

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı

Spor Yönetimi Bilim Dalı

**BEDENSEL ENGELLİ SPORCULARIN PSİKOLOJİK
BECERİ DÜZEYLERİNİN FARKLI DEĞİŞKENLER
AÇISINDAN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Hamza DOĞAN

Danışman

Doç. Dr. Taner ATASOY

İstanbul – 2025

TEZ TANITIM FORMU

Yazar Adı Soyadı : Hamza DOĞAN

Tezin Dili : Türkçe

Tezin Adı : Bedensel Engelli Sporcuların Psikolojik Beceri Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi

Enstitü : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Anabilim Dalı : Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı

Tezin Türü : Yüksek Lisans

Tezin Tarihi : 03.07.2025

Sayfa Sayısı : 89

Tez Danışmanı : Doç. Dr. Taner ATASOY

Dizin Terimleri : Bedensel engelli, sporcu, psikolojik beceri

Türkçe Özet : Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada, Sporcuların psikolojik becerilerini değerlendirme ölçeğinden aldıkları toplam puanlar incelediğinde, sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin cinsiyet, yaş, eğitim durumu, engel türü, engel derecesi, spor branşı, spor geçmişi ve millilik durumu gibi faktörlere göre farklılıklar gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Dağıtım Listesi : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsüne
YÖK Ulusal Tez Merkezine

İmzası

Hamza DOĞAN

**T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı

Spor Yönetimi Bilim Dalı

**BEDENSEL ENGELLİ SPORCULARIN PSİKOLOJİK
BECERİ DÜZEYLERİNİN FARKLI DEĞİŞKENLER
AÇISINDAN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Hamza DOĞAN

Danışman

Doç. Dr. Taner ATASOY

İstanbul – 2025

BEYAN

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğu, kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez olarak sunulmadığını beyan ederim.

Hamza DOĞAN

03. 07. 2025

İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ'NE

Hamza DOĞAN' ın; “**Bedensel Engelli Sporcuların Psikolojik Beceri Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi**” adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Spor Yönetimi Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

İmza
Başkan _____
Doç. Dr. Aydın PEKEL

İmza
Üye _____
Doç. Dr. Taner ATASOY
(Danışman)

İmza
Üye _____
Dr. Öğr. Üyesi Yunus ŞAHİNLER

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

03. 07. 2025

İmzası
Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ
Lisansüstü Eğitim Enstitü Müdürü

ÖZET

Araştırmada, Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmamızda, nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evreni; engelliler branşında faaliyet gösteren spor kulüpleri adına müsabakalara katılan 163'ü erkek, 49'u kadın olmak üzere toplam 212 bedensel engelli sporcudan oluşmaktadır. Araştırma kapsamında, veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi (cinsiyet, yaş, eğitim durumu, engel türü, engel derecesi, spor branşı, spor geçmişi ve milli sporcu olup olmama durumu) ve Sporcuların psikolojik becerilerini değerlendirme ölçeği kullanılmıştır. Ölçekler online ortama taşınarak, bedensel engelli sporcuların soruları dijital ortamda yanıtlamaları sağlanmıştır. Elde edilen verilerin analizinde IBM SPSS 25.0 istatistik programı kullanılmıştır. Araştırmada; dağılım analizi, tanımlayıcı analiz ve parametrik hipotez testlerinden bağımsız örneklem T testi ve One-Way Anova analizi ve gruplar arası farkın belirlenmesi için ise Post-hoc (LSD) analizi kullanılmıştır.

Araştırmada, Sporcuların psikolojik becerilerini değerlendirme ölçeğinden aldıkları toplam puanlar incelendiğinde, sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin cinsiyet, yaş, eğitim durumu, engel türü, engel derecesi, spor branşı, spor geçmişi ve millilik durumu gibi faktörlere göre farklılıklar gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Cinsiyet, yaş ve eğitim durumu gibi demografik faktörler, özellikle zorluklarla baş etme, öğrenmeye açıklık ve başarı motivasyonu gibi becerilerde anlamlı farklar yaratırken, engel türü ve engel derecesi de psikolojik becerilerin gelişiminde etkili olmuştur. Spor geçmişi olan sporcular, psikolojik becerilerde daha yüksek performans sergileyerek, deneyimin bu becerilerin gelişimine katkı sağladığını göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Bedensel engelli, sporcu, psikolojik beceri

SUMMARY

The aim of the study was to examine the psychological skill levels of physically disabled athletes across different variables. In this study, a quantitative research method, specifically the survey model, was used. The population of the study consists of a total of 212 physically disabled athletes, including 163 males and 49 females, who participated in competitions on behalf of sports clubs in the disability category. In the study, the data collection tools used were a Personal Information form (including gender, age, education level, type of disability, degree of disability, sport branch, sports history, and national athlete status) and the Athlete Psychological Skills Assessment Scale. The scales were transferred to an online platform, allowing physically disabled athletes to answer the questions in a digital environment. IBM SPSS 25.0 statistical software was used for the analysis of the obtained data. In the study, distribution analysis, descriptive analysis, and parametric hypothesis tests, including independent samples t-test and One-Way ANOVA, were used. To determine the differences between groups, Post-hoc (LSD) analysis was employed.

In the study, when examining the total scores obtained from the Athlete Psychological Skills Assessment Scale, it was concluded that the athletes' psychological skill levels differ based on factors such as gender, age, education level, type of disability, degree of disability, sport branch, sports history, and national athlete status. Demographic factors such as gender, age, and education level created significant differences, particularly in skills such as coping with difficulties, openness to learning, and motivation for success. Additionally, the type and degree of disability played a role in the development of psychological skills. Athletes with sports experience demonstrated higher performance in psychological skills, indicating that experience contributes to the development of these skills.

Keywords: Physical disability, athlete, psychological skills

İÇİNDEKİLER

ÖZET	i
SUMMARY	ii
İÇİNDEKİLER	iii
TABLolar LİSTESİ	v
ÖNSÖZ.....	vi
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM GENEL BİLGİLER

1.1. Bedensel Engellilik Kavramı ve Tanımı	6
1.1.1. Engellilik nedenleri	7
1.1.1.1. Doğum öncesi nedenler	7
1.1.1.2. Doğum sırası nedenler	7
1.1.1.3. Doğum sonrası nedenler	7
1.2. Engelliler ve Spor Kavramı.....	8
1.3. Engelli Sporları ve Tarihsel Gelişimi.....	9
1.4. Engelli Bireyleri Spora Yönlendiren İhtiyaçlar	14
1.4.1. Fizyolojik ihtiyaçlar	14
1.4.2. Sosyal ihtiyaçlar	15
1.4.3. Psikolojik ihtiyaçlar.....	15
1.5. Bedensel Engellilik ve Spor	16
1.6. Psikolojik Beceri Tanımı ve Önemi	18
1.7. Engelli Sporcuların Psikolojik Beceri Düzeylerini Etkileyen Faktörler	18
1.7.1. Engellilik durumu ve fiziksel sınırlamalar	18
1.7.2. Sosyal destek ve çevresel faktörler	20
1.7.3. Bireysel özellikler ve kişilik faktörleri	21
1.8. Engelli Sporcularda Psikolojik Beceri Gelişimi	22
1.8.1. Zihinsel dayanıklılık.....	23
1.8.2. Motivasyonel stratejiler	23
1.8.3. Duygusal yönetim ve kontrol	23
1.8.4. Odaklanma ve dikkat yönetimi.....	24
1.8.5. Kendilik algısı ve öz güven	26
1.9. Psikolojik Beceri ve Performans İlişkisi	27
1.10. Psikolojik Beceri ve Sosyal Hayat İlişkisi	27
1.10.1. Engelli sporcuların sosyal ilişkileri ve psikolojik sağlıkları	27
1.10.2. Engelli sporcuların zihinsel güçlenmesi ve sosyal kabulü	28
1.10.3. Engelli sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin sosyal katılımına etkisi..	29
1.11. Psikolojik Beceri Gelişiminin Engelli Sporcular İçin Önemi	30

İKİNCİ BÖLÜM

MATERYAL VE YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli	31
2.2. Evren ve Örneklem	31
2.3. Veri Toplanma Yöntemi	33
2.4. Veri Toplama Araçları	33
2.4.1. Kişisel bilgi formu	33
2.4.2. Sporcuların psikolojik becerilerini değerlendirme ölçeği	34
2.5. Verilerin Analizi.....	36

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1 Araştırma Bulguları.....	37
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	49
KAYNAKÇA	61
EKLER.....	74
ÖZGEÇMİŞ.....	77

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Sporcuların demografik özellikleri	32
Tablo 2. Sporcuların psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların çarpıklık-basıklık düzeyleri	35
Tablo 3. Sporcuların psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların betimsel analizi .	35
Tablo 4. Sporcuların cinsiyet değişkenine göre psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların değerlendirilmesi	37
Tablo 5. Sporcuların yaş değişkenine göre psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların değerlendirilmesi	38
Tablo 6. Sporcuların eğitim durumu değişkenine göre psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların değerlendirilmesi.....	39
Tablo 7. Sporcuların engel türü değişkenine göre psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların değerlendirilmesi	41
Tablo 8. Sporcuların engel derecesi değişkenine göre psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların değerlendirilmesi.....	43
Tablo 9. Sporcuların spor branşı değişkenine göre psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların değerlendirilmesi	45
Tablo 10. Sporcuların spor geçmişi değişkenine göre psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların değerlendirilmesi.....	47
Tablo 11. Sporcuların millilik durumu değişkenine göre psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların değerlendirilmesi.....	48

ÖNSÖZ

Tezimin hazırlanmasında bilgi, birikim ve kıymetli yönlendirmeleriyle bana yol gösteren, her aşamada desteğini esirgemeyen değerli danışmanım Doç. Dr. Taner ATASOY'a en içten teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım. Spor hayatıma adım atmamda önemli katkıları bulunan ve her zaman yanımda olan Dr. Mehmet Ata ÖZTÜRK' e şükranlarımı sunarım. Tezimin veri toplama sürecinde katkı sağlayan tüm sporcu kardeşlerime, antrenörlerimize ve kulüp yöneticilerimize içtenlikle teşekkür ederim. Engelli sporunun gelişimine verdikleri destekten dolayı Bağcılar Belediye Başkanlığı görevinde bulunan Sayın Feyzullah KIYIKLIK, Sayın Lokman ÇAĞIRICI, Sayın Abdullah ÖZDEMİR ve Sayın Yasin YILDIZ başkanlarıma teşekkür ederim. Eğitim hayatım boyunca yanımda olan, her zaman koşulsuz sevgi ve destekleriyle bana güç veren sevgili aileme sonsuz teşekkür ederim. Ayrıca, birlikte uzun yıllar çalışma şansı bulduğum ve 2 Şubat 2024 tarihinde aramızdan ayrılan kıymetli dostum Sayın Fatma ŞAHİN' i rahmet ve minnetle anıyor ve yapmış olduğum çalışmayı kendisine ithaf ediyorum.

Hamza DOĞAN

GİRİŞ

Engelli bireylerin spor yapmaları, yalnızca fiziksel sağlıklarını iyileştirmekle kalmaz, aynı zamanda psikolojik iyilik halleri üzerinde de önemli olumlu etkiler yaratmaktadır (Asken, 1991). Spor, bedensel engelli bireyler için sadece fiziksel güçlerini artırmanın ötesinde, duygusal ve psikolojik dayanıklılıklarını geliştiren, sosyal etkileşimi ve toplumsal entegrasyonu teşvik eden bir araçtır (Hutzter ve Bar-Eli, 1993). Bedensel engelli sporcular, fiziksel engellerinin yanı sıra, zaman zaman duygusal ve psikolojik engellerle de karşı karşıya kalmaktadırlar (Martin, 1999). Ancak spor, bu engelleri aşmalarına yardımcı olabilecek güçlü bir araçtır. Bir sporcunun başarısı yalnızca fiziksel yeteneklerine değil, aynı zamanda psikolojik becerilerine de bağlıdır. Bu beceriler; stresle başa çıkma, odaklanma, motivasyon sağlama, özgüven geliştirme ve zihinsel dayanıklılık gibi unsurları içerir (Sikorska ve Gerc, 2018). Tüm bu beceriler, bedensel engelli sporcuların hem spor performanslarını hem de genel psikolojik iyilik hallerini doğrudan etkileyebilir (Babaei, 2022). Bedensel engelli sporcuların psikolojik becerileri, sadece spor performanslarıyla sınırlı kalmaz, yaşamlarının diğer alanlarında da önemli bir rol oynar. Ancak, bu becerilerin gelişimi, oldukça karmaşık ve çok yönlü faktörlere dayanır (Hanrahan, 2007). Bir sporcunun psikolojik becerilerini etkileyen değişkenler arasında bireysel farklılıklar, sosyal destek, psikolojik eğitim, çevresel faktörler, spor dalı ve kişisel psikolojik durumlar bulunur. Örneğin, sosyal destek, sporcuların psikolojik dayanıklılıklarını artıran önemli bir faktördür (Şahinler, 2021). Aile, arkadaşlar ve antrenörlerin sunduğu destek, sporcuların karşılaştıkları zorluklarla daha iyi başa çıkmalarına yardımcı olabilir (Powell ve Myers, 2017). Ayrıca, engelli sporcuların toplumsal ve psikolojik zorluklarla başa çıkma yetenekleri, geçmiş deneyimlerine ve yaşadıkları travmalara bağlı olarak değişebilir. Bunun yanı sıra, yaş ve cinsiyet gibi demografik faktörler de psikolojik becerilerin gelişiminde etkili olabilir (Galli ve Gonzalez, 2015).

Birçok çalışma, bedensel engelli sporcuların psikolojik becerilerini geliştirmek için yapılan müdahalelerin ve eğitim programlarının etkinliğini göstermektedir. Bu tür programlar, sporcuların zihinsel becerilerini geliştirmelerine, özgüvenlerini artırmalarına ve stresle başa çıkma kapasitelerini iyileştirmelerine yardımcı olabilir (Atasoy,2020; Lai ve ark., 2000). Ayrıca, engelli sporcuların psikolojik becerilerinin, spor dalına özgü taleplerle de ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır. Örneğin, Paralimpik

sporlar gibi yüksek fiziksel zorluk içeren sporlar, sporcuların zihinsel dayanıklılıklarını ve odaklanma becerilerini daha fazla zorlayabilir (Hanrahan, 1995). Bu nedenle, bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin incelenmesi, yalnızca sporcuların gelişimi açısından değil, aynı zamanda toplumsal açıdan da büyük bir öneme sahiptir. Engelli bireylerin toplumsal entegrasyonunu ve kabulünü artırabilmek için, sporun bu alandaki rolü daha etkili bir şekilde araştırılmalıdır. Ayrıca, engelli sporcuların psikolojik becerilerini etkileyen faktörleri anlamak, sporcu gelişiminde etkili stratejiler geliştirmeyi mümkün kılabilir.

Bu çalışmanın amacı, bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeylerini, yaş, cinsiyet, yapmış oldukları spor branşı, engel türü ve engel derecesi gibi farklı değişkenler açısından incelemektir. Çalışma, bu değişkenlerin sporcuların psikolojik becerilerini nasıl etkilediğini ve onların psikolojik dayanıklılıklarını nasıl şekillendirdiğini anlamayı hedeflemektedir. Ayrıca, engelli sporcuların psikolojik becerilerini geliştirmek için gerekli olan eğitim ve destek programlarını oluşturmak için de çıkarımlar yapmayı amaçlamaktadır. Sonuç olarak, bu çalışma, engelli sporcuların psikolojik becerilerini artırmak için etkili stratejiler geliştirilmesine katkı sağlamayı hedeflemektedir.

Araştırmanın Amacı

Bedensel engelli bireyler bedensel engelli olmanın getirdiği dezavantajlarla bedensel engeli olmayan bireylere göre psikolojik olarak daha olumsuz etkilenmektedir. Bu bireyler toplum içerisinde çeşitli engellerle karşılaşmakta ve sınırlamalarla mücadele etmektedir. Bu faktörler göz önüne alındığında bedensel engelli bireylerin, özgüven eksikliği, yalnızlık, kaygı, öfke ve kızgınlık gibi sorunlarla karşılaşmaları olağandır. Bunlar bedensel engelli insanların yaşam kalitesini etkileyebilir ve bedensel engeli olmayan bireylere göre etkileri daha olumsuz hissedilebilir. Bu olumsuz etkilerin bedensel engelli sporcularda ne seviyede olduğunun belirlenmesi adına; çalışmanın amacı, Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi olarak belirlenmiştir.

Araştırmanın Önemi

Günümüzde sporda fiziksel yeterlilik ve beceri düzeyinin yanında psikolojik becerilerin de kullanımı önem kazanmıştır. Özellikle spor ortamında sporcuların

deneyimlediği zihinsel ve duygusal süreçler performans üzerinde etkili olmaktadır. Elit sporcularda psikolojik becerilerin performansa olan etkisi %50 olarak düşünülmektedir. Buna rağmen Türkiye’de günümüzde psikolojik hazırlık için yapılan uygulamalar yetersiz kalmaktadır. Spor psikolojisi literatüründe bu eksikliği hem teoride hem de uygulamada kapatmak için çeşitli çalışmalar yapılmış ve yapılmaktadır. Bu çalışmalardan bazıları psikolojik beceri antrenmanı olarak adlandırılmaktadır. Psikolojik beceri antrenmanı, performansın artırılması, haz düzeyinin yükseltilmesi ve fiziksel aktiviteden daha fazla doyum sağlanması amacıyla, zihinsel ya da psikolojik becerilerin planlı, tutarlı ve sistematik bir biçimde geliştirilmesini ifade eder. Tıpkı fiziksel becerilerde olduğu gibi; konsantrasyon ve odaklanmanın sağlanması, uyarılmışlık düzeyinin kontrol edilmesi, öz güvenin güçlendirilmesi ve motivasyonun artırılması gibi psikolojik unsurların da düzenli ve yapılandırılmış bir şekilde çalışılması gerekmektedir. Literatürde ve uygulamada birçok elit ya da normal sporcuyla bu uygulamalar yapılsa da bedensel engelli sporcularda yapılmış çalışmaların sayısı yetersizdir. Bu araştırma da literatürdeki bu eksikliği kapatmak, literatüre veri sağlamak adına önemli görülmektedir.

Araştırmanın Problemi

Günümüz şartlarında herhangi bir spor dalında başarılı olmak için sadece fiziksel beceriler ve yeteneklerin yeterli olmadığı görülmektedir. Sportif başarı için psikolojik becerilerin ve duyguların kullanımının önemli olduğu birçok araştırmada ortaya koyulmaktadır (Bali, 2015; Rubaltelli ve ark., 2018; Taha ve ark., 2018). Bu nedenle psikolojik beceriler ve sporcuların duygularının kullanımı ile ilgili yapılan araştırmalar spor bilimlerinin gelişimi ve sahada çalışan uygulayıcıların daha kaliteli uygulamalar yapabilmeleri için önemlidir. Bu bağlamda bedensel engelli sporcuların sportif yetenek ve sportif becerinin gelişmesi ve kalıcılığının devamı içinde psikolojik yetenek ve beceriye ihtiyaç duyulmaktadır. Bedensel engelli sporcuların Psikolojik becerilerini ve motivasyonu artıran yeteneklerin ortaya çıkmasını tetikleyen birçok unsur bulunduğunu göz önüne alınırsa; Tüm bu bilgiler sonucunda spor aktivitelerinde veya mücadelelerinde başarının yükseltilebilmesi Psikolojik becerilerin ön plana çıkması ile mümkün olacaktır. Bu nedenle psikolojik beceriler tüm özellikleri ve alt boyutları ile incelenmelidir. Bu bağlamda araştırmanın problem cümlesini “ Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin farklı

değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık var mıdır? Olarak belirlenmiştir.

Bu doğrultuda çalışmanın alt problemleri belirlenmiştir.

Araştırmanın Alt Problemleri

- Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeyleri, cinsiyet değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?
- Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeyleri, yaş değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?
- Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeyleri, eğitim durumu değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?
- Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeyleri, engel türü değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?
- Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeyleri, engel derecesi değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?
- Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeyleri, spor branşı değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?
- Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeyleri, spor geçmişi değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?
- Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeyleri, milli sporcu olup-olmama değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?

Araştırmanın Hipotezleri

1. **Hipotez:** Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı fark vardır.
2. **Hipotez:** Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeyleri ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı fark vardır.
3. **Hipotez:** Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeyleri ile eğitim durumu değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı fark vardır.
4. **Hipotez:** Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeyleri ile engel türü değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı fark vardır.
5. **Hipotez:** Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeyleri ile engel derecesi değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı fark vardır.

6. Hipotez: Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeyleri ile spor branşı değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı fark vardır.

7. Hipotez: Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeyleri ile spor geçmişi değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı fark vardır.

8. Hipotez: Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeyleri ile milli sporcu olup-olmama değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı fark vardır.

Araştırmanın Varsayımları

- Araştırmadaki katılımcıların oluşturduğu örneklemin, evreni temsil edebilecek yeterlilikte olduğu varsayılmaktadır.
- Veri toplama araçların geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.
- Bedensel engelli sporcuların anket ve ölçeklere vermiş oldukları cevapların kendileri açısından yansız, geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

- Araştırmaya katılan örneklem grubu, Bedensel engelli sporcuların ölçeklere verdikleri cevaplar ile sınırlı tutulacaktır.
- Araştırma, kullanılan ölçeğin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
- Araştırma, Bedensel engelli sporcuların anket ve ölçeklerdeki sorulara verdiği cevapların doğruluğuyla sınırlıdır.

BİRİNCİ BÖLÜM

GENEL BİLGİLER

1.1. Bedensel Engellilik Kavramı ve Tanımı

Bedensel (ortopedik) engelliler, doğum öncesi, doğum sırası ve doğum sonrası dönemlerde iskelet kas ve sinir sistemindeki farklı derecelerde meydana gelen bozukluklar nedeniyle sosyal hayata uyum sağlama ve günlük ihtiyaçlarını karşılamada zorluklar çeken, bakım, iyileştirme, korunma, yardım ve destek ihtiyacı duyan bireylerdir (Çağlar,1982). Bu grup, kemik rahatsızlıkları, kas yetmezliği, felç, cerebral palsy, şekil bozuklukları ve spina bifida gibi hareketlerini engelleyen sağlık sorunları yaşayan kişilerden oluşur (Çağlar, 1982).

Bedensel engelli bireyler, kas ve iskelet sistemlerinde bir bozukluk, eksiklik veya işlev kaybı olan insanlardır. El, kol, bacak, parmak ve omurgalarında kısalık, eksiklik, fazlalık, yokluk, hareket kısıtlılığı, şekil bozukluğu, kas güçsüzlüğü, kemik hastalığı olanlardır. Literatürde, bedensel engelli bireyin tanımından daha çok, bedensel engellilerin yetersizliklerinden etkilenme durumlarının azaltılmasına yönelik konular tartışılmıştır (Atasoy, 2020). Bu nedenle bedensel engellilerin yetersizliğinden sıyrılmalarına ve adaptasyonlarını geliştirmelerine yardımcı olan spor oldukça önemlidir. Bir kişinin yaşadığı yetersizlik ve bu yetersizliğin derecesine bağlı olarak hareket kısıtlılığı ya da duyuşsal kayıplar, onu toplumun diğerlerinden farklı kılabilir. Farklılıklara bakış açısı, fırsatlara bakış açısı ve sosyal ve eğitim politikaları, bireylerin potansiyellerini geliştirmeleri için hayati önem taşır. Spor, negatif durumların azaltılmasına yardımcı olduğu için engelli bireyleri rehabilite etmek için bir araç haline gelir. Makro ölçekte topluma hizmet ederek bireylerin tüm gelişim yönlerine yardımcı olur. Bu bağlamda, beden eğitimi ve spor uygulamalarının önemi, kendine yeten bir birey olarak yaşamın devamlılığını sağlama ve toplumsal uyum sağlama açısından önemlidir (Güler ve ark., 2019). Spor, hem toplumdaki çoğu insanın hem de engelli bireylerin ilgi odağı olmuştur. Aynı zamanda spor yapmak, neredeyse herkesin beden ve ruh sağlığını iyileştirir. Bedensel engelli bireyler, normal insanlarla aynı şekilde spor yapmaktan daha fazla fayda görür.

1.1.1. Engellilik nedenleri

Engellilik birçok nedene bağlıdır. Bu nedenler, bebeğin doğumdan önceki hayatına bağlı olabileceği gibi, doğum sırasında yaşanan sorunlara veya doğum sonrasındaki kazalara da bağlı olabilmektedir. İnsanların geçmişten gelen inançlar, örf ve adetler, maddi zorluklar ve çevresel izolasyon gibi toplumsal faktörler, engelliliğin nedeni olabilir. Bu faktörler kalıtsal olabilir (Özer, 2010). Engellilik kavramı, doğum öncesi, doğum sırası ve doğum sonrası nedenler olmak üzere üç kategoriye ayrılmıştır (Atasoy,2020; Karakaş, 2018; Koca ve Yüksel, 2017; Yılmaz ve ark., 2020).

1.1.1.1. Doğum öncesi nedenler

Doğuştan bedensel engel çeşitleri, doğuştan kalça çıkıklığı, çarpık ayak, kol, bacak noksanlıkları, yapışıklıklar parmak kusurları, omurga, sırt ve bel zinciri kusurları, felçler, kürek, köprücük kemiği kusurları olarak görülmektedir (Günaydın, 2016). Doğum öncesi engelliliğe sebep olan nedenler akraba evlilikleri, epilepsi, kan uyuşmazlığı, annenin yaşı, hamilelik döneminde karşılaşılan sorunlar, bilinçsiz ilaç kullanımı, UV ışınlarına annenin maruz kalması, kötü beslenme, stres bununla beraber kalıtsal, kronik (hiper tansiyon, diyabet, kalp), enfeksiyon (su çiçeği, kızamıkçık, hepatit B) gibi hastalıkların olması doğum öncesi nedenlerdendir (Akçalar, 2007).

1.1.1.2. Doğum sırası nedenler

Doğum sırası nedenler, doğumun başladığı andan itibaren doğumun hemen ardındaki kısa süreye kadar meydana gelen sorunları kapsamaktadır. Bu nedenler arasında doğumun olması gereken tarihten önce veya sonrasında gerçekleşmesi, doğum sırasında meydana gelen travma ve kazalar, doğum anında kordon dolanması ve tecrübesiz bir anne tarafından gerçekleştirilmesi yer alır (Aydın, 2012; Eripek, 2009).

1.1.1.3. Doğum sonrası nedenler

Doğum sonrası engellilik, toplumların sağlık sorunlarına nasıl yaklaştığıyla doğru orantılıdır (Sapancı, 2013). Doğumundan sonraki süreçlerde bebeklerin bulaşıcı hastalıklara maruz kalması, ilk bebeklik ve çocukluk döneminde yapılması gereken aşıların ihmal edilmesi, bebek için gürültülü ortamların varlığı, hastalık döneminde kullanılan ilaçlar risk oluşturabilir (Özkeskin, 2000). Ayrıca yaşam

sürecinde geçirilen kazalar, doğal afetler vb. gibi sebeplerden ötürü de engellilik oluşabilmektedir (Atasoy, 2020).

1.2. Engelliler ve Spor Kavramı

Engelli bireyler üzerinde sporun olumlu etkileri son derece geniş bir alana yayılmaktadır. Özellikle İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra, sporun engelli bireylerin hem fiziksel hem de psikolojik gelişimleri üzerindeki hayati rolü daha net bir biçimde ortaya çıkmıştır. Bu dönemde, engellilerin spora yönlendirilmesinin temel nedenleri arasında savaş sırasında engellilik durumu kazanan bireylerin fiziksel aktiviteye yönelik arzuları, sağlık kuruluşlarının spor temelli rehabilitasyon programlarına olan artan ilgisi ve savaş sonucu azalan iş gücünün yeniden kazanılması gibi unsurlar yer almıştır (Söğüt, 2006). Spor, engelli bireylerin benlik saygılarının yükseltilmesi, öz yeterlik algılarının güçlendirilmesi ve genel yaşam kalitelerinin artırılması açısından çok önemli katkılar sunmaktadır (Blauwet ve Willick, 2012, s. 851).

Spor, bireylerin fiziksel stresle başa çıkma yeteneklerini geliştirir. Kardiyovasküler dayanıklılığı artırır ve hareket kabiliyetini iyileştirir. Düzenli egzersizler, günlük yaşamda bağımsızlığı desteklerken kemik yoğunluğunu artırarak yaralanma riskini de en aza indirir. Bunun yanı sıra, ikincil hastalıkların ortaya çıkma olasılığını düşürür ve düşme olasılığını azaltarak kişinin genel çalışma kapasitesini yükseltir (Slater ve Meade, 2004).

Engelli sporcuların kategorileri, sporun kapsayıcılığı ve engelli bireylerin spor alanındaki yerleri açısından önemli bir konudur. Engelli sporcular, çeşitli fiziksel ve zihinsel engelleri olan bireylerdir ve bu bireylerin spor yapabilmesi için belirli kategorilere ayrılması gerekmektedir. Bu kategoriler, engelin türüne ve derecesine göre belirlenir ve sporun adil bir şekilde gerçekleştirilmesini sağlamak amacıyla oluşturulmuştur. Paralimpik Oyunlar, bu kategorilerin en belirgin örneklerinden biridir ve sporcuların engel türlerine göre sınıflandırılmasını sağlar (Webborn ve Vliet, 2012). Paralimpik sporlar, altı ana engel grubuna ayrılmaktadır: amputasyon veya uzuv eksiklikleri, serebral palsy, omurilikle ilgili engeller, görme engeli, zihinsel engel ve diğer fiziksel engeller. Bu kategoriler, sporcuların yeteneklerini en iyi şekilde sergileyebilmeleri için tasarlanmıştır. Örneğin, görme engelli sporcular için özel ekipman ve kurallar geliştirilmiştir, böylece bu sporcular da rekabet edebilirler

(Webborn ve Vliet, 2012). Bu bağlamda, engelli sporcuların katılımını artırmak ve sporun kapsayıcılığını sağlamak için çeşitli stratejiler geliştirilmiştir. Engelli sporcuların katılımını teşvik etmek için, spor organizasyonları ve topluluklar, çeşitli sosyal ve psikolojik engelleri aşmak adına çalışmalar yapmaktadır. Örneğin, Hollanda'daki bir çalışmada, engelli sporcuların spor yapmalarını kolaylaştıran faktörler belirlenmiştir. Bu çalışmada, sporun sosyal entegrasyonu artırdığı ve engelli bireylerin topluma katılımını sağladığı vurgulanmıştır (Jaarsma ve ark., 2014). Ayrıca, engelli bireylerin spor yapmalarını destekleyen programların geliştirilmesi, bu bireylerin fiziksel ve psikolojik sağlıklarını olumlu yönde etkilemektedir. Engelli sporcuların kategorileri, sadece fiziksel engellerle sınırlı değildir; zihinsel engeller de bu kategorilere dahil edilmektedir. Zihinsel engelli sporcular, kendi kategorilerinde yarışmakta ve bu sayede yeteneklerini sergileme fırsatı bulmaktadırlar. Zihinsel engelli bireylerin spor yapmaları, sosyal becerilerini geliştirmelerine ve topluma entegrasyonlarına yardımcı olmaktadır (Webborn ve Vliet, 2012). Bu nedenle, zihinsel engelli sporcuların katılımını artırmak için özel programlar ve etkinlikler düzenlenmektedir. Engelli sporcuların kategorileri, aynı zamanda sporun çeşitliliğini de yansıtmaktadır. Farklı spor dalları, farklı engel türlerine sahip bireyler için uygun hale getirilebilir. Örneğin, judo gibi dövüş sporları, engelli bireyler için özel kurallar ve düzenlemelerle uygulanabilmektedir. Bu tür sporlar, engelli bireylerin fiziksel yeteneklerini geliştirmelerine ve kendilerine güven kazanmalarına yardımcı olmaktadır (Atasoy, 2016). Engelli sporcuların katılımını artırmak için, spor organizasyonlarının ve toplulukların işbirliği yapması gerekmektedir. Bu işbirliği, engelli bireylerin spor yapmalarını teşvik eden programların geliştirilmesi ve uygulanması açısından kritik öneme sahiptir. Örneğin, adaptif spor programları, engelli bireylerin spor yapmalarını kolaylaştırmakta ve bu bireylerin sosyal entegrasyonunu artırmaktadır. Bu tür programlar, engelli sporcuların yeteneklerini geliştirmelerine ve topluma katılımlarını artırmalarına yardımcı olmaktadır (Webborn ve Vliet, 2012).

1.3. Engelli Sporları ve Tarihsel Gelişimi

Sağlıklı bireylerin bedensel ve ruhsal gelişimleri açısından önemli bir yer tutan spor, aynı zamanda kalıcı ya da geçici bedensel ve ruhsal engeli bulunan bireyler için de oldukça kritik bir unsur haline gelmiştir. Bu farkındalık, özellikle 2. Dünya Savaşı sonrasında belirginleşmiştir. Engelli bireylerin spora yönelmelerini teşvik eden

faktörlere bakıldığında, savaş öncesinde spor yapmış ancak savaş sırasında engel durumu oluşmuş kişilerin yeniden fiziksel aktiviteye katılma arzusu, sağlık kuruluşlarının sporun rehabilitasyon alanındaki faydalarını keşfederek bu uygulamalara öncelik vermesi ve savaşın yol açtığı kayıplar sonucunda azalan iş gücünü tekrar istenilen seviyeye çıkarma çabalarında engelli bireylerin de aktif rol üstlenmesine olan ihtiyaç öne çıkan etmenler arasında yer almıştır (Söğüt, 2006).

Bedensel engelli bireyler için düzenlenen ilk uluslararası spor organizasyonu, 1948 yılında İngiltere'de, Ludwig Guttmann'ın öncülüğünde gerçekleştirilmiştir. Bu tarihi etkinlik, yalnızca okçuluk branşında düzenlenen müsabakalarla sınırlı kalmış olsa da, zamanla daha geniş kitlelere hitap eden bir hareketin temelini atmıştır. Süreç içerisinde, daha fazla sayıda engelli sporcunun katılım göstermesiyle birlikte, sporcuların engel seviyelerine göre adil bir şekilde yarışabilmelerini sağlamak amacıyla medikal temelli bir sınıflandırma sistemi geliştirilmiştir. Bu yenilikçi yaklaşım, engellilere özel olarak tasarlanan ve bugün halen devam etmekte olan Paralimpik Oyunların ortaya çıkışını mümkün kılmıştır (IPC, 2019).

1948'de başlayan Stoke Mandeville Oyunları, engelli bireyler için yapılan ilk spor organizasyonu olarak kabul edilir. Bu oyunlar, 1960 yılında Roma'da düzenlenen ilk Paralimpik Oyunları'na dönüşmüştür. Paralimpik Oyunları, Olimpiyat Oyunları ile aynı yıl düzenlenir ancak engelli sporcular için yapılmaktadır. Uluslararası Paralimpik Komitesi (IPC), 1989 yılında kurulmuş ve paralimpik sporların yönetimini üstlenmiştir. Günümüzde Paralimpik Oyunlar, farklı engel gruplarına ait sporcuların bir araya gelerek yeteneklerini sergilediği, azim ve dayanıklılığın kutlandığı bir platform hâline gelmiştir (IPC, 2019).

1980'ler ve 1990'lar, paralimpik sporların tanınması ve dünya çapında yayılması açısından önemli bir dönemdir. Pek çok uluslararası federasyon, engelli sporlarını kendi branşlarında organize etmeye başlamış ve paralimpik sporlar, profesyonel düzeyde yarışmalar düzenlemeye başlamıştır. 2000'li yıllarda ise paralimpik sporlar daha fazla medya ilgisi görmeye ve ticari alanda daha fazla sponsor bulmaya başlamıştır.

Türkiye'de engelli sporlarının gelişimi, dünya çapındaki gelişmelerle paralel bir yol izlemiştir, ancak Türkiye'de bu sporların tarihi 1960'larda başlamış fakat yaygınlaşması ve kurumsal anlamda desteklenmesi daha uzun sürmüştür. Türkiye'de engellilere yönelik sportif faaliyetlerin tek bir çatı altında toplanması 1990 yılında Türkiye Özürlüler Spor Federasyonu'nun kurulması ile gerçekleşmiştir.

Federasyonun misyonu, “Özürlü sporcuların gerçekleştirdikleri tüm sportif etkinlikleri bünyesinde toplayıp geliştirmek, bu çalışmaları, bu çalışmaları yurt düzeyinde yaygınlaştırıp, sporu rehabilitasyonu bir parçası haline getirmek ve uluslararası etkinliklerde özürlü sporcuya çağdaş yarışma ortamının hazırlanması için gerekli çalışmaları planlamak ve uygulamak” olarak belirtilmiştir. Türkiye Özürlüler Spor Federasyonu’nun o dönem bünyesinde 4 ana engelli grubunun faaliyetlerinin gerçekleştirildiği görülmüştür. Bunlar şu şekildedir:

- “Bedensel Engelliler,
- Zihinsel Engelliler,
- İşitme Engellileri,
- Görme Engelliler” (Uygun, 2016).

2000 yılına gelindiğinde ise Türkiye Özürlüler Federasyonu 4’e bölünmüş ve ortaya şu spor federasyonları çıkmıştır:

- “Türkiye Bedensel Engelliler Spor Federasyonu,
- Türkiye İşitme Engelliler Spor Federasyonu,
- Türkiye Görme Engelliler Spor Federasyonu,
- Türkiye Özel Sporcular Spor Federasyonu” (Uygun, 2016).

2000’li yılların başında Türkiye, Paralimpik Oyunları’na katılım sağlamaya başlamıştır. Türk engelli sporcuları, 2000 Sydney Paralimpik Oyunları’ndan itibaren düzenli olarak bu organizasyonlarda yer almaya başlamış ve özellikle son yıllarda önemli başarılar elde etmiştir. Türkiye, engelli sporcular için daha profesyonel bir altyapı oluşturarak, paralimpik sporların gelişimine katkı sağlamıştır.

2010 yılına gelindiğinde ise; Uluslararası Paralimpik Komitesi (IPC), 2010 yılında önemli bir değişikliğe gitmiş ve o zamana kadar doğrudan yönetimini üstlendiği paralimpik spor branşlarını, bu branşların uluslararası federasyonlarına devretmeye karar vermiştir. Bu değişiklik, paralimpik sporların daha profesyonelce yönetilmesini ve her branşın kendi özgün ihtiyaçlarına odaklanarak gelişmesini amaçlamıştır. Bu geçişle birlikte, paralimpik sporlar olimpiik sporlarla daha uyumlu hale gelmiş, uluslararası düzeyde daha fazla tanınmaya başlamıştır. Branşların uluslararası federasyonlara devredilmesi, her bir branşın daha bağımsız ve uzmanlaşmış bir şekilde yönetilmesine olanak sağlamış, sporculara daha fazla kaynak ve destek sunulmuştur. Bu süreç, paralimpik sporların daha etkili bir şekilde

organize edilmesine ve sporcuların daha yüksek standartlarda rekabet etmelerine olanak tanımıştır (TMPK, 2022).

İlk olarak 2010 yılından itibaren masa tenisi, yelken, okçuluk, eskrim vb. Para spor branşları bünyelerine katarak devir almışlar, diğerleri de peyderpey devir işlemlerine devam etmişlerdir. Son olarak IPC 2019 yılında aldığı karar ile tüm Para spor branşlarının yönetimlerini yaz sporlarında 2028 yılına, kış sporlarında ise 2029 yılına kadar tamamen devredeceğini duyurmuştur. Bu ve diğer değişiklikleri içeren taslak metin tüm üyelerin görüşlerine sunulmuş olup, belirli aralıklarla üye ülkelerden anket çalışmaları aracılığı ile görüşler alınmış ve taslak son şekliyle 2021 aralık ayında yapılan IPC Genel Kurulu'nda tüm üyelerin oylarıyla kabul edilerek yürürlüğe girmiştir. IPC, bünyesinde bulunan spor branşlarının dünya spor federasyonlarından faaliyet programlarına Paralimpik sporcuları da dahil edilmesi için açık davet göndermiş ve bunun için belirli bir süre tanımıştır. Uluslararası spor federasyonları bu davete reaksiyon göstermedikleri durumlarda IPC açıkta kalacak branş ve branşlar için devretme hedefli bir çalışma komisyonu kuracak; bu komisyon çalışmalarına devam ederken de IPC ilgili branşlar için yeni bir 'uluslararası Para - branş- federasyonu' kurarak devir işlemlerini öngörülen tarihe kadar gerçekleştirecektir. Alınan karara ilk reaksiyon kış sporları federasyonlarından gelmiş olup geçtiğimiz Temmuz ayında IPC kış sporlarından Para Alp Disiplini, Para Kros-Kayağı ve Para Snowboard yönetimlerini, Uluslararası Kayak ve Snowboard Federasyonu'na (FIS); Para Biatlonu ise Uluslararası Biatlon Birliği'ne (IBU) devretmiştir (TMPK, 2022).

Türkiye de ise; Uluslararası Paralimpik Komitesi (IPC), 2010 yılında almış olduğu kararla paralimpik sporların yönetilme biçimini köklü bir şekilde değişecek ve paralimpik spor branşlarının, IPC'nin denetiminden çıkartılarak doğrudan ilgili uluslararası federasyonların yönetimine devredilmesini öngörüyordu. 2010 yılında Uluslararası Paralimpik Komitesi (IPC), almış olduğu kararla başlayan bu geçiş süreci 2022 yılı başında Gençlik ve Spor Bakanlığının kontrolünde ilgili federasyonlara (Türkiye Bedensel Engelliler Spor Federasyonu, Türkiye İşitme Engelliler Spor Federasyonu, Türkiye Görme Engelliler Spor Federasyonu, Türkiye Özel Sporcular Spor Federasyonu) tebliğ edilmiş ve ilgili federasyonların Para spor branşlarının yönetimlerini yaz sporlarında 2028 yılına, kış sporlarında ise 2029 yılına kadar tamamen devredeceğini duyurmuştur. İşletilen bu sürecin ardından birçok

branşın bir federasyon tarafından yürütülmesinin avantajları ve dez avantajları spor camiası tarafından tartışma konusu haline gelmiştir. Paralimpik branşların uluslararası federasyonlarına devir işlemleri engelli federasyonları, paralimpik spor kulüpleri, paralimpik sporcular ve uluslararası federasyonları açısından bir dönüm noktası olmuştur (TMPK, 2022).

Uluslararası Paralimpik Komitesi'nin (IPC) 2010 yılında paralimpik spor branşlarını kendi yönetiminden çıkarıp, bu branşların uluslararası federasyonlarına devretme kararı almasının bir dizi önemli avantajı olduğu düşünülmektedir. Bu avantajlar:

✓ Kurumsal Gelişim ve Profesyonelleşme: Paralimpik sporların daha profesyonel bir şekilde yönetilmesini sağlayacak, uluslararası standartların belirlenmesi ve sporcuların daha kaliteli bir eğitim sürecinden geçmesi açısından faydalı olacağı düşünülmektedir. Türkiye'de de paralimpik sporların daha profesyonel hale gelmesi, uluslararası düzeyde rekabet edebilecek sporcuların yetişmesini sağlayacaktır.

✓ Uluslararası İletişim ve İşbirliği: Uluslararası federasyonların devreye girmesi, Türkiye'nin paralimpik sporları uluslararası platformda daha fazla tanıtmaya ve diğer ülkelerle işbirliği yapma fırsatı bulmasını sağlayacaktır. Bu da Türkiye'nin paralimpik hareketinin dünya çapında tanınmasına ve engelli sporcularının uluslararası yarışmalara katılımlarının artmasına yardımcı olacaktır.

✓ Sponsorluk ve Finansman: Paralimpik sporların daha profesyonel yönetilmesi ile birlikte daha fazla sponsorluk alması ve daha fazla finansal destek bulması mümkün olacaktır. Bu durum, Türkiye'deki paralimpik sporların gelişmesine de katkı sağlayacak, sporcuların daha iyi bir altyapıya sahip olmasını sağlayacaktır.

Uluslararası Paralimpik Komitesi'nin (IPC) 2010 yılında paralimpik spor branşlarını kendi yönetiminden çıkarıp, bu branşların uluslararası federasyonlarına devretme kararı almasının bir dizi dez avantajlar oluşturduğu da göz ardı edilmemelidir. Bu dez avantajlar:

✓ Yönetimsel Zorluklar: Türkiye'deki yerel paralimpik spor kulüpleri ve federasyonları, uluslararası federasyonların kurallarına uyum sağlamakla zaman zaman zorluklar yaşayacaklardır. paralimpik spor kulüpleri ve federasyonların,

uluslararası federasyonların karar alma süreçlerinde daha az söz hakkına sahip olmaları, bazı kulüpler için yönetsel zorluklar yaşatacaktır.

✓ Finansal Kaynakların Yetersizliği: Uluslararası federasyonlar paralimpik sporları yönetiyor olsa da, Türkiye'deki bazı federasyonlar, paralimpik sporların gereksinim duyduğu finansal desteği sağlayacak yeterli bütçeye sahip olmayabilirler. Paralimpik sporlar, olimpiik branşlar kadar dikkat çekmediği ve sponsorluk gibi ticari gelirler sınırlı olduğu için, çoğu zaman yeterli maddi destekten yoksun kalabilmektedir. Bu durum, sporcuların antrenman imkanlarını, uluslararası yarışmalara katılımını ve gelişimlerini kısıtlayabilir.

✓ Altyapı Eksiklikleri: Paralimpik sporlar, fiziksel ve teknolojik altyapı açısından özel ihtiyaçlar gerekmektedir. Engelli sporcuların kullanabileceği uygun spor salonları, ulaşım araçları, spor ekipmanları ve antrenman tesisleri çok özel düzenlemelere ihtiyaç duymaktadır. Ancak, Türkiye'de bazı uluslararası federasyonların paralimpik branşlar için ayrılmış altyapı imkanları sınırlı kalacaktır. Bu eksiklikler, sporcuların en iyi şekilde performans sergileyebilmesi için gerekli ortamı yaratmakta zorlanılmasına yol açacaktır.

✓ Eğitim ve Sertifikasyon Süreçlerinin Yetersizliği: Paralimpik sporları yöneten federasyonların, eğitmenler ve antrenörler için özel eğitim programları düzenlemesi ve sertifikasyon süreçleri geliştirmesi gerekmektedir. Ancak, Türkiye'de bazı uluslararası federasyonlar, paralimpik branşlarda uzmanlaşmış yeterli sayıda eğitmen yetiştirme konusunda yetersiz kalabilmektedir. Bu durum, sporcuların ihtiyaç duyduğu teknik bilgi ve rehberlikten yeterince faydalanamamaları ile sonuçlanabilir.

1.4. Engelli Bireyleri Spora Yönlendiren İhtiyaçlar

Engelli bireyleri spora yönlendiren ihtiyaçları aşağıda fizyolojik ihtiyaçlar, sosyal ihtiyaçlar ve psikolojik ihtiyaçlar başlıklarında incelenmektedir (Karakurt, 2017).

1.4.1. Fizyolojik ihtiyaçlar

Engelli bireylerin spor yapması, sadece fiziksel engelin olumsuz etkilerinin azaltılmasında değil, bu etkilerin uzun vadede kontrol altına alınarak yaşam kalitesinin artırılmasında da önemli bir rol oynamaktadır. Düzenli olarak gerçekleştirilen sportif aktiviteler, insan vücudunun ana hareket mekanizmalarını

oluşturan kaslarda dolgunluk, esneklik, kuvvet ve dayanıklılık gibi olumlu özelliklerin gelişmesine katkı sağlamakta ve bu süreç, sağlıklı bir doku yapısının oluşumunu desteklemektedir. Sporun düzenli yapılması ile bu kazanımlar sürdürülebilir hale gelirken, bireyin fiziksel fonksiyonlarını daha iyi kullanabilmesine de imkân tanınmaktadır. Öte yandan, sportif faaliyetlerden uzak, hareketsiz bir yaşam tarzı tercih edildiğinde ise bu durum, kemik gelişiminde gerileme ve bozulmaların ortaya çıkmasına yol açmakta, kas gücü üzerinde olumsuz etkiler oluşturmakta ve bireyin bağımsız hareket kapasitesini sınırlayan sonuçlara neden olabilmektedir. Yapılan araştırmalar da bu doğrultuda düzenli egzersizin önemini bir kez daha vurgulamaktadır (Karakurt, 2017).

1.4.2. Sosyal ihtiyaçlar

Spor, engelli bireylerin toplumsal hayata daha aktif bir şekilde katılmalarına ve sosyalleşme süreçlerini güçlendirmelerine önemli ölçüde katkı sağlamaktadır. İnsanlar, doğaları gereği diğer bireylerle ilişki kurma arzusuna ve sosyal bir çevre içerisinde var olma ihtiyacına sahiptir. Bu bağlamda spor, sadece fiziksel aktivite ve sağlık açısından değil, aynı zamanda kişilerin bu temel sosyal gereksinimlerini karşılayabilmesi için de etkili bir araç olarak öne çıkmaktadır. Araştırmalara göre, sporun sunduğu etkileşimli ortamlar ve fırsatlar, bireylerin sosyal bağlarını güçlendirmesine olanak tanırken, kişisel özgüven ve aidiyet duygusunun gelişmesine de destek sağlamaktadır (Karakurt, 2017).

1.4.3. Psikolojik ihtiyaçlar

Engelli bireylerin spor aktivitelerine yönelmesinde, psikolojik ihtiyaçlar ve onları harekete geçiren çeşitli güdüleyici unsurlardan da söz etmek mümkündür. Bu bağlamda, spor yapmanın engelliler açısından oldukça önemli bir katkı sağladığı görülmektedir. Örneğin, spor etkinliklerinin engelli bireylere, içsel olarak taşıdıkları engellilik hissine karşı koyma ve bu duyguyla başa çıkma konusunda yardımcı olduğu ifade edilmektedir. Çınarlı ve Ersöz (2010) yaptığı araştırmada, spor faaliyetlerinin bireylerin engellilik kaynaklı duygusal zorluklarını hafifletmede etkili bir yöntem olabileceği ortaya konmuştur (Çınarlı ve Ersöz, 2010). Bununla birlikte, spor yapmanın yalnızca fiziksel faydalarla sınırlı kalmadığı, aynı zamanda bireylerin psikolojik refahını artırarak daha pozitif bir bakış açısı kazanmalarına yardımcı olduğu belirtilmektedir. Karakurt (2017) ise sporun, bireyin kişisel gelişimini

desteklemenin ötesine geçerek, aynı zamanda kişilik oluşumunda da önemli bir rol oynadığını vurgulamaktadır. Spor, bu şekilde hem bireysel hem toplumsal düzeyde olumlu değişimleri tetikleyen çok yönlü bir araç olarak değerlendirilmektedir (Karakurt, 2017).

1.5. Bedensel Engellilik ve Spor

Bedensel engel, doğuştan ya da sonradan hastalık nedeniyle ortaya çıkan, çocuğun eğitim performansını olumsuz etkileyen fiziksel durumların tümünü ifade eder (Özer, 2013). Doğum öncesi, doğum sırası veya doğum sonrası süreçlerde iskelet (kemik), kas ve sinir sistemlerini etkileyen bozukluklar sonucunda, bedensel yeteneklerini çeşitli derecelerde kaybeden; günlük yaşam ihtiyaçlarını karşılamakta ve toplumsal yaşama uyum sağlamakta zorluk yaşayan bireyler, korunma, bakım, rehabilitasyon, danışmanlık ve destek hizmetlerine ihtiyaç duyar. Bu bireylere bedensel özürlü, bu duruma neden olan faktörlere ise bedensel özür adı verilir (MEB, 2008).

Fiziksel yetersizliği bulunan çocuklar, çeşitli fiziksel sınırlamaları ve sağlık problemleri olan bireylerdir. Bu yetersizlikler, doğum öncesi, doğum sırası ya da doğum sonrasında meydana gelen farklı nedenlere bağlı olarak ortaya çıkabilir. Durumları akut ya da kronik bir seyir izleyebilir, nöbet şeklinde yaşanabilir ya da zamanla ilerleyici bir hâl alabilir. Bu çocuklar, aynı zamanda başka sağlık sorunları, zihinsel gerilik, duyuşsal ve davranışsal bozukluklar gibi ek zorluklarla karşılaşabilir ya da özel yeteneklere sahip olabilirler. Problemlerinin tıbbi niteliği, eğitim süreçlerinde disiplinler arası bir iş birliğini zorunlu kılar (Uysal,2013).

Bedensel yetersizliği ve süregelen hastalığı olanlar, bedensel yetersizliğe yol açan durumlara göre sınıflandırılmaktadır:

- “Merkezi sinir sisteminin zedelenmesi sonucu ortaya çıkan bedensel yetersizlikler,
- Kas-iskelet sisteminin etkilenmesi sonucu ortaya çıkan bedensel yetersizlikler,
- Doğuştan oluşan bedensel yetersizlikler ve süregelen hastalıklar,
- Diğer bedensel yetersizlikler ve süregelen hastalıklardır” (Özsoy ve ark., 2002).

Milli Eğitim Bakanlığı Eğitim Rehberlik ve Danışma Hizmetleri Genel Müdürlüğü'nün verilerine göre, ülkemizde engellilerin genel nüfusa oranı %14 olarak belirlenmiştir. Bu grubun %1,4'ünü ortopedik engelliler oluşturmaktadır. Okul çağındaki çocuklarda ise durum biraz daha farklıdır. 6-21 yaş arasındaki çocukların yaklaşık binde beşi (%0,5) ortopedik yetersizliğe sahiptir. Özel eğitim alan çocukların yaklaşık %1,2'si ortopedik yetersizlikten, %2,2'si ise diğer sağlık sorunlarından etkilenmektedir. Ortopedik ve sağlık yetersizlikleri olan öğrenciler arasından özel eğitime yerleştirilenlerin büyük bir kısmını serebral palsili çocuklar oluşturmaktadır. Bu grubu ise spina bifida ve kas hastalıklarına sahip çocuklar takip etmektedir (MEB, 2013).

Bedensel kusur ya da bozuklukların neden olduğu aşağılık duygusu, birey üzerinde sürekli bir rahatsızlık ve huzursuzluk hissi yaratır. Bu his, kişiyi, yaşadığı olumsuz duygularla başa çıkmak ve içsel dengesini yeniden kurmak adına çeşitli yollar aramaya iter. Bu durumda birey, ya sahip olduğu güç ve yetenekleri antisosyal ya da sağlıksız ve marazi ödünleme mekanizmaları çerçevesinde yönlendirerek bir nevroz durumuna sürüklenir ya da tam aksine, toplum tarafından takdir görme ve onaylanma ihtiyacını karşılayabileceği bir alana doğru kendisini geliştirir. Böylece, seçmiş olduğu alanın gereklerini yerine getirerek elde ettiği başarılarla sakatlık kaynaklı aşağılık duygusunu hafifletmeye çalışır ve bu yolla içsel tatminine ulaşır (Aydın, 2003).

Spor, bireyin hem fiziksel hem de ruhsal sağlığını iyileştiren, sosyal davranışlarını şekillendiren ve zihinsel ile motor becerilerini belirli bir seviyeye taşıyan çok yönlü bir biyolojik, pedagojik ve sosyal olgudur. Başka bir deyişle, spor; kişinin zihinsel, ruhsal ve bedensel gelişimini destekleyen, bu unsurlar arasında uyum ve denge kurmanın yanı sıra sosyalleşmeyi teşvik eden bir etkinliktir (Yetim,2000). Engelli bireylerin sosyal hayata daha aktif bir şekilde katılmalarında sporun büyük bir önemi bulunur. Bunun yanı sıra, spor ya da herhangi bir fiziksel aktiviteye katılım, bireyin farklı kimlik ve rollerini tanımasına olanak sağlar, kendine bakış açısını değiştirme şansı sunar, aidiyet duygusunu güçlendirir ve engel konusundaki farkındalığı önemli ölçüde azaltır (Groff ve ark., 2009).

1.6. Psikolojik Beceri Tanımı ve Önemi

Psikolojik beceriler, bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları zorluklarla başa çıkma, duygusal durumlarını yönetmelerini ve genel psikolojik iyi oluşlarını artırmalarını sağlayan önemli yeteneklerdir. Bu beceriler, bireylerin stresle başa çıkma, problem çözme, öz disiplin ve motivasyon gibi alanlarda yetkinlik kazanmalarını içerir. Psikolojik becerilerin tanımı, bireylerin yaşam kalitesini artırma ve psikolojik dayanıklılıklarını geliştirme konusundaki rolleri ile doğrudan ilişkilidir (Yılmaz ve Atay, 2023). Psikolojik becerilerin önemi, bireylerin yaşam kalitesini artırma potansiyelleri ile de bağlantılıdır. Dünya Sağlık Örgütü, zihinsel sağlığı bireyin yaşamında normal streslerle başa çıkabilme, yeteneklerini geliştirebilme ve topluma katkıda bulunabilme yeteneği olarak tanımlamaktadır (Tutar ve Erdem, 2022). Bu tanım, bireylerin psikolojik becerilerinin geliştirilmesinin hem bireysel hem de toplumsal düzeyde önemli bir gereklilik olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca, psikolojik iyi oluş kavramı, bireylerin duygusal, sosyal ve zihinsel durumlarını kapsamakta ve bu durumların olumlu yönde gelişimini desteklemektedir (Dursun, 2020). Bu bağlamda, psikolojik becerilerin geliştirilmesi, bireylerin yaşam kalitesini artırmak için kritik bir öneme sahiptir.

1.7. Engelli Sporcuların Psikolojik Beceri Düzeylerini Etkileyen Faktörler

Bu bölümde engelli sporcuların psikolojik beceri düzeylerini etkileyen faktörler ile ilgili bilgilere yer verilmiştir.

1.7.1. Engellilik durumu ve fiziksel sınırlamalar

Engelli sporcuların psikolojik beceri düzeylerini etkileyen engellilik durumu ve fiziksel sınırlamalar, spor psikolojisi alanında önemli bir araştırma konusudur. Engellilik durumu, bireylerin fiziksel ve psikolojik gelişimlerini doğrudan etkileyebilir. Engelli bireylerin spor yapma deneyimleri, onların psikolojik dayanıklılıklarını, sosyal becerilerini ve genel yaşam kalitelerini artırma potansiyeline sahiptir. Bu bağlamda, engelli sporcuların psikolojik becerilerinin geliştirilmesi hem bireysel hem de toplumsal düzeyde önemli bir gereklilik olarak ortaya çıkmaktadır (Uzunlar ve ark., 2023). Engellilik durumu, sporcuların psikolojik becerilerini etkileyen temel faktörlerden biridir. Engelli bireyler, fiziksel sınırlamaları nedeniyle spor yaparken çeşitli zorluklarla karşılaşabilirler. Bu zorluklar, sporcuların

motivasyonunu, öz güvenini ve genel psikolojik iyilik hallerini olumsuz yönde etkileyebilir (Bacıoğlu ve Pehlivan, 2019).

Fiziksel sınırlamalar, engelli sporcuların psikolojik becerilerini etkileyen bir diğer önemli faktördür. Erbaş'ın araştırmasında, fiziksel eksikliklerin yanı sıra zihinsel beceri eksikliklerinin de göz önünde bulundurulması gerektiği vurgulanmıştır. Psikolojik faktörler, spor performansını belirleyen önemli bir etken olarak öne çıkmaktadır (Erbaş, 2022). Engelli sporcular, fiziksel sınırlamaları nedeniyle karşılaştıkları zorluklarla başa çıkmak için psikolojik dayanıklılık geliştirmek zorundadırlar. Bu durum, sporcuların stresle başa çıkma, motivasyon sağlama ve öz disiplin geliştirme becerilerini artırmalarını gerektirmektedir. Spor yapmanın engelli bireyler üzerindeki olumlu etkileri, psikolojik becerilerin gelişimini destekleyebilir. Görgülü ve ark. (2024)'nın çalışmasında, spor yapan çocukların psikolojik özelliklerinin, performanslarını etkilediği belirtilmiştir. Spor, bireylerin sosyal becerilerini geliştirmelerine, stresle başa çıkmalarına ve genel psikolojik iyilik hallerini artırmalarına yardımcı olabilir (Görgülü ve ark.,2024). Özellikle takım sporları, engelli bireylerin sosyal etkileşimlerini artırarak, psikolojik dayanıklılıklarını güçlendirebilir (Şahin ve Şahin, 2020). Bu bağlamda, sporun sosyal ve duygusal beceri gelişimi üzerindeki etkileri, engelli sporcular için büyük bir fırsat sunmaktadır.

Engelli sporcuların psikolojik becerilerini geliştirmek için uygun antrenman ve destek programlarının uygulanması gerekmektedir. Akbaş ve ark. (2023) çalışmasında, engelli bireylerin spor gelişiminde uzun vadeli sporcu gelişimi modelinin önemine vurgu yapılmıştır. Bu model, bireylerin gelişimsel yaşlarına göre belirlenmiş aşamalarla, sporcuların spora katılımını ve gelişimini desteklemeyi amaçlamaktadır (Akbaş ve ark., 2023). Engelli sporcuların psikolojik becerilerinin geliştirilmesi, onların spor performanslarını artırmakla kalmayıp, aynı zamanda yaşam kalitelerini de iyileştirebilir. Engelli bireylerin spor yapma deneyimleri, onların sosyal çevreleriyle olan etkileşimlerini de olumlu yönde etkileyebilir. Çil ve İlhan (2023) araştırmasında, engelli sporcuların normal gelişim gösteren bireylere karşı daha olumlu tutumlar geliştirdiği gözlemlenmiştir. Bu durum, engelli bireylerin sosyal becerilerini geliştirmelerine ve toplumsal entegrasyonlarını artırmalarına yardımcı olabilir (Çil ve İlhan, 2023). Spor, engelli bireylerin kendilerini ifade etmelerine ve sosyal bağlarını güçlendirmelerine olanak tanır.

Engelli sporcuların psikolojik becerilerini etkileyen bir diğerk önemli faktör, antrenörlerin iletişim becerileridir. Tan'ın çalışmasında, antrenörlerin sporcular üzerindeki etkisi ve iletişim becerilerinin önemi vurgulanmıştır. Antrenörlerin sporcularla kurduğı etkili iletişim, sporcuların psikolojik dayanıklılıklarını artırabilir ve performanslarını olumlu yönde etkileyebilir (Tepeköylü ve ark., 2021). Antrenörlerin, engelli sporcuların ihtiyaçlarına uygun bir yaklaşım sergilemesi, onların psikolojik becerilerinin gelişiminde kritik bir rol oynamaktadır.

1.7.2. Sosyal destek ve çevresel faktörler

Engelli sporcuların psikolojik beceri düzeylerini etkileyen sosyal destek ve çevresel faktörler, bu bireylerin spor performanslarını ve genel yaşam kalitelerini önemli ölçüde etkileyen unsurlardır. Sosyal destek, engelli bireylerin karşılaştıkları zorluklarla başa çıkmalarında kritik bir rol oynamaktadır (Akyürek ve ark., 2023). Sosyal destek, engelli bireylerin kendilerini daha güçlü hissetmelerine, motivasyonlarını artırmalarına ve sosyal etkileşimlerini geliştirmelerine yardımcı olmaktadır. Sosyal destek, engelli sporcuların psikolojik dayanıklılıklarını artırarak, stresle başa çıkma becerilerini geliştirmelerine olanak tanır. Peker'in araştırmasında, sosyal dışlanma ve toplumsal bağların zayıflaması gibi olguların engelli bireyler üzerindeki olumsuz etkileri ele alınmıştır (Peker, 2024). Bu durum, engelli sporcuların sosyal destekten yoksun kalmaları halinde, psikolojik sorunlar yaşayabileceklerini göstermektedir. Sosyal destek, engelli bireylerin toplumsal hayata katılımlarını artırarak, kendilerini daha değerli hissetmelerine ve psikolojik iyi oluşlarını desteklemeye yardımcı olmaktadır.

Çevresel faktörler de engelli sporcuların psikolojik beceri düzeylerini etkileyen önemli unsurlardır. Engelli bireylerin yaşadığı çevre, onların sosyal etkileşimlerini ve spor yapma olanaklarını doğrudan etkileyebilir. Engelli bireylerin çevresel düzenlemelerden yoksun kalmaları, spor yapma motivasyonlarını azaltabilir ve psikolojik iyi oluşlarını olumsuz yönde etkileyebilir (Cilacı ve Konakoğlu, 2022). Engelli sporcuların yaşadığı çevresel koşullar, onların sosyal destek alma düzeylerini de etkileyebilir. Karataş'ın araştırmasında, engelli bireylerin yaşam koşullarının, sosyal destek mekanizmaları üzerindeki etkileri ele alınmıştır (Karataş, 2020). Engelli bireylerin yaşadığı çevre, sosyal destek alabilecekleri kaynakların çeşitliliğini ve erişilebilirliğini belirlemektedir. Bu durum, engelli sporcuların sosyal destekten

yararlanma düzeylerini etkileyerek, psikolojik dayanıklılıklarını ve genel yaşam kalitelerini doğrudan etkileyebilir.

Sosyal destek ve çevresel faktörler, engelli sporcuların motivasyon düzeylerini de etkileyebilir. Engelli sporcular, çevrelerinden aldıkları destekle birlikte, spor yapma motivasyonlarını artırabilirler. Bu durum, sporcuların psikolojik becerilerini geliştirmelerine ve performanslarını artırmalarına yardımcı olabilir. Sosyal destek, engelli sporcuların spor yapma isteklerini artırarak, psikolojik dayanıklılıklarını güçlendirebilir. Engelli bireylerin sosyal destek alabilecekleri kaynaklar, onların spor katılımlarını ve psikolojik iyi oluşlarını doğrudan etkileyebilir. Sosyal destek mekanizmalarının güçlendirilmesi, engelli sporcuların psikolojik becerilerini geliştirmelerine ve sosyal etkileşimlerini artırmalarına yardımcı olabilir (Ercan ve ark., 2019).

1.7.3. Bireysel özellikler ve kişilik faktörleri

Engelli sporcuların psikolojik beceri düzeylerini etkileyen bireysel özellikler ve kişilik faktörleri, bu bireylerin spor performanslarını ve genel yaşam kalitelerini belirleyen önemli unsurlardır. Bireysel özellikler, engelli sporcuların psikolojik dayanıklılıklarını, motivasyonlarını ve sosyal etkileşimlerini etkileyerek, spor yapma deneyimlerini şekillendirmektedir (Öcal ve ark., 2023). Bu durum, bireylerin spor yapma istekliliği ve motivasyonları üzerinde doğrudan bir etkiye sahiptir. Bireysel özelliklerin yanı sıra, kişilik faktörleri de engelli sporcuların psikolojik becerilerini etkileyen önemli unsurlardır. Kişilik özellikleri, bireylerin stresle başa çıkma yöntemlerini, sosyal etkileşimlerini ve genel yaşam memnuniyetlerini belirleyebilir (Gürkan ve ark., 2021).

Engelli sporcuların bireysel özellikleri, onların sosyal destek alma düzeylerini de etkileyebilir (Hazar ve Ayhan, 2022). Bu durum, engelli bireylerin sosyal çevreleriyle olan ilişkilerini ve sosyal destek alma yeteneklerini etkileyerek, psikolojik dayanıklılıklarını dolaylı olarak etkileyebilir. Sosyal destek, engelli sporcuların kendilerini daha güçlü hissetmelerine ve motivasyonlarını artırmalarına yardımcı olmaktadır. Bireysel özelliklerin ve kişilik faktörlerinin etkisi, engelli sporcuların sosyal etkileşimlerini de şekillendirebilir ayrıca, engelli sporcuların sosyal becerilerini geliştirmelerine ve toplumsal entegrasyonlarını artırmalarına yardımcı olabilir. Sosyal etkileşim, engelli bireylerin kendilerini ifade etmelerine ve

sosyal bağlarını güçlendirmelerine olanak tanır. Engelli sporcuların psikolojik beceri düzeylerini etkileyen bireysel özellikler ve kişilik faktörleri, aynı zamanda spor performanslarını da etkileyebilir. Engelli sporcuların öz yeterlilik düzeyleri, onların spor performanslarını ve genel yaşam kalitelerini doğrudan etkileyebilir.

1.8. Engelli Sporcularda Psikolojik Beceri Gelişimi

Engelli sporcuların psikolojik beceri gelişimi, bireylerin spor performanslarını artırmak ve genel yaşam kalitelerini iyileştirmek için kritik bir öneme sahiptir. Bu süreç, bireysel özellikler, sosyal destek, çevresel faktörler ve kişilik faktörleri gibi birçok değişkenin etkileşimi ile şekillenmektedir. Engelli sporcuların psikolojik becerilerinin geliştirilmesi, onların spor yapma motivasyonlarını artırmakta ve sosyal etkileşimlerini güçlendirmektedir. Bu bağlamda, engelli sporcuların psikolojik beceri gelişiminde önemli rol oynayan unsurların detaylı bir şekilde incelenmesi gerekmektedir. Engelli sporcuların psikolojik beceri gelişiminde bireysel özellikler önemli bir yer tutmaktadır. Bireylerin öz yeterlilik düzeyleri, motivasyonları ve başa çıkma stratejileri, psikolojik becerilerin gelişiminde belirleyici faktörlerdir. Özellikle öz yeterlilik, bireylerin zorluklarla başa çıkma yeteneklerini etkileyen önemli bir bileşendir (Bayraktar ve Öksüz 2018).

Kişilik faktörleri de engelli sporcuların psikolojik beceri gelişimini etkileyen önemli unsurlardır. Kişilik özellikleri, bireylerin stresle başa çıkma yöntemlerini, sosyal etkileşimlerini ve genel yaşam memnuniyetlerini belirleyebilir (Sarı ve Çakır, 2020). Engelli sporcuların psikolojik beceri gelişiminde sosyal destek de kritik bir faktördür. Sosyal destek, bireylerin karşılaştıkları zorluklarla başa çıkmalarında ve psikolojik dayanıklılıklarını artırmalarında önemli bir rol oynamaktadır (Akyürek ve ark., 2023). Sosyal destek, engelli sporcuların kendilerini daha güçlü hissetmelerine ve motivasyonlarını artırmalarına yardımcı olmaktadır. Çevresel faktörler, engelli sporcuların psikolojik beceri gelişimini etkileyen bir diğer önemli unsurdur. Engelli bireylerin yaşadığı çevre, onların sosyal etkileşimlerini ve spor yapma olanaklarını doğrudan etkileyebilir (Cilacı ve Konakoğlu, 2022). Engelli bireylerin çevresel düzenlemelerden yoksun kalmaları, spor yapma motivasyonlarını azaltabilir ve psikolojik iyi oluşlarını olumsuz yönde etkileyebilir.

1.8.1. Zihinsel dayanıklılık

Engelli sporcularda psikolojik beceri gelişiminde zihinsel dayanıklılık, bireylerin zorlu koşullar altında performanslarını sürdürebilme yeteneklerini ifade eden önemli bir kavramdır. Zihinsel dayanıklılık, engelli sporcuların karşılaştıkları fiziksel ve psikolojik zorluklarla başa çıkmalarında kritik bir rol oynamaktadır. Bu bağlamda, zihinsel dayanıklılığın geliştirilmesi, engelli sporcuların spor performanslarını artırmak ve genel yaşam kalitelerini iyileştirmek için önemlidir. Zihinsel dayanıklılık, bireylerin stresle başa çıkma, hedeflerine ulaşma konusundaki kararlılıkları ve olumsuz durumlarla başa çıkma yeteneklerini içerir.

1.8.2. Motivasyonel stratejiler

Engelli sporcularda psikolojik beceri gelişiminde motivasyonel stratejiler, bireylerin spor performanslarını artırmak ve genel yaşam kalitelerini iyileştirmek için kritik bir öneme sahiptir. Motivasyon, sporcuların hedeflerine ulaşma istekliliğini artırarak, zorluklarla başa çıkma yeteneklerini güçlendirmektedir. Engelli sporcular için motivasyonel stratejilerin uygulanması, onların psikolojik dayanıklılıklarını artırmakta ve sosyal etkileşimlerini güçlendirmektedir (Uzunlar ve ark., 2023).

1.8.3. Duygusal yönetim ve kontrol

Engelli sporcularda duygusal yönetim ve kontrol, spor performansını artırmak ve psikolojik iyi oluşu desteklemek açısından kritik bir öneme sahiptir. Duygusal yönetim, bireylerin duygularını tanıma, anlama ve bu duyguları uygun bir şekilde ifade etme yeteneğini içerir. Engelli sporcular, spor faaliyetleri sırasında karşılaştıkları zorluklarla başa çıkabilmek için bu becerileri geliştirmeye ihtiyaç duyarlar (Gürkan ve ark., 2021). Duygusal zekâ, engelli sporcuların duygusal yönetim becerilerini geliştirmelerine yardımcı olan önemli bir faktördür. Duygusal zekâ, bireylerin kendi duygularını ve başkalarının duygularını anlama, bu duygulara uygun tepkiler verme yeteneğini kapsar. Engelli sporcuların duygusal zekâ düzeylerinin yüksek olması, onların stresle başa çıkma becerilerini artırmakta ve sosyal etkileşimlerini güçlendirmektedir (Bulut ve Karaman, 2018). Araştırmalar, duygusal zekâ düzeyinin yüksek olduğu bireylerin, sosyal durumlarda daha etkili iletişim kurabildiğini ve bu durumun sosyal kabul süreçlerini olumlu yönde etkilediğini göstermektedir. Duygusal yönetim becerileri, engelli sporcuların performanslarını da doğrudan etkilemektedir. Sporcuların duygusal durumları,

antrenman ve yarışma sırasında dikkatlerini ve odaklanmalarını etkileyebilir. Duygusal kontrol becerileri, sporcuların antrenman ve yarışma sırasında daha iyi performans göstermelerine yardımcı olur. Uzun süre spor yapan bireylerin, duygusal yönetim becerilerinde daha yetkin oldukları ve bu durumun performanslarını olumlu etkilediği gözlemlenmiştir (Erer, 2023).

Bununla birlikte, engelli sporcuların duygusal yönetim becerileri geliştirmeleri, bazı zorluklarla da karşılaşabilir. Engelli bireyler, sosyal dışlanma ve ayrımcılık gibi olumsuz deneyimlerle karşılaşabilirler. Bu tür zorluklar, duygusal yönetim becerilerini olumsuz etkileyebilir ve sporcuların psikolojik sağlıklarını tehdit edebilir. Dolayısıyla, sosyal destek sistemlerinin güçlendirilmesi ve duygusal zekâ eğitimlerinin yaygınlaştırılması, engelli sporcuların duygusal yönetim becerilerini artırmak için kritik bir öneme sahiptir (Nerse, 2020).

1.8.4. Odaklanma ve dikkat yönetimi

Dikkat yönetimi, bireylerin çevresel uyarıcılara karşı nasıl tepki verdiklerini ve bu uyarıcılara nasıl odaklandıklarını belirler. Engelli bireylerin dikkat yönetimi becerilerinin geliştirilmesi, onların spor aktivitelerinde ve sosyal etkileşimlerinde daha etkili olmalarına yardımcı olur. Engelli bireylerde dikkat yönetimi, özellikle spor alanında önemli bir rol oynamaktadır. Sporcuların dikkatlerini toplama ve odaklanma becerileri, antrenman ve yarışma sırasında performanslarını doğrudan etkileyebilir. Araştırmalar, dikkat yönetimi tekniklerinin engelli sporcuların performanslarını artırdığını ve bu durumun sosyal kabul süreçlerini olumlu yönde etkilediğini göstermektedir. Örneğin, görme engelli bireylerde düzenli spor faaliyetlerinin, dikkat süresini artırdığı ve bu sayede sosyal etkileşimlerini güçlendirdiği bulunmuştur (Özüdoğru ve Uçar, 2020).

Dikkat yönetimi becerilerinin geliştirilmesi, engelli bireylerin sosyal katılımını da artırmaktadır. Engelli bireyler, spor etkinlikleri aracılığıyla sosyal becerilerini geliştirme fırsatı bulmakta ve bu durum, sosyal destek ağlarını genişletmektedir. Spor, engelli bireylerin kendine güvenlerini artırmakta ve sosyal etkileşimlerde daha aktif olmalarına olanak tanımaktadır. Ayrıca, spor etkinliklerine katılım, engelli bireylerin dikkatlerini yönetme becerilerini geliştirmelerine yardımcı olurken, sosyal kabul süreçlerini de desteklemektedir (Özüdoğru ve Uçar, 2020). Bununla birlikte, engelli bireylerin dikkat yönetimi becerilerinin geliştirilmesi, bazı zorluklarla da

karşılaşabilir. Engelli bireyler, sosyal dışlanma ve ayrımcılık gibi olumsuz deneyimlerle karşılaşabilirler. Bu tür zorluklar, dikkatlerini yönetme yeteneklerini olumsuz etkileyebilir ve sosyal katılımlarını sınırlayabilir. Dolayısıyla, sosyal destek sistemlerinin güçlendirilmesi ve dikkat yönetimi eğitimlerinin yaygınlaştırılması, engelli bireylerin sosyal katılımlarını artırmak için kritik bir öneme sahiptir (Özüdoğru ve Uçar, 2020).

Engelli sporcularda odaklanma ve dikkat yönetimi, spor performansını artırmak ve sosyal katılımı desteklemek açısından kritik bir öneme sahiptir. Psikolojik beceriler, özellikle dikkat ve odaklanma, engelli sporcuların antrenman ve yarışma süreçlerinde başarılarını etkileyen temel unsurlardır. Dikkat yönetimi, sporcuların çevresel uyarıcılara karşı nasıl tepki verdiklerini ve bu uyarıcılara nasıl odaklandıklarını belirler (Gür ve Taşkın, 2022). Engelli sporcuların odaklanma becerileri, spor performanslarının yanı sıra sosyal etkileşimlerini de etkileyebilir. Araştırmalar, sporcuların dikkatlerini yönetme yeteneklerinin, sosyal kabul ve grup dinamikleri üzerinde olumlu etkiler yarattığını göstermektedir (Çil ve İlhan, 2023).

Dikkat yönetimi eğitimi, engelli sporcuların performanslarını artırmak için önemli bir strateji olarak öne çıkmaktadır. Dikkat yönetimi teknikleri, sporcuların antrenman sırasında ve yarışma anında dikkatlerini nasıl yönlendireceklerini öğrenmelerine yardımcı olur. Bu tür eğitimler, sporcuların stresle başa çıkma becerilerini de geliştirmekte ve bu sayede psikolojik dayanıklılıklarını artırmaktadır (Okumuş, 2024). Ayrıca, dikkat yönetimi eğitimi alan sporcuların, sosyal etkileşimlerde daha başarılı oldukları ve grup dinamiklerine daha iyi uyum sağladıkları gözlemlenmiştir (Külünkoğlu ve ark., 2022). Bununla birlikte, engelli sporcuların dikkat yönetimi becerilerinin geliştirilmesi, bazı zorluklarla da karşılaşabilir. Engelli bireyler, çevresel faktörler ve sosyal dışlanma gibi durumlarla başa çıkmakta zorluk yaşayabilirler (Peker, 2024). Bu tür zorluklar, dikkatlerini yönetme yeteneklerini olumsuz etkileyebilir ve sosyal katılımlarını sınırlayabilir. Dolayısıyla, sosyal destek sistemlerinin güçlendirilmesi ve dikkat yönetimi eğitimlerinin yaygınlaştırılması, engelli sporcuların sosyal katılımlarını artırmak için kritik bir öneme sahiptir (Gür ve Taşkın, 2022).

1.8.5. Kendilik algısı ve öz güven

Engelli bireylerde kendilik algısı ve özgüven, bireylerin sosyal yaşamları, spor performansları ve genel psikolojik sağlıkları üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Kendilik algısı, bireylerin kendilerini nasıl gördükleri ve değerlendirdikleri ile ilgilidir; özgüven ise bu algının bir yansıması olarak, bireylerin kendi yeteneklerine olan inançlarını ifade eder. Engelli bireylerin kendilik algısı ve özgüven düzeyleri, spor aktivitelerine katılımları ve sosyal etkileşimleri üzerinde belirleyici bir rol oynamaktadır (Yılmaz ve Kırımoğlu, 2020; Jung ve ark., 2022). Engelli bireylerin spor aktivitelerine katılımı, kendilik algılarını ve özgüvenlerini artırma potansiyeline sahiptir. Araştırmalar, spor yapmanın engelli bireylerin öz güven düzeylerini yükselttiğini göstermektedir. Örneğin, oturarak voleybol oynayan bireylerin özgüven düzeyleri, farklı spor branşları ile uğraşan katılımcılara göre anlamlı bir şekilde daha yüksek bulunmuştur (Yılmaz ve Kırımoğlu, 2020). Spor, engelli bireylerin fiziksel yeteneklerini geliştirmelerine ve sosyal etkileşimlerini artırmalarına yardımcı olurken, bu süreç kendilik algılarını da olumlu yönde etkilemektedir (Hayter ve Dorstyn, 2013).

Kendilik algısı ve özgüven, engelli bireylerin sosyal kabul süreçleri üzerinde de önemli bir etkiye sahiptir. Engelli bireylerin kendilerini kabul etmeleri, sosyal etkileşimlerde daha aktif olmalarına ve toplumsal hayata daha fazla katılmalarına olanak tanır. Engelli bireylerin engellerini kabullenmeleri, öz saygılarını artırmakta ve bu durum, sosyal ilişkilerinde daha olumlu bir tutum sergilemelerine yol açmaktadır (Jung ve ark., 2022; Chalk, 2015). Ayrıca, kendilik algısı yüksek olan bireylerin sosyal destek alma olasılıkları da artmakta, bu da özgüvenlerini pekiştirmektedir (Nario-Redmond ve ark., 2013). Bununla birlikte, engelli bireylerin kendilik algısı ve özgüven düzeyleri, bazı zorluklarla da karşılaşabilir. Toplumda karşılaştıkları ayrımcılık ve sosyal dışlanma, engelli bireylerin kendilik algılarını olumsuz etkileyebilir. Bu durum, özgüven kaybına ve sosyal izolasyona yol açabilir (Skučas, 2018; Bowling ve ark., 2010). Dolayısıyla, sosyal destek sistemlerinin güçlendirilmesi ve engelli bireylerin kendilik algısını artırmaya yönelik programların uygulanması, özgüvenlerini geliştirmek için kritik bir öneme sahiptir (Nario-Redmond ve ark., 2013; Calzo ve ark., 2013).

1.9. Psikolojik Beceri ve Performans İlişkisi

Psikolojik beceriler ve performans arasındaki ilişki, spor bilimleri alanında önemli bir araştırma konusudur. Psikolojik beceriler, sporcuların performanslarını artırmalarına yardımcı olan zihinsel yeteneklerdir. Bu beceriler, stresle başa çıkma, motivasyon sağlama, odaklanma ve duygusal kontrol gibi unsurları içerir. Engelli sporcular için psikolojik becerilerin geliştirilmesi, onların performanslarını olumlu yönde etkileyebilir. Bu bağlamda, çeşitli motivasyonel stratejilerin uygulanması, engelli sporcuların psikolojik becerilerini geliştirmelerine ve dolayısıyla performanslarını artırmalarına yardımcı olabilir. Motivasyonel stratejiler, sporcuların hedeflerine ulaşma istekliliğini artırarak, zorluklarla başa çıkma yeteneklerini güçlendirmektedir. Motivasyon, engelli sporcuların spor yapma isteklerini artırarak, psikolojik dayanıklılıklarını güçlendirmekte ve performanslarını olumlu yönde etkilemektedir. Bu nedenle, motivasyonel stratejilerin uygulanması, engelli sporcuların psikolojik becerilerini geliştirmede önemli bir rol oynamaktadır (Kaya Saylam ve Asma, 2022)

1.10. Psikolojik Beceri ve Sosyal Hayat İlişkisi

Psikolojik beceriler ve sosyal hayat arasındaki ilişki, bireylerin sosyal etkileşimleri, ruh sağlığı ve genel yaşam memnuniyeti üzerinde önemli etkilere sahiptir. Psikolojik beceriler, bireylerin stresle başa çıkma, duygusal düzenleme ve sosyal etkileşimlerde etkin olma yeteneklerini içerir. Bu becerilerin geliştirilmesi, bireylerin sosyal becerilerinin artmasına ve dolayısıyla sosyal hayatlarının iyileşmesine katkı sağlamaktadır (Canpolat ve Atıcı, 2019). Ayrıca, psikolojik becerilerin sosyal hayat üzerindeki etkileri, bireylerin ruh sağlığı ile de doğrudan ilişkilidir. Ölüm farkındalığı gibi zorlayıcı durumlar, bireylerin ruh sağlığını olumsuz etkileyebilirken, bu durumla başa çıkma becerileri geliştiren bireylerin daha iyi bir psikolojik dayanıklılık sergiledikleri gözlemlenmiştir (Okcu ve Karaaziz, 2023).

1.10.1. Engelli sporcuların sosyal ilişkileri ve psikolojik sağlıkları

Engelli sporcuların sosyal ilişkileri ve psikolojik sağlıkları hem bireysel hem de toplumsal düzeyde önemli bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır. Engelli bireylerin spor faaliyetlerine katılımı, sosyal etkileşimlerini artırmakta ve psikolojik sağlıklarını olumlu yönde etkilemektedir. Spor, engelli bireylerin sosyal becerilerini geliştirmelerine, kendilerine olan güvenlerini artırmalarına ve sosyal destek ağlarını

genişletmelerine yardımcı olmaktadır (Yılmaz, 2019; Demir ve İlhan, 2020). Engelli sporcuların, spor sayesinde toplumsal görünürlük kazandıkları ve bu durumun sosyal ilişkilerini güçlendirdiğı gözlemlenmiştir (Yılmaz, 2019).

Ancak, engelli sporcuların sosyal ilişkileri, çeşitli zorluklarla da karşı karşıya kalmaktadır. Engelli bireyler, toplumda sıklıkla ayrımcılığa maruz kalmakta ve bu durum sosyal dışlanma hissini artırmaktadır (Peker, 2024; Alyüz, 2022). Sosyal dışlanma, engelli bireylerin sosyal katılımını olumsuz etkileyerek, psikolojik sağlıklarını da tehdit etmektedir. Araştırmalar, engelli bireylerin sosyal dışlanma deneyimlerinin, yaşam doyumunu ve benlik saygısını olumsuz etkilediğini göstermektedir (Peker, 2024; Ciminli ve ark., 2023). Bu bağlamda, sosyal destek sistemlerinin güçlendirilmesi, engelli sporcuların psikolojik sağlıklarını iyileştirmek için kritik bir öneme sahiptir (Tekinarslan ve Tok, 2023; Bucuka, 2022). Engelli sporcuların sosyal ilişkileri, sporun yanı sıra aile ve arkadaş çevresi ile de şekillenmektedir. Engelli bireylerin, normal gelişim gösteren bireylerle olan etkileşimleri, sosyal tutumlarını ve psikolojik sağlıklarını etkilemektedir (Çil ve İlhan, 2023). Sporcuların aileleri, sosyal destek sağlayarak engelli bireylerin sosyal ilişkilerini güçlendirmekte ve psikolojik sağlıklarını olumlu yönde etkilemektedir (Karlıoğlu ve Sarı, 2019). Bununla birlikte, engelli bireylerin spor faaliyetlerine katılımı, sosyal entegrasyonu artırmakta ve toplumsal duyarlılığı geliştirmektedir (Quadir, 2023).

1.10.2. Engelli sporcuların zihinsel güçlenmesi ve sosyal kabulü

Engelli sporcuların zihinsel güçlenmesi ve sosyal kabulü hem bireysel hem de toplumsal düzeyde önemli bir konudur. Engelli bireylerin spor faaliyetlerine katılımı, onların zihinsel dayanıklılıklarını artırmakta ve sosyal kabul süreçlerini olumlu yönde etkilemektedir. Spor, engelli bireylerin kendine güvenlerini artırarak, sosyal etkileşimlerini güçlendirmekte ve sosyal destek ağılarını genişletmektedir (Machida ve ark., 2013; Turnidge ve ark., 2012). Araştırmalar, sporun engelli bireylerin sosyal becerilerini geliştirdiğini ve bu durumun sosyal kabulü artırdığını göstermektedir (Sullivan ve ark., 2021; Yamada ve ark., 2017). Engelli sporcular, spor sayesinde toplumsal görünürlük kazanmakta ve bu da sosyal kabulü artırmaktadır (Tuakli-Wosornu ve ark., 2019). Zihinsel dayanıklılık, engelli sporcuların karşılaştıkları zorluklarla başa çıkmalarında kritik bir rol oynamaktadır. Engelli bireyler, spor yoluyla stresle başa çıkma becerilerini geliştirirken, aynı zamanda sosyal destek

sistemlerini de güçlendirmektedirler (Yamada ve ark., 2017; Breslin ve ark., 2017). Zihinsel dayanıklılık, engelli sporcuların psikolojik sağlıklarını olumlu yönde etkileyerek, sosyal kabul süreçlerini desteklemektedir (Akoğlu, 2024; Mira, 2023).

Ancak, engelli sporcuların sosyal kabulü, bazı zorluklarla da karşı karşıya kalmaktadır. Engelli bireyler, toplumda sıklıkla ayrımcılığa maruz kalmakta ve bu durum sosyal dışlanma hissini artırmaktadır (Kuok ve ark., 2021; Graupensperger ve ark., 2020). Sosyal dışlanma, engelli bireylerin sosyal katılımını olumsuz etkileyerek, zihinsel sağlıklarını da tehdit etmektedir. Araştırmalar, engelli bireylerin sosyal dışlanma deneyimlerinin, yaşam doyumunu ve benlik saygısını olumsuz etkilediğini göstermektedir (McMaster ve ark., 2012; Cevada ve ark., 2020). Bu bağlamda, sosyal destek sistemlerinin güçlendirilmesi, engelli sporcuların zihinsel sağlıklarını iyileştirmek için kritik bir öneme sahiptir (Powell ve Myers, 2017; Demirel, 2019).

1.10.3. Engelli sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin sosyal katılımına etkisi

Psikolojik beceriler, bireylerin stresle başa çıkma, sosyal etkileşimlerde bulunma ve kendine güven gibi yeteneklerini içerir. Engelli sporcuların bu becerileri geliştirmeleri, sosyal katılımlarını artırmakta ve toplumda daha aktif bir rol oynamalarına olanak tanımaktadır (İnce, 2017). Engelli sporcuların spor faaliyetlerine katılımı, onların psikolojik dayanıklılıklarını artırmakta ve sosyal kabul süreçlerini olumlu yönde etkilemektedir. Spor, engelli bireylerin kendine güvenlerini artırarak, sosyal etkileşimlerini güçlendirmekte ve sosyal destek ağlarını genişletmektedir. Ayrıca, spor faaliyetleri, engelli bireylerin sosyal ilişkilerini güçlendirmelerine ve farklı insanlarla iletişim kurmalarına imkan tanımaktadır (Yüksel ve Uyanık, 2021).

Bununla birlikte, engelli sporcuların psikolojik becerilerinin sosyal katılımlarına etkisi, bazı zorluklarla da karşı karşıya kalmaktadır. Engelli bireyler, toplumda sıklıkla ayrımcılığa maruz kalmakta ve bu durum sosyal dışlanma hissini artırmaktadır (Peker, 2024). Sosyal dışlanma, engelli bireylerin sosyal katılımını olumsuz etkileyerek, psikolojik sağlıklarını da tehdit etmektedir. Araştırmalar, engelli bireylerin sosyal dışlanma deneyimlerinin, yaşam doyumunu ve benlik saygısını olumsuz etkilediğini göstermektedir (Şakar ve Güloğlu, 2023). Bu bağlamda, sosyal

destek sistemlerinin güçlendirilmesi, engelli sporcuların psikolojik sağlıklarını iyileştirmek için kritik bir öneme sahiptir (Morkoç, 2023).

1.11. Psikolojik Beceri Gelişiminin Engelli Sporcular İçin Önemi

Psikolojik beceri gelişimi, engelli sporcular için hem performans hem de sosyal katılım açısından kritik bir öneme sahiptir. Engelli sporcuların psikolojik becerilerini geliştirmeleri, onların spor performanslarını artırmakla kalmaz, aynı zamanda sosyal etkileşimlerini ve toplumsal kabul süreçlerini de olumlu yönde etkiler (Sulu, 2022; Filik, 2024). Psikolojik beceriler, odaklanma, stres yönetimi, motivasyon ve öz güven gibi unsurları içerir ve bu becerilerin geliştirilmesi, sporcuların zorlu koşullarla başa çıkma yeteneklerini artırır (Filik, 2024).

Engelli sporcuların psikolojik becerilerinin geliştirilmesi, antrenman ve yarışma süreçlerinde daha iyi performans göstermelerine yardımcı olur. Araştırmalar, psikolojik beceri antrenmanlarının, sporcuların konsantrasyon düzeylerini artırarak, performanslarını olumlu yönde etkilediğini göstermektedir (Sulu, 2022). Spor psikolojisi uzmanları tarafından uygulanan psikolojik beceri geliştirme programları, engelli sporcuların stresle başa çıkmalarına ve odaklanmalarına yardımcı olmaktadır (Filik, 2024; şahin ve şahin, 2020). Bu tür programlar, sporcuların kendilerine olan güvenlerini artırmakta ve sosyal etkileşimlerini güçlendirmektedir (şahin ve şahin, 2020).

Ayrıca, engelli sporcuların sosyal becerilerinin gelişimi de psikolojik beceri gelişimi ile doğrudan ilişkilidir. Spor etkinliklerine katılım, engelli bireylerin sosyal ağlarını genişletmelerine ve toplumda daha görünür hale gelmelerine olanak tanır (şahin ve şahin, 2020). Takım sporları gibi grup etkinlikleri, engelli sporcuların sosyal becerilerini geliştirmelerine yardımcı olurken, aynı zamanda sosyal kabul süreçlerini de desteklemektedir (şahin ve şahin, 2020). Bu bağlamda, sporun sosyal entegrasyon üzerindeki olumlu etkileri, engelli bireylerin toplumsal hayata katılımlarını artırmaktadır (Filik, 2024).

İKİNCİ BÖLÜM

MATERYAL VE YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli

Bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi olacaktır. Bu doğrultuda, nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeliyle gerçekleştirilecektir. Tarama modeli araştırmalar, “kişilerin belirli konulardaki tutum, inanç, görüş, davranış, beklenti ve özelliklerini anketler yardımıyla tespit etmeyi amaçlayan araştırmalar” olarak tanımlanmıştır (Gürbüz ve Şahin, 2014). Tarama araştırmaları kendi içinde üç farklı kategoriye ayrılmaktadır. Bunlar, genel, ilişkisel, nedensel olarak adlandırılmakta olup, bu çalışmada kullanılacak olan tarama araştırması ise genel tarama araştırmasıdır. Genel tarama araştırması, evrendeki eleman sayısının yüksek olduğu araştırmalarda, evrenden belli bir bölümün alınıp, önceden belirlenmiş değişkene yönelik olarak anlık durumu veya belli bir süreç içindeki değişimin incelenmesinde kullanılmaktadır (Gürbüz ve Şahin, 2014).

2.2. Evren ve Örneklem

Çalışmanın amacı doğrultusunda araştırmanın evrenini, Ülkemizde engelliler branşında faaliyet gösteren spor kulüpleri adına müsabakalara katılan sporcular oluşturmaktadır. Örneklemine ise, 2023-2024 yılında Ülkemizde bedensel engelliler branşında faaliyet gösteren spor kulüpleri adına çeşitli branşlarda müsabakalara katılan ve araştırmaya katılmaya gönüllü 163’ü erkek 49’u kadın olmak üzere 212 bedensel engelli sporcudan oluşmaktadır. Bu çerçevede araştırmada kullanılacak örnekleme yöntemi, katılımcıların tamamının örnekleme dahil edilme olasılığının eşit ve rastlantısal olduğu, ayrıca araştırma bulgularının hızlı ve pratik bir şekilde elde edilmesine olanak tanıyan basit tesadüfi örnekleme yöntemi olacaktır (Yazıcıoğlu ve Erdoğan, 2004).

Tablo 1. Sporcuların demografik özellikleri

Değişkenler	Gruplar	N	%
Cinsiyet	Erkek	163	76,9
	Kadın	49	23,1
Yaş	18-20	39	18,4
	21-23	14	6,6
	24-26	24	11,3
	27-29	39	18,4
	30 ve üzeri	96	45,3
Eğitim Durumu	İlköğretim	15	7,1
	Ortaöğretim	16	7,5
	Lise	97	45,8
	Ön lisans	29	13,7
	Lisans ve lisansüstü	55	25,9
Engel Türü	Serebral Palsi (Cp)	26	12,3
	Spina Bifida	29	13,7
	Ampute	45	21,2
	Çocuk Felci	57	26,9
	Spinal Cort Yaralanması	24	11,3
	Diğer	31	14,6
Engel Derecesi	%40-50	70	33,0
	%51-60	32	15,1
	%61-70	14	6,6
	%71-80	28	13,2
	%81-90	26	12,3
	%91-100	42	19,8
Spor Branşı	Ampute Futbol	37	17,5
	Atletizm	17	8,0
	Boccia	20	9,4
	Masa Tenisi	13	6,1
	Okçuluk	23	10,8
	Ts Basketbol	35	16,5
	Ts Curling	14	6,6
	Ts Tenis	20	9,4
	Yüzme	21	9,9
	Bilek Güreşi	12	5,7
Spor Geçmişi	1-3	80	37,7
	4-6	42	19,8
	7-9	26	12,3
	10-12	16	7,5
	13 ve üzeri	48	22,6
Milli Sporcu Olup Olmama Durumu	Evet	72	34,0
	Hayır	140	66,0

Tablo 1 incelendiğinde, araştırmaya katılan bedensel engelli sporcuların %76,9'unun erkek, %23,1'i ise kadındır. Yaş aralığına bakıldığında, bedensel engellilerin %18,4'ü 18-20, %6,6'sı 21-23, %11,3'ü 24-26, %18,4'ü 27-29 ve %45,3'ü 30 ve üzeri yaş aralığındadır. Eğitim durumlarına bakıldığında %7,1'inin ilkokul mezunu, %7,5'inin ortaokul mezunu, %45,8'inin lise mezunu, %13,7'sinin ön lisans mezunu ve %25,9'unun lisans ve lisansüstü mezunu oldukları görülmüştür. Katılımcıların engel türlerine bakıldığında, %12,3'ünün serebral palsi (CP), %13,7'sinin spina bifida, %21,2'sinin ampute, %26,9'unun çocuk felci, %11,3'ünün

spina cort yaralanması ve %14,6'sının ise diğer engel türlerine sahip oldukları görülmüştür. Katılımcıların engel derecelerine bakıldığında, %33'ünün %40-50, %15,1'inin 51-60, %6,6'sının %61-70, %13,2'nin %71-80, %12,32'sinin %81-90 ve %19,8'inin ise %91-100 engel derecesine sahip olduğu görülmüştür. Araştırmaya katılan bedensel engelli sporcuların %17,5'i ampute futbol, %8'i atletizm, %9,4'ü boccia, %6,1'i masa tenisi, %10,8'i okçuluk, %16,5'i ts basketbol, %6,6'sı ts curling, %9,4'ü ts tenis, %9,9'u yüzme ve %5,7'si bilek güresi branşında spor yapmaktadır. Yine sporcuların %37,7'sinin 1-3 yıl, %19,8'inin 4-6, %12,3'ünün 7-9, %7,5'inin 10-12 ve %34'ünün 13 ve üzeri yıl spor geçmişine sahip olduğu görülmüştür. Ayrıca araştırmaya katılan bedensel engelli sporcuların %34'ünün milli spor olduğu ve %66'sının ise milli sporcu olmadığı tespit edilmiştir.

2.3. Veri Toplanma Yöntemi

Araştırma kapsamında, veri toplama aracı olarak Kişisel bilgi formu ve sporcuların psikolojik becerilerini değerlendirme ölçeği kullanılmıştır. Anket ve ölçek, çevrimiçi ortama aktararak bedensel engelli sporcuların ilgili soruları cevaplamaları için çevrimiçi anket uygulaması seçilmiş, araç olarak “google form” anket sitesinin yazılımı kullanılmıştır. İnternet aracılığıyla gerçekleştirilen anketler, hazırlanan formların e-posta ile yollanıp yanıtının aynı şekilde geri yollanmasını istemek şeklinde olabildiği gibi, anket formunun yer aldığı internet adresi linkinin katılımcılara e-posta veya sosyal ağ siteleri aracılığıyla duyurulması ve çevrimiçi olarak anketin doldurulduktan sonra “gönder” komutuyla otomatik olarak cevaplanması şeklinde gerçekleştirilmiştir. Verilerin toplanması sırasında “e” ankette katılımcılara gerekli açıklamalar yapılarak, araştırmaya katılımın gönüllülük esasına dayalı olduğu, istedikleri zaman araştırmadan ayrılacakları ve gizlilik ilkesine bağlı kalınacağı katılımcılara belirtilmiştir.

2.4. Veri Toplanma Araçları

2.4.1. Kişisel bilgi formu

Katılımcılara ait; cinsiyet, yaş, eğitim durumu, engel türü, engel derecesi, spor branşı, spor geçmişi ve milli sporcu olup olmama durumu gibi demografik bilgilerini belirlemeye yönelik araştırmacı tarafından oluşturulan 8 soruluk bilgi formu kullanılmıştır.

2.4.2. Sporcuların psikolojik becerilerini değerlendirme ölçeği

Smith ve ark. (1995) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe geçerlilik güvenirliği Erhan ve ark. (2015) tarafından yapılmıştır. Ölçek 28 madde 7 alt boyuttan oluşmaktadır. 5, 17, 21, 24 madde nolu sorular zorluklarla baş edebilme yeteneği, 3*, 10*, 15, 27 madde nolu sorular öğrenmeye açık olabilme, 4, 11, 16, 25 madde nolu sorular konsantrasyon, 2, 9, 14, 26 madde nolu sorular güven ve başarı motivasyonu, 1, 8, 13, 20 madde nolu sorular hedef belirleme ve mental hazırlık, 6, 18, 22, 28 madde nolu sorular baskı altında iyi performans gösterebilme, 7*, 12*, 19*, 23* madde nolu sorular endişelerden kurtulma alt boyutlarını kapsamaktadır.

(*) işareti olan sorular ters olup ona göre veri setine ters olarak girilmiştir. Sorular 1 ile 4 arasında puanlanır. Alt boyutlar için puanlama, 0,01 ile 0,133 düşük, 1,34 ile 2,67 orta ve 2,68 ile 4,00 yüksek arasında değişmekte ve ölçekten alınan puanın artması sporcunun psikolojik becerisinin iyi olduğunu göstermektedir. Ölçek, “Hemen hemen hiç”, “Bazen”, “Sık sık” ve “Hemen hemen her zaman” ifadelerine göre 0 ile 3 arasında puanlandırılmaktadır. Ölçeğin 3, 7, 10, 12, 19 ve 23 numaralı maddeleri ters puanlama esasına göre değerlendirilmektedir. Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin Cronbach Alpha güvenirlik katsayıları ise şu şekilde bulunmuştur: Zorluklarla baş edebilme alt boyutu için 0.62, öğrenmeye açık olabilme için 0.51, konsantrasyon için 0.59, güven ve başarı motivasyonu için 0.60, hedef belirleme ve mental hazırlık için 0.62, baskı altında iyi performans gösterebilme için 0.71 ve endişelerden kurtulma alt boyutu için 0.50. olarak bulunmuştur (Erhan ve ark., 2015). Smith ve Christensen (1995), bir sporcunun zorlayıcı durumlar karşısında pozitif, hevesli, sakin ve kontrollü kalabilme, yaptığı hatalardan hızla sıyrılabilme becerisini “zorluklarla baş edebilme yeteneği” olarak tanımlamışlardır. Sporcunun öğrenmeye ne kadar açık olduğu; yapıcı eleştirileri kişisel algılamadan ve duygusal bir yıkım yaşamadan kabul edebilmesiyle değerlendirilirken, bu özellik “öğrenmeye açık olabilme” olarak ifade edilmiştir. Sporcunun dikkatinin kolayca dağılmaması ve hem antrenmanlarda hem de maçlarda beklenmeyen olumsuzluklara rağmen görevine odaklanabilmesi ise “konsantrasyon” alt boyutunu oluşturur. “Güven ve başarı motivasyonu”, sporcunun hem antrenmanlarda hem de maç esnasında kendine güvenli, pozitif ve motive şekilde davranmasını ifade ederken, “hedef belirleme ve mental hazırlık” ise sporcunun performansına yönelik somut

hedefler koyup bu hedefler doğrultusunda çalışıp çalışmadığını kapsamaktadır. “Baskı altında iyi performans gösterebilme”, sporcunun stresli ve baskılı ortamlarda performansını artırabilme kapasitesini yansıtırken, “endişelerden kurtulma” ise sporcunun hata yapma ya da kötü performans gösterme kaygısıyla kendi üzerinde baskı oluşturup oluşturmadığına odaklanmaktadır (Smith ve Christensen, 1995). Ölçeğin; zorluklarla baş edebilme yeteneği alt boyutuna ait Cronbach Alpha katsayısı 0.68, öğrenmeye açık olabilme 0.50, konsantrasyon 0.52, güven ve başarı motivasyonu 0.64, hedef belirleme ve mental hazırlık 0.70, baskı altında iyi performans gösterebilme 0.62 ve endişelerden kurtulma alt boyutu ise 0.60 olarak bulunmuştur.

Tablo 2. Sporcuların psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların çarpıklık-basıklık düzeyleri

Ölçek	Alt Boyutlar	N	Çarpıklık	Basıklık
Sporcuların Psikolojik Becerilerinin Değerlendirilmesi Ölçeği	Zorluklarla Baş Edebilme	212	,245	-,501
	Öğrenmeye Açık Olabilme	212	-,185	,621
	Konsantrasyon	212	,453	,674
	Güven ve Başarı Motivasyonu	212	-,944	1,035
	Hedef B ve Mental Hazırlık	212	-,261	-,557
	Baskı Altında İyi Performans Gösterebilme	212	,170	-,460
	Endişelerden Kurtulma	212	,791	,751
	Toplam	212	,372	,603

Tablo 2 'de Ölçekten elde edilen verilerin dağılım eğrileri incelendiğinde; çarpıklık-basıklık değerlerinin ± 2 aralığında olduğu tespit edilmiştir. Bu doğrultuda parametrik testler uygulanmıştır. Tabachnick ve Fidell'e (2015) göre çarpıklık ve basıklık katsayılarının -1.5 ile +1.5 arasında olması verilerin normal dağılım gösterdiği varsayılmaktadır. Kline (2016) göre ise çarpıklık katsayısının 3'ten, basıklık katsayısının ise 10'dan büyük olmamasının dağılımın normal olduğunu gösterdiğini belirtmiştir. Bu bilgiler doğrultusunda çalışmada parametrik istatistik analizler uygulanmıştır.

Tablo 3. Sporcuların psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların betimsel analizi

Ölçek	Alt Boyutları	N	Min	Max	Ort.	SS
Sporcuların Psikolojik Becerilerinin Değerlendirilmesi Ölçeği	Zorluklarla Baş Edebilme	212	1,25	4,00	2,78	,61
	Öğrenmeye Açık Olabilme	212	1,00	4,00	2,40	,44
	Konsantrasyon	212	1,50	4,00	2,78	,51
	Güven ve Başarı Motivasyonu	212	1,50	4,00	3,27	,54
	Hedef Belirleme ve Mental Hazırlık	212	1,25	4,00	2,88	,64
	Baskı Altında İyi Performans Gösterebilme	212	1,00	4,00	2,44	,80
	Endişelerden Kurtulma	212	1,00	4,00	1,32	,73
	Toplam	212	1,54	3,93	2,55	,42

Tablo 3 incelendiğinde, sporcuların psikolojik beceri ölçeğine dair betimsel analiz sonuçları incelendiğinde, zorluklarla baş edebilme alt boyutuna ait minimum değer (min=1,25), maksimum değer (max=4,00), ortalama değer (x=2,78) olduğu, öğrenmeye açık olabilme alt boyutuna ait minimum değer (min=1,00), maksimum değer (max=4,00), ortalama değer (x=2,40) olduğu, konsantrasyon alt boyutuna ait minimum değer (min=1,50), maksimum değer (max=4,00), ortalama değer (x=2,78) olduğu, güven ve başarı motivasyonu alt boyutuna ait minimum değer (min=1,50), maksimum değer (max=4,00), ortalama değer (x=3,27) olduğu, hedef bağlılığı ve mental hazırlık alt boyutuna ait minimum değer (min=1,25), maksimum değer (max=4,00), ortalama değer (x=2,88) olduğu, baskı altında iyi performans gösterebilme alt boyutuna ait minimum değer (min=1,00), maksimum değer (max=4,00), ortalama değer (x=2,44) olduğu, endişelerden kurtulma alt boyutuna ait minimum değer (min=1,00), maksimum değer (max=4,00), ortalama değer (x=1,32) olduğu, ölçek toplam boyutuna ait minimum değer (min=1,54), maksimum değer (max=4,00), ortalama değer (x=3,93) olduğu tespit edilmiştir.

2.4. Verilerin Analizi

Kişisel bilgi formu ve ölçekten elde edilen veriler IBM SPSS 25.0 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin normal dağılıma uygunluğu; normal dağılım eğrileri ile çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri incelenerek değerlendirilmiştir. Yapılan normallik testleri sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Bu doğrultuda, analizlerde Bağımsız Örneklem T-Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) uygulanmıştır. Gruplar arasındaki farklılıkların belirlenebilmesi için ise Post-hoc (LSD) testi kullanılmıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1. Araştırma Bulguları

Bu bölümde elde edilen verilerin analiz sonuçları tablolaştırılarak verilmiştir.

Tablo 4. Sporcuların cinsiyet değişkenine göre psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların değerlendirilmesi

Ölçek	Alt Boyutlar	Cinsiyet	n	X	Ss	t	p
Sporcuların Psikolojik Becerilerinin Değerlendirilmesi Ölçeği	Zorluklarla Baş Edebilme	Erkek	163	2,85	,60	2,450	,015*
		Kadın	49	2,59	,62		
	Öğrenmeye Açık Olabilme	Erkek	163	2,44	,40	2,613	,010*
		Kadın	49	2,26	,53		
	Konsantrasyon	Erkek	163	2,83	,50	2,283	,023*
		Kadın	49	2,64	,51		
	Güven ve Başarı Motivasyonu	Erkek	163	3,34	,50	3,784	,000*
		Kadın	49	3,02	,59		
	Hedef Belirleme ve Mental Hazırlık	Erkek	163	2,88	,67	,191	,849
		Kadın	49	2,86	,53		
	Baskı Altında İyi Performans Gösterebilme	Erkek	163	2,53	,83	3,505	,001*
		Kadın	49	2,15	,60		
	Endişelerden Kurtulma	Erkek	163	1,37	,71	1,778	,077
		Kadın	49	1,16	,80		
	Toplam	Erkek	163	2,60	,42	3,257	,001*
		Kadın	49	2,38	,41		

*p<,050; **p<,001

Tablo 4 incelendiğinde, sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre “zorluklarla baş edebilme, öğrenmeye açık olabilme, konsantrasyon, güven ve başarı motivasyonu, baskı altında iyi performans gösterebilme alt boyutlarında ve psikolojik beceri ölçeği toplam skorunda anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilirken, hedef belirleme ve mental hazırlık ve endişelerden kurtulma alt boyutlarında anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir (p<0,05). Skorlar incelendiğinde, erkek bedensel engelli sporcuların skorlarının, kadın bedensel engelli sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Hedef belirleme ve mental hazırlık ve endişelerden kurtulma alt boyutlarında ise anlamlı fark bulunmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 5. Sporcuların yaş değişkenine göre psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların değerlendirilmesi

Ölçek	Alt Boyutlar	Yaş	n	X	Ss	F	P	LSD
Sporcuların Psikolojik Becerilerinin Değerlendirilmesi Ölçeği	Zorluklarla Baş Edebilme	18-20 ¹	39	2,67	,70	,460	,765	-
		21-23 ²	14	2,76	,40			
		24-26 ³	24	2,73	,73			
		27-29 ⁴	39	2,80	,52			
		30 ve üzeri ⁵	96	2,83	,61			
	Öğrenmeye Açık Olabilme	18-20 ¹	39	2,58	,52	3,347	,011*	1>4
		21-23 ²	14	2,28	,47			
		24-26 ³	24	2,39	,53			
		27-29 ⁴	39	2,23	,29			
		30 ve üzeri ⁵	96	2,41	,41			
	Konsantrasyon	18-20 ¹	39	2,73	,54	,485	,746	-
		21-23 ²	14	2,71	,47			
		24-26 ³	24	2,79	,61			
		27-29 ⁴	39	2,87	,36			
		30 ve üzeri ⁵	96	2,78	,53			
	Güven ve Başarı Motivasyonu	18-20 ¹	39	3,30	,68	3,834	,005*	1>2
		21-23 ²	14	2,78	,45			
		24-26 ³	24	3,23	,48			
		27-29 ⁴	39	3,20	,37			
		30 ve üzeri ⁵	96	3,35	,52			
	Hedef Belirleme ve Mental Hazırlık	18-20 ¹	39	2,71	,76	1,193	,315	-
		21-23 ²	14	2,85	,55			
		24-26 ³	24	2,80	,66			
		27-29 ⁴	39	3,00	,46			
		30 ve üzeri ⁵	96	2,91	,64			
	Baskı Altında İyi Performans Gösterebilme	18-20 ¹	39	2,23	,72	1,852	,120	-
		21-23 ²	14	2,35	,57			
		24-26 ³	24	2,77	,71			
		27-29 ⁴	39	2,39	,59			
		30 ve üzeri ⁵	96	2,48	,93			
	Endişelerden Kurtulma	18-20 ¹	39	1,64	,61	3,573	,008*	1>4
		21-23 ²	14	1,30	1,02			
		24-26 ³	24	1,34	,98			
		27-29 ⁴	39	1,02	,47			
		30 ve üzeri ⁵	96	1,32	,70			
	Toplam	18-20 ¹	39	2,55	,46	,548	,700	-
		21-23 ²	14	2,43	,30			
		24-26 ³	24	2,58	,51			
		27-29 ⁴	39	2,50	,24			
		30 ve üzeri ⁵	96	2,58	,46			

*p<,050; **p<,001

Tablo 5 incelendiğinde, sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin yaş değişkenine göre “öğrenmeye açık olabilme, güven ve başarı motivasyonu ve endişelerden kurtulma” alt boyutlarında anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilirken, zorluklarla baş edebilme, konsantrasyon, hedef belirleme ve mental hazırlık, baskı altında iyi performans gösterebilme alt boyutlarında ve psikolojik beceri ölçeği toplam skorunda anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir (p<0,05). Skorlar incelendiğinde, öğrenmeye açık olabilme ve endişelerden kurtulma alt boyutlarında 18-20 yaş aralığında bulunan bedensel engelli sporcuların skorlarının 27-29 yaş aralığında bulunan bedensel engelli sporcuların skorlarından; güven ve başarı

motivasyonu alt boyutunda ise 18-20 yaş aralığında bulunan bedensel engelli sporcuların skorlarının 21-23 yaş aralığında bulunan sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 6. Sporcuların eğitim durumu değişkenine göre psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların değerlendirilmesi

Ölçek	Alt Boyutlar	Eğitim Durumu	n	X	Ss	F	P	LSD
Sporcuların Psikolojik Becerilerinin Değerlendirilmesi Ölçeği	Zorluklarla Baş Edebilme	İlköğretim ¹	15	2,95	,74	3,484	,009*	1,2>4 3>4,5
		Ortaöğretim ²	16	2,93	,75			
		Lise ³	97	2,89	,64			
		Önlisans ⁴	29	2,56	,36			
		Lisans ve Lisansüstü ⁵	55	2,61	,54			
	Öğrenmeye Açık Olabilme	İlköğretim ¹	15	2,41	,41	3,075	,017*	2,3>5
		Ortaöğretim ²	16	2,57	,63			
		Lise ³	97	2,46	,46			
		Önlisans ⁴	29	2,39	,33			
		Lisans ve Lisansüstü ⁵	55	2,24	,36			
	Konsantrasyon	İlköğretim ¹	15	2,80	,55	,072	,991	-
		Ortaöğretim ²	16	2,75	,63			
		Lise ³	97	2,80	,58			
		Önlisans ⁴	29	2,76	,25			
		Lisans ve Lisansüstü ⁵	55	2,77	,46			
	Güven ve Başarı Motivasyonu	İlköğretim ¹	15	3,36	,59	1,345	,254	-
		Ortaöğretim ²	16	3,37	,70			
		Lise ³	97	3,32	,58			
		Önlisans ⁴	29	3,19	,39			
		Lisans ve Lisansüstü ⁵	55	3,15	,46			
	Hedef Belirleme ve Mental Hazırlık	İlköğretim ¹	15	2,91	,62	2,853	,025*	5>4
		Ortaöğretim ²	16	2,79	,72			
		Lise ³	97	2,84	,69			
		Önlisans ⁴	29	2,62	,59			
		Lisans ve Lisansüstü ⁵	55	3,09	,46			
	Baskı Altında İyi Performans Gösterebilme	İlköğretim ¹	15	2,46	,77	1,260	,287	-
		Ortaöğretim ²	16	2,60	,97			
		Lise ³	97	2,52	,79			
		Önlisans ⁴	29	2,18	1,00			
		Lisans ve Lisansüstü ⁵	55	2,39	,63			
	Endişelerden Kurtulma	İlköğretim ¹	15	1,50	,56	9,345	,000*	2,3>4,5
		Ortaöğretim ²	16	1,64	,90			
		Lise ³	97	1,55	,69			
		Önlisans ⁴	29	,96	,49			
		Lisans ve Lisansüstü ⁵	55	,97	,71			
	Toplam	İlköğretim ¹	15	2,63	,48	3,074	,017*	3>4
		Ortaöğretim ²	16	2,66	,60			
		Lise ³	97	2,63	,44			
		Önlisans ⁴	29	2,38	,29			
		Lisans ve Lisansüstü ⁵	55	2,46	,33			

*p<,050; **p<,001

Tablo 6 incelendiğinde, sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin eğitim durumu değişkenine göre “zorluklarla baş edebilme, öğrenmeye açık olabilme, hedef belirmeme ve mental hazırlık, endişelerden kurtulma” alt boyutlarında ve psikolojik beceri ölçeği toplam skorunda anlamlı farklılık olduğu tespit edilirken, konsantrasyon, güven ve başarı motivasyonu ve baskı altında iyi performans gösterebilme alt boyutlarında anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir (p<0,05).

Skorlar incelendiğinde, zorluklarla baş edebilme alt boyutunda eğitim durumu ilköğretim ve ortaöğretim olan bedensel engelli sporcuların skorlarının eğitim durumu ön lisans olan bedensel engelli sporcuların skorlarından; eğitim durumu lise olan bedensel engelli sporcuların skorlarının ise eğitim durumu ön lisans, lisans ve lisansüstü olan bedensel engelli sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Öğrenmeye açık olabilme alt boyutunda, eğitim durumu ortaöğretim ve lise olan bedensel engelli sporcuların skorlarının öğrenim durumu lisans ve lisansüstü olan bedensel engelli sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Hedef belirleme alt boyutunda lisans ve lisansüstü eğitim durumuna sahip bedensel engelli sporcuların skorlarının, ön lisans eğitim durumuna sahip bedensel engelli sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Endişelerden kurtulma alt boyutunda eğitim durumu ortaöğretim ve lise olan bedensel engelli sporcuların skorlarının eğitim durumu ön lisans ve lisans ve lisansüstü olan bedensel engelli sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Psikolojik beceri toplam boyutunda ise eğitim durumu lise olan bedensel engelli sporcuların skorlarının eğitim durumu ön lisans olan bedensel engelli sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 7. Sporcuların engel türü değişkenine göre psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların değerlendirilmesi

Ölçek	Alt Boyutlar	Engel Türü	n	X	Ss	F	P	LSD
Sporcuların Psikolojik Becerilerinin Değerlendirilmesi Ölçeği	Zorluklarla Baş Edebilme	Serebral palsy (CP) ¹	26	2,76	,52879	,971	,437	-
		Spina Bifida ²	29	2,89	,65981			
		Ampute ³	45	2,76	,62376			
		Çocuk Felci ⁴	57	2,72	,63507			
		Spinal Cort ⁵	24	2,64	,58009			
		Diğer ⁶	31	2,94	,63150			
	Öğrenmeye Açık Olabilme	Serebral palsy (CP) ¹	26	2,36	,54420	5,615	,001*	2>1,6,3,4,5 6>4,5
		Spina Bifida ²	29	2,66	,42403			
		Ampute ³	45	2,27	,40178			
		Çocuk Feli ⁴	57	2,30	,38306			
		Spinal Cort ⁵	24	2,33	,40825			
		Diğer ⁶	31	2,62	,42755			
	Konsantrasyon	Serebral palsy (CP) ¹	26	2,72	,51150	,845	,519	-
		Spina Bifida ²	29	2,74	,55695			
		Ampute ³	45	2,87	,49031			
		Çocuk Feli ⁴	57	2,78	,53617			
		Spinal Cort ⁵	24	2,65	,38879			
		Diğer ⁶	31	2,87	,56595			
	Güven ve Başarı Motivasyonu	Serebral palsy (CP) ¹	26	3,17	,67738	,491	,783	-
		Spina Bifida ²	29	3,28	,66388			
		Ampute ³	45	3,24	,48115			
		Çocuk Feli ⁴	57	3,28	,51925			
		Spinal Cort ⁵	24	3,21	,43808			
		Diğer ⁶	31	3,37	,51588			
	Hedef Belirleme ve Mental Hazırlık	Serebral palsy (CP) ¹	26	2,81	,63466	,856	,511	-
		Spina Bifida ²	29	2,91	,56012			
		Ampute ³	45	2,92	,58051			
		Çocuk Feli ⁴	57	2,75	,67561			
		Spinal Cort ⁵	24	2,98	,69344			
		Diğer ⁶	31	2,98	,69202			
	Baskı Altında İyi Performans Gösterebilme	Serebral palsy (CP) ¹	26	2,70	,88606	2,491	,032*	1,3>4
		Spina Bifida ²	29	2,36	,78657			
		Ampute ³	45	2,70	,70024			
		Çocuk Feli ⁴	57	2,22	,81103			
		Spinal Cort ⁵	24	2,40	,72537			
		Diğer ⁶	31	2,37	,84870			
	Endişelerden Kurtulma	Serebral palsy (CP) ¹	26	2,44	,80542	1,912	,094	-
		Spina Bifida ²	29	1,51	,74473			
		Ampute ³	45	1,37	,68992			
		Çocuk Feli ⁴	57	1,27	,72540			
		Spinal Cort ⁵	24	1,23	,66625			
		Diğer ⁶	31	1,06	,51208			
	Toplam	Serebral palsy (CP) ¹	26	2,58	,44211	1,237	,293	-
		Spina Bifida ²	29	2,60	,41938			
		Ampute ³	45	2,57	,41088			
		Çocuk Feli ⁴	57	2,47	,42955			
		Spinal Cort ⁵	24	2,47	,36804			
		Diğer ⁶	31	2,67	,48075			

*p<,050; **p<,001

Tablo 7 incelendiğinde, sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin engel türü değişkenine göre “öğrenmeye açık olabilme ve baskı altında iyi performans gösterebilme” alt boyutlarında anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilirken, zorluklarla baş edebilme, konsantrasyon, güven ve başarı motivasyonu, hedef belirleme ve mental hazırlık, endişelerden kurtulma alt boyutlarında ve psikolojik

beceri ölçeği toplam skorunda anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir ($p<0,05$). Skorlar incelendiğinde, öğrenmeye açık olabilme alt boyutunda spina bifida hastalığına sahip bedensel engelli sporcuların skorlarının serebral palsi (CP) ampute çocuk felci, spinal cort ve diğer hastalık türlerine sahip bedensel engelli sporcuların skorlarından ve diğer hastalıklara sahip bedensen engelli sporcuların skorlarının da çocuk felci ve spinal cort hastalığına sahip bedensel engelli sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Baskı altında iyi performans gösterme alt boyutunda ise serebral palsi (CP) ve spina bifida hastalığına sahip bedensel engelli sporcuların skorlarının çocuk felci hastalığına sahip bedensel engelli sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir.



Tablo 8. Sporcuların engel derecesi değişkenine göre psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların değerlendirilmesi

Ölçek	Alt Boyutlar	Engel Derecesi	n	X	Ss	F	P	LSD
Sporcuların Psikolojik Becerilerinin Değerlendirilmesi Ölçeği	Zorluklarla Baş Edebilme	%40-50 ¹	70	2,77	,57031	,913	,473	-
		%51-60 ²	32	2,95	,77625			
		%61-70 ³	14	2,67	,53195			
		%71-80 ⁴	28	2,65	,59837			
		%81-90 ⁵	26	2,72	,46544			
		%91-100 ⁶	42	2,82	,67735			
	Öğrenmeye Açık Olabilme	%40-50 ¹	70	2,23	,39111	4,809	,000*	6>1,5
		%51-60 ²	32	2,34	,53788			
		%61-70 ³	14	2,51	,44359			
		%71-80 ⁴	28	2,47	,39287			
		%81-90 ⁵	26	2,43	,40347			
		%91-100 ⁶	42	2,62	,42502			
	Konsantrasyon	%40-50 ¹	70	2,76	,42867	1,051	,389	-
		%51-60 ²	32	2,88	,78026			
		%61-70 ³	14	2,85	,40089			
		%71-80 ⁴	28	2,62	,54645			
		%81-90 ⁵	26	2,76	,38028			
		%91-100 ⁶	42	2,86	,47883			
	Güven ve Başarı Motivasyonu	%40-50 ¹	70	3,10	,54589	2,799	,018*	6>1
		%51-60 ²	32	3,34	,66524			
		%61-70 ³	14	3,39	,49725			
		%71-80 ⁴	28	3,23	,59678			
		%81-90 ⁵	26	3,28	,41044			
		%91-100 ⁶	42	3,46	,41161			
	Hedef Belirleme ve Mental Hazırlık	%40-50 ¹	70	2,86	,55450	2,547	,029*	1>4
		%51-60 ²	32	3,07	,64582			
		%61-70 ³	14	2,94	,65910			
		%71-80 ⁴	28	2,52	,66088			
		%81-90 ⁵	26	2,95	,48487			
		%91-100 ⁶	42	2,92	,76407			
	Baskı Altında İyi Performans Gösterebilme	%40-50 ¹	70	2,51	,58098	3,623	,004*	1,3>4
		%51-60 ²	32	2,75	,89578			
		%61-70 ³	14	2,82	,70321			
		%71-80 ⁴	28	2,07	1,06253			
		%81-90 ⁵	26	2,41	,69261			
		%91-100 ⁶	42	2,23	,83730			
	Endişelerden Kurtulma	%40-50 ¹	70	1,21	,69501	6,274	,000*	2,6>1 6>5
		%51-60 ²	32	1,64	,76953			
		%61-70 ³	14	1,19	,70832			
		%71-80 ⁴	28	,93	,62593			
		%81-90 ⁵	26	1,14	,57085			
		%91-100 ⁶	42	1,69	,74246			
	Toplam	%40-50 ¹	70	2,49	,35578	3,067	,011*	2,6>4
		%51-60 ²	32	2,71	,59069			
		%61-70 ³	14	2,63	,34558			
		%71-80 ⁴	28	2,35	,48308			
		%81-90 ⁵	26	2,53	,26114			
		%91-100 ⁶	42	2,66	,41193			

*p<,050; **p<,001

Tablo 8 incelendiğinde, sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin engel derecesi değişkenine göre “öğrenmeye açık olabilme, güven ve başarı motivasyonu, hedef belirleme ve mental hazırlık, baskı altında iyi performans gösterebilme, endişelerden kurtulma” alt boyutlarında ve psikolojik beceri ölçeği toplam skorunda anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilirken, zorluklarla baş edebilme ve

konsantrasyon alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p<0,05$). Skorlar incelendiğinde, öğrenmeye açık olabilme alt boyutunda engel oranı %91-100 aralığında olan bedensel engelli sporcuların skorlarının engel oranı %40-50 ve %81-90 aralığında olan bedensel engelli sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Güven ve başarı motivasyonu alt boyutunda engel oranı %91-100 aralığında olan bedensel engelli sporcuların skorlarının engel oranı %40-50 aralığında olan bedensel engelli sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Hedef belirleme ve mental hazırlık alt boyutunda engel oranı %40-50 aralığında olan bedensel engelli sporcuların skorlarının engel oranı %71-80 olan bedensel engelli sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Baskı altında iyi performans gösterebilme alt boyutunda engel oranı %40-50 ve 61-70 aralığında olan bedensel engelli sporcuların skorlarının engel oranı %71-80 aralığında olan bedensel engelli sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Endişelerden kurtulma alt boyutunda engel oranı %51-60 ve %91-100 aralığında olan sporcuların skorlarının engel oranı %40-50 aralığında olan bedensel engelli sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu ve engel oranı %91-100 olan bedensel engelli sporcuların skorlarının engel oranı %81-90 olan sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Psikolojik beceri toplam boyutunda engel oranı %51-60 ve %91-100 olan bedensel engelli sporcuların skorlarının engel oranı %71-80 olan bedensel engelli sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 9. Sporcuların spor branşı değişkenine göre psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların değerlendirilmesi

Ölçek	Alt Boyutlar	Spor Branşı	n	X	Ss	F	P	LSD
Sporcuların Psikolojik Becerilerinin Değerlendirilmesi Ölçeği	Zorluklarla Baş Edebilme	Ampute futbol ¹	37	2,95	,70	1,505	,148	-
		Atletizim ²	17	2,77	,46			
		Boccia ³	20	2,75	,59			
		Masa tenisi ⁴	13	2,44	,55			
		Okçuluk ⁵	23	2,92	,56			
		TS Basketbol ⁶	35	2,80	,62			
		TS Curling ⁷	14	2,85	,61			
		TS Tenis ⁸	20	2,52	,61			
		Yüzme ⁹	21	2,66	,64			
		Bilek güreşi ¹⁰	12	2,91	,54			
	Öğrenmeye Açık Olabilme	Ampute futbol ¹	37	2,39	,41	1,803	,070	-
		Atletizim ²	17	2,38	,43			
		Boccia ³	20	2,58	,46			
		Masa tenisi ⁴	13	2,42	,54			
		Okçuluk ⁵	23	2,43	,40			
		TS Basketbol ⁶	35	2,37	,51			
		TS Curling ⁷	14	2,28	,32			
		TS Tenis ⁸	20	2,25	,41			
		Yüzme ⁹	21	2,28	,45			
		Bilek güreşi ¹⁰	12	2,75	,26			
	Konsantrasyon	Ampute futbol ¹	37	2,93	,58	1,217	,286	-
		Atletizim ²	17	2,82	,46			
		Boccia ³	20	2,77	,49			
		Masa tenisi ⁴	13	2,51	,31			
		Okçuluk ⁵	23	2,79	,45			
		TS Basketbol ⁶	35	2,67	,54			
		TS Curling ⁷	14	2,87	,53			
		TS Tenis ⁸	20	2,82	,51			
		Yüzme ⁹	21	2,69	,50			
		Bilek güreşi ¹⁰	12	2,93	,54			
	Güven ve Başarı Motivasyonu	Ampute futbol ¹	37	3,34	,52	1,108	,359	-
		Atletizim ²	17	3,35	,45			
		Boccia ³	20	3,33	,48			
		Masa tenisi ⁴	13	3,19	,64			
		Okçuluk ⁵	23	3,33	,44			
		TS Basketbol ⁶	35	3,14	,67			
		TS Curling ⁷	14	3,26	,42			
		TS Tenis ⁸	20	3,20	,51			
		Yüzme ⁹	21	3,09	,63			
		Bilek güreşi ¹⁰	12	3,56	,33			

Tablo 9. (DEVAMI) Sporcuların spor branşı değişkenine göre psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların değerlendirilmesi

Ölçek	Alt Boyutlar	Spor Branşı	n	X	Ss	F	P	LSD
Sporcuların Psikolojik Becerilerinin Değerlendirilmesi Ölçeği	Hedef Belirleme ve Mental Hazırlık	Ampute futbol ¹	37	2,95	,61	2,426	,012*	2>4
		Atletizim ²	17	3,30	,34			
		Boccia ³	20	2,92	,55			
		Masa tenisi ⁴	13	2,38	,67			
		Okçuluk ⁵	23	3,00	,70			
		TS Basketbol ⁶	35	2,77	,63			
		TS Curling ⁷	14	2,82	,61			
		TS Tenis ⁸	20	2,73	,73			
		Yüzme ⁹	21	2,77	,56			
		Bilek güreşi ¹⁰	12	3,08	,64			
	Baskı Altında İyi Performans Gösterebilme	Ampute futbol ¹	37	2,75	,77	1,778	,074	-
		Atletizim ²	17	2,50	,75			
		Boccia ³	20	2,21	,84			
		Masa tenisi ⁴	13	1,96	,75			
		Okçuluk ⁵	23	2,61	,75			
		TS Basketbol ⁶	35	2,47	,74			
		TS Curling ⁷	14	2,48	,93			
		TS Tenis ⁸	20	2,26	,90			
		Yüzme ⁹	21	2,25	,77			
		Bilek güreşi ¹⁰	12	2,52	,70			
	Endişelerden Kurtulma	Ampute futbol ¹	37	1,52	,77	2,559	,008*	1,3,4>2
		Atletizim ²	17	,83	,43			
		Boccia ³	20	1,50	,97			
		Masa tenisi ⁴	13	1,57	,62			
		Okçuluk ⁵	23	1,34	,67			
		TS Basketbol ⁶	35	1,16	,55			
		TS Curling ⁷	14	1,33	,76			
		TS Tenis ⁸	20	1,22	,79			
		Yüzme ⁹	21	1,11	,66			
		Bilek güreşi ¹⁰	12	1,81	,76			
	Toplam	Ampute futbol ¹	37	2,69	,47	1,897	,054	-
		Atletizim ²	17	2,56	,31			
		Boccia ³	20	2,58	,45			
		Masa tenisi ⁴	13	2,35	,35			
		Okçuluk ⁵	23	2,63	,38			
		TS Basketbol ⁶	35	2,48	,41			
		TS Curling ⁷	14	2,56	,43			
		TS Tenis ⁸	20	2,43	,44			
		Yüzme ⁹	21	2,41	,46			
		Bilek güreşi ¹⁰	12	2,79	,31			

*p<,050; **p<,001

Tablo 9 incelendiğinde, sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin spor branşı değişkenine göre “hedef belirleme ve mental hazırlık ile endişelerden kurtulma” alt boyutlarında anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilirken, zorluklarla baş edebilme, öğrenmeye açık olabilme, konsantrasyon, güven ve başarı motivasyonu, baskı altında iyi performans gösterebilme alt boyutlarında ve psikolojik beceri ölçeği toplam skorunda anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir (p<0,05). Skorlar incelendiğinde, hedef belirleme ve mental hazırlık alt boyutunda, bedensel engelli atletizm sporcularının skorlarının, bedensel engelli masa tenisi sporcularının skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Endişelerden kurtulma alt boyutunda ise, bedensel engelli ampute futbol, boccia ve masa tenisi sporcularının

skorlarının bedensel engelli atletizm sporcularının skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 10. Sporcuların spor geçmişi değişkenine göre psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların değerlendirilmesi

Ölçek	Alt Boyutları	Spor Geçmişi	n	X	Ss	F	P	LSD
Sporcuların Psikolojik Becerilerinin Değerlendirilmesi Ölçeği	Zorluklarla Baş Edebilme	1-3 ¹	80	2,82	,60535	,783	,537	-
		4-6 ²	42	2,64	,60773			
		7-9 ³	26	2,86	,61738			
		10-12 ⁴	16	2,82	,69353			
		13 ve üzeri ⁵	48	2,77	,62578			
	Öğrenmeye Açık Olabilme	1-3 ¹	80	2,50	,49996	5,232	,000*	1,3,4>5
		4-6 ²	42	2,33	,36966			
		7-9 ³	26	2,40	,32463			
		10-12 ⁴	16	2,65	,28687			
		13 ve üzeri ⁵	48	2,20	,43861			
	Konsantrasyon	1-3 ¹	80	2,76	,56303	,553	,697	-
		4-6 ²	42	2,76	,50724			
		7-9 ³	26	2,92	,46781			
		10-12 ⁴	16	2,82	,40537			
		13 ve üzeri ⁵	48	2,76	,50518			
	Güven ve Başarı Motivasyonu	1-3 ¹	80	3,19	,60358	2,320	,058	-
		4-6 ²	42	3,15	,53520			
		7-9 ³	26	3,45	,45836			
		10-12 ⁴	16	3,43	,33541			
		13 ve üzeri ⁵	48	3,34	,50723			
	Hedef Belirleme ve Mental Hazırlık	1-3 ¹	80	2,74	,69860	3,444	,009*	3,4,5>1,2
		4-6 ²	42	2,75	,63555			
		7-9 ³	26	3,00	,56125			
		10-12 ⁴	16	3,09	,46435			
		13 ve üzeri ⁵	48	3,08	,56137			
	Baskı Altında İyi Performans Gösterebilme	1-3 ¹	80	2,41	,77943	4,358	,002*	3,5>2
		4-6 ²	42	2,13	,79870			
		7-9 ³	26	2,91	,79354			
		10-12 ⁴	16	2,34	,80039			
		13 ve üzeri ⁵	48	2,55	,75435			
	Endişelerden Kurtulma	1-3 ¹	80	1,57	,75284	9,873	,000*	1,3,4>2
		4-6 ²	42	,910	,63635			
		7-9 ³	26	1,70	,68198			
		10-12 ⁴	16	1,28	,81586			
		13 ve üzeri ⁵	48	1,09	,53252			
	Toplam	1-3 ¹	80	2,57	,46793	3,332	,011*	3,4>2
		4-6 ²	42	2,38	,39685			
		7-9 ³	26	2,75	,35664			
		10-12 ⁴	16	2,63	,38330			
		13 ve üzeri ⁵	48	2,54	,39325			

*p<,050; **p<,001

Tablo 10 incelendiğinde, sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin spor geçmişi değişkenine göre “öğrenmeye açık olabilme, hedef belirleme ve mental hazırlık, baskı altında iyi performans gösterebilme, endişelerden kurtulma” alt boyutlarında ve psikolojik beceri ölçeği toplam skorunda anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilirken, zorluklarla baş edebilme, konsantrasyon, güven ve başarı motivasyonu alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir (p<0,05). Skorlar incelendiğinde, öğrenmeye açık olabilme alt boyutunda spor geçmişi 1-3, 7-9

ve 10-12 olan bedensel engelli sporcuların skorlarının spor geçmişi 13 ve üzeri olan bedensel engelli sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Hedef belirleme ve mental hazırlık alt boyutunda spor geçmişi 7-9, 10-12 ve 13 ve üzeri olan bedensel engelli sporcuların skorlarının spor geçmişi 1-3 ve 4-6 olan sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Baskı altında iyi performans gösterebilme alt boyutunda spor geçmişi 7-9 ve 10-12 olan sporcuların skorlarının spor geçmişi 4-6 olan sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Endişelerden kurtulma alt boyutunda spor geçmişi 1-3, 7-9 ve 10-12 olan bedensel engelli sporcuların skorlarının spor geçmişi 4-6 olan bedensel engelli sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Psikolojik beceri toplam boyutunda ise spor geçmişi 7-9 ve 10-12 olan bedensel engelli sporcuların skorlarının spor geçmişi 4-6 olan bedensel engelli sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 11. Sporcuların millilik durumu değişkenine göre psikolojik beceri ölçeğinden aldıkları puanların değerlendirilmesi

Ölçek	Alt Boyutlar	Millilik Durumu	n	X	Ss	t	p
Sporcuların Psikolojik Becerilerinin Değerlendirilmesi Ölçeği	Zorluklarla Baş Edebilme	Evet	72	2,57	,56	-3,678	,000*
		Hayır	140	2,89	,61		
	Öğrenmeye Açık Olabilme	Evet	72	2,32	,45	-1,835	,068
		Hayır	140	2,44	,43		
	Konsantrasyon	Evet	72	2,71	,40	-1,495	,136
		Hayır	140	2,82	,56		
	Güven ve Başarı Motivasyonu	Evet	72	3,23	,52	-,585	,559
		Hayır	140	3,28	,55		
	Hedef Belirleme ve Mental Hazırlık	Evet	72	2,91	,65	,583	,561
		Hayır	140	2,86	,63		
	Baskı Altında İyi Performans Gösterebilme	Evet	72	2,28	,65	-2,340	,020*
		Hayır	140	2,53	,86		
	Endişelerden Kurtulma	Evet	72	1,11	,53	-3,526	,001*
		Hayır	140	1,43	,80		
	Toplam	Evet	72	2,57	,56	-2,864	,005*
		Hayır	140	2,89	,61		

*p<,050; **p<,001

Tablo 11 incelendiğinde, sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin millilik durumu değişkenine göre “zorluklarla baş edebilme, baskı altında iyi performans gösterebilme, endişelerden kurtulma alt boyutlarında ve psikolojik beceri ölçeği toplam skorunda anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilirken, öğrenmeye açık olabilme, konsantrasyon, güven ve başarı motivasyonu ve hedef belirleme ve mental hazırlık alt boyutlarında anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir (p<0,05). Skorlar incelendiğinde, milli olmayan bedensel engelli sporcuların skorlarının, milli olan bedensel engelli sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç

Araştırmada, bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin yaş, cinsiyet, yapmış oldukları spor branşı, engel türü ve engel derecesi gibi farklı değişkenler açısından incelenmiştir.

Elde edilen bulgular neticesinde, sporcuların psikolojik beceri ölçeği “güven ve başarı motivasyonu” alt boyutunda, ortalama 3,27 ile en yüksek puanı aldığı, “endişelerden kurtulma” alt boyutu, ortalama 1,32 ile en düşük puanı aldığı tespit edilmiştir. Edilen bulgular sonucunda, sporcuların güven ve başarı motivasyonu konularında daha güçlü bir psikolojik beceriye sahip olduklarını, ancak endişelerden kurtulma konusunda daha fazla desteğe ihtiyaç duyabileceklerini göstermektedir. Ayrıca, "baskı altında iyi performans gösterebilme" alt boyutunun 0,80'lik standart sapması, bu alandaki bireysel farklılıkların daha belirgin olduğunu ve bazı sporcuların baskı altında performans sergileme konusunda daha fazla zorluk yaşayabileceğini göstermektedir.

Elde edilen bulgular neticesinde, sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre “zorluklarla baş edebilme, öğrenmeye açık olabilme, konsantrasyon, güven ve başarı motivasyonu, baskı altında iyi performans gösterebilme alt boyutlarında ve psikolojik beceri ölçeği toplam skorunda anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilirken, hedef belirleme ve mental hazırlık ve endişelerden kurtulma alt boyutlarında anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Sporcuların sıra ortalama puanları incelendiğinde, erkek bedensel engelli sporcuların skorlarının, kadın bedensel engelli sporcuların skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Edilen bulgular sonucunda, cinsiyetin sporcuların psikolojik beceri gelişimi üzerinde etkili bir faktör olduğunu göstermektedir. Erkek bedensel engelli sporcuların psikolojik becerilerde daha yüksek puanlar alması, erkeklerin genellikle zorluklarla baş etme ve baskı altında performans sergileme konularında daha başarılı olduklarını düşündürürken, kadın sporcuların da bu alanlarda güçlü oldukları ancak bazı becerilerde daha fazla desteğe ihtiyaç duydukları görülmektedir. Erkek sporcuların özgüven ve başarı motivasyonu gibi alanlardaki yüksek puanları, bu becerilerin geliştirilmesine yönelik daha fazla fırsat sunulması gerektiğini işaret etmektedir. Kadın sporcuların ise, hedef belirleme ve endişelerden kurtulma gibi

becerilerde benzer başarılar gösteriyor olmaları, bu becerilerin daha güçlü hale getirilmesi için psikolojik destek ve eğitim stratejilerinin güçlendirilmesi gerektiğini göstermektedir.

Literatür incelendiğinde, Türkçapar ve ark. (2024), geleneksel spor yapan bireyler üzerinde yapmış oldukları araştırmada, katılımcıların cinsiyete göre psikolojik beceri puanlarında anlamlı farklılıklar olduğunu ifade etmişlerdir. Çalışmada erkek katılımcıların puan skorlarının, kadın katılımcıların puan skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğunu ifade etmişlerdir. Cankurtaran (2020), yapmış olduğu araştırmasında erkek okçuların psikolojik becerilerinin kadın sporculardan daha etkin kullandığını belirlemiştir. Behnke ve ark. (2017), sporda psikolojik becerilerin incelenmesine yönelik yaptıkları çalışma sonucunda, erkek sporcuların, kadın sporculardan daha yüksek psikolojik becerilere sahip olduklarını ifade etmişlerdir. Çağlar (2021), dans sporcuları üzerinde yaptığı çalışmada, erkek sporcuların, kadın sporculardan daha yüksek psikolojik beceri puanına sahip olduğunu belirlenmiştir. Güvendi (2020), Milli güreşçiler üzerinde yapmış olduğu çalışmada güreşçilerin “baskı altında iyi performans gösterme” puan ortalamalarının erkek sporcular lehine daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yıldız (2020), Taekwondo sporcularının psikolojik beceri düzeyleri üzerinde yaptığı araştırmada, erkek sporcuların “baskı altında iyi performans gösterme” alt boyutundan daha yüksek puanlar aldıklarını ifade etmiştir. Yapılan literatür incelenmesinde, çalışmamızla paralellik gösteren bulguların aksine, çalışmamızın bulguları ile paralellik göstermeyen bulgulara da rastlanmıştır. Şahinler (2021), Sporcuların psikolojik beceri düzeylerini belirlemeye yönelik yapmış olduğu çalışmada, kadın sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin, erkek sporcuların puan ortalamalarından istatistiksel olarak daha yüksek olduğunu ifade etmişlerdir. Güler (2019), Kayak sporcuları üzerinde yapmış olduğu araştırmada, kadın sporcuların, erkek sporculara göre; güven başarı ve motivasyon düzeylerinin daha yüksek olduğu ifade etmişlerdir. Yıldız ve Erhan (2019), kış sporu ile uğraşan sporcular üzerinde yapmış oldukları araştırmada, cinsiyet değişkenine göre kadınların ve erkeklerin psikolojik becerilerini kullanma düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığını tespit etmişlerdir. Çakar ve Türkçapar (2023), Okul takımı sporcuları üzerine yapmış oldukları araştırmada, katılımcıların cinsiyet değişkeni ile psikolojik beceri genel ve alt boyut puanlarında anlamlı farklılık olmadığını tespit etmişlerdir.

Elde edilen bulgular neticesinde, sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin yaş değişkenine göre “öğrenmeye açık olabilme, güven ve başarı motivasyonu ve endişelerden kurtulma” alt boyutlarında anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilirken, zorluklarla baş edebilme, konsantrasyon, hedef belirleme ve mental hazırlık, baskı altında iyi performans gösterebilme alt boyutlarında ve psikolojik beceri ölçeği toplam skorunda anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin yaşa bağlı olarak farklılıklar gösterdiğini ortaya koymaktadır. Öğrenmeye açık olabilme, güven ve başarı motivasyonu ve endişelerden kurtulma alt boyutlarında yaşa bağlı anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Genç sporcuların yeni bilgi ve becerilere daha açık oldukları, dışarıdan daha fazla motive olabilecekleri ve psikolojik kaygılarla başa çıkma konusunda daha fazla zorluk yaşayabilecekleri düşünülmektedir. Yaş ilerledikçe ise, sporcuların özgüvenleri ve başarı motivasyonları daha yerleşik hale gelebilir, ayrıca deneyim kazandıkça endişelerle başa çıkma stratejileri de gelişebilir. Ancak zorluklarla baş edebilme, konsantrasyon, hedef belirleme ve mental hazırlık, baskı altında iyi performans gösterme gibi becerilerde yaşa bağlı anlamlı bir fark bulunmamıştır, bu da sporcuların bu becerileri yaşlarına bakılmaksızın benzer seviyede geliştirebildiklerini göstermektedir. Zorluklarla baş etme ve konsantrasyon gibi beceriler deneyim ve psikolojik dayanıklılıkla ilişkilidir, hedef belirleme ve mental hazırlık ise daha çok bireysel hedeflere ve stratejilere dayalıdır. Baskı altında iyi performans sergileme ise, yaş faktöründen bağımsız olarak daha çok kişisel özellikler ve eğitimle ilişkilidir. Bu bulgular, yaşın bazı psikolojik beceriler üzerinde belirgin etkiler yarattığını, ancak bazı becerilerin yaş farkı gözetmeksizin gelişebileceğini göstermektedir.

Literatür incelendiğinde, Türkçapar ve ark. (2024), Geleneksel spor yapan bireyler üzerinde yapmış oldukları araştırmada, katılımcıların yaş değişkenine göre “öğrenmeye açık olabilme, endişelerden kurtulabilme ve konsantrasyon” alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu, “zorluklarla baş edebilme yeteneği, güven ve başarı motivasyonu, hedef belirleme ve mental hazırlık, baskı altında iyi performans gösterebilme” alt boyutlarında ve genel psikolojik beceri düzeyinde anlamlı farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Güvendi (2020), Milli güreşçiler üzerinde yapmış olduğu çalışmada güreşçilerin yaş gruplarına göre konsantrasyon alt boyutu ile baskı altında iyi performans gösterebilme alt boyutunda anlamlı farklılık tespit ederken, zorluklarla baş edebilme, öğrenmeye açık olma, güven ve başarı motivasyonu, hedef

belirleme ve mental hazırlık ile endişelerden kurtulmak alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığını tespit etmişlerdir. Coşkun (2018), Amatör ve profesyonel futbolcuların psikolojik beceri düzeylerini incelediği araştırmasında, katılımcıların yaşlarına göre psikolojik beceri düzeylerinin tüm faktörlerinde ve genel düzeylerinde gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu belirlenmiştir. Yıldız (2020), Taekwondo sporcularının psikolojik beceri düzeyleri üzerinde yaptığı çalışmada, sporcuların yaş değişkenine göre ölçeğin güven ve başarı motivasyonu alt boyutunda 21 yaş ve üzeri sporcular lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu belirlemiş, konsantrasyon, hedef belirleme ve mental hazırlık, endişelerden kurtulma, öğrenmeye açık olma, zorluklar ile baş edebilme alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığını sonucuna ulaşmıştır. Sivrikaya ve Ozan (2020), Futbolcuların psikolojik becerilerini değerlendirdikleri çalışmalarında, futbolcuların yaş aralığına göre zorluklarla baş edebilme yeteneği, endişelerden kurtulma, hedef belirleme ve mental hazırlık, güven ve başarı motivasyonu, öğrenmeye açık olabilme ve konsantrasyon alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit ederken, baskı altında iyi performans gösterebilme alt boyutunda ise anlamlı bir farklılık olmadığını belirlemişlerdir. Connaughton ve ark. (2008), Elit performans gösteren sporcular üzerine yaptığı araştırmasında, yaş ile psikolojik beceri düzeyleri arasında doğru orantılı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu çalışma, yaşça büyük sporcuların gençlere kıyasla daha yüksek psikolojik beceri düzeylerine sahip olduğunu tespit etmiştir. Konter (2002), profesyonel futbolcular üzerinde yapılan çalışmada, sporcuların psikolojik becerileri düzeyleri ve alt boyutları ile yaş arasında anlamlı farklılıklar olduğu belirtilmiştir. Şahinler (2021), Sporcuların psikolojik beceri düzeylerini belirlemeye yönelik yapmış olduğu çalışmada, sporcuların psikolojik beceri düzeyi ve alt boyutları ile yaş arasında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir.

Elde edilen bulgular neticesinde, sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin eğitim durumu değişkenine göre zorluklarla baş edebilme, öğrenmeye açık olabilme, hedef belirleme ve mental hazırlık ve endişelerden kurtulma alt boyutlarında ve psikolojik beceri ölçeği toplam skorunda anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Bu durum, eğitim seviyesi arttıkça sporcuların bu becerilerde gelişim gösterdiğini, eğitim süreçlerinde kazandıkları teorik ve pratik bilgilerin psikolojik zorluklarla başa çıkma, hedef belirleme ve kaygılarla baş etme konusunda daha güçlü bir altyapı sağladığını göstermektedir. Eğitim, sporcuların bilişsel ve duygusal becerilerini

geliştirerek etkili stratejiler geliştirmelerine yardımcı olduğunu düşündürmektedir. Diğer taraftan, konsantrasyon, güven ve başarı motivasyonu ve baskı altında iyi performans gösterme alt boyutlarında eğitim durumu ile anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Bu durum, eğitim seviyesinin bu beceriler üzerinde belirgin bir etkisi olmadığını, bu becerilerin daha çok bireysel özellikler, deneyim ve kişisel eğilimlerle ilişkili olduğunu göstermektedir. Konsantrasyon ve başarı motivasyonu gibi becerilerin gelişimi, kişisel psikolojik yapılarla doğrudan bağlantılı ve eğitimle sınırlı bir ilişki içinde olduğunu gösterebilir.

Literatür incelendiğinde, Türkçapar ve ark. (2024), geleneksel spor yapan bireyler üzerinde yapmış oldukları araştırmada, eğitim düzeyi değişkenine göre “zorluklarla baş edebilme yeteneği, öğrenmeye açık olabilme, baskı altında iyi performans gösterebilme” alt boyutlarında ve genel psikolojik beceri ölçeği toplam puanında anlamlı farklılık olduğunu belirlerken, “öğrenmeye açık olabilme” alt boyutunda anlamlı farklılık olmadığını sonucuna ulaşımlardır. Güler (2019), Kayak sporcuları üzerinde yapmış olduğu araştırmada, sporcuların psikolojik beceri ölçeği “baskı altında iyi performans gösterebilme” alt boyutunda lisans ve lisansüstü eğitim düzeyi lehine anlamlı farklılık olmadığını sonucuna ulaşımlardır. Şahinler (2021), Sporcuların psikolojik beceri düzeylerini incelediği çalışmasında, sporcuların psikolojik beceri değerlendirme puanı ve tüm alt boyutlarında eğitim durumu değişkenine göre anlamlı farklılıklar olduğunu ifade etmiştir. Elde edilen bulgular literatürde yer alan çalışmalar ile karşılaştırıldığında bulgularımızın bazı çalışmalar ile zıtlık gösterdiği görülmektedir. Sarıtemur ve Sönmez (2023), Kürek sporcularının psikolojik beceri düzeylerini belirlemeye yönelik yapmış oldukları çalışmada, sporcuların eğitim durumu değişkenine göre ölçek alt boyutlarda ve toplam puan düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını belirlemiştir. Geneşke (2020), Türkiye olimpiyat hazırlık merkezi (TOHM) sporcularıyla yaptığı çalışmada sporcuların eğitim durumu değişkeninin anlamlı farklılıklar oluşturmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Elde edilen bulgular neticesinde, sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin engel türüne göre öğrenmeye açık olabilme ve baskı altında iyi performans gösterebilme alt boyutlarında engel türüne bağlı anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu durum, engel türünün sporcuların bu becerileri geliştirme süreçlerinde etkili olabileceğini düşündürmektedir. Özellikle öğrenmeye açıklık ve baskı altında

performans sergileme becerileri, farklı engel türlerine sahip sporcularda farklı gelişim gösterdiği söylenebilir. Ancak, zorluklarla baş edebilme, konsantrasyon, güven ve başarı motivasyonu, hedef belirleme ve mental hazırlık ve endişelerden kurtulma alt boyutlarında ve psikolojik beceri ölçeği toplam skorunda engel türüne bağlı anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu sonuç, bu becerilerin engel türünden bağımsız olarak benzer düzeylerde gelişebileceğini ve sporcuların psikolojik dayanıklılıkları ile kişisel özelliklerinin bu alanlarda daha belirleyici olduğunu göstermektedir. İlgili literatür incelendiğinde, bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin engel türü değişkeni ile ilgili başka bir araştırmaya rastlanmamış, dolayısıyla da karşılaştırma yapılamamıştır. Bulgumuzun literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Elde edilen bulgular neticesinde, sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin engel derecesine göre öğrenmeye açık olabilme, güven ve başarı motivasyonu, hedef belirleme ve mental hazırlık, baskı altında iyi performans gösterebilme ve endişelerden kurtulma alt boyutlarında ve psikolojik beceri ölçeği toplam skorunda engel derecesine bağlı anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu durum, engel derecesi arttıkça sporcuların psikolojik becerilerde farklı seviyelerde gelişim gösterdiğini ve engel derecesinin bu becerilerin güçlenmesinde etkili bir faktör olabileceğini düşündürmektedir. Ancak, zorluklarla baş edebilme ve konsantrasyon alt boyutlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu bulgu, engel derecesinin spesifik beceriler üzerinde belirgin bir etkisi olmadığını, bu becerilerin daha çok bireysel özellikler ve deneyimle şekillendiğini göstermektedir.

Literatür incelendiğinde, bedensel engelli sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin engel derecesine göre incelenmediği belirlenmiş ve çalışmanızda kullanılan ölçme aracına benzer özellikler taşıyan ölçme araçları ile yapılan çalışmaların bulguları ile kıyaslama yapılmıştır. Yavuz, (2019), Benzer bir ölçme aracı ile Bedensel engelli sporcuların psikolojik sağlık düzeylerini incelediği çalışmada, doğuştan ya da sonradan engelli olmaları, engelli sporcuların psikolojik sağlık düzeylerinde anlamlı farklılık oluşturmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Elde edilen bulgular neticesinde, sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin spor branşına göre hedef belirleme ve mental hazırlık ile endişelerden kurtulma alt boyutlarında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu durum, spor branşının, sporcuların becerilerde farklı gelişim seviyeleri göstermelerine etki ettiğini

düşündürmektedir. Branşlar arasındaki bu farklar, her branşın gereksinimleri ve sporcuların yaşadığı psikolojik zorlukların farklı olmasından kaynaklanabilir. Ancak, zorluklarla baş edebilme, öğrenmeye açık olabilme, konsantrasyon, güven ve başarı motivasyonu, baskı altında iyi performans gösterebilme alt boyutlarında ve psikolojik beceri ölçeği toplam skorunda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu bulgular, becerilerin spor branşına göre farklılık göstermediğini, branşların bu becerilerin gelişimi üzerinde belirgin bir etkisi olmadığını şeklinde yorumlanabilir.

Literatür incelendiğinde, Şahinler (2021), Sporcuların psikolojik beceri düzeylerini incelediği çalışmasında, spor branşı değişkenine göre, sporcuların psikolojik beceri değerlendirme puanı ve tüm alt boyutlarında anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna ulaşmıştır. Türkçapar ve ark. (2024), geleneksel spor yapan bireyler üzerinde yapmış oldukları araştırmada, spor branşı değişkenine göre “zorluklarla baş edebilme yeteneği, öğrenmeye açık olabilme, konsantrasyon ve endişelerden kurtulabilme” ölçek alt boyutlarında ve psikolojik beceri toplam skorunda anlamlı farklılıklar olduğunu tespit ederken, ölçeğin “güven ve başarı motivasyonu” alt boyutunda ise anlamlı farklılık olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Elde edilen bulgular literatürde yer alan çalışmalar ile karşılaştırıldığında bulgularımızın bazı çalışmalar ile zıtlık gösterdiği görülmektedir. Çakar ve Türkçapar (2023), okul takımı sporcuları üzerine yapmış oldukları araştırmada, katılımcıların spor türü değişkeni açısından psikolojik beceri genel ve alt boyut puanlarında anlamlı farklılık olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Elde edilen bulgular neticesinde, sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin spor geçmişine göre öğrenmeye açık olabilme, hedef belirleme ve mental hazırlık, baskı altında iyi performans gösterebilme ve endişelerden kurtulma alt boyutlarında ve psikolojik beceri ölçeği toplam skorunda anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu durum, sporcuların daha fazla deneyime sahip olmalarının, bu becerilerde daha yüksek düzeyde gelişim göstermelerine olanak sağladığını düşündürmektedir. Spor geçmişi, sporcuların psikolojik dayanıklılıklarını ve stratejilerini geliştirmelerine katkıda bulunmuş olabilir. Ancak, zorluklarla baş edebilme, konsantrasyon ve güven ve başarı motivasyonu alt boyutlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu durum sporcuların becerilerin spor geçmişinden bağımsız olarak benzer düzeyde gelişebileceğini, sporcuların bu becerileri başka faktörler, özellikle kişisel özellikler ve deneyimler yoluyla geliştirdiğini göstermektedir.

Literatür incelendiğinde, Türkçapar ve ark. (2024), geleneksel spor yapan bireyler üzerinde yapmış oldukları araştırmada, spor yılı değişkenine göre psikolojik beceri alt boyutları ve toplam puanlarında anlamlı farklılık olmadığını belirlemiştir. Coşkun (2018), Amatör ve profesyonel futbolcuların psikolojik beceri düzeylerini incelediği araştırmasında, spor yaşı değişkenine göre futbolcuların psikolojik beceri düzeylerinin tüm faktörlerinde ve genel düzeylerinde gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna ulaşmıştır. Şahinler (2021), Sporcuların psikolojik beceri düzeylerini incelediği çalışmasında, sporcuların psikolojik beceri değerlendirme puanı ve tüm alt boyutlarında spor yapma yılı değişkeni arasında anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşmıştır. Güvendi (2020), Milli güreşçiler üzerinde yapılan çalışmada, sporcuların spor yapma sürelerine göre psikolojik becerilerini değerlendirme ölçeğinde; zorluklarla baş edebilme, öğrenmeye açık olma, hedef belirleme ve mental hazırlık, baskı altında iyi performans gösterebilme ve endişelerden kurtulma alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Aynı şekilde, konsantrasyon ile güven ve başarı motivasyonu alt boyutlarında da istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Elde edilen bulgular literatürde yer alan çalışmalar ile karşılaştırıldığında bulgularımızın bazı çalışmalar ile zıtlık gösterdiği görülmektedir. Çakar ve Türkçapar (2023), Okul takımı sporcuları üzerinde gerçekleştirilen araştırmada, katılımcıların spor yılı değişkenine göre psikolojik becerilerin genel puanları ile alt boyut puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Çağlar (2021), Halk dansları sporcularının, lisanslı olarak halk oyunları ile ilgilenme süreleri ile psikolojik beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı belirlenmiştir. Yıldız (2020), Tekvando sporcuları üzerinde yaptığı araştırmada, sporcuların psikolojik beceri düzeyleri ile spor yılı arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Sarıtemur ve Sönmez (2023), Kürek sporcularının psikolojik beceri düzeylerini incelediği çalışmasında, katılımcıların spor yapma yılı değişkenine göre, ölçek alt boyutlarda ve toplam skorunda istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olmadığını ifade etmişlerdir.

Elde edilen bulgular neticesinde, sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin millilik durumu değişkenine göre zorluklarla baş edebilme, baskı altında iyi performans gösterebilme, endişelerden kurtulma alt boyutlarında ve psikolojik beceri ölçeği toplam skorunda millilik durumu açısından anlamlı farklılıklar tespit

edilmiştir. Bu durum, millilik durumunun, sporcuların psikolojik becerilerde farklı gelişim seviyeleri göstermelerine etki ettiğini düşündürmektedir. Millilik durumu, sporcuların psikolojik dayanıklılıklarını, stresle başa çıkma ve kaygılarla mücadele etme becerilerini farklı şekillerde etkileyebilir. Ancak, öğrenmeye açık olabilme, konsantrasyon, güven ve başarı motivasyonu ve hedef belirleme ve mental hazırlık alt boyutlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu sonuç, sporcuların becerilerin millilik durumuna bağlı olarak benzer düzeylerde gelişebileceğini, bu becerilerin daha çok bireysel ve psikolojik faktörlere dayalı olarak şekillendiğini göstermektedir.

Literatür incelendiğinde, Çakar ve Türkçapar (2023), Okul takımı sporcuları üzerinde gerçekleştirilen araştırmada, katılımcıların yarışma başarısı değişkenine göre psikolojik beceri alt boyutlarından “konsantrasyon” alanında anlamlı bir fark olduğu ve bu farkın milli sporcular lehine olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sarıtemur ve Sönmez (2023), Kürek sporcularının psikolojik beceri düzeyleri, milli sporcu olma durumuna göre incelendiğinde; “zorluklarla baş edebilme yeteneği, konsantrasyon, güven ve başarı motivasyonu, hedef belirleme ve mental hazırlık” alt boyutlarında ve toplam psikolojik beceri puanlarında, milli sporcular lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu bulgular doğrultusunda, milli sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin, milli olmayan sporculara kıyasla daha yüksek olduğu söylenebilir. Konter (2002), Profesyonel futbolcular üzerine yaptığı çalışmada, psikolojik becerilerin sporcuların milli olma düzeylerinde önemli rol oynadığı sonucuna ulaşmıştır. Ayrancı ve ark. (2019), Spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören sporcu öğrenciler üzerine yapmış oldukları çalışmalarında, öğrencilerin milli sporcu olma değişkenine göre anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bedir ve ark. (2017), Sporcuların temel psikolojik ihtiyaçlarını belirlemeye yönelik yapmış olduğu çalışmada, sporcuların zorluklarla baş edebilme yeteneği, güven ve başarı motivasyonu ve baskı altında iyi performans gösterebilme ölçek alt boyutunda ve toplam skorlarda milliler lehine anlamlı farklılıklara ulaşmışlardır. Şahinler (2021), Sporcuların psikolojik beceri düzeylerini incelediği çalışmasında, sporcuların psikolojik beceri düzeyleri, tüm alt boyutları ile milli sporcu olma değişkeni arasında anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yıldız (2020), Tekvando sporcuları üzerinde yaptığı araştırmada, sporcuların baskı altında iyi performans gösterebilme alt boyutunda milli sporcular lehine anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Yıldız ve Erhan (2019), Kış sporu ile uğraşan sporcular üzerinde

yapmış oldukları araştırmada sporcuların, endişelerden kurtulma alt boyutu dışındaki tüm alt boyutlarda milliler lehine anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Sivrikaya ve Ozan (2020), Futbolcuların psikolojik becerilerinin incelendiği çalışmada; hedef belirleme ve mental hazırlık, zorluklarla baş edebilme yeteneği, öğrenmeye açık olabilme, güven ve başarı motivasyonu ile toplam puanlar açısından profesyonel sporcular lehine anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen bulgular literatürde yer alan çalışmalar ile karşılaştırıldığında bulgularımızın bazı çalışmalar ile zıtlık gösterdiği görülmektedir. Güvendi (2020), Milli güreşçiler üzerinde yapmış olduğu çalışmada güreşçilerin millilik yıllarına göre sporcuların psikolojik becerilerini değerlendirme ölçeğinin alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık görülmediği sonucuna ulaşmışlardır. Yıldız (2020), Tekvando sporcuları üzerinde yaptığı araştırmada, sporcuların millilik durumu değişkenine göre psikolojik becerilerinin değerlendirilmesi ölçeği alt boyutlarına ait puanlara göre konsantrasyon, güven ve başarı motivasyonu, hedef belirleme ve mental hazırlık, endişelerden kurtulma ve zorluklar ile baş edebilme alt boyutlarında anlamlı farklılık bulamazken, öğrenmeye açık olabilme alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Güler (2019), Kayak sporcuları üzerinde yapmış olduğu araştırmada sporcuların millilik durumları ile psikolojik beceri durumları arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığını ifade etmiştir.

Sonuç olarak; sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin cinsiyet, yaş, eğitim durumu, engel türü, engel derecesi, spor branşı, spor geçmişi ve millilik durumu gibi çeşitli faktörlere göre farklılıklar gösterdiğini ortaya koymuştur. Cinsiyet, yaş ve eğitim durumu gibi demografik faktörler, özellikle zorluklarla baş etme, öğrenmeye açıklık, güven ve başarı motivasyonu gibi becerilerde anlamlı farklılıklar gözlemlenmiştir. Engel türü ve engel derecesi ise sporcuların psikolojik becerilerinin gelişiminde etkili olmuş, bazı becerilerde anlamlı farklılıklar gözlemlenmiştir. Spor branşı ve millilik durumu da belirli becerilerde farklar yaratırken, spor geçmişi deneyimi olan sporcuların psikolojik becerilerde daha yüksek düzeyde performans sergilediği tespit edilmiştir. Bu bulgular, sporcuların psikolojik gelişim süreçlerinde bireysel farklılıkların dikkate alınmasının, antrenman ve psikolojik destek programlarının bireyselleştirilmesi açısından önemli olduğunu göstermektedir.

Öneriler

Elde edilen bulgular neticesinde ve bu bulguların ışığında, sporcuların psikolojik becerilerinin gelişimini desteklemeye yönelik genel bir çerçeve sunmak ve her bir sporcuya özgü ihtiyaçlar dikkate alınarak sporcuların yaşamış oldukları zorlukları aşabilmelerine yardımcı olmak ve sorunlarına çözüm önerileri getirebilmek amacıyla aşağıdaki öneriler sunulmuştur.

✓ Sporcuların psikolojik becerilerinin cinsiyet, yaş, eğitim durumu, engel türü ve spor geçmişine göre farklılıklar gösterdiği belirlenmiştir. Bu doğrultuda, her bir sporcu grubu için özel psikolojik destek programları ve stratejileri geliştirilebilir. Özellikle zorluklarla baş etme ve motivasyon konularında farklı gruplara yönelik bireysel rehberlik ve psikolojik destek sağlanmalıdır.

✓ Eğitim durumu, psikolojik beceri düzeylerinde anlamlı farklılıklar gösterdiği belirlenmiştir. Bu bulgular ışığında, sporcuların akademik ve psikolojik eğitim süreçlerinin paralel olarak güçlendirilmesi önemlidir. Eğitim ve spor bir arada yürütülerek, sporcuların hem bilişsel hem de duygusal becerilerinin gelişimi desteklenebilir.

✓ Engel türü ve engel derecesine bağlı olarak sporcuların psikolojik becerilerinde farklılıklar gözlemlenmiştir. Bu nedenle, engelli sporcular için özel olarak tasarlanmış psikolojik eğitim programları geliştirilmelidir. Engellilik durumu dikkate alınarak, her sporcu türü için uygun motivasyon teknikleri ve stres yönetimi stratejileri uygulanabilir.

✓ Spor branşları arasında hedef belirleme ve mental hazırlık gibi becerilerde farklılıklar tespit edilmiştir. Branşa özel psikolojik destek programları geliştirilerek, sporcuların branşlarına özgü psikolojik becerilerini geliştirmelerine yardımcı olunabilir.

✓ Spor geçmişi olan sporcuların psikolojik becerilerde daha yüksek performans gösterdiği tespit edilmiştir. Bu bulguya dayalı olarak, spor geçmişi az olan sporcular için deneyimli sporcularla mentorluk ilişkileri kurulabilir. Bu sayede, deneyimsiz sporcuların daha hızlı psikolojik gelişim göstermeleri sağlanabilir.

✓ Millilik durumu, sporcuların psikolojik becerilerinde anlamlı farklılıklar yaratmıştır. Ulusal ve uluslararası düzeydeki sporculara yönelik kültürel farklılıkları

göz önünde bulunduran psikolojik eğitimler düzenlenebilir. Milliyetçi duyguların motivasyonu artırıcı şekilde kullanılması, performansı olumlu yönde etkileyebilir.

✓ Psikolojik beceri gelişiminin zamanla değişebileceği göz önünde bulundurularak, sporcuların psikolojik becerilerini uzun dönemli olarak izlemek ve değerlendirmek için bir izleme sistemi kurulabilir. Bu sistem, sporcuların gelişim süreçlerini daha etkin bir şekilde takip etmeye ve psikolojik destek stratejilerini zamanında revize etmeye yardımcı olacaktır.



KAYNAKÇA

- Akbaş, D., Erkan, D., ve Bayraktar, I. (2023). Özel gereksinimi olan bireylerin uzun vadeli sporcu gelişim (LTAD) modelinde incelenmesi. *Herkes için Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 5(2), 35-48.
- Akçalar, S. Ö. (2007). *Ortopedik engellilerin sosyalleşmesine sporun etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Ankara.
- Akoğlu, H. (2024). The impact of mental toughness on resilience and well-being: A comparison of hearing-impaired and non-hearing-impaired athletes. *Journal of Community ve Applied Social Psychology*, 34(4). <https://doi.org/10.1002/casp.2841>
- Akyürek, G., Öztürk, L., ve Gürlek, S. (2023). Comparison of community participation and environmental perceptions of individuals with disabilities according to demographic factors: A cross-sectional study. *Türkiye Klinikleri Journal of Health Sciences*, 8(1), 65-75. <https://doi.org/10.5336/healthsci.2022-90425>
- Alyüz, S. (2022). Engelli ve engelli sorunlarında yeni bir perspektif: Sosyal dışlanmadan sosyal entegrasyon ve sosyal içermeye yönelim. *Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBE Dergisi*, 12(1), 457-471. <https://doi.org/10.30783/nevsosbilen.1064868>
- Asken, M. J. (1991). The challenge of the physically challenged: Delivering sport psychology services to physically disabled athletes. *The sport psychologist*, 5(4), 370-381.
- Atasoy, T. (2016). *15-20 yaş arası bay-bayan zihinsel engelli sporculara, açık ve kapalı alanlarda uygulanan hareket eğitimi çalışmalarının, sonuçlarının karşılaştırılması*, (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri, İstanbul.
- Atasoy, T. (2020). *Elit Seviyede Spor Yapan ve Yapmayan Bedensel Engelli Bireylerin Benlik Saygısı ile Sosyal Görünüş Kaygılarının Yaşam Doyum Düzeylerine Etkisinin Karşılaştırılması*, (Doktora Tezi), Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Kütahya.
- Aydın, A. (2012). Görme engelli üniversite öğrencilerinin bilgi erişim sorunları üzerine yapılmış bir araştırma. *Bilgi Dünyası*, 13(1), 93-116.
- Aydın, N. H. B. (2003). *Çocuk ruh sağlığı*. Morpa Kültür Yayınları.

- Ayrancı, M., Çamurcuoğlu, Y., Çalış, M., Duran, R., Alperen, K. (2019). Spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören sporcuların psikolojik becerilerinin incelenmesi. *11. uluslararası spor camiası sempozyumu*, (s. 214-224).
- Babaei, T. (2022). Psychological Burnout in Elite Athletes with Disabilities: The Predictive Role of the Mood States and Mental Toughness. *Journal of Humanistic approach to sport and exercise studies*, 2(2), 188-200.
- Bacıoğlu, S., ve Pehlivan, S. (2019). Engelli kadınlarla gerçekleştirilen bir grupta psikolojik danışma uygulaması: Edirne ili örneği. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(2), 789-801. <https://doi.org/10.26468/trakyasobed.555484>
- Bali, A. (2015). Psychological factors affecting sports performance. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 1(6), 92-95. <https://doi.org/10.22271/kheljournal>
- Bayraktar, Ş., ve Öksüz, Ç. (2018). Investigation of self-efficacy and coping strategies of wheelchair users. *Ergoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi*, 6(1), 25-30. <https://doi.org/10.30720/ered.417668>
- Bedir, D., Erhan, E., Şen, I., Bedir, F., Yazıcı, A. G. (2017). The effects of basic psychological needs on psychological skills of athletes. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 3(10), 356-366.
- Behnke, M., Tomczak, M., Kaczmarek, L. D., Komar, M., ve Gracz, J. (2019). The sport mental training questionnaire: Development and validation. *Current Psychology*, 38, 504-516.
- Blauwet, C., ve Willick, S. E. (2012). The Paralympic movement: Using sports to promote health, disability rights, and social integration for athletes with disabilities. *PMveR*, 4(11), 851-856.
- Bowling, N., Eschleman, K., Wang, Q., Kirkendall, C., ve Alarcon, G. (2010). A meta-analysis of the predictors and consequences of organization-based self-esteem. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 83(3), 601-626. <https://doi.org/10.1348/096317909x454382>
- Breslin, G., Shannon, S., Haughey, T., Donnelly, P., ve Leavey, G. (2017). A systematic review of interventions to increase awareness of mental health and well-being in athletes, coaches and officials. *Systematic Reviews*, 6(1). <https://doi.org/10.1186/s13643-017-0568-6>
- Bucuka, Y. (2022). Engelli çocuk annelerinin sosyal destek, yaşam doyumu ve dinî başa çıkma durumları. *Bingöl Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 97-124. <https://doi.org/10.53440/bad.1124914>

- Bulut, S., ve Karaman, H. B. (2018). Engelli bireylerin cinsel, fiziksel ve duygusal istismarı. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 19(2), 277-301.
- Calzo, J., Roberts, A., Corliss, H., Blood, E., Kroshus, E., ve Austin, S. (2013). Physical activity disparities in heterosexual and sexual minority youth ages 12–22 years old: Roles of childhood gender nonconformity and athletic self-esteem. *Annals of Behavioral Medicine*, 47(1), 17-27. <https://doi.org/10.1007/s12160-013-9570-y>
- Cankurtaran, Z. (2020). Okçuların rekabet ortamında kullandıkları zihinsel antrenman becerilerinin sıralama atış skorlarına etkisi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 13-29.
- Canpolat, M., ve Atıcı, M. (2019). Sosyal beceri eğitiminin psikolojik danışman adaylarının sosyal beceri ve psikolojik iyi olma düzeylerine etkisi. *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 96-115. <https://doi.org/10.34056/aujef.488778>
- Cevada, T., Moreira, A., Vilete, L., Oertel-Knöchel, V., ve Deslandes, A. (2020). Resilience, psychological characteristics, and resting-state brain cortical activity in athletes and non-athletes. *The Open Sports Sciences Journal*, 13(1), 86-96. <https://doi.org/10.2174/1875399x02013010086>
- Chalk, H. (2015). Disability self-categorization in emerging adults. *Emerging Adulthood*, 4(3), 200-206. <https://doi.org/10.1177/2167696815584540>
- Cilacı, T., ve Konakoğlu, G. (2022). Home arrangements for disabled individuals. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (16), 313-323. <https://doi.org/10.38079/igusabder.1087285>
- Ciminli, A., Yılmaz, A., ve Kazdal, C. (2023). Ortopedik engelli bireylerde iyi oluş ve sosyal dışlanma arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(37), 241-257. <https://doi.org/10.35675/befdergi.1198987>
- Connaughton, D., Wadey, R., Hanton, S., ve Jones, G. (2008). The development and maintenance of mental toughness: Perceptions of elite performers. *Journal of sports sciences*, 26(1), 83-95.
- Coşkun, K. (2018). *Amatör ve profesyonel futbolcuların psikolojik beceri düzeylerinin ölçülmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), Erzincan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzincan
- Çağlar, G. (2021). *Kafkas halk oyunları sporcularının psikolojik beceri ve kaygı düzeylerinin incelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), Kafkas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kars.

- Çakar, A., ve Türkçapar, Ü. (2023). Üniversite öğrenimi gören ve okul takımlarında yer alan bireylerin psikolojik beceri düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Medeniyet Çalışmaları Dergisi*, 8(1), 148-160.
- Çınarlı, S., ve Ersöz, G. (2010). Engellilere yönelik spor hizmetlerinin gelişimi açısından sponsorluk ve vergisel düzenlemelere ilişkin öneriler. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(12), 141-156.
- Çil, H., ve İlhan, E. (2023). Attitudes of physically disabled athletes and sedentary individuals towards normal development individuals: A reverse approach. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(4), 1473-1484. <https://doi.org/10.33206/mjss.1266869>
- Demir, G., ve İlhan, L. (2020). Engelli sporcularda spora katılım motivasyonu. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 21(1), 49-69. <https://doi.org/10.21565/oelegitimdergisi.490063>
- Demirel, H. (2019). Social appearance anxiety and Rosenberg self-esteem scores in young physically disabled athletes. *Universal Journal of Educational Research*, 7(3), 664-667. <https://doi.org/10.13189/ujer.2019.070304>
- Dursun, S. (2022). *Özel eğitime ihtiyaç duyan çocukları olan ailelerin psikolojik dayanıklılık ve psikolojik iyi olma düzeylerinin incelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Bursa
- Erbaş, Ü. (2022). Mücadele sporcularının zihinsel dayanıklılıklarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *International Journal of Eurasia Social Sciences*. <https://doi.org/10.35826/ijoess.3150>
- Ercan, F., Kırlioğlu, M., ve Kırlioğlu, H. (2019). Engelli çocuğa sahip ailelerin bu durumu kabulleniş süreçleri ve bu duruma dair görüşleri. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 19(44), 597-628. <https://doi.org/10.21560/spcd.v19i49119.459666>
- Erer, B. (2023). Yönetim alanında duygusal zekâ: Bibliyometrik analiz. *Uluslararası Yönetim Akademisi Dergisi*, 6(3), 727-740. <https://doi.org/10.33712/mana.1309>
- Erhan, S.E., Bedir, D., Güler, M.Ş. ve Ağduman, F. (2015). Sporcuların Psikolojik Becerilerini Değerlendirme Ölçeğinin Türkçe Geçerlilik Güvenirlik Çalışması. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 17(1), 59-71.
- Eripek, S. (2009). *Zihinsel yetersizliği olan çocuklar*. İstanbul: Maya Akademi.
- Filik, Y. (2024). Sporda psikolojik becerilere yönelik uygulanan müdahale programlarının sistematik derlemesi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 15(1), 57-88. <https://doi.org/10.51460/baebd.1379093>

- Galli, N., ve Gonzalez, S. P. (2015). Psychological resilience in sport: A review of the literature and implications for research and practice. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(3), 243-257.
- Geneşke, E. K. (2020). *Türkiye olimpiyat hazırlık merkezi (TOHM) sporcularının psikolojik becerilerinin kişilik özellikleri ile ilişkisinin araştırılması-Ankara ili örneği*, (Yüksek Lisans Tezi), Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Erzurum.
- Görgülü, R., Çetin, H., Şenel, E., Oruç, H., ve Engin, M. B. (2024). Çocuklarda yetkinliği geliştirmenin psikolojik özellikleri ölçeğinin türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 22(3), 143-155.
- Graupensperger, S., Benson, A., Kilmer, J., ve Evans, M. (2020). Social (un)distancing: Teammate interactions, athletic identity, and mental health of student-athletes during the COVID-19 pandemic. *Journal of Adolescent Health*, 67(5), 662-670. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.08.001>
- Groff, D. G., Lundberg, N. R., ve Zabriskie, R. B. (2009). Influence of adapted sport on quality of life: Perceptions of athletes with cerebral palsy. *Disability Rehabilitation*, 31(4), 318-326.
- Güler, B., Tekkurşun, D., ve Dursun, M. (2019). *Her yönüyle spor: İçinde "Bedensel engelli bireylerin spor ve sporcu kavramına yönelik metaforik algıları"*. İstanbul: Güven Plus Grup A.Ş. Yayınları.
- Güler, M. Ş. (2019). *Kayak sporcularında kişilik özellikler psikolojik beceri ve algılanan stres arasındaki ilişkinin incelenmesi*, (Doktora Tezi) Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Spor Yönetimi Anabilim Dalı, Erzurum.
- Günaydın, B. (2016). *Zihinsel engelliler beden eğitimi öğretim programlarının içerik, uygulama, sorunlar açısından veli ve öğretmen görüşlerine göre değerlendirilmesi*, (Yüksek Lisans Tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Gür, Y., ve Taşkin, A. (2022). Farklı branşlardaki engelli sporcuların antrenör ve spora yönelik metaforik algıları. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 7(3), 176-187. <https://doi.org/10.31680/gaunjs.1149007>
- Gürbüz, S., ve Şahin, F. (2014). Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri. *Seçkin Yayıncılık*, Ankara.

- Gürkan, R., Koçak, F., ve Başar, A. (2021). Engelli sporcularda psikolojik iyi oluş ve serbest zaman doyumunu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Sport Exercise ve Training Sciences*. <https://doi.org/10.18826/useeabd.890800>
- Güvendi, Y. (2020). *Milli güreşçilerin psikolojik becerilerinin tükenmişlik düzeyleri ile ilişkisi*, (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Hanrahan, S. J. (1995). Psychological skills training for competitive wheelchair and amputee athletes. *Australian psychologist*, 30(2), 96-101.
- Hanrahan, S. J. (2007). *Athletes with disabilities*. Handbook of sport psychology, 845-858.
- Hayter, M., ve Dorstyn, D. (2013). Resilience, self-esteem and self-compassion in adults with spina bifida. *Spinal Cord*, 52(2), 167-171. <https://doi.org/10.1038/sc.2013.152>
- Hazar, Z., ve Ayhan, A. (2022). Ergenlik döneminde zihinsel engelli çocuğu olan annelerin deneyimlerinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Çalışmaları Dergisi*, 5(9), 215-238. <https://doi.org/10.35235/uicd.1088313>
- Hutzter, Y., ve Bar-Eli, M. (1993). Psychological benefits of sports for disabled people: A review. *Scandinavian Journal of Medicine ve Science in Sports*, 3(4), 217-228.
- IPC, (2019). Paralympic – History of Movement. (n.d.). International Paralympic Committee Official Website. Erişim Tarihi: 12.02.2025. <https://www.paralympic.org/ipc/history>
- İnce, G. (2017). The comparison of assertiveness level of physically disabled athletes who played in different sport branches. *International Journal of Sport Exercise ve Training Sciences*, 3(1), 1-1. <https://doi.org/10.18826/useeabd.282144>
- Jaarsma, E. A., Dijkstra, P. U., Geertzen, J. H. B., ve Dekker, R. (2014). Barriers to and facilitators of sports participation for people with physical disabilities: A systematic review. *Scandinavian Journal of Medicine ve Science in Sports*, 24(6), 871-881.
- Jung, Y., Kang, S., Park, E., ve Jang, S. (2022). Impact of the acceptance of disability on self-esteem among adults with disabilities: A four-year follow-up study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), 3874. <https://doi.org/10.3390/ijerph19073874>

- Karakaş, G. (2018). *Hafif düzeyde zihinsel engelli çocuklara uygulanan serbest zaman aktivitelerinin fiziksel uygunluk ve motor gelişimleri üzerine etkisi.* (Doktora Tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Karakurt, A. G. (2017). *Zihinsel engelli ergenlerin sosyalleşmesinde sportif aktivitelerin etkisi.* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Karataş, Z. (2020). Sosyal hizmet ve ilahiyat lisans programı öğrencilerinin engelli bireylere ilişkin tutumları. *Tıbbi Sosyal Hizmet Dergisi*, 0(15), 65-79. <https://doi.org/10.46218/tshd.710073>
- Karlıoğlu, A., ve Sarı, H. (2019). The relationship between parental self-efficacy, perceived social support and family burden on fathers of children with intellectual disability. *Journal of Education and Research in Nursing*. <https://doi.org/10.5222/head.2019.112>
- Kaya Saylam, D., ve Asma, M. (2022). Beden Eğitimi ve Spor Öğretmen Adaylarının Öğretme Motivasyonu ve Motivasyonel Kararlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Eurasian Journal of Sport Sciences and Education*, 4(1), 1-17. <https://doi.org/10.47778/ejsse.1030768>
- Kline, R. B. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th ed.). New York: Guilford Publications
- Koca, D. A., ve Yüksel, M. Y. (2017). Bir aile eğitim programının evli annelerin evlilik doyumu, evlilikte sorun çözme becerisi ve psikolojik iyi oluşuna etkisi. *International Journal of Field Education*, 3(1), 1-19.
- Konter, E. (2002). *Profesyonel Futbolda Bazı Değişkenlere Göre Psikolojik Becerilerin Araştırılması*, (Doktora Tezi), Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Kuok, A., Chio, D., ve Pun, A. (2021). Elite athletes' mental well-being and life satisfaction: A study of elite athletes' resilience and social support from an Asian unrecognised national Olympic committee. *Health Psychology Report*. <https://doi.org/10.5114/hpr.2021.107073>
- Külünkoğlu, B., Balak, B., ve Baş, S. (2022). Salgın döneminde bedensel engelli sporcuların fiziksel aktivite düzeyi, uyku kalitesi ve emosyonel durumlarının incelenmesi. *Journal of Exercise Therapy and Rehabilitation*, 9(1), 38-47. <https://doi.org/10.15437/jetr.817502>
- Lai, A. M., Stanish, W. D., ve Stanish, H. I. (2000). The young athlete with physical challenges. *Clinics in sports medicine*, 19(4), 793-819.

- Machida, M., Irwin, B., ve Feltz, D. (2013). Resilience in competitive athletes with spinal cord injury. *Qualitative Health Research*, 23(8), 1054-1065. <https://doi.org/10.1177/1049732313493673>
- Martin, J. J. (1999). A personal development model of sport psychology for athletes with disabilities. *Journal of Applied Sport Psychology*, 11(2), 181-193.
- McMaster, S., Culver, D., ve Werthner, P. (2012). Coaches of athletes with a physical disability: A look at their learning experiences. *Qualitative Research in Sport Exercise and Health*, 4(2), 226-243. <https://doi.org/10.1080/2159676x.2012.686060>
- MEB (2013). *Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Bedensel ve Süreğen Hastalıklar*. Ankara.
- MEB. (2008). *Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi Bedensel Engelli Bireyler Destek Eğitim Programı*. Ankara.
- Mira, T. (2023). Exploring the relationship between social support, resilience, and subjective well-being in athletes of adapted sport. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1266654>
- Morkoç, N. (2023). People with disabilities, the elderly and information accessibility. *Sosyal Politika ve Sosyal Hizmet Dergisi*, 4(2), 248-260. <https://doi.org/10.61861/spsbcd.1368586>
- Nario-Redmond, M., Noel, J., ve Fern, E. (2013). Redefining disability, re-imagining the self: Disability identification predicts self-esteem and strategic responses to stigma. *Self and Identity*, 12(5), 468-488. <https://doi.org/10.1080/15298868.2012.681118>
- Nerse, S. (2020). Kırsal alandaki engellilerin sorunları ve etkileşim farklılıkları. *e-Şarkiyat İlmi Araştırmaları Dergisi*, 12(3), 603-618. <https://doi.org/10.26791/sarkiat.747340>
- Okcu, C., ve Karaaziz, M. (2023). Ölüm farkındalığı ve ruh sağlığı arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 6(11), 75-85. <https://doi.org/10.56955/bpd.1196000>
- Okumuş, F. (2024). Stres yönetimi eğitiminin üniversite öğrencilerinin kaygı, stres ve öz etkinlik inançlarına etkisi: Kontrollü bir çalışma. *Ayna Klinik Psikoloji Dergisi*, 11(2), 292-315. <https://doi.org/10.31682/ayna.1332606>
- Öcal, Y., Ilgar, E., ve Cihan, B. (2023). Investigation of anxiety levels and psychological well-being of hearing-improved male national handball team players: Qualitative research. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 15(2), 264-272. <https://doi.org/10.5336/sportsci.2023-95706>

- Özer, D. S. (2010). *Engelliler için beden eğitimi ve spor* (2. Baskı). Nobel Akademik Yayıncılık. Ankara.
- Özer, S. D. (2013). *Engelliler için beden eğitimi ve spor* (4. baskı). Nobel Akademik Yayıncılık. Ankara.
- Özkeskin, M. (2000). *Bedensel özürliülerin ev ortamının değeriendirilmesi*, (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Özsoy, Y., Özyürek, M., ve Eripek, S. (2002). *Özel eğitime muhtaç çocuklar: Özel eğitime giriş* (12. baskı). Ankara: Kartepe Yayınları.
- Özüdoğru, A., ve Uçar, İ. (2020). Effects of indoor soccer training on physical fitness levels in visually impaired athletes. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 12(1), 77-83. <https://doi.org/10.5336/sportsci.2019-70779>
- Peker, F. (2024). Sonradan kazanılmış bedensel engeli olan bireylerde yaşam doyumunu, benlik saygısı ve sosyal dışlanma arasındaki ilişki ve sosyal katılımın engellenmesine yol açan faktörlerin değeriendirilmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 24(63), 407-431. <https://doi.org/10.21560/spcd.vi.1358572>
- Powell, A. J., ve Myers, T. D. (2017). Developing mental toughness: lessons from paralympians. *Frontiers in psychology*, 8, 1270.
- Quadir, S. (2023). Toplumumuzun engelli bireylere yönelik duyarlılık düzeylerinin incelenmesi. *Ekev Akademi Dergisi*, 0(96), 229-246. <https://doi.org/10.17753/sosekev.1195062>
- Rubaltelli, E., Agnoli, S., ve Leo, I. (2018). Emotional intelligence impact on half marathon finish times. *Personality and Individual Differences*; 128(9), 107-112. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.02.034>
- Sapancı, F. (2013). *Sağlık hizmetlerinde engellilik kavramı ve engellilerin sağlık hizmetlerinden yararlanmaları*. (Yüksek Lisans Tezi). T.C. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Yönetimi Ana Bilim Dalı, Hastane ve Sağlık Kurumları Yönetimi Bilim Dalı.
- Sarı, E., ve Çakır, Y. (2020). Okul psikolojik danışman adaylarının beş faktör kişilik özelliklerinin psikolojik danışmanlık öz yeterlikleri üzerindeki etkisi. *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(23), 473-491. <https://doi.org/10.38155/ksbd.777866>
- Sarıtemur, B., ve Sönmez, H. O. (2023). Kürek Sporcularının Psikolojik Beceri Düzeylerinin Ölçülmesi. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 6(3), 1-13.

- Sikorska, I., ve Gerc, K. (2018). Athletes with disability in the light of positive psychology. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 10(1), 7.
- Sivrikaya, M. H., ve Ozan, M. (2020). Futbolcuların psikolojik becerilerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 22(1), 1-12.
- Skučas, K. (2018). Athletic identity and self-esteem of wheelchair basketball players. *Baltic Journal of Sport and Health Sciences*, 4(95). <https://doi.org/10.33607/bjshs.v4i95.135>
- Slater, D., ve Meade, M. A. (2004). Participation in recreation and sports for persons with spinal cord injury: Review and recommendations. *Neuro Rehabilitation*, 19(2), 121-129.
- Smith, R.E., ve Christensen, D.S. (1995). Psychological skills as predictors of performance and survival in professional baseball. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 17(4), 399-415.
- Smith, R.E., Schutz, R.W., Smoll, F.L., ve Ptacek, J.T. (1995). Development and Validation of A Multidimensional Measure of Sport-Specific Psychological Skills: The Athletic Coping Skills Inventory-28. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 17(4), 379- 398.
- Söğüt, M. (2006). *Sporun bedensel engellilerin sosyalleşmeleri üzerine etkisi*, (Yüksek Lisans Tezi), Mersin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Sullivan, L., Carter, J., Houle, J., Ding, K., Hautmann, A., ve Yang, J. (2021). Evaluation of a resilience training program for college student-athletes: A pilot study. *Journal of American College Health*, 71(1), 310-317. <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1891083>
- Sulu, B. (2022). Evaluation of the effect of psychological skills on sports performance from trainer's perspective. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 345-357. <https://doi.org/10.25307/jssr.1091142>
- Şahin, A. (2014). *Spor yapan ve yapmayan bedensel engelli bireylerin öfke ifade tarzlarının araştırılması*, (Doktora Tezi), Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Şahin, A., ve Şahin, F. (2020). Zihinsel engelli çocuklarda spora katılımın sosyal beceri gelişimine etkileri. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 236-242. <https://doi.org/10.38021/asbid.764254>
- Şahinler, Y. (2021). Sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin incelenmesi. *Iğdır Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 8-18.

- Şakar, Ö., ve Güloğlu, F. (2023). Geleneksel toplumsal cinsiyet rolleri bağlamında ortopedik engelli kadınların görünmezliği ve toplumsal cinsiyetsizleştirilmeleri. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 34(4), 839-868. <https://doi.org/10.33417/tsh.1257243>
- Tabachnick, B. G., ve Fidell, L. S. (2015). *Using multivariate statistics*. (sixthed). Allyn ve Bacon/Pearson Education. 6. Basımdan Çeviri: Mustafa Baloğlu, Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara.
- Taha, Z., Musa, R. M., Abdullah, M. R., Maliki, A. B. H. M., Kosni, N. A., Mat-Rasid, S. M. Adnan, A., ve Juahir, H. (2018). Supervised pattern recognition of archers' relative psychological coping skills as a component for a better archery performance. *Journal of Fundamental and Applied Sciences*, 10(1S), 467-484. <http://dx.doi.org/10.4314/jfas.v10i1s.33>
- Tekinarslan, F., ve Tok, E. (2023). Engelli çocuğu olan annelerde öz-şefkat, sosyal destek ve psikolojik dayanıklılığın öznel iyi oluşla ilişkisi. *Ayna Klinik Psikoloji Dergisi*, 10(1), 145-164. <https://doi.org/10.31682/ayna.1145256>
- Tepeköylü, Ö., Sümer, K., ve Soytürk, M. (2021). Antrenör iletişim becerileri ile sporcuların sürekli optimal performans duyguları arasındaki ilişkinin sporcu algılarına göre incelenmesi. *Pamukkale University Journal of Social Sciences Institute*. <https://doi.org/10.30794/pausbed.858678>
- TMPK. (2022) *Türkiye Milli Paralimpik Olimpiyat Komitesi*. Erişim Tarihi: 12.02.2025. <https://www.tmpk.org.tr>
- Tuakli-Wosornu, Y., Sun, Q., Gentry, M., Ayala, K., Doolan, F., Ottesen, T., ... ve Kirby, S. (2019). Non-accidental harms ('abuse') in athletes with impairment ('para athletes'): A state-of-the-art review. *British Journal of Sports Medicine*, 54(3), 129-138. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2018-099854>
- Turnnidge, J., Vierimaa, M., ve Côté, J. (2012). An in-depth investigation of a model sport program for athletes with a physical disability. *Psychology*, 3(12), 1131-1141. <https://doi.org/10.4236/psych.2012.312a167>
- Tutar, H., ve Erdem, A. (2022). Employee attrition scale (EPS): Scale development study. *İktisadi İdari ve Siyasal Araştırmalar Dergisi*, 7(18), 316-336. <https://doi.org/10.25204/iktisad.1023806>
- Türkçapar, Ü., Atasoy, M., ve Bolat, K. (2024). Geleneksel Spor Yapan Bireylerin Psikolojik Beceri Düzeylerinin Belirlenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 9(2), 158-180.

- Uygun, F. (2016). *Aktif spor yapan ve yapmayan görme engellilerin benlik tasarımı farklarının karşılaştırılması*, (Yüksek Lisans Tezi), Amasya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Amasya.
- Uysal, H. (2013). Özel eğitime gereksinimi olan öğrenciler ve özel eğitim: Fiziksel yetersizliği ve süregen hastalığı olan öğrenciler. In İ.H. Diken (Ed.), *Özel eğitime gereksinimi olan öğrenciler* (7. baskı, pp. xx-xx). Ankara: Pegem Akademi.
- Uzunlar, H., Seçer, E., Korucu, T., Dinç, G., ve Kaya, D. (2023). Investigation of the effect of team athletes' life skills on coping with sportive problems: A cross-sectional study. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 15(1), 105-114. <https://doi.org/10.5336/sportsci.2022-89202>
- Webborn, N., ve Van de Vliet, P. (2012). Paralympic medicine. *Lancet*, 380(9836), 65-71. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60831-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60831-9)
- Yamada, K., Kawata, Y., Kamimura, A., ve Hirose, M. (2017). The effect of unity in sport teams on athletes' mental health: Investigating the mediating role of resilience. *International Journal of Sport and Health Science*, 15, 55-64. <https://doi.org/10.5432/ijshs.201509>
- Yavuz, S. (2019). *Bedensel engelli sporcuların psikolojik sağlık ve bilişsel esneklik düzeylerinin incelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), Aksaray Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aksaray.
- Yazıcıoğlu, Y. ve Erdoğan, S. (2004). SPSS uygulamalı bilimsel araştırma yöntemleri. *Detay Yayıncılık*. Ankara.
- Yetim, A. (2000). *Sosyoloji ve spor*. Berikan Yayıncılık. Ankara.
- Yıldız, H. (2020). *Taekwondo sporcularının psikolojik beceri düzeylerinin incelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Yıldız, M. E., ve Erhan, S. E. (2019). Kış sporu ile uğraşan sporcuların psikolojik becerilerinin incelenmesi. *Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisi*, 1(1), 24-32.
- Yılmaz, A., ve Kırımoğlu, H. (2020). Determining the self-confidence levels of sitting volleyball players. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28(1), 286-294. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.3564>
- Yılmaz, A., Mirze, F., ve Kırımoğlu, H. (2020). Engelli bireylerin ihtiyaçlarına yönelik işletmecilik anlayışı. In M. İlkın ve E. Beltekin (Eds.), *Sporda yeni akademik çalışmalar-5* (pp. 9-39). Ankara: Akademisyen Kitabevi.

- Yılmaz, C. (2019). Ucube bedenden paralimpik bedene. *Süleyman Demirel Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (46), 136-157. <https://doi.org/10.35237/sufesosbil.535233>
- Yılmaz, O., ve Atay, B. (2023). Okul psikolojik danışmanlarının beceri boşluğu: Ulusal meslek standardı kapsamında bir inceleme. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (56), 308-325. <https://doi.org/10.53444/deubefd.1081816>
- Yüksel, A., ve Uyanık, Y. (2021). Engelli çocuk sahibi kadınların yaşadıkları güçlüklerin incelenmesi. *Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 23(3), 805-830. <https://doi.org/10.26745/ahbvuibfd.997669>



EKLER

Ek-1. Kişisel Bilgi Formu

Bu çalışmada sizlere yöneltilen sorulara vereceğiniz cevaplarla “**Bedensel Engelli Sporcuların Psikolojik Beceri Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi**” konusunda yüksek lisans tez çalışması yapılacaktır. Cevaplarınız sadece bu araştırma için kullanılacaktır. Vereceğiniz samimi ve ciddi cevaplar araştırmanın güvenilirliği açısından önemlidir. Zaman ayırdığınız ve verdiğiniz içten cevaplar için teşekkür ederiz.

1. Cinsiyetiniz

☐ Erkek ☐ Kadın

2. Yaşınız

☐ 18-20 ☐ 21-23 ☐ 24-26 ☐ 27-29 ☐ 30 ve üzeri

3. Eğitim Durumunuz

☐ İlköğretim ☐ Ortaöğretim ☐ Lise ☐ Ön Lisans ☐ Lisans ve Yüksek Lisans

4. Engel Türü

☐ Serebral Palsi (Cp) ☐ Sipina Bifida ☐ Ampute ☐ Tetra cort Yaralanması
☐ Çocuk Felci ☐ Spinal Cort Yaralanması ☐ Diğer

5. Engel Derecesi

☐ % 40-50 ☐ % 51-60 ☐ % 61-70 ☐ % 71-80 ☐ % 81-90 ☐ % 91-100

6. Spor Branşı

☐ Ampute Futbol ☐ Atletizm ☐ Boccia ☐ Masa Tenisi ☐ Okçuluk
☐ T. S Basketbol ☐ T. S Curling ☐ T. S Tenis ☐ Yüzme ☐ Bilek Güreşi

7. Spor Yılı

☐ 1-3 yıl ☐ 4-6 yıl ☐ 7-9 yıl ☐ 10-12 yıl ☐ 13 ve üzeri

8. Millilik Durumu

☐ Evet ☐ Hayır

Ek-2. Sporcuların Psikolojik Becerilerinin Değerlendirilmesi Ölçeği

		Hemen hemen Hiç	Bazen	Sık sık	Hemen hemen her zaman
1	Günlük ya da haftalık olarak ne yapacağımı ilgili özel hedefler belirlerim.	1	2	3	4
2	Yetenek ve becerilerimden en iyi şekilde faydalanırım.	1	2	3	4
3	Antrenör ya da idareci yaptığım hatayı nasıl düzeltereğimi söylediğinde, bunu kişisel olarak algılar, üzülürüm.	1	2	3	4
4	Spor yaparken dikkatimi toplayabilir, dikkat dağıtıcı şeyleri zihnimden uzaklaştırabilirim.	1	2	3	4
5	Müsabaka sırasında olaylar ne kadar kötü gelişirse gelişsin pozitif ve coşkulu olmaya devam ederim.	1	2	3	4
6	Baskı altında daha iyi performans gösteririm.	1	2	3	4
7	Performansım hakkında başkalarının düşündükleri beni oldukça endişelendirir.	1	2	3	4
8	Hedeflerime nasıl ulaşacağımı belirlemek için birçok plan yaparım.	1	2	3	4
9	İyi performans göstereceğime ilişkin özgüvenim yüksektir.	1	2	3	4
10	Antrenör ya da idareci beni eleştirdiğinde, bana yardım ettiklerini düşünmek yerine üzülürüm.	1	2	3	4
11	Dikkat dağıtıcı unsurlar, bir şeyler izlerken ya da dinlerken bana engel olmaz.	1	2	3	4
12	Nasıl performans göstereceğim düşüncesi üzerimde çok baskı oluşturur.	1	2	3	4
13	Her antrenman için performans hedefleri belirlerim.	1	2	3	4
14	Antrenman ya da müsabakada yüksek performans göstermem için birisinin bana baskı yapmasına gerek kalmaksızın elimden gelenin en iyisini yaparım.	1	2	3	4
15	Eğer antrenör beni eleştirir ya da bana bağırırsa hatamı üzülmeden düzeltirim.	1	2	3	4
16	Uğraştığım sporda beklenmedik durumların üstesinden en iyi şekilde gelirim.	1	2	3	4
17	İşler kötü gittiğinde kendi kendime sakin ol derim ve bu telkinim işe yarar.	1	2	3	4
18	Müsabaka sırasında ne kadar fazla baskı varsa müsabakadan o kadar zevk alırım.	1	2	3	4
19	Müsabaka sırasında hata yapmaktan veya başarısız olmaktan endişe duyarım.	1	2	3	4
20	Oyun başlamadan uzun süre önce kafamda kendi oyun planımı oluştururum.	1	2	3	4
21	Gerginleştigimi hissettiğimde kendimi rahatlatıp sakinleştirebilirim.	1	2	3	4
22	Beni zorlayan durumlardan haz alırım.	1	2	3	4
23	Başarısız olursam, neler olacağını zihnimde canlandırır, düşünebilirim.	1	2	3	4
24	Olaylar nasıl gelişirse gelişsin duygularımı kontrol altında tutabilirim.	1	2	3	4
25	Müsabaka esnasında bir nesne ya da kişiye odaklanmak benim için kolaydır.	1	2	3	4
26	Hedeflerime ulaşamadığımda daha çok çaba gösteririm.	1	2	3	4
27	Antrenörlerin ve idarecilerin öneri ve yönlendirmelerini dikkatle dinleyerek becerilerimi geliştiririm.	1	2	3	4
28	Baskı altındayken daha az hata yaparım, çünkü daha iyi konsantre olurum.	1	2	3	4

Ek-3. Etik Kurul Onay Raporu



T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Etik Kurul Başkanlığı

ETİK KURUL KARAR ÖRNEĞİ

Toplantı No	Toplantı Tarihi	Toplantı Saati	Toplantı Yeri
2025 – 06	18.04.2025	14.00	Rektör Yardımcısı Odası

KARAR NO: 2025-06-48: Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Spor Yönetimi Tezli Yüksek Lisans Programı 231462019 numaralı Hamza DOĞAN' ın, Doç. Dr. Taner ATASOY' un danışmanlığında yürütülen "Bedensel Engelli Sporcuların Psikolojik Beceri Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi" konulu çalışması görüşüldü yapacağı anket sorularının, etik kurallara uygun olup olmadığını tespit etmek üzere, İGÜ Etik Kurulumuzun 14.03.2024 tarih ve 2024-05 sayılı toplantısında, İGÜ Etik Kurul Yönergesinin 12(1) maddesine göre değerlendirme yapmak üzere görevlendirilen öğretim elemanlarının raporları incelenmiş olup, ilgili çalışmada yer alan bilimsel araştırmanın etik kurallara uygun olduğuna oy birliği ile karar verildi.

ASLI GİBİDİR

Etik Kurul Başkanlığı 18.04.2025 TARİHİ 2025 – 06 ETİK KURUL TOPLANTI TUTANAGI KARAR ÖRNEĞİ

Cihangir Mah. Şehit Jandarma Komando Er Hakan Öner Sokak No:1 34310 Avcılar / İSTANBUL
Tel: (+90212) 422 74 00 Faks: (+90212) 422 74 01
www.gelisim.edu.tr <https://bilim.gelisim.edu.tr> birim@gelisim.edu.tr

KYS.YD.094 / 4.08.2023 / 0 / 1.05.2022

1/1

ÖZ GEÇMİŞ

Hamza Doğan; Marmara Üniversitesi Sınıf Öğretmenliği Bölümünden mezun olduktan sonra, Özel Eğitim alanında uzmanlık eğitimi almıştır. Halen Gelişim Üniversitesi Spor Yönetimi Bilim dalında yüksek lisans eğitimine devam etmektedir. Doğuştan sol kolunda bulunan engeline rağmen, 2009 yılından itibaren Bedensel Engelliler Atletizm branşında, özellikle Gülle Atma dalında milli sporcu olarak ülkemizi temsil etmiştir. Türkiye Şampiyonluklarının yanı sıra Avrupa üçüncülüğü ve çeşitli uluslararası şampiyonluklar kazanmıştır. Sporun farklı alanlarında da aktif görevler üstlenen Doğan, Türkiye Futbol Federasyonu Engelliler Koordinasyon Kurulu Üyesi ve Türkiye Basketbol Federasyonu Tekerlekli Sandalye Basketbol Alt Kurulu Üyesi olarak görev yapmaktadır. Aynı zamanda Gençlik ve Spor Bakanlığı Yetenek Taraması Kurul Üyeliği ile birlikte çeşitli proje bazlı danışmanlık faaliyetlerinde de bulunmaktadır.

Doğan, sporun engelleri aşmadaki gücüne inanan bir anlayışla, Bağcılar Belediyesi Engelliler Spor Kulübü Başkanlığı görevini de yürütmektedir.