



Paralimpik Sporun Zorlukları: Psikolojik ve Toplumsal Engelleri

The Challenges of Paralympic Sports: Psychological and Social Barriers

ÖZET

Bu araştırma, paralimpik spor branşlarında sporcuların karşılaştığı psikolojik ve toplumsal bariyerleri tarihsel bir perspektifle analiz etmeyi amaçlamaktadır. Engellilik olgusu, bireyin yalnızca biyolojik yetersizliklerinden ziyade bu durumu bir kısıtlılığa dönüştüren toplumsal bakış açısı, yönetsel tercihler ve kısıtlayıcı çevresel faktörler bağlamında ele alınmıştır. Araştırmada betimsel analiz yöntemi kullanılarak kapsamlı bir literatür taraması yapılmış ve elde edilen veriler sistematik bir yaklaşımla yorumlanmıştır. Elde edilen bulgular ışığında; modern spor dünyasındaki “mükemmel beden” algısının ve katı estetik standartların, paralimpik sporcular üzerinde ciddi bir psikolojik baskı ile “standart dışı” konumlandırılma hissi yarattığı tespit edilmiştir. Ancak buna karşın, düzenli antrenman süreçlerinin ve özellikle takım sporlarının; bireylerde bu baskılara karşı dirençli bir benlik algısı, yüksek özgüven ve sosyal beceri gelişimi sağladığı görülmüştür. Toplumsal boyutta ise paralimpik oyunların medya görünürlüğünün artmasına rağmen; fiziksel erişilebilirlik sorunları, ulaşım kısıtlılıkları ve yüksek ekipman maliyetleri gibi ekonomik etkenlerin sporcuların önünde hala önemli bir engel teşkil ettiği görülmektedir. Sonuç olarak, paralimpik sporun sadece fiziksel bir rekabet alanı değil, bireyin toplumsal entegrasyonunu hızlandıran, “öğrenilmiş çaresizlik” duygusunu kıran ve psikososyal refah düzeyini artıran stratejik bir araç olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca engelli bireylerin spor aracılığıyla pasif tanımlardan sıyrılarak başarılı, aktif ve toplumda kabul gören sosyal figürlere dönüştüğü açıkça görülmektedir. Bu bağlamda, paralimpik hareketin kalıcı bir toplumsal dönüşüm sağlaması için çok boyutlu destek mekanizmalarının geliştirilmesi kritik önem taşımaktadır.

Anahtar Kelimeler: Paralimpik Spor, Engellilik, Psikolojik Bariyerler, Toplumsal Entegrasyon.

ABSTRACT

This research aims to analyze the psychological and social barriers faced by athletes in Paralympic sports from a historical perspective. The phenomenon of disability has been addressed in the context of societal perspectives, administrative choices, and restrictive environmental factors that transform this condition into a limitation, rather than merely the individual's biological deficiencies. In the study, a comprehensive literature review was conducted using the descriptive analysis method, and the obtained data were interpreted with a systematic approach. In light of the findings, it has been determined that the perception of the "perfect body" and strict esthetic standards in the modern sports world create serious psychological pressure and a feeling of being "non-standard" among Paralympic athletes. However, regular training processes and especially team sports have been observed to foster a resilient self-perception, high self-confidence, and social skill development in individuals against these pressures. On a societal level, despite the increased media visibility of the Paralympic Games, it is observed that economic factors such as physical accessibility issues, transportation limitations, and high equipment costs still pose significant obstacles for athletes. In conclusion, it has been determined that Paralympic sports are not just a physical competition arena, but a strategic tool that accelerates social integration, breaks the feeling of "learned helplessness," and enhances the level of psychosocial well-being. It is also clearly seen that individuals with disabilities, thru sports, shed passive definitions and transform into successful, active, and socially accepted figures in society. In this context, it is critically important to develop multidimensional support mechanisms to ensure that the Paralympic movement brings about a lasting social transformation.

Keywords: Paralympic Sports, Disability, Psychological Barriers, Social Integration.

GİRİŞ

Dünya Sağlık Örgütü'ne göre engelli kavramı, kişinin fiziksel, ruhsal veya duyuşsal farklılıklarının toplumun genel tutumu ve yönetsel tercihlerle çelişmesi sonucu, bireyin hayatının çeşitli alanlarında engellerle yüzleşmesi şeklinde ifade edilmektedir (WHO,2014). Özel gereksinimli birey kavramı, çeşitli faktörlere bağlı olarak bireysel özellikleri ve eğitsel donanımları yönüyle kendi yaş gruplarıyla kıyaslandığında beklenen gelişimsel seviyeden belirgin derece ayrılan kişidir (MEB, 2000). İnsan hayatının farklı evrelerinde meydana gelebilen olumsuz koşullar; bedensel, bilişsel veya ruhsal boyutta kalıcı ya da geçici yetersizliklere yol açabilmektedir. Söz konusu bu olumsuz koşullar ve yetersizlikler terminolojide “engelli” kategorisi altında ele alınarak sınıflandırılmaktadır (Mumcu, 2018).

Engellilik; bireyin doğuştan veya sonradan edindiği fiziksel yahut zihinsel kısıtlılıkların, günlük yaşam işlevselliğini ve sosyal katılımını sınırlaması olarak tanımlanmaktadır. Bu durum, bireyin hayat kalitesi ve toplumsal rolü üzerinde doğrudan belirleyici bir etkiye sahiptir (Akbolat, 2016). Engellilik olgusuna yönelik literatürde ‘engellilik, yeti yitimi, sakatlık ve özürüllük’ gibi kavramların, taşıdıkları farklı anlamlara rağmen birbirinin yerine kullanılması, temel bir

Ayşenur İşken¹
Hande İnan²

How to Cite This Article

İşken, A. & İnan, H. (2026).
Paralimpik Sporun Zorlukları:
Psikolojik ve Toplumsal
Engelleri. *Journal of Social,
Humanities and Administrative
Sciences*, 12(3), 307-314. DOI:
<https://doi.org/10.5281/zenodo.20497546>

Arrival: 02 April 2026
Published: 31 May 2026

International Journal of Social,
Humanities and Administrative
Sciences is licensed under a
Creative Commons Attribution-
NonCommercial 4.0 International
License.

This journal is an open access,
peer-reviewed international
journal.

¹ Yüksek Lisans Öğrencisi, Adıyaman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Adıyaman, Türkiye. ORCID: 0009-0000-2125-9968

² Dr. Öğr. Üyesi, Adıyaman Üniversitesi, Adıyaman, Türkiye. ORCID: 0000-0002-0095-8003

anlam sorunu yaratmaktadır. Söz konusu çeşitlilik, kavramın tek ve herkesçe bilinen bir tanımının olmasını güçleştirmektedir (Güloğlu 2021). Ülkemizde özel gereksinimli bireylerin fiziksel aktivite süreçlerine katılımını kısıtlayan unsurların belirlendiği bir araştırmada; karşılaşılan bariyerler kişisel, sosyal ve çevresel boyutların yanı sıra ekonomik etkenler (ulaşım ve ekipman maliyetleri gibi) çerçevesinde kategorize edilmiştir (Ayan & Ergin, 2017). Engellilik olgusu; bireyin çeşitli düzeylerdeki yeti yitimleri nedeniyle, toplumsal hayata aktif ve adil bir biçimde dahil olmasını zorlaştıran çevresel faktörler ve kısıtlayıcı tutumsal davranışların toplamı olarak literatürde yer bulmaktadır (Engelliler Hakkında Kanun, 2005). Bu tanımlardan hareketle, paralimpik sporcuların karşılaştığı engellerin temelinde biyolojik yetersizliklerden ziyade, bu yetersizlikleri birer kısıtlılığa dönüştüren toplumsal bakış açısı ve fiziksel çevre düzenlemeleri yatmaktadır.

Bu araştırma, paralimpik spor alanında karşılaşılan yapısal ve işlevsel zorlukları mercek altına almaktadır. Bu bağlamda araştırmada; sporcuların önündeki toplumsal ve bireyin katılım süreçlerini kısıtlayan psikolojik bariyerleri, bu dinamiklerin paralimpik sporcular üzerinde ne gibi etkileri olduğu incelenmiştir. Araştırmanın paralimpik sporcularla ilgili alanda çalışma yapan bilim insanlarına ve bu alandaki mevcut literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Paralimpik Kavramı

Paralimpik sözcüğü Yunanca 'da "para" ve "olimpik" sözcüklerinden ortaya çıkmıştır. Sözcüğün ifade etmek isteği yoğunluk, Paralimpik Oyunlarının Olimpiyatların eş değer bir biçimi olduğu ve ikisinin de bir arada var olduğudur (TMKP, 2025). Paralimpik terimi, köken olarak "paraplejik" ve "olimpik" kelimelerinin bir araya getirilmesiyle oluşturulmuştur. Ancak zamanla farklı engel gruplarının da sürece dahil edilmesi ve Paralimpik Hareket'in Olimpiyatlarla olan bağının kuvvetlenmesiyle kavramsal bir dönüşüm yaşamıştır. (Tweedy & Howe 2011). 20.yüzyılın ortalarında gelişmeye başlayan "Paralimpik Oyunlar", günümüzde modern olimpiyatlarla eş değer bir öneme ulaşmıştır. Yunanca 'para' ve 'olimpik' kelimelerinin birleşimiyle türetilen bu kavram, organizasyonunun Olimpiyat Oyunları'na paralel bir çizgide olduğunu göstermektedir (Ergün, 2011). Dünya çapında en büyük spor organizasyonu olarak kabul edilen Olimpiyat Oyunları'na eşlik eden Paralimpik Oyunlar, bu organizasyonun bir izdüşümü ve paralel bir versiyonu olarak faaliyet göstermektedir (Gold & Gold, (2005). Antik temelleri M.Ö. 8.yüzyıla dayanan Olimpiyatlar, modern formuna 1896 Atina Oyunları ile kavuşmuştur. Toplamda 14 ülkeyi temsil eden 241 sporcunun 43 yarışmada sergilediği bu ilk performans, uluslararası spor tarihinin temel taşını oluşturmuştur (Güngör, 2009).

Paralimpik kavramı, Olimpiyatlara paralel ve eş değer bir varoluşu simgelemek amacıyla tercih edilmiştir.1960 yılından bugüne süregelen aynı şehirde düzenlenme geleneği ise, bu iki büyük spor etkinliği arasındaki yapısal bütünlüğü pekiştirmiştir (Süngü, 2020).

Günümüzde bu paralimpik terimi, Olimpiyat Oyunları'na paralel bir nitelik taşıdığını simgeleyen Yunanca "para" ve "olimpik" kelimesinin bütünleşmesiyle ifade edilmektedir. 1988 yılı itibarıyla Olimpiyatlarla olan kurumsal birlikteliği pekişen bu kavram, organizasyonun resmi ismi olarak kabul görmüştür (Tweedy & Howe, 2011).

Paralimpik Spor

Paralimpik sporların kökeni 19.yüzyıla dayanmakta olup, bu zaman içerisinde düzenlenen organizasyonlar aracılığıyla gelişim göstermiş ve günümüze kadar ulaşmıştır. Günümüzde Paralimpik Oyunlar, Olimpiyat Oyunları ile aynı şehirlerde ve benzer branşlarda gerçekleştirilmektedir (Tuakli-Wosornu & Derman, 2018) . Özdemir & İlkin (2019) tarafından aktarıldığı üzere, paralimpik sporcular altı kategoriye ayrılmıştır. Bunlar; görme ve zihinsel engelliler, ampüte bireyler, beyin felci tanılı sporcular, tekerlekli sandalye kullanıcıları ve diğer fiziksel engelleri kapsayan "Les Autres" kategorileridir. Olimpiyat Oyunları ile benzer şekilde, Paralimpik Oyunlar da sporcuların yüksek performanslarını, kişisel becerilerini ve azimlerini sergiledikleri bir platformdur. Yarışmalarda dengeyi sağlamak amacıyla oluşturulan sınıflandırma sistemi; hipertoni, ataksi, atetoz, bacak uzunluğu farkı ve görme bozukluğu gibi kriterleri içeren on ayrı sınıftan oluşmaktadır (<https://www.ilkkimbuldu.com/paralim-pik-olimpiyatları-kim-duzenler-ilk-ne-zaman-yapıldı/>)

Paralimpik sporlar; genç bireylerden ileri yaş gruplarındaki bireylere, sedanter yaşam sürenlerden elit düzeydeki sporculara kadar geniş bir katılımcı profiline hitap etmektedir. Bu yönüyle, farklı toplumsal gruplar için uluslararası düzeyde farkındalık oluşturma ve organizasyonel gelişim açısından olumlu katkılar sunan bir araç niteliği taşımaktadır. (Tuakli-Wosornu & Derman, 2018). Engelli bireylerin sportif performanslarını eşit koşullarda sergileyebilmeleri için engellilik derecesine dayalı işlevsel bir gruplandırma sistemi (IPC sınıflandırması) uygulanmaktadır. Bu sınıflandırma yapılırken sporcunun biyolojik özellikleri ile mevcut engel durumu arasındaki ilişki titizlikle analiz edilir. Sistem, bireysel farklılıkların rekabet üzerindeki haksız etkisini minimize ederek liyakate dayalı bir başarı ortamı oluşturmayı amaçlar (Mumcu, 2018).

Sportif ortamlara erişim sağlanması, engelli bireylerin sportif faaliyetlere katılımını teşvik ederek onların toplumsal hayata adaptasyonlarını hızlandırmıştır. Herkes için spor felsefesinin bir yansıması olarak görülen bu durum, bireylerin fiziksel ve psikososyal refah düzeylerini artırarak toplumsal bütünleşmeye katkı sağlamaktadır (Konar & Pepe, 2009).

Önceki yıllarla karşılaştırıldığında, paralimpik sporların gerek medya gerekse toplum nezdindeki görünürlüğünün önemli ölçüde arttığı görülmektedir. Paralimpik Oyunlar, para sporun toplumsal algısını güçlendirmiş ve ticari açıdan daha cazip bir yapı kazanmasına katkı sağlamıştır (Tuakli-Wosornu & Derman, 2018).

Engelli bireylerin sportif faaliyetlerde yer alması, yalnızca fiziksel kapasitelerinin artırılmasıyla sınırlı kalmayıp; bireysel bağımsızlığın kazanılması, toplumsal uyumun sağlanması ve kolektif önyargıların kırılması noktasında stratejik bir işlev görmektedir (Blauwet & Willick, 2012). Sportif faaliyetlerin sunduğu çeşitli yaşantılar aracılığıyla, özel gereksinimli bireyler kendi potansiyellerinin farkına varabilmekte ve bu süreçte öz kimliklerinin farklı boyutlarını tanıma ve kişisel yetkinliklerini geliştirme imkanı elde ederler (Wilson & Clayton, 2010). Paralimpik hareketin sağladığı ivme, toplumsal algıdaki kalıplaşmış yargıların yıkılmasında ve engelli bireylerin sosyal yaşama entegre edilmesinde azımsanmayacak bir rol oynamaktadır (Blauwet & Willick, 2012). Bireyin kendi farklı yönlerini keşfetmesi, toplumun ona dayattığı ‘yapamaz’ algısını yıkarak, psikolojik bariyerlerin en büyüğü olan ‘öğrenilmiş çaresizlik’ duygusunun aşılmasını sağlar.

Sportif faaliyetler; engelli bireylerin mental, fiziksel ve sosyal gelişim süreçlerini destekleyerek toplumsal entegrasyonlarını hızlandırmada kritik bir işlev üstlenmektedir (Eichsteadt & Lavay, 1995). Bu sebeple engelli bireylerin toplumsal adaptasyonunu desteklemek ve sosyalleşme süreçlerini ivmelemek adına spor, vazgeçilmez bir unsur olarak kullanılmıştır (Dunn & Fait, 1997).

Paralimpik Oyunların Ortaya Çıkışı ve Gelişim Süreci

1989 yılında Uluslararası Paralimpik Komitesi'nin (International Paralympic Committee, IPC) faaliyete geçmesi, paralimpik hareketin kurumsallaşması adına bir dönüm noktası olmuş ve dağınık yapıdaki faaliyetleri tek bir merkezde toplamıştır. Günümüzde bu oyunlar, Olimpiyat hareketine paralel bir çizgide ilerleyerek çoğu zaman aynı tesis ve şehirlerde düzenlenen kapsamlı spor organizasyonu niteliği taşımaktadır (IPC, 2024).

Uluslararası Olimpiyat Komitesi, 1956 yılında Melbourne Olimpiyat Oyunları kapsamında Stoke Mandeville Oyunları Organizasyon Komitesi'ne “Olimpik İdeale Hizmet” ödülünü vermiştir. 1957 yılında düzenlenen oyunlara İngiltere dışından 360 engelli sporcunun katılım sağlanmasıyla birlikte, bu gelişmenin ardından “Stoke Mandeville Oyunları Komitesi” resmi olarak oluşturulmuştur. Oyunlar üç yıl boyunca arka arkaya aynı merkezde gerçekleştirilmiş, daha sonra ise olimpiyat organizasyonlarının yapıldığı şehirlerde düzenlenmesi yönünde karar alınmıştır. Bu karar doğrultusunda paralimpiyat kavramı ortaya çıkmış ve günümüzde Paralimpik Oyunlar olarak adlandırılan spor organizasyonlarının temelleri atılmıştır (Kalyon,1997; Ürkmez,2019).

Engelli bireylere yönelik sportif faaliyetlerin tarihsel süreci, temel olarak 1945 yılının başlarına dayandırılmaktadır. Bu gelişmenin en önemli itici gücü, II. Dünya Savaşı neticesinde fiziksel engelli birey sayısında meydana gelen artıştır. İngiliz Hükümeti'nin girişimiyle 1944 yılında Stoke Mandeville Askeri Hastanesi bünyesinde bir rehabilitasyon merkezi kuran Dr. Ludwig Guttman, omurilik zedelenmesi bulunan hastaların tedavi protokollerine sporu dahil etmiştir. Guttman önderliğinde başlangıçta okçuluk, bowling, bilardo ve masa tenisi gibi bireysel branşlar uygulanmış; ilerleyen süreçte tekerlekli sandalye polosu ve basketbol gibi kolektif sporları da kapsamına almıştır. Süreç içerisinde bu branşlara eskrim, cirit, gülle, tekerlekli sandalye yarışları, slalom ve halter gibi yarış disiplinleri de dahil edilerek kapsam genişletilmiştir (Çınarlı & Ersöz, 2010).

Paralimpik oyunlar terminolojisinin resmi literatüre girişi, 1988 Seul Oyunları ile mümkün olmuştur. Esatbeyoğlu (2019) tarafından vurgulandığı üzere Olimpiyat sahalarında düzenlenerek geniş kitlelere ulaşan bu organizasyon, paralimpik hareketin günümüzdeki profesyonel yarısına kavuşmasındaki en önemli tarihsel basamak olmuştur. İlk aşamada tedavi edici ve rehabilitasyon odaklı bir araç olarak kullanılan engelli spor gösterileri, zamanla nitelik değiştirerek dünyanın dört bir yanından profesyonel sporcuların katıldığı, elit düzeyde bir sportif rekabet yapısına dönüşmüştür (Anatca & Yılmaz, 2019).

Paralimpik Sporun Psikolojik Engelleri

Spor katılımında fiziksel unsurlar kadar psikolojik faktörler de kritik rol oynamaktadır. Bu faktörlerin başında gelen motivasyon kavramı (Yalçın vd., 2017), literatürde çoğunlukla bireyi eyleme sevk eden temel dürtü olarak ifade edilmektedir. Canlıyı belirli bir davranışa yönlendiren bu güç, aynı zamanda sergilenen tutumların kararlılığını ve devamlılığını da tayin eder (Kaman, Gündüz & Gevat, 2017). Bu süreçte motivasyonel yapılar içsel ve dışsal olarak iki ana boyutta kategorize edilir. İçsel motivasyon; bireyin aktiviteye kendi gelişimi ve aldığı haz için katılımını

temsil ederken; dışsal motivasyon, sosyal kabul görme veya ödül elde etme gibi çevresel etkenlerle şekillenmektedir (Şirin & Hamamioğlu, 2007).

Fiziksel hareketlilik ile psikolojik esenlik arasındaki pozitif korelasyon, engelli sporcular özelinde de karşılık bulmaktadır (Fiorilli vd., 2013). Buna karşın engelli bireyler; fiziksel kökenli problemlerin (uykusuzluk, ağrı vb.) yanı sıra, toplumsal çevrelerinden gelen dışlayıcı tutum ve yalnızlık gibi algısal süreçleri aşılması gereken birer engel olarak deneyimlemektedir (Winnick, 1987). Engelli bireylerin spora yönelik eğilimlerini şekillendiren en önemli faktörlerden biri olan psikolojik durum, bireysel kararların yanı sıra takımın genel başarı düzeyinde de belirleyici rol oynamaktadır (Berezina, Bystrova & Nemytov, 2018).

Spor camiasındaki hâkim estetik anlayışı, standart dışı bedenlerin katılım süreçlerini zorlaştırmakta ve bu bireyleri büyük bir mücadeleye mecbur bırakmaktadır. Bu arena, “mükemmel” beden algısını merkeze alarak engelli sporcuları bu tanımın uzağında konumlandırmaktadır (Anatca & Yılmaz, 2019). Engelli sporcular için müsabaka ve antrenman ortamları, bedensel sınırlılıkların ötesine geçerek güçlü bir benlik algısı oluşturma fırsatı sunar. Sportif faaliyetler sayesinde bireyler, bedensel yetkinliklerinin yanı sıra sosyal kimliklerini de inşa ederek kendilerini daha donanımlı hissetme imkânı bulurlar (Yüksel & Demirci, 2020). Yapılan çalışmalar, takım sporu aracılığıyla sosyal becerileri gelişen engelli bireylerin toplumda daha aktif roller üstlendiğini ve kendilerine olan inançlarının arttığını doğrulamaktadır (Çelik, 2020). Bundan dolayı takım sporları, iletişim becerilerini geliştirerek bireyin toplum içerisinde aktif ve kabul gören bir figür haline gelmesine kapı aralar (Yüksel & Demirci, 2020).

Beden eğitimi ve sportif aktiviteler; engelli bireylerin hem kendi iç dünyalarındaki psikolojik süreçlerden hem de çevrelerindeki bireylerin tutumlarından kaynaklanan saldırganlık, öfke, agresiflik ve hiddet gibi olumsuz duyguların kontrol edilmesine yardımcı olmaktadır. (Kınalı, 2003). Swartz ve arkadaşlarına (2019) göre, engelli sporcuların karşılaştığı psikolojik bariyerler bu bireylerin spor yaşamlarını kayda değer şekilde etkilemektedir. Özellikle toplumun kendilerine yüklediği roller ve yarattığı baskılar, rekabet ortamında daha yüksek seviyede stres ve kaygı durumunun oluşmasına zemin hazırlamaktadır.

