

T.C.
FIRAT ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

FARKLI BRANŞLARDAKİ GÖRME ENGELLİ
SPORCULARIN YALNIZLIK DÜZEYLERİNİN
KARŞILAŞTIRILMASI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışman
Yrd. Doç. Dr Ercan GÜR

Hazırlayan
Oktay KIZAR

Elazığ-2012

ONAY SAYFASI

Prof.Dr.Emine ÜNSALDI

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü
Bu tez Yüksek Lisans Tezi standartlarına uygun bulunmuştur.

Yrd.Doç.Dr.Yüksel SAVUCU

Beden Eğitimi ve Spor
Anabilim Dalı Başkanı

Tez tarafımızdan okunmuş, kapsam ve kalite yönünden Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.



Yrd.Doç. Dr. Ercan GÜR

Danışman

Doktora Sınavı Jüri Üyeleri

Yrd.Doç.Dr.Yüksel SAVUCU

Yrd.Doç.Dr.Mehmet TURAN

Yrd.Doç. Dr. Ercan GÜR

Yrd.Doç.Dr.Serdar ORHAN

Yrd.Doç.Dr.M.Fatih KARAHÜSEYİNOĞLU



TEŞEKKÜR

Bu araştırmada farklı branşlardaki görme engelli sporcuların yalnızlık düzeylerini belirleyerek yapılan spor branşı açısından karşılaştırılması amaçlanmıştır. Ülkemizde görme engelliler ile ilgili geçmişte yapılan çalışmaların yetersiz oluşu nedeniyle böyle bir araştırma yapma ihtiyacı doğmuştur. Bu araştırmanın, ilgili alanda yapılacak çalışmalara olumlu katkılarının olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmama katkıda bulunan danışmanım Yard. Doç. Dr. Ercan GÜR'e, Dr. Uzman Atalay GACAR'a, Öğr. Gör. Cihat YAŞAROĞLU'na, Beden Eğitimi öğretmeni Yasin AYNA'ya , Harput Görme Engelliler Spor Kulübü Başkanı Fehmi GÜLER'e, Görme Engelli Federasyon Başkanı Abdullah ÇETİN'e ve Görme Engelli takımların idareci ve sporcularına, hem çalışmalarımda desteğini esirgemeyen, hem de samimiyetiyle her zaman yanımda olan sevgili eşim İclal KIZAR'a ve bu araştırmayı destekleyenlere sonsuz teşekkürler...

Oktay KIZAR

İÇİNDEKİLER

ONAY SAYFASI	ii
TEŞEKKÜR.....	ii
İÇİNDEKİLER.....	iv
TABLO LİSTESİ.....	vi
KISALTMALAR LİSTESİ	viii
1. ÖZET.....	1
2. ABSTRACT	3
3. GİRİŞ	5
3.1. GÖRME ENGELLİLİK NEDİR VE GÖRME DERECELERİ.....	7
3.2. GÖRME ENGELLİLİK VE TOPLUM İLİŞKİLERİ.....	8
3.3. GÖRME ENGELLİLİK VE AİLE İLİŞKİLERİ.....	14
3.4. ENGELLİLİK VE SPOR	20
3.5. GÖRME ENGELLİLERİN YAPTIKLARI SPOR DALLARI.....	27
3.5.1. Goalball	27
3.5.2. Atletizm	27
3.5.3. Judo	28
3.5.4. B1- B2-B3 Futsal	29
3.6. TÜRKİYE GÖRME ENGELLİLER SPOR FEDERASYONU(GESF).....	30
3.7. YALNIZLIK.....	31
3.7.1. Yalnızlık Türleri.....	33
3.7.2. Yalnızlık oluşumunu etkileyen etkenler	36
3.7.3. Yalnızlık ve Spor	41
4. GEREÇ ve YÖNTEM.....	43
4.1. Araştırma Grubu	43
4.2. Uygulanan Ölçüm Ölçekleri.....	44
4.2.1. UCLA Yalnızlık Ölçeği.....	44

4.2.2. Kişisel Bilgi Formu	45
4.3 İstatistiklerin Analizleri.....	45
5. BULGULAR	47
5.1. Araştırmaya katılan görme engelli bireylerin demografik özelliklerine ilişkin bulgular.....	47
5.2. Görme Engelli Sporcular İle Spor Yapmayan Görme Engelli Bireylerin Yalnızlık Düzeylerine İlişkin Bulgular	54
6. TARTIŞMA VE SONUÇ.....	65
7. KAYNAKLAR.....	74
8. EKLER.....	80
9. ÖZGEÇMİŞ	86

TABLO LİSTESİ

Tablo 1.	Görme Engelli Sporcuların Yaş, Boy ve Beden Kitle Endeksine Göre Dağılımı.....	47
Tablo 2.	Görme Engelli Sporcuların Ailede Başka Görme Engelli Durumuna Göre Dağılımı	48
Tablo 3.	Görme Engelli Sporcuların Ailelerinin Aylık Durumuna Göre Dağılımı	49
Tablo 4.	Görme Engelli Sporcuların Spor Yapma Yılına Göre Dağılımı	49
Tablo 5.	Görme Engelli Sporcuların Kendilerini Tanımlama Durumuna Göre Dağılımı.....	50
Tablo 6.	Görme Engelli Sporcuların Ailelerinin Tutum ve Davranış Durumuna Göre Dağılımı	50
Tablo 7.	Görme Engelli Sporcuların Annenin Eğitim Durumuna Göre Dağılımı	51
Tablo 8.	Görme Engelli Sporcuların Babanın Eğitim Durumuna Göre Dağılımı	51
Tablo 9.	Görme Engelli Sporcuların Ailede Spor Yapanların Durumuna Göre Dağılımı.....	52
Tablo 10.	Görme Engelli Sporcuların Annenin Mesleğinin Durumuna Göre Dağılımı.....	52
Tablo 11.	Görme Engelli Sporcuların Babanın Mesleğinin Durumuna Göre Dağılımı.....	52
Tablo 12.	Görme Engelli Sporcuların Yaptıkları Spor Branşının Durumuna Göre Dağılımı	53
Tablo 13.	Görme Engelli Sporcuların Görme Derecelerinin Durumuna Göre Dağılımı.....	53
Tablo 14.	Görme Engelli Sporcuların Yaptıkları Spor Branşına Göre Yalnızlık Puanlarının Dağılımı	54
Tablo 15.	Görme Engelli Sporcuların Yaşların Dağılımının Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu.....	55
Tablo 16.	Görme Engelli Sporcuların Boyların Dağılımının Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu.....	55

Tablo 17. Görme Engelli Sporcuların Beden Kitle Endeksinin Dağılımının Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu.....	56
Tablo 18. Görme Engelli Sporcuların Ailede Başka Görme Engelli Durumunun Yalnızlık Puanlarına İlişkin Many Whitney U Test Sonucu.....	56
Tablo 19. Görme Engelli Sporcuların Ailelerinin Aylık Durumunun Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu.....	57
Tablo 20. Görme Engelli Sporcuların Spor Yapma Yılıının Dağılımının Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu.....	57
Tablo 21. Görme Engelli Sporcuların Kendilerini Tanımlama Durumunun Yalnızlık Puanlarına İlişkin Many Whitney U Test Sonucu.....	58
Tablo 22. Görme Engelli Sporcuların Ailelerinin Tutum ve Davranış Durumunun Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu.....	58
Tablo 23. Görme Engelli Sporcuların Annenin Eğitim Durumunun Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu.....	59
Tablo 24. Görme Engelli Sporcuların Babanın Eğitim Durumunun Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu.....	60
Tablo 25. Görme Engelli Sporcuların Annenin Meslek Dağılımının Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu.....	61
Tablo 26. Görme Engelli Sporcuların Babanın Meslek Dağılımının Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu.....	62
Tablo 27. Görme Engelli Sporcuların Ailede Spor Yapanların Dağılımının Yalnızlık Puanlarına İlişkin Many Whitney U Test Sonucu.....	62
Tablo 28. Görme Engelli Sporcuların Yaptıkları Spor Branşının Dağılımının Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu.....	63
Tablo 29. Görme Engelli Sporcuların Görme Derecelerinin Dağılımının Yalnızlık Puanlarına İlişkin B Kruskal Wallis H Testi Sonucu.....	64

KISALTMALAR LİSTESİ

CISS	: İşitme Engelliler Spor Birliği
CP-ISRA	: Uluslararası Spor ve Boş Zamanları Değerlendirme (Rekreasyon) Birliği Federasyonu
GESF	: Görme Engelliler Spor Federasyonu Başkanlığı
IBSA	: Uluslararası Görmezler Sporları Birliği
INAS-FMH	: Zihinsel Özürlüler Uluslararası Spor Federasyonu
IPC	: Uluslararası Paralimpik Komite
ISMWSF	: Uluslararası Stoke Mandeville Tekerlekli Sandalye Sporları
ISOD	: Uluslararası Özürlüler Spor Organizasyonu

1. ÖZET

Bu çalışmada, farklı branşlarda spor yapan görme engellilerin yalnızlık düzeylerinin belirlenmesiyle birlikte, spor yapan ve yapmayan görme engelli bireylerin yalnızlık düzeylerinin karşılaştırılması amaçlanmıştır.

Araştırmaya; Türkiye Görme Engelliler Federasyonunun 2011-2012 sezonu faaliyet programında yer alan Goalball, B1, B2-B3 Futsal, Atletizm ve Judo müsabakalarına katılan 280 erkek görme engelli sporcu ile hiçbir spor faaliyetine katılmayan 60 görme engelli erkek bireyden oluşan toplam 340 görme engelli gönüllü olarak katılmıştır.

Araştırmaya katılan görme engellilerin kendilerine ait bilgileri edinmek için “Kişisel Bilgi Formu” oluşturulmuştur. Bireylerin Yalnızlık durumlarını belirlemek amacıyla “Ucla Yalnızlık Ölçeği” kullanılmıştır. Bu formlar Braille alfabesine dönüştürülerek ve yüz yüze sorulan sorular yardımıyla her görme engelli sporcu için tek tek doldurulmuştur. Elde edilen veriler SSPS istatistik paket programı ile değerlendirilmiş ve anlamlılık düzeyi ($P<0.05$) olarak alınmıştır.

Araştırma sonucunda çalışmaya katılan görme engelli bireylerin görme dereceleri ile yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Görme engelli bireylerin Anne-baba eğitim durumları, ailenin tutum ve davranış şekilleri, anne meslek durumu ile yalnızlık puanları arasında anlamlı bir fark belirlenmiştir.

Spor yapan görme engellilerin yaptıkları spor branşları ile yalnızlık puanları (Goalball: 56.07 ± 8.33 puan, Atletizm: 50.35 ± 5.45 puan, Futsal: 52.85 ± 6.43 puan, Judo: 50.58 ± 4.43 puan) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık belirlenmiştir. Ayrıca düzenli spor yapan görme engelli bireylerin yalnızlık puanları

(52.46±6.70 puan) ile spor yapmayan görme engelli bireylerin yalnızlık puanları (54.86±5.46 puan) arasında da anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Görme Engelli, Spor, Goalball, Yalnızlık

2. ABSTRACT

COMPARASION OF LONELINESS LEVELS ON VISUALLY IMPAIRED IN DIFFERENT SPORTS BRANCHES

In this work, it is aimed both to determine loneliness levels of the visually handicapped athletes in different branches, and to compare loneliness levels of the athletes playing and not playing sports.

Totally 340 visually handicapped athletes, consisting of 280 visually handicapped male athletes participating in Goal ball, B1, B2-B3 Futsal, Atletizm and Judo competitions within the 2011-2012 season activity programme of Turkey for the Blind Athletics Championships and 60 visually handicapped athletes who do not take part in any sport branches, include in the research.

Personal Information Form was prepared in order to obtain personal data of those visually handicapped ones who participated in the research. UCLA Loneliness Scale was used to determine their loneliness states. These forms were filled out separately for each visually handicapped athletes by being converted to Braille alphabet and through the questions of face to face. Acquired data was evaluated by SSPS program and its significance level was found as ($P<0.05$)

Following the research, no significant difference was found between visual and loneliness levels of visually handicapped individuals. Yet, a significant difference was determined between parents' education levels, family's behaviors-attitudes, and mother's occupation and loneliness points.

Statistically, a significant difference was determined between sport branches like Goalball: 56.07 ± 8.33 score, Athleticism: 50.35 ± 5.45 score, Futsal: 52.85 ± 6.43 score, Judo: 50.58 ± 4.43 score and loneliness points.

Moreover, A statistically significant difference was determined between loneliness points (52.46 ± 6.70 score) of those visually handicapped individuals who regularly play sports and loneliness points (54.86 ± 5.46) of those visually handicapped individuals not doing sports.

Key Words: The Visually Handicappeds, Sports, Goalball, Loneliness

3. GİRİŞ

Bütün insanlar yaşamda, başkalarıyla ilişki kurma ve etkileşim içinde olmaya gereksinim duyarlar. Sosyal ilişki yoksunluğu bireyleri yalnızlığa ve bunun sonucunda da pek çok soruna itmektedir. Yalnızlık bireyin sosyal ilişkilerinin beklediği gibi gitmediği algısıdır. Evrenseldir ve insanın ait olma duygusunun sonucudur (1). Yalnızlık, nedenine ve belirtilerine göre değişik isimlerle tanımlanır (2). Weiss yalnızlığı teorik olarak duygusal ve sosyal olmak üzere ayırmakta, duygusal yalnızlığın aile özel arkadaş ve ilişkilerle ilişkili olduğunu, sosyal yalnızlığın ise sosyal ortamdaki arkadaşlıklarla ilişkili olduğunu belirtmektedir (3).

Spor, bireyin dar dünyasından kurtularak, başka ortamlardan, başka kişilerden, inançlardan, düşüncelerden etkilenmesini ve onları etkilemesini insanlarla diyalog içinde bulunmasını sağlamaktadır. Bu yönüyle sporun, yeni dostlukların kurulmasına, pekiştirilmesine ve sosyal kaynaşmaya destek sağladığı söylenebilir. Dolayısıyla spora teşvik edilen engelli bireylerin, topluma kazandırılması süreci hızlanırken, bir köşeye çekilip hayata küsmeleri de büyük ölçüde engellenmiş olur (4). Spor tüm bireylerde olduğu gibi görme engellilerin sosyalleşmesinde, ait olma duygularının gelişiminde, topluma entegrasyonunda ve yalnızlık duygularının giderilmesinde faydalanılan en iyi yöntemlerden biridir (5,6).

Spor, görme kaybı nedeni ile kaçınılmaz olan çevreden zarar görme korkusunun giderilmesine ve kişilerin daha bağımsız bir yaşam sürmelerine de katkılar getirmektedir (7,6).

Görme engelli bireyler ile ilgili karşımıza çıkan ailelerinden kaynaklanan diğer bir sorun, görme yetersizliği olan çocuğun aşırı korunmasının, çocuğun çevresini keşfetmesini kısıtlaması, inceleme ve manipüle etme fırsatlarını

sınırlandırmasıdır. Çocuğun aşırı korunması kişisel girişim, bağımsızlık ve yeterliliklerinin farkına varma gelişimini etkiler. Sorumluluk ve bağımsızlık başarılı yaşantılar, kendine yeterlilik, kendinden memnun olma ise, öz- saygı ve gururun oluşmasını sağlar (8).

Her birey doğduğu andan itibaren etrafındaki insanlarla etkileşim içine girer. Ebeveynler, ailenin diğer üyeleri, oyun arkadaşları, öğretmenleri, iş arkadaşları ve diğerleriyle etkileşimde bulunur. Bu etkileşimler bize, kendimize dair, önemli dönütler verir. Buradan hareketle çevremizdeki insanların, benlik kavramımızı olumlu ya da olumsuz olarak etkileyebilme güçlerinin var olduğu söylenebilir (70).

Her insan belirli bir biçimde işleyen fiziki bir yapı ile dünyaya gelmiş olsa da, bu fiziki yapının nitelikleri açısından farklılıklar gösterir. Bu farklılıklar olumsuzlukları içerdiğinden özür olarak nitelendirilir. Buradan hareketle benlik ve benlik saygısı kavramlarından söz ederken bedensel özürlerin de benliğin gelişimi üzerinde etkili olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır (9).

