

AMASYA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİMDALI
(Hitit Üniversitesi İle Ortak Program)

**Aktif Spor Yapan Ve Yapmayan Görme Engellilerin Benlik
Tasarımı Farklarının Karşılaştırılması**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Fatih UYGUN

AMASYA
OCAK,2016

AMASYA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİMDALI

**Aktif Spor Yapan Ve Yapmayan Görme Engellilerin Benlik
Tasarımı Farklarının Karşılaştırılması**

Fatih UYGUN

Tezin Danışmanı

Doç. Dr. Faruk YAMANER

AMASYA

OCAK,2016

BİLDİRİM

Tezimin içerdiği yenilik ve sonuçları başka bir yerden almadığımı ve bu tezi Amasya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsünden başka bir bilim kuruluşuna akademik gaye ve unvan almak amacıyla vermediğimi; tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada kullanılan her türlü kaynağa eksiksiz atıf yaptığımı, aksinin ortaya çıkması durumunda her türlü yasal sonucu kabul ettiğimi beyan ediyorum.

Fatih UYGUN

ÖNSÖZ

Yaptığımız bu çalışmada Türkiye’de spor yapan ve yapmayan görme engellilerin arasındaki benlik tasarımı farklarının karşılaştırılarak görme engelli bireyin dünyasında sporun önemine vurgu yapmak amaçlanmıştır.

Yüksek lisans tezimi hazırlarken bilgi, birikim ve tecrübelerini paylaşma noktasında hassasiyeti gösteren değerli danışmanım, Çorum Hitit Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Öğretim Üyesi Sayın Doç. Dr. Faruk YAMANER’ e ve Yrd. Doç. Dr. Güner ÇİÇEK’ e teşekkür ederim.

Verilerin istatistiksel analizinde bilgi ve deneyimlerini paylaşarak araştırmamıza katkıda bulunan Ordu Üniversitesi Ünye Meslek Yüksekokulu Öğretim Görevlisi İstatistik Uzmanı Dr. Erdem KAYA’ ya teşekkür ederim.

Çalışmamızın tamamlanmasında gerekli ilgi, bilgi ve tecrübelerini esirgemeyen Görme Engelliler Federasyonu Ordu İl Başkanı Vedat YAVUZ’ a ve görme engelliler eğitmeni Yedigâr Erkan ÇÖMLEK’ e teşekkür ederim.

Anketlere gönüllü olarak katılarak sabır gösteren görme engelli vatandaşlarımıza ayrı ayrı teşekkürlerimi sunarım.

Hayatımın her aşamasında benden desteğini hiç esirgemeyen Annem, Babam ve tüm aileme teşekkürlerimi bir borç bilirim.

İÇİNDEKİLER

BİLDİRİM	III
ÖNSÖZ.....	IV
İÇİNDEKİLER.....	V
ÖZET	VII
ABSTRACT	IX
TABLolar LİSTESİ	XI
GRAFİKLER LİSTESİ	XII
GİRİŞ.....	1
BİRİNCİ BÖLÜM	4
1. ARAŞTIRMA İLE İLGİLİ GENEL BİLGİLER.....	4
1.1. Araştırmanın Amacı.....	4
1.2. Problem Cümlesi	5
1.2.1. Alt Problemler.....	5
1.3. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	5
1.4. Araştırmanın Önemi	5
1.5. Araştırmanın Varsayımları	6
1.6. Tanımlar	6
İKİNCİ BÖLÜM	8
2.1.Engelli Kavramı ve Tanımı	8
2.1.1. Engelli Oluş Zamanlarına Göre Sınıflandırma	10
2.1.2. Engelli Oluş Nedenlerine Göre Sınıflandırma	11
2.1.3. Spor Açısından Sınıflandırma.....	11
2.2. Benlik Kavramı	12
2.2.1. Benlik Saygısının (tasarımı) Tanımı (self-esteem).....	13
2.2.2. Benlik Kavramı ve Benlik Saygısının İlişkisi	13
2.2.3. Benlik Saygısının Gelişimi.....	13
2.3. Kendini Kabul	14
2.4. Görme Engellilerde Benlik Saygısı ve Kendini Kabul	16
2.5. Benlik Saygısı ve Kendini Kabulün Sporla İlişkisi.....	17
2.6. Kendini Kabul İle İlgili Yurtdışı Araştırmaları	18
2.6.1. Türkiye’de Yapılan Çalışmalar.....	20

2.7.Sporun Tanımı.....	23
2.7.1. Sporun Eğitimdeki Yeri ve Önemi.....	24
2.7.2. Görme Engelliler ve Spor.....	25
2.7.3. Görme Engellilerin Kendini Kabul Etmesinde Sporun Etkisi.....	26
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM.....	28
3. YÖNTEM	29
3.1. Araştırmanın Modeli	29
3.2. Evren ve Örneklem.....	29
3.3. Veri Toplama Aracı.....	30
3.4. Veri Toplama Aşamaları	31
3.5. Veri Toplama Aracının Geçerlilik Ve Güvenilirlik Çalışmaları	31
3.5.1. Geçerlilik Çalışmaları.....	32
3.5.2.Güvenilirlik Çalışmaları.....	33
3.6. Verilerin Analizi	34
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM.....	35
4. BULGULAR.....	35
4.1.Tablolar.....	35
BEŞİNCİ BÖLÜM.....	68
5. TARTIŞMA	68
ALTINCI BÖLÜM	81
6.SONUÇLAR VE ÖNERİLER	81
6.1. SONUÇLAR.....	81
6.2. ÖNERİLER.....	83
YEDİNCİ BÖLÜM.....	84
7. KAYNAKLAR	84
SEKİZİNCİ BÖLÜM	92
8. EKLER, ÖZGEÇMİŞ ve İLETİŞİM BİLGİLERİ.....	92
8.1. Kendini Kabul Envanteri	92
8.2. Özgeçmiş ve İletişim Bilgileri	98
8.3. İzin Belgeleri	100

ÖZET

AKTİF SPOR YAPAN VE YAPMAYAN GÖRME ENGELLİLERİN BENLİK TASARIMI FARKLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

Amaç: Lise çağındaki aktif spor yapan ve yapmayan görme engelli öğrencilerin benlik tasarımı farklarının karşılaştırılması ve benlik tasarımı ile ilgili yaygın sorunların saptanması amaçlanmıştır.

Materyal ve Metot: Çalışmaya yaşları 16 -19 arasında Ordu ili ve çevre ilçelerde yaşayan ve 2014 - 2015 öğretim yılı lise düzeyinde eğitim gören toplam 40 görme engelli birey gönüllü (spor yapan (n= 20, Atletizm, Goalball, Judo, Yüzme, B-2 Futbol) ve spor yapmayan (n=20)) olarak katılmıştır. Çalışmamız 8 hafta devam etmiştir. Spor yapan ve yapmayan görme engellilerin kendini kabul düzeylerini ölçmek için Temuge (1987) tarafından geliştirilen Kendini Kabul Envanteri kullanılmış ve çalışmaya katılan görme engelli öğrencilerin demografik bilgilerine ulaşmak için araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. İstatiksel analizleri non-parametrik bir analiz yöntemi olan Mann-Whitney U testi ile yapılmıştır.

Bulgular: Görme engelli bireylerin benlik tasarımı farklarının vurgulanması için yapılan test sonuçlarına göre; 20 spor yapan ve 20 spor yapmayan görme engelli bireylerin 10 alt psikolojik ölçütten oluşmuş anketin 116 sorusuna verdikleri cevaplara göre 19'unda fark vardır sonucuna ulaşılmıştır. Kendini Bazı Konularda Yeterli Sayma ve Bazı Yaşam Sorunlarını Kendine Göre Çözmede Başarılı Olacağına İnanma alt ölçütü için; başarısızlık karşısında çabuk yıkılıyor ve kendime güvenimi kaybediyorum, geleceğimden umutluyum, bir işi planlarken birçok kimselere danışırım ama son kararı kendim veririm, daima başkaları tarafından korunmaya ve desteklenmeye ihtiyacım var. Kendi Davranışlarının Sorumluluğunu Kabullenme alt ölçütü için; kararsız bir insan oluşumdan dolayı yaşamım tatsızlaşıyor, kendimle ilgili konularda karar vermede güçlük çekiyorum. Aşırı Ölçüde Mahcupluk ve Utangaçlık Göstermeme alt ölçütü için; genellikle başkalarının yanında terler ve bunalırım, arkadaşlarımdan davetini beklemeden gerektiğinde onların grubuna katılırım, genellikle topluluk içinde bulunmaktan hoşlanırım, girişken bir insan sayılırım, topluluk içinde rahat konuşamıyorum. Kendi Değer Ve İnançlarına Uygun Yaşama alt ölçütü için; Genellikle kendimden çok başkalarını memnun etme çabasıydım. Beden Ve Fizik Yapısını Kabullenme Alt Ölçütü için Arkadaşlarımdan

birçoğu kadar güzel ya da yakışıklıyım. Kendini Başkalarının Kabul Ettiğine İnanma alt ölçütü için; ev sahibini rahatsız edeceğim düşüncesiyle misafirlige gitmekten çekinirim. Kişiliğinde Bazı Olumlu Ve Değerli Yanların Bulunduğuna İnanma alt ölçütü için; İnsanlar beni övdüklerinde içimden bu kadar değerli olmadığımı düşünürüm, Yeni durumlara kolay uyum yapabiliyor ve yaşantılardan hoşlanıyorum, Kolay mutlu olamıyorum, genellikle karamsar bir insanım. Olumlu yönleri kadar olumsuz yönlerini de kişiliğinin bir parçası sayma alt ölçütü için; Üzerime aldığım görevi kusursuz yapmam şarttır, bağımsız değişkenleri $P < 0,05$ ve $0,01$ olduğundan anlamlıdır.

Sonuç: Çalışmada uygulanan anket sonuçları neticesinde; spor yapan görme engellilerin spor yapmayan görme engellilere göre benlik tasarımları farklarının daha iyi olduğu ve sporun görme engelli bireyler üzerinde olumlu etkisi olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Görme engelliler, benlik tasarımı, spor

ABSTRACT

COMPARISON OF THE DIFFERENCES PERSONALITY DESIGN OF VISUALLY DISABLED WHO DO OR DON'T SPORT ACTIVELY

Aim: it is aimed to compare visually disabled students of high-school age who do or do not sport actively and determine the common issues related to personality design.

Materials and methods: 40 visually disabled volunteer individuals the ones do sport (n: 20) and the ones do not sports (n: 20) participated to the study. The study lasted 8 weeks. To measure the level of self-acceptance of the visually disabled who do or dont do sport, it was used self-acceptance inventory developed by Temuge (1987) personal information form developed by the researcher to reach the demographic information of the visually disabled students who participated to the study. For the statistical analyses Mann-Whitney U test carried out.

Findings: According to the test results carried out to emphasize the differences of personality design of the visually disabled individuals ; it was reached that: for the sub-criterion of believing self-sufficient in some issues and become successful in solving some life problems by himself/herself, I quickly feel devastated against the failure and lose self-confidence, hopeful of my future, consult others while planning something but I give the final decision, I always in need of being protected and supported by others, for the sub-criterion of acceptance responsibility for their own behaviours; because of being an indecisive person, my life becomes unsatisfactory, I have difficulty in deciding self-issues, for the sub-criterion of not showing extreme pudency and shyness; I generally get sweat and feel distressed, if required I join the peer groups without waiting for their invitation, I generally like to be in community, I am a sociable person, I can not talk comfortably in community. For the sub-criterion of leading a life in accordance with own values and own beliefs; I generally in an effort to please others more than myself. For the sub-criterion of accepting bodily and physical structure; I am as beautiful or handsome as most of my friends. For the sub-criterion of believing acceptance by others; I hesitate to visit others for the thought of giving disturbance to the host. For the sub-criterion of believing in having some negative and positive sides in personality; when people praise me I am thinking of myself not as valuable as they think, I can adopt to the new situations and a pessimistic

person. For the sub-criterion of considering the negative sides as much as positive sides as a part of the personality; I have to do the study that I am responsible for, meaningful as the Independent variables are $P < 0.05$ and $P < 0.01$.

Result: In the light of the result of the study; it was concluded that visually disabled who practise sport have better personality design differences more than those who do not practise sport and sport has a positive impact on visually disabled individuals.

Key words: Visually disabled, personality design, sport.



TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Görme Engelli Öğrencilerin Cinsiyete Göre Dağılımı	35
Tablo 2. Görme Engelli Öğrencilerin Yaşa Göre Dağılımı	35
Tablo 3. Görme Engelli Öğrencilerin Sınıf Düzeylerine Göre Dağılımı	36
Tablo 4. Görme Engelli Öğrencilerin Anne Öğrenim Düzeylerine Göre Dağılımı	36
Tablo 5. Görme Engelli Öğrencilerin Anne Meslek Durumlarına Göre Dağılımı	37
Tablo 6. Görme Engelli Öğrencilerin Baba Öğrenim Düzeylerine Göre Dağılımı	37
Tablo 7. Görme Engelli Öğrencilerin Baba Meslek Durumlarına Göre Dağılımı	38
Tablo 8. Görme Engelli Öğrencilerin Aylık Gelir Durumuna Göre Dağılımı	38
Tablo 9. Görme Engelli Öğrencilerin Görme Düzeylerine Göre Dağılımı	39
Tablo 10. Annelerinin Davranış Durumlarına Göre Dağılımı	39
Tablo 11. Babalarının Davranış Durumlarına Göre Dağılımı.....	40
Tablo 12. Görme Engelli Öğrencilerin Spor Yapma Sıklıklarına Göre Dağılımı	40
Tablo 13. Görme Engelli Öğrencilerin Spor Geçmiş Sürelerine Göre Dağılımı	41
Tablo 14. Görme Engellilerin Katıldıkları Spor Branşlarına Göre Dağılımı	41
Tablo 15. Kendini bazı konularda yeterli sayma ve bazı yaşam sorunlarını kendine göre çözmede başarılı olacağına inanma (1-9).	42
Tablo 16. Kendi davranışlarının sorumluluğunu kabullenme (10-21. maddeler).....	46
Tablo 17. Kolaylıkla aşırı suçluluk ve pişmanlık duygularına kapılmama (22-31).....	49
Tablo 18. Aşırı ölçüde mahcupluk ve utangaçlık göstermeme (32-46. maddeler).....	50
Tablo 19. Kendi değer ve inançlarına uygun yaşama (47-57).	55
Tablo 20. Beden ve fizik yapısını kabullenme (58-70).....	57
Tablo 21. Kendi cinsiyetini kabullenme (71-77. maddeler).	59
Tablo 22. Kendini başkalarının kabul ettiğine inanma (78-92).....	60
Tablo 23. Kişiliğinde bazı olumlu ve değerli yanların bulunduğuna inanma (93-107).	62
Tablo 24. Olumlu yönleri kadar olumsuz yönlerini de kişiliğinin bir parçası sayma (108- 116).....	65

GRAFİKLER LİSTESİ

Grafik 1. Başarısızlık karşısında çabuk yıkılıyor ve kendime güvenimi kaybediyorum değişkenin karşılaştırılması.....	43
Grafik 2. Geleceğimden umutluyum değişkenin karşılaştırılması.....	44
Grafik 3. Bir işi planlarken birçok kimselere danışırım ama son kararı kendim veririm değişkenin karşılaştırılması.....	45
Grafik 4. Daima başkaları tarafından korunmaya ve desteklenmeye ihtiyacım var değişkenin karşılaştırılması.....	46
Grafik 5. Kararsız bir insan oluşumdan dolayı yaşamım tatsızlaşıyor değişkenin karşılaştırılması.....	48
Grafik 6. Kendimle ilgili konularda karar vermede güçlük çekiyorum değişkenin karşılaştırılması.....	49
Grafik 7. Genellikle başkalarının yanında terler ve bunalırım değişkenin karşılaştırılması.....	51
Grafik 8. Arkadaşlarımın davetini beklemeden gerektiğinde onların grubuna katılırım değişkenin karşılaştırılması.....	52
Grafik 9. Genellikle topluluk içinde bulunmaktan hoşlanırım değişkenin karşılaştırılması.....	53
Grafik 10. Topluluk içinde rahat konuşamıyorum değişkenin karşılaştırılması.....	53
Grafik 11. Girişken bir insan sayılırım değişkenin karşılaştırılması.....	55
Grafik 12. Genellikle kendimden çok başkalarını memnun etme çabasıdayım değişkenin karşılaştırılması.....	57
Grafik 13. Arkadaşlarımın birçoğu kadar güzel ya da yakışıklıyım değişkenin karşılaştırılması.....	59
Grafik 14. Ev sahibini rahatsız edeceğim düşüncesiyle misafiriğe gitmekten çekinirim değişkenin karşılaştırılması.....	61
Grafik 15. İnsanlar beni övdüklerinde içimden bu kadar değerli olmadığımı düşünürüm değişkenin karşılaştırılması.....	63
Grafik 16. Yeni durumlara kolay uyum yapabiliyor ve yaşantılardan hoşlanıyorum değişkenin karşılaştırılması.....	64
Grafik 17. Kolay mutlu olamıyorum, genellikle karamsar bir insanım değişkenin karşılaştırılması.....	65
Grafik 18. Üzerime aldığım görevi kusursuz yapmam şarttır değişkenin karşılaştırılması.....	66



GİRİŞ

Bireyin toplumsal uyumunun temelini oluşturan benlik kavramı kişiliğin önemli bir noktasıdır. Ben neyim, neleri yapabilirim, kendimi nasıl buluyorum, yaşam içindeki değerim ve benzeri zorlukların yanıtları benliğin tanımlarını ortaya çıkarır. (Topses, 1992). Bu kavram bireyin ailesel ve çevresel ön yaşantılarının bir uzantısı olmakla beraber, okul ve eğitim sürecini içine alan bir bütündür. Bireyin doğumundan başlayarak kendisini tanımaya ve anlamaya çalışmasıyla paralel giden bir süreç onun bir insan olarak nitelikleri, yetenekleri, amaçları, inanışları, ahlak yükümlülükleri ve bilinçli olarak elde ettiği değerleri demektir (Jersild, 1979). Bu süreç içinde eğer birey kendini kabul edip olduğu gibi tanımlarsa, kendi sınırlılıklarını ve yapabileceklerinin farkına varır ve çevresindekilerle pozitif ilişkiler kurabilirse mutlu olur, özgüveni artar. Kişinin bu şekilde kendini tanıyarak, objektif bir şekilde değerlendirmesi onun yaşam boyu mutlu ve dengeli bir kişi olarak yaşamasının temelini oluşturur (Bacanlı, 2000). Kısacası kişinin geldiği noktada oluşmuş hikâyesi onun pozitif ya da negatif benlik algısı geliştirmesine sebep olur.

Benliğin içinde duygular mevcuttur. Hislerin algılanması, anlaşılması benlik tasarımını ifade etmenin ipuçlarıdır. Böylece benlik tasarımı kavramı, kişinin kendi duygu ve düşüncelerine ait bir değerlendirme tasarısıdır. İnsanın kendini kabulü, sınırlılıklarına ve yeteneklerine hakim olması şüphesiz ki birey için sağlıklı bir kazanımdır (Isen, 1984).

Benlik kavramının gelişmesinde fiziki ve ruhi özelliklerimizde etkilidir. Engelli bireyin öncelikli olarak bedensel kusurunu kabul etmesi gerekir. Özellikle görme engeli gibi güven ve özgürlük duygusunu kısıtlayan bir eksik söz konusu ise, kişinin benlik gelişimine etki edebileceği düşünülmelidir. Görme engelli kişinin sakatlığına karşı takındığı tutum, duygu ve anlayış; uyumlu bir kişiliğin şekillenmesinde önemli etkiler yapabilir (Bıyıklı, 1989: Enç, 2005, s. 60).

Bireyler çocukluktan itibaren çevrelerini tanımak için araç olarak hareket etme yeteneklerinden faydalanırlar. Bireyler için hareketli olma ve oyun oynama, bireyin insan ilişkilerini kolaylaştırıcı iletişim becerileri edinmesinde, kişilerarası sağlıklı ilişkilerin kurulabilmesi, devamı ve bu ilişkinin kişiyi doyurabilmesi için kişilerin birbirlerine duygu, düşünce ve taleplerini iletmelerinde, içinde bulunulan sosyal ortama uygun davranmasında ve sosyal amaçların gerçekleştirilmesinde etkili olmakta, bunun yanı sıra bireyin kendi yaşamının değerini anlamasında, kendini geliştirme ve benlik gelişiminde

çok önemli bir rol oynamaktadır. Bu bağlam da spor da kendini kabul sürecinde etkili olan olgulardan biri olarak görülmektedir (Tuncay,1992). Sportif etkinlikler, bedensel özürlü olan bireyleri bedeni, akli, psikolojik ve sosyal yapısıyla tek parça olarak değerlendirir ve engeli olan bireye sınırlarını görme imkânını vererek onun toplum içinde sağlıklı bir birey olarak sürecin içinde olmasına katkı sağladığı ifade edilebilir.

Sağlıklı toplumların yetiştirilmesinde sporun önemi çok büyüktür. Sporun ve fiziksel aktivitenin beden sağlığına olan olumlu etkilerinin yanı sıra kendini kabul açısından da yararları bilinmektedir. Bu bilgiler vasıtasıyla, engelli bireylerin sportif faaliyetleri ne kadar gelişirse, engellilerin engelleri aşması kolay olacaktır, dolayısıyla engelli bireylerin topluma katkısı oranında toplumun da engellilere katkısı olabilir (Terzi, 2011).

Kişilik özellikleri yönünden sporcular ve sporcu olmayanlar arasında büyük farklılıklar gözlenmiştir. Sporcular, sporcu olmayanlara göre neşeli, hareketli, çalışkan, daha pratik ve kişiler arası ilişkilerinde daha başarılıdırlar. Sporcular zorluklarla başa çıkmada daha becerikli, daha iradelidirler (Terzi, 2011).

Spor günümüzde engellilerin eğitim ve rehabilitasyonunda terapi aracı olarak kullanılmaktadır. Beden Eğitimi ve spor, engelli bireylerin yaşam kalitesini arttırarak, kendini gerçekleştirmelerinde değerli bir element olarak görülebilir. Maslow' un belirttiği gibi kendini gerçekleştiren bireyin özellikleri arasında sosyal becerisi olan bireyin niteliklerine benzer maddeler bulunmaktadır. Örneğin; içtenlikle davranabilme, otonomiye önem verme, ayırt etmeksizin insanlara sempati ve sevgi besleyebilme, duygudaşlık ile yaklaşabilme, doğayı, kendini ve diğer insanları benimseme, insanlarla derinlemesine ilişkiye girebilme (Kepçeoğlu,1994).

Spor, bireyi dar dünyasından uzaklaştırarak, başka ortamlardan, başka bireylerden, inançlardan, düşüncelerden etkilenmesini ve onları etkilemesini insanlarla diyalog içinde bulunmasını sağlamaktadır. Bu noktada sporun, yeni ilişkilerin kurulmasına, pekiştirilmesine ve sosyal etkileşime destek olabileceği söylenebilir. Dolayısıyla spora teşvik edilen engelli bireylerin, topluma kazandırılması süreci hızlanırken, bir köşeye çekilip hayata küsmeleri de büyük ölçüde engellenmiş olur. Esasında engelli bireylerin sorunları, sadece kendi şahıslarına ait değil; toplum çevre ve aile üyelerinin ortak sorunudur (I. Özürlüler Şurası, 1999).

Yaşamı sağlıklı devam ettirmek için önemli olan sportif etkinliklerin engelli bireylerin dengeli ve sağlıklı olmasında, bir anlamda engelli bireyin kendiyile barışık ve çevresiyle uyumlu olmasında yardımcı olmaktadır. Kişinin ihtiyaçları ile çevresi arasındaki uyumlu ilişkiler kurması ve devam ettirmesi ise pozitif benlik ve bireyin kendini kabul etmesiyle olur (Kılıççı,1981; Kuzgun, 1983).

Ülkemizde yaklaşık bir milyon görme engelli bulunmakta ve bu bireylerin benlik tasarımı durumlarının ne olduğunun üstüne gidilmemiş ve cevaplanamamıştır. Görme engelli sayısı azımsanmayacak boyuttayken, engelli bireylerin sportif etkinliklere katılımındaki engelleri kaldırarak, onları sportif etkinliklerin içinde değerlendirip sporun sorunun üstündeki etkisinden her engelli bireyi faydalandırmak gerekmektedir.

Çalışmamızda lise çağındaki aktif spor yapan ve yapmayan görme engelli öğrencilerin benlik tasarımı farklarının karşılaştırılması, görme engelli genç bireylerin benlik tasarımları ile ilgili yaygın sorunların saptanması ve sporun benlik vurgusuna olan pozitif etkisini ortaya koymak amaçlanmıştır.

BİRİNCİ BÖLÜM

1. ARAŞTIRMA İLE İLGİLİ GENEL BİLGİLER

1.1. Araştırmanın Amacı

Bu çalışma ile ilgili literatürlere bakıldığında bu konuda yeterli düzeyde araştırma yapılmadığı görülmektedir. Çalışmamızın akademik alandaki bu noksanlığın giderilmesine katkıda bulunulacağı düşünülmektedir. Bu nedenle bu çalışmanın amacı, 16 – 19 yaşları arasında lise çağı aktif spor yapan ve yapmayan görme engelli öğrencilerin benlik tasarımı farklarının karşılaştırılması ve benlik tasarımı ile ilgili yaygın sorunların saptanması amaçlanmıştır.

Görme yetersizliği olan bireylerin yaşamlarında ve çevreye uyumlarında fiziksel aktivite önemli bir yer tutmaktadır. Fiziksel aktivite bireyin kendine güveninin artmasını ve olumlu duyguların oluşmasını sağlamakta, aynı zamanda bireylerin özgürce hareket edebilmelerini geliştirdiği gibi, kendini kabul etmesinde de etkili olduğu düşünülmektedir (Özer,2001).

Enç (2005)' e göre, hareket özgürlüğü geldiğimiz noktanın ötesi için gereklidir. Bu yolla birey çevresine olan bağımlılığından ve onun güdümünden adım adım kurtulabilir. Kendine yeten birey özgürce hareket edebilir. Görme engelinin en belirgin sıkıntısı gelişim dönemi gibi kritik periyotta hareket özgürlüğünü kısıtlamasıdır.

İfadeler doğrultusunda kendini kabul ve bağımsız hareket edebilme ile alakalı görüşlerden yola çıkarak spor ve fiziksel aktivitenin görme engeli olanların bu becerileri edinmesinde önemli olduğu söylenebilir. Dolayısıyla yapılan spor ve fiziksel aktiviteler beden sağlığı için makbul olduğu gibi kendini kabulün güçlenmesini sağlamaktadır. Bu bireylerin kendilerine olan inançları artar, aşağılık komplekslerinin kaynağı sayılan fiziki aksaklıklarını ve yetersizliklerini yenmeleri sağlanır (Enç,2005).

1.2. Problem Cümlesi

Lise çağı aktif spor yapan ve yapmayan görme engelli bireylerin benlik tasarımı farkları nelerdir?

1.2.1. Alt Problemler

1-Sporun görme engelli öğrencilerin benlik tasarımı gelişimine olumlu yönde etkisi var mıdır?

2-Aktif spor yapan ve yapmayan görme engeli olan öğrencilerin benlik tasarımı düzeyleri arasında fark var mıdır?

3-Çevrenin olumsuz tutumları aktif spor yapsa bile benlik tasarımının pozitif gelişimini etkiler mi?

4-Etkin bir sosyal yaşamı olan engellinin sporun benlik tasarımına olan etkisine ihtiyacı var mıdır?

5-Spor sadece pozitif bir benlik gelişimi için mi önerilmelidir?

1.3. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Bu araştırma sonuçları 2014-2015 eğitim-öğretim yılı ile sınırlıdır.
2. Bu araştırma sonuçları örnekleme belirtilen görme engelliler ile sınırlıdır.
3. Araştırmamız ordu ili ve çevre ilçelerde hayatını devam ettiren görme engelli lise çağı bireylerinden oluşmuştur.
4. Sporla uğraşan ve uğraşmayan Görme engelli öğrencilerin benlik tasarımı farkları Kendini Kabul Envanteri Lise Forumu'nun ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
5. Bu araştırma anketi gönüllü olarak yanıtlayan görme engellilerin verdikleri cevaplarla sınırlıdır.

1.4. Araştırmanın Önemi

Görme yeteneğinden yoksun bireyler hareket kabiliyeti yönünden kısıtlıdır ve bu yüzden de sınırlı fiziksel aktiviteler yapabilmektedirler. Bu hareketsiz yaşamdan kaynaklanan sorunlar yüzünden fiziki kabiliyetleri gelişmemiş ve birçok sorunla karşı karşıya kalmışlardır.

Bu sebeplerden dolayı spor ve düzenli egzersiz, görme engelli bireylerin hareketsiz yaşamdan dolayı çalıştırılmayan ya da az çalıştırılan iskelet ve kas sisteminin normal bireylerdekine yakın seviyelere getirilmesi, görme engelli bireylerin daha aktif ve girişken olmaları açısından oldukça önemlidir. Düzenli fiziksel egzersizlere katılan veya spor yapan görme engelli bireylerin benlik tasarımları da spor yapmayan görme engellilere göre çok daha üst düzeyde olacaktır. Benlik tasarımının sağlıklı olması, bu bireylerin kendini ifade etmesini sağlayacak ve böylece toplumun içinde karşılına çıkabilecek sorunlarını üstesinden gelebilmelerinde spor önemli bir görev üstlenecektir.

Literatüre baktığımızda benlik kavramının görme engelli birey üzerindeki etkileri üzerine çok çalışma yoktur ve bu anlamda ciddi bir açık olduğu söylenebilir. Yaptığımız bu çalışma, literatürdeki eksikliği kısmen de olsa dolduracak olması ve bundan sonraki çalışmalara ışık tutması açısından önemlidir.

1.5. Araştırmanın Varsayımları

Araştırmada şu temel varsayımlardan hareket edilmiştir.

1. Çalışmaya katılan deneklerin ölçme aracına samimiyetle cevap verdikleri.
2. Veri toplama aracının katılımcıların görüşlerini ifade eder nitelikte olduğu .
3. Çalışmaya katılan görme engelli öğrencilerin uygulanan Kendini Kabul Envanterini gönüllü olarak doldurdıkları.

1.6. Tanımlar

Görme Engeli: Gözün görme yetisi zayıflığı ya da ileri derecede kusurlu olma durumudur (İleri, 1997).

Kör: Tüm değerlendirmelerden sonra görme gücü 1/10 den aşağı olan ve eğitim-öğretim faaliyetlerinden mahrum olan birey olarak tanımlanır. Eğitim alma durumları oluştuğunda yalnızca Braille alfabesinden faydalanabilirler (Özgür, 2004).

Az Gören: olabilecek tüm tedavi ve düzeltmelerden sonra görme gücü 3/10 oranından düşük olan ve gerekli araç gereç kullanmadan eğitim-öğretim faaliyetlerinden faydalanamayanlar olarak adlandırılmaktadırlar. Materyalleri büyütebilen araçlarla okuyabilirler (Özgür, 2004).

B1 Düzeyi Görme Keskinliği: Işık algısı olmayan ya da en yakın mesafeden el seçemeyeler (IBSA, 2003).

B2 Düzeyi Görme Keskinliği: En yakın mesafeden el seçme ile 2/60"a kadar görüş keskinliği, normal gören bir kişinin 60 metreden gördüğünü, 2 metrenin altında görebilenler veya 5 dereceden az bir görme alanı olanlar (IBSA, 2003).

B3 Düzeyi Görme Keskinliği: 2/60 ile 6/60 arası görüş keskinliği; normal gören bir kişinin 60 metreden gördüğünü, 2 metre ile 6 metre arasında görebilenler veya 5 ile 20 dereceler arasında görme alanı olanlar (IBSA, 2003).

Özür-Engel: Bireyin toplumda oynaması gereken rolleri fiziki ve zihinsel engellerinden dolayı gerçekleştirememesidir (Battomore, Nispet, 1990).

Spor: Amaçlı, belli kurallara ve teknik usullere bağlı olan, sadece yapanlarda değil izleyenlere de haz veren, bütünleştirici etkinlikler kümesidir (Doğan, 2005). Yenme ve muktedir olma gibi, insanın bilinçaltı duygularını tatminini amaç edinen, belirli kurallar çerçevesinde yapılan, rekabete dayalı, sosyalleştirebilen, fiziki, zihni ve ruhi etkinliklerin bütünüdür (Şahin, 2005).

Benlik: Bireyin çevre ile olan bağları sonucu hakkında ortaya koyduğu hikâyesidir. Başka bir deyişle; 'Ben kimim? Neler yapabilirim? Benim için değerli olan nedir? Hayattan beklentilerim?' sorularının yanıtlarını çevreler. Böylelikle benlik, kişinin nitelikleri, yetenekleri, değer yargıları ve arzularının da etkisiyle son halini alır (Bıyıklı, 1989).

İKİNCİ BÖLÜM

2. Araştırmanın Kavramsal Çerçevesi

2.1.Engelli Kavramı ve Tanımı

Bir çok dilde engellilik ile alakalı birçok sözcük kullanılmaktadır. Örneğin dilimizde özür, engelli ve sakat kelimeleri farklı anlam taşısalar da aynı anlamda kullanılır. Ülkemizde farklı zaman ve konularda çıkarılmış, kanun, tüzük ve yönetmeliklerde ise 'sakat' kavramı kullanılmaktadır. Engelli tanımı 193 Sayılı Devlet Memurları Kanunu, 506 Sayılı Sosyal Sigortalar Kanunu, 657 Sayılı Devlet Memurları Kanunu, 1475 Sayılı İş Kanunu, 2828 Sayılı Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu Kanunu, 2916 Sayılı Özel Eğitime Muhtaç Çocuklar Kanunu, Sakatların istihdamı hakkındaki tüzükte, Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu Genel Müdürlüğü ile Milli Eğitim Bakanlığı tarafından hazırlanan özür, engelli ile ilgili yönetmeliklerde engellinin, farklı tanımları yapılmıştır. Ülkemizde 1981 yılında kurulan 'Sakatları Koruma Milli Koordinasyon Kurulu' bilimsel çalışmalar başlatarak sakatı şöyle tanımlamıştır: "Duygusal, zihinsel, fiziksel ve sosyal niteliklerinde gözle görünür oranda fonksiyon kaybına sebep olan organ kaybı veya aksaklığı sonucu normal hayatın gereğine uyamayacak seviyede özür, engelli kişiye 'sakat', özür durumuna da 'sakatlık' denilmektedir" (Usta, 1992).

Özel Eğitim sözlüğü ise: "Engelli, gerek doğum anı, hastalık ya da kaza sonucu bağımsızlığı, öğrenimi ya da iş tutması geçici ya da sürekli olarak kısıtlanmış olan bedensel, anlıksal ya da hem bedensel hem de anlıksal engelli durumda olanlar olarak tanımlanmaktadır" (Öncül, 1989).

Bireyin yaşam boyu, yaş, cinsiyet, sosyal ve kültürel etmenlere bağlı olarak yapması gereken görevleri vardır. Birey yetersizlikten dolayı bu görevleri gereği gibi yapamaz durumda kalırsa buna engel denir. Yani birey yapması gerekenleri yetersizliğinden dolayı yapamıyorsa yetersizlik engel halini alır. İşitme yetisi yetersizleşen, bundan dolayı işitemeyen, konuşamayan çocuk okulda, sosyal süreçte gerekli sözlü iletişimi yerine

getiremez, yetersizliğinden dolayı önüne engeller çıkar veya çıkarılır (Özer, K., Özer, D. S., 1998).

Ortalama bir insanın yapması gereken görevleri eksiklikten dolayı yerine getirememeye durumuna yetersizlik denilir. Birey bazı güçlüklerle karşı yetersizleşir. Bacakların olmayışı yürümeyi zorlaştırır, böylece yürüyememe, yürüyerek yapılacak etkinliklerde yetersizlik halini alır. Görememe, işitememe, konuşamama, okuyamama, yazamama, uyamama gibi... Yetersizlik geçici veya kalıcı, giderilebilir veya giderilemez, gelişen veya gerileyen, etkisi duruma göre değişebilen özellikler görülebilir. Bunlar derecelidir ve yetersizlik genelde bireyseldir (Özsoy, Özyürek, Eripek, 1998).

Engelli, kör, az gören, sağır, ağır işiten, geri, saralı, uyumsuz vb. gibi bedensel, anlksal ya da duygusal engel ve yetersizlikleri olan, bu yüzden özel eğitim önlemleri gerektiren kimselerdir. Bunlara 'öğrenme ve uyum güçlüğü bulunanlar' adı da verilir. Yetersizlik, sağlık açısından psikolojik, fizyolojik ve anatomik fonksiyonlardaki yetersizliği ifade eder (Öncül, 1989).

Birleşmiş Milletler Genel Kurulunun İnsana Hakları Evrensel Bildirgesine ek 3447 sayılı Sakat Kişilerin İnsan Hakları Bildirisinin birinci maddesine göre: "Kişinin bedensel, zihinsel ve ruhsal yetenek veya özelliklerinden bir kısmını sürekli olarak yitirmesine ve normal yaşamın gereklerine uyamama durumuna sakatlık ve böyle kişilere sakat denir" şeklinde yapılabilir (Norman, 1981).

Yukarıda örneklere, yasalara ve yönetmeliklere göre, farklı tanımlar yapıldığını, yasaların veya kurumların yaklaşımının tanımda önemli olduğu görülmektedir. Dolayısıyla tanımın niteliği geçerli ifadelerden oluşsa da eksiklik mutlaka vardır. Eğer bir tanım yapılması gerekiyse bu kesinlikle engelli lehine ifadeler içermelidir.

13.08.1998 tarih ve 23432 sayılı Resmi Gazetede yayınlanıp yürürlüğe giren yönetmelikte ise "özürlü" tanımı, "Doğuştan ya da kaza etkisi ile altı aydan fazla süren sağlık bozukluğu sonucunda meydana gelen bedensel, zihinsel, ruhsal, duygusal ve sosyal yeteneklerini % 40 ve üstünde bir oranda kaybeden birey" şeklinde yapılmaktadır.

Genel olarak engelliler şu şekilde sınıflandırılmaktadır:

1. Zihinsel özürlüler; Zihinsel yönden öğrenme güçlüğü ve yetersizliği olanlar.

2. Bedensel özürlüler; Sadece bedeni öğelerinde fonksiyon bozukluğu ve yetersizliği olanlar.
3. Ruhsal Özürlüler; Geçirdikleri ruhsal bunalımlar sonucu duygusal bozukluk ve yetersizliği olanlar (Gander and Gardiner, 1993).

Sürekli işlev kaybına neden olan organ yokluğu veya bozukluğuna göre görme engelliler şu şekilde sınıflandırılır:

- a. Görme özürlüler
- b. İşitme ve konuşma özürlüler
- c. Ortopedik özürlüler
- d. Zihinsel özürlüler
- e. Sürekli hastalığı olanlar
- f. Birden fazla özürlü olanlar(Gander, Gardiner, 1993).

Görme engelliler özrünün oluşumuna göre farklı gruplarda değerlendirilebilirler.

2.1.1. Engelli Oluş Zamanlarına Göre Sınıflandırma

Bir gruptaki görme engellileri doğuştan görme engelliler ve sonradan görme engelliler olarak 2' ye ayırabiliriz (Özçelik, 1985).

Doğuştan olduğu belirtilen görme kayıplarının büyük bir kısmı ya doğum sırasında ya da doğumu takip eden ilk beş yılda meydana gelmektedir. Gören bireyin bütün duyuları, görme fonksiyonuna uygun olarak gelişmektedir. Doğuştan görme özürlü olan bireylerde ise duyu, gelişmiş araştırma ve tahminler ile gelişmektedir. Bu durum; az görenler, görme gücünü sonradan yitirenler ve doğuştan görme engelliler arasında temel farklılıkların ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Kaya, 2003).

Doğuştan görme engelliler, görsel kavramı şekillendiremezler. Görsel deneyimleri olmadıkları için, düşünceleri diğer duyuları ile şekillenmektedir. Görsel uyarıcılar ne kadar uzun süre algılanmışsa, o bireyin kavramları algılama ve şekillendirmesi ayrıca eğitim o denli başarılı olur. Sonradan görme engellilerde duyunun kaybı, doğuştan görme engellilerde ise duyunun hiç algılanmamış olması, görme engellilerin incelenmesinde doğuştan ve sonradan ayrımını ortaya çıkarmaktadır (Bigelow,1990;Kayıhan,1989).

2.1.2. Engelli Oluş Nedenlerine Göre Sınıflandırma

Gen ve kromozom yapısındaki bozukluklara bağlı olarak kalıtsal nedenlerle görme gücünü yitirenler. Ayrıca, annenin doğum öncesinde geçirmiş olduğu hastalıklar (kan uyuşmazlığı, kızamıkçık vs.) sonucu meydana gelen görme özrü de kalıtsal nedenlere bağlanmaktadır.

Gözün tamamını veya bir bölümünü direkt olarak etkileyen hastalıklar sonucu görme gücü yitirilebilir (katarakt, trahom, glokom vs.).

Kaynağını vücudun başka bir organından almakla beraber, göz ve gözün fonksiyonu üzerine etki eden hastalıklar sonucu görme gücü yitirilebilir (menenjit, beyin tümörleri, verem vs.).

Kaza nedeniyle görme kayıpları oluşabilir (iş kazaları, patlamalar, sivri cisim batması, yanıklar, aşırı göz yorgunluğu...) (Enç,2005).

2.1.3. Spor Açısından Sınıflandırma

Spor açısından sınıflandırmaya göre her sınıf kendi arasında görme engellilerin yapabilecekleri spor branşlarını uygulamaktadır (Başbakanlık Görme Engelliler Federasyonu Başkanlığı, 2003).

B1: Görme yetileri yoktur. Işığı algılayabilirler ama yakından da olsa el şeklini tanıyamazlar

B2: Elin şekli algılanabilir fakat görme yeteneği 20/600"den daha iyi değildir. Görme perspektifleri görsel alanda 5 derecenin altındadır.

B3: Görebilme açıları 5-20 derece aralığındadır. 20/600-60/600 görme yeteneğine sahiplerdir.

2.2. Benlik Kavramı

İnsanlar geliştikçe çevresi genişleyip çevre ilişkileri zenginleşen bir varlık olduğundan yeni doğan çocuğun çevresel kavramları algılaması beklenemez. Çevresel ilişkilerin gelişmesiyle ayırt etme ve genelleme ve ayrıntıya inme gibi nitelikler kazanır. Bunun sonucunda 'ben' kavramı şekillenir, olgunlaştıkça ve çevresel ilişkilerinde sosyalleşmesi sağlandıkça, çocuk 'ben kavramı' kazanmaya başlar. Bireyin sosyal seviyesi, doğuştan gelen biyolojik yetileri, zekâ durumu, sahip olduğu yaşantıları ve imkanları içinde şekillenecektir. Bu yaşantılar; kendi kültürünün ortak yaşantıları ile kendisinin bireysel yaşantılarıdır. Kendi kültürünün yaşantılarından toplumun kendinden beklediği sorumlulukları öğrenir. Bu suretle kişi tek bir 'ben' değil, birçok 'benden' oluşan bir 'benlik kavramı' kazanır (Tan, 2000).

Benlik, fenomenal algı alanında 'Bana ait.' diyebileceğimiz yaşantılar bütünüdür. Kişinin benlik oluşumunun bilincinde olması kendisiyle alakalı düşünce, algı ve kanaatlerini kapsar; kendisinin kabulünü özetler (Cüceloğlu,1997,s.428).

Freud'a göre ise benlik cinsellik ve saldırganlık içgüdülerinin yer aldığı alt benlikle standart duyguların yer aldığı üst benliğe aracılık eden bölümdür. Benlik, dil, düşünce, akıl yürütme gibi bilişsel süreçleri içerir. Benliğin oluşması gerçek dünyayla alışveriş gereksinmelerinden kaynaklanır. Benliğin oluşumu kişinin iç dünyasının dışında bilişsel süreçlerden faydalanarak başlar (Özyürek, 2005, s.41). Hümanist yaklaşıma göre benlik, bir kimsenin kendine has ve çeşitli yaşantılarını, geçerli olan olan, iletişim için uygun terimlerle ve sembollerle ifade etmesidir (Kuzgun, 1995).

Benlik kavramı, kişinin kendini tanıma biçimi, kim olduğuna ve ne olduğuna ilişkin düşüncesidir. Benlik kavramı, çocuğun yalnızca kendi algıları ve umdukları ile değil hayatındaki önemli şahsiyetlerin (anne, baba, öğretmenleri, arkadaşlar) hakkındaki düşüncelerinden ve onlara karşı gösterdiği davranışlarından da etkilenir (Yavuzer, 2002).

Rogers'ın kişilik kuramında benlik kavramı ciddi anlamda vurgulanmaktadır. Rogers'a göre benlik kavramı, daha çok başkalarının birey üzerindeki yorumunu ifade etmektedir. Bireyin direkt olarak edindiği öznel yaşantıların toplamı benlik algısını oluşturmakta; bireyin kendini kabulü, dış çevredeki insanların yargılarıyla harmanlanarak benlik kavramını ortaya çıkarmaktadır (Rogers, 1959).

2.2.1. Benlik Saygısının (tasarımı) Tanımı (self-esteem)

Bazı araştırmacılar insan davranışlarının temelini koydukları benlik bilinci ile hareket ederek kendi kuramlarını oluştururlar. Bu kuramcılar bazı kavramların kullanılmasında farklılık gösterirler. Öyle olsa da, kişilik ve psikoterapi alanında uzmanlaşan bu araştırmacıların görüşlerinin temelinde benzerlikler görüldü. Farklı kuramcıların ifadelerine göre benlik saygısının ifadelerinde birkaç ortak noktaya bulunmaktadır. Bunlardan ilki benlik saygısı hakkında bireylerin edindiklerinin objektif olmadıdır. Bir başka ortak yön ise, kişinin sübjektif değerlendirmeleri neticesinde kendisi ile alakalı değerlilik yargısına ulaştığı sonucudur (Cüceloğlu, 1997).

Benlik saygısına değişik noktalardan bakılabilir (sosyal, akademik, aile, fiziksel, genel benlik saygısı) ancak, benlik saygısı toplamı denildiğinde bu ifade benliğin tümünü ifade edeceğinden, benlik saygısı değerlendiriliş biçimine göre farklılık gösterebilir (Aksaray, 2003) .

İnsan kim olduğunu ifade edebilme yeterliliğine sahiptir ve sonrasında bu kimlikten hoşlanıp hoşlanmadığı kararına varır. Bununla beraber benlik saygısı, bireyin kendisi ile alakalı öğrenmelere, bilişsel programlara ve değer sistemine dayalı olarak ifade ettiği değerlendirmedir şeklinde yorumlanabilir (Mc Kay and Fanning, 1992).

2.2.2. Benlik Kavramı ve Benlik Saygısının İlişkisi

Genelde benlik kavramı ile benlik saygısı paralel olarak ifade edilir fakat birbirlerinden farklıdırlar. Benlik kavramı bireyin yaşam süreci boyunca kendi iç dünyası ve çevresel etkilerle kendini değerlendirmesidir. Benlik saygısı ise bu değerlendirmenin ne kadar kabul edildiğinin karşılığıdır (Bıyıklı, 1989: Aksaray, 2003).

2.2.3. Benlik Saygısının Gelişimi

Çocuk, sosyal çevresine yanıt vermeye başladığıça öğrenir ve deneyim kazanır sonrasında çevresini etkilemeye çalışarak gelişimini devam ettirir(Atay, 2005). Kişinin bu çabaları, kendine ve kültüre has durumlarla yaşam sürecinde yüzleştiğinde oluşan küçükle 'ben'ler, kişiye has sistemli bir benlik algısı oluşturur. Bunlara bağlı olarak da bireyde duygu, düşünce ve davranış düzeni gelişir (Tan, 2000). Benlik çocuğun çevresi ile iç içe

olması ile gelişir (Özyürek, 2005). Bunun sonucunda da sosyalleşmenin bir ürünü olan benlik saygısı gelişmiş olur (Pişkin, 1996).

Çocuk çevresinin ve çevresindeki nesnelerin etkileşimiyle geri dönütler alır ve kendi yeteneklerinin ve yetersizliklerinin farkına varır ve böylece kendi benlik saygısı tanımına ulaşmış olur. Benlik saygısını düşük ya da yüksek benlik saygısı olarak ifade etmek gerekmektedir. Düşük benlik saygısı yaşamdan hoşlanmama, yalnızlık, kaygı, alınganlık, çabuk öfkelenme, depresif psikoloji, intihara meyil, suça yatkınlık ve madde bağımlılığı ile ilişkisi bulunmuştur. Birey sahip olduğu potansiyeli olumlu manada değerlendiremezse benlik algısı düşük olur. Yüksek benlik saygısında ise kendisini pozitif çerçevede değerlendirir. Değerlendirmelerin neticesinde akademik başarı, iç denetim, yüksek kazanç, kendini çekici bulma, girişkenlik gibi değişkenler ile ilişkili olan yüksek benlik saygısı gelişmektedir (Yavuzer, 1999).

2.3. Kendini Kabul

Benlik, bireyin kendisi ve çevresiyle alakalı algılarına ve tutumlarına olan saygısıdır. Benlik ile beraber, benlik kavramı veya benlik tasarımı, kendine saygı (self-esteem), kendini kabul (self-acceptance) vb. gibi bir takım kavramların da ortaya çıktığı görülmüştür. Benliğin bu ürünleri birbirleriyle ilişkili olup, bireyin kendisinin algı ve tutumlarını ifade etmektedir (Wylie, 1974; George and Bearon, 1980).

Bireyin kendine karşı geliştirdiği tutumların iki boyutu vardır;

1. Bilişsel (cognitive) boyut
2. Duygusal (affective) boyut

Kendine saygı, duygusal boyuttur. Bireyin ne olduğu, gerçek benliği ile ideal benliğini karşılaştırıp değerlendirmesi sonucu, kendine verdiği değer ne ölçüde olduğudur (George and Bearon, 1980).

Kendini kabul ise, bireyin ideal benliğine (bireyin ne olmak istemesi, nasıl bir tutum sergilemesine ilişkin kendisinin olan değer yargıları) ulaşamadığı yanlarını fark etmesi

sonucu, kişiliğinin parçası olarak benimsediği özellikleri kabul edip etmemesine ya da ne ölçüde kabul ettiğine ilişkin bir terimdir (Pannes, 1963; Wylie, 1974; İslam 1987).

Kılıççı (1985)'nin belirttiği üzere, kendini kabulde kendine saygıya kıyasla daha olgun, kapsamlı ve mütevazı bir benlik algısının varlığı ifade edilir. Kendine saygıda kendini beğenmek ve önemsemek gibi taraflı olumlu duygular mevcuttur. Kendine kabulde ise, kişinin tutarsızlıklarını ve sınırlılıklarını bilmesi ile çeşitli sorunları kendine has bir biçimde çözmeye yönelik daha gerçekçi bir özsaygıyı ifade etmektedir (Kılıççı, 1985).

Maslow (1973)'a göre; 'kendini gerçekleştirme' bireyin tümüyle odaklaşarak ve özümleyerek yaşamı doludolu ve coşku ile yaşamasıdır. Ona göre insan öncelikle mutluluk arar. Acıdan kaçmak çözüm değildir. İnsanın güçlü, mutlu iyimser ve pozitif yönleri Maslow' un psikolojisinin temelini oluşturmuştur. Maslow kendini gerçekleştirmiş, diğer bir anlatımla psikolojik bakımdan sağlıklı bireylerin kendilerini olduğu gibi kabul ettiklerini, kendilerinden şikâyetçi olmadıklarını, kendileri ile doyum sağladıklarını, noksanlıklarından ve kusurlarından ötürü rahatsız olmadıklarını belirlemiştir (Maslow, 1973).

Rogers (1959), iki kavram üzerinde yoğunlaşmıştır. Bunlardan birincisi olumlu saygı, kişinin başkaları tarafından kabul görmesi, sevilmesi ve başkaları tarafından hoşlanılması gibi yaşantıları içeren bir kavramdır. Olumlu benlik saygısı ise, kişinin çevreye bağlı kalmaksızın kendi benliğine olan olumlu tutumudur (Rogers, 1959).

Diğer insanlar tarafından pozitif olarak değerlendirilme ve kabul edilme gereksinimi yaşantıları algılama biçimini önemli ölçüde belirler. Birey için, kendisine yakın olan kişilerin tutumları çok önemlidir. Bunlar bazen onu hoşnut kılarken bazen de onu düş kırıklığına uğrattır. Bireyi hoşnut eden yaşantılar onun kendisine değer vermesini sağlar. Ancak bazen bireyin özyapısı, organizmik gereksinimleri, çevresindekilerin değerleri ile uyuşmayabilir. Bunun sonucu, bireyin kendisi için önemli olan kişilerin, olumlu karşıladıkları davranışlara yönelmeye, beğenmedikleri davranışlardan giderek kaçınmaya ya da vazgeçmeye başlar. Ancak, bir de bireyin kendini gerçekleştirme eğilimi temel bir güdü olarak varlığını sürdürmektedir. Bu nedenle bireyin kendini gerçekleştirme eğilimi ile çevreden gelen değerlendirmeler bağdaşmadığı zaman bir çatışma durumu ortaya çıkar (Gençtan, 1981).

2.4. Görme Engellilerde Benlik Saygısı ve Kendini Kabul

Görme engelli bireyin çevreden aldığı dönütler onların bağımlı ve bir şey yapmaktan aciz olduğu düşünülmediğinden dolayı görme engelli aileler ve eğitimcilerinin de bu yaklaşıma yakın tavırlar sergilemesi veya duyarsız olmaları görme engelli bireylerin kendilerini ifade edememelerine ve ikili ilişkilerde zayıf kalmalarına neden olduğu düşünülmektedir. Görme engellilerde benlik saygısı çevrede örnek aldığı kişilerin tutumları etkili olmakta ve süreci etkilemektedir.

Harvey and Greenway (1984), benlik kavramının yapısı ile ilişkili olarak, bireyin bilinçli çevre ve benlik algısının, onun davranışlarının ve kendine değer verme duygusunun önemli belirleyicileri olduğuna değinilmektedir. Onlara göre, vücudumuzun çeşitli kısımları ve bağlantıları bu algıların önemli bir parçası olduğu için, fiziksel gelişimdeki özürlerin ve özellikle doğuştan olanların bireyin benlik saygısı üzerinde zararlı etkileri olduğu varsayılmaktadır.

Kashani (1986) ise, benlik kavramının en önemli yanının, ana- baba dâhil çevrenin ne düşündüğüne bağlı olarak geliştiğini belirtir. Engelli kişi, kişilik temelini ve benlik kavramının oluştuğu okul öncesi yıllarda fiziksel bozukluğunun, noksanlığının ve oluşum bozukluğunun daha iyi farkına varır. Özüne bilinçli olduğu halde, başkalarının tepkileri onun duygularını incitir.

Kendini kabul kavramının gelişmesinde, bedensel ve ruhsal özelliklerinin etkisi büyüktür. Kişinin önce kendi yetersizliği ile uyum sağlaması gerekir. Hele bu körlük gibi güvenlik ve özgürlüğü sınırlandıran bir eksiklik olunca kişinin kendini kabul gelişiminde önemli bir yeri olacaktır. Böylece görme engelinin yetersizliğine karşı takınacağı tutum, kişilik ve uyumunun biçimlenmesinde önemli etkiler yapacaktır. Gerek yakın ailesi gerekse geniş çevrede bu durumda olan bireylere karşı olumsuz görülebilen tutum ve tepkiler etraflıca bulunmaktadır. Bu inanç, tutum ve tepkiler doğal olarak görme engelli bireyin kendini kabulün oluşup gelişmesine etki yapan başka bir etmen olacaktır. Bu tutumun karşıtı olan tutumsa görme engellileri, ruhsal özellikleri görenlerden tamamen ayrı bir varlıkmış gibi düşünmektir. Görememenin gelişim ve uyum üzerinde özel bazı etkileri olmakla beraber bunlar, aşağılık, güvensizlik duyguları başkalarında da görmeme dışındaki nedenlerle gelişebilmektedir. Görmeyen bireyler görenlere göre, duygu ve

güdülenme içsel süreçlerde farklı nitelik ortaya koymazlar. Bundan dolayı onları diğerlerinden ayrı düşünmek hatalı bir tutum olmaktadır (Enç, 2005).

Başka bir çalışmada, engelli bireylerin özürleri nedeniyle yeterli bir benlik kavramı formüle etmeleri konusunda çok sayıda sorunları vardır. Engelli birey toplumsal yönden reddedilmekten, incinmekten, kazalardan, gereksiz çabalarından dolayı acı duyabilirler. Bu etmenler, onun kendi sınırlılıkları ve yeterliliklerini gerçekçi bir biçimde algılamasını güçleştirir. Ana babanın aşırı sevgisi ya da duygusal reddi sonucu engelli kişi aşağılık ya da yetersizlik duygusuna kapılabilir. Aynı durum, toplumun genelde koruyucu uyumundan da kaynaklanabilir (Telford and Sawrey, 1972).

Combs and Syngg (1959) üzerinde durdukları önemli bir gereksinim vardır: 'Yeterlilik Gereksinimi'. Bu gereksinim temel bir gereksinimdir. Tüm bu davranışların amacı, bireysel yeterlik sağlamaktır. Benlik, sürekli olarak kendini sürdürmek ve yüceltmek peşindedir. Kendini gerçekleştirme olarak nitelendirilen duygu budur.

Yeterli kişi yaratıcı ve kararlıdır; etkin davranışlarda bulunur; bağımsızdır. Kendini kabul eder, değerli bulur. Kendini kabul etmeyen kişilerin kendilerine saygısı azdır. Kendini gerçekleştirme gereksinimindeki bozulma ve doyumsuzluk sonucu, kaygı, suçluluk ve saldırganlık gibi olumsuzluklar ortaya çıkar. (Erkan, 1990).

2.5. Benlik Saygısı ve Kendini Kabulün Sporla İlişkisi

Sportif etkinliklerin bedeninin özürlerini kabul noktasında ve geldiği noktanın kabulü noktasında yapılan çalışmalar sonucunda araştırmacılar; bu iki noktada sportif etkinliklerin dolaylı bir rol alabileceğini düşünmüşlerdir.

Sporun benlik algısına etkisinin öngörüldüğü bir çalışmada iki grup ele alınmış ve altı ay boyunca sistemli bir antrenman programı bir gruba uygulanmış diğer gruba ise uygulanmamıştır. Sonuçta düzenli antrenman yapan grubun bedeni algılarının diğer gruba göre ciddi anlamda üstün olduğu görülmüştür (İkizler, 2002).

Sportif hareketler ve kişilik arasındaki bağıntı üzerinde yapılan çalışmada O. Neumann gençlik çağında spor ile uğraşan ve uğraşmayanları karşılaştırmış spor

yapanların yapmayanlara göre daha çalışkan, girişken, sebatkâr ve zorlu şartlarda diğerlerine göre ayakta kalabildiklerini ifade etmiştir. (Tiryaki, 2000).

Bedeni etkinlik ve fiziki sağlığın araştırma konusu olduğu çalışmaların sayısı sporun psikoloji üzerindeki etkisinin incelendiği çalışmalara göre sayısal anlamda çok fazla olduğu görülür, sporun psikolojik etkisi dört kavram üzerine yoğunlaşmıştır, bunlar duygu-durum, korku, depresyon ve benlik tasavvurudur (İkizler, 2002).

İngiltere’de milli takım seviyesinde 57 tenisçi üzerinde yürütülen bir çalışmada, tenis sporcularının spor yapmayanlara göre daha girişken olduğu, fakat tenisçilerin içinde en başarılı olanların içe dönük nitelikler taşıdığı görülmüştür (Akt: Tiryaki, 2000).

Doğan, Doğan, Çorapçioğlu ve Çelik (1994), yükseköğrenim gören öğrenciler arasında sosyal etkinliklere katılma yüzdeleri ve benlik saygıları seviyelerinin araştırıldığı çalışmalarında, spor yapanların bedeni algılarının daha iyi olduğu sonucuna varılmıştır. Sosyo-ekonomik düzeyleri ve benlik saygısı oranları yüksek olanların sportif aktivitelere daha çok katıldığı görülmüştür.

2.6. Kendini Kabul İle İlgili Yurtdışı Araştırmaları

Bu konu ile ilgili yapılan çalışmalar kısıtlı olup daha çok yakından bağlantısı olan benlik kavramı üzerinedir. Bu anlamda yapılan çalışmalar kendini kabul anlamında kısıtlıdır ve nedenleri şunlardır:

Birincisi kendini kabul kavramına gösterilen ilginin daha çok kuramsal düzeyde kalması ve yapılan araştırmaların çok sınırlı olmasıdır. (Kılıççı, 1981).

İkincisi, kendini kabul konusunda geliştirilen ölçeklerin daha çok özürlü olmayan öğrenciler üzerinde uygulanmasıdır. Bunun yanı sıra, danışanlar ve ruhsal bozukluğu olan kişiler üzerinde çalışmalar yapılmıştır (Wylie, 1979).

Üçüncüsü, sakatlığın kişisel ve toplumsal işlevler üzerindeki psiko-sosyal etkileri konusundaki çalışmaların duraklamasına karşın, benlik kavramına ilişkin çalışmaların artmasıdır (Connor ve arkadaşları, 1971).

Daha geniş bir anlam içerdiği için araştırmalar benlik kavramı üzerine yoğunlaşmıştır. Yapılan araştırmalar genelde özürlüler ve olmayanların karşılaştırıldığı çalışmalardır.

Coker (1979), yatılı olan ve olmayan ilkokul çocukları üstünde yaptığı çalışmada Pierre ve Haris benlik kavramı testini kullanmış ve çocukların pozitif bir benlik algısına sahip olduklarını bulmuştur. Coker yaptığı araştırmada öğrencilerin akademik yeterliliklerin Stanford Başarı testi ile değerlendirmış ve her iki okula da öğrenci başarılarını eşit bulmuştur. Bu araştırmada benlik saygısı ve okul başarısı arasındaki ilişki ortaya konmaya çalışılmış fakat veriler incelendiğinde herhangi bir ilişki saptanamamıştır.

Ford (1985), Siyahi öğrenciler üstüne yaptığı araştırmada, benlik kavramı ile okul olgusu arasındaki bağıntıyı ortaya koymaya çalışmıştır. Araştırma denekleri 53 erkek, 45 kız toplam 98 öğrencisinden oluşmuştur. Araştırmasında ayrıca benlik kavramını kendini kabul, kendine saygı gibi farklı yönlerde incelemiş, cinsiyete göre fark olup olmadığını incelemiştir. Çalışmanın sonucunda, benlik kavramının farklı aşamalarında anlamlı fark bulunamamıştır. Erkek öğrencilerin kendini savunma ve kendine güven oranları kızlara göre yüksek çıkmış, kızların ise sosyal güven puanları yüksek çıkmıştır. Kendini kabul seviyesi yüksek öğrencilerin okula karşı pozitif duygular beslediği görülmüştür.

C. Sherrill, B. Gench ve arkadaşları (1990), Çalışmalarında 26 erkek, 27 kız üst düzey görme engelli atletizm sporcusu kullanmışlardır. Katılanların hepsi uluslar arası organizasyonlara katılmışlar ve erkeklerin yaş aralığı 17-38, kızların ise 17-29 aralığındadır. Çalışmanın amacı üst düzey sporla uğraşan kör atletlerin kendini kabul düzeyini belirlemektir. Çalışmada kör atletler gören atletlerle karşılaştırılmış ve görme engellilerin psiko-sosyal gelişimleri hakkında olan kısıtlı bilgiye katkı yapmak amaçlanmıştır. Çalışmanın sonucunda görme engelli atletlerin kendini kabul seviyeleri, gören atletlerle eşdeğer çıkmıştır.

Legg (1981), 134 ortaokul öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmasında amacı, kendini kabul, benlik kavramı ve denetim mekanizması gibi kavramların çocuk ve ergenlerdeki ilişkisini belirlemektir. Çalışmanın sonunda, kavramların sonuçları ve sınıf seviyeleri arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Omizo and Omizo (1987), Araştırmalarında aile dzeneni olan grupla boşanmış anne babalarının, ilköğretim çağındaki 5 ile 9 yaş arası, 34 kız ve 26 erkek çocuklarına grup psikolojik danışma uygulayarak ailelerin çocuklarına olan tutumlarının benlik tasarımına ve kendini kabule olan etkisi araştırılmıştır. Dzenli hayatı olan ailelerin çocuklarıyla boşanmış ailelerin çocukları arasındaki iletişim pozitif tutum geliştirmiş ve ailelerinde çocuklarına olan tutumunu geliştirmiştir.

1.6.1. Türkiye’de Yapılan alışmalar

Ülkemizde bu konuyla ilgili olarak Bıyıklı (1989), ergenlerle yaptığı çalışmada ergenlerin benlik kavramları ve aile tutumlarını algılayışları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını araştırmıştır. Yaş ortalaması 16 olan 38 görmeyen, 33 işitmeyen, 34 ortopedik engelli ve 37 gören ergen üzerinde yalpan araştırmada benlik kavramını ölçmek için Piers Haris Ölçeği kullanılmıştır. Benlik kavramı açısından işitme engelli grup dışında diğer gruplarda anlamlı bir fark çıkmamıştır.

Bacakoğlu (1996), araştırmasında; 14–18 yaşları arasında 30 görme engelli, 30 gören çocuk ve annelerinden oluşan toplam 120 kişi denek katılmıştır. Bu araştırmanın deney grubunu, 13“ü kız, 17“ si erkek 30 adet görme engelli birey ve bunların annelerinden oluşan 60 kişi oluşurmaktadır. Kontrol grubu ise 13“ü kız ve 17“si erkek 30 gören ve bunların anneleri olmak üzere toplam 60 kişiden oluşmuştur. Bu çalışmada genel olarak gören ve görmeyen çocukların benlik kavramlarının gelişmesiyle aile tutumu arasında bir ilişki olup olmadığı sorusuna cevap aranmıştır. Bu soruya cevap bulabilmek için de çocukların kendi benliklerini değerlendirmeleri, kendi benliğiyle ideal benliği arasındaki değerlendirmelerin farklılaşması, çocuğun aile tutumunu algılayışı, ailenin çocuğunu tanıması ve ailenin tutumu araştırılmıştır. Böylece hem çocuk açısından hem de anneleri açısından gören ve görmeyen çocukların benlik kavramları ve aile tutumları tespit edilmeye çalışılmıştır. Self Sort, Ideal Sort, SPT-B ve ailelerine uygulanan SPT-A ölçekleri kullanılmıştır. Bu çalışmadan elde edilen verilere göre; gören deneklerle görmeyen denekler arasında benlik kavramları açısından ve uyum puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı, gören ve görmeyen çocuğa sahip annelerin çocuğa karşı tutumu araştırıldığında, görmeyen çocuğa sahip annelerin kabul ve ret puanları gören çocukların annelerine göre anlamlı bir şekilde yüksek olduğu, annenin tutumuyla çocuğun benlik kavramı arasında ilişkinin anlamsız düzeyde olduğu, görmeyen çocuğun aile tutumunu

algılayışı ile benlik kavramı arasında sadece acıma boyutunda negatif bir ilişki görülürken, gören çocukta ise kabul boyutunda pozitif bir ilişki görüldüğü, iki grup annenin, çocukların benlik kavramlarını değerlendirmesi arasında da anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir.

Koç (2003), ergenlikte benlik gelişimi ve din ilişkisine bakmış, araştırmaya katılan örneklem grubun benlik tasarım düzeyleri ile bağımsız değişkenlerden yaş, başarı düzeyi, ailenin sosyo-ekonomik düzeyi, anne ve babanın meslekleri, anne ve babanın öğrenim durumları, farklı anne ve baba tutumları, aile bireyleri arasındaki ilişki ve ailenin dindarlık düzeyini algılama arasındaki ilişkiler istatistiksel olarak anlamlılık düzeyine ulaşmıştır. Buna göre 12–16 yaş grubunda bulunanların benlik tasarımı puan ortalamasının 17–21 yaş grubunda bulunanların puan ortalamasından yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmaya katılan örneklem grubun benlik tasarım düzeyi ile toplam dindarlık, dindarlığın alt boyutları olan dini inanç, dini duygu, dini davranış ve dini bilgi boyutu düzeyi arasındaki korelasyonların istatistiksel olarak anlamlılık düzeyine ulaştığı görülmüştür. Buna göre örneklem grubun benlik tasarım düzeyi yükseldikçe toplam dindarlık düzeyi de yükselmektedir, sonucuna varılmıştır.

Gürhan (1986), “Lise öğrencilerinin Benlik Tasarım Düzeylerini Etkileyen Bazı Etmenler” adlı çalışmasının aşamalarından elde edilen verilere göre, lise çağı öğrencilerin benlik tasarım seviyeleri özlük niteliklerinden kültürel niteliklerine ve ana- babalarının davranışsal özelliklerine kadar farklı boyutlarda etkilenmektedir. Okul hayatında serbest zaman faaliyetlerine katılan ve spor ile uğraşan öğrencilerin benlik tasarım seviyeleri uğraşmayanlara göre üst seviyelerdedir. Anne ve babaların eğitim farkları çocuklarının benlik tasarımının gelişiminde bir avantaj olduğu görülmüştür.

Bacakoğlu (2002), çalışmasında görmeyen çocuklarda benlik kavramı ve rasyonel düşüncenin gelişmesinde, rasyonel duygusal eğitim programının (RDE) etkisi araştırılmıştır. Çalışmaya 10–13 yaş arasında 42 öğrenci katılmıştır. Çalışmada Ön-Son test modeli uygulanmıştır. Sonuçlar, benlik kavramının ve rasyonel düşüncenin gelişiminde RDE programının etkili olduğunu göstermiştir. Ön- son test uygulamaları arasında oldukça makul farklar çıkmıştır. Sonuçlara yaş ve cinsiyet açısından bakıldığında, hem kızların hem erkelerin yaşları ne olursa olsun RDE programından faydalandıkları görülmüştür.

İslam (1987), deneysel metot kullanarak huzurevinde hayatını devam ettiren 36 yaşlı birey üzerinde yaptığı deneysel çalışmasında, yaşlılardaki kendini kabul oranına bireysel

psikolojik danışmanın etkisini araştırmıştır. Araştırma sonucunda, psikolojik destek yardımı alan yaşlı bireylerin kendini kabul oranlarında artış görülmüştür.

Güneysu ve Bilir (1988), Yüksekokul öğrencilerinin kendini kabul düzeyine, cinsiyet, aile yapısı, anne ve babanın tutumu ile öğrenim düzeyi, kardeş sayısı gibi değişkenlerin etkisini ölçmek için Kılıççı'nın 1981 yılında geliştirdiği kendini kabul envanteri ve Kuzgunun 1972 de geliştirdiği anne-baba tutum envanterini kullanarak etkisini ölçmek istemiş ve sonucunda da kendini kabul düzeyine değişkenlerin etkili olduğunu belirtmişlerdir.

Kandemir (1991), Çalışmasında gençlerin kendini kabul seviyesi ve bu seviyenin, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum, doğum sırası, kardeş sayısı, aile yapısı, anne ve babanın öğrenim düzeyi gibi değişkenlerden etkilenip etkilenmediğini araştırmıştır. Araştırmaya 60'ı erkek 60 kız, toplam 120 genç katılmıştır. Araştırmaya katılanlar, Ankara'nın sosyo-ekonomik düzeyi farklı olan semtlerden lise öğrencileri katılmış ve sosyo-ekonomik düzeyi iyi olan öğrencilerin kendini kabul oranlarının yüksek olduğu görülmüştür. Diğer araştırma başlıkları altında gruplar arasında önemli farklar bulunamamıştır.

Özkan (1994), güdümlü ve güdümsüz gruplara psikolojik danışmanın, öz saygı ve kendini kabul algıları üzerine yapmış olduğu doktora çalışmasında yaşları 18-25 aralığında iki gruptan oluşan 20 kişiyi incelemiştir. 10 oturumdan oluşan araştırmada grup psikolojik danışmanlığının kendini kabul algısı üzerindeki etkisini, cinsiyetin ve sosyo-ekonomik düzeyin kendini kabul noktasındaki varlığını araştırmış. Araştırma sonuçları aşağıdaki gibi çıkmıştır;

1. Güdümlü ve güdümsüz gruplarla beraber psikolojik danışma oturumlarında bulunan deneklerin olumlu kendini kabul gösterdikleri görülmüştür.
2. Güdümsüz grupla psikolojik oturumlarda bulunanların öz-saygı ve kendini kabul seviyeleri, güdümlü grupla psikolojik danışma oturumlarında bulunanlara göre daha etkili olduğu görülmüştür.
3. Cinsiyet farklarına göre anlamlı farklar bulunamamıştır (Özkan,1994).

Süleymanoğlu (1994), Psikolojik danışma ve rehberliğin kendini kabul düzeyine olan etkisini incelemek için yapılan bu araştırmasında 238 kız ve 173 erkekten oluşan toplam 411 kişilik üniversite öğrencisini kullanmıştır. Çalışmanın sonucuna bakıldığında

rehberlik hizmeti alan ve almayanların arasında kendini kabul anlamında fark bulunamamıştır.

Gençdoğan (1994), araştırmasında, Atatürk Üniversitesinin de okuyan 191 kız, 324 erkek toplam 515 üniversite 2. Sınıf öğrencisi üzerinde depresyon ile kendini kabul arasındaki ilişkiyi araştırmıştır ve depresyonla kendini kabul arasında negatif anlamlı farklar bulunmuştur. Depresif hareketlere cinsiyet üzerinden bakarak ta kızların daha depresif olduğu ortaya konmuştur. Cinsiyet ile kendini kabul arasında anlamlı fark bulunamamıştır.

Güripek (1993), Çalışmasında yaşları 17 olan gençlerin farklı değişkenler kullanarak kendini kabul düzeyleri incelenmiştir. Kendini kabul seviyesi; sosyo-ekonomik seviyesi düşükte olsa ailesinin yanında kalanlar, kardeş sayıları, kaçınıcı çocuk olduğu, aile yapısı, bakım kurumlarında kalmaları, kuruma neden alındığı, ne kadar kaldığı, kardeş durumları, ziyaretçisinin olup olmadığı gibi değişkenler kullanılarak ölçülmüştür. Araştırmaya toplam 150 genç katılmıştır. Araştırmanın sonucunda sosyo ekonomik düzeyi zayıf olsa da ailesinin yanında kalanların bakımevlerinde kalanlara göre yüksek oranda kendini kabul düzeyleri olduğu görülmüştür. Diğer değişkenlerin kendine kabule etkisi görülmemiştir. Ancak kardeş sayısının bu manada etkili olduğu ortaya konmuştur.

Yapılan çalışmalara baktığımızda değişik gruplara farklı değişkenler uygulanarak araştırma sonucunda elde edilmek istenen sonuca ulaşılmaya çalışılmıştır.

2.7.Sporun Tanımı

Doğan'a (2005) göre spor, hedefi, belli kuralları ve teknik yöntemleri olan, yapanlar kadar izleyenlere de haz duyma ve coşku gibi duygular yaşatan, sporcuları ve izleyenleri bütünleştiren bir etkinlik kümesidir.

Spor kavramı çok yönlü ifade edilebildiği için farklı yazarlar tarafından değişik şekilde yorumlanmıştır. Bunun nedeni ise, sporun kapsamı, branşları, hedefleri, içerikleri ve yapılış şekilleri farklı biçimlerde algılanıp değerlendirilmesinden kaynaklanabilir (Yetim 2006).

Günümüzde nitelikli yaşamın değişmez parçası olan spor kişiyi dengeli ve kabul edilebilir bir benlik geliştirmesinde etken rol oynamaktadır. Ayrıca spor bedensel niteliklerin kabul edilen aşamalarla kaybedilmesi hatta daha uzun bir süreçte deformasyonunun olmasını ve sağlıklı bir duygusal gelişim göstermesini sağlayabilmektedir.

2.7.1. Sporun Eğitimdeki Yeri ve Önemi

Spor ve sportif faaliyetlerin ergenlik çağı bireylerin hareket etme ve heyecan duyma isteklerine verdiği tam karşılık sporun öneminin gün geçtikçe kendini hissettirmesine neden olmaktadır ve bu yaş grubu insanların orta öğretim ve lise çağı çocukları olduğu düşünüldüğünde bu anlamda sporun eğitsel açıdan önemini açıklamak doğru olacaktır.

Bireyi Yaşam İçin Hazırlamak; Spor bu amacı gerçekleştirmeye yönelik olarak, bireyin fizyolojik yönden gelişimine katkı sağlar, çevresindeki eşyaları kullanabilmesi için gerekli olan becerilerin kazanılmasında pratik yapma imkânı sağlar, bunu yaparken de bireyin akıl yürütme ve karar alma yeteneği gibi özelliklerin gelişmesine yardımcı olur; aynı zamanda birey için önemli olan boş vakitlerini daha sağlıklı ve verimli bir şekilde değerlendirmesinde bireye yol gösterir ve imkânlar sağlar (Duman, 2009).

Bireyin Çevresini Benimsemesiyle Birlikte Toplumun Değer Yargılarını, Psikolojik Gelişme ve Davranış Kurallarını Geliştirmek; Spor bu amacını gerçekleştirmek için, açık havada yapılabilecek spor ve sportif faaliyetlere önem vererek doğayı ve çevreyi sevmeye, temiz hava ve güneşten faydalanabilme gibi özelliklerin gelişmesine katkıda bulunur. Aynı zamanda spor ve sportif faaliyetlerde bulunurken kuralları ve disiplini benimseme çalışmaları ile de toplumsal sorumluluğu geliştirmek, yasa ve kurallara uymak gibi zorunlulukların bireyde kolayca yerleşmesinde; aynı zamanda bu kurallar sayesinde başkalarının kişiliğine saygılı olmasına ve hak kavramlarının geliştirilmesine de katkıda bulunur (Duman, 2009).

Bireyi Ekonomik Yönden Geliştirmek: Spor bu amacını; bireyin yapıcı ve üretken yeteneklerini geliştirmek, iş gücü ve meslek sorumluluğunun gelişimine katkı sağlamak iş ve çalışmalarda daha verimli olmasını sağlamak suretiyle gerçekleştirir. Bütün bunları

yaparken de bireyin ailesine, çevresine ve okuluna çeşitli görev ve sorumluluklar yükler (Doğan, 2009).

Toplumlar, insanın fiziksel gelişiminin yanı sıra zihinsel, duygusal ve sosyal gelişimini sağlayan spor eğitime oldukça önem vermişlerdir. Gerçekten de spor eğitimi, insanın fizik ve ruh yapısını geliştiren hareket faktörünün hemen her çeşidini ve bütün prensiplerin kapsayan en uygun araç olup, genel eğitimin bir parçasıdır (Dolaşır, 2006).

Günümüz okul spor eğitiminde temel hedef, bu programlara katılan bireylerde zindeliği arttırmak ve yaşam kalitesini yükseltmektir. Bu da ancak bireylerin keyifli ve verimli fiziksel etkinlikler ve spor etkinliklerine katılımı bir alışkanlık haline getirmelerini sağlamakla olanaklı olabilir. Zaten amaç, insanların yaşamları boyunca düzenli olarak spor yapmaları için gerekli olan bilgi, beceri ve tutumu kazanmalarını sağlamaktır. Eğitim programları bildik okul programıyla sınırlı kalmayıp genişledikçe kamusal ve özel alanlarda verilen çağdaş spor eğitimi, spor bilimi ve spor programları eğitim hedeflerine ulaşılmasında önemli rol oynayabilir (Demirhan, 2005).

2.7.2. Görme Engelliler ve Spor

Ülkemizde 1980 yılında engelli gruplarda spor faaliyetlerine başlanılmış, 1990 yılında Türkiye Özürlüler Spor Federasyonu (TÖSF) kurularak tüm engelliler bir çatı altında toplanmıştır. Federasyonunun kuruluş gayesi şöyledir: “Özürlü sporcuların gerçekleştirdikleri tüm sportif etkinlikleri bünyesinde toplayıp geliştirmek, bu çalışmalarını, bu çalışmalarını yurt düzeyinde yaygınlaştırıp, sporu rehabilitasyonu bir parçası haline getirmek ve uluslararası etkinliklerde özürlü sporcuya çağdaş yarışma ortamının hazırlanması için gerekli çalışmaları planlamak ve uygulamak”.

TÖSF bünyesinde kuruluşundan itibaren 4 ana özürlü grubun faaliyetleri yer almaktadır:

1. Bedensel Engelliler
2. Zihinsel Engelliler
3. İşitme Engelliler
4. Görme Engelliler

2000 yılında Görme Engelliler Spor Federasyonu kurularak (GESF) faaliyetlerine başlamıştır. GESF Atletizm, Goalball, Futbol, Satranç, Halter, Judo ve Yüzme dallarında faaliyet göstermektedir. Federasyonun Amaçlarını şu şekilde özetleyebiliriz:

1. Sorumluluğundaki spor branşlarını geliştirmek ve bunun için her türlü önlemi almak,
2. Görme engelli vatandaşlarımızın moral ve motivasyonlarını yükseltmek için onları spora yönlendirmek,
3. Uluslararası arenada ülkeyi en iyi şekilde temsil etmek ve bu anlamda sporcu ve çalıştırıcı yetiştirmek,
4. Çatısı altında bulunan branşların denetimini ve teknik takibini yapmak,
5. Sporcu başarısını ödüllendirmek,
6. Görme engellilerin becerebileceği spor branşlarını geliştirip yurt genelinde uygulanmasını sağlamak,
7. Yurt genelinde kulüp ve lisanslı sporcu sayısını arttırmak,
8. Kamplar açarak gelişim ve eğitim olanağı sağlamak,
9. Görme engellilerin spor bilincini geliştirmek,
10. Görme engellilerin tümüne ulaşarak altyapıya önem vermek,
11. Görme engelli spor faaliyetlerini 81 ilde uygulayabilmek,
12. Dünyada ve Avrupa'da, paralimpiklerde üst düzey derece kazanmak

2.7.3. Görme Engellilerin Kendini Kabul Etmesinde Sporun Etkisi

Fiziki engeli olmayan kişilerin yaptığı sportif faaliyetlerin, engelli bireyler tarafından yapılabileceği hatta engelli bireylerin rehabilite süreçlerinde kullanılabileceği yıllarca düşünülmemiştir. Ancak konuya 19. Yüzyılın sonlarına doğru bilimsel ve modern metotlarla eğilinmiş ve önem kazanmıştır. Bulduğumuz yüzyılda ise farklı yönleriyle gelişmiş ve spor rehabilite amaçlı fiziksel egzersizlerde ciddi anlamda etki göstermiştir (Norman, 1981).

Sportif etkinlikler toplumun engellilerin varlığını görmesini sağlayarak, negatif davranışların değişmesine katkı sağlamaktadır. Yapılan sportif aktiviteler engelli bireyin paylaşım ve kişiler arası uyumunu geliştirerek yaşam kalitesini yükseltir. Açıklamalar çerçevesinde spor engelli bireye hayatı boyunca önerilmektedir (Özyürek, 1998).

Sporun engelliler için önemi aşağıdaki gibi maddelenebilir;

- Engelli bireyin kendi kararlarını verme yeteneğini geliştirerek, bağımsızlık duygusunun artmasına yardımcı olur.
- Engelli bireyin sahip olduğu sosyal çevreyi geliştirir ve iletişim becerilerinin artmasını sağlar.
- Engelli bireyin kendi beceri ve yeteneklerine olan inancını artırarak, özgüven gelişimine yardımcı olur.
- Engelli bireyin sahip olduğu engel nedeniyle yaşadığı psikolojik gerginlik ve bunun sonucu oluşan sosyal sorunları aşmasında önemli rol oynar.
- Engelli bireyin kendini toplumdan soyutlamasını engeller ve hayata bağlanmasına yardımcı olur.
- Sportif etkinlikler sonucunda engelli birey rahatlar, iyi vakit geçirir ve eğlenir.
- Sporun zihinsel ve fiziksel kapasitede sağladığı gelişme ile motor, denge, el-göz koordinasyonunda sağladığı iyileşme engellinin eğitiminde ve rehabilitasyonunda olumlu etkiler yapar.
- Engelli bireyin aktivitelerde sergilediği performans kişilik gelişimine yardım ederken toplum tarafından engelli olmanın ötesinde sporcu olarak kabul görmesini sağlar.
- Engelli bireyin entelektüel kapasitesi ve problem çözme yeteneği artar. Spor, engellinin ailesi tarafından yeteneklerinin farkına varılarak kabul görmesini sağlar (Özer, 2001).

Görme yetersizliğinden etkilenmiş olma, beden eğitimi ve spor için sınırlayıcı bir koşul değildir. Görme engelli kişilere çok miktarda kas gücü ve dayanıklılık egzersizleri uygulanabilir. Gelişimsel egzersizler vasıtasıyla görme yetersizliği olan kişiler iyi beden duruşu, düzgün yürüme, koşma, yüzme gibi birçok beceriyi kazanabilirler. Ayrıca fiziksel

eğitim programları, fiziksel açıdan canlı ve iyi bir kas koordinasyonu olan, sağlıklı beceriler yaratabilirler, kendine güvenme ve gören kişiler tarafından kabul görme gibi toplumsal ve duygusal yararları da vardır (Terzi, 2011).



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. YÖNTEM

Çalışmanın bu bölümünde, araştırmanın modeli ve deseni, çalışma grubunun nitelikleri, kullanılan veri toplama araçları ve araçların gelişim hikâyeleri, kullanılan test bataryalarının uygulama aşamaları, verilerin toplanması ve verilerin analizi alt başlıklarından oluşmaktadır.

Lise çağı aktif spor yapan ve yapmayan görme engelli bireylerin benlik tasarımı farklarının karşılaştırılması konulu çalışmamızın yöntem bölümü araştırmanın yöntemi, evren-örneklem, veri toplama araçları, bilgilerin toplanması ve verilerin çözümlenmesinde uygulanacak istatistiksel yöntemlerle ilgili açıklamalar yer almıştır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmanın amacına ulaşması için yapılan çalışma tarama (survey) modelli bir çalışmadır. Tarama araştırmalarının amacı; Belirli bir konunun varlığını olduğu gibi ortaya çıkartmak, tutumları ve davranışları ifade etmek, mukayese ederek ve betimleyerek araştırmaktır (Karasar, 1991). Lise çağı aktif spor yapan ve yapmayan görme engelli öğrencilerinin benlik tasarımı farklarının karşılaştırıldığı çalışmada, var olan durumu ifade etmek istediğinden, tarama modelini betimsel bir araştırma olarak desenlenmiştir.

3.2. Evren ve Örneklem

Bu çalışmanın evrenini 2014 – 2015 öğretim yılı Ordu ili ve çevresinde bulunan dört farklı ilçesinde yaşayan görme engellilerden oluşturmaktadır. Çalışmanın örneklemini ordu ili ve çevre ilçelerde yaşayan yaşları 16 – 19 arasında değişen aktif spor yapan ve yapmayan toplam 40 görme engelliden oluşmuştur.

3.3. Veri Toplama Aracı

Spor yapan ve yapmayan görme engelli öğrencilerin benlik tasarımı farklarını ölçmek için Temuge (1987) tarafından geliştirilen 'Kendini Kabul Envanteri Lise Formu' (EK- 2) kullanılmıştır. Bu envanterin orijinali, 1981 yılında Kılıççı tarafından üniversite öğrencileri için geliştirilmiştir.

Kendini kabul Envanteri 10 alt ölçüt üzerine ve bu ölçütler içinde yer alan 116 kritik davranışı ifade eden sorulardan oluşmuştur. Bu ölçütlerin her birinin kapsadığı envanter maddeleri aşağıda belirtmiştir

1. Kendini bazı konularda yeterli sayma ve bazı yaşam sorunlarını kendine göre çözüme başarılı olacağına inanma (1-9. maddeler).
2. Kendi davranışlarının sorumluluğunu kabullenme (10-21. maddeler).
3. Kolaylıkla aşırı suçluluk ve pişmanlık duygularına kapılmama (22-31. maddeler).
4. Aşırı ölçüde mahcupluk ve utangaçlık göstermeme (32-46. maddeler).
5. Kendi değer ve inançlarına uygun yaşama (47-57. maddeler).
6. Beden ve fizik yapısını kabullenme (58-70. maddeler).
7. Kendi cinsiyetini kabullenme (71-77. maddeler).
8. Kendini başkalarının kabul ettiğine inanma (78-92. maddeler).
9. Kişiliğinde bazı olumlu ve değerli yanların bulunduğuna inanma (93-107. maddeler).
10. Olumlu yönleri kadar olumsuz yönlerini de kişiliğinin bir parçası sayma (108-116. maddeler (Erkan,1990).

Araştırmamızda kullanılan Kendini Kabul Envanteri Lise Formu, geçerlik çalışmasında belirtileceği üzere, 116 maddeden oluşmuştur. Maddelerin karşısında yer alan 'evet' ve 'hayır' sütununun altındaki ifadeler 'memnunum' (M) ve 'şikâyetçiyim' (Ş) olmak üzere ikiye indirilmiştir. Bunların yanı sıra, bir de 'kararsızım' (Kz) sütunu yer almıştır.

Envantere ilişkin olarak, araştırmacı Kılıççı, envanterin lise formunun ortaokul öğrencilerine uygulanabilmesi için ortaokuldan herhangi bir sınıf üzerinde güvenilirlik

çalışması yapılmasını önermiş ve güvenilirlik katsayısının yüksek çıkması durumunda envanterin ortaokul düzeyinde de kullanılabileceğini belirtmiştir (Erkan, 1990).

Araştırmacı tarafından yapılan güvenilirlik çalışması neticesinde beklenen sonuç elde edilmiş ve envanterin ortaokul düzeyine de kullanılmasına karar verilmiştir.

Envanterin lise formunda, cevap kâğıdı maddelerden bağımsız olarak ayrı bir bölümde yer almaktadır. Öğrencilerin maddeleri okuduktan sonra cevap kâğıdına bakmalarının hem zaman alıcı olması hem de maddeler ile cevap seçenekleri yan yana olmadığından işaretleme hatası olabilir düşüncesinden dolayı, araştırmacıya maddeleri ve seçenekleri aynı sayfada değerlendirmiştir. Bu şekilde, işaretleme işleminde daha pratik bir çözüm yoluna gidilmiştir.

3.4. Veri Toplama Aşamaları

1. Çalışma 2014 – 2015 Eğitim Öğretim Yılında yapıldı.
2. Kendini Kabul Envanteri Lise Formu ve araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu, yapılması planlanan araştırma alanında öğretmenlerinden izin alarak ve yardım istenerek uygulandı.
3. Uygulamaya geçmeden önce bireylere yapılacak olan çalışma ile ilgili açıklayıcı bilgiler verilmiştir. Araştırmacı tarafından anket soruları yüksek sesle okunmuş, anket formu bizzat araştırmacı tarafından doldurulmuştur.
4. Öğrencilere araştırma sonucunda bireysel olarak teşekkür edilmiş ve araştırma ile ilgili tüm bilmek istedikleri aydınlatılmıştır.

3.5. Veri Toplama Aracının Geçerlilik Ve Güvenilirlik Çalışmaları

3.5.1. Geçerlik Çalışmaları

Kılıççı (1981), Kendini Kabul Envanterinin yapısal geçerlikle ilgili kuramsal çerçevesinde Sheerer' in ölçeğinden esinlenmiştir.

Klinik çalışmaları sırasında danışandan hız alan tedavi (client-centered therapy) yöntemini uygulayan Sheerer (1949), başkalarını algılama, başkalarına karşı olan duygular ve başkalarını kabul etme ile benlik kavramı ve kendini kabullenme arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu gözlemlemiştir. Bu gözlemlerine dayalı olarak, 1949 yılında kendini kabul ile ilgili bir ölçek geliştirmiştir.

Kendini Kabul Envanteri Lise Formu geçerlik çalışması Temuge (1987) tarafından iki boyutta ele alınmıştır:

İlk olarak, Kendini Kabul Envanterinin üniversite öğrencileri için geliştirilmiş olan orijinal formundaki ölçüt ve maddeler ruh sağlığı ve gelişim psikolojisi alanlarında uzman olan yirmi kişiye verilmiştir. % 75 oranında uzmanın ergenlik çağının gelişim ödevlerini göz önüne alarak yaptıkları değerlendirme sonucu, on maddenin envanterden çıkarılmasına karar verilmiştir. Daha sonra envanter, hastane ve ruh sağlığı merkezlerine başvuran on altı kız on dördü erkek olmak üzere otuz lise düzeyindeki ergene uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlar envanterin sağlıklı uyum anahtarına göre puanlanmıştır. Bu gruptan elde edilen ortalamalar Çankaya Lisesi Lise 1, Lise 2 ve Lise 3.üncü sınıflardan rastlantısal yöntemle seçilen üç sınıftan altmış üçü kız yetmiş yedi erkek olmak üzere toplam yüz kırk öğrencinin aritmetik ortalamalarıyla t-testi kullanılarak karşılaştırılmıştır. Çankaya Lisesi öğrencileri ile hastane ve ruh sağlığı merkezlerine başvuran öğrencilerin kendini kabul puanı ortalamaları arasındaki fark, $p < 0.05$ önemlilik düzeyinde önemli bulunmuştur.

Bu çalışmayı yürüten araştırmacı tarafından da geçerlik çalışması yapılmıştır. Bunun için, Hüseyin Güllüoğlu Ortaokulundan seçilen kırk iki kişilik bir üçüncü sınıfın öğrencilerine Kendini Kabul Envanteri Lise Formu ile Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri (Çuhadaroğlu, 1986) birlikte verilmiştir. On dört ve üstü yaş grubuna uygulanan Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri (Wylie, 1979), iki farklı yöntemle değerlendirilmiştir. Bu yöntemlerden ilki, Rosenberg'in on madde üzerinde yapılan değerlendirmesidir. İkincisi

ise Rosenberg Guttman Ölçeğine göre altı puan üzerinden yapılan değerlendirilmedir. Her iki değerlendirilmede de, düşük puan, benlik saygısının yüksek olduğunu göstermektedir (Çuhadaroğlu, 1986; Turan ve Tufan, 1987).

İlk yönteme göre yapılan değerlendirilmeden elde edilen puanlar ile Kendini Kabul Envanteri Lise Formundan elde edilen puanların karşılaştırılması sonucu, -0.68 ($r = -0.6764 = -\% 67.64$) ± 11.65 ; $p < 0.01$ 'lik bir ilişki görülmüştür. İkinci yöntemin uygulanmasıyla da, yine -0.68 ($r = 0.68006 = -\%68.006$) ± 11.59 ; $p < 0.01$ 'lik bir ilişki elde edilmiştir. -0.68 'lik değer oldukça yüksek bir değer olup, envanterin deneysel geçerliliği de sağlanmıştır.

3.5.2.Güvenilirlik Çalışmaları

Kendini Kabul Envanteri Lise Formunun güvenilirlik çalışması için Çankaya Lisesi'nin bir, iki ve üçüncü sınıflarından birer sınıf rastlantısal yöntemle seçilmiştir. Seçilen bu üç sınıfa on beş gün ara ile testin tekrarı yöntemiyle envanter verilmiştir. Elde edilen sonuçlara göre, tüm lise grubu için güvenilirlik katsayısı 0.74 olarak bulunmuştur. Güvenirlik katsayısı aynı zamanda her sınıf düzeyi için ayrı ayrı hesaplanmış ve lise birinci sınıf için 0.69 olarak bulunmuştur (Temuge, 1987).

Araştırmacı tarafından Hüseyin Güllüoğlu Ortaokulunda da üçüncü sınıftan otuz altı kişi üzerinde yine testin tekrarı yöntemiyle üç hafta ara verilerek yapılan uygulamada güvenilirlik katsayısı 0.78 ($r = 0.7799 = \% 77.99$) ± 10.73 ; $p < 0.01$) çıkmıştır. Bu değer Çankaya Lisesinde yapılan çalışmada, elde edilen ortalama değer ile ikinci ve üçüncü sınıfların değerlerinden daha yüksek olduğu görülmüştür. Bunun sonucu, envanterin ortaokul düzeyinde de ölçmek istediği kendini kabulü kararlı bir biçimde ölçtüğüne arar verilmiş ve envanter ortaokul düzeyine de uygulanmıştır (Akt. Erkan, 1990).

3.6. Verilerin Analizi

Çalışmamızın amaçları doğrultusunda elde edilen verilerden frekans ve yüzde dağılımları bulunmuş ve verilerin değerlendirilmesinde ise 'SPSS' istatistik programı kullanılmış ve anlamlılığın analizi için Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Sonuçlar, tablolarda gösterilmiştir. Ayrıca çalışmanın tüm istatistiksel analizlerinde $p < 0.05$ ve $p < 0.01$ anlamlılık düzeyi esas alınmıştır.

Küçük örneklem gruplarında iki aritmetik ortalama arasındaki anlamlılığın test edilmesini ve normal dağılım özelliği göstermeyen iki bağımsız grup ortalamalarını karşılaştırmak amacıyla kullanılan Mann-Whitney U Testi, non-parametrik bir testtir ve T testinin parametrik olmayan karşılığı olarak kabul edilmektedir.

Yaptığımız çalışmanın analiz aşamasında verilerin aralıklı veya oransal olmadığı, grup varyanslarının eşit olmadığı ve verilerin normal dağılım göstermediği görülmüş ve non-parametrik bir test uygulanmıştır. Bağımsız iki grubun elde edilen verilerinin anlamlı bir şekilde farklılık gösterip göstermediğini test etmek için kullanılan Mann-Whitney U-Testi, Bağımsız iki grubu incelediğimiz araştırmamıza uygun olduğu görülerek uygulanmıştır. Test bataryasının her bir değişkeni görme engelli bireye etki altında kalmaması için yalnız olunan ortamda sorulmuştur. Çalışmamız 2014-2015 öğretim yılında uygulanmış ve 8 hafta sürmüştür.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4. BULGULAR

Çalışmada lise çağındaki spor yapan ve yapmayan görme engelli bireylerin demografik özelliklerinin dağılımları Tablo (1-14)' te gösterilmiştir.

4.1.Tablolar

Tablo 1. Görme Engelli Öğrencilerin Cinsiyete Göre Dağılımı

Cinsiyet	Spor Yapan	Spor Yapmayan	Toplam
Erkek	14	20	34
Kız	6	-	6
Toplam	20	20	40

Tablo 2. Görme Engelli Öğrencilerin Yaşa Göre Dağılımı

Yaş	Frekans (f)	Yüzde (%)
16	4	10
17	4	10
18	14	35
19	18	45
Toplam	40	100

Tablo 3. Görme Engelli Öğrencilerin Sınıf Düzeylerine Göre Dağılımı

Sınıf Düzeyi	Frekans (f)	Yüzde (%)
9.sınıf	3	7,5
10.sınıf	6	15
11.sınıf	15	37,5
12.sınıf	16	40
Toplam	40	100

Tablo 3' e göre görme engelli öğrencilerin % 7,5'i 9. Sınıf, %15'i 10. Sınıf, %37,5'i 11. Sınıf, %40'ı da 12. Sınıftır.

Tablo 4. Görme Engelli Öğrencilerin Anne Öğrenim Düzeylerine Göre Dağılımı

Anne Öğrenim	Frekans (f)	Yüzde (%)
Okuryazar değil	18	45
İlkokul	14	35
Ortaokul	5	12,5
Lise	3	7,5
Toplam	40	100

Tablo 4' e göre görme engellilerin %45' inin annesi okuryazar değil, %35'i ilkokul mezunu, %12,5'i ortaokul mezunu ve %7,5'i lise mezunudur.

Tablo 5. Görme Engelli Öğrencilerin Anne Meslek Durumlarına Göre Dağılımı

Anne Meslek	Frekans (f)	Yüzde (%)
Ev hanımı	28	70
Kamu	2	5
Özel	10	25
Toplam	40	100

Tablo 5 'e göre görme engelli annelerinin % 70'i ev hanımı, %5'i kamu personeli ve %25'i de özel sektörde çalışmaktadır.

Tablo 6. Görme Engelli Öğrencilerin Baba Öğrenim Düzeylerine Göre Dağılımı

Baba Öğrenim	Frekans (f)	Yüzde (%)
Okuryazar değil	6	15
İlkokul	16	40
Ortaokul	7	17,5
Lise	11	27,5
Toplam	40	100

Tablo 6' ya göre görme engelli babalarının % 15'i okuryazar değil, % 40'ı ilkokul mezunu, % 17,5'i ortaokul mezunu ve % 27,5'i de lise mezunudur.

Tablo 7. Görme Engelli Öğrencilerin Baba Meslek Durumlarına Göre Dağılımı

Baba Meslek	Frekans (f)	Yüzde (%)
Çalışmıyor	2	5
Kamu	13	32,5
Özel	25	62,5
Toplam	40	100

Tablo 7' e göre görme engellilerin babalarının % 5'i çalışmıyor, % 32,5'i kamu personeli ve % 62,5'i de özel sektörde çalışıyor

Tablo 8. Görme Engelli Öğrencilerin Aylık Gelir Durumuna Göre Dağılımı

Aylık Gelir	Frekans (f)	Yüzde (%)
Asgari ücret ve altı	13	32,5
1000-1500 TL	11	27,5
1500-2000 TL	10	25
2000 ve üzeri	6	15
Toplam	40	100

Tablo 8'e göre görme engelli ailelerinin % 32,5'i asgari ücret ve altı, % 27,5'i 1000 – 1500 arası, % 25'i 1500 – 2000 arası ve % 15'i de 2000 ve üzeri aylık kazançta sahiptirler.

Tablo 9. Görme Engelli Öğrencilerin Görme Düzeylerine Göre Dağılımı

Görme Düzeyi	Frekans (f)	Yüzde (%)
B1	32	80
B2	2	5
B3	6	15
Toplam	40	100

Tablo 9'a göre görme engellilerin özür düzeyleri; % 80'i B1 görme düzeyine, % 5'i B2 görme düzeyine ve % 15'i B3 görme düzeyine sahiptir.

Tablo 10. Annelerinin Davranış Durumlarına Göre Dağılımı

Anne Davranışı	Frekans (f)	Yüzde (%)
Aşırı koruyucu	5	12,5
Yeterli sevgi saygı	11	27,5
Reddedici	2	5
Normal davranır	22	55
Toplam	40	100

Tablo 10' a göre görme engelli anne davranışlarının % 12,5'i aşırı koruyucu, % 27,5'i yeterli sevgi saygı göstermekte, % 5'i reddedici bir tavır takınmakta ve % 55'i de normal davranış göstermektedir.

Tablo 11. Babalarının Davranış Durumlarına Göre Dağılımı

Baba Davranışı	Frekans (f)	Yüzde (%)
Aşırı koruyucu	4	10
Yeterli sevgi saygı	16	40
Reddedici	2	5
Normal davranır	18	45
Toplam	40	100

Tablo 11' e göre görme engelli baba davranışlarının % 10'u aşırı koruyucu, % 40'ı yeterli sevgi saygı göstermekte, % 5'i reddedici bir tavır takınmakta ve % 45' de normal davranış göstermektedir.

Tablo 12. Görme Engelli Öğrencilerin Spor Yapma Sıklıklarına Göre Dağılımı

Spor Yapma Sıklığı	Frekans (f)	Yüzde (%)
Her gün	--	--
Haftada 3-4 gün	14	35
Haftada 1 gün	6	15
Hiç yapmıyorum	20	50
Toplam	40	100

Tablo 12' e göre görme engelli öğrencilerin % 35'i haftada 3-4 gün, % 15'i haftada 1 gün ve % 50'sinde hiç yapmadığı görülmektedir.

Tablo 13. Görme Engelli Öğrencilerin Spor Geçmiş Sürelerine Göre Dağılımı

Spor Yapma Süresi	Frekans (f)	Yüzde (%)
Hiç yapmadım	20	50,0
1-3 yıl arası	13	32,5
4-7 yıl arası	7	17,5
Toplam	40	100

Tablo 13' e göre görme engelli öğrencilerin % 50' si hiç yapmamış, % 32,5' i 1-3 yıl arası yapmış ve % 17,5' i 4-7 yıl arası yapmıştır.

Tablo 14. Görme Engellilerin Katıldıkları Spor Branşlarına Göre Dağılımı

Spor Dalları	Frekans (f)	Yüzde (%)
Goalball	4	10,0
Atletizm	5	12,5
Yüzme	3	7,5
Judo	1	2,5
Hiçbiri	20	50
B-2 Futbol	7	17,5
Toplam	40	100

Tablo 14 ' e göre görme engellilerin % 10'u goalball ile, % 12,5'i atletizmle, % 7,5'u yüzme sporuyla, % 2,5'i judoyla, % 17,5'i B-2 futbolla ve % 50'si hiçbir spor dalıyla uğraşmamıştır.

Çalışmamızın bu bölümünde spor yapan ve yapmayan görme engelli bireylerin benlik tasarımı farklarını 116 soruluk envanterin geliştirilmiş olduğu 10 alt ölçüt üzerinden değerlendireceğiz. Tablo (15-24).

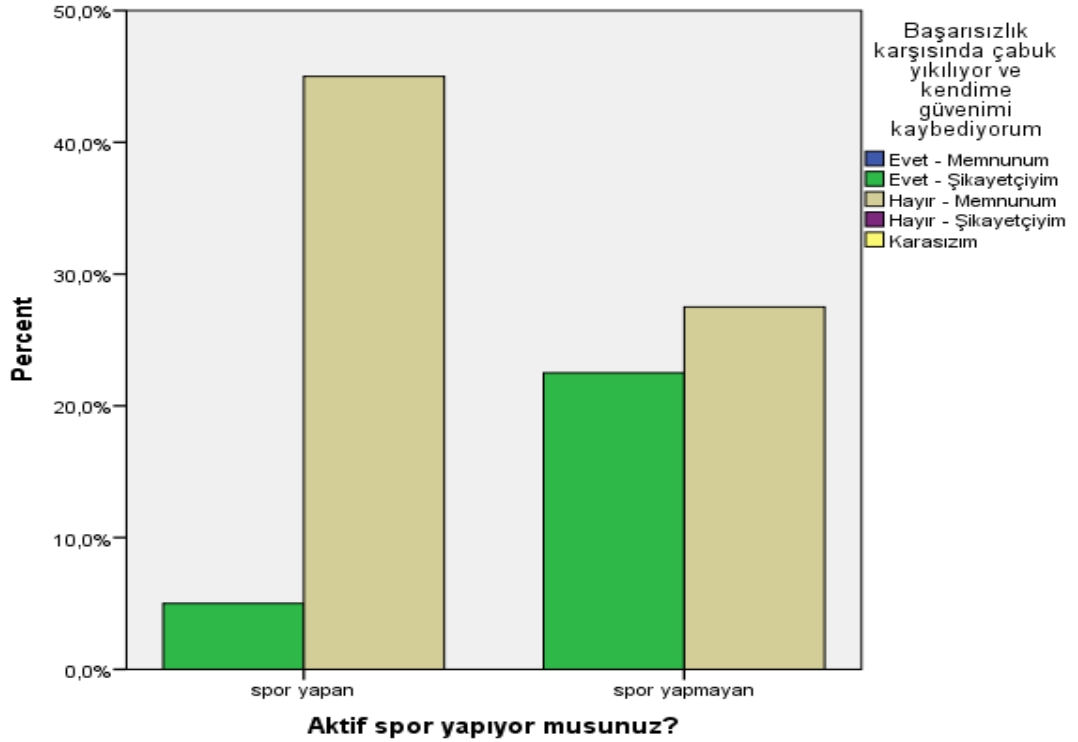
Tablo 15. Kendini bazı konularda yeterli sayma ve bazı yaşam sorunlarını kendine göre çözmeye başarılı olacağına inanma (1-9).

No	DEĞİŞKENLER	U	Z	P	Sağlıklı cevap
1	Başarısızlık karşısında çabuk yıkılıyor ve kendime güvenimi kaybediyorum	480	-2.448	0.014*	HAYIR
2	Geleceğimden umutluyum	340	-2.254	0.023*	EVET
3	Herhangi bir iş yaparken başkalarından fikir almaya ve onu aynen uygulamaya önem veririm	410	0.000	1.000	HAYIR
4	Bir işi planlarken birçok kimselere danışırım ama son kararı kendim veririm	350	-2.163	0.031*	EVET
5	Zaman zaman başarısızlıklarım oluyorsa da, bundan dolayı kendimi değersiz bulmuyorum	410	0.000	1.000	EVET
6	Kendi şansımı kendim yaratabileceğim inancındayım	410	0.000	1.000	EVET
7	Kendimi işe yaramaz zavallı bir kimse olarak görüyorum	410	0.000	1.000	HAYIR
8	Daima başkaları tarafından korunmaya ve desteklenmeye ihtiyacım var	450	-2.082	0.037*	HAYIR
9	Başarımı gayret ve yeteneğimden çok şansıma borçluyum	390	-1.433	0.152	HAYIR

(P<0.05* ve p<0.01**)

Tablo'15 de 1. Soruya baktığımızda; Başarısızlık karşısında çabuk yıkılıyor ve kendime güvenimi kaybediyorum değişkeni için (P<0,05) olduğundan dolayı spor yapan görme engellilerin spor yapmayan görme engellilere göre sağlıklı cevaplar verdiği ve sporun gruplar arasında anlamlı bir fark oluşturduğu görülmüştür.

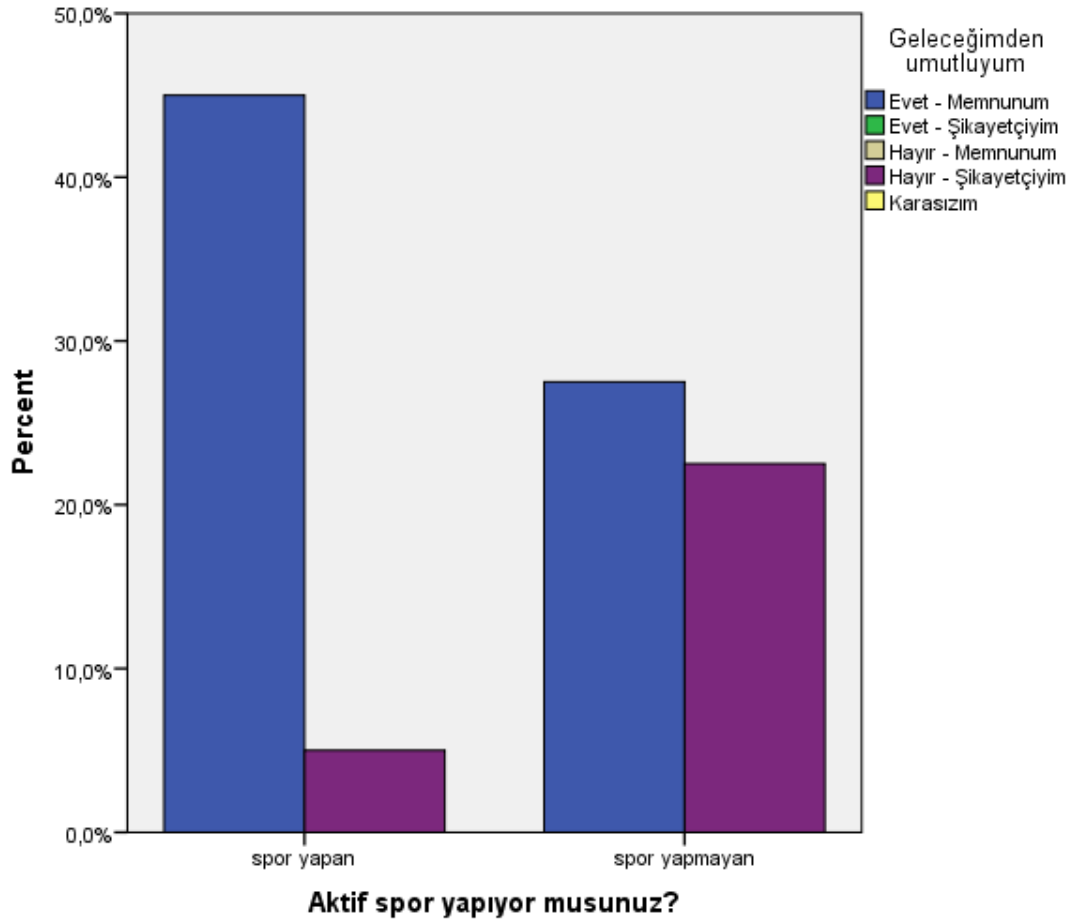
Grafik 1. Başarısızlık karşısında çabuk yıkılıyor ve kendime güvenimi kaybediyorum değişkeninin karşılaştırılması.



Grafik 1' de başarısızlık karşısında çabuk yıkılıyor ve kendime olan güvenimi kaybediyorum değişkenine verilen yanıtların iki grup arasında görülebilen bir fark oluşturduğu ve aradığımız anlamlılığı desteklediği görülmektedir. Bu değişkenin sağlıklı cevabı *hayır memnunum* seçeneğidir. Spor yapanların hayır memnunum cevabı % 45 iken, spor yapmayanların % 28' de kalmıştır.

Tablo'15 de 2. Soruda; Geleceğimden umutluyum değişkeni için analiz değeri ($P < 0,05$) olduğundan spor yapan görme engelli bireylerin sonuçlarının anlamlılığının spor yapmayanlara göre pozitif anlamda farklı olduğu tespit edilmiştir.

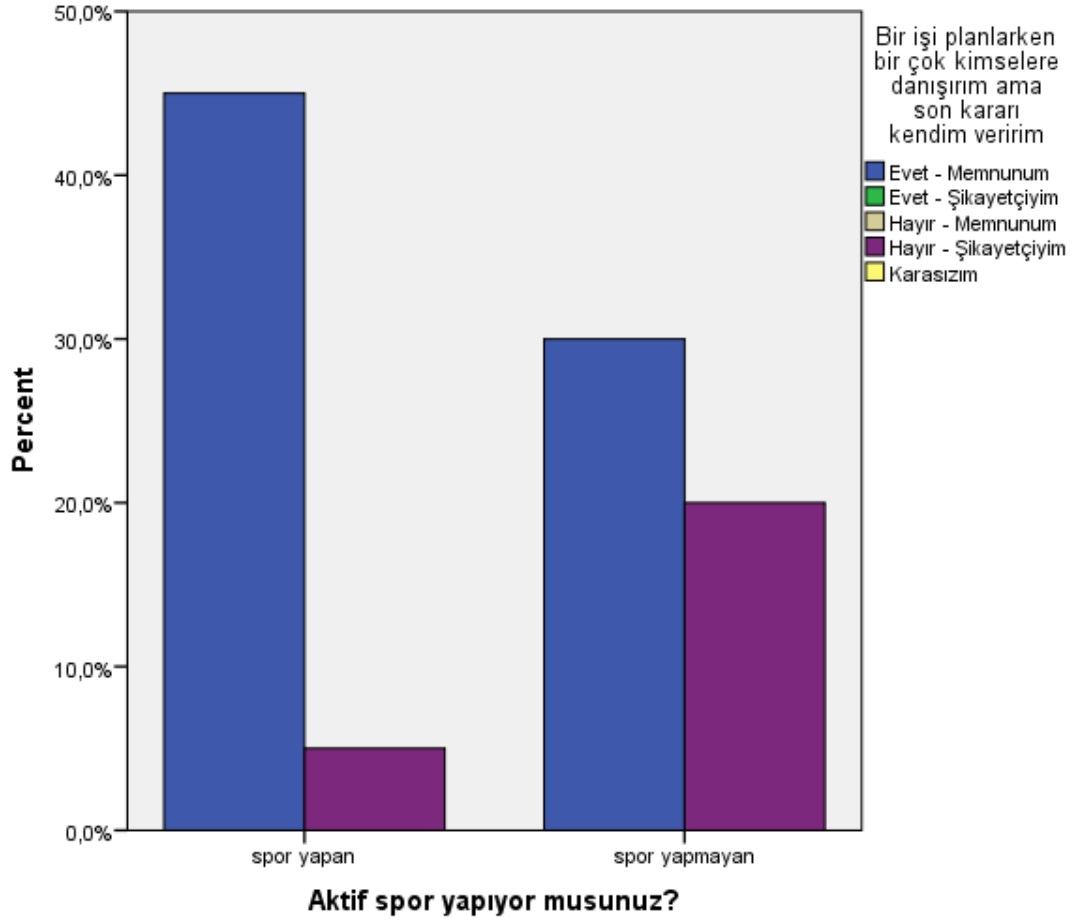
Grafik 2. Geleceğimden umutluyum değişkenin karşılaştırılması.



Grafik 2' ye göre geleceğimden umutluyum değişkenine verilen yanıtların iki grup arasında istenilen farkı oluşturduğu ve sonucu pozitif desteklediği görülmektedir. Bu değişkenin sağlıklı cevabı *evet memnunum* seçeneğidir. Grafikte spor yapanların evet memnunum cevabı % 45 iken, spor yapmayanların % 29' da kalmıştır.

Tablo'15 de 4. Soruya göre; Bir işi planlarken birçok kimselere danışırım ama son kararı kendim veririm değişkeni ($P < 0,05$) için analiz sonuçlarına göre spor yapan görme engelli bireylerin spor yapmayanlara göre olumlu cevaplar verdiği ve farkların anlamlı olduğu görülmüştür.

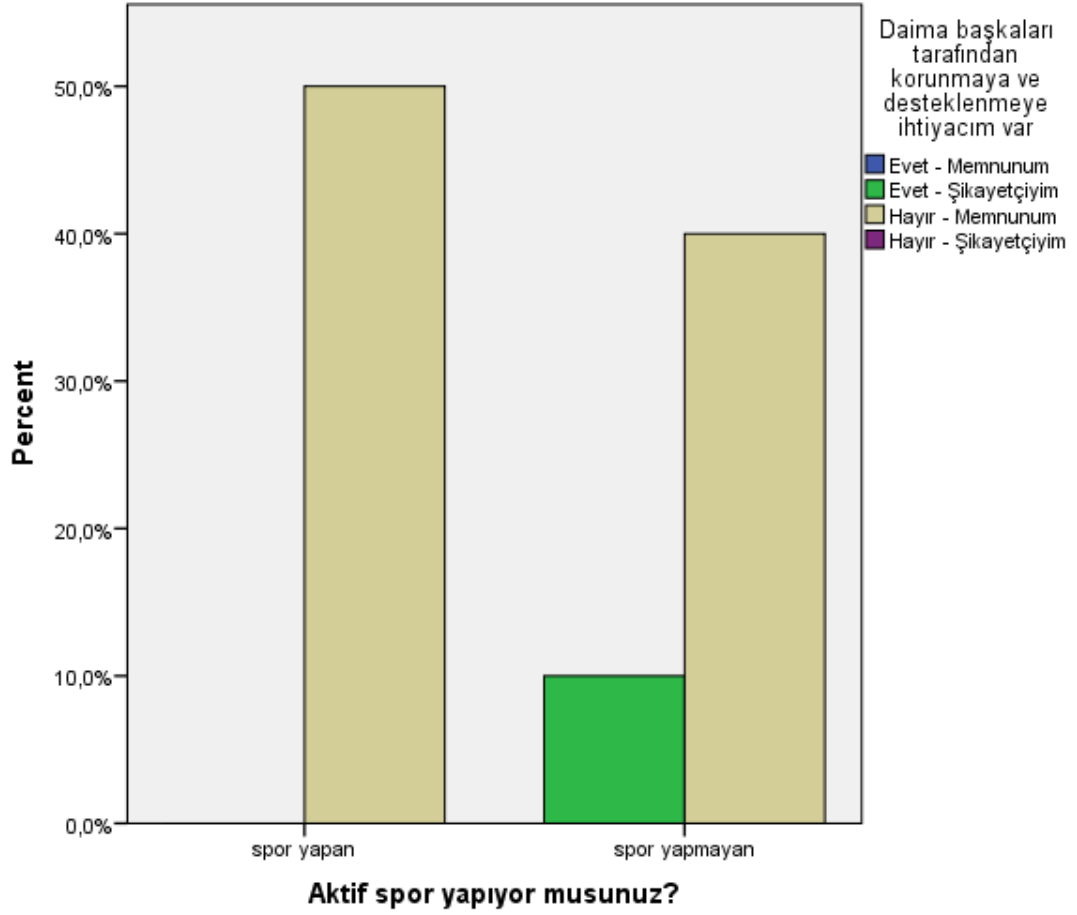
Grafik 3. Bir işi planlarken birçok kimselere danışırım ama son kararı kendim veririm değişkeninin karşılaştırılması.



Grafik 3' de; Bir işi planlarken birçok kimselere danışırım ama son kararı kendim veririm değişkenine verilen yanıtların gruplar arasında bir fark oluşturduğu ve aradığımız anlamlılığı desteklediği görülmektedir. Bu değişkenin sağlıklı cevabı *evet memnunum* seçeneğidir. Spor yapanların hayır memnunum cevabı % 44 iken, spor yapmayanların % 30' da kalmıştır.

Tablo'15 de 8. Soruya baktığımızda; Daima başkaları tarafından korunmaya ve desteklenmeye ihtiyacım var değişkeni için ($P < 0,05$)' den dolayı spor yapan görme engelli bireylerin sonuçları yapmayan engellilere göre daha olumludur ve anlamlı fark vardır sonucuna ulaşılmıştır.

Grafik 4. Daima başkaları tarafından korunmaya ve desteklenmeye ihtiyacım var değişkenin karşılaştırılması.



Grafik' 4 te, daima başkaları tarafından korunmaya ve desteklenmeye ihtiyacım var değişkenine verilen yanıtların iki grup arasında görülebilen bir fark oluşturduğu ve aradığımız anlamlılığı desteklediği görülmektedir. Bu değişkenin sağlıklı cevabı *hayır memnunum* seçeneğidir. Spor yapanların hayır memnunum cevabı % 50 iken, spor yapmayanların % 39' da kalmıştır.

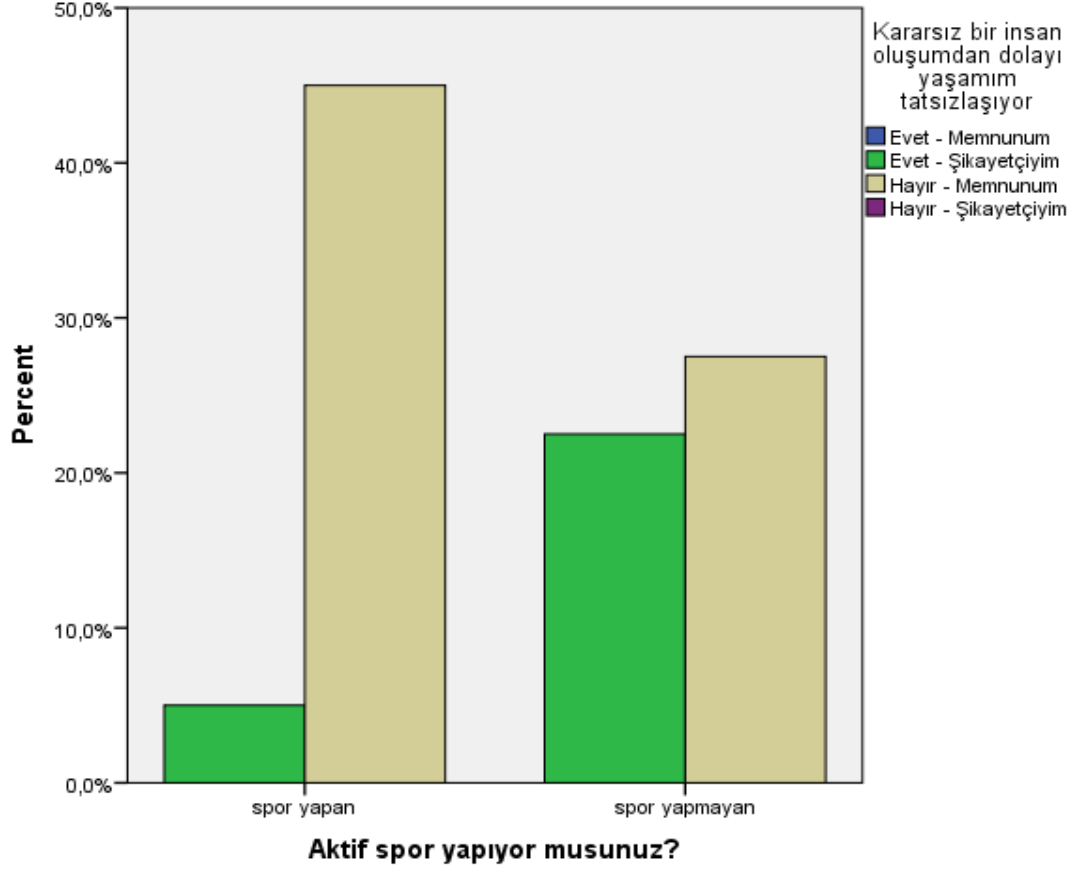
Tablo 16. Kendi davranışlarının sorumluluğunu kabullenme (10-21. maddeler).

No	DEĞİŞKENLER	U	Z	P	Sağlıklı cevap
10	Hatalı olduğum zaman hatamı kabul etmek bana zor geliyor	410	0.000	1.000	HAYIR
11	Olduğum gibi davranıyor ve sonucuna da katlanmanın gereğine inanıyorum	400	-0.472	0.637	EVET
12	Gerektiğinde hatalarımı ve eksik yanlarımı açıklamada sakınca görmem	450	-1.082	0.237	EVET
13	Hata yaptığımı anlayınca özür dilemekten çekinmem	410	0.000	1.000	EVET
14	Nedense bütün aksilikler beni bulur	420	-0.472	0.637	HAYIR
15	Gerektiğinde kişinin kendini değiştirebileceğine inanıyorum	410	0.000	1.000	EVET
16	Karşılaştığım güçlükler ailemin bana daha iyi bir eğitim verememiş olmasından ileri geliyor	390	-0.874	0.382	HAYIR
17	İnsanlar beni anlamıyor	410	0,000	1,000	HAYIR
18	Kararsız bir insan oluşumdan dolayı yaşamım tatsızlaşıyor	480	-2.448	0.014*	HAYIR
19	Derslerimden düşük not alışıma genellikle kendi tembelliğimin sonucu olarak görüyorum	420	-0.411	0.681	EVET
20	Kendimle ilgili konularda karar vermede güçlük çekiyorum	460	-2.054	0.040*	HAYIR
21	Benimle ilgili konularda yakınlarımin benim yerime karar vermeleri bana güven sağlıyor	410	0.000	1.000	HAYIR

(P<0.05* ve p<0.01**)

Tablo'16 da 18. Soruya baktığımızda; Kararsız bir insan oluşumdan dolayı yaşamım tatsızlaşıyor değişkeninin analiz sonuçları (P<0,05)' e göre spor yapan görme engellilerin spor yapmayan görme engellilere göre doğru cevaplar verdiği ve araştırmanın beklentilerine yönelik anlamlı sonuçlar çıktığı görülmüştür.

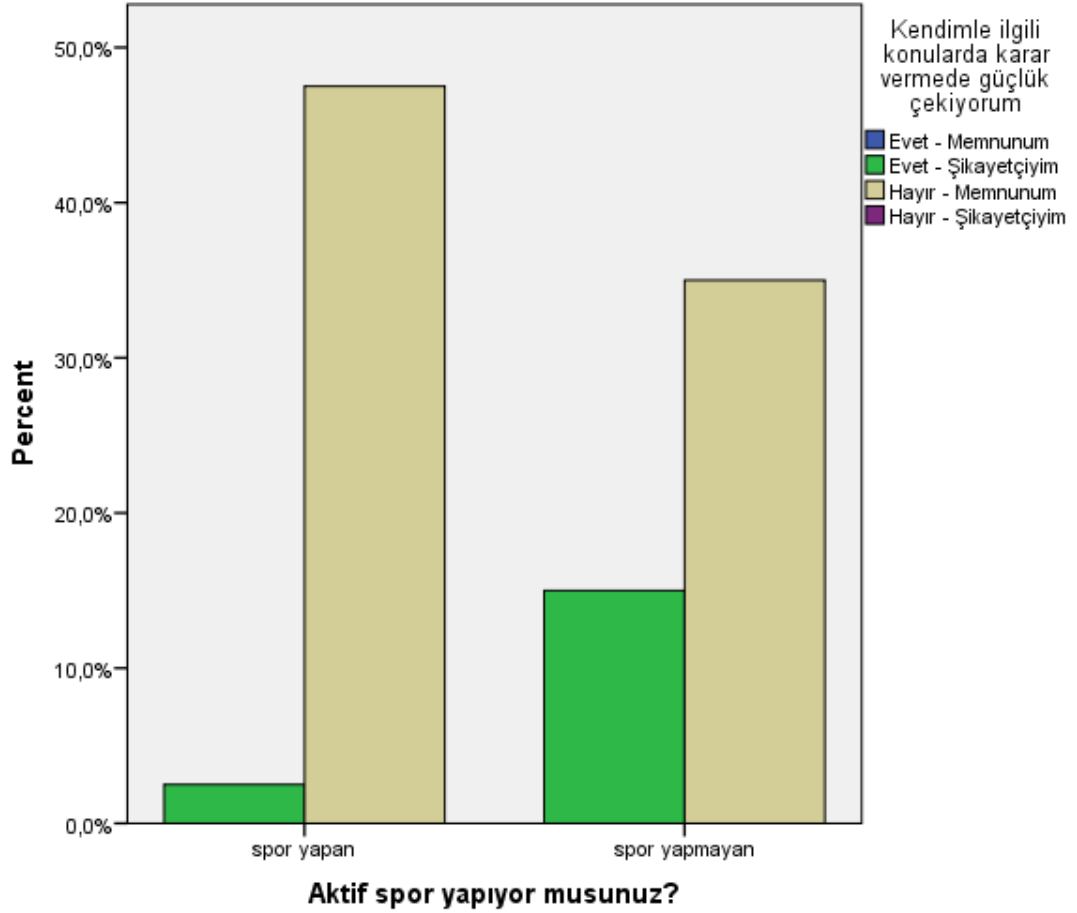
Grafik 5. Kararsız bir insan oluşumdan dolayı yaşamım tatsızlaşıyor değişkenin karşılaştırılması.



Grafik 5' i incelediğimizde, kararsız bir insan oluşumdan dolayı yaşamım tatsızlaşıyor değişkenine verilen yanıtların iki grup arasında bir fark oluşturduğu ve aradığımız sonucu desteklediği görülmektedir. Bu değişkenin sağlıklı cevabı *hayır memnunum* seçeneğidir. Spor yapanların hayır memnunum cevabı % 44 iken, spor yapmayanların % 28' de kalmıştır.

Tablo'16 nın 20. Sorusunda; Kendimle ilgili konularda karar vermede güçlük çekiyorum değişkenine verilen cevaplar için ($P < 0,05$)' e göre spor yapan görme engelli bireylerin spor yapmayanlara oranla farkları pozitif açıdan anlamlıdır sonucuna ulaşılmıştır.

Grafik 6. Kendimle ilgili konularda karar vermede güçlük çekiyorum değişkenin karşılaştırılması.



Yukarıdaki grafik 6 'ya baktığımızda, kendimle ilgili konularda karar vermede güçlük çekiyorum değişkenine verilen yanıtların iki grup arasında kaydadeğer bir fark oluşturduğu görülmektedir. Bu değişkenin sağlıklı cevabı *hayır memnunum* seçeneğidir. Spor yapanların hayır memnunum cevabı % 48 iken, spor yapmayanların % 36' da kalmıştır.

Tablo 17. Kolaylıkla aşırı suçluluk ve pişmanlık duygularına kapılmama (22-31).

No	DEĞİŞKENLER	U	Z	P	Sağlıklı cevap
22	Yaptığım seçimlerden ve işlerden dolayı çoğu zaman pişman olurum	410	0.000	1.000	HAYIR
23	Kendimi günahlarımdan dolayı değersiz buluyorum	410	0.000	1.000	HAYIR
24	Kendimi yaşamaya değer ve toplum içinde yeri olan bir kimse olarak görüyorum	390	-0.874	0.382	EVET

25	Yaptıklarımın dolayı Allah'ın beni cezalandıracağından korkuyorum	410	0.000	1.000	HAYIR
26	Ailemin beni olduğumdan daha iyi görmesi karşısında onları aldatmış olmanın üzüntüsünü duyuyorum	410	0.000	1.000	HAYIR
27	Haksızlıklar karşısında bile kendimi savunamıyorum	420	-0.472	0.637	HAYIR
28	Zor durumlarda genellikle yalan ve hileye başvurmam	410	0.000	1.000	EVET
29	Genellikle dedikodu yapmaktan hoşlanmıyorum	410	0.000	1.000	EVET
30	Hakkımda asılsız dedikodular yapılıyor	400	-1.000	0.317	HAYIR
31	Hakkımda gerçeğe dayanan bazı dedikodular var	410	0.000	1.000	HAYIR

($P < 0.05^*$ ve $p < 0.01^{**}$)

Tablo 17' de Kolaylıkla aşırı suçluluk ve pişmanlık duygularına kapılmama alt ölçütü için değişkenlerde spor yapan görme engellilerle spor yapmayan görme engelliler arasında anlamlı fark bulunamamıştır.

Tablo 18. Aşırı ölçüde mahcupluk ve utangaçlık göstermeme (32-46. maddeler).

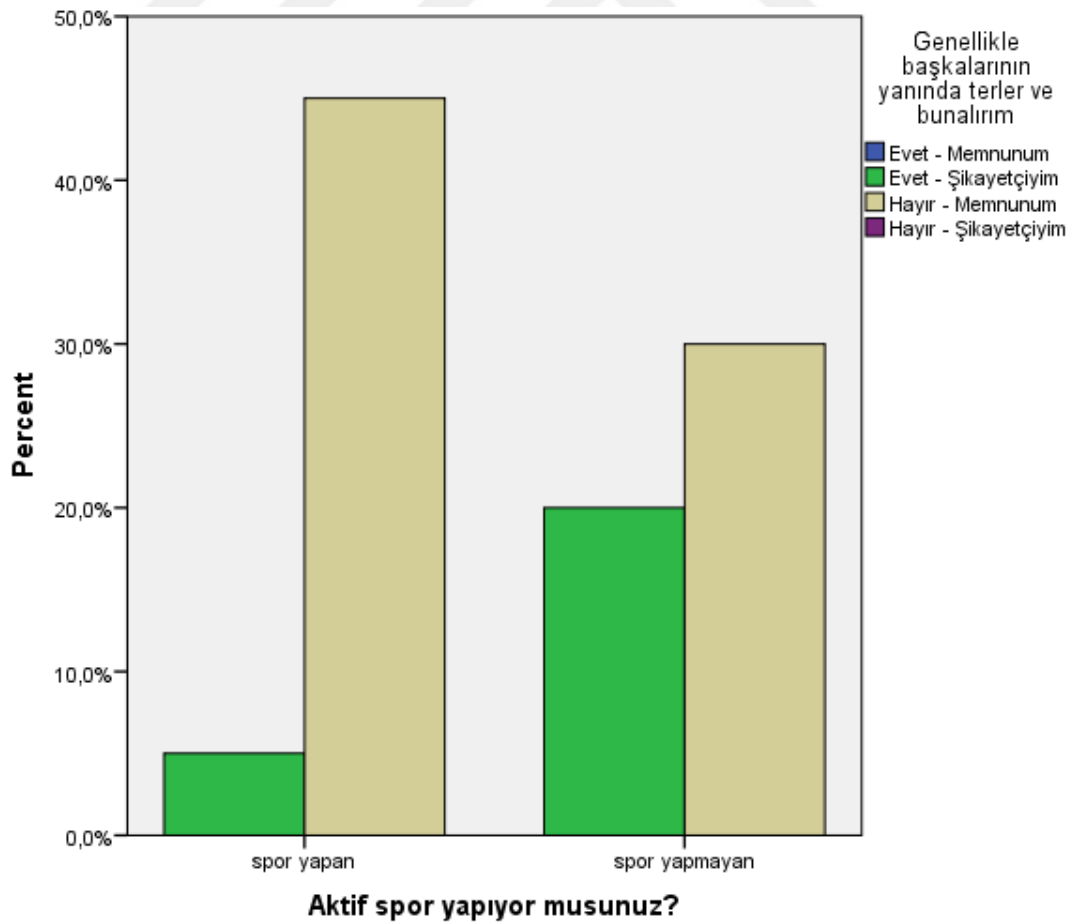
No	DEĞİŞKENLER	U	Z	P	Sağlıklı cevap
32	Genellikle başkalarının yanında terler ve bunalırım	470	-2.065	0.042*	HAYIR
33	Bir topluluk içinde bütün gözler bana çevrilmişçesine tedirgin olurum	410	0.000	1.000	HAYIR
34	Yabancılarla tanışmak ve yeni dostlar edinmekten hoşlanırım	410	0.000	1.000	EVET
35	Kendimle ilgili sorunların çözümünde gerekirse başkalarının yardımını isteyebilirim	420	-1.000	0.317	EVET
36	Başkaları beni seyrederken iş yapamıyorum	410	0.000	1.000	HAYIR
37	<i>Başkaları bana baktığında yürümeyi şaşırıyorum</i>	410	0.000	1.000	HAYIR
38	Arkadaşlarımın davetini beklemeden gerektiğinde onların grubuna katılırım	340	-2.424	0.016*	EVET
39	Gerektiğinde duygu ve düşüncelerimi açıklayabilirim	410	0.000	1.000	EVET
40	Gerektiğinde bildiklerimi ve gördüklerimi başkalarına anlatabilirim	410	0.000	1.000	EVET
41	Genellikle topluluk içinde bulunmaktan hoşlanırım	355	-2.044	0.041*	EVET

42	Girişken bir insan sayılıyorum	350	-1.964	0.050*	EYET
43	Bana baktıklarında mutlaka bir kusurum olduğu duygusuna kapılıyorum	410	0.000	1.000	HAYIR
44	Topluluk içinde rahat konuşamıyorum	480	-2.448	0.014*	HAYIR
45	Genellikle başkalarının dikkatini çekmekten sıkılıyorum	410	0.000	1.000	HAYIR
46	Yerinde ve haklı bile olsa yüzüme yapılan övgülerden utanırım	380	-1.414	0.157	HAYIR

($P < 0.05^*$ ve $p < 0.01^{**}$)

Tablo'18 de 32. Soruya baktığımızda; Genellikle başkalarının yanında terler ve bunalırım değişkeninde ($P < 0,05$) için verilen yanıtlar neticesinde spor yapan görme engelli bireylerin, görmeyenlere göre daha sağlıklı cevaplar verdiği görülmüştür.

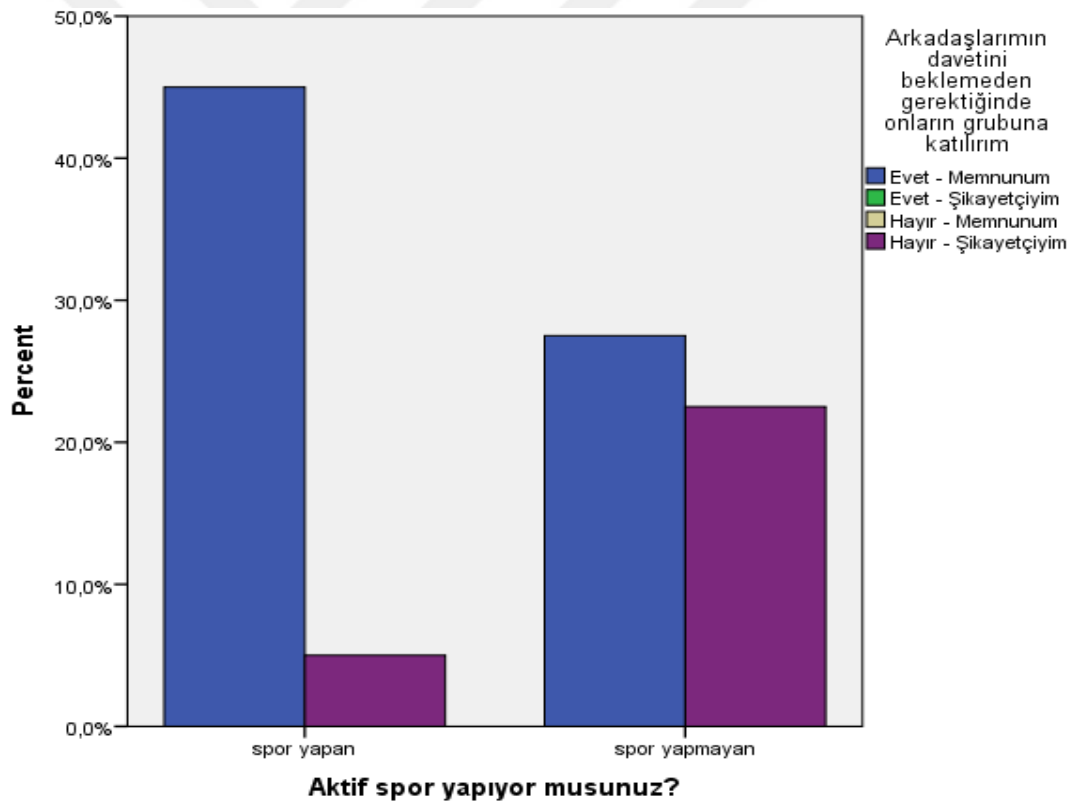
Grafik 7. Genellikle başkalarının yanında terler ve bunalırım değişkeninin karşılaştırılması.



Değişkenin grafiğine baktığımızda, Genellikle başkalarının yanında terler ve bunalım değişkenine verilen yanıtların iki grup arasında görülebilen bir fark oluşturduğu ve aradığımız anlamlılığı desteklediği görülmektedir. Bu değişkenin sağlıklı cevabı *hayır memnunum* seçeneğidir. Spor yapanların hayır memnunum cevabı % 45 iken, spor yapmayanların % 30' da kalmıştır.

Tablo'18 de 38. Soruya baktığımızda; Arkadaşlarımızın davetini beklemeden gerektiğinde onların grubuna katılım değişkeni için verilen sağlıklı yanıtların yoğunluğu spor yapan görme engelliler lehine olduğundan dolayı anlamlı fark vardır. ($P<0,05$)

Grafik 8. Arkadaşlarımızın davetini beklemeden gerektiğinde onların grubuna katılım değişkeninin karşılaştırılması.

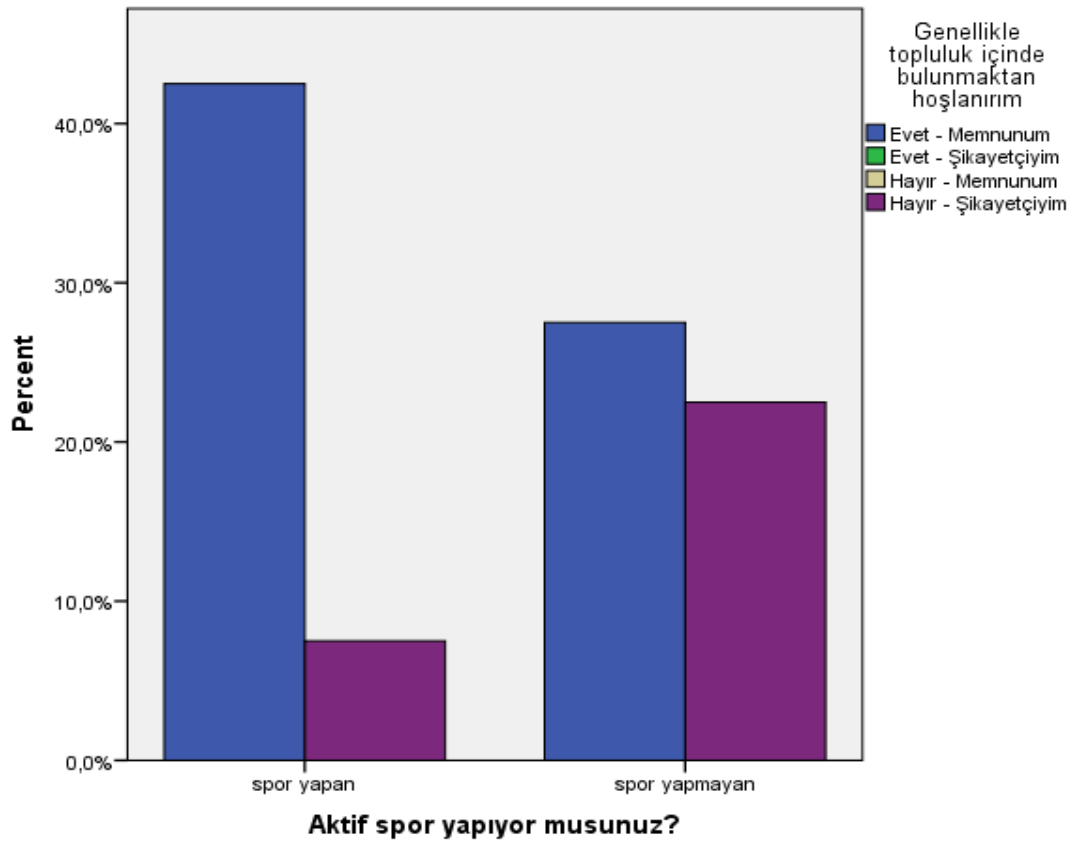


Grafik 8 'e göre; arkadaşlarımızın davetini beklemeden gerektiğinde onların grubuna katılım değişkenine verilen yanıtların gruplar arasında bir fark oluşturduğu ve aradığımız sonucu desteklediği görülmektedir. Bu değişkenin sağlıklı cevabı *evet memnunum*

seçeneğidir. Spor yapanların evet memnunum cevabı % 45 iken, spor yapmayanların % 28' de kalmıştır.

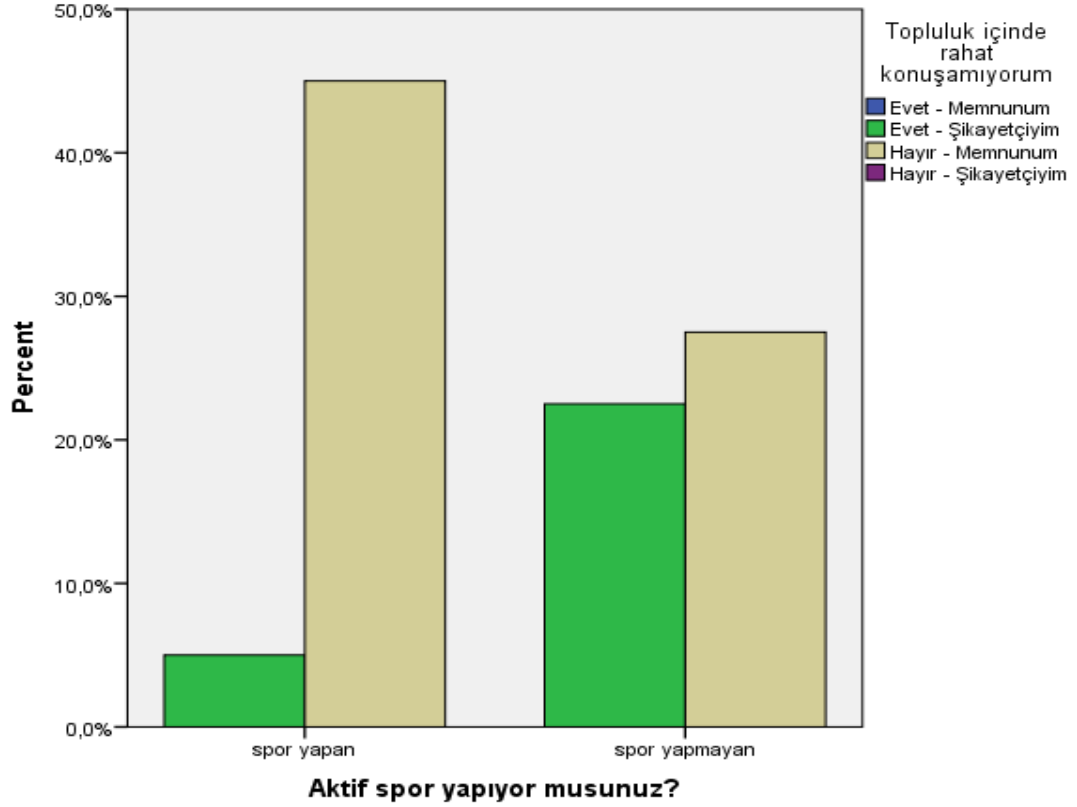
Tablo'18 de 41 ve 44. Sorulara baktığımızda; Genellikle topluluk içinde bulunmaktan hoşlanırım ve Topluluk içinde rahat konuşamıyorum değişkenleri için (P<0,05)' tir ve spor yapan görme engelliler için fark vardır sonucuna varılmıştır.

Grafik 9. Genellikle topluluk içinde bulunmaktan hoşlanırım değişkenin karşılaştırılması.



Grafik 9'da, Genellikle Topluluk İçinde Bulunmaktan Hoşlanırım değişkenine verilen cevapların iki grup için bir fark oluşturduğu ve aradığımız anlamlılığı desteklediği görülmektedir. Bu değişkenin sağlıklı cevabı *evet memnunum* seçeneğidir. Spor yapanların evet memnunum cevabı % 43 iken, spor yapmayanların % 28' de kalmıştır.

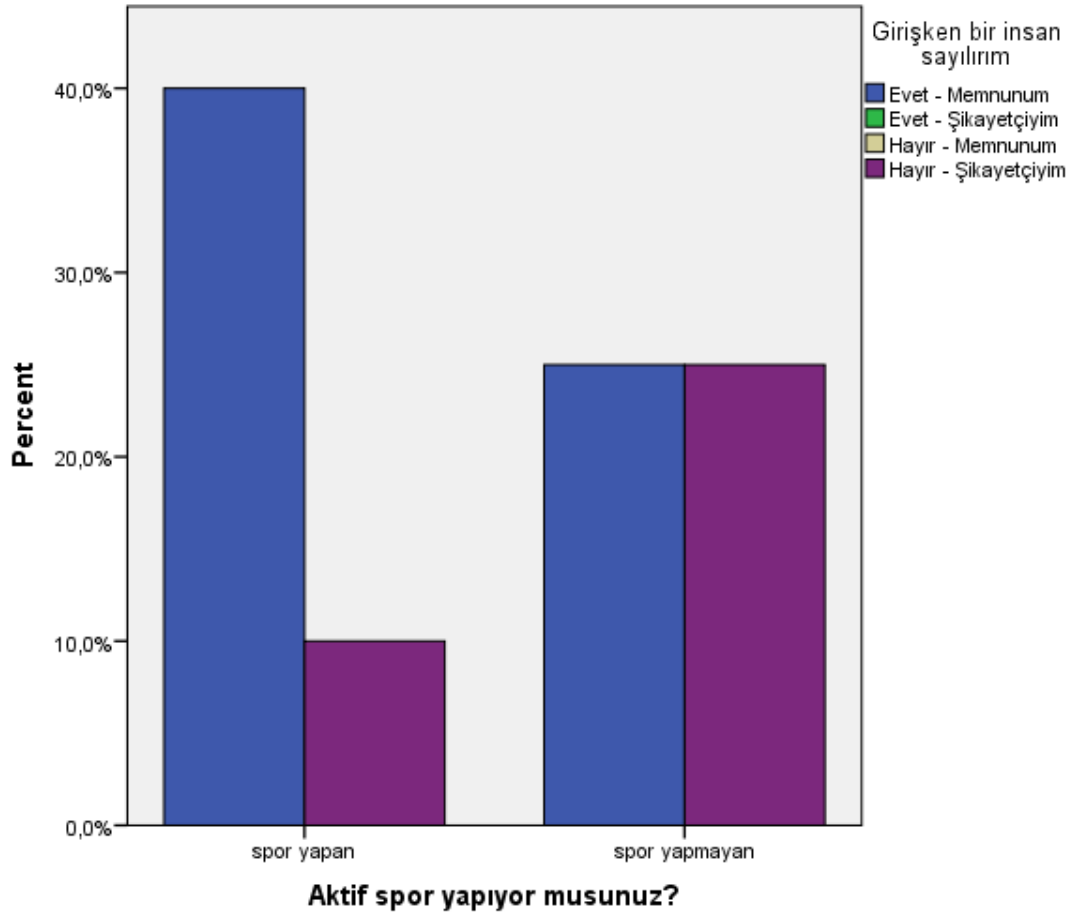
Grafik 10. Topluluk içinde rahat konuşamıyorum değişkeninin karşılaştırılması.



Grafik 10 'a baktığımızda, Girişken Bir İnsan Sayılımı değişkenine verilen yanıtların iki grup arasında bir fark oluşturduğu ve aradığımız sonucu desteklediği görülmektedir. Bu değişkenin sağlıklı cevabı *hayır memnunum* seçeneğidir. Spor yapanların hayır memnunum cevabı % 40 iken, spor yapmayanların % 25' de kalmıştır.

Tablo'18 de 42. Soruya baktığımızda; Girişken bir insan sayılımı değişkenine verilen cevaplara göre iki grup arasında spor yapan görme engelliler için anlamlı farklar bulunmuştur. ($P < 0,05$)

Grafik 11. Girişken bir insan sayılırim değişkenin karşılaştırılması.



Grafik 11 ' e göre, girişken bir insan sayılırim değişkenine verilen yanıtların iki grup arasında destekler bir fark oluşturduğu ve aradığımız sonucu desteklediği görülmektedir. Bu değişkenin sağlıklı cevabı *evet memnunum* seçeneğidir. Spor yapanların evet memnunum cevabı % 40 iken, spor yapmayanların % 25' de kalmıştır.

Tablo 19. Kendi değer ve inançlarına uygun yaşama (47-57).

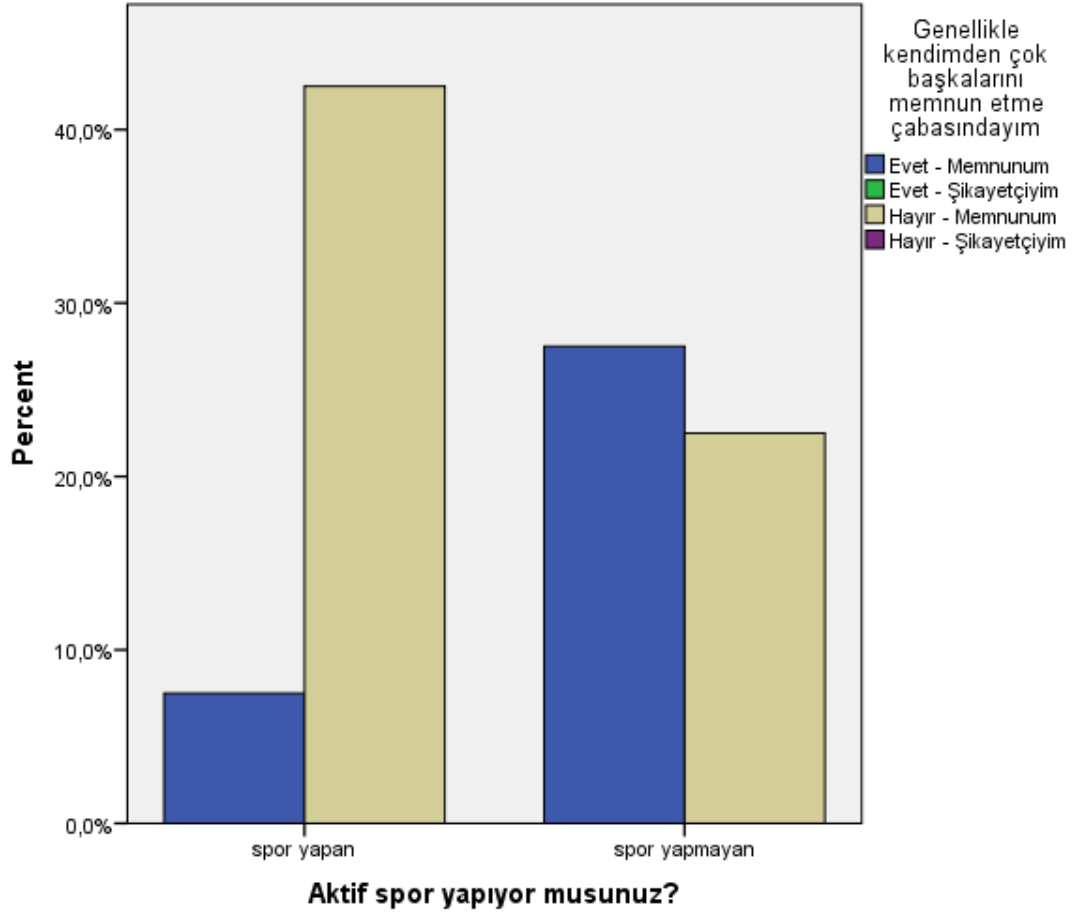
No	DEĞİŞKENLER	U	Z	P	Sağlıklı cevap
47	Diğer insanlar hakkındaki düşünce ve kanılarımı başkalarının lafıyla değiştirmem	410	0.000	1.000	EVET
48	Başkaları benim değer ve inançlarıma ters düşen bir işi yapmamı istediklerinde onları ret edemem	410	0.000	1.000	HAYIR
49	Olduğum gibi görünmekten hoşlanmıyorum	390	-0.874	0.382	HAYIR

50	Kendi değer ve inançlarım başkalarınınkine ters düşse bile onları açıkça ortaya koyar ve savunurum	410	0.000	1.000	<i>EVET</i>
51	Başkalarının ahlak değerlerine uygun davranmayabilirim	410	0.000	1.000	<i>EVET</i>
52	Genellikle isteklerim, beğenilerim ve değerlerime uygun bir yaşam sürüyorum	390	-1.316	0.164	<i>EVET</i>
53	Başkalarının benim inançlarıma ve değerlerime uygun davranmasını beklemiyorum	420	-1.000	0.317	<i>EVET</i>
54	Genellikle olduğum gibi davranırım ve olduğum gibi görünmeye çalışırım	410	0.000	1.000	<i>EVET</i>
55	Gerektiğinde hakkımı ararım	410	0.000	1.000	<i>EVET</i>
56	Genellikle kendimden çok başkalarını memnun etme çabasındayım	490	-2.619	0.009*	<i>HAYIR</i>
57	Eğer duygu ve düşüncelerimden utanırsam bunları tam karşısı olan bir davranışla gizlerim	398	-0.354	0.723	<i>HAYIR</i>

($P < 0.05^*$ ve $p < 0.01^{**}$)

Tablo'19 da 56. Soruya baktığımızda; Genellikle kendimden çok başkalarını memnun etme çabasındayım değişkeni için ($P < 0,01$) verilen sağlıklı yanıtlar spor yapan görme engelli bireylerde daha fazla olduğundan gruplar arasında spor yapanlara göre anlamlı fark vardır sonucuna varılmıştır.

Grafik 12. Genellikle kendimden çok başkalarını memnun etme çabasındayım değişkeninin karşılaştırılması.



Grafik 12' de, genellikle kendimden çok başkalarını memnun etme çabasındayım değişkeninin yanıtları iki grup arasında ifade eder bir fark oluşturduğu ve aradığımız anlamlılığı desteklediği görülmektedir. Bu değişkenin sağlıklı cevabı *hayır memnunum* seçeneğidir. Spor yapanların hayır memnunum cevabı % 42 iken, spor yapmayanların % 28' de kalmıştır.

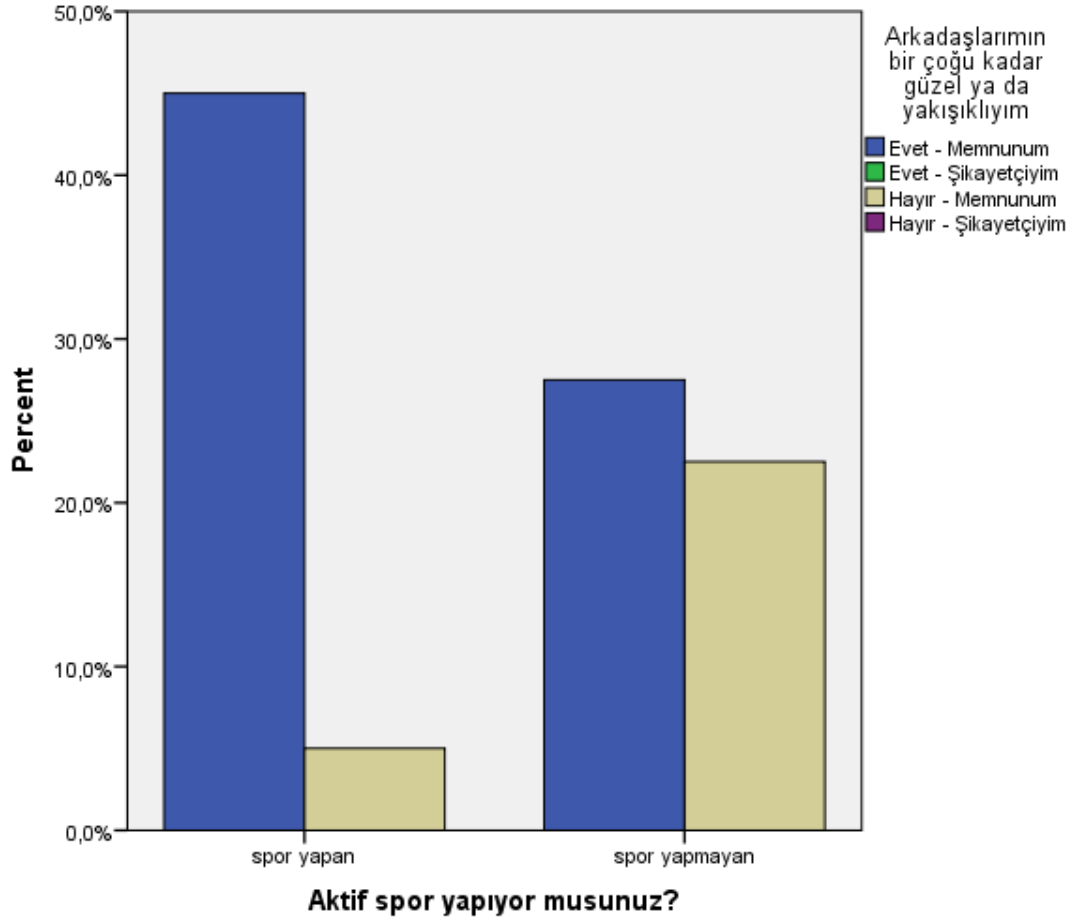
Tablo 20. Beden ve fizik yapısını kabullenme (58-70).

No	DEĞİŞKENLER	U	Z	P	Sağlıklı cevap
58	Arkadaşlarımın birçoğu kadar güzel ya da yakışıklıyım	340	-2.325	0.021*	EVET
59	Kendimi oldukça çirkin ve sevimsiz buluyorum	400	-0.472	0.637	HAYIR
60	Normal bir beden yapısına sahibim	420	-0.411	0.681	EVET
61	Boyum oldukça kısadır	410	0.000	1.000	HAYIR
62	Oldukça sıksa ve çelimsizim	410	0.000	1.000	HAYIR
63	Gizlediğim bazı fizik kusurlarım var	410	0.000	1.000	HAYIR
64	Kulağım iyi işitmiyor	410	0.000	1.000	-----
65	Gözlük takmak zorundayım	400	-1.000	0.317	-----
66	Oldukça şişmanım	410	0.000	1.000	-----
67	Sağlıklı bir insanım	410	0.000	1.000	EVET
68	Güzel olmayan yanlarım kadar, güzel yanlarım da var	420	-0.411	0.681	EVET
69	Doğuştan getirdiğim bedensel özürüm var	410	0.000	1.000	HAYIR
70	Kalıtıl bir özürüm var, bu benim çocuklarımda da görülebilir	410	0.000	1.000	HAYIR

(P<0.05* ve p<0.01**)

Tablo'20 de 58. Soruya baktığımızda; Arkadaşlarımın birçoğu kadar güzel ya da yakışıklıyım değişkeninin sağlıklı cevabının spor yapan görme engelliler tarafından daha çok verilmesi iki grup arasında kabul edilebilir bir fark oluştuğu görülmüştür. (P<0,05)

Grafik 13. Arkadaşlarımla bir çoğu kadar güzel ya da yakışıklıyım değişkeninin karşılaştırılması.



Grafik 13' e göre, arkadaşlarımla bir çoğu kadar güzel ya da yakışıklıyım değişkenine verilen yanıtların iki grup arasında görülebilen bir fark oluşturduğu ve aradığımız anlamlılığı desteklediği görülmektedir. Bu değişkenin sağlıklı cevabı *evet memnunum* seçeneğidir. Spor yapanların evet memnunum cevabı % 44 iken, spor yapmayanların % 28' de kalmıştır. Sonuçlar neticesine göre sporun benlik tasarımına pozitif katkısı var diyebiliriz.

Tablo 21. Kendi cinsiyetini kabullenme (71-77. maddeler).

No	DEĞİŞKENLER	U	Z	P	Sağlıklı cevap
71	Karşı cinsten arkadaşlarımın bana duygusal yaklaşımından utanıyorum	430	-1.433	0.152	HAYIR
72	Karşı cinsin duygusal yaklaşımı beni öfkeliendiriyor	400	-1.000	0.317	HAYIR
73	Kızlı erkekli bir toplantıda kendimi rahat hissetmiyorum	420	-0.411	0.681	HAYIR
74	Kendi cinsiyetimden (kız ya da erkek olmaktan) memnunum	410	0.000	1.000	EVET
75	Karşı cinsten arkadaşlarımla beraber olmaktan mutluluk duyuyorum	410	0.000	1.000	EVET
76	Okul yaşamında arkadaş seçerken kız-erkek ayrımı yapmam	410	0.000	1.000	EVET
77	Karşı cinsten birilerinin benimle duygusal yakınlık kurma isteğinde olduğu kanısındayım	420	-0.411	0.681	EVET

(P<0.05* ve p<0.01**)

Tablo 21'de anketin kendi cinsiyetini kabullenme alt ölçütünde spor yapan görme engelliler ile spor yapmayan görme engelli bireyler arasında anlamlı farklar bulunamamıştır ve araştırmamızı desteklememiştir.

Tablo 22. Kendini başkalarının kabul ettiğine inanma (78-92).

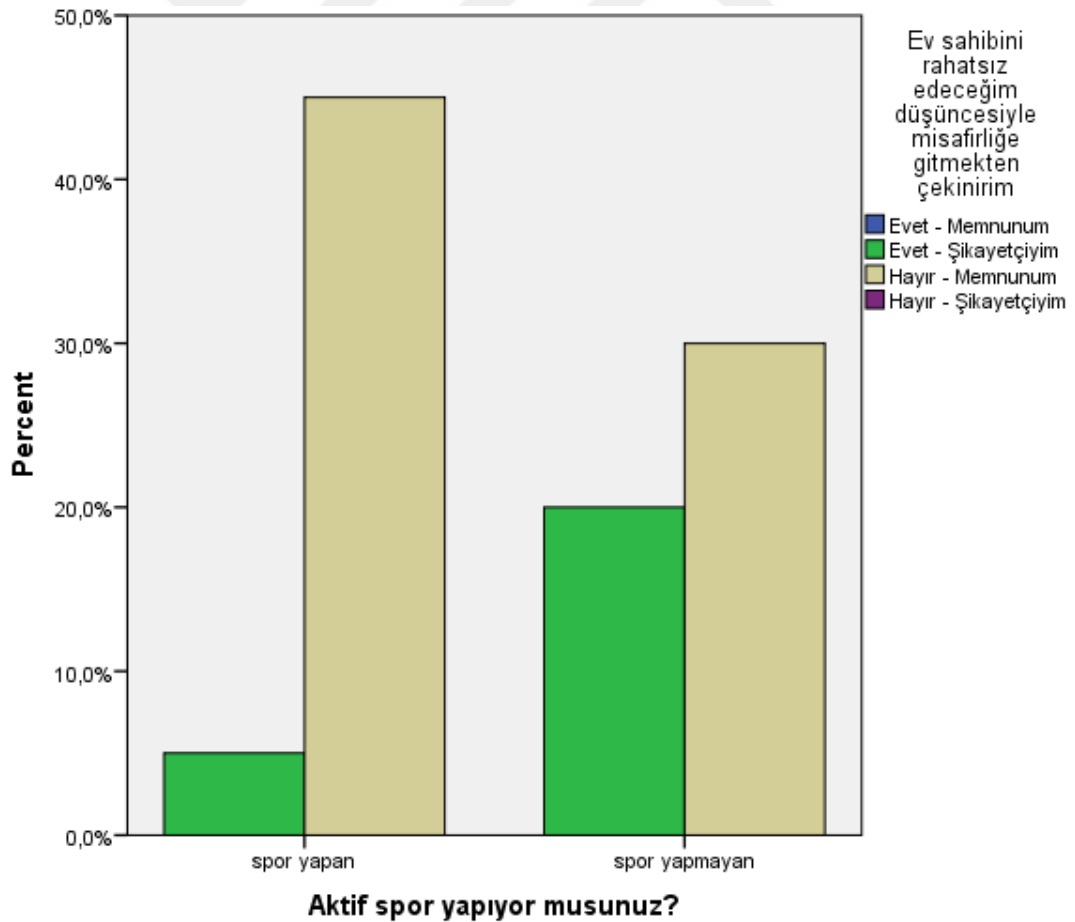
78	Arkadaş saydıklarım beni arar ve benden hoşlanırlar	410	0.000	1.000	EVET
79	Arkadaşlarım benim dostluğuma güvenirlere	410	0.000	1.000	EVET
80	Arkadaşlarım beni pısrık ve beceriksiz bulurlar	410	0.000	1.000	HAYIR
81	Arkadaşlarım beni küçümsüyorlar	410	0.000	1.000	HAYIR
82	Arkadaşlarım beni gruplarına isteyerek alırlar	400	-1.000	0.317	EVET
83	Arkadaşlarım ciddi işlerde ve çalışmalarda benimle beraber olmak isterler	410	0.000	1.000	EVET
84	Arkadaşlarım beni ağzı gevşek ve sır saklamaz bulurlar	410	0.000	1.000	HAYIR
85	Hiç kimse beni sevmiyor	410	0.000	1.000	HAYIR
86	Arkadaşlarım bana düşman oldular	410	0.000	1.000	HAYIR
87	Ailem beni çok sever ve önemser	430	-1.433	0.152	EVET
88	Öğretmenlerin çoğu beni diğer arkadaşlarım kadar önemsemiyor	410	0.000	1.000	HAYIR

89	Çevremdeki insanlar beni ilgilendiren konularda bile benim fikrimi almazlar	390	-1.534	0.174	HAYIR
90	Ev sahibini rahatsız edeceğim düşüncesiyle misafirlğe gitmekten çekinirim	470	-2.163	0.031*	HAYIR
91	Diğer insanlar arasında bir yerim olduğuna inanıyorum	400	-0.593	0.553	EVET
92	Diğer insanları kendimden uzaklaştıracak kadar çevreme koku saçıyorum	410	0.000	1.000	HAYIR

(P<0.05* ve p<0.01**)

Tablo'22 de 90. Soruya baktığımızda; Ev sahibini rahatsız edeceğim düşüncesiyle misafirlğe gitmekten çekinirim değişkeni için aranan olumlu cevaplar spor yapan grup tarafından verilmiş ve onların lehinde anlamlı sonuç çıkmıştır.(P<0,05)

Grafik 14. Ev sahibini rahatsız edeceğim düşüncesiyle misafirlğe gitmekten çekinirim değişkenin karşılaştırılması.



Grafik 14 'te görüldüğü gibi, Ev sahibini rahatsız edeceğim düşüncesiyle misafirlğe gitmekten çekinirim değişkenine alınan cevapların iki grup arasında bir fark oluşturduğu ve aradığımız sonucu desteklediği görülmektedir. Bu değişkenin sağlıklı cevabı *hayır memnunum* seçeneğidir. Spor yapanların hayır memnunum cevabı % 44 iken, spor yapmayanların % 28' de kalmıştır.

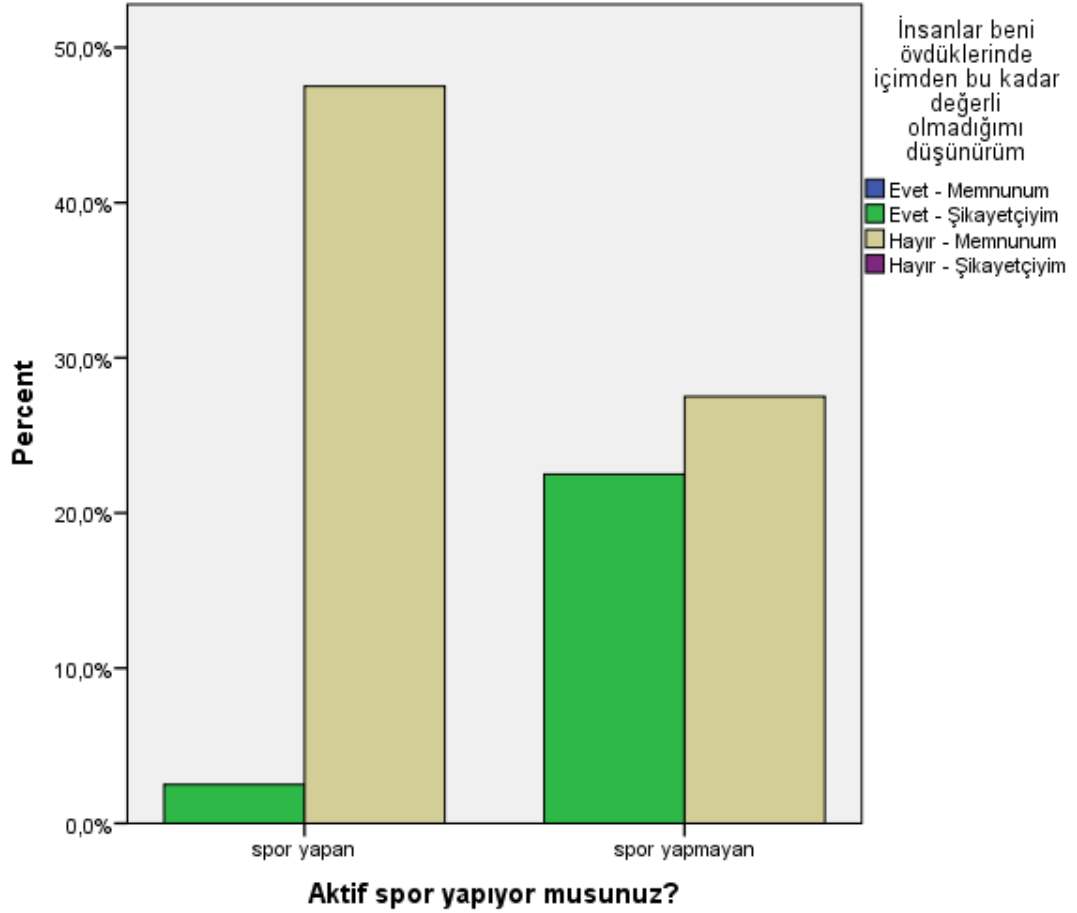
Tablo 23. Kişiliğinde bazı olumlu ve değerli yanların bulunduğuna inanma (93-107).

No	DEĞİŞKENLER	U	Z	P	Sağlıklı cevap
93	İnsanlar beni övdüklerinde içimden bu kadar değerli olmadığını düşünürüm	490	-2.654	0.012*	HAYIR
94	Arkadaşlarım beni yetenekli fakat alçak gönüllü bulurlar	410	0.000	1.000	EVET
95	Kolay arkadaş edinebilirim	410	0.000	1.000	EVET
96	Psikolojik yönden normal ve rahat bir insan sayılırım	380	-1.414	0.157	EVET
97	Kendimi dürüst ve samimi bir insan olarak görüyorum	410	0.000	1.000	EVET
98	İstemediğim halde çabuk kızıyor ve sinirleniyorum	400	-0.593	0.553	HAYIR
99	İnsanları seviyorum ve onlarla beraberlikten mutlu oluyorum	390	-0.874	0.382	EVET
100	Yaşamın güzel ve ilginç yanlarını görerek mutlu oluyorum	420	-0.411	0.681	EVET
101	Kendi çabamla yenebileceğim güçlüklerden dolayı mutsuz olmam	410	0.000	1.000	EVET
102	Yeni durumlara kolay uyum yapabiliyor ve yaşantılardan hoşlanıyorum	330	-3.122	0.002*	EVET
103	Alıngan bir insan değilim	410	0.000	1.000	EVET
104	Sebatlı ve iradeli bir insanım	410	0.000	1.000	EVET
105	Kolay mutlu olamıyorum, genellikle karamsar bir insanım	480	-2.876	0.004*	HAYIR
106	Kendimi yaşamaya değer ve toplumda yeri olan bir kimse olarak görüyorum	410	0.000	1.000	EVET
107	Başkalarıyla ilişkilerimde onların duygu ve düşüncelerini gözetirim	410	0.000	1.000	EVET

(P<0.05* ve p<0.01**)

Tablo'23 de 93. Soruya baktığımızda; *İnsanlar beni övdüklerinde içimden bu kadar değerli olmadığını düşünürüm* değişkeninin değeri (P<0,05)' e göre spor yapan görme engelli bireylerin neticeleri spor yapmayanlara göre pozitifdir ve anlamlı sonuca varılmıştır.

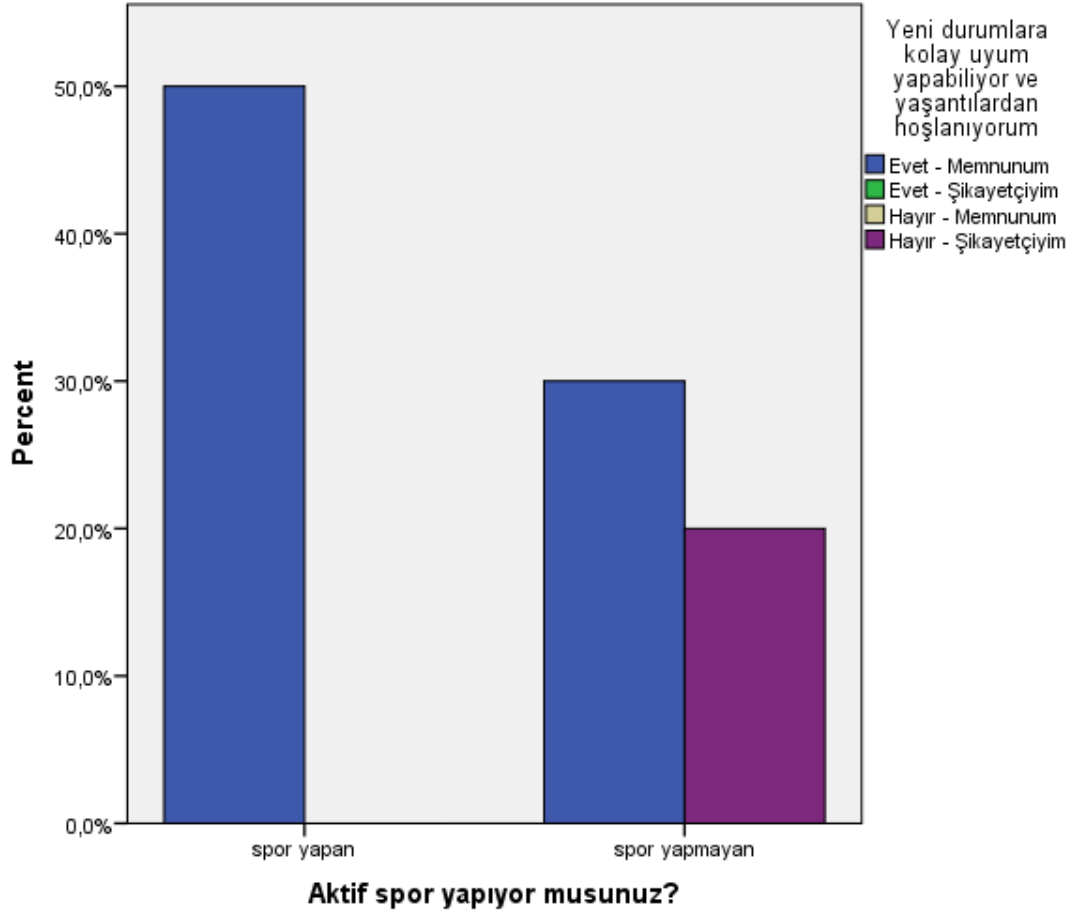
Grafik 15. İnsanlar beni övdüklerinde içimden bu kadar değerli olmadığımı düşünürüm değişkenin karşılaştırılması.



Grafik 15' e göre, insanlar beni övdüklerinde içimden bu kadar değerli olmadığımı düşünürüm değişkeninin yanıtlarının iki grup arasında bir fark oluşturduğu ve aradığımız anlamlılıkla örtüştüğü görülmektedir. Bu değişkenin sağlıklı cevabı *hayır memnunum* seçeneğidir. Spor yapanların hayır memnunum cevabı % 48' iken, spor yapmayanların % 28' de kalmıştır.

Tablo'23 de 102. Soruya baktığımızda; Yeni durumlara kolay uyum yapılabiliyor ve yaşantılardan hoşlanıyorum değişkeninin sağlıklı cevap yoğunluğu spor yapan görme engellilerde olduğundan araştırmamızın amacını destekleyen, ifade edilebilir bir sonuca ulaşılmıştır. (P<0,01)

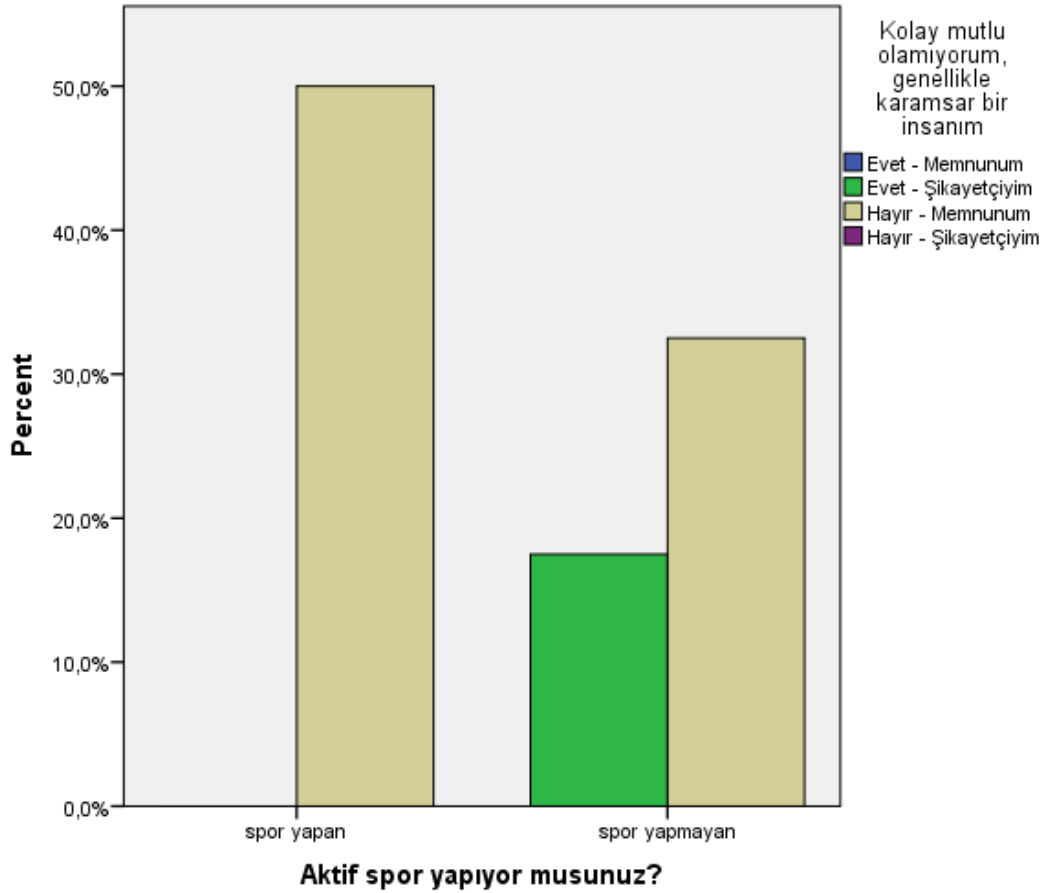
Grafik 16. Yeni durumlara kolay uyum yapabiliyor ve yaşantılardan hoşlanıyorum değişkenin karşılaştırılması.



16. Grafiğe göre, yeni durumlara kolay uyum yapabiliyor ve yaşantılardan hoşlanıyorum değişkenine verilen yanıtların iki grup arasında görülebilen bir fark oluşturduğu ve aradığımız anlamlılığa destek verdiği görülmektedir. Bu değişkenin sağlıklı cevabı *evet memnunum* seçeneğidir. Spor yapan görme engellilerin evet memnunum cevabı % 50' iken, spor yapmayanların % 29' da kalmıştır.

Tablo'23 de 105. Soruya baktığımızda; Kolay mutlu olamıyorum, genellikle karamsar bir insanım değişkeni için ($P < 0,01$)' e göre veriler neticesinde spor yapan görme engellilerin sağlıklı cevapları, yapmayanlara göre çok olduğundan amaca uygun anlamlı sonuca ulaşılmıştır.

Grafik 17. Kolay mutlu olamıyorum, genellikle karamsar bir insanım değişkenin karşılaştırılması.



Grafik 17' nin sonucuna göre, kolay mutlu olamıyorum, genellikle karamsar bir insanım değişkeninin yanıtları iki grup için spor yapan görme engelliler için bir fark oluşturduğu ve aradığımız sonucu desteklediği görülmektedir. Bu değişkenin sağlıklı cevabı **hayır memnunum** seçeneğidir. Spor yapanların hayır memnunum cevabı % 50' iken, spor yapmayanların % 32' de kalmıştır.

Tablo 24. Olumlu yönleri kadar olumsuz yönlerini de kişiliğinin bir parçası sayma (108-116).

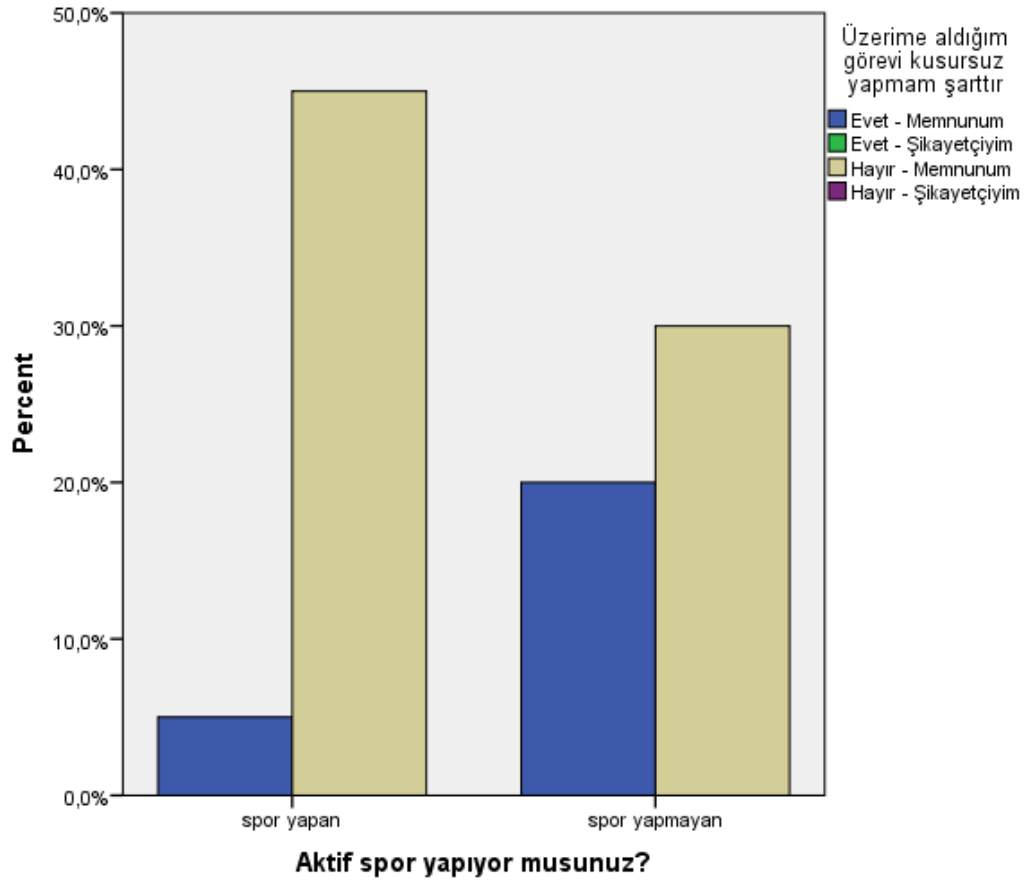
No	DEĞİŞKENLER	U	Z	P	Sağlıklı cevap
108	Bazen yalnızlıktan hoşlanırım	410	0.000	1.000	EVET
109	Eleştiriyi benliğime yöneltilmiş bir tehdit olarak görürüm	400	-1.000	0.317	HAYIR

110	Eleştirilerden önce rahatsız olsam bile sonradan üzerinde durur ve yararlanma gereği duyarım	410	0.000	1.000	<i>EVET</i>
111	Bazı konularda başarısız olabilirim ama verimli ve başarılı olduğum alanlar da var	410	0.000	1.000	<i>EVET</i>
112	Bazı alışkanlık ve kusurlarıma rağmen gene de normal ve uyumlu bir insanım	410	0.000	1.000	<i>EVET</i>
113	Üzerime aldığım görevi kusursuz yapmam şarttır	470	-2.128	0.038*	<i>HAYIR</i>
114	Bazen ters ve geçimsiz bazen ise sıcak ve yumuşak olurum	395	-1.554	0.176	<i>EVET</i>
115	Çirkin ve sevimsiz yönlerimi iyi ve sevimli yönlerim kapatıyor	390	-1.652	0.195	<i>EVET</i>
116	Arkadaşlarım bazı kusur ve noksanlarımı şaka konusu yaparak beni incitiyorlar	410	0.000	1.000	<i>HAYIR</i>

($P < 0.05^*$ ve $p < 0.01^{**}$)

Tablo'24 de 113. Soruya baktığımızda; Üzerime aldığım görevi kusursuz yapmam şarttır değişkeni için ($P < 0,05$) ' e verilen sağlıklı cevapların yoğunluğu spor yapan görme engelli bireyler lehine olduğundan gruplar arasında anlamlı fark bulunmuştur.

Grafik 18. Üzerime aldığım görevi kusursuz yapmam şarttır değişkenin karşılaştırılması.



Değişkenin grafiğinde, üzerime aldığım görevi kusursuz yapmam şarttır değişkenine verilen yanıtların iki grup arasında görülebilen bir fark oluşturduğu ve aradığımız anlamlılık olan sporun benlik tasarımı olumlu etkisi düşüncemizi desteklediği görülmektedir. Bu değişkenin sağlıklı cevabı *hayır memnunum* seçeneğidir. Spor yapanların hayır memnunum cevabı % 45' iken, spor yapmayanların % 30' da kalmıştır.

BEŞİNCİ BÖLÜM

5. TARTIŞMA

Yaptığımız bu çalışma da Türkiye de' ki görme engelli bireylerin benlik tasarımlarının gelişimine sporun etkisinin önemi araştırılmış ve önemine vurgu yapacak sonuçlar elde edilmiştir. Çalışmamızda sporun öneminin görme engelli bireylere ulaşması noktasında sıkıntı olduğunu ve bu yönde yapılmış çok çalışma olmadığını sonucu ortaya çıkmıştır. Görme engelli dünyasına engelli ve engelli ailelerinin dışında ilgi olmadığından kendi içlerinde kaldıkları ve sorunun köklü çözümü için gereken sosyal ve teknik desteğin sağlanamadığı görülmüştür. Devletin bu konu üzerine verdiği önem sadece maddi destek içerikli olduğundan görme engelliye olan ilginin menfi olduğu ve bu ilginin nedeninin engelli tarafından bilindiği sonucuna ulaşılmıştır. İnsani olmayan şartlarda yaşadıklarını devletin verdiği maddi destekten sonra ebeveynleri tarafından ilgi gördüklerini belirtmişlerdir. Sadece maaş günlerinde sokağa çıkarılan görme engellilerin olduğu söylenmiştir. Bu anlamda desteğin sadece maddi destekli olmaması yanında sosyal projelerle de desteklenmesi gerektiği vurgusu yapılmalıdır. Spor yapan görme engelli bireylerin spordan önceki hayatları hakkında yaptıkları değerlendirmelerde sporun sosyal hayatın içinde var olmalarına ve kendilerini ait hissetmelerine yardımcı olduğu fikri ifade edilmiştir. Sporun gören bireylerin içinde bile görme engelli bireyin liderlik için kendisine olan özgüveni sağladığı yorumları engellilerin kendisi tarafından yapılmıştır. Literatüre bakıldığında yaptığımız çalışmayı destekleyen ve desteklemeyen çalışmalar yapıldığı görülmektedir.

Jervis (1959), gören ve görmeyen ergenleri karşılaştırmak için benlik kavramını kullanmıştır. Yaşları 17-19 olan ve iki tane bölge okulundan 20 görmeyen öğrenciyi denek olarak kullanmıştır. Bu öğrencilerin hepsi 3 yaşından itibaren görmemeye başlamış, normal zekâ düzeyinde ciddi duygusal ve fiziksel problemleri olmayan kişilerdir. Kontrol grubu olarak da 20 gören çocuk seçilmiş ve görme dışında bu çocukların bütün özellikleri deney grubuyla eşleştirilmiştir. Tüm çocuklara Chicago Kart Eşleştirme testi verilmiştir. Deneklerden kendini nasıl değerlendirirsin, ideal benliğini nasıl değerlendirirsin şeklinde olmak üzere kendilerini değerlendirmeleri istenmiştir. İki grup arasında benlik kavramı açısından bir farklılık bulunmamıştır. Görmeyenlerin, geleceklerinden daha endişeli ve dışa doğru öfke ve saldırganlıklarını daha az kontrol edebilme eğiliminde oldukları görülmüştür (Jervis, 1959).

Meighan 1971 yılındaki çalışmasında “Tennessee Benlik Kavramı” ölçeğini kullanarak 120 total görmeyen ve 83 az gören yatılı öğrencilerle bir araştırma yapmıştır. Benlik kavramının temel boyutlarında görmeyenler grubu anlamlı bir şekilde normatif gruptaki gören deneklerden negatif yönde bir sapma göstermiştir. Akademik başarı ile benlik kavramı arasında bir ilişki bulunmamıştır (Meighan,1971)

Başka bir çalışmada, Johnson (1991), 12-18 yaşında 14 görmeyen ergende grup terapisinin benlik kavramını arttırmada etkili olup olmadığını araştırmıştır. 7 ergen kontrol grubu olarak alınırken, 7 ergen de deney grubuna alınmıştır. Grup danışmanlığı öncesinde ve sonrasında deney grubuna “Tennessee Benlik Kavramı Ölçeği ve Karşı Tutumlar” verilmiştir. Grup danışmanlığının benlik kavramını arttırdığı ve görmemeye karşı olan tutumu düzelttiği görülmüştür (Johnson, 1991).

Bıyıklı (1989)' da yaptığı çalışmada, ergenlerin benlik kavramları ve aile tutumlarını algılayışları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını araştırmıştır. Yaş ortalaması 16 olan 38 görmeyen, 33 işitmeyen, 34 ortopedik engelli ve 37 gören ergen üzerinde yalpan araştırmada benlik kavramını ölçmek için Piers Haris Ölçeği kullanılmıştır. Benlik kavramı açısından işitme engelli grup dışında diğer gruplarda anlamlı bir fark çıkmamıştır (Bıyıklı 1989).

Yapılan başka bir araştırmada 14–18 yaşları arasında 30 görme engelli, 30 görebilen çocuk ve annelerinden oluşan 120 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Bu çalışmanın deney grubunu, 13“ü kız, 17“ si erkek 30 tane görme engelli çocuk ve anneleri olmak üzere toplam 60 kişiden oluşmuştur. Kontrol grubu ise 13“ü kız ve 17“si erkek 30 gören ve çocuk ve annelerinden oluşan toplam 60 kişiden oluşmuştur. Bu çalışmada genel olarak gören ve görmeyen çocukların benlik kavramlarının gelişmesiyle aile tutumu arasında bir bağlantının varlığı araştırılmıştır. Bu soruya cevap bulabilmek için de çocukların kendi benliklerini değerlendirmeleri, kendi benliğiyle ideal benliği arasındaki değerlendirmelerin farklılaşması, çocuğun aile tutumunu algılayışı, ailenin çocuğunu tanıması ve ailenin tutumu araştırılmıştır. Böylece hem çocuk açısından hem de anneleri açısından gören ve görmeyen çocukların benlik kavramları ve aile tutumları tespit edilmeye çalışılmıştır. Self Sort, Ideal Sort, SPT-B ve ailelerine uygulanan SPT-A ölçekleri kullanılmıştır. Bu çalışmadan elde edilen verilere göre; gören deneklerle görmeyen denekler arasında benlik kavramları açısından ve uyum puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı, özrü olan ve olmayan çocuk annelerinin çocuğa karşı tutumu araştırıldığında, görmeyen

çocuğa sahip annelerin kabul ve ret puanları gören çocukların annelerine göre anlamlı bir şekilde yüksek olduğu, annenin tutumuyla çocuğun benlik kavramı arasında ilişkinin anlamsız düzeyde olduğu, görmeyen çocuğun aile tutumunu algılayışı ile benlik kavramı arasında sadece acıma boyutunda negatif bir ilişki görülürken, gören çocukta ise kabul boyutunda pozitif bir ilişki görüldüğü, iki grup annenin, çocukların benlik kavramlarını değerlendirmesi arasında da anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir (Bacakoğlu, 1996).

Bacakoğlu (2002)' de başka bir çalışmasında, görme engelli çocuklarda benlik kavramı ve ölçülü düşüncenin gelişmesinde, rasyonel duygusal eğitim programının (RDE) etkisi araştırılmıştır. Çalışmaya 10–13 yaş arasında 42 öğrenci katılmıştır. Çalışmada Ön-Son test modeli uygulanmıştır. Sonuçlar, benlik kavramının ve ölçülü düşüncenin ilerlemesinde RDE programının faydalı olduğunu göstermiştir. Ön- son test uygulamaları arasında oldukça anlamlı fark çıkmıştır. Yaş ve cinsiyete bakılarak sonuçlar incelendiğinde, hem kızların hem erkelerin yaşları ne olursa olsun RDE programından yararlandıkları görülmüştür (Bacakoğlu 2002).

Women"s Sports Foundation tarafından yayınlanan, 30.000 spor yapan ve spor yapmayan kız arasında yapılan araştırmada, spor yapan kızların; akademik başarılarının daha yüksek olduğu, yaşlıları arasında kendilerini daha popüler hissettikleri, daha sosyal oldukları, liseden mezun olma oranlarının diğerlerine göre üç kat fazla olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, diğerlerine göre uyuşturucuya başlama olasılıkları %92 oranında az olduğu belirtilmiştir (Woman"s Sports Foundation, 1998).

Erkan (1990), Araştırmasında ortopedik özürlü olan çocuklarla olmayanları, özürlü durumu, cinsiyet, anne-baba tutumları ve bireysel yetileri yönünden incelemiştir. Bu çalışma için Ankara'nın farklı okullarından 301 ortopedik özürlü olan ve oluşturduğu kontrol grubunu karşılaştırmıştır. Tetkikler için Kendini Kabul Envanteri Lise Formu' ve bağımsız değişkeni ölçmek için 'Kişisel Bilgi Anketi' kullanmıştır. Çalışmasının sonucuna göre; iki grup arasında kendini kabul seviyeleri için farklılık bulunamamıştır.

Terzi (2011) çalışmasında, sporla uğraşan ve uğraşmayan görme engelli öğrencilerin kendini kabul seviyelerini ölçmek için Temuge (1987) tarafından geliştirilen "Kendini Kabul Envanteri" kullanılmış ve ayrıca, çalışmaya katılan görme engellilerin demografik bilgileri için araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formunu kullanılmıştır. Görme engelli öğrencilerin kendini kabul düzeylerinin değerlendirildiği anket sonuçlarına göre 30 sporla uğraşan ve 30 uğraşmayan görme engelli öğrencilerin toplam

116 soruya verdikleri cevapların 6 tanesinde fark vardır şeklinde sonuçlanmıştır: “Yabancılarla tanışmak ve yeni dostlar edinmekten hoşlanırım, “Başkaları beni seyrederken iş yapamıyorum” Yerinde ve haklı olsa bile yüzüme yapılan övgülerden utanırım, “Genellikle kendimden çok başkalarını memnun etme çabasındayım,” Arkadaşlarımdan birçoğu kadar güzel ya da yakışıklıyım,” İstemediğim halde çabuk kızıyor ve sinirleniyorum sonuçlarıdır. Çalışmanın kuramsal bölümünde kendini kabulde sporun etkisi göze çarpmıştır. Ancak sporun kendini kabul düzeyine etkisi yapılan anketler sonucunda bu çalışma da görülmemiştir (Terzi, 2011).

Beden eğitimi dersinin görme engelli bireyin benlik algısına yaptığı pozitif etkinin incelendiği bir çalışma da; görme engeli hareket edebilme özgürlüğünü sosyal anlamda engellediğinden Beden Eğitimi dersi bu sorunu yenebilmeleri açısından önemlidir denilmektedir (Özsoy, Özyürek, Eripek, 2002) .

Görme engelli bireylerde bedeni hareketsizlik, kafa sallama, göz kırpma ve etrafında dönmek gibi körlük tiki denilen davranışların gelişmesine, kasların normalin altında gelişmesine, sırtın kambur, omuzların düşük ve duruş bozukluklarına sebep olur. Bu sebeplerde dolayı görme engeli olan bireyin fiziki görüntüsünün bozuk olmasına yol açar (Enç, 2005).

Görme engelli okullarında uygulanmakta olan beden eğitimi dersleri bu tarz sorunların üstesinden gelinebilmesi için tatbik edilen en önemli ders durumundadır. Ayrıca uzmanlara göre beden eğitimi dersinin bağımsız hareket edebilme becerilerini ciddi anlamda destekleyen ders olduğundan benlik ve benlik saygısının gelişiminde önemli bir yerde olacağını vurgulamaktadırlar (Ataman, 2005; Enç, 2005; Özer 2001).

Literatürdeki sonuçlara bakıldığında araştırmamızın sonuçlarının desteklendiği çalışmaların olduğu gözlenmiştir. Araştırmanın istenilen sonucu benlik tasarımı ile alakalı olduğundan direkt içeriğin yansıdığı çalışmalar dışında da örnekler incelenmiş bunlar; farklı sosyal gruplar, coğrafi bölgeler, etnik çeşitliliğin çok olduğu bölgeler, farklı yaş grupları ve cinsiyet farklarının benlik tasarımının üzerinde olan etkisi araştırılmıştır. Sonuçlara bakıldığında benlik kavramının bu farklardan çok az etkilendiği görülmüştür. Farkların göze çarpar nitelikte olmaması insanların buldukları ortama, varsa bedensel özüne veya hayatın onlara sunduklarına uyum sağlamasından kaynaklanıyor olabilir diyebiliriz.

Araştırma sonuçlarımızı ve sonuçları destekleyen çalışmalarını incelediğimizde; Tablo15 'te 1. soruda Başarısızlık Karşısında Çabuk Yıkılıyor Ve Kendime Güvenimi Kaybediyorum değişkeni için ($P<0,05$) olduğundan dolayı spor yapan görme engelliler lehine fark vardır sonucuna ulaşılmıştır. Görme engelli bireyin başarısızlık karşısında yıkılması ve güven sorunu yaşaması yaşantısının durağan olduğunun, başarabileceklerini görebileceği bir yöneliminin olmadığını ve sosyalleşmediğini gösterebilir. Anketimiz sonucunda spor yapan görme engellilerin verdikleri yanıtların sağlıklı cevap sayısı spor yapmayanlara göre fazla çıkması yaptığımız çalışmaya ve mevcut soruna ışık tutmuştur.

Güngör (1989) tarafından yapılan araştırmada; spor yapma öz saygıyı yükseltmektedir ve öz saygı seviyesi yüksek olan kişilerde kendine güven, iyimserlik, kazanma isteği, zorluklara karşı durma gibi olumlu ruhsal özelliklerin yanı sıra, kendilerini kabul edilmeye değer, önemli ve faydalı kişiler olarak kavrama eğiliminde olduklarını ortaya koymaktadır. Ayrıca çalışmalar, böyle şahısların rahat, esnek, modern düşüncelere açık, kişilerarası ve grup içi münasebetlerinde başarılı, aktif, atak, araştırmacı ve üretici özelliklerinden dolayı toplumda daha aktif roller aldıkları ortaya koymaktadır.

Araştırmamızda; Tablo 15' te 2. sorudaki Geleceğimden Umutluyum değişkeninde istatistiksel olarak spor yapan görme engelliler lehine anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır ($P<0,05$). Gelecek kaygısı; aile ve çevre faktörünün duygu gelişimindeki çabası ile alakalıdır. Bu çabanın eksik olması gelecek kaygısı gibi psikolojik sıkıntıları ortaya çıkarmaktadır. Spor; çevre ve aile yaşantısının olumsuz etkilerinden uzaklaşmak için doğru tercih olduğu çıkan değerlendirme sonucuna göre söylenebilir. Bu değişkenin benlik tasarımının pozitif gelişmesine ve depresif sıkıntıların atlatılmasında katkısı vardır diyebiliriz.

Hurre ve Aro (1998), Depresyon sıklığının görme engeli ile olan ilişkisini araştırmak için görme engelli 54 genci, gören akranlarıyla karşılaştırmış ve görülebilen bir fark olmadığını ortaya çıkarmıştır. Araştırmacılar, görme engellilerin daha az arkadaşının oluşunu ve sosyal etkinliklerde daha az yer almalarını fiziksel engellerine, insanların olumsuz tutumlarına veya kendilerini farklı hissetmelerinde ötürü sosyal çevreden izole etmelerine bağlamıştır.

Görme engelli bireyin geleceğinden umutlu olmaması onun doyurulması gereken çevresel duygularının toplum tarafından desteklenmediğinde umutsuzluk kökenli depresif

sonuçlar çıkabileceği yorumunu yukarıdaki alıntıya ve çalışmamız sonuçlarına göre söyleyebiliriz.

Çalışmamızda; tablo 15' te 4. soruda Bir İşi Planlarken Birçok Kimselere Danışırım Ama Son Kararı Kendim Veririm değişkeninde spor yapan görme engelliler lehine pozitif fark olduğu tespit edilmiştir ($P < 0.05$). Bu veri benlik tasarımının pozitif gelişmesine sporun pozitif katkısı olduğu görüntüsü verdiğinden sporun benlik tasarımının gelişimine etkisi vardır diyebiliriz. Görme engelli bireyin karar verme yetisine sahip olması bu yetinin altında yatan duygu tutumun pozitif olması gerektiğindedir. Pozitif gelişmeyen bu yetinin sebebi bu tecrübeyi yaşamanın kıymetini bilen aile ve evre eksikliğinden kaynaklanmaktadır. Spor birazda olsa sorumluluk alma ve mücadele içinde karar verme hakkı verdiğinden bu soruna olumlu katkısı olduğu sonucu ortaya çıkabilir.

Çocukların sosyal beceri davranışlarını sergilediklerinde, çevresindeki kişiler tarafından pekiştirilmeleri ve olumlu sosyal tepkiler almaları nedeni ile uygun davranışları zamanla kazandıkları belirtilmiştir (Frederickson and friends, 2007). Ancak görme yetersizliğinden dolayı kısıtlanmış çocukların, görsel ipuçlarını ayırt etme, sözel olmayan vücut hareketlerini taklit etme, model olma ve geri bildirim alma becerilerindeki sınırlılıkları (Kekelis, 1992 and MacCuspie, 1996), sosyal becerileri öğrenmelerinde ve kullanmalarında yetersizliğe neden olmaktadır (McGaha and Fahran, 2001; Sargent, 1991). Ayrıca yetersizlikten etkilenmiş çocukların kendileri gibi yetersizliğe sahip olan yaşıtlarıyla beraber eğitim aldıkları, ayrıştırılmış eğitim ortamları olarak tanımlanan okullar, çocukların sosyal becerileri öğrenebilmeleri açısından kısıtlı fırsat oluşturmakta ve bu durumun çocukların dışa dönük becerileri öğrenmelerini sınırladığı belirtilmektedir (Akkök, 1999, Korinek and Popp, 1997; Sazak, 2003; Seymes and Humphrey, 2010).

Çalışmamızın tablo 15' teki 8. sorusuna baktığımızda, Daima Başkaları Tarafından Korunmaya Ve Desteklenmeye İhtiyacım Var değişkeninde görme engelli spor yapanlarda ($P < 0,05$) anlamlı olarak fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Görme engelli bireyin kendini algılayamayışı ve muhtevasında bulunan özelliklerinin farkında olmaması kendisine güvenen bir kişi olmasının önüne geçmiştir diyebiliriz. Bu anlamda sporun kendini tanımasını, yeterliliğini görmesi ve sınırlılıklarının kabulü açısından faydası yadsınamayacağından sporun katkısı vardır denebilir.

Spor yapmayan görme engelli öğrencilerin korunmaya ve desteklenmeye ihtiyaç duymaları, belki de kendini olduğundan daha az değerlendirmesinden kaynaklanabilir. Bu

durum, spor yapmayan görme engelli öğrencilerin kendilerini gerçekçi biçimde algılamamış olmalarından, çevredeki kişilerin olumsuz tutumları ve bilgilendirme eksikliğinin bu bireylerin kendilerini değersiz görmelerine yol açmasından ve farklı olduğunun bilincinde olarak utanmasından ya da tüm nedenlerin birleşiminden oluşmuş olabilir (Enç,1979).

Çalışmamızda Tablo 16' nın 18 ve 20. sorularına baktığımızda ' Kararsız Bir İnsan Oluşumdan Dolayı Yaşamım Tatsızlaşıyor ve Kendimle İlgili Konularda Karar Vermede Güçlük Çekiyorum' değişkeni için istatistiksel olarak spor yapan görme engelliler lehine anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($P < 0.05$). Kararsız kalmak ve karar verirken kendisi ile alakalı olsa bile bir başkasından yardım almak bireyin benliğinin bir parçası olan sorumluluk alma ve sonuçlarına katlanma duygusunun pekiştirilmediği duygusal gelişimlerde olmaktadır. Sporun doğasında bulunan başarıya ulaşma ve kazanma beklentilerine olumlu tepki vermesi için karar verme yeteneğinin gelişmiş olması gerekmektedir. Anket sonucunun spor yapanların yapmayanlara oranla yanıtlarının olumlu olması araştırmamızın amacına hizmet etmiştir.

Yaşamsal tecrübeler insanların bilişsel ve duygusal donanımlarının gelişimini etkilediği bilinmektedir ve bu anlamda eksiklik yaşayan görme engelli bireyin sosyal ortamdaki özründen dolayı uzak kalması bu donanımlarının gelişmemesine neden olabilir. Spor ise sosyaldir ve etkileşimin içindedir. Verilerde bu durumu desteklemekte ve sporun önemine vurgu yapmaktadır diyebiliriz.

Görme engelli öğrenciler, utangaç ve çekingen tutumlarından dolayı, ister bilinçli ister bu sorunu bilinçli şekilde yaşamasınlar yine de insanlarla etkileşimleri ve kendi yeteneklerini sınama girişimleri sınırlı bulunmaktadır. Çünkü diğer bireylerle beraber olmanın ve onları kendileri hakkındaki düşüncelerine karşı fazla duyarlı olmanın rahatsızlığını yaşamaktadırlar. Bu duygu içindeki görme engelli öğrencilerin, giderek çevrelerine yabancılaşarak yalnızlık ve güvensizliklerini sürdürecekleri düşünülebilir (Akçamete,1990).

Yukarıda yapılan çalışmalar bizim çalışma sonuçları ile paralellik göstermektedir ve bu sonuçlar bize benlik tasarımının pozitif gelişmesinde sporun etkisi olduğunu ve sporun benlik tasarımının gelişimi üzerinde katkısı vardır diyebiliriz.

Çalışmamızda Tablo' 18' in 32, 38, 41 ve 44. Sorularına baktığımızda 'Genellikle Başkalarının Yanında Terler Ve Bunalırım 'Arkadaşlarımla Davetini Beklemeden Gerektiğinde Onların Grubuna Katılırım' değişkeni ile 'Genellikle Topluluk İçinde Bulunmaktan Hoşlanırım Ve Topluluk İçinde Rahat Konuşamıyorum' değişkenlerinde aktif spor yapan görme engelliler için anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($P<0.05$). Aşırı ölçüde mahcupluk ve utangaçlık göstermeme alt ölçütünün değişkenleri olan bu sorulara verilen yanıtların spor yapanların lehine anlamlı olması spor yapan görme engellinin içe kapanık, duyguları maskelenmiş ve çevreden olumlu dönütler almamış olsa bile hayatına sporun girmesi ile bu duyguların kaybolduğu görülmüştür. Bu veriler görme engelli bireylerin benlik tasarımında da sosyal açıdan gelişiminde de spor yapmanın etkisinin olduğunu göstermektedir.

Birey sağlıklı, anlayışlı, realist ve pozitif bakış açısı eğiliminde olmalıdır. Bireyin pozitif benlik algısını ve benlik tasarımını geliştirebilmesi kendini başarılı bulması ve başkaları tarafından da kabul görmesi gerekir (Cooke, 1999).

Kendini saygı duyulmaya değer, önemli ve faydalı kişiler olarak algılayanlar benlik saygısı yüksek insanlardır (Dönmez, 1985). Benlik saygısı düşük olanlar ise, kendilerine kapasitelerinin altında hedef koyarlar, reddedilme korkuları olur ve göz önünde olacakları işlerden uzak dururlar (Skaalvik & Hagtvet, 1990).

Görme engelli birey toplum içinde saygı görmez, sorumluluk verip onların varlığı kabul edilmez ve özürlerinin üstesinden gelecekleri bir çabanın içine sokulmazlarsa düşük benlik saygısı oluşur ve resesif kişilik geliştirir. Arkadaş gruplarının içinde yer edinmek; kabul görmek ve bunu hak ettiğini düşünmekten geçer diyebiliriz. Spor iletişimin yoğun olduğu ve başarının takım ruhu olmaktan geçtiği bir etkinlik olduğu için çekinikliği attırır ve kendine güvenmesini sağlar diyebiliriz.

Benlik saygısına sahip kişiler başarılarını inkâr ederler ve yeteneklerine çok kıymet vermezler. Bu kişiler hedef koymada ve problem çözmede zorlanırlar (Plummer, 2001). Ayrıca düşük benlik saygısını madde kullanımı, yeme bozukluğu, depresif tutum ve hayattan tat alamama değişkenleri üzerinden araştıran çokça çalışma vardır (Akt. Korkut, 2004). Başka bir araştırmada; benlik saygısı düşük olanlar kendilerini uyumsuz, ret edilen ve aşağılık duygusu yoğun kişiler olarak ifade etmektedirler (İnanç, 1997).

Çalışmamızda; tablo 18' de 42. soruda Girişken Bir İnsan Sayılımı değişkeni için ($P<0.05$) olduğundan spor yapan görme engellilerin verdiği sağlıklı cevaplar spor yapmayanlara göre fazla çıkmıştır. Girişkenlik üretkenliğe geçiş aşamasında donanımını tamamlamış bir duygu olmalıdır. Bireyin fikrinin çevresel ve ailesel faktörlerden dolayı önemsenmemesi onun ifade aşamasında kaygıya kapılmasına ve ilerleyen dönemde resesif bir kimliğe bürünmesine neden olabilir. Spor; takımdaşlık duygusu ve gerektiğinde sorumluluk alması gerektiği duygusunu uğraşanına kazandırabilen bir olgudur ve verilen neticesinde de sağlıklı cevapları çoğunlukla spor yapan görme engellilerin vermesi düşüncelerimizi desteklemiştir. Görme engelli bireye sporun, toplumun içinde varlığının olduğunu ve özrünün dışlanma nedeni olmadığı düşüncesi kazandırdığını ifade edebiliriz.

Gençtan (1984), dış etmenler tarafından engellenen bireylerin kendi yönünü seçebilme yeteneğine sahip olmayan bireyler olduğunu belirtmektedir. Görme engelli bireylerin, kendilerini niteliksiz hissetmeleri, etrafındakilerin de onlara bu şekilde yaklaşmalarından dolayı, bireylerin kişilikleri, varoluşları, hayatta faal bir grafik çizmeleri ve uyumları önemli miktarda etkilenmektedir.

Yapılan çalışmalarda da görüldüğü gibi dış etmenlerden olumsuz etkilenen bireylerin kendi yönünü bulabilme zorluğu girişkenliklerini düşürebilir diyebilir ve sporun bulgulara da bakarak bu duygu tutumuna olumlu etki yaptığı ifade edilebilir.

Araştırmamızın Tablo 19' daki 56. sorusunda Genellikle Kendimden Çok Başkalarını Memnun Etme Çabasındayım değişkenine spor yapan görme engellilerin spor yapmayan görme engelliler göre olumlu cevaplarının olması farkın anlamlı olduğu sonucunu çıkarmıştır ($P<0.01$). Görme engelli bireyin özrüne bakış açılarının negatif olduğunu, kendini beğendirmek ve duygularını başkalarının üzerinden bastırmak için bu tutumu sergilediklerini ifade edebiliriz. Spor; yapanlarının çok azınının böyle bir tutum içinde olduğunu ortaya koymuş ve sporun benlik tasarımına etkisi olduğu fikrini desteklemiştir.

Bu maddeyi 'evet' olarak cevaplandıran bireyin sağlıksız bir tutum içinde olduğu kabul edilir (Kılıççı,1985). Gençtan (1981), duygudaşlık ve boyun eğme mekanizmalarını açıklarken birincide uysal davranışların sevgi kazanma isteğinden ikincisi de güvenlik sağlayabilme amacından kaynaklandığını ifade etmektedir. Spor yapmayan görme engelli öğrencilerin sorun olarak görünen bu durumun süreklilik kazanması, kişinin bastırılmış düşmanlık duygularının artmasına, başkalarından abartılı özveri beklentileri geliştirmelerine neden olabilir.

Bulgulara ve yorumlara göre belli bir gruba ait olma ve güvenlik ihtiyacının karşılanması için yoksun bireylerin bu duygu tutumu sergiledikleri görülmektedir. Sporun bu anlamda belli bir grubun içinde olma ve kendini güvende hissetme beklentilerine cevap verebildiğini ve etkili olduğu ifade edilebilir.

Yaptığımız çalışmanın tablo 20' deki 58. sorusunda Arkadaşlarının Birçoğu Kadar Güzel yada Yakışıklıym değişkeni için ($P<0.05$) düzeyinde spor yapan görme engelliler lehinde anlamlı fark olduğu saptanmıştır. Bu durum spor yapmayan görme engelli öğrencilerin, bilgilendirme eksikliği ve olumsuz ana-baba, çevre tutumu nedeniyle kendilerini kabullenmemiş olmalarından kaynaklanabilir. Aynı zamanda bu durum, spor yapmayan görme engelli öğrencilerin sosyal etkileşimlerini, gelişimlerini, başkalarını kabullerini önemli ölçüde etkileyeceğinden bu bireylerin, spor aktivitelerine katılarak kendini tüm olumlu ve olumsuz yanlarıyla kabul etmeyi, kendi yeteneklerinin farkına varmayı, yaşama etkin biçimde katılmayı, kendini değerli görmeyi ve yüksek benlik algısına sahip olmayı öğrenecektir (Terzi, 2011).

Çalışmanın tablo 22' de 90. sorusunda Ev Sahibini Rahatsız Edeceğim Düşüncesiyle Misafirliğe Gitmekten Çekinirim değişkeninde istatistiksel olarak spor yapan görme engellilerin sağlıklı cevaplar verdiği görülmüştür ($P<0.05$). Bu sonuçlara göre spor yapan görme engellilerin spor yapmayan görme engellilere göre benlik saygısının daha üst düzeyde olduğu, sosyal ilişkilerinin daha iyi olduğunu ve özürlerinin toplumdan dışlanma nedeni olarak görülmediğini ortaya koymuştur.

Bireyin benlik saygısının temelini şahsına duyduğu değerlilik ve yeterlilik duygusu şekillendirir. Bu duygu durumunun temelini attığı benlik saygısı, bireyin şahsına ve dış dünyaya karşı tutumunun belirleyici önemli bir öğedir. Bundan dolayı düşük ve yüksek benlik saygısı ve beden görüntüsündeki bozukluk hayatı direkt olarak etki etmektedir (Akın ve ark. 1992).

Görme engelli bireyin olumsuz benlik saygısı geliştirmesi, bedeni özrünü kabullenmeyişi ve sınırlılıklarına göre yaşama çabası içine girmemesine neden olabilir ve buda toplumda resesif bir karakter olarak bulunmasına neden olabilir. Verilere ve alıntılara bakıldığında sporun bu anlamda pozitif etkisinin olduğunu söyleyebiliriz.

Çalışmamızda tablo 23' de 93. Sorusunda İnsanlar Beni Övdüklerinde İçimden Bu Kadar Değerli Olmadığımı Düşünürüm değişkeninin spor yapan görme engelliler lehinde anlamlı olduğu bulunmuştur ($P<0.05$). Bu veri neticesine göre; spor yapmayan görme engelli bireylerin spor yapanlara göre; onlara yapılan övgülerin kendilerini mutlu etme çabası olarak görmeleri ve gerçekçi bulmamaları görme engellilerin kendini kabul düzeylerinin olumlu olmadığını dolayısıyla benlik tasarımlarının pozitif gelişmediğini göstermektedir. Spor yapan görme engellilerin yapmayanlara göre sağlıklı cevap vermeleri sporun bu anlamdaki katkısını ortaya koymuştur.

Spor yapmayan görme engelli öğrencilerin kendisine yapılan övgüleri kabullenmeyişi, belki de kendini olduğundan daha az değerlendirmesinden kaynaklanabilir. Bu durum, spor yapmayan görme engelli öğrencilerin kendilerini gerçekçi biçimde algılamamış olmalarından, çevredeki kişilerin olumsuz tutumları ve bilgilendirme eksikliğinin bu bireylerin kendilerini değersiz görmelerine yol açmasından ve farklı olduğunun bilincinde olarak utanmasından ya da tüm nedenlerin birleşiminden oluşmuş olabilir (Enç,1979). Bu nedenledir ki, sporun önemi burada da devreye girerek; sosyal, ruhsal ve zihinsel özellikleriyle de toplumun tüm kesimleri için önemlidir ve özellikle bireylerin etrafıca gelişimi için kayda değer katkı verebilecek bir mekanizma olarak görülmelidir (Aydoğmuş ve ark.2009). Sporun ruhsal dünyaya pozitif etkileri araştırmalarla sabittir ve yadsınamaz, bireyin kendini kabul etmesine ve niteliklerinin farkına varmasına yardımcı olacağı söylenebilir. Bu anlamda veriler ve alıntıların değişkeni desteklemesiyle sporun katkısının olabileceğini ifade edebiliriz.

Yaptığımız çalışmanın tablo 23' deki 102. sorusunda Yeni Durumlara Kolay Uyum Yapabiliyor Ve Yaşantılardan Hoşlanıyorum değişkeni için ($P< 0.01$) olduğundan dolayı spor yapan görme engellilerin lehine anlamlı fark vardır sonucuna ulaşılmıştır. Çıkan bu neticeye göre; spor yapmayan görme engelli bireylerin sağlıksız cevap oranlarının fazla olması özürlerini kabul etmemelerinin, yeni tanıştıkları insanlara ve ortamlara önyargılı yaklaşımlarının neden olduğunu söylenebilir. Bu manada spor yapanların oranının az olması sporun benlik tasarımının olumlu gelişmesinde etkili olduğunu ifade edebiliriz.

Ergenlik dönemini ve tam olarak bakıldığında aslında tüm yaşamı etkileyen olgu yaşam doyumunu hissetmektir. Bu anlamda benlik saygısı ile yaşam doyumunu ilişkilendirilmiş ve üzerine bir çok çalışma yapılmıştır. Bunlar (Campbell,1981; Çivitci, 2007; Diener and Diener, 1995; Lucas, Diener, Suh, 1996; Leung and Leung,1992).

Çalışmalarda benlik saygısını tüm kültürlerde yaşam doyumunu vurguladığı belirtilmiştir (Akt: Kırtıl, 2009).

Yaşam doyumunu teriminin tabanında çevresel pozitif alımların olduğu ve sürecin içinde karşımıza çıkacak yeni yaşantılara uyum sağlamakta pozitif alımlara bağlı olduğundan bu anlamda engellenen birey negatif kişilik geliştirilebilir diyebiliriz. Sporun verilere ve alıntılara bakıldığında olumlu yönelime sebep olacağını söyleyebiliriz.

Araştırmanın tablo 23' deki 105 Numaralı soruda Kolay Mutlu Olamıyorum, Genellikle Karamsar Bir İnsanım değişkeni için ($P < 0.01$) düzeyinde istatistiksel olarak spor yapan görme engellilerin daha çok sağlıklı cevap verdiği sonucu bulunmuştur. Değişkenin analizine göre; spor yapmayan görme engelli bireylerin yapanlara göre sağlıksız cevaplarının fazla olması onların yeteneklerini görecekları ortamlara girmemelerinden ve çevrelerinden olumsuz tepki almalarından dolayı oluşan karamsarlık duygusundan kaynaklanıyor denebilir. Spor sosyal ve fiziki açıdan kendini görebilmek, yeteneklerinin sınırlarını çizebilmek ve onların fikirlerine ve kendilerine değer verecek arkadaşlık ortamını sağlayabilecek nitelikte bir olgudur. Yanıtlar neticesinde spor yapanların oranlarının spor yapmayanlara göre az olması sporun benlik tasarımına pozitif etkisi vardır sonucuna ulaşılabilir.

Yaşamsal tecrübeler insanların bilişsel ve duygusal donanımlarının gelişimini etkilediği bilinmektedir ve bu anlamda eksiklik yaşayan görme engelli bireyin sosyal ortamdan özünden dolayı uzak kalması bu donanımlarının gelişmemesine neden olabilir. Spor ise insanları sosyalleştirir ve etkileşimin içinde bulunmalarını sağlar. Bulduğumuz verilerde bu durumu desteklemekte ve sporun önemine vurgu yapmaktadır diyebiliriz.

Çalışmamızda tablo 24' de 113. soruda Üzerime Aldığım Görevi Kusursuz Yapmam Şarttır değişkeni spor yapan görme engelliler lehinde anlamlı bir sonuca ulaşmıştır ($P < 0,05$). Bu veri neticesinde; Görme engelli bireyin görevini eksiksiz yapmak istemesi onun kendini kabul ettirme çabası içinde olduğunu veya eksikliğini bastırma çabası içindedir şeklinde nitelendirebiliriz. Sporun engelli bireye sınırlarını görme noktasında katkısı olduğundan aldığı göreve olan tutumunu belirleyebilir ve bu anlamda da verilere göre sporun benlik tasarımına pozitif etkisinin olduğu söylenebilir.

Görme engelli bireylerdeki normal hareket örüntüsü gelişimindeki kayıp, yeteneksizlikten değil deneyimsizlikten kaynaklanır. Gören bireylerle aynı amaçlara

ulaşmak için daha fazla enerji harcamaya gereksinim duyduklarından, görme engelli bireyler gören yaşıtlarından daha fazla fiziksel uygunluk düzeyine gereksinim duyarlar. Spor yapan görme engelli bireyler düzenli antrenmanlar sayesinde güven, denge, kas kontrolü, hareketlerde özgürlük ve koordinasyon kazanmış olurlar. Spor sayesinde, görme kaybı nedeniyle kaçınılmaz olan çevreden zarar görme korkusunu yenen bireylerin kendilerini ifade etme noktasında spor yapmayan görme engellilere göre çok daha aktif ve sosyal oldukları gözlenebilir (Kayıhan,1989;Özçelik,1985).

Çalışmamızda sporun görme engelli bireyin benlik tasarımına olumlu etkisi vardır diyebiliriz. Anketin 116 sorusunun sağlıklı cevap verilmesi gereken değişkenlerinin 19' unda verilen cevapların arasında anlamlı fark vardır sonucu çıkmıştır. Çıkan farklar benlik tasarımı kavramını direkt öne çıkarır niteliktedir. Görme engelli bireylerin yapılan ankete göre sorunları hareketsiz ve resesif yaşantıdan dolayı oluşan psikolojik sıkıntılardır. Literatürde de bu konuya vurgu yapılmış sporun ve beden eğitimi dersinin önemine değinilmiştir. Sporun yarışılabilme ve belli bir ekiple yapılma özelliği görme engellinin sosyal yaşamın içinde duyguların gelişimi için gereken zorlukları önüne çıkaracağından dolayı etkilidir sonucuna ulaşılmıştır. Yaptığımız çalışmamızda da spor yapan görme engellinin spor yapmayana göre benlik tasarımı farkının görülmesi literatürü destekler niteliktedir.

ALTINCI BÖLÜM

6.SONUÇLAR VE ÖNERİLER

6.1. SONUÇLAR

Spor yapan ve yapmayan görme engellilerin ankete verdikleri cevaplardan çıkan puanların Mann Whitney U testine göre hesaplanmasıyla ulaşılan analizlerde 40 görme engelliden oluşan spor yapan ve yapmayan grupların benlik tasarımı farklarının karşılıklarının istatistiksel olarak da, rakamsal olarak da spor yapan görme engelli öğrenciler lehinde daha iyi olduğu sonucunu ortaya koymuştur.

Görme engelli öğrencilerin benlik tasarımı farklarına sporun etkisinin araştırılması için yapılan anket çalışmamızda; sporun görme engelli öğrencilerin benlik tasarımı gelişimine olumlu etkisi olduğu, sporun görme engelli birey üzerinde spor yapan ve yapmayan gruplar arasında benlik tasarımı anlamında anlamlı bir fark olduğu ve çevresel öğelerin, kişni karakterinin ve özellikle dini inanışın anketin bazı sorularındaki sağlıklı cevap anahtarına ters düştüğü görülmüştür.

Görme engelli öğrencilerin benlik tasarımı farklarının değerlendirilmesi ile ilgili yapılan anket sonuçlarına göre spor yapan ve spor yapmayan görme engelli öğrencilerin toplam 116 değişkene verdikleri yanıtların 97'sinde (P değeri < 0.05) olduğundan fark yoktur sonucuna ulaşılmıştır.

Anketin 19 değişkenin 4' ü (P<0.01) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır. Bu değişkenler:

1. Kolay mutlu olamıyorum, genellikle karamsar bir insanım değişkeni için (P< 0.01) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır (Bkz. Tablo 15).
2. Yeni durumlara kolay uyum yapabiliyor ve yaşantılardan hoşlanıyorum değişkeni için (P<0.01) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır (Bkz. Tablo 15).
3. Genellikle kendimden çok başkalarını memnun etme çabasındayım değişkeni için (P<0.01) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır (Bkz. Tablo 15).
4. Kendi şansımı kendim yaratabileceğim inancındayım değişkeni için (P<0.01) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır (Bkz. Tablo 15).

Anketin 19 değişkenin 15' inin ($P<0.05$) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır. Bu değişkenler:

1. Başarısızlık karşısında çabuk yıkılıyor ve kendime güvenimi kaybediyorum değişkeni için ($P<0.05$) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır.
2. Geleceğimden umutluyum değişkeni için ($P<0.05$) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır.
3. Bir işi planlarken birçok kimselere danışırım ama son kararı kendim veririm değişkeni için ($P<0.05$) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır.
4. Daima başkaları tarafından korunmaya ve desteklenmeye ihtiyacım var değişkeni için ($P<0.05$) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır.
5. Kararsız bir insan oluşumdan dolayı yaşamım tatsızlaşıyor değişkeni için ($P<0.05$) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır.
6. Kendimle ilgili konularda karar vermede güçlük çekiyorum değişkeni için ($P<0.05$) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır.
7. Genellikle başkalarının yanında terler ve bunalırım değişkeni için ($P<0.05$) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır.
8. Arkadaşlarımın davetini beklemeden gerektiğinde onların grubuna katılırim değişkeni için ($P<0.05$) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır.
9. Genellikle topluluk içinde bulunmaktan hoşlanırım değişkeni için ($P<0.05$) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır.
10. Girişken bir insan sayılırim değişkeni için ($P<0.05$) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır.
11. Topluluk içinde rahat konuşamıyorum değişkeni için ($P<0.05$) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır.
12. Arkadaşlarımın birçoğu kadar güzel ya da yakışıklıyım değişkeni için ($P<0.05$) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır.
13. Ev sahibini rahatsız edeceğim düşüncesiyle misafiriğe gitmekten çekinirim değişkeni için ($P<0.05$) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır.
14. İnsanlar beni övdüklerinde içimden bu kadar değerli olmadığımı düşünürüm değişkeni için ($P<0.05$) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır.
15. Üzerime aldığım görevi kusursuz yapmam şarttır değişkeni için ($P<0.05$) olduğundan fark vardır sonucuna ulaşılmıştır.

Yapılan anketin 116 sorusuna verilen yanıtlarının 19' unun (P değeri> 0,05) ve (P değeri< 0,01) olduğu için fark vardır sonucuna ulaşılmıştır. Sporun görme özünden oluşan sosyal sorunların aşılması ve benlik tasarımına olan olumlu katkısının yadsınamaz olduğu görülmüştür.

6.2. ÖNERİLER

1. Grup sayıları daha fazla tutulabilir.
2. Farklı yaş gruplarıyla araştırma yapılabilir.
3. Bu tarz bir çalışma farklı değişkenler ile yapılabilir.
4. Spor yapan görme engelli bireylerin yaptığı spor branşları ayrı ayrı araştırılarak benlik tasarımı farkları araştırılabilir.
5. Yaşadıkları sosyal ortam farkları karşılaştırılarak benlik tasarımı farkları araştırılabilir.
6. Anne ve baba tutumlarının farkları üzerinden bir çalışma yapıp duygusal gelişimleri araştırılabilir.
7. Maddi kazanım farkları üzerinden araştırma yapılabilir ve aile imkanlarının görme engelli öğrenci için pozitif anlamda ne kadar kullanıldığı araştırılabilir.
8. Aktivite imkanlarının daha iyi olduğu veya olmadığı eğitim ortamlarında okuyan görme engellilerin benlik tasarımı farkları araştırılabilir.
9. Spor yapan ve spor yapmadığı halde sosyal hayatın içinde aktif olan görme engelli bireyler karşılaştırılabilir.

YEDİNCİ BÖLÜM

7. KAYNAKLAR

1. Akçamete, G.(1990). Üniversitedeki Engelli Gençlerin Kendini Kabulleri Araştırma Raporu Özeti, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Kongresi*, MEB. Yayınevi Basımında, Ankara
2. Akkök, F. (1999). İlköğretimde Sosyal Becerilerin Geliştirilmesi (*Anne Baba El Kitabı*). İstanbul: Milli Eğitim Basımevi.
3. Aksaray, S. (2003), Ergenlerde Benlik Saygısı Geliştirmede Beceri Eğitimi Ve Aktivite Merkezli Programların Etkisi, Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
4. Atay, M. (2005), "*Çocukluk Döneminde Gelişim*", Ankara, Kök Yayıncılık.
5. Bacakoğlu N (1996) Görmeyen Engellilerde Benlik Kavramının Gelişmesinde Aile Tutumunun Etkisi Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul
6. Bacanlı, H; (2000). *Gelişim Ve Öğrenme*. Ankara. Nobel Dağıtım. 124
7. Başbakanlık GSGM Görme Engelliler Spor Federasyonu Başkanlığı. (2003). Uluslar Arası Görme Engelliler Spor Branşları Oyun Kuralları. Ankara
8. Battomore, T. Nispet Robert (1990). Sosyolojik Çözümlemenin Tarihi. Türkçeye Çevirileri Derleyen: Mete Turçay, Aydır Uğur. Ankara: V Yayınları
9. Bıyıklı, L., (1989), Bedensel Özürlü Çocukların Benlik Kavramı, *Doktora Tezi*, Ankara
10. Bigelow, A. (October 1990) Relationship Between The Development Of Language And Thought İn Young Blind Children: J. Usually Impairment And Blidness

11. Combs, A. W. Ve D.Snygg. (1959) Individual Behavior: A Perceptual Approach To Behavior. Newyork: Harper and Row, Publishers
12. Connor, F. P., H. Rusalem ve W. M. Cruickshank. (1971) "The Psychological Considerations With Crippled Children," Psychology of Exceptional Children and Youth, Editor: W. M. Cruickshank. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
13. Cooke, A. K. (1999), Gender Differencesand Self Esteem, The Journal Of Gender Specific Medicine, 2: 46-52.
14. Cüceloğlu, D.(1997), *İnsan Ve Davranışı* (7. Baskı), İstanbul, Remzi Kitabevi.
15. C.D. Legg. (1981). "A Study Of The Relationships Between Psychological Variables Of Self-Concept, Self-Acceptance And Locus Of Control İn Children And Adolesance", Dissertation Abstracts International. Akt:Gökçakan, 1992
16. C.Sherrill,B.Gençh And Others. (1990). "Self-Actualization Of Elite Blind Athletes: An Exploratory Study", Journal Of Visual Impairment, Blindness
17. Çuhadaroğiu F(1986). Adölesanlarda benlik saygısı, Uzmanlık Tezi, H,Ü. Tıp Fakültesi, Ankara.
18. Demirhan, G. (2005) Okul Spor Eğitime Güncel Bakış, Spor Eğitiminin Ve Performansının Felsefi Temelleri Sempozyumu, (8-9 Nisan), Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Manisa
19. Doğan O. (2005). *Spor Psikolojisi*. (2.Baskı). Adana, Nobel Kitabevi
20. Dolaşır, S. (2006) *Antrenörlük Etiği Ve İlkeleri*, Gazi Kitabevi, Ankara
21. Duman U. (2009). Spor Yapan Ve Yapmayan Ergen Öğrencilerin Stresle Başa Çıkma Düzeylerinin Karşılaştırılması (Kayseri İli Örneği), *Yüksek Lisans Tezi*, Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

22. D.S.Ford. (1985) "Self-Concept And Perception Of School Atmosphere Among Urban Junior High School Students", Journal Of Negro Education
23. Enç, M. (1979). *Ruh Sağlığı Bilgisi*, Öğretmen Kitapları. Ankara: İnkılap Ve Aka Kitabevi
24. Enç, M. (2005). *Görme Özürlüler, Gelişim, Uyum Ve Eğitimleri*. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Yayınları
25. Enç, M. (1974). *Ruh Bilim Terimleri Sözlüğü*. TDK Yayınları. *Ankara Üniversitesi Basımevi*
26. Erkan, G. (1990). *Ortopedik Özürlü Çocukların Kendini Kabul Düzeyi Üzerine Bir Araştırma. Sakatları Koruma Milli Koordinasyonu.*, İstanbul
27. Gander M J, Gardiner H W. (2004). *On İkinci Ve On Üçüncü Bölüm. Dönmez A Ve Onur B. Çocuk Ve Ergen Gelişimi. 5.Baskı*, Ankara: İmge Kitabevi
28. Geçtan E. (1981) *Psikanaliz Ve Sonrası. 1.Baskı*, İstanbul: Hür Yayın
29. Gençdoğan, B. (1994). "Depresyon İle Kendini Kabul Arasındaki İlişkiler", 1.Eğitim Bilimleri Kongresi., Çukurova Üniversitesi Basımevi, C:2, Adana
30. George, L. K. Ve L.B. Bearon. (1980). *Quality Of Life İn Older Persons*. Newyork: Human Sciences Pres
31. Gürhan C. (1986). *Lise Öğrencilerinin Benlik Tasarımlarını Etkileyen Bazı Etmenler*. Basılmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
32. Güneysu, S., Bilir, Ş. (1988). "Üniversite Öğrencilerinin Kendini Kabul Düzeyine Algılanan Anne-Baba Tutumlarının Etkisi", Psikoloji Dergisi

33. Hevitt and Goldman (1974). University of Missouri, Kansas City, USA Journal of Experimental Social Psychology (Impact Factor: 2.29). 05/1974; 10(3):201-210. DOI: 10.1016/0022-1031(74)90067-5
34. Harvey, D. H. P. And A. P. Greenway. (1984). "The Self- Concept of Physically Handicapped Children and Their Non-Handicapped Sibling: An Emprical Investigation", Journal of Child Psychiatry
35. Huurre TM, Aro HM (1998) Psychosocial Development Among Adolescents With Visual İmpairment. Eur Child Adolesc Psychiatry, 7(2): 73-78
36. IBSA, (2003) "Psychomotor Functions, İmpaired Vision And Sports" Blind Sports
37. Isen, A. M. (1984). Towards Understanding the Role of Affect in Cognition. *Handbook of Social Cognition*. Wyer, R. S. & Srull, T. K. (Eds.). Erlbaum: Hillsdale, NJ. (3), pp. 179-236.
38. İkizler H C. (2002). Spor Sağlık ve Motivasyon. 1.Baskı, İstanbul: Alfa Yayınları
39. İleri, C. (1998). Görme Özürlülerin Hareket Özgürlüğünün Eğitimi. Ankara: Sahev Yayınları
40. İnanç, N. (1997), Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeyleri İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
41. İslam, A.Ş. (1987). "Bireysel Psikolojik Danışmanın Yaşlılarda Kendini Kabule Etkisi," *Yayınlanmamış Doktora Tezi*, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
42. Jersild, A.T; (1979). *Çocuk Psikolojisi*. Ankara. Ankara Üniversitesi Basımevi, 177,179,180

43. Johnson C.L.Jr. and Jonson J. A.' Using Short- Term Group Counseling With Visually Impaired Adolescents, Journal of Visual Impairment and Blindness, (v:85, n:4, 1991), ss.166-170
44. Kandemir F. (1991). Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeydeki On yedi Yaş Grubu Gençlerin Kendini Kabul Düzeylerini Etkileyen Bazı Faktörler Üzerine Bir Araştırma. Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara*
45. Karasar, N. (1991). Bilimsel Arastırma Yöntemi. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
46. Kashani, J. H. (1986). " Self-Esteem of Handicapped Children and Adolescence. Developmental Medicine and Child Neurology
47. Kaya, M. (2003). 13-15 Yaş Grubu Spor Yapan Görme Engellilerin Statik Ve Dinamik Denge Etkinliklerinin Karşılaştırılması. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Gazi Üniversitesi
48. Kayıhan, H. (1989). Görme Özürlülerin Rehabilitasyonu. 1.Baskı Ankara: Hacettepe Üniversitesi Fizik Tedavi Ve Rehabilitasyon Yayınları
49. Kepçeoğlu, M. (1994). Psikolojik Danışma Ve Rehberlik 10. Baskı Özerler Matbaası. Ankara.
50. Kılıççı, Y. (1985). *Kendini Kabul Envanteri El Kitabı*. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı, Ankara
51. Kılıççı, Y. (1985). Kendini Kabul Envanteri-El Kitabı. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı, Ankara
52. Korinek, L., & Popp, A. P. (1997). Collaborative Mainstream İntegration Of Social Skills With Academic İnstruction. Preventing School Failure, 41(4), 148-153.

53. Kuzgun, Y. (1983). Benlik Ve İdeal Benlik Kavramlarının „ Tercih Edilen Meslek” Kavramı İle İlişkisi, Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Ankara
54. Kuzgun, Y. (1995), *Rehberlik Ve Psikolojik Danışma*, Ankara, ÖSYM Yayınları.
55. Maslow, A.H. (1973). “*Self-Actualizing And Beyond.*” Theories Of Personality. Newyork,
56. Meighan, T. (1971). An investigation of the self-concept of blind and visually-handicapped adolescents. New York: American Foundation for the Blind
57. Mc Kay, M. Ve Fanning, P. (1992), *Self –Esteem*, 2. Baskı, New Harbinger Publications Descriptions And Relationships With Body Image.” Social Behavior And Personality, No: 23, S 123-9.Zmetler Anabilim Dalı, Ankara
58. M. M. Omizo And S. A. Omizo. (1987). “Effects Of Parents” Divorce Group Participation On Child-Rearing Attitudes And Children’S Self-Concept”, Journal Of Humanistic Education And Development
59. Norman, S. (1981). “*Sakatlığın Önlenmesi, Tedavi, Rehabilitasyonu Ve Eğitimi*”. (Özel Sayı). Ankara: Fizyoterapi Dergisi.
60. Öncül, R. (1989). Özel Eğitim Sözlüğü. Ankara: Karatepe Yayınları.
61. Özçelik, İ. (1985). Görme Özürlülerin Rehabilitasyonu. Malatya: Gayret Matbaası
62. Özer, K., Özer, D. S. (1998). *Çocuklarda Motor Gelişim*. Antalya
63. Özer, D. S. (2001), *Engelliler İçin Beden Eğitimi Ve Spor*, Ankara, Nobel Yayın Dağıtım
64. Özgür, İ. (2004). *Engelli Çocuklar Ve Eğitimi*. Adana: Karahan Kitabevi

65. Özkan, M. (1994). GÜDÜMLÜ VE GÜDÜMSÜZ GRUPLA PSİKOLOJİK DANIŞMANIN ÖZSAYGI VE KENDİNİ-KABUL DEĞERLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİ. ERZURUM: ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ YAYINLANMIŞ DOKTORA TEZİ.
66. Özsoy, Y, Özyürek, M., Eripek, S. (2002), *Özel Eğitime Giriş* (12. Baskı), Ankara, Karatepe Yayınları.
67. Özyürek, M. (1998). *Bedensel Yetersizliği Olanlar Özel Eğitim*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Yayınları.
68. Pannes, E. D. (1963). "The Relationship Between Self-Acceptance And Dogmatizm In Junior-Senior High School Students," *Journal Of Educational Sociology*
69. Pişkin, M (1996), *Self- Esteem And Locus Of Control Of Secondary School Children Both In England And Turkey*. Unpublished Doctoral Disertation University Of Leicester, Leicester.
70. Plummer, D. (2001), *Helping Children To Build Self-Esteem: A Photocopiable Activities Book*, London.
71. Rogers, C. R. (1959). " *A Theory Of Therapy, Personality And Interpersonal Relationships, As Developed In The Client-Centered Framework,*" *Psychology: A Study Of Science*. Editor: S.Koch. Newyork: Mcgraw Hill
72. Süleymaoğlu, B. (1994). *Psikolojik Danışmanlık Ve Rehberlik Eğitiminin Kendini Kabul Düzeyine Etkisi.*, *Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Ankara.
73. Sheerer, E. (1949). "An Analysis of the Relationships Between Acceptance of and Respect for the Self and Acceptance of and Respect for the Others in Ten Counseling Cases," *Jornal of Cosulting Psychology*,
74. Skaalvik, E. M. & Hagtvet, K.A. (1990), *Academic Achivement And Self-Concept: An Analysis Of Causal Predominance In A Developmental Perspective*, *Journal Of Personality And Social Psychology*, 58: 292-307.

75. Şahin H. (2005) *Beden Eğitimi Ve Spor Sözlüğü*. İstanbul, Yedigün Mücellithanesi
76. Tan, H. (2000), *Psikolojik Danışma Ve Rehberlik*, İstanbul, MEB.
77. Telford, C. W. Ve J. M. Sawrey. (1972). *The Exceptional Individual*. New Jersey: Prentice Hall, Inc.
78. Temuge, T. (1987). *Kendini Kabul Envanterinin Lise Öğrencilerine Uyarlanması., Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Ankara
79. Terzi, G. (2011). *13-18 Yaşlar Arası Aktif Spor Yapan Ve Yapmayan Görme Engelli Öğrencilerin Kendini Kabul Düzeylerinin Karşılaştırılması, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Ankara
80. Tiggeman M and Williamson S. (2000). *The Effect of Exercise on Body Satisfaction and Self- Esteem as a Function of Gender and Gender Role Orientation*. Sex Roles,
81. Tiryaki S. (2000). *Spor Psikolojisi Kavramlar, Kuramlar ve Uygulama*. 1.Baskı, İstanbul: Eylül Yayınevi
82. Topses,(1992), *Eğitim Sürecinde İnsan ve Psikolojisi*, Gazi Büro Kitabevi, Beşevler, Ankara
83. Tuncay, H. (1992). *Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor*, I.Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor Sempozyumu, Ankara, Milli Eğitim Basımevi
84. Usta, H. (1992). *Bedensel Özürlü Olmanın Sebepleri*. İstanbul: MEB Yayınları.
85. Yavuzer H. (2002). *Eğitim Ve Gelisim Özellikleriyle Okul Çağı Çocuğu*. 8.Baskı, İstanbul: Remzi Kitabevi,
86. Yetim A. (2006) *Sosyoloji Ve Spor*. İstanbul, 129

87. Women's Sports Foundation. (1998). Eisenhower Park, East Meadow, New York

88. Wylie, R.C. (1974) .*The Self-Concept*. Volume I. Lincon: University Of Nebraska Pres

89. I. Özürlüler Şurası, 1999

SEKİZİNCİ BÖLÜM

8. EKLER, ÖZGEÇMİŞ ve İLETİŞİM BİLGİLERİ

8.1. Ekler

8.1.1. Kendini Kabul Envanteri

EK-1 KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. **Cinsiyetiniz** () Kız () Erkek

2. **Yaşınız**

3. **Okulunuzun Adı:**.....

4. **Sınıfınız:**

5. Aile Bilgileri

Anne ile İlgili Olarak

() Öz () Hayatta Değil () Ayrı Yaşıyor

() Sağ () Üvey () Boşanmış

Anninizin öğrenim durumu: () Okur- yazar değil () İlkokul () Ortaokul

() Lise () Ön lisans () Lisans () Lisansüstü

Anninizin mesleği: () Ev hanımı () Kamu () Özel

Baba ile İlgili Olarak

() Öz () Hayatta () Ayrı Yaşıyor

() Sağ () Üvey () Boşanmış

Babanızın öğrenim durumu: () Okur-yazar değil () İlkokul () Ortaokul

() Lise () Ön lisans () Lisans () Lisansüstü

Babanızın mesleği: () Çalışmıyor () Kamu () Özel

6. **Kardeş Sayınız:** () Yok () 1 () 2-3 () 4-6 () 6 ve üstü

7. Ailenin Kaçınıcı Çocuğusunuz: () İlk () Ortancalardan biri () En küçük

8. Ailenizin aylık gelir durumu:

() 500 TL" Kadar () 500- 1000 TL () 1000-1500

() 1500- 2000 () 2000 ve üzeri

9. Engelin Ne Zaman Oluştı: () Doğuştan () sonradan

10. Görme Keskinliği Düzeyin Nedir?

() B1- Işık algısı olmayan ya da en yakın mesafeden el seçemeyenler

() B2- En yakın mesafeden el seçme ile 2/6"a kadar görüş keskinliği olanlar

() B-3- 2/60 ile 6/60 arası görüş keskinliğine sahip olanlar

11. Ailede sizden başka görme engelli kişi var mı? () Var () Yok

12. Görmeye İlgili Yardımcı Cihaz Kullanıyor musunuz? () Evet () Hayır

13. Cevabınız Evet ise hangi yardımcı cihazı kullanıyorsunuz?

() Gözlük () Optik gözlük () Büyüteç

14.Engelin Nedeniyle Annen ve Baban Size Genellikle Nasıl Davranır?

Annen Baban

() Aşırı koruyucu () ()

() Yeterli sevgi ve saygı gösterir () ()

() Reddedici (İtici) () ()

() Yeteneklerimin üstünde davranış bekler () ()

() Normal davranır () ()

15. Hangi sıklıkla spor yaparsınız? () Her gün () Haftada 3-4 gün

() Haftada 1 gün () Hiç spor yapmam

16. Lisanslı ya da lisansız kaç yıldır spor yapmaktasınız?

() Hiç yapmadım () 1-3 yıl arası () 4-7 yıl arası () 7-10 yıl arası

() 11 yıl ve üzeri

17. Hangi spor dalına katılıyorsunuz? () Goalball () Atletizm () Yüzme

() Satranç () Halter () Judo () Hiçbiri

KENDİNİ KABUL ENVANTERİ

CÜMLELER	EVET		HAYIR		KARARSIZIM
	MEMNUNUM	ŞİKAYETÇİYİM	MEMNUNUM	ŞİKAYETÇİYİM	
1	Başarısızlık karşısında çabuk yıkılıyor ve kendime güvenimi kaybediyorum				
2	Geleceğimden umutluyum				
3	Herhangi bir iş yaparken başkalarından fikir almaya ve onu aynen uygulamaya önem veririm				
4	Bir işi planlarken bir çok kimselere danışırım ama son kararı kendim veririm				
5	Zaman zaman başarısızlıklarım oluyorsa da, bundan dolayı kendimi değersiz bulmuyorum				

6	Kendi şansımı kendim yaratabileceğim inancındayım					
7	Kendimi işe yaramaz zavallı bir kimse olarak görüyorum					
8	Daima başkaları tarafından korunmaya ve desteklenmeye ihtiyacım var					
9	Başarımı gayret ve yeteneğimden çok şansıma borçluyum					
10	Hatalı olduğum zaman hatamı kabul etmek bana zor geliyor					
11	Olduğum gibi davranıyor ve sonucuna da katlanmanın gereğine inanıyorum					
12	Gerektiğinde hatalarımı ve eksik yanlarımı açıklamada sakınca görmem					
13	Hata yaptığımı anlayınca özür dilemekten çekinmem					
14	Nedense bütün aksilikler beni bulur					
15	Gerektiğinde kişinin kendini değiştirebileceğine inanıyorum					
16	Karşılaştığım güçlükler ailemin bana daha iyi bir eğitim verememiş olmasından ileri geliyor					
17	İnsanlar beni anlamıyor					
18	Kararsız bir insan oluşumdan dolayı yaşamım tatsızlaşıyor					
19	Derslerimden düşük not alışıma genellikle kendi tembelliğimin sonucu olarak görüyorum					
20	Kendimle ilgili konularda karar vermede güçlük çekiyorum					
21	Benimle ilgili konularda yakınlarımın benim yerime karar vermeleri bana güven sağlıyor					
22	Yaptığım seçimlerden ve işlerden dolayı çoğu zaman pişman olurum					
23	Kendimi günahlarımdan dolayı değersiz buluyorum					
24	Kendimi yaşamaya değer ve toplum içinde yeri olan bir kimse olarak görüyorum					
25	Yaptıklarımın dolayı Allah'ın beni cezalandıracağından korkuyorum					
26	Ailemin beni olduğumdan daha iyi görmesi karşısında onları aldatmış olmanın üzüntüsünü duyuyorum					
27	Haksızlıklar karşısında bile kendimi savunamıyorum					
28	Zor durumlarda genellikle yalan ve hileye başvurmam					
29	Genellikle dedikodu yapmaktan hoşlanmıyorum					
30	Hakkımda asılsız dedikodular yapıyor					

31	Hakkımda gerçeğe dayanan bazı dedikodular var					
32	Genellikle başkalarının yanında terler ve bunalırım					
33	Bir topluluk içinde bütün gözler bana çevrilmişçesine tedirgin olurum					
34	Yabancılarla tanışmak ve yeni dostlar edinmekten hoşlanırım					
35	Kendimle ilgili sorunların çözümünde gerekirse başkalarının yardımını isteyebilirim					
36	Başkaları beni seyrederken iş yapamıyorum					
37	Başkaları bana baktığında yürümeyi şaşırıyorum					
38	Arkadaşlarımın davetini beklemeden gerektiğinde onların grubuna katılırım					
39	Gerektiğinde duygu ve düşüncelerimi açıklayabilirim					
40	Gerektiğinde bildiklerimi ve gördüklerimi başkalarına anlatabilirim					
41	Genellikle topluluk içinde bulunmaktan hoşlanırım					
42	Girişken bir insan sayılırım					
43	Bana baktıklarında mutlaka bir kusurum olduğu duygusuna kapılırım					
44	Topluluk içinde rahat konuşamıyorum					
45	Genellikle başkalarının dikkatini çekmekten sıkılırım					
46	Yerinde ve haklı bile olsa yüzüme yapılan övgülerden utanırım					
47	Diğer insanlar hakkındaki düşünce ve kanılarımı başkalarının lafıyla değiştirmem					
48	Başkaları benim değer ve inançlarıma ters düşen bir işi yapmamı istediklerinde onları ret edemem					
49	Olduğum gibi görünmekten hoşlanmıyorum					
50	Kendi değer ve inançlarım başkalarınınkine ters düşse bile onları açıkça ortaya koyar ve savunurum					
51	Başkalarının ahlak değerlerine uygun davranmayabilirim					
52	Genellikle isteklerim, beğenilerim ve değerlerime uygun bir yaşam sürüyorum					
53	Başkalarının benim inançlarıma ve değerlerime uygun davranmasını beklemiyorum					
54	Genellikle olduğum gibi davranırım ve olduğum gibi görünmeye çalışırım					

55	Gerektiğinde hakkımı ararım					
56	Genellikle kendimden çok başkalarını memnun etme çabasındayım					
57	Eğer duygu ve düşüncelerimden utanırsam bunları tam karşıtı olan bir davranışla gizlerim					
58	Arkadaşlarımın bir çoğu kadar güzel ya da yakışıklıyım					
59	Kendimi oldukça çirkin ve sevimsiz buluyorum					
60	Normal bir beden yapısına sahibim					
61	Boyum oldukça kısadır					
62	Oldukça sıska ve çelimsizim					
63	Gizlediğim bazı fizik kusurlarım var					
64	Kulağım iyi işitmiyor					
65	Gözlük takmak zorundayım					
66	Oldukça şişmanım					
67	Sağlıklı bir insanım					
68	Güzel olmayan yanlarım kadar, güzel yanlarım da var					
69	Doğuştan getirdiğim bedensel özürüm var					
70	Kalıtısal bir özürüm var, bu benim çocuklarımda da görülebilir					
71	Karşı cinsten arkadaşlarımın bana duygusal yaklaşımından utanıyorum					
72	Karşı cinsin duygusal yaklaşımı beni öfkeliendiriyor					
73	Kızlı erkekli bir toplantıda kendimi rahat hissetmiyorum					
74	Kendi cinsiyetimden (kız ya da erkek olmaktan) memnunum					
75	Karşı cinsten arkadaşlarımla beraber olmaktan mutluluk duyuyorum					
76	Okul yaşamında arkadaş seçerken kız-erkek ayrımı yapmam					
77	Karşı cinsten birilerinin benimle duygusal yakınlık kurma isteğinde olduğu kanısındaım					
78	Arkadaş saydıklarım beni arar ve benden hoşlanırlar					

79	Arkadaşlarım benim dostluğuma güvenirler					
80	Arkadaşlarım beni pısırık ve beceriksiz bulurlar					
81	Arkadaşlarım beni küçümsüyorlar					
82	Arkadaşlarım beni gruplarına isteyerek alırlar					
83	Arkadaşlarım ciddi işlerde ve çalışmalarda benimle beraber olmak isterler					
84	Arkadaşlarım beni ağız gevşek ve sır saklamaz bulurlar					
85	Hiç kimse beni sevmiyor					
86	Arkadaşlarım bana düşman oldular					
87	Ailem beni çok sever ve önemser					
88	Öğretmenlerin çoğu beni diğer arkadaşlarım kadar önemsemiyor					
89	Çevremdeki insanlar beni ilgilendiren konularda bile benim fikrimi almazlar					
90	Ev sahibini rahatsız edeceğim düşüncesiyle misafirlığe gitmekten çekinirim					
91	Diğer insanlar arasında bir yerim olduğuna inanıyorum					
92	Diğer insanları kendimden uzaklaştıracak kadar çevreme koku saçıyorum					
93	İnsanlar beni övdüklerinde içimden bu kadar değerli olmadığımı düşünürüm					
94	Arkadaşlarım beni yetenekli fakat alçak gönüllü bulurlar					
95	Kolay arkadaş edinebilirim					
96	Psikolojik yönden normal ve rahat bir insan sayılırım					
97	Kendimi dürüst ve samimi bir insan olarak görüyorum					
98	İstemediğim halde çabuk kızıyor ve sinirleniyorum					
99	İnsanları seviyorum ve onlarla beraberlikten mutlu oluyorum					
100	Yaşamın güzel ve ilginç yanlarını görerek mutlu oluyorum					
101	Kendi çabamla yenebileceğim güçlüklerden dolayı mutsuz olmam					
102	Yeni durumlara kolay uyum yapabiliyor ve yaşantılardan hoşlanıyorum					

103	Alınan bir insan değilim					
104	Sebatlı ve iradeli bir insanım					
105	Kolay mutlu olamıyorum, genellikle karamsar bir insanım					
106	Kendimi yaşamaya değer ve toplumda yeri olan bir kimse olarak görüyorum					
107	Başkalarıyla ilişkilerimde onların duygu ve düşüncelerini gözetirim					
108	Bazen yalnızlıktan hoşlanırım					
109	Eleştiriyi benliğime yöneltilmiş bir tehdit olarak görürüm					
110	Eleştirilerden önce rahatsız olsam bile sonradan üzerinde durur ve yararlanma gereği duyarım					
111	Bazı konularda başarısız olabilirim ama verimli ve başarılı olduğum alanlar da var					
112	Bazı alışkanlık ve kusurlarıma rağmen gene de normal ve uyumlu bir insanım					
113	Üzerime aldığım görevi kusursuz yapmam şarttır					
114	Bazen ters ve geçimsiz bazen ise sıcak ve yumuşak olurum					
115	Çirkin ve sevimsiz yönlerimi iyi ve sevimli yönlerim kapatıyor					
116	Arkadaşlarım bazı kusur ve noksanlarımı şaka konusu yaparak beni incitiyorlar					

8.2. Özgeçmiş ve İletişim Bilgileri

8.2.1. Özgeçmiş

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı : Fatih UYGUN

Doğum Yeri ve Tarihi : Amasya, 25.09.1980

Medeni Hali : Bekâr

Yabancı Dili : İngilizce

İletişim Adresi : Orta Yılmazlar Mah. İstiklal Cad. no: 43 ORDU/ÜNYE

E-posta Adresi : fatihuygun52300@hotmail.com

Eğitim ve Akademik Durum

Lise :Ünye İmam Hatip Lisesi, 1997

Lisans :Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Öğretmenliği Bölümü, 2002

Yüksek Lisans :Amasya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

8.2.2. İletişim Bilgileri

İletişim Bilgileri

E-posta Adresi :fatihuygun52300@hotmail.com ,fatihuygun@ktu.edu.tr

Tel : (0452) 323 32 29 – (0452) 323 30 51

Cep tel : 0544 494 77 77

8.3. İzin Belgeleri





ORDU SPOR
GÖRME ENGELLİLER
DERNEĞİ

Sayı : 17
Konu : akademik çalışma.

09.03.2015

"AKTİF SPOR YAPAN VE YAPMAYAN GÖRME ENGELLİLERİN BENLİK TASARIMI FARKLARININ KARŞILAŞTIRILMASI adlı akademik çalışma kapsamında kullanılması gereken kendini kabul envanteri adlı anketin ORDU bölgesinde görme engelli bireyler üzerinde uygulanması için TÜRKİYE GÖRME ENGELLİLER SPOR FEDERASYONU na bağlı Ordu Spor Görme Engelliler kulübümüzün federasyon temsilciliğimiz tarafından FATİH UYGUN ' a anketi uygulama izni verilmiştir.

Vedat YAVUZ
Ordu Spor Görme Engelliler
Dernek Başkanı



ADRES: Şarkıye Mahallesi Süleyman Felek Caddesi. Borsa İş Hanı No : 2 ORDU
Tel : 0 452 214 38 37 – 223 26 02 – 533 481 11 91
e-posta: ogespor@hotmail.com

TÜRKİYE GÖRME ENGELLİLER
SPOR FEDERASYONU
ORDU İL TEMSİLCİLİĞİ

Sayı : 17
Konu : akademik çalışma.

04/03/2015

"AKTİF SPOR YAPAN VE YAPMAYAN GÖRME ENGELLİLERİN BENLİK TASARIMI FARKLARININ KARŞILAŞTIRILMASI adlı akademik çalışma kapsamında kullanılması gereken kendini kabul envanteri adlı anketin ORDU bölgesinde görme engelli bireyler üzerinde uygulanması için TÜRKİYE GÖRME ENGELLİLER SPOR FEDERASYONU na bağlı federasyon temsilciliğimiz tarafından FATİH UYGUN ' a anketi uygulama izni verilmiştir.

Yadigar Erkan ÇÖMLEK
Görme Engelliler İl Temsilcisi