Paralimpik Sporun Toplumsal Engelleri

Engelli bireyler açısından spor, öncelikli olarak sosyal bir tecrübe niteliği taşımaktadır. Bireyden bireye değişen tesirlere sahip olan spor, aynı zamanda çeşitli gelişim alanlarına da olumlu katkılar sunar (İlhan ve Esentürk, 2015).

Toplumu meydana getiren fertlerin bir kısmı, doğuştan gelen veya yaşamını idame ettirirken gelişen bazı çeşitli yetersizliklerle hayatına devam etmektedir. Bu kısıtlılıkların türü ve şiddeti; bireylerin yaşam standartları ile sosyal etkileşim süreçleri üzerinde sınırlayıcı bir rol oynayabilmektedir. Toplumun farklılıklara karşı sergilediği pozitif tutum; sunulan sosyal imkanlar, artan farkındalık ve kapsayıcı politikalarla birleştiğinde engelli bireylerin gelişimi doğrudan desteklemektedir. Toplumsal bilincin gelişmesiyle birlikte bu bireyler, sahip oldukları yetenekleri daha iyi kullanabilmekte ve karşılaştıkları dezavantajları aşarak toplumun diğer üyeleriyle eşit düzeyde bir yer edinebilmektedir (Tekkurşun D, & Levent İ. (2020). Araştırmalar, sporun engelli bireylerin sosyal yaşamdaki görünürlüğünü ve etkinliğini artırdığını doğrulamaktadır. Literatür, bu sürecin toplumsal kapsayıcılık için kritik bir araç olduğunu destekler (Özdemir, 2019).

Engelli bireylerin toplumsal çevrelerinde entegrasyon süreçlerinde gösterdikleri yoğun çabaya karşın, toplumun farkındalık düzeyindeki yetersizlikler bu süreci güçleştirmektedir. Birçok birey için motivasyon kaynağı olan başarıma hissiyatının deneyimlenmesi, engelli popülasyonu için de hayati bir gerekliliktir (Bekçi, 2012). Sporun dinamik yapısı ve başarıma duygusu, engelli bireylere bu tatmini sağlayan ve bireyin toplumsal rollerini güçlendirmesinde en elverişli araçlardan biri olarak değerlendirilmektedir (Yetim, (2014). Spor, engelli bireylerin sosyal uyum düzeylerini artırmada bir araç olarak ele alınabilir. Engelli olmayan bireyler üzerinde gözlenen sporun olumlu etkilerinin engelli bireylerde de ortaya çıkmasının mümkün olduğu, hatta bu etkilerin daha fazla olabileceği ifade edilmektedir (Kumcağız & Avcı Çayır, 2018).

Paralimpik Oyunlar, bahsedilen bu süreçlerle birlikte dünya genelinde engelliliğe yönelik negatif algıların kırılmasında kritik rol oynayan kapsayıcı bir organizasyona dönüşmüştür. Bu hareket aracılığıyla engelli sporcuların uluslararası düzeydeki kazanımları, toplumsal perspektifleri pozitif yönde etkilemiş ve engelli bireylerin toplumsal hayata aktif katılan bireyler olarak kabul görmesine zemin hazırlamıştır (Dantsuji, & Nakagawa, 2025).

Paralimpik Sporun Psikolojik ve Toplumsal Engelleri ve Önemi

Bireydeki yetersizliğin derecesine bağlı olarak gelişen hareket kabiliyetindeki azalmalar veya duyuşsal kayıplar, bireyi toplumun geri kalanından ayırabilmektedir. Bu noktada, toplumun çeşitliliğe olan bakış açısıyla birlikte hayat geçirilen eğitsel stratejiler ve sosyal politikalar, bu bireylerin kendi yetkinliklerini en üst seviyeye taşıyabilmeleri açısından belirleyici rol oynamaktadır (Tekkurşun Demir & ark. (2018).

Engelliliğe yönelik toplumsal algı, sosyal ve ekonomik değişkenlerin etkisiyle sürekli bir devinim içindedir. Toplumun refah düzeyi, ekonomik imkanları ve kültürel eğilimleri, engelli bireylere karşı takınılan tavırların temel belirleyicisi olmuş bu doğrultuda da farklılaşan inişli çıkışlı bir grafik çizmiştir. Bu değişken yapı, engelli bireylerin toplumsal konumunu etkileyen güncel bir faktör olarak varlığını sürdürmektedir (Güloğlu, 2021).

Sporun sunduğu avantajlar, engelli bireyler söz konusu olduğunda normal gelişim gösteren akranlarına kıyasla daha belirgin bir seviyeye ulaşmaktadır. Tekkurşun Demir & ark. (2018) vurguladığı üzere bu aktiviteler, sadece fiziksel bir aktivite değil aynı zamanda engelli bireylerin sosyal dünyasını zenginleştiren bir tecrübe işlevi görerek onların gelişim süreçlerine bütüncül bir katkı sunar. Özel eğitime ihtiyaç duyan çocuklarda her türlü gelişimi tetikleyen spor etkinlikleri, yalnızca müsabaka boyutuyla sınırlandırılmamalıdır. Spora sadece rekabet odaklı yaklaşmak yerine, eğitim süreçlerinde rekreasyonel bir kazanım olarak yer verilmesi; çocukların duygusal, sosyal ve toplumsal adaptasyon becerilerine çok yönlü katkılar sunacaktır (İlhan, Kırimoğlu, Tunçel, & Altun 2015). Hareketlilik ve çeşitli spor etkinliklerinde yer almak, engelli bireylerin duygusal tatmin düzeylerini yükseltmektedir. Bu süreçte elde edilen mutluluk, bireyin motivasyonunu artırırken kişisel ihtiyaçlarını karşılama noktasında özgüven gelişimine de temel teşkil etmektedir (Eichstaedt & Lavay, 1992) Sporun bireylerin fiziksel ve ruhsal sağlığı üzerindeki pozitif etkilerinin anlaşılmasıyla birlikte, “Onuncu Kalkınma Planı’nda” (2014) belirtildiği üzere spor aktiviteleri engellilerin rehabilitasyon başarısını artırmakta ve çevrelerine uyum sağlama süreçlerine doğrudan katkıda bulunduğunu gözler önüne sermektedir.

YÖNTEM

Bu çalışma, paralimpik spor branşlarında karşılaşılan zorluklar ile bu süreçlere eşlik eden psikososyal ve toplumsal bariyerleri tarihsel bir perspektifle analiz etmeyi hedefleyen betimsel bir araştırma modelidir. Araştırma tasarımı sürecinde, paralimpik sporcuların sporla kurdukları ilişkinin psikolojik ve sosyolojik yansımaları dikkate alınmış; araştırmacının konu hakkındaki temel çıkarımları betimsel bir yaklaşımla sistematize edilmiştir (Ozan & Köse, 2014).

Veri Toplama Aracı

Veri toplama sürecinde, çalışma konusuyla doğrudan ilintili olan akademik makaleler, bilimsel yayınlar ve doğruluğu onaylanmış dijital veri tabanları kapsamlı bir literatür taramasına tabi tutulmuştur. İnceleme neticesinde elde edilen veriler, betimsel analiz tekniği kullanılarak belirli dönemler bazında kategorize edilmiştir ve yorumlanmıştır. Literatür taraması yöntemiyle mevcut araştırmalardaki boşluklar veya çelişkili noktalar saptanarak gelecekteki çalışmalara rehberlik etme ve mevcut kuramsal problemlere çözüm odaklı bir temel oluşturma amacı güdülmüştür (Yavuz, 2022).

Araştırmanın bu evresinde, paralimpik sporun beraberinde getirdiği güçlükler ile engelli bireyler üzerindeki etkileri, psikolojik ve toplumsal faktörler bağlamında irdelenmiştir. Çalışmada kullanılan tüm veriler ikincil kaynaklardan temin edilmiştir. Araştırma kapsamında doğrudan birinci elden veri toplama yöntemlerine (anket, mülakat vb.) barındırmadığı için etik kurul izni alınmasına gerek duyulmamıştır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma, paralimpik sporcuların sportif performanslarının ötesinde, karşılaştıkları psikolojik ve toplumsal engellerin ne denli belirleyici olduğunu ortaya koymaktadır. Literatürde engellilik; bireyin fiziksel kısıtlılıklarından ziyade, toplumun sunduğu bariyerler ve yönetsel tercihlerle şekillenen bir olgu olarak ele alınmaktadır. Çalışmada vurgulandığı üzere, spor camiasındaki hâkim “mükemmel beden” algısı ve estetik standartlar, paralimpik sporcuları bu idealize edilmiş tanımın dışına itmekte ve onları ciddi bir psikolojik mücadeleye zorlamaktadır. Ancak bulgular, bu baskılara rağmen takım sporları ve düzenli antrenmanların; bireylerde güçlü bir benlik algısı, sosyal beceri gelişimi ve özgüven artışı sağladığını doğrulamaktadır.

Toplumsal boyutta ise, engelli bireylerin sportif faaliyetlere katılımının sadece fiziksel bir aktivite değil, aynı zamanda bir “görünürlük mücadelesi” olduğu görülmektedir. Paralimpik Oyunları’nın artan medya görünürlüğü, toplumsal ön yargıların kırılmasında kritik bir rol oynasa da fiziksel erişebilirlik sorunları, ulaşım ve ekipman maliyetleri gibi ekonomik etkenler hala bariyerler olarak varlığını sürdürmektedir. Sonuç olarak, sporun rehabilite edici gücü ile toplumsal dışlanma arasındaki gerilim, paralimpik sporcuların kariyer süreçlerini doğrudan etkileyen en dinamik faktördür.

Yapılan bu derleme çalışması sonucunda; paralimpik sporun sadece fiziksel bir rekabet alanı değil, aynı zamanda bireyin toplumsal entegrasyonunu hızlandıran ve psikososyal refahını artıran güçlü bir araç olduğu tespit edilmiştir. Engelli bireylerin spor aracılığıyla “yeti yitimi” veya “sakatlık” gibi pasif tanımlardan sıyrılarak; aktif, başarılı ve kabul gören sosyal figürlere dönüştüğü açıkça görülmektedir.

Ancak bu gelişim süreci; toplumsal farkındalık düzeyine, ekonomik imkanlara ve psikolojik destek mekanizmalarına sıkı sıkıya bağlıdır. Paralimpik hareketin tarihsel süreçte tedavi odaklı bir araçtan, elit düzeyde bir rekabet yapısına dönüşmesi büyük bir başarı olsa da; psikolojik bariyerlerin ve toplumsal damgalamaların hala sporcuların önündeki en büyük engel olduğu sonucuna varılmıştır.

Çalışmadan elde edilen veriler ve ulaşılan sonuçlar doğrultusunda, paralimpik sporun gelişimine yönelik çok boyutlu bir strateji izlenmesi önerilmektedir. İlk olarak, sporcuların maruz kaldığı “standart dışı beden” algısı ve toplumsal baskılarla başa çıkabilmeleri adına, spor kulüpleri ile federasyonlar bünyesinde engelli psikolojisi alanında uzmanlaşmış spor psikologlarının istihdamı yaygınlaştırılmalıdır. Toplumsal farkındalığın sadece büyük organizasyon dönemleriyle sınırlı kalmaması için paralimpik sporcuların başarı öyküleri medya ve eğitim müfredatı aracılığıyla sürekli bir görünürlüğe kavuşturulmalı; bu sayede engelliliğe yönelik negatif algıların kırılması hedeflenmelidir. Fiziksel altyapı noktasında ise spor tesislerinin erişilebilirliği uluslararası standartlara uygun hale getirilmelidir. Antrenörlük eğitim müfredatlarına; engelli bireylerle iletişimin, adaptif antrenman yöntemleri ve kapsayıcı dil kullanımı üzerine zorunlu derslerin eklenmesi, saha uygulamalarındaki niteliği arttıracaktır. Gelecek araştırmalarda ise özellikle Türkiye özelinde paralimpik sporcuların aktif kariyerleri ve sonrası toplumsal hayata uyum süreçleri ve bu geçiş aşamasındaki psikososyal değişimleri inceleyerek boylamsal çalışmaların yapılması, literatürdeki mevcut boşluğun doldurulması açısından kritik önem taşımaktadır.

KAYNAKÇA

- Akbolat, A. (2016). “I. Uluslararası Engellilik ve Din Sempozyumu”, *Mizanü-l Hak İslami İlimler Dergisi*, (2):135-142.
- Ayan, S. & Ergin, M. (2017). “Özel Gereksinimli Bireylerin Fiziksel Aktivite Programlarına Katılımlarını Engellenen Faktörlerin İncelenmesi”, *Turkish Studies*, 12(25):150-167.
- Bekçi, B. (2012). Fiziksel Engelli Kullanıcılar için En Uygun Ulaşım Akslarının Erişebilirlik Açısından İrdelenmesi: Bartın Kenti Örneği, *Bartın Orman Fakültesi Dergisi*, 14(21): 26-36.
- Berezina, L. A.; Bystrova, O. L. & Nemytov, D. N. (2018). “Psychological Compatibility of Female Basketball Palyers as the Factor of Competitive Activity Effectiveness”, *Pedagogical-Psychological and Medico-Biological Problems of Physical Culture and Sports*, 13(3): 20-25.
- Blauwet, C. & Willick, S. E. (2012). The paralympic movement: Using sports to promote health, disability rights, and social integration for athletes with disabilities, *PM&R*, 4(11):851-856.
- Çelik, F. (2020). “Engelli Bireylerin Sosyal Gelişiminde Takım Sporlarının Rolü”, *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 12(4): 35-42.
- Çınarlı, S. & Ersöz, G. (2010). “Engellilere Yönelik Spor Hizmetlerinin Gelişimi Açısından Sponsorluk ve Vergisel Düzenlemelere İlişkin Öneriler”, *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12: 141-156.
- Dantsuji, T. & Nakagawa, M. (2025). Understanding changes in traffic demand during the Tokyo 2020 olympic and paralympic games, *Transportation Research Part A: Policy and Practice*, 191: 104308.
- Dunn JM. & Fait H. (1997). *Special Physical Education: Adapted, individualized, developmental Seventh Edition*, Iowa Dubuque Brown& Benchmark, 22.
- Eichstaedt, C. B. & Lavay, B. W. (1992). *Physical activity for individuals with mental retardation : infancy through adulthood*. Champaign, III.: Human Kinetics Books.
- Eichsteadt CB. & Lavay BW. (1995). “Physical Activity For Individuals With Metal Retardation Campaign”, *Illinois*, 47.
- Engelliler Hakkında Kanun. (2005). T.C. Resmi Gazete, 5378, 1 Temmuz 2005.
- Ergün, N. (2011). *Bedensel Engellilerde Sportif Aktiviteler ve Klasifikasyon*, Uluslararası Katılımlı Engellilerde Beden Eğitim ve Spor Kongresi Kongre Kitabı, 42-47.
- Esatbeyoğlu, F. (2018). Evolution of the paralympic movement from the olympic movement and its contribution to the paralympics, 25th International Seminar On Olympic Studies For Postgraduate Students.
- Fiorilli, G.; Iuliano, E., Aquino, G., Battaglia, C., Giombini, A., Calcagno, G. & Di Cagno, A. (2013). “Mental Health and Social Participation Skills of Wheelchair Basketball Players: A Controlled Study”, *Research in Developmental Disabilities*, 34(11): 3679-3685.

- Gold, J. R. & Gold, M. M. (2005). *Cities of culture: Staging international festivals and the urban agenda, 1851–2000*. United Kingdom: Aldershot, Ashgate Press.
- Güloğlu, F. (2021). “Engellilik Hakkında Kavramsal Karmaşanın Nedenleri ve Türkiye’deki Durum”, *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 31(1), 291-315.
- Güloğlu, F.K. (2021). “Tarihi Süreçte Dünyada ve Türkiye’de Engelliliğin Değişimi ve Gelişimi”. (Ed. Tuncay Güloğlu & Eyüp Sabri Kala), *Değişen Dünyada Sosyal Politika*, ss. 187-213, Ekin Yayınevi.
- Güngör, B. (2009). “Berlin Olimpiyatları Ekseninde Basında Türk Spor”, *Yüksek Lisans Tezi*, Ankara Üniversitesi Türk İnkılap Tarihi Enstitüsü, Ankara.
- IPC, International Paralympic Committee. (2024). *History of the Paralympic Games*. Retrieved from <https://www.paralympic.org/ipc/history> .
- İlhan, E. L.; Kırımoglu, H., Tunçel. M. & Altun, M. (2015). “Zihinsel Engelli Çocuklarda Özel Atletizm Antrenmanlarının Öz Bakım Beceri Düzeylerine Etkisi”, *Journal of Kırsehir Education Faculty*, 16(3): 145-160.
- İlhan, E.L. & Esentürk, O.K. (2015). “Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Ölçeği (ZEBSEYFÖ) Geliştirme Çabası”, *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Dergisi*, 9(1): 19-36.
- Kalyon, A. T. (1997). *Özürülülerde Spor*, Bağırhan Yayınevi, Ankara.
- Kaman, M. B.; Gündüz, N. & Gevat, C. (2017). “Tenis Sporcularının Spora Katılım Motivasyonlarının İncelenmesi”, *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(2): 65-72.
- Kınalı, G. (2003). “Zihin Engellilerde Beden - Resim - Müzik Eğitimi”.(Ed. A. Kulaksızoğlu), *Farklı Gelişen Çocuklar*, ss. 244, Epsilon Yayınları, İstanbul.
- Konar, N. & Pepe, K. (2009). “Rehabilitasyon, Engelliler Spor ve Paralimpikler”, *Yeni Dünya Düzeninde Olimpizm Sempozyum*, Hacettepe Üniversitesi 162-169, Ankara.
- Kumcağız, H. & Avcı Çayır, G. (2018). “Sporun, Fiziksel Engelli Bireylerin Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisini İlişkin Görüşler”, *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(3):654-669.
- Milli Eğitim Bakanlığı (2000). *Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği*.
- Mumcu, H.E. (2018). *Engelli Spor Politikaları (Avrupa Birliği Ülkeleri ile Türkiye Karşılaştırması)*, Akademisyen Kitabevi, Ankara.
- Ozan, C, & Köse, E. (2014). Eğitim programları ve öğretim alanındaki araştırma eğilimleri, *Sakarya University Journal of Education*, 4(1): 116-136.
- Özdemir, H. (2019). “Sosyal Uyum ve Spor: Engelli Bireyler Üzerine Bir İnceleme”, *Sosyal Bilimlerde Güncel Araştırmalar Dergisi*, 10(1): 65-72.
- Özdemir, M. & İlkim, M. (2019). “Engellilik ve Paralimpik Oyunları”. (Eds. M. İlkim & Ö. Karataş), *Sporda Yeni Akademik Çalışmalar*, ss. 35-56, Akademisyen Kitabevi, Ankara.
- Süngü, B. (2020). “Özel Gereksinimli Bireylere Yönelik Spor Organizasyonları”. (Ed. D. Sevimay Özer), *Özel Gereksinimli Bireyler için Beden Eğitimi ve Spor*, ss. 299, Nobel Yayınları, Ankara.
- Swartz, L.; Hunt, X., Bantjes, J., Hainline, B., & Reardon, C. L. (2019). *Mental Health Symptoms and Disorders in Paralympic Athletes: a Narrative Review*, *British Journal of Sports Medicine*, 53(12): 737-740.
- Şirin, E. F. & Hamamioğlu, Ö. (2007). “Uzak Doğu Spor Branşlarındaki (Taekwondo, Karete, Judo) Sporcu Gençlerin Spora Katılım Motivasyonlarının Belirlenmesi”, *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(2): 29-42.
- T.C. Kalkınma Bakanlığı. (2014). *Onuncu Kalkınma Planı (2014-2018)*. Ankara: Kalkınma Bakanlığı Yayınları.
- Tekkurşun Demir, G.; İlhan, E.L., Esentürk, O.K. & Kan, A. (2018). “Engelli Bireylerde Spora Katılım Motivasyonu Ölçeği (ESKMÖ): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması”, *Spormetre*, 16(1): 95-106.
- Tekkurşun D, G. & Levent İ, E. (2020). “Engelli Sporcularda Spora Katılım Motivasyonu”, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 21(1): 49-69.
- Tekkurşun Demir, G.; İlhan, EL., Esentürk, OK., & Kan, A. (2018). “Engelli Bireylerde Spora Katılım Motivasyonu Ölçeği (ESKMÖ) : Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması”, *Spormetre Dergisi*, 16 (1): 95-106.

TMPK, “ Hareketin Tarihiçesi”, <https://www.tmpk.org.tr/> , (11.01.2026).

Tuakli-Wosornu, Y. A. & Derman, W. (2018). Physiatry, sport, and the Paralympic movement, *Physical Medicine and Rehabilitation Clinics*, 29 (2): 241-255.

Tweedy, Sean & Howe, P. David . Introduction to the paralympic movement. (Ed. Yves C. Vanlandewijck and Walter R. Thompson. Chichester, W Sussex), *The paralympic athlete*. United Kingdom: Wiley-Blackwell. 2011, 3-30.

Ürkmez, G.(2019). Türkiye Milli Paralimpik Komitesi'nin (TMPK) İşleyişi ve Engelli Sporlarına Yaklaşımı, Yüksek Lisans Tezi, Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Manisa.

WHO (2014). Management of Substance Abuse Unit. Global Status Report on Alcohol and Health, World Health Organization.

Wilson PE. & Clayton GH. (2010). Sports and disability. *American Academy of Physical Medicine and Rehabilitation*, 2(3): 46-54.

Winnick, J. P. (1987). “An Integration Continuum for Sport Participation”, *Adapted Physical Activity Quarterly*, 4: 157-161.

Yalçın, İ.; Turğut, M., Gacar, A. & Çalık, F. (2007). “Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda Öğrenim Gören Kadın Sporcuların Spora Katılım Motivasyonlarının Bazı Değişkenlere Göre Araştırılması”, *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırma Dergisi (UKSAD)*, 3(2): 201-210.

Yavuz, N. (2022). “ Sosyal Bilimlerde Sistemik Literatür Analizi”, *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (51): 347-360.

Yetim, A. A. (2014). Engelliler Sporuna Sosyolojik Yaklaşım, II. Uluslararası Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor Kongresi Bildiri Özetleri Kitabı, Batman Üniversitesi.

Yılmaz, C. & Yılmaz Anatca, V. (2019). “Ucube Bedenden Paralimpik Bedene”, *SDÜ Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (46): 136-157.

Yüksel, Z. & Demirci, E. (2020). “Takım Sporlarının Engelli Bireylerde Sosyal Gelişim Üzerine Etkisi”, *Spor Bilimleri Araştırma Dergisi*, 5(3): 40-49.