Bir engelin göze görünürlük derecesi aynı zamanda onun toplum tarafından ne kadar damgalanacağını da göstergesidir. Bir engel ne kadar göze görünüyorsa, etkileşimin düzgün akışını bozma ihtimali de o kadar fazladır. Bu tür insanlar, başkalarının kendilerine karşı olumsuz tutumlarının kesinlikle farkındadırlar ve yaşamlarının birçok yönünde önyargılar ve ayrımcılıkla karşılaşacaklarını bilirler (10).

Weiss'e göre yalnızlık kişilik faktörleri ve durumsal faktörler arasındaki etkileşim sonucu hissedilir (11).

Holmen ve arkadaşlarına göre yalnızlık bellekte yaşanan problemlerin güçlü bir belirtisidir (12).

Görme engelliler Goalball, Judo, Atletizm, Futsal B1, Futsal B2-B3, Yüzme gibi birçok spor branşını yapmada zorluk çekmemektedirler. Yaptıkları bu sporlar beden sağlığı ve güçleri için yararlı olduğu gibi yalnızlık duygularını azaltmakta ve toplumun bir bireyi olduğu hissinin güçlendirdiğini düşünmekteyiz.

3.1. Görme Engellilik Nedir ve Görme Dereceleri

Gözün görme algısından yoksun ya da ileri derecede yetersiz olma durumudur (13).

Görme engelli, gerekli ve mümkün tüm düzeltmelerden sonra, en iyi gören gözünde normal görme gücünün en fazla onda birine sahip olan kişiye denir (23). Bu tanım yasal bir tanımdır ve görme engelliler bulundukları okula bu koşullara göre yerleştirilirler. Görme engelliler arasında bir de tanımlanması gereken az gören kavramı vardır. Az görenler de görme keskinliği 20/70 ile 20/200 arasında olan kişilerdir. Bu tür görme engelliler normal insanların 6 m'den görebildiklerini 2 m ile 60 cm mesafeden görebilmektedirler (14).

Görme özürlü çocuklar görsel uyaran eksikliği nedeniyle yüzüstü yatmaktan, emeklemekten, sürünmekten ve yuvarlanmaktan hoşlanmazlar ve bu hareketlerden kaçınırlar. Oysa bu devinimler bedensel gelişim için gereklidir, çocuk bu devinimleri yapmaya oyunlar aracılığıyla özendirilmelidir. Görme özürlü çocukların hareket özgürlüğünü kazanırken güçlüklerle karşılaştıkları bazı durumlar vardır. Bunlardan biri özellikle yönlerle ilişkin olan kavramların kullanılmasıdır. Görme engelli çocuklar ön, arka, üst, alt, sağ, sol gibi kavramları karıştırma eğilimindedirler. Bu sorun düzenlenecek oyunlarda verilmek suretiyle giderilebilir (15).

Görme engelli bireylerin belli başlı özelliklerini aşağıdaki gibi sıralamak mümkündür. Görme engelli bireylerin kavramsal gelişimlerinde ya da bilişsel yeteneklerinde gecikme gözlenebilir. Özellikle soyut düşünmeyi gerektiren becerilerde daha başarısız olabilirler. Alan kavramını öğrenmeleri güçtür. Alana ilişkin bilgileri daha çok dokunma duyumu aracılığıyla kazanmaktadırlar. Görme yetersizliğinden kaynaklanan eksiklikleri diğer duyu organlarını kullanarak telafi etmeye çalışırlar. Dikkat yoğunlaştırma, ince ayrıntıları fark etme yetenekleri gelişmiştir. Sosyal faaliyetlere ilgilidirler. Müzikle yakından ilgilenirler. Bedensel ve zihinsel gelişimlerinde farklılık yoktur. Bağımsız hareket edebilme becerileri sınırlıdır (16).

Görme engelli kişi, korunmaya muhtaç, acınacak ve çaresiz bir insan olarak algılanmamalıdır. Görme engelli kişi de diğer insanlardan çok farklı sayılmaz. Diğer insanların sahip olduğu olumlu ve olumsuz özelliklerin hepsi onda da mevcuttur. Yani görme engelliler de herkes gibi bir insandır. Duyguları, beklentileri vardır. Farklı yazı sistemini kullanarak o da aynı kitapları okur. Farklı metotlarla aynı bilgileri ve aynı eğitimleri alır. Diğer insanlarla aynı okulları, aynı işyerlerini, aynı caddeleri, aynı eğlence yerlerini paylaşır. Kısacası görme engelli olmanın diğer insanlardan farklı bir kişiliğe sahip olmak anlamına gelmediği söylenebilir (9,16).

3.2. Görme Engellilik ve Toplum İlişkileri

Engelli bireyler, sosyal destek almalarının kendilerini daha sağlıklı ve iyi hissetmelerine neden olduğu ifade edilmektedir. Sosyal destek özellikle stresle baş etmede ve moral bozukluklarını gidermede önem kazanmaktadır. Putnam (2003) yaptığı araştırmada yakın dostları tarafından “hissettiğin kadar iyi görünmüyorsun”

gibi sosyal destek adına maruz kaldıkları bazı davranışlar nedeniyle engellilerin olumsuz etkilendiği saptanmıştır (17).

Engelli bireylerin kendilerini sağlıklı ve iyi hissetmesinde karşılaştıkları toplumsal düzeydeki engeller, aile üyeleri, arkadaşlar, meslektaşların etkileri şeklinde özetlenebilir (18).

Engelli bireyin yaşadığı sıkıntılar ve zorluklar hem aile hem de sosyal çevresinde kendini gösterir. Engellilerin yaşadığı en büyük sıkıntı ayrımcılığa uğramadır (19).

Engellilerin toplumla bütünleşmesinin önünde çeşitli nedenler vardır. Bu nedenler de zincirleme başka sorunları doğurmaktadır. Engellilerin topluma kazandırılmalarının önündeki en ciddi sorunlardan birisi, içinden geldikleri sosyo-ekonomik kesimin bir bütün olarak yaşadığı yoksulluk sorunu, gelir dağılımı sorunudur. Doğaldır ki yoksul kesimler arasından gelen engelliler, yoksulluğu üreten başka sebeplerle de bir arada yaşadıkları için, onlar için yoksulluk adeta bir kısır döngüye dönüşmektedir. Bu, onların toplumla bütünleşmelerinin önündeki en ciddi engeldir (17).

Engellilerin topluma katılmalarının önündeki en büyük engellerden biri de ulaşım, fiziksel çevre ve konut sorunudur. Engellilerin içinde yaşadıkları fiziksel çevre, sahip oldukları fiziksel işlev bozuklukları, yetersizlikleri ve bunun yol açtığı sınırlamalar yüzünden büyük önem taşımaktadır. Yollar, kaldırımlar, kamu binaları, parklar ve bahçeler, okullar, içinde yaşanan konutlar, ulaşım araçları ve bunun gibi daha bir çok fiziksel çevre unsuru, engellilerin topluma katılmasının önünde ciddi birer engel oluşturmaktadır (17).

Böylece sahip olduğu engeli nedeniyle hareket yeteneği sınırlanmış insanların bu ve benzeri sebeplerle yaşadıkları sınırlama daha da pekişmektedir. Bunun anlamı Hareket yeteneği sınırlanan bireyin toplumsal yaşamdan dışlanmasıdır (17,20).

Engellilerin toplumla bütünleşmesinin önündeki en önemli engel ise istihdam sorunudur. Çalışmanın gerek bireysel gerekse toplumsal refahın sağlanmasındaki önemi tartışmasız benimsenmektedir. Çalışmayı Özendirmenin hem bireysel hem de toplumsal açıdan sayısız yararı olduğu söylenebilir. Öte yandan çağdaş anlayışın bir gereği olarak “çalışmak ve işsizlikten korunmak” bir insan hakkı olarak da değerlendirilmektedir (17,21).

Özürlülerin topluma kazandırılmaları ve bağımsız olarak kendi hayatlarını düzenlemelerine yardımcı olmak için sosyal rehabilitasyon programlarına ihtiyaç vardır (17,21).

Birey olarak bu toplumun bir üyesi olarak özürlülüğün farklılığını görerek, tanıyarak ve kabul ederek özürlünün istismarlarının engellenmesi önemli bir gelişme olacaktır. Bu gerçekleştiğimiz zaman, özürlünün kendini geliştirdiği, farklılığını üretime dönüştürdüğünü, yeteneklerini gördüğünü, kendi kaderini kendisinin tayin etme güvenin oluşacağı bilinmelidir. Özürlülere yönelik ayrımcılığın önlenmesinde en etkili unsur, onları iş yaşamına sokmak, üretken kılmaktır. Oysa özürlülerin istihdamında çok boyutlu güçlükler yaşandığı bilinmektedir. Bu bağlamda yasal düzenlemelerin, işveren tutumlarının, eğitim ve rehabilitasyon çalışmalarının, özürlünün çalışmaya karşı tutum ve davranışlarının ve tüm bunlarla da ilişkili olarak ailelerin, özürlü bireylerin çalışmaları konusundaki tutumunun önemi yadsınamaz (22).

Sosyolojik perspektiften hareketle engellilik konusuna kültürel bakış önem kazanmaktadır. Kültürel olarak engelliliğin tanımlanması, sosyal sınıflandırma, politik tanımlama, engelli bireylerin karakteristik özelliklerinin toplanması ve kültürel söylemle bağlantılıdır. Doğuştan ya da sonradan kazanılmış engelliliğin sosyal anlamı, bireyin engelliliğe yönelik tepkilerine, o an ki durumuna ve geleceğine nasıl baktığına, engelliliğin bireyin yaşamını nasıl etkilediğine ve toplumun engelliliğe bakış açısına göre şekillenmektedir. Bu sosyal anlam toplumdan topluma değişiklik gösterebilir (23).

Burcu'nun engelli bireylere ilişkin toplumun bakış açısının kategorileştirilmesi ile ilgili çalışmasında dört tanımlama belirlenmiştir (24).

Bunlar acınan, dışlanan, alay edilen, ikinci sınıf görülen ve güvenilmeyen şeklindedir. Benzer şekilde Wolfe makalesinde engellilere karşı toplumsal tutumun genellikle acıma, kalıp yargı (stereotip), cehalet ve merak hisleri ile özdeşleştiğini belirtmiştir (25,79).

Sosyal inşa teorisyenleri bireylerin farklılıklarını açıklama ve bu farklılıklara tanımlamalar getirmede kültür kavramına vurgu yapmışlardır. Barnes, engellilik konusunda geçerli sosyal cevaplar vermek için kültürel olarak anlamların üretilmesi ve merkez sosyal değerler arasındaki etkileşimin açıklanması gerektiğini belirtmiştir (25,79).

Diğer teorisyenler, engelliliğin sosyal inşasında engellilerin ana toplumsal akımdan nasıl uzaklaştırıldığını ve bu uzaklaştırmanın nasıl devam ettiğinin açıklanmasında kültürel imajları kullanmışlardır. Bu imajlara medya ve edebiyatta engelli bireyler için kabul edilemez, 'şeytan' veya Tanrı tarafından cezalandırılmışlar gibi negatif imajların kullanılması örnek olarak verilmektedir (26,80).

Engelli bireyin karşılaştığı “engelin” temelinde, sahip olunan “engel” değil; engelin yarattığı farklılığı bahane eden toplumun, engelliye karşı geliştirdiği “engelleyici tutumlar” yattığı belirtilmiştir (19).

Medyada sürekli olarak fiziksel bütünlük, güzel vücuda sahip olma, atletik yetenek vb. gibi unsurların vurgulanması engelliliğe karşı olumsuz tutumun oluşmasına neden olan sosyo kültürel faktörler arasında yer alır (27).

Engellilere ayrımcı uygulamaları pekiştiren bir başka etmen ise onlar hakkında oluşmuş olan son derece yanlış değer yargılarıdır. Toplum engellileri çoğunlukla “ellerinden hiçbir şey gelmeyen, korunmaya muhtaç, zavallılar” şeklinde algılamak bazen de kimi yeteneklerini abartılı bir şekilde algılama ve sunma yoluna gidebilmektedir. Temelinde bilgisizliğin yattığı bu çelişik tutumların hepsi, özünde ayrımcıdır (19).

Engellilik konusunda toplumda ciddi bir ayrımcılık var. Ülkemizde de, yasal boyut ve devlet düzeyinde sunulan hizmet dahil, ciddi bir ayrımcılık yaşıyor. Toplumda engellilik, yoksullukla, cahillikle ilintili olarak görülür. Engelliliğin genetik olduğu gibi yargılar oluşmuş durumda. Biz, şunu söylemek istiyoruz; ‘Engellilik’ cahillikle, yoksullukla doğrudan ilintili değil. “Engelli” demek ‘hasta olmak’ demek değildir. Engelliliğin içinde bir kronik hastalık boyutu var ama genel olarak bir hastalık olarak değerlendirilmemesi gerekiyor (28).

Engellilerin Yaşadıkları Sorunlar...

1) İnsanların bakışları rahatsız ediyor

Acıma bakışları, tuhaf garip bakışlar (bazen acıma bazen de duyarsızlık)

2) Acıma

3) Toplumun önyargısı

Engellileri muhtaç ve zavallı görüyorlar, insanlar engellilerin bir şeyleri başarabileceğine inanmıyorlar, kadın erkek ilişkileri açısından önyargıları var.

4) Toplumsal duyarsızlık ve toplumdan dışlanma

Duyarsızlık, dikkate almama, yok sayma

5) Aşağılama ve hor görme

Aşağılıyorlar ve hor görüyorlar, dalga geçiyorlar, küçümsenme, rencide edici sözler

6) İkinci sınıf yurttaş olarak bakılıyor.

7) Fazla korumacı davranıyorlar

8) Fiziksel düzenlemeler yok

9) İnsanların tutumu ve davranışları farklı oluyor

10) İnsanlar ya umursamazlar ya da üzerine çok düşülüyor

11) İletişim sorunu ve güçlüğü (28).

Engelli bireyler yaşadıkları toplum içinde psiko sosyal ve ekonomik sorunlarla karşılaşmaktadır. Bu sorunlar, engelli ve ailesinin bu durumla yüz yüze gelmesiyle başlamakta zaman geçtikçe içinden çıkılmaz bir hal almaktadır.

Sosyal model uyarınca, engellilik bedensel ya da fiziksel sakatlığı değil, bir engellenmişliği ifade eder. Bu doğrultuda “engelli bireyin” içinde yaşadığı sosyal organizasyon ve kültürel çerçeve uyarınca nasıl engellendiği üzerinde durulması gerekmektedir. Örneğin, bir bireyin fiziksel fonksiyon bozukluğu yürüyememek olabilir, ancak kent içi ulaşımında gerekli düzenlemelerin yapılmaması bireyin “engellenmişliğini” ifade eder (29).

Engelli bireylere ilişkin olarak “acıma, dışlanma, kabul görmeme, alay edilme, ikinci sınıf görülme, güven” kalıp yargıları engelli bireyler toplumda

kendilerine yer buldukça anlamını yitirecektir. Bunun içinde engelli bireylere yönelik olarak geliştirilen sosyal politikalar önem taşımaktadır. Sosyal politikaların en önemli sonucu olarak, engelli bireyin toplumsal yaşamdan izole edilmemesi gösterilebilir. Engelli bireylere yönelik bakış açısının değişmesi için engelli bireylerin topluma entegre olmaları gerekmektedir. Böylece engelli bireyler neler yapabileceklerini topluma göstermekle birlikte, toplumsal yaşam içerisinde kendilerine yer buldukça engellerine ilişkin olumsuz değer yargıları da yavaş yavaş ortadan kalkmaya başlayacaktır (29,30).

3.3. Görme Engellilik ve Aile İlişkileri

Ailedeki çocuk yetiştirme şekilleri ve ana-baba tutumlarının çocuğun yalnızlık duygusu üzerine etkiler yaptığı kabul edilmektedir. Bu nedenle aile yapılarının incelenmesinin görme engelli bireylerin yalnızlık durumları üzerinde bize yardımcı bilgiler vereceği düşünülmektedir (31,32).

Aile toplum tarafından seksüel birlikteliklerin kabul gördüğü, erkek ve kadının en az bir tane olan çocuğuyla birlikte, ortak bir mekanda ekonomik üretim ve işbirliğinin yaşandığı bir gruptur (31,32).

Aile etkileşim üzerine kurulu bir sistemdir. Bu etkileşim içinde ailenin bazı sınırları ve kuralları vardır. Her ailenin kendine özgü kuralları zamanla yerine oturmakta, bireyler de birbirinden kopmadan, bireyselliklerini koruyarak bu kurallara uymaktadır. Aile birden fazla kuşağı bir arada barındıran bir grup olduğundan ilişkiler de çeşitlenmektedir (33).

Ailede etkileşim iki yönlüdür. Önce eşlerin evlenmesi ile başlayan eşler arası ilişkiyi ifade eden yatay ilişki, sonra da aileye çocukların katılımıyla ebeveyn çocuk ilişkisini ifade eden dikey ilişkilerdir. Bu ilişki içinde anne ve babalar çocukların

davranışlarını etkilerken, çocuklarda anne ve babalarının davranışlarını etkileyebilmektedir (33).

Aile işlevleri, rolleri kolaylaştırıcı, aile üyeleri arasında arabulucu, uyum sağlayıcı ve birbirinden farklı yetenek ve potansiyele sahip üyeler için koruyucu bir sistemdir. Ekonomik ihtiyaçları karşılamak, statü sağlamak, çocukların eğitimi planlamak, birbirlerini korumak ve karşılıklı sevgi ortamı yaratmak aile işlevleri arasında yer almaktadır. Aile üyeleri sağlıklı ilişkiler içerisinde ise ailenin bu işlevleri de sağlıklıdır. Ancak aile sağlıklı değilse, yerine getirmeye çalıştığı bu işlevler sağlıksızdır (34).

Ailenin bireyi yetiştirme tarzı, çocuğun benliğinin gelişimini etkilediği kaynaklar belirtmektedir (35).

Ailenin sosyal yapısı, davranışları, ekonomik durumları, sosyal ilişkileri bunların hepsi benliği etkilemektedir. Anne ve babanın mesleği, eğitim düzeyi, ailenin ekonomik durumu, statüsü gibi ailesel etmenler, çocuğun her türlü gelişiminde etkili olabileceği gibi, benliğinin gelişiminde de etkisi kabul edilmektedir (35).

Koruyucu aile: Bu tür ailedeki ana-babalar, çocuklarının öz yeterliliğinin bulunmadığına, dolayısıyla da her zaman için anne-babalarına bağlı olmaları gerektiğine gizli ya da açık olarak destek verirler ve öyle davranırlar” (35).

Topsese’e göre, koruyucu ailedeki ana-babanın tutumu, çocuğunu; ergenlik, delikanlılık ya da yetişkinlik yaşına gelse bile sürekli çocuk görür. Çocuklarının yaşına özgü gelişim görevlerinin özelliklerine hiçbir vakit dikkat etmez, özen göstermez (36).

Yörükoğluna göre, koruyucu ana-baba tutumu içerisinde olan ailelerde, anne baba çocuğa aşırı bağlanmıştır ve çocuğun her dediği yerine getirilmektedir. Anne babanın çocuğa aşırı derece de kontrol, üstüne titreme söz konusudur. Ailenin yaşamı çocuğa göre düzenlenmiştir. Yalnız çocuk için yaşar gibidirler. Aileyi bir bakıma çocuk yönetmeye başlar. Böyle bir çocuk bağımlı, sürekli alıcı, nazlıdır. Çünkü kendi başına güçsüz ve güvensizdir. Böyle bir çocuk gençlik çağına adım atınca doğal olarak bocalar. Anne ve babasının uydusu olmaktan kurtulmaya çabalarsa da kurtulamaz, bağımsızlığını elde edemez. Arkadaş edinmekte, gruba katılmakta güçlük çeker. Kendi başına karar veremez. Her adımını danışma isteği içinde olur. İlk kez ailesinden ayrı düştüklerinde bunalıma girerler. Böyle çocuk yetersiz duygusu taşır, benlik saygısı bu nedenle düşüktür. Sorumluluk almaktan kaçır, zora gelemeler diyerek ifade etmektedir (37).

Yetkinlikçi (mükemmeliyetçi) aile: çocuklarında sürekli olarak yetkinlikçi davranışları ve kusursuzluğu arayan ailedir. Bu aile ortamında ergenin yanlış yapmasına izin verilmediği gibi, yapılan yanlışlar gereğinden de çok abartılır. Anne, babanın kafasındaki ideal ölçütler, çocuklarının gerçek yeterliliklerini, yeteneklerini görmezlikten gelir” (36,38).

Bu tür ailelerde yetişmiş ergen, yanlış yapmaktan korkan, hatalı bir davranış yaptığında yoğun bir eksiklik ve suçluluk duygusuna kapılan, çekingen, pasif davranışlar gösteren bireyler olabilirler (36,38).

“İlgisiz ve sevgisiz aile: Bu tür ailelerde ki ana-babalar, çocuklarına yeterli ilgi ve sevgiyi göstermezler, gösteremedikleri için de ergen davranışlarında öz güven, öz değer ve öz saygı yetersizliği, kimi kere saldırgan tepkiler, kimi kere de yoğun otizm (içe kapanıklık) davranışları görülebilir” (36,38).

İzin verici ve Bırak Yapsıncı aile: Çocuklarına, hiçbir denetim koşulu aramaksızın abartılı olarak izin veren aile tipidir. Ana, baba ergen etkileşiminin işbirlikçi ve dayanışmalı tutum ve davranışı yerine; tek yönlü olarak, ergen davranışına neredeyse sonsuz bir özgürlük tanıyan bir aile modelidir. Dolayısıyla da bu tür ailelerin ergenleri, geri bildirim alamayan, kendi koşul ve kararlarını salt kendisi belirleyen bu yüzden uyarım ve kişiliği besleyici etkinlik kaynaklarından yoksun olan ergenler olabilirler” (35).

Otokritik ve yetkeci aile: denetimli, ergeni sadece anne, babanın düşünce ve tutumları yönünde güdeleyici ve yönlendirici bir aile tipi olarak tanımlanmaktadır. Anne, babanın tutumları, ergen üzerinde bir baskı aracı olur. Bu tür aile de anne, babalar, çocuklarını kendilerinin modeli yapmak isterler. Kendilerinin gerçekleştiremedikleri özlem ve beklentilerini çocuklarında geliştirmek isterler” (39).

Otakratik ailede ki anne ve babalar, çocuklarının kendi duygu, düşüncelerinin anlatmalarına, kendi kararlarını kendilerinin almalarına ve kendi kendilerini yönlendirmelerine ve iç denetimli, özerk kişilik geliştirmelerine izin vermezler. (Topses, 2000) Bu tür ailedeki ergenler, genel olarak, duygu ve düşüncelerini anlatmakta güçlük çeken, kendine özgü tutum ve davranışları geliştirmekte zorlanan, edilgen, itaatkar kişiliği geç gelişen ergenler olurlar (35).

“Demokratik aile: izin verici, özgür bırakıcı bir yaklaşımdan çok; ergenin, kendi kararlarını kendi vermesine, seçme özgürlüğünü tanınmasına, düşünce ve duygularını özgürce anlatabilmesine yardım edici özelliği baskın olan bir aile tipi olarak anlaşılır. Böyle bir ailede ergen kişiliğine, doğru ya da yanlışlarının dışında, kabul edici, büyümekte ve gelişmekte olan bir birey olarak yaklaşılır. Doğruda olsa yanlış da olsa davranışlarına saygılı olunur. Öncelikle bir insan ve bir birey olarak

kabul edilir. Yanlışları, doğrulara dönüştürme de, anne, baba ve ergen etkileşimli olarak davranır. Ergenle açık iletişim kurulur” (36,40).

Anne ve babanın davranışları tek başına ergenin benlik gelişimine etki yapmaz. Ancak büyük bir kısmını etkilediği düşünülmektedir. Demokratik yaklaşım, olumlu bir benlik kavramını ve bağımsızlığı kolaylaştırmaktadır (41).

Demokratik aile ortamında, güven verici bir ortamda gencin ailede söz hakkı vardır. Ailede gence değer verilir. Böylece gencin kendini gerçekleştirmesine, bağımsızlık kazanmasına imkân verilmiş olur. Demokratik bir ortam, çocuğun kendini tanımasına, kendine olan güveni kazanmasına, başkaları ile iyi ilişkiler kurmasına bağımsız ve kendi kendine yeten birey olmasına zemin hazırlayan anlayışın hakim olduğu bir ortamdır. Demokratik bir ortam deyince kuralsızlığın hakim olduğu bir ortam da anlaşılmamalıdır (35).

Çocuk gelişimini tamamlayabilmek için, kurallardan ve yapmış olduğu yanlışlıklardan haberdar edilmesi kadar, olumlu davranışları karşısında takdir edilmeye de ihtiyaç duyar. Çocuk böylece yanlış doğruyu, yeterli yetersizi anlayarak kendini hayata hazırlayacak yeterli benlik gelişimine sahip bir birey olabilecektir (35).

Demokratik aile yapısında sevgi vardır. Sorunlar konuşularak çözüme ulaştırılır. Çocuklara söz hakkı verilir. Cezalar eğiticidir. Böyle bir ortamda yetişmiş ergenlerin, benlik gelişimlerinin sağlıklı olması beklenir (8).

Engelli bir çocuğun varlığı aileyi psikolojik açıdan birçok sıkıntıya sokar. Aile yaşadığı karışık duyguların yanı sıra, normal gelişim gösteremeyen çocuğun kendilerine yüklediği aşırı sorumluluk karşısında sürekli bir başarısızlık, mutsuzluk ve hayal kırıklığı duygularını yaşayabilmektedir. Toplumun beklentileri ve bakışları

aileye, dışlandıkları ya da kötü anne, baba oldukları hissini duymalarına yol açmaktadır (8).

Anne, babaların, engelli çocuklarına karşı olan davranışlarını onların kişilikleri, yaşadıkları aile ve çevre belirlemektedir. Engelli çocukların ailelerinin, çocuklarının durumunu öğrendikten sonra onlara karşı normal gelişim gösteren çocuklardan daha farklı bir davranış ve tutum sergiledikleri görülmektedir. Engelli çocuğun kişilik özellikleri, görünüşü, performansı da tutumları etkileyen nedenler arasında yer almaktadır. Bu davranış ve tutumlar, engelli çocukların yeteneklerinin elverdiği sınırlar çerçevesinde arzu edilen düzeydeki gelişimlerini olumsuz yönde etkilemektedir (42).

Engelli çocuğa daha çok değer verildiği durumlar ve ortamlar göz önüne alındığında ise, ailenin olumsuz yargıları, yerini inançlarına, çocuğa karşı olumsuz tutumlarından dolayı pişmanlık duygularına bırakmaktadır. Böylelikle aile çocuğuna karşı, bireylere ve çevresine ait değişkenlerle değişebilen tutumlar oluşturabilmektedir. Bu tutumlar, ekonomik duruma, topluma, duygulara, deneyimlere, kültüre, eğitime, mesleklere göre değişiklik göstermektedir (43).

Ailenin çocuğuna karşı gösterdiği olumsuz tutumları ve etkileri şu şekilde sıralanabilir:

Engelli çocuklar aşırı şekilde korunmaktadır. Bu nedenle onların yapabilecekleri etkinlikler engellenerek gelişimleri önlenmektedir.

Çocuklar, çeşitli nedenlerle aşırı derecede ihmal edilmektedir. Gelişimleri için gerekli olan uygun ortam ve temel ihtiyaçlardan yoksun bırakılmaktadır.

Çocuklar çok beceriksiz görülmektedir. Bu durum, çocukta benlik kavramı kazanılmasının önüne geçmektir (44).

Çocuklardan başarmayacağı beklentiler ve isteklerde bulunmaktadır. Beklentilerin, başarılamayacak düzeyde tutulması karşısında çocuklar ezilmektedir.

Çocukları kabullenme çok uzun sürmektedir. Bununla birlikte çocuklar açık ya da gizli olarak reddedilmektedir. Bu durum çocuk ile aile arasında aşılması zor bir engel olmaktadır (44).

Aileler çocuklarından dolayı çevreye karşı utanç duymakta, çocuklar sık sık suçlanmakta ve alay konusu olabilmektedirler.

Çocuklar, günah ürünü olarak görülmekte ve bazı aileler bu konuyu çocuklarının yüzüne karşı söylemektedir.

Aileler, çocuklarını normal gelişim gösteren akranlarıyla kıyaslamakta, bu durum çocukta aşağılık duygusunun oluşmasına neden olabilmektedir.

Çocukların, bedensel, zihinsel, sosyal, duygusal ve psikolojik temel ihtiyaçları karşılanmamakta, bu da çocuğun gelişimini engellemektedir (44).

3.4. Engellilik ve Spor

Spor; ferdin tabi çevresini beşeri çevre haline getirirken, elde ettiği kabiliyetleri geliştirirken, belirli kurallar altında araçlı ya da araçsız, ferdi ya da toplu olarak, boş zaman kavramı içinde veya tam zamanını alacak şekilde meslekleştirilerek yaptığı sosyalleştirici, toplumla bütünleştirici, ruh ve fiziği geliştiren, rekabetçi, dayanışmacı ve kültürel bir olgudur (45).

“Beden eğitimi iki taraflı bir madalyon gibidir”. Bir yüzünde kuvvet, dayanıklılık, iyi duruş, esneklik, denge ve sinir kas becerileri gibi gelişim ve devamlılığı sağlayan fiziksel; diğer yüzünde ise bütün bu özellikleri kazanmış insanın davranışlarında meydana gelen, kendi kendini anlama, istekli olma, sosyal ve

heyecansal kalitelerinde gelişme ve bütün bunların verdiği mutluluk gibi değişiklikler ve ruh sağlığı bulunmaktadır (45).

Günümüz yaşam felsefesinde spor, kaliteli yaşamın bir parçası ve en yararlı sosyal etkinliklerden birisi olarak kabul edilmektedir. Günümüz yaşam kavramında engellinin dengeli ve sağlıklı gelişimi içerisinde düzenli spor yapmanın önemi çok büyüktür. Yalnızlık duygusunu yok etmede ve kendi akranları içinde spor yaparak toplumla bütünleşebilmesinde spor çok büyük bir araç işlevini görmektedir (46).

Engelli açısından spor fiziksel gelişimin yanında ruhsal, duygusal ve sosyal açıdan da önemlidir. Spor yardımıyla engellinin kendi gibi arkadaşlar edinebilmesine, çevresini tanımasına ve iletişim kurabilmesine yardımcı olmaktadır (46).

Özürlülük (Disability): Bir yetersizlik veya özür nedeni ile yaşa, cinsiyete, sosyal, mesleki ve kültürel faktörlere bağlı olarak kişiden beklenen rollerin kısıtlanması veya yerine getirilememesi halidir. Özürlülük yerine aktivite teriminin kullanılması ve aktivitenin belirlenmesinde etkin olan bozukluğun (iç faktör) yapısal (atrofi, kontraktür, skolyoz vb...) ve fonksiyonel (kas zayıflığı, kalp-solunum kapasitesinde düşme, bilişsel fonksiyonlarda azalma vb..) olarak iki ayrı grupta incelenmesi önerilmiştir. Engellilik (sakatlık) yerine Aktiviteye Katılım (Participation) terimini tercih eden WHO, yapılan fiziksel ve fonksiyonel testler ile kişinin aktivitelerinin değerlendirilmesinin ve kısıtlılık miktarının belirlenmesinin mümkün olacağını vurgulamaktadır. Örneğin görme yetisi olmayan bir kişinin çok sanatta, müzikte, edebiyatta çok başarılı olması veya çok başarılı bir sporcu olması gibi (46).

Bu sınıflandırma sistemleri ile engel seviyesi belirlenen kişilerin, engel nedeni ne olursa olsun düzenli fiziksel aktivite ve spor yapmak suretiyle kendilerini fiziksel, ruhsal ve zihinsel sosyal açıdan daha iyi hissetmeleri, özgüvenlerini geliştirmeleri mümkün olacaktır. Aynı zamanda sağlığın yükseltilmesi ve kronik hastalıklardan korunma açısından da sporun sağladığı yararlar bilinmektedir (32).

