



Pandemi Sürecinde Zihinsel Engelli Olan Lisanslı Yüzme Sporcu Ailelerinin Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi

Turan GÖKARSLAN¹, Savaş DUMAN²



Araştırma Makalesi
Makale Gecmişi

Başvuru Tarihi:23.02.2023

Kabul Tarihi:18.05.2023

Research Article
Article History

Date of Application:23.02.2023

Acceptance Date:18.05.2023

Özet

Bu araştırmanın amacı, pandemi sürecinde zihinsel engelli olan yüzme sporcusu ailelerinin kaygı düzeylerinin incelenmesidir. Yarı yapılandırılmış görüşme formu yaklaşımı kullanılarak gerçekleştirilen bu araştırmanın evren ve örneklem grubunu lisanslı olarak yüzme sporu ile uğraşan ve zihinsel engelli sporcu ailesi olan 16 katılımcı oluşturmaktadır. Nitel araştırma modelinin kullanılmasıyla gerçekleştirilen çalışmada, araştırmacı tarafından 14 soru hazırlanmıştır. Çalışmada elde edilen verilerin çözümlenmesinde nitel araştırma yöntemlerinden olan içerik analiz yöntemi ve betimsel analiz yöntemi kullanılmış ve böylelikle elde edilen verilere Yüzde-Frekans Analizi uygulanmıştır.

Sonuç olarak; Yüzme sporunun zihinsel engelli çocuklarda fiziksel olarak, büyüme ve gelişme, postür ve motor becerilerinde olumlu yönde etkilerinin olduğunu, zihinsel olarak iletişim ve birlikte iş yapma becerilerinde gelişim meydana geldiği tespit edilirken, covid-19 pandemi süreci ve birtakım kısıtlamalardan dolayı yüzme havuzuna gidemeyen sporcularda, kilo alımının olduğu, dikkat dağınıklığının meydana geldiği ve takıntılarının olduğu tespit edilmiştir. Zihinsel engelli sporcuların aileleri ile ilgili olarak; Covid-19 pandemi sürecinde yüzme sporcusu ebeveynlerinin, kaygılandığı ve bu yüzde kaybetme korkusu yaşadığı, çocuklarının antrenman yapamadığı dönemde, sportif başarısının gerilemesinden endişe ettiği, ancak kademeli olarak açılan yüzme havuzları sayesinde çocuklarının sosyal yaşama tekrar katılım sağlanmasından dolayı olumlu yönde görüş bildirdikleri tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Aile, Engelli, Kaygı, Spor, Zihinsel Engelli.

Investigation of Anxiety Levels of Licensed Swimming Athletes families with Mental Disability During The Pandemic Process

Abstract

The aim of this study is to examine the anxiety levels of the families of swimming athletes with mental disabilities during the pandemic process. In this research, which was carried out using a semi-structured interview form approach, 16 participants with mental disabilities who are engaged in swimming sports under license constitute 16 participants. In the study, which was carried out using the qualitative research model, 14 questions were prepared by the researcher. In the analysis of the data obtained in the study, the content analysis method and descriptive analysis method, which are among the qualitative research methods, were used and Percent-Frequency Analysis was applied to the obtained data.

In conclusion; It has been determined that swimming has positive effects on physical, growth and development, posture and motor skills of mentally retarded children, and development occurs in mental communication and co-working skills. It has been determined that there is a habit of distraction, distraction, and obsessions. Regarding the families of mentally handicapped athletes; It has been determined that during the Covid-19 pandemic, the parents of swimming athletes were worried and feared to lose this percentage, worried about the regression of their sportive success when their children could not train, but gave a positive opinion because of their children's re-participation in social life thanks to the swimming pools that were opened gradually.

Keywords: Anxiety, Disabled, Family, Mentally Disabled, Sports.

¹Yüksek Lisans Öğrencisi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, turangokarslan@hotmail.com , Orcid: 0000-0002-5317-6419

²Prof. Öğ. Üyesi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, savas.duman@adu.edu.tr , Orcid: 0000-0001-8721-0112

*Bu çalışma 2022 yılında yüksek lisans tezi olarak hazırlanmıştır. Çalışma 7-9 Ekim 2022 tarihinde Aydın ilinde gerçekleştirilen Asad 6. Uluslararası Akademik Spor Araştırmaları Kongresinde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

1. Giriş

Zihinsel engelli bir çocuğun ailesi olma durumu aile açısından zor ve acı verici olduğu düşünülmektedir. Bu gibi düşünceler, anne baba durumlarını arasındaki ilişkiyi olumsuz etkilemektedir. Anne ve baba olarak özel gereksinimi olan çocuğun ihtiyaçlarını karşılamaları (Matejevie ve Jovanovic, 2011), ebevnlerin planlarını, hayallerini, beklentilerini ve daha birçok şeyi etkilediği söylenebilir (Metin, 2012). Zihinsel engelli çocuğa sahip aileler ekonomik ve psiko-sosyal açıdan her türlü sorunlarla karşılaşabilmektedir. Düşüncesindeki çocuktan daha farklı bir çocuğa sahip olmak aileye bağımlılık, çocuğu kabullenememe, ömür boyu bakım, eşler arasında yaşanan çatışmalar, anne babanın ölümünden sonra çocuğun durumuyla ilgili kaygıları ve ekonomik kaygılar ailelerde türlü sorunlara sebep olabilmektedir (Işıkhan, 2006).

Kaygı, bireylerin kendi başlarına bir tehlikenin gelebileceği duygusuna karşı yaşadığı huzursuzluk, gerilim ve korku ile birlikte düşünülen rahatsızlık verici bir duygusal durum olarak tarif edilebilir (Deniz, Dilmaç ve Arıcak, 2009). Ebeveynlerin içerisinde öncelikle anneler engeli olan çocuğun durumuna bağlı olarak kendi yaşantılarını şekillendirmektedir. Annelere düşen sorumluluklar artmakta ve bazen de bu sorumlulukları yerine getirmekte zorlanabilmektedirler. Dolayısıyla kaygı durumu, ailenin yaşam fonksiyonlarını şekillendirmektedir (Genç, 2017). Ebeveynlerin günlük aktivitelerine engel teşkil eden davranışlar ve yükledikleri bakım sorumlulukları, bu ebeveynlerin stresinin artmasına sebep olmaktadır. Bu ebeveynler çocukların bakımıyla fazla ilgilenemediklerinde çocuklarının geleceği ile ilgili endişe duyar ve bunlarda stres faktörünün oluşmasına neden olur (Gülşen ve Gök, 2009).

Covid-19 virüsü yorgunluk, solunum semptomları, ateş, öksürük, nefes alıp vermede zorluk ile özgünleşmiş bir hal almıştır. Virüsü ağır olarak yaşayan kişiler ise akut solunum yolu enfeksiyonu, pnömoni ve ölüme sebebiyet vermesiyle büyük tehdit oluşturmuştur (World Health Organization WHO, 2021). Koronavirüs hastalığı, bir halk fiziksel sağlık acil durumu olmasıyla birlikte, vakaların artmasıyla dünya çapında panik durumun ve küresel ruh sağlığının olumsuz şekilde etkilenmesine sebep olduğu söylenebilir (Wang, Pan, Wam, Tan, McIntyre, 2020). Yapılan bir araştırmada ise korona virüs bilgisine maruz kalmanın kaygı ve endişenin artmasında sebep olarak gösterilebilir (Sorokowski ve diğerleri, 2020). Ortaya çıkan uluslararası çalışmalar, pandeminin genel popülasyonda travma sonrası stres bozukluğu ve depresyon belirtilerinin yaygın bir şekilde olduğunu göstermektedir (Adhanom, 2020).

Virüsün yayılımı ve bireyden bireye bulaşması insanlar arası etkileşim üzerine de korku ve baskı oluşturmasına neden olmuştur. Virüsün ne kadar müddet sürebileceği ve ne kadar kötüye gidebileceği konusunda yeteri bilgiler olmaması yarattığı belirsizlik ile kaygısal sebepleri artırabilmektedir. Pandemi sürecinde stres ve kaygı birey psikolojisi üzerinde olumsuzluklara sebebiyet verebilmektedir (Çiçek, ve Almalı, 2021). Mevcut Covid-19 salgını, benzeri görülmemiş fiziksel ve ekonomik zorluklara neden olmuştur. Birçoğu belirsizlik, enfeksiyon korkusu, ahlaki sıkıntı ve kederden mustarıptır. Çoğu zaman tek başına yaşanmaktadır. Mevcut araştırmada, zihinsel engelli lisanslı yüzme sporcusu ailelilerinin Covid-19 pandemi sürecinde kaygı durumları incelenmiştir. Araştırmada elde edilen sonuçlar doğrultusunda çözüm önerilerinde bulunmak ve zihinsel engelli sporcular ile gerçekleştirilen çalışmalara katkı sağlamak araştırmanın önemini oluşturmaktadır.

2. Materyal ve Yöntem

2.1. Araştırmanın Modeli

Pandemi sürecinde zihinsel engelli lisanslı yüzme sporcusu ailelerinin kaygı durumunun incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen bu çalışmada nitel araştırma modeli kullanılmıştır. Gözlem, görüşme ve doküman analizi gibi veri toplama araçlarının kullanıldığı araştırmalar nitel araştırma modeli olarak tanımlanır (Yıldırım ve Şimşek, 2021).

2.2. Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

Yarı yapılandırılmış görüşme formu yaklaşımı ile gerçekleştirilen bu araştırmanın evren ve örneklem grubunu, Manisa İl Gençlik, Manisa Su Sporları, Manisa Otizm ve Genç Ege Gençlik ve Spor Kulübünde lisanslı olarak yüzme sporu ile uğraşan zihinsel engelli sporcuların aileleri oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında zihinsel engelli yüzme sporcusu ailesi olan toplam 16 gönüllü katılımcı mevcut araştırmanın örneklem grubunu oluşturmaktadır.

2.3. Veri Toplama Araçları ve Verilerin Toplanması

Bu çalışmada, araştırmacı tarafından hazırlanan 14 soruluk görüşme formu kullanılmıştır. Görüşme formu yaklaşımı yarı yapılandırılmış görüşme esnasında, araştırma kapsamında olan sorular listesini kapsamaktadır. Yarı yapılandırılmış görüşme tekniği, araştırmacının görüşme sorularını önceden hazırlamasına ve görüşme esnasında soruların yeniden düzenlenmesine olanak sağlayan bir yöntemdir (Ekiz, 2009).

Yarı yapılandırılmış görüşme tekniğinde araştırmacının hazırlamış olduğu soruları öncelik sırasına göre sıralama zorunluluğu bulunmamakta ve araştırmacı araştırma konusu içerisinde bulunan sorulara sadık kalarak, soru ya da konu için kapsamlı bilgi almak için ekstra sorular sorabilmektedir (Uluç ve Duman, 2020). Yarı yapılandırılmış görüşmeler, katılımcıların algılamış olduğu dünyayı kendi ifadeleri ile anlatmasına olanak tanımaktadır. Bu sebeple görüşme formunda evet ya da hayır şeklinde cevaplanmayan duygu ve düşüncelerin kolaylıkla analiz edilmesini sağlayan açık uçlu sorular bulunmalıdır. Bu tarz yapılan görüşmelerde, her soru esnek cümlelerden oluşturulup, farklı yapılandırılmış tekniklerde hazırlanmalıdır (Merriam, 2013). Görüşme soruları literatürde (Varış, 1996; Erden, 1998; Ertürk, 1994; Ornstein ve Hunkins 2004; Sönmez, 2008; Demirel, 2010; Uşun, 2012) program değerlendirmede yanıt aranacak sorulara yönelik kriterler dikkate alınmıştır.

Zihinsel engelli sporcuların aileleri ve akademisyenler ile birlikte araştırma kapsamı içerisinde bulunan soruların anlaşılır nitelikte olup olmadığı ile ilgili deneme görüşmeleri yapılarak, görüşme formunun kapsamı incelenmiştir. Zihinsel engelli sporcuların aileleri ve akademisyenlerin sorularla ilgili görüşleri ve değerlendirmeleri detaylı bir biçimde tespit edilmeye çalışılmıştır. Yapılan incelemeler doğrultusunda görüşme formu yeniden düzenlenerek uygulamaya hazır hale getirilmiştir.

2.4. Verilerin İstatistik Analizi ve Yorumlanması

Pandemi sürecinde zihinsel engelli olan lisanslı yüzme sporcusu ailelerinin kaygı düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılan bu çalışmada; görüşmecilerin iş yeri ortamı ve gözlemlerinde elde edilen verilerin çözümlenmesinde nitel analiz yöntemlerinden olan, içerik analiz yöntemi kullanılmıştır. İçerik analiz yöntemi, elde edilen verilerin detaylı bir biçimde analiz edilmesine olanak sağlamakta ve çalışmada önceden belirgin olmayan tema ve kodları ortaya çıkarmaktadır. Bu tarz analizlerde temel amaç araştırma esnasında elde edilen sonuçların düzenlenmiş ve yorumlanmış şekilde okuyucuya sunmaktır (Yıldırım ve Şimşek, 2006).

3. Bulgular

Tablo 1. Katılımcıların “Çocuğunuzun engel durumu ve türü nedir?” sorusu ile ilgili düşünceleri

	Çocuğunuzun engel durumu ve türü nedir?	Frekans (f)	Yüzde (%)	Katılımcılar
KODLAMA	Zihinsel Engelli- Otizm	9	56	K1, K2, K3, K6, K8, K12, K14, K16
	Zihinsel Engelli-Down Sendromu	4	25	K4, K10, K11, K13
	Zihinsel Engelli-Mental Retardasyon	3	19	K5, K7, K9
	Toplam	16	100	

Tablo 1.’de görüldüğü üzere araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli sporcuların ebeveynleri 9’u çocuklarının engel türünün Otizm olduğunu, 4’ü Down Sendromu olduğunu, 3’ü Mental Retardasyon olduğunu ifade etmişlerdir.

Araştırmacı ve zihinsel engelli sporcuların ebeveynleri arasında geçen diyalog aşağıdaki gibidir.

(K1) “zihinsel engelli, engel türü otizm”

(K4) “zihinsel engelli, engel türü Down sendromu”

(K7) “zihinsel engelli, engel türü Mental Retardasyon”

Tablo 2. Katılımcıların “Çocuğunuzun yüzme sporuna yönlendirme nedeniniz nedir?” sorusu ile ilgili düşünceleri

	Çocuğunuzun yüzme sporuna yönlendirme nedeniniz nedir?	Frekans (f)	Yüzde %	Katılımcılar
KODLAMA	Bedensel ve Zihinsel Gelişimi Sağlaması	9	56	K1, K2, K5, K10, K11, K12, K14, K15, K16
	Sosyalleşme ve Sağlıklı Yaşam Alanında Uzman Kişilerin Yönlendirmesi	4	25	K3, K4, K6, K7,
		3	19	K8, K9, K13
	Toplam	16	100	

Tablo 2. ‘de görüldüğü üzere araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli sporcuların ebeveynlerinin 9’u (%56) yüzme sporunun bedensel ve zihinsel gelişimi sağladığı için, 4’ü (%25) sporun sosyalleşmeye ve sağlıklı yaşama katkıları olduğu için spora yönlendirirken, 3’ü (%19) ise alanında uzman kişilerin çocuklarını spora yönlendirdiklerini ifade etmişlerdir.

Araştırmacı ve zihinsel engelli sporcuların ebeveynleri arasında geçen diyalog aşağıdaki gibidir.

(K5) “Yüzmenin hem bedenen hem de zihnen olumlu yönde etkisi olduğu için”

(K7) “Öz güveni olmayan bir çocuktan sosyal yönü artması için.”

Tablo 3. Katılımcıların “Çocuğunuz yüzme sporuna ne kadar süredir devam etmektedir?” sorusu ile ilgili düşünceleri

	Çocuğunuz yüzme sporuna ne kadar süredir devam etmektedir?	Frekans (f)	Yüzde (%)	Katılımcılar
KODLAMA	4 Yıl	4	25	K2, K7, K11, K12
	5 Yıl	1	7	K3
	6 Yıl	3	20	K8, K14, K15
	7 Yıl	3	20	K4, K5, K10
	9 Yıl	2	14	K6, K16
	10 Yıl	2	14	K9, K13
	Toplam	16	100	

Tablo 3’te görüldüğü üzere araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli sporcuların ebeveynlerinin 8’i (%25) çocuğunun 4 yıldır yüzme sporu yaptığını, 1’i (%7) 5 yıldır, 3’ü (%20) 6 yıldır, 3’ü (%20) 5 yıldır, 2’si (%14) 9 yıldır, 2’si (%14) 10 yıldır çocuğunun yüzme sporu yaptığını ifade etmişlerdir.

Araştırmacı ve zihinsel engelli sporcuların ebeveynleri arasında geçen diyalog aşağıdaki gibidir.

(K7) “4 yıldır devam etmektedir.”

(K3) “5 yıldır devam etmektedir.”

Tablo 4. “Çocuğunuz yüzme sporuna başladıktan sonra fiziksel anlamda ne gibi farklılıklar yaşadınız?” sorusu ile ilgili düşünceleri

	Çocuğunuz yüzme sporuna başladıktan sonra fiziksel anlamda ne gibi farklılıklar yaşadınız?	Frekans (f)	Yüzde (%)	Katılımcılar
KODLAM A	Büyüme ve Gelişme	8	50	K1, K2, K6, K7, K10, K12, K,13, K14,
	Postüre Olumlu Yönde Katkı	5	31	K3, K5, K8, K9, K16
	Motor Beceri Gelişimi	3	19	K4, K11, K15
	Toplam	16	100	

Tablo 4.’te görüldüğü üzere araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli sporcuların ebeveynlerinin 8’i (%50) yüzme sporunun sayesinde çocuklarında büyüme ve gelişimi olumlu yönde etkilediğini, 5’i (%31) yüzme sayesinde çocuklarının postürlerinin olumlu yönde etkilediğini, 3’ü ise (%19) çocuklarının motor becerilerinde olumlu yönde değişimler meydana geldiğini ifade etmişlerdir.

Araştırmacı ve zihinsel engelli sporcuların ebeveynleri arasında geçen diyalog aşağıdaki gibidir.

(K6) “ Fiziksel olarak; büyüme gelişimine büyük katkı sağladı atletik ve daha sağlıklı bir fiziğe ulaştı”

(K9) “Fiziksel olarak; omuzunda genetik bir eğrilik vardı(babası ve kardeşinde de olan) bu eğrilik düzeldi ve vücudu şekle girdi.”

Tablo 5.’te “Çocuğunuzu yüzme sporuna başladıktan sonra zihinsel anlamda ne gibi farklılıklar yaşadınız?” sorusu ile ilgili düşünceleri

	“Çocuğunuzu yüzme sporuna başladıktan sonra zihinsel anlamda ne gibi farklılıklar yaşadınız?”	Frekans (f)	Yüzde (%)	Katılımcılar
KODLAMA	İletişim ve Birlikte İş Yapma Becerisi Gelişimi	7	44	K1, K2, K4, K5, K10, K14, K15
	Dikkat Gelişimi ve Özgüven Artışı	6	37	K7, K8, K9, K12, K13, K16
	Duyuların Kontrol Altına Tutulması	3	19	K3, K6, K11
	Toplam	16	100	

Tablo 5.’te görüldüğü üzere araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli sporcuların ebeveynlerinin 7’si (%44) yüzme sporu sayesinde çocuklarının iletişim ve birlikte iş yapma becerisinin geliştiğini, 6’sı (%37) yüzme sporunun dikkat gelişimi ve özgüven artışına katkı sağladığını, 3’ü (%19) ise çocuklarının yüzme sporu sayesinde duygularını kontrol altında tutabildiklerini ifade etmişlerdir.

Araştırmacı ve zihinsel engelli sporcuların ebeveynleri arasında geçen diyalog aşağıdaki gibidir.

(K4) “Zihinsel olarak; söylenen bir şeyi yapmama konusunda çok inatçıydı inadından konuşmuyordu sosyal ortama girmesi ve spor yapması insanlarla konuşmaya başlamasını sağladı.”

(K8) “Zihinsel olarak; duysal gelişimi arttı, başara biliyorum duygusu ve hedef koyması özgüvenini geliştirdi.”

Tablo 6. Katılımcıların “Covid-19’u düşünmek size ne gibi duygular hissettiriyor?” sorusu ile ilgili düşünceleri

	“Covid-19’u düşünmek size ne gibi duygular hissettiriyor?”	Frekans (f)	Yüzde (%)	Katılımcılar
KODLAMA	Kaygılandım	11	69	K1, K3, K5, K8, K9, K10, K11, K13, K14, K15, K16
	Korkmadım	3	19	K2, K4, K12
	Korktum	2	12	K6, K7
	Toplam	16	100	

Tablo 6.’da görüldüğü üzere araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli sporcuların ebeveynlerinin 11’i (%69) Covid-19’u düşündüğünde, kaygılandığını, 3’ü (%19) ise bu hastalığı düşündüğünde korkmadığını ifade ederken, 2’si ise bu hastalıktan dolayı korktuğunu ifade etmiştir.

Araştırmacı ve zihinsel engelli sporcuların ebeveynleri arasında geçen diyalog aşağıdaki gibidir.

(K5) “Genel olarak tüm özel çocuklarının anneleri gibi benim de en büyük kaygım bana bir şey olursa çocuğum ne olacak bu süreç bana en çok bunu hissettirdi.”

(K4) “Biz covid döneminde cesur davrandık aşlarımızı dahi yaptırmadık ama tedbirlerimizi aldık bu sebeple herhangi bir korku yaşamadık.”

Tablo7. Katılımcıların “Evinizde sizinle birlikte yaşayan ve kronik bir rahatsızlığı bulunan birisi var mı? Eğer var ise bu durumdan endişe ediyor musunuz?” sorusu ile ilgili düşünceleri

	“Evinizde sizinle birlikte yaşayan ve kronik bir rahatsızlığı bulunan birisi var mı? Eğer var ise bu durumdan endişe ediyor musunuz?”	Frekans (f)	Yüzde (%)	Katılımcılar
KODLAMA	Hayır yok	15	94	K2, K3, K4, K5, K6, K7, K8, K9, K10, K11, K12, K13, K14, K15, K16
	Var ve endişeliyim	1	6	K1
	Toplam	16	100	

Tablo 7. ‘de görüldüğü üzere araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli sporcuların ebeveynleri ile birlikte yaşayan ve kronik bir rahatsızlığı bulunan birisi var mı? sorusu ile ilgili katılımcıların 15’i (%94) kendileri ile birlikte yaşayan ve kronik bir rahatsızlığı bulunan birisinin olmadığını ifade ederken, 1’i (%6) ise kendileri ile birlikte yaşayan ve kronik bir rahatsızlığı olan birisinin olduğu ve bu yüzden endişelendiğini ifade etmiştir.

Araştırmacı ve zihinsel engelli sporcuların ebeveynleri arasında geçen diyalog aşağıdaki gibidir.

(K2) “Hayır yok”

(K1) “annem tansiyon hastası, bu durum beni çok endişendiriyordu o yüzden çok fazla dışarıya çıkmasına izin vermedik evde sürekli dikkatliydik.”

Tablo 8. Katılımcıların “Covid-19 pandemi sürecinde çocuğunuzu sağlığı ne yönde etkilendi?” sorusu ile ilgili düşünceleri

	“Covid-19 pandemi sürecinde çocuğunuzu sağlığı ne yönde etkilendi?”	Frekans (f)	Yüzde (%)	Katılımcılar
KODLAMA	Olumsuz yönde etkilendi	16	100	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7, K8, K9, K10, K11, K12, K13, K14, K15, K16
	Toplam	16	100	

Tablo 8.’de görüldüğü üzere araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli sporcuların ebeveynlerinin 16’sı (%100) Covid-19 pandemi sürecinde çocuklarının sağlıklarının olumsuz yönde etkilendiğini ifade etmişlerdir.

Araştırmacı ve zihinsel engelli sporcuların ebeveynleri arasında geçen diyalog aşağıdaki gibidir.

(K3) “Evde çok sıkıldı saldırganlığı arttı ara sıra şiddet eğilimi oluyor.”

Tablo 9. Covid-19 pandemi sürecinin zihinsel engelli yüzme sporcularına olan olumsuz etkileri

	Covid-19 pandemi sürecinin zihinsel engelli yüzme sporcularına olan olumsuz etkileri	Frekans (f)	Yüzde (%)	Katılımcılar
KODLAM A	Fiziksel açıdan meydana gelen olumsuzluklar	8	50	K5, K8, K10, K12, K13, K14, K15, K16
	Davranışsal problemler	8	50	K1, K2, K3, K4, K6, K7, K9, K11
	Toplam	16	100	

Tablo 9.'da görüldüğü üzere araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli sporcuların ebeveynlerinin 8'i (%50) Covid-19 pandemi sürecinde çocuklarında fiziksel açıdan olumsuzluklar meydana geldiğini, 8'i (%50) davranışsal problemlerin meydana geldiğini ifade etmişlerdir.

Araştırmacı ve zihinsel engelli sporcuların ebeveynleri arasında geçen diyalog aşağıdaki gibidir.

(K12) "Hareketleri yavaşladı ve kilo aldı."

(K3) "Evde çok sıkıldı saldırganlığı arttı ara sıra şiddet eğilimi oluyor."

Tablo 10. Katılımcıların "Covid-19 pandemi sürecinde çocuğunuzda fiziksel olarak olumlu veya olumsuz etkileri oldu mu?" sorusu ile ilgili düşünceleri.

	"Covid-19 pandemi sürecinde çocuğunuzda fiziksel olarak olumlu veya olumsuz etkileri oldu mu?"	Frekans (f)	Yüzde (%)	Katılımcılar
KODLAMA	Olumlu yönde bir etki olmadı	16	100	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7, K8, K9, K10, K11, K12, K13, K14, K15, K16
	Toplam	16	100	

Tablo 10.'da görüldüğü üzere araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli sporcuların ebeveynlerinin 16'sı (%100) Covid-19 pandemi sürecinde çocuklarının sağlıklarının olumsuz yönde etkilendiğini ifade etmişlerdir.

Araştırmacı ve zihinsel engelli sporcuların ebeveynleri arasında geçen diyalog aşağıdaki gibidir.

(K4) "Olumlu bir etkisini olmadı. Hareketleri kısıtlandı performansları etkilendi evde egzersiz yapmaya çalıştık ama antrenmandaki gibi disiplinli olmadı hala gerilediği düzeyden yeni yeni toparlamaya çalışıyoruz"

Tablo 11. Covid-19 pandemi sürecinin zihinsel engelli olan yüzme sporcularında fiziksel açıdan meydana getirdiği olumsuz etkiler.

	Covid-19 pandemi sürecinin zihinsel engelli olan yüzme sporcularında fiziksel açıdan meydana getirdiği olumsuz etkiler	Frekans (f)	Yüzde (%)	Katılımcılar
KODLAM A	Kilo artışı	7	44	K6, K7, K8, K9, K10, K12, K14
	Hareket zayıflığı	5	31	K3, K4, K11, K13, K16
	Hareketsiz olma isteği	4	25	K1, K2, K5, K15
	Toplam	16	100	

Tablo 11’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli yüzme sporcusu ebeveynlerinin 7’si (%44) çocuklarının Covid-19 pandemi sürecinde kilo aldığını, 5’i (%31) çocuğunun hareketlerinde zayıflık meydana geldiğini, 4’ü (%25) ise bu süreç içerisinde çocuklarında hareketsiz olma isteğinin meydana geldiğini ifade etmişlerdir.

Araştırmacı ve zihinsel engelli sporcuların ebeveynleri arasında geçen diyalog aşağıdaki gibidir.

(K6) “Aşırı kilo aldı hantallaştı. Olumlu bir yönü olmadı”

(K3) “Olumlu bir etkisi olmadı. Spor yaptığı zaman daha iyi besleniyordu iştahsızlaştı, hareketleri zayıfladı kilo verdi”

Tablo 12. Katılımcıların “Covid-19 pandemi sürecinde çocuğunuzun antrenman yapamadığı durumlarda bu durum sizde ne gibi duygular uyandırdı?” sorusu ile ilgili düşünceleri.

	“Covid-19 pandemi sürecinde çocuğunuzun antrenman yapamadığı durumlarda bu durum sizde ne gibi duygular uyandırdı?”	Frekans (f)	Yüzde (%)	Katılımcılar
KODLAMA	Sportif başarıda gerileme	7	44	K1, K2, K4, K5, K7, K14, K15
	Sağlık açısından gerileme	5	31	K3, K6, K9, K13, K16
	Sosyal etkileşim, iletişim ve davranışsal açıdan gerileme	4	25	K8, K10, K11, K12
	Toplam	16	100	

Tablo 12’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli yüzme sporcusu ebeveynlerinin 7’si (%44) Covid-19 pandemi sürecinde sportif başarıda gerileme olma ihtimalini ve bu ihtimal nasıl başa çıkabileceklerini düşünürken, 5’i (%31) sağlık açısından gerileme olması ihtimali üzerine düşünürken, 4’ü (%25) ise bu süreç içerisinde sosyal etkileşimin azalması ve böylelikle iletişim açısından birtakım sorunlar üzerine düşündüklerini ifade etmişlerdir.

Araştırmacı ve zihinsel engelli sporcuların ebeveynleri arasında geçen diyalog aşağıdaki gibidir.

(K1) “Performans anlamında geri kalırsa nasıl toparlanır? bu durum o nu ve beni nasıl etkiler ? performans hedefini tekrar nasıl yakalarız ? şeklinde düşünceler ile baş etmeye çalıştım.”

(K8) “Fiziksel gelişiminin gerilemesi konusunda endişelendim. Sosyal etkileşimin azalması iletişimimizde kayba uğramamıza neden oldu, ergenlik döneminde olduğu için bu dönemde bizim için en önemli şey sosyal etkileşimin artmasıydı.”

Tablo 13. Katılımcıların “Covid-19 pandemi sürecinde çocuğunuzun rehabilitasyon eğitimini nasıl gerçekleştirdiniz?” sorusu ile ilgili düşünceleri.

	“Covid-19 pandemi sürecinde çocuğunuzun rehabilitasyon eğitimini nasıl gerçekleştirdiniz?”	Frekans (f)	Yüzde (%)	Katılımcılar
KODLAMA	Online eğitim aldık	7	44	K8, K10, K11, K13, K14, K15, K16
	Rehabilitasyona gitmedik	5	31	K3, K5, K6, K7, K9,
	Evde ya da dışarıda özel bir şeyler yaptık	4	25	K1, K2, K4, K12,
	Toplam	16	100	

Tablo 13’ de görüldüğü üzere, araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli yüzme sporcusu ebeveynlerinin 7’si (%44) Covid-19 pandemi çocuklarının rehabilitasyon eğitimini online eğitim ile yaptıklarını, 5’i (%31) birtakım problemlerden ötürü rehabilitasyona gitmediklerini 4’ü (%25) ise bu süreç içerisinde evde ya da dışarıda çocukları ile bir şeyler yaptıklarını ifade etmişlerdir.

Araştırmacı ve zihinsel engelli sporcuların ebeveynleri arasında geçen diyalog aşağıdaki gibidir.

(K16) “Online eğitim aldık.”

(K2) “Evde kendimiz eğitime destek olmaya çalıştık, özel çocuklara izin ayrıcalığı tanınca kimsenin olmadığı yerde piknik yaparak veya parka giderek sosyalleşmesini sağladık.”

Tablo 14. Katılımcıların “Covid-19 pandemi sürecinde çocuğunuzun antrenman yapamadığı süreçte fiziksel olarak ne gibi farklılıklar oldu?” sorusu ile ilgili düşünceleri.

	“Covid-19 pandemi sürecinde çocuğunuzun antrenman yapamadığı süreçte fiziksel olarak ne gibi farklılıklar oldu?”	Frekans (f)	Yüzde (%)	Katılımcılar
KODLAMA	Kilo almı	7	44	K2, K7, K9, K10, K11, K15, K16
	Güçsüzleşti ve kas kaybı	5	31	K1, K6, K12, K13, K14
	Hareket performansında düşüş	4	25	K3, K4, K5, K8,
	Toplam	16	100	

Tablo 14’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli yüzme sporcusu ebeveynlerinin 7’si (%44) Covid-19 pandemi sürecinde çocuğunun antrenman yapamadığı süreçte çocuğunun kilo aldığını, 5’i (%31) bu süreç içerisinde çocuğunun güçsüzleştiğini ve kas kaybı yaşadığını, 4’ü (%25) ise çocuklarının hareket performanslarının düşüşün meydana geldiğini ifade etmişlerdir.

Araştırmacı ve zihinsel engelli sporcuların ebeveynleri arasında geçen diyalog aşağıdaki gibidir.

(K9) “Hareketleri yavaşladı ve kilo aldı”

(K1) “Güçsüzleşti ve kas kaybı yaşadı”

Tablo 15. Katılımcıların “Covid-19 pandemi sürecinde çocuğunuzun antrenman yapamadığı süreçte zihinsel olarak ne gibi farklılıklar oldu?” sorusu ile ilgili düşünceleri.

	“Covid-19 pandemi sürecinde çocuğunuzun antrenman yapamadığı süreçte zihinsel olarak ne gibi farklılıklar oldu?”	Frekans (f)	Yüzde (%)	Katılımcılar
KODLAMA	Dikkat Dağınıklığı ve takıntı	7	44	K2, K3, K6, K9, K11, K12, K14,
	Davranış değişimi	6	37	K1, K7, K10, K13, K15, K16
	Sosyal ortama duyulan özlem	3	19	K4, K5, K8,
	Toplam	16	100	

Tablo 15’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli yüzme sporcusu ebeveynlerinin 7’si (%44) Covid-19 pandemi sürecinde çocuğun antrenman yapamadığı zihinsel farklılık olarak dikkat dağınıklığı ve takıntıların oluştuğunu, 6’sı (%37) çocuğun davranışlarında değişikliklerin meydana geldiğini, 3’ü (%19) ise çocuğunun sosyal ortama duyduğu özlemi dile getirdiği ifade etmiştir.

Araştırmacı ve zihinsel engelli sporcuların ebeveynleri arasında geçen diyalog aşağıdaki gibidir.

(K2) “Dikkat dağınıklığı arttı derslere odaklanma zorluğu yaşıyor temizlik takıntısı arttı eve her geldiğinde sürekli dezenfektan kullanıyor ve eve gelenlere sürekli veriyor.”

(K15) “Agresif tavırlar sergilemeye başladı, her konuda veya olayda inatlaştı kendi istediğinin olmasını istedi.”

(K5) “Arkadaşlarını ve öğretmenlerini çok özledi sosyal yönü fazla olduğu için eksikliğini çok yaşadık çünkü okulu ve havuzu çok seviyordu ona iyi gelen şeylerden uzak kalmak tekrar başlama arzusunu arttırdı”.

Tablo 16. Katılımcıların “Covid-19 pandemi sürecinde çocuğunuzun antrenman yapamadığı süreçte sosyal gelişim düzeyinde farklılıklar oldu mu? sorusu ile ilgili düşünceleri.

	“Covid-19 pandemi sürecinde çocuğunuzun antrenman yapamadığı süreçte sosyal gelişim düzeyinde farklılıklar oldu mu?”	Frekans (f)	Yüzde (%)	Katılımcılar
KODLAMA	Bu süreçte aile üyeleri sosyal gelişim için destek sağladı	7	44	K3, K4, K5, K9, K11, K12, K15,
	Bu süreçte iletişimi azaldı ve yalnız kalmayı istedi	5	31	K1, K7, K8, K10, K13,
	Bu süreçte sosyal yaşamı olumsuz yönde etkilendi	4	25	K2, K6, K14, K16
	Toplam	16	100	

Tablo 16’da görüldüğü üzere, araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli yüzme sporcusu ebeveynlerinin 7’si (%44) Covid-19 pandemi sürecinde çocuğun antrenman yapamadığı

dönemlerde çocuğun sosyal gelişimini için destek olduklarını, 5'i (%31) bu süreç içerisinde çocuğunun iletişim düzeyinde azalma meydana geldiğini ve iletişimi kestiğini, 4'ü (%25) çocuğu antrenman yapamadığı için sosyal yaşamının olumsuz yönde etkilediğini ifade etmiştir.

Araştırmacı ve zihinsel engelli sporcuların ebeveynleri arasında geçen diyalog aşağıdaki gibidir

(K9) “Kısıtlamalardan dolayı çok fazla toplum içinde olamadık sosyal gelişiminin gerilememesi için köye gittik bu şekilde sosyalleşmesine fırsat sağladık.”

(K8) “Sosyal gelişim düzeyi geriledi. Evdeki iletişim azaldı genelde yalnız olmayı tercih etti.”

Tablo 17. Katılımcıların “Covid-19 pandemi sürecinde havuzların kontrollü açılma dönemlerinde çocuğunuzun antrenmanlara katılmasında kararınız ne yönde oldu? verdiğiniz kararın nedeni neydi?” sorusu ile ilgili düşünceleri.

	“Covid-19 pandemi sürecinde havuzların kontrollü açılma dönemlerinde çocuğunuzun antrenmanlara katılmasında kararınız ne yönde oldu? Verdiğiniz kararın nedeni neydi?”	Frekans (f)	Yüzde (%)	Katılımcılar
KODLAMA	Olumlu yönde oldu, çocuğum sosyal yaşama tekrar katıldı	7	44	K1, K2, K4, K7, K8, K12, K16
	Olumlu yönde oldu çünkü gerekli tedbirleri aldık	7	44	K6, K9, K10, K11, K13, K14, K15,
	Olumlu yönde oldu, yüzmek çocuğuma iyi geliyor	2	12	K3, K5,
	Toplam	16	100	

Tablo 17’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli yüzme sporcusu ebeveynlerinin 7’si (%44) kontrollü bir şekilde açılan havuzların çocuklarının sosyal yaşama tekrar katılmasına olanak tanıdığı için, 7’si (%44)’si gerekli tedbirleri aldıkları için havuzlar hakkında olumlu yönde düşündüklerini ifade ederlerken, 2’si (%12) de yüzme sporunun çocuklarına iyi geldiği ve bu yüzden olumlu yönde düşündüklerini ifade etmişlerdir.

Araştırmacı ve zihinsel engelli sporcuların ebeveynleri arasında geçen diyalog aşağıdaki gibidir

(K4) “Olumlu yönde oldu. Biz zaten geri kalmasını hiçbir zaman istemedik sosyal hayattan uzaklaşmaması için bir an önce başlamasına karar verdik. Biz hiçbir zaman kısıtlanmasını istemedik.”

4. Tartışma ve Sonuç

Covid-19 pandemi sürecinde zihinsel engelli sporcuların ebeveynlerinin kaygı durumlarının incelenmesi amacıyla yapılan bu çalışma, 16 gönüllü katılımcıdan oluşmaktadır. Çalışmada araştırmacı tarafından hazırlanan 14 soruluk görüşme formu hazırlanmış ve zihinsel engelli olan sporcuların ebeveynleri ile gerekli olan görüşmeler yapılmıştır.

Mevcut çalışmaya katılım sağlayan ebeveynlerin ifadeleri doğrultusunda yüzme sporcularının %56’sı Otizmlili %25’i Down Sendromlu ve %19’unun da Mental Retardasyon olduğu tespit edilmiştir.

Mevcut araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli sporcu ebeveynlerinin %56'sı sporun bedensel ve zihinsel gelişimine katkı sağladığı için çocuklarının spora yönlendirdiklerini, %25'i sporun hem sosyal hem de sağlıklı yaşama olumlu yönde katkı sağladığı için, %19'u alanında uzman kişiler tarafından yapılan görüşmeler sonrasında çocuklarını spora yönlendirdiklerini ifade etmişlerdir.

Cao ve diğerleri (2020), otizmlili ve down sendromlu olan 5- 18 yaş arası 71 engelli çocukta sekiz haftalık bir sörf müdahalesinin çeşitli fiziksel uygunluk ölçümleri üzerindeki etkilerini araştırmıştır. Bu çalışma ile aynı zamanda sörf uygulaması grubu ile yapılandırılmamış bir havuz oyunu grubu arasındaki genel zindelik seviyesindeki farklılıkları karşılaştırmayı amaçlamıştır. Çalışma, sörf (n = 51) ve yapılandırılmamış su programı (n = 20) olarak iki grup halinde Brockport Fiziksel Uygunluk Testi'nden seçilen ön ve son fiziksel uygunluk ölçümlerinden oluşmuştur. Sörf uygulaması alan çocuklara yetişkin bir eğitmen eşlik etmiştir ve 8 hafta boyunca haftada iki kez 1 saatlik eğitim seansı verilmiştir. Havuz programındaki çocuklar ise bir saatlik yapılandırılmış oyunda plaj topları ve sulama kutularıyla havuzda zaman geçirmişlerdir. Bununla birlikte yüzme becerilerinin geliştirilmesine yönelik çalışma yapılmamıştır. Kardiyorespiratuvar dayanıklılık, esneklik, kas gücü ve kas dayanıklılığı ölçümleri yapılmıştır. Sörf grubundaki katılımcılar için vücut kompozisyonu ve kemik mineral yoğunluğu da incelenmiştir. Çalışma sonunda sörf grubunun core kuvveti, üst vücut kuvveti, esneklik ve kardiyorespiratuvar dayanıklılıkta önemli gelişmeler gösterdiği tespit edilmiştir. Bununla birlikte, sörf ve yapılandırılmamış havuz oyun grupları arasında genel zindelik düzeylerinde önemli bir fark bulunmamıştır. Sörf grubundaki vücut kompozisyonu ölçümleri, toplam vücut yağ yüzdesinde ve yağsız kütlede önemli bir azalma ve sörf uygulaması öncesi ve sonrası kemik mineral yoğunluğunda önemli bir gelişme göstermiştir. Ayrıca araştırmacı, eğitmen ve ebeveyn raporlarına göre engelli çocuklarda özgüven artışı, sosyal gelişimde kazanımlar ve kaygı azalması gözlemlenmiştir. Araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli sporcu ebeveynlerinin %56'sı sporun bedensel ve zihinsel gelişimine katkı sağladığı için çocuklarının spora yönlendirdiklerini ifade etmişlerdir. Elde edilen bu bulgu, Cho ve diğerleri (2020) tarafından ulaşılan sonuçlar ile benzerlik göstermektedir.

Çevik ve Kabasakal (2013), sporun engelli bireylerin topluma entegrasyonu ve sosyalleşmesine etkisini incelemek için yaptığı çalışmasında kontrol ve müdahale grubunu incelemiştir. Kontrol grubuna uyguladığı ölçek sonuçlarına göre spor yapmayan engelli bireylerin toplumda yer alma, sohbete katılma gibi konularda yetersiz olduğu, müdahale grubunda ise 8 haftalık spor programı sonrası analiz sonucuna göre bazı gelişmeler olduğunu ayrıca bu gelişmelerin gözlemlenerek de fark edildiğini belirtmişlerdir. Mevcut araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli sporcuların ebeveynlerinin %25'i sporun hem sosyal hem de sağlıklı yaşama olumlu yönde katkı sağladığı için çocuklarını spora yönlendirdiklerini ifade etmişlerdir. Mevcut araştırma bulguları, Çevik ve Kabasakal (2013) tarafından elde edilen araştırma sonuçları ile benzerlik göstermektedir.

Araştırmada, zihinsel engelli sporcu ebeveynlerinin %19'u çocuklarını alanında uzman kişilerin yönlendirmeleri doğrultusunda yüzme sporuna gönderdiklerini ifade etmişlerdir. Durmuş (2022), otizmlili bireylerin fiziksel aktiviteye katılım niyetlerini yarı yapılandırılmış görüşme yöntemiyle incelemiştir. Durmuş (2022) tarafından gerçekleştirilen çalışmaya 9'u anne 7'si baba olmak üzere toplam 16 zihinsel engelli ebeveyni katılım sağlamıştır. Çalışmaya katılım sağlayan ebeveynler otizmlili bireylerin fiziksel aktivite programlarına katılımını teşvik eden kişilerin başında, çocuğun özellikle eğitim hayatında yer alan özel eğitim merkezlerindeki öğretmenleri ve kreş öğretmenleri tarafından teşvik edildiklerini ifade etmişlerdir. Mevcut araştırmaya katılım sağlayan yüzme sporcu ebeveynlerinin %19'u

alanında uzman kişilerinin yönlendirmesiyle çocuklarını yüzme sporuna gönderdiklerini ifade etmişlerdir. Mevcut araştırma bulguları; Durmuş (2022), tarafından ulaşılan sonuçlar ile benzerlik göstermektedir.

Mevcut araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli sporcu ebeveynlerin %56'sı çocuklarının yüzme sporu sayesinde büyüme ve gelişmelerine katkı sağladığını ifade ederken, %37'si bu spor sayesinde çocuklarının postürlerinde, %19'u ise yüzme sporunun çocuklarının motor becerilerinde olumlu yönde değişimlerin olduğunu ifade etmişlerdir. Zihinsel engelli çocukların sıklıkla motor becerileri gerçekleştirilmede zorluk yaşadıkları bilinmektedir. Yapılan araştırmalar neticesinde sporun zihinsel engelli bireylerde motor beceri ve fiziksel uygunluğu geliştirmede etkili olduğu anlaşılmaktadır (Sorensen ve Zarrett, 2014). Ek olarak, Zihinsel engelli çocuklarda sporun zindeliği geliştirdiği, kas gücü ve dayanıklılığı artırmada etkili olduğu bildirilmiştir Fragala-Pinkham, Haley ve O'neil, (2011) tarafından ifade edilen görüşler mevcut araştırmada ulaşılan bulgular açısından değerlendirildiğinde, araştırma bulgularının ilgili literatür ile benzerlik gösterdiği görülmektedir.

Araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli sporcu ebeveynlerinin %56'sı çocuklarının yüzme sporu sayesinde iletişim ve birlikte iş yapma becerilerinde gelişim meydana geldiğini, %37'si bu spor sayesinde çocuklarının dikkat düzeylerinin gelişimi ve özgüven düzeylerinde artışının meydana geldiğini, %19'u ise çocuklarının yüzme sporu sayesinde duygularını kontrol altında tutabildiklerini ifade etmişlerdir.

Eğitilebilir düzeyde olan zihinsel engelli çocuklarda futbol antrenmanının motor yeterlilik, iletişim becerisi ve ruhsal uyum düzeylerine etkisini inceleyen Şahin (2020), araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli çocukların futbol sayesinde iletişim becerilerinde, motor yeterliliklerinde ve ruhsal uyum düzeylerinin anlamlı ölçüde değişiklikler meydana geldiği sonucuna ulaşmıştır. Zihinsel engelli çocukların okul ve günlük yaşamda sportif faaliyetlere katılması, konsantrasyon, motivasyon, sosyal iletişim ve etkileşimin artırmasına yol açmaktadır (Zhao ve Chen 2018; Aksay ve Alp, 2014). Mevcut araştırma bulguları; Şahin (2020), Zhao ve Chen (2018), tarafından ulaşılan sonuçlar ile benzerlik göstermektedir.

Araştırmada zihinsel engelli sporcu ebeveynleri Covid-19'u düşündüğünde; %56'sının kaygılandığı %19'unun bu süreçte korkmadığı, %12'sinin ise Covid-19'u düşündüğünde korktuğunu ifade etmişlerdir. Mevcut araştırmaya katılım sağlayan ebeveynlerde ifade edilen korku kavramı "kaybetme korkusu" olarak ifade edilmiştir. Engelli bireylerin ebeveynlerinin Covid-19 pandemi sürecinde, yaşadığı sorunları incelen Balcı (2021), bu dönemde aileler tarafından yaşanan sorunları; çocukların sağlık kontrollerinin aksaması, pandemi sürecinde artan psiko-sosyal, ekonomik sorunlar ve çocukların rehabilitasyon eğitimlerinde meydana gelen aksamalar olarak sıralamıştır. Ayrıca Balcı (2021) tarafından yapılan araştırmada ebeveynlerin, bir başkası tarafından Covid-19'a yakalanma kaygısı yaşadıkları ifade edilmiştir. Balcı (2021) tarafından ulaşılan sonuçlar, mevcut araştırmada elde edilen bulgular ile benzerlik göstermektedir. Zihinsel engelli sporcuların ebeveynlerinin bu soru kapsamında ifadeleri incelendiğinde, temelde Covid-19'un çocuklarında ne gibi bir etkisinin olacağı, bunun yanında bana bir şey olursa çocuğum ne yapar? kaygısı taşıdıkları söylenebilir. Tekindal ve Özlem (2021), Engelli çocuğa sahip olan annelerin Covid-19 pandemi sürecinde deneyimlerini incelemiş ve Engelli çocuğa sahip kadınların, çocuklarının tüm bakım yüklerini üstlendiği, bu nedenle de Covid-19 pandemi döneminde önemli ölçüde yıprandıklarını ifade etmişlerdir.

Mevcut araştırmada; zihinsel engelli sporcuların ebeveynleri ile birlikte yaşayan ve kronik bir rahatsızlığı bulunan birisi var mı? sorusu ile ilgili katılımcıların 15'i (%94) kendileri ile

birlikte yaşayan ve kronik bir rahatsızlığı bulunan birisinin olmadığını ifade ederken, 1'i (%6) ise kendileri ile birlikte yaşayan ve kronik bir rahatsızlığı olan birisinin olduğu ve bu yüzden endişelendiğini ifade etmişlerdir. Araştırma kapsamında yer alan bu soru ile ilgili literatür incelendiğinde, Uluç ve Duman (2020) tarafından yapılan araştırma dikkat çekmektedir. Aydın İli Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü çalışanlarının Covid-19 pandemi sürecinde kaygı düzeylerinin incelendiği çalışmada yarı yapılandırılmış görüşme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada "evinizde sizinle yaşayan risk grubunda bulunan birisi var mı? Var ise onların risk grubunda olmalarından dolayı endişe ediyor musunuz?" şeklinde katılımcılara soru yöneltilen bu soruda, katılımcıların %72'si 65 yaş üzeri ve kronik rahatsızlığı olan birisinin olmadığını belirtirken, %28'i evlerinde 65 yaş üzeri ve kronik rahatsızlığı olan birisinin olduğunu ve bu durumdan endişe duyduklarını ifade etmişlerdir. Mevcut araştırmada, zihinsel engelli sporcu ebeveynlerinin %94'ü kendileri ile birlikte yaşayan ve kronik bir rahatsızlığı bulunan birisinin olmadığını ifade ederken, %6'ı kendileri ile birlikte yaşayan ve kronik bir rahatsızlığı olan birisi ile yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Mevcut araştırmada bulgusu Uluç ve Duman (2020) tarafından ulaşılan sonuçlar ile benzerlik göstermektedir. Cao ve diğerleri (2020) Covid-19 salgınının Çin'deki üniversite öğrencileri üzerindeki psikolojik etkilerini 7 maddelik Genelleştirilmiş Anksiyete Bozukluğu Ölçeği ile incelemişlerdir. Cao ve diğerleri (2020) tarafından araştırma sonucuna göre, Tıp fakültesi öğrencilerinin ailesinde bulunan kişilerden herhangi birisinin Covid-19 virüsüne yakalanması kaygı durumlarını artırdığı sonucuna ulaşılmıştır.

Mevcut araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli sporcuların ebeveynlerinin %50'si Covid-19 pandemi döneminin çocuklarında fiziksel açıdan olumsuzluklar meydana getirdiğini ifade ederlerken, %50'si de bu sürecin çocuklarında davranışsal açıdan da birtakım sorunların oluşmasına neden olduğunu ifade etmişlerdir. Zihinsel engelli çocuklarda meydana gelen fiziksel problemlerinin temelinde Covid-19 pandemi sürecinde gerek okulların gerekse de yüzme havuzlarının kapalı olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Bu süreç içerisinde, fazla enerjiyi atma imkânı bulamayan, arkadaşları ile görüşemeyen çocuklarda, fiziksel açıdan birtakım meydana gelmiştir. Sansi, Nalbant ve Özer (2021) çalışmasında, uyarlanmış fiziksel aktivite programlarına katılan zihinsel engelli bireylerin lokomotor becerilerinde gelişmeler meydana geldiğini tespit etmiştir. Pan (2014) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, zihinsel engelli çocuklarda, fiziksel aktivite programlarına katılım ile birlikte, koordinasyon, güç ve çeviklik gibi motor beceri alanlarında gelişmeler gözlemlenmiştir. Örneğin; Tan (2011) tarafından yapılan çalışmada ise, fiziksel aktivitenin dikkat ve odaklanmayı artırdığı bildirilmiştir. Zhao ve Chen (2018) çalışmasında, fiziksel aktivite programlarının zihinsel engelli bireylerde göz temasını artırdığı sonucuna ulaşmış Buna ek olarak, çalışmanın bulgularına göre, zihinsel engelli bireylerde sıklıkla gözlemlenen stereotip hareketlerin azalmasında fiziksel aktivitenin etkili olduğu tespit edilmiştir. Bu konuda literatür incelendiğinde, zihinsel engelli bireylerin fiziksel aktiviteye katılmasıyla birlikte stereotip davranışlarda azalma olduğunu (Oriol, George, Peckus ve Semon, 2011; Richmond, 2001; Liu, Fedak ve Hamilton, 2016; Sorensen ve Zarrett, 2014; Sarol, 2015) göstermektedir.

Mevcut araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli sporcuların ebeveynlerinin Covid-19 pandemi sürecinde çocuklarında fiziksel açıdan meydana gelen değişikliklere ilişkin bulgular şu şekildedir; %44'ü Covid-19 pandemi sürecinde çocuklarının kilo aldığını, %31'i bu süreç içerisinde çocuklarının hareketlerinde zayıflığın meydana geldiğini, %25'i de çocuklarında hareketsizlik isteğinin meydana geldiğini ifade etmişlerdir. Birtakım kısıtlamalardan dolayı spor salonundan, eğitim kurumlarına kadar kapanmaları yaşanması, zihinsel engelli çocukları fiziksel açıdan olumsuz yönde etkilemiştir. Healy ve diğerleri (2018) tarafından yapılan araştırmada spor yapan zihinsel engelli bireylerin lokomotor becerilerinin geliştiği tespit

edilmiştir. Durmuş (2022)'a göre, sportif faaliyetlere katılım sağlayan zihinsel engelli çocukların, sportif faaliyetler sayesinde fazla enerjilerini attıkları ve kilo kontrollerini sağladıkları sonucuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde Obrusnikova ve Miccinello (2012) tarafından yapılan araştırma da sportif faaliyetlerin zihinsel engelli çocuklarda, kilo kontrolünün sağlandığı, motor gelişimi ve fiziksel sağlığı artırdığı tespit edilmiştir.

Mevcut araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli sporcuların ebeveynlerinin %44'ü çocuklarının antrenman yapamadığı dönemde sportif başarıda gerileme olma ihtimalini düşünürlerken, %31'i sağlık açısından gerileme olması ihtimali üzerine düşünürken, %25'i de salgın sürecinde çocuklarının sosyal etkileşiminin azalması ve bu sebepten dolayı iletişim problemlerinin meydana çıkarak davranışsal açıdan gerileme olabilmesi ihtimali üzerine düşündüklerini ifade etmişlerdir. Araştırmada elde edilen bu bulgu; zihinsel engelli sporcu ebeveynlerinin yüzme branşında başarılı olma isteklerini ifade etmektedir. Literatür incelendiğinde, fiziksel aktivite programları sayesinde, zihinsel engelli bireylerin, arkadaş ilişkileri geliştirmede ve sosyal hayata uyum sağlamada, dolayısıyla sosyal yaşama katılımı büyük ölçüde desteklemektedir (Sarol ve Çimen, 2015; Garcia-Villamisar ve Dattilo, 2010; Toscano, Carvalho ve Ferreira, 2018).

Mevcut araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli sporcuların ebeveynlerinin %44'ü Covid-19 pandemi çocuklarının rehabilitasyon eğitimini online eğitimle gerçekleştirdiklerini ifade ederlerken, %31'i birtakım problemlerden ötürü rehabilitasyona gitmediklerini, %25 ise bu süreç içerisinde evde ya da dışarıda çocukları ile bir şeyler yaptıklarını ifade etmişlerdir. Kurumeşe (2021)'ye göre, rehabilitasyon merkezleri zihinsel engelli çocuklara haftanın belirli günlerinde, belirlenen seanslara uygun olarak bireysel veya grup şeklinde ya da her iki şekilde eğitim verilen merkezlerdir. Bu merkezlerde üç aşamada rehabilite hizmetleri gerçekleştirilmektedir. Tıbbi rehabilitasyon ilk aşamadır. Tıbbi rehabilitasyonda amaç zihinsel engelli bireyin fiziki açıdan kapasitesini arttırmak ve günlük yaşamında bağımsız ve özgür olmasını sağlamaktır. İkinci aşamada sosyal rehabilitasyon gerçekleştirilmektedir. Engelli bireyin sosyal etkinliklere katılımının desteklendiği rehabilitasyon aşamasıdır. Son aşama ise mesleki rehabilitasyondur. Engelli bireye mesleki açıdan rehberlik ve mesleki eğitim şeklinde hizmetler arz edilmektedir (Ataman, 2003; Akdemir, 2006). Kılıç (2020)'a göre ailelerin çocukları ile yapabildiği serbest zaman aktivitelerini birlikte yapmaları onları hem toplum içinde dışlanma hislerini azaltarak, çocuğun bu etkinlikten zevk almasına olanak tanımaktadır.

Araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli yüzme sporcusu ebeveynlerinin %44'ü Covid-19 pandemi sürecinde çocuğu antrenman yapamadığı için kilo aldığını, %31'i bu süreç içerisinde çocuğunun güçsüzleştiğini ve kas kaybı yaşadığını, %25'i ise çocuklarının hareket performanslarının düşüşün meydana geldiğini ifade etmişlerdir. Gürkan ve Koçak (2021), otizmlili çocukların fiziksel aktiviteye katılmasının, fiziksel gelişimi desteklediği ve genel sağlığı korunmak amacıyla gerekli olduğu tespit edilmiştir. Araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli yüzme sporcusu ebeveynlerinin %44'ü Covid-19 pandemi sürecinde çocuğun antrenman yapamadığı zihinsel farklılık olarak dikkat dağınıklığı ve takıntılarının oluştuğunu, %37'si çocuğun davranışlarında değişikliklerin meydana geldiğini, %19 ise çocuğunun sosyal ortama duyduğu özlemi dile getirdiği görülmektedir.

Araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli yüzme sporcusu ebeveynlerinin %44'ü Covid-19 pandemi sürecinde çocuğun antrenman yapamadığı zihinsel farklılık olarak dikkat dağınıklığı ve takıntılarının oluştuğunu, %37'si çocuğun davranışlarında değişikliklerin meydana geldiğini, %19 ise çocuğunun sosyal ortama duyduğu özlemi dile getirdiği görülmektedir. Gürkan ve Koçak (2020) çalışmasında, otizmlili bireylerin fiziksel aktiviteye katılımıyla birlikte, psikolojik anlamda rahatlama ve özgüvenlerini arttırdığı sonucuna

ulaşmıştır. Mevcut araştırma bulguları Covid-19 pandemi sürecinin çocuklarda, dikkat dağınıklığı, takıntılarının tekrar oluşması ve davranış değişikliğinin meydana geldiği görülmektedir. Sarol ve diğerleri (2015) tarafından yapılan çalışmada, zihinsel engelli bireylerin ebeveynleri, çocuklarının fiziksel aktivite programlarına katılmasıyla birlikte, psikolojik, fiziksel ve sosyal faydalarının olduğunu tespit etmiştir.

Sosyalleşme, bir sosyal olgu olarak bireyin doğuştan itibaren toplumun üyeliğini kazanmasında belli aşamalardan geçerek kendinden beklenen uygun rol ve ilgili normlardan haberdar olması olarak tanımlanmaktadır (Yıldız, 2015). Araştırmaya katılım sağlayan zihinsel engelli yüzme sporcusu ebeveynlerinin %44'ü kontrollü bir şekilde açılan havuzların çocuklarının sosyal yaşama tekrar katılmasına olanak tanıdığı için olumlu yönde düşündüklerini, %44'ü gerekli tedbirleri aldıkları için havuzların açılması ile ilgili olumlu yönde düşündüklerini, %12'si de yüzme sporunun çocuklarına iyi geldiğini için havuzların açılması hakkında olumlu yönde görüşlerinin olduğunu ifade etmişlerdir. Bilindiği üzere sporun her bir birey üzerinde olumlu etkileri bulunmaktadır. Mevcut çalışmada bulguları, Covid-19 pandemi süreciyle evlerine kapanan zihinsel engelli çocukların ailelerinin yüzme havuzlarının kademeleri olarak açılmasından oldukça memnun oldukları, bu süreç içerisinde çocuklarına duymuş oldukları güven ve bunun yanında gerekli tedbirleri alarak çocuklarını yüzme havuzuna gönderdikleri tespit edilmiştir.

Covid-19 pandemi sürecinde zihinsel engelli yüzme sporcusu ebeveynlerinin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen bu çalışmada;

Yüzme sporunun zihinsel engelli çocuklarda fiziksel olarak, büyüme ve gelişme, postür ve motor becerilerine olumlu yönde etkilerinin olduğunu, zihinsel olarak, iletişim ve birlikte iş yapma becerilerinde gelişim meydana geldiği tespit edilirken, covid-19 pandemi süreci ve birtakım kısıtlamalardan dolayı yüzme havuzuna gidemeyen sporcularda, kilo alımının olduğu, dikkat dağınıklığının meydana geldiği ve takıntılarının olduğu tespit edilmiştir.

Zihinsel engelli sporcuların aileleri ile ilgili olarak; Covid-19 pandemi sürecinde yüzme sporcusu ebeveynlerinin, kaygılandığı ve bu yüzde kaybetme korkusu yaşadığı, çocuklarının antrenman yapamadığı dönemde, sportif başarısının gerilemesinden endişe ettiği, ancak kademeli olarak açılan yüzme havuzları sayesinde çocuklarının sosyal yaşama tekrar katılım sağlamasından dolayı olumlu yönde görüş bildirdikleri tespit edilmiştir.

5. Öneriler

- Mevcut çalışmada Manisa ili özelinde zihinsel engelli sporcusu ebeveynleri kapsamında gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın evren ve örnekleme genişletilmesi önerilmektedir.
- Zihinsel engelli sporcusu olan ebeveynlerin tükenmişlik, depresyon ve psikolojik sağlık düzeylerinin yanında yaşam kalitesi ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi önerilmektedir.
- Zihinsel engelli yüzme sporcularının uyku kalitesi düzeylerinin incelenmesi önerilmektedir.

Tüm bunların yanında;

- Çocuk ve ebeveynlerin eşzamanlı katılımına dayalı ve zihinsel engelli olan çocuklarda aktif bir yaşam tarzını teşvik etmeyi amaçlayan müdahale programlarının planlanması önerilmektedir.
- Çocuklarının fiziksel aktivite ile zihinsel gelişiminin sağlanacağı fikrine anne-babaların seminer ve toplantıların düzenlenmesi önerilmektedir.

Kaynaklar

- ADHANOM, G.T. (2020). Addressing mental health needs: an integral part of COVID-19 response. *World Psychiatry*, 19, 129-130.
- AKDEMİR, B. (2006). *Altı- On İki Yaş Arası Zihinsel Engelli Çocukların Görsel Algı Becerilerinin Değerlendirilmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- AKSAY, E. VE ALP, A. (2014). The effects of a physical activity rehabilitation program on the motor skills and physical performance of children with autism spectrum disorder (asd) 'movement therapy and asd'. *International Journal of Academic Research*, 6(1), 12-19.
- ATAMAN A, 2003. Özel gereksinimli çocuklar ve özel eğitime giriş. *Ankara: Gündüz Eğitim ve Yayıncılık*.
- BALCI, A. (2021). COVID-19 Pandemi Döneminde Engelli Çocuğu Bulunan Çalışan Ebeveynlerin Yaşadığı Sorunlar, Sosyal Hizmet ve Desteğin Önemi. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 10(4), 824-831.
- CAO, W., FANG, Z., HOU, G., HAN, M., XU, X., DONG, J. VE ZHENG, J., (2020), The Psychological Impact of the COVID-19 Epidemic on College Students in China, *Psychiatry Research*, 28, 112934.
- ÇEVİK, O. VE KABASAKAL, K., (2013). Spor Etkinliklerinin, Engelli Bireylerin Toplumsal Uyumuna ve Sporla Sosyalleşmelerine Etkisinin İncelenmesi. *Uluslararası Sosyal ve Ekonomik Bilimler Dergisi*, 3(2), 74-83.
- ÇİÇEK, B. VE ALMALI, V. (2020). COVID-19 Pandemisi Sürecinde Kaygı Öz-yeterlilik ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki: Özel Sektör ve Kamu Çalışanları Karşılaştırması. *Electronic Turkish Studies*, 15(4).
- DEMİREL, Ö. (2010). Kuramdan Uygulamaya Eğitimde Program Geliştirme. (12. Basım) *Pegem Yayıncılık*, Ankara.
- DENİZ, M. E., DILMAÇ, B. VE ARICAK, T. (2009). Engelli Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Durumluk-Sürekli Kaygı ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6 (1), 955-956.
- DURMUŞ, K. (2022). *Otizmlili Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılım Niyetlerinin Planlı Davranış Teorisine Göre İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kırıkkale.
- EKİZ, D. (2009). Bilimsel Araştırma Yöntemleri. *Ankara: Anı Yayıncılık*.
- ERDEN, M. (1998). Eğitimde Program Değerlendirme. (3. Basım). *Ankara: Anı Yayınları*.
- ERTÜRK, S. (1994). Eğitimde Program Geliştirme. (8.Basım). *Ankara: Meteksan Matbaacılık*.
- FRAGALA-PINKHAM, M. A., HALEY, S. M. VE O'NEIL, M. E. (2011). Group swimming and aquatic exercise programme for children with autism spectrum disorders: a pilot study. *Developmental Neurorehabilitation*, 14(4), 230-241.

- GARCÍA -VILLAMISAR, D. A. VE DATTILO, J. (2010). Effects of a leisure programme on quality of life and stress of individuals with ASD. *Journal of Intellectual Disability Research*, 54(7), 611-619.
- GENÇ, Y. (2017). Engelli çocuğa sahip ailelerin kaygı düzeylerinin incelenmesi (Sakarya Örneği). *International Congress on Political, Economic and Social Studies*, 1, (1), 9–11.
- GÜLŞEN, F. VE GÖK, Ö. B. (2009). Engelli çocuğa sahip ailelerin stresle baş etme durumları. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 8, 413–420.
- GÜRKAN, R. K. VE KOÇAK, F. (2021). Perceived constraints and facilitators of participation in physical activity by individuals with autism spectrum disorders. *Physical Activity Review*, 8(1), 51-63.
- HEALY, S., NACARIO, A., BRAITHWAITE, R. E. VE HOPPER, C. (2018). The effect of physical activity interventions on youth with autism spectrum disorder: A meta- analysis. *Autism Research*, 1-16.
- İŞIKHAN, V. (2006) Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Aileler ve Sosyal Hizmet. Hacettepe Üniversitesi, *Ufku Ötesi Bilim Dergisi*, 6(1), 28-46.
- Kılıç, K. (2020). Zihinsel Engelli Bireylere Uygulanan Eğitsel Oyunların Davranışları Üzerine Etkisinin İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kayseri.
- KURUMEŞE, M. (2021). *Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Annelerin Umutsuzluk Düzeyleri ve Psikolojik Sağlık Düzeylerinin İncelenmesi*. Manavgat İlçesi Örneği. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Konya.
- LIU, T., FEDAK, A. T. VE HAMILTON, M. (2016). Effect of physical activity on the stereotypic behaviors of children with autism spectrum disorder. *Int J School Health*, 3(1), 17-22.
- MATEJEVIE, M. D. VE JOVANOVIĆ, D. R. (2011), The Functionality of Families with Children with Special Needs from Te Systemic Perspective. *Philosophy, Sociology, Psychology and History*, 10 (1), 57-66.
- MERRIAM, S. B. (2013). Qualitative research and case study applications in education: Revised and expanded from case study research in education. *USA: Jossey-Bass*.
- METIN, E. N. (2012). Özel Gereksinimli Çocuğun Aileye Katılımı. *Ankara: Maya Akademi Yayınevi*.
- OBRUSNIKOVA, I. VE MICCINELLO, D. L. (2012). Parent perceptions of factors influencing after-school physical activity of children with autism spectrum disorders. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 29(1), 63-80.
- ORIEL, K. N., GEORGE, C. L., PECKUS, R. VE SEMON, A. (2011). The effects of aerobic exercise on academic engagement in young children with autism spectrum disorder. *Pediatric Physical Therapy*, 23(2), 187-193.
- ORNSTEIN, A.C. VE HUNKINS F.P. (2004). Curriculum-Foundations, Principles and Issues. (Fourth Edition). *Allyn and Bacon, United States*.
- PAN, C. Y. (2014). Motor proficiency and physical fitness in adolescent males with and without autism spectrum disorders. *Autism*, 18(2), 156-165.

- RICHMOND, L. M. (2001). The effect of physical activity on stereotypical behavior of autistic children. *Doctoral Dissertation*. Texas A & M University.
- SANSI, A., NALBANT, S. VE ÖZER, D. (2021). Effects of an inclusive physical activity program on the motor skills, social skills and attitudes of students with and without autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 51(7), 2254-2270.
- SAROL, H. VE ÇİMEN, Z. (2015). The effects of adapted recreational physical activity on the life quality of individuals with autism. *The Anthropologist*, 21(3), 522-527.
- SORENSEN, C. VE ZARRETT, N. (2014). Benefits of physical activity for adolescents with autism spectrum disorders: A comprehensive review. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*, 1(4), 344-353.
- SOROKOWSKI, P., GROYECKA, A., KOWAL, M., SOROKOWSKA, A., BIAŁEK, M., LEBUDA I (2020). Can information about pandemics increase negative attitudes toward foreign groups? A case of COVID-19 outbreak. *Sustainability*, 12(12); 4912.
- SÖNMEZ, V. (2008). Program Geliştirmede Öğretmen El Kitabı (14. Baskı). *Ankara: Anı Yayıncılık*.
- ŞAHİN, E. (2020). *Eğitilebilir Zihinsel Engelli Çocuklarda Futbol Antrenmanının Motor Yeterlik, İletişim Becerileri ve Ruhsal Uyum Düzeyleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Düzce Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Düzce.
- TAN, W. Z. B. (2011). Physical Activity: Its Implication on Attention Span and Quality of Life in Children with Autism Spectrum Disorder. Thesis. Faculty of Computing, Health and Science, *Edith Cowan University*.
- TEKİNDAL, M. VE ÖZLEM, Ş. Ö. (2021). Engelli Çocuğa Sahip Kadınların COVID-19 Sürecindeki Deneyimleri: Nitel Bir Araştırma. *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 6(3), 115-124.
- TOSCANO, C. V., CARVALHO, H. M. VE FERREIRA, J. P. (2018). Exercise effects for children with autism spectrum disorder: metabolic health, autistic traits, and quality of life, *Perceptual and Motor Skills*, 125(1), 126-146
- ULUÇ, E. A. VE DUMAN, S. (2020). Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü Çalışanlarının Covid-19 Sürecinde Kaygı Durumlarının İncelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 289-302.
- UŞUN, S. (2012). Eğitimde Program Değerlendirme Süreçler Yaklaşımlar ve Modeller. *Ankara: Anı Yayıncılık*.
- VARIŞ, F. (1996). Eğitimde Program Geliştirme/ Teoriler ve Teknikler. *Ankara: Alkım Yayıncılık*.
- WANG, C., PAN, R., WAN, X., TAN, Y., XU, L. VE MCLNTYRE, S. (2020). Longitudinal Study on the Mental Health of General Population during the COVID-19 Epidemic in China. *Brain Behav Immun*, 87, 40-48.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION WHO (2021). Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak. <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-healthconsiderations.pdf>. Adresinden Alınmıştır.

YILDIRIM A. VE ŞİMŞEK H. (2006), Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri. *Ankara: Seçkin Yayıncılık.*

YILDIRIM, A. VE ŞİMŞEK, H. (2021). Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri. *Seçkin Akademik ve Mesleki Yayınlar: Ankara.*

YILDIZ, Y. (2015). *Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme ve Mutluluk Düzeylerinin İncelenmesi.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıktı Koçman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Muğla.

ZHAO, M. VE CHEN, S. (2018). The effects of structured physical activity program on social interaction and communication for children with autism. *BioMed Research International*, 2018, 1-14.