



**GÖRME ENGELLİ SPORCULARIN SPORA KATILIM  
MOTİVASYONLARI VE PSİKOLOJİK İYİ  
OLUŞ ARASINDAKİ İLİŞKİSİNİN  
İNCELENMESİ**

**Muhammed ÇIPLAK**

**ENGELLİLERDE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI**

**Tez Danışmanı  
Doç. Dr. Mehdi DUYAN**

**Yüksek Lisans Tezi – 2025**

**T.C.  
İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**GÖRME ENGELLİ SPORCULARIN SPORA KATILIM MOTİVASYONLARI  
VE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ ARASINDAKİ İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

**Muhammed ÇIPLAK**

**Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı**

**Yüksek Lisans Tezi**

**Tez Danışmanı  
Doç. Dr. Mehdi DUYAN**

**Tez Jüri Üyeleri  
Prof. Dr. Mehmet İLKİM  
Doç. Dr. Mehdi DUYAN  
Doç. Dr. Cumaali YAVUZ**

**MALATYA  
2025**

**T.C.**  
**İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ**  
**Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne**

**ETİK BEYANI**

İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak “Doç. Dr. Mehdi DUYAN” danışmanlığında hazırlayıp sunduğum “Görme Engelli Sporcuların Spora Katılım Motivasyonları ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkisinin İncelenmesi” başlıklı Yüksek Lisans tezim içinde elde ettiğim verileri, bilgileri, belgeleri akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, tezimde yararlandığım eserlere bilimsel kurallara uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi, tezimin özgün olduğunu, tezimin çalışma ve yazımında patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığını, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim. 16 /07 /2025

Muhammed ÇIPLAK

İmza

# İÇİNDEKİLER

ÖZET .....	viii
ABSTRACT .....	ix
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ .....	x
TABLolar DİZİNİ .....	xi
1. GİRİŞ .....	1
2. GENEL BİLGİLER .....	4
2.1. Engellilik .....	4
2.2. Engellilik Nedenleri .....	5
2.2.1. Doğum Öncesi Nedenler .....	5
2.2.2. Doğum Sırası Nedenler .....	5
2.2.3. Doğum Sonrası Nedenler .....	5
2.3. Engellilik Türleri .....	5
2.3.1. Bedensel Engellilik .....	6
2.3.2. Zihinsel Engellilik .....	6
2.3.3. İşitme Engellilik .....	7
2.4. Görme Engellilik .....	7
2.4.1. Görme Engellilik Türleri .....	8
2.4.2. Görme Engellilik Nedenleri .....	9
2.4.3. Görme Engelliliğın Sınıflandırılması .....	10
2.5. Spor .....	11
2.5.1. Engelli Bireylerde Sporun Faydaları .....	12
2.5.2. Görme Engellilerde Spor .....	13
2.5.3. Görme Engelli Bireylerin Yaptığı Spor Branşları .....	14
2.6. Motivasyon .....	17
2.6.1. Motivasyon Çeşitleri .....	18
2.6.2. Motivasyonsuzluk .....	19
2.7. Spora Katılım Motivasyonu .....	19
2.8. Psikolojik İyi Oluş .....	20
2.8.1. Psikolojik İyi Oluşun Temel Boyutları .....	20
2.9. Spora Katılım Motivasyonu ve Psikolojik İyi Oluş Alanlarında Yapılan Ulusal ve Uluslararası Çalışmalar .....	22
3. MATERYAL VE METOT .....	24
3.1. Araştırmanın Yöntemi .....	24

3.2. Evren ve Örneklem .....	26
3.3. Veri Toplama Araçları .....	27
3.4. Verilerin Analizi .....	28
4. BULGULAR .....	30
5. TARTIŞMA .....	48
6. SONUÇ VE ÖNERİLER .....	59
KAYNAKLAR .....	61
EKLER .....	73
EK-1. Özgeçmiş .....	73
EK-2. Etik Kurul İzni .....	74
EK-3. Araştırma İzin Formu .....	75
EK-4. Demografik Bilgiler Formu .....	76
EK-5. Engelli Bireylerde Spora Katılım Motivasyonu Ölçeği (ESKMÖ) .....	77
EK-6. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği .....	78

## TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitiminin, tez çalışmamın ve akademik gelişiminin her aşamasında yanımda olan, bilgi, tecrübe ve rehberliğiyle bana yol gösteren, sabrı ve anlayışıyla her zaman desteğini hissettiren, sadece akademik değil insani değerleriyle de örnek olan kıymetli danışmanım Doç. Dr. Mehdi DUYAN'a teşekkürlerimi sunarım.

Yüksek lisans eğitimim süresince maddi ve manevi olarak destek sağlayan TÜBİTAK'a (BİDEB 2210-A Genel Yurt içi Yüksek Lisans Bursiyeri) teşekkürlerimi sunarım.

Daima yanımda olan, koşulsuz sevgileri, sabırları ve dualarıyla bana güç veren, zorluklar karşısında yılmamam için beni destekleyen, en büyük destekçim, motivasyon kaynağım olan sevgili annem, babam ve kardeşlerime; fedakarlıkları ve sonsuz destekleri için canı gönülden teşekkür ediyorum.

## ÖZET

### **Görme Engelli Sporcuların Spora Katılım Motivasyonları ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkisinin İncelenmesi**

**Amaç:** Bu çalışma, görme engelli sporcuların spora katılım motivasyonları ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkisini incelemeyi amaçlamaktadır.

**Materyal ve Metot:** Bu araştırma nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeline göre yürütülmüştür. Çalışmanın evrenini aktif spor yapan görme engelli sporcular oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme yöntemiyle seçilen 18 yaş ve üstü olan 359 sporcu oluşturmuştur. Veri toplama araçları olarak Demografik Bilgiler Formu, Engelli Bireylerde Spora Katılım Motivasyonu Ölçeği ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin normallik sınamaları Kolmogorov-Smirnov testi ile basıklık-çarpıklık değerlerine göre değerlendirilmiştir. Normal dağılmayan verilerde iki kategorinin karşılaştırılmasında Mann Whitney U, üç veya daha fazla kategori karşılaştırılmasında ise Kruskal-Wallis H testi uygulanmıştır.

**Bulgular:** Elde edilen bulgulardan yola çıkılarak demografik değişkenlerden görme engelli sporcuların cinsiyet, eğitim düzeyi, engellilik süresi, haftada spor yapma sıklığı ve toplam spor deneyim değişkenlerinde istatistiksel yönden anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p < 0.05$ ). Ayrıca araştırma bulgularına göre, görme engelli bireylerin spora katılım motivasyonları ile psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü ve orta düzeyde bir korelasyon bulunmaktadır ( $r = 0.40$ ).

**Sonuç:** Görme engelli sporcuların spora katılım motivasyonları arttıkça, psikolojik olarak kendilerini daha iyi hissettikleri tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Spor, Görme engelli, Spora katılım, Motivasyon, Psikolojik iyi oluş

## ABSTRACT

### **Investigation of the Relationship Between Visually Impaired Athletes' Participation Motivation in Sports and Psychological Well-Being**

**Aim:** This study aims to examine the relationship between visually impaired athletes' motivation to participate in sports and psychological well-being.

**Material and Method:** This research was conducted according to the relational screening model, one of the quantitative research methods. The universe of the study consists of visually impaired athletes who actively participate in sports. The sample of the research consists of 359 athletes aged 18 and over, who were selected by the convenience sampling method, one of the non-random sampling methods. Demographic Information Form, Scale for Participation in Sports Motivation in Disabled Individuals and Psychological Well-being Scale were used as data collection tools. Normality tests of the data were evaluated according to kurtosis-skewness values with the Kolmogorov-Smirnov test. In non-normally distributed data, Mann Whitney U test was used for comparing two categories, and Kruskal-Wallis H test was used for comparing three or more categories.

**Result:** Based on the findings, a statistically significant difference was found in the gender, education level, duration of disability, frequency of doing sports per week and total sports experience variables of visually impaired athletes ( $p < 0.05$ ). In addition, according to the research findings, there is a statistically significant, positive and moderate correlation between the motivation of visually impaired individuals to participate in sports and their psychological well-being levels ( $r = 0.40$ ).

**Conclusion:** It has been found that visually impaired athletes feel better psychologically as their motivation to engage in sports increases.

**Keywords:** Sports, Visually impaired, Participation in sports, Motivation, psychological well-being

## SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

<b>%</b>	: Yüzde
<b>AFB</b>	: Amerikan Görme Engelliler Derneği
<b>CM</b>	: Santimetre
<b>F</b>	: Frekans
<b>ILO</b>	: Uluslararası Çalışma Örgütü
<b>IPF</b>	: Uluslararası Ağırılık Kaldırma Federasyonu
<b>KG</b>	: Kilogram
<b>P</b>	: Anlamlılık derecesi
<b>S.O</b>	: Sıra Ortalaması
<b>S.S</b>	: Standart Sapma
<b>S.T</b>	: Sıra Toplamı
<b>UN</b>	: Birleşmiş Milletler
<b>WHO</b>	: Dünya Sağlık Örgütü
<b><math>\bar{x}</math></b>	: Aritmetik Ortalama

## TABLolar DİZİNİ

<b>Tablo No</b>	<b>Sayfa No</b>
<b>Tablo 4.1.</b> Araştırmada kullanılan ölçekler ve alt boyutlarına ilişkin çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) analizi ve araştırma değişkenlerine ilişkin betimleyici istatistikler .....	30
<b>Tablo 4.2.</b> Engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş ölçeklerinin normallik testi.....	31
<b>Tablo 4.3.</b> Görme engelli sporculara ilişkin betimleyici istatistikler .....	32
<b>Tablo 4.4.</b> Görme engelli sporcuların cinsiyet değişkenine göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları mann-whitney u testi analizi sonuçları .....	34
<b>Tablo 4.5.</b> Görme engelli sporcuların medeni durum değişkenine göre engellilerde spora katılım motivasyonu ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin mann-whitney u testi sonuçları.....	34
<b>Tablo 4.6.</b> Görme engelli sporcuların yaş gruplarına göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları kruskal-wallis testi sonuçları.....	35
<b>Tablo 4.7.</b> Görme engelli sporcuların eğitim düzeyine göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin kruskal-wallis testi sonuçları.....	36
<b>Tablo 4.8.</b> Görme engelli sporcuların engelli oluş zamanına göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutlarının ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin mann-whitney u testi sonuçları .....	37
<b>Tablo 4.9.</b> Görme engelli sporcuların görme engel türüne göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin kruskal-wallis h testi sonuçları .....	38
<b>Tablo 4.10.</b> Görme engelli sporcuların engellilik oluş süresine göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin mann-whitney u testi sonuçları .....	40
<b>Tablo 4.11.</b> Görme engelli sporcuların haftalık spor yapma sıklığına göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin kruskal-wallis testi sonuçları.....	40

<b>Tablo 4.12.</b> Görme engelli sporcuların günlük spor yapma sıklığına göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin kruskal-wallis h testi sonuçları .....	42
<b>Tablo 4.13.</b> Görme engelli sporcuların toplam spor deneyimine göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin kruskal-wallis h testi sonuçları .....	44
<b>Tablo 4.14.</b> Görme engelli sporcuların millilik durumuna göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin mann-whitney u testi sonuçları .....	45
<b>Tablo 4.15.</b> Görme engelli sporcuların spor türüne göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin mann-whitney u testi sonuçları.....	46
<b>Tablo 4.16.</b> Spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki Spearman korelasyon ilişkisi.....	47

# 1. GİRİŞ

Engelliler sporu, engellilerin ve potansiyel engelli bireylerin rehabilitasyon sporundan, hobi olarak yapılan aktivitelere ve performans sporuna kadar olan her türlü sportif faaliyetleri kapsamıyla engel gruplarının ve derecelerinin çeşitliliğinden dolayı çok geniş bir çalışma alanıdır. Engelliler sporunun temel amacı, engelli bireylerin spor ve oyunla zihinsel, fiziksel ve ruhsal gelişimlerini desteklemek ve yaşam kalitelerini yükselterek topluma entegrasyonunu sağlamaktır (1). Sporun normal gelişim gösteren bireylerdeki olumlu etkilerini engelli bireyler üzerinde de görmek mümkündür. Hatta bazı durumlarda bu etkilerin daha fazla olduğu bilinmektedir. Sportif faaliyetler engelli bireyler için bir rehabilitasyon, sosyal entegrasyon olmasının yanında bireylerin çok yönlü gelişimlerini de olumlu etkilemektedir (2). Tenenbaum ve Eklund, engelli bireylerin sportif faaliyetlere katılım göstermelerinin önündeki en büyük engel motivasyon eksikliği ve zaman problemi olduğunu belirtmiştir (3). Motivasyon, özellikle sporcular ve antrenörler olmak üzere spor ile uğraşan diğer paydaşlar üzerinde etkili olan ve performansı etkileyen önemli bir değişkendir. Bu nedenle, bireyleri motive eden nedenlerin tespit edilmesi, sportif başarının ve sürekliliğinin sağlanması açısından son derece önemlidir (4). Motivasyon terimi engelli bireyleri spora teşvik eden bir unsur olarak incelendiğinde, bu bireylerin sportif faaliyetlere katılımını artıracak ve destekleyecek unsurları belirlemek gerekmektedir (5). Motivasyon kavramı; bireyi harekete geçiren içsel veya dışsal nedenleri açıklayan, “motive”; itici güç, “motive etmek”; harekete geçirmek terimlerinden türemiştir (6,7). Motivasyona yol açan etmenler, haz, ilgi, merak gibi içsel güdüler ya da ceza, ödül, sosyal çevre gibi dışsal güdüler olabilir. İnsanların bazıları içsel güdülerle, bazıları ise dışsal etmenlerle motive olmaktadır. Kuramcılar genellikle motivasyonu içsel ve dışsal motivasyon olarak iki kategoriye ayırmaktadırlar (8). İçsel motivasyon bireyin hedeflerini elde etmek için, merak ettiği için vb. nedenlerle aktivitelere katılım sağlamasıyla, dışsal motivasyon ise ödül kazanmak, cezadan kaçınmak, sosyalleşmek vb. dışsal faktörlere bağlı olarak katılım göstermesiyle açıklanabilmektedir (9). Birey kendi kararlarını kendi alıyor ise ya da kendini yeterli hissediyor ise bu birey içsel olarak motive olma eğilimindedir. Birey merak, zevk alma gibi durumlardan dolayı katılım sağlıyorsa içsel motivasyon artış göstermektedir. Dışsal motivasyonda ise birey, toplumun onayını alma, takdirini kazanma, ödül alma ya da cezadan kaçınma gibi dışsal kaynaklardan ötürü katılım

gösterir (10). Engelli bireylerin bir kısmı düzenli olarak sportif faaliyetlere katılım sağlayamamaktadır, bu nedenden dolayı ikincil sağlık problemlerinin ortaya çıkma riskini yükseltebilmektedir (5). Bireylerin iyi oluş düzeyinin artırılması amacıyla ruh sağlığının korunması ve zihinsel rahatsızlıkların önlenmesi önem teşkil etmekte ve sağlık politikaları içerisinde kendine yer bulmaktadır (11). Mutluluk, yaşam doyumu, özerklik ve pozitif sağlıklı ilişkiler gibi faktörler bireyin iyi oluşunu doğrudan etkileyen unsurlardır (12). İyi oluş kavramı fiziksel ve duygusal olarak doyuma ulaşma olarak tanımlanmakta, ancak tanımı hala tartışılmaktadır. Kearns ve Andrews, iyi oluşu genel olarak “iyi olma” ve “kendini iyi hissetme” durumu olarak ifade etmişlerdir (13). Öznel iyi oluş kavramı öznel ya da nesnel olarak açıklanabilmektedir (14). Öznel iyi oluş, bireyin yaşam kalitesine dair şahsi görüşleri ve değerlendirmesi olarak açıklanmakta ve psikolojik araştırmalarda sıklıkla kullanılmaktadır (15,16). Diener öznel iyi oluşu, bireylerin sıkça haz aldığı duyguları deneyimlediği, yaşam memnuniyet düzeyinin yüksek olduğu ve negatif duyguların çok az yaşandığı durum olarak ifade etmektedir (17). Yaşam doyumu ise, bireyin hayatını pozitif bir şekilde geçirme durumu olarak açıklanabilmektedir (16).

Ülkemiz nüfusunun büyük bir kesimini oluşturan görme engelli bireyler ve bu bireylerin sporla ilişkileri üzerine yapılan çalışmalar incelendiğinde, spora katılım motivasyonları ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmanın bulunmadığı dikkat çekmektedir. Bu çalışmada, görme engelli sporcuların spora katılım motivasyonları ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki incelenmiştir.

Ülkemizde ve dünyada büyük bir çoğunluğu oluşturan engelli bireylerin tıpkı sağlıklı bireyler gibi toplumsal yaşama aktif olarak katılmaları ve yaşamlarını kaliteli bir biçimde sürdürmeleri gerekmektedir (18). Dolayısıyla bu tez çalışmasının engellilerde spor alanına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu amaçla her iki değişken arasındaki farklılığı ve ilişkiyi ortaya koymak amacıyla aşağıdaki hipotezler geliştirilmiştir:

**H<sub>1</sub>:** Görme engelli sporcuların cinsiyetlerine göre psikolojik iyi oluş düzeyleri ile spora katılım motivasyonları ve alt boyutlarında (içsel, dışsal ve motivasyonsuzluk) istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

**H<sub>2</sub>:** Görme engelli sporcuların medeni durumlarına göre psikolojik iyi oluş düzeyleri ile spora katılım motivasyonları ve alt boyutlarında (içsel, dışsal ve motivasyonsuzluk) istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

**H3:** Görme engelli sporcuların yaş gruplarına göre psikolojik iyi oluş düzeyleri ile spora katılım motivasyonları ve alt boyutlarında (içsel, dışsal ve motivasyonsuzluk) istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

**H4:** Görme engelli sporcuların eğitim düzeylerine göre psikolojik iyi oluş düzeyleri ile spora katılım motivasyonları ve alt boyutlarında (içsel, dışsal ve motivasyonsuzluk) istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

**H5:** Görme engelli sporcuların engelli oluş zamanına göre psikolojik iyi oluş düzeyleri ile spora katılım motivasyonları ve alt boyutlarında (içsel, dışsal ve motivasyonsuzluk) istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

**H6:** Görme engelli sporcuların görme engel türlerine göre psikolojik iyi oluş düzeyleri ile spora katılım motivasyonları ve alt boyutlarında (içsel, dışsal ve motivasyonsuzluk) istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

**H7:** Görme engelli sporcuların engellilik süresine göre psikolojik iyi oluş düzeyleri ile spora katılım motivasyonları ve alt boyutlarında (içsel, dışsal ve motivasyonsuzluk) istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

**H8:** Görme engelli sporcuların spor dalına göre psikolojik iyi oluş düzeyleri ile spora katılım motivasyonları ve alt boyutlarında (içsel, dışsal ve motivasyonsuzluk) istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

**H9:** Görme engelli sporcuların haftalık spor yapma sıklığına göre psikolojik iyi oluş düzeyleri ile spora katılım motivasyonları ve alt boyutlarında (içsel, dışsal ve motivasyonsuzluk) istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

**H10:** Görme engelli sporcuların günlük spor yapma sıklığına göre psikolojik iyi oluş düzeyleri ile spora katılım motivasyonları ve alt boyutlarında (içsel, dışsal ve motivasyonsuzluk) istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

**H11:** Görme engelli sporcuların spor yapma deneyim yılına göre psikolojik iyi oluş düzeyleri ile spora katılım motivasyonları ve alt boyutlarında (içsel, dışsal ve motivasyonsuzluk) istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

**H12:** Görme engelli sporcuların milli sporcu olma durumuna göre psikolojik iyi oluş düzeyleri ile spora katılım motivasyonları ve alt boyutlarında (içsel, dışsal ve motivasyonsuzluk) istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

## 2. GENEL BİLGİLER

### 2.1. Engellilik

Engellilik, fiziksel, zihinsel veya ruhsal olarak farklı nedenlerden dolayı bazı yetersizlikler yaşama, akranlarına kıyasla kendisinden beklenen görevleri yerine getirememeye ya da bir başkasının yardımına ihtiyaç duyma halidir. Engelli ise bu yetersizlikleri yaşayan, kendisinden beklenen görevleri elinde olmayan sebeplerden dolayı yerine getiremeyen kişiye denir (19).

Engellilik olgusuna ilişkin evrensel düzeyde üzerinde uzlaşmış tek bir tanım bulunmamaktadır. Farklı uluslararası kuruluşlar, engellilik konusuna kendi faaliyet alanları ve ilgi odakları doğrultusunda yaklaşmakta ve bu nedenle tanımlar arasında bazı farklılıklar ortaya çıkmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü, engelliliği hastalık ve sağlık sorunu noktasında tanımlamaktadır. Birleşmiş Milletler ve Uluslararası Çalışma Örgütü ise engelliliği toplumun değer ve yargılarına göre tanımlamaktadır.

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), engellilik kavramını üç temel başlık altında ele almaktadır: noksanlık, özürlülük ve engellilik. Noksanlık: bireyin fiziksel, psikolojik ya da anatomik yapılarında ya da işlevlerinde meydana gelen herhangi bir eksiklik ya da bozulma durumunu tanımlar. Özürlülük: bu tür bir noksanlığın sonucunda bireyin, toplumda "normal" kabul edilen görevleri ya da işlevleri yerine getirme kapasitesinde kısıtlanma yaşamasıdır. Engellilik ise, bireyin sahip olduğu noksanlık ve özürlülüğün, kişinin yaşı, cinsiyeti, sosyal çevresi ve kültürel yapısı doğrultusunda günlük yaşamda karşılaştığı katılım engellerini ve toplumsal dezavantajları ifade etmektedir (20).

Birleşmiş Milletler (BM), engelli bireyleri; doğuştan gelen ya da sonradan ortaya çıkan bir yetersizlik nedeniyle, sağlıklı bireylerin günlük yaşamda sorunsuzca yerine getirdiği sosyal rolleri ve işlevleri yerine getirmekte güçlük yaşayan kişiler olarak tanımlamaktadır. Bu yaklaşım, engelliliği yalnızca bireysel bir sağlık durumu olarak değil, toplumsal katılımı etkileyen bir unsur olarak da ele almaktadır.

Uluslararası Çalışma Örgütü (ILO) ise 1983 yılında kabul ettiği "Engellilerin Mesleki Rehabilitasyonu ve İstihdamına İlişkin Sözleşme"de engelli kavramına açıklık getirmiştir. Bu tanıma göre engelli, bir meslek alanında çalışma, o meslekte ilerleme kaydetme ve istihdamını sürdürebilme yetilerine sahip olmayan bireyleri ifade etmektedir. Yapılan bu tanım, iş gücü piyasasında yer alma yeterliliğinin kaybını temel alan bir çerçevede yapılmıştır (21).

Dünya nüfusunun %12-15'ini oluşturan engelli bireyler, zihinsel engelliler, işitme engelliler, bedensel engelliler ve görme engelliler olarak dört ana kategoriye ayrılmaktadır (22).

## **2.2. Engellilik Nedenleri**

Engelin ortaya çıkmasında ki nedenler, engelin durumuna göre farklılık gösterebilmektedir. Engelin sebebinin bilinmediği durumlar var olduğu halde, engellilik nedenleri genel olarak doğum öncesi, doğum sırası ve doğum sonrası nedenler olarak üç ana başlık altında açıklanmaktadır.

### **2.2.1. Doğum Öncesi Nedenler**

Annenin doğum öncesinde geçirmiş olduğu hastalıklar, annenin hamilelik öncesi ve hamilelik sırası beslenmesi, annenin yaşı, hamilelik süresince annenin kullandığı ilaçlar, sigara, alkol veya uyuşturucu kullanması, radyasyona maruz kalması, annenin gebelik sürecinde psikolojik travmalar yaşamaması, akraba evliliği, anne-bebek arasında kan uyumsuzluğu oluşması ve genetik faktörler yer almaktadır (23).

### **2.2.2. Doğum Sırası Nedenler**

Doğum sırasında bebeğin doğum kanalında uzun süre kalması ve başına uygulanan basınç sebebiyle bebeğin beynine yeterli miktarda oksijen gitmemesi, doğumu uzman olmayan kişilerin yaptırması, bebeğin steril olmayan bir ortamda dünyaya gelmesi, kordon dolanması, bebeğin erken ya da geç doğması, doğum sırasında yaşanan kazalar ve doğumun zor olması gibi nedenler rol oynamaktadır (24).

### **2.2.3. Doğum Sonrası Nedenler**

Doğum sonrası nedenler ise, menenjit gibi hastalıklar, beyin travması, hastalıklara doğru müdahale edilememesi, zehirlenmeler, havale, bulaşıcı enfeksiyonlar, çocukların ihmal edilmesi, çocukların beyninde ciddi derecede hasara neden olabilecek her türlü kaza, yaralanma ve şiddet engellilik nedenleri arasındadır (24,25).

## **2.3. Engellilik Türleri**

Bireylerin doğum öncesi, doğum sırası ve doğum sonrasında herhangi bir nedenden dolayı sahip oldukları, bu bireylerin yaşamlarını idame ettirmek için başkalarına ihtiyaç duymalarına neden olana kısıtlama ve engeller, engel türleri olarak

adlandırılıp dört başlık altında incelenmektedir. Bunlar; bedensel engellilik, zihinsel engellilik, işitme engellilik ve görme engelliliktir.

### **2.3.1. Bedensel Engellilik**

Bedensel engel başka bir deyişle fiziksel ya da ortopedik engel, bireyin vücut bütünlüğünü bozan, hareket kabiliyetlerini, yeteneklerini gerçekleştirmesini engelleyen durumdur. Bedensel engellilik, doğum öncesi, doğum sırası veya doğum sonrasındaki bir dönemde çeşitli sebeplere bağlı olarak iskelet sistemi (kemikler), kas yapısı veya sinir sisteminde meydana gelen bozukluklardan dolayı fiziksel yetenekleri kaybetme, bireyin hareket etme kapasitesinin kısıtlanması ve günlük yaşam aktivitelerini sürdürmede ciddi zorluklarla karşılaşması olarak tanımlanmaktadır (26).

Bedensel engelli birey ise, doğum öncesi, doğum sırası veya doğum sonrası dönemde ortaya çıkan, iskelet, kas veya sinir sisteminde meydana gelen gelişimsel bozukluklar ya da deformasyonlar sonucunda hareket fonksiyonlarında belirli derecelerde kayıp yaşayan ve bu kayıplar neticesinde toplumsal yaşama uyum sağlamakta ve günlük ihtiyaçlarını karşılamakta zorluk yaşayan, aynı zamanda korunma, bakım ve rehabilitasyon hizmetlerine gereksinim duyan kişidir (27).

Bedensel engelli bireyler yaşamlarını daha bağımsız bir şekilde sürdürebilmek adına bakım, rehabilitasyon ve danışmanlık hizmetlerine ihtiyaç duyarlar. Bu tür hizmetler, bireylerin hem fiziksel hem de psikolojik açıdan desteklenmelerini sağlayarak, günlük yaşam becerilerini geliştirmelerine ve sosyal yaşama daha kolay adapte olmalarına yardımcı olmayı amaçlar (26).

### **2.3.2. Zihinsel Engellilik**

Zihinsel engel; zihinsel işlevlerde ortaya çıkan geriliğin, bireylerin dil ve konuşma, topluma uyum sağlama, kişisel ihtiyaçlarını giderme ve öğrenme becerilerine ait süreçlerden en az ikisinin olumsuz anlamda etkilemesi durumu olarak tanımlanmaktadır (28).

Zihinsel engelli bireyler, doğumdan önce, doğum esnasında ya da doğum sonrasında meydana gelen çeşitli faktörlere bağlı olarak; algı, dikkat, bellek gibi bilişsel işlevlerde sınırlılıklar yaşayan ve genel zihinsel işlev düzeyi açısından toplumda kabul edilen ortalamanın altında kalan kişilerdir. Bu bireylerde öğrenme kapasitesi, problem çözme becerisi ve uyaranlara verilen tepkilerde belirgin düzeyde gerilik gözlemlenebilir (29).

Zihinsel engellilik, bireylerin zekâ düzeyini belirlemek amacıyla oluşturulan testler yardımıyla belirlenir. Bu testler, bireyin zekâ katsayısını (IQ) tespit eder ve genel anlamda IQ seviyesi 100 olarak kabul edilir. Ancak, bu seviyenin 70'in altına düşmesi durumu zekâ geriliği olarak tanımlanır. Zekâ geriliği, bireyin bilişsel gelişiminde yaşadığı problemlerin bir göstergesi olarak kabul edilir ve bu durum çeşitli derecelerde sınıflandırılabilir. Bunlar; Hafif derecede zekâ geriliği: IQ 50-70, Orta derecede zekâ geriliği: IQ 35-55, Ağır zekâ geriliği: IQ 20-40, Derin zekâ geriliği: IQ 20-25 olarak genellikle dört ana başlık altında incelenmektedir ve bireyin günlük yaşamda ve sosyal becerilerde karşılaştığı zorlukların derecesine göre belirlenir (30).

### **2.3.3. İşitme Engellilik**

İşitme kaybı; doğum öncesi, doğum sırası veya doğum sonrası dönemde, kişinin çevresel, yapısal ya da genetik bir sorundan dolayı tek ya da iki kulakta birden yaşadığı sorun nedeniyle sesleri kısmen ya da tamamen işitememe ya da sesleri algılayamama durumudur (31).

İşitme engeli, bireyin işitme yetisinde çok hafif düzeyden çok ileri düzeye kadar değişebilen bir yetersizlik durumu olarak ifade edilmektedir. Bu durum, kişinin işitme hassasiyetinin belirli bir ölçüde kaybolmasıyla sonuçlanır ve günlük yaşamda çeşitli zorluklar yaratabilir. Başka bir deyişle işitme engeli, bireyin gelişim sürecini, çevresine uyum sağlamasını ve özellikle iletişim kurma yeteneğini etkileyen bir durumu ifade eder. İşitme duyarlılığının azalması, bireyin sosyal etkileşimlerinde ve işitsel bilgilere erişimde zorluk yaşamasına yol açabilir, bu da yaşam kalitesini olumsuz yönde etkileyebilmektedir (32,33).

İşitme engellilik, bireyin kulaklarının herhangi birinde veyahut ikisinde birden hafif, orta ya da ileri derecede ya da tamamen işitme olmaması halini yaşayan bireyi ifade etmektedir. Birey, bu işitme konusunda yaşadığı problemlerden dolayı işitme cihazı kullanıyorsa da işitme engelli olarak kabul edilmektedir (34).

### **2.4. Görme Engellilik**

Dünya üzerinde görme bozukluğundan müzdarip yaklaşık 2.2 milyar insan yaşamaktadır ve bu bireylerin en az 1 milyarının görme sorunu aslında önlenbilir ya da tedavi edilebilir durumdadır. Görme bozukluğundan dolayı sorunlar yaşayan bu insanların büyük çoğunluğu, 50 yaş ve üstü bireyler olmakla birlikte, her yaş grubunda bu sorun görülebilir. Çocuklarda ise en yaygın görme problemleri kırma kusurları ve

katarakt olarak öne çıkmaktadır. Görme yetisinin azalması veya tamamen kaybı, kişisel ihtiyaçları karşılamada, toplumsal iletişimde ve kamu hizmetlerine erişimde zorluklara neden olmaktadır. Bu sorunlar, düşük ve orta gelirli ülkelerde, gelişmiş ülkelere göre daha uzun süreli ve yoğun hissedilmektedir (35,36).

#### **2.4.1. Görme Engellilik Türleri**

Görme engelli bireyler, genellikle az görenler ve görme yetisini tamamen kaybetmiş bireyler olarak iki ana grupta değerlendirilir. Az gören bireyler, ileri derecede görme bozukluğu yaşayan ve özellikle uzak mesafeleri net olarak ayırt etmede zorlanan kişilerdir. Tüm tıbbi müdahalelere ve düzeltici önlemlere rağmen, en iyi gören gözde görme düzeyi 1/20 olan ya da görme alanı 20 dereceden daha dar olan bireyler ise, tam görme kaybı yaşayan bireyler (kör) olarak tanımlanır. Ayrıca, görme keskinliği 20/70 ile 20/200 arasında ölçülen bireyler “az gören” sınıfına girer. Görme engeli; sadece görme keskinliğinin azalmasıyla sınırlı olmayıp, uzak ya da yakın mesafeleri ayırt etmede güçlük yaşama, renk körlüğü, gece körlüğü, göz protezi kullanımı gibi farklı görsel yetersizlikleri de kapsar. Bu tür görsel sorunlara sahip bireyler, günlük yaşamda bağımsız hareket etmede zorlanabilir ve bu nedenle özel destek, uyarlanmış materyaller ya da özel eğitim hizmetlerine ihtiyaç duyabilirler (37).

Bireylerin görme yetilerinde ki belirgin azalmayla birlikte oluşan az görenlik, Amerikan Görme Engelliler Derneği (AFB) tarafından, bireyde görme bozukluğunu düzeltici en iyi lensleri kullansa bile, standart bir okuma kartını normal gören göz seviyesinden daha yakından görmekte ve okumakta zorluk yaşanması olarak tanımlamaktadır (38).

Tamamen görme sorunu olarak adlandırılan körlük, bireyde görmenin hiç olmadığı veya yalnızca ışık hassasiyetinin kaldığı durumdur. Çoğunlukla travmalar, göz hastalıkları, genetik durumlar ya da farklı sağlık problemleri nedeniyle ortaya çıkmaktadır. Tamamen görme problemi diğer adıyla körlük, AFB tarafından bireyin günlük hayatta ki yerine getireceği etkinlikleri görme probleminden dolayı yerine getirmekte zorlanması veya yerine getirememesi olarak tanımlamaktadır (39).

Çoğu görme engelli bireylerin özellikleri benzer olabilir, ancak bu, bütün özelliklerinin aynı olduğu anlamına gelmemektedir. Bu nedenle, görme engelli bireyler farklı sınıflandırmalara tabi tutulmaktadır (40).

## **2.4.2. Görme Engellilik Nedenleri**

### **Doğum Öncesi Nedenler**

Doğum öncesinde, hamilelik sürecinde anneyi ve bebeği etkileyen hastalıklar, genetik olarak aktarılan durumlar (mikroftalmi: göz küresinin normalden küçük olduğu durum; anoftalmi: göz küresinin olmadığı durum, retine glimu, konjenital glokom, retinada, korneada, optik sinirde ya da lensde meydana gelen katarakt gibi nedenler ve metabolik problemler gibi gen aktarımıyla aktarılan hastalıklar) doğum öncesi görme engelliliğin ana nedenleridir. Hamilelik sürecinde annenin, kızamıkçık, toksoplazmosis, ateşli ve bulaşıcı virüslü hastalıklara maruz kalması, beslenme problemleri, ev, iş, trafik kazaları gibi kazalardan dolayı çocuğun bebeğin görme merkezinin etkilenmesi görme engelli doğmasına neden olmaktadır (41).

### **Doğum Sırası Nedenler**

Doğum sırasında yaşanan doğumun sancılı olması, doğumun gecikmesi, normal doğumun yapılabilmesinin elverişli olmadığı anlarda forsepsin hatalı kullanımı, sancılı veya doğumun geç olduğu durumlarda kordonun bebeğin boynuna dolanması ya da bebeği nefessiz bırakacak başka nedenlerle bebeğin üç dakika veya daha fazla süreyle nefessiz kalması sonucu beynin etkilendiği ve etkilenen bölgenin görme merkezi olması durumunda bebekte görme engeli meydana gelebilir. Bunun gibi doğum sırasında meydana gelen doğum sırası travmaları çocuğun görme engeliyle dünyaya gelmesinin başlıca nedenlerindedir (42).

### **Doğum Sonrası Nedenler**

Her ne kadar kalıtım doğum öncesi nedenlerden olsa da bazı hastalıklar ilk çocukluk döneminde ya da sonrasında kendini gösterir ve bireyin görme engelli olmasına neden olur. Göz kuruluğu (kseroftalmi), gece körlüğü çocuklarda A vitamini eksikliğinden kaynaklanan ve çocuğun görme engelli olmasına neden olan ve körlüğe kadar götürebilen durumlardandır. Çocukların doğum sonrasında görme engelli olmalarında sivri uçlu oyuncaklar, tabanca-tüfek gibi boncuklu silahların kazara gözlerine gelmesi, yanık, elektrik çarpması, düşme vb. sebeplere bağlı olarak görme engelli olabilirler (43).

### 2.4.3. Görme Engelliliğın Sınıflandırılması

#### Yasal ve Eğıtsel Açıdan Sınıflandırma

Görme engellilik yasal açıdan, görme alanı ve görme keskinliğı ele alınarak sınıflandırılmaktadır. Görme alanı başın ve gözlerin sabit tutulduğı bir şekilde bireyin gözünün tam karşısında yer alan bir noktaya odaklandığı anda görebildiğı tüm alanı ifade etmektedir (44). Görme keskinliğı ise cisimleri farklı uzaklıklardan algılama, çözme ve tanımlama becerisine verilen isimdir. Normal gören bireyin 20 feet'ten gördüğü bir nesneyi görme sorunu yaşıyan bireylerin ne kadar uzaklıktan görebildiğini tanımlar (45).

Yasal açıdan körlük, görme keskinliğı en iyi olan gözde merkezi görme keskinliğinin 20/200 ya da bu değerdan az olduğı durumları ya da görme açısının 20 dereceden az olduğı durumu niteler (46,47).

Görme engellilik eğıtsel açıdan, öğrenmenin olduğı ortamda görme duyusunu işlevsel bir şekilde kullanamayıp, öğrenebilmek için dokunma duyusunu aktif bir şekilde kullanan ve hem bulunduğı ortam ve bu ortamdaki materyalleri algılama hususunda hem de eğitim ortamında dokunma ve işitme duyularını kullanacağı materyallere ihtiyaç duyan kişi olarak tanımlanmaktadır (48).

#### Görme Kaybına Bağlı Sınıflandırma

**Yasal Körlük:** Tüm düzeltmelerden sonra dahi 20 dereceden fazla göremezler.

**Kısmi Körlük:** Normal gözün 60 metreden görebildiğini 3-6 metre uzaklıktan görebilirler.

**Hareket Algısı:** Bu bireyler sadece hareketi algılayabilecek kadar görürler. Normal gözün 6 metreden görebildiğini 90 cm ile 150 cm'den görebilirler.

**Işık Algısı:** Bu bireyler yalnızca 90 cm ve altında, parlaklığı etkili olan bir ışığı ayırt edebilirler. Ancak 90 cm uzaklıktaki bir hareketi algılayamazlar (49).

#### Engelli Oluş Zamanına Göre Sınıflandırma

Görme engelli bireyler, engelin oluş zamanına göre; Doğuştan görme engelli ve doğum sonrasında görme engelli olanlar olarak iki gruba ayrılmaktadırlar. Doğuştan görme engelli olarak adlandırılan görme kayıplarının çoğı doğum esnasında ya da doğumdan sonraki beş yıl içerisinde meydana gelenleri kapsamaktadır. Doğuştan görme engelli bireyler görme duyusunu hiç deneyimlenmemiş kişilerdir. Sonradan görme kaybı yaşıyan bireyler ise görme duyusunu önceden yaşamış ancak sonrasında geçirilen hastalık, kaza gibi nedenlerle duyuyu kaybetmişlerdir. Bu durum görme engelli bireyleri incelerken genellikle doğuştan ve sonradan olmak üzere iki farklı şekilde incelendiğı

görülmektedir. Doğum öncesi ya da sırasında meydana gelen görme engelli bireylerin görsel kavram oluşturma yeteneği bulunmamaktadır. Bu nedenle bu bireyler düşünceleri diğer duyuları aracılığıyla şekillendirirler. Doğumdan sonra meydana gelen görme engelli bireylerde ise görsel kavram oluşturma yeteneği bulunmaktadır. Bireyin kavramları algılayıp şekillendirmesi ve eğitimdeki başarısı görsel uyaranların algılanma süresiyle doğru orantılıdır (50,51).

### **Sportif Açıdan Sınıflandırma**

Sportif müsabakalarda görme engelli sporcular, görme kaybına bağlı olarak üç grup şeklinde sınıflandırılmışlardır:

- **B1:** Görme yetisi tamamen bulunmayan sporculardır. Bu sınıflamadaki ışığı algılayabilir fakat herhangi bir mesafe farketmeksizin el şeklini tanıyamazlar.
- **B2:** Görme açıları 5 dereceden az olan ve el şeklini algılayabilen ancak en iyi gören gözünde görme keskinliği 20/600' den daha az olan sporculardır.
- **B3:** Görme açıları 5 ile 20 derecede bulunan sporculardır. Görme keskinlikleri 20/600–60/600 arasında yer almaktadır (48).

Yukarıda ki sınıflandırmalarda yer alan 20/600 ifadesi, normal bir bireyin 600 feet'ten (yaklaşık olarak 182 metre) gördüğünü 20 feet'ten (yaklaşık olarak 6 metre) görmek anlamına gelmektedir, 60/600 ifadesi ise normal bir bireyin 600 feet'ten gördüğünü 60 feet'ten (yaklaşık 18 metre) görmek anlamına gelmektedir.

## **2.5. Spor**

Spor; bireylerde fiziksel, zihinsel ve ruhsal açıdan fayda sağlayan (52), sosyalleşmesine, özsaygı, benlik ve kişilik gelişimine katkı sağlayan (53), becerileri geliştiren ve bir hedefe ulaşma amacı doğrultusunda bireysel ya da grup halinde yapılan belirli kurallara bağlı olarak yapılan rekabete dayalı geniş tabanlı bir etkinliktir (54). Literatürde birçok spor tanımının farklı şekillerde yapıldığı görülmektedir. Bunlar şu şekildedir:

Spor, bireyin sağlıklı bir vücuda sahip olabilmesi ve sağlıklı bir şekilde ilerleyebilmesi için gereksinim duyulan tüm aktivitelerin oyun, eğlence ve müsabaka biçiminde sunulduğu halidir (55).

Sporu birçok açıdan ele almak mümkündür. Aşağıda sporla ilgili olarak yapılan bazı tanımlar yer almaktadır.

Spor, insanlara istenilen fikirlerin benimsetilmesi ve insanları arzu edilen doğrultuda yönlendirmek için önemli bir unsurdur. Ayrıca spor, ticari arz ve talep

dengesinin gözetilerek bir ürünün tanıtılması, uygun pazar bulunması ve herkese ulaşması amacıyla oluşturulan aktivitelerin bütünü olarak tanımlanır (56).

Spor, ilk olarak fizyolojik ihtiyaçların karşılanması ve insanların hayatta kalma çabasından ilham alarak savunma ve saldırı sporu olarak ortaya çıkmıştır (57).

Spor, ferdi olarak ya da gruplar halinde yapılan rekabet ve çaba gerektiren kurallar dahilinde yapılan müsabakalara verilen isimdir. Spor, genç yaşlı farketmeksizin her yaştan insanı eğlendiren, bedensel ve zihinsel gelişimlerine katkı sağlayan aynı zamanda eğitici aktivitelerdir (58).

Spor, bireyin sosyal ilişkilerini daha iyi hale getiren, psikolojik sağlığının dengeli ve düzenli olmasını sağlayan ve bireyin kendisine olan güveninin artmasını sağlayan bir araçtır (59).

Sporun insanlar için birçok farklı etkileri bulunmaktadır. Sağlıklı olmak, mutlu olmak, fit bir vücuda sahip olmak gibi bu etkiler insanları spora başlamaları için teşvik eder. İnsanları spora yönlendiren bu nedenler şu şekilde sıralanmaktadır; sağlıklı olmak ve vücut gelişimini sağlamak, fit bir vücuda sahip olmak, estetik ihtiyaçlar, mutlu olmak, spor aracılığıyla deneyim kazanmak, kendini gerçekleştirmek, yeni beceriler edinmek, sosyalleşmek, para ve saygınlık kazanmak, kendini kanıtlamak, duygusal gerginliklerden uzaklaşmak, belirli sosyal ihtiyaçları gidermek, fiziksel becerileri (güç, hız, dayanıklılık) geliştirmek, hastalık ve sorunlara karşı dirençli bir vücuda sahip olmak, zamanı değerli kullanmak (60).

### **2.5.1. Engelli Bireylerde Sporun Faydaları**

Spora katılım sağlamanın normal bireyler üzerinde faydaları olduğu gibi engelli bireyler üzerinde de birçok fiziksel ve ruhsal faydası bulunmaktadır. Fiziksel aktivitelere katılım sağlayan engelli bireylerin edinebilecekleri fiziksel faydalar arasında güç, zindelik ve dengenin iyileştirilmesi yer almaktadır. Birçok faydasına rağmen engelli bireylerin büyük bir bölümü hareketsiz yaşam sürdürmektedir. Ruhsal sağlığa faydaları arasında kaygının azalması, öz saygının ve özgüvenin artması ve genel psikolojik refah yer almaktadır. Spora katılımın sosyal ve psikolojik faydaları, sosyalleşme, topluluk oluşturma ve sosyal becerilerin geliştirilmesi için fırsatlar sunar; insan duygusuna katkıda bulunur. Spora katılım, mesleki performansta artış ve psikolojik olarak iyi olma durumunu sağlayarak iş ve istihdam edilme gibi konularda doğrudan ya da dolaylı olarak fayda sağlayabilmektedir. Basketbol gibi açık beceri gerektiren sporlara katılım, engelli

sporcularda özellikle yürütücü işlev ve bilişsel yararlar açısından yürütücü işlevi ve tepki esnekliğini artırabilir (61-68).

Engelli bireylerin spora katılımının önünde bir dizi engel bulunmaktadır. Engelli bireylerin spora katılımının faydalarına rağmen, katılıma yönelik engeller arasında erişim ve fırsat eksikliği yer almaktadır. Bu engelleri ele almak için kapsayıcı spor programlarının teşvik edilmesi ve kamu farkındalığının ve kabulünün artırılması gerekmektedir (69,70).

Buna bağlı olarak engelli bireylerin spora katılımı, yalnızca fiziksel ve ruhsal sağlığı iyileştirmekle kalmaz aynı zamanda sosyal becerileri geliştirerek ve daha iyi istihdam sonuçlarına katkıda bulunarak engelli bireylere önemli ölçüde fayda sağlar. Kapsayıcı spor programlarını teşvik etmek ve katılıma yönelik engelleri ele almak bu faydaları daha da artırabilir.

### **2.5.2. Görme Engellilerde Spor**

Ülkemizde engelli bireylerin sportif faaliyetlerine 1980' de başlanmıştır. 1990 yılında Türkiye Özürlüler Federasyonu (TÖSF) kurulmuştur. TÖSF'nun kurulmasıyla birlikte tüm engelli bireyler bir araya getirilmiştir. TÖSF bütün engel gruplarındaki sporcuları kendi içerisinde barındırarak bu sporcuların sportif gelişimlerini sağlamak, ülke genelinde sporu engelliler arasında yaygınlaştırarak gelişimlerine katkıda bulunmak, global çaptaki müsabakalara engelli sporcuları hazır hale getirmek ve tüm bunları planlayıp uygulamak amacıyla kurulmuştur.

7 Mart 2000 tarihi itibarıyla işitme ve görme engel gruplarında yer alan sporcular, İşitme ve Görme Engelliler Federasyonu olarak farklı bir federasyon çatısı altında toplanmışlardır. Uluslararası yapılanmaya uygun olabilmek adına Bakanlık Makamının 12 Temmuz 2000 tarihinde 05812 yazılı onayıyla Türkiye Görme Engelliler Spor Federasyonu (GESF) kurulmuştur. GESF'nun amaçları; görme engelli bireyleri spora teşvik ederek, psikolojik olarak desteklemek, federasyon bünyesinde yer alan branşların denetimini ve teknik yönetimini sağlamak, görme engellilerin yapabileceği branşları geliştirmek ve daha fazla insana ulaşabilmek, görme engelli sporcuların yapabileceği branşlar ile ilgili eğitim kampları açmak ve sporcuların gelişimlerine destek vermek, görme engelli bireylerde sporu daha alt yaş kategorilerinden itibaren yaymak, global çapta yapılan müsabakalarda en iyi dereceleri elde etmek, bünyesinde barındırdığı spor branşlarının gelişimini sağlamak için çalışmalar yapmak, sporcu ve spor yöneticilerini yetiştirip global çaptaki müsabakalarda ülkemizi başarılı bir şekilde temsil etmek, başarı

elde eden sporcuları ödüllendirmek ve bu sayede başarıyı teşvik etmek, 81 ilde lisanslı sporcu sayısı ve kulüp sayısını artırmak, görme engelli bireylerde spor bilinci oluşturmak, Türkiye'nin her şehrinde görme engellilerin katılabileceği faaliyetler düzenleyebilmek şeklinde açıklanabilir (71).

### **2.5.3. Görme Engelli Bireylerin Yaptığı Spor Branşları**

GESF'na göre görme engelli bireylerin yaptıkları spor branşları Atletizm, Futbol (B1), Futsal (B2 ve B3), Goalball, Halter, Judo, Satranç ve Yüzme olarak 8 tanedir.

#### **Atletizm**

Görme engellilerde atletizm sporcuları, görme derecelerine göre 3 farklı şekilde sınıflandırılmaktadırlar. Bu sınıflandırmalar içerisinde B1 ve B2 görme derecesi daha az olan sporcuları temsil ederken, B3 görme derecesi daha iyi olan sporcuları temsil etmektedir. Bu sınıflandırma sporcuların adil bir şekilde yarışmaları için yapılmıştır. Görme engelli atletizmde, sporcular için uyarlamalar yapılmıştır. Koşu yarışlarında sporcuların bir rehber atletle birlikte yan yana koşmasına (bu kişiye kılavuz atlet denilmektedir, sporcunun sağ ya da sol kolunun el bileğine bir bant ile bağlanır.) ya da sporcunun bir kişinin sesli komutları yardımıyla yarışması örnek olarak verilebilir (72). Uzun atlama gibi branşlarda ise sporcular, atlayacağı noktayı ayarlayabilmek için bir kişinin bağırması ya da alkış gibi sesli işaretleri kullanabilirler. Bu gibi uyarlamalar, sporcuların kurallara uygun şekilde yarışabilmeleri ve yeteneklerini sergileyebilmelerine yardımcı olur. Görme engelli sporcular 1984 yılında yapılan New York Paralimpik Oyunlarında atletizm branşında resmi olarak ilk kez yer almışlardır (73).

#### **Futbol (B1)**

Görme engellilerde futbol, 1 kaleci ve 4 oyuncudan oluşan 5 kişilik takımlar şeklinde oynanır. Oyuncular tamamen görme engelli (B1), kaleciler ise gören ya da kısmi görenlerden (B2 veya B3) oluşmalıdır. Oyuncular adil bir şekilde rekabet edebilmek amacıyla göz bantları takmalıdırlar. Kaleciler kale alanında kalırlar ayrıca oyunculara rehberlik için önemli rol üstlenirler. İki adet rehber daha vardır biri orta saha çizgisinde yer alırken diğeri rakip takımın kale arkasından sesli komutlarıyla hücumu destekler. Ayrıca görme engelli futbolda top, oyuncuları yönlendirmek için ses çıkaran bir sistemle donatılmıştır. Sesin etkin bir şekilde yer aldığı bu sporda seyirciler topun oyunda olduğu anlarda sessiz olmalıdırlar. Sporcular oyun esnasında yapacakları müdahalelerden önce kesinlikle “voy” diye bağırmalıdır (74).

Saha, uzun kenarı 40 metre, kısa kenarı 20 metre olan oyun esnasında topun çevreye kaçmasını önlemek amacıyla çevresinin tamamının tekme tahtalarıyla kaplandığı dikdörtgen bir sahadır. Maçlar 15'er dakikalık iki yarı şeklinde oynanmaktadır. Her takım iki yarıda kullanmak üzere birer dakikalık iki mola hakkına sahiptir. Müsabaka da görev yapan zaman tutucu her iki yarının son iki dakikasında ve uzatmalarda, serbest vuruş, başlama vuruşu, kale vuruşu ve köşe vuruşlarında saati durdurur (74).

### **Futsal (B2 ve B3)**

Görme engellilerde futsal bir diğer adıyla B2-B3 futbolu, futsal'ın engelli bireyler için uyarlanmış versiyonudur. Bu branşta, kaleciler tamamen gören ya da kısmen görme engelli olabilirken sporcular kısmi derecede görme engeli bulunan kişilerden oluşmalıdır. Görme engelli bireylerin katıldığı bu sporda, aydınlatma, saha boyunca ve maç süresince tüm bölgelerde eşit yoğunlukta olmalı, ışık seviyesinde herhangi bir değişiklik kesinlikle yapılmamalıdır. Topun rengi, saha ve çizgilerin renklerinden farklı olmalıdır. Uluslararası düzeyde, bir takımın kalecisi tamamen görebilen biriye, sahada en fazla iki B3 oyuncusu bulunabilir. Kaleci, tamamen görüş alanında olduğu durumlarda ceza alanını terk edemez. Kaleci, top oyundayken ya da kale vuruşu sırasında orta saha çizgisini geçen bir topu fırlatır ya da tekmelerse ve top kendi yarı sahasında başka bir oyuncuya dokunmadan orta sahayı geçerse, rakip takıma endirekt serbest vuruş kararı verilir. Şeklinde futsal'dan uyarlamalar yapılmıştır. Her takım kaleci dahil 5 kişiden oluşmaktadır. Müsabaka esnasında takımlar sahada en az iki tane B2 sporcu bulundurması gerekmektedir (75).

### **Goalball**

Görme engellilerde goalball sporu, Avusturyalı Hans Lorenzen ve Alman Sepp Reindle tarafından 1946 senesinde İkinci Dünya Savaşının neden olduğu, görme duyusunu kaybeden insanlar için bir rehabilitasyon aracı olarak ortaya çıkarılmıştır. Bu oyunda sporcular opak göz siperliği takarlar ve sporcuların tamamı %10'dan az görme yetisine sahip olmalıdır. Görme engelli bireylerin bu oyunda oynayabilmeleri için B1, B2 ve B3 kategorisinde olmalıdırlar. Goalball oyununda her takım altı sporcudan oluşmaktadır. Buna bağlı olarak altı sporcudan oluşan bu takımların sahada merkez, sol kanat ve sağ kanat olmak üzere üç sporcusu bulunmaktadır. Bu oyun, bowling hareketiyle topu rakip kaleye gol atma amacı taşımaktadır. Sporcular kalelerini savunmak için elleri ve dizleri yerde olacak şekilde dururlar. Sahanın uzun kenarı 18 metre, kısa kenarı 9 metredir ve kısa kenarları kaplayan 9 metrelik iki kaleye sahiptir. Sporcuların sahayı hissedebilmeleri için sahada ki çizgiler iplerle desteklenmiştir. Goalball topu 1,25 kilogramdır ve içerisinde sporcuların topu algılayabilmeleri için bir zil barındırır.

Savunma yapan takımdaki sporculardan biri topa dokunduktan sonra topu geri atmak için 10 saniyesi vardır. Eğer ki bu süreyi aşarsa rakip takım penaltı atışı kazanır. Penaltı atışı sırasında topu 10 saniyeden fazla elinde tutan sporcu 9 metrelik kaleyi tek başına savunmak durumundadır (76).

### **Halter**

Görme engellilerde halter sporu, Uluslararası Ağırlık Kaldırma Federasyonu (IPF)'nin belirlediği kurallar çerçevesinde ve görme engelli sporcular için uyarlanmış düzenlemelerin yer aldığı bir şekilde yapılmaktadır. Bu sporda, görme engelli sporcuların ağırlıkları kaldırdıkları esnada göz içinde meydana gelebilecek baskıdan etkilenmemeleri için tıbbi açıdan sorunsuz olmaları gerekmektedir. Müsabakalar squat, bench-press, deadlift olarak sınıflandırılmaktadır. Sporcular arasında görme engel düzeyine göre sınıflandırma bulunmamakta, erkek ve kadın olarak iki ve 14-19, 20-39, 40-49 ve 50 yaş ve üstü olarak dört kategoride sınıflandırılmaktadırlar (77).

### **Judo**

Judo; görme engelli erkek ve kadın sporcuların mücadele edebildikleri bir branştır. Kadın sporcuların en az 48 kg ile 78 kg ve üzeri kilolar arasında yer alırken; erkek sporcular ise en az 60 kg ile 100 kg ve üzeri kilolar arasında yer almaktadır. Bu branшта B1, B2 ve B3 kategorilerinde yer alan görme engelli sporcuların judo müsabakalarına katılabilmektedirler. 2021 yılında Japonya'nın Tokyo kentinde düzenlenen 2020 Paralimpik Oyunları'ndan sonra sporcuların artık iki görme düzeyi kategorisinde yarışacağı belirtilmiştir. Bu kategoriler kör ve kısmen gören olarak ikiye ayrılmaktadır. IBSA tarafından yapılan müsabakalarda sporcular, kadınlar, erkekler ve takım olarak yarışabilmektedirler. Paralimpik Oyunlarda ise sporcular bireysel olarak madalya alabilmektedir. Müsabakalarda hakemlerin kör olan sporcuları tanıması için bu sporcuların kollarına kırmızı daire şeklinde dikiş atılır. Kör sporcular matın dışına kazara çıkabilmektedirler ve bu durumlarda hakem matın orta noktasında 'Jogai' diye bağıarak sporcuların bulunmaları gereken konumu belirtir. Kör sporcularda matın dışına istemsizce çıkmak ceza puanı almalarına neden olmaz (78).

### **Satranç**

Görme engellilerde satranç tahtası, görme engelli sporcuların karelerin siyah ya da beyaz olduğunu hissedebilmeleri amacıyla siyah karelerin tamamı beyaz karelerden 3 ila 4 mm yukarıda olduğu şekilde uyarlanmıştır. Oyuncular bu sayede taşın siyah karede ya da beyaz karede olduğunu anlayabilmektedirler. Tüm karelerin ortasında birer delik yer almakta ve her taşın altında da bu deliklere tam uyumlu şekilde çiviler yer almaktadır.

Oyuncular taşlara dokunarak taşların Şah, Vezir, At, Fil, Kale ya da Piyon olduğunu anlayabilirler. Oyuncuların siyah ve beyaz taşları ayırt edebilmeleri için siyah taşların uçlarında birer iğne yer almaktadır. Oyuncular yaptıkları hamlelerden sonra yüksek bir ses tonuyla bu hamleleri söylemelidirler bu şekilde rakipleri hamlelerin neler olduğunu anlayabilmektedir (79).

### **Yüzme**

Görme engellilerde yüzme sporunun kuralları Uluslararası Yüzme Federasyonu (FINA) tarafından belirlenen kuralların, Dünya Para Yüzme Federasyonu tarafından uyarlanmasıyla oluşturulmuştur. Görme engellilerde yüzme sporu Dünya Para Yüzme Federasyonu tarafından yönetilmektedir. Bu sporda görme engelli sporcular S/SB11, S/SB12 ve S/SB13 olmak üzere üç ayrı kategoride yarışmaktadırlar. Sırasıyla bu kategorilerde B1, B2 ve B3 görme sınıfında yer alan sporcular yarışmaktadırlar. Para Yüzmede “S” serbest stil, kelebek ve sırtüstü yüzme stillerini ifade ederken, “SB” kurbağalama stilini ifade etmektedir. S/SB11 kategorisinde yarışan sporcular koyu renkli gözlük takmalıdırlar. Ayrıca bu kategoride yer alan sporcular için doğru bir vuruş yapamama ya da kulvar çizgisine temas ettikleri zaman bazı toleranslar verilmektedir. Para yüzme de tapper adı verilen ucunda sert köpük bulunan bir çubuk kullanılmaktadır. Havuzun her iki tarafında bulunan rehberler bu çubukları doğru zamanda sporculara dokunmak için kullanılmaktadır (80).

### **2.6. Motivasyon**

Bireyin davranışlarına yön veren, bireyi harekete geçiren ve bir hedef doğrultusunda bireyi teşvik eden psikolojik sürece motivasyon denir. Motivasyon kavramı kapsamlı ve geniş bir kavram olduğundan literatürde birçok farklı tanım yer almaktadır. Motivasyon teriminin kökeni Latince’de harekete geçmek ve harekete geçirmek olarak adlandırılan “movere” teriminden gelmektedir (81). Motivasyon teriminin Türkçe karşılığı tam olarak bulunmamakla beraber güdüleme terimi bu terimin Türkçe karşılığı için kullanılmaktadır. Güdüleme kelimesi, güdü teriminden türemiştir. Güdü ise Türk Dil Kurumu’na göre; ister bilinçli ister bilinçsiz olsun bir davranışı başlatan, bu davranışı yönlendiren ve devamlılığını sağlayan, saik olarak tanımlanmaktadır. Bir sporcunun daha iyi bir performans sergilemesi için düzenli antrenman yapması veya bir ressamın galerisine daha fazla kişi çekebilmek için daha cezbedici ve özgün eserler ortaya koyması güdüye örnektir (82). Motivasyon bir amacı elde etmek için hareketi başlatan ve bu hareketi sürdüren durumdur (83).

Motivasyon itici bir güçtür. Bir takımın, grubun, şirketin ya da bir kurumun daha iyi performans alabilmesini doğrudan sağlayan şey bu ekibe, şirkete ya da kuruma bağlı bireylerin çalışma performanslarıdır. Bu kişilerin işi, daha yüksek odaklılık ve daha kısa sürede çok daha iyi bir şekilde tamamlamalarını sağlayan şey motivasyondur. Dolayısıyla motivasyon; insanların performanslarını artıran ve bir işi normalden daha iyi yapmalarını sağlayan itici bir güçtür (84).

### **2.6.1. Motivasyon Çeşitleri**

Motivasyon genel anlamda içsel, dışsal ve motivasyonsuzluk olmak üzere üç alt başlık altında ele alınmaktadır:

#### **İçsel Motivasyon**

İçsel motivasyona sahip kişilerin hedeflerine ulaşmak için belirledikleri yolları vardır. Bu süreçte başarılı olmak için bazı temel şartları yerine getirmeleri gerekir. Öncelikle bireyin kendine inancı tam olmalıdır. Durağan kalmak yerine sürekli ilerlemeye odaklanmalı, faydalı alışkanlıklar edinmeli ve zararlı olanlardan uzak durmalıdır. Ayrıca fiziksel durumunun farkında olmalı ve bunu avantaja çevirebilmeli, başarılı bir karakter geliştirmeli ve etkili iletişim kurabilmelidir. Kaygı, korku ve şüphe gibi olumsuz duygulara direnebilmeli, gerginliği kontrol edebilmeli ve başarısızlık karşısında kararlıkla durabilmelidir. Zamanını verimli kullanarak bilinmeyeni keşfetmeye istekli olmalı ve araştırma ve sorgulama alışkanlığı edinmelidir. Bu özelliklere sahip bireyler hedeflerine doğru daha bilinçli ve kararlı bir şekilde ilerleyerek başarılı olabilirler (85).

#### **Dışsal Motivasyon**

Dışsal motivasyon, bireyin davranışlarını yönlendiren ve kişisel olarak değil çevresel unsurlar tarafından sağlanan teşvikleri ifade eder (86). Bu tür motivasyon, para, terfi, ödül, toplumda tanınma ve kariyer olanakları gibi dışsal unsurlardan kaynaklanır. İçsel motivasyonla karşılaştırıldığında, dışsal motivasyonda kişiyi harekete geçiren etkenler bireyin iç dünyasından değil, dış çevredeki somut ödüller ve beklentilerden gelir. Örneğin, bir sporcunun performansını sürdürmesindeki temel etken, kişisel gelişim isteğinden çok, kazanacağı para ödülü ya da elde edeceği sosyal statü olabilir.

Dışsal motivasyon yalnızca maddi ödüllerle sınırlı değildir; övgü, sosyal takdir, madalya, sertifika, sıkı denetim, hatta disiplin uygulamaları gibi unsurlar da bu kategoriye girmektedir. Kamuoyunda görünürlük kazanmak ya da daha önce elde edilen ödülleri korumak için çaba göstermek de dışsal motivasyonun bir parçası olabilir. Ancak bu tür

güdülenme biçimi genellikle geçici etkiye sahiptir. Dışsal ödüller ortadan kalktığında ya da etkisini yitirdiğinde, bireyin motivasyonu ve performansı da belirgin şekilde azalabilir. Bu nedenle, daha sürdürülebilir ve uzun vadeli bir etki için içsel motivasyonun geliştirilmesi genellikle daha etkili ve kalıcı bir yaklaşım olarak görülmektedir (87,88).

### **2.6.2. Motivasyonsuzluk**

Motivasyonsuzluk, sporcuların yaptıkları hareketler ve yapılan bu hareketlerin getirdiği sonuçlar arasında ki bağlantıyı kuramaması olarak tanımlanabilir. Motivasyonsuzluk durumu, bireylerde hem içsel hem de dışsal motivasyonun olmadığı durumlarda, bireylerin yetersizlik hissiyatına kapıldığı ve bu hissiyatın üstesinden gelemediği durumlarda yani bireyi güdüleyen bir etmen var olmadığında ortaya çıkabilmektedir (89). Motivasyonsuzluk bireyin bir davranışı gerçekleştirmek için harekete geçme isteğinin bulunmaması durumudur. Yani bireyi güdüleyen herhangi bir etmenin var olmamasıdır. Örneğin, bireyin bir etkinliğe ilgi göstermemesi o etkinlikten yararlanmak istememesi ya da o etkinliği gerçekleştirecek yeterliliğe sahip olmadığını düşünmesidir. Bir başka tanıma göre ise motivasyonsuzluk, herhangi bir etkinliğe değer vermemek, o etkinliği yapacak kadar kendini yeterli hissetmemek, beklenen sonucu alacağına inanmamak ya da beklentiyi karşılayamayacağını düşünmekten kaynaklanmaktadır (90).

### **2.7. Spora Katılım Motivasyonu**

Motivasyon terimi; insanların harekete geçme nedenleri, davranışlarının düzenlenmesi ve sürdürülme sürecini inceler. Motivasyon, insanların her alanda ihtiyaç duyabilecekleri ve hedeflerine ulaşmalarını sağlayan güçlü bir araçtır. Motivasyon kavramının sağlık, eğitim, spor vb. alanlarda önemli olduğu görülmektedir. Çünkü bireyler, hedeflerini gerçekleştirmek için güdülenmeye gereksinim duymaktadır (91).

İçsel ya da dışsal herhangi bir şekilde motive olmayan bireylerde başarısızlık neredeyse kaçınılmaz bir sonudur. İnsanlar kendilerini mutsuz eden olay, durum ve kişilerden kaçınır ve kendilerini mutlu eden, huzur veren ve rahatlatan olay, durum ya da kişileri ararlar. Sportif performans ve başarının gereksinimi motivasyondur. Motivasyon sağlık için spor yapmaktan performans sporlarına kadar tüm sportif alanda oldukça önemlidir (92).

Normal gelişim gösteren bireylerde egzersiz ve spor bireylerin yaşam kalitesini ve standartlarını yükseltir. Paralel olarak özel gereksinimli bireylerde spor, bu bireylerin

yaşam kalitelerini artırmaktadır. Özel gereksinimli bireylerde sporun amacı, egzersiz ve sportif faaliyetler ile gelişim sağlamak ve bireyleri topluma entegre etmektir (93). Özel gereksinimli bireyler engelleri dolayısıyla topluma katılımları daha güçtür. Spor ve spora katılım bireylerin engellerini kabul etme, topluma katılma, sosyal ilişkiler kurma gibi birçok duruma olumlu etki etmektedir. Normal gelişim gösteren bireylerin ihtiyaç duyduğu motivasyon, özel gereksinimli bireyler içinde oldukça önem arz etmektedir.

## **2.8. Psikolojik İyi Oluş**

Psikoloji eskiden bireylerin olumsuz yönlerini incelerken, öncüsü Martin Seligman olarak görülen pozitif psikoloji kavramının ortaya çıkmasıyla psikoloji biliminin odağı yalnızca bireylerin sorunları olmaktan çıkmış aynı zamanda bireylerin sağlıklı yönlerini, değişimlerini ve gelişimlerini inceleyecek şekilde yapılandırılmıştır. Bu dönemden sonra insan sağlığının gelişiminde psikolojik hastalıklar kadar bireylerin psikolojik iyilik hallerinin de göz ardı edilmemesi gerektiği vurgulanmıştır (94).

Psikolojik iyi oluş, bireyin zihinsel ve duygusal açıdan sağlıklı, dengeli ve doyurucu bir yaşam sürmesini sağlayan işlevsel süreçleri içeren pozitif psikolojik işleyişin çeşitli boyutlarını içeren çok geniş bir kavramdır. Bu kavram, bireyin sadece depresyon, stres, kaygı gibi olumsuz durumlara sahip olmaması anlamına gelmez aynı zamanda bireyin yaşam doyumu, iyimserlik, kendini kabul etme ve yaşam amacı gibi olumlu psikolojik özelliklerin varlığını da içerir. Bu doğrultuda, psikolojik iyi oluş, bireyin iç huzurunu ve yaşam kalitesini artırmak için önem arz eden bir etkidir (95).

Carol Ryff<sup>7</sup> a göre psikolojik iyi oluşu belirleyen altı yapı taşı vardır. Bu yapı taşları, bireyin kendini keşfetmesi, kendini kabul etmesi, yaşam amacını kabul etmesi, çevresiyle sağlıklı iletişim kurabilmesi açısından oldukça önem arz etmektedir (96).

### **2.8.1. Psikolojik İyi Oluşun Temel Boyutları**

Ryff'a göre psikolojik iyi oluşun temel taşları olarak adlandırılan altı kriter şunlardır: Öz kabul, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, özerklik, çevresel hakimiyet ve yaşam amacı. Bu altı kriter psikolojik iyilik halinin farklı boyutlarını temsil etmekte ve sağlıklı bir psikolojik durumu tanımlamak için kullanılmaktadır (96).

#### **Öz Kabul**

Psikolojik iyi oluşun temel boyutlarından öz kabul, iyi olmanın ve iyi hissetmenin en önemli parçasıdır. Öz kabullenme, bireyin güçlü yönlerinin yanında zayıf yönlerinin de farkına varması ve kendini hem güçlü hem de zayıf yönleriyle birlikte kabul etmesi

olarak tanımlanabilmektedir. Öz değerlendirme süreci, bireyin kendi sınırlarını ve kusurlarını bilmesine rağmen kendini sevmesini ve benimsemesini sağlar ve böylece psikolojik iyi oluşun temel unsurlarından biri haline gelir. Yani öz kabullenme, bireylerin kendini zayıf hissettikleri olay, durum ve zamanlarda bile kendini iyi hissetmesi olarak tanımlanabilmektedir (97,98).

### **Bireysel Gelişim**

Bireysel gelişim, bireyin sahip olduğu becerileri taşıyabileceği en yüksek noktaya taşınması ve kapasitesini, bilgisini arttırmaya çalıştığı bir gelişim sürecidir. Bu süreç bireyin bilgi, beceri ve farklı alanlarda kendini daha donanımlı hale getirmesini ele almaktadır. Kişisel gelişim sadece akademik veya mesleki yeterlilikleri artırmakla sınırlı kalmayıp, bireyin duygusal, sosyal ve zihinsel gelişimini de içermektedir. Kendini keşfetmek, güçlü ve zayıf yönlerini öğrenmek, kendini eksik gördüğü alanlarda geliştirmek ve mevcut potansiyelini en doğru şekilde kullanmak bireysel gelişimin temel unsurları arasındadır (99).

### **Diğerleriyle Olumlu İlişkiler**

Ryff'e göre psikolojik iyi oluşun temel taşlarından biri başkalarıyla samimi ve sevgi dolu ilişkiler geliştirmektir. Diğerleriyle olumlu ilişkiler kurabilen bireyler, genellikle güçlü bir empati ve derin bir şefkat duygusuna sahiptir. Bu bireyler etraflarındaki insanları anlama ve duygularına karşı duyarlılık gösterme konusunda yeteneklidir. Öte yandan, sosyal ilişkilerde zorluk çeken bireyler genellikle daha benmerkezci bir tutum sergiler ve daha yalnız bir yaşam tarzını seçmektedirler. Ayrıca, kendini gerçekleştiren bireyler daha anlamlı ve güçlü arkadaşlıklar kurma eğilimindedir. Bu derin bağlar duygusal tatminlerini artırır ve sosyal yaşamlarında da önemli bir rol oynar. Kurdukları ilişkiler onlar için çok değerli ve tatmin edicidir çünkü karşılıklı güven, anlayış ve samimiyet üzerine kuruludur (100,101).

### **Özerklik**

Özerklik, bireyin düşünceleri, değerleri ve inançları ile dış baskılardan etkilenmeden bağımsız bir şekilde kararlar alabilmesi, bireyin kendine güvenmesi, hayatının akışını çevresel etmenlerden bağımsız olarak yönlendirebilmesi ve hayatına dair önemli kararları kendi iradesiyle alması durumunu ifade etmektedir. Özerklik düzeyi yüksek olan bireyler, çevre baskısı olarak adlandırılacak sosyal ve kültürel baskılara karşı daha dirençlidir ve kendi değerlerine uygun bir hayat yaşamak için daha kararlı davranmaktadırlar. Kendi kararlarını verebilen ve buna göre hareket edebilen bireyler daha yüksek öz güven sergiler ve çevrelerinde bulunan bireylerin yönlendirmelerine daha

az bağımlı hale gelirler. Bu, bireyin psikolojik iyi oluşunu destekler ve bağımsız ve tatmin edici bir hayat yaşamasını sağlar (102).

### **Çevresel Hâkimiyet**

Çevresel hâkimiyet, bir bireyin yaşadığı çevreyi etkili bir şekilde kontrol etme, yaşam koşullarını kendi ihtiyaçlarına göre düzenleme ve karşılaştığı zorluklarla başa çıkma ve uyum sağlama yeteneğini kapsamaktadır. Bu kavram, bir bireyin çevresel engelleri aşma, karşılaştığı sorunları çözme ve içinde bulunduğu koşulları kendi avantajına göre şekillendirme yeteneğini ifade etmektedir. Bu yetenek, yalnızca bir bireyin çevresel koşulları kontrol etme yeteneğini değil, aynı zamanda değişen durumlara uyum sağlama ve esneklik gösterme yeteneğini de içerir. Yüksek çevresel hâkimiyete sahip bireyler, yaşamlarında daha fazla kontrol duygusu yaşarlar ve karşılaştıkları zorlukları fırsata dönüştürmede daha başarılı olabilirler. Bu, hem bireylerin kişisel gelişimine katkıda bulunmakta hem de genel yaşam memnuniyetlerini artırmaktadır (98).

### **Yaşam Amacı**

Yaşam amacı, kişinin yaşamına anlam kazandırma çabası, birtakım hedefler belirlemesi ve bu hedeflere ulaşmak için mücadele içinde olmasıdır. Yaşam amacının temel unsurları arasında kişinin kararlar alması ve hayatına yön vermesi, hayatının belirli bir amacı olduğunu anlaması ve kabul etmesi ve tüm bu süreçler için bilinçli adımlar atması yer almaktadır. Yaşam amacı, bireyin kendini gerçekleştirme sürecinde önemli bir rol oynar ve kişinin motivasyonunu artırarak daha tatmin edici bir yaşama katkıda bulunur. Yaşamlarına anlam katmak isteyen bireyler, değerleri ve inançları doğrultusunda hedefler belirler ve bu hedefler doğrultusunda istikrarlı bir şekilde ilerlemeye çalışırlar (103).

## **2.9. Spora Katılım Motivasyonu ve Psikolojik İyi Oluş Alanlarında Yapılan Ulusal ve Uluslararası Çalışmalar**

Ünaldı (104)'nın 372 üniversite öğrencisinin katılımıyla, üniversite öğrencilerinin deprem sonrası eğlence amacıyla spor yapmalarının iyilik hallerine etkisini inceledikleri çalışmasında bireylerin spora katılımları ile öznel iyi oluşları arasında pozitif yönde bir ilişki tespit etmişlerdir. Ginis ve ark. (105)'nin 535 bedensel engelli yetişkinin katılımıyla, fiziksel engelli yetişkinlerde egzersiz katılımı ile öznel refah arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmasında spora katılım motivasyonunun yalnızca fiziksel faydalar sunmadığı, psikolojik iyi oluş üzerinde de önemli katkılar sunduğunu göstermektedir. Sonuç olarak, görme engelli bireylerin spora katılım motivasyonları

psikolojik iyi oluş düzeyleriyle de olumlu ilişki içerisinde olduğu söylenebilir. Çakır (106)'ın 830 üniversite öğrencisinin katılımıyla, spora katılımın bilinçli farkındalık ve mental iyi oluş üzerindeki etkisini inceleme amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında spora katılım sağlayan ya da spor bilimleri fakültesinde öğrenim görenlerin bilinçli farkındalık düzeyleri ve mental iyi oluşlarının daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Demirel ve ark. (107)'nin 100 görme engelli bireyin katılımıyla, spor yapan ve yapmayan engelli bireylerin öznel iyi oluş düzeylerini incelemek amacıyla gerçekleştirdikleri çalışmasında fiziksel aktivitelere katılımın engelli bireylerin yaşam kaliteleri, psikolojik ve sosyal gelişimleri gibi değişkenleri desteklediği ve pozitif olarak etkilediğini tespit etmişlerdir. Cho ve Shin (108)'nin 253 ortaokul öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirdiği ortaokul öğrencilerinin judoya katılım motivasyonunun egzersiz akışı ve psikolojik mutluluk üzerindeki etkilerini incelemeyi amaçladıkları çalışmasında rekreatif bir faaliyet olarak judoya katılım sağlamanın psikolojik mutluluk düzeyini olumlu etkileyeceği sonucunu elde etmişlerdir. Harthy ve ark. (109)'nin Güney Suudi Arabistan'da, 205 engelli spor yapan bireyle gerçekleştirdikleri kulüplerde spor yapan engellilerde sosyal katılım ile ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada spor kulüplerine katılım gösteren engelli bireylerin sosyal katılım düzeylerinin genel ruh sağlığı ile pozitif bir ilişki içerisinde olduğunu ayrıca depresyon ve kaygı ile de negatif ilişki içerisinde olduğunu tespit etmişlerdir. Sarıkan (110)'ın 144 bireyin katılımıyla gerçekleştirdiği düzenli egzersizin ruh hali ve yaşam doyum düzeyleri ile ilişkisini inceledikleri çalışmada düzenli olarak egzersiz yapan bireylerin ruh halleri ve yaşam doyumları ile düzenli egzersiz arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Bu bulgulardan hareketle spora katılımın bireylerin psikolojik iyi oluşlarını desteklediği söylenebilir.

### 3. MATERYAL VE METOT

#### 3.1. Araştırmanın Yöntemi

Bu araştırma nicel araştırma tekniklerinden ilişkisel tarama modeline göre yürütüldü. İlişkisel tarama modeli, iki ya da daha fazla değişken arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını incelemeyi amaçlayan bir araştırma desendir. Bu modelde, değişkenler arasında bir ilişki varsa bu ilişkinin yönü ve kuvveti tespit edilmeye çalışılır. Değişkenlerin birlikte nasıl değiştiği ve aralarındaki ilişkinin niteliği araştırılır (111).

**Nicel Araştırma:** Nicel araştırma, pozitivist yaklaşım kurallarını ve sınırlarını esas alan ve bu sınırların dışına çıkmamayı kabul eden bir araştırma biçimidir. İstatistiki yöntemlere dayanan nicel araştırmalar, evreni ve örnekleme büyük olan gruplar üzerinde, olasılığa dayalı örnekleme yöntemleri kullanarak araştırmalar yapmayı mümkün kılmaktadır. Büyük evren ve örneklem gruplarıyla çalışan bu tür araştırmalar, örneklem üzerinde kontrollü ve objektif bilgiler edinmeyi amaçlamakta ve bu örneklem grupları üzerinde elde edilen verilerin geçerli ve güvenilir bir biçimde analiz edilmesi temeline dayanmaktadır. Elde edilen veriler, istatistiksel veri analizi programları yardımıyla işlenerek analiz edilir ve böylelikle sayısal veriler üzerinden incelenen araştırma tanımlanır, analiz edilir, açıklanır ve kontrol edilir. Tüm bu veri işleme ve analiz süreçleri sayesinde nicel araştırmalar bilimsel temellere dayanır ve elde edilen sonuçların doğruluğunu ortaya koyar. Ancak nicel araştırmaların tutarlı ve doğru bir şekilde ilerleyebilmesi için araştırma deseninin doğru bir şekilde seçilmesi gerekmektedir.

Özellikle sosyal bilimlerde alanında yürütülen araştırmalarda, insan davranışları ve ilişkileri gibi değişkenler arasındaki farkları, ilişkileri ya da neden-sonuç bağlantılarını incelemeyi amaç ediniyorsa nicel araştırma desenlerinden deneysel, tarama (survey), nedensel karşılaştırma ve korelasyonel desenler arasından araştırmaya uygun olanı tercih etmesi gerekmektedir.

Araştırmacıların, saha çalışmalarına başlamadan önce nicel araştırma yapmayı neden tercih ettiklerini açıkça anlamaları gerekmektedir. Bu farkındalık, araştırma sürecinin planlanması ve yürütülmesi esnasında karşılaşılabilecek sorunların önüne geçebilmelerini sağlar. Ayrıca nicel araştırma yapılırken meydana gelebilecek olası hata ve kısıtlılıklar hakkında bilgi sahibi olmak, kolaylıkla başa çıkabilmeleri hususunda gereklidir. Belirtilen tüm bu aşamalar, araştırmacıların sağlam ve sistematik bir biçimde

sağlıklı ve doğru bir yol izleyerek nicel araştırma tasarımlarına ve yürütmelerine olanak tanıyabilmektedir (112).

**Deneysel desen:** Deneysel araştırmalar genellikle araştırmacının kontrolünde olan bir ortamda yürütölen ve ölçölebilir, hesaplanabilir ya da karşılaştırılabilir hipotezler ve değişkenlerden oluşarı çalışmalardır. Deneysel araştırmaların temel amacı, bağımsız değişken ile bağımlı değişken arasındaki ilişkiyi ya da korelasyonu ortaya koymaktır. Deneysel çalışmalarda elde edilen veriler ölçölebilir nitelikte olmalıdır. Bu araştırmalar aynı zamanda “müdahale araştırması” ya da “gruplar arası karşılaştırma araştırması” olarak da adlandırılabilir. Bu yöntem, belirli bir etkinliğin ya da materyalin katılımcıların sonuçları üzerindeki etkisini belirleyebilmek adına kullanılan nicel bir yöntemdir. Bu yöntemle araştırmacı, deney grubuna bir müdahale ya da uygulama yapar ancak kontrol grubuna herhangi bir müdahale ya da uygulama yapmaz. Bu şekilde iki grup arasındaki etkiyi ölçebilir.

Deneysel tasarım kavramı, bir hipotezi sınamak amacıyla yöntem geliştirilmesini ifade etmektedir. Başarılı bir deneysel tasarımın temelinde, araştırılan konunun derinlemesine anlaşılması yer alır. Deneysel tasarımda ilk olarak, araştırma değişkenlerinin tanımlanması ve bu değişkenler arasındaki ilişkilerin tespit edilmesi gerekmektedir. İkinci olarak, açık ve test edilebilir öngörülerde bulunulmalıdır. Üçüncü olarak, araştırma bulgularının ne düzeyde genellenebilir olduğunu değerlendirme aşaması yer almaktadır. Dördüncü olarak ise, araştırmacının randomizasyon uygulamaları, deneysel kontrol mekanizmaları ile denekler arası ve denekler içi tasarım tercihlerine göre araştırmanın iç geçerliliği belirlenebilmektedir (113).

**Tarama (Survey):** Anket tasarımı yöntemi, veri toplama aracı olarak anketin kullanıldığı nicel araştırma yöntemlerinden biridir. Anketler nicel araştırma yöntemleri arasında sıklıkla tercih edilen ve uygulaması en kolay olanlardan biridir. Anket yöntemi iki türde sınıflandırılmaktadır. Kesitsel anketler, belirli bir zaman aralığında, önceden tespit edilmiş bir hedef gruba yönelik uygulanan araştırmalardır. Bu araştırmaların başlangıç ve bitiş zamanı önceden belirlenmiştir. Araştırmacılar, bu zaman aralığında ortaya çıkan durumları inceleyerek bulgular elde ederler. Bu anketlerin temel amacı hedef grubun mevcut özelliklerini belirlemek ve değerlendirmektir. Uzunlamasına anketler ise, farklı zamanlar aralıklarında yürütölürler ve hedef grupta belirli değişkenlerin süreç içerisindeki değişimini ve bunlar arasındaki ilişkileri ortaya koymayı amaçlar. Bu yöntemin kullanımının temel amacı farklı değişkenlerin zaman içindeki etkilerini ve nedensel bağlantılarını incelemektir. Uzunlamasına anketler, uzun zaman aralığındaki

gözlemlere dayandığı için bir çalışmanın, konunun, araştırmanın değişimini ya da gelişimini ortaya koymada etkilidir (114).

**Nedensel Karşılaştırma:** Nedensel karşılaştırma deseni bir olayın neden ortaya çıktığını, neden kaynaklandığını anlamak amacıyla gerçekleştirilmektedir. Olayın meydana gelmesinde etkili olan değişkenlerin neler olduğunu anlamaya çalışmaktadır. Belirli bir durumdan etkilenen ve etkilenmeyen grupları karşılaştırarak, o durumun ortaya çıkmasında rol oynayan nedenleri ve etki eden faktörleri belirlemeye çalışan araştırma türüdür. Bu yöntem neden-sonuç ilişkisini ele alması bakımından deneysel araştırma ile benzerlik göstermektedir, ancak çalışılan konu, olgu ya da olay araştırmacının dışarıdan müdahalesini içermez. Bu yönüyle deneysel çalışmalardan ayrılmaktadır. Araştırmacı, herhangi bir müdahale olmaksızın ortaya çıkan bu nedenleri anlamak ve ortaya koymaya çalışmaktadır (115).

**Korelasyonel (İlişkisel):** İlişkisel tarama deseni, iki ya da daha fazla değişken arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını, varsa bu ilişkinin yönünü ve derecesini ortaya koymak amacı taşıyan araştırma desenidir (111). Bu modelde değişkenler arasındaki ilişki, korelasyon katsayısı ile ortaya konmaktadır. Korelasyon türü ilişki şekli içeren modelde temel amaç, ele alınan değişkenlerin birlikte değişip değişmediği, değişim var ise, bu değişimin yönü ve düzeyinin nasıl olduğunu belirlemektir. Böylelikle değişkenler arasındaki bağlantılar daha net bir şekilde görülmekte ve ortaya konmaktadır. İlişkisel çalışmaların sonucunda değişkenler arasında üç farklı ilişki şekli meydana gelebilmektedir. Bu ilişkilerden ilki, değişkenler arasında sistemli bir ilişki olmasıdır. İkinci ilişki, değişkenler arasındaki ilişkinin birbiriyle paralellik göstermesidir. Üçüncü ilişki ise, değişkenler arasında zıt yönlü ilişki tespit edilmesidir; yani değişkenlerden biri artarken diğersinin azalması durumudur. Bu model sayesinde araştırmacılar değişkenler arasındaki ilişkileri daha net bir şekilde ortaya koyarak pozitif ve negatif yönlü ilişkileri belirleyebilmektedirler (116).

### 3.2. Evren ve Örneklem

Bu çalışmanın evrenini aktif spor yapan ve liglerde mücadele eden görme engelli sporcular oluşturmaktadır. Bilimsel araştırma sürecinde evrenin tamamına erişmek, zaman, maliyet ve emek açısından zor olmasından dolayı geniş sporcu kitlesine sahip olan kulüp veya liglerde spor faaliyetlerini yürüten görme engelli sporcular bu çalışmanın örneklemi oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemi seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme yöntemiyle seçilen, 18 yaş ve üstü olan 359 sporcu

oluşturdu. Öncelikle çalışmanın etik kurallarına uygun bir şekilde yürütülebilmesi için Görme Engelliler Spor Federasyonu'ndan gerekli izinler alındı. Araştırma kulüplerde ya da liglerde aktif bir şekilde spor faaliyetlerini yürüten görme engelli ve gönüllü olarak çalışmaya katılmayı kabul eden sporcular ile yapıldı.

### 3.3. Veri Toplama Araçları

Çalışmanın amacı doğrultusunda demografik özellikler, engelli sporculara yönelik spora katılım motivasyon düzeylerini belirlemeye yönelik geliştirilen, “Engelli Bireylerde Spora Katılım Motivasyonu” ve psikolojik iyi oluş düzeylerini belirlemek için yer alan “Psikolojik İyi Oluş” ölçek formları kullanıldı.

**Demografik Özellikler:** Araştırmaya katılan görme engelli sporcuların “cinsiyet, medeni durum, yaş, eğitim durumu, görme engel türü, spor branşınız, temsil ettiğiniz lig, günlük spor yapma ve haftalık spor yapma sıklığınız, toplam spor deneyiminiz, milli sporculuk durumunuz” gibi demografik bilgilerini öğrenmeye yönelik olarak araştırmacı tarafından demografik bilgiler formu hazırlandı ve 13 sorudan oluşmaktadır (EK-4).

**Engelli Bireylerde Spora Katılım Motivasyonu Ölçeği:** Engelli bireylerin spora katılım motivasyonlarını değerlendirmek amacıyla Tekkurşun Demir ve arkadaşları (2021) tarafından geliştirilen ve toplam 22 maddeden oluşan bir ölçme aracı kullanıldı (EK-5). Ölçek, üç temel alt boyuttan oluşmaktadır: içsel motivasyon, dışsal motivasyon ve motivasyonsuzluk. Ölçekte yer alan maddeler, yalnızca motivasyonsuzluk boyutu dışında olumlu ifadelerle sahiptir. Katılımcıların görüşlerini “1 = Kesinlikle Katılmıyorum, 5 = Kesinlikle Katılıyorum” belirttikleri derecelendirme, 5’li Likert tipi bir ölçek şeklinde düzenlendi. Bu sistemde her bir maddeye verilen puan 1 ile 5 arasında değişmektedir. Katılımcının bir maddeye verdiği puan ne kadar yüksekse, o boyutta spora katılım motivasyonu da o oranda yüksek kabul edilmektedir. Özellikle motivasyonsuzluk alt boyutuna ilişkin maddeler ters puanlama sistemiyle değerlendirildi (örneğin: 1 = 5, 2 = 4, ..., 5 = 1). Ölçeğin güvenilirliği, Cronbach Alfa katsayısı hesaplandı ve 0,98 olarak belirlendi. Alt boyutlara ilişkin açıklamalar aşağıda verilmektedir (2) :

- **İçsel Motivasyon:** Bu boyut, bireyin yalnızca sporu yapmaktan aldığı haz, başarıya duygusu, merak ve heyecan gibi içten gelen güdülerle hareket ettiğini ifade eder. Spor yapmanın bireyde mutluluk ve istek yaratması da bu kapsamda değerlendirilir. Bu alt boyutun Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı  $\alpha = 0.94$  olarak tespit edildi.

- **Dışsal Motivasyon:** Kişinin dış çevreden gelen etkilere bağlı olarak (örneğin: övgü, ödül, tanınma, sosyal takdir) spora yönelmesini ifade eder. Alkışlanmak, popüler olmak ya da çevreden gelen olumlu geri bildirimler bu boyutun temel belirleyicileridir. Bu alt boyutun Cronbach alfa katsayısı  $\alpha = 0.84$ 'tür.
- **Motivasyonsuzluk:** Bu boyut, bireyin spora neden katıldığını ve bu katılımın ne gibi sonuçlar doğurabileceğini anlayamaması, yani davranış ile sonucu arasında anlamlı bir bağ kuramaması durumunu yansıtır. Bu boyutun güvenirlik katsayısı  $\alpha = 0.88$  olarak bildirilmektedir. Bu boyuttaki maddeler, analiz öncesinde ters kodlanarak değerlendirildi (2).

**Psikolojik İyi Oluş Ölçeği:** Bu araştırmada, bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini değerlendirmek amacıyla Diener ve ark. (117) tarafından geliştirilen ve Telef (118) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİOÖ) kullanıldı (EK-6). Ölçek; bireyin sosyal ilişkileri, yaşam doyumu, kendilik algısı ve günlük aktivitelerle olan etkileşimini değerlendirmeye yönelik ifadeler içermektedir. Bu ifadeler; “görülme”, “mutluluk” ve “ödüllendirici ilişkiler kurma” gibi sosyal boyutlarla ilişkili unsurları kapsamaktadır.

Ölçek, bireyin kendi yaşamına dair öznel bir değerlendirme yapmasına olanak tanıyan maddelerden oluşmaktadır. Katılımcıların günlük yaşamdaki amaçlı aktivitelerle olan meşguliyet düzeyleri, sosyal destek algıları ve yaşama anlam yüklemeleri gibi psiko-sosyal yönleri ölçmeye odaklanmaktadır. İçerik itibarıyla, bireyin kendine duyduğu saygı, yaşamdan beklentileri ve geleceğe dair iyimser bakışı ile yakından ilişkilidir. Ayrıca bireyin katıldığı etkinliklerde kendini yeterli ve yetkin hissedip hissetmediğine dair ifadeler de ölçek kapsamında yer almaktadır. Toplam 8 maddeden oluşan ölçek, 7'li Likert tipi olarak yapılandırılmaktadır. Katılımcılar, her maddeye “Kesinlikle Katılmıyorum” (1) ile “Kesinlikle Katılıyorum” (7) arasında puan vererek görüşlerini belirtmektedir. Ölçeğin güvenirliği, Cronbach Alfa katsayısı 0.80 olarak hesaplandı (118).

### 3.4. Verilerin Analizi

Araştırmada toplanan verilerin analizleri, SPSS 22.0 istatistik paket programı kullanılarak gerçekleştirildi. Analizlere başlamadan önce, verilerin normal dağılıp dağılmadığını belirlemek amacıyla normallik testleri uygulandı. Bu kapsamda, araştırma değişkenlerinin çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) katsayıları incelendi ve

değerlerin -2 ile +2 arasında olduğu gözlemlendi (119). Bu sonuçlar doğrultusunda, verilerin normal dağılım göstermediği ve parametrik olmayan testlerin kullanılması gerektiği kararlaştırıldı. Dağılımı normal olmayan verilerde; iki grup karşılaştırması için Mann-Whitney U testi, üç veya daha fazla grup karşılaştırması için ise Kruskal-Wallis H testi kullanıldı. Ölçekler arasındaki ilişkilerin belirlenmesinde ise Spearman korelasyon analizi uygulandı. Ayrıca, verilerin betimsel analizleri yapıldı ve frekans ile yüzdeler hesaplandı. Araştırmada istatistiksel anlamlılık düzeyi  $p < 0.05$  olarak belirlendi ve güven aralığı %95 kabul edildi.



## 4. BULGULAR

Araştırmada kullanılan ölçekler ve alt boyutlarına ilişkin çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) analizi ve araştırma değişkenlerine ilişkin betimleyici istatistikler Tablo 4.1’de yer almaktadır.

Tablo 4.1’e göre, engellilerde spora katılım motivasyonu ölçeği toplam puan ortalamasının 94.17 olduğu ve standart sapmanın 13.74 olarak hesaplandığı görülmektedir. En düşük puan 42 iken en yüksek puan 110’dur. Bu bulgular, katılımcıların spora katılım motivasyonlarının genel olarak yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir.

Psikolojik iyi oluş ölçeğine ilişkin toplam puan ortalaması 46.62, standart sapma değeri ise 11.14 olarak tespit edildi. En düşük puanın 8, en yüksek puanın 56 olduğu görülmektedir. Bu bulgu, katılımcıların genel olarak yüksek düzeyde psikolojik iyi oluş sergilediklerini göstermektedir.

**Tablo 4.1.** Araştırmada kullanılan ölçekler ve alt boyutlarına ilişkin çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) analizi ve araştırma değişkenlerine ilişkin betimleyici istatistikler

Değişken	$\bar{X}$	SS	Çarpıklık (Skewness)	Basıklık (Kurtosis)
Engellilerde Spora Katılım Motivasyonu (Toplam Puan)	94.17	13.74	-1.627	3.418
İçsel Motivasyon	53.09	9.30	-2.518	7.148
Dışsal Motivasyon	19.10	5.20	-0.779	-0.037
Motivasyonsuzluk	21.97	4.68	-2.195	4.481
Psikolojik İyi Oluş (Toplam Puan)	46.62	11.14	-2.129	4.068

Engellilerde spora katılım motivasyonu ölçeği ile alt boyutlarının ve psikolojik iyi oluş ölçeklerinin normallik testi analiz sonuçları Tablo 4.2’de yer almaktadır.

Tablo 4.2’ye göre, araştırmada kullanılan engellilerde spora katılım motivasyonu ölçeği ve alt boyutlarına ilişkin puanların normal dağılıma uygunluğunu değerlendirmek amacıyla Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testlerinden elde edilen sonuçlar incelendi. Normallik testlerinde anlamlılık düzeyinin  $p < 0.05$ ’ten küçük olması, dağılımın normalden sapma gösterdiğini ifade etmektedir. Normallik analizleri sonucunda elde edilen bulgulara göre tüm değişkenler için  $p < 0.000$  düzeyinde olup istatistiksel olarak anlamlıdır. Bu durum incelenen tüm değişkenlerin dağılımlarının normal dağılıma uymadığını göstermektedir. Tüm alt boyutlarda ve toplam puanlarda anlamlılık

düzelelerinin  $p < 0.05$ 'in altında olması, bu değişkenlerin dağılımlarının normal dağılımdan saptığını göstermektedir.

Psikolojik iyi oluş ölçeği puanlarının normal dağılıma uygunluğunu test etmek amacıyla yapılan Kolmogorov-Smirnov (0.254) ve Shapiro-Wilk testlerinden (0.716) elde edilen her iki testin anlamlılık düzeylerinin  $p < 0.000$  olarak belirlendi. Bu sonuçlar, psikolojik iyi oluş ölçeği toplam puanının normal dağılım göstermediğini ve dağılımın istatistiksel olarak anlamlı şekilde normalden saptığını ortaya koymaktadır. Dolayısıyla bu değişkene yönelik yapılacak analizlerde parametrik testlerin ön koşullarının sağlanmadığı ve alternatif olarak non-parametrik analiz tekniklerinin tercih edilmesinin uygun olacağı değerlendirilmektedir.

Araştırma değişkenlerine yönelik yapılan normallik analiz sonuçlarından hareketle, araştırma değişkenlerine ait çarpıklık ve basıklık katsayılarının -2 ile +2 arasında değişmediği tespit edildi.

Yukarıda yer alan ölçeklerin normallik test sonuçları ve çarpıklık ve basıklık değerleri göz önüne alınarak araştırma değişkenlerinin normal dağılıma uymadığı (normal dağılım -2 ile +2 arasındadır) tespit edildi. Bu sonuca dayanarak araştırma hipotezlerinin non-parametrik testlerle analiz edilebileceği ifade edilebilir.

**Tablo 4.2.** Engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş ölçeklerinin normallik testi

Değişken	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	K-S	df	p	S-W	df	p
Engellilerde Spora Katılım Motivasyonu (Toplam Puan)	0.140	359	0.000	0.850	359	0.000
İçsel Motivasyon	0.229	359	0.000	0.701	359	0.000
Dışsal Motivasyon	0.128	359	0.000	0.912	359	0.000
Motivasyonsuzluk	0.259	359	0.000	0.675	359	0.000
Psikolojik İyi Oluş (Toplam Puan)	0.254	359	0.000	0.716	359	0.000

Demografik değişkenlerin yer aldığı betimsel analiz sonuçları aşağıda Tablo 4.3'te yer almaktadır.

Tablo 4.3'e göre görme engelli sporcuların %81.1'inin erkek, %18.9'unun kadın olduğu görülmektedir. Görme engelli sporcuların %60.7'si bekar, %39.3'ü ise evlidir. Görme engelli sporcuların %32'si 33 yaş ve üstü, %24.2'si 18-22 yaş, %22.8'i 28-32 yaş ve %20.9'u 23-27 yaş aralığındadır. Görme engelli sporcuların %51.0'ı lisans, %31.8'i ortaöğretim, %8.9'u lisansüstü ve %8.4'ü ilköğretim düzeyindedir. Engelli oluş zamanına

bakıldığında %58.5'inin sonradan engelli olduğu görülmektedir. Görme engel türü açısından sporcuların %43.7'si B2 seviyesinde olup en büyük grubu oluşturmaktadır. Engellilik oluş süresi açısından sporcuların %78.6'sı 5 yıl ve üzeri süre görme engellidir. Haftalık spor yapma sıklığında ise %54.6'sı en az 3 gün spor yapmaktadır. Günlük spor yapma sıklığına bakıldığında en yaygın kategori %41.5 ile en az 30 dakika spor yapanlardır. Görme engelli sporcuların %51.8'i 9 yıl ve üzeri spor deneyimine sahipken, %9.2'si 1-2 yıllık spor deneyimine sahiptir. Görme engelli sporcuların milli sporculuk durumu %13.1'dir. Sporcuların %57.11'i takım sporlarıyla ilgilenirken, %42.89'u bireysel sporlarla ilgilenmektedir.

**Tablo 4.3.** Görme engelli sporculara ilişkin betimleyici istatistikler

Değişken	Kategoriler	f	%
Cinsiyet	Erkek	291	81.1
	Kadın	68	18.9
	Toplam	359	100.0
Medeni Durum	Evli	141	39.3
	Bekar	218	60.7
	Toplam	359	100.0
Yaş	18-22	87	24.2
	23-27	75	20.9
	28-32	82	22.8
	33 yaş ve üstü	115	32.0
	Toplam	359	100.0
Eğitim Düzeyi	İlköğretim	30	8.4
	Ortaöğretim (Lise)	114	31.8
	Lisans	183	51.0
	Lisansüstü	32	8.9
Engelli Oluş Zamanı	Toplam	359	100.0
	Doğuştan	149	41.5
	Sonradan	210	58.5
Görme Engel Türü	Toplam	359	100.0
	B1	49	13.6
	B2	157	43.7
	B3	153	42.6
Engellilik Süresi	Toplam	359	100.0
	0-5 yıl	77	21.4
	5 yıl ve üzeri	282	78.6
Haftalık Yapma Sıklığı	Toplam	359	100.0
	En az 3 gün	196	54.6
	4 – 5 gün	117	32.6
	6 – 7 gün	46	12.8
Günlük Yapma Sıklığı	Toplam	359	100.0
	En az 30 dk	149	41.5
	30 – 60 dk	89	24.8
	60 – 90 dk	92	25.6
	90 – 120 dk	18	5.0
	120 dk ve üzeri	11	3.1

		Toplam	359	100.0
		1 – 2 yıl	33	9.2
		3 – 4 yıl	43	12.0
<b>Toplam Deneyimi</b>	<b>Spor</b>	5 – 6 yıl	52	14.5
		7 – 8 yıl	45	12.5
		9 yıl ve üstü	186	51.8
		Toplam	359	100.0
<b>Milli Durumu</b>	<b>Sporculuk</b>	Evet	47	13.1
		Hayır	312	86.9
		Toplam	359	100.0
<b>Spor Türü</b>		Bireysel Spor	154	42.89
		Takım Spor	205	57.11
		Toplam	359	100.0

Görme engelli sporcuların cinsiyet değişkenine göre, engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları Mann-Whitney U testi analiz sonuçları Tablo 4.4'te yer almaktadır.

Tablo 4.4'e göre, engellilerde spora katılım motivasyonu, p değeri 0.201 ( $p > 0.05$ ). Bu sonuç, cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir. İçsel motivasyon alt boyutunda, p değeri 0.253 ( $p > 0.05$ ). Bu sonuç, cinsiyetler arasında içsel motivasyon puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir. Dışsal motivasyon alt boyutunda, p değeri 0.010 ( $p < 0.05$ ). Bu durumda, cinsiyetler arasında dışsal motivasyon puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmaktadır. Motivasyonsuzluk alt boyutunda, p değeri 0.673 ( $p > 0.05$ ). Bu sonuç, cinsiyetler arasında motivasyonsuzluk puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir. Psikolojik iyi oluş, p değeri 0.003 ( $p < 0.05$ ). Bu sonuç, cinsiyetler arasında psikolojik iyi oluş puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir.

Bu durum, engellilerde spora katılım motivasyonu toplam puanı, içsel motivasyon ve motivasyonsuzluk alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmediğini, ancak dışsal motivasyon alt boyutu ve psikolojik iyi oluş toplam puanında anlamlı farklılık tespit edildiğini göstermektedir. Bundan dolayı erkekler ve kadınlar arasında spora katılım motivasyonları açısından, içsel motivasyon açısından ve motivasyonsuzluk açısından anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Fakat erkek bireylerin dışsal motivasyon düzeylerinin kadınlara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek olduğu ve kadın bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu söylenebilir.

**Tablo 4.4.** Görme engelli sporcuların cinsiyet değişkenine göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları mann-whitney u testi analizi sonuçları

Değişken	Cinsiyet	N	S.O	S.T	U	Z	P
Engellilerde Spora Katılım Motivasyonu (Toplam Puan)	Erkek	291	183.38	53.364	8909	-1.280	0.201
	Kadın	68	165.52	11.255			
İçsel Motivasyon	Erkek	291	182.99	53.250	9024	-1.144	0.253
	Kadın	68	167.21	11.370			
Dışsal Motivasyon	Erkek	291	186.79	54.356	7917	-2.583	0.010*
	Kadın	68	150.93	10.263			
Motivasyonsuzluk	Erkek	291	178.93	52.069	9583	-0.422	0.673
	Kadın	68	184.57	12.550			
Psikolojik İyi Oluş (Toplam Puan)	Erkek	291	172.17	50.101	7615	-2.972	0.003*
	Kadın	68	213.51	14.518			

\*p<0.05, S.O: Sıra ortalaması; S.T: Sıra toplamı

Görme engelli sporcuların medeni durum değişkenine göre, engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları Mann-Whitney U testi analiz sonuçları Tablo 4.5'te yer almaktadır.

Tablo 4.5'e göre, medeni duruma göre engellilerde spora katılım motivasyonu, içsel motivasyon, dışsal motivasyon, motivasyonsuzluk ve psikolojik iyi oluş toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır (p > 0.05).

**Tablo 4.5.** Görme engelli sporcuların medeni durum değişkenine göre engellilerde spora katılım motivasyonu ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin mann-whitney u testi sonuçları

Değişken	Medeni Durum	N	S.O	S.T	U	Z	P
Engellilerde Spora Katılım Motivasyonu (Toplam Puan)	Evli	141	183.68	25.898	14.850	-	0.589
	Bekar	218	177.62	38.721			
İçsel Motivasyon	Evli	141	173.78	24.503	14.492	-	0.355
	Bekar	218	184.02	40.116			
Dışsal Motivasyon	Evli	141	172.15	24.273	14.262	-	0.246
	Bekar	218	185.08	40.346			
Motivasyonsuzluk	Evli	141	190.26	26.827	13.922	-	0.115
	Bekar	218	173.36	37.793			
Psikolojik İyi Oluş (Toplam Puan)	Evli	141	185.65	26.176	14.572	-	0.405
	Bekar	218	176.35	38.443			

p<0.05

Görme engelli sporcuların yaş gruplarına göre, engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları Kruskal-Wallis testi analiz sonuçları Tablo 4.6'da yer almaktadır.

Tablo 4.6'ya göre, engellilerde spora katılım motivasyonu toplam puanı açısından yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa rastlanılmadı ( $p = 0.739$ ;  $p > 0.05$ ). İçsel motivasyon ( $p = 0.655$ ;  $p > 0.05$ ) ve dışsal motivasyon ( $p = 0.941$ ;  $p > 0.05$ ) alt boyutlarında da yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılığa rastlanılmadı. Motivasyonsuzluk alt boyutunda elde edilen istatistiksel sonuç ( $p = 0.128$ ;  $p > 0.05$ ) anlamlılık düzeyine yakın olmakla birlikte, anlamlı kabul edilen  $p < 0.05$  düzeyini karşılamamaktadır. Dolayısıyla motivasyonsuzluk düzeylerinde de yaşa bağlı anlamlı bir farklılık tespit edilmedi. Psikolojik iyi oluş puanlarında da yaş gruplarına göre istatistiksel açıdan anlamlı bir fark tespit edilmedi ( $p = 0.282$ ;  $p > 0.05$ ).

Bu durum, yaş değişkenine göre incelenen araştırma değişkenlerinde anlamlı bir farklılık olmadığını göstermektedir. Buna göre, bireylerin spora katılım motivasyonu düzeyleri, içsel ve dışsal motivasyonları, motivasyonsuzluk eğilimleri ve psikolojik iyi oluşları açısından yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık yoktur.

**Tablo 4.6.** Görme engelli sporcuların yaş gruplarına göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları kruskal-wallis testi sonuçları

Değişken	Yaş Grubu	N	S.O	df	$\chi^2$	p
Engellilerde Spora Katılım Motivasyonu (Toplam Puan)	18-22 (1)	87	183.50	3	1.257	0.739
	23-27 (2)	75	175.26			
	28-32 (3)	82	171.52			
	33+ (4)	115	186.49			
	Toplam	359				
İçsel Motivasyon	18-22 (1)	87	181.99	3	1.620	0.655
	23-27 (2)	75	188.63			
	28-32 (3)	82	168.45			
	33+ (4)	115	181.10			
	Toplam	359				
Dışsal Motivasyon	18-22 (1)	87	184.98	3	0.395	0.941
	23-27 (2)	75	175.15			
	28-32 (3)	82	178.30			
	33+ (4)	115	180.61			
	Toplam	359				
Motivasyonsuzluk	18-22 (1)	87	177.72	3	5.680	0.128
	23-27 (2)	75	157.75			
	28-32 (3)	82	191.51			
	33+ (4)	115	188.03			
	Toplam	359				
Psikolojik İyi Oluş (Toplam Puan)	18-22 (1)	87	177.21	3	3.812	0.282
	23-27 (2)	75	162.51			
	28-32 (3)	82	193.71			
	33+ (4)	115	183.74			
	Toplam	359				

$p < 0.05$

Görme engelli sporcuların eğitim düzeyi değişkenine göre, engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları Kruskal-Wallis testi

analiz sonuçları Tablo 4.7’de yer almaktadır.

Tablo 4.7’ye göre, engellilerde spora katılım motivasyonu toplam puanı açısından eğitim düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ( $p = 0.489$ ). Dışsal motivasyon ( $p = 0.301$ ) ve psikolojik iyi oluş ( $p = 0.549$ ) puanlarında da anlamlı bir farklılık tespit edilmedi.

İçsel motivasyon ( $p = 0.007$ ) ve motivasyonsuzluk ( $p = 0.021$ ) puanlarında anlamlı farklılıklar tespit edildi. Bu sonuç, daha yüksek eğitim düzeyine sahip bireylerin içsel motivasyon düzeylerinin daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Motivasyonsuzluk boyutunda ise en yüksek ortalama sıra lisansüstü mezunlarında sıra ortalaması değerlerinin (232.11) olduğu görülmektedir; bu da onların daha düşük motivasyonsuzluk düzeyi bildirdiklerini göstermektedir.

İçsel motivasyon ve motivasyonsuzluk düzeylerinde eğitim düzeyine göre anlamlı farklar mevcuttur. Bu bulgular, bireyin eğitim seviyesi yükseldikçe içsel motivasyonunun arttığını aynı zamanda eğitim seviyesi arttıkça motivasyonsuzluk eğiliminin de azalabileceğini gösterebilir.

**Tablo 4.7.** Görme engelli sporcuların eğitim düzeyine göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin kruskal-wallis testi sonuçları

Değişken	Eğitim Düzeyi	N	S.O	df	$\chi^2$	p	Fark
Engellilerde Spora Katılım Motivasyonu (Toplam Puan)	İlköğretim (a)	30	189.40	3	2.424	0.489	
	Ortaöğretim (Lise) (b)	114	167.69				
	Lisans (c)	183	184.75				
	Lisansüstü (d)	32	187.88				
İçsel Motivasyon	İlköğretim (a)	30	170.68	3	12.054	0.007*	b<c
	Ortaöğretim (Lise) (b)	114	154.83				
	Lisans (c)	183	196.77				
	Lisansüstü (d)	32	182.50				
Dışsal Motivasyon	İlköğretim (a)	30	172.38	3	3.655	0.301	
	Ortaöğretim (Lise) (b)	114	168.25				
	Lisans (c)	183	190.13				
	Lisansüstü (d)	32	171.05				
Motivasyonsuzluk	İlköğretim (a)	30	179.17	3	9.774	0.021*	b<d c<d
	Ortaöğretim (Lise) (b)	114	173.71				
	Lisans (c)	183	174.94				
	Lisansüstü (d)	32	232.11				
Psikolojik İyi Oluş (Toplam)	İlköğretim (a)	30	182.48	3	2.115	0.549	
	Ortaöğretim (Lise) (b)	114	179.11				

Puan)	Lisans (c)	183	175.87
	Lisansüstü (d)	32	204.47

\*p<0.05

Görme engelli sporcuların engelli oluş zamanı değişkenine göre, engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları Mann-Whitney U testi analiz sonuçları Tablo 4.8’de yer almaktadır.

Tablo 4.8’e göre, engellilerde spora katılım motivasyonu toplam puanları açısından, doğuştan engelli bireylerin sıra ortalaması puanları (177.98) ile sonradan engelli bireylerin sıra ortalaması puanları (181.44) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmedi ( $p = 0.755$ ). İçsel motivasyon puanları açısından da gruplar arasında anlamlı bir fark saptanmadı ( $p = 0.345$ ). Buna karşın, dışsal motivasyon alt boyutunda elde edilen sonuçlar, doğuştan engelli bireylerin sıra ortalaması puanları (193.32) sonradan engelli bireylerin sıra ortalaması puanlarına (170.55) kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek dışsal motivasyon puanına sahip olduğunu göstermektedir ( $p = 0.039$ ). Bu bulgu, doğuştan engelli bireylerin sıra ortalaması puanları (193.32) dışsal motivasyonlarının daha yüksek olabileceğini göstermektedir. Benzer şekilde, motivasyonsuzluk alt boyutunda da istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edildi ( $p = 0.017$ ). Bu bulgu, sonradan engelli bireylerin sıra ortalaması puanlarının (190.51) doğuştan engelli bireylerin sıra ortalaması puanlarına (165.18) kıyasla daha düşük motivasyonsuzluk düzeyine sahip olduğunu göstermektedir (çünkü motivasyonsuzluk alt boyutunda puanlama ters yapılmaktadır). Psikolojik iyi oluş ölçeği toplam puanları açısından ise gruplar arasında anlamlı bir fark gözlenmedi ( $p = 0.245$ ).

**Tablo 4.8.** Görme engelli sporcuların engelli oluş zamanına göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutlarının ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin mann-whitney u testi sonuçları

Değişken	Engelli Oluş Zamanı	N	S.O	S.T	U	Z	P
Engellilerde Spora Katılım Motivasyonu (Toplam Puan)	Doğuştan	149	177.98	26.518	15.343	-	0.755
	Sonradan	210	181.44	38.101			
	Toplam	359					
İçsel Motivasyon	Doğuştan	149	186.07	27.724	14.741	-	0.345
	Sonradan	210	175.70	36.896			
	Toplam	359					
Dışsal Motivasyon	Doğuştan	149	193.32	28.804	13.660	-	0.039*
	Sonradan	210	170.55	35.815			
	Toplam	359					
Motivasyonsuzluk	Doğuştan	149	165.18	24.612	24.612	-	0.017*
	Sonradan	210	190.51	40.008			

	Toplam	359					
Psikolojik İyi Oluş (Toplam Puan)	Doğuştan	149	172.48	25.699	14.524	-	0.245
	Sonradan	210	185.34	38.920		1.162	
	Toplam	359					

\*p<0.05

Görme engelli sporcuların görme engel türü değişkenine göre, engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları Kruskal-Wallis testi analiz sonuçları Tablo 4.9’da yer almaktadır.

Tablo 4.9’a göre, engellilerde spora katılım motivasyonu toplam puanları açısından görme engel türüne göre anlamlı bir fark bulunmadı (p = 0.927). İçsel motivasyon puanları için de anlamlı bir fark saptanmadı (p = 0.560). Dışsal motivasyon açısından da gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmadı (p = 0.227). Motivasyonsuzluk alt boyutunda ise görme engel türüne göre anlamlı fark tespit edildi (p = 0.006). En yüksek ortalama sıra B1 grubuna (205.10), ardından B2 grubuna (190.26) aittir. En düşük ortalama sıra ise B3 grubunda görüldü (161.43). Bu durum, B1 grubundaki bireylerin diğer gruplara kıyasla daha düşük düzeyde motivasyonsuzluk bildirdiklerini göstermektedir. Psikolojik iyi oluş puanlarında ise anlamlı bir fark tespit edilmedi (p = 0.507).

**Tablo 4.9.** Görme engelli sporcuların görme engel türüne göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin kruskal-wallis h testi sonuçları

Değişken	Görme Engel Türü	N	S.O	df	$\chi^2$	p	Fark
Engellilerde Spora Katılım Motivasyonu (Toplam Puan)	B1 (a)	49	178.71	2	0.152	0.927	
	B2 (b)	157	182.40				
	B3 (c)	153	177.95				
	Toplam	359					
İçsel Motivasyon	B1 (a)	49	165.52	2	1.161	0.560	
	B2 (b)	157	181.35				
	B3 (c)	153	183.25				
	Toplam	359					
Dışsal Motivasyon	B1 (a)	49	165.85	2	2.967	0.227	
	B2 (b)	157	174.28				
	B3 (c)	153	190.40				
	Toplam	359					
	B1 (a)	49	205.10				

Motivasyonsuzluk	B2 (b)	157	190.26	2	10.190	0.006*	c<b c<a
	B3 (c)	153	161.43				
	Toplam	359					
Psikolojik İyi Oluş (Toplam Puan)	B1 (a)	49	189.46	2	1.358	0.507	
	B2 (b)	157	183.94				
	B3 (c)	153	172.92				
	Toplam	359					

\*p<0.05

Görme engelli sporcuların engellilik oluş süresi değişkenine göre, engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları Mann-Whitney U testi analiz sonuçları Tablo 4.10'da yer almaktadır.

Tablo 4.10'a göre, engellilerde spora katılım motivasyonu puanı açısından engellilik oluş süreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmedi ( $p = 0.082$ ). İçsel motivasyon alt boyutunda anlamlı bir farklılık tespit edildi ( $p = 0.009$ ). 5 yıl ve üzeri engellilik süresi olan bireylerin içsel motivasyon düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir. Dışsal motivasyon alt boyutunda anlamlı bir farklılık tespit edildi ( $p = 0.000$ ). 5 yıl ve üzeri engellilik süresi olan bireylerin dışsal motivasyon düzeyleri 0-5 yıl engellilik süresine sahip bireylerden anlamlı derecede yüksektir. Bu durum, daha uzun süreli engellilik yaşayan bireylerin dışsal faktörlerden (örneğin ödül gibi) daha fazla etkilendiği sonucunu gösterebilir. Motivasyonsuzluk alt boyutunda anlamlı bir farklılık tespit edildi ( $p = 0.047$ ). 0-5 yıl süresine sahip bireylerin motivasyonsuzluk puanları daha yüksek bu sebeple motivasyonsuzluk düzeyleri daha düşüktür. Böylelikle, kısa süre önce engellilik yaşayan bireylerin motivasyonsuzluk yaşama eğilimlerinin daha düşük olduğu düşünülebilir. Bu sonuç, engellilik süresi arttıkça bireylerin motivasyonsuzluk düzeylerinin arttığını göstermektedir.

Psikolojik iyi oluş puanı açısından anlamlı bir farklılık tespit edildi ( $p = 0.007$ ). 0-5 yıl engellilik süresine sahip bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Kısa süreli engellilik yaşayan bireylerin, uzun süreli engellilik yaşayan bireylere göre daha olumlu bir psikolojik duruma sahip oldukları söylenebilir.

**Tablo 4.10.** Görme engelli sporcuların engellilik oluş süresine göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin mann-whitney u testi sonuçları

Değişken	Engellilik Oluş Süresi	N	S.O	S.T	U	Z	P
Engellilerde Spora Katılım Motivasyonu (Toplam Puan)	0-5 yıl	77	161.80	12458	9455	-	0.082
	5 yıl ve üzeri	282	184.97	52161			
	Toplam	359					
İçsel Motivasyon	0-5 yıl	77	152.80	11765	8762	-	0.009*
	5 yıl ve üzeri	282	187.43	52854			
	Toplam	359					
Dışsal Motivasyon	0-5 yıl	77	135.48	10432	7429	-	0.000*
	5 yıl ve üzeri	282	192.16	54188			
	Toplam	359					
Motivasyonsuzluk	0-5 yıl	77	199.94	15395	9322	-	0.047*
	5 yıl ve üzeri	282	174.56	49225			
	Toplam	359					
Psikolojik İyi Oluş (Toplam Puan)	0-5 yıl	77	208.35	16043	8674	-	0.007*
	5 yıl ve üzeri	282	172.26	48577			
	Toplam	359					

\*p<0.05

Görme engelli sporcuların haftalık spor yapma değişkenine göre, engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları Kruskal-Wallis testi analiz sonuçları Tablo 4.11’de yer almaktadır.

Tablo 4.11’e göre, engellilerde spora katılım motivasyonu toplam puanı açısından haftalık spor yapma sıklıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmedi (p = 0.620). İçsel motivasyon (p = 0.784), dışsal motivasyon (p = 0.244) ve motivasyonsuzluk (p = 0.528) alt boyutlarında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmedi. Psikolojik iyi oluş toplam puanı açısından ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edildi (p = 0.049). Haftada 6-7 gün spor yapan bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin 4-5 gün ve en az 3 gün spor yapanlardan daha yüksek olduğu gözlemlendi. Bu, daha sık spor yapan bireylerin psikolojik iyi oluşlarının daha olumlu olduğunu göstermektedir. Buna göre, düzenli ve daha sık spor yapmanın görme engelli sporcuların psikolojik iyi oluş düzeyleri üzerinde anlamlı ve pozitif etkisi vardır denilebilir.

**Tablo 4.11.** Görme engelli sporcuların haftalık spor yapma sıklığına göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin kruskal-wallis testi sonuçları

Değişken	Haftalık Spor Yapma Sıklığı	N	S.O	df	$\chi^2$	p	Fark
Engellilerde Spora	En az 3 gün	196	181.22				

Katılım	(a)			2	0.957	0.620	
Motivasyonu (Toplam Puan)	4-5 gün (b)	117	173.71				
	6-7 gün (c)	46	190.78				
	Toplam	359					
	En az 3 gün	196	181.74				
İçsel Motivasyon	(a)			2	0.488	0.784	
	4-5 gün (b)	117	174.88				
	6-7 gün (c)	46	185.62				
	Toplam	359					
Dışsal Motivasyon	En az 3 gün	196	188.13				
	(a)			2	2.818	0.244	
	4-5 gün (b)	117	168.40				
	6-7 gün (c)	46	174.86				
Motivasyonsuzluk	Toplam	359					
	En az 3 gün	196	176.31				
	(a)			2	1.279	0.528	
	4-5 gün (b)	117	180.41				
Psikolojik İyi Oluş (Toplam Puan)	6-7 gün (c)	46	194.66				
	Toplam	359					
	En az 3 gün	196	169.05				
	(a)			2	6.018	0.049*	a<c
	4-5 gün (b)	117	187.70				
	6-7 gün (c)	46	207.09				
	Toplam	359					

\*p<0.05

Görme engelli sporcuların günlük spor yapma değişkenine göre, engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları Kruskal-Wallis testi analiz sonuçları Tablo 4.12’de yer almaktadır.

Tablo 4.12’ye göre, engellilerde spora katılım motivasyonu toplam puanlarına göre günlük spor yapma süresine göre spora katılım motivasyonu toplam puanlarında (p = 0.003), içsel motivasyon puanlarında (p = 0.003) ve dışsal motivasyon puanlarında (p = 0.000) istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edildi. Bu sonuçlar, görme engelli sporcuların günlük spor yapma sürelerine göre motivasyon seviyelerinin farklılık gösterdiğini göstermektedir. Spora katılım, içsel motivasyon ve dışsal motivasyon puanları açısından günlük olarak spora daha fazla zaman ayıran görme engelli sporcuların daha yüksek motivasyon puanları alması, motivasyonun spor yapma süresiyle

ilişkilendirilebileceğine işaret etmektedir. Motivasyonsuzluk alt boyutu için ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmedi ( $p = 0.240$ ).

Psikolojik iyi oluş toplam puanında anlamlı bir fark tespit edildi ( $p = 0.043$ ). Günlük spor süresi arttıkça psikolojik iyi oluş puanları da artmaktadır. Ancak bu fark, yalnızca belirli seviyelerde; özellikle daha uzun süre spor yapanlarda daha belirgin hale gelmektedir. 60-90 dakika spor yapanların psikolojik iyi oluşlar düzeyleri daha yüksek düzeyde iken spora ayrılan süre 120 dakikayı geçince psikolojik iyi oluş puanlarında belirgin ve anlamlı bir düşüş gözlenmektedir.

**Tablo 4.12.** Görme engelli sporcuların günlük spor yapma sıklığına göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin kruskal-wallis h testi sonuçları

Değişken	Günlük Spor Yapma Sıklığı	N	S.O	df	$\chi^2$	p	Fark
Engellilerde Spora Katılım Motivasyonu (Toplam Puan)	En az 30 dk (a)	149	189.21	4	15.946	0.003*	e<b
	30-60 dk (b)	89	174.10				e<c
	60-90 dk (c)	92	175.51				e<a
	90-120 dk (d)	18	220.72				e<d
	120 dk ve üzeri (e)	11	73.91				
	Toplam	359					
İçsel Motivasyon	En az 30 dk (a)	149	192.16	4	15.683	0.003*	e<b
	30-60 dk (b)	89	178.06				e<a
	60-90 dk (c)	92	165.90				e<d
	90-120 dk (d)	18	218.47				
	120 dk ve üzeri (e)	11	85.95				
	Toplam	359					
Dışsal Motivasyon	En az 30 dk (a)	149	191.99	4	20.871	0.000*	e<c
	30-60 dk (b)	89	189.13				e<b
	60-90 dk (c)	92	161.73				e<a
	90-120 dk (d)	18	201.25				e<d
	120 dk ve üzeri (e)	11	61.68				
	Toplam	359					

	Toplam	359				
Motivasyonsuzluk	En az 30 dk (a)	149	180.30			
	30-60 dk (b)	89	162.51	4	5.495	0.240
	60-90 dk (c)	92	187.98			
	90-120 dk (d)	18	207.81			
	120 dk ve üzeri (e)	11	205.23			
	Toplam	359				
Psikolojik İyi Oluş (Toplam Puan)	En az 30 dk (a)	149	169.77			e<a
	30-60 dk (b)	89	175.41	4	9.877	0.043*
	60-90 dk (c)	92	204.54			e<b
	90-120 dk (d)	18	193.42			e<d
	120 dk ve üzeri (e)	11	128.45			e<c
	Toplam	359				

\*p<0.05

Görme engelli sporcuların toplam spor deneyimi değişkenine göre, engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları Kruskal-Wallis testi analiz sonuçları Tablo 4.13'te yer almaktadır.

Tablo 4.13'e göre, engellilerde spora katılım motivasyonu toplam puanı açısından toplam spor deneyim süreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmedi ( $p = 0.761$ ). İçsel motivasyon ( $p = 0.654$ ) ve motivasyonsuzluk alt boyutları için yapılan testlerde de anlamlı bir farklılık tespit edilmedi ( $p = 0.476$ ). Ancak, dışsal motivasyon alt boyutunda ( $p = 0.001$ ) ve psikolojik iyi oluş puanlarında ( $p = 0.001$ ) istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edildi.

Bu duruma göre, spor deneyimi süresi ile dışsal motivasyon arasında önemli bir ilişki olduğunu söylenebilmektedir. Daha fazla spor deneyimi olan katılımcıların dışsal motivasyonlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Ancak, spor deneyimi süresi arttıkça katılımcıların psikolojik iyi oluş düzeylerinde bir değişim gözlemlenmektedir. Özellikle kısa süreli spor deneyimine sahip olan bireylerin psikolojik iyi oluş düzeyleri daha yüksek iken, spor deneyimi süresi daha fazla olan bireylerin psikolojik iyi oluş düzeyleri daha düşük olduğu tespit edildi.

**Tablo 4.13.** Görme engelli sporcuların toplam spor deneyimine göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin kruskal-wallis h testi sonuçları

Değişken	Toplam Spor Deneyimi	N	S.O	df	$\chi^2$	p	Fark
Engellilerde Spora Katılım Motivasyonu (Toplam Puan)	1-2 yıl (a)	33	157.47	4	1.862	0.761	
	3-4 yıl (b)	43	179.73				
	5-6 yıl (c)	52	185.40				
	7-8 yıl (d)	45	185.71				
	9 yıl ve üstü (e)	186	181.17				
	Toplam	359					
İçsel Motivasyon	1-2 yıl (a)	33	157.15	4	2.448	0.654	
	3-4 yıl (b)	43	179.08				
	5-6 yıl (c)	52	191.96				
	7-8 yıl (d)	45	176.81				
	9 yıl ve üstü (e)	186	181.69				
	Toplam	359					
Dışsal Motivasyon	1-2 yıl (a)	33	115.47	4	18.040	0.001*	a<e a<d
	3-4 yıl (b)	43	169.37				
	5-6 yıl (c)	52	169.63				
	7-8 yıl (d)	45	199.71				
	9 yıl ve üstü (e)	186	191.95				
	Toplam	359					
Motivasyonsuzluk	1-2 yıl (a)	33	207.23	4	3.509	0.476	
	3-4 yıl (b)	43	172.41				
	5-6 yıl (c)	52	177.63				
	7-8 yıl (d)	45	167.36				
	9 yıl ve üstü (e)	186	180.65				
	Toplam	359					
Psikolojik İyi Oluş (Toplam Puan)	1-2 yıl (a)	33	218.71	4	18.752	0.001*	e<a e<b
	3-4 yıl (b)	43	223.30				
	5-6 yıl (c)	52	190.82				
	7-8 yıl (d)	45	172.96				
	9 yıl ve üstü (e)	186	161.80				
	Toplam	359					

\*p<0.05

Görme engelli sporcuların milli sporcu durumu değişkenine göre, engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları Mann-Whitney U testi analiz sonuçları Tablo 4.14'te yer almaktadır.

Tablo 4.14'e göre, görme engelli sporcuların milli sporcu olma durumuna göre istatistiksel yönden anlamlı bir farklılığa rastlanılmadı (p>0.05). Görme engelli sporcuların spora katılım motivasyonları ve alt boyutlarının milli sporcu olma durumuna göre sıra ortalama puanlarına bakıldığında milli durumunda olan görme engelli sporcuların spora katılım motivasyonlarının sıra ortalama puanlarının milli sporcu olmayanlara göre daha yüksek olduğu tespit edildi. İçsel motivasyon alt boyutunda milli

sporcu olan görme engelli bireylerin sıra ortalaması puanları (188.85), milli sporcu olmayanların sıra ortalaması puanlarına göre (178.67) daha yüksek olduğu tespit edildi. Dışsal motivasyon alt boyutunda milli sporcu olan görme engelli bireylerin sıra ortalaması puanları (199.53), milli sporcu olmayanların sıra ortalaması puanlarına göre (177.06) daha yüksek olduğu tespit edildi. Motivasyonsuzluk alt boyutunda milli sporcu olan görme engelli bireylerin sıra ortalaması puanları (201.11), milli sporcu olmayanların sıra ortalaması puanlarına göre (176.82) daha yüksek olduğu tespit edildi.

Psikolojik iyi oluş toplam puanı milli sporcu olma durumu açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmedi ( $p>0.05$ ). Psikolojik iyi oluşun spor türü açısından sıra ortalama değerleri incelendiğinde ise psikolojik iyi oluş toplam puanının milli sporcu olmayan görme engelli sporcuların sıra ortalaması puanlarının (181.50), milli sporcu olan sporcuların sıra ortalaması puanlarına göre (170.01) daha yüksek olduğu görülmektedir.

Bu durum, milli sporculuk durumunun spora katılım motivasyonu, içsel motivasyon, dışsal motivasyon, motivasyonsuzluk ve psikolojik iyi oluş gibi faktörler üzerinde belirgin bir etkisinin olmadığını göstermektedir.

**Tablo 4.14.** Görme engelli sporcuların millilik durumuna göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin mann-whitney u testi sonuçları

Değişken	Milli Sporculuk Durumu	N	S.O	S.T	U	Z	P
Engellilerde Spora Katılım Motivasyonu (Toplam Puan)	Evet	47	186.15	8749	7043	-0.436	0.663
	Hayır	312	179.07	55871			
	Toplam	359					
İçsel Motivasyon	Evet	47	188.85	8876	6916	-0.635	0.525
	Hayır	312	178.67	55744			
	Toplam	359					
Dışsal Motivasyon	Evet	47	199.53	9378	6414	-1.394	0.163
	Hayır	312	177.06	55242			
	Toplam	359					
Motivasyonsuzluk	Evet	47	201.11	9452	6340	-1.565	0.118
	Hayır	312	176.82	55168			
	Toplam	359					
Psikolojik İyi Oluş (Toplam Puan)	Evet	47	170.01	7990	6862	-0.711	0.477
	Hayır	312	181.50	56629			
	Toplam	359					

$p<0.05$

Görme engelli sporcuların spor türü değişkenine göre, engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları Mann-Whitney U testi analiz sonuçları Tablo 4.15'te yer almaktadır.

Tablo 4.15'e göre, engellilerde spora katılım motivasyonları ve alt boyutlarının

spor türü açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmedi ( $p>0.05$ ). Ancak, içsel, dışsal ve motivasyonsuzluk alt boyutları ile spora katılım motivasyonlarının sıra ortalamaları puanları incelendiğinde takım sporları yapan görme engelli sporcuların sıra ortalamaları bireysel sporlar yapan görme engelli sporculara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. İçsel motivasyon alt boyutunun takım sporları yapan sporcuların sıra ortalaması puanları (188.14), bireysel sporlar yapan görme engelli sporcuların sıra ortalaması puanlarına göre (169.17) daha yüksek olduğu tespit edildi. Dışsal motivasyon alt boyutunun takım sporları yapan sporcuların sıra ortalaması puanları (187.96), bireysel sporlar yapan görme engelli sporcuların sıra ortalaması puanlarına (169.40) göre daha yüksek olduğu tespit edildi. Motivasyonsuzluk alt boyutunun takım sporları yapan sporcuların sıra ortalaması puanları (182.19), bireysel sporlar yapan görme engelli sporcuların sıra ortalaması puanlarına (177.09) göre daha yüksek olduğu tespit edildi.

Psikolojik iyi oluş toplam puanı spor türü açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmedi ( $p>0.05$ ). Psikolojik iyi oluşun spor türü açısından sıra ortalama değerleri incelendiğinde ise psikolojik iyi oluş toplam puanının bireysel sporlar yapan görme engelli sporcuların sıra ortalaması puanlarının (182.32), takım sporları yapan sporcuların sıra ortalaması puanlarına göre (178.26) daha yüksek olduğu görülmektedir.

**Tablo 4.15.** Görme engelli sporcuların spor türüne göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin mann-whitney u testi sonuçları

Değişken	Spor Türü	Spor		U	Z	P
		N	S.O			
Engellilerde Spora Katılım Motivasyonu (Toplam Puan)	Bireysel	154	171.00	26.333	14.398	-
	Takım	205	186.76	38.286		
	Toplam	359				
İçsel Motivasyon	Bireysel	154	169.17	26.051	14.116	-
	Takım	205	188.14	38.568		
	Toplam	359				
Dışsal Motivasyon	Bireysel	154	169.40	26.087	14.152	-
	Takım	205	187.96	38.532		
	Toplam	359				
Motivasyonsuzluk	Bireysel	154	177.09	27.271	15.336	-
	Takım	205	182.19	37.348		
	Toplam	359				
Psikolojik İyi Oluş (Toplam Puan)	Bireysel	154	182.32	28.077	15.428	-
	Takım	205	178.26	36.543		
	Toplam	359				

$p<0.05$

Engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş ölçekleri arasındaki Spearman korelasyon ilişkisi analiz sonuçları Tablo 4.16'da yer

almaktadır.

Tablo 4.16'ya göre, psikolojik iyi oluş ile spora katılım motivasyonu ve alt boyutlarından içsel ve dışsal motivasyon ile pozitif ve anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Ancak, psikolojik iyi oluş ile motivasyonsuzluk alt boyutunda negatif yönlü bir ilişki söz konusudur. Engellilerde spora katılım motivasyonu genel puanı ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki vardır ( $\rho = 0.408$ ,  $p < 0.05$ ). Bu durum, bireylerin spora katılım motivasyonları arttıkça psikolojik iyi oluşlarının da arttığını göstermektedir. İçsel motivasyon ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif ve zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki mevcuttur ( $\rho = 0.302$ ,  $p < 0.05$ ). Dolayısıyla, bireyin içsel nedenlerle (merak, keyif, haz gibi) spora yönelmesi, psikolojik iyi oluşunu olumlu etkilemektedir. Dışsal motivasyon ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif ancak daha zayıf bir ilişki tespit edildi ( $\rho = 0.179$ ,  $p < 0.05$ ). Bu sonuç, çevresel faktörlerle motive olan bireylerin de psikolojik iyi oluş düzeylerinde artış olduğunu ancak bu etkinin sınırlı kaldığını göstermektedir. Motivasyonsuzluk alt boyutu ile psikolojik iyi oluş arasında da negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit edildi ( $\rho = -0.394$ ,  $p < 0.05$ ). Bu durum, görme engelli sporcuların psikolojik iyi oluşlarının artmasına bağlı olarak motivasyonsuzluk durumlarının azaldığı şeklinde söylenebilir. Görme engelli sporcuların spora katılım motivasyonları arttıkça psikolojik iyi oluşlarını olumlu yönde geliştirebildiği görülmektedir.

**Tablo 4.16.** Spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki Spearman korelasyon ilişkisi

Değişken	Psikolojik İyi Oluş (Toplam Puan)
Engellilerde Spora Katılım Motivasyonu (Toplam Puan)	0.408**
İçsel Motivasyon	0.302**
Dışsal Motivasyon	0.179**
Motivasyonsuzluk	-0.394**

\*\* $p < 0.001$

## 5. TARTIŞMA

Bu çalışma, görme engelli sporcuların spora katılım motivasyonları ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkisini incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışmanın evreni, aktif olarak spor yapan görme engelli bireylerden oluşmaktadır. Örneklemine ise seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme yöntemiyle seçilen 18 yaş ve üstü olan 359 görme engelli sporcu oluşturmuştur. Sporcuların demografik değişkenlerine bakıldığında, görme engelli sporcuların %81.1'inin erkek, %18.9'unun kadın olduğu görülmektedir. Görme engelli sporcuların %60.7'si bekar, %39.3'ü ise evlidir. Görme engelli sporcuların %32'si 33 yaş ve üstü, %24.2'si 18-22 yaş, %22.8'i 28-32 yaş ve %20.9'u 23-27 yaş aralığındadır. Görme engelli sporcuların %51.0'ı lisans, %31.8'i ortaöğretim, %8.9'u lisansüstü ve %8.4 ilköğretim düzeyindedir. Engelli oluş zamanına bakıldığında %58.5'inin sonradan engelli olduğu görülmektedir. Görme engel türü açısından sporcuların %43.7'si B2 seviyesinde olup en büyük grubu oluşturmaktadır. Engellilik oluş süresi açısından sporcuların %78.6'sı 5 yıl ve üzeri süre görme engellidir. Haftalık spor yapma sıklığında ise %54.6'sı en az 3 gün spor yapmaktadır. Günlük spor yapma sıklığına bakıldığında, en yaygın kategori %41.5 ile en az 30 dakika spor yapan bireylerden oluşmaktadır. Görme engelli sporcuların %51.8'i 9 yıl ve üzeri spor deneyimine sahipken, %9.2'si 1-2 yıllık spor deneyimine sahiptir. Görme engelli sporcuların milli sporculuk durumu %13.1'dir. Görme engelli sporcuların %57.11'i takım sporlarıyla ilgilenirken, %42.89'u bireysel sporlarla ilgilendiği tespit edilmiştir.

Tablo 4.4'te yer alan görme engelli sporcuların cinsiyet değişkenine göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları bulgularımızdan hareketle; cinsiyetler arasında dışsal motivasyon alt boyutunda erkekler lehine, psikolojik iyi oluş puanlarında kadınlar lehine anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu farklılıklar dışsal motivasyon alt boyutunda erkek görme engelli sporcuların spora katılım motivasyonunda dışsal etkenlerden (takdir edilme, ödül vb.), kadınlara kıyasla daha fazla etkilenebileceğini ortaya koymaktadır. Psikolojik iyi oluş puanlarında ise, görme engelli kadın sporcuların psikolojik iyi oluş puanları erkek sporculara kıyasla daha yüksek olabileceği şeklindedir. Bu bulgudan hareketle, kadınların psikolojik iyi oluş düzeyleri erkeklerden daha yüksek olduğu sonucuna varılabilir. Literatür incelendiğinde bulgularımızla benzer olan çalışmalara rastlanılmaktadır. Çetin ve Güven (120)'in 110 görme engelli sporcunun katılımıyla, görme gereksinimli bireylerin spora katılım

motivasyonlarını incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmada cinsiyetler arasında dışsal motivasyon alt boyutunda erkek sporcuların kadın sporculara göre daha yüksek dışsal motivasyon puanlarına sahip olduğunu tespit etmişlerdir. Benzer olarak, Ayyıldız ve ark. (121)'nin 253 bedensel ve işitme engelli bireyin katılımıyla gerçekleştirdiği engelli bireylerde spora katılım motivasyonunun incelenmesi adlı çalışmada cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık olduğunu tespit etmişlerdir. Bu farklılık, erkeklerin dışsal motivasyon düzeylerinin kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu ve dışsal etkenlerden daha fazla etkilendiği şeklinde açıklanmaktadır. Literatürde çalışmamızla çelişkili sonuçlar elde eden araştırmalar da mevcuttur. Tüzer ve Demirel (122)'in 87 engelli bireyin katılımıyla, engelli bireylerde spora katılım motivasyonlarını incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmada cinsiyetler arasında spora katılım motivasyonu puanları ve alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Literatür incelendiğinde cinsiyetler arasındaki psikolojik iyi oluş puanlarında elde ettiğimiz verilere benzer çalışmalara rastlamak mümkündür. Badenhorst ve ark. (123)'nin 129 engelli sporcunun katılımıyla gerçekleştirdiği Güney Afrika'da paralimpik sporcuların iyi oluşlarının desteklenmesi isimli çalışmada, cinsiyetler arasında psikolojik iyi oluş puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık, kadın para sporcularının iyi oluş düzeylerinin erkek para sporcularına kıyasla daha yüksek olduğu şeklinde açıklanabilmektedir. Literatürde çalışma sonuçlarımızla çelişkili çalışmalarda mevcuttur. Gürkan ve ark. (124)'nin 201 engelli sporcunun katılımıyla, engelli sporcuların psikolojik iyi oluşları ve serbest zaman doyumunu ilişkisini incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmada, psikolojik iyi oluş puanlarında cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılığa rastlamamışlardır. Benzer olarak Çavdar (125)'in 211 bedensel engelli sporcunun katılımıyla, bedensel engelli sporcuların salgın hastalıklara yakalanma kaygıları ile psikolojik iyi oluş düzeylerini incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmada, bedensel engelli sporcularda psikolojik iyi oluş düzeyleri ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık tespit etmemişlerdir.

Tablo 4.5'te yer alan görme engelli sporcuların medeni durum değişkenine göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları bulgularımızdan hareketle; medeni durumun engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Literatür incelendiğinde bulgularımıza benzer çalışmalara rastlamak mümkündür. Meriç ve Turay (126)'in 134 tekerlekli sandalye sporcularının katılımıyla, tekerlekli sandalye basketbolcularının spora katılım motivasyonları ve yaşam kalitelerini incelemek

amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında, medeni durumun spora katılım motivasyonu ve alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edememişlerdir. Psikolojik iyi oluş değişkeni incelendiğinde ise literatürde bulgularımızla çelişkili çalışmalar mevcuttur. Gün (127)'ün 352 bireyin katılımıyla, fitness sporuyla uğraşan kişilerin sosyal kaygı ve psikolojik iyi oluşlarını incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında, medeni duruma göre anlamlı farklılıklar elde etmiştir. Bu fark, bekar bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin evli olanlara kıyasla daha yüksek olduğu şeklinde açıklanabilmektedir. Ayrıca, Badenhorst ve ark. (123)'ün 129 engelli sporcunun katılımıyla gerçekleştirdiği Güney Afrika'da paralimpik sporcuların iyi oluşlarının desteklenmesi isimli çalışmasında, medeni durum değişkenine göre psikolojik iyi oluş puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık, evli görme engelli sporcuların psikolojik iyi oluşlarının bekar görme engelli sporculara kıyasla daha yüksek olduğu şeklinde yorumlanabilmektedir.

Tablo 4.6'da yer alan görme engelli sporcuların yaş değişkenine göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları bulgularımızdan hareketle, yaş grupları arasında engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Literatür incelendiğinde bulgularımızla benzer olan çalışmalara rastlanılmaktadır. Aydoğdu (128)'nin 331 engelli sporcunun katılımıyla gerçekleştirdiği, engelli sporcularda psikolojik değişkenlerin başarı motivasyonu üzerindeki etkilerini incelediği çalışmasında, engelli sporcuların yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık tespit etmemiştir. Benzer olarak Emamvırdı ve ark. (129)'nin 132 bedensel engelli sporcunun katılımıyla gerçekleştirdiği, bedensel engelli sporcuların psikolojik esneklikleri ile spora katılım motivasyonlarını incelediği çalışmasında, bedensel engelli sporcuların yaş grupları arasında spora katılım motivasyonu ve alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit etmemişlerdir. Literatürde çalışma sonuçlarımızla çelişkili çalışmalara da rastlanmaktadır. Yılmaz ve Eliöz (130)'ün 109 erkek engelli bireyin katılımıyla, özel gereksinimli bireylerin spora katılım motivasyonlarını değerlendirmek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında, yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık tespit etmişlerdir. Bu farklılık, 18-24 yaş aralığında olan engelli bireylerin içsel ve dışsal motivasyonlarının diğer yaş gruplarına göre daha yüksek olduğu ve 31-40 yaş aralığında olan engelli bireylerin de motivasyonsuzluk düzeylerinin diğer yaş gruplarına kıyasla daha iyi olduğu olarak açıklanabilmektedir. Ayrıca Çavdar (125)'in 211 bedensel engelli sporcunun katılımıyla, bedensel engelli sporcuların salgın hastalıklara yakalanma kaygıları ile psikolojik iyi oluş düzeylerini incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında, yaş

grupları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık, yaşı daha küçük olan gruplarda yer alan bedensel engelli sporcuların psikolojik iyi oluş düzeylerinin daha düşük olduğu şeklinde açıklanabilmektedir.

Tablo 4.7’de yer alan görme engelli sporcuların eğitim düzeyi değişkenine göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları bulgularımızdan hareketle, eğitim düzeyleri arasında içsel motivasyon ve motivasyonsuzluk alt boyutlarında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu bulgudan hareketle eğitim seviyesi arttıkça görme engelli sporcuların içsel motivasyon düzeylerinin arttığı aynı zamanda eğitim seviyesi arttıkça motivasyonsuzluk düzeylerinin azaldığı yorumu yapılabilir. Literatür incelendiğinde bulgularımızla benzer olan çalışmalara rastlanılmaktadır. Kızar ve ark. (131)’nin 219 engelli sporcunun katılımıyla, engelli milli sporcular ile engelli amatör sporcuların engel türlerine göre spora katılım motivasyonlarını incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında eğitim düzeyi arttıkça motivasyonsuzluk düzeylerinin azaldığını tespit etmişlerdir. Ayrıca, Harthy ve ark. (132)’nin 205 engelli sporcunun katılımıyla, engelli bireyleri spora katılıma güdüleyen etmenleri incelemek amacıyla gerçekleştirdikleri çalışmasında engelli bireylerin eğitim seviyeleri ile spora katılım motivasyonları arasında anlamlı farklılıklar tespit etmişlerdir. Eğitim düzeyi yüksek olan engelli bireylerin içsel ve dışsal motivasyon düzeylerinin daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Ayrıca, eğitim düzeyi yüksek olan engelli bireylerin motivasyonsuzluk düzeylerinin de daha düşük olduğunu tespit etmişlerdir. Literatürde çalışma sonuçlarımızla çelişkili çalışmalara da rastlanılmaktadır. Yılmaz ve ark. (133)’nin, 74 görme engelli yüzücünün katılımıyla, görme engelli yüzücülerin spora özgü başarı motivasyonlarını incelemeyi amaçladığı çalışmasında, görme engelli yüzücülerin eğitim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit etmemişlerdir.

Psikolojik iyi oluş değişkeninde ise, her ne kadar eğitim düzeyi yüksek olan görme engelli sporcu grubunun psikolojik iyi oluş düzeyleri, diğer eğitim seviyesinde yer alan görme engelli sporculara kıyasla yüksek olsa da, bu fark istatistiksel olarak anlamlı değildir. Literatür incelendiğinde bu bulgumuza benzer ve çelişkili olan çalışmalara rastlanılmaktadır. Gün (127)’ün 352 bireyin katılımıyla, fitness sporuyla uğraşan kişilerin sosyal kaygı ve psikolojik iyi oluşlarını incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında, eğitim düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Ancak, Çavdar (125)’in 211 bedensel engelli sporcunun katılımıyla, bedensel engelli sporcuların salgın hastalıklara yakalanma kaygıları ile psikolojik iyi oluş düzeylerini incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında, bedensel engelli

sporcuların eğitim seviyeleri göz önüne alındığında lisansüstü grupta yer alan sporcuların psikolojik iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğunu tespit etmiştir.

Tablo 4.8’de yer alan görme engelli sporcuların engelli oluş zamanı değişkenine göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları bulgularımızdan hareketle, engelli oluş zamanı ile dışsal motivasyon ve motivasyonsuzluk alt boyutlarında anlamlı farklılığa rastlanılmıştır. Dışsal motivasyon alt boyutunda, doğuştan engelli bireylerin sonradan engelli olan bireylere kıyasla daha yüksek dışsal motivasyon düzeyine sahip oldukları tespit edilmiştir. Ancak, motivasyonsuzluk alt boyutunda ise, doğuştan engelli olan bireylerin motivasyonsuzluk düzeylerinin sonradan engelli olan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Literatür incelendiğinde bulgularımızla çelişen çalışmalara rastlanılmaktadır. Canpolat ve Turhan (134)’in 36 görme engelli salon futbolu oynayan sporcunun katılımıyla, salon futbolu oynayan görme engelli sporcuların spora katılım motivasyonlarını incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmada, engelli oluş zamanına göre motivasyonsuzluk alt boyutunda anlamlı farklılık bulmuşlardır. Doğuştan görme engelli sporcuların motivasyonsuzluk düzeylerinin sonradan görme engelli sporculara kıyasla daha düşük olduğunu tespit etmişlerdir. Ayrıca Erbaş (135)’in 277 engelli bireyin katılımıyla, engel türleri arasında spora katılım motivasyonunu incelemeyi amaçladığı çalışmada engelli oluş zamanına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit etmemişlerdir. Psikolojik iyi oluş değişkeninde ise Mirandola ve ark. (136)’nın 72 görme engelli sporcunun katılımıyla, görme engelli beyzbol oyuncularında psikolojik refah ve yaşam kalitesini incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmada, engelli oluş zamanına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık elde etmemişlerdir. Bu bulgu ise çalışma bulgularımızla benzerlik göstermektedir.

Tablo 4.9’da yer alan görme engelli sporcuların görme engel türü değişkenine göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları bulgularımızdan hareketle, motivasyonsuzluk alt boyutunda anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bulgularımıza göre B1 görme derecesine sahip görme engelli sporcular, B2 ve B3 görme derecesine sahip sporculardan daha düşük motivasyonsuzluk düzeyine sahiptir. Literatür incelendiğinde bulgularımızla çelişen çalışmalara rastlanılmaktadır. Çetin ve Güven (120)’in 110 görme engelli sporcunun katılımıyla, görme engelli bireylerin spora katılım motivasyonlarını incelemek için yaptığı çalışmada, görme engel türleri arasında içsel motivasyon ve dışsal motivasyon alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit etmişlerdir. Bu farklılık az gören sporcuların içsel ve dışsal motivasyon düzeylerinin hiç

görmeyen engelli sporculara kıyasla daha yüksek olduğudur. Motivasyonsuzluk alt boyutunda ise gruplar arasında bir fark tespit edememişlerdir. Psikolojik iyi oluş değişkeninde ise, Mirandola ve ark. (136)'nın 72 görme engelli sporcunun katılımıyla gerçekleştirdiği, görme engelli beyzbol oyuncularında psikolojik refah ve yaşam kalitesi adlı çalışmasında B2 görme engel derecesine sahip sporcuların psikolojik iyi oluş düzeylerinin, B1 ve B3 görme engel derecesine sahip sporculardan daha düşük olduğu sonucunu elde etmişlerdir.

Tablo 4.10'da yer alan görme engelli sporcuların engellilik oluş süresi değişkenine göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları bulgularımızdan hareketle, içsel motivasyon, dışsal motivasyon, motivasyonsuzluk alt boyutlarında ve psikolojik iyi oluş toplam puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılıklarla ilgili olarak, içsel motivasyon ve dışsal motivasyon alt boyutlarında engellilik oluş süresi 5 yıl ve üzeri olan sporcuların içsel ve dışsal motivasyon düzeyleri 5 yıldan daha az engellilik oluş süresine sahip sporculara göre anlamlı derecede yüksektir. Motivasyonsuzluk alt boyutunda, 0-5 yıl arası engelli bireylerin motivasyonsuzluk düzeyleri daha düşük bulunmuştur. Psikolojik iyi oluş puanında da 0-5 yıl engellilik oluş süresine sahip görme engelli sporcuların psikolojik iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Literatür incelendiğinde “engellilik oluş süresi” değişkeninin engellilerde spora katılım motivasyonu veya psikolojik iyi oluş değişkenleriyle birlikte değerlendirildiği bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bulgularımızdan hareketle, 5 yıl ve üzeri görme engeline sahip sporcuların içsel ve dışsal motivasyon düzeyleri daha kısa süreli engelli olanlara kıyasla anlamlı derecede yüksektir. Motivasyonsuzluk ve psikolojik iyi oluş düzeylerinde ise 0-5 yıl arası engelli bireylerin lehine olduğu sonuçlarına ulaşmaktayız.

Tablo 4.11'de yer alan görme engelli sporcuların haftalık spor yapma sıklığı değişkenine göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları bulgularımızdan hareketle, engellilerde spora katılım motivasyonu ve alt boyutlarında herhangi bir fark tespit edilmemiştir; yalnızca psikolojik iyi oluş puanlarında anlamlı farklılığa rastlanılmıştır. Haftada 6-7 gün spor yapan bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin 4-5 gün ve en az 3 gün spor yapanlardan daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Haftalık spor yapma süresi arttıkça görme engelli sporcuların psikolojik iyi oluş düzeyleri de artmaktadır. Literatür incelendiğinde bulgularımızla çelişen çalışmalara rastlanılmaktadır. İlhan ve ark. (137)'nin 200 görme engelli sporcunun katılımıyla, görme engelli bireylerde spora katılımın yaşam kalitesi ile ilişkisini

incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında haftalık spor yapma süresinin psikolojik iyi oluş üzerinde doğrudan anlamlı bir ilişkisi olmadığını tespit etmişlerdir.

Tablo 4.12’de yer alan görme engelli sporcuların günlük spor yapma sıklığı değişkenine göre, engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları bulgularımızdan hareketle, günlük spor yapma sıklığına göre, engellilerde spora katılım motivasyonu toplam puanı, içsel ve dışsal motivasyon alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu sonuçlara göre günlük olarak spora daha fazla zaman ayıran görme engelli sporcuların; spora katılım motivasyon düzeyleri, içsel motivasyon düzeyleri, dışsal motivasyon düzeyleri ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin günlük olarak spora daha az vakit ayıran görme engelli sporculardan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Bu sonuca göre, günlük spora ayrılan zaman arttıkça görme engelli sporcuların spora katılım motivasyonları, içsel ve dışsal motivasyonları ve psikolojik iyi oluşları da artmaktadır. Ancak, motivasyonsuzluk alt boyutunda anlamlı bir fark bulunmamıştır. Literatür incelendiğinde, engellilerde spora katılım motivasyonu ve günlük spor yapma sıklığı değişkenlerinin incelendiği ya da psikolojik iyi oluş ve günlük spor yapma sıklığı değişkenlerinin incelendiği herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

Tablo 4.13’te yer alan görme engelli sporcuların toplam spor deneyimi değişkenine göre, engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları bulgularımızdan hareketle; toplam spor deneyimi ile dışsal motivasyon alt boyutu ve psikolojik iyi oluş toplam puanlarında anlamlı farklılıklar gözlenmiştir. Spor deneyimi süresi daha fazla olan görme engelli sporcuların, dışsal motivasyon düzeylerinin de daha yüksek olduğu görülmektedir. Literatür incelendiğinde, bulgularımızla benzer sonuçlar elde eden çalışmalar mevcuttur. Tekkurşun ve İlhan (138)’in 80 görme engelli sporcunun katılımıyla görme engelli sporcuların spora katılım motivasyonlarını incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında, görme engelli sporcuların spor deneyimi süreleri arttıkça dışsal motivasyon düzeylerinin de arttığını tespit etmişlerdir. Literatürde, bulgularımızla çelişen çalışmalara rastlanılmaktadır. Canpolat ve Turhan (134)’in 36 görme engelli salon futbolu oynayan sporcunun katılımıyla, salon futbolu oynayan görme engelli sporcuların spora katılım motivasyonlarını incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında, görme engelli sporcuların spor yapma yılı değişkeni açısından anlamlı bir farklılık tespit etmemişlerdir. Ayrıca, Bozkurt ve ark. (139)’nın 140 engelli sporcunun katılımıyla, bedensel, işitme ve görme engelli sporcuların spora katılım motivasyonlarını incelemek amacıyla

gerçekleştirdiği çalışmasında engelli sporcuların spor deneyimi sürelerinin artmasının motivasyonsuzluklarını da artırdığını tespit etmişlerdir. Ancak psikolojik iyi oluş değişkeni incelendiğinde daha kısa süreli spor deneyimine sahip olan katılımcıların psikolojik iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Literatür incelendiğinde, psikolojik iyi oluş ve toplam spor deneyimi değişkenlerinin incelendiği bir bulgu tespit edilmemiştir

Tablo 4.14'te yer alan görme engelli sporcuların millilik durumu değişkenine göre, engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları bulgularımızdan hareketle, millilik durumunun spora katılım motivasyonu ve alt boyutlarında milli olan sporcular daha yüksek ortalamalara sahip olsalar da istatistiksel olarak bu fark anlamlı değildir. Ayrıca, psikolojik iyi oluş puanlarında da milli olmayanların ortalama sıra değerleri daha yüksektir ancak bu fark istatistiksel olarak anlamlı değildir. Literatür incelendiğinde bulgularımızla benzer sonuçlar elde etmiş çalışmalara rastlanılmaktadır. Aksoy ve Civelek (140)'in 147 sporcunun katılımıyla gerçekleştirdiği kick boks sporuyla uğraşan bireylerin spora katılımını güdüleyen etmenleri incelemek isimli çalışmasında, sporcuların milli olup olmama durumlarının spora katılım motivasyonları üzerinde herhangi bir etkisi olmadığı sonucunu elde etmişlerdir. Literatürde çalışmamızla çelişkili sonuçlar elde eden çalışmalar da yer almaktadır. Kızar ve ark. (131)'nin 219 engelli sporcunun katılımıyla, engelli milli sporcular ile engelli amatör sporcuların engel türlerine göre spora katılım motivasyonlarını incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında milli sporcuların içsel motivasyon düzeylerinin amatör sporculardan daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Benzer olarak, Bozkurt ve ark. (139)'nin 140 engelli sporcunun katılımıyla, bedensel, işitme ve görme engelli sporcuların spora katılım motivasyonlarını incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında engelli sporcuların milli sporcuların içsel motivasyon düzeylerinin, milli olmayan sporculardan daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir.

Tablo 4.15'te yer alan görme engelli sporcuların spor türü değişkenine göre engellilerde spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş puanları bulgularımızdan hareketle, İçsel motivasyon alt boyutunda, ortalama sıra değerleri incelendiğinde takım sporu yapan görme engelli bireylerin içsel motivasyon düzeyleri, bireysel spor yapanlara göre daha yüksektir denilebilir. Ancak bu fark, istatistiksel olarak anlamlı değildir. Dışsal motivasyon alt boyutunda takım sporu yapan görme engelli bireylerin dışsal motivasyon düzeyleri bireysel spor yapanlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ancak bu fark, istatistiksel olarak anlamlı değildir. Motivasyonsuzluk alt

boyutunda ve psikolojik iyi oluş toplam puanları açısından anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Literatürde bulgularımızla benzer ve çelişkili sonuçlar elde eden çalışmalar mevcuttur. Seyedi ve ark. (141)'nin 110 görme engelli sporcunun katılımıyla, bireysel ve takım sporları yapan görme engelliler ve görme engelli elit sporcuların spor motivasyonlarını ve sosyal kaygılarını karşılaştırmak amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında takım sporları yapan ve bireysel spor yapan görme engelli bireyler arasında anlamlı bir fark tespit etmemişlerdir. Jakobsen (142)'in 78 sporcu ile yaptığı bireysel ve takım sporlarına katılanların motivasyonları arasındaki farkı incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında takım sporu yapan bireyler ve bireysel spor yapanlar arasında spora katılım motivasyonlarında anlamlı bir fark tespit edememişlerdir. Bu sonuçlar bulgularımızla örtüşmektedir. Ancak, Tekkurşun ve İlhan (138)'in 80 görme engelli sporcunun katılımıyla, görme engelli sporcuların spora katılım motivasyonlarını incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında, görme engelli sporcuların spor türleri arasında bireysel sporlarla ilgilenen görme engelli sporcuların takım sporlarıyla ilgilenenlere göre daha yüksek dışsal motivasyon düzeyine sahip olduklarını tespit etmişlerdir. Morela ve ark. (143)'nin 78 görme engelli sporcunun katılımıyla, Yunan görme engelli sporcularda bireysel ve takım sporlarının motivasyonel öz saygı ilişkisini incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında takım sporuyla uğraşan sporcuların içsel motivasyon düzeylerinin bireysel sporlarla uğraşanlara kıyasla daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Bu bulgular çalışmamızla çelişki göstermektedir.

Tablo 4.16'da yer alan spora katılım motivasyonu ile alt boyutları ve psikolojik iyi oluş arasındaki Spearman korelasyon ilişkisi bulgularına göre psikolojik iyi oluş ile spora katılım motivasyonu ve alt boyutlarından içsel ve dışsal motivasyon arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Engellilerde spora katılım motivasyonu genel puanı ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki vardır ( $\rho = 0.408$ ,  $p < 0.05$ ). Bu durum, bireylerin spora katılım motivasyonları arttıkça psikolojik iyi oluşlarının da arttığını göstermektedir. İçsel motivasyon ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki mevcuttur ( $\rho = 0.302$ ,  $p < 0.05$ ). Yani, bireyin içsel nedenlerle (merak, keyif, haz gibi) spora yönelmesi psikolojik iyi oluşunu olumlu etkilemektedir. Dışsal motivasyon ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif ancak daha zayıf bir ilişki bulunmuştur ( $\rho = 0.179$ ,  $p < 0.05$ ). Bu sonuç, çevresel faktörlerle motive olan bireylerin de psikolojik iyi oluş düzeylerinde artış olduğunu ancak bu etkinin sınırlı kaldığını göstermektedir. Motivasyonsuzluk alt boyutu ile psikolojik iyi oluş arasında da negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ( $\rho = -0.394$ ,  $p < 0.05$ ).

Motivasyonsuzluk değişkeninin psikolojik iyi oluş düzeyini olumsuz yönde etkilediği söylenebilir. Başka bir deyişle, birey spora katılmak için bir neden görebildiğinde bu durum onun psikolojik iyi oluşunu da desteklemektedir.

Literatür incelendiğinde, çalışmamızı destekleyen sonuçlara rastlanılmaktadır. Boz ve ark. (144)'nın 24 para karate sporcusunun katılımıyla milli bedensel engelli para karate sporcularının spora katılım motivasyonları ile yaşam kalitesi ve yaşam doyum düzeylerini incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında, para karate sporcularının spora katılım motivasyon düzeyleri yaşam kalitelerini ve yaşam doyumları arasında pozitif ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Bu sonuçlardan hareketle motivasyon düzeyi arttıkça psikolojik iyi oluş düzeyi de artmaktadır yorumu yapılabilir. Kwon ve Yang (145)'ın 341 bireyin katılımıyla deniz sporları katılımcılarının katılım motivasyonu ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkilerini incelediği çalışmasında, sportif aktivitelere gönüllü olarak katılım sağlamanın psikolojik iyi oluş düzeylerini artıracak sonucunu tespit etmişlerdir. Emamvırdı ve ark. (129)'nın 132 bedensel engelli sporcunun katılımıyla gerçekleştirdiği, bedensel engelli sporcuların psikolojik esneklikleri ile spora katılım motivasyonlarını incelediği çalışmasında, psikolojik esnekliğin artması durumunda içsel motivasyonun arttığı ve motivasyonsuzluğun azaldığını tespit etmişlerdir. Mirandola ve ark. (136)'nın 72 görme engelli sporcunun katılımıyla, görme engelli beyzbol oyuncularında psikolojik refah ve yaşam kalitesini incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında, sportif aktivitelere katılımın psikolojik iyi oluşa anlamlı ve pozitif etkisi olduğunu tespit etmişlerdir. Di Cagno ve ark. (146)'nın 30 görme engelli bireyin katılımıyla gerçekleştirdiği, görme engelli torbal sporcuları ile oynamayanlar arasındaki psikolojik iyilik halini inceledikleri çalışma sonucunda, görme engelli bireylerin spora katılımları ile psikolojik iyilik halleri arasında pozitif bir ilişki olduğu tespit etmişlerdir. Zabala ve ark. (147)'nın 79 bedensel engelli sporcunun katılımıyla gerçekleştirdiği, bedensel engelli sporcuların yaşam memnuniyeti ve psikolojik sermaye düzeylerini incelemek adlı çalışmasında spora katılım sağlamanın bedensel engelli bireylerin psikolojik iyi oluşlarını pozitif yönde etkilediğini tespit etmişlerdir. Zhong (148)'un 966 üniversite öğrencisinin katılımıyla, üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılımları ile psikolojik iyilik halleri arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında, spora katılım motivasyonu ve alt boyutlarının psikolojik iyi oluşla anlamlı ve pozitif ilişkisi olduğunu tespit etmiştir. Granero ve ark. (149)'nın 489 bireyin katılımıyla, spora katılımın psikolojik iyi oluş üzerindeki etkilerini incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmasında, içsel motivasyonun psikolojik iyi oluş ile güçlü

ve pozitif bir ilişki seviyesine sahip olduğu, dışsal motivasyon, psikolojik iyi oluş üzerinde sınırlı bir etkiye sahip olduğu ve motivasyonsuzluk alt boyutunda ise psikolojik iyi oluş üzerinde motivasyonsuzluğun negatif bir etkiye sahip olduğu tespit etmişlerdir. Kinoshita ve ark. (150)'nin Kanada Silahlı Kuvvetlerinde görev yapan 1168 subayın katılımıyla gerçekleştirdiği çalışmada, eudaimonic (bireyin anlam, kişisel gelişim ve yaşam doyumu arayışıyla spora katılması) güdülerin aktif spora katılımı pozitif bir ilişki içinde olduğunu tespit etmişlerdir. Spora katılım nedenlerinin de psikolojik iyi oluşun gelişiminde önemli olduğunu tespit etmişlerdir. Lee ve ark. (151)'nin 485 sporcunun katılımıyla gerçekleştirdiği çalışmada, içsel motivasyonun psikolojik iyi oluş üzerinde pozitif ve anlamlı etkisi olduğunu tespit etmişlerdir. Bayraktar ve Acuner (152)'in, 551 kişinin katılımıyla rekreasyonel spor ve psikolojik iyi oluş ilişkisini incelemek amacıyla gerçekleştirdiği çalışmada, rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmanın bireylerin iyi oluş hallerine pozitif katkı sağladığını tespit etmişlerdir.

## 6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada elde edilen bulgular, engelli bireylerin spora katılım motivasyonu ve alt boyutları ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Spora katılım motivasyonu ve psikolojik iyi oluş arasında pozitif ve orta düzeyde bir ilişki mevcuttur. Bu ilişki göstermektedir ki sportif etkinliklere katılım sağlamak görme engelli bireylerin ruhsal ve zihinsel sağlıklarını destekleyici niteliktedir. İçsel motivasyon psikolojik iyi oluş ile zayıf da olsa anlamlı bir ilişki içerisindedir. Bu da demek oluyor ki engelli bireyler spora eğlence, haz alma, merak vb. amaçlarla yönelir ve psikolojik iyi oluşları pozitif olarak desteklenir. Dışsal motivasyon ile psikolojik iyi oluş arasında daha zayıf bir ilişki tespit edilmiş olsa da ödül, sosyalleşme, popüler olmak, alkışlanmak, takdir edilmek gibi dışsal etmenlerin bireylerin psikolojik iyi oluşları üzerinde etkisi vardır. Bu bilgilerden hareketle bireyleri etkileyen içsel faktörlerin psikolojik iyi oluş ile ilişkisi daha fazladır denilebilir. Motivasyonsuzluk alt boyutunda ise negatif ilişki vardır; bu bulgudan hareketle, psikolojik iyi oluşu yüksek olan bireylerin motivasyonsuzluk düzeyleri daha düşüktür denilebilir.

Sonuç olarak görme engelli sporcuların spora katılım motivasyon düzeyleri psikolojik iyi oluşları ile anlamlı ve pozitif bir ilişki içerisindedir. Spora katılım motivasyonu yalnızca fiziksel sağlık açısından değil aynı zamanda psikolojik sağlığın iyileştirilmesi açısından da önemli bir değişkendir. Bu araştırma ile ülkemizde engelli bireylerin spora katılım oranının artması, yaşam kalitelerinin yükselmesi, sosyal uyum ve katılımlarının gelişmesi, toplumsal farkındalık ve kabulün artması, engelli bireylerin potansiyellerini gerçekleştirmeleri ve topluma katkıda bulunmaları hususlarında olumlu etki sağlayacağı düşünülmektedir.

### **Öneriler:**

- Spor programları belirlenirken görme engelli bireylerin eğlence, keyif, merak ve kendini gerçekleştirme gibi içsel motivasyonu destekleyici ve artırıcı etkinlikler planlanabilir.
- Görme engelli bireylerin psikolojik iyi oluşlarını etkileyen dışsal etmenler de dikkate alınarak aile, antrenör ve çevre, bireyi spora yönlendirecek şekilde teşvik edici davranışlar sergileyebilirler.
- Spora katılım sağlamanın görme engelli bireylerin psikolojik iyi oluşlarıyla pozitif ilişkide olmasından yola çıkarak bireylerin sportif

etkinliklere erişimlerini kolaylaştırmak, erişilebilir spor tesislerinin sayısını artırmak, görme engelli bireyler için uygun spor ortamlarını kolay ulaşılabilir şekilde sağlamak gerekmektedir.

- Spora katılım sağlamanın görme engelli bireyler açısından yalnızca fiziksel sağlık açısından değil aynı zamanda zihinsel sağlık açısından da önem arz ettiği göz önüne alınarak tüm engel gruplarının spora katılımlarını artırmaya yönelik teşvik edici politikalar geliştirilebilir.



## KAYNAKLAR

1. Konar N, Kurtoğlu A. Bireysel ve takım sporu yapan 12-15 yaş görme engelli öğrencilerin fiziksel ve motorik özelliklerinin karşılaştırılması. Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences 2019;11(2): 55-9.
2. Tekkurşun-Demir G, İlhan LE, Esentürk O, Kan A. Engelli bireylerde spora katılım motivasyonu ölçeği (ESKMÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Spormetre 2018; 16(1):95-106.
3. Tenenbaum G, Eklund RC. Exercise Adherence. In: Tenenbaum G, Eklund RC, eds. Handbook of Sport Psychology. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc 2007; 516-18.
4. İlhan L. Zihinsel engelli çocuğu olan anne-babaların çocuklarının özel eğitimleri sürecinde beden eğitimi ve spor etkinliklerine yaklaşımlarının değerlendirilmesi. Niğe Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi 2009, 3(1):38-48.
5. Demir GT, İlhan L. Engelli sporcularda spora katılım motivasyonu. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi 2020, 21(1):49-69.
6. Konter E. Sporda Motivasyon. İzmir: Saray Yayıncılık, 1995:8.
7. Wakefield J. Educational Psychology: Learning to be a Problem Solver. Boston: Houghton Mifflin, 1996:47-87.
8. Malone T, Lepper W. Making learning fun: A taxonomy of intrinsic motivations for learning. In: Snow RE, Farr MF, eds. Aptitude, Learning, and Instruction: Cognitive and Affective Process Analyses. Hillsdale N.J: Lawrence Erlbaum Associates 1987: 223-53.
9. Good TL, Brophy J. Looking in Classrooms. New York: Harpercollins, 1994:14.
10. Ercan L. Motivasyon-Güdülenme, Sınıf Yönetiminde Yeni Yaklaşımlar [Motivation, New Approaches in Classroom Management]. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, 2001:107-11.
11. Ponde MP, Santana VS. Participation in leisure activities: Is it a protective factor for women's mental health? Journal of Leisure Research 2000;32(4): 457-72.
12. Dodge R, Daly AP, Huyton J, Sanders LD. The challenge of defining wellbeing. International Journal of Wellbeing 2012; 2(3): 222-35.
13. Kearns R, Andrews G. Geographies of Wellbeing, The Handbook of Social Geographies. SAGE, London, 2010: 309-28.

14. Western M, Tomaszewski W. Subjective wellbeing, objective wellbeing and inequality in Australia. *PloS One* 2016; 11(10): 1-20.
15. Bergstad CJ, Gamble A, Gärling T, Hagman O, Polk M, Ettema D, et al. Subjective well-being related to satisfaction with daily travel. *Transportation* 2011; 38(1): 1-15.
16. Diener ED, Emmons RA, Larsen RJ, Griffin S. The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment* 1985; 49(1): 71-5.
17. Diener E. Subjective well-being. *Psychological Bulletin* 1984; 95: 542-75.
18. Gürkan RK, Koçak F, Başar A. Engelli sporcularda psikolojik iyi oluş ve serbest zaman doyumunu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences-IJSETS* 2021; 7(2): 73-83.
19. Özer D, Süngü B. Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Bakış Açısından “Engelliler İçin Beden Eğitimi ve Spor Dersi” Uygulamaları. *Spor Bilim Derg.* 2016;27(1):1–15.
20. Koca C. Engelsiz Şehir Planlaması Bilgilendirme Raporu. Dünya Engelliler Vakfı. İstanbul; 2010:4.
21. International Labour Organization (ILO). Conventions ratified by Turkey. [https://www.ilo.org/ankara/conventions-ratified-by-turkey/WCMS\\_377302/lang-tr/index.htm](https://www.ilo.org/ankara/conventions-ratified-by-turkey/WCMS_377302/lang-tr/index.htm). Son Erişim Tarihi 13 Temmuz 2024.
22. Özer DS. Engelliler için Beden Eğitimi ve Spor. In: Engelliler için Beden Eğitimi ve Spor. Ankara: Nobel Kitabevi; 2001: 24–32.
23. Özer DS. Engelliler için Beden Eğitimi ve Spor. 4. Baskı. Ankara: Nobel Yayınları; 2013: 20-1.
24. Kapıkıran AN. Lise öğrencilerindeki psikopatolojik belirtilerin cinsiyet ve sınıf değişkenleri açısından incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi.* 2001;10:34-9.
25. Blascovich J, Tomaka J. Measures of self-esteem. In: Robinson JP, Shaver PR, Wrightsman LS, editors. *Measures of personality and social psychological attitudes.* San Diego: Academic Press; 1991: 115-20.
26. Yılmaz A, Şentürk U, Ramazanoğlu F. Bedensel engellilerde spor konulu araştırmaların içerik analizi. *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri Dergisi.* 2014;9(1-2):28-43.
27. Cumurcu BE, Karlıdağ R, Almış BH. Fiziksel engellilerde cinsellik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar.* 2012;4(1):84-98.

28. Schalock RL, Luckasson R, Tassé MJ. An overview of intellectual disability: Definition, diagnosis, classification, and systems of supports. *Am J Intellect Dev Disabil.* 2021;126(6):439-42.
29. Yavuz S. Normal gelişim gösteren çocuğa sahip ebeveynler ile zihinsel engelli çocuğa sahip ebeveynlerin evlilik uyumu ve yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi [yüksek lisans tezi]. İstanbul: Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2016.
30. Kömerik N, Kırzıoğlu Z, Efeoğlu CG. Zihinsel engele sahip bireylerde ağız sağlığı. *Atatürk Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi Dergisi.* 2012;22(1):96-104.
31. Buğrahan C. İşitme engelli sporcuların spora katılım motivasyonu, yalnızlık ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. Muş: Muş Alparslan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı; 2024.
32. Girgin MC. İşitme engelli çocukların eğitimine giriş. Eskişehir: T.C. Anadolu Üniversitesi Yayınları No:1531, Engelliler Entegre Yüksekokulu Yayınları No:6; 2003:14.
33. Engin N. İşitme engelli çocuklarda görsel sanatlar eğitimi uygulamalarının değerlendirilmesi [Yüksek lisans tezi]. Ankara: Gazi Üniversitesi; 2005.
34. Öztürk M. Türkiye’de engelli gerçeği. İstanbul: MÜSİAD Cep Kitapları; 2011:19.
35. World Health Organization. Körlük ve görme bozukluğu, [https://www.who.int/health-topics/blindness-and-vision-loss#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/blindness-and-vision-loss#tab=tab_1) Son Erişim Tarihi 15 Temmuz 2024.
36. Akyol B. The relationship between walk distance and muscle strength, muscle pain in visually disabled people. *Redfame Publ.* 2018;6(4):104–9.
37. Demir T, Şen Ü. Görme engelli öğrencilerin çeşitli değişkenler açısından öğrenme stilleri üzerine bir araştırma. *J Int Soc Res.* 2009;2(8):154–61.
38. Erin J. In support of the evidence base since 1921: The American Foundation for the Blind and the Journal of Visual Impairment & Blindness. *J Vis Impair Blind.* 2021;115(3):258–62.
39. Chiang MF. The 2021 National Eye Institute Strategic Plan—relating vision to health and quality of life. *JAMA Ophthalmol.* 2021;139(12):1263–5.
40. Özgür İ. Engelli çocuklar ve eğitimi, özel eğitim. Adana: Karahan Kitabevi; 2008:30-60.
41. Usta H. Bedensel özürlü olmanın sebepleri. İstanbul: MEB Yayınları; 1992:6-25.

42. Özyürek M. Görme yetersizliği olan çocuğu bağımsızlığa hazırlamak için ana baba rehberi. Ankara: Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Yayınları; 1995: 4–19.
43. Görme Engelliler. Son Erişim Tarihi 19 Temmuz 2024.
44. Payne V, Yan JH, Block M. Human motor development in individuals with and without disabilities. New York: Nova Science Publishers; 2010:20-30.
45. Bedell H. Görme keskinliği. BMJ. 1997;315:1719.
46. Kiarie MW. Education of visually impaired students in Kenya: Trends and issues. Int J Spec Educ. 2004:16–22.
47. Kaminer RK, McMahon E. Blindness and visual impairment. Pediatrics in Review. 1995;16(2):77–8.
48. Özer DS. Özel gereksinimli öğrenciler için beden eğitimi ve spor. 6. Baskı. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık; 2020: 262–70.
49. Aydın M. Görme engelliler. In: Kayapınar FÇ, editor. Uyarlanmış beden eğitimi ve spor. 1. Baskı. İzmir: Ergün Yayınevi; 2018: 80.
50. Bigelow A. Relationship between the development of language and thought in young blind children. J Vis Impair Blind. 1990;(84):414-19.
51. Kayıhan H. Görme özürlülerin rehabilitasyonu. 1. Baskı. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yayınları; 1989:11.
52. Yetim AA. Sosyoloji ve Spor. Ankara: Berikan Yayınevi; 2011: 1-30.
53. Üçkardeş E. Düzenli spor yapan rehber öğretmenlerin spor yapma düzeylerine göre psikolojik iyi hal düzeylerinin bazı demografik özellikler açısından incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. Mersin: Toros Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı; 2020.
54. Tanyeri L. Farklı branş sporcularında yaralanma kaygısının incelenmesi. Opus Ulus Topl Arş Derg. 2019;13(19):577–91.
55. Yetim AA. Sporun tanımı, alanı, amaç ve fonksiyonları. In: Yetim AA, Cengiz R, eds. Sporda etkili iletişim. Ankara: Spor Yayınevi ve Kitabevi; 2016: 9–42.
56. Ünal H. Spor bilincinin yaygınlaştırılmasında sosyal pazarlamanın toplum tutumuna etkisi. CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 2011;6(2):11–22.
57. Taş Z. Sporcuların spor faaliyetlerinde İslam dininin etkileri [Doktora tezi]. Sakarya: Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Ana Bilim Dalı; 2020.

58. Türkeli A. Beden eğitimi ve spor alanında karşılaşılan kavram yanılgıları [Doktora tezi]. Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı; 2018.
59. İlhan EL. Hareketsiz yaşamlar kültürü ve beraberinde getirdikleri. Milli Prodüktivite Merkezi Verimlilik Dergisi. 2010;3:195–210.
60. Ekici H. Halkın sporla ilgili belediyelerden beklentileri: Gaziantep’te bir uygulama. Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi. 2012;1(3):60–1.
61. Aitchison B, Rushton AB, Martin P, Barr M, Soundy A, Heneghan NR. The experiences and perceived health benefits of individuals with a disability participating in sport: A systematic review and narrative synthesis. *Disabil Health J.* 2022;15(1):101164.
62. Youngson L, Foster C, Lambert J. The physical and mental health benefits of lifestyle sports for disabled people: A scoping review. *Int J Disabil Sports Health Sci.* 2023;6(1):60-81.
63. Wilhite B, Shank J. In praise of sport: Promoting sport participation as a mechanism of health among persons with a disability. *Disabil Health J.* 2009;2(3):116–27.
64. Hutzler Y, Bar-Eli M. Psychological benefits of sports for disabled people: A review. *Scand J Med Sci Sports.* 1993;3.
65. Clarke K. Perspectives for the future of the disabled in sport. *Adapt Phys Act Q.* 1986;3:152–5.
66. Wilhite B, Shank J. In praise of sport: Promoting sport participation as a mechanism of health among persons with a disability. *Disabil Health J.* 2009;2(3):116–27.
67. Varahra A, Ahmed H, Lindsay S. Exploring direct and indirect associations of exercise and sport participation with employment among individuals with disabilities: A scoping review. *J Occup Rehabil.* 2022;32(1):44-54.
68. Russo F, Bultrini A, Brunelli S, Delussu A, Polidori L, Taddei F, et al. Benefits of sports participation for executive function in disabled athletes. *J Neurotrauma.* 2010;27(12):2309–19.
69. DePauw K. Research on sport for athletes with disabilities. *Adapt Phys Act Q.* 1986;3:292–9.
70. Legg D, Dubon M, Webborn N, Blauwet C. Advancing sport opportunities for people with disabilities: From grassroots to elite. *Br J Sports Med.* 2022;56:1266–7.
71. <https://www.gesf.org.tr/kurulus> Son Erişim Tarihi 13 Eylül 2024.

72. <https://www.tmpk.org.tr/yazarimizdan/gorme-engelliler-atletizmi-ve-kilavuz-milliyet-11-05-2014/> Son Erişim Tarihi 13 Eylül 2024.
73. <https://ibsasport.org/growing-blind-sports/helping-other-sports-grow/athletics/> Son Erişim Tarihi 13 Eylül 2024.
74. <https://www.parafootball.com/blind-football> Son Erişim Tarihi 24 Eylül 2024.
75. <https://www.rnc.ac.uk/futsalrules> Son Erişim Tarihi 24 Eylül 2024.
76. [https://www.paralympic.org/video/paralympic-sport-z.goalball?gad\\_source=1&gclid=CjwKCAiAudG5BhAREiwAWMISjBtQ75di7u3T99ITVpiNUMBLC8ZCtT08M55mq\\_7bmE6MoSkv5CD4iBoCvz0QAvD\\_BwE](https://www.paralympic.org/video/paralympic-sport-z.goalball?gad_source=1&gclid=CjwKCAiAudG5BhAREiwAWMISjBtQ75di7u3T99ITVpiNUMBLC8ZCtT08M55mq_7bmE6MoSkv5CD4iBoCvz0QAvD_BwE) Son Erişim Tarihi 25 Eylül 2024.
77. HALTER - Türkiye Görme Engelliler Spor Federasyonu Son Erişim Tarihi 25 Eylül 2024.
78. <https://ibsajudo.sport/about-judo/overview/> Son Erişim Tarihi 25 Eylül 2024.
79. <https://ibca-info.org/how-visually-impaired-play-chess/> Son Erişim Tarihi 7 Ekim 2024.
80. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/para-yuzme/> Son Erişim Tarihi 7 Ekim 2024.
81. Kreitner R, Kinichi A. Organizational behaviour. 9th ed. New York: McGraw-Hill; 2009:208-41.
82. Bayrakçeken S, Oktay Ö, Samancı O, Canpolat N. Motivasyon kuramları çerçevesinde öğrencilerin öğrenme motivasyonlarının artırılması: Bir derleme çalışması. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 2021;25(2):677-98.
83. National Research Council. How people learn II: Learners, contexts, and cultures. Washington, DC: The National Academies Press; 2018:110-32.
84. Sekhar C, Patwardhan M, Singh RK. A literature review on motivation. Global Business Perspectives. 2013;1:471-87.
85. George S. Motivasyon mucizesi. Çev: Kaplan U. İstanbul: Sistem Yayıncılık; 1997:13-4.
86. Filimonov D. Extrinsic motivation and incentives [Thesis]. University of Applied Sciences; 2017.
87. Clancy RB, Herring MP, et al. Rekabetçi spor motivasyonu araştırmalarının gözden geçirilmesi. Spor ve Egzersiz Psikolojisi. 2016;27:232-42.

88. Iglesias-Martínez E, Roces-García J, Méndez-Alonso D. Predictive strength of contextual and personal variables in soccer players' goal orientations. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(17):9401.
89. Özyalvaç TN. Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutumları ile akademik başarı motivasyonlarının incelenmesi: Konya Anadolu Lisesi örneği [Yüksek lisans tezi]. Selçuk Üniversitesi; 2010.
90. Ryan RM, Deci EL. Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemp Educ Psychol*. 2000;25:60.
91. Karataş M. Fiziksel stres altında tabanca atıcılığı; nişangâhsız atış antrenmanlarının atış skorlarına etkisi [Yüksek lisans tezi]. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2012.
92. Kuru E, Abakay U. Güreş grekoromen genç milli takım sporcularının başarı motivasyon düzeylerinin, sportif tecrübe ve antrenman sıklığı açısından incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 2009;11(1).
93. Avcı O. Tekerlekli sandalye basketbol sporcuları ile ampute futbol sporcularının üst ekstremité fiziksel uygunluklarının değerlendirilmesi ve karşılaştırılması [Yüksek lisans tezi]. İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü; 2019.
94. Akın A. Akılcı duygusal davranışçı terapi odaklı grupla psikolojik danışmanın psikolojik iyi olma ve öz-duyarlık üzerindeki etkisi [Yüksek lisans tezi]. (Yayınlanmamış); 2009.
95. Hernandez R, Bassett SM, Boughton SW, Schuette SA, Shiu EW, Moskowitz JT. Psychological well-being and physical health: associations, mechanisms, and future directions. *Emotion Rev*. 2018;10(1):18-29.
96. Ryff CD. Psychological well-being in adult life. *Curr Dir Psychol Sci*. 1995;4(4):99-104.
97. Ryff CD, Singer BH. Kendini bil ve olduğun kişi ol: Psikolojik refaha eudaimonik bir yaklaşım. *Mutluluk Çalışmaları Dergisi*. 2008;9:13-39.
98. Ryff CD. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *J Pers Soc Psychol*. 1989;57(6):1069-81.
99. Ryff CD, Keyes CLM. The structure of psychological well-being revisited. *J Pers Soc Psychol*. 1995;69(4):719-27.

100. Ryff CD, Singer B. Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychother Psychosom.* 1996;65(1):14-23.
101. Birgöl ÜB. Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin bağlanma stilleri ile belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki [Yüksek lisans tezi]. Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü; 2023.
102. Ryff CD. Psychological well-being and the development of the self. In: Schultz PS, Ryan ML, editors. *The Oxford handbook of positive psychology.* Oxford: Oxford University Press; 1999;83-98.
103. Ryff CD, Essex MJ. Personality and social relationships: The role of psychological well-being. *J Pers Soc Psychol.* 1991;60(6):905-12.
104. Ünaldı G. Üniversite öğrencilerinin deprem sonrası eğlence amaçlı spor kaynaklı iyilik hallerinin belirli değişkenler doğrultusunda belirlenmesi. *Yalova Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi.* 2023;2(3):107-17.
105. Martin Ginis KA, Gee CM, Sinden AR, Tomasone JR, Latimer-Cheung AE. Relationships between sport and exercise participation and subjective well-being among adults with physical disabilities: Is participation quality more important than participation quantity? *Psychol Sport Exerc.* 2024;70:102535.
106. Çakır G. Bilinçli farkındalık ve mental iyi oluş ilişkisi: spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencileri üzerine kesitsel bir analiz. *Milli Eğitim Dergisi.* 2024;53(244):1755-72.
107. Demirel H, Tüzer BF, Yalçın YG. Investigation of subjective well-being levels of disabled individuals doing and not doing sport. *Journal of Education and Recreation Patterns.* 2022;3(2):147-63.
108. Cho CK, Shin MC. The effects of middle school students' participation motivation in judo as a recreational sport activity on exercise flow and psychological happiness. *J Korea Soc Comput Inf.* 2020;25(10):203-9
109. Al Harthy SS, Hammad MA, Awed HS. Association between social inclusion and mental health among people with disabilities engaged in sports clubs: a cross-sectional survey. *Front Psychol.* 2025;16:1504352.
110. Sarıkan Ü. Düzenli egzersiz yapan bireylerde ruh hali ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *UGEAD - IntJCES.* 2021;7(2):211-58.

111. Karasar N. Bilimsel Araştırma Yöntemi, 19. Baskı. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, 2009: 29.
112. Garip S. Sosyal bilimlerde nicel araştırma geleneği üzerine kuramsal bir inceleme. *Int J Soc Sci Res.* 2023;12(1):1–19.
113. Ghanad A. An overview of quantitative research methods. *Int J Multidiscip Res Anal.* 2023;6. doi:10.47191/ijmra/v6-i8-52.
114. Kelley-Quon LI. Surveys: Merging qualitative and quantitative research methods. *Semin Pediatr Surg.* 2018;27(6):361–6.
115. Cohen L, Manion L. Research methods in education. 4th ed. London: Routledge; 1994.
116. Bekman M. Halkla ilişkiler uygulamalarında nicel araştırma yöntemi: ilişkisel tarama modeli. *Meriç Uluslararası Sosyal ve Stratejik Araştırmalar Dergisi.* 2022;6(16):238-5.
117. Diener E, Wirtz D, Tov W, Kim-Prieto C, Choi DW, Oishi S, et al. New well-being measures: short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Soc Indic Res.* 2010;97(2):143–56.
118. Telef BB. Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Univ Egit Fak Derg.* 2013;28(28–3):374–84.
119. George D, Mallery P. IBM SPSS Statistics 26 Step by Step: A Simple Guide and Reference. 16th ed. New York: Routledge; 2020:113-14.
120. Çetin S, Güven S. Görme gereksinimli bireylerin spora katılım motivasyonlarının incelenmesi. 1. Ulusal İzmir Demokrasi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Öğrenci Kongresi; 2022; 88.
121. Ayyıldız E, Aras D, Yagin FH, Gülu M, Yapıcı H, Alwhaibi R. Investigation of sports participation motivation in people with disabilities: a cross-sectional study of individuals with physical and hearing impairments. *BMC Sports Sci Med Rehabil.* 2024;16(1):56.
122. Tüzer BF, Demirel H. Sports participation motivation in disabled individuals. *Turk J Sport Exerc.* 2022;24(3):254-63.
123. Badenhorst M, Runciman P, Brown J, Derman W. Promotion of para athlete well-being in South Africa (the PROPEL studies): profiles and prevalence of psychological distress. *J Sci Med Sport.* 2021;24(7):616-21.

124. Gürkan RK, Koçak F, Başar A. Engelli sporcularda psikolojik iyi oluş ve serbest zaman doyumunu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Int J Sport Exerc Train Sci.* 2021;7(2):73-83.
125. Çavdar Ç. Bedensel engelli sporcuların salgın hastalıklara yakalanma kaygısı ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin incelenmesi [Doktora tezi]. Aksaray: Aksaray Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı; 2024.
126. Meriç S, Turay Ö. Tekerlekli sandalye basketbolcularının spora katılım motivasyonu ile yaşam kalitesi arasındaki ilişki. *Yüzüncü Yıl Üniv Sos Bil Enst Derg.* 2020;(48):433-50.
127. Gün M. Fitness sporu ile uğraşan kişilerin sosyal kaygı ve psikolojik iyi oluşlarının incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. Kilis: Kilis 7 Aralık Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Antrenörlük Anabilim Dalı; 2024.
128. Aydoğdu M. Engelli sporcularda narsisizm ve saldırganlık düzeylerinin başarı motivasyonu üzerindeki etkisinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. Niğde: Ömer Halis Demir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı; 2020.
129. Emamvırdı R, Hosseinzadeh Asl NR, İlhan L, Çolakoğlu FF. Bedensel engelli sporcularda psikolojik esneklik ve spora katılım motivasyonu. *Beden Eğitimi Spor Bilimleri Dergisi.* 2020;14(2):271-81.
130. Yılmaz Ö, Eliöz M. Özel gereksinimli bireylerde spora katılım motivasyonunun incelenmesi. *J Acad Soc Sci.* 2022;(130):1-11. doi:10.29228/ASOS.62794
131. Kızar O, Demir GT, Genç H. Examination of the effect of national and amateur disabled athletes' disability types on sports participation motivation. *Eur J Phys Educ Sport Sci.* 2021;6(12).
132. Harthy S, Hammad M, Awed H. Impact of motivation in promoting sports participation among people with disabilities. *J Disabil Res.* 2024;3(4).
133. Yılmaz A, Kırımoğlu H, Kaynak K. Türkiye görme engelliler yüzme şampiyonasına katılan sporcuların spora özgü başarı motivasyon düzeylerinin incelenmesi. *Spor Performans Araştırmaları Dergisi.* 2019;10(3):270-81.
134. Canpolat B, Turhan FH. Motivation profiles of football players: B2-B3 a study on individuals with visual challenges. *J Educ Recreat Patterns.* 2023;4(2):374-86.

135. Erbaş Ü. Xploring motivation for sports participation among the disabled by some of their demographic characteristics. *Int J Educ Technol Sci Res.* 2022;7(18):1258-73.
136. Mirandola D, Monaci M, Miccinesi G, Vannuzzi A, Sgambati E, Manetti M, Marini M. Psychological well-being and quality of life in visually impaired baseball players: an Italian national survey. *PLoS One.* 2019;14(6):e0218124.
137. İlhan B, İdil A, İlhan I. Sports participation and quality of life in individuals with visual impairment. *Ir J Med Sci.* 2021;190:429–36.
138. Tekkurşun Demir G, İlhan EL. Spora katılım motivasyonu: Görme engelli sporcular üzerine bir araştırma. *Gaziantep Univ Spor Bilim Derg.* 2019;4(1):157-70.
139. Bozkurt T, Tekkurşun Demir G, Dursun M. Bedensel, işitme ve görme engelli sporcuların spora katılım motivasyonlarının incelenmesi. *J Int Sport Recreation.* 2019.
140. Aksoy Y, Civelek G. Kick boks sporcularının spora katılım güdülerinin incelenmesi. *Beden Eğit Spor Bilimleri Derg.* 2022;16(3):222-33.
141. Seyedi M, Mohammadi Nejati F, Dana A, Esmaeili M. A comparison between sports motivation and social physique anxiety between blind and visually impaired elite athletes in individual and team sports. *Int J Motor Control Learn.* 2022;4(2):26-30.
142. Jakobsen A. Are there differences in motives between participants in individual sports compared to team sports? *LASE J Sport Sci.* 2014;5:32-42.
143. Morela E, Kouli O, Lykou A, Bebetos E, Antoniou P, Lykou X. The role of self-esteem on the motivational elaborations of Greek blind athletes competing in individual and team sports. *Acta Psychol.* 2024;248:104375.
144. Boz E, Kul M, Çetintaş Y. Milli takım düzeyindeki bedensel engelli para-karate sporcularının spora katılım motivasyonları ile yaşam kalite ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *CBÜ BESBD.* 2024;19(1):59-66.
145. Kwon YH, Yang CH. Relationship between participation motivation and psychological well-being of marine leisure sports participants. *Ilkogretim Online.* 2021;20(3).
146. Di Cagno A, Iuliano E, Aquino G, Fiorilli G, Battaglia C, Giombini A, Calcagno G. Psychological well-being and social participation assessment in visually impaired subjects playing Torball: a controlled study. *Res Dev Disabil.* 2013;34(4):1204-9.

147. Zabala-Dominguez O, Rubio Florido I, Lázaro Fernández Y, Borrajo Mena E. Life satisfaction and psychological capital in athletes with physical disabilities. *Behav Sci.* 2023;13(12):1010.
148. Zhong T. Physical activity motivations and psychological well-being among university students: a canonical correlation analysis. *Front Public Health.* 2024;12:1442632.
149. Granero-Jiménez J, López-Rodríguez MM, Dobarrio-Sanz I, Cortés-Rodríguez AE. Influence of physical exercise on psychological well-being of young adults: a quantitative study. *Int J Environ Res Public Health.* 2022;19(7):4282.
150. Kinoshita K, MacIntosh E, Sato S. Association of latent mental health profiles of military officers with active sport participation and hedonic and eudaimonic motives for sport participation. *Sport Exerc Perform Psychol.* 2022;11.
151. Lee YM, Lee YG, Seok BG, Park H. How participation motivation affects the psychological and subjective well-being of Korean golfers. *Indian J Public Health Res Dev.* 2018;9:1362.
152. Bayraktar C, Acuner S. Rekreasyonel spor ve iyi oluş ilişkisi (Trabzon örneği). In: *ASAD 8. Uluslararası Spor Araştırmaları Kongresi*; 2024; Trabzon, Türkiye. 396-402.

## **EKLER**

### **EK-1. Özgeçmiş**



## **EK-2. Etik Kurul İzni**



## **EK-3. Araştırma İzin Formu**



#### **EK-4. Demografik Bilgiler Formu**

Değerli katılımcı;

Aşağıda bilimsel bir araştırmaya yönelik ölçekler bulunmaktadır. Bu ölçekler bilimsel bir çalışmada kullanılacaktır. Bu araştırmaya katılmak gönüllülük esasına dayanmaktadır. Bu çalışmada Görme Engelli Sporcuların Spora Katılım Motivasyonu ve Psikolojik İyi Oluş ile ilgili bazı sorular bulunmaktadır. Soruları cevaplamak yaklaşık olarak 5-7 dakika sürecektir. Ölçeklerin uygulanması için gerekli Etik Kurul izni alınmış olup bilime verdiğiniz katkıdan dolayı teşekkür ederiz.

Doç. Dr. Mehdi DUYAN &

Yüksek Lisans öğrencisi Muhammed ÇIPLAK

**Cinsiyetiniz:** Erkek ( ) Kadın ( )

**Medeni Durumunuz:** Evli ( ) Bekar ( )

**Yaşınız:** 18- 22 ( ) 23-27 yaş ( ) 28-32 yaş ( ) 33 yaş ve üstü ( )

**Eğitim Düzeyiniz:** : İlköğretim/Ortaöğretim ( ) Lise ( ) Lisans ( ) Lisansüstü ( )

**Engelli Oluş Zamanı:** Doğuştan ( ) Sonradan ( )

**Görme Engel Türünüz:** B1 ( ) B2 ( ) B3 ( )

**Engellik Oluşma Süreniz:** 0-5 yıl ( ) ( ) 5 yıl ve üzeri

**Spor Branşınız:** Atletizm ( ) Futbol ( ) Futsal ( ) Goalball ( ) Halter ( ) Judo ( )  
Satranç ( ) Yüzme ( )

**Temsil ettiğiniz lig:** .....

**Haftalık spor yapma sıklığınız:** En az 3 gün ( ) 4-5 gün ( ) 6-7 ( ) gün

**Günlük spor yapma sıklığınız:** En az 30 dk ( ) 30-60 dk ( ) 60-90 dk 90-120 dk  
( ) 120 dk ve üstü ( )

**Toplam spor deneyiminiz:** 1-2 yıl ( ) 3-4 yıl ( ) 5-6 yıl ( ) 7-8 yıl ( ) 9 yıl ve  
üstü ( )

**Milli Sporculuk Durumunuz:** Evet ( ) Hayır ( )

## EK-5. Engelli Bireylerde Spora Katılım Motivasyonu Ölçeği (ESKMÖ)

	Kesinlikle Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Orta Düzeyde Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1. Spor, yetersizliklerimi en aza indirir.	1	2	3	4	5
2. Spor özgür hissettirir.	1	2	3	4	5
3. Spor zorluklarla mücadele edebilme özelliği kazandırır.	1	2	3	4	5
4. Spor kendi sınırimi bilmemi sağlar.	1	2	3	4	5
5. Spor sayesinde engelimle başa çıkabilirim.	1	2	3	4	5
6. Sporda kazanmak bana haz verir.	1	2	3	4	5
7. Yeteneklerimi keşfetmek bana mutluluk verir.	1	2	3	4	5
8. Spor kişisel gelişimimi artırır	1	2	3	4	5
9. Sporun fiziksel gelişimime olumlu etkisi olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
10. Spor dayanıklılığımı artırır.	1	2	3	4	5
11. Spor kas kütlemini artırır.	1	2	3	4	5
12. Spor yapınca kendimi iyi hissederim.	1	2	3	4	5
13. Engelli arkadaşlarıma örnek olmak için spor yaparım.	1	2	3	4	5
14. Sporun bana statü kazandırdığına inanırım.	1	2	3	4	5
15. Medyadaki sportif başarı hikâyelerine özenirim.	1	2	3	4	5
16. Spor benim için sosyal güvence aracıdır.	1	2	3	4	5
17. Yeteneklerimi başkalarına göstermek hoşuma gider.	1	2	3	4	5
18. Spora zaman ve efor harcıyorum ama buna değer mi bilmiyorum.	1	2	3	4	5
19. Sporun bana ne kazandırdığından emin değilim.	1	2	3	4	5
20. Sporcuyum ama spor yapmak bana göre değil.	1	2	3	4	5
21. Sporcuyum ama elimde olsa spor yapmam.	1	2	3	4	5
22. Branşımda ne kadar ilerleyebileceğim ile ilgili bir fikrim yok.	1	2	3	4	5

## EK-6. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

		(1) Kesinlikle katılmıyorum	(2) Katılmıyorum	(3) Biraz Katılmıyorum	(4) Kararsızım	(5) Biraz Katılıyorum	(6) Katılıyorum	(7) Kesinlikle Katılıyorum
1	Amaçlı ve anlamlı bir yaşam sürdürüyorum.							
2	Sosyal ilişkilerim destekleyici ve tatmin edicidir.							
3	Günlük aktivitelereime bağlı ve İlgiliyim							
4	Başkalarının mutlu ve iyi olmasına aktif olarak katkıda bulunurum.							
5	Benim için önemli olan etkinliklerde yetenekli ve yeterliyim.							
6	Ben iyi bir insanım ve iyi bir hayat yaşıyorum.							
7	Geleceğim hakkında iyimserim.							
8	İnsanlar bana saygı duyar.							