



# International JOURNAL of SOCIAL and HUMANITIES SCIENCES RESEARCH (JSHSR)

Uluslararası Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma Dergisi

Received/Makale Geliş 22.02.2023  
Published /Yayınlanma 30.04.2023  
Volume/Issue (Cilt/Sayı)-ss/pp 10(94), 813-818

<http://dx.doi.org/10.26450/jshsr.3634>  
Research Article  
ISSN: 2459-1149



Seda Nur ÖZCAN



<https://orcid.org/0000-0003-1243-0334>



Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kahramanmaraş / TÜRKİYE



Prof. Dr. Selçuk GENÇAY



<https://orcid.org/0000-0001-7489-0622>



Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kahramanmaraş / TÜRKİYE

## SPOR YAPAN GÖRME ENGELLİ BİREYLERİN BENLİK SAYGISI VE YAŞAM DOYUMLARININ İNCELENMESİ

### INVESTIGATION OF SELF-ESTEEM AND LIFE SATISFACTION OF VISUALLY IMPAIRED INDIVIDUALS WHO DO SPORTS

#### ÖZET

Bu çalışmada spor yapan görme engelli bireylerin benlik saygısı ve yaşam doyumlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla spor yapan 18 yaş ve üzeri 80 görme engelliye "Benlik Saygısı ve Yaşam Doyum Ölçeği" uygulanmıştır. Gruplar arasındaki farklılıklar incelenirken değişkenlerin normal dağılımdan gelmeleri nedeniyle t ve ANOVA testinden yararlanılmıştır. ANOVA testinde farklılık olması durumunda varyansların homojenliği varsayımı dikkate alınarak Tukey testi ile farklılıklar hesaplanmıştır. Sürekli değişkenler arasında ilişki bakılırken korelasyon testinden yararlanılmıştır. Bulgulardan elde edilen sonuçlara göre benlik saygısı ile yaş, cinsiyet, eğitim durumu, gelir düzeyi değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ( $p>0,05$ ). Yaşam doyumunu ile cinsiyet ve eğitim durumları değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken; yaşam doyumunu ile yaş ve gelir düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Aynı zamanda benlik saygısı ile yaşam doyum düzeyleri arasında aynı yönlü, gücü orta dereceli istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=0,528$ ;  $p<0,05$ ). Spor yapan görme engelli bireylerin benlik saygıları arttıkça yaşam doyum düzeylerinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Spor, görme engelli, yaşam doyumunu, benlik saygısı.

#### ABSTRACT

This study, it was aimed to examine the self-esteem and life satisfaction of visually impaired individuals who do sports. For this purpose, the "self-esteem and life satisfaction scale" was applied to 80 visually impaired people aged 18 and over who do sports. While examining the differences between the groups, t and ANOVA tests were used because the variables came from the normal distribution. In the case of differences in the ANOVA test, the differences were calculated with the Tukey test, taking into account the assumption of homogeneity of variances. While examining the relationship between continuous variables, a correlation test was used. According to the results obtained from the findings, no significant relationship was found between self-esteem, age, gender, educational status, and income level variables ( $p>0.05$ ). While there was no significant relationship between life satisfaction and the variables of gender and educational status; A statistically significant relationship was found between life satisfaction and age and income levels ( $p<0.05$ ). At the same time, a statistically significant correlation was found between self-esteem and life satisfaction levels in the same direction and moderate in strength ( $r=0.528$ ;  $p<0.05$ ). It has been concluded that as the self-esteem of visually impaired people who do sports increases, their level of life satisfaction also increases. It has been concluded that as the self-esteem of visually impaired people who do sports increases, their level of life satisfaction also increases.

**Keywords:** Sports, visually impaired, life satisfaction, self-esteem.

#### 1. GİRİŞ

Engelli bireyler her toplumun gözde değerleridir. Onların toplumda değer gördükleri ve yer edindikleri ölçüde toplum da değerlenir, gelişir. Engellilerin yaşamda kendilerine yer edinmelerinde etkili olan alanların başında spor gelir.

Spor insanların düzenli ve toplumda kabul görülebilir bir kişilik geliştirmelerinde önemli bir etkiye sahiptir (Uygun, 2016). Bireylerin benliklerini kendi başlarına yorumlama fırsatı elde etmelerinde ve kendilerinin farkına varmalarında spor önemli bir araç olmuştur (İşler, 2012).

Spor yapmanın olumlu etkileri engelli bireylerin kendisine, ailesine, iş çevresine ve topluma doğrudan yansımaktadır (Gür, 2001). Görme engelli bireylerin kişiliklerinin gelişmesinde, sosyal hayata uyum sağlamalarında ve engelli olmanın verdiği dezavantajları avantaja çevirmede spor etkili bir araç olmuştur.

Brouwer ve Ludeke (1995) ve Atay (1995)'a göre spor engelli bireylerin hareket etmekten haz alma, eğlenme ve başarıma ihtiyaçlarını karşılamada önemli bir etkiye sahiptir. Bu yazarlara göre spor bireylerin engelleri ile başa çıkmasını ve engelini olumsuzluklarını en aza indirmesini öğretmekte, keyif vermekte, iletişim kurma ve paylaşım sağlamakta, yaşam motivasyonunu arttırmakta, hoşgörü, dürüstlük gibi olumlu kişilik özelliklerinin kazanılmasını sağlamaktadır.

Sporun görme engellilerin benlik saygısına etkisi de yadsınamaz bir gerçektir. Rosenberg (1965)'in tanımına göre benlik saygısı, bireyin kendisine ilişkin değerlendirme ve algılarıdır. Bir başka deyişle bireyin kendisi üzerindeki tutumlarının tamamıdır.

Coopersmith (1967) ise benlik saygısını bireyin kendi saygınlığı ile ilgili yaptığı bir değerlendirme olarak tanımlamış ve bireyin kendi yeterlilik, önem, başarı ve değerlerine ilişkin inancının ve kendini onaylama ya da onaylamama tutumunun bir ifadesi olarak belirtmiştir.

Benlik saygısı yüksek olan bireyler, kendileriyle barışıktır, hayatta önemli bir yere ait olduklarını bilirler. Yüksek benlik saygısı kişinin kendini değerli hissettiğini, düşük benlik saygısı ise kişinin kendisine saygı duymadığı ve bunun yanında kendini değersiz, yetersiz veya eksik olarak değerlendirdiğini göstermektedir (Rosenberg, 1965). Bu araştırmada spor yapan görme engellilerin benlik saygıları incelenecektir.

Sporun görme engelli bireylerin benlik saygısına etkisinin yanı sıra yaşam doyumuna da etki ettiği düşünülmektedir. Yaşam doyumunu kişinin kendi yaşamından duyduğu memnuniyeti ifade eder (Telman ve Ünsal, 2004). Bir başka deyişle yaşam doyumunu kişinin kendi hayat kalitesini yine kendisinin belirlediği ölçütlere göre değerlendirmesidir (Güllüoğlu Işık ve Koçak, 2014). Aynı zamanda yaşam doyumunu bireyin hayata karşı genel tutumunu ifade eder (Özdevecioğlu, 2003). Bireyin geçmişi, sağlığı, çevresi, hayatındaki engellemeler, zorlanmalar ve ani değişimler, bireyin kendisini destekleyen sosyal çevreye sahip olması ve sosyal destek alması yaşam doyumunu etkileyen etmenlerdendir.

## 2. YÖNTEM

### 2.1. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Kahramanmaraş ilinde lisanslı sporcu olan 18 yaş üstü görme engelli bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise çalışmaya katılmayı kabul eden 80 spor yapan görme engelli birey oluşturmaktadır.

### 2.2. Araştırma Modeli

Araştırma tarama modelinde betimsel bir çalışmadır. Tarama modelleri geçmişte veya halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan çalışmalara uygun bir araştırma modelidir. Genel tarama modelleri, çok sayıda elemanlardan meydana gelen bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak için evrenin tümü veya ondan alınacak bir grup örnek ya da örneklem üzerinde yapılan tarama düzenlemeleridir (Karasar, 2003).

### 2.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada spor yapan görme engelli bireylerin benlik saygısı ve yaşam doyumları üzerinde durulmuştur. Veri toplama aracı olarak, "Kişisel bilgi formu", "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği" ile "Yaşam Doyumu Ölçeği" kullanılmıştır.

Ölçekler görme engelli sporculara Google form üzerinden gönderilmiş, gerekli olduğu durumlarda anket yüz yüze uygulanmıştır.

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Rosenberg (1965) tarafından geliştirilmiş olup Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Toplam 63 sorudan oluşan ölçek 12 alt kategoriye sahiptir. Bu çalışmada spor yapan görme engelli bireylerin benlik saygısı düzeylerini belirlemek için ölçeğin benlik saygısı alt boyutuna ait ilk 10 madde kullanılmıştır.

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği: Çalışmaya katılan bireylerin kendilerine verdikleri benlik değerini belirlemek için alan yazında sıkça kullanılan ve Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçeye uyarlanan Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği kullanılmıştır. Olumlu ve olumsuz maddeleri bulunan ölçek, 10 maddeden oluşmaktadır. Uyarlama çalışmasında iç tutarlılık katsayısı 0.71 olarak belirtilmiştir.

Yaşam Doyumu Ölçeği, yaşam doyumunu tespit etmek amacıyla Diener ve ark. Diener, Emmons, Larsen, ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçek "İdeallerime yakın bir yaşantım var, yaşam koşullarım mükemmeldir, yaşamımdan memnunum, şimdiye kadar yaşamımdan istediğim önemli şeylere sahip oldum, tekrar dünyaya gelsem hayatımdaki hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim." ifadelerini

içeren 5 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınan puanın düşük olması yaşam doyumunun düşük olduğunun göstergesi olarak kabul edilmektedir. Görme engelli bireyler 5 maddeyi “tamamen katılıyorum” ile “kesinlikle katılmıyorum” arasında 5 basamaklı likert tipi derecelendirme ile değerlendirmişlerdir. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Köker (1991) tarafından yapılmıştır.

Araştırmada kullanılan ölçeklerin güvenilirliği için iç tutarlılık katsayısı Cronbach's Alpha test istatistiğinden yararlanılmıştır. Güvenirlik katsayısı  $0,00 \leq \alpha < 0,40$  (güvenilir değil);  $0,40 \leq \alpha < 0,60$  (düşük güvenilirlikte);  $0,60 \leq \alpha < 0,80$  (oldukça güvenilir) ve  $0,80 \leq \alpha < 1,00$  (yüksek derecede güvenilir) olarak belirlenmiştir (Kalaycı, 2008). Buna göre benlik saygısı ölçeğinin iç tutarlılık katsayısının 0,810 ile yüksek, yaşam doyum ölçeğinin iç tutarlılık katsayısının 0,857 ile yüksek dereceli güvenilir olduğu görülmektedir.

#### 2.4. Verilerin Analizi

Bu çalışmada elde edilen veriler lisanlı SPSS 25 paket programı ile analiz edilmiştir. Değişkenlerin normal dağılımdan gelme durumları araştırılırken çarpıklık basıklık katsayılarından yararlanılmış olup, Tabachnick ve Fidell (2013)'e göre skewness (çarpıklık) ve kurtosis (basıklık) değerleri -1.50 ile +1.50 arasında ise normal dağılım olduğu kabul edilir. Buna göre; benlik saygısı ölçek düzeyi ve yaşam doyum ölçek düzeyinin normal dağılımdan geldiği, karşılaştırma, ilişki ve fark testlerinde parametrik istatistiksel tekniklerin uygulanacağı görülmektedir.

Gruplar arasındaki farklılıklar incelenirken değişkenlerin normal dağılımdan gelmeleri nedeniyle t ve ANOVA testinden yararlanılmıştır. ANOVA testinde farklılık olması durumunda varyansların homojenliği varsayımı dikkate alınarak Tukey testi ile farklılıklar hesaplanmıştır. Sürekli değişkenler arasında ilişki bakılırken korelasyon testinden yararlanılmıştır.

Sonuçlar yorumlanırken anlamlılık düzeyi olarak 0,05 kullanılmış olup;  $p < 0,05$  olması durumunda anlamlı bir farklılığın olduğu,  $p > 0,05$  olması durumunda ise anlamlı bir farklılığın olmadığı belirtilmiştir.

### 3. BULGULAR

Çalışmaya katılım gösteren görme engelli bireylerin sosyo-demografik özellikleri incelendiğinde, %33,75' inin 18-23 yaş, %20' sinin 24-29 Yaş, %33,75' inin 30-35 Yaş, %6,25' inin 36-41 Yaş ve %6,25' sinin 42 yaş üzerinde olduğu, %50' sinin kadın, %50' sinin erkek olduğu, eğitim düzeyleri incelendiğinde %36,25' inin lise ve altı, %63,75' inin eğitim düzeyinin üniversite olduğu, %13,75' inin gelir düzeyinin düşük, %86,25' inin gelir düzeyinin orta / yüksek olduğu belirlenmiştir.

Çalışmaya katılan görme engelli bireylerin %68,75' inin Goalball, %17,50' sinin atletizm, %17,50' sinin judo, %10' unun yüzme, %23,75' inin satranç ve %13,75' inin diğer sporlarla ilgilendiği belirlenmiştir.

Ölçek düzeylerinin frekans dağılımı incelendiğinde, Benlik Saygısı Ölçeği'nin 21-40 değerleri arasında  $32,29 \pm 4,42$  ortalama, yaşam doyum ölçek düzeylerinin 7-25 değerleri arasında  $16,29 \pm 3,73$  ortalama ile dağılım gösterdiği görülmektedir.

Ölçek düzeylerinin normallik testi için çarpıklık-basıklık katsayısından yararlanılmıştır. Tabachnick ve Fidell (2013)'e göre skewness (çarpıklık) ve kurtosis (basıklık) değerleri -1.50 ile +1.50 arasında ise normal dağılım olduğu kabul edilir. Buna göre; benlik saygısı ölçek düzeyi ve yaşam doyum ölçek düzeyinin normal dağılımdan geldiği, karşılaştırma, ilişki ve fark testlerinde parametrik istatistiksel tekniklerin uygulanacağı görülmektedir.

**Tablo 1.** Ölçek Düzeyleri ile Cinsiyet Karşılaştırması

		Cinsiyet		t testi	
		Ort	ss	t	p
Benlik Saygısı Ölçek	Kadın	32,28	4,64	-0,025	0,98
	Erkek	32,30	4,26		
Yaşam Doyum Ölçek	Kadın	16,95	4,00	1,606	0,112
	Erkek	15,63	3,35		

Benlik saygısı ile cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ( $p > 0,05$ ).

Yaşam doyum düzeyi ile cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ( $p > 0,05$ ).

**Tablo 2.** Ölçek Düzeyleri ile Eğitim Düzeyi Karşılaştırması

		Eğitim Durumu		t testi	
		Ort.	ss	t	p
Benlik Saygısı Ölçek	Lise ve altı	32,21	4,48	-0,122	0,903
	Üniversite	32,33	4,44		
Yaşam Doyum Ölçek	Lise ve altı	16,52	3,94	0,414	0,68
	Üniversite	16,16	3,63		

Benlik saygısı ile eğitim durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ( $p>0,05$ ).

Yaşam doyum düzeyi ile eğitim durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 3.** Ölçek Düzeyleri ile Gelir Düzeyi Karşılaştırma

		Gelir Düzeyi		t testi	
		Ort.	ss	t	p
Benlik Saygısı Ölçek	Düşük	30,64	3,80	-1,339	0,184
	Orta/yüksek	32,55	4,48		
Yaşam Doyum Ölçek	Düşük	12,91	2,47	-3,456	0,001*
	Orta/yüksek	16,83	3,62		

\* $p<0,05$

Benlik saygısı ile gelir düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ( $p>0,05$ ).

Yaşam doyum düzeyi ile gelir düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ( $p<0,05$ ). Gelir düzeyi orta/yüksek olanların yaşam doyum düzeyleri gelir düzeyi düşük olanlara göre anlamlı derecede yüksektir.

**Tablo 4.** Ölçek Düzeyleri ile Yaş Grupları Karşılaştırma

		Yaş		ANOVA			
		Ort.	ss	F	p	Fark**	
Benlik Saygısı Ölçek	Saygısı	18-23	31,22	3,79	1,379	0,249	-
		24-29	32,06	5,23			
		30-35	33,70	4,72			
		36-41	30,40	3,51			
		42+	33,00	2,65			
Yaşam Doyum Ölçek	Doyum	18-23	15,41	2,96	3,204	0,017*	1<3
		24-29	15,75	3,49			
		30-35	18,19	4,16			
		36-41	14,00	4,00			
		42+	14,80	1,64			

\* $p<0,05$ ; \*\*Tukey Testi

Benlik saygısı ile yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ( $p>0,05$ ).

Yaşam doyum düzeyi ile yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ( $p<0,05$ ). 18-23 yaş arasında olan bireylerin yaşam doyum düzeyleri 30-35 yaşında olanların yaşam doyum düzeylerine göre anlamlı derecede düşüktür.

**Tablo 5.** Ölçek Düzeyleri Karşılaştırması

		Yaşam Doyum Ölçek
Benlik Saygısı Ölçek	r	,528**
	p	0,000*

\* $p<0,05$ ; \*\*Korelasyon Katsayısı

Benlik saygısı ile yaşam doyum düzeyi arasında aynı yönlü gücü orta dereceli istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ( $r=0,528$ ;  $p<0,05$ ). Benlik saygısı ölçek düzeyleri arttıkça yaşam doyum ölçek düzeyleri de artmaktadır.

#### 4. TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu çalışmada spor yapan görme engelli bireylerin benlik saygısı ve yaşam doyumlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda spor yapan 18 yaş ve üstü 80 görme engelli bireye benlik saygısı ve yaşam doyum ölçekleri uygulanmıştır. Araştırmanın amacı doğrultusunda elde edilen bulgular istatistiksel olarak değerlendirilmiş ve sonuçlar yorumlanıp tartışılmıştır.

Bulgular incelendiğinde benlik saygısı ile cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ( $p>0,05$ ; Tablo 1). Kaplan (2021) tarafından lise öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada cinsiyet değişkeni ile benlik saygısı arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Yaşam doyumunu ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ( $p>0,05$ ; Tablo 1). Atik (2020)'in ortaöğretim öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha yüksek düzeyde yaşam doyum düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir. Cinsiyet değişkeninin benlik saygısı ve yaşam doyum düzeylerine herhangi bir etkisinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Benlik saygısı ile eğitim durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ( $p>0,05$ ; Tablo 2). Erbil ve Bostan (2007), ebe ve hemşirelerin benlik saygısını inceledikleri araştırmada ebe ve hemşirelerin mezun olunan okul değişkenine göre benlik saygısı düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Yaşam doyumunu ile eğitim durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ( $p>0,05$ ; Tablo 2).

Benlik saygısı ile gelir düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ( $p>0,05$ ; Tablo 3). Küçük (2016)'ün üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada gelir düzeyinin benlik saygısı ile ilişkili olmadığı sonucu bulunmuştur. Bu sonuçlar da araştırmamızın bu bulgusunu desteklemektedir.

Yaşam doyumunu ile gelir düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ( $p<0,05$ ; Tablo 3). Gelir düzeyi orta/yüksek olan görme engelli bireylerin yaşam doyum düzeyleri düşük olanlara göre anlamlı derecede yüksektir. Benzer şekilde Berktaş (2019)'un sporcular üzerinde yaptığı çalışmada sosyo-ekonomik düzeyin yaşam doyumunu üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturduğunu gözlemlemiştir. Bunun nedeninin de maddi durumun yaşam standartlarını etkilemesi sonucu insanların yaşam doyum düzeylerine de etki etmesi olarak düşünülmektedir.

Benlik saygısı ile yaş grupları ve arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmazken, yaşam doyumunu ile yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gözlenmiştir ( $p<0,05$ ; Tablo 4). 18-23 yaş arasında olan bireylerin yaşam doyum düzeyleri 30-35 yaşında olanların yaşam doyum düzeylerine göre anlamlı derecede düşüktür. Karataş ve Duyan (2001) tarafından görme engellilerde benlik saygısı ve kaygı üzerine yaptığı çalışmada cinsiyet, yaş ve medeni durum ile benlik saygısı arasında bir ilişki/fark bulunmadığı gözlemlenmiştir. Benzer sonuçlar neticesinde yaş değişkeninin benlik saygısı üzerinde herhangi bir etkisinin olmadığı sonucu çıkarılmaktadır. Sönmez (2022) tarafından aktif voleybol oynayan sporcular üzerinde yapılan çalışmada 26-30 yaş ile 31 ve üzeri yaş grubundaki katılımcıların yaşam doyum düzeylerinin 18-21 yaş arasındaki katılımcılardan anlamlı derecede yüksek olduğu bildirilmiştir. Bunun nedeni de yaş arttıkça yaşam tecrübesinin artması sonucu gerçek doyuma daha da yaklaşılması olarak düşünülebilir.

Benlik saygısı ile yaşam doyum düzeyleri arasında aynı yönlü, gücü orta dereceli istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ( $r=0,528$ ;  $p<0,05$ ; Tablo 5). Benlik saygısı arttıkça yaşam doyum düzeylerinin de arttığı görülmektedir. Apaydın (2020)'in yetişkinler üzerinde yaptığı çalışmada benlik saygısı ile yaşam doyumunu arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişki olduğunu saptamıştır. Bu sonuç da araştırmamızın bu bulgusunu destekler niteliktedir.

Sonuç olarak, spor yapan görme engelliler üzerinde yapılan çalışmada yaş, cinsiyet, eğitim durumu ve gelir düzeyi ile benlik saygısı arasında bir ilişkinin olmadığı görülmüştür. Yaş ve gelir düzeyi ile yaşam doyumunu arasında anlamlı bir ilişki bulunurken; cinsiyet ve eğitim durumu ile yaşam doyumunu arasında bir ilişki bulunmamıştır. Spor yapan görme engelli bireylerin benlik saygıları arttıkça yaşam doyumlarının da arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Buradan hareketle, görme engelli kişilerin spor yaparak kendileriyle barışık kaldıkları, hayata dair pozitif duygular hissettikleri, bu açıdan da sporun önemli bir fonksiyon yerine getirdiği söylenebilir.



**KAYNAKÇA**

- Apaydın, E. (2020). *Yetişkinlerin benlik saygısı ile yaşam doyumu düzeylerinin ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Atay, M. (1995). *Özürli çocukların normal yaşatları ile birlikte eğitim aldıkları kaynaştırma programlarına karşı öğretmen tutumları üzerine bir inceleme*. Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Atik, G. (2020). *Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Kırıkkale ili örneği)*. Yüksek lisans tezi, Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale.
- Berktaş, S. (2019). *İnönü üniversitesi spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Brouwer, J. ve Ludeke, W. (1995). Felsefi açıdan engellilerde spor. *Antalya Uluslararası Engellilerde Spor Sempozyumu Bildiri Kitabı* içinde (ss. 11-17). Ankara: T.C. Başbakanlık Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü Spor Eğitimi Dairesi Başkanlığı.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: W.H. Freeman and Company.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). *Ergenlerde benlik saygısı*. Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J. & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75
- Erbil, N. ve Bostan, Ö. (2004). Ebe ve Hemşirelerin İş Doyumu, Benlik Saygısı ve Etkileyen Faktörler. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 7(3), 56-66.
- Güllüoğlu Işık, Ö. & Koçak, Ö.F. (2014). İletişim fakültesi öğrencilerinin yaşam doyumlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi, *Selçuk İletişim*, 8(3), 281-300.
- Gür, A. (2001). *Özürülülerin Sosyal Yaşama Uyum Süreçlerinde Sportif Etkinliklerin Rolü*. Ankara: Başbakanlık Özürülüler İdaresi Başkanlığı Yayınları.
- İşler, H. (2012). *Beden Eğitimi ve Spor Bilgileri Rehber Kitabı*. İstanbul: Bedray Yayınları
- Kalaycı, Ş. (2008). *Spss Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri*. Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Kaplan, V. (2021). Lise Öğrencilerinin Benlik Saygılarının Bazı Değişkenlere göre İncelenmesi. *Temel Eğitim*, (12), 25-38.
- Karasar, N. (2003). *Bilimsel Araştırma Yöntemi. (Bilimsel Araştırma Yöntemleri)*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Karataş, K. ve Duyan, V. (2001). Görme Engellilerde Benlik Saygısı ve Kaygı. *Ufku Ötesi Bilim Dergisi*, 2(1), 1-15.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Küçük, P. (2016). *Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygı düzeyi ile benlik saygısı düzeyi ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Özdevecioğlu, M. (2003). İş tatmini ve yaşam tatmini arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik bir araştırma. M. Kemalettin Çonkar (Ed.), *11.Ulusal yönetim ve organizasyon kongresi bildiriler kitabı* içinde (ss. 697). Afyon: Kocatepe Üniversitesi.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-image*. Princeton, Nj: Princeton University Press.
- Tabachnick, B. ve Fidell, L. (2013). *Çok Değişkenli İstatistik Kullanma*. Boston, MA: Pearson Education Inc.
- Telman, N. & Ünsal, P. (2004). *Çalışan Memnuniyeti*. 1. Baskı, İstanbul: Epsilon Yayınevi.
- Sönmez, N. (2022). *Aktif voleybol oynayan sporcuların serbest zaman tatmini ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Uygun, F. (2016). *Aktif spor yapan ve yapmayan görme engellilerin benlik tasarımı farklarının karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi, Amasya Üniversitesi, Amasya.