Spor bu amaçlara hizmet ederken kişiyi ve çevresini eğlendirmesi, hoş ve yararlı bir şekilde vakit geçirilmesini de sağlamaktadır. Bu nedenle engelli sporunun amacı aktiviteye katılımı en yüksek seviyede tutabilmektir (46,78).

Dolayısıyla, sınıflandırma sonucu hangi seviyede olursa olsun kişinin spor yapması ve hatta kendinden daha fonksiyonel olan kişiler ile birlikte aynı ekip içinde olması beklenmektedir. Engelli çocukların spora katılımlarını arttırmak için okulların ve ilgili kuruluşların (kamu ve özel kurumlar, sivil toplum örgütleri-dernekler, vakıflar-, spor kulüpleri, federasyonlar, üniversiteler) uygun programlar yaparak spor yapma olanaklarını arttırmaları gereklidir. Bununla birlikte çocukların özel eğitimciler, beden eğitimi öğretmenleri, engelliler sporu eğiticileri, sınıf öğretmenleri, rehberler, fizyoterapistler, danışmanlar ve aileleri tarafından spor aktivitelerine aktif katılımları da teşvik edilmelidirler (46).

Kişi, yaş, cins, eğitim ve gelir düzeyi, sağlık alışkanlıkları, motivasyonu, aldığı sosyal destek ve fiziksel çevrenin özellikleri gibi risk faktörlerin de tehdidi altındadır. Ancak korunma yöntemleri, kişisel sağlığın geliştirilmesi ve fiziksel uygunluk düzeyinin yükseltilmesi risklerin azaltılmasına, aktiviteye katılımın artırılmasına yardımcı olacaktır (47).

Düzenli fiziksel aktivite ve spor bu amaca hizmet edecek etkin bir araç olarak kabul görmektedir. Bu nedenle engelli çocukların spor yapma olanaklarının

arttırılması gerekmekte; çocuklar özel eğitim, sınıf, rehber ve beden eğitimi öğretmenleri, engelliler sporu eğiticileri, fizyoterapistler, danışmanlar ve aileleri tarafından spor aktivitelerine aktif katılımları konusunda teşvik edilmelidirler (47).

Engelli insanlar için dünyada ciddi anlamda sportif çalışmaların başlangıcı 1 Şubat 1945 olarak kabul edilir. O tarihte İngilterede Londraya 70 kilometre mesafedeki Aylesbury kentinde Stoke Mandeville Rehabilitasyon Merkezinde Dr.Ludwig Guttmann tarafından II.Dünya Savaşında şarapnel parçaları ile çeşitli şekillerde yaralanmış parapleji hastalarının rehabilitasyonu için spor kullanılmaya başlanmıştır. Dr.Guttmann ilk olarak okçuluk, bowling, bilardo ve masa tenisini kullanmaya başlamıştır (48).

Daha sonra bu olayı takım sporlarına taşıyan Dr.Guttmann tekerlekli sandalye ile önce polo, sonra da basketbol oyunlarını kullanmaya başladı. Kısa bir süre sonra diğer spor dalları eskrim, cirit, gülle, tekerlekli sandalye yarışı, tekerlekli sandalye ile slalom yarışı ve halter spor dalları olaya katılmıştır. Dr.Guttmann 28 Temmuz 1948 tarihinde I.Stoke Mandeville Özürlüler Oyunlarını düzenlemiştir. Bu oyunlara savaş gazisi 16 kişi katılmıştır. 1949’da düzenlediği ikinci oyunların ödül dağıtımı sırasında Dr.Guttmann “Özürlülerin spor etkinliklerinin İngiltere sınırlarının dışına çıkartılıp, uluslararası düzeye getirilmesini” önermiştir. O dönemde çok ilgi görmeyen bu öneriden üç yıl sonra 1952de Hollanda’dan küçük bir özürlü sporcu kafilesi gelmiş ve ilk uluslar arası ilişki gerçekleşmiştir (48).

Olimpiyatlar sırasında Kanada’nın Toronto kentinde 42 ülkeden, 2700 sporcu ve idarecinin katılımıyla gerçekleşti (49).

“Özürlü sporcuların gerçekleştirdikleri tüm sportif etkinlikleri bünyesinde toplayıp geliştirmek, bu çalışmaları yurt yüzeyinde yaygınlaştırıp, sporu

rehabilitasyonun bir parçası haline getirmek ve uluslar arası etkinliklerde özürlü sporcuya çağdaş yarışma ortamının hazırlanması için gerekli çalışmaları planlamak ve uygulamak”(49).

2000 yılında ise Türkiye Engelliler Spor Federasyonu dağıldı ve dört ayrı federasyon oluştu.

Bu federasyonunun uluslararası alandaki faaliyetleri kısa adı IBSA olan International Blind Sports Association-Uluslararası Görmezler Sporları Birliği tarafından yürütülmektedir (49).

IBSA tüm dünyadaki özürllülerin spor organizasyonunu birinci derecede yürüten kısa adı IPC olan International Paralympic Committee-Uluslararası Paralimpik Komite bünyesinde 6 özürlü uluslararası spor federasyonundan birisidir. Bu komite bünyesinde IBSA’nın dışında CP-ISRA Cerebral Pulse- International Sports and Recreation Association/ Serebral Palsi-Uluslararası Spor ve Boş Zamanları Değerlendirme(Rekreasyon) Birliği; ISMWSF International Stoke Mandeville Wheelchair Sports Federation/Uluslararası Stoke Mandeville Tekerlekli Sandalye Sporları Federasyonu; ISOD Uluslararası Özürllüler Spor Organizasyonu; CISS İşitme Engelliler Spor Birliği ve de INAS-FMH Zihinsel Özürllüler Uluslararası Spor Federasyonu. IBSA görme engelli sporcuları üç kategoride sınıflandırmaktadır (8).

Bilindiği gibi spor, sağlıklı ve mutlu bir yaşam için gerekli bir uğraştır ve tüm insanlar için önemlidir. Ancak sporun, engelli bireyler için daha farklı bir önemi vardır. Çünkü spor, zaten yaşamlarında birçok engelle karşılaşan ve bu engellerin yarattığı stresle birlikte yaşayan engelli bireylere, yeni bir pencere açabilmektedir (8).

Engel türü ve derecesi ne olursa olsun hareket etme, egzersiz yapma, sportif aktivitelere katılma bireye haz vermekte, hareket etmekten duyulan haz da bireyin yaşam motivasyonunu arttırmaktadır (8,78).

Sağlık için olumlu katkılarının yanı sıra, birey spor yaparak yalnızlığını diğer insanlarla paylaşabilmekte, arkadaşlık kurabilmekte, dayanışmayı öğrenebilmekte, yeteneklerini tanıyarak gelişme olanağı yakalayabilmekte kendisine, bedenine ve diğer insanlara karşı olumlu duygular geliştirebilmektedir. Tüm bunlar da bireye anlamlı ve doyumlulu bir yaşamı yakalama ve sürdürme şansını vermektedir (8).

Hatta engelli bireyler, özel olarak düzenlenmiş yarışma sporlarının eğitim sürecini tamamlayabilmekte, yarışmalara katılabilmekte, başarı ve başarısızlığı yaşayabilmektedir. Bu anlamda da artık kendilerini engelli bir birey olmaktan çok “sporcu” olarak algılamaktadırlar. Bu duygunun verdiği güvenle bireyler engelleri ile başa çıkmasını öğrenebilmektedirler (8).

Fiziksel Etkinliklerin Gelişime Katkıları

Fiziksel etkinlik, özellikle 0-21 yaş arasındaki kas büyümesi, kemikleşme, kalp ve karaciğerler gibi iç organların fonksiyonlarını yerine getirebilmeleri için gerekli görülmektedir. Araştırmalar, egzersizlerin kemik genişliği ve minerilizasyonunu arttırdığı, buna karşın hareketsizliğin kemikleşme minerilizasyonunu azalttığını ve kemiklerin daha kolay kırıldığını, daha zayıf bir iskelet sisteminin oluştuğunu ortaya koymaktadır. Engelli olmayan çocuklar, normal büyüme ve gelişimini sürdürmek için günlük oyun aktivitelerine katılarak yeterli fiziksel aktivite gereksinimini karşılamaktadırlar. Ancak engelli çocuklar, yeterli fiziksel egzersizleri yapmamaktadırlar. Birçok engelli bireyin büyümesinin duraklaması, yetersiz fiziksel aktivitelere katılmasına bağlanabilmektedir (8).

Engellilerde fiziksel etkinliklere katılmanın yararlarını felsefi açıdan değerlendiren yazarlar daha çok duyuşsal gelişim ve psikomotor gelişime katkılarını vurgulamaktadırlar. Brouwer and Ludeke ve Atay, sporun hem bedensel ve zihinsel yönden sağlıklı hem de engelli bireyler için son derece değerli olduğunu ancak, engelli bireylerin spora olan gereksiniminin daha fazla olduğunu, sporun, engelli bireylerin hareket etmekten haz alma, eğlenme ve başarıma gereksinimlerinin karşılanmasında önemli bir araç olduğunu ifade etmektedirler. Yazarlara göre, spor kişilere özü ile başa çıkmasını ve özrünü hafifletmesini öğretmekte, keyif vermekte, iletişim ve paylaşım sağlamakta, yaşam motivasyonunu arttırmakta, dürüstlük, hoşgörü, işbirliği, gibi olumlu kişilik özelliklerinin kazanılmasını sağlamaktadır (8).

Çocuklar değerli oldukları ya da olmadıkları fikrini doğdukları andan itibaren diğer insanların kendilerine yönelik davranışlarından, kendileri hakkındaki düşüncelerinden öğrenmektedirler. Bir çok eğitimci, psikolog ve terapist fiziksel yeteneklerdeki beceri ve başarının olumlu benlik kavramının gelişmesine katkıda bulunduğunu kabul etmektedir. Spor, engelli bireylerin sağlam bireylerle bir araya gelmelerine olanak sağlayarak özel eğitimde ulaşılması hedeflenen “entegrasyon” için son derece önemli bir işlevi yerine getirmektedir. Böyle bir ortamda, engelli birey, diğer engelli kişilerin sorunlarını gözleyerek kendine karşı olumlu tutum geliştirmekte, yaratıcılığı uyarılmakta, yalnızlık duyguları en aza inmekte, çevresi genişlemekte ve daha anlamlı bir yaşam sürme şansı yakalamaktadır (53).

Sporun engelli insanlar için bir başka önemli yönü, sosyal ilişkilerin oluşmasını sağlamasıdır. Kalıcı engellilik, engelli insanların kendilerine olan yaklaşımlarını bozar, içe kapanıklılık ve sosyal izolasyona neden olur. Ayrıca psikolojik reaksiyonlar bakmakla yükümlü olan insanların onlardan utanması ile

daha da artabilir. Yeni engelli hale gelmiş insanlarda, spor aktivitesine katılmak kendini önemseme duygusunun yeniden kazanılmasına, pozitif mental davranışların ve tekrar sosyal hayata entegrasyonuna yardımcı olur. Ayrıca psikodepressif durumlardaki engelli kişilerin, spor aktivitelerine katılmaları ile bu durumlarında düzelme görülmüştür (9,77).

3.5. Görme Engellilerin Yaptıkları Spor Dalları

3.5.1. Goalball

Goalball takımlarla oynanan bir top oyunudur. Yalnızca görme engelli bayan ve erkek sporcular tarafından oynanır. Her takımın sahada üç oyuncusu vardır ve amaç topu karşı tarafın kalesine atmaktır. Maçlar toplam 14 dk. sürer ve 2 eşit yarıdan oluşur. Goalball'u görme engeli olmayan sporcularca oynanan diğer toplu, takım oyunlarından üç özellik ayırır (50,51).

Birinci olarak, içindeki ziller nedeniyle hareket halindeyken çingirak gibi ses veren bir topla oynanır ve böylece topun pozisyonu ve yeri dinleme yoluyla belirlenebilir (50,51).

Topun içindeki zillerin oyuncularını yönlendirmesine, sporcuların iyi konsantre olabilmelerine ve topa anında tepki verebilmelerine olanak vermek için, oyun sırasında salon bütünüyle sessiz olmalıdır. Kazanılan her sayıdan sonra yükselen tezahüratları izleyen sessizlik tekrar oyuna dönüldüğünün işaretidir (50,51).

3.5.2. Atletizm

Görme Engelliler Federasyonunun 2001 yılında özerkliğini kazanmasıyla birlikte Atletizmde Görme Engellilerin yaptıkları spor dallarının içine girmiştir (51).

IBSA Atletizm sporunu yapan görme engellileri B1, B2 ve B3 kategorisi olmak üzere 3'e ayırmıştır.

B1: İki gözden hiçbirinde de ışığı algılamama durumundan başlayıp, ışığı hisseden fakat nesnelerin ana hatlarını veya bir eli herhangi bir mesafeden ve yönden algılayamayan durumuna kadar olanları kapsar. B1 yarışmacıları yarışmalarda gören bir sporcunun bir ip yardımıyla iplerin biri B1 sporcusunda biride gören sporcuda olacak şeklide tutulur böylelikle yönü şaşırmadan yarışma alanını tamamlamasına yardımcı olur (51).

B2: 2/60 ve beş dereceden az bir görme alanına kadar bir elin ana hatlarını tanıyabilecek durumda olanları kapsar.

B3: 2/60'tan 6/60'a kadar veya beş dereceden çok 20 dereceden az görüş gücü olan görme engelli sporcuların yarıştığı sınıfı kapsar.

B1 sınıfı yarışmacılar tüm saha yarışmalarında ve 1500m'ye kadar tüm koşma yarışmalarında onaylı opak gözlükler ya da uygun bir göz siperi giyerler (51).

3.5.3. Judo

Judo, Profesör Jigoro Kano (1860-1938) tarafından modern bir spor olarak 1882'de Japonya'da tanıtılmıştır. Jujitsu denilen geleneksel savaşçı tekniklerini judoya ekleyerek sporla eğitim arasında bir sistem yarattı. Profesör Kano IOC (Uluslararası Olimpiyat Komitesinin) ilk Asyalı üyesi olup, modern Olimpik Oyunlarının kurucusu olan Baron Pierre de Coubertin ile birlikte çalışmışlardır (52).

Judo engelliler için kendine hâkim olma (oto kontrol), bağımsızlık ve kas yeteneklerini geliştirmek için aktivite olarak kullanıldı. Giderek rekabet niteliği olan bir spor dalı olarak gelişti. İlk Pan-European Görme Engelli Judo Şampiyonası ve 1.Uluslararası Turnuva 1987'de yapıldı. Judo Asya orijinli ve 1988 Seul Paralimpik

Oyunlarından beri programa dâhil edilen tek paralimpik spor dalıdır. Görme engelli bayan ve erkek sporcular çeşitli vücut ağırlık kategorilerinde yarışır. Erkek atletler 7 ağırlık kategorisinde (60 kg, 66 kg, 73 kg, 81 kg, 90kg, 100kg. ve +100 kg.) yarışırken; bayanlar 6 ağırlık kategorisinde (48 kg, 52 kg, 57 kg, 63 kg, 70 kg ve +70 kg.) yarışır. Sporcular denge, dokunma, hassasiyet ve içgüdü ilkelerinin odaklandığı sınıflarda yer alırlar. Bir başhakem ve iki yardımcı hakem Judo müsabakasına hakemlik eder. Tüm resmi heyet eşit statüdedir ve oylamayla karar verilir. Başhakem tüm puanları ve cezaları anons eder. Maçın başlaması için 2 atlet aralarındaki mesafeyi (grip) hesaplamak için birbirlerinin omzuna dokunduktan sonra, hakem “hajime”(başla) işaretini verir. Olimpik ve Paralimpik Judo arasındaki tek fark; maç başlamadan önce sporcular judogilerine (Japonca judo kıyafeti) dokunurlar (52).

3.5.4. B1- B2-B3 Futsal

İlk ulusal Futbol 5 kişilik Futsal Şampiyonası 1986 yılında İspanya’da gerçekleşti. Bu zamandan beri tüm dünyaya hızla yayıldı ve ilk çıkışını 2004 Atina Paralimpik Oyunlar’da yaptı. 2009’da 30’dan fazla ülkede sporcular tarafından oynanmaktadır (51,52).

