
Maximum		2	2	2	2	2	3	3	3	3
Range		1	1	1	1	1	2	2	2	2
InterquartileRange		0	0	0	0	0	0	0	0	1
Skewness		3,534/ ,254	3,534/ ,254	1,714/ ,254	3,534/ ,254	3,207/ ,254	1,481/ ,254	3,906/ ,254	3,183/ ,254	1,502/ ,254
Kurtosis		10,724/ ,503	10,724/ ,503	,960/ ,503	10,724/ ,503	8,471/ ,503	1,062/ ,503	16,183/ ,503	10,129/ ,503	1,281/ ,503

Literatürde zihinsel engelli bireyler üzerinde gerçekleştirilen çalışmalara baktığımızda uygulanan rekreasyon programının engelli bireyler üzerindeki etkisini araştıran birçok çalışma mevcuttur. Araştırma sonucunda uygulanan rekreasyon programlarının zihinsel engelli

bireylerin mental kapasitesinde gelişme ve kendini ifade edebilme becerilerinde iyileşmeler olduğu görülmüştür. Mevcut çalışmalardan yola çıkarak katılımcılarımıza rekreasyonun engelli bireyler üzerinde zihinsel etkilerini değerlendirebileceğimiz 5 maddelik anket sorusu yönelttik. Katılımcılarımızın %78,2 si rekreasyon aktivitelerinin zihinsel sağlığa olumlu etkisi olduğu görüşünü bildirmiştir. Katılımcılarımız rekreasyon aktiviteleri alan engelli bireylerin öğrenebilme kapasitesinde ve anladığını açıklayıp uygulayabilme kapasitesinde artış olduğunu bildirmiştir. Tablo 2 de istatistik bulguları mevcuttur.

Tablo 2. Descriptives (Tanımlayıcı İstatistikler) –Zihinsel Etki Bulguları

		Statistic/ Std. Error			
		Düşünme ve öğrenme kapasitesi	Öğrenebilme yeteneği	Anladığını açıklayabilme yeteneği	Düşündüğünü uygulayabilme yeteneği
Mean		1,22/ ,047	1,26/ ,051	1,43/ ,063	1,20/ ,045
%95 ConfidenceIntervalforMean	LowerBound	1,13	1,15	1,31	1,11
	UpperBound	1,32	1,36	1,56	1,29
5% TrimmedMean		1,18	1,20	1,37	1,15
Median		1,00	1,00	1,00	1,00
Variance		,197	,237	,361	,184
Std. Deviation		,444	,487	,601	,429
Minimum		1	1	1	1
Maximum		3	3	3	3
Range		2	2	2	2
InterquartileRange		0	0	1	0
Skewness		1,746/ ,254	1,720/ ,254	1,058/ ,254	1,952/ ,254
Kurtosis		2,070/ ,503	2,157/ ,503	,138/ ,503	2,973/ ,503

Sağlık; fiziksel, mental, ruhsal ve sosyal olarak tam bir iyilik halidir. Engelli bireylerimizde uyguladığımız holistik tedavi anlayışında sosyal ve psikolojik sağlık önemli bir yer tutmaktadır. Engelli bireylerimizde, rekreasyonla yakından ilişkili olan sosyal yaşamı iyileştirme çabası ile bir rehabilitasyon programları oluştururuz. Rekreasyon aktiviteleri ile oluşturulan rehabilitasyon programlarının engelli birey üzerinde etkilerini incelediğimizde yaşam kalitesinde bir artış olduğu görülmektedir. Çalışma bulgularımıza göre engelli bireylerin sanatsal ve sportif aktivitelerine katılım oranlarında artış olduğu ve bu aktivitelerin motivasyon, iletişim becerileri, stres yönetimi ve çevreye uyumunda olumlu etkiler sağladığı görülmektedir.

Tablo 3. Descriptives (Tanımlayıcı İstatistikler) –Zihinsel Etki Bulguları

		Statistic/ Std. Error			
		Düşünme ve öğrenme kapasitesi	Öğrenebilme yeteneği	Anladığını açıklayabilme yeteneği	Düşündüğünü uygulayabilme yeteneği
Mean		1,22/ ,047	1,26/ ,051	1,43/ ,063	1,20/ ,045
%95 Confidence Interval for Mean	Lower Bound	1,13	1,15	1,31	1,11
	Upper Bound	1,32	1,36	1,56	1,29
5% Trimmed Mean		1,18	1,20	1,37	1,15
Median		1,00	1,00	1,00	1,00
Variance		,197	,237	,361	,184
Std. Deviation		,444	,487	,601	,429
Minimum		1	1	1	1
Maximum		3	3	3	3
Range		2	2	2	2
Interquartile Range		0	0	1	0
Skewness		1,746/ ,254	1,720/ ,254	1,058/ ,254	1,952/ ,254
Kurtosis		2,070/ ,503	2,157/ ,503	,138/ ,503	2,973/ ,503

Yapılan çoklu doğrusal regresyon analiz çalışmasında korelans (correlations) probleminin olmadığı anlaşılmıştır. Bu duruma korelasyon katsayılarına ve VIF (Variance Inflation Factor) değerlerine bakılarak ulaşılmıştır. Korelasyon katsayısı maksimum 0.800 VIF değeri ise 5' in altında olmalıdır aksi halde değişkenler arasında ilişkinin olmadığı söylenir. Yapılan analiz çalışmasında bakılan diğer tablo Model Summary tablosudur. Bu tabloda bağımsız değişken sayısı birden fazla ise Adjusted R square tablosuna bakılır. Bu tablo bize bağımlı değişkenimizi etkileyen bağımsız değişkenlerin yüzdesel oranlarını belirtmektedir. Yani Rehabilitasyon süreci sonunda uygulanan Rekreasyon aktivitelerinin katkısının yüzdesel olarak verilmesini sağlamaktadır. Adjusted R Square değerine bakıldığı zaman engelli bireylerin aldığı rehabilitasyon desteği sonrası kendilerindeki %72,6 değişimin rekreasyon aktivitelerinde etkisinden kaynaklandığı düşünülmektedirler.

Tablo 4. Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,887 ^a	,788	,726	,094

4. Tartışma ve Sonuç

Günümüzde rekreasyon aktivitelerini, fiziksel, mental ve ruhsal sağlığın geliştirilmesi amacıyla engelli, yaşlı ve hasta bireylerin rehabilitasyon programlarına dahil edildiğini görmekteyiz. Rekreasyon aktivitelerinin rehabilitasyona sağladığı yararları incelemek amacıyla yapılan araştırmamızın sonucunda elde edilen bulgular, ilgili literatürdeki diğer bilgi ve benzer araştırma bulgularıyla uyumaktadır. Rekreasyonun sağladığı yararlar hiçbir zaman tek yönlü değildir. Bir etkinlik aynı anda fiziksel, zihinsel, psikolojik ya da toplumsal yarar sağlayabilir (Arslan, 2013). Araştırma sorularımızla rekreasyonun engelli bireyler üzerindeki fiziksel, mental, psikolojik ve sosyal etkilerini değerlendirmeyi amaçladık. Engelli rehabilitasyonunda

hizmet veren katılımcılarımızın %77,2 sinin rekreasyon aktivitelerinden faydalandığını görmekteyiz. Rekreasyonun sağladığı yararları göz önüne aldığımızda bu oranın daha yüksek olması gerektiği kaanatindedir. Çalışmamızda rekreasyon aktivitelerinin engelli bireylerin üzerindeki fiziksel etkilerine baktığımızda, engelli bireyin ince ve kaba motor becerilerine, kas kuvveti ve endurans düzeyine, denge ve koordinasyon durumuna, lokomotor ve bağımsız hareket becerilerine, yürüyüş kalitesine olumlu etki sağladığı literatürdeki diğer çalışmalarla korelasyon gösteriyor. Çalışmamızda rekreasyon aktivitelerinin engelli bireylerin üzerindeki mental etkilerine baktığımızda, düşünme ve hafıza kapasitesine, öğrenebilme yeteneğine, anladığını açıklayabilme yeteneğine olumlu etki sağladığı literatürdeki diğer çalışmalarla korelasyon gösteriyor. Çalışmamızda rekreasyon aktivitelerinin engelli bireylerin üzerindeki psikolojik ve sosyal etkilerine baktığımızda, emosyonel durum ve motivasyona, kendini ifade edebilme ve iletişim becerilerine, topluma uyum sağlayabilme ve stres yönetimine olumlu etki sağladığı literatürdeki diğer çalışmalarla korelasyon gösteriyor. Aynı zamanda rekreasyon aktiviteleri engelli bireylerimizde sportif ve sanatsal becerilerinde de gelişme sağlar. Engelli bireylerin almış oldukları rekreasyon aktiviteleri sonrası rehabilitasyonda olumlu gelişim gösterdikleri tespit edilmiş ve bu %72,6 lık gelişimin sebeplerinden birinin alınan rekreasyon aktivitelerinden kaynaklandığı görülmüştür. Elde edilen bulgular sonucunda rekreasyon aktivitelerinin engelli bireylerimizin yaşam kalitesinde artış sağladığı görülmektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda klinik rehabilitasyon hizmeti veren tüm kuruluşların tedavi süresi boyunca rekreasyon aktivitelerinin yer verilmesini öneririz.

Yayın Etiği: Bu çalışmanın hazırlanma ve yazım sürecinde “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” kapsamında bilimsel, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş olup; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamış ve bu çalışma herhangi başka bir akademik yayın ortamına değerlendirme için gönderilmemiştir.

Kaynakça

- Açak, M., Kurak, K. (2019). Zihinsel Engellilerde Futbol. M. İlkım ve Ö. Karataş (Ed.), Spor Bilimlerinde Güncel Çalışmalar içinde (ss. 147–175). Ankara: Akademisyen Kitabevi.
- Akandere, M., Yıldız, S., Baştuğ, G., Arslan F., (2009). The study of aggression level of secondary students who plays sports and do not playsports. Ovidius University Annals, Series Physical Education And Sport / Science, Movement And Health, 9(4): 204-207.
- Akın, A., Baş, M. (2023). Rekreatif Faaliyetlerin Alzheimer Hastaları Üzerindeki Etkisi. Abant Sosyal Bilimler Dergisi, 23(1), 678-689.
- Arslan, A. (2019). Zihinsel engelli bireylerde rekreatif etkinliklerden dramının sosyal ve motor beceri gelişimine etkisi. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Arslan, M. ve Ekren, E. (2017). Yaşlı kişilerin sağlığı ve etkinlikleri için terapi bahçeleri. Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 3(2), 361–373.
- Arslan, S. (2013). Serbest Zaman-Rekreasyon ve Serbest Zaman Eğitimi. Nobel: Ankara.
- Başçı, A. B., Başçı, A. (2022). Sağlık ve Rekreasyon. E. Karaçar ve E. Ersan (Ed.), Turizm ve Rekreasyon Çalışmaları içinde (ss. 46–54). İstanbul: Çizgi Kitabevi.
- Bania, T., Dodd, K.J., Taylor, N. (2011). Habitual physical activity can be increased in people with cerebral palsy: a systematic review, Clin Rehabil, 25, 303–315.
- Békési, A., Török, S., Kökönyei, G., Bokrétás, I., Szentes, A. ve Telepóczi, G. (2011). Health-related quality of life changes of children and adolescents with chronic disease after participation in therapeutic recreation camping program. Health and quality of life outcomes, 9(1), 1–10.
- Cahow, C., Skolnick, S., Joyce, J., Jug, J., Dragon, C., Gassaway, J. (2009). SCI Rehab Project series: the therapeutic recreation taxonomy. The Journal of Spinal Cord Medicine, 32(3), 298–306.

- Çevik, O., Kabasakal, K. (2013). Spor Etkinliklerinin, Engelli Bireylerin Toplumsal Uyumuna ve Sporla Sosyalleşmelerine Etkisinin İncelenmesi. *International Journal of SocialandEconomicSciences*: 2667-4904, 3(2), 74-83.
- Ergun N, Baltacı G. Spor yaralanmalarında fizyoterapi ve rehabilitasyon prensipleri. Hacettepe Üniversitesi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokulu Yayınları:20, 2.Basım, Merdiven Reklam-Tanıtım, Ankara, 2006:137-156.
- Ergun, N. (2008). Ortopedik Özürlüler Aile Eğitim Rehberi, Ankara: T.C.Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı Yayınları.
- Gorter, J. W., Currie, S. J. (2011). Aquatic exercise programs for children and adolescent swith cerebral palsy: What do wek now and where do we go?. *International Journal of Pediatrics*, 2011, 1-7
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., Tatham, R. L. (2013). *Multivariate Data Analysis*: PearsonEducation Limited.
- İlkım, M. (2019). Toplumsal Alanda Engelli Bireyler Ve Katıldıkları Spor Aktiviteleri. M. İlkım ve Ö. Karataş (Ed.), *Spor Bilimlerinde Güncel Çalışmalar içinde* (ss. 21–42). Ankara: Akademisyen Kitabevi.
- İlhan, L. (2007). “Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinin sportif profili”. IV. Uluslar Arası Akdeniz Spor Bilimleri Kongresi. 9–11 Kasım 2007. Antalya.
- Karaküçük, S. (2012). *Terapatik rekreasyon*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Karaküçük, S. (2012). *Terapatik Rekreasyon Bir Örnek Uygulama: OSEP (Otistik Bireyler Spor Eğitim Projesi)*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Öz Çelikbaş, E. (2019). Dışavurumcu Sanat Terapisi. *Safran Kültür ve Turizm Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 20–37
- Satılmış, S.E. (2022). Yaşlılarda Terapatik Rekreasyon Uygulamaları. B. Güvendi ve B. Keskin (Ed.), *Spor Bilimleri Araştırmaları içinde* (ss. 91–100). Ankara: Vadi Matbaacılık.
- Sevil, T. (2015). Terapatik rekreasyonel aktivitelere katılımın yaşlıların algıladıkları boş zaman tatmini, yaşam tatmini ve yaşam kalitesine etkisi. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*, Anadolu Üniversitesi: Eskişehir
- Sevimay Özer, D. (2013). *Engelliler İçin Beden Eğitimi ve Spor*. Nobel Yayın. Ankara
- Suzuki, M., Kanamori, M., Watanabe, M., Nagasawa, S., Kojima, E. and Ooshiro, H. (2004), Behaviora and Endocrinological Evaluation of Music Therapy for Elderly Patients with Dementia, *NursHealthSci*, 6, s.11-18.
- Tasiemski, T., Kennedy, P., Gardner, B. P., Taylor, N. (2005) The association of sports and physical recreation with life satisfaction in a community sample of people with spinal cord injuries. *Neuro Rehabilitation*, 20(4), 253-265.
- Tütüncü, Ö. (2012). Rekreasyon ve rekreasyon terapisinin yaşam kalitesindeki rolü. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 23 (2), 248-252.
- UNICEF. (2011). *Türkiye’de Çocukların Durumu Raporu*
- Uzun, F., Kılınç, Z. (2020). Rekreasyon Faaliyetlerinin Engellilerde Yeri ve Önemi (Down sendromu Üzerine Nitel Çalışma). *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 149–160.
- Whalen, C. N., Case-Smith, J. (2011). Therapeutic effects of horse backriding therapy on gross motor function in children with cerebral palsy: A systematic review. *Physical and Occupational Therapy in Pediatrics*, 1–14.
- World HealthOrganization. (2022). *Disability*.
- Yılmaz Anatça, V., Yılmaz, C. (2019). Ucube Bedenden Paralimpik Bedene. Süleyman Demirel Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi, (46), 136-157.
- Zorba, E. (2002) Türkiye’de Rekreasyona Bakış, Gelişimi ve Beklentiler, 7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi.