

T.C.
NİĞDE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

ENGELLİLERDE SPOR İLE BENLİK SAYGISI VE
SOSYALLEŞME DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Yüksek Lisans Tezi

Hazırlayan
Cüneyt SARAÇ

2014-NİĞDE

T.C.
NİĞDE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

ENGELLİLERDE SPOR İLE BENLİK SAYGISI VE
SOSYALLEŞME DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Yüksek Lisans Tezi

Hazırlayan
Cüneyt SARAÇ

Danışman
Yrd. Doç. Dr. Tarık SEVİNDİ

2014-NİĞDE

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum **“ENGELLİLERDE SPOR İLE BENLİK SAYGISI VE SOSYALLEŞME DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİ”** başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ve akademik kurallar çerçevesinde tez yazım kılavuzuna uygun olarak tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmamın içinde kullandığım kaynaklara, kullanıldıkları yerlerde atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.
26.12.2014


Cüneyt SARAÇ

ONAY SAYFASI

Yrd.Doç.Dr.Tarık SEVİNDİ danışmanlığında **Cüneyt SARAÇ** tarafından hazırlanan "**Engellilerde Spor İle Benlik Saygısı ve Sosyalleşme Düzeyi Arasındaki İlişki**" adlı bu çalışma jürimiz tarafından Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

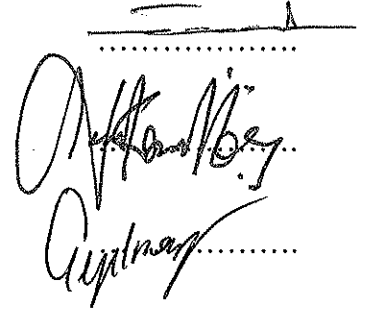
Tarih: 26.12.2014

JÜRİ :

Danışman : **Yrd.Doç.Dr.Tarık SEVİNDİ**

Üye : **Yrd.Doç.Dr.Serkan İBİŞ**

Üye : **Yrd.Doç.Dr.Gürkan YILMAZ**



ONAY :

Bu tezin kabulü Enstitü Yönetim Kurulu'nun Tarih ve sayılı kararı ile onaylanmıştır.

Doç. Dr. Ömer İSKENDEROĞLU
Enstitü Müdürü

ÖZET

ENGELLİLERDE SPOR İLE BENLİK SAYGISI VE SOSYALLEŞME DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

SARAÇ, Cüneyt

Danışman: Yrd. Doç. Dr. Tarık SEVİNDİ

Yüksek Lisans Tezi

Çalışmanın amacı engellilerde spor ile benlik saygısı ve sosyalleşme üzerindeki ilişkiyi belirlemektir. Araştırmada bedensel engellilerin sosyalleşmeleri ile benlik saygıları üzerinde sporun etkilerinin betimlenmesi ile bu sorunlara ilişkin çözüm önerilerinin üzerinde durulmuştur. Araştırmanın modeliyle “spor yapan ve spor yapmayan bedensel engellilerin sosyalleşmelerinde ve benlik saygıları üzerinde sporun etkisi”nin olup olmadığı ortaya çıkarılmaya çalışılmıştır. Araştırmanın yapılması sırasında tüm Türkiye’de bulunan bedensel engelliler araştırma evrenine dahil edilmiş olup, anket formlarının ulaştırılması ve bedensel engellilere yönetilmesi zor olduğundan, araştırmanın örneklemini araştırmaya dahil edilen 30 ilde bulunup anket formlarını doldurmayı kabul eden 317 bedensel engelli oluşturmuştur.

Katılımcıların bulundukları şehir ile sosyalleşme durumları arasındaki $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmiş; yaşları ile sosyalleşme durumları arasında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmiş; cinsiyetleri ile sosyalleşme durumları arasında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmemiş; eğitim durumları ile sosyalleşme durumları arasında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmemiş; aylık gelirleri ile sosyalleşme durumları

arasında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmiş; engel durumları ile sosyalleşme durumları arasında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmemiş; engel gerekçeleri ile sosyalleşme durumları arasında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmemiş; engel süreleri ile sosyalleşme durumları arasında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmemiş; spor yapma durumları ile sosyalleşme durumları arasında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmemiştir.

Anahtar Kelimeler: Bedensel Engelliler, Sosyalleşme, Benlik Saygısı, Spor

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE SPORT AND SELF-ESTEEM AND SOCIABILITY LEVEL ON DISABLED PEOPLE

SARAÇ, Cüneyt

Supervisor: Asst. Assoc. Dr.Tarık SEVİNDİ

Masther Thesis

The purpose of the study in disabled sports on self-esteem and socialization to determine the relationship. In the research on self-esteem and socialization of disabled sport with its depiction of the impact of proposals to solve these problems is emphasized. The research model “when engaging in sports and sport socialization of disabled sport's impact on hazard and self-esteem” has tried to reveal whether the. Research during the execution of all in Turkey for the handicapped research universe has been included, questionnaires be delivered and disabled difficult to manage because the research sample included in the study were 30 provinces found and survey forms to fill accepting 358 physically handicapped formed.

City socializing Status of participants between their $p < 0.05$ level to detect a statistical difference; age socializing Status Between $p < 0.05$ level to detect a statistical difference; With gender socialization Status Between $p < 0.05$ was statistically no significant difference ; Education Status Status of socializing between $p < 0.05$ level were no statistical differences; With a monthly income between

socialization Status $p < 0.05$ to detect a statistical difference ; obstacles Status Status Between Ile socialization $p < 0.05$ was statistically no significant difference; Among the reasons for obstacles With socialization Status $p < 0.05$ was statistically no significant difference; Sure barrier between Ile p socializing Status < 0.05 was statistically no significant difference; With sports to socialize Status Status Between $p < 0.05$ level was statistically no significant difference.

Keywords: Physically Challenged, Socialization, Self-Esteem, Sports

İÇİNDEKİLER

ÖZET	ii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar LİSTESİ.....	x
BÖLÜM I. GİRİŞ.....	1
BÖLÜM II. GENEL BİLGİLER.....	3
2.1. ENGEL TANIMI	3
2.2. ENGELLİ TANIMLARI	3
2.3. ENGELLİLİĞİN GENEL NEDENLERİ	4
2.3.1. Doğum Öncesi Nedenler	4
2.3.2. Doğum Sırası Nedenler	4
2.3.3. Doğum Sonrası Nedenler	4
2.4. ENGELLİ GRUPLARI.....	4
2.4.1. Zihinsel engelliler.....	4
2.4.2. İşitme engelliler.....	5
2.4.3. Görme engelliler.....	5
2.4.4. Bedensel engelliler	5
2.5. BEDENSEL ENGELLİ TANIMI.....	6
2.6. BEDENSEL ENGELE YOL AÇAN DURUMLAR	6
2.6.1. Spinal Kord Yaralanmaları	6
2.6.2. Doğuştan Uzun Eksiklikleri	6
2.6.3. Doğuştan Kalça Çıkığı	7
2.6.4. Çarpık Ayak	7

2.6.5. Doğuştan Kol Felci	7
2.6.6. Yapışık Parmak	7
2.6.7. Doğuştan Kas Hastalıkları.....	8
2.6.8. Romatizmal Hastalıklar.....	8
2.6.9. Çocuk Felci (Polio Sekeli)	8
2.6.10. Omurga Eğrilikleri (Skolyoz)	9
2.6.11. Travmatik Özürler.....	9
2.6.12. Cücelik	9
2.6.13. Ampütasyon	9
2.6.14. Beyin Felci (Serebral Palsi)	10
2.7. ENGELLİLER İÇİN SPOR.....	10
2.8. BEDENSEL ENGELLİLERDE SPOR	11
2.9. ENGELLİLER İÇİN SPOR BRANŞLARI	12
2.10. BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ETKİNLİKLERİNİN ENGELLİLER İÇİN ÖNEMİ.....	13
2.10.1. Toplumsal Açından	14
2.10.2. Eğitim Açısından.....	14
2.10.3. Sağlık Açısından	15
2.11. SOSYALLEŞME	16
2.11.1. Sosyalleşme Kavramı ve Tanımı	16
2.11.2. Sosyalleşme Süreci.....	19
2.11.3. Sosyalleşme Evreleri.....	20
2.11.3.1. Çocukluk Sosyalleşmesi.....	21
2.11.3.2. Ergenlik Sosyalleşmesi	21
2.11.3.3. Yetişkin Sosyalleşmesi	22

2.11.4. Sosyalleşme Araçları.....	22
2.11.4.1. Aile.....	23
2.11.4.2. Arkadaş Grupları.....	24
2.11.4.3. Okul.....	25
2.11.4.4. Kitle İletişim Araçları	26
2.12. SPOR VE SOSYALLEŞME.....	27
2.12.1. Sporun Tanımı.....	27
2.12.2. Sporun Bireyler Üzerindeki Etkileri	29
2.12.2.1. Sporun Psikolojik Etkileri	29
2.12.2.2. Sporun Fizyolojik Etkileri.....	30
2.13. BENLİK KAVRAMI.....	31
2.14. BENLİK SAYGISI	31
2.14.1 Benlik Saygısının Sporla İlişkisi.....	34
2.14.2 Benlik Saygısının Gelişimi	38
2.14.3. Benlik Kavramının Gelişimini Etkileyen Etmenler	40
2.14.4. Benlik Saygısının Özellikleri	40
2.14.5. Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler	42
2.14.6. Benlik Saygısını Olumsuz Etkileyen Durumlar.....	43
2.14.7. Benlik Saygısını Yükseltmek İçin Öneriler	45
2.14.8. Benlik Saygısıyla İlgili Yapılan Araştırmalardan Örnekler.....	46
BÖLÜM III. MATERYAL VE METOD.....	58
3.1 ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ.....	58
3.2 ARAŞTIRMANIN AMACI.....	59
3.3 ARAŞTIRMANIN MODELİ	59
3.4 ARAŞTIRMANIN EVREN VE ÖRNEKLEMİ.....	60

3.5 VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	60
3.6 VERİLERİN ANALİZİ	61
3.6.1 Güvenilirlik Analizi	61
BÖLÜM IV. BULGULAR.....	62
SONUÇ.....	82
KAYNAKÇA	89
EK-1.....	104

TABLÖLER LİSTESİ

Tablo 2.1: Benlik Saygısı Karşılaştırma Tablosu	34
Tablo 3.1 Araştırmaya katılan bedensel engellilerin illere göre dağılımı	60
Tablo 3.2 Güvenilirlik analizi sonuçları.....	61
Tablo 4.1 Katılımcıların yaş bilgileri	62
Tablo 4.2 Katılımcıların cinsiyet bilgileri	62
Tablo 4.4 Katılımcıların eğitim durumu bilgileri.....	62
Tablo 4.5 Katılımcıların aylık gelir bilgileri	63
Tablo 4.5 Katılımcıların anne ve babalarının eğitim durumu bilgileri.....	63
Tablo 4.6 Katılımcıların engellilik durum bilgileri	64
Tablo 4.7 Katılımcıların engellilik düzeyi bilgileri.....	64
Tablo 4.8 Katılımcıların engellilik gerekçesi bilgileri	65
Tablo 4.9 Katılımcıların engellilik süre bilgileri.....	65
Tablo 4.10 Katılımcıların ailelerinde başka engelli olanların durumu.....	65
Tablo 4.11 Katılımcıların spor yapma bilgileri	66
Tablo 4.12 Katılımcıları spor yapmaya yönelten en önemli etkenlerin bilgisi	66
Tablo 4.13 Katılımcılardan spor yapanların uğraştıkları spor branşı	67
Tablo 4.14 Katılımcıların spor yaptıkları süre bilgisi	67
Tablo 4.15 Katılımcıların spor yaptıkları sıklık bilgisi	68
Tablo 4.16 Katılımcıların sosyalleşme ile ilgili bilgileri.....	68
Tablo 4.17 Katılımcıların spor ve sosyalleşme ile ilgili bilgileri	71
Tablo 4.18 Katılımcıların Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğine vermiş oldukları cevaplar	75
Tablo 4.19 Katılımcıların bulundukları şehir ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişki.....	76

Tablo 4.20 Katılımcıların yaşları ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişki	76
Tablo 4.21 Katılımcıların cinsiyetleri ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişki ...	76
Tablo 4.22 Katılımcıların eğitim durumları ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişki.....	77
Tablo 4.23 Katılımcıların aylık gelirleri ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişki	77
Tablo 4.24 Katılımcıların engel durumları ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişki	77
Tablo 4.25 Katılımcıların engel gerekçeleri ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişki.....	78
Tablo 4.26 Katılımcıların engel süreleri ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişki	78
Tablo 4.27 Katılımcıların spor yapma durumları ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişki	78
Tablo 4.28 Katılımcıların spor yapmaya yönelten etmenler ile spor ve sosyalleşme durumları arasındaki ilişki	79
Tablo 4.29 Katılımcıların spor yaptıkları süre ile spor ve sosyalleşme durumları arasındaki ilişki	79
Tablo 4.30 Katılımcıların spor yapma sıklıkları ile spor ve sosyalleşme durumları arasındaki ilişki	80
Tablo 4.31 Katılımcıların spor yapıp yapmama durumlarına göre benlik saygılarının karşılaştırılması	80

BÖLÜM I

GİRİŞ

Dünyaya gelen her 10 çocuktan biri engelli doğmakta veya doğduktan sonra yaşamını engelli olarak sürdürmek zorunda kalmaktadır. Bu çocukların %80'i gibi büyük bir bölümü hiçbir rehabilitasyon merkezi ve spor alanları olmayan ülkelerde yaşamakta, bir bölümü ise yaşadığı yerde rehabilitasyon merkezi, spor alanları olduğu halde bu olanaklardan yararlanamamaktadır.

Engelli olmak veya engelli doğmak toplum tarafından utanç kaynağı olarak değerlendirilmiştir. Tarih boyunca engelliler yok edilme veya toplumdan dışlanma yoluna gidilmiştir. Kimi toplumlarda insanlar, engelli doğanların ebeveynlerinin günahkâr olduğuna, sakatlanan kişilerin Tanrı tarafından günahları dolayısıyla cezalandırıldığına inanmış ve onlardan uzak durmaya gayret göstermişlerdir. Engellilere insanca yaklaşımın olduğu dönem dahi bu aşılammıştır.

Dünya Sağlık Örgütü (WHO), nüfus içindeki engelli oranlarını geliştirmek için tahmini %12 olarak belirtmektedir. Kalkınmakta olan ülkeler arasında gösterilen Türkiye'de Başbakanlık Özürlüler İdaresi tarafından yaptırılan son engelliler araştırması ülkemizde %12,29 oranında engellinin bulunduğunu göstermektedir. Bu engelli nüfus, ailesi ve yakınları ile birlikte düşünüldüğünde, niceliksel ve niteliksel olarak sorun alanının önemi ortaya çıkmaktadır.

Son nüfus sayımına göre ülkemizde yaklaşık 8,5 milyon dolayında engelli olduğu kabul edilmektedir. Özellikle son yıllarda ortaya çıkan hızlı ve plansız gelişmelerin kent yaşamına yansması ve bununla birlikte artan trafiğin, bedensel engelli sayısının artışına neden olduğu görülmektedir. Düzensiz ve yetersiz beslenmenin yanında akraba evlilikleri sonucunda oluşan sakat doğumların da ülkemize ait sosyal bir olgu olarak değerlendirilmesi gerekmektedir.

Nüfusumuzun ciddi bir bölümünü oluşturan engellileri karşılaştıkları mekânsal zorluklar ve toplumsal itilimlik yüzünden sosyal yaşamın birçok alanında görmek mümkün değildir. Engellilerin toplumla kaynaşabilmeleri ve kendilerini

ifade edebilmeleri çok önemlidir. İşte bu toplumla kaynaşma ve itilmişlikten kurtulmanın bir aracı da spordur.

Dünyada engellilerin spor faaliyetlerine katılmaları çok eskilere dayanmamaktadır. 20. yüzyılın ikinci yarısından sonra rehabilitasyon kavramında ve engellilere bakış açısında önemli değişiklikler olmuş ve her türlü toplumsal etkinliğin içinde engelli kişilerin de yer alması gerektiği ortaya çıkmıştır. Kısa sürede çok geniş bir ilgi ve heyecan odağı haline gelen sportif faaliyetler bu dönemde gelişerek para olimpik organizasyon düzeyine erişmiştir. Ülkemizde gecikerek başlayan engellilerin sportif etkinlikleri, Özürlüler Spor Federasyonu'nun kurulmasından sonra hız kazanmış ve kısa zamanda önemli aşamalar gerçekleştirilmesine rağmen yeterince kitleselleşememiştir.

Sporun engellilerin yaşamındaki yeri yadsınamaz. Spor aracılığıyla engellilerin çevrelerindeki kişilerle ilişkileri düzenlenir, paylaşma, özveri duyguları daha gelişmiş ve kendilerine güvenleri artmış olacaktır. Engellilerin kendi aralarında ve engelli olmayanlarla işbirliği, iletişim ve paylaşım içerisinde olmaları, birlikte oyun oynamaları, sosyal etkinliklere birlikte katılmaları gerçekleşmiş olur.

Sporun engelliler üzerindeki bu etkisini sosyolojik açıdan ifade etmek gerekirse bu olguya sosyalleşme veya toplumsallaşma diyebiliriz. Bireylerin diğer insanlarla etkileşimini, içinde yaşanılan gruba veya topluma üye olma sürecini anlatan bu kavram gerçekte tüm bireyleri doğumda ölümüne kadar etkileyen önemli bir sosyal süreçtir.

Spor sosyalleşme ilişkisi bağlamında önemli bir problem alanı da sporun bireylerin sosyalleşmeleri üzerindeki etkisidir. Konuyla ilgili araştırmalar sporun etkili bir faktör olduğunu ortaya koymaktadır. Ancak, bu tür bir problemin engelliler açısından yeterince araştırılmadığı görülmektedir. Bu araştırma bu eksiği kapatmaya yöneliktir.

Bu çalışmanın amacı engellilerde spor ile benlik saygısı ve sosyalleşme üzerindeki ilişkiyi belirlemektir.

BÖLÜM II

GENEL BİLGİLER

2.1. ENGEL TANIMI

Bireyin yaşadığı sürece, yaş, cinsiyet, sosyal ve kültürel faktörlere bağlı olarak oynanması gereken roller vardır. Birey yetersizlik yüzünden bu rolleri gereği gibi yerine getirememesine “engel-özür” denir (Özkan, 1994:3-9).

Engel kavramı sadece bireyi ilgilendirmez. Çünkü engelli biri sosyal ortamda sürekli olarak başka engellerle karşılaşır. Okulda caddede ve spor alanlarında karşılaşır. Dolayısıyla engel bir sosyal sorun olmasından dolayı toplumunda bir sorunu durumuna gelir. Çünkü bireyler çok değişik nedenlerden ötürü engelli hale düşebilmektedirler (Özkan, 1994:3-9).

2.2. ENGELLİ TANIMLARI

Milli yasaların hemen hepsinde engelli yeteneklerin en az 2/3 ünde bir azalma veya yetersizliği takiben çalışma imkânları kısıtlı kişiler olarak tanımlanır (Biçer, 2000).

B.M. Genel Kurulu’nun _insan Hakları Evrensel beyannamesi’ne ek 3447 no’lu ve 09 Aralık 1975 tarihli “sakat kişinin hakları Bildirisi”nin 1. Maddesi engelliği şöyle tanımlar: “normal bir kişinin kişisel veya sosyal yaşantısında kendi kendisine yapması gereken işleri bedensel veya ruhsal kabiliyetindeki kalıtsal ya da sonradan olma herhangi bir noksanlık sonucu yapamayanlara engelli denir” (<http://www.ozida.gov.tr/Aratirma/Projeler/KamuoyuArastirmasi/Oztemelgosterge.html>, Erişim Tarihi: 23.05.2013).

Anatomik, fizyolojik psikolojik yapı ve fonksiyonlarındaki eksiklik kayıp ya da anormal durum sonucu normal bir insanın başarı ile sonuçlandırabileceği aktivitelerin sınırlı veya tam olarak yapılamaması durumudur (Acak vd., 1997).

Engellilik (Handicap) bir bozukluk veya özür nedeniyle yaş, cinsiyet, sosyal

ve kültürel faktörlere bağlı olarak kişiden beklenen rollerin kısıtlanması ya da yerine getirilememesi halidir (Özer, 2001).

2.3. ENGELLİLİĞİN GENEL NEDENLERİ

2.3.1. Doğum Öncesi Nedenler

Nedenlerden birisi annenin hamilelik döneminde geçirdiği kızamıkçık gibi bulaşıcı hastalıklardır. Diğer nedenler arasında anne rahmindeki kesenin (çocuk eşi, plasentanın) ana rahminden erken ayrılması, plasenta yetersizliği, annenin zatürree geçirmesi, annedeki kalp-akciğer hastalığı, kan grubu uyumsuzluğu, şeker hastalığı annenin alkol ve ilaç bağımlılığı, sayılabilir (<http://ozida.gov.tr/Egitim/Egitimseti/Ortopedi.html>, Erişim Tarihi: 25.05.2013).

2.3.2. Doğum Sırası Nedenler

Doğum eyleminin zor olması ve normalden uzun sürmesi beyin felci riskini arttırabilir. Bunlar bebeğin beyninin yeterli oksijen almamasına neden olur (<http://ozida.gov.tr/Egitim/Egitimseti/Ortopedi.html>, Erişim Tarihi: 25.05.2013).

2.3.3. Doğum Sonrası Nedenler

Beyin iltihabı, menenjit, çocuğun yüksek ateşe bağlı havale geçirmesi, beyin travması (zedelenmesi) doğum sonrası dönemde en sık görülen nedenlerdir. Travmatik nedenler arasında trafik kazaları, yüksekten düşme ve dövülmüş çocuklar sayılabilir. Bunlar beyinde kanamaya yol açar. Suda boğulmaktan kurtarılan çocuklarda da eğer beyin oksijensiz kalmışsa beyin felci gelişecektir (Blascovich and Tomaka, 1991).

2.4. ENGELLİ GRUPLARI

2.4.1. Zihinsel engelliler

Gelişim süreci içerisinde genel fiziksel işlevlerde normallerden önemli derecede gerilik ve uyumsal davranışlarda yetersizlik gösterme durumu olarak adlandırılır (Ergen, 1986).

2.4.2. İşitme engelliler

İşitme engeli, kısmi ya da tamamen duyma kaybı olarak adlandırılan bir engel türüdür. İşitme bozukluğu, özellikle engelli bireyin sosyal yaşamındaki iletişim süreci dikkate alındığında ciddi bir dezavantajdır. Hareketlerde denge problem, yaşanmasına neden olur (Leonardo Da Vinci Programı Yenilik Transferi Projesi "Engelliler İçin Spor Asistanlığı Eğitimi, 2008).

2.4.3. Görme engelliler

Özyürek'e göre, görme yetersizliği, göz ve görme ile ilgili organlarda, yapısal bozukluk ya da işleyiş bozukluğu olması sonucu, gözün işlevini yerine getirememesi yani görememesidir (Özyürek, 1982).

Görme yetersizliği kişilerin gelişimini, sosyal çevresiyle iletişimini ve eğitim imkânlarından yararlanmasını olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Görme engelli bireyler çevrelerindeki bireylerin davranışlarından da etkilenebilmektedirler. Bireylerin gösterdikleri acıma, aşırı koruma gibi yanlış tavırlar nedeniyle sosyal yetenekleri öğrenme ve uygulamada zorluk yaşamaktadırlar. Görme yetersizliğinin en yaygın nedenleri doğum öncesi kataraktlar, göz sinirinin yetersiz gelişimi, erken doğan bebeklerin kuvöz de fazla oksijene maruz kalmaları, göz küresinin yokluğu, küçük göz, glokom ve göz tümörüdür. Daha az görülen görme yetersizliği nedenleri miyopluk, albinizm ve şaşılıktır (Varol, 1996).

2.4.4. Bedensel engelliler

İskelet ve kas bozuklukları, eklem bozuklukları ve hastalıklarını, merkezi sinir sistemindeki bozuklukları ve yetersizlikleri, devimsel bozuklukları ve yetersizlikleri kapsamına almaktadır (Özyürek, 1982).

Kas ve iskelet sisteminde yetersizlik, eksiklik ve fonksiyon kaybı olan kişiler bedensel engelli olarak adlandırılır. El, kol, bacak, ayak, parmak ve omurgalarında; kısalık, eksiklik, fazlalık, yokluk, hareket kısıtlılığı, şekil bozukluğu, kas güçsüzlüğü, kemik hastalığı olanlar, felçlileri, serebral palsi, spastikler ve sipina bifida olanlar bu gruba girmektedir (Özyürek, 1982).

2.5. BEDENSEL ENGELLİ TANIMI

Doğuştan veya sonradan oluşan kas-iskelet-sinir sistemini ilgilendiren hastalık veya yaralanmaların yol açtığı kayıplara bağlı olarak bedensel yeteneklerini çeşitli derecede kaybeden, toplumsal yaşama uyum sağlama ve günlük gereksinimlerini karşılamada güçlükleri olan korunma, bakım, rehabilitasyon ve danışmanlık hizmetlerine ihtiyaç duyan bireylere bedensel engelli denir.

Bedensel engellilik, insan yapı ve biçiminin fiziksel yönlerinde herhangi bir bozukluk veya eksiklik oluşturarak yine onun bedensel yeteneklerini engelleyen veya bütünüyle kaldıran engellilik türüdür. Örneğin görmeyen gözler, işitmeyen kulaklar, konuşma bozuklukları diğerine oranla kısa bir bacak veya olamayan bir kol, insan yapısının fiziksel becerilerini engelleyen etmenlerdir (Seyyar, 2001).

2.6. BEDENSEL ENGELE YOL AÇAN DURUMLAR

2.6.1. Spinal Kord Yaralanmaları

Spinal kord yaralanmaları yaşamı değiştiren travmaların en önemlilerinden biridir. Travmanın spinal korda verdiği hasarın gözle görülebilir etkileri istemli kas kullanımının kaybı ve paralizilerdir (Altun, 2010).

Spinal kord yaralanmasını takiben gelişen komplikasyonlar: basınç yaraları, nörojenik mesane, spastisite, kardiovasküler komplikasyonlar, anemi, pulmoner disfonksiyon, derin ven trombozu, otonomik disrefleksi, heterotopik ossifikasyon, gastrointestinal disfonksiyon, ağrı, cinsel problemler ve psikolojik sorunlardır (Altun, 2010).

2.6.2. Doğuştan Uzun Eksiklikleri

Parmak, el, kol ve bacak gibi uzuvların doğuştan kısmen ya da tamamen oluşmadığı durumlarda ortaya çıkar. Nedeni ise annenin hamileliğinin erken döneminde (ilk üç ay) kullanılması sakıncalı olan ilaçları kullanmasıdır (<http://ozida.gov.tr/Egitim/Egitimseti/Ortopedi.html>, Erişim Tarihi: 25.05.2013).

2.6.3. Doğuştan Kalça Çıkığı

Doğum öncesi, doğumda ve doğumdan bir müddet sonra kalça eklemine yetersiz gelişimine bağlı olarak eklemde ortaya çıkan bir durumdur. Kız çocuklarında erkeklere oranla fazla görülür. Bebeğin kundaklanması kalça çıkıklığının en önemli nedenidir (<http://ozida.gov.tr/Eğitim/Egitimseti/Ortopedi.html>, Erişim Tarihi: 25.05.2013).

2.6.4. Çarpık Ayak

Bir ya da her iki ayağın topuğu ile birlikte içe dönük ve bükük olması şeklinde görülmesidir. İki tipi vardır: Esnek ve sert şekil bozukluğu (deformite). Esnek olanı doğumdan bir müddet sonra alçı ve egzersiz uygulamaları ile düzelirken, sert olanı ameliyatla düzelir. Şekil bozukluğunun iki tipi vardır: Nedeni bilinmeyen çarpık ayak ve diğer bazı hastalıklara (beyin felci, meningomyelosel gibi) bağlı olarak ortaya çıkan çarpık ayak. Beyin ve omuriliği tutan hastalıklarda ayak çevresindeki kasların kuvvet dengesizliğine bağlı olarak çarpık ayak ortaya çıkar (<http://ozida.gov.tr/Eğitim/Egitimseti/Ortopedi.html>, Erişim Tarihi: 25.05.2013).

2.6.5. Doğuştan Kol Felci

Doğum sırasında kola giden sinirlerin zedelenmesine bağlı olarak ortaya çıkan felç tablosudur. Tek taraflıdır. Etkilenen kolda tamamen bir felç tablosu olabileceği gibi, ağırlıklı olarak elde ya da omuz çevresindeki kasların zayıflığı ile de seyredebilir. Bebeğin kilosunun fazla olması, anne karnında ters duruşu, doğum eyleminin uzaması gibi nedenlerden kaynaklanan zor doğumlarda bebek doğurtulurken yapılan manevralar bebeğin kolunda ve o kola giden sinirlerde gerilmeye neden olur. Kalıcı sinir hasarı ve felç meydana gelir (<http://ozida.gov.tr/Eğitim/Egitimseti/Ortopedi.html>, Erişim Tarihi: 25.05.2013).

2.6.6. Yapışık Parmak

Doğuştan el ya da ayak parmaklarından iki ya da daha fazlasının birbirinden ayrılamama kusuru nedeniyle bitişik kalması şeklinde ortaya çıkar. Basit tipte sadece cilt ortak iken, karmaşık tipte kemik de ortaktır. Bu şekil bozukluğunun ortaya

çıkmasında kalıtsal geçiş önemli bir yer tutmaktadır (<http://ozida.gov.tr/Eğitim/Egitimseti/Ortopedi.html>, Erişim Tarihi: 25.05.2013).

2.6.7. Doğuştan Kas Hastalıkları

İskelet kaslarının yapısındaki bozulma ve buna bağlı ilerleyici kas güçsüzlüğü ile seyreden, doğumdan itibaren ortaya çıkan bir grup hastalıktır. Kas güçsüzlüğünün yanı sıra eklem sertlikleri, şekil bozuklukları ve ilerleyici sakatlıkların ortaya çıkmasına neden olur. Kalıtsal geçişli hastalıklardır. Akrafa evliliklerine bağlı olarak görülme sıklığı fazladır (<http://ozida.gov.tr/Eğitim/Egitimseti/Ortopedi.html>, Erişim Tarihi: 25.05.2013).

2.6.8. Romatizmal Hastalıklar

Vücuttaki el-ayak eklemleri gibi küçük eklemler kadar diz, ayak bileği, kalça, omurga eklemleri gibi büyük eklemleri de tutabilen ve eklemlerin harabiyetine yol açan bir grup hastalıktır. Bu grup hastalıkların nedeni tam olarak bilinmemekle birlikte, bağışıklık sistemindeki bir bozukluktan kaynaklandığı düşünülmektedir (<http://ozida.gov.tr/Eğitim/Egitimseti/Ortopedi.html>, Erişim Tarihi: 25.05.2013).

2.6.9. Çocuk Felci (Polio Sekeli)

Çocuk felci, poliomyelit veya polio isimleri ile bilinen bir hastalıktır. Poliovirüs adı verilen bir virüs tarafından meydana gelir ve sinirler ve kaslar da dahil olmak üzere tüm vücudu etkileyebilir. Şiddetli hastalık durumunda sürekli felç veya ölüm meydana gelebilir. Polio bulaşıcı bir hastalıktır. Hastalık etkeni virüsün bulaşması hastalıklı kişiye doğrudan temasla hastanın ağız ve burnundan çıkan sıvılarla veya hastalıklı kişinin virüs içeren atıkları ile temasla olabilir (<http://www.ozegitimsitesi.com/-engeliler-hakkinda-genel-bilgiler.html>, Erişim Tarihi: 29.06.2013).

Genellikle ateş ya da üst solunum yolu enfeksiyonu ile başlayan kol, bacak ve gövde kaslarında felçlere, omurgada eğriliklere ve bacakta kısalığa yol açan bir hastalıktır. 1–4 yaşları arasında çocuklarda görülür. Polio virüsünün yol açtığı omurilikteki motor sinir hücrelerinin tahribatı ve buna bağlı olarak ortaya çıkan uzuv

felçleri ile seyreden bir hastalıktır. Sadece motor sinirler tutulduğu için hastanın uzvunda herhangi bir his kaybı olmaz, değişen derecelerde kas felci ortaya çıkar (<http://ozida.gov.tr/Eğitim/Egitimseti/Ortopedi.html>, Erişim Tarihi: 25.05.2013).

2.6.10. Omurga Eğrilikleri (Skolyoz)

Omurganın yanlara doğru “S” ya da “C” şeklindeki eğriliklerine skolyoz; arkaya doğru eğriliklerine kifoz (kamburluk) denir. Skolyoz, kifoza göre daha sık karşılaşılan bir problemdir (<http://ozida.gov.tr/Eğitim/Egitimseti/Ortopedi.html>, Erişim Tarihi: 25.05.2013).

2.6.11. Travmatik Özürler

Trafik kazası, iş kazası, savaş gibi dış etkenlerle meydana gelen yaralanmaların neticesinde ortaya çıkan özürlere travmatik özürlere denir.

- Uzun kaybı
- Kırık kaynama yokluğu
- Yanlış kaynamış kırıklar
- Eklem sertliği
- 5-Travmaya bağlı felçler (<http://ozida.gov.tr/Eğitim/Egitimseti/Ortopedi.html>, Erişim Tarihi: 25.05.2013).

2.6.12. Cücelik

Nadir görülen ortopedik problemlerden biri olup, boyun normal kabul edilen değerlerin altında kalması ya da boy kısalığı ile birlikte vücut kısımlarının orantısız olması halidir. Boy kısalığına yol açan temel neden, uzun kemiklerin büyüme kıkırdağındaki yapısal bozukluktur. Ailesel nedenli olarak görülebilir (<http://ozida.gov.tr/Eğitim/Egitimseti/Ortopedi.html>, Erişim Tarihi: 25.05.2013).

2.6.13. Ampütasyon

Doğuştan veya sonradan (travma, dolaşım bozuklukları, kronik enfeksiyonlar

ve tümör gibi nedenlerle) oluşan ekstremité kayıplarıdır (Şener ve Erbahçeci, 2001).

Bir uzvun (kol veya bacağın) bir kısmını veya tamamını, tıbbi nedenlerden dolayı kesme işlemine amputasyon denir.

Damar hastalıkları, trafik kazaları, iş kazaları, tümörler, müzminleşmiş mikrobik hastalıklar, doğumsal anomaliler, yanıklar ve şeker hastalığına bağlı, daralmış olan damarlarda kan dolaşımı azalır. Beslenemeyen, oksijenlenemeyen doku giderek solar, soğur, şiddetli ağrılara neden olur, deride ülserler dediğimiz yaralar çıkar ve bu durum giderek o dokuda daha da ilerler ve nekroz denilen ölü dokuya veya kangrene çevrilir. Bu durumda, hastayı kurtarmak ve ölü dokunun ilerlemesini önleme maksadıyla, tutulan uzvun kesilmesine karar verilir (http://tbesf.org.tr/index.php?option=com_content&view=article&id=57:tarihce&catid=20:oturarak-voleybol&Itemid=27, Erişim Tarihi: 03.06.2013).

2.6.14. Beyin Felci (Serebral Palsi)

Spastik çocuklar da denilen beyin felci, çocuklarda yaşamın erken dönemlerinde anatomik ve fizyolojik gelişimini henüz tamamlamamış beynin kalıcı ve hareket sistemini etkileyen hareket bozukluğudur. Bu hareket sistem bozukluğuna, zihinsel ve davranış bozuklukları da eşlik edilebilir (<http://ozida.gov.tr/Egitim/Egitimseti/Ortopedi.html>, Erişim Tarihi: 25.05.2013).

2.7. ENGELLİLER İÇİN SPOR

Spor, özürlü kişiye fiziksel aktivitelere katılım olanağının yanı sıra kişilik gelişimi ve özgüven duygusu kazandırarak toplumsal yaşama uyum göstermesi yönünde büyük kolaylık sağlamaktadır. Spor ve fiziksel aktiviteler, rehabilite ve tedavi edici etkisi nedeniyle, özürlü bireylerde fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal gelişim aracı olarak kullanılmaktadır. Özürlü bireylerin sportif etkinliklere katılımı toplumun dikkatini özürlü bireylere çekerek, olumsuz tutum ve davranışların değişmesinde önemli bir görevi yerine getirmektedir. Sportif etkinlikler yoluyla özürlüler toplum içinde iş birliği, paylaşım ve kişiler arası ilişkilerin kurallarını öğrenirler. Yapılan aktiviteler özürlü bireylerin yaşam kalitesini yükseltir ve sporcu

kimliğı ile kendilerini gerçekleştirebilecekleri bir sosyal ortam yaratır. Özürlüleri hayata bağlamak açısından spor özürlülere yaşam boyu önerilmektedir (Ortopedik Özürlüler, 2007).

Engelliler için dünyada ciddi anlamda sportif çalışmaların başlangıcı 1 Şubat 1945 olarak kabul edilir. İngiltere’de Aylesbury kentinde Stoke Mandeville rehabilitasyon merkezinde Dr. Ludwig Guttmann tarafından ikinci dünya savaşında şarapnel parçalarıyla çeşitli şekillerde yaralanmış parapleji hastalarının rehabilitasyonu için spor kullanılmaya başlanmıştır. Dr. Guttmann ilk olarak okçuluk, bowling, bilardo ve masa tenisini kullanmaya başlamıştır. Daha sonra bu olayı takım sporlarına taşıyarak tekerlekli sandalye ile önce polo, sonra da basketbol oyunlarını kullanmaya başlamıştır. Kısa bir süre sonra diğer spor dalları eskrim, cirit, gülle, tekerlekli sandalye yarışı, tekerlekli sandalye ile slalom yarışı ve halter spor dalları olaya katılmıştır. Ülkemizde ise 21 Kasım 1990 tarihinde Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü bünyesinde Türkiye Özürlüler Spor Federasyonu (TÖSF) kuruldu (<http://www.Sporbilim.Com/İndex.Php?S=İcerik&Katid=78&İd=103>, Erişim Tarihi: 25.05.2013).

TÖSF bünyesinde kuruluşundan itibaren dört ana özürlü grubun faaliyetini bünyesine almıştır. Bunlar:

- Bedensel Engelliler
- Zihinsel Engelliler
- İşitme Engelliler
- Görme Engelliler

1997 yılında Türkiye Özürlüler Federasyonu adı Türkiye Engelliler Spor Federasyonu olarak değiştirildi (<http://www.Sporbilim.Com/İndex.Php?S=İcerik&Katid=78&İd=103>, Erişim Tarihi: 25.05.2013).

2.8. BEDENSEL ENGELLİLERDE SPOR

Günümüzde spor yalnızca yarışma amacına yönelik olarak yapılan bir

aktivasyon topluluğu şeklinde değil, kişinin sağlık durumunu geliştiren veya gelişmiş sağlık durumunu devam ettiren hareketler topluluğu şeklinde ifade edilmektedir. Görüldüğü gibi sağlığı koruma veya bozulmuş olan sağlık durumunun düzeltilmesi düşüncesi, giderek ön plana çıkmakta ve insanlar bu düşünceyle spor yapmaya davet edilmektedir. Bu davet özellikle gelişmiş ülkelerde yerini bulmakta ve geniş insan kitleleri çok değişik sportif etkinliklere katılmaktadır. Spora ilginin bu denli artmasının nedeni biyolojik bir dengelemeye olan gereksinimin yanında spor yapan ve yapmayan insanların bedensel kapasitelerinde, zamanla bir takım farklılıkların ortaya çıkması ve bu farklılıkların daima spor yapan bireylerin lehinde gelişmesidir. Ayrıca bireylerin çevrelerindeki kişilerle, arkadaşlarıyla ilişkileri, paylaşma ve özveri duyguları daha gelişmiş ve kendilerine güvenleri artmaktadır (Kalyon, 1997).

Engellilerde seçilecek olan spor türü engellinin kapasitesine uygun olmalıdır. Sahip olunan engel, engelliye normal insanlardan ayırdığı gibi, kendi engel türü haricindeki engellilerden ve hatta kendi engel türü içindeki farklı derecede engele sahip olan bireylerden de ayırır. Bu engelinin fonksiyonel becerilerinin hayata geçirilmesi ile ilgili olduğu gibi bir yandan da onun imkânlarının sınır noktalarını belirten bir prensip olmaktadır. Gerçekten egzersizlerin gerek sahip olunan engel türüne gerekse içinde bulunulan engel derecesine tam bir uyumu olmadan kullanımı faydadan çok zarar verici olacaktır. Ayrıca yaptırılan egzersizin yapılan spor branşına özel veya genel egzersiz olması durumu da göz önüne alınmalıdır (Söğüt, 2006).

2.9. ENGELLİLER İÇİN SPOR BRANŞLARI

Tekerlekli Sandalye Basketbol, Eskrim, Tekerlekli Sandalye Tenis, Masa Tenisi, Atletizm, Bisiklet, Boccia, Atıcılık, Binicilik, Judo, Ağırlık Kaldırma, Ampute Futbol, Yelken, Yüzme, Goal Ball, Ayakta Voleybol, Oturarak Voleybol (http://tbesf.org.tr/index.php?option=com_content&view=article&id=57:tarihce&catid=20:oturarak-voleybol&Itemid=27, Erişim Tarihi: 03.06.2013).

2.10. BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ETKİNLİKLERİNİN ENGELLİLER İÇİN ÖNEMİ

Araştırmalarda BES' in yapılan araştırmalarda insan gelişimi açısından önemli bir etkinlik olduğu kanıtlanmıştır. Engelliler açısından BES ele alındığında, önceleri sportif etkinlikler engelliler üzerinde rehabilitasyon aracı olarak görülmüştür. Günümüzde ise; BES etkinliklerinin engelli bireylerin sadece rehabilitasyonunda değil, onların fiziksel, zihinsel, sosyal ve psikolojik gelişimlerini de olumlu yönde etkilediği ve toplumsal yaşama uyum göstermesi açısından büyük kolaylıklar sağladığı fark edilmiştir. Engellilerin BES faaliyetlerine yönlendirilmesi için önemli spor federasyonları ve kulüpler kurulmuş hatta engellilerin olimpiyatlara katılmaları sağlanmıştır. Burada BES etkinliklerinin önemini ortaya çıkmaktadır (Gür, 2001).

Engelli bireylerin BES faaliyetlerine katılımı toplumun dikkatini engelli bireylere çekerek olumsuz tutum ve davranışların değişmesinde önemli rol oynayacaktır. Bu faaliyetler yolu ile engelliler toplum içinde iş birliği, paylaşım ve kişiler arası ilişkilerin kurallarını öğrenirler. Yapılan faaliyetler engelli bireylerin yaşam kalitesini yükseltir ve kendilerini gerçekleştirebilecekleri sosyal ortam yaratır. Tüm bu özellikleri kapsamına alan bir etkinlik olarak spor engellilere yaşam boyu önerilmektedir (Girgin, 2003).

Yapılacak olan BES etkinliklerini engelli öğrencilerin öncelikle yarışma ve mücadeleye dönük yapmamaları, bu etkinliklere rekreasyonel bir faaliyet olarak başlamalarının uygun olduğu görülmüştür. Daha sonraki aşamalarda ise, yarışma ve mücadele olgularına yönelik etkinlikler yapıldığında engelli öğrencilerin bu tür etkinliklere adaptasyonunda olumlu sonuçlar alındığı gözlenmiştir (Kalyon, 1997).

Yapılan bir diğer araştırmada ise; engelli bireylerin uygun eğitim programları ve beden eğitimi öğretmenleri desteğinde BES faaliyetlerinde önemli başarılar elde ettikleri görülmüştür. Beden eğitimi programları, spor etkinliklerinin önemli bileşenlerinden biridir. Eğitim programları içinde, spor etkinliklerinin planlanması ve programlara destek verecek şekilde yapılandırılması özel bir önem taşımaktadır

(Steward vd., 1999:315-318).

2.10.1. Toplumsal Açıdan

Ülkemizde özel eğitim okullarının büyük bir bölümü yatılı olarak eğitim vermektedir. Bunun sonucunda engelli öğrenciler, toplumdan uzaklaşma, topluma karşı yabancılaşma ve toplumdan kendini soyutlama eğilimi içine girerler. Bunun önlenmesi için öğrencilerin sosyal etkinliklere katılımının sağlanması gerekmektedir. Özellikle yapılan BES etkinlikleri ile engelli öğrencilerin dışarıya açılmaları sağlanarak toplumla iç içe olmalarının sağlanması ve bunun sonucunda da toplumla uyumun kolaylaşacağı gibi, engelli öğrencilerin hayata bağlar, yaşama sevinci kazandırır ve toplumsal sorumluluğu gelişir. BES faaliyetleri ile engelli öğrenciler dengeli bir gelişim sergilemeye başlarlar. Bireyler, liderlik, hoşgörü ve arkadaşlık gibi özellikler kazanır (Aracı, 2001).

Yapılacak sportif etkinliklerin topluma açık olması ve toplumun bu faaliyetleri izlemesi sağlanarak, ortaya çıkan başarılarla da toplumun engellilere bakış açısında önemli değişiklikler sağlayacağı kaçınılmazdır (Yergin, 2002).

2.10.2. Eğitim Açısından

Okullarda uygulanan BES programları, öğrencilerin fiziki, psikolojik ve ruhsal gelişimlerini sağlaması, yeni becerilerin ve olumlu davranışların kazanılması amacıyla yönelik hazırlanmıştır. BES faaliyetleri ile engelli öğrenci, kendini ifade etme yeteneği gelişir, kendi vücudunu tanır ve engelini en aza indirgeyerek engelini kabullenir. Normal öğrencilerin katıldığı sportif etkinliklerinin aynısını yapabildiğini bununla beraber kendine güveninin geldiğini fark eder (Aracı, 2001).

Sportif faaliyetlerle özellikle engelli öğrencinin psikomotor becerilerini olumlu yönde geliştirdiği, onların yapıcı, yaratıcı ve üretici olmasını sağladığı görülmektedir. Sportif faaliyetler engelli öğrenciler üzerinde zihinsel gelişimini sağlar. Kazanma-kaybetme olgusunu öğrenir ve buna kendini hazırlar (Aracı, 2001).

2.10.3. Sağlık Açısından

Engelli öğrencilerin BES faaliyetleri ile "biriken enerjisini atarak bir rahatlama sağlar, vücut fonksiyonları daha iyi çalışır. Psiko-sosyal gelişimine katkıda bulunur. Ardalı (1998) BES etkinliklerinin engelliler için önemini, şu şekilde belirtmektedir. Kararlarını verme yeteneğini geliştirerek bağımsızlık duygusunun artmasına yardımcı olur.

- Engelli bireyin sahip olduğu sosyal çevreyi geliştirir ve iletişim becerilerinin artmasını sağlar.
- Engelli bireyin kendi beceri ve yeteneklerine olan inancını artırarak özgüven gelişimine yardımcı olur.

Tatar'a (1995:56) göre ise engelli bireyler için BES etkinliklerinin önemi şu şekildedir.

- Engelli bireyin sahip olduğu engel nedeniyle yaşadığı psikolojik gerginlik ve bunun sonucu olan sosyal sorunları aşmasında önemli rol oynar.
- Engelli bireyin kendini toplumdan soyutlamasını engeller, hayata bağlanmasına yardımcı olur. Sportif etkinliklerin doğal bir sonucu olarak rahatlama, iyi vakit geçirme, eğlenmeye fırsat verir.
- Sporun mental ve fiziksel kapasitede sağladığı gelişme ile motor beceri, denge, el-göz koordinasyonunda sağladığı iyileşme engellinin eğitiminde ve rehabilitasyonunda olumlu etkiler yapar.
- Engelli bireyin etkinliklerde sergilediği performans kişilik gelişimine yardım ederken toplum tarafından engelli olmanın ötesinde sporcu olarak kabul görmesini sağlar.
- Engelli bireyin entelektüel kapasitesi ve problem çözme yeteneği artar (Gür, 2001).

2.11. SOSYALLEŞME

2.11.1. Sosyalleşme Kavramı ve Tanımı

Her insan, biyolojik bir organizma olduğu kadar toplumsal bir varlık, bir kültür taşıyıcısı ve içinde yaşadığı toplumun bir ürünüdür. Kuşkusuz toplum da kültür de ancak insan davranışlarıyla kendilerini gösterir ve bu davranışları sayesinde varolurlar. Her insan bir grup içinde doğar ve toplumsal niteliklerini bu gruplarda kazanır. Bir toplumun yaşam biçimleriyle, o toplumda yaşamak için gereken bilgilerle, değerler, gruplar aracılığıyla bireye aktarılır. Bu bilgi ve değerlerin benimsetilmesi ile birey, belli bir toplumun üyesi olma niteliği kazanır (Yıldıran ve Yetim, 1996).

Bu noktadan hareketle denilebilir ki; çocukların ya da toplumun yeni başka üyelerinin, toplumlarının yaşam biçimini öğrenme sürecine “sosyalleşme” denir. Dolayısıyla sosyalleşme, kültürün zaman içerisinde, yeni kuşaklara aktarılmasının başlıca kaynağıdır (Giddens, 2006). Görüldüğü gibi sosyalleşmenin, kişinin çevresindekilerle etkileşim süreci olduğu açıktır (Fichter, 2004).

Toplumun diğer üyeleriyle etkileşimde bulunmak, bireyin uygun davranış örüntülerini öğrenmesine yardımcı olur. Birey haklarını, görevlerini, sorumluluklarını ve hangi davranışlarının diğerleri tarafından onaylanacağını veya onaylanmayacağını öğrenir (Sezal, 2002).

Sosyalleşme, sosyal davranış örüntülerinin kabulü ile sonuçlanan bir süreçtir (Fichter, 2004). Görüldüğü gibi sosyalleşme ile oluşan etkileşim sürecinde toplumdaki kalıp davranışlar, birey tarafından kişiselleştirilir ve sonuçta birey, o topluma ya da gruba ait bir kimlik geliştirir (Demir, 2006).

Denilebilir ki sosyalleşme, toplumun bir üyesi olma, diğer insanlarla yaşamayı öğrenme sürecidir ve bu süreç içinde birey, diğer insanlarla etkileşim yoluyla, kendine özgü toplumsal davranış ve değerleri geliştirir.

Sosyalleşme, insanın karşılaşacağı durumları, müesseseleşmiş kurallara, çözüm yollarına uygun şekilde tarif ve idrak edilmesini sağlayan süreçtir. Bir başka

deyişle sosyalleşme, başkalarıyla olan ilişkileri aracılığı ile bireylere, tüm değer, kural ve normların, toplumca kabul edilebilir tutumların, alışkanlıkların, becerilerin iletilmesi sürecidir (Dönmezer, 1994).

Bütün bu tanımlara paralel olarak sosyalleşme kavramını ilk kullanan E. Durkheim de eğitimi, yetişkin kuşakların, yetişmekte olan kuşakları sosyalleştirmesi, toplumsal hayata hazırlaması, ruhsal, zihinsel, ahlaki yönden yetiştirilmesi olarak kabul etmiştir (Yıldıran ve Yetim, 1996).

Daha geniş anlamıyla sosyalleşme, insan hayatında müşahade edilen bir form değiştirme, sosyal faktör ve unsurlar aracılığı ile oluşan bir yenilenme ve gelişme halidir (Akyüz, 1991).

Doğan'a göre de sosyalleşme, insanın tecrübeleri ışığında kişiliğinin doğal yapısı ile yaşadığı toplumun sosyo-kültürel öğelerinin benimsetildiği ve kişiliğinin farkına vardığı, bunun yanı sıra anlamlı sosyal görevlerle yaşamak zorunda olduğu toplumsal çevreye uyumunu sağlayan bir süreçtir.

Topluma uygun kuralların bireylerce içselleştirilmesinden bahsedildiğinde yukarıdaki tanımlardan da çıkarılabileceği gibi bireyin, toplumsallaşmasından sözedilebilmesi için:

- Süregelen bir toplumun varolması,
- Bireyin, yeterli biyolojik ve kalıtsal özelliklere sahip olması,
- Bireyin, toplumun diğer bireyleriyle bir takım ilişkiler kurma isteği içinde bulunması gerekir (Eklin, 1995).

Fichter'e göre sosyalleşme, iki bakış açısından betimlenebilir:

Nesnel olarak; birey üzerinde eylemde bulunan toplum açısından ve öznel olarak, topluma tepkide bulunan birey açısından betimlenir (Fichter, 2004).

Nesnel olarak sosyalleşme, toplumun öz kültürünü, nesiller arası aktarma esasına dayanır. Toplum bireye, toplumsal rolünü öğretir (Tezcan, 1995).

Nesnel sosyalleşmenin işlevi, belirli bir toplumun sahip olduğu “yaşama deseni”ni, değerleri ve hedefleri bireylerin yavaş yavaş benimsemesi için, özellikle de bireylerin toplumda yerine getirmek zorunda oldukları sosyal rolleri öğrenmeleri için, bireylerin gereksindiği hüner ve kuralları geliştirmektir (Fichter, 2004).

Öznel olarak sosyalleşme, bireyin içinde yaşadığı topluma uyması olarak tanımlanabilir (Tezcan, 1995). Bir başka deyişle, bireyin çevresindeki kişilere uyarlanması sırasında bireyde cereyan eden bir öğrenme sürecidir. Kişi, içinde yaşadığı toplumun alışkanlıklarını alır. Çocukluktan başlayarak adım adım “toplumca kırılmış” bir hale gelir. Sosyalleşme, yaşam boyu süren bir süreçtir. Bilinçaltı uyumluğun bir çeşiti olduğu gibi her yer, her kültür, her zaman ve her toplum için söz konusudur (Fichter, 2004).

İnsan davranışlarının büyük bölümü öğrenilmiş davranışlardır. Bir  ğrenme süreci olan sosyalleşme ile insan, kendine uygun insanca davranışları öğrenir. Doğduğu andan itibaren çeşitli çevrelerin içinde bulunmak zorunda olan her insanın biyolojik, fiziksel ve sosyal olmak üzere üç çevresi vardır. İnsan, içinde bulunduğu bu çevrelerle sürekli etkileşim halindedir. Bu etkileşimde birey, özellikle toplumun davranış kalıplarını (yapma, duyma, düşünme)  ğrenmektedir. Bu  ğrenmenin sonucunda birey, ait olduğu toplumla uyum içinde ise, sosyalleşme yeterli düzeyde gerçekleşmiş demektir.

Erkal’a göre sosyalleşmenin bir takım sebepleri vardır: Sosyalleşmenin bir sebebi, toplumda rehberlik müessesesinin gelişmemiş olması, sosyal çevrede şekilci, sadece maddeci ve faydacı normlara göre ilişkilerin geliştirilebilmesi, ideolojik şartlanma, grup dışı faaliyetlere kapalılık, doğru ve yanlışı belirli mutlaklar arasında aramak ve araştırma yapmamak, “etnosantrizm” (kendi dışındakileri aşağılama ve kendi grubunu yükseltme), dil anlayışındaki farklılık sayılabilir. Sosyalleşmenin birbaşka sebebi de, toplum seviyesinde ortaya çıkan “biz” duygusundan ve ortak kültürel paydalardan çok, millet altı unsurlara (boy, kabile, aşiret, mezhep vb) ait dar anlamda “biz” duygusunun  ne çıkarılmasıdır (Erkal, 2000).

2.11.2. Sosyalleşme Süreci

Sosyalleşme tanımlarından çıkardığımız en önemli sonuç, sosyalleşmenin bir süreç olduğu düşüncesidir. İnsanın yaşamı da sürekli değişen ve gelişen bir süreç olduğuna göre bu çok doğaldır. Çocuğun anne ve babasından kalıtsal olarak aldığı özellikler, daha sonradan kazanacağı özelliklerin temelini oluşturmaktadır. Bu temel üzerine oturan kültürel ve yaratıcı nitelikler, bireyin kişiliğine biçim verirken sosyalleşmesini de sağlamaktadır.

Sosyalleşme süreci, bir sosyal olgu olarak ferdin doğuştan itibaren toplum üyeliğini kazanmasında geçirdiği safhaların hepsine verilen addır (Erkal, 2000).

Sosyalleşme süreci, sürekli olarak bireyin “dışında” cereyan eder. Sosyalleşme süreci, sadece çocukları veya topluma yeni gelen göçmenleri etkilemez, toplumdaki tüm kişileri etkiler. Kişiler üzerinde eylemde bulunur; kişilere toplumun ve kültürün sürekliliği için gerekli olan davranış örüntülerini temin eder. Sosyalleşme, toplum açısından bir sosyal kontrol süreci ve grup yaşamında düzenlilik sağlama yoludur (Fichter, 2004).

Bir başka ifade ile birey, sosyal yaşam içinde pek çok etkileşim içine girer ve kendine özgü davranış kalıplarını, kurduğu etkileşimler aracılığıyla oluşturur. Sosyalleşme sürecinde, toplumun düşünce, davranış ve değer yargıları, kültür sayesinde bireye aktarılmaktadır (İsen, 2002). Denilebilir ki insan, daha sonra kazanacağı şahsiyet ile doğmaz. Her toplum, fertlerin nasıl davranmaları gerektiğini gösteren normlara sahiptir. Toplumlar arası bazı ortak kabul görmüş normlar bile farklı toplumlara göre şekil alabilir (Erkal, 2000).

Sosyalleşme süreci ile birey, son derece karmaşık bir yapıda örgütlenmiş olan yaşama biçimine uymaktadır. Sosyalleşme hem birey hem de toplum açısından son derece önemlidir. Sosyalleşme bir yandan bireye, toplumsal bir benlik ve kişilik kazandırırken bir yandan da toplumun görece sürekliliğini sağlamaktadır (Ozankaya, 1996). Böylece sosyalleşme, toplumun yeni üyelerine o toplumda var olan yerleşmiş gelenek, görenek, tutum ve davranışların neler olduğunu ve bunlara uyum sağlamanın ve öğrenmenin yollarını gösterir (Özkalp, 1993).

Tolan'a göre sosyalleşme süreci, bir bireye başkalarıyla olan ilişkileri aracılığıyla, iyi-kötü, doğru-yanlış gibi toplumun yargı ölçütlerinin, diğer tüm değer ve normların toplumca kabul edilebilir tutum ve alışkanlıkların, becerilerin iletilmesini kapsayan bir süreçtir (Tolan, 1987).

Tolan'ın bu görüşüne paralel olarak; Parsons sosyalleştirenlerin, sosyalleştirilenlere beş tip şey sunduklarını belirtir. Bunlar; bilgi, hoşgörü, karşılıklılığa izin vermemek, destek ve olumsal koşullu ödüllerdir. Bunlara karşılık sosyalleştirenlerin belirli bir davranış ve tavırları gösteren işaretler beklerler (Battomore ve Nispert, 1990).

2.11.3. Sosyalleşme Evreleri

Sosyalleşmenin, hayat boyu devam eden bir süreç olduğundan bahsetmiştik. Bireyler, hayatları boyunca çeşitli evrelerden geçerken biyolojik ve fizyolojik değişimlerle birlikte sosyal ve psikolojik değişimlere de uğrar (Sezal, 2002).

İnsanın sosyalleşmesi çok karmaşık bir süreçtir. İnsan sayısız olayların, kişilerin içinde bulunduğu sosyo-ekonomik-kültürel koşulların, gelenek, görenek, kanunlar, fiziksel çevre daha birçok etkenin etkisindedir. Bu etkenlerin, karmaşık etkileşimi sonucunda insan, fert olarak belirir.

Sosyalleşme aynı zamanda derece derece gerçekleşen bir süreçtir. Özellikle dünyaya gelme aşamasından, çocukluk dönemine kadar “küçük” bir sosyal dünyada geçer. Küçük ve basit sosyal dünya veya sistem içinde etkileşim, bebeğin gerekli ayrımları yapabilmesini, yeni öğrendiklerini sağlam temellere oturtmasını sağlar. Bu arada çocuk, içsel dünyasının da farkına varır. Yavaş yavaş içinde yer aldığı sosyal sistem genişler, daha fazla objeler tanınır ve içselleştirilir. Çocuğun ilerde oynaması gereken rolleri ve etkileşimde bulunacağı diğer bireylerin de rollerini içselleştirmesi beklenir. Rollerin içselleştirilmesi, aynı zamanda kişiliğin gelişmesi demektir (Yavuzer, 1999).

Sosyalleşme süreci üç evrede ele alınabilir:

- Çocukluk evresi
- Ergenlik evresi
- Yetişkinlik Evresi

2.11.3.1. Çocukluk Sosyalleşmesi

Çocukluk döneminde, çocuk için canlı ve cansız varlıkları ayırabilmek mümkün değildir. Bu dönemde çocuk, ancak kendi kendisini tanımaktadır. Çocuğun bütün ilgisinin yine kendisine dönük olduğu bu dönemde, sosyalleşme ve buna bağlı olarak sosyal ilişkilerden bahsetmek mümkün görülmez (Erkal, 2000).

Bir başka ifade ile çocuk, doğduktan bir süre sonra beslenme zamanı ile ilgili kısmi beklentiler içine girdiği ve bakım ihtiyaçları için işaret etmesi gerektiğini öğrendiği bu evrede, bütün aile ile etkileşime girmez. Sadece alt sistem içinde kendisi ve annesi vardır (Sezal, 2002).

Çocuk bir yaşında fiziki varlığının; iki yaşında ise sosyal evrenin bilincine varır, “sen”, “ben”, “o” kavramlarını elde eder. Beş-altı yaşına gelmiş çocuk, artık çevresel kültürün tüm unsur ve yaptırımlarını algılamış, sosyalleşme sürecinin en önemli bölümünü yaşamış olmaktadır (Tolan, 1987).

2.11.3.2. Ergenlik Sosyalleşmesi

Bu evrede gençler, anne-baba kontrolünden yavaş yavaş çıkmaya başlarlar. Ergenlerin, daha fazla bağımsızlık istekleri sonucu gerilimler oluşur. Sosyolojik olarak yetişkinlik dönemi, bireyin kendini ekonomik açıdan idare edebilecek durumda olması olarak tanımlandığından, ergenin, fizyolojik açıdan olgunlaşması fakat aileden bağımsız hale gelmemesi, sorunların yaşanmasına neden olabilir (Sezal, 2002).

Aile ve okul gibi çevrelerde olgunlaşan ve yavaş yavaş sosyalleşme süreci içinde ilerleyen fert, daha sonra işyeri içinde de kendi şahsiyetini bulur ve geliştirir (Erkal, 2000).

Görüldüğü gibi ergenlik dönemi, önemli sosyal, kişisel ve fiziksel değişimlerin gerçekleştiği bir dönemdir. Birçok tutum ve değerler, ergenlik öncesi çocukluk yıllarında gerçekleşmiş olsa bile, bu evrede gençler, bilişsel ve manevi olgunluğa erişirler. Artık son derece geniş etkileşim alanları (okul, akran grupları, kitle iletişim araçları, tüketim, moda vb.) vardır. Sosyal, politik, ekonomik ve çevresel konularda, gelişmiş önemli düşüncelere sahiptirler. Artık ailenin dışındaki güçler, ergenin dünyasını şekillendirmektedir (Sezal, 2002).

2.11.3.3. Yetişkin Sosyalleşmesi

Çocukluk ve ergenlik dönemindeki sosyalleşmeye “birincil sosyalleşme” denilmektedir. Bu dönemlerde aile, okul arkadaşları ve kitle iletişim araçları etkili olmaktadır. Yetişkinlik dönemindeki sosyalleşmeye ise “ikincil sosyalleşme” denilmektedir ve bu dönemde de iş, evlilik ve emeklilik çevresi etkili olmaktadır (Giddens, 2006).

Yetişkinlik sosyalleşmesi, çocukluk sosyalleşmesinden oldukça farklıdır. Çocuklar esnektir; ancak yetişkinlerin sosyal birikimleri, değişimlere karşı direnç oluşturmaktadır. Yine de bireylerin yaşamlarında değişiklikler meydana geldikçe (iş değişince, evlenince, çocuk sahibi olunca vb.) rolleri de değişmekte ve buna paralel olarak birey, sürekli sosyalleşmektedir (Sezal, 2002).

2.11.4. Sosyalleşme Araçları

İnsanlar, “sosyal hayat alanı” üzerinde irili ufaklı pek çok sayıda sosyal grup içinde yaşarlar. Bunların hepsi, toplum yapısını meydana getirir. Toplum yapısı içinde niteliklerine göre aile, okul, işyeri, cami, spor kulübü, dernek, hastane vb. sosyal grupları oluşturur. Toplum sistemi, sosyal grupları, amaçlarına, fonksiyonlarına, niteliklerine göre birbirini tamamlamak üzere bir arada tutar. Böylece insan grupları arasındaki ilişkiler dizisi meydana gelir (Yıldıran ve Yetim, 1996).

Dönmezer de sosyalleşmeyi, kişinin grup normlarına uymasını ve bunları öğrenmesini sağlayan bir süreç olarak tanımlamaktadır (Dönmezer, 1994).

Birbaşka ifade ile sosyalleşme durgun, yeknesak bir sũre değildir. Birey, birçok araçla sosyalleşir (Tezcan, 1995). En önemli sosyalleşme araçları aile, okul, arkadaş grubu ve kitle iletişim araçlarıdır. Özellikle aile ve eğitim kurumları, başlıca sosyalleşme araçlarındandır. ũnkũ çocuklara bilgi ve toplumun değerlerini kazandırırılar. Arkadaş grupları ve kitle iletişim araçları sosyalleşme amacıyla varolmadıkları halde çocukların bilgilerinin, tutumlarının ve inançlarının biçimlenmesinde çok kritik rol oynarlar (Sezal, 2002).

Bu noktadan hareketle sosyalleşme sũrecinde, en geniş ve temel ayrımlardan biri, “birincil” ve “ikincil” grup ayrımıdır.

Birincil Grup; aile, yakın akrabalar, arkadaşlar gibi, kişinin doğrudan ilişki içinde bulunduğu, problemlerini çözmede, karşılıklı yardımlaşmada, birbirini korumada görece sağlam, içten, uzun sũre devam eden ilişkiler geliştirdiği ufak gruplardır. Kişiyi, grubun bir organı olarak “biz” bilinci içinde tutan bu gruplara aile başta olmak ũzere, akranlar, arkadaş ve oyun grupları, okul gibi çevreler girmektedir (Demir, 1992).

Belli olduğu ũzere bu tũr grup yapısında ilişkilerin yũz yũze olması, sıklığı, yoğunluğu ve sũrenin uzunluğu, bu tũr grupların sosyalleşmedeki etkisini birinci sıraya çıkarmaktadır.

2.11.4.1. Aile

Aile, normal şartlarda insanların ilk karşılaştığı sosyal gruptur. Bu yapısı ile aile, toplumun çekirdek kurumudur. Anne-baba, sosyalleşmenin ilk kaynağı ve ilk modelleridir. Birey, ailede hem sosyo-kũltũrel değerleri ve tutumlar, hem de bazı özel davranış biçimlerini, anne-babayı örnek alarak bũyũrler (Eroğlu, 2000).

Çocuğun ilk öğrenmeleri, ilerideki gelişmesinin temelini oluşturur. Anne ve babalar, iyi insan, iyi vatandaş olmanın, başarılı ve nitelikli olmanın yollarını çocuklarına önemli lũde aktarırlar ve öğretmeye çalışırlar. Çocuğun kũltũrel davranışları da, anne babanın çeşitli yönlendirme ve beklentileri doğrultusunda oluşturulur. Çocuklar için aileler, uzun dönem amaçların ve temel değerlerin

benimsenmesinde önemli rol oynarlar (Yıldıran ve Yetim, 1996).

Küçükkurt sosyalleşmeyi, bir tür çevreye uyum süreci olarak tanımlar. Bireyin bu süreci ailesiyle birlikte yaşamaya başladığı gözönüne alındığı takdirde; bireyin psikolojik yapısını etkileyen en önemli sosyalleşme faktörünün aile olduğu son derece açıktır (Küçükkurt, 1990). Çocuk, toplumsal yaşama ilişkin değer ölçülerini, kişiliğini bu dönemde kazanır. İyinin benimsenip seçilmesi, kötünün itikmesi, işte bu çocukluk döneminde oluşur ve pekişir (Doğan, 1995).

İşte gelişimin en başından itibaren amacı, kendisini, çevresini ve çevresiyle kurduğu ilişkisini bir anlam çevresi içine oturtabilmektedir (Özer, 2001). Bu bağlamda aile, toplumsal normların öğrenildiği ilk yer olmakla birlikte aktarılan normların, uygulanıp uygulanmayacağını da derleyen bir kurumdur (Sayın, 1990).

Ailede sosyalleşme; rehberlerle, öğretimde bulunma, çocuğun eylemlerine yanıt verme ve kendi eylemlerine çocuğu katmak gibi yollarla gerçekleşir. Çocuk, ailesi ile etkileşimi içinde uygun örnekleri ve değerleri seçmektedir. İşini, gözlem, başkalarına katılma, rol oynama ve kendi düşünce ve davranışlarını yargılama yollarıyla gerçekleştirmektedir (Tezcan, 1995).

Özetle ailenin başlıca görevi, çocuğu, toplumun kişisi haline getirmektir. Aile, toplum içindeki en küçük sosyalleşme birimi olmasına rağmen, bir sosyalleşme aracı olarak önemi çok büyüktür. Ailenin yerini tutabilecek bir başka kurum yoktur (Akdeniz, 1990).

2.11.4.2. Arkadaş Grupları

Aile ve arkadaş, akran grupları arasında, çocuk açısından, kurduğu ilişkilerin niteliği farklılık gösterir. Aileye göre arkadaş ilişkileri daha demokratiktir (Tezcan, 1995). Arkadaş grupları, çocuk için bir danışma ortamıdır. Çocuk, arkadaşlarıyla olan ilişkilerinde, onlardan çok şey öğrenir. Bunların arasında paylaşma, mücadele, kavga etme, büyüklerle olan ilişkiler, başarı, sevilme, birliktelik, hoşgörü, başkalarına tahammül sayılabilir (Yıldıran ve Yetim, 1996).

Bütün toplumlarda çocuklar, arkadaşlarıyla oynarlar ve arkadaş grubu, büyük

ölçüde informel sosyalleşmede etkili olur. Arkadaş grubunun etkisi, özellikle ergenlik döneminde doruğa çıkar. Bu dönemde ergenler, kendi kimliklerini oluşturma ve belirgin gençlik kültürüne katılma sürecinde ailelerinden bağımsız olmak isterler (Sezal, 2002). Dolayısıyla arkadaş grupları, boş vakitlerini değerlendirme, görünüş, oyun, takım tutma, müzik, alışkanlıklar edinme, cinsel davranışlar gibi konularda, çocukların hayat görüşleri ve davranışlarını önemli ölçüde etkiler.

2.11.4.3. Okul

Eğitim, resmi, örgütlü ve planlı bir sosyalleşme kurumudur. Öğretmen ise, bu kurum içerisinde en önemli sosyalleştiricidir. Okul hayatı, çocuğa sadece bilgi ve beceri değil; toplumsal sorumlulukları da öğretir. Bu nedenle çocuğu etkileyen ilk organizasyonun eğitim olduğu söylenebilir (Yıldıran ve Yetim, 1996).

Okul, çocuğun ilk biçimsel sosyalleşme aracıdır. Aile çocuğun farklı bir birey olmasını sağlarken; okul, çocuğun belli standartlara, kurallara uymasını sağlar ve herkes gibi davranmasını bekler (Sezal, 2002).

Dolayısıyla aileden sonra sosyalleşmeyi daha planlı ve global boyutta devam ettiren eğitimin kaliteli olması gerekir. Okullarda verilecek eğitim, bilgi ve beceri kazandırmanın yanı sıra, öğrencinin kendi kendisine bilgi üretmesine, beceri geliştirmesine olanak sağlamalıdır. Verilecek eğitim, yaşama dönük ve yaşam için olmalıdır. Çocuk bilgi ve becerisini, hem kendisi hem de toplum yararına kullanabilecek bilinçle yetiştirilmelidir.

Çocuk için okula başlamak, yeni bilgiler edineceği, yeni bir dünyaya girmektir. Toplum, okula başladıktan sonra, çocuktan kendisi gibi düşünme ve görmesini ister (Yetim, 2000). Çocuklar okula girdiklerinde, öğretmenlerin ve yaşlıların etkisi artarken; ailenin etkisi azalmaya başlar. Çocuklar daha bağımsız olurlar. Anne-babalar, çocuklarının daha fazla özerklik isteklerine uyum sağlayabilirlerse, okul yıllarını daha zevkli ve doyumlu hale getirebilirler. Bu sırada, oyun oynama, okuma, televizyon seyretme, konuşma ve yemek yemeyi de içeren oyun etkinliklerinin büyük bölümü, hala evde yer aldığı için anne-baba etkisi hala

güçlüdür (Onur, 1994).

İnsan ilişkilerinde birincil kümelerin yakın, sıcak ilişkilerden ayrıldıkça, ilişkilerin daha az duygusal olduğu ikincil kümelere yaklaşılır. İkincil grup, bireyin birincil gruba oranla daha kısa dönemlik, şekilsel (formal), zayıf, dolaylı, çoğu zaman da yapay ilişkilerle bağlı olduğu toplumsal grup türüdür. Uzak akrabalar, ara sıra rastlanan kişiler, tanışlar, kalabalıklar, yaşanılan şehir, ulus, parti, fabrika, vb kümeler ikincil gruplara örnek olarak verilebilir (Demir, 1992).

Kitle iletişim araçları da bireysel etkileşime doğrudan karışmamaları özelliklerinden hareketle ikincil gruplar bağlamında sınıflandırılmaktadır (Eklin, 1995).

2.11.4.4. Kitle İletişim Araçları

Yakın zamana kadar çocuğun sosyalleşmesinde en önemli ve etkin kurumlar, aile (anne-baba), arkadaş grupları ve öğretmenlerdir. Oysa günümüz modern toplumlarında televizyon başta olmak üzere, kitle iletişim araçları, sosyalleşme sürecini etkileyen çok önemli kurumlar haline gelmiştir (Yıldıran ve Yetim, 1996).

Gazeteler, dergiler, radyolar, filmler, kitaplar, kitle iletişim araçlarının bir kısmını oluştururlar. Özellikle televizyon, baskın bir sosyalleşme aracıdır. Televizyon, çocuğun çevresini ve dünyayı tanımada, anlamada çok etkili olduğu bilinmektedir (Sezal, 2002).

Günümüzde insanlar, televizyondan izledikleri ve radyodan işittikleri ile yaşam biçimleri ve toplumun politikası hakkında bilgi sahibi olmakta, başkalarına karşı olan tutum ve davranışlarını da, bu araçlardan aldıkları bilgilere göre ayarlamaktadırlar. Diğer bir ifade ile radyo ve televizyon insanın duygularını, dünya görüşünü, tutum ve davranışlarını etkileyerek, insanları belirli bir yolda değiştirmektedir (Özkalp, 1993). Özellikle televizyonda yayınlanan reklam, insanların ihtiyaçlarını şekillendirirken, davranışlarına da yön vermektedir.

Aynı zamanda kitle iletişim araçlarında hazırlanan programlar, topluma uygun biçimde düzenlenmiş ise toplumda kabul edilen değerleri güçlendirici etki

yapmaktadır (Dönmezer, 1994).

Ataerkil aile yapısından modern toplum yapısına geçiş ile birlikte, kitle iletişimi, toplum ve grupların adeta yerini alarak, bireyin gelişim süreci içerisinde önemli bir yere sahip olmuştur (Demiray, 2003).

Kitle iletişim araçlarının sosyalleşmede bu derecede etkin olmasında, bireyler üzerine yaptığı etki ile mümkün olabilmektedir. Kitle iletişim araçları, davranış, bilgilendirme, düşünce, tutum ve hisler gibi kavramlarda etkili olduğu için sosyalleşmede son yıllarda çok fazla etkili olmaktadır (Gökçe, 1998). Alav'a göre de kitle iletişim araçları, bireylerin ufuklarını genişleterek evrensel bazda düşünmeyi ve eğitmeyi sağladığı gibi, birey ve toplum bilincini de sağlamakta, böylelikle modern bir topluma geçişi de kolaylaştırmaktadır (Alav, 2001).

Kitle iletişim araçları ile diğer sosyalleşme araçları arasındaki fark, basın-yayının tek yönlü iletişim olmasıdır. Diğer bütün sosyalleşme araçlarının aksine, filmlerde, televizyonlarda seyrettiğimiz bireylerle bizler, karşılıklı etkileşim içinde bulunmuyoruz. Bu açıdan kişiler, seyrettikleri, gördükleri veya duydukları şeyleri olduğu gibi içselleştirmezler. Medya veya daha başka yerlerden bilgi toplarlar ve de diğer insanlarla etkileşimde bulunarak seçeneklerini değerlendirirler. Sonuç olarak sosyalleşme, sadece bir öğrenme süreci değildir. Fakat çok karmaşık ve çok boyutlu bir süreçtir (Sezal, 2002).

2.12. SPOR VE SOSYALLEŞME

2.12.1. Sporun Tanımı

Dünya üzerinde insana ait bulgular, bundan yüzbinlerce yıllar öncesine kadar uzanmaktadır. İlkel insan, ateşli silahların bulunmadığı dönemlerde, güçlü doğa karşısında yaşantısını sürdürebilmek için bedenen kuvvetli olması gerektiğine, tarihin daha ilk çağlarında inanmıştır. Bunun için de kendince gerekli gördüğü eksiklikleri giderme yoluna gitmiştir (İşler, 2001). Bir av hayvanını yakalayabilmek, kendinden güçlü, yırtıcı hayvanlardan kaçabilmek için çabuk, çevik ve dayanıklı olmak gerekiyordu. Bu mücadele sonucunda bedenen güçlü olan, yaşamını devam

ettirirken, güçsüz olanlar yok olup gidiyordu (Öztürk, 1998).

İşte spor, insanın doğayla ilk ya da toplumla işbirliği, işbölümüne dayalı, ileri ilişkilerinin bir benzetim modeli olarak; doğayla savaşım sırasında edinilen bedensel beceri ve geliştirilen araçlı ya da araçsız yöntemleri ile estetik, teknik, fizik, yarışmacı, mesleki ve toplumsal süreçtir (Fişek, 1998).

Genel anlamıyla spor, bireyin beden ve ruh sağlığını geliştirmek, belli kurallara göre rekabet ölçüleri içinde mücadele etme, heyecan duyma, yarışma ve üstün gelme gibi amaçlar içeren, başarı gücünü artırma, kişisel açıdan en yüksek noktaya çıkarma yolunda gösterilen yoğun çabalar olarak tanımlanabilir (Aracı, 1999).

Yörükoğlu da sporu, ekonomik, kültürel ve sosyal kalkınmanın başlıca unsuru olan insan gücünün beden ve ruh sağlığını sağlayıcı, koruyucu ve bütünüyle dengeli olarak yapının geliştirilmesi ile ilgil faaliyetlerle, bu faaliyetlerin yarışmaya dönüşmüş durumu olarak tanımlar (Yörükoğlu, 1990).

Spor, toplumsal yaşamın, toplumsal kültürün, organik öğelerindendir. Zaman içinde kültürdeki, sonuç olarak toplumdaki değişiklikler, spor kavramına yüklenen anlam ya da işlevi değiştirmektedir. İnsan, doğayı işleyerek bir ölçüde de olsa kendi buyruğu altına almıştır. Spor da insan vücudunu işlemekle geliştirmiştir (Alpman, 2001).

Spor, bireyin organik, psikolojik sağlığını geliştiren, sosyal davranışlarını düzenleyen, zihinsel ve motorik belirli bir düzeye getiren biyolojik, pedagojik ve sosyal bir olgudur.

Spor, vücudu, bedenin genel durumuna uygun antrenmanlarla sağlamlaştırmak, çevikleştirmek amacıyla yapılan çalışmaların bütünüdür şeklinde de tanımlanabilir (Şengül, 1996).

Spor, insanın gelişim özelliklerine doğrudan etki yaptığı gibi, barış, sevgi, saygı, dürüstlük, özveri gibi özellikleri ve değerleri de beraberinde getirmektedir. Ayrıca spor, yurtiçinde ve uluslararası sürekli barışın temelinde de rol

oynamaktadır. Spor, bir milletin iyi günlerinde değişik ve en zengin etkinlik, zor günleri (örneğin yurt savunması) için ise çok güzel bir hazırlıktır. Milletin yöneticileri bu konuyu çok iyi anlayarak üzerinde önlemler durmaktadırlar. Sporun görünmeyen bir başka yönü ise idarecilerin, yani yöneticilerin işini rahatlatmasıdır. Çünkü eşyanın tabiatıyla bakıldığında düzenli insanların yönetimi de rahat olacaktır (İşler, 2001).

Kısacası spor, herşeyden önce insan unsuruna hitap ettiği için, amaç ister sağlıklı ve iş verimi yüksek bir toplum yaratmak olsun, ister geleceğe güvenle bakabilecek yapıcı, yaratıcı ve sağlıklı bir gençlik yetiştirmek olsun, ister sosyal çözülmeye ve yabancılaşmaya karşı kullanılabilecek bir amaç olması özelliğiyle, sporun günümüzde çok etkin ve vazgeçilmez bir sosyal olgu durumuna geldiği açık bir gerçektir (Yıldırım ve Yetim, 1996).

2.12.2. Sporun Bireyler Üzerindeki Etkileri

Fertlerin ve toplumların sağlık ve mutluluğunun bir amacı değil, aracı olan beden eğitimi ve spor faaliyetleriyle insanlar birçok vasıf kazanmaktadır.

2.12.2.1. Sporun Psikolojik Etkileri

Spor, sadece fiziki ve psikolojik olarak ferdin eğitiminde kullanılmaz. Bununla birlikte bireylerde işbirliği ve sorumluluk sahibi olma, bireyin kendi kendine disipline olmasına yardımcı olmaktadır (Alpman, 2001).

Yetim de sporun amacının, tüm fertlerin spor yapmasını sağlayarak, sağlıklı, mutlu, çalışkan, moral değerleri yüksek, dinamik ve çağdaş bir toplum yaratmak ve topluma karşı görev ve sorumluluklarını bilen; beden ve ruh sağlığını yerinde, yapıcı, yaratıcı, üretken, ahlaklı, erdemli ve fazilet örneği nesiller yetiştirmek ve toplumun tüm fertlerini dinamik, zinde, yüksek moralli ve mutlu tutmak olduğu görüşündedir (Yıldırım ve Yetim, 1996). Dolayısıyla spor amacı itibarıyla bile bireyin manevi değerlerini güçlendirir.

Günümüzde bireyleri spor yapmaya iten tek neden hareket ve bedeni alan değildir. Başkalarıyla ilişki kurma isteği, yalnız kalma korkusu, sosyal bir varlık

olma ihtiyacı da en az sportif ve sağlıklı olma isteği kadar etkilidir. Aynı zamanda spor yapanın iradesinin kontrolü, başarıma azmi, ilerleme isteği gibi duyguları insanlara vererek yine insanın içgüdüünde var olan yıkıcı, saldırgan, kırıcı, tahammül edilemeyen dürtülerini pozitif hale getirerek bireysel ve toplumsal geliştirmenin yanında insanların kişilik kazanmasında etkili bir olgudur (Bauman, 1994).

Yine spor, ruhi yönden; yarışma ruhu, yardımlaşma duygusu, çalışma disiplini, cesaret, insan sevgisi, kültür, doğruluk, kendine güven, mücadele azmi, yenme ve yenilmeyi kabullenme, paylaşma gibi kazanımlar elde eder (Yıldıran ve Yetim, 1996).

Aynı zamanda çağımızın hastalığı olarak adlandırılan stresle başa çıkmada en önemli etken, kuşkusuz spor olmaktadır. Bireylerin rahatlamasını ve gevşemesini sağlamanın yanı sıra kendilerini mutlu hissetmelerini ve birşeyleri başarmış olmalarının vermiş olduğu hazzı yaşamaları sağlanmış olur (Güçlü, 1995).

2.12.2.2. Sporun Fizyolojik Etkileri

Günümüzde bireylerin hareketsiz yaşantısı sonucu birçok rahatsızlıklar ortaya çıkmaktadır. Astrond ve arkadaşları, yaptıkları araştırmalarda; egzersiz yaparken kalbi besleyen ve beyne kan götüren damarlarda dolaşım durumlarını incelemiş ve egzersizlerin kalbe ve beyne daha fazla kan gitmesini sağladığını bulmuşlardır. Kalbe ve beyne daha fazla kan gitmesi, bireylerin daha sağlıklı bir yaşama adım atmalarını kolaylaştıracaktır (Erkan, 1998).

Fiziki açıdan spor, çeviklik, esneklik, denge, kuvvet, mukavemet, sür'at, kondüsyon, estetik görünüm, ritim, koordinasyon ve fiziki mükemmellik sağlar (Yıldıran ve Yetim, 1996).

Uzun süreli hareketsizlik, öncelikle insan bedeninin hareket yeteneğini kaybetmesine ve organik çöküntüsüne neden olur. Günlük kaygı ve yaşantının yoğun olduğu günümüzde ise böyle gerileme ve güçsüzlük kişinin başarılarını gölgeler. Düzensiz beslenme ve yanlış beslenme alışkanlıkları da bu hareketsizliği

tetiklemektedir. Tüm bunların sonucunda insanlar, sürekli doktorlara gitmek zorunda kalmaktadır. Bunları önlemenin yolu yolu ise bireyleri yaş gruplarına göre düzenli egzersizler yaptırmaktır (Erkan, 1998).

Spor, hareketsizlikten oluşan hastalıkları engellemeli ve yaşlılığa kadar canlı, rahat, sosyal ve zarif insan yaratma idealini de taşımalıdır. Çünkü sporun, halk sağlığı açısından değeri çok büyüktür (Voight, 1998).

İşte yapılan bütün egzersizlerde ana hedefin vücudu sağlıklı tutmak ve sağlığın bozulmasını mümkün olduğu kadar önlemek olduğu söylenebilir. Yapılan araştırmalar göstermiştir ki, spor hem hastalıkları önlemede hem de hastalıkların iyileşmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Sporun bireylerde fizyolojik etkileri arasında bireyin motorik özellikleri (dayanıklılık, kuvvet, sür'at, hareketlilik ve beceri) de çok daha iyi bir gelişme göstermektedir. Özellikle dayanıklılık sporları yapanlarda kronik arter hastalığı, hipertansiyon ve şeker hastalığı daha az görülür.

Ayrıca beden eğitimi ve spor, çocuk ve gençlerde, organik, sinir, kas, zihinsel, duygusal ve sosyal gelişimi sağlar. Sportif etkinliklerde bulunan çocuk ya da genç, kendini tanır, yeteneklerini geliştirir, sınırlı ve güçlü yönlerini öğrenir, vücuduna ve sağlığına karşı dirençli olur, beceriler kazanarak, organizmasını en etkili biçimde kullanmasını öğrenir, fiziksel uygunluğu geliştirir, sağlıklı bir hayat için gerekli bilgi, davranış, alışkanlıklar ve beceriler kazanır (Yıldıran ve Yetim, 1996).

2.13. BENLİK KAVRAMI

Bireyin toplumsal rolünü gereğince oynayabilmesi, düzenli ve mutlu bir yaşam sürdürebilmesi, toplum içinde bir anlam kazanabilmesi sağlıklı bir kişilik gelişimi ile olanaklıdır. Kişiliğin en önemli boyutunu da benlik oluşturmaktadır (Bal, 2003).

2.14. BENLİK SAYGISI

Benlik ile ilgili değerlendirmeler kişiler arası etkileşimlerin sonucudur ve birey için önemli olan kişiler tarafından yapılan değerlendirmelerdir. Bu nedenle de

bireylerin yaşadıkları kişisel doyum ya da engellenme derecelerine göre farklılıklar gösterir. Benlik saygısı yüksek olanlar, düşük olanlara göre kendilerinden daha hoşnutturlar (Burns, 1982).

Benlik saygısının düzeyi, kişinin iş ve okuldaki beceri ve başarısını, stres ile başa çıkma etkinliğini, arkadaşlık ve dostluk ilişkilerinin gelişmesini, canlılık ve eğlenebilirlik derecesini etkilemektedir. Benlik saygısını yüksek düzeyde ve tutarlı olarak sürdüren normal sağlıklı kişiler, canlılık ve başarı ile özdeşleşirler. Zayıf yapılanmış benlik saygısına sahip kişiler ise canlılık ve enerjilerini kaybetmiş, kendine güvenmeyen, hatta kendini utanç verici, değersiz ve çaresiz hisseden, başarı ve becerileri azalmış kişilerdir. Benlik saygısı yüksek kişiler güçlü yanlarına, yeteneklerine ve olumlu özelliklerine odaklaşırlarken, benlik saygısı düşük olanlar olumsuz ve zayıf özelliklerini daha çok ön plana çıkarırlar (Burns, 1982).

Benlik saygısı ruh sağlığı ile çeşitli biçimlerde ilişkili bir kavramdır. Benlik saygısının kökeni çocuklukta başlamakta, fakat ergenlik döneminde örgütlenip, bireyin yaşamını etkileyen kalıcı bir faktör olmaktadır (Öz, 2004).

Demokratik olmayan aile ortamlarında, çocuğun sürekli olarak başarısızlıklarla yüzleştirilmesi, belirli zihinsel ve fiziksel yetersizliklere sahip olması çocuğun düşük benlik saygısının; çocuğa değer verilmesi, önemsenmesi, kabul ve onay görmesi ve gereksinimlerine duyarlı olunması ise yüksek benlik saygısı gelişmesine katkıda bulunur. Benlik saygısı kişinin kendi dünyası ile ilgili kişisel kararlara ve ideal benliğe göre yapılan iyi davranışlara dayanır. Yüksek benlik saygısı hatalara, yanlışlara ve başarısızlıklara rağmen şartsız benliğin kabul edilışıdır. Bu aynı zamanda kişinin kendi yaşamı hakkındaki sorumlulukları kabullenme anlamına gelir Kişinin benlik kavramı ile ideal benliği arasında geniş bir uyumsuzluk varsa düşük benlik saygısından, tersi durumlarda ise yüksek benlik saygısından bahsedilir. Benlik saygısı düşük olduğu zaman sevme duygusu yitirilmiştir ve kişi başkalarından uzak durur (Başer ve Bayat, 1998).

Benlik saygısı, kişinin kendisini olduğundan aşağı ya da üstün görmeden kendinden memnun olması ve kendini değerli, olumlu, beğenilmeye ve sevilmeye

değer görmesidir. Benlik saygısının duygusal, zihinsel, toplumsal ve dolaylı olarak da bedensel öğeleri vardır. Kendini değerli hissetme, yeteneklerini, bilgi ve becerilerini ortaya koyabilme, başarılı olma, toplum içinde beğenilir olma, kabul görme, sevilme, kendi bedensel özelliklerini kabul ve benimseme, benlik saygısının oluşması ve gelişmesinde önde gelen etkenlerdir (İzgiç ve Akyüz, 2001:592-598).

Başarıların ölçüsü, belirli bir davranış alanına yönelik özlemlerdir. Bu başarı, değer verilen bir konuda özlemlere yaklaşır veya karşılık oluşturursa sonuç yüksek düzeyde bir benlik saygısıdır. Eğer büyük bir uzaklaşma varsa, o zaman kişi kendisi ile ilgili zayıf kanıya varır ki sonuç düşük düzeyde benlik saygısıdır. Bu dünyadaki benlik duygumuz, tümüyle ne olduğumuzu ve ne yaptığımızı desteklememize bağlıdır. Bu da etkinliklerimizin gizli güçlerimize olan oranıyla belirlenir. Bu oranın içinde beklentilerimiz bölen, başarılarımız ise bölünendir. Bu şöyle formüle edilebilir;

$$\text{Benlik Saygısı} = \frac{\text{Başarı}}{\text{Beklentiler}}$$

Bu formül, kişinin belli nitelik ya da yetenekleri bakımından kendisini nasıl algıladığı ile nasıl olabileceği ya da olması gerektiği gibi iki davranış dizgesini içerir. James, benlik saygısında hangi alanların kullanılacağını belirlemek için insanın kendi değerlerinin önemini vurgulamakta ve başarının, öznel anlam taşıyan değer alanları ile ilgili beklentileri ölçüsünde anlam kazandığını savunmaktadır (Coopersmith, 1967).

Tablo 2.1: Benlik Saygısı Karşılaştırma Tablosu

Benlik Saygısı Yüksek Olan İnsanlar	Benlik Saygısı Düşük Olan
• Kendilerine saygı duyulmasını isterler • Beceri, davranış, cinsellik ve görüntüleri olumludur • Gözlemlensin veya gözlemlenmesin eşit performans sergilerler • Eleştirildiklerinde savunmaya geçmezler ve atılgan davranırlar • İltifatları kolaylıkla kabul ederler • Performanslarını gerçekçi olarak değerlendirebilirler • Kurumlarında aktiftirler • Otorite figürlerine karşı rahattırlar • Genel olarak hayatlarından memnundurlar • Güçlü bir sosyal destek sistemleri vardır • Kendilerini kontrol edebilirler (iç kontrollüdürler)	• Eleştiriye açık olmama • Beceri, davranış, cinsellik ve görüntüleri negatiftir • Gözlemlendiklerinde daha az performans sergilerler • Eleştirildiklerinde savunmaya geçerler ve pasif davranırlar • İltifatları kabul etmekte zorlanırlar • Performanslarını gerçekçi olarak değerlendiremezler • Kurumlarında pasif ya da sınırlı hareket • Otorite figürlerine karşı rahat değildirler • Genel olarak hayatlarından memnun değildirler • Zayıf bir sosyal destek sistemleri vardır • Dıştan kontrol edilirler
• Aktivitelere daha çok katılırlar • Kendine güven duyguları gelişmiştir • İnsanlara pozitif tepkiler verirler • Grupta liderlik özelliği gösterirler • Bağımsız olarak aktiviteleri yapabilme özelliği vardır	• Yeni deneyimler ve aktivitelere katılmada tereddüt gösterirler • Aşağılık hissi, karamsarlık, duyguları • Diğer insanlara olumsuz tepkiler verirler • Kolaylıkla vazgeçme
• Kendilerini önemli ve zahmete değer olarak görürler • İyimser, mutlu, hoş kişiler arası ilişkiler kurarlar • Bazı alanlarda kendilerini diğerlerinden daha başarılı olarak görürler • Problem çözmede etkinlik vardır	• Kendini değersiz, sevimsiz ve önemsiz hissetme • Çekingen, yetersiz sosyal ilişkiler • Diğerlerinin başarılarını gözleme, grupta beceriksizce aktiviteler yapma • Başkalarının olumlu desteğine ve yüreklendirmesine aşırı gereksinim duyma

Kaynak: Coopersmith, 1967

2.14.1 Benlik Saygısının Sporla İlişkisi

Bedensel etkinlik ve fiziksel sağlık ilişkisini inceleyen çalışmaların sayıları karşılaştırıldığında psiko-sosyal sağlığa yönelik etki üzerindeki çalışmaların çok sınırlı olduğu fark edilecektir. Spor faaliyetlerinin ruhsal sağlığa etkisiyle ilgili çalışmalar genellikle dört boyut üzerinde yoğunlaşmıştır, bunlar duygu-durum, korku, depresyon ve benlik tasavvurudur. Konuyla ilgili deneysel çalışmaların sonuçlarını derleyen Knoll, bedensel egzersize bağlı olarak duygu-durum ve benlik algısında olumluya doğru bir artışın, korku ve depresyonda ise bir azalmanın

yaşandığını belirtmiştir (Blascovich and Tomaka, 1991).

Egzersiz yapmanın beden imgesi memnuniyeti ve benlik saygısına etkisini ortaya koymak adına yapılan araştırmalar çerçevesinde araştırmacılar; benlik saygısı, vücut imgesi memnuniyeti ve egzersiz arasında dolaylı yoldan bir ilişki olabileceğini söylemişlerdir. Fakat bunu desteklemeyen araştırmalar da vardır (Aine and Lester, 1995).

Yapılan çalışmada egzersiz yapmanın benlik saygısına olumlu etkisinin olduğunu belirtmiştir. Ve bunu destekleyen araştırmaları yapan kurum zindelik, koşu, tekvando, oyun sporları gibi pek çok dalda araştırmalar yapmıştır. Ancak buna istisna olarak; Tiggerman ve Williason (2000), araştırmalarında, egzersizle benlik saygısı arasında erkekler için pozitif bir ilişki olduğunu, kızlar için ise negatif anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmiştir (Tiggeman and Williamson, 2000:119-127).

Bowker, Gadbols ve Cornock (2003), Lise öğrencileriyle yapılan bir araştırmada egzersizle global benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını belirtmişlerdir (Bowker vd., 2003).

Egzersiz ve psikolojik refah araştırması üzerine başarılı bir tartışma yapılmıştır. Bu araştırmanın eleştirisini yapanlar genel spor aktivitelerine katılımın kişiliği pek etkilemiş görünmediğini, fakat zindelik düzeyini yükselten yoğun egzersiz ve programların, ruhsal durum, benlik kavramı ve genel zihin sağlığına olumlu yönde etkileri olabileceğini kabul etmişlerdir. Benlik kavramı hariç, genel kişilik özelliklerinden hiçbir, fiziksel kuvvetteki artıştan etkilenmemiş görünmektedir. Bazı bulgular, artan kuvvet ve beden imgesindeki değişikliklerin, özellikle de zindelik programlarından önce, düşük benlik saygısına sahip katılımcıların benlik saygısını, olumlu yönde etkileyebileceğini söylerler (Demirkol ve Doğan, 2003).

İkizler'in yaptığı çalışmada özellikle dayanıklılığın geliştirildiği zindelik antrenmanlarında duygu-durumun pozitif yönde gelişeceğini belirtmişlerdir. Fakat bazı çalışmalarda bu değişimin harekete bağlı bedensel değişikliklerle, yani kişinin kendi dış görünüm ve gücünden duyduğu memnuniyetle yakından ilişkili olduğunu

belirtmiştir (İkizler, 2002).

Doğan, Çorapçıoğlu ve Çelik (1994), üniversite öğrencilerinin aktif sosyal etkinliklere katılma oranları ve benlik saygısı düzeylerini belirledikleri araştırmalarında, spor yapan ve yapmayan öğrencilerin beden imgeleri arasında fark olup olmadığı konusunda spor yapan öğrencilerde beden imgesi değerlendirmesinin daha olumlu olduğu sonucuna varmıştır. Sosyal etkinliklere katılma derecesi ise yüksek sosyo-ekonomik düzeydekiler ve benlik saygısı yüksek olanlarda daha yüksek bulunmuştur (Doğan vd., 1994).

Günümüzde birçok araştırma düzenli spor faaliyetlerine katılanlarda, sadece benlik tasavvurunun olumlu yönde değiştiği sonucunu vermiştir. Burada genel benlik tasavvurundan çok fiziksel benlik algılaması daha fazla etkilenmektedir. Sporun benlik saygısına etkisinin incelendiği ve iki grup üzerinde yürütülen bir çalışmada, birinci grupta yer alanlara altı ay süreyle haftada bir belli bir antrenman programı uygulanmıştır. İkinci gruptakilerin ise böyle bir faaliyeti olmamıştır. Çalışmalara başlamadan önce her iki grubun da genel benlik algılamaları ölçülmüştür. Başlangıçta iki grup arasında fark tespit edilmemiştir. Altı ay sonra testler tekrarlandığında; altı ay boyunca düzenli spor programını takip eden kişilerin, özellikle kendi bedenlerine yönelik algılamalarında diğerlerine göre önemli derecede artış tespit edilmiştir (İkizler, 2002).

Kişilik ile sportif eylemler arasındaki ilişkiyi ele alan bir araştırmada, genç performans sporcuları ile sporcu olmayanları karşılaştırdığında spor yapanların yapmayanlara göre daha canlı, daha çalışkan, ilişki kurmaya sürekli hazır, sebatlı, zor koşullarda ortama uymalarının daha iyi olduğunu belirlemiştir (Tiryaki, 2000).

İngiltere'de milli takım düzeyinde 57 tenisçi üzerinde yapılan bir çalışmada, tenisçilerin spor yapmayanlara göre dışa dönük kimseler olduğu, ancak bunların içinde en başarılıların içe dönük özellikler taşıdığı anlaşılmıştır.

Tiryaki (2000), yaptığı bir araştırmada da spor yapanların yapmayanlara göre daha dışa dönük ve duygusal olarak dengeli olduklarını belirtmişlerdir (Tiryaki, 2000).

Aksaray ve İnanç (2003), Beceri eğitiminin ve benlik saygısını geliştirmeye yönelik aktivitelerin benlik saygısı üzerindeki etkisini incelemek amacıyla yaptıkları çalışmada iki farklı deney grubu, plasebo grubu ve bir kontrol grubu yer almıştır. Çalışma grubu Adana Hürriyet İlköğretim Okuluna devam eden 7. sınıf öğrencilerinden 64 kişilik gönüllü bir gruptan oluşmaktadır. Öğrencilerin 16'sı 1. deney grubuna, 16'sı 2. deney grubuna 16'sı plasebo diğer 16'sı ise kontrol grubuna alınmıştır. 1. deney grubuna on haftalık duygular, benlik tanımlama, problem çözme ve iletişim becerilerini içeren bir program. 2. deney grubuna on haftalık benliği tanıma ve benlik saygısını geliştirmeye yönelik çeşitli aktiviteleri içeren bir program; plasebo grubuna 6 haftalık mesleki ve 4 haftalık eğitsel rehberlik uygulanmış, kontrol grubuna ise herhangi bir işlem yapılmamıştır. Elde edilen bulgular beceri ve aktivite programlarına katılan öğrencilerin genel, sosyal, aile, okul ve toplam benlik saygısı puanlarının yükseldiğini göstermektedir. Her iki programa katılan öğrencilerin toplam ve alt ölçek benlik saygısı puanları arasında bir fark bulunamamıştır. Uygulamadan 16 hafta sonra öğrencilerin benlik saygıları tekrar ölçüldüğünde aileyle ilgili benlik saygısı haricinde, benlik saygılarındaki değişimin kalıcı olduğu görülmüştür (Aksaray, 2003).

Yegül (1999), liseli erkek sporcular ile sporcu olmayanlar arasında benlik saygısı ile benlik algısı puanları arasındaki ilişkileri araştırdığı çalışmada; sporcu olan bireyler ile sporcu olmayanlar arasında Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nin benlik saygısı alt ölçeği puanlamasına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulamamıştır. Fakat sporcuların atletik yeterlik ve global benlik saygısı puanlarında sporcular lehine anlamlı farklar bulunmuştur. Bunun nedeni için ise sporcu bireyin devamlı sporla iç içe olması, yaptığı spordan zevk alması ve kendini bir sporcu olarak yeterli algılaması atletik yeterlik puanlarını artırmıştır. Sportif başarılarla gelen tatmin duygusu da olumlu düşünceler yaratarak sporcuların kendilerini yeterli algılamalarına sebep olabileceği belirtilmiştir (Yegül, 1999).

Women's Sports Foundation tarafından yayınlanan, 30.000 spor yapan ve spor yapmayan kız arasında yapılan araştırmada, spor yapan kızların; akademik başarılarının daha yüksek olduğu, yaşlıları arasında kendilerini daha popüler

hissettikleri, daha sosyal oldukları, liseden mezun olma oranlarının diğerlerine göre üç kat fazla olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, diğerlerine göre uyuşturucuya başlama olasılıkları %92 oranında az olduğu belirtilmiştir.

2.14.2 Benlik Saygısının Gelişimi

Ergenlik çağı, benlik kavramının en önemli bölümüdür. Ergenlik çağı, çocukluktan erişkinliğe bir geçiş dönemi olarak tanımlanabilir. Ergenlik ve gençlik terimlerini eş anlamlı olarak kullanır ve ergenliğin sonunu getiren şeyin genç bireyin bir işe katılımı olduğunu düşünür. Konuya bu yönden yaklaştığımızda üniversite öğrencilerinin henüz ergenliklerini tamamlamamış olduklarını söyleyebiliriz (Dereboy vd., 1994).

Gençler, çocukluğunda dışa dönük olan antenlerini kendi içine çevirmeye başlar. Duygularını ve becerilerini inceler, nasıl bir kişi olduğu ve ne olmak istediği konusunda kafa yormaya başlar. Bu dönemde benlik kavramı sürekli iniş, çıkış ve dalgalanma gösterir. Çünkü genç kendisine yakışacak bir kimlik aramaktadır (Yörükoğlu, 1989).

Ergenlik çağı boyunca sürüp giden kendini sına ve değerlendirme sürecinde öz beğeniyle öz eleştirinin iki karşıt kutbu oluşturdıkları düşünülebilir. Bireyin öz kavramının ne denli olumlu, benlik saygısının ne denli yüksek olacağını belirleyen de kişisel özelliklerdir (Dereboy vd., 1994).

Benlik kavramının, benlik imgesinin beğenilip benimsenmesi benlik saygısını oluşturur. Benlik saygısı (self-esteem), benlik kavramının toplumsal kimlik, kişisel kimlik ve beden imajı gibi bileşenlerinden birisidir ve bireyin kendisini nasıl hissettiğini ifade eden bir kavramdır (Yörükoğlu, 1985).

Benlik saygısı benliğin duygusal yanı olup, kişinin kendini değerlendirmesi sonunda ulaştığı benlik kavramını onaylamasından doğan beğeni durumudur. Kişinin kendini beğenmesi, kendi benliğine saygı duyması için üstün nitelikli olması gerekmez. En geniş anlamıyla benlik saygısı, kişinin kendini gururlu, değerli, gayretli, etkin ve başarılı hissetmesidir (Demirkol ve Doğan, 2003).

Harter, benlik saygısını, kişinin kendisini bir bütün olarak sevmesi, kabul etmesi ve saygı duyması olarak tanımlamıştır. Coopersmith (1981)'e göre, benlik saygısı diğer kişilerin yaptıkları yorumlardan bizim çıkardığımız sonuçlarla kazanılır. Güngör'ün (1989) aktardığına göre, Coopersmith (1967) benlik saygısı kavramını inceleyenler arasında en tutarlı tanımların James ile Mead tarafından yapıldığına işaret etmektedir. James, geçen yüzyılın sonunda yazdığı " Psikoloji İlkeleri " adlı yapıtında açıkladığı çözümleme ile benlik saygısı üzerindeki üç olası etkiyi ortaya koymaktadır. James, öznel yaşam deneyimleri ve kendilik kavramının önemini çözümlerken insanın özlemlerinin ve değerlerinin kendisini olumlu değerlendirip değerlendirmedigini belirlemede temel bir rolünün olduğu sonucuna varmıştır (Güngör, 1989).

Sarpkaya bireyin, benlik saygısını azaltan zayıflıkları ve yetersizlikleri üzerinde durmuştur. Benlik saygısı, aşağılık duygusundan üstünlük duygusuna geçişi temsil eder. Benlik saygısının gelişiminde üç önemli istenmeyen durum söz konusudur. Bunlardan biri organ eksikliği, diğeri böyle bir yetersizliği olan bireyin o andaki arkadaşları ve ailesi tarafından yüreklendirilip desteklenmemesi ve kabul edilmemesidir. Yetersizlikleri ile kabul edilmiş, desteklenmiş bir çocuk, durumunu ödümlenebilir. Ancak, kendi değerleri konusunda gerçekçi olmayan bir duyguya da kapılabilir. Ben merkezli ve çevresinden hep almaya eğilimli, olgunlaşmaya ve toplumsal ilişkilere hazırlıksız ve isteksiz hale gelebilir. Bu durum, benlik saygısı bakımından üçüncü bir güçlük kaynağı olarak ortaya çıkabilir. Ayrıca çocuğun ailedeki doğum sırasının da benlik saygısı üzerinde etkili olduğunu belirten Sarpkaya nevrotik kişilerin, karşısındaki insanların düşük benlik saygısı ile değer kazanmayı denediklerini de öne sürmüştür (Sarpkaya vd., 2005).

Yapılan bir çalışmada, fiziksel çekiciliğin gencin benlik kavramını olumlu yönde etkilediği ifade edilmiştir. Ergenlik ve gençlik dönemi, kimlik gereksiniminin en yüksek noktasına eriştiği bir dönemdir. Bu dönemde yaşadığı ilişkilerde kişinin başkalarının davranışlarına karşı hassasiyetleri, zedelenebilirlikleri artar ve kendine güveni kolayca sarsılabilir. Yine bu dönemdeki gencin benlik saygısı anne-babası, yakın aile çevresi, otorite olarak gördüğü kişiler ve akran grubuyla olan ilişkilerinden

etkilenir. Yetişkinlik döneminde bireyler ergenlik ve gençlik döneminde geliştirdikleri benlik saygısı doğrultusunda yaşamlarına yön verirler. Bu dönemde de benlik saygısı gelişmeye devam eder (Bal, 2003).

Birey bir iş ve meslek sahibi olur, aile kurar ve bağımsız bir kişi olur. Ancak yine de bu dönemde hastalıklar, kazalar, iş veya sevilen kişilerin kaybı, göç gibi olumsuz yaşam olaylarının olması, benlik saygısını etkileyebilir ve yeniden yapılanma ihtiyacı ortaya çıkabilir (Doğan, 1993).

2.14.3. Benlik Kavramının Gelişimini Etkileyen Etmenler

Benlik kavramının gelişmesini etkileyen etmenlerin aile, sosyal etkileşimler, yaş, akademik başarı, cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey ve bedensel farklılıklar gibi kavramların olduğu görülmektedir (Güleç, 1999).

Benlik kavramı bir defada gelişmez. Her insanın ulaşmak istediği bir benlik algısı vardır. İnsan yaşamı boyunca özlediği, kendine yakıştırdığı benlik kavramına ulaşmaya çalışır. Benlik gelişimi doğuştan başlar ve yaşam boyu sürer. Benlik, diğer insanlarla etkileşimden ya da kendi duygularımızla ve düşüncelerimizle iç diyalogumuzdan çıkar. Disiplin ve sevgi aracılığıyla anne babadan, uygun davranışı gösterme, baskısıyla yaşlılardan, başarı ya da başarısızlıkla okul yaşantılarından ve birçok başka olaydan etkilenir. Buna karşılık ruh ve beden sağlığımızı, başkalarıyla ilişkiler, akademik başarılar ve meslek seçimi etkileyebilir (Hakan, 2004).

2.14.4. Benlik Saygısının Özellikleri

Benlik saygısı yüksek düzeyde olan insanlarla anlaşmak kolaydır. Bu durumdaki insanlar neşeli, hoşgörülü ve diğerlerinin fikirlerini dinlemeye açık olurlar. Temel gereksinimlerini karşılamışlardır, başkalarının ihtiyaçlarına zaman ayırabilirler. Kendi kişilikleri o denli güçlü ve sağlamdır ki, bazı riskleri bile göze alabilirler. Kendi kendilerine hata yaptıklarını dahi itiraf edebilirler. Eleştirilebilir, küçümsenebilir. Bunlar öz saygılarında ancak ufak izler bırakır (Kılıç vd., 2007).

Bireylerde benlik saygısı bozulması sonucu görülen özellikler şöyledir:

- Kendini eleştirme
- Girişimlerin sonuçlarına yönelik olumsuz beklentiler
- Artmış endişe ve korku
- Yetersizlik veya ümitsizlik duyguları
- Kendini kötüleyen duygu ve davranışlar
- Öz-bakım yetersizliği
- Bir işin devamını getirememe
- Başkalarına ve kendilerine güvenmeme
- Olumlu eleştirileri kabul edememe
- Kendine zarar verme davranışları
- Ambivalans (zıt) duygular yasama
- Kendi hakkında mantıksız katı standartlar
- Gerçek güç ve kabiliyetleri küçümseme
- Gerçek veya hayali başarısızlıkla ilgili ön yargı
- Utanç ve suçluluk duyguları
- Kendine değer vermeme
- Kendilerine ait kararlarının olmaması, sürekli diğer insanların kararlarına göre yaşama ve risk almama

Benlik saygısı bozukluğunda kişinin kendine güveni ve kendine verdiği değer azalır, kendisi hakkında negatif duygular yasayabilir. Özgüven bozukluğu sonuçta kendine güven ve kendine değer verme duygularının kaybolmasına yol açar. Düşük özgüven, durumsal veya kronik olabilir. Benlik saygısı çeşitli nedenlere bağlı olarak etkilenebilir, artıp azalabilir (Çuhadaroğlu, 1986).

2.14.5. Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler

- Kültür
- Toplum değerleri
- Eğitim (aile, birey, anne, babanın eğitim düzeyi)
- Ekonomi
- Aile tipi (çekirdek, geniş, aşiret)
- Ailenin babaerkil ya da anaerkil olması
- Yaş
- Cinsiyet
- Beden İmgesi
- Denetim odağı
- Eşler arasındaki uyum
- İletişim ve ilişki yöntemi
- Bireyin tek çocuk olması ya da fazla kardeş sahibi olması
- İlk çocuk olması
- Çevre (arkadaş, komşu, iş, öğretmen)
- Bireyin psikolojik durumu, ruhsal rahatsızlıklar
- Yaşamında iz bırakan olaylar
- Alışkanlıklar (sigara, alkol vs.)
- İş
- Kronik ya da fiziksel rahatsızlıklar, kayıplar
- Babanın ya da annenin mesleği
- Serbest zaman etkinlikleri
- Anne baba ile ilgili durumlar

- Başarı-başarısızlık
- Diğerlerinin verdiği önem
- Olumlu destek
- Çalışmadaki sorumluluk ya da eksiklik
- Diğerleriyle karşılaştırma
- Kişisel ve çalışmayla ilgili deneyimler
- Amaçların belirlenmesi
- Geri besleme (Feed back) mekanizması
- Kendi kendini değerlendirme
- Akademik başarı (Demirkol ve Doğan, 2003).

2.14.6. Benlik Saygısını Olumsuz Etkileyen Durumlar

Benlik saygısı yüksek düzeyde olan insanlarla anlaşmak kolaydır. Bu durumdaki insanlar neşeli, hoşgörülü ve diğerlerinin fikirlerini dinlemeye açık olurlar. Temel gereksinimlerini karşılamışlardır, başkalarının ihtiyaçlarına zaman ayırabilirler. Kendi kişilikleri o denli güçlü ve sağlamdır ki, bazı riskleri bile göze alabilirler. Kendi kendilerine hata yaptıklarını dahi itiraf edebilirler. Eleştirilebilir, küçümsenebilir. Bunlar öz saygılarında ancak ufak izler bırakır. Öz saygı düşük düzeyde ise sorun ve sürtüşme çıkar, her şey tehdit olarak algılanır. Benlik saygısı az olan bir insan için tek bir eleştirel bakış veya tek bir kelime felaket anlamına gelebilir (Ayaz, 2002).

Benlik saygısının kişinin geldiği aile, ana-baba, eğitim düzeyi, meslek ve ekonomik durumla ilgili olabileceği düşünülerek gençlerin benlik saygısını olumlu veya olumsuz etkileyen durumlar incelenmeye çalışılmıştır. Benlik saygısı, her insanın ana-babasının verdiği değere de bağlı olup ana-babanın önemsemediği bir çocuğun kendine saygı göstermesi beklenemez. Ana-babanın ayrılmış olması da gencin benlik saygısını düşürebilmektedir. Buna karşılık benlik saygısı yüksek olan kişinin kendine güven, iyimserlik, başarıma isteği, zorluklardan yılmama gibi olumlu

ruhsal niteliklere sahip olduğu soylenabilir (Bal, 2003).

Çocukların delikanlılık dönemine gelinceye kadar demokratik tutumlara sahip ebeveynlerin gölgesinde yaşamaları çok önemlidir. Kişiliğın artık son düzenlemesinin yapılacağı delikanlılık dönemini genç, ailesinden destek alarak rahat bir şekilde olumlu tutum ve davranışlar görerek geçirmelidir. Otoriter ve ilgisiz ana-baba tutumlarıysa bunun aksine sağlıksız bir kişiliğe, dolayısıyla benlik saygısının düşük olmasına neden olabilmektedir (Bal, 2003).

Benlik saygısını olumsuz etkileyen durumlar şunlardır;

- Kişinin kendine koyduğu katı kurallar,
- Mükemmeliyetçilik (yüksek ve erişilemez standartlar),
- Eleştiriye duyarlılık,
- Atılgan olamama,

Tüm bu durumların temel kaynağı "hastalıklı eleştiri"dir. Bu kişinin kendi kendine yaptığı sessizce sürdürdüğü bir konuşmadır. Bu hastalıklı eleştiri türü; Kişiyi sürekli başkalarıyla kıyaslar, onların başarılarını ve yeteneklerini sürekli gündemde tutar (Ayaz, 2002).

- Ulaşılmaz yüksek standartlar koyar ve en ufak hatada kişiyi cezalandırır.
- Hataların dosyasını tutar, ama hiçbir zaman güçlü yönleri ve yeterli olan tutumları hatırlatmaz
- Kişinin nasıl yaşamasına dair ona öyküler sunar. Bu yaşama kurallarının dışına çıkıldığında, hatalı ve beceriksiz olduğunu haykırır
- Kişiyi en iyi olmasını söyler, olmadığında aptallık, zayıflıkla yargılar
- Kişiyi arkadaşlarının ondan sıkıldığına ikna eder
- Kişinin zayıflıklarını abartır Hastalıklı eleştirinin sesi yaşamın normal akışını bozar.

Tüm bunlar ışığında azalmış benlik saygısının belirtileri;

- Eleştirilere aşırı duyarlılık
- Başkalarının olumlu desteğine duyulan aşırı gereksinim
- Başkalarının sürekli olarak yüreklendirmesine duyulan gereksinim
- Yetersizlik duygusunu kapatmak için aşırıya varan övünme
- Kendisinin farkında olmama
- Fikir ya da düşünceleri ifade etmeye karşı duyulan isteksizlik
- Benlik saygısını artıracak düşüncesiyle mal ya da eşya edinmeye karşı duyulan aşırı ilgi
- Yeni deneyimlere karşı duyulan korku
- Özür dilemede aşırıya kaçma
- Kendi ya da sahip oldukları hakkında öyküler yazma
- Başkalarını eleştirmede aşırıya kaçmadır.

Genel olarak benlik saygısı eksikliği; kendini güçlü veya yaşamın denetimini elimde tutuyor gibi hissedememe, depresyona karşı duyarlılık, kendini gerçekte olduğu kadar becerikli ve yetenekli görmeme olarak tanımlanabilir (Ayaz, 2002).

2.14.7. Benlik Saygısını Yükseltmek İçin Öneriler

- Gerçekçi hedefler oluşturun, kazanacağınız konusunda kendinize güvenin
- Fiziksel, ruhsal ve duygusal olarak olumlu yönlerinizi değerlendirin
- Kendinizi başkalarının standartlarıyla kıyaslamayın
- Kendi başarılarınıza odaklanın, küçük ya da büyük yaptıklarınız için kendinizi ödüllendirin
- Sağlığınıza ve kendinize iyi bakın
- Konuşmaya ihtiyacınız olduğunda sizi dinleyebilecek güvenli kişilerden

oluşan destek sistemlerinizi oluşturun

- Kendinizin eşsiz olduğunu ve dünyada önemli bir yeriniz olduğunu hatırlayın
- Mükemmel olamayacağınıza ve her şeye sahip olamayacağınıza kendinizi inandırın
- Geçmiş hayal kırıklıklarına ya da başarısızlıklarınıza gülebilmeyi öğrenin
- Başarıyı hayal edin ve kendinize gerçekçi hedefler koyun
- Düzenli egzersiz, yürüyüş ve spor yapın
- Sağlıklı gıdalar tüketin
- Sigara ve alkol kullanmayın
- Giyiminize ve görünüşünüze dikkat edin (Öz, 2004).

2.14.8. Benlik Saygısıyla İlgili Yapılan Araştırmalardan Örnekler

Moore ve arkadaşları (1965), adolesanlar için geliştirdiği ölçek ile benlik saygısını geniş sosyal çevre, aile ve okul çevresi, adolesanın kendini değerlendirmesi ve psikopatolojik belirtiler açısından incelemiştir. Sosyoekonomik durum ile benlik saygısı ilişkisinde üst sosyo-ekonomik düzeyden gelen gençlerin %51'inin, alt sosyoekonomik düzeyden gelenlerin ise %38'inin yüksek benlik saygısına sahip olduğunu bulmuştur. Sınıflar arası farklılık erkeklerde kızlara göre daha fazladır. Bu durum değişik sosyo-ekonomik düzeydeki ailelerde erkek çocuğa verilen önemin değişmesi ile ilişkili olarak yorumlanmıştır. Ayrıca erkekler arasında sınıfsal farklılığın bir nedeni olarak yüksek sosyoekonomik düzeydeki erkek çocukların babalarıyla ilişkileri çok daha yakın bulunmuştur. Baba mesleği de adolesanlarda benlik saygısını, önemli ölçüde etkilemektedir. Otoriter mesleklerde (subay, polis gibi) çalışan babaların çocuklarında benlik saygısı çok daha azdır (Moore vd., 2001).

King (1977), adolesanların okul başarılarının benlik saygısıyla doğru orantılı bir ilişki içinde olduğunu bildirmiştir; başarılı öğrencilerin benlik saygıları da yüksektir. Bachman (1977) ve Morrison (1973)'ün araştırmalarındaki sonuçlar da

bunu destekleyici niteliktedir (Çuhadaroglu, 1986).

Adolesan döneminde benlik saygısının önemli ilişki gösterdiği bir başka noktada psikopatolojik durumlardır. Düşük benlik saygısı sadece rahatsız edici bir durum olarak kalmaz, anksiyeteden psikoza kadar değişik patolojik durumların ortaya çıkmasında da önemli rol oynar. Kimlik duygusu sağlıklı bir şekilde gelişmezse kimlik kargaşası ve daha sonra da bunun yol açacağı asabiyet ve ya psikotik durumlar gibi psikopatolojiler ortaya çıkabilir (Çuhadaroglu, 1986).

Çuhadaroglu (1986), "Adolesanlarda Benlik Saygısı" adlı araştırması sonucunda, psikotik ve nevrotik özellikler gösteren adolesanlar kontrol gurubuyla karşılaştırılmış ve her iki gurubun benlik saygıları, ortalama olarak kontrol grubuna göre önemli derecede düşüklük gösterdiği bulunmuştur. Her üç gurupta da depresif duygulanımla benlik saygısı arasında önemli bir ilişki vardır; benlik saygısı azalması, depresif duygulanımda artmayla birlikte gitmektedir. Psikosomatik belirtiler açısından araştırma gurupları incelendiğinde, belirtiler kontrol grubunda az, psikotik grupta orta derecede, nörotiklerde ise çok bulunmuştur. Benlik saygısı her üç grupta da aynıyken psikosomatik belirtilerle ilişkili gruplar arasında böyle bir farklılık olması, adolesanlarda psikiyatrik yakınma olarak psikosomatik belirtilerin depresif belirtilere göre daha önemli olduğu sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Benlik saygısı sosyo-demografik veriler açısından incelendiğinde annenin yaşı, eğitimi ve mesleği ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Çuhadaroglu, 1986).

Hakan S.'nin lise öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırmada ana babasından en az birinin Meksika kökenli Amerikalı olan öğrencilerin dil, aile reisinin eğitim ve mesleki düzeyi ile öğrencinin başarısı gibi değişkenlerle benlik tasarımı arasındaki ilişkiyi incelemişler. Benlik tasarımı ile aile reisinin eğitim düzeyi, benlik tasarımı ve meslekî düzeyi arasında ilişki olduğu bulunmuştur (Hakan, 2004).

Gürhan C. yapılan çalışmaları incelediğinde yaş grupları 8-18, 18-65'ten oluşan iki ayrı örnekleme kapsayan bir araştırmasında; sosyal sınıflarda benlik tasarımının bireyin yaşına göre değişen bir ilişki olduğunu ortaya koydu.

Araştırmanın bulguları, 8-11 yaş grubunda benlik tasarımı ile sosyal sınıf

arasında bir ilişki olmadığını, 12-18 yaşlar arasında orta düzeyde, 18 yaş ve üstünde ise yüksek düzeyde ilişki bulunduğunu göstermektedir. Eğitim-benlik tasarımı, meslek- benlik tasarımı ve gelir-benlik tasarımı arasındaki ilişki incelenmiş ve eğitim, gelir ve meslek bakımından daha üst düzeyde olanlar lehine anlamlı farklar bulunduğu saptanmıştır (Gürhan, 1986).

Gürhan C.'nin yaptığı çalışmada Kugle ve Clements (1983), bireyin benlik tasarım düzeyi, benlik tasarımındaki tutarlılık ve akademik başarı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Benlik tasarım düzeyi ile benlik tasarımındaki tutarlılık arasında bir ilişki olmadığını; öğrencilerin akademik başarılarını gerçekçi bir biçimde değerlendirebilmeleri ile benlik tasarım düzeyindeki tutarlılık arasında, pozitif bir ilişki olduğunu belirtmektedir. Ayrıca benlik tasarım düzeyi ve benlik tasarımındaki tutarlılığın her ikisi ile bireyin akademik başarı düzeyi arasında pozitif anlamlı bir ilişki bulunduğunu belirlemiştir (Gürhan, 1986).

Gürhan C. çalışmasında Jedege, Bemboye (1981), yaş ortalaması 14 olan 755 Nijeryalı öğrenci üzerinde yaptıkları bir araştırmada, bireyin sağlık durumu, gelişimsel ve fiziksel özellikleri gibi bazı biyolojik faktörlerle, sosyal ve kişiler arası ilişkilerin niteliğinin bireyin benlik tasarımı üzerinde daha güçlü bir etkide bulunduğunu saptadılar. Bu araştırmada zihinsel olgunluk düzeyi, ilköğretim döneminde hastalık nedeniyle devamsızlık yapmama, uzun boylu olma, ailenin tek çocuğu olma, ailenin evde İngilizce konuşması, geceleri iyi uyuma, evde büyükanne ve büyükbabayla birlikte oturma gibi özellikleri olan bireylerin bu niteliklerinin benlik tasarımlarını olumlu yönde etkilediği belirlenmiştir (Gürhan, 1986).

Steward A. ,Hevitt ve Goldman (1974), 111 erkek psikoloji öğrencisinden oluşan araştırma örneklemini, düşük ve yüksek benlik tasarımı olan iki grup, yüksek benlik tasarımı olan grubu da; yüksek ve düşük düzeyde tasvip görme gereksiniminde olan, iki alt grup biçiminde düzenlediler. Araştırmadan gruplara göre farklı bulgular elde edilmiştir. Yüksek benlik tasarım düzeyine sahip ve düşük düzeyde tasvip görme gereksinimi olan denekler, olumlu ya da olumsuz değerlendirmelerle karşılaştıklarında, farkı bir tepki göstermediler ve benlik tasarım düzeylerinde herhangi bir değişim gözlenmedi. Düşük benlik tasarım düzeyine sahip

ve düşük düzeyde tasvip görme gereksinimi olan deneklerin, olumlu değerlendirmeler karşısında, benlik tasarım düzeylerinde artış, olumsuz değerlendirmeler karşısında ise azalma olduğu belirlendi (Steward vd., 1999:315-318).

Hallahan P. ve arkadaşları Shavit ve Shouva (1980), 16-18 yaşlar arasında ve liseye devam eden 88 kız öğrenci üzerinde yaptıkları bir araştırmada, bireyin benliği ile ilgili olarak olumlu ya da olumsuz değerlendirmelerde bulunmanın, benlik tasarım düzeyine etkisini araştırdılar. Olumlu değerlendirmelerin, olumsuz değerlendirmelere göre bireyin benlik tasarım düzeylerini artırıcı türde etkisi olduğunu saptadılar (Hallahan ve Kauffman, 1989).

İçsel çatışmaların, birey üzerindeki etkilerinin benlik tasarım düzeyine bağlı olup olmadığı ile ilgili bir araştırmada; Wandke (1966), yüksek düzeye benlik saygısına sahip olan deneklerin, iç çatışmalarına neden olacak durumlarda, düşük benlik saygısına sahip deneklere göre daha dengeli davrandıklarını buldu. Ayrıca psikolojik sağlıkla benlik tasarım düzeyi arasında pozitif bir ilişki olduğuna dair bulgular elde edilmiştir (Gürhan, 1986).

Sevinç M.(1993)" Kekemelerde Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinin Değerlendirilmesi" adlı çalışmasında 13-35 yaşları arasında toplam 53 kekeme hastayla 56 kekeme olmayan grubu incelemiş; kekeme bireylerin benlik saygısının kontrol grubundaki bireylerden daha düşük olduğunu, anne baba eğitim düzeyiyle benlik saygısı arasında pozitif anlamlı bir ilişki olduğunu belirlemiştir (Sevinç, 2003).

Gür (1996), değişik yaş gruplarının örneklem olarak alındığı araştırmasında, ergenlerde depresyon ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelemiş ve ergenlerde depresyon ve benlik saygısı arasında negatif yönde bir ilişki bulmuştur (Gür, 1996).

Hogborg W. (1987), ergenlerde benlik saygısı üzerinde yaş etkilerini belirlemek üzere yaklaşık 2000 kişilik bir örneklemde Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Copersmith benlik saygısı ölçeğini uygulamışlar. Bulgular ergenlerin yaşları ilerledikçe benlik saygılarının arttığını göstermektedir (Gür, 1996).

Gür A (1996) yaptığı çalışmada incelediği araştırmalarda, erken ergenlik dönemine geçişte belirgin bir benlik saygısı artışı gözlemlenmemiştir. Erken ergenlik döneminin nispeten tutarlı bir dönem olduğu vurgulanmıştır (Gür, 1996).

Akran ilişkileri ile benlik saygısı ilişkilerini incelemişler; sonuçta benlik saygısı yüksek olan ergenlerin iyi akran ilişkileri, benlik saygıları düşük olanlarınsa zayıf akran ilişkileri gösterdiklerini bulmuşlardır (Gür, 1996).

Diğer bir çalışmada, benlik saygısındaki cinsiyet farkları üzerinde sosyal grupların etkilerini, 14-17 yaş arasındaki 569 şehirli ve ortaklaşa kullanılan çiftliklerde yaşayan ergenler üzerinde "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğini" ve diğer bazı ölçekleri uygulayarak incelemişlerdir. Sonuçlar, kızların erkeklerden anlamlı düzeyde düşük benlik saygısına sahip olduklarını; çiftliklerde yaşayan ergenlerde de kızların daha düşük benlik saygısı gösterdiklerini; şehirli ergenlerde ise cinsiyet farklılıklarının gözlemlenmediğini göstermektedir (Gür, 1996).

Farklı bir çalışmada lise çağındaki ergenlerin benlik saygılarını 16-18 yaş 320 kişilik bir örnekleme incelemişlerdir. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinin kullanıldığı çalışmada liseli ergenlerin benlik saygılarını %67 oranında yüksek; çok küçük bir kısmında da (%5,3) düşük düzeyde bulmuşlardır. Cinsiyetler arasında sadece benlik saygısının sürekliliği konusunda kızlarda anlamlı bir yükselme görülmüş; bunun dışında önemli bir fark olmadığı belirtilmiştir. Cinsiyetin 17-24 yaş arasında etkili bir değişken olmadığı vurgulanmaktadır (Gür, 1996).

Gür A. çalışmasında Oğuzhanoğlu ve Kültür (1988), yaptıkları çalışmada, annenin eğitim düzeyi yüksekliğinin; anne ve babanın ergene karşı benimsediği gözetme ve değer verme gibi olumlu tutumların benlik saygılarını yükseltici rol oynadığını belirtmektedir (Gür, 1996).

Çuhadaroğlu (1989), ergenlerde benlik saygısını etkileyen faktörlerden annenin eğitim düzeyi arttıkça benlik saygısı oranlarının arttığını, annenin çalışıyor olmasının benlik saygısını olumlu etkilediğini belirtmiştir (Çuhadaroğlu, 1989).

Türkbay, Özcan, Doruk ve Uzun (2005), "Ergenlerin Psikiyatrik Belirtileri ve

Benlik Saygıları Üzerine Kimlik Bocalamasının Etkileri" adlı, erkek ergenlerde kimlik duygusu, psikiyatrik belirtiler ve benlik saygısı arasında ilişkileri araştıran çalışmalarının örneklemini yatılı bir erkek meslek lisesinin 9'ncu, 10'ncu ve 11'nci sınıflarının öğrencileri oluşturdu. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği kullanılarak yapılan bu çalışmanın sonucunda; kimlik bocalaması olan ergenlerin daha sık psikiyatrik belirtilere ve düşük benlik saygısına sahip olacağını belirtmişlerdir (Türkbay vd., 2005).

Tufan (1988), bir grup yüksekokul öğrencisi ile yaptığı çalışmada psikiyatrik belirtileri fazla olan öğrencilerin benlik saygılarının da düşük olduğunu saptamıştır. Tufan, yaş ortalaması 20 olan 437 üniversite öğrencisiyle yaptığı çalışmada; aile ekonomik düzeyinden memnun olan, kendini başarılı gören, arkadaşlık kurmakta güçlük çekmeyen, karşı cinsle rahat arkadaşlık kurabilen gençlerin, benlik saygılarının yüksek olduğunu, ekonomik seviyesi düşük olan, yetersiz beslenen ve gelecek kaygıları olan gençlerin ise benlik saygılarının düşük olduğunu saptamıştır. Bununla birlikte, gencin cinsiyeti, anne babanın öğrenim durumu, ailenin yaşadığı yer, aile tipi, çocuk sayısı gibi faktörlerin benlik saygısı üzerinde etkisi olmadığını belirtmiştir (Tufan, 1988).

Kulaksızoğlu ve Arıca(2000), Trakya üniversitesi'nin çeşitli bölümlerinde okuyan öğrencilerin saldırganlık, benlik saygısı ve denetim odağı ilişkisini inceledikleri çalışmalarında saldırganlıkla benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki bulamamışlardır. Farklı bölümlerde öğrenim görme ile benlik saygısı arasında anlamlı fark bulmuşlardır. Bunun yanı sıra denetim odağı ile benlik saygısı arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Yüksek benlik saygısına sahip bireylerin içten denetimli olma, düşük ve orta benlik saygısına sahip bireylerin ise dıştan denetimli olma yönünde farklılaştıkları tespit edilmiştir (Kulaksızoğlu ve Arıca, 2000:87-94).

Arnas (2004), sokakta çalışan çocukların öz kavramları incelemiş, Adana sokaklarında çalışan 66 ve çalışmayan 66 olmak üzere, 9-16 yaş grubundaki 132 çocuk arasında yapılan araştırma sonucunda sokakta çalışan çocukların benlik tasarım puan ortalamalarının, sokakta çalışmayan çocuklardan daha düşük olduğu

saptanmıştır (Arnas, 2004).

Brookover, Thomas ve Patterson (1985), benlik saygısıyla akademik başarı arasında önemli bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Benlik tasarımının ilkokuldan başlayarak tüm üniversite yılları boyunca okuldaki başarıyı doğrudan etkilediğini belirtmiştir (Güngör, 1989).

Ergenlik zamanı, fiziksel değişmelere neden olup beden imajı algısını ve kendi bedeninden memnun olmasını etkilemektedir. Son zamanlarda genç adolesanlarda yapılan araştırmalarda ergenlik zamanının hem bedensel imaja ilişkin algı hem de benlik saygısı ile ilişkili olduğu saptanmıştır (Güngör, 1989).

Ergenlik zamanı ve benlik saygısına ilişkin bugüne kadar yapılan birçok araştırma vardır. Ancak elde edilen bulgular farklılık göstermektedir ve kesin bir sonuç ortaya koymamaktadır. Bu araştırmalardan bir çoğu ergenlik zamanı ile global benlik saygısının ilişkisini ortaya koymada başarısız olmuştur. Örneğin, Simmons, Blyth, Van Cleave ve Bush tarafından 1979'da uzunlamasına yapılan araştırmada, ergenlik zamanı ile global benlik saygısı arasında ilişki bulunmamıştır. Benzer sonuçlar Garwood, ve Allen, 1979; Silbereisen, Petersen, Albrecht ve Kracke(1989)'in araştırmalarında da elde edilmiştir. Ancak bazı araştırmacılar erken olgunluk ve düşük benlik saygısı arasında anlamlı ilişkiler olduğunu gösteren deliller elde etmişlerdir. Bununla beraber Norveç'te kız adolesanlarla yapılan araştırmada Wichstrom (1998), geç olgunlaşanlarda da düşük benlik saygısının görülebileceğine ilişkin bulgular elde etmiştir (Güngör, 1989).

Bir başka araştırmada, 11 yaşında okul çağındaki İskoç kızlardan alınan örneklemede benlik saygısı, ergenlik zamanı ve bedensel imaj arasındaki ilişki incelenmiş, veriler uluslararası sağlık örgütünün ülkelerde yaptığı ve özellikle İskoçya'ya yönelik incelemelerinden elde edilmiştir. 11-13 yaş grubundaki erken olgunlaşan ve zayıf bedensel imgesi olan çocuklarında düşük benlik saygısının olduğu rapor edilmiştir. Ayrıca bu yaş grubunda ergenlik zamanı ile fiziksel imajın dolaylı olarak benlik saygısıyla ilişkisi olduğuna dair delillerde sunulmuştur. 13 yaş grubundakilerde de, beden ölçüsü ile zayıf bedensel görünme, algısının düşük benlik

saygısının kestiricisi olduğu rapor edilmiştir. Sonuç olarak ergenlik zamanı, bedensel imaj ve benlik saygısını etkilemektedir (Güngör, 1989).

Erken adolesan döneminde etnik kimliğin benlik saygısı, kendini yetkin görme ve toplumun öngördüğü davranışlar sergileme değişkenleri ile ilişkisini ortaya koymaya yönelik yapılan bir çalışmada, Smith, Walker, Fiels, Brookins ve Seay (1999) farklı etnik gruplara ait 11-13 yaş gurubundan 1 erkek, 1 kız adolesanı örneklemlerine almışlardır. Yapısal eşitleme modelinin kullanıldığı çalışmada birçok yapının gizli ilişkileri ve bunların karşılaştırmalı ilişkileri araştırılmıştır. Benlik saygısı ve etnik kimlik faktörlerinin ilişkili olduğu ve toplumsal davranışlar üzerinde yetkinliğin dolaylı etkisinin olduğunu vurgulamışlardır. Bulgular, etnik kimlik ve benlik saygısının ayrı şeyler olduğu fakat genç insanların algılarına, yeteneklerine, akademik başarılarına mesleklerin anlamını çözmede ve amaçlara ulaşmada toplumsal davranışların değerini anlamaya yardım edici olması bakımından birbiriyle ilişkili olduğu görülmüştür (Güngör, 1989).

Moore D. ve arkadaşları (2001) tarafından yapılan araştırmada, ortaöğretim çağındaki öğrencilerde benlik saygısı ve bedensel imaj değişkenleri incelenmiştir. Bedensel imaj, kilo, dış görünüm ve başkalarının görünüşü ile ilgili alanlardan değerlendirmeleri oluşmuştur. Kilolu olduğunu düşünen adolesanların global benlik saygı düzeylerinin, görünüm ve kilo memnuniyetlerinin düşük olduğu görülmüştür. Araştırmada adolesanların, üç alanda ifade edilen bedensel imajlarına ilişkin olumlu algıya sahip olmalarının, yüksek kendine değer verme ile pozitif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir (Moore vd., 2001).

Gürhan (1986) ve diğerleri yüksek öğretim öğrencilerinin serbest zaman etkinlikleri ve kendini gerçekleştirme düzeyi, konulu çalışmalarında, kendini gerçekleştirme düzeyi benlik tasarım düzeyi ile aynı anlamda kullanılmıştır. Sonuçta; lise çıkışlı öğrencilerin benlik tasarımı açısından normal bir dağılım gösterdikleri, kolej mezunu öğrencilerin daha üst, meslek lisesi mezunlarının ise daha düşük kendini gerçekleştirme düzeyi gösterdikleri belirlenmiştir. Anne-babanın eğitim düzeyiyle, çocuklarının kendini gerçekleştirme düzeyi arasında pozitif anlamlı bir ilişki belirlenmiştir (Gürhan, 1986).

Gürhan (1986), "Lise öğrencilerinin Benlik Tasarım Düzeylerini Etkileyen Bazı Etmenler" adlı araştırmasında çeşitli bölümlerden elde edilen bulgulara göre, lise öğrencilerinin benlik tasarım düzeyleri, özlük niteliklerinden, kültürel niteliklerinden ve ana- babalarının davranışsal özelliklerinden değişik derecelerde etkilenmektedir. Okul yaşamında serbest zaman etkinliklerine katılan ve spor yapan öğrencilerin benlik tasarım düzeyleri, yapmayanlara göre üst seviyelerdedir. Öğrenim seviyesi yüksek anne ve babaların çocukları alt öğrenim seviyesine sahip olanlara göre benlik tasarımı açısından avantajlıdır (Gürhan, 1986).

Güngör (1989), Ankara'da bin lise öğrencisi ile ergenlerin benlik saygısı düzeylerini etkileyen değişkenler üzerinde yapılan çalışmada kız ve erkeklerin benlik saygı düzeyleri arasında bir fark bulunamamıştır. Akademik olarak başarılı olanların benlik saygısı, başarısız olanlara göre daha yüksek bulunmuştur (Güngör, 1989).

Hatipoğlu (1996), 619 orta ikinci sınıf öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmada, erkek ergenlerin benlik tasarım düzeylerini kızlara göre daha yüksek bulmuştur (Hatipoğlu, 1996).

Aksaray S.(2003)ergenlerde kaygı ile benlik saygısı arasındaki ilişki konusunda 12-14 yaşları arasında 1431 ergen üzerinde yaptığı çalışmada ergenlerin benlik saygıları ile sürekli kaygıları arasında olumsuz yönde anlamlı ilişkiler bulmuştur. Sürekli kaygı yükseldikçe benlik saygısı azalmaktadır. Erkek öğrencilerin benlik saygıları, kız öğrencilerin benlik saygılarından anlamlı ölçüde yüksektir. Sosyo-ekonomik seviye yükseldikçe ergenlerin benlik saygıları da yükselmektedir. Benlik saygısı, insanın kendini ne kadar kabul ettiği, sevdiği, değer verdiği ve çevresinden ne kadar onay gördüğüyle ilişkilidir. İnsanların kendileri hakkında ne hissettiklerini anlayabilmek için de araştırmacılar; benlik saygısı ile beden imgesi memnuniyeti arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır (Aksaray, 2003).

Egzersiz yapmanın beden imgesi memnuniyeti ve benlik saygısına etkisini ortaya koymak adına yapılan araştırmalar çerçevesinde araştırmacılar; benlik saygısı, vücut imgesi memnuniyeti ve egzersiz arasında dolaylı yoldan bir ilişki olabileceğini söylemişlerdir. Fakat bunu desteklemeyen araştırmalar da vardır (Aine and Lester,

1995).

Tiggerman ve Williason (2000) egzersiz yapmanın benlik saygısına olumlu etkisinin olduğunu belirtmiştir. Ve bunu destekleyen araştırmaları yapan kurum zindelik, koşu, tekvando, oyun sporları gibi pek çok dalda araştırmalar yapmıştır. Ancak buna istisna olarak;başka bir araştırmalarında, egzersizle benlik saygısı arasında erkekler için pozitif bir ilişki olduğunu, kızlar için ise negatif anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmiştir (Tiggeman and Williamson, 2000:119-127).

Bowker, Gadbols ve Cornock (2003)lise öğrencileriyle yapılan bir araştırmada egzersizle global benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını belirtmişlerdir (Bowker vd., 2003).

Gill D L. ve Folkins ve Sime (1986) tarafından yapılan bir eleştiri, egzersiz ve psikolojik refah araştırması üzerine başarılı bir tartışmayı içermektedir. Bu araştırmanın eleştirisini yapan Gill D. L., Folkins, Sime ve diğerleri genel spor aktivitelerine katılımın kişiliği pek etkilemiş görünmediğini, fakat zindelik düzeyini yükselten yoğun egzersiz ve programların, ruhsal durum, benlik kavramı ve genel zihin sağlığına olumlu yönde etkileri olabileceğini kabul etmişlerdir. Benlik kavramı hariç, genel kişilik özelliklerinden hiçbirisi, fiziksel kuvvetteki artıştan etkilenmemiş görünmektedir. Bazı bulgular, artan kuvvet ve beden imgesindeki değişikliklerin, özellikle de zindelik programlarından önce düşük benlik saygısına sahip katılımcılar benlik saygısını, olumlu yönde etkileyebileceğini söylerler (Gill, 1986).

Block Martin E. Alferman ve arkadaşlarının (1999), sporun benlik algısına etkisinin incelendiği ve iki grup üzerinde yürütülen bir çalışmada, birinci grupta yer alanlara altı ay süreyle haftada bir belli bir antrenman programı uygulanmıştır. İkinci gruptakilerin ise böyle bir faaliyeti olmamıştır. Çalışmalara başlamadan önce her iki grubun da genel benlik algılamaları ölçülmüştür. Başlangıçta iki grup arasında fark tespit edilmemiştir. Altı ay sonra testler tekrarlandığında; altı ay boyunca düzenli spor programını takip eden kişilerin, özellikle kendi bedenlerine yönelik algılamalarında diğerlerine göre önemli derecede artış tespit edilmiştir (Gill, 1986).

Aşçı, Gökmen, Tiryaki ve Öner (1993), 174 erkek sporcu ve 174 sporcu

olmayan liselinin benlik kavramlarını karşılaştırmış ve liseli erkek sporcularla sporcu olmayanlar arasında atletik yeterlilik, sosyal kabul ve fiziksel görünüm puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıkların olduğunu göstermiştir (Aşçı vd., 1993).

Diğer bir araştırmada spora katılımın benlik kavramına etkisini lise öğrencileri üzerinde araştırmışlar ve sporcuların fiziksel ben, ahlak-etik ben, kişisel ben, davranış alt ölçeklerinde sporcu olmayanlara göre daha yüksek skorlar aldıklarını bulmuşlardır (Aşçı vd., 1993).

Çuhadaroğlu F. (1989) yaptıkları araştırmada, Mars ve arkadaşları (1986)dağcılık programına katılan kişilerin benlik kavramlarının geliştiğini, Miller 1988'de, yüzme programına katılan 914 yaşındaki çocukların benlik kavramlarının geliştiğini belirtmiştir. Blockman, Hunter, Hilyer ve Harrison (1988), dans etkinliğine katılan gençlerin benlik kavramlarının olumlu yönde geliştiğini bulmuşlardır (Çuhadaroğlu, 1989).

Çuhadaroğlu F. (1989) yaptıkları araştırmada Schefer ve Pcoffer (1989)'da, tekerlekli sandalye yarışmalarına katılan özürlü sporcuların benlik saygılarının arttığını bulmuştur. 1990 'da büyük Schmill ve arkadaşları, özürlü sporcuların sporcu olmayanlara göre daha yüksek benlik saygısına sahip olduklarını belirlemişlerdir. 1989 yılında Ebbeck (1995), çocuklarda benlik kavramının fiziksel aktivite ile artırılabilirliğini bulmuşlardır (Çuhadaroğlu, 1989).

Tiryaki ve Moralı (2000), yaptıkları bir araştırmada 222 sporcu ve 471 sporcu olmayan liselinin benlik saygılarını ve sosyo-demografik özelliklerini karşılaştırmışlardır. Rosenberg Benlik Saygısı kullanılan araştırmada bu değişkenler için sporcu olanlar ile sporcu olmayanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır (Tiryaki, 2000).

Çuhadaroğlu F. (1989) yaptıkları araştırmada, Kamal ve arkadaşlarının (1995), sporcular ile sporcu olmayanların benlik saygılarındaki nitel bileşenlerle ilgili yaptıkları çalışmada, genel benlik saygısı skorları karşılaştırılmış ve sporcuların sporcu olmayanlara göre belirgin derecede yüksek benlik saygısına sahip oldukları gözlenmiştir (Çuhadaroğlu, 1989).

Çuhadaroğlu F. (1989) yaptıkları araştırmada, Özgeylani (1996), lisele erkek sporcu ve sporcu olmayanların benlik kavramlarını karşılaştırdığı araştırmasında, sporcuların daha yüksek benlik kavramına sahip olduklarını ortaya koymuştur (Çuhadaroğlu, 1989).

Kızların benlik saygısını ölçmek için yapılan birçok araştırmada, kızların, ilköğretimden liseye geçerken benlik saygıları düzeylerinin erkeklere göre düştüğü gözlemlenmiştir. İlköğretim öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada, erkeklerin % 69'u, kızların %60'ı kendilerinden memnun oldukları sonucunu vermiştir. Lisede yapılan aynı çalışma, erkeklerin %46, kızlarınsa sadece %29'unun kendilerinden memnun oldukları sonucunu vermiştir. Toplamda ilköğretimden liseye geçerken kızların benlik saygısı, erkeklere oranla üç kat daha düşmüştür.

Bu sonuçlara göre, kızların benlik saygılarını arttırmak için ne yapmaları gerektiği düşünüldüğünde, erkeklerin kızlardan farklı olarak ne yaptıklarına bakılabilir. En büyük farklardan biri; erkekler ve kızların spora katılım oranlarıdır.

Kızların ilköğretimden liseye geçerken sporu bırakma oranı, altı kat daha fazla bulunmuştur.

Women's Sports Foundation tarafından yayınlanan, 30.000 spor yapan ve spor yapmayan kız arasında yapılan araştırmada, spor yapan kızların; akademik başarılarının daha yüksek olduğu, yaşlıları arasında kendilerini daha popüler hissettikleri, daha sosyal oldukları, liseden mezun olma oranlarının diğerlerine göre üç kat fazla olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, diğerlerine göre uyuşturucuya başlama olasılıkları ,%92 oranında az olduğu belirtilmiştir.

BÖLÜM III

MATERYAL VE METOD

3.1 ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Sosyalleşme, bireyin psikolojik bir varlık olmaktan çıkıp toplum içinde yaşamayı başardığı, belli bir kültürün maddi ve manevi öğelerini öğrendiği bir öğrenme sürecidir. Aynı zamanda bireyin kişilik kazanması, bir toplumsal çevrede yaşayabilmesini hazırlayan davranışları edinmesi, genel anlamda çevreye uyum sağlaması sürecidir.

Birey çocukluktan itibaren içinde yaşadığı toplumun kültürel değerlerini yansıtan oyunlar ve fiziksel aktivitelerle birlikte yetişir. Bu oyun ve fiziksel aktiviteler bir yandan bireyin becerilerini, kişilik özelliklerinin, duygusal yapısının gelişmesini sağlarken, diğer taraftan çevresindeki bireylerin rollerinin, normların ve kuralların farkına varmasına katkıda bulunur. Bunların yanı sıra birey, çevreyle etkileşim, diğer insanlarla ilişki ve işbirliği kurma becerilerini de kazanır. Bu bağlamda spor da sosyalleşme sürecinde etkili olan kurumlardan biri olarak görülmektedir.

Spor, insanlara kişisel ve sosyal kimlik, grup üyeliği duygusu vererek, onları bir araya getirir. Spor, bu işlevi birçok yolla başarabilir. Sporun popülerliği, sosyal sınıf, ırk, cinsiyet ve yaş ayrımı gözetmeyen bir olgu olması, sosyal rollerini daha kolay yerine getirmesini sağlamaktadır. Ayrıca spor, gerilim ve çatışmanın sınırını aşarak, insanlar ve toplumlar arasında iletişimin kurulmasını sağlar. Spor, bireyleri, bir ailenin, komşuluğun, şehrin veya milletin takım üyeleri haline getirecek güce sahip bir araçtır. Spor aynı zamanda önyargıları, tahakkümü yenmeye yardımcı olur ve bireylerin birbirine daha saygılı ve gerçekçi yaklaşımlarda bulunmalarını sağlar.

Her türlü spor aktiviteleri, sosyal bir deneyimdir. Sportif etkinliklere katılan bireyler, oyun ve hareketler aracılığıyla duygularını ifade etme imkânı bulurlar. Saldırganlık, utangaçlık, kıskançlık gibi duyguların boşalmasını sağlar ve bunların kontrol edilmesi öğrenilir. Baskı altındayken enerjiden kurtulmanın yolu, oyun ya da

spor etkinliklerine katılmaktır. Spor etkinliklerine katılma, bireyin fiziksel olduğu kadar, sosyal gelişimine de katkıda bulunur.

İnsanların bir bölümü, vücutlarındaki bazı fiziki eksikliklerinden dolayı engelli grubuna girer. Bu özürler, doğuştan olabildiği gibi sonradan da oluşabilmektedir. Bu insanlar, fiziki açıdan diğer insanlarla aynı şartlarda yaşamlarını sürdürürken, bazı problemlerle karşılaşır. Bu problemler, iş hayatında, eğitim hayatında, günlük hayatta ve daha birçok alanda karşılarına duvar gibi çıkar.

Sporun, bireyin dinamik sosyal çevrelere katılımını sağlayan sosyal bir etkinlik olmasından dolayı, kişinin sosyalleşmesinde önemli bir role sahip olduğu bir gerçektir. Bu noktadan hareketle, engelli bireylere yönelik spor faaliyetleri ne kadar gelişirse, engellilerin önündeki duvarlar da birer birer yıkılarak, onların topluma katkıları ve toplumun da engellilere katkıları o ölçüde artacaktır diyebiliriz.

3.2 ARAŞTIRMANIN AMACI

Spor, bireyin dar dünyasından kurtularak, başka ortamlardan, başka kişilerden, inançlardan, düşüncelerden etkilenmesini ve onları etkilemesini insanlarla diyalog içinde bulunmasını sağlamaktadır. Bu yönüyle sporun, yeni dostlukların kurulmasına, pekiştirilmesine ve sosyal kaynaşmaya destek sağladığı söylenebilir. Dolayısıyla spora teşvik edilen engelli bireylerin, topluma kazandırılması süreci hızlanırken, bir köşeye çekilip hayata küsmeleri de büyük ölçüde engellenmiş olur. Esasında engelli bireylerin yaşadığı sorunlar, sadece kendi şahıslarına ait değil; çevrelerinin, ailelerinin ve toplumun tüm üyelerinin bir sorunudur.

Tüm bu söylenenler ışığında çalışmanın amacı engellilerde spor ile benlik saygısı ve sosyalleşme üzerindeki ilişkiyi belirlemektir.

3.3 ARAŞTIRMANIN MODELİ

Araştırmada bedensel engellilerin sosyalleşmeleri ile benlik saygıları üzerinde sporun etkilerinin betimlenmesi ile bu sorunlara ilişkin çözüm önerilerinin üzerinde durulacaktır.

Araştırmanın modeliyle “bedensel engellilerin sosyalleşmelerinde ve benlik saygıları üzerinde sporun etkisi”nin olup olmadığı ortaya çıkarılacaktır. Bu amaç doğrultusunda ele alınan değişkenler açısından, iki grup arasında anlamlı farklılıklar olup-olmadığının belirlenmesine yönelik karşılaştırmalı betimsel bir çözümlemeye girişilecektir.

3.4 ARAŞTIRMANIN EVREN VE ÖRNEKLEMİ

Araştırmanın yapılması sırasında tüm Türkiye’de bulunan bedensel engelliler araştırma evrenine dahil edilmiş olup, anket formlarının ulaştırılması ve bedensel engellilere yönetilmesi zor olduğundan, araştırmanın örneklemini araştırmaya dahil edilen 12 ilde bulunup anket formlarını doldurmayı kabul eden 317 bedensel engelli oluşturmuştur. Tablo 3.1’de araştırmaya katılanların illere göre dağılımı gösterilmiştir.

Tablo 3.1 Araştırmaya katılan bedensel engellilerin illere göre dağılımı

İL	N	%	İL	N	%
Niğde	50	15,8	Mersin	22	6,9
Kahramanmaraş	19	6,0	Hatay/Antakya	26	8,2
Kayseri	21	6,6	Osmaniye	29	9,1
Aksaray	16	5,0	Ankara	41	12,9
Amasya	19	6,0	İstanbul	31	9,8
Giresun	17	5,4	Konya	26	8,2
Toplam				317	100,0

3.5 VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Katılımcılara dağıtılan anket formu toplamda 19 soru ve 3 bölümden oluşmaktadır. Anket formunun birinci kısmı bedensel engellilerin, demografik özellikleri, sosyo-ekonomik durumları, ailevi durumları, engellilik durum ve düzeyleri, sosyal yaşam özellikleri, spor yapma durumları, spor’un bedensel engelliler üzerine bıraktığı etkiyi tespit etmek amacıyla oluşturulmuştur. Anket formunun ikinci kısmında bedensel engellilerin sosyalleşme değişkenleri ile spor ve sosyalleşme değişkenlerini belirlemeye yönelik sorular sorulmuştur.

Formun üçüncü kısmında bedensel engellilerin benlik saygısını belirlemek

için “Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği” kullanılmıştır. Bu ölçek 1963’te Morris Rosenberg tarafından geliştirilmiştir. A.B.D.’ de geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Rosenberg tarafından 1965 yılında yapıldıktan sonra birçok araştırmada araç olarak kullanılmıştır. Ölçeğin nasıl değerlendirildiği EK-1’de gösterilmiştir.

3.6 VERİLERİN ANALİZİ

Katılımcılara yüzyüze yöntemiyle uygulanan anket formu SPSS 17,0 paket programı ile analize tutularak analiz edilerek yorumlanmıştır.

3.6.1 Güvenirlik Analizi

Anketin güvenirliğinin test edilmesinde, Cronbach Alfa katsayısından yararlanılmıştır. Ayrıca soruların, alfa katsayısına ne derecede ve ne yönde etkide bulunduklarını saptayabilmek için, “Madde Silinirse Alfa (if item deleted)” değerine yer verilmiştir. Söz konusu değerler, herhangi bir madde silindiği takdirde, geriye kalan değişkenlerin iç tutarlılıklarını göstermektedir.

Tablo 3.2 Güvenirlik analizi sonuçları

Ölçek	Madde Sayısı	Cronbach Alfa katsayısı
Sosyalleşme	34	0,949
Spor ve Sosyalleşme	35	0,919

BÖLÜM IV

BULGULAR

Tablo 4.1 Katılımcıların yaş bilgileri

Yaş	N	%
18 ve altı	130	41,0
19-25	79	24,9
26-35	65	20,5
36-45	34	10,7
46 ve üzeri	9	2,8
Toplam	317	100,0

Tablo 4.1’de araştırmaya katılan engellilerin yaş bilgileri verilmiştir. Bulunan sonuçlara göre katılımcıların % 41’i 18 yaş ve altında, % 24,9’u 19-25 yaş aralığında, % 20,5’i 36-35 yaş aralığında, % 10,7’si 36-45 yaş aralığında ve % 2,8’i de 46 yaş ve üzerindedir.

Tablo 4.2 Katılımcıların cinsiyet bilgileri

Cinsiyet	N	%
Bayan	128	40,4
Bay	189	59,6
Toplam	317	100,0

Tablo 4.2’de araştırmaya katılan engellilerin cinsiyet bilgileri verilmiştir. Bulunan sonuçlara göre katılımcıların % 40,4’ü bayan, % 59,6’sı erkek’tir.

Tablo 4.3 Katılımcıların eğitim durumu bilgileri

Eğitim Durumu	N	%
Okur-Yazar Değil	7	2,2
Okur-Yazar	62	19,6
İlkokul Mezunu	54	17,0
Ortaokul Mezunu	50	15,8
Lise Mezunu	71	22,4
Önlisans Mezunu	17	5,4
Lisans Mezunu	20	6,3
Yüksek Lisans/Doktora Mezunu	36	11,4
Toplam	317	100,0

Tablo 4.3’de araştırmaya katılan engellilerin eğitim durumu bilgileri verilmiştir. Bulunan sonuçlara göre % 2,2’si okur-yazar değil, % 19,6’sı okur-yazar, % 17’si ilkokul mezunu, % 15,8’i ortaokul mezunu, % 22,4’ü lise mezunu, % 5,4’ü önlisans mezunu, % 6,3’ü lisans mezunu, % 11,4’ü yüksek lisans/doktora mezunudur.

Tablo 4.4 Katılımcıların aylık gelir bilgileri

Aylık Gelir	N	%
0-500 TL	52	16,4
501-1000 TL	81	25,6
1001-2000 TL	85	26,8
2001-3000 TL	44	13,9
3001 TL ve üzeri	55	17,4
Toplam	317	100,0

Tablo 4.4’de araştırmaya katılan engellilerin aylık gelir bilgileri verilmiştir. Bulunan sonuçlara göre katılımcıların % 16,4’ünün aylık geliri 0-500 TL arası, % 25,6’sının 501-1000 TL arası, % 26,8’inin 1001-2000 TL arası, % 13,9’unun 2001-3000 TL arası, % 17,4’ünün 3001 TL ve üzeri olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4.5 Katılımcıların anne ve babalarının eğitim durumu bilgileri

Anne			Baba		
Eğitim Durumu	N	%	Eğitim Durumu	N	%
Okur-Yazar Değil	39	12,3	Okur-Yazar Değil	17	5,4
Okur-Yazar	21	6,6	Okur-Yazar	17	5,4
İlkokul Mezunu	135	42,6	İlkokul Mezunu	114	36,0
Ortaokul Mezunu	40	12,6	Ortaokul Mezunu	60	18,9
Lise Mezunu	52	16,4	Lise Mezunu	70	22,1
Önlisans Mezunu	9	2,8	Önlisans Mezunu	13	4,1
Lisans Mezunu	13	4,1	Lisans Mezunu	15	4,7
Yüksek Lisans/Doktora Mezunu	8	2,5	Yüksek Lisans/Doktora Mezunu	11	3,5
Toplam	317	100,0	Toplam	317	100,0

Tablo 4.5’de araştırmaya katılan engellilerin anne ve babalarının eğitim durumu bilgileri verilmiştir. Bulunan sonuçlara göre annelerinin % 12,3’ü okur-yazar değil, % 6,6’sı okur-yazar, % 42,6’sı ilkokul mezunu, % 12,6’sı ortaokul mezunu, %

16,4'ü lise mezunu, % 2,8'i önlisans mezunu, % 4,1'i lisans mezunu, % 2,5'i yüksek lisans/doktora mezunudur. Katılımcıların babalarının % 5,4'ü okur-yazar değil, % 5,4'ü okur-yazar, % 36,0'sı ilkokul mezunu, % 18,9'u ortaokul mezunu, % 22,1'i lise mezunu, % 4,1'i önlisans mezunu, % 4,7'si lisans mezunu, % 3,5'i yüksek lisans/doktora mezunudur.

Tablo 4.6 Katılımcıların engellilik durum bilgileri

Engel Durum	N	%
Ortopedik Engelli	197	62,1
İşitme Engelli	41	12,9
Görme Engelli	57	18,0
Konuşma Engelli	22	6,9
Toplam	317	100,0

Tablo 4.6'da araştırmaya katılan engellilerin durum bilgileri verilmiştir. Bulunan sonuçlara göre % 62,1'i ortopedik engelli, % 12,9'u işitme engelli, % 18'i görme engelli, % 6,9'u konuşma engellidir.

Tablo 4.7 Katılımcıların engellilik düzeyi bilgileri

Engel Düzeyi	N	%
Alt Extremité	183	57,7
Üst Extremité	77	24,3
Diğer	57	18,0
Toplam	317	100,0

Tablo 4.7'de araştırmaya katılan engellilerin düzey bilgileri verilmiştir. Bulunan sonuçlara göre % 57,7'si alt extremité, % 24,3'ü üst extremité, % 18'i de diğerleridir.

Tablo 4.8 Katılımcıların engellilik gerekçesi bilgileri

Engellilik Gerekçesi	N	%
Doğuştan	161	50,8
Tıbbi Hata	37	11,7
Trafik Kazası	51	16,1
İş Kazası	13	4,1
Ev Kazası	9	2,8
Spor Kazası	19	6,0
Diğer	27	8,5
Toplam	317	100,0

Tablo 4.8’de araştırmaya katılan engellilerin engellilik gerekçesi verilmiştir. Bulunan sonuçlara göre % 50,8’i doğuştan, % 11,7’si tıbbi hata, % 16,1’i trafik kazası, % 4,1’i iş kazası, % 2,8’i ev kazası, % 6’sı spor kazası, % 8,5’i diğerleridir.

Tablo 4.9 Katılımcıların engellilik süre bilgileri

Engellilik Süresi	N	%
Doğuştan	158	49,8
0-2 yıl	38	12,0
3-5 yıl	35	11,0
6-8 yıl	22	6,9
9 yıl ve üzeri	64	20,2
Toplam	317	100,0

Tablo 4.9’da araştırmaya katılan engellilerin engellilik süre bilgileri verilmiştir. Bulunan sonuçlara göre % 49,8’i doğuştan, % 12’si 0-2 yıllarında, % 11’i 3-5 yıllarında, % 6,9’u 6-8 yıllarında, % 20,2’si 9 yıl ve üzeridir.

Tablo 4.10 Katılımcıların ailelerinde başka engelli olanların durumu

Ailede Başka Birinin Engel Durumu	N	%
Anne	14	4,4
Baba	17	5,4
Kız Kardeş	24	7,6
Erkek Kardeş	31	9,8
Diğer	59	18,6

Tablo 4.10’da araştırmaya katılan engellilerin ailelerinde başka engelli olanların durumu verilmiştir. Bulunan sonuçlara göre % 4,4’ünün annesinde, % 5,4’ünün babasında, % 7,6’sının kız kardeşinde, % 9,8’i erkek kardeşinde, % 18,6’sı

diğerlerindedir.

Tablo 4.11 Katılımcıların spor yapma bilgileri

Spor Yapma	N	%
Evet	269	84,9
Hayır	48	15,1
Toplam	317	100,0

Tablo 4,17’de katılımcıların spor yapma bilgisi verilmiştir. Bulunan sonuçlarına göre engellilerin % 84,9’u spor yapmakta, % 15,1’i yapmamaktadır.

Tablo 4.12 Katılımcıları spor yapmaya yönelten en önemli etkenlerin bilgisi

Etken	N	%
Ailem	133	42,0
Okul ortamı	93	29,3
İşyeri ortamı	21	6,6
Manşet ve reklamlar	35	11,0
Arkadaş grubum	142	44,8
Basın-Yayın, TV	37	11,7
Diğer	17	5,4

Tablo 4.12’de katılımcıların spor yapmaya yönelten en önemli etkenlerin bilgisi verilmiştir. Bulunan sonuçlara göre engellilerin % 42’si aile, % 29,3’ü okul ortamı, % 6,6’sı işyeri ortamı, % 11’i manşet ve reklâmlar, % 44,8’i arkadaş grubum, % 11,7 basın-yayın, TV ve % 5,4’ü diğerleri önemli etkindir.

Tablo 4.13 Katılımcılardan spor yapanların uğraştıkları spor branşı

Spor	Amatör		Profesyonel		İzleyici	
	N	%	N	%	N	%
Futbol	63	19,9	20	6,3	237	73,8
Basketbol	81	25,6	123	38,8	113	35,6
Voleybol	47	14,8	24	7,6	246	77,6
Atletizm	47	14,8	19	6,0	251	79,2
Tenis	31	9,8	15	4,7	271	85,5
Jimnastik	20	6,3	15	4,7	282	89,0
Kayak	20	6,3	13	4,1	284	89,6
Masa Tenisi	34	10,7	20	6,3	263	83,0
Badminton	26	8,2	14	4,4	277	87,4
Halk oyunları	29	9,1	15	4,7	273	86,1
Yüzme	47	14,8	22	6,9	248	78,2
Boks	16	5,0	13	4,1	288	90,9
Güreş	21	6,6	11	3,5	285	89,9
Tekvando	15	4,7	12	3,8	290	91,5
Doğa sporları	25	7,9	17	5,4	275	86,8
Dağcılık	21	6,6	14	4,4	282	89,0
Diğer	26	8,2	19	6,0	272	85,8

Tablo 4.13’de katılımcılardan spor yapanların uğraştığı spor branşı bilgisi verilmiştir.

Engellilerin % 19,9’u futbolla amatörce, % 6,3’ü profesyonelce, % 73,8’ü izleyici olarak uğraşmaktadır. Engellilerin % 25,6’sı basketbolu amatörce, % 38,8’i profesyonelce, % 35,6’sı ise izleyici olarak uğraşmaktadır.

Tablo 4.14 Katılımcıların spor yaptıkları süre bilgisi

Spor Yapma Süresi	N	%
0-2 yıl	48	15,1
3-5 yıl	86	27,1
6-8 yıl	85	26,8
9 yıl ve üzeri	98	30,9
Toplam	317	100,0

Tablo 4.14’de katılımcıların spor yaptıkları süre bilgisi verilmiştir. Engellilerin % 15,1’i 0-2 yıl, % 27,1’i 3-5 yıl, % 26,8’i 6-8 yıl, % 30,9’u 9 yıl ve

üzeri süre katılmışlardır.

Tablo 4.15 Katılımcıların spor yaptıkları sıklık bilgisi

Spor Yapma Sıklığı	N	%
Yılda 1-2 kez	6	1,9
6 ayda 1-2 kez	6	1,9
3 ayda 1-2 kez	6	1,9
Ayda 1-2 kez	8	2,5
Haftada 1-2 kez	181	57,1
Günde 1-2 kez	110	34,7
Toplam	317	100,0

Tablo 4.15’de katılımcıların spor yaptıkları sıklık bilgisi verilmiştir. Engellilerin % 1,9’u yılda 1-2 kez, % 1,9’u 6 ayda 1-2 kez, % 1,9’u 3 ayda 1-2 kez, % 2,5’i ayda 1-2 kez, % 57,1’i haftada 1-2 kez, % 34,7’si günde 1-2 kez bilgisi verilmiştir.

Tablo 4.16 Katılımcıların sosyalleşme ile ilgili bilgileri

Sosyalleşme ile İlgili Yargılar	Kesinlikle Katılmıyorum		Katılmıyorum		Kararsızım		Katılıyorum		Kesinlikle Katılıyorum		$\bar{X}$	SS
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
1. Olabildiğince kalabalıktan uzak kalmayı tercih ederim	84	26,5	41	12,9	44	13,9	70	22,1	78	24,6	2,35	1,45
2. Toplum içerisinde insanlarla iletişim kurmada seçici davranırım	51	16,1	48	15,1	30	9,5	47	14,8	141	44,5	2,92	1,50
3. İnsanlar toplum içerisinde benimle kolayca diyalog kurabilirler	27	8,5	32	10,1	64	20,2	88	27,8	106	33,4	3,46	1,37
4. Toplumsal olaylarda genellikle topluma liderlik yaparım	32	10,1	47	14,8	94	29,7	61	19,2	83	26,2	3,05	1,33
5. Her türlü sosyal etkinliklere katılmaktan hoşlanırım	29	9,1	44	13,9	75	23,7	60	18,9	109	34,4	3,46	1,41
6. Toplum içerisinde insanlarla tartışmaktan ziyade insanlara yardım etmeyi tercih ederim	24	7,6	24	7,6	65	20,5	73	23,0	131	41,3	3,59	1,36
7. Toplumsal olaylarda toplumu yönlendirmekte başarılıyım (Örneğin: sonük geçen bir toplantıda yol gösterici rolü)	28	8,8	56	17,7	58	18,3	94	29,7	81	25,6	3,14	1,27
8. Yeni tanıştığım insanlarla diyalog kurmaktan çekinirim	51	16,1	41	12,9	105	33,1	43	13,6	77	24,3	2,83	1,38
9. Toplum içerisinde çoğunlukla kendimi yalnız hissedirim	56	17,7	63	19,9	52	16,4	65	20,5	81	25,6	2,63	1,40
10. Toplum içerisinde başkaları ile kolaylıkla iletişim kurarım	27	8,5	29	9,1	37	11,7	83	26,2	141	44,5	3,48	1,30
11. Toplumsal etkinliklere katılan	25	7,9	15	4,7	80	25,2	70	22,1	127	40,1	3,64	1,30

insanlar kendisiyle barışık olur												
12. Toplumsal etkinliklere katılım ile kişisel beceri ve yeteneklerimi keşfedebilir ve ifade edebilirim	15	4,7	31	9,8	57	18,0	106	33,4	108	34,1	3,58	1,22
13. Toplum içerisinde sevdiğim insanlarla birlikte olduğumda keder ve dertlerimi unuturum	22	6,9	30	9,5	35	11,0	161	50,8	69	21,8	3,54	1,31
14. Toplumda insanların özgürce davranmalarına izin verilse toplumun daha iyi olacağı kanısındayım	30	9,5	28	8,8	44	13,9	150	47,3	65	20,5	3,33	1,35
15. Toplumsal kurallara uymayan insanları haklı görmem	25	7,9	36	11,4	132	41,6	51	16,1	73	23,0	3,46	1,39
16. Toplumsal değerlere bağlı bir kişiliğe sahip birisiyim (gelenek, töre, inançlar)	22	6,9	66	20,8	57	18,0	108	34,1	64	20,2	3,47	1,27
17. Toplumsal değerlere aykırı davranan bireylerin davranışları beni rahatsız eder	24	7,6	31	9,8	115	36,3	76	24,0	71	22,4	3,53	1,35
18. Toplumsal uzlaşmayı bozan davranış sahiplerine hoşgörülü davranmam	28	8,8	24	7,6	48	15,1	163	51,4	54	17,0	3,36	1,35
19. Aileyle ilgili kararların alınmasında katkıda bulunurum	20	6,3	26	8,2	38	12,0	60	18,9	173	54,6	3,62	1,31
20. Aile büyüğünün kararlarına her zaman itaat etmekten hoşlanmam	25	7,9	46	14,5	159	50,2	48	15,1	39	12,3	3,12	1,31
21. Ailem benim fikir ve davranışlarıma her zaman hoş görülü davranır	17	5,4	18	5,7	154	48,6	59	18,6	69	21,8	3,68	1,23
22. Ailenizin değer yargıları ile toplumun değer yargıları arasındaki farklılık beni fazla etkilemez	24	7,6	31	9,8	159	50,2	60	18,9	43	13,6	3,33	1,28
23. Ailem arkadaş çevremi belirlenmesinde etkin rol oynar	28	8,8	38	12,0	142	44,8	59	18,6	50	15,8	3,30	1,35
24. İnsanların benim davranışlarımı yargılamaya yada yönetmeye çalışmasından rahatsız olurum	24	7,6	24	7,6	27	8,5	168	53,0	74	23,3	3,67	1,34
25. Okul farklı kültürdeki insanların tanışmasını ve böylece toplumsal bütünleşmenin etkin faktörüdür	20	6,3	18	5,7	145	45,7	64	20,2	70	22,1	3,71	1,25
26. Okul bireyin, toplumsal ve kişisel değerlere saygının benimsenmesinde önemli rol oynar	15	4,7	20	6,3	50	15,8	161	50,8	71	22,4	3,71	1,23
27. Toplumsal aktivitelere katılmakta yaş, cinsiyet ve inanç vb. ayırım yapmaktan hoşlanmam	20	6,3	26	8,2	36	11,4	59	18,6	176	55,5	3,15	1,37
28. Toplum içerisinde başkalarının ihtiyacı olduğu zaman kendime ters düşse de o davranışı yaparım	30	9,5	39	12,3	151	47,6	50	15,8	47	14,8	3,15	1,37
29. Yeni insanlarla tanışıp sosyal aktiviteler yapmaktan hoşlanırım	24	7,6	26	8,2	41	12,9	171	53,9	55	17,4	3,53	1,27
30. Okul farklı insan grupları arasında toplumsal diyalogun ilk adımıdır	16	5,0	26	8,2	37	11,7	177	55,8	61	19,2	3,64	1,23
31. Farklı kültürdeki değer anlatışlarına saygılı davranmayı tercih ederim	24	7,6	18	5,7	34	10,7	174	54,9	67	21,1	3,65	1,29
32. Herkes kültür ve değerlerini özgürce yaşayabilmeli ve ifade edebilmeli	17	5,4	26	8,2	138	43,5	65	20,5	71	22,4	3,73	1,27
33. Farklı kültür anlatışları toplumsal barışın temel dinamiğidir	16	5,0	19	6,0	46	14,5	181	57,1	55	17,4	3,67	1,16
34. Biz diğer kültürlerden farklı kılan değer, farklı kültürlerin barış ve uyum içerisinde yaşamadığıdır	21	6,6	19	6,0	145	45,7	70	22,1	62	19,2	3,66	1,27

Tablo 4.16’da katılımcıların sosyalleşme ile ilgili yargılara vermiş oldukları cevaplar verilmiştir. Bulunan sonuçlara göre katılımcıların “Olabildiğince kalabalıktan uzak kalmayı tercih ederim” yargısına vermiş oldukları cevap $\bar{X}=2,35\pm1,45$ olup katılmamaktadırlar; “Toplum içerisinde insanlarla iletişim

kurmada seçici davranırım” yargısına $\bar{X}=2,92\pm1,50$ ile kararsızdırlar; “İnsanlar toplum içerisinde benimle kolayca diyalog kurabilirler” yargısına $\bar{X}=3,46\pm1,37$ ile katılmaktadırlar; “Toplumsal olaylarda genellikle topluma liderlik yaparım” yargısına $\bar{X}=3,05\pm1,33$ kararsızdırlar; “Her türlü sosyal etkinliklere katılmaktan hoşlanırım” yargısına $\bar{X}=3,46\pm1,41$ ile katılmaktadırlar; “Toplum içerisinde insanlarla tartışmaktan ziyade insanlara yardım etmeyi tercih ederim” yargısına $\bar{X}=3,59\pm1,36$ ile katılmaktadırlar; “Toplumsal olaylarda toplumu yönlendirmekte başarılıyım (Örneğin; sönük geçen bir toplantıda yol gösterici rolü)” yargısına $\bar{X}=3,14\pm1,27$ ile kararsızdırlar; “Yeni tanıştığım insanlarla diyalog kurmaktan çekinirim” yargısına $\bar{X}=2,83\pm 1,38$ ile kararsızdırlar; “Toplum içerisinde çoğunlukla kendimi yalnız hissedirim” yargısına $\bar{X}=2,63\pm1,40$ ile kararsızdırlar; “Toplum içerisinde başkaları ile kolaylıkla iletişim kurarım” yargısına $\bar{X}=3,48\pm1,30$ ile katılmaktadırlar; “Toplumsal etkinliklere katılan insanlar kendisiyle barışık olur” yargısına $\bar{X}=3,64\pm1,30$ ile kararsızdırlar; “Toplumsal etkinliklere katılım ile kişisel beceri ve yeteneklerimi keşfedebilir ve ifade edebilirim” yargısına $\bar{X}=3,58\pm1,22$ ile katılmaktadırlar; “Toplum içerisinde sevdiğim insanlarla birlikte olduğumda keder ve dertlerimi unuturum” yargısına $\bar{X}=3,54\pm1,31$ ile katılmaktadırlar; “Toplumda insanların özgürce davranmalarına izin verilse toplumun daha iyi olacağı kanısındayım” yargısına $\bar{X}=3,33\pm1,35$ ile kararsızdırlar; “Toplumsal kurallara uymayan insanları haklı görmem” $\bar{X}=3,46\pm1,39$ ile katılmaktadırlar; “Toplumsal değerlere bağlı bir kişiliğe sahip birisiyim (gelenek, töre, inançlar)” $\bar{X}=3,47\pm1,27$ ile katılmaktadırlar; “Toplumsal değerlere aykırı davranan bireylerin davranışları beni rahatsız eder” $\bar{X}=3,53\pm1,35$ ile katılmaktadırlar; “Toplumsal uzlaşmayı bozan davranış sahiplerine hoşgörülü davranmam” yargısına $\bar{X}=3,36\pm1,35$ ile kararsızdırlar; “Aileyle ilgili kararların alınmasında katkıda bulunurum” yargısına $\bar{X}=3,62\pm1,31$ ile katılmaktadırlar; “Aile büyüklerinin kararlarına her zaman itaat etmekten hoşlanmam” $\bar{X}=3,12\pm1,31$ ile kararsızdırlar; “. Ailem benim fikir ve davranışlarıma her zaman hoş görülü davranır” yargısına $\bar{X}=3,68\pm1,23$ ile katılmaktadırlar; “Ailenizin değer yargıları ile toplumun değer yargıları arasındaki farklılık beni fazla etkilemez” yargısına $\bar{X}=3,33\pm1,28$ ile kararsızdırlar; “Ailem

arkadaş çevremi belirlenmesinde etkin rol oynar” yargısına $\bar{X}=3,30\pm1,35$ ile kararsızdırlar; “İnsanların benim davranışlarımı yargılamaya yada yönetmeye çalışmasından rahatsız olurum” yargısına $\bar{X}=3,67\pm1,34$ ile katılmaktadırlar; “Okul farklı kültürdeki insanların tanışmasını ve böylece toplumsal bütünleşmenin etkin faktörüdür” yargısına $\bar{X}=3,71\pm1,25$ ile katılmaktadırlar; “Okul bireyin, toplumsal ve kişisel değerlere saygının benimsenmesinde önemli rol oynar” yargısına $\bar{X}=3,71\pm1,23$ ile katılmaktadırlar; “Toplumsal aktivitelere katılmakta yaş, cinsiyet ve inanç vb. ayırım yapmaktan hoşlanmam” yargısına $\bar{X}=3,15\pm1,37$ ile kararsızdırlar; “Toplum içerisinde başkalarının ihtiyacı olduğu zaman kendime ters düşse de o davranışı yaparım” $\bar{X}=3,15\pm1,37$ ile kararsızdırlar; “Yeni insanlarla tanışıp sosyal aktiviteler yapmaktan hoşlanırım” $\bar{X}=3,53\pm1,27$ ile katılmaktadırlar; “Okul farklı insan grupları arasında toplumsal diyalogun ilk adımıdır” yargısına $\bar{X}=3,64\pm1,23$ ile katılmaktadırlar; “Farklı kültürdeki değer anlatışlarına saygılı davranmayı tercih ederim” yargısına $\bar{X}=3,65\pm1,29$ ile kararsızdırlar; “Herkes kültür ve değerlerini özgürce yaşayabilmeli ve ifade edebilmeli” yargısına $\bar{X}=3,73\pm1,27$ ile katılmaktadırlar; “Farklı kültür anlatışları toplumsal barışın temel dinamiğidir” yargısında $\bar{X}=3,67\pm1,16$ ile katılmaktadırlar; “Bizi diğer kültürlerden farklı kılan değer; farklı kültürlerin barış ve uyum içersinde yaşamasıdır” yargısına $\bar{X}=3,66\pm1,27$ ile katılmaktadırlar.

Tablo 4.17 Katılımcıların spor ve sosyalleşme ile ilgili bilgileri

Spor ve Sosyalleşme ile İlgili Yargılar	Kesnikle Katılmıyorum		Katılmıyorum		Kararsızım		Katılıyorum		Kesnikle Katılıyorum		$\bar{X}$	ss
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
1. İlgilendiğim spor dalını seçmede kişisel ilgim ve yeteneğim belirleyicidir	47	14,8	21	6,6	26	8,2	136	42,9	87	27,4	3,58	1,45
2. Kendimi daha çok bireysel sporlarda başarılı bulurum	28	8,8	52	16,4	71	22,4	52	16,4	114	36,0	3,19	1,31
3. Spor alanında bir şey yapmaya karar verirken başkalarının düşüncelerinden etkilenmem	31	9,8	35	11,0	112	35,3	73	23,0	66	20,8	3,45	1,31
4. Her yaş grubunda ve cinsiyete ve gelir seviyesinde insanlarla spor yapmaktan hoşlanırım	24	7,6	35	11,0	98	30,9	89	28,1	71	22,4	3,60	1,25
5. Spor aktivitelerinde başkalarını	25	7,9	33	10,4	89	28,1	86	27,1	84	26,5	3,65	1,30

memnun etmek için kendime ters düşen davranışlar yapmam												
6. Diğerleri tarafından spor aktivitelerinde beğenilip sevilme benim için önemli değildir	47	14,8	58	18,3	114	36,0	46	14,5	52	16,4	2,98	1,38
7. İnsanlar beni spor aktivitelerinde daha kolay tanıyabilirler	22	6,9	46	14,5	54	17,0	128	40,1	68	21,5	3,45	1,28
8. Hayatımdaki en büyük zevklerden birisi tanımadığım insanlarla spor yapmaktır	32	10,1	44	13,9	120	37,9	70	22,1	51	16,1	3,23	1,29
9. Takım sporlarının yapıldığı spor faaliyetlerinde kendimi yalnız hissederim	64	20,2	55	17,4	51	16,1	101	31,9	46	14,5	2,78	1,42
10. Duygularımı spor aktiviteleri boyunca kontrol altında tutmaktan hoşlanmam	36	11,4	52	16,4	59	18,6	61	19,2	109	34,4	3,10	1,33
11. Takım olarak yapılan spor aktivitelerinde grubun lideri olurum	28	8,8	48	15,1	140	44,2	54	17,0	47	14,8	3,14	1,24
12. Takım sporlarında takımı yönlendirmekte başarılıyım	21	6,6	34	10,8	66	20,8	123	38,8	73	23,0	3,48	1,25
13. Spor yapan bireyler kendi kendisiyle barışık olur	27	8,5	21	6,6	44	13,9	117	36,9	108	34,1	3,80	1,33
14. Spor aktivitelerinde tartışmaktan ziyade çözmeyi tercih ederim	23	7,3	17	5,4	44	13,9	138	43,5	95	30,0	3,81	1,24
15. Spor aktivitelerinin organize edilmesinde katkıda bulunurum	17	5,4	38	11,7	118	37,2	74	23,3	71	22,4	3,58	1,22
16. Her türlü spor aktivitelerine katılmaktan hoşlanırım	22	6,9	31	9,8	52	16,4	128	40,4	84	26,5	3,65	1,26
17. Diğer insanlar beni reddedecek olsa dahi haklarımı savunurum ve doğruyu söylerim	25	7,9	27	8,5	98	30,9	62	19,6	105	33,1	3,77	1,34
18. Takım sporları ile ilgili faaliyetleri tercih ederim	26	8,2	23	7,3	54	17,3	139	43,8	75	23,7	3,59	1,29
19. Spor toplumlar arası sosyal bütünleşmeyi sağlar	24	7,6	15	4,7	36	11,4	81	25,6	161	50,8	3,89	1,24
20. Spor aktivitelerinde kendimi daha özgür ifade ederim	26	8,2	23	7,3	100	31,5	84	26,5	84	26,5	3,71	1,28
21. Spor ve spor aktiviteleri toplumsal bütünleşmeyi sağlar	19	6,0	17	5,4	98	30,9	89	28,1	94	29,7	3,88	1,19
22. Spor aktivitelerinde kurallara uymayan davranışlar hoşgörülü karşılanabilir mi (küfür centilmenlikten uzak hareketler)	84	26,5	28	8,8	101	31,9	48	15,1	56	17,7	2,77	1,54
23. Bir grubun üyesi olmaktansa, kendime özgü bir değer yapısına sahip birey olmayı tercih ederim	47	14,8	50	15,8	113	35,6	63	19,9	44	13,9	3,03	1,34
24. Spor insanlar arası iletişime olumlu katkılar sağlar	26	8,2	26	8,2	43	13,6	125	39,4	97	30,6	3,72	1,33
25. Her türlü spor faaliyetine ve spora kolayca uyum sağlarım	18	5,7	37	11,7	116	36,6	72	22,7	74	23,3	3,57	1,23
26. Spor faaliyetlerinde başkaları ile daha kolay iletişim kurarım	23	7,3	28	8,8	44	13,9	143	45,1	79	24,9	3,67	1,23
27. Spor eğitimi topluma faydalı bireyler yetiştirilmesinde önemli rol oynar	17	5,4	25	7,9	44	13,9	73	23,0	158	49,8	3,85	1,21
28. Spor bireysel yeteneklerin keşfedilmesini sağlar	29	9,1	22	6,9	101	31,9	64	20,2	101	31,9	3,73	1,33
29. Spor insanlara karşı olumlu duygular geliştirilmesini sağlar	21	6,6	24	7,6	45	14,2	131	41,3	96	30,3	3,75	1,24
30. Sevdiğim insanlardan ayrı olmak benim için zordur	22	6,9	30	9,5	50	15,8	127	40,1	88	27,8	3,65	1,29
31. Boş zamanlarımı diğer insanlarla birlikte geçirmekten hoşlanırım	26	8,2	33	10,4	56	17,7	114	36,0	88	27,8	3,59	1,31
32. Arkadaşlarla birlikte spor yapmaktan hoşlanırım	20	6,3	24	7,6	87	27,4	86	27,1	100	31,5	3,89	1,21
33. İlgilendiğim spor dalını seçmede ailem ve çevrenin etkisi belirleyicidir	27	8,5	35	11,0	59	18,6	117	36,9	79	24,9	3,48	1,31
34. Diğer insanlara yardım etmeyi,	26	8,2	23	7,3	120	37,9	67	21,1	81	25,6	3,64	1,26

onların bana yardım etmesinden daha çok tercih ederim												
35. Bireysel hareketlerden ziyade diğer insanlarla hoş zaman geçirecek aktiviteler yapmayı tercih ederim	24	7,6	23	7,3	74	23,3	98	30,9	98	30,9	3,72	1,24

Tablo 4.17’de katılımcıların spor ve sosyalleşme ile ilgili bilgileri verilmiştir. Bulunan sonuçlara göre katılımcıların “İlgilendiğim spor dalını seçmede kişisel ilgilim ve yeteneğim belirleyicidir” yargısına vermiş oldukları cevap $\bar{X}=3,58\pm1,45$ ile katılmaktadırlar; “Kendimi daha çok bireysel sporlarda başarılı bulurum” yargısına $\bar{X}=3,19\pm1,31$ ile kararsızdırlar; “Spor alanında bir şey yapmaya karar verirsem başkalarının düşüncelerinden etkilenmem” yargısına $\bar{X}=3,45\pm1,31$ ile katılmaktadırlar; “Her yaş grubunda ve cinsiyete ve gelir seviyesinde insanlarla spor yapmaktan hoşlanırım” yargısına $\bar{X}=3,60\pm1,25$ ile katılmaktadırlar; “Spor aktivitelerinde başkalarını memnun etmek için kendime ters düşen davranışlar yapmam” yargısına $\bar{X}=3,65\pm1,30$ ile katılmaktadırlar; “Diğerleri tarafından spor aktivitelerinde beğenilip sevilme benim için önemli değildir” yargısına $\bar{X}=2,98\pm1,36$ ile kararsızdırlar; “İnsanlar beni spor aktivitelerinde daha kolay tanıyabilirler” $\bar{X}=3,45\pm1,28$ ile katılmaktadırlar; “Hayatımdaki en büyük zevklerden birisi tanımadığım insanlarla spor yapmaktır” yargısına $\bar{X}=3,23\pm1,29$ ile kararsızdırlar; “Takım sporlarının yapıldığı spor faaliyetlerinde kendimi yalnız hissedirim” $\bar{X}=2,78\pm1,42$ ile kararsızdırlar; “Duygularımı spor aktiviteleri boyunca kontrol altında tutmaktan hoşlanmam” yargısına $\bar{X}=3,10\pm1,33$ ile kararsızdırlar; “Takım olarak yapılan spor aktivitelerinde grubun lideri olurum” yargısına $\bar{X}=3,14\pm1,24$ ile kararsızdırlar; “Takım sporlarında takımı yönlendirmekte başarılıyım” yargısına $\bar{X}=3,48\pm1,25$ ile katılmaktadırlar; “Spor yapan bireyler kendi kendisiyle barışık olur” yargısına $\bar{X}=3,60\pm1,33$ ile katılmaktadırlar; “Spor aktivitelerinde tartışmaktan ziyade çözmeyi tercih ederim” yargısına $\bar{X}=3,81\pm1,24$ ile katılmaktadırlar; “Spor aktivitelerinin organize edilmesinde katkıda bulunurum” yargısına $\bar{X}=3,58\pm1,22$ ile katılmaktadırlar; “Her türlü spor aktivitelerine katılmaktan hoşlanırım” yargısına $\bar{X}=3,65\pm1,26$ ile katılmaktadırlar; “Diğer insanlar beni reddedecek olsa dahi haklarımı savunurum ve doğruyu söylerim” yargısına $\bar{X}=3,77\pm1,34$ ile katılmaktadırlar; “Takım sporları ile ilgili faaliyetleri tercih

ederim” yargısına $\bar{X}=3,59\pm1,29$ ile katılmaktadır; “Spor toplumlar arası sosyal bütünleşmeyi sağlar “ yargısına $\bar{X}=3,89\pm1,24$ ile katılmaktadırlar; “Spor aktivitelerinde kendimi daha özgür ifade ederim” yargısına $\bar{X}=3,71\pm1,28$ ile katılmaktadırlar; “Spor ve spor aktiviteleri toplumsal bütünleşmeyi sağlar” yargısına $\bar{X}=3,88\pm1,19$ ile katılmaktadırlar; “Spor aktivitelerinde kurallara uymayan davranışlar hoşgörölü karşılanabilir mi (küfür centilmenlikten uzak hareketler)” yargısına $\bar{X}=2,77\pm1,54$ ile kararsızdırlar; “Bir grubun üyesi olmaksan, kendime özgü bir değer yapısına sahip birey olmayı tercih ederim” yargısına $\bar{X}=3,03\pm1,34$ ile kararsızdırlar; “Spor insanlar arası iletişime olumlu katkılar sağlar” yargısına $\bar{X}=3,72\pm1,33$ ile katılmaktadırlar; “Her türlü spor faaliyetine ve spora kolayca uyum sağlarım” yargısına $\bar{X}=3,57\pm1,23$ ile katılmaktadır; “Spor faaliyetlerinde başkaları ile daha kolay iletişim kurarım” yargısına $\bar{X}=3,67\pm1,23$ ile katılmaktadırlar; “Spor eğitimi topluma faydalı bireyler yetiştirilmesinde önemli rol oynar” yargısına $\bar{X}=3,85\pm1,21$ ile katılmaktadırlar; “Spor bireysel yeteneklerin keşfedilmesini sağlar” yargısına $\bar{X}=3,73\pm1,33$ ile katılmaktadırlar; “Spor insanlara karşı olumlu duygular geliştirilmesini sağlar” yargısına $\bar{X}=3,75\pm1,24$ ile katılmaktadırlar; “Sevdiğim insanlardan ayrı olmak benim için zordur” yargısına $\bar{X}=3,65\pm1,29$ ile katılmaktadırlar; “Boş zamanlarımı diğer insanlarla birlikte geçirmekten hoşlanırım” yargısına $\bar{X}=3,59\pm1,31$ ile katılmaktadırlar; “Arkadaşlarla birlikte spor yapmaktan hoşlanırım” yargısına $\bar{X}=3,89\pm1,21$ ile katılmaktadırlar; “İlgilendiğim spor dalını seçmede ailem ve çevrenin etkisi belirleyicidir” yargısına $\bar{X}=3,48\pm1,31$ ile katılmaktadırlar; “Diğer insanlara yardım etmeyi, onların bana yardım etmesinden daha çok tercih ederim” $\bar{X}=3,64\pm1,26$ ile katılmaktadırlar; “Bireysel hareketlerden ziyade diğer insanlarla hoş zaman geçirecek aktiviteler yapmayı tercih ederim” yargısına $\bar{X}=3,72\pm1,24$ ile katılmaktadırlar.

Tablo 4.18 Katılımcıların Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğine vermiş oldukları cevaplar

	$\bar{X}$	ss	Max.
Benlik Saygısı	0,85	0,84	3,75
Kendilik Kavramının Sürekliliği	2,17	1,69	5,00
İnsanlara Güven Duyma	1,26	1,21	5,00
Eleştiriye Duyarlılık	1,38	1,19	3,00
Depresif Duyarlılık	1,35	1,37	6,00
Hayalperestlik	1,06	1,46	7,00
Psikosomatik Belirtiler	2,96	3,15	10,00
Kişilerarası İlişkilerde Tehdit Algılama	1,01	1,07	3,00
Tartışmalara Katılabilme Becerisi	0,52	0,74	7,00
Ana Baba İlgisi	1,22	1,59	7,00
Babayla İlişki	1,36	1,59	6,00
Psşik İzolasyon	0,53	0,71	2,00

Tablo 4.18’de katılımcıların Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğine vermiş oldukları cevaplar verilmiştir. Bulunan sonuçlara göre katılımcıların Benlik Saygısı alt boyutunda çıkan sonuç $0,85 \pm 0,84$ olup, katılımcıların benlik saygısının yüksek olduğu bulunmuştur. Katılımcıların Kendilik Kavramının Sürekliliği alt boyutuna vermiş oldukları cevaplar $2,17 \pm 1,69$ olup, kendilik kavramının sürekliliğinin fazla olduğu; İnsanlara Güven Duyma alt boyutuna vermiş oldukları cevapların $1,26 \pm 1,21$ olduğu ve insanlara güven duymanın çok olduğu bulunmuştur.

Katılımcıların Eleştiriye Duyarlılık alt boyutuna vermiş oldukları cevaplar $1,38 \pm 1,19$ olup, eleştiriye fazla duyarlı oldukları belirlenmiştir. Depresif Duyarlılık alt boyutuna vermiş oldukları cevaplar $1,35 \pm 1,17$ olup, katılımcıların depresif duygularının az olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların hayalperestlik puanları $1,06 \pm 1,46$ olarak bulunmuş olup, hayalperestliklerinin az olduğu belirlenmiştir.

Katılımcıların psikomatik belirti puanları $2,96 \pm 3,15$ olup, psikomatik belirtileri orta düzeydedir. Kişilerarası ilişkilerde tehdit algılama puanları $1,01 \pm 1,07$ olup, az tehdit edildiklerini hissetmektedirler. Tartışmalara katılabilme becerisi $0,52 \pm 0,74$ olup, tartışmalara katılabilme becerilerinin yüksek olduğu görülmektedir.

Katılımcıların ana-baba ilgisi $1,22 \pm 1,59$ olup, ana-baba ilgileri az

seviyededir. Babayla ilişki alt boyutu puanları $1,36 \pm ,59$ olup, babayla ilişkileri yüksek seviyededir. Katılımcıların psişik izolasyon puanları $0,53 \pm 0,71$ olup, psişik izolasyonları fazla seviyededir.

Tablo 4.19 Katılımcıların bulundukları şehir ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişki

VARYANSIN KAYNAĞI	KARELER TOPLAMI	df	KARELER ORTALAMASI	F	P
GRUPLAR ARASI	28,887	11	2,626	6,694	0,000
GRUPLAR İÇİ	119,654	305	0,392		
TOPLAM	148,541	316			

Tablo 4.19’da katılımcıların bulundukları şehir ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişkinin sonuçları verilmiş olup, bulunan sonuçlara göre katılımcıların bulundukları şehir ile sosyalleşme durumları arasında $p < 0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmiştir.

Tablo 4.20 Katılımcıların yaşları ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişki

VARYANSIN KAYNAĞI	KARELER TOPLAMI	df	KARELER ORTALAMASI	F	P
GRUPLAR ARASI	5,500	4	1,375	2,999	0,019
GRUPLAR İÇİ	143,040	312	0,458		
TOPLAM	148,541	316			

Tablo 4.20’de katılımcıların bulundukları yaşları ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişkinin sonuçları verilmiş olup, bulunan sonuçlara göre katılımcıların yaşları ile sosyalleşme durumları arasında $p < 0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmiştir.

Tablo 4.21 Katılımcıların cinsiyetleri ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişki

Cinsiyet	N	X	SS	SH	F	t	p
Bayan	128	3,19	0,63	0,05	1,428	-1,276	0,203
Bay	189	3,29	0,71	0,05		-1,306	

Tablo 4.21’de katılımcıların cinsiyetleri ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişkinin sonuçları verilmiş olup, bulunan sonuçlara göre katılımcıların cinsiyetleri ile sosyalleşme durumları arasında $p < 0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit

edilmemiştir.

Tablo 4.22 Katılımcıların eğitim durumları ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişki

VARYANSIN KAYNAĞI	KARELER TOPLAMI	df	KARELER ORTALAMASI	F	P
GRUPLAR ARASI	4,199	7	0,600	1,284	0,258
GRUPLAR İÇİ	144,341	309	0,467		
TOPLAM	148,541	316			

Tablo 4.22’de katılımcıların eğitim durumları ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişkinin sonuçları verilmiş olup, bulunan sonuçlara göre katılımcıların eğitim durumları ile sosyalleşme durumları arasında $p < 0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmemiştir.

Tablo 4.23 Katılımcıların aylık gelirleri ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişki

VARYANSIN KAYNAĞI	KARELER TOPLAMI	df	KARELER ORTALAMASI	F	P
GRUPLAR ARASI	12,543	4	3,113	7,138	0,000
GRUPLAR İÇİ	136,088	315	0,436		
TOPLAM	148,541	316			

Tablo 4.23’de katılımcıların aylık gelirleri ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişkinin sonuçları verilmiş olup, bulunan sonuçlara göre katılımcıların aylık gelirleri ile sosyalleşme durumları arasında $p < 0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmiştir.

Tablo 4.24 Katılımcıların engel durumları ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişki

VARYANSIN KAYNAĞI	KARELER TOPLAMI	df	KARELER ORTALAMASI	F	P
GRUPLAR ARASI	0,946	3	0,315	0,669	0,572
GRUPLAR İÇİ	147,595	313	0,472		
TOPLAM	148,541	316			

Tablo 4.24’de katılımcıların engel durumları ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişkinin sonuçları verilmiş olup, bulunan sonuçlara göre katılımcıların engel durumları ile sosyalleşme durumları arasında $p < 0,05$ düzeyinde istatistiki bir

farklılık tespit edilmemiştir.

Tablo 4.25 Katılımcıların engel gerekçeleri ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişki

VARYANSIN KAYNAĞI	KARELER TOPLAMI	df	KARELER ORTALAMASI	F	P
GRUPLAR ARASI	1,448	6	0,241	0,509	0,802
GRUPLAR İÇİ	147,092	310	0,474		
TOPLAM	148,541	316			

Tablo 4.25’de katılımcıların engel gerekçeleri ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişkinin sonuçları verilmiş olup, bulunan sonuçlara göre katılımcıların engel gerekçeleri ile sosyalleşme durumları arasında $p < 0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmemiştir.

Tablo 4.26 Katılımcıların engel süreleri ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişki

VARYANSIN KAYNAĞI	KARELER TOPLAMI	df	KARELER ORTALAMASI	F	P
GRUPLAR ARASI	1,005	4	0,251	0,531	0,713
GRUPLAR İÇİ	147,536	312	0,473		
TOPLAM	148,541	316			

Tablo 4.26’da katılımcıların engel süreleri ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişkinin sonuçları verilmiş olup, bulunan sonuçlara göre katılımcıların engel süreleri ile sosyalleşme durumları arasında $p < 0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmemiştir.

Tablo 4.27 Katılımcıların spor yapma durumları ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişki

		N	X	SS	SH	F	t	p
Spor Yapma	Evet	269	3,24	0,61	0,03	17,789	-0,676	0,499
	Hayır	48	3,32	0,99	0,14		-0,490	

Tablo 4.27’de katılımcıların spor yapma durumları ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişkinin sonuçları verilmiş olup, bulunan sonuçlara göre katılımcıların spor yapma durumları ile sosyalleşme durumları arasında $p < 0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmemiştir.

Tablo 4.28 Katılımcıların spor yapmaya yönelten etmenler ile spor ve sosyalleşme durumları arasındaki ilişki

ETMEN	VARYANSIN KAYNAĞI	KARELER TOPLAMI	df	KARELER ORTALAMASI	F	P
Ailem	GRUPLAR ARASI	25,350	88	,288	1,267	,084
	GRUPLAR İÇİ	51,849	228	,227		
	TOPLAM	77,199	316			
Okul Ortamı	GRUPLAR ARASI	20,348	88	,231	1,162	,189
	GRUPLAR İÇİ	45,368	228	,199		
	TOPLAM	65,716	316			
İşyeri Ortamı	GRUPLAR ARASI	7,353	88	,084	1,555	,005
	GRUPLAR İÇİ	12,256	228	,054		
	TOPLAM	19,609	316			
Manşet ve Reklam	GRUPLAR ARASI	13,335	88	,152	1,941	,000
	GRUPLAR İÇİ	17,801	228	,078		
	TOPLAM	31,136	316			
Arkadaş Grubu	GRUPLAR ARASI	30,061	88	,342	1,611	,003
	GRUPLAR İÇİ	48,331	228	,212		
	TOPLAM	78,391	316			
Basın Yayın, TV	GRUPLAR ARASI	11,594	88	,132	1,424	,019
	GRUPLAR İÇİ	21,088	228	,092		
	TOPLAM	32,681	316			
Diğer	GRUPLAR ARASI	5,672	88	,064	1,411	,022
	GRUPLAR İÇİ	10,417	228	,046		
	TOPLAM	16,088	316			

Tablo 4.28’de katılımcıların spor yapmaya yönelten etmeler ile sosyalleşme durumları arasında ilişkinin sonuçları verilmiştir. Bulunan sonuçlara göre katılımcıların spor yapmaya yönelten etmenler arasında işyeri ortamı, manşet ve reklam, arkadaş grubu ve basın, yayın-TV ile spor yapmaya yönelenlerin sosyalleşme durumları arasında $p < 0,05$ düzeyinde istatistiki farklılık tespit edilmiştir.

Tablo 4.29 Katılımcıların spor yaptıkları süre ile spor ve sosyalleşme durumları arasındaki ilişki

VARYANSIN KAYNAĞI	KARELER TOPLAMI	df	KARELER ORTALAMASI	F	P
GRUPLAR ARASI	2,615	3	0,872	1,652	0,177
GRUPLAR İÇİ	165,148	313	0,528		
TOPLAM	167,762	316			

Tablo 4.29’da katılımcıların spor yaptıkları süre ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişkinin sonuçları verilmiş olup, bulunan sonuçlara göre katılımcıların spor yaptıkları süre ile sosyalleşme durumları arasında $p < 0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmemiştir.

Tablo 4.30 Katılımcıların spor yapma sıklıkları ile spor ve sosyalleşme durumları arasındaki ilişki

VARYANSIN KAYNAĞI	KARELER TOPLAMI	df	KARELER ORTALAMASI	F	P
GRUPLAR ARASI	13,214	5	2,643	5,318	0,000
GRUPLAR İÇİ	154,549	311	0,497		
TOPLAM	167,762	316			

Tablo 4.30’da katılımcıların spor yapma sıklıkları ile sosyalleşme durumları arasındaki ilişkinin sonuçları verilmiş olup, bulunan sonuçlara göre katılımcıların spor yapma sıklıkları ile sosyalleşme durumları arasında $p < 0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmiştir.

Tablo 4.31 Katılımcıların spor yapıp yapmama durumlarına göre benlik saygılarının karşılaştırılması

Benlik Saygısı	Spor	N	X	SS	SH	F	t	p
Benlik Saygısı	Evet	269	,7272	,79485	,04644	0,007	-6,257	0,000
	Hayır	48	1,4126	,81756	,10141		-6,145	
Kendilik Kavramının Sürekliliği	Evet	269	2,0102	1,73893	,10159	33,627	-4,006	0,000
	Hayır	48	2,9231	1,25384	,15552		-4,914	
İnsanlara Güven Duyma	Evet	269	1,1468	1,20599	,07045	3,256	-4,105	0,000
	Hayır	48	1,8154	1,10244	,13674		-4,347	
Eleştiriye Duyarlılık	Evet	269	1,2287	1,18738	,06937	24,306	-5,499	0,000
	Hayır	48	2,0923	,93078	,11545		-6,412	
Depresif Duygulanım	Evet	269	1,2423	1,38212	,08074	5,852	-3,429	0,001
	Hayır	48	1,8769	1,19252	,14791		-3,766	
Hayalperestlik	Evet	269	,9215	1,39617	,08157	5,733	-3,992	0,000
	Hayır	48	1,7077	1,60782	,19943		-3,649	
Psikomatik Belirtiler	Evet	269	2,6177	3,04149	,17769	0,040	-4,607	0,000
	Hayır	48	4,5538	3,17230	,39347		-4,484	
Kişilerarası İlişkilerde Tehdit Algılama	Evet	269	,9113	1,04635	,06113	1,039	-3,902	0,000
	Hayır	48	1,4769	1,10549	,13712		-3,768	
Tartışmalara Katılabilme Becerisi	Evet	269	,4983	,75682	,04421	0,001	-1,597	0,111
	Hayır	48	,6615	,69094	,08570		-1,693	
Ana Baba İlgisi	Evet	269	1,0956	1,56298	,09131	1,344	-3,189	0,002
	Hayır	48	1,7846	1,63451	,20274		-3,099	
Babayla İlişki	Evet	269	1,1331	1,45927	,08525	5,626	-6,149	0,000
	Hayır	48	2,4154	1,77564	,22024		-5,430	
Psikiş İzolasyon	Evet	269	,4437	,66291	,03873	4,058	-5,366	0,000
	Hayır	48	,9538	,81836	,10150		-4,696	

Tablo 4.31’de katılımcıların benlik saygılarının spor yapma durumlarına göre karşılaştırılması verilmiştir. Bulunan sonuçlara göre katılımcıların spor yapıp yapma

durumlarına göre benlik saygısı, kendilik kavramının sürekliliği, insanlara güven duyma, eleştiriye duyarlılık, depresif duyarlılık, hayalperestlik, psikomatik belirtiler, kişilerarası ilişkilerde tehdit algılama, ana-baba ilgisi, babayla ilişki ve psişik izolasyon alt boyutlarında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmiş olup, tartışmalara katılabilme becerisinde $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmemiştir.

SONUÇ

Spor, bireyin dar dünyasından kurtularak, başka ortamlardan, başka kişilerden, inançlardan, düşüncelerden etkilenmesini ve onları etkilemesini insanlarla diyalog içinde bulunmasını sağlamaktadır. Bu yönüyle sporun, yeni dostlukların kurulmasına, pekiştirilmesine ve sosyal kaynaşmaya destek sağladığı söylenebilir. Dolayısıyla spora teşvik edilen engelli bireylerin, topluma kazandırılması süreci hızlanırken, bir köşeye çekilip hayata küsmeleri de büyük ölçüde engellenmiş olur. Esasında engelli bireylerin yaşadığı sorunlar, sadece kendi şahıslarına ait değil; çevrelerinin, ailelerinin ve toplumun tüm üyelerinin bir sorunudur.

Yapılmış olan bu çalışmanın amacı engellilerde spor ile benlik saygısı ve sosyalleşme üzerindeki ilişkiyi belirlemektir. Araştırmada bedensel engellilerin sosyalleşmeleri ile benlik saygıları üzerinde sporun etkilerinin betimlenmesi ile bu sorunlara ilişkin çözüm önerilerinin üzerinde durulmuştur. Araştırmanın modeliyle “spor yapan ve spor yapmayan bedensel engellilerin sosyalleşmelerinde ve benlik saygıları üzerinde sporun etkisi”nin olup olmadığı ortaya çıkarılmaya çalışılmıştır. Bu amaç doğrultusunda ele alınan değişkenler açısından, iki grup arasında anlamlı farklılıklar olup-olmadığının belirlenmesine yönelik karşılaştırmalı betimsel bir çözümlemeye girişilmiştir. Araştırmanın yapılması sırasında tüm Türkiye’de bulunan bedensel engelliler araştırma evrenine dahil edilmiş olup, anket formlarının ulaştırılması ve bedensel engellilere yönetilmesi zor olduğundan, araştırmanın örneklemini araştırmaya dahil edilen 30 ilde bulunup anket formlarını doldurmayı kabul eden 358 bedensel engelli oluşturmuştur.

Katılımcılara dağıtılan anket formu toplamda 19 soru ve 3 bölümden oluşmaktadır. Anket formunun birinci kısmı bedensel engellilerin, demografik özellikleri, sosyo-ekonomik durumları, ailevi durumları, engellilik durum ve düzeyleri, sosyal yaşam özellikleri, spor yapma durumları, spor’un bedensel engelliler üzerine bıraktığı etkiyi tespit etmek amacıyla oluşturulmuştur. Anket formunun ikinci kısmında bedensel engellilerin sosyalleşme değişkenleri ile spor ve sosyalleşme değişkenlerini belirlemeye yönelik sorular sorulmuştur.

Formun üçüncü kısmında bedensel engellilerin benlik saygısını belirlemek için “Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği” kullanılmıştır. Bu ölçek 1963’te Morris Rosenberg tarafından geliştirilmiştir. A.B.D.’ de geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Rosenberg tarafından 1965 yılında yapıldıktan sonra birçok araştırmada araç olarak kullanılmıştır.

Araştırmaya katılan engellilerin % 41’i 18 yaş ve altında, % 24,9’u 19-25 yaş aralığında, % 20,5’i 36-35 yaş aralığında, % 10,7’si 36-45 yaş aralığında ve % 2,8’i de 46 yaş ve üzerindedir. Engellilerin % 40,4’ü bayan, % 59,6’sı erkek’tir. Engellilerin % 2,2’si okur-yazar değil, % 19,6’sı okur-yazar, % 17’si ilkokul mezunu, % 15,8’i ortaokul mezunu, % 22,4’ü lise mezunu, % 5,4’ü önlisans mezunu, % 6,3’ü lisans mezunu, % 11,4’ü yüksek lisans/doktora mezunudur.

Araştırmaya katılan engellilerin % 16,4’ünün aylık geliri 0-500 TL arası, % 25,6’sının 501-1000 TL arası, % 26,8’inin 1001-2000 TL arası, % 13,9’unun 2001-3000 TL arası, % 17,4’ünün 3001 TL ve üzeri olduğu tespit edilmiştir. Engellilerin annelerinin % 12,3’ü okur-yazar değil, % 6,6’sı okur-yazar, % 42,6’sı ilkokul mezunu, % 12,6’sı ortaokul mezunu, % 16,4’ü lise mezunu, % 2,8’i önlisans mezunu, % 4,1’i lisans mezunu, % 2,5’i yüksek lisans/doktora mezunudur. Katılımcıların babalarının % 5,4’ü okur-yazar değil, % 5,4’ü okur-yazar, % 36,0’sı ilkokul mezunu, % 18,9’u ortaokul mezunu, % 22,1’i lise mezunu, % 4,1’i önlisans mezunu, % 4,7’si lisans mezunu, % 3,5’i yüksek lisans/doktora mezunudur.

Araştırmaya katılan engellilerin % 62,1’i ortopedik engelli, % 12,9’u işitme engelli, % 18’i görme engelli, % 6,9’u konuşma engellidir. Engellilerin % 57,7’si alt ekstremite, % 24,3’ü üst ekstremite, % 18’i de diğerleridir. Araştırmaya katılan engellilerin % 50,8’i doğuştan, % 11,7’si tıbbi hata, % 16,1’i trafik kazası, % 4,1’i iş kazası, % 2,8’i ev kazası, % 6’sı spor kazası, % 8,5’i diğerleridir.

Engellilerin % 49,8’i doğuştan, % 12’si 0-2 yıllarında, % 11’i 3-5 yıllarında, % 6,9’u 6-8 yıllarında, % 20,2’si 9 yıl ve üzeridir. Engellilerin % 4,4’ünün annesinde, % 5,4’ünün babasında, % 7,6’sının kız kardeşinde, % 9,8’i erkek kardeşinde, % 18,6’sı diğerlerindedir.

Katılımcıların % 84,9'u spor yapmakta, % 15,1'i yapmamaktadır. Katılımcıların % 42'si aile, % 29,3'ü okul ortamı, % 6,6'sı işyeri ortamı, % 11'i manşet ve reklâmlar, % 44,8'i arkadaş grubum, % 11,7 basın-yayın, TV ve % 5,4'ü diğerleri önemli etkindir. Engellilerin % 19,9'u futbolla amatörce, % 6,3'ü profesyonelce, % 73,8'ü izleyici olarak uğraşmaktadır. Engellilerin % 25,6'sı basketbolu amatörce, % 38,8'i profesyonelce, % 35,6'sı ise izleyici olarak uğraşmaktadır. Katılımcıların % 15,1'i 0-2 yıl, % 27,1'i 3-5 yıl, % 26,8'i 6-8 yıl, % 30,9'u 9 yıl ve üzeri süre katılmışlardır. Katılımcıların % 1,9'u yılda 1-2 kez, % 1,9'u 6 ayda 1-2 kez, % 1,9'u 3 ayda 1-2 kez, % 2,5'i ayda 1-2 kez, % 57,1'i haftada 1-2 kez, % 34,7'si günde 1-2 kez bilgisi verilmiştir.

Katılımcıların Benlik Saygısı alt boyutunda çıkan sonuç $0,85 \pm 0,84$ olup, katılımcıların benlik saygısının yüksek olduğu bulunmuştur. Katılımcıların Kendilik Kavramının Sürekliliği alt boyutuna vermiş oldukları cevaplar $2,17 \pm 1,69$ olup, kendilik kavramının sürekliliğinin fazla olduğu; İnsanlara Güven Duyma alt boyutuna vermiş oldukları cevapların $1,26 \pm 1,21$ olduğu ve insanlara güven duymanın çok olduğu bulunmuştur.

Katılımcıların Eleştiriye Duyarlılık alt boyutuna vermiş oldukları cevaplar $1,38 \pm 1,19$ olup, eleştiriye fazla duyarlı oldukları belirlenmiştir. Depresif Duyarlılık alt boyutuna vermiş oldukları cevaplar $1,35 \pm 1,17$ olup, katılımcıların depresif duygularının az olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların hayalperestlik puanları $1,06 \pm 1,46$ olarak bulunmuş olup, hayalperestliklerinin az olduğu belirlenmiştir.

Katılımcıların psikomatik belirti puanları $2,96 \pm 3,15$ olup, psikomatik belirtileri orta düzeydedir. Kişilerarası ilişkilerde tehdit algılama puanları $1,01 \pm 1,07$ olup, az tehdit edildiklerini hissetmektedirler. Tartışmalara katılabilme becerisi $0,52 \pm 0,74$ olup, tartışmalara katılabilme becerilerinin yüksek olduğu görülmektedir.

Katılımcıların ana-baba ilgisi $1,22 \pm 1,59$ olup, ana-baba ilgileri az seviyededir. Babayla ilişki alt boyutu puanları $1,36 \pm 1,59$ olup, babayla ilişkileri yüksek seviyededir. Katılımcıların psişik izolasyon puanları $0,53 \pm 0,71$ olup, psişik izolasyonları fazla seviyededir.

Türk (2007) yapmış olduğu çalışmada görme engelli öğrencilerin benlik puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediğini belirtmiştir.

Yılmaz'ın (2009) yapmış olduğu benzer bir araştırmada, hastaların ameliyat öncesi ve sonrası dönemde Coopersmith benlik saygısı envanteri ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Büyükşahin ve ark.'nın (2009) yapmış olduğu bir diğer çalışmada da, benlik saygısının cinsiyete göre farklılaşmadığı yargısına varılmıştır. Mullis ve Normandin de (1992) benzer bir çalışma olarak, ergenlerde cinsiyet ile benlik saygısının gelişimi arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Yapılan diğer araştırmalar incelendiğinde Karagöllü'nün (1995) yapmış olduğu araştırmada, ilkokul öğrencilerinin cinsiyet ve sınıflarına göre benlik saygıları incelenmiş ve cinsiyete göre benlik saygısının değişmediği görülmüştür.

Erkan (1990) ortopedik engelli çocuklarla yapmış olduğu çalışmada çocukların yaşlarının benlik saygısı puan ortalamalarını etkilemediğini belirtmiştir. Yılmaz (2009) yapmış olduğu çalışmada ameliyat sonrası dönemde Coopersmith benlik saygısı envanteri ile yaş durumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını bildirmiştir. Şener (2001), yapmış olduğu çalışmada ise işitme, görme ve ortopedik engelli çocukların yaşları ile benlik kavramları arasındaki farkın istatistiksel açıdan anlamlı olmadığını belirtmiştir.

Yılmaz (2000) hemşirelik yüksekokul öğrencilerine yapmış olduğu çalışmada da bekarların benlik saygısı düzeyinin evli olanlardan daha yüksek olduğunu bildirmiştir. Yılmaz (2009)'ın yapmış olduğu çalışmada ise, ameliyat öncesi ve sonrası dönemde Coopersmith benlik saygısı envanteri ile medeni durum arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.

Gacar ve Yanlıç (2010), 13 - 17 yaş ergen hentbolcuların benlik saygısı düzeylerini inceledikleri araştırmada, aylık gelir seviyesi bakımından gelir seviyesi 500 TL ve altı olan, 501-1000 TL arası olan ve 1001-2000 TL arası olan ailelere sahip hentbolcuların benlik saygısı puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığını bildirmişlerdir. Gürhan (1986)'ın, lise öğrencilerinin benlik

tasarım düzeylerini etkileyen bazı etmenler üzerine yaptığı araştırmada, sosyo-ekonomik düzeyi düşük ailelere mensup öğrencilerin benlik tasarım düzeylerinin alt seviyelerde olduğunu belirtmiştir. Yılmaz (2009)'ın yapmış olduğu çalışma incelendiğinde, ameliyat öncesi dönem ile ameliyat sonrası dönem arasında benlik saygısı envanteri ile gelir durumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülmektedir. Camilla (1991) yaptığı bir araştırmada, ailenin ekonomik zorluğunun; hem kız hem de erkek öğrencilerde benlik saygısını, yalnızlık duygularını ve depresyon düzeylerini etkilediğini belirtmiştir.

Gacar ve Yanlıç (2010) yaptıkları araştırmada, anne ve baba öğrenim durumu ile benlik saygısı puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığını tespit etmişlerdir.

Şener (2001) araştırmasında işitme, görme ve ortopedik engelli çocukların engelinin oluş zamanı ile benlik kavramları arasındaki farkın istatistiksel açıdan anlamlı olmadığını belirtilmiştir. Erkan (1990) ortopedik engelli çocuklarla yaptığı çalışmasında, çocukların engelinin doğuştan ya da sonradan olmasının benlik kavramı puan ortalamalarını etkilemediğini belirtmiştir. Öztürk (2006) özel eğitim okullarına devam eden işitme, görme ve ortopedik engelli öğrencilerin genel benlik kavramı puanlarının engelli olma nedenine göre anlamlı bir farklılık göstermediğini belirtmiştir

Katılımcıların bulundukları şehir ile sosyalleşme durumları arasındaki $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmiş; yaşları ile sosyalleşme durumları arasında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmiş; cinsiyetleri ile sosyalleşme durumları arasında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmemiş; eğitim durumları ile sosyalleşme durumları arasında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmemiş; aylık gelirleri ile sosyalleşme durumları arasında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmiş; engel durumları ile sosyalleşme durumları arasında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmemiş; engel gerekçeleri ile sosyalleşme durumları arasında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmemiş; engel süreleri ile sosyalleşme durumları arasında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmemiş; spor yapma

durumları ile sosyalleşme durumları arasında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmemiştir.

Katılımcıların spor yapmaya yönelten etmeler ile sosyalleşme durumları arasında işyeri ortamı, manşet ve reklam, arkadaş grubu ve basın, yayın-TV ile spor yapmaya yönelenlerin sosyalleşme durumları arasında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki farklılık tespit edilmiştir.

Katılımcıların spor yaptıkları süre ile sosyalleşme durumları arasında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmemiştir.

Katılımcıların spor yapma sıklıkları ile sosyalleşme durumları arasında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmiştir.

Katılımcıların spor yapıp yapma durumlarına göre benlik saygısı, kendilik kavramının sürekliliği, insanlara güven duyma, eleştiriye duyarlılık, depresif duyarlılık, hayalperestlik, psikomatik belirtiler, kişilerarası ilişkilerde tehdit algılama, ana-baba ilgisi, babayla ilişki ve psişik izolasyon alt boyutlarında $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmiş olup, tartışmalara katılabilme becerisinde $p<0,05$ düzeyinde istatistiki bir farklılık tespit edilmemiştir.

Selmin Çakmakçı'nın 2001 yılında Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı'nda hazırladığı "Okullarda Beden Eğitimi Dersinin ve Faaliyetlerinin Öğrencilerin Sosyalleşmesine Etkileri" konulu yüksek lisans tezinde beden eğitimi spor faaliyetlerinin, öğrencilerin sosyalleşmesine büyük ölçüde etken olduğu sonucu, hem kuramsal kısımda hem de anket uygulamasında ortaya çıkmıştır.

Oğuz Erdoğan'ın 2001 yılında Mersin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı'nda hazırladığı "Yetiştirme Yurdunda Yaşayan Spor Yapan ve Spor Yapmayan Gençlerin Toplumsallaşmasında Sporun Yeri" konulu yüksek lisans tezinde, kuramsal boyutta, sosyalleşmeye sporun etkili olduğu; ancak anket uygulamalarının sonucunda, uygulama boyutunda, spor yapan ve spor yapmayan gençlerin benzer özellikleri olduğu görülmüştür.

Ahmet Şadan Ökmen'in 2003 yılında Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitimi Bilimleri Ana Bilim Dalı'nda hazırladığı "Okullarda Beden Eğitimi ve Sporun Öğrencilerin Toplumsallaşmasındaki Rolü" konulu, kuramsal düzeyde hazırlanmış doktora tezinde de sporun sosyalleşmeye olumlu katkıları olduğu sonucuna varılmıştır.

Hasan Şahan'ın 2007 yılında Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Halkla İlişkiler ve Tanıtım Ana Bilim Dalı, Araştırma Yöntemleri Bilim Dalı'nda hazırladığı "Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Sürecinde Spor Aktivitelerinin Rolü" konulu doktora tezinde spor aktivitelerinin, sosyalleşmeye salt etken olmadığı, ancak sporun, sosyalleşme sürecinde vazgeçilmez bir faktör olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

KAYNAKÇA

- ACAK, M., ILGIN, A. ve ERHAN, S. (1997), "Beden Eğitimi Öğretmeninin El Kitabı", Dünya Ambalaj San.Tic. A.Ş., Malatya.
- AİNE, D. and LESTER, D. (1995), Exercise Depression and Self Esteem, Perceptual and Motor Skills,:81.U.K.
- AKDENİZ, S. (1990), Eğitim Sosyolojisi, 2. Baskı, Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Yayınları, İstanbul.
- AKSARAY, S. (2003), Ergenlerde Benlik Saygısı Geliştirmede Beceri Eğitimi ve Aktivite Merkezli Programların Etkisi, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- AKYÜZ, H. (1991), Eğitim Sosyolojinin Temel Kuram ve Alanları Üzerine Bir Araştırma, MEB Yayınları, İstanbul.
- ALAV, O. (2001), Kitle İletişimi ve Yerel Medya, Fakülte Kitabevi, Isparta.
- ALPMAN, C.(2001), Eğitimin Bütünlüğü İçinde Beden Eğitimi ve Çağlar Boyu Gelişimi, Can Reklamevi Basın Yayın Ofset Matbaacılık, Ankara.
- ALTUN, B. (2010), "Bedensel Engellilerin Sportif Aktivitelere Katılımının Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisinin Değerlendirilmesi", Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- ARACI, H. (1999), Öğretmen ve Öğrenciler İçin Okullarda Beden Eğitimi, Bağırhan Yayınevi, Ankara.
- ARACI, H. (2001), Öğretmen ve Öğrenciler İçin Okullarda Beden Eğitimi, Nobel Yayınevi, Ankara.
- ARNAS, Y. A. (2004), Sokakta Çalışan Çocukların Öz Kavram Düzeylerinin İncelenmesi, Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 11(1): 2-10.
- AŞÇI, F. H., GÖKMEN, H., TIRYAKI, G. ve ÖNER, U. (1993), Liseli Erkek Sporcuların ve Sporcu Olmayanların Benlik Kavramları, Spor Bilimleri Dergisi (4), Ankara.
- AYAZ, S. (2002), Hemşirelerin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeylerinin

Belirlenmesi, İstanbul.

BAL, Ü. (2003), Hastanede Çalışan Hemşire ve Diğer Bayan Sağlık Personelinin Benlik Saygıları ve Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

BAŞER, M. ve BAYAT, M. (1998), Öğrencilerin Benlik Saygılarının Değerlendirilmesi, Hemşirelik-Ebelik Eğitimi ve Uygulamalarında Kalite Sempozyumu, Kayseri.

BATTOMORE, T. ve NİSPET, Robert (1990), Sosyolojik Çözümlemenin Tarihi, Türkçeye Çevirileri Derleyen: Mete Turçay, Aydır Uğur, V Yayınları, Ankara.

BAUMAN, S. (1994), Uygulamalı Spor Psikolojisi, Çeviren: H.C. İkizler, Ali Osman Özcan, Alfa Basın Yayın Dağıtım, İstanbul.

BİÇER, Y.S. (2000), "Sportif Çalışmaların ve Oyunların Zihinsel Özürlü Çocuklar Üzerindeki Etkileri", Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Elazığ.

BLASCOVICH, J. and TOMAKA, J. (1991), Measures of self-esteem. In Robinson J. P., Shaver P.R. and Wrightsman L S (Eds.), Measures of personality and social psychological attitudes, Volume 1 of Measures of social psychological attitudes , CA: Academic Pres, San Diego.U.S.A.

BOWKER, A., GADBOİS, S. and CORNOCK, B. (2003), Sports Participation and Self Esteem: Variations as a Function of Gender and Gender Role Orientation. Sex Roles,: Champaign, IL: Human Kinetics 1-7, U.S.A.

BUMS, R.B. (1982), Self concept dexelopment and k anon New York Holt, Rineharl and Winston, New York.U.S.A.

BÜYÜKŞAHİN ÇG, Atıcı M.(2009) Lise 3.Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygılarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi ISSN:1303-5134 Cilt:6 Sayı:1 Yıl:2009

CAMİLLA S.(1991) Economic Hardship, Family Relationships And Adolescent Distress. Dissertation Abstracts International. 52. 45-52.

- COOPERSMİTH, S. (1967), The Antecedents of Self-Esteem, San Francisco: CA, Freeman.U.S.A.
- ÇUHADAROĞLU, F. (1986), Adölesanlarda Benlik Saygısı, Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- ÇUHADAROĞLU, F. (1989), Üniversite Gençliğinde Kimlik Bocalamaları, Üniversite Gençliğinde Uyum Sorunları Sempozyumu Bilimsel Çalışmaları, Bilkent Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Araştırma Merkezi, Ankara.
- DEMİR, N. (2006), Birey, Toplum, Bilim, Sosyoloji Temel Kavramlar, 2. Baskı, Turhan Kitabevi, Ankara.
- DEMİR, Ö. (1992), Sosyal Bilimler Sözlüğü, Ağaç Yayıncılık, İstanbul.
- DEMİRAY, U. (2003), Meslek Yüksek Okulları İçin Genel İletişim, Pegem Yayıncılık, Ankara.
- DEMİRKOL, Ö. ve DOĞAN, S. (2003), Benlik Kavramı-Beden İmgesi, C.Ü. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Ders Notları, Sivas.
- DEREBOY, F., DEREBOY, Ç., COŞKUN A. ve Ark. (1994), Öz Değer Duygusu, Öz İmgesi ve Kimlik Duygusu, I. Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi.
- DOĞAN, O., DOĞAN, S., ÇORAPÇIOĞLU A. ve ÇELİK, G. (1994), Aktif ve Sosyal Etkinliklere Katılmanın Beden İmgesi ve Benlik Saygısına Etkisi. Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji (3P) Dergisi,; 2(1):33-38.
- DOĞAN, S. (1993), Organ ve Fonksiyon Kaybı Olan Hastaların Beden İmajındaki Değişmeler ve Hemşirelerin Yaklaşım Güçlükleri, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Programı, Doktora Tezi, Ankara.
- DOĞAN, S. (1995), "Aileye Yönelik Psikolojik Yardım, Psikolojik Dayanışma", Birinci Kitap, Aile Kurultayı 16-18 Kasım 1994, T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Yayınları, Ankara.
- DÖNMEZER, S. (1994), Toplumbilim, Savaş Yayınları, İstanbul.
- EKLİN, F. (1995), Çocuk ve Toplum, Çocuğun Toplumsallaşması, (Çeviren: Nazife Güngör), Güngör Yayınları, Ankara.

- ERGEN, E. (1986), Spor Hekimliği Sporda Sağlık Sorunları Ve Sakatlıklar, M.E.G.S. Bakanlığı Yayınevi, Ankara.
- ERKAL, M. (2000), Sosyoloji (Toplumbilim), (İlaveli 11.Baskı), Der Yayınları, İstanbul.
- ERKAN G.(1990) Ortopedik Özürlü Çocukların Kendini Kabul Düzeyi Üzerine Bir Araştırma, Sakatları Koruma Milli Koordinasyon Kurulu, İstanbul
- ERKAN, N. (1998), Yaşam Boyu Spor, Bağırhan Yayınevi, Ankara.
- EROĞLU, F. (2000), Davranış Bilimleri, 5. Baskı, Beta Basım Yayın, İstanbul.
- FİCHTER, J. (2004). Sosyoloji Nedir, 7. Baskı, (Çeviren: Nilgün Çelebi), Anı Yayıncılık, Ankara.
- FİŞEK, K. (1998), Dünyada ve Türkiye’de Spor Yönetimi, 2. Baskı, Bağırhan Yayınevi, Ankara.
- GACAR A, YANLIÇ N.(2010) “13-17 Yaş Ergen Hentbolcuların Benlik Saygısı Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi” 11. Uluslar Arası Spor Bilimleri Kongresi Ss.368.Antalya
- GİDDENS, A. (2006), Sosyoloji, Aytac Yayınevi, Ankara.
- GİLL, D. L. (1986), Psychological Dynamics of Sport Illinois, Human Kinetics Publishers,: 37,103.
- GİRGİN, M. Cem (2003), "İşitme Engelli Çocukların Eğitimine Giriş", T.C. Anadolu Üniversitesi Yayınları No:6, Eskişehir.
- GÖKÇE, O. (1998), İletişim Bilimine Giriş, 2. Baskı, Turhan Kitabevi, Ankara.
- GÜÇLÜ, S. (1995), Kurumlara Sosyolojik Bakış, Birey Yayıncılık, İstanbul.
- GÜLEÇ, H.C. (1999), Özel Sınıflara Ve Kaynaştırılmış Sınıflara Devam Eden İlkokul Düzeyindeki Eğitilebilir Zihinsel Engelli Çocuklarla Engelli Olmayan Çocukların Benlik Kavramlarının Karşılaştırılması, Çocuk Gelişimi Ve Eğitimi Programı Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doktora Tezi, Ankara.
- GÜNGÖR, A. (1989), Lise Öğrencilerinin Özsaygı Düzeylerini Etkileyen Etmenler,

- Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- GÜR, A. (1996), Ergenlerde Depresyon ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- GÜR, Arzu (2001), Özürlülerin Sosyal Yaşama Uyum Süreçlerinde Sportif Etkinliklerin Rolü, T.C Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı Yayınları/16, Ankara.
- GÜRHAN C.(1986) Lise Öğrencilerinin Benlik Tasarımlarını Etkileyen Bazı Etmenler. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Basılmamış Doktora Tezi Ankara.
- GÜRHAN, C. (1986), Lise Öğrencilerinin Benlik Tasarımlarını Etkileyen Bazı Etmenler, Basılmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- HAKAN, S. (2004), Anadolu Lisesi Öğrencileri İle Yurt Dışı Yaşantısı Geçiren Ve Anadolu Liselerine Gelen Öğrencilerin Benlik Tasarımı Açısından Karşılaştırılması, Milli Eğitim Dergisi, 162. Sayı.
- HALLAHAN, P. D. ve KAUFFMAN, M. J. (1989), Exceptional Children, Englewood, Prentice Hall.
- HATİPOĞLU, Z. T. (1996), Ergenlik Çağındaki Öğrencilerin Benlik Tasarım Düzeyleri ile Algılanan Anne Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- İKİZLER, H. C. (2002), Spor Sağlık ve Motivasyon, 1.Baskı, Alfa Yayınları, İstanbul.
- İSEN, G. (2002), Ben ve Toplum, 2. Baskı, Om Yayınevi, İstanbul.
- İŞLER, H. (2001), Beden Eğitimi ve Spor Bilgileri El Kitabı, Lazer Ofset, Niğde.
- İZGİÇ, F. ve AKYÜZ, G. (2001), Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Fobi ve Beden İmgesi ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkilerin Araştırılması, 3P Dergisi.
- KALYON, T.A. (1997), Özürlülerde Spor, Bağırhan Yayınevi, Ankara.

- KARAGÖLLÜ Ş.(1995) Anaokulu Eğitimi Almış Ve Almamış İlkokul Öğrencilerinin Cinsiyet Ve Sınıflarına Göre Okul Başarı Düzeyleri İle Öz Saygı Düzeylerinin İncelenmesi Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Ankara
- KILIÇ, E., TAYCAN, O., BELLİ, A.K. ve ÖZMEN, M. (2007), Kalıcı Ostomi Ameliyatının Beden Algısı, Benlik Saygısı, Eş Uyumu Ve Cinsel İşlevler Üzerine Etkisi, Türk Psikiyatri Dergisi;18(4).
- KULAKSIZOĞLU, A. ve ARICAK, T. (2000), Üniversite Öğrencilerinde Saldırganlık, Benlik Saygısı ve Denetim Odağı İlişkisi, Trakya Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Dergisi,; 1(C): 87-94.
- KÜÇÜKKURT, M. (1990), Ailenin Psikolojik Fonksiyonu, Türkiye Aile Yıllığı, Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Yayınları, Ankara.
- Leonardo Da Vinci Programı Yenilik Transferi Projesi "Engelliler İçin Spor Asistanlığı Eğitimi (2008), "Sports For Disabled- Enable To Participate", Ref: Number: 2008-1-Pt1-Leo05-004020.
- MOORES, D. F., JERRY, J. ve BETHANY, C. (2001), "Issues and Trends in Instructiona and Deafness: American Annals of the Deaf 1996-2000.
- MULLİS AK, MULLİS RL, ve Normandin D.(1992)Cross-Sectional And Longitudinal Comparisons Of Adolescent Self Esteem, Adolescence, C.27, S.105, Ss.51-60.
- ONUR, B. (1994), Toplumsal Tarihte Çocuk, Tarih Vakfı Yurt Yayınları, İstanbul.
- Ortopedik Özürlüler (2007), Başbakanlık Aile Ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, Aile Eğitim Rehberi, Ankara.
- OZANKAYA, Ö. (1996), Toplumbilim. (Genişletilmiş 9. Baskı), Cem Yayınevi, İstanbul.
- ÖZ, F. (2004), Benlik Kavramı, Sağlık Alanında Temel Kavramlar, İmaj İç ve Dış Ticaret A.Ş., Ankara.
- ÖZER, D.S. (2001), "Engelliler İçin Beden Eğitimi Ve Spor", Nobel Yayın Dağıtım,

- 1.Baskı, S.2, ISBN 975-591-220-7, Ankara.
- ÖZKALP, E. (1993), Sosyoloji, Ankara Üniversitesi Yayın No:606, Ankara.
- ÖZKAN, İ. (1994), Benlik Saygısını Etkileyen Etmenler, Düşünen Adam.
- ÖZTÜRK, F. (1998), Toplumsal Boyutlarıyla Spor, Bağırhan Yayınevi, Ankara.
- ÖZYÜREK, M. (1982), Normal Öğrencilerle Birlikte Ve Ayrı Eğitilen Ortopedik Arızalı Öğrencilerde Benlik Kavramı Ve Denetleme Odağı, Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Doçentlik Tezi, Ankara.
- SARPKAYA, G., ORBEYİ, H. ve DEMİREL, D. (2005), C. Ü. Hemşirelik Yüksekokulu 2. ve 4. Sınıf Öğrencilerinde Benlik Saygısı İle Akademik Başarı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Lisans Bitirme Tezi.
- SAYIN, Ö. (1990), Aile Sosyolojisi, Ege Üniversitesi Basımevi, İzmir.
- SEVİNÇ, M. (2003), Erken Çocuklukta Gelişim ve Eğitimde Yeni Yaklaşımlar, 1. Baskı, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul.
- SEYYAR, A. (2001), Sosyal Siyaset Açısından Özürlülüğe Karşı Mücadele, Türdav Yayınları, İstanbul.
- SEZAL, İ. (2002), Sosyolojiye Giriş, 2. Baskı, Martı Kitap Yayınevi, Ankara.
- SÖĞÜT, M. (2006), "Sporun Bedensel Engellilerin Sosyalleşmeleri Üzerine Etkisi", Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Mersin.
- STEWART, A., DAVID, M. and KATHLEEN, E. (1999), "Physical Education for Deaf Students", American Annals of the Deaf. 144(4), s:315-318.
- ŞENER G, ERBAHÇECİ F.(2001)"Protezler Hacettepe Üniversitesi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokul Yayınları Ankara
- ŞENER, G. ve ERBAHÇECİ, F. (2001), Protezler, Hacettepe Üniversitesi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokul Yayınları, Ankara.
- ŞENGÜL, E. (1996), Serbest Jimnastik, Dünya Kitabevi.
- TEZCAN, M. (1995), Sosyolojiye Giriş, 4. Baskı, Feryal Yayıncılık, Ankara.

- TİGGEMAN, M and WILLIAMSON, S. (2000), The Effect of Exercise on Body Satisfaction and Self-Esteem as a Function of Gender and Age. Sex Roles.
- TİRYAKİ, S. (2000), Spor Psikolojisi Kavramlar, Kuramlar ve Uygulama, 1. Baskı, Eylül Yayınevi, İstanbul.
- TOLAN, B. (1987), Toplum Bilimine Giriş, 2. Baskı, Kalite Matbaası, Ankara.
- TUFAN, B. (1988), Sosyal Hizmetler Yüksek Okulu Öğrencilerinin Benlik Saygısı Üzerine Bir İnceleme, XXIV. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi, Gata Ankara.
- TÜRK E.(2007) İlköğretim Anabilim Dalı Spor Takımlarına Katılan Ve Katılmayan Görme Engelli Öğrencilerin Benlik Saygılarının Değerlendirilmesi Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi Adana
- TÜRKBAY, T., ÖZCAN, C., DORUK, A. ve UZUN, Ö. (2005), Ergenlerin Psikiyatrik Belirtileri ve Benlik Saygıları Üzerine Kimlik Bocalamasının Etkileri, Türkiye'de Psikiyatri Dergisi,;7(3):92-97.
- VAROL, N. (1996), Erken Çocukluk Dönemindeki Görme Yetersizliği Olan Çocukların Eğitimi, Karatepe Yayınları, Şahin Matbaası, Ankara.,
- VOİGH, D. (1998), Spor Sosyolojisi, (Çeviren: Ayşe Atalay), Alkım Yayınları, İstanbul.
- YAVUZER, H. (1999), Çocuk Psikolojisi, 17. Basım, Remzi Kitabevi, İstanbul.
- YEGÜL, I. B. (1999), Liseli Erkek Sporcular ile Sporcu Olmayan Bireylerin Benlik Saygısı ve Atletik Yeterlik Puanlarının Karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- YERGİN, S. (2002), "Beden Eğitimi ve Sporun Önemi", Çağdaş Eğitim, Eylül.
- YETİM, A.A. (2000), Sosyoloji ve Spor, Topkar Matbaacılık, Ankara.
- YILDIRAN, İ. ve YETİM, A.A. (1996), "Orta Öğretimde Beden Eğitimi ve Spor Dersinin Öncelikli Amaçları Üzerine Bir Araştırma", Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. Cilt I, Sayı:3, Ankara.

- YILMAZ S.(2000) Hemşirelik Yüksekokul Öğrencilerinin Benlik Saygısı Ve Atılganlık Düzeyi Arasındaki İlişki, Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Erzurum
- YILMAZ Ş.(2009)Afyon Kocatepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Plastik Ve Rekonstrüktif Cerrahi Hastalarında Preop Ve Postop Dönemde Beden İmajı Ve Benlik Saygısının Değerlendirilmesi Cerrahi Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi –Afyon
- YÖRÜKOĞLU, A. (1985), Gençlik Çağı Ruh Sağlığı Eğitimi ve Ruhsal Sorunları, Birinci Baskı, Türkiye İş Bankası Yayınları, Tisa Matbaacılık, Ankara.
- YÖRÜKOĞLU, A. (1989), Değişen Toplumda Aile ve Çocuk, Baskı 3, Özgür Yayın Dağıtım, İstanbul.
- YÖRÜKOĞLU, A. (1990), Gençlik Çağı, 7. Baskı, Özgür Yayınları, İstanbul.
- <http://ozida.gov.tr/Egitim/Egitimseti/Ortopedi.html>, Erişim Tarihi: 25.05.2013
- http://thesf.org.tr/index.php?option=com_content&view=article&id=57:tarihce&catid=20:oturarak-voleybol&Itemid=27, Erişim Tarihi: 03.06.2013
- <http://www.ozelegitimsitesi.com/-engeliler-hakkinda-genel-bilgiler.html>, Erişim Tarihi:29.06.2013
- <http://www.ozida.gov.tr/Aratirma/Projeler/KamuoyuAraştırması/Oztemelgosterge.html>, Erişim Tarihi: 23.05.2013
- <http://www.Sporbilim.Com/Index.Php?S=İcerik&Katid=78&İd=103>, Erişim Tarihi: 25.05.2013

EK-1

ANKET SORULARI

1. Bulunduğunuz Şehir.....
 2. Yaşınız: () 18 ve altı () 19-25 () 26-35 () 36-45 () 46 ve üzeri
 3. Cinsiyetiniz: () Bayan () Erkek
 4. Eğitim Durumunuz: () Okur-Yazar Değil () Okur-Yazar () İlkokul Mezunu
 () Ortaokul Mezunu () Lise Mezunu () Önlisans Mezunu
 () Lisans Mezunu () Yüksek Lisans/Doktora Mezunu
 5. Aylık Gelir: () 0-500 TL () 501-1000 TL () 1001-2000 TL
 () 2001-3000 TL () 3001 TL ve üzeri

6. Annenizin ve Babanızın Eğitim Durumu:

	ANNE	BABA
Okur-Yazar Değil		
Okur-Yazar		
İlkokul Mezunu		
Ortaokul Mezunu		
Lise Mezunu		
Önlisans Mezunu		
Lisans Mezunu		
Yüksek Lisans/Doktora Mezunu		

7. Engeliniz Nedir?

- () Ortopedik Engelli () İşitme Engelli () Görme Engelli () Konuşma Engelli

8. Engellilik Düzeyiniz Nedir?

- () Alt Extremité () Üst Extremité () Diğer.....,

9. Engelinizin Gerekçesi Nedir?

- () Doğuştan () Tıbbi Hata () Trafik Kazası () İş Kazası
 () Ev Kazası () Spor Kazası () Diğer,

belirtiniz.....

10. Ne Kadar Süredir Engellisiniz?

- () Doğuştan () 0-2 yıl () 3-5 yıl () 6-8 yıl () 9 yıl ve üzeri

11. Anne, babanız ve kardeşlerinizden sizden başka engelli olan var mı? Birden fazla işaretleyebilirsiniz.

- () Annem () Babam () Kız kardeşim
 () Erkek kardeşim () Diğer.....

12. Spor yapıyor musunuz? (Cevabınız Hayır ise 27 ve 29. soruları cevaplayınız.)

- () Evet () Hayır

13. Sizi spor yapmaya yöneltten en önemli etken hangisidir? Birden fazla işaretleyebilirsiniz.

- () Ailem () Okul Ortamı () İşyeri Ortamı
 () Manşet ve Resimleri () Arkadaş Grubum () Basın-Yayın, TV () Diğer,

belirtiniz....

14. Aşağıdaki spor türlerinden hangilerini yapıyorsunuz?

	Amatör	Profesyonel	İzleyici
Futbol			
Basketbol			
Voleybol			
Atletizm			
Tenis			
Jimnastik			
Kayak			
Masa tenisi			

Badminton			
Halk oyunları			
Yüzme			
Boks			
Güreş			
Tekwando			
Doğa sporları			
Dağcılık			
Diğer (belirtiniz)			

15. Kaç yıldır spor yapıyorsunuz?

() 0-2 yıl

() 3-5 yıl

() 6-8 yıl

() 9 yıl ve

üzeri

16. Ne kadar sıklıkta spor yapıyorsunuz?

() Yılda 1-2 kez

() 6 ayda 1-2 kez

() 3 ayda 1-2 kez

() Ayda 1-2 kez

() Haftada 1-2 kez

() Günde 1-2 kez

17- SOSYALLEŞME İLE İLGİLİ DEĞİŞKENLER	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Olabildiğince kalabalıktan uzak kalmayı tercih ederim					
2. Toplum içerisinde insanlarla iletişim kurmada seçici davranırım					
3. İnsanlar toplum içerisinde benimle kolayca diyalog kurabilirler					
4. Toplumsal olaylarda genellikle topluma liderlik yaparım					
5. Her türlü sosyal etkinliklere katılmaktan hoşlanırım					
6. Toplum içerisinde insanlarla tartışmaktan ziyade insanlara yardım etmeyi tercih ederim					
7. Toplumsal olaylarda toplumu yönlendirmekte başarılıyım (Örneğin; sönük geçen bir toplantıda yol gösterici rolü)					
8. Yeni tanıştığım insanlarla diyalog kurmaktan çekinirim					
9. Toplum içerisinde çoğunlukla kendimi yalnız hissedirim					
10. Toplum içerisinde başkaları ile kolaylıkla iletişim kurarım					
11. Toplumsal etkinliklere katılan insanlar kendisiyle barışık olur					
12. Toplumsal etkinliklere katılım ile kişisel beceri ve yeteneklerimi keşfedebilir ve ifade edebilirim					
13. Toplum içerisinde sevdiğim insanlarla birlikte olduğumda keder ve dertlerimi unuturum					
14. Toplumda insanların özgürce davranmalarına izin verilse toplumun daha iyi olacağı kanısındayım					
15. Toplumsal kurallara uymayan insanları haklı görmem					
16. Toplumsal değerlere bağlı bir kişiliğe sahip birisiyim (gelenek, töre, inançlar)					
17. Toplumsal değerlere aykırı davranan bireylerin davranışları beni rahatsız eder					
18. Toplumsal uzlaşmayı bozan davranış sahiplerine hoşgörülü davranmam					
19. Aileyle ilgili kararların alınmasında katkıda bulunurum					
20. Aile büyüklerinin kararlarına her zaman itaat etmekten hoşlanmam					
21. Ailem benim fikir ve davranışlarıma her zaman hoş görülü davranır					
22. Ailenizin değer yargıları ile toplumun değer yargıları arasındaki farklılık beni fazla etkilemez					
23. Ailem arkadaş çevremi belirlemede etkin rol oynar					
24. İnsanların benim davranışlarımı yargılamaya yada yönetmeye					

çalışmasından rahatsız olurum					
25. Okul farklı kültürdeki insanların tanışmasını ve böylece toplumsal bütünleşmenin etkin faktörüdür					
26. Okul bireyin, toplumsal ve kişisel değerlere saygının benimsenmesinde önemli rol oynar					
27. Toplumsal aktivitelere katılmakta yaş, cinsiyet ve inanç vb. ayırım yapmaktan hoşlanmam					
28. Toplum içerisinde başkalarının ihtiyacı olduğu zaman kendime ters düşse de o davranışı yaparım					
29. Yeni insanlarla tanışıp sosyal aktiviteler yapmaktan hoşlanırım					
30. Okul farklı insan grupları arasında toplumsal diyalogun ilk adımıdır					
31. Farklı kültürdeki değer anlatışlarına saygılı davranmayı tercih ederim					
32. Herkes kültür ve değerlerini özgürce yaşayabilmeli ve ifade edebilmeli					
33. Farklı kültür anlatışları toplumsal barışın temel dinamiğidir					
34. Bizi diğer kültürlerden farklı kılan değer; farklı kültürlerin barış ve uyum içerisinde yaşamasıdır					

18- SPOR VE SOSYALLEŞME İLE İLGİLİ DEĞİŞKENLER	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. İlgilendiğim spor dalını seçmede kişisel ilgim ve yeteneğim belirleyicidir					
2. Kendimi daha çok bireysel sporlarda başarılı bulurum					
3. Spor alanında bir şey yapmaya karar verirsem başkalarının düşüncelerinden etkilenmem					
4. Her yaş grubunda ve cinsiyete ve gelir seviyesinde insanlarla spor yapmaktan hoşlanırım					
5. Spor aktivitelerinde başkalarını memnun etmek için kendime ters düşen davranışlar yapmam					
6. Diğerleri tarafından spor aktivitelerinde beğenilip sevilme benim için önemli değildir					
7. İnsanlar beni spor aktivitelerinde daha kolay tanıyabilirler					
8. Hayatımdaki en büyük zevklerden birisi tanımadığım insanlarla spor yapmaktır					
9. Takım sporlarının yapıldığı spor faaliyetlerinde kendimi yalnız hissederim					
10. Duygularımı spor aktiviteleri boyunca kontrol altında tutmaktan hoşlanmam					
11. Takım olarak yapılan spor aktivitelerinde grubun lideri olurum					
12. Takım sporlarında takımı yönlendirmekte başarılıyım					
13. Spor yapan bireyler kendi kendisiyle barışık olur					
14. Spor aktivitelerinde tartışmaktan ziyade çözmeyi tercih ederim					
15. Spor aktivitelerinin organize edilmesinde katkıda bulunurum					
16. Her türlü spor aktivitelerine katılmaktan hoşlanırım					
17. Diğer insanlar beni reddedecek olsa dahi haklarımı savunurum ve doğruyu söylerim					
18. Takım sporları ile ilgili faaliyetleri tercih ederim					
19. Spor toplumlar arası sosyal bütünleşmeyi sağlar					

20. Spor aktivitelerinde kendimi daha özgür ifade ederim					
21. Spor ve spor aktiviteleri toplumsal bütünleşmeyi sağlar					
22. Spor aktivitelerinde kurallara uymayan davranışlar hoşgörülü karşılanabilir mi (küfür centilmenlikten uzak hareketler)					
23. Bir grubun üyesi olmaktansa, kendime özgü bir değer yapısına sahip birey olmayı tercih ederim					
24. Spor insanlar arası iletişime olumlu katkılar sağlar					
25. Her türlü spor faaliyetine ve spora kolayca uyum sağlarım					
26. Spor faaliyetlerinde başkaları ile daha kolay iletişim kurarım					
27. Spor eğitimi topluma faydalı bireyler yetiştirilmesinde önemli rol oynar					
28. Spor bireysel yeteneklerin keşfedilmesini sağlar					
29. Spor insanlara karşı olumlu duygular geliştirilmesini sağlar					
30. Sevdiğim insanlardan ayrı olmak benim için zordur					
31. Boş zamanlarımı diğer insanlarla birlikte geçirmekten hoşlanırım					
32. Arkadaşlarla birlikte spor yapmaktan hoşlanırım					
33. İlgilendiğim spor dalını seçmede ailem ve çevrenin etkisi belirleyicidir					
34. Diğer insanlara yardım etmeyi, onların bana yardım etmesinden daha çok tercih ederim					
35. Bireysel hareketlerden ziyade diğer insanlarla hoş zaman geçirecek aktiviteler yapmayı tercih ederim					

19-ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ

D – 1

MADDE 1

- Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
- Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
- Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 2

- Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar birşeyler yapabilirim.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
- Kendimde gurur duyacak fazla birşey bulamıyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 3

- Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 4

- Genel olarak kendimden memnunum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 5

- Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 6

- Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
- Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

D – 2

- Kendiniz hakkındaki düşünceleriniz değişkenlik gösterir mi, yoksa her zaman aynı mıdır ?
a. ÇOK DEĞİŞİR b. ZAMAN ZAMAN DEĞİŞİR
c. ÇOK AZ DEĞİŞİR d. HİÇ DEĞİŞMEZ

12. Hiç kendiniz hakkında bir gün bir görüşe, başka bir gün farklı bir görüşe sahip olduğunuzu farkettiğiniz olur mu ?

- a. Evet, sık sık olur b. Evet, bazen olur c. Evet, nadiren olur d. Hayır, hiç olmaz

13. Kendim hakkındaki görüşlerimin çok **çabuk** değiştiğini farkettim.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

14. Kendim hakkında bazı günler olumlu bazı günlerse olumsuz düşüncelere sahip oluyorum.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

15. Şu günlerde kendim hakkındaki görüşlerimi hiç birşeyin değiştiremeyeceğini düşünüyorum.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

D – 3

16. Başınıza gerçekten bir şey geldiğinde kimse sizin durumunuzla pek ilgilenmeyecektir.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

17. İnsan doğasında yardımlaşma gerçekten vardır.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

18. Dikkatli davranmazsanız insanlar sizi kullanacaklardır.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

19. Bazı kişiler, insanların büyük çoğunluğunun güvenilebilir olduğunu, bazıları ise insanlarla ilişkilerinde çok güvenilemeyeceğini söylerler. Siz bu konuda ne düşünüyorsunuz ?

- a. İnsanların çoğuna güvenilebilir.
b. İnsanlarla ilişkilerde çok güvenilemez.

20. İnsanlar daha çok başkalarına yardım etmeye mi, yoksa kendi çıkarlarını düşünmeye mi eğilimlidirler ?

- a. Başkalarına yardım etmeye
b. Kendi çıkarlarını düşünmeye

D – 4

21. Eleştiriye karşı ne kadar hassassınızdır ?

- a. Çok fazla hassas b. Oldukça hassas c. Az hassas d. Hassas değil

22. Eleştiri ya da azarlama beni çok fazla incitir.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

23. Yanlış yaptığımız bir şey için biri size güldüğünde veya suçladığında ne kadar rahatsız olursunuz ?

- a. Çok fazla b. Oldukça c. Rahatsız olmam

D – 5

24. Genelde ne kadar mutlusunuzdur ?

- a. Çok mutlu b. Mutlu c. Pek mutlu değil d. Çok mutsuz

25. Genelde oldukça mutlu bir kişi olduğumu düşünüyorum.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

26. Genel olarak kendinizi neşeli bir ruh hali içinde mi, yoksa neşesiz bir ruh hali içinde mi hissedersiniz ?

- a. Çok neşeli bir ruh hali içinde
c. Ne neşeli ne de neşesiz ruh halinde
b. Oldukça neşeli bir ruh hali içinde
d. Oldukça neşesiz ruh halinde

27. Hayattan çok zevk alıyorum.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

28. Ben de mutlu gördüğüm diğer kişiler kadar mutlu olabilmeyi isterdim.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

29. Kendinizi kederli ve karamsar hissettiğiniz olur mu ?

- a. Çok sık b. Sık c. Ara sıra d. Nadiren e. Hiçbir zaman

D – 6

30. Çoğu zaman başka bir şey yapmaktansa oturup hayal kurmayı tercih ediyorum.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

31. Bana hayalperest denilebilir.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

32. Zamanımın büyük bir kısmını hayal kurmakla geçiririm.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

33. Gelecekte nasıl bir insan olacağınız konusunda hayal kurar mısınız ?

- a. Çok sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

D – 7

34. Hiç uykuya dalma ya da uykunun sürekliliği açısından sorunuz oldu mu ?

- a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman
35. Hiç ellerinizin sizi rahatsız edecek kadar titrediği olur mu ?
a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman
36. Hiç sizi rahatsız edecek kadar sinirlendiğiniz olur mu ?
a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman
37. Hiç sizi rahatsız edecek kadar çarpıntı hissettiğiniz olur mu ?
a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman
38. Hiç sizi rahatsız edecek kadar başınızın içinde basınç hissettiğiniz olur mu ?
a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman
39. Şu sıralarda hiç tırnak yiyor musunuz ?
a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman
40. Egzersiz veya çalışma zamanları dışında hiç sizi rahatsız edecek kadar nefes darlığı hissettiğiniz olur mu ?
a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman
41. Hiç sizi rahatsız edecek kadar ellerinizde terleme olur mu ?
a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman
42. Hiç rahatsız edici baş ağrıları çeker misiniz ?
a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman
43. Hiç rahatsız edici kabuslar görür müsünüz ?
a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

D – 8

44. Ulusal veya uluslar arası önemli bir konuda görüşünüzü belirttiğinizde birisi size gülerse ne hissedersiniz ?
a. Çok incinirim ve rahatsız olurum. b. Biraz incinirim ve rahatsız olurum.
c. Beni pek fazla etkilemez.
45. Ulusal veya uluslar arası sorunlar tartışıldığında genellikle kötü izlenim bırakacak bir şey söylemektense hiçbir şey söylememeyi tercih ederim.
a. DOĞRU b. YANLIŞ
46. Toplumsal konularla ilgili tartışmalarda insanları kızdıracak bir şey söylemektense hiçbir şey söylememeyi tercih ederim.
a. DOĞRU b. YANLIŞ

D – 9

47. Uluslar arası konuları tartışır mısınız ?
a. Pek çok b. Oldukça c. Çok az d. Hiçbir zaman
48. Arkadaşlarınızla birlikte uluslar arası konuları tartıştığınız zaman tutumunuz nasıl olur ?
a. Sadece dinlerim b. Arada bir görüş bildiririm
c. Konuşmaya eşit oranda katılırım d. Diğerlerini ikna etmeye çalışırım

D – 10

49. Siz 10 – 11 yaşlarınızdayken **anneniz** arkadaşlarınızı tanır mıydı ?
a. Hepsini tanırdı b. Çoğunu tanırdı
c. Bazılarını tanırdı d. Hemen hemen hiçbirini tanımazdı
50. Bu dönemde **babanız** arkadaşlarınızı tanır mıydı ?
a. Hepsini tanırdı b. Çoğunu tanırdı
c. Bazılarını tanırdı d. Hemen hemen hiçbirini tanımazdı
51. 5. – 6. sınıflardayken karneniz **iyi** olduğunda **anneniz** çoğu zaman ilgilenmezdi.
a. DOĞRU b. YANLIŞ
52. 5. – 6. sınıflardayken karneniz **iyi** olduğunda **babanız** çoğu zaman ilgilenmezdi.
a. DOĞRU b. YANLIŞ
53. 5. – 6. sınıflardayken karneniz **kötü** olduğunda **anneniz** çoğu zaman ilgilenmezdi.
a. DOĞRU b. YANLIŞ
54. 5. – 6. sınıflardayken karneniz **kötü** olduğunda **babanız** çoğu zaman ilgilenmezdi.
a. DOĞRU b. YANLIŞ
55. Sizce diğer aile bireyleri sizin söylediğiniz şeylerle ne kadar ilgilenirler ?
a. Çok ilgilenirler b. Oldukça ilgilenirler c. İlgi lenmezler

D – 11

56. Büyümekte olduğunuz dönemde babanızın en çok tuttuğu çocuğu kimdi ?

- a. Ben b. Ağabeyim c. Ablam d. Erkek kardeşim
e. Kız kardeşim f. Bildiğim kadarıyla çok tuttuğu birisi yoktu
57. Bu dönemde babanız arkadaşlarınızı tanır mıydı ?
a. Hepsini tanırdı b. Çoğunu tanırdı
c. Bazılarını tanırdı d. Hiçbirini tanımazdı
58. Anne ve babanızın hangisi ile daha rahat konuşabiliyorsunuz ?
a. Babamla çok daha fazla b. Babamla biraz daha fazla
c. Her ikisi ile eşit oranda d. Annemle biraz daha fazla
e. Annemle çok daha fazla
59. Anne ve babanızın hangisi sizi daha çok över ?
a. Babam çok daha fazla b. Babam biraz daha fazla
c. Her ikisi eşit oranda d. Annem biraz daha fazla
e. Annem çok daha fazla
60. Anne ve babanızın hangisi size daha çok şefkat gösterir ?
a. Babam çok daha fazla b. Babam biraz daha fazla
c. Her ikisi eşit oranda d. Annem biraz daha fazla
e. Annem çok daha fazla
61. Anne ve babanız anlaşamadıkları zaman siz genellikle hangisinden yana olursunuz ?
a. Çok daha fazla olarak babamdan yana b. Biraz fazla olarak babamdan yana
c. Eşit oranda her ikisinden yana d. Biraz fazla olarak annemden yana
e. Çok daha fazla olarak annemden yana
- D – 12**
62. Yalnız bir insan olmaya eğilimli misinizdir ?
a. Evet b. Hayır
63. İnsanların çoğu sizin nasıl bir kişi olduğunuzu bilirler mi, yoksa çoğunun sizi gerçekten tanımadıklarını mı düşünürsünüz ?
a. Çoğu benim nasıl biri olduğumu bilir.
b. Çoğu gerçekten beni tanımaz.

ANKETİMİZE KATILDIĞINIZ İÇİN TEŞEKKÜR EDERİZ.