Profesyonellerin gösterdiği kadar oynanması kolay bir oyun değildir. Bir de buna oyuncuların topu, rakibi ve kaleyi görmediği gerçeğini ekleyin olağanüstü heyecanlı bir oyundur. Futbol -5 kişilik- görme engelli sporculara yönelik bir oyundur, kalecinin gözleri görebilir. Her takımda 5 oyuncu vardır ve her oyun 50 dakika sürer. Kurallar, birkaç küçük modifikasyonla birlikte engelsiz futboluyla aynıdır, top hareket ettiğinde ses çıkarır, kaleci görme yetisi olan bir kişi olabilir ve oyun sırasında yönlendirme yapabilir, takımın kalanı adiliyet sağlamak için göz

bandı takar, takımda 11 kişi yerine 5 kişi vardır, saha ölçüleri daha küçüktür ve ofsayt kuralı yoktur. Oyun 25'er dakikalık 2 yarıdan oluşur (51,52).

B2-B3 Futsal tek fark topun içinde zil yoktur ve görme engelli sporcular göz bandı takmadan karşı kaleye gol aymaya çalışırlar. Takım kaleci dışında mutlaka sahada en az 2 tane B2 sporcusu ve en fazla 2 tane B3 sporcusu bulabilir. B3 sporcusunu yerine B2 sporcusu oyuna girebilirken B2 sporcusunun yerine B3 sporcusu oyuna giremez. Bunun sebebi B3 daha iyi gördükleri için oyunda diğer takım lehine fazla katkı sağlayacağından oyunun adalet duygusuna aykırılık arz ettiğinden bu kural uygulanmaktadır. Uluslararası Körler Spor Federasyonunun (IBSA) Futbol Alt Komitesi idari organdır, Uluslararası Futbol Federasyonu'nun (FIFA) modifiye ettiği kuralları takip eder (51,52).

3.6. Türkiye Görme Engelliler Spor Federasyonu(GESF)

1980 yılında Gençlik Spor Genel Müdürlüğünün Spor Eğitim Dairesi Başkanlığı bünyesinde aralarında Görme Engelli Sporcularında yer aldığı muhtelif engelli gruplarında spor faaliyetlerinde başlanmış ve bu durum 1990 yılına kadar devam etmiştir (51).

1990 yılında Türkiye Özürlüler Federasyonu kurulmuş ve tüm engelliler bir çatı altına toplamıştır. 7 Mart 2000 tarihinde; İşitme ve Görme Engelliler Federasyonu olarak ayrı bir Federasyon haline getirilmiştir. Avrupa ülkelerindeki yapılanmaya uygun hale getirmek için Bakanlık Makamının 12 Temmuz 2000 tarih ve 05812 sayılı onayları ile Türkiye Görme Engelliler Spor Federasyonu kurularak faaliyetlerine başlamıştır (51).

2004 yılında yapılan ara seçimle Mesut DEDEOĞLU Görme Engelliler Spor Federasyonu Başkanlığına seçilmiştir. 2006 yılında federasyonun özerk olmasıyla

Başkanlığına yeniden Mesut DEDEOĞLU seçilmiştir. 2011 yılı seçimlerinde başkanlığa Abdullah ÇETİN seçilmiştir. 2012 Londra’da yapılacak olan Paralimpik Olimpiyatlarına Goalball branşında katılacaktır (51).

3.7. Yalnızlık

Sanayileşmenin bir sonucu olan hızlı gelişim ve değişim beraberinde bir çok problemi de getirmektedir. Daha çok büyük şehirlerde görülen sosyal sistemin dejenerasyonu, kişiler arası ilişkileri olumsuz etkilemektedir. Kültürel ve sosyal yapıyı zorlayan bu yaşam biçiminde, sağlıklı sosyal ilişki ve yakınlıktan mahrum olan insanların sayısı gün geçtikçe artmaya başlamıştır. Kendilerini yalnız hisseden kişilerin sayısındaki bu artış, toplumlarda yalnızlığa karşı bazı tedbirlerin alınmasını gerektirmiştir. Böylelikle, yalnızlık sosyal psikologların dikkatini çeken konulardan biri haline gelmiştir (44).

Weiss ‘e göre yalnızlık kişilik faktörleri ve durumsal faktörler arasındaki etkileşim sonucu hissedilir (11).

Yalnızlığı kişinin kendini başkaları tarafından reddedilmiş, yanlış anlaşılmış hissinden dolayı ve istediği aktiviteleri yapacak uygun bir arkadaş ya da eş bulunmadığında sürekli artan bir duygu olarak tanımlamıştır (53).

Yalnızlık, kişinin mevcut olan sosyal ilişkisi ile kendisinde olmasını beklediği bir sosyal ilişki arasındaki farklılık sonucunda oluşan psikolojik bir durumdur (54).

Yalnızlık, kişinin çevresi ile ilişkisini en aza indirerek kendi seçimi ile yaşadığı bir duygudur (39).

Yalnızlık, kişiye acı ve sıkıntı veren, kişinin psikolojik, fiziksel ve sosyal bütünlüğe karşı oluşan bir tehlikedir (55).

Holmen ve arkadaşlarına göre yalnızlık bellekte yaşanan problemlerin güçlü bir belirtisidir (56).

Yalnızlık, her yaştan insanın hissedebileceği, tanımlanması zor, insanı baskı altına alan, kişinin tüm hayatını etkileyebilen bir duygudur. Kişinin dünyada kendini tek başına hissetmesine, yaşamının amaçsız ve yararsız olduğunu düşünmesine, boşluk ve terkedilmişlik duygularını yaşamalarına yol açabilmektedir (38).

Yalnızlık ile ilgili açıklamalar incelendiğinde tek başına olmak ile yalnızlık kavramlarının eş anlamlı kullanıldığı görülmektedir. Oysa bu iki kavram birbirinden farklı anlamlar içermektedir. Larson tek başına olmada bu seçiminin kişiye ait olduğunu ve kişinin başkalarından rahatlıkla ayrı kalabildiğini belirtirken, Buchholz ve Catton ise tek başına olmanın kişilik gelişiminde olumlu bir gereklilik olduğunu, yalnızlıkta ise, kişinin hayatında yer edinen birinin başına olumsuz bir şey gelmiş olması, ölmesi ya da gitmesi (boşanma, evi terk etme, duygusal bir ilişkinin bitmesi) gibi olumsuz yaşantıların etkili olduğunu vurgulamışlardır (57).

Buchholz ve Catton' a göre tek başına olmanın örnekleri yalnızlık örnekleri kadar olumsuz ve acı verici değildir. Tek başına olma, daha çok ergenlerde yaşanan geçici bir durumdur (57).

Yalnızlığın tanınmasında, anlaşılmasında ve önlenmesinde, kişi ve toplum sağlığına katkı sağlamak amacıyla bu bölümde yalnızlık ile ilgili yaklaşım, yalnızlığın türleri, yalnızlığın oluşumunu etkileyen etmenler, yalnızlığa ilişkin gelişimsel dönemler, yalnızlık yaşayan bireylerin genel özellikleri ile aile içi ilişkiler ve yalnızlık konuları ele alınmıştır (44).

Sullivan (1953) yalnızlığı, kişilerarası yakınlık gereksinimlerinin yetersiz olarak karşılanması sonucu ortaya çıkan oldukça rahatsız edici ve hoş olmayan bir

yaşantı olarak tanımlamaktadır (12). Yalnızlık, doyurucu sosyal ilişkilerin ya da algılanan sosyal ilişkilerin ya da algılanan sosyal ilişkilerin yokluğu ve bu yoksunluktan dolayı, olumsuz duyguların yaşanmasına bağlı olarak psikolojik zorlanma belirtilerinin eşlik etmesi durumudur (57).

3.7.1. Yalnızlık Türleri

Yalnızlık her birey tarafından zaman zaman yaşanan bir duygu olmasına rağmen bazı bireyler yalnızlığı geçici bir süre yaşarken, bazı bireyler ise, yalnızlığı sürekli ve uzun süreli yaşamaktadır.

Yalnızlık yaşantısının temel özellikleri üzerinde genel bir uzlaşmaya varılmış olsa da, araştırmacılar yalnızlığın boyutları, sınıflandırılması, türleri konusunda tam uzlaşmaya varamamışlardır. Mc Whirter yalnızlığı kişilerarası, psikolojik, sosyal, kültürel ve kozmik olmak üzere beş farklı boyutta incelemiştir (58).

Kişilerarası yalnızlık: Bireyin kendisini başkalarından uzak olarak algılamasıdır.

Psikolojik yalnızlık: Benliğin farklı bölümlerinin birbiri ile ilişki kurmaması sonucu ortaya çıkan bir yalnızlık durumudur.

Sosyal yalnızlık: Gruptan ya da toplumdan uzaklaşma durumudur (59).

Kültürel yalnızlık: Kişinin kültürel kaybı ya da ciddi kültürel değişimler nedeniyle başkalarından uzaklaşma duygusudur.

Kozmik yalnızlık: Dinsel bağın yok olması nedeniyle yabancılaşma ya da Tanrıdan uzaklaşma duygusudur. Young, yalnızlığı durumsal (geçiş), geçici ve kronik olmak üzere üç gruba ayırmıştır (59).

Durumsal (geçici) yalnızlık: İlişkilerinde doyum sağlayan bireyin geçici bir süre ilişkilerinden doyum alamaması durumudur. Örnek olarak boşanma, eş kaybı verilebilir (59).

Geçici yalnızlık: Belirli bir süre devam eden, anlık yalnızlık duygusudur.

Kronik yalnızlık: Uzun süreli davranışsal ve duygusal düzensizlikler sonucu oluşan yalnızlık türüdür. Durumsal ve geçici yalnızlık genellikle çevresel olayların ürünüdür. Kronik yalnızlık ise çevreden çok duygusal durumları içeren iç faktörlerle ilgilidir. Kronik yalnızlık türü fiziksel ve ruh sağlığını olumsuz yönde etkilemektedir (59).

Özodaşık, yalnızlığı fiziksel yalnızlık, yabancılaşma, kınama, kendi isteği ile gerçekleşen yalnızlık ve gerçek yalnızlık olmak üzere beş boyutta sınıflandırmıştır (60).

Fiziksel yalnızlık (tek başına oluş): Bir insanın tek başına yaşama biçimidir. Bir insanın kendi çevresinden almaya alıştığı uyaranlardan yoksun kalması davranış bozukluklarına yol açabilmektedir. Çünkü fiziksel yalnızlık, zamanla duygusal yalnızlığa dönüşebilmektedir. Uzun süre fiziksel olarak yalnız kalan kişilerde ruhsal çöküntü, gerçek ile gerçek dışını ayırt etmede zorluk çekme, dikkatini toplayamama durumlarına sıklıkla rastlanmaktadır (32,44).

Yabancılaşma (toplumu dışlayanlar): Kişinin içinde yaşadığı kendi toplumuna yabancılaşma biçimlerinde yaşanan yalnızlıktır. Bu tür kişileri toplum standartların tatmin etmemektedir. Toplum standartlarını eksik ya da yanlış olduğunu düşünen bu bireyler, toplumu reddederek, benimsedikleri bir yaşam tarzını tek başlarına sürdürmeye çalışan insanlardır. Kınama (toplum tarafından dışlananlar): İçinde yaşadığı toplumdan bir çok yönüyle ayrılan kişilerin bu farklarından dolayı,

toplum tarafından dışlanarak, yalnızlığa iletilmesi durumudur. Herhangi bir kişisel özelliğinden veya bir davranışından dolayı insanlar, üstü kapalı olarak toplum tarafından dışlanmaktadır. Bundan dolayı birey güçsüzlük ve zavallılık duygularının içine düşmektedir. Böyle kişiler kınama duyguları altında kendilerini ezilmiş hissederek yalnızlık duygularına kapılmaktadır (32,44).

Kendi tercihi ile gerçekleşen yalnızlık: Bu tür yalnızlık, insanın çevresiyle ilişkilerini en aza indirerek, kendi seçimi ile yaşadığı yalnızlık biçimidir (32,44).

Gerçek yalnızlık: Kişinin kendisini anlaşılmamış ve kimsesiz hissettiği yalnızlık türüdür. Bu tip yalnızlık, psikolojik bir yalnızlıktır. Bu tip yalnızlık yaşayan kişiler, ilgilerinin ve fikirlerinin çevresindeki insanlar tarafından paylaşılmadığını, kendilerinin terk edildiğini, uyumsuz bir kişi olduğunu düşünmektedirler. Bu kişilerin kendileri hakkındaki olumsuz düşünceleri çok daha fazla olduğu için, çevresindekilerin de kendisi hakkında olumsuz düşünceler beslediğini düşünmektedirler (44).

Yalnızlığın boyutları incelenirken, yalnızlık duygusunun hissedilme yoğunluğu, süresi ve yalnızlığın hissedildiği yaşam alanlarının ölçüt olarak alındığı görülmektedir. Buna göre, insanlar yalnızlığı farklı şekillerde yaşayabilmektedir. Örneğin, okula yeni başlayan bir çocuk ile dul bir bayanın hissettiği yalnızlık aynı olmasına rağmen, her iki bireyin yalnızlığa ilişkin öznel yaşantıları farklılık gösterebilmektedir (35).

Sadler, yalnızlığın beş farklı boyutu olduğunu açıklamaktadır. Bunlar; kişisel yalnızlık, bireyin kendisini başkalarından uzak olarak algılamasıdır. Psikolojik yalnızlık, benliğin farklı bölümlerinden birbiri ile ilişki kurması sonucu ortaya çıkan yalnızlık durumudur. Sosyal yalnızlık, gruptan ya da toplumdan uzaklaşma

duygusudur. Kozmik yalnızlık, dinsel bağın yok olması nedeniyle ile yabancılaşma duygusudur (58,8).

Yalnızlık, sebebine ve belirtilerine göre çeşitli isimler almıştır. Bunlar çevreyle ilişkilerin kesildiği depresyonla birlikte oluşan derin yalnızlık, kendini toplumun içinde yabancı hissetmeyle oluşan sosyal durum yalnızlığı, beden ve çevre şartları iyi olsa bile psikolojik anlamda beklentilere cevap alınamayınca oluşan duygusal yalnızlık, iç dünyasındaki üzüntülerden kaynaklanan dışarı yansıtılmayan, görünen davranışları normal olan gizli yalnızlık durumlarıdır. Yalnızlığın çeşitlerine ilişkin tanımlamalar irdelendiğinde, yalnızlık duygusunun süresinin, algılanma yoğunluğunun ve yaşam alanlarının ölçüt olarak alındığı gözlenmektedir (61,76).

3.7.2. Yalnızlık oluşumunu etkileyen etkenler

Yalnızlık duygusu ve sosyal ilişkilerle ilgili değişkenler, atılganlık, kendini açma, riske girme, benlik bilinci ve çekingenliktir. Çekingenlik, benlik bilinci ve sosyal anksiyete yalnızlık duygusunun oluşmasına katkıda bulunurken atılganlık, riske girme, benlik saygısı ve kendini açma ise tam tersi bir etkide bulunmaktadır (8).

Yalnızlık, rahatsız edici ve olumsuz bir yaşantı olduğu için yalnızlığın oluşumuna neden olan etmenlerin belirlenmesi önemlidir. Yalnızlığın oluşumu karmaşık bir sürecin sonucu olmakla beraber oluşumunda birden fazla etmen etkili olabilmektedir. Perry, yalnızlığın oluşumunda üç önemli etkene değinmiştir. Bunlar şu şekilde açıklanmaktadır (44).

Yalnızlığa hazırlayıcı etmenler: Kişisel özellikler, sosyal ilişkiler, maddi durum ve kültürel faktörler kişinin yalnızlığa olan duyarlılığını etkilemektedir (44).

Yalnızlığı ortaya çıkarıcı etmenler: Boşanma, ayrılık, kayıp, yeni bir iş, farklı bir şehre taşınma, herhangi bir hastalığa yakalanma, engellilik durumları yalnızlığın ortaya çıkmasına neden olmamaktadır (44).

Bilişsel etmenler: Yaşam biçimi, sosyal ilişkiler ve bu ilişkilerden beklentiler kişiyi yalnızlığa itmektedir. Yalnızlığın nedensel belirleyicileri genel olarak kişilik özellikleri, sosyal ve bireysel etkenler olmak üzere üç grup altında toplanmaktadır (44).

Kişilik özellikleri: Kişilik özellikleri yalnızlık duygularının oluşmasında önemli bir rol oynamaktadır. Yalnızlık ile ilgili yapılan çalışmalarda kişilik özellikleri incelenen bireylerin genel olarak içe dönük, çekingen, utangaç, dışsal denetimli, öz saygı düzeyi düşük, olumsuz benlik kavramına sahip bireyler olduğu belirtilmektedir. Başkaları tarafından saygı görme ve sevmeye ilişkin karamsarlık, kendine acıma ve değersizlik duygularına yatkın olan bireylerde yalnızlık görülebilmektedir. İlgisizlik ve amaçsızlık bireyin kabul görme çabasını engellediğinde de yalnızlık oluşabilmektedir (44).

Yapılan çalışmalarda özellikle kendine güven ve sosyal içe dönüklük, utangaçlık, karamsarlık, düşmanca duygular gibi özellikler yalnızlık düzeyini etkilemektedir. Arkadaş grubu içinde veya bireysel olarak aşırı kıskanç olarak tanımlanan bireylerin de yalnızlık yaşadığı görülmüştür (44).

Sosyal etkenler: Bireyin sosyal çevresinin özelliklerini yansıtan etkenlerdir. Sosyal çevrenin çeşitli özelliklerinin yalnızlık ile ilişkili olduğu görülmektedir. Sosyal ilişki sıklığı ve sosyal ilişki ağı az olan bireylerin yalnızlığı daha çok yaşadıkları görülmektedir (44).

Etkileşim sıklığı, sosyal ilişki ağının büyüklüğü ve sosyal ilişki ağının yoğunluğu gibi değişkenlerden çok, sosyal etkileşimin niteliğinin yalnızlığın oluşmasında daha güçlü bir etkisinin olduğu görülmektedir (44).

Bireysel etkenler: Bireyin kişilik özelliklerinden çok bireysel özelliklerini dikkate almaktadır (44).

West ve arkadaşları bireysel etkenleri şu şekilde gruplamışlardır (11).

Yaş: Yalnızlık, yaş sınırı tanımaksızın her yaş döneminde görülmektedir. Gelişimsel dönemlere bağlı olarak yalnızlık daha çok erişkinlerde görülmektedir. Yalnızlık ve bireyin yaş değişkeni arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çok çalışma sonuçlarında farklı bulgulara rastlanmaktadır. Yalnızlık farklı yaş dönemlerinde farklı yoğunlukta yaşanabilmektedir. Quay okul öncesi dönemdeki 876 çocukla yaptığı çalışmada, yaşın yalnızlıkla bağlantılı olduğunu belirterek, örneklemindeki yaşı büyük çocukların yalnızlık düzeyinin yaşı küçük olanlara göre daha fazla olduğunu bulmuştur. Demir ise, üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu çalışmada yaş değişkeninin yalnızlığı etkilemediğini bulmuştur (62).

Medeni durum: Bekarlık, dul kalma, eşlerin boşanması yalnızlığın oluşmasına neden olmaktadır.

Cinsiyet: Cinsiyet unsurunda yalnızlığı etkilemektedir. Roscoe ve Skomski, üniversite öğrencilerinin yalnızlık yaşantıları ile yaptığı çalışmada erkeklerin kızlara göre yalnızlık puanlarının yüksek olduğunu fakat bu farkın anlamlı olmadığını bulmuştur. Demir, üniversite öğrencilerinin yaşantısını etkileyen etmenler konusunda yaptığı çalışmanın bulgularında erkeklerin yalnızlık düzeyinin kızlarınkinden anlamlı ölçüde yüksek olduğunu bulmuştur (62).

Öğrenim düzeyi: Öğrenim düzeyinin düşük olması kişinin yalnızlık yaşamasına neden olabilmektedir. Alkan, hastanede yatan bireylerin yalnızlık düzeylerini incelediği çalışmasında, öğrenim durumunun yükseldikçe bireylerde yalnızlık düzeyinin azaldığını bulmuştur (54).

Çalışma durumu: Meslekler açısından yalnızlık belirgin bir uyarıcı olmamaktadır. Ancak, kişinin çalışmama durumu kendini yalnız hissetmesine neden olabilmektedir (44).

Yalnızlık yaşantısı içindeki bireylerde tipik bazı yalnızlık göstergeleri vardır. Bu kişilerde; başkalarına öfkeli duygularla yaklaşma, mutsuzluk, keder, korku, anksiyete, gerginlik, yerinde duramama, can sıkıntısı ve depresyon gibi durumlar gözlenmektedir (63).

Yalnızlığın gelişmesinde kişinin benlik değerinin, yalnızlıkla başa çıkma davranışlarının ve vereceği tepkilerinin önemi büyüktür. Kişisel özellikler, sosyal ilişkiler ve bu ilişkilerden beklentileri, ekonomik durum ve kültürel faktörler kişinin yalnızlığa olan duyarlılığını etkiler. Ayrıca ayrılık, kayıp, yeni bir iş, farklı bir şehre taşınma ve hastalık, sürekli engellilik yalnızlığın ortaya çıkmasına neden olabilir. Her birey yalnızlığı hissetme ve hissetme ve yaşama biçimleri farklılıklar gösterebilir (61).

Sonuç olarak yalnızlık duygusu, bireyde oluşmasında farklı birçok etkenin birleşmesinden veya sadece bunlardan bir tanesi bile bireyde algı benliğinde farklı yorumlanırsa bu içsel olarak kendini yalnızlığa götürmesine yetebilir (61).

Aile Tutumu

Anne, babaların birbirlerine ve çocuklarına olan tutumları da çocukların sosyal ve duygusal gelişimlerinde önemli bir rol almaktadır. Bu nedenle bireyde oluşabilecek yalnızlık duygusu, aile içi tutumlardan da etkilenebilmektedir (55,75).

Aile ortamında ihtiyaçları zamanında karşılanmayan bir çocuk zamanla ailesine ve çevresine karşı güvenini yitirebilir. Bu da kişinin zamanla kendine olan güveni ve sosyal becerilerini azaltabilmekte, kendi kendini yönetmede problemler yaşamasına neden olabilmekte, ailesi ve akranlarıyla sıcak ilişkiler kurmasının önüne geçebilmektedir (44).

Aile ve bireylerin yalnızlığı arasındaki ilişki incelenirken, yalnızlığı tetikleyen, sıkı sarmalayan aile ve karmakarışık düzensiz aile olmak üzere iki aile modelinden söz edilmektedir (44).

Sıkı sarmalayan aile (Rigidly enmeshed family): Duygusallıkla çocuklarını sarmalayan bu aile tipi, narsistik müdahalelere sahiptir. Bireyin aşırı derecede korunması onun sosyal keşiflerine, becerilerini geliştirmesine, sosyal çevre ile etkileşim deneyimlerine izin vermemektedir. Bu tür davranışlarıyla çocuğuna olan sevgisini dile getirdiğini sanan anne ve babalar gerçekte kendi yalnızlığını ve mutsuzluğunu telafi etmektedirler. Ailenin, çocuğa kendi benliğini tanımasına fırsat vermemesi, çocuğun ailenin istediği yönde bağımlı bir kişi olarak gelişmesine neden olmaktadır. Böylelikle çocuğun yalnızlık yaşaması kaçınılmaz olmaktadır (44).

Karmakarışık düzensiz aile (Choatically disengaged family): Çeşitli sosyal yönlendirme ve örneklerle bireye sosyal becerisini geliştirmede yardımcı olmayan aile tipidir. Bu tip ailelerde anne baba arasındaki görüş ayrılıklarına sıklıkla rastlanır. Bu durum çocuğun doğru olanı kestirememesine neden olmakta ve çocukta

iç çatışma ve huzursuzlukların oluşmasına neden olmaktadır. Her iki aile tipinde aileler, bireylerin sosyalleşme deneyimlerinde, sosyal beceri kazanmalarında onlara çok az destek olarak veya hiç destek olmayarak, onların özellikle yalnızlıklarına uygun ortam hazırlamaktadır (64,75).

3.7.3. Yalnızlık ve Spor

Bireyin engelli oluşu sürekli aile tutum şeklinde, okuldaki öğretmen ve arkadaş çevresinin, yakın çevredeki önemli kişilerin tutum ve davranışlarında bireye hissettirecek bir yaklaşım gösterilirse bu engelli kişinin yalnızlaşma sürecini hızlandırır. Engellilik durumu olduğu gibi kabul edilir ve engelli kişiye bir birey olarak değer verilirse oda bunun karşılığında toplumun bir parçası olmak için sosyal, kültürel, sportif ya da eğitim imkanları ile kendini ispatlamak ister (65).

Bunun örneğini engelli olupta ama bunu engel görmeyen ve eğitim hayatında başarılı olup büyük mevkilerde milletinde hizmet eden insanları görebiliyoruz yada sportif alanda kendini geliştirerek kendi akranları arasından sıyrılıp Avrupa ve Dünya Şampiyonları olan engelli bireyleri görmemiz mümkün. Yalnızlığın meydana geldiği en önemli süreç ergenlik dönemidir. Bu dönemde sosyal etkileşimler, aile ve çocuğun çevresindeki kişilerin ona verdiği olumlu ya da olumsuz geri bildirimler sonucunda engelli bireyin yalnızlık durumlarına etki etmektedir (65).

Ayrıca beden hareketsizliği görme engelli kimselerde körlük tikleri adı verilen kafa sallama, etrafında dönme, göz kırpmaya gibi davranışların ortaya çıkmasına, diğer yandan kasların gereği gibi gelişmemesi, omuzların düşük, sırtın kambur olması, duruş ve belkemiği bozuklukların oluşmasına neden olur (9).

Ayrıca uzmanlar görme engellilerin “beden eğitimi dersleri ve spor yapmalarının bağımsız hareket becerilerini en çok destekleyen ders olduğu için önemli bir role sahip olduğunu” belirtmektedirler (66,24).

Yalnızlık ile benlik arasında çok sıkı bir ilişki vardır. Spor etkinliklerinde bulunma benlik saygısını artırmakta, yüksek benlik saygısına sahip olmak da spor etkinliklerindeki başarıyı artırmaktadır (39).

Spor etkinliklerde bulunma görme engellilerin yalnızlık düzeyleri üzerinde etkisi olduğu düşünülmektedir. Yapılan bu çalışma ile farklı branşlarda spor yapan görme engellilerin yalnızlık düzeylerinin belirlenmesiyle birlikte, spor yapan ve yapmayan görme engelli bireylerin yalnızlık düzeylerinin karşılaştırılması amaçlanmıştır.

4. GEREÇ ve YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın evreni ve örnekleme, araştırmada kullanılan veri toplama araçları, verilerin toplanması ve verilerin analizinde kullanılan istatistiksel analizler ile ilgili açıklamalara yer verilmiştir.

4.1. Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini; Görme Engelliler Federasyonunun 2011-2012 sezonu faaliyet programında yer alan 1.Lig, 2.lig ve 2.lige Yükselme Goalball müsabakalarına katılan lisanslı 228 görme engelli sporcu ile 1.lig, 2.lig ve 2.lige yükselme B1 ve B2-B3 Futsal müsabakalarına katılan lisanslı 327 görme engelli sporcu, Türkiye Görme Engelliler Atletizm şampiyonasına katılan 126 lisanslı görme engelli sporcu ile Türkiye Görme Engelliler Judo şampiyonasına katılan lisanslı 123 görme engelli sporcunun yanında spor yapmayan görme engelli bireyler oluşturmuştur.

Araştırmanın örneklemine 2011-2012 sezonu faaliyet programında belirtilen 1.Lig, 2.lig ve 2.lige Yükselme Goalball müsabakalarına katılan lisanslı 70 görme engelli sporcu, 1.lig , 2.lig ve 2.lige yükselme B1 ve B2-B3 Futsal müsabakalarına katılan lisanslı 70 görme engelli sporcu, Türkiye Görme Engelliler Atletizm şampiyonasına katılan 70 görme engelli sporcu, Türkiye Görme Engelliler Judo şampiyonasına katılan lisanslı 70 görme engelli sporcu ile birlikte 280 erkek görme engelli sporcu ve spor yapmayan 60 görme engelli erkek birey gönüllü olarak katılmıştır.

Araştırmanın etik kurallara uygun şekilde gerçekleştirileceği Fırat Üniversitesi etik Kurul Başkanlığına yapılan başvuru ile onaylanmıştır. (Tarih 10/10/2011 karar no 39, Ek 4).

Ayrıca Türkiye Görme Engelliler Spor Federasyon Başkanlığından; araştırmanın görme engelli sporculara yapılabilmesi için gerekli izin yazısı alınmıştır (Tarih: 22/07/2011, Karar no: 2133, Ek 5).

4.2. Uygulanan Ölçüm Ölçekleri

4.2.1. UCLA Yalnızlık Ölçeği

Araştırmada görme engelli sporcuların yalnızlık duygularını ölçmek için Rusell, Peplau ve Cutrona (1980) tarafından geliştirilen güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları Demir (1989) tarafından yapılan UCLA Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. Bu formlar Braille alfabesine dönüştürülerek ve yüz yüze sorulan sorular yardımıyla her görme engelli sporcu için tek tek doldurulmuştur.

Bireyin genel yalnızlık duygularını ölçmek amacıyla geliştirilen 10’u düz, 10’u ters yönde kodlanmış, 20 maddeden oluşan dördü derecelendirmeli likert tipi bir ölçektir. Bu ölçeğin her bir maddesinde sosyal ilişkilerle ilgili duygu veya düşünce belirten bir durum sunulmakta ve bireyin bu durumu ne sıklıkta yaşadıklarını belirtmeleri istenmektedir.

Puanlamada olumlu yöndeki ifadeleri içeren (1,4,5,6,9,10,15,16,19,20) sık sık uygun=4, bazen uygun=3, nadiren uygun=2, hiç uygun değil=1 şeklinde, olumsuz ifadeleri içeren maddeler (2,3,7,8,11,12,13,14,17,18) bunun tam tersi olarak sık sık uygun=1, bazen uygun=2, nadiren uygun=3, hiç uygun değil=4 şeklinde puanlanmaktadır.

Bireyin tüm maddelerden aldığı puanlar toplanarak, her birey için “Genel Yalnızlık Puanı” elde edilmektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 80, en düşük puan 20’dir. Ölçekten alınan puanın yüksek olması bireyin daha yoğun

yalnızlık duygusu yaşadığının göstergesi olarak kabul edilmektedir (20). UCLA Yalnızlık Ölçeği Ek 2’de sunulmuştur.

4.2.2. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi formu araştırmanın bağımsız değişkenleri hakkında bilgi toplamak amacıyla geliştirilmiştir. Kişisel bilgi formunun hazırlanması için bazı ön çalışmalar yapılmıştır. Bu formlar Braille alfabesine dönüştürülerek ve yüz yüze sorulan sorular yardımıyla her görme engelli sporcu için tek tek doldurulmuştur.

Araştırmanın bağımlı değişkeni olan yalnızlık duygusunu etkileyen bazı faktörler saptanmıştır. Yalnızlık duygusu ile ilgili kaynaklar taranmış ve konu ile ilgili Türkiye Görme Engelliler Spor Federasyonundaki uzmanların ve Görme engelli kulüp başkanlarının görüşleri alınmıştır.

“Kişisel Bilgi Formu”nda öğrencilerin yaş, boy, kilo, ailede başka engelli olup olmadığına, anne ve babanın mesleğine, ailenin eğitim düzeylerine, ailede spor yapanların durumuna, spor yapma yılına, kendilerini tanımlama durumuna, ailenin tutum ve davranış şekline, ailenin gelir düzeyine ve görme derecelerine yönelik sorular yer almıştır. Kişisel Bilgi Formu Ek 3 ‘de sunulmuştur.

4.3 İstatistiklerin Analizleri

Deneklerden elde edilen veriler SPSS istatistik paket programı kullanılarak tasnif edilip, nonparametric test yapılmıştır. Dağılımlar homojen olmadığı için K Independent Samples, Kruskal-Wallis Testi ve farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için de 2 Independent Samples, Mann-Whitney U (MVWU) Testi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonunda farklı branşlardaki görme engelli sporcuların yalnızlık düzeylerini belirleyerek yapılan spor branşı açısından

karşılaştırılması amaçlanmıştır. Yapılan istatistiksel değerlendirmelerde anlamlılık düzeyi $P<0.05$ olarak belirlenmiştir.

5. BULGULAR

Bu bölümde, araştırmaya katılan görme engelli sporcular ile spor yapmayan görme engelli bireylerin demografik özellikleri ve farklı branşlardaki görme engelli sporcuların yalnızlık düzeyleri ile ilgili bulgulara yer verilmiştir.

5.1. Araştırmaya katılan görme engelli bireylerin demografik özelliklerine ilişkin bulgular.

Araştırmaya katılan görme engellilere ait demografik özellikler aşağıdaki tablolarda gösterilmiştir.

Tablo 1. Görme Engelli Sporcuların Yaş, Boy ve Beden Kitle Endeksine Göre Dağılımı

Yaş	f	%
15-19	108	31,8
20-25	129	37,9
25 ve üstü	103	30,3
Toplam	340	100,0

Boy	f	%
150-164 boy	48	14,1
165-179 boy	199	58,5
180 ve üstü boy	93	27,4
Toplam	340	100,0

BKE	f	%
Zayıf	4	1,2
Normal	228	67,1
Şişman	108	31,8
Toplam	340	100,0

Tablodan anlaşıldığı gibi araştırmaya katılan görme engellilerin 15-19 yaş olanların sayısı 108 (%31,8), 20-25 yaş arası olan görme engellilerin sayısı 129

(%37,4), 25 ve üstü olan görme engellilerin sayısı 103(%30,3)'dür. 150-164 boylu olanların sayısı 48 (%14,1), 165-179 boylu görme engellilerin sayısı 199 (%58,5), 180 ve üstü boylu görme engellilerin sayısı 93 (%27,4)'dür. Görme engellilerin zayıf kilolu olanların sayısı 4 (%1,2), normal kilolu görme engellilerin sayısı 228 (%67,1), şişman olan görme engellilerin sayısı 108 (%31,8)'dir.

Tablo 2. Görme Engelli Sporcuların Ailede Başka Görme Engelli Durumuna Göre Dağılımı

Engelli	f	%
Evet	142	43,8
Hayır	198	56,2
Toplam	340	100,0

Tablodan anlaşıldığı gibi araştırmaya katılan görme engelli sporcuların ailede başka görme engelli olanların evet diyenlerin sayısı 142 (%43,8), görme engelli sporcuların ailede başka görme engelli olanların hayır diyenlerin sayısı 198 (%56,2),'dir.

Tablo 3. Görme Engelli Sporcuların Ailelerinin Aylık Durumuna Göre Dağılımı

Aylık Durum	f	%
Düşük	110	32,4
Orta	178	52,3
Yüksek	52	15,3
Toplam	340	100,0

Tablodan anlaşıldığı gibi araştırmaya katılan görme engelli sporcuların ailelerin aylık duruma göre düşük olanların sayısı 110 (%32,4), aylık durumu orta olan görme engelli sporcuların sayısı 178 (%52,4), yüksek olan görme engelli sporcuların sayısı 52 (%15,3)'dir.

Tablo 4. Görme Engelli Sporcuların Spor Yapma Yılına Göre Dağılımı

Spor Yapma Yılı	f	%
Spor Yapmayan	60	17,6
1-4 Spor yapan	157	57,9
5-9 Spor yapan	75	22,1
10 ve üzeri spor yapan	8	2,4
Toplam	340	100,0

Tablodan anlaşıldığı gibi araştırmaya katılan görme engellilerde spor yapmayanların sayısı 60 (%17,6), 1-4 yıl arası spor yapan görme engelli sporcuların sayısı 157 (%57,9), 5-9 yıl arası spor yapan görme engelli sporcuların sayısı 75 (%22,1), 10 ve üzeri spor yapan görme engelli sporcuların sayısı 8 (%2,4)'dir.

Tablo 5. Görme Engelli Sporcuların Kendilerini Tanımlama Durumuna Göre Dağılımı

Kendilerini Tanımlama	f	%
İçe dönük	165	48,5
Dışa dönük	175	51,5
Toplam	340	100,0

Tablodan anlaşıldığı gibi araştırmaya katılan görme engelli sporcuların kendilerini tanımlama duruma göre içe dönük olanların sayısı 165 (%48,5), görme engelli sporcuların kendilerini tanımlama duruma göre dışa dönük olanların sayısı 175 (%51,5)'dir.

Tablo 6. Görme Engelli Sporcuların Ailelerinin Tutum ve Davranış Durumuna Göre Dağılımı

Aile Tutum ve Davranış	f	%
Demokratik	89	26,2
Koruyucu	94	27,6
Otoriter	96	28,2
İlgisiz	61	17,9
Toplam	340	100,0

Tablodan anlaşıldığı gibi araştırmaya katılan görme engelli sporcuların ailelerinin tutum ve davranış durumuna göre demokratik davrananların sayısı 89 (%26,2), ailelerin koruyucu davrananların sayısı 94 (%27,6), aileleri otoriter davrananların sayısı 96 (%28,2), aileleri ilgisiz davrananların sayısı 61 (%17,9)'dır.

Tablo 7. Görme Engelli Sporcuların Annenin Eğitim Durumuna Göre Dağılımı

Anne Eğitim	f	%
Okuryazar değil	110	32,4
İlköğretim	157	46,2
Lise	66	18,8
Lisan	7	2,6
Toplam	340	100,0

Tablodan anlaşıldığı gibi araştırmaya katılan görme engelli sporcuların annenin eğitim durumuna göre okuryazar olmayanların sayısı 110 (%32,4), ilköğretim mezunu olanların sayısı 157 (%46,2), lise mezunu olanların sayısı 66 (%18,8), lisan mezunu olanların sayısı 7 (%2,6)'dir.

Tablo 8. Görme Engelli Sporcuların Babanın Eğitim Durumuna Göre Dağılımı

Baba Eğitim	f	%
Okuryazar değil	24	7,1
İlköğretim	136	40,0
Lise	133	39,1
Lisan	36	10,6
Lisans üstü	11	3,2
Toplam	340	100,0

Tablodan anlaşıldığı gibi araştırmaya katılan görme engelli sporcuların babanın eğitim durumuna göre okuryazar olmayanların sayısı 24 (%7,1), ilköğretim mezunu olanların sayısı 136 (%40,0), lise mezunu olanların sayısı 133 (%39,1), lisan mezunu olanların sayısı 36 (%10,6), lisan üstü mezun olanların sayısı 11 (%3,2)'dir.

Tablo 9. Görme Engelli Sporcuların Ailede Spor Yapanların Durumuna Göre Dağılımı

Ailede Spor Yapan	f	%
Evet	138	40,6
Hayır	202	59,4
Toplam	340	100,0

Tablodan anlaşıldığı gibi araştırmaya katılan görme engelli sporcuların ailede spor yapanların evet diyenlerin sayısı 138 (%40,6), ailede spor yapanların hayır diyenlerin sayısı 202 (%59,4)'dir.

Tablo 10. Görme Engelli Sporcuların Annenin Mesleğinin Durumuna Göre Dağılımı

Anne Meslek	f	%
Çalışmıyor	269	79,1
Memur	39	11,5
İşçi	26	7,6
Emekli	6	1,8
Toplam	340	100,0

Tablodan anlaşıldığı gibi araştırmaya katılan görme engelli sporcuların annenin mesleğinin dağılımına göre çalışmayanların sayısı 269 (%79,1), memur olanların sayısı 39 (%11,5), işçi olanların sayısı 26 (%7,6), emekli olanların sayısı 6 (%1,8)'dir.

Tablo 11. Görme Engelli Sporcuların Babanın Mesleğinin Durumuna Göre Dağılımı

Baba Meslek	f	%
Çalışmıyor	43	12,6
Memur	63	18,5
İşçi	153	46,0
Emekli	81	23,9
Toplam	340	100,0

Tablodan anlaşıldığı gibi araştırmaya katılan görme engelli sporcuların babanın mesleğinin dağılımına göre çalışmayanların sayısı 43 (%12,6), memur olanların sayısı 63 (%18,5), işçi olanların sayısı 153 (%46,0), emekli olanların sayısı 81 (%23,9)'dir.

Tablo 12. Görme Engelli Sporcuların Yaptıkları Spor Branşının Durumuna Göre Dağılımı

Spor Branşı	f	%
Goalball	70	20,6
Atletizm	70	20,6
Judo	70	20,6
Futsal	70	20,6
Spor Branşı Yok	60	17,6
Toplam	340	100,0

Tablodan anlaşıldığı gibi araştırmaya katılan görme engelli sporcuların yaptıkları spor branşına göre goalball spor branşı yapanların sayısı 70 (%20,6), atletizm spor branşı yapanların sayısı 70 (%20,6), judo spor branşı yapanların sayısı 70 (%20,6), futsal spor branşı yapanların sayısı 70 (%20,6), spor branşı olmayanların sayısı 60 (%17,6)'dır.

Tablo 13. Görme Engelli Sporcuların Görme Derecelerinin Durumuna Göre Dağılımı

Görme Derecesi	f	%
B1	143	42,1
B2	111	32,6
B3	86	25,3
Toplam	340	100,0

Tablodan anlaşıldığı gibi araştırmaya katılan görme engelli sporcuların görme derecelerinin dağılımına göre B1 olanların sayısı 143 (%42,1), B2 olanların sayısı 111 (%32,6), B3 olanların sayısı 86 (%25,3)'dır.

5.2. Görme Engelli Sporcular İle Spor Yapmayan Görme Engelli Bireylerin Yalnızlık Düzeylerine İlişkin Bulgular

Görme Engelli Sporcular ile spor yapmayan görme engelli bireylerin yalnızlık düzeylerine ilişkin bulgular ve istatistiksel analiz sonuçları aşağıdaki tablolarda verilmiştir.

Tablo 14. Görme Engelli Sporcuların Yaptıkları Spor Branşına Göre Yalnızlık Puanlarının Dağılımı (n=340)

Değişkenler	n	%	Ucla Yalnızlık Puanı Ort±ss
Spor Branşları			
Goalball	70	20.6	56.07±8.33
Judo	70	20.6	50.35±5.45
Atletizm	70	20.6	52.85±6.43
Futsal	70	20.6	50.58±4.43
Spor Yapmayanlar	60	17.6	54.86±5.46
Spor Yapma Durumu			
Spor Yapanlar	280	82.4	52.46±6.70
Spor Yapmayanlar	60	17.6	54.86±5.46

Tabloya göre, görme engelli sporculardan goalball sporu yapanların yalnızlık puanları, judo, atletizm ve futsal spor branşı yapanların yalnızlık puanlarından yüksek bulunmuştur. Ayrıca, spor yapmayan görme engellilerin, spor yapan görme engellilere göre daha yüksek yalnızlık puanına sahip oldukları görülmektedir.

Tablo 15. Görme Engelli Sporcuların Yaşların Dağılımının Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu

Yaş	N	Sıra Ortalaması	Sd	X ²	p	Anlamlı Farklılık
15-19 (1)	108	177,51				
20-25 (2)	129	164,16	2	1,108	0,575	Yok
25 ve üstü (3)	103	171,08				

Yapılan istatistiksel analiz sonuçlarına göre araştırmaya katılan görme engelli sporcuların yalnızlık ölçek puanları ile yaş arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ([(X² (2)= 1,108; p>0,05].

Tablo 16. Görme Engelli Sporcuların Boyların Dağılımının Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu

Boy	N	Sıra Ortalaması	Sd	X ²	p	Anlamlı Farklılık
150-164 boy (1)	48	175,77				
165-179 boy (2)	199	168,99	2	0,190	0,909	Yok
180 ve üstü boy (3)	103	171,00				

Yapılan istatistiksel analiz sonuçlarına göre araştırmaya katılan görme engelli sporcuların yalnızlık ölçek puanları ile boy arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ([(X² (2)= 0,909; p>0,05].

Tablo 17. Görme Engelli Sporcuların Beden Kitle Endeksinin Dağılımının Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu

BKE	N	Sıra Ortalaması	Sd	X²	p	Anlamlı Farklılık
Zayıf (1)	4	144,88				
Normal (2)	228	165,34	2	2,508	0,285	yok
Şişman (3)	108	182,34				

Yapılan istatistiksel analiz sonuçlarına göre araştırmaya katılan görme engelli sporcuların yalnızlık ölçek puanları ile beden kitle endeksleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ([(X² (2)= 0,178; p>0,05).

Tablo 18. Görme Engelli Sporcuların Ailede Başka Görme Engelli Durumunun Yalnızlık Puanlarına İlişkin Many Whitney U Test Sonucu

Grup	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P
Evet	142	180,85	25680,0	12589,000	0.98
Hayır	198	163.08	32290,0		

Tablo’da görüldüğü üzere, yalnızlığa ilişkin ailede başka engelli durumuna ilişkin görme engelli sporcuların, toplam puanlar üzerinden hesaplanan ortalamalarına göre, anlamlı bir fark bulanamamıştır (U= 12589,000; p>0,05).

Tablo 19. Görme Engelli Sporcuların Ailelerinin Aylık Durumunun Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu

Aile Gelir	N	Sıra Ortalaması	Sd	X ²	p	Anlamlı Farklılık
Düşük (1)	110	179,93				
Orta (2)	178	172,00	2	4,511	0,105	yok
Yüksek (3)	52	145,42				

Yapılan istatistiksel analiz sonuçlarına göre araştırmaya katılan görme engelli sporcuların, yalnızlık ölçek puanları ile ailenin gelir durumu arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. ($[X^2 (2) = 0,105; p > 0,05]$).

Tablo 20. Görme Engelli Sporcuların Spor Yapma Yılına Dağılımının Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu

Spor Yapma Yılı	N	Sıra Ortalaması	Sd	X ²	p	Anlamlı Farklılık
1-4 yıl arası spor yapan (1)	197	170,08				
5-9 yıl arası spor yapan (2)	75	131,17	3	26,925	0,000	1-4, 2-4, 1-2
10 yıl - üzeri spor yapan (3)	8	192,38				
Spor yapmayan (4)	60	218,125				

Yapılan istatistiksel analiz sonuçlarına göre, araştırmaya katılan görme engelli sporcuların, yalnızlık ölçek puanları ile spor yapma yılı arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. ($[X^2 (3) = 26,925; p < 0,05]$). Farklılığı belirlemek amacıyla ikili gruplar arasında yapılan Mann Whitney U Testi uygulanmıştır. Test sonuçlarının sıra

ortalamlarına bakıldığında 1-4 yıl spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında; 5-9 yıl spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında; 1-4 yıl spor yapanlar ile 5-9 yıl spor yapanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür.

Tablo 21. Görme Engelli Sporcuların Kendilerini Tanımlama Durumunun Yalnızlık Puanlarına İlişkin Many Whitney U Test Sonucu

Grup	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P
İçe dönük	165	165,17	27253,5	13558,500	0.328
Dışa Dönük	175	175,52	30716,5		

Tablo’da görüldüğü üzere, yalnızlığa ilişkin kendileri tanımlama durumuna ilişkin görme engelli sporcuların, toplam puanlar üzerinden hesaplanan ortalamlarına göre, anlamlı bir fark bulanamamıştır. (U= 13558,500; p>0,05).

Tablo 22. Görme Engelli Sporcuların Ailelerinin Tutum ve Davranış Durumunun Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu

Aile Tutum	N	Sıra Ortalaması	Sd	X ²	p	Anlamlı Farklılık
Demokratik (1)	89	143,29	3	11,972	0,000	1-4, 1-3
Koruyucu (2)	94	180,85				
Otoriter (3)	96	152,19				
İlgisiz (4)	61	150,12				

Yapılan istatistiksel analiz sonuçlarına göre, araştırmaya katılan görme engelli sporcuların, yalnızlık ölçek puanları ile ailelerinin tutumuna ilişkin puan

ortalamlarına göre anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. [$X^2 (3)= 11,972$; $p<0,05$]. Farklılığı belirlemek amacıyla ikili gruplar arasında yapılan Mann Whitney U Testi uygulanmıştır. Test sonuçlarının sıra ortalamalarına bakıldığında demokratik aile tutumuna sahip ailelerin puan ortalamaları ile ilgisiz aile tutumu arasında; demokratik aile tutumuna sahip ailelerin puan ortalamaları ile otoriter aile tutumu arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür.

Tablo 23. Görme Engelli Sporcuların Annenin Eğitim Durumunun Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu

Anne Eğitim	N	Sıra Ortalaması	Sd	X^2	p	Anlamlı Farklılık
Okur yazar değil (1)	110	151,85				
İlköğretim (2)	157	203,84	3	41,220	0,000	1-2, 2-3, 2-4
Lise (3)	66	120,51				
Lisan (4)	7	124,64				

Yapılan istatistiksel analiz sonuçlarına göre, araştırmaya katılan görme engelli sporcuların, yalnızlık ölçek puanları ile annenin eğitim durumuna ilişkin puan ortalamalarına göre anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. [$X^2 (3)=41,220$; $p<0,05$]. Farklılığı belirlemek amacıyla ikili gruplar arasında yapılan Mann Whitney U Testi uygulanmıştır. Test sonuçlarının sıra ortalamalarına bakıldığında anne eğitim durumu ilköğretim mezunu olan görme engelli sporculara ait yalnızlık tutum puan ortalamaları ile okuryazar olmayan, lise ve lisans mezunu anne eğitim durumu arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür.

Tablo 24. Görme Engelli Sporcuların Babanın Eğitim Durumunun Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu

Baba Eğitim	N	Sıra Ortalaması	Sd	X ²	p	Anlamlı Farklılık
Okur yazar değil (1)	24	200,81				
İlköğretim (2)	136	176,56				
Lise (3)	133	173,84	3	17,027	0,000	1-4, 3-4
Lisan (4)	36	110,26				
Lisan üstü (5)	11	186,18				

Yapılan istatistiksel analiz sonuçlarına göre, araştırmaya katılan görme engelli sporcuların, yalnızlık ölçek puanları ile babanın eğitim durumuna ilişkin puan ortalamalarına göre anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. $[(X^2 (3)=; 17,027p<0,05)]$. Farklılığı belirlemek amacıyla ikili gruplar arasında yapılan Mann Whitney U Testi uygulanmıştır. Test sonuçlarının sıra ortalamalarına bakıldığında baba eğitim durumu okur yazar olmayan görme engelli sporcuların, lisans mezunu olan görme engelli sporculara ait yalnızlık tutum puan ortalamaları ile baba eğitim durumu lise mezunu olan görme engelli sporcuların, baba eğitim durumu lisans mezunu olanların yalnızlık tutum puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür.

Tablo 25. Görme Engelli Sporcuların Annenin Meslek Dağılımının Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu

Anne Meslek	N	Sıra Ortalaması	Sd	X ²	p	Anlamlı Farklılık
Çalışmıyor (1)	269	171,17				
Memur (2)	39	123,03	3	21,141	0,000	1-2, 1-3, 2-3
İşçi (3)	26	236,33				
Emekli (4)	6	163,67				

Yapılan istatistiksel analiz sonuçlarına göre, araştırmaya katılan görme engelli sporcuların, yalnızlık ölçek puanları ile annenin meslek durumuna ilişkin puan ortalamalarına göre anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. [(X² (3)=; 21,141p>0,05]. Farklılığı belirlemek amacıyla ikili gruplar arasında yapılan Mann Whitney U Testi uygulanmıştır. Test sonuçların sıra ortalamalarına bakıldığında anne meslek durumu çalışmayan görme engelli sporcuların, anne meslek durumu memur ve işçi olan görme engelli sporculara ait yalnızlık tutum puan ortalamaları ile anne eğitim durumu memur olan görme engelli sporcuların, anne meslek durumu işçi olanların yalnızlık tutum puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür.

Tablo 26. Görme Engelli Sporcuların Babanın Meslek Dağılımının Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu

Baba Meslek	N	Sıra Ortalaması	Sd	X ²	p	Anlamlı Farklılık
Çalışmıyor (1)	43	177,88				
Memur (2)	63	166,57	3	3,655	0,301	yoktur.
İşçi (3)	153	178,63				
Emekli (4)	81	154,28				

Yapılan istatistiksel analiz sonuçlarına göre araştırmaya katılan görme engelli sporcuların, yalnızlık ölçek puanları ile baba meslek durumu arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. ([(X² (3)= 0,301; p<0,05)]).

Tablo 27. Görme Engelli Sporcuların Ailede Spor Yapanların Dağılımının Yalnızlık Puanlarına İlişkin Many Whitney U Test Sonucu

Grup	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P
Evet	138	183,61	25338,0		
Hayır	202	161,54	32632,0	12129,000	0.40

Tablo’da görüldüğü üzere, yalnızlığa ilişkin ailede başka spor yapan durumuna ilişkin görme engelli sporcuların, toplam puanlar üzerinden hesaplanan ortalamalarına göre, anlamlı bir fark bulanamamıştır (U= 12129,000; p>0,05).

Tablo 28. Görme Engelli Sporcuların Yaptıkları Spor Branşının Dağılımının Yalnızlık Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonucu

Spor Branşı	N	Sıra Ortalaması	Sd	X ²	p	Anlamlı Farklılık
Goalball (1)	70	212,97				
Atletizm (2)	70	168,87				
Judo (3)	70	128,82	3	52,185	0,000	1-4, 1-3, 1-2, 2-5, 3-5, 4-5
Futsal(4)	70	130,51				
Spor Branşı Yok (5)	60	218,13				

Yapılan istatistiksel analiz sonuçlarına göre, araştırmaya katılan görme engelli sporcuların, yalnızlık ölçek puanları ile yaptıkları spor branşına ilişkin puan ortalamalarına göre anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. [X^2 (3)=; 33,046 $p<0,05$]. Farklılığı belirlemek amacıyla ikili gruplar arasında yapılan Mann Whitney U Testi uygulanmıştır. Test sonuçlarının sıra ortalamalarına bakıldığında yaptıkları spor branşına göre görme engelli sporcuların, Goalball sporu yapan görme engelli sporculara ait yalnızlık tutum puan ortalamaları ile atletizm, judo, futsal sporunu yapan görme engelli sporcuların, yalnızlık tutum puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Ayrıca spor yapan görme engelli sporculara ait yalnızlık tutum puanları ile spor yapmayan görme engellilerin yalnızlık tutum puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür.

Tablo 29. Görme Engelli Sporcuların Görme Derecelerinin Dağılımının Yalnızlık Puanlarına İlişkin B Kruskal Wallis H Testi Sonucu

Görme Derecesi	N	Sıra Ortalaması	Sd	X ²	p	Anlamlı Farklılık
B1 (1)	143	160,86				
B2 (2)	111	168,31	2	4,675	,097	Yok
B3 (3)	86	189,37				

Yapılan istatistiksel analiz sonuçlarına göre araştırmaya katılan görme engelli sporcuların, yalnızlık ölçek puanları ile görme dereceleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. ($[X^2(2) = 4,675; p > 0,05]$).

6. TARTIşMA VE SONUÇ

Bu araştırmada elde edilen bulgulara göre, araştırmaya katılan görme engelli sporcuların, yalnızlık ölçek puanları ile spor yapma yılı arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştır. Araştırmanın bulgusu 1-4 yıl spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında; 5-9 yıl spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında; 1-4 yıl spor yapanlar ile 5-9 yıl spor yapanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Tabloya göre spor yapmayanlar, spor yapanlara göre kendilerini daha yalnız hissetmektedirler. Spor yapma yılına göre 5-9 yıl arası spor yapanların yalnızlık leği puan ortalamasının düşük olduğu, kendilerini yalnız hissetmedikleri sonucu çıkarılmaktadır. 10 yıl ve üzeri spor yapan görme engelli sporcuların yalnızlık leği puan ortalamasının yüksek olması ise bu sporcuların uzun dönem spor yapmasından dolayı bıkkınlık yaşadıkları ile ilişkilin olabilir. Ayrıca spor yapmayan görme engellilerin spor yapan görme engellilere göre kendilerini daha fazla yalnız hissettikleri sonucu çıkarılmaktadır. Spor yapma yılına göre spor 1-4 ve 5-9 yıl arası spor yapan görme engelli sporcuların 10 ve üzeri spor yapanlara ve hiç spor yapmayan görme engellilere göre kendilerini daha az yalnız hissettikleri istatistiksel olarak bir anlam ifade etmektedir ($P<0.05$).

Kielhofner ve Miyake (1981) yaptıkları araştırmada, zihinsel engelli bireylere çeşitli oyunlar oynatarak yaşam mücadeleleri için gösterdikleri davranışları incelemiş; oyunlarla motor davranışlarında, bilinçsel yeteneklerinde, dikkat, kendine güven ve sosyal ilişkilerinde anlamlı bir artış tespit etmişlerdir. Aktif olarak spor yapan zihinsel engelli bireyler ile spor yapmayan akranlarının, sosyalleşme ve aile içi davranış özelliklerini değerlendirmiş ve spor yapanların, yapmayanlara oranla daha fazla sosyal davranış özelliği gösterdiğini belirtmiştir. Bu nedenle, engelli bireylerin

topluma olan uyumlarını sağlamak, bu süreci hızlandırmak, sosyalleşmelerine katkıda bulunmak için beden eğitimi ve spor aktiviteleri bir araç olarak ele alınmalı, beden eğitimi ve spor aktivite sayıları artırılmalıdır (67).

Page ve arkd. (1994) yaptıkları çalışmada çeşitli seviyelerde fiziksel enerjiyi kullanan gençlerde görülen psiko-sosyal rahatsızlık ve egzersiz sıklığı ölçütlerine bakılmış ve sonuçta, sıklıkla egzersiz yapmayan gençlerin, sıklıkla egzersiz yapan gençlere oranla daha çok yalnızlık, utangaçlık ve ümitsizlik özellikleri taşımakta olduklarını ortaya koymuşlardır (65).

Yıldırım (2010) yaptığı çalışmada sporcu katılımcıların yalnızlık düzeyleri ile spor yapmaları arasında anlamlı bir ilişki bulamamıştır (67).

Yazıcılar (2004) yaptığı çalışmada spor yapıp- spor yapmama ile yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Araştırmada spor yapmayanları, köy ve kasaba'da yaşayan gençlerden daha yüksek bulunmuştur (65).

Sporla uğraşmanın yalnızlık ve umutsuzluk düzeylerine olumlu etkisi belirgin olarak saptanamamışsa da, sporun kişilerarası ilişkileri geliştirdiği bilinmektedir. Spor eğitimi, gerek bireysel, toplumsal uyumu kolaylaştırması ve gerekse kişilerarası ilişkileri geliştirmesi açısından etkili bir eğitim aracıdır. Spor eğitiminin bu ilişkileri bir düzen ve anlaşılır biçimde geliştirdiği ve yönlendirdiği yapılan çalışmalarla da desteklenmektedir (68).

Spor yapmanın veya sportif aktiviteye katılmanın görme engellilerin yalnızlık düzeyleri üzerinde önemli ölçüde etkisi olduğunu düşünmekteyiz.

Bu araştırmada elde edilen bulgulara göre, araştırmaya katılan görme engelli sporcuların, yalnızlık ölçek puanları ile ailelerinin tutumuna ilişkin, Demokratik tutuma sahip ailelerin puan ortalamaları ile ilgisiz aile tutumu arasında; demokratik

tutuma sahip ailelerin puan ortalamaları ile otoriter aile tutumu arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Tabloya göre demokratik aile tutumu olan görme engelli sporcular kendilerini yalnız hissetmedikleri sonucu çıkarılmaktadır.

Çeçen (2008) yaptığı çalışmada algılanmış ebeveyn tutumlarına göre ise yalnızlık ve algılanmış sosyal destek düzeylerinin farklılaştığını bulmuştur. Yapılan ikili karşılaştırmalarda ebeveynlerini demokratik algılayan öğrencilerin yalnızlık puanlarının anlamlı bir şekilde diğer ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilerin (ilgisiz, otoriter, koruyucu) yalnızlık puanlarından düşük olduğunu bulmuştur (69).

Ailelerini demokratik algılayan görme engellilerin aile içerisinde yetiştirilirken kendilerini, duygularını ve düşüncelerini daha iyi ifade etme şansına sahip olmakta insanlara karşı güven ilişkisi geliştirmekte ve sosyal bir çevre içerisinde daha kolay ve sağlıklı bir arkadaş ilişkisi geliştirebilmektedirler, buda onların kendilerini daha az yalnız hissetmelerini sağlamaktadır.

Bullock (1993) sıcak ve sevecen ailelere sahip olup, aileleri tarafından desteklenen çocuklarda yalnızlık düzeyinin düşük olduğunu belirtmektedir (69).

Johnson (2001) yaptığı çalışmada aile içi çatışmalar yaşayanların yalnızlık duygularının arttığı (70), Demir (1990) yaptığı çalışmada anne ve baba arasındaki ilişkiden memnun olmayan üniversite öğrencilerin memnun olanlardan daha fazla yalnızlık ortalamasına sahip oldukları (62), yönündeki bulgularıyla, bu araştırmanın bulgularının benzerlik gösterdiği gözlenmiştir.

Arkar ve ark (2004) üniversite öğrencilerinde ASDÖ toplam puanının 62.96 ± 13.5 , yalnızlık puan ortalamasının 36.16 ± 10.0 olduğunu, öğrencilerin ailelerinden algılanan sosyal desteğin arkadaş ve özel insan desteği ortalamasından yüksek olduğunu bildirmişlerdir (71,1). Yapılan diğer bir çalışmada (71,1) ise aile

ilişkilerinin ve sosyal ilişkilerin ergenin yalnızlık düzeyinde etkili olduğu yönündeki bulgularıyla, bu araştırmanın bulgularının benzerlik gösterdiği gözlenmiştir.

Tablodaki bulgulara dayanarak ebeveyn görme engelli birey ilişkisindeki niteliğin yalnızlık üzerinde etkili olduğu söylenebilir.

Bu araştırmada elde edilen bulgulara göre, araştırmaya katılan görme engelli sporcuların, yalnızlık ölçek puanları ile annenin eğitim durumuna ilişkin puan ortalamalarına göre anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Anne eğitim durumu ilköğretim mezunu olan görme engelli sporculara ait yalnızlık tutum puan ortalamaları ile okuryazar olmayan, lise ve lisans mezunu anne eğitim durumu arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Tabloya göre anne eğitim durumu İlköğretim mezunu olan görme engelli sporcular kendilerini daha yalnız hissettikleri sonucu çıkarılmıştır.

Annelerin büyük oranda ilkokul eğitim düzeyine sahip olduğu bulunmuştur. Annelerin eğitim düzeylerinin yüksekliği, çocuğa uygun yaklaşımları geliştirmesi açısından olumlu bir etmendir (11).

Kılınç (2005) çalışmasında, literatürde annenin eğitim düzeyi yükseldikçe yalnızlık düzeyinin daha düşük olduğunu bildirmiştir (71).

Kozaklı (2006) araştırmasında annenin eğitim düzeyi yükseldikçe çocuklarındaki yalnızlık düzeyinin daha düşük olduğunu bildirmiştir (55).

Öztürk (2006) yaptığı çalışmada Öğrencilerde yalnızlık ve sosyal destek ile bunlara etki eden faktörlerin incelenmesi çalışmasında anne eğitim düzeyi yükseldikçe öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin daha düşük olduğunu bildirmiştir (5).

Tablodaki bulgulara göre annenin eğitim düzeyi yükseldikçe görme engelli çocuklarına olumlu davranış modelleri geliştirmede kolaylık sağladığı söylenebilir.

Bu da görme engellilerin olumlu davranış modelleri uygulandığından dolayı görme engellilerin kendilerini daha az yalnızlık hissettikleri sonucu çıkarılabilir.

Bu araştırmada elde edilen bulgulara göre, katılan görme engelli sporcuların, yalnızlık ölçek puanları ile babanın eğitim durumuna ilişkin puan ortalamalarına göre anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Baba eğitim durumu okur yazar olmayan görme engelli sporcuların, lisans mezunu olan görme engelli sporculara ait yalnızlık tutum puan ortalamaları ile baba eğitim durumu lise mezunu olan görme engelli sