



## OTİZMLİ ÇOCUĞA SAHİP EBEVEYN PERSPEKTİFİ İLE SERBEST ZAMAN VE FİZİKSEL AKTİVİTENİN ANLAMI\*

Halil SAROL <sup>1\*\*</sup>, İsmail AYDIN <sup>2</sup>, İbrahim GÜMÜŞBOĞA <sup>3</sup>, Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ <sup>4</sup>,  
Yusuf ALICI <sup>5</sup>

<sup>1</sup>Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, KIRIKKALE

<sup>2</sup>Bartın Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, BARTIN

<sup>3</sup>Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, ANKARA

<sup>4</sup>Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ANTALYA

<sup>5</sup>Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, ESKİŞEHİR

**Öz:** Bu araştırmanın amacı; otizmlili çocuğa sahip ebeveynlerin serbest zaman ve fiziksel aktiviteyle ilgili düşüncelerinin incelenmesidir. Nitel araştırma yaklaşımının kullanıldığı çalışmanın örneklem gurubunu; otizmlili çocuğunu fiziksel aktivite programlarına katılan 10 ebeveyn oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemini belirlemek için amaçlı örnekleme yöntemlerinden “ölçüt örnekleme yöntemi” kullanılmıştır. Kavramsal çerçeveyi oluşturmak ve görüşme sorularını hazırlamak amacıyla kapsamlı bir şekilde alan yazın taraması yapılmış ve iki alan uzmanının görüşleri doğrultusunda veri toplama aracı olarak 7 soruluk “yarı yapılandırılmış” görüşme formu hazırlanmıştır. Hazırlanan görüşme formu çerçevesinde; katılımcılarla görüşmeler yüz yüze gerçekleştirilmiş ve toplanan veriler içerik analiz yöntemiyle çözümlenmiştir. Araştırma bulgularına göre otizmlili çocuğu olan ebeveynlerin serbest zaman kavramını kendi kendine kaldığı zaman dilimi olarak algıladığı ve bu zaman diliminde daha çok fiziksel ve sosyal etkinliklere katılmayı tercih ettiği tespit edilmiştir. Ebeveynlerin otizmlili bir çocuğa sahip olma durumunu serbest zamanlarını değerlendirme konusunda en önemli sınırlandırıcı faktör olarak görmesi elde edilen diğer bulgudur. Ailelerin otizmlili çocuğunu fiziksel aktivite programı sunan bir spor kulübüne gönderme sebebinin daha çok özel eğitim alanındaki programlarının yetersiz olması ve fiziksel aktivite programların çocuklar için psikolojik, fiziksel ve sosyolojik faydalar sağlaması olduğu görülmektedir. Ayrıca otizmlili çocukların fiziksel aktivite programına katılma durumu ebeveynlerinin serbest zaman süresinde bir artış yarattığı da elde edilen verilerden anlaşılmaktadır. Sonuç olarak; otizmlili çocuğu olan ebeveynlerin serbest zamanı kendi kendine kaldığı zaman dilimi olarak algıladığı ve fiziksel aktiviteleri kendileri için önemli bir serbest zaman değerlendirme biçimi; çocukları için ise zorunlu bir ihtiyaç olarak gördüğü söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Otizm, Serbest Zaman, Fiziksel Aktivite

### THE MEANING OF LEISURE AND PHYSICAL ACTIVITY: PERSPECTIVE OF THE PARENTS WHO HAVE CHILD WITH AUTISM

**Abstract:** The aim of this study was to analyze the opinions of parents who have child with autism about leisure and physical activity. The sample group of the study in which qualitative research is used is 10 parents whose child with autism attends any physical activity at a sports club in Ankara. Criterion sampling from purposeful sampling methods is used in order to define study group of the study. Literature review is done to form conceptual framework and prepare interview questions and 7-question semi-structured interview form is prepared as data collection tool in accordance with 2 domain experts' views. Within the frame of prepared interview form, face to face interviews are done and collected data is analyzed with content analysis method. Data collected from participants is saved to a recorder so as to provide reliability and validity, therefore data loss is prevented and research data is analyzed more than one researcher. According to research findings, it is understood that parents who has child with autism consider leisure as the time with their own and they prefer to participate more in physical and social activities at this time period. Another finding is that parents consider that having a child with autism is the most important factor to limit using the leisure. The reason of parents' sending their children to sports club is that special education programs are inadequate and physical activity programs provide psychological, physical and sociological benefits. Furthermore, the fact that children with autism participate physical activity programs creates an increase in parents' participation of leisure. In conclusion, parents who have child with autism consider leisure as the time when they are with their own and they think that physical activities are important part of enjoying leisure whereas physical activities are necessary for their children.

**Key Words:** Autism, Leisure, Physical Activity

\*Bu çalışma; 31 Ekim-3 Kasım 2018 tarihleri arasında Antalya'da düzenlenen 16. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'nde bildiri olarak sunulmuştur.

## GİRİŞ

Serbest zaman aktivitelerine katılımın, bireylerin yaşamında önemli bir yere sahip olduğu bilinmesine rağmen, pek çok bireyin rekreasyonel amaçlı fiziksel aktivitelere çeşitli sebeplerden dolayı yeterli düzeyde katılmadığı gözlenmektedir (Dubbert, 1992; Sarol ve Çimen, 2015). Bu konuda yapılan çalışmalar bireylerin serbest zamanlarında fiziksel aktivitelere katılımlarını etkileyecek toplumsal, kültürel, kişisel özellikler; yaş, cinsiyet, vb. birçok olası faktörü ortaya koymaktadır (Carena ve ark., 2017; Chang, 2017; Demir ve Demir 2006; Juniu ve Henderson, 2001; Lee ve Kim, 2018; Liu ve ark., 2008; Walker ve Wang, 2009). Bireylerin serbest zaman değerlendirme konusunda ilgili faktörlerin olmasının yanı sıra, serbest zaman anlamının bireyden bireye değişebildiği de karşımıza çıkabilmektedir. (Donald ve Havighurts, 1959; Kleiber ve ark., 1993; Shaw, 1985; Stockdale, 1985). Özellikle evlenme, boşanma, çocuk sahibi olma vb. sosyal rollerin bireylerin serbest zaman anlamını olumsuz yönde etkilediği yapılan çalışmalarda görülmektedir (Carpenter ve Patterson, 2004; Dupuis ve Smale, 2000; Kelly, 1978; Freysinger, 1987; Veal, 2015).

Özellikle otizmlili çocuğa sahip olmanın aileler üzerinde oluşturduğu olumsuz etkilerin başında, aile yapısında, işleyişinde ve ebeveynlerin sosyal rollerinde meydana gelen değişime uyum sağlamakta güçlük çekme olduğu görülmektedir (Florian, 1989; Küçükler, 2001). Bu bağlamda, yapılan çalışmalar, otizmlili çocuğa sahip ebeveynlerin hayatlarındaki stres düzeyinin, normal gelişim gösteren çocuğa sahip ebeveynlerin stres düzeyinden daha fazla olduğunu göstermektedir (Akkök ve ark., 1992; Estes ve ark., 2009; Küçükler, 2001; Sabih ve Sajid, 2008; Sencar, 2007; Smith ve ark., 2001). Otizmlili çocukların ebeveynlerinin sosyal yaşama ve serbest zaman etkinliklerine katılımlarının yetersiz veya az olduğunu ifade etmeleri, yeterli yardım ve destek alamadıklarını hissetmeleri gibi sınırlandırılmış duygular nedeni ile yoğun stres ve kaygı yaşadıkları da düşünülmektedir (Cassidy ve ark., 2008; Ludlow ve ark., 2012; Nealy ve ark., 2012; Woodgate ve ark., 2008). Bu durumun otizmlili çocuğa sahip olmanın getirdiği zorluklarla mücadele eden ailelerin serbest zamanlarını değerlendirme biçimlerini de etkilediği söylenebilir.

Serbest zamanı olumlu bir biçimde değerlendirmek bireylerin yaşamında birçok faydayı da beraberinde getirmektedir (Eccles, 2005; Güngörmüş ve ark., 2017; Kim ve ark., 2018; Serdar ve ark., 2017). Serbest zamana ilişkin yapılan çalışmalar, insanların bu zaman dilimlerini değerlendirmek için kilo kontrolü, stresi önleme, iyi vakit geçirme, yeni insanlarla tanışma, sağlıklı yaşlanma vb. amaçlar doğrultusunda fiziksel aktivitelere katıldığını ortaya koymaktadır (Fenton ve ark., 2018; Nagata ve ark., 2018; Reyes Uribe, 2017; Schryer ve ark., 2016). Serbest zaman aktivitelerine katılımın birey yaşamında olumlu katkılarının olması literatürde farklı kültür ve örneklem gruplarında (Gürbüz ve Henderson, 2013; Kara ve ark., 2019; Kim ve Park, 2018; Zhou, 2010) çalışmaların artmasında son derece etkili olmuştur. Öte yandan fiziksel aktivitenin tüm bireylerde olduğu gibi otizm spektrum bozukluğu olan bireyler için de (Hollander ve Nowinski, 2003) oldukça önemli bir yere sahip olduğu bilinmektedir (Sarol, 2013). Fiziksel aktiviteye katılım, otizmlili bireylerin sosyal gelişimlerine ve kalıplaşmış hareketlerin azaltılmasına olumlu katkı sağlamaktadır (Orsmond ve ark., 2004). Yapılan çalışmalar otizmlili bireylerin fiziksel aktivite katılımları sonucunda genel sağlık durumu, davranış bozuklukları ve motor becerilerde iyileşmeler olduğunu göstermektedir (Lang ve ark., 2010, Bremer ve ark., 2016).

Literatürde son yıllarda serbest zamanın anlamı konusunda çeşitli gruplar üzerinde birçok çalışma (Gürbüz ve Henderson, 2014; Scott, 1992; Fernandez ve ark., 2018; Petty ve ark., 2018) yapılmış olmasına rağmen; otizmlili çocuğa sahip olan aileleri kapsayan sınırlı sayıda çalışmanın olduğu tespit edilmiştir (Çimen ve ark., 2016; Sarol ve ark., 2017; Özen ve ark., 2002).

Bu bilgiler ışığında çalışmanın amacı, otizmlili çocuğu olan ebeveynlerin serbest zaman ve fiziksel aktiviteye yükledikleri anlamın incelenmesidir.

## YÖNTEM

### Araştırma Modeli

Nitel araştırma yaklaşımı ile yapılan araştırma olgubilim (fenomenoloji) deseni ile tasarlanmış ve yorumlayıcı paradigma ile ele alınmıştır. Fenomenoloji, birkaç kişinin yaşadığı gibi bir fenomenin (olgunun) derinlemesine anlaşılmasını sağlayan yöntemdir (Creswel,2007) ve bize tamamen yabancı olmayan ancak anlamını tam kavrayamadığımız olguları araştırmaya olanak sağlamaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Bu bağlamda çalışmada otizmlili bireye sahip ebeveynlerin serbest zaman olgusuna ve fiziksel aktiviteye ilişkin düşünceleri incelenmiştir.

### Araştırma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu; otizmlili çocukları olan ve Ankara’da bir kulüp bünyesinde fiziksel aktivite programına gönderen 10 ebeveyn oluşturmaktadır. Çalışma grubunu belirlemek için amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Örnekleme seçiminde sorulara cevap verebilmesi açısından, ölçüt olarak otizmlili çocuğu olan ve en az 12 ay boyunca çocuğunu fiziksel aktivite programına gönderen ebeveynler tercih edilmiştir. Katılımcıların demografik verilerine ilişkin bilgiler Tablo 1.’de verilmiştir.

**Tablo 1.** Katılımcıların Demografik Bilgileri

Katılımcı	K1	K2	K3	K4	K5	K6	K7	K8	K9	K10
Yaş	53	48	52	41	44	47	35	42	43	47
Cinsiyet	K	K	E	K	K	K	E	K	E	E
Eğitim Düzeyi	Lisans	Lisans	Lisans	Lisans	Lisans	Lisans	Lisans	Lisans	Lisans	Lise
Medeni Hâl	Evli	Evli	Evli	Evli	Evli	Evli	Evli	Evli	Evli	Evli
Aylık Gelir	15000 TL	10000 TL	10000 TL	5000 TL	4000-6000 TL	10000 TL ve Üstü	7000-8000 TL	10000 TL ve Üstü	10000 TL ve Üstü	5000 TL
Hizmet Aldığı Süre	6 yıl	5 yıl	5 yıl	3 yıl	5 yıl	1 yıl	1 yıl	6 yıl	6 yıl	5 yıl
Kardeş Sayısı	2	-	-	-	2	2	2	-	-	2
Anne-Baba Çalışma Durumu	Her İkisi	Her İkisi	Her İkisi	Her İkisi	Baba	Baba	Her İkisi	Baba	Anne	Anne

Tablo 1’de cinsiyet sütununda kadın katılımcılar “K”, erkek katılımcılar ise “E” harfi ile kodlanmıştır. Tablo incelendiğinde katılımcılardan 4’ünün erkek 6’sının ise kadın olduğu, eğitim durumlarının bir katılımcı haricinde hepsinin lisans düzeyinde olduğu, spor hizmeti aldıkları süre ortalamasının 4 yılın üzerinde olduğu (Ort: 4 yıl 3 ay) ve katılımcıların yaş ortalamalarının ise 45,2 olduğu görülmektedir.

### Verilerin Toplanması

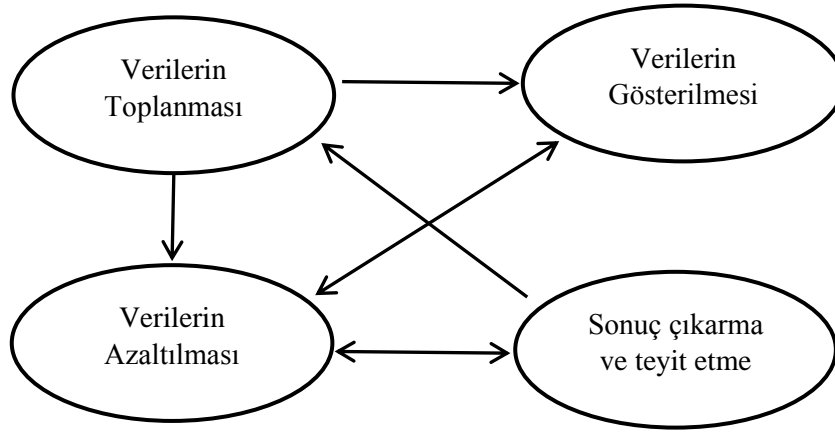
Araştırmada araştırmacının eldeki duruma, yanıtlayanın ortaya çıkan dünya görüşüne ve konuyla ilgili yeni fikirlere cevap vermesine daha çok olanak sağlayan (Merriam, 2009) yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Bu kapsamda kavramsal çerçeveyi belirlemek ve araştırma soruları hazırlamak için alan yazın taraması yapılarak iki alan uzmanının görüşleri ışığında 7 soruluk yarı yapılandırılmış görüşme formu hazırlanmıştır.

*Örnek Soru: Serbest zamanlarınızı dilediğinizce değerlendirme konusunda engel olarak gördüğünüz durumlar var mıdır? Varsa bunların neler olduğunu açıklayabilir misiniz?*

Katılımcılarla yapılan görüşmeler 2018 yılı ocak ve haziran ayları arasında, fiziksel aktivite merkezinde ve ebeveynlerin evleri ziyaret edilerek yüz yüze yapılmıştır. Görüşmeler katılımcıların rızası alınarak ses kayıt cihazına alınmış ve daha sonra değişiklik yapılmadan yazılı hale dönüştürülmüştür.

### Verilerin Analizi

Bu çalışmada elde edilen verilerin analiz edilmesinde içerik analizi yöntemi benimsenmiştir. İçerik analizinde Miles ve Huberman'ın (1994) önerdiği interaktif analiz modeli kullanılarak toplanan veriler ele alınmıştır.



Kaynak: Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Bu modele göre öncelikle veriler toplanarak yazılı hale dönüştürülmüş daha sonra elde edilen veri seti kodlamalar yoluyla yoğunlaştırılmış ve oluşturulan temalar yoluyla yorumlamalar yapılarak bulgular elde edilmiştir. Modele uygun şekilde elde edilen bulgular sürekli karşılaştırmalı analiz yöntemiyle doğrulanmıştır.

### Geçerlik ve Güvenirlik

Çalışmada geçerlik ve güvenilirliğin sağlanması amacıyla; dış geçerlik için araştırmada izlenen süreçler açık açık ifade edilmiş, iç geçerlik için katılımcı teyidi ve uzman görüşü alınmıştır. Dış güvenilirlik için araştırmanın yöntemi ve aşamaları tanımlanmış, katılımcılara aydınlatılmış onam formu imzalatılmış, iç güvenilirlik için ise bulgularda doğrudan alıntılar yapılmış, araştırmada birden fazla araştırmacı yer almış ve yapılan kodlamalar sürekli karşılaştırmalı analiz yöntemiyle karşılaştırılmıştır. Ayrıca çalışmada içerik analizinde içsel tutarlılığın belirlenmesi amacıyla Miles ve Huberman tarafından geliştirilen iç tutarlık formülü kullanılmıştır. İç tutarlık; "Güvenirlik = Görüş birliği / (Görüş Birliği + Görüş Ayrılığı)" formülü ile hesaplanmıştır. (Miles ve Huberman, 1994). Bu kapsamda çalışmanın iç tutarlık ortalaması 0,83 olarak hesaplanmıştır.

Araştırmada her bir anne-babanın sorulara verdiği cevaplar isim verilmeden kodlanarak aktarılmıştır. Buna göre otizmlili çocuğunu fiziksel aktivite programı hizmeti veren bir kulübe gönderen anne-babaları temsil etmesi açısından katılımcılar "K" olarak kodlanmış ve her katılımcıya "K1, K2, K3..." şeklinde bir numara verilmiştir.

## BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amacı doğrultusunda otizmlili bireylerin ebeveyn görüşleri analiz edilerek bulgular aşağıda sunulmuştur.

### Serbest Zaman Kavramının Tanımlanması

Katılımcı görüşleri incelendiğinde katılımcıların büyük çoğunluğu “serbest zaman” kavramını “kendimle kalabildiğim zaman” ve “otizmlili çocuklarının evde olmadığı zaman olarak” olarak ifade etmişlerdir. Bu bulguya ilişkin katılımcı görüşü; “*kendime ayırdığım zamanlar geliyor aklıma...*”(K6) şeklindedir. Elde edilen bir diğer önemli bulgu ise katılımcıların “sosyalleşebildiğim zaman” ve “ailemle geçirdiğim zaman” şeklinde ifadelerle serbest zaman kavramını tanımladıkları görülmektedir. Katılımcıların “*arkadaşlarımla sosyalleşebildiğim zamanlar*”(K6) ve “*ailem için yapabileceklerimin içerdiği zaman*”(K3) şeklindeki ifadeleri bu temaların oluşturulmasında referans olmuştur.

### 2. Ebeveynlerin Serbest Zaman Değerlendirme Biçimleri ve Yönlendiren Etkenler

Araştırmada elde edilen bulgulara göre otizmlili çocuğu olan ebeveynler serbest zamanlarında “rahatlamak, güçlenmek, stres ve sıkıntılardan kurtulmak, iyi hissetmek, kendine özel bir şey yapmak” gibi sebeplerle daha çok fiziksel etkinlikler yaptıklarını ifade etmişlerdir. Katılımcı anlatımıyla bu durumu şöyle ifade etmiştir; “*stres ve sıkıntıyı atıyorum, en iyi antidepresan spordur*”(K4).

Araştırma bulgularına göre katılımcıların serbest zamanlarını değerlendirme konusunda sosyal etkinliklerin de önemli bir yer tuttuğu görülmektedir. Katılımcıları bu etkinliklere yönlendiren faktörlerin ise kendi ifadeleriyle: “rutinden çıkmak, psikolojik olarak rahatlamak, sosyal çevrede yaşamın gereği, bir takım şeyleri unutmak, işim gereği” gibi etkenler olduğu tespit edilmiştir. Örneğin “*arkadaşlarımla kahve içebiliyorum, arkadaş seyahati yapabiliyorum, arkadaşlarımla görüşebiliyorum...*”(K4) şeklindeki katılımcı görüşü ebeveynler açısından serbest zamanları değerlendirme konusunda sosyal etkinliklerin önemi ifade edilmiştir.

Ebeveynlerin serbest zaman kullanımında fiziksel ve sosyal etkinliklerin yanı sıra ev içi aktiviteleri de sıklıkla tercih ettikleri görülmektedir. Yine bu bulgunun oluşmasında katılımcıların ifadeleriyle “çocuklarının özel durumları, dinlenme ihtiyacı, çalışma durumu gibi” nedenlerle serbest zamanlarında daralma meydana geldiği ve bu daralan zamanda daha çok ev içi aktiviteler yaptıkları görülmektedir. Bu bulguyu destekleyen katılımcı görüşü şu şekildedir: “*boş zamanda mutfakta çok uğraşırım, benim için mutfakta vakit geçirebilmek beni çok rahatlatan bir şeydir...*”(K3).

### 3. Ebeveynlerin Serbest Zaman Engelleri

Serbest zaman engellerine ilişkin görüşleri incelendiğinde araştırmaya katılan ebeveynler serbest zamanlarını değerlendirme konusunda daha çok otizmlili bir çocuğa sahip olmaları durumlarını engel olarak gördükleri anlaşılmaktadır. “*en çok engelleyen benim oğlumun durumu, yani onunla daha fazla şeyler yapabiliydik...*”(K2).

Yine ebeveynlerin serbest zamanlarını kullanmalarında engel olarak gördükleri bir diğer faktör ise ekonomik engellerdir. Katılımcılar otizmlili bir çocuğa sahip olmanın onlara fazladan ekonomik harcamalar getirdiğini, bu harcamaları karşılayabilmek için daha fazla çalışmak zorunda kaldıklarını ve devletten alınan desteğin artırılması durumunda kendilerine ayıracakları zamanın artacağı yönünde görüş belirtmişlerdir. “*Yoğun özel eğitim aldırınca bazen 5 lira ile gezdiğimi bile bilirim...*”(K4).

Serbest zaman kullanımında katılımcılar tarafından engel olarak algılanan bir diğer faktör ise “zaman kısıtlılığı” dır. “*evde mesela yemek yapmak oldukça yarım günümü alan bir şey.*” (K1) ve “*Kafanızın her zaman bir yerinde o var... Bir yere gideceğiniz zaman mesela kaç saat gideceğim kafanızda planlıyorsunuz işte arkadaşlarla buluşacağız gece 11 de döneceğiz mesela 11’de dönmezseniz rahatsız oluyorsunuz*” (K2) ifadeleri ile katılımcılar serbest zaman kullanımında engel oldukları bir faktöründe zaman kısıtlılığı olduğunu dile getirmektedirler.

#### **4. Ebeveynlerin Serbest Zamanlarını Değerlendirdikleri Sosyal Çevre**

Araştırmaya katılan ebeveynlerin serbest zamanlarını daha çok eşleriyle ve arkadaşlarıyla değerlendirdikleri bulgusu elde edilmiştir. Katılımcı 10 bu durumu şu ifadeyle dile getirmektedir: “*mümkünse eşimle, değilse de başka seçeneğim yok, onun dışında da bir arkadaşımınla gideyim dediğim bir dünyamız yok...*” (K10).

Otizimli çocuğuyla birlikte serbest zaman değerlendirme konusunda ise sadece iki katılımcı olumlu görüş bildirmiştir. Bunlardan katılımcı 8 “*eşim ve oğlumla etkinliklerden çok keyif alıyoruz...*” (K8) şeklinde ifade ederek bu durumu anlatmaktadır.

Otizimli çocukları ile serbest zaman değerlendirme konusunda ebeveynler bu zaman dilimini serbest zaman olarak görmedikleri için daha az tercih ettikleri anlaşılmaktadır. Örneğin “*çocuğumla ilgilendiğim zaman benim için serbest zaman aktivitesi değildir...*” (K7) ifadeyle ebeveynlerin çocuklarıyla yaptıkları aktiviteleri serbest zaman aktivitesi olarak değerlendirmedikleri anlaşılmaktadır.

#### **5. Ebeveynlerin Çocukları ile Serbest Zaman Değerlendirme Şekilleri**

Araştırmaya katılan ebeveynlerin otizimli çocuklarıyla serbest zamanlarını değerlendirmek amacıyla daha çok fiziksel ve sosyal etkinlikleri tercih ettikleri bulgusu elde edilmiştir. Bu bulguya ilişkin katılımcı ifadesi; “*mesela pazar günü onu havuza götürdüm ona odaklı yani o neden hoşlanıyorsa onu yapıyoruz...*” (K3) şeklindedir.

Bu etkinliklerden sosyal amaçlı olanlar; yemek yeme, AVM gezintisi, arkadaş ziyaretleri, piknik yapmak ve alışveriş gibi aktivitelerdir. Bu bulguyla ilgili katılımcı görüşü kendi ifadeyle şu şekilde aktarılmıştır: “*dışarı ortama sokmaya çalışıyorum sosyal çevrede işler nasıl yürür onu göstermeye çalışıyorum...*” (K7).

#### **6. Ebeveynlerin Çocuklarını Fiziksel Aktiviteye Programına Gönderme Sebepleri**

Katılımcı ifadeleri incelendiğinde otizimli çocuğunu fiziksel aktivite programı sunan bir merkeze gönderen katılımcıların tamamına yakınının özel eğitimin yetersizliği konusunda görüş belirttikleri görülmektedir. Bu bulgunun elde edilmesinde “*Türkiye’de maalesef özel eğitim bizim istediğimiz kalitede değil...*” (K4) şeklindeki katılımcı ifadesinden yola çıkılmıştır.

Yine yapılan kodlamalar çerçevesinde özel eğitim kurumlarının katılımcıların çocuklarındaki fiziksel yetersizlikleri giderme açısından eksik kaldığı ve bu eksikliğin ise sportif eğitim ihtiyacı oluşturduğu anlaşılmaktadır. Katılımcı ifadelerinde otizimli olan çocuklarının da fiziksel aktivite ihtiyacı olduğunu şu şekilde dile getirmektedir: “*Her insanın yaptığı gibi haftada belli zamanlarda spora gitmesi gerektiğini düşündüm*” (K8).

Elde edilen bir diğer önemli bir bulgu ise ebeveynlerin çocuklarını sportif eğitim merkezlerine gönderme sebeplerinden birisinin onların bakıcılık ihtiyaçlarını gidermek amaçlı olduğu tespit edilmiştir. Örneğin; “*Bir yere bırakma ihtiyacı doğdu...*” (K1) ifadeyle ebeveynlerin kendilerine serbest zaman yaratmak amacıyla veya çalışabilmek amacıyla çocuklarını sportif eğitim veren bir merkeze gönderme ihtiyacının oluştuğu görülmektedir

Ayrıca bazı ebeveynlerin çocuklarındaki fiziksel beceri yetersizliklerini spor eğitimi ile gidermek istedikleri için çocuklarını bu kulübe gönderdikleri elde edilen bulgulardan anlaşılmaktadır. Çocuğunun fiziksel beceri eksikliği katılımı şu şekilde ifade etmiştir: “10 yaşında bir çocuktan merdiven dahi çıkamıyordu”(K2).

## 7. Ebeveynlerin Çocukları ve Kendileri İçin Fiziksel Aktivitenin Faydaları

### a-) Çocuk Açısından Faydalar:

Otizmlili çocuğunu fiziksel aktivite programı sunan merkezlere gönderen ebeveynlerin çocuklarında daha çok psikolojik ve fiziksel değişimler gözlemledikleri tespit edilmiştir. Katılımcılar ;“çocuğum için birincisi özgüveni yükseldi”(K2) ifadesi ile psikolojik, “Çocuğum düz yolda bile yürürken içe basardı şimdi düzeldi...”(K1 ifadesi ile de fiziksel aktivitenin çocukları açısından fiziksel faydalarını ifade etmişlerdir.

Çocuklar açısından fiziksel aktivitenin bir diğer olumlu çıktısı ise “sosyolojik faydalar” temasında ele alınmıştır. Bu bulguya ilişkin katılımı görüşünü ise şu şekilde ifade etmiştir; “...gidip insanları elliyordu, dokunuyordu şimdi mesela o tavırları da değişti. Dokunmuyor gidip merhaba diyor konuşuyor, tanışıyor...”(K1).

### b-) Ebeveynler Açısından

Araştırma kapsamında çocuklarını fiziksel aktivite programı sunan bir merkeze gönderen anne-babaların kendileri açısından durum değerlendirmeleri incelendiğinde; katılımcıların serbest zamanlarında artış olduğu, çocuklarının bakıcılık ihtiyacını giderdikleri için artan serbest zamanlarının kullanım türüne bağlı olarak ise psikolojik, fiziksel ve sosyolojik bir takım kazanımlar elde ettikleri tespit edilmiştir. Çocuklarını sportif eğitim veren bir merkeze gönderen ebeveynlerin; “Rahatlama geldi bana kendimi gördüm, kendime zaman ayırabildim, daha sağlıklı düşünebildim”(K5) ifadesi ile psikolojik faydalar, “Uzun süredir fitness ve yüzme yapmıyordum şimdi yapıyorum”(K4) ifadesiyle fiziksel faydalar ve “...dışarı çıktığımız zamanda her yere gideriz biz yani ne diyeyim çok özel düğünler haricinde düğünlere de cenaze evine de gidebiliyoruz...”(K2) ifadeleriyle de ebeveynler için sosyolojik faydalar elde ettikleri tespit edilmiştir.

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Otizmlili çocuğu olan ebeveynlerin serbest zaman ve fiziksel aktiviteyle ilgili görüşlerinin incelenmesi amacıyla yapılan bu çalışmada; katılımcıların büyük bir çoğunluğu, serbest zamanı kendileriyle kalabildiği ve çocuğunun evde olmadığı zaman olarak tanımladığı görülmektedir. Otizmlili bir çocuğa sahip anne-babaların hayatlarındaki serbest zamanı algılama şeklinin, normal gelişim gösteren çocuğa sahip anne-babalara göre daha farklı olduğu söylenebilir. Otizmlili bir çocuk ile ilgilenmenin kendileri için bir stres kaynağı oluşturabileceği ve bu durumdaki bir bireyin serbest zamanı yalnız kaldığı zaman dilimi olarak tanımlamasına neden olabildiği düşünülebilir.

Otizmlili çocuğa sahip anne-babaların serbest zamanlarında neler yaptıklarına ve onları yaptıkları etkinliklere yönlendiren etkenlere ilişkin bulgular incelendiğinde katılımcılar; serbest zamanlarında “rahatlamak, güçlenmek, stres ve sıkıntılardan kurtulmak, iyi hissetmek, kendine özel bir şey yapmak” gibi sebeplerle daha çok fiziksel etkinlikler yaptıklarını ifade etmişlerdir. Otizmlili bir çocuğun varlığına başarılı bir şekilde uyum sağlamayı kolaylaştıran en önemli etmenlerden birisi, ebeveynlerinin gereksinimlerinin karşılanmasına, sorunlarının azaltılmasına yardım eden, bu sorunlar ile başa çıkmalarını kolaylaştıran (Kaner, 2004) ve ebeveynlerin stres düzeyinin azalmasını sağlayan fiziksel etkinliklerdir (Columna ve ark., 2017; Haegele ve ark., 2017; Siebert, 2017). Aynı zamanda katılımcıların serbest zamanlarını

değerlendirme konusunda sosyal etkinliklerin de önemli bir yer tuttuğu görülmektedir. Literatürdeki araştırmalar incelendiğinde, otizmlili çocuğa sahip anne-babaların otizmlili çocuğa sahip olmasının sosyal yaşamlarını olumsuz olarak etkilediğini, sosyal ilişkilerinde nicelik ve nitelik olarak azalma olduğunu ve zamanlarının büyük kısmında otizmlili çocuklarının bakım ve eğitim ihtiyaçları ile ilgilenmeleri nedeniyle arkadaşları ile görüşmelerinin azaldığı görülmektedir (Altiere ve Kluge, 2009; Hock ve ark., 2012; Nealy ve ark., 2012). Bu bağlamda otizmlili çocuğu olan anne-babaların daha çok fiziksel ve sosyal amaçlı etkinlikler yapmalarının aslında literatür çalışmalarının sonuçları ile aynı çizgide ilerlediği söylenebilir.

Katılımcılar otizmlili çocuğa sahip olma ve ekonomik durumlarının serbest zamanlarını değerlendirme konusunda önemli bir engelleyici unsurlar olduğu üzerinde durmaktadır. Tobing'e göre (2010) otizmlili çocuğa sahip aileler sürekli olarak kendilerine, çocuklarının okul saatlerinden sonra gidilmesi gereken çocuk terapi saatlerinin miktarıyla ilişkili olarak, daha az "serbest zaman" kaldığını belirtmektedir. Bu bilgilerden hareketle genellikle ailelere, hem markete gitmek gibi önemli işleri yapmak için, hem de serbest zaman aktiviteleri için kendilerine harcayacakları sınırlı zaman veya enerji kalmaktadır. Murphy ve Carbone (2008) yaptığı araştırma da ise serbest zaman etkinliklerine katılımında sık karşılaşılan engellerden birinin de ekonomik kısıtlılıklar olduğu tespit etmiştir. Fiziksel aktivite hizmetini veren kurum ve kuruluşların yetersizliği, var olan kurumların genelde özel sektör bünyesinde yapıldığı bilinmektedir. Özel sektör bünyesinde organize edilen fiziksel aktivite programlarının maliyetinin çok fazla olması aileleri ekonomik yönden etkilediği söylenebilir. (Aydın ve Sarol, 2014). Araştırma kapsamında yapılan görüşmeler sonucunda otizmlili bir çocuğa sahip olmanın katılımcılara fazladan ekonomik bir yük oluşturduğu bunun sonucunda ise serbest zaman değerlendirme konusunda engel teşkil ettiği ifade edilebilir. Ayrıca katılımcıların günlük rutin işlerinden, çalışma durumlarından ve ulaşım faktöründen dolayı serbest zamanlarını planlayamadıkları için bu durumun onlar için bir engel teşkil ettiği söylenebilir.

Araştırmadan elde edilen diğer önemli bulgu ise, katılımcıların serbest zamanlarını daha çok otizmlili olan çocuklarından ziyade eşleriyle ve arkadaşlarıyla değerlendirmek istediğidir. Çeşitli çalışmalar, serbest zaman etkinliklerinin insanların yaşam kalitesine katkıda bulunduğunu, hayatlarını daha katlanılabilir kılmaya, gerginlikleri hafifletmeye ve aile ve arkadaşlarla ilişkiler kurmaya ve sürdürmeye yardımcı olduğunu göstermiştir (Dattilo ve ark., 1996; Driver ve ark., 1991) Pette ve arkadaşları (2006) yaptığı çalışmada, evli olan bireylerin serbest zamanlarını eşleriyle birlikte değerlendirilmeyi tercih ettikleri tespit edilmiştir. Bu durumun oluşmasında, eşlerin birbirleriyle daha çok vakit geçirmek için serbest zaman etkinlikleri birer fırsat olarak görmesi ve sosyalleşmek istemeleri söylenebilir. Benzer şekilde otizmlili çocuğu olan anne-babaların da hem çocuklarının özel durumlarından hem de belirtildiği gibi eşleriyle vakit geçirebilmek için fırsat olarak görmelerinden dolayı serbest zaman değerlendirme anlamında eş ve arkadaş tercihinde buldukları ifade edilebilir.

Araştırmaya katılan ebeveynlerin otizmlili çocuklarıyla serbest zamanlarını değerlendirmek amacıyla sosyal ve fiziksel etkinlikleri tercih ettikleri görülmektedir. Katılımcıların daha çok çocuklarının isteklerine ve özel durumlarına bağlı olarak bu tür etkinlikleri tercih ettikleri ifade edilmektedir. Araştırma sonucuna göre anne-babaların hem spor kulübünde çocuklarının almış olduğu eğitim yoluyla hem de onların sosyalleşmesi amacıyla fiziksel ve sosyal etkinlikleri tercih ettikleri söylenebilir.

Katılımcılar çocuğunu fiziksel aktivite programına gönderme sebebi olarak özel eğitimin yetersizliği ve bakıcı ihtiyacı üzerinde durmaktadır. Türkiye de son yıllarda otizmlili çocuk sahibi ailelerin fiziksel aktivitenin çocuklarının gelişiminde önemli olduğu bilincine sahip olmaya başladıkları, eğitim faaliyetleri içerisinde ya da okul sonrasında fiziksel aktivitelerin olması gerekliliği konusunda taleplerinin ve arayışlarının oldukları görülmektedir (Sarol,



2013). Özel eğitim programlarının bu tür talepleri karşılamada yetersiz olması otizmli çocuğu olan aileleri spor kulüplerine yönlendirdiği söylenebilir. Aynı zamanda otizmli çocuğun uygun iletişim becerileri gösterememesi, yıkıcı, kendini yaralayıcı davranışlar göstermesi aileye stres vermekte, onları toplumsal yaşamdan ayırmakta ve çocukları için bakıcı bulmakta zorluk yaşamalarına neden olmaktadır (Lecavalier ve ark., 2006). Bu durum ailelerin hizmet aldıkları fiziksel aktivite programlarını çocuklarını bir yere bırakma ihtiyaçlarını gidermek amaçlı kullandıklarını da göstermektedir.

Elde edilen diğer önemli bulgu ise, çocuklarını fiziksel aktivite programı sunan merkezlere yönlendirmenin ebeveyn ve çocuk açısından psikolojik, fiziksel ve sosyolojik açıdan fayda sağladığı görülmektedir. Bireylerin düzenli fiziksel aktivitelere katılarak kendilerine farklı açılardan çeşitli yarar sağladığı bilinmektedir (Eccles, 2005; Kim ve ark., 2018; Santiago ve Coyle, 2004). Bu durum bireyler açısından daha sağlıklı bir yaşam tarzına sahip olma şeklinde yorumlanabilir (Erlichman ve ark., 2002; Kriska, 2003).

Sonuç olarak; otizmli çocuğu olan anne-babaların serbest zamanı kendi kendine kaldığı zaman dilimi olarak algıladığı ve fiziksel aktiviteleri kendileri için önemli bir serbest zaman değerlendirme biçimi; çocukları için ise zorunlu bir ihtiyaç olarak gördüğü söylenebilir.

Yapılan bu çalışma kapsamında otizmli bireyler ve diğer engel türlerine sahip bireyler için fiziksel aktivite programları yaygınlaştırılmalıdır. Çalışma sonuçlarından hareketle özel eğitim merkezlerinde sadece akademik eğitime değil fiziksel aktivite içeren etkinliklere de yer verilmesi hem otizmli bireylere hem de ailelerine birçok fayda sağlayacaktır. Bu araştırmanın sonuçlarını Türkiye'ye genellemek mümkün değildir ancak bu tür araştırmaların kısıtlılığından dolayı bundan sonra yapılabilecek araştırmalara alt yapı oluşturması bakımından katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

## KAYNAKLAR

Akkök, F., Aşkar, P., Karancı N. (1992). Özürü bir çocuğa sahip anne-babalardaki stresin yordanması. *Özel Eğitim Dergisi*, 1(2), 6-12.

Altiere M., Kluge, S. (2009). Family functioning and coping behaviors in parents of children with autism. *Journal of Child and Family Studies*, 18(1), 83-92.

Aydın, İ., Sarol, H. (2014). Otizmli bireylerin fiziksel aktivite programlarına katılımını engelleyen faktörlerin incelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 1, 870-880.

Bremer, E., Crozier, M., Lloyd, M. (2016). A systematic review of the behavioural outcomes following exercise interventions for children and youth with autism spectrum disorder. *Autism*, 20(8), 899-915.

Carena, E. M., Riper, C.J., Kyle, G.T., Wallen, K.E. Absher, J. (2017). Accounting for gender in a study of the motivation involvement relationship. *Leisure Sciences*, 40(6), 494-507.

Carpenter, G., Patterson, I. (2004). The leisure perceptions and leisure meanings of a midlife couple around the time of retirement. *World Leisure Journal*, 46(2), 13-25.

Cassidy, A., Mcconkey, R., Kennedy, M., Slevin, E. (2008). Preschoolers with autism spectrum disorders: the impact on families and the supports available to them. *Early Child Development and Care*, 178(2), 115-128.

Chang, H. (2017). Gender differences in leisure involvement and flow experience in professional extreme sport activities. *World Leisure Journal*, 59(2), 124-139.

Çimen, Z., Gürbüz, B., Sarol, H. (2016). Physical activity participation motives for visually impaired individuals. *14th International Sports Sciences Congress*, 293, 1-4 November, Antalya, Turkey

Columna, L. Dillon, S.R., Dolphin, M., Streete, D.A., Hodge, S.R., Myers, B., Norris, M.L., McCabe, L., Barreira, TV., Heffernan, K.S. (2017). Physical activity participation among families of children with visual impairments and blindness. *Disability and Rehabilitation*, 25, 1-19.

Creswell, J. W. (2007). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA, US: Sage Publications.

Dattilo, J., Hoge, G., Malley, S.M. (1996). Interviewing people with mental retardation: Validity and reliability strategies. *Therapeutic Recreation Journal*, 30, 163-178.

Demir, C., Demir, N. (2006). Bireylerin boş zaman faaliyetlerine katılmalarını etkileyen faktörler ile cinsiyet arasındaki ilişki: Lisans öğrencilerine yönelik bir uygulama. *Ege Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Ege Akademik Bakış Dergisi*, 6(1), 36-48.

Donald, M., Havighurst, R. (1959). The meanings of leisure. *Social Forces*, 37, 355-360.

Driver, B., Brown, P., Peterson, GL. (1991). *Benefits of leisure*. State College, PA: Venture.

Dubbert, P.M. (1992). Exercise in behavioral medicine. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 60(4), 613-618.

Dupuis, S.L., Smale, B.J. (2000). Bittersweet journeys: Meanings of leisure in the institutionbased care giving context. *Journal of Leisure Research*, 32(3), 303-340.

Eccles, J.S. (2005). Studying the development of learning and task motivation. *Learning and Instruction*, 15(2), 161-171.

Estes, A., Munson, J., Dawson, G., Koehler, E., Zhou, X.H., Abbott, R. (2009). Parenting stress and psychological functioning among mothers of preschool children with autism and developmental delay. US National Library of Medicine National Institutes of Health, 13(4), 375-387.

Erlichman, J., Kerbey, A. L., James, W. P. (2002). Physical activity and its impact on health outcomes. Paper 2: Prevention of unhealthy weight gain and obesity by physical activity: An analysis of the evidence. *Obesity Review*, 3, 273-287.

Fenton, L., White, C., Hamilton-Hinch, B. (2018). The impact of recreation programs on the mental health of postsecondary students in North America: An integrative review. *Leisure Sciences*.

Fernandez, Y., Ziviani, J., Cuskelly, M., Colquhoun, R., Jones, F. (2018). Participation in community leisure programs: experiences and perspectives of children with developmental difficulties and their parents. *Leisure Sciences*, 40(3), 110-130.

Florian, V. (1989). Cultural impacts on the family dynamics of parents who have a child with disability *Journal of Comparative Family Studies*, 20(1), 97-111.

Freysinger, V.J. (1987). Leisure in middle adulthood: A developmental study. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 58(8), 40-45.

Güngörmüş, H.A., Beşikçi, T., Gürbüz, B., Sarol, H. (2017). The relationship between leisure satisfaction and psychological well-being: A research about Turkish adults. *World Congress of Sport Sciences Research*, 223-224, 23-26 November, Manisa, Turkey

Gürbüz, B., Henderson, K. (2014). Leisure activity preferences and constraints to leisure: Perspectives from Turkey", *World Leisure Journal*, 56(4), 300-316.

Gürbüz, B., Henderson, K. (2013). Exploring the meanings of leisure among Turkish university students", *Croatian Journal of Education*, 15(4), 927-957.

Haegele, J.A., Lee, L., Chang, S.H. (2017). Physical activity of parents of children with autism spectrum disorder. *International Journal of Disability, Development and Education*, 64(4), 368-377.

- Hock, R., Timm, T., Ramisch, J. (2012). Parenting children with autism spectrum disorders: a crucible for couple relationships. *Child and Family Social Work, 17*(4), 406-415.
- Hollander, E., Nowinski, CV. (2003). *Core Symptoms related disorder and course of autism* (16-17). New York: Markel Dekker.
- Juniu, S., Henderson, K. (2001). Problems in researching leisure and women: Global considerations. *World Leisure Journal, 43*(4), 3-10.
- Kaner, S. (2004). Engelli çocukları olan ana-babaların algıladıkları stres, sosyal destek ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projesi Kesin Raporu*. <http://acikarsiv.ankara.edu.tr/browse/498/798.pdf?show>.
- Kara, F.M., Gürbüz, B., Öncü, E. (2019). Work hard, play hard: Leisure satisfaction and work engagement among Turkish women. *Work- A Journal of Prevention, Assessment & Rehabilitation 64* (2), 177-185.
- Kelly, J.R. (1978). Family leisure in three communities. *Journal of Leisure Research, 10*(1), 47-60.
- Kim, J., Heo, J., Dvorak, R., Ryu, J., Han, A. (2018). Benefits of leisure activities for health and life satisfaction among western migrants. *Annals of Leisure Research, 21*(1), 47-57.
- Kim, J., Park, S. (2018). Leisure and health benefits among Korean adolescents with visual impairments. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being, 13*(1),1-8.
- Kriska, A. (2003). Can a physically active lifestyle prevent type 2 diabetes. *Exercise and Sport Science Reviews, 31*, 132-137.
- Kleiber, D., Caldwell, L., Shaw, S. (1993). Leisure meanings in adolescence. *Society and Leisure, 16*(1), 99-114.
- Küçükler, S. (2001). Erken eğitimin gelişimsel geriliği olan çocukların anne-babalarının stres ve depresyon düzeyleri üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Özel Eğitim Dergisi, 3*(1), 1-11.
- Lang, R., Koegel, L. K., Ashbaugh, K., Regester, A., Ence, W., Smith, W. (2010). Physical exercise and individuals with autism spectrum disorders: A systematic review. *Research in Autism Spectrum Disorders, 4*(4), 565-576.
- Lecavalier, L., Leone S., Wiltz, J. (2006). The impact of behavior problems on caregiver stress in young people with autism spectrum disorders. *Journal of Intellectual Disability Research, 50*(3), 172-183.
- Lee, S., Kim, D. (2018). Brand personality of Airbnb: Application of user involvement and gender differences. *Journal of Travel and Tourism Marketing, 35*(1), 32-45.
- Liu, H., Yeh, C.K., Chick, G.E., Zinn, H.C. (2008). An exploration of meanings of leisure: A Chinese perspective. *Leisure sciences, 30*(5), 482-488.
- Ludlow, A., Skelly, C., Rohleder, P. (2012). Challenges faced by parents of children diagnosed with autism spectrum disorder. *Journal of Health Psychology, 17*(5), 701-711.
- Merriam, S.B., (2009) *Qualitative Research: A Guide To Design And Implementation*. San Francisco, Calif. : Jossey-Bass
- Miles, M.B., Huberman, A.M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded Sourcebook*. (2<sup>nd</sup>). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Morris, E., Van Riper, C.J., Kyle, G.T., Wallen, K.E., Absher, J. (2017). Accounting for gender in a study of the motivation-involvement relationship. *Leisure Sciences, 1*-14.
- Murphy, N.A, Carbone, P.S. (2008). Promoting the participation of children with disabilities in sport. *Recreation and Physical Activities. Pediatrics, 121*, 1057-1061.
- Nagata, S., McCormick, B.P., Piatt, J. (2018). The impact of decreased capacity to experience pleasure on leisure coping strategies among individuals with major depressive disorder. *Leisure Sciences, 1*-19.

- Nealy, C., Ohare, L., Powers, J., Swick, D. (2012). The impact of autism spectrum disorders on the family: a qualitative study of mothers perspectives. *Journal of Family Social Work*, 15(3), 187-201.
- Orsmond, G.I., Krauss, M.W., Seltzer, M.M. (2004). Peer relationship and recreational activities among adolescents and adult with autism. *Journal of Autism and Development Disorders*, 34(3), 245-256.
- Özen, A., Çolak, A., Acar, C. (2002). Zihin özürlü çocuğa sahip annelerin günlük yaşamda karşılaştıkları problem davranışlarla ilgili görüşleri. *Özel Eğitim Dergisi*, 3, 1-13.
- Pettee, K.K, Brach, J.S., Kriska, A.M. (2006). Influence of marital status on physical activity levels among older adults. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 38(3), 541-546.
- Petty, L., Engel, J., Salfi, J., Trussell, D.E. (2018). Food, body function, and leisure for midlife women: “if i partake in that, i will suffer consequences. *Leisure Sciences*, 1-17.
- Reyes Uribe, A.C. (2017). The influence of psychological needs in mexican older adults’ leisure motivations. *Leisure Sciences*, 40(6), 601-616.
- Sabih, F., Sajid, W. (2008). There is significant stress among parents having children with autism. *Rawal Medical Journal*, 33(2), 214-216.
- Santiago, M., Coyle, C. (2004). Leisure-time physical activity among women with mobility impairments: Implications for health promotion and leisure education. *Therapeutic Recreation Journal*, 38, 188-205.
- Sarol, H. (2013). *Uyarlanmış Rekreasyonel Fiziksel Aktivitenin Otizmlili Bireylerin Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi*. Doktora Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Sarol, H., Çimen, Z., Gürbüz, B. (2017). Relationship among exercise motivation, happiness and life satisfaction: A sample visually impaired individuals. *15th International Sports Sciences Congress*, 1109-1110, 15-18 November, Antalya, Turkey.
- Sarol H., Çimen Z. (2015). The effects of adapted recreational physical activity on the life quality of individuals with autism. *Anthropologist*, 21(3):522-527.
- Schryer, E., Mock, S. E., Hilbrecht, M., Lero, D., Smale, B. (2016). Use of leisure facilities and wellbeing of adult caregivers. *Leisure Sciences*, 38(1), 17-33.
- Serdar, E., Demirel, M., Harmandar Demirel, D., Donuk, B. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Doyum Düzeyleri ile Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişki. *15. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya*
- Scott, D., Godbey, G. (1992). An analysis of adult play groups: social versus serious participation in adult play groups. *Leisure Sciences*, 14, 47-67.
- Sencar, B. (2007). *Otistik çocuğa sahip ailelerin algıladıkları sosyal destek ve stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Shaw, S. (1985). The meaning of leisure in everyday life. *Leisure Sciences*, 7(1), 1-24.
- Siebert, E.A., Hamm, J., Yun, J. (2017). Parental influence on physical activity of children with disabilities. *International Journal of Disability, Development and Education*, 64(4), 378-390.
- Smith, T.B., Oliver, M.N., Innocenti, M.S. (2001). Parenting stress in families of children with disabilities. *Am J Orthopsychiatry*, 71(2), 257-261.
- Stockdale, J. (1985). *What is leisure? An empirical analysis of the concept of leisure and the role of leisure in peoples’ lives*. London: Sports Council.
- Tobing, L.E, Glenwick, D.S. (2006). Predictors and moderators of psychological distress in mothers of children with pervasive developmental disorders. *Journal of Family Social Work*, 10, 1-22.
- Veal, A.J. (2015) Leisure and the family life cycle. *Annals of Leisure Research*, 18(2), 290-295.

Walker, G.J., Wang, X. (2009). The meaning of leisure for Chinese/Canadians. *Leisure Sciences*, 31, 1-18.

Woodgate, R., Ateah, C., Secco, L. (2008). Living in a world of our own: the experience of parents who have a child with autism. *Qualitative Health Research*, 18(8), 1075-1083.

Yıldırım, A., Şimşek, H. (2016) *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık

Zhou, J. (2010). Gender, Personality, and Benefits Sought: Examining Chinese Leisure Travelers. *International Journal of Tourism Sciences*, 10(3), 1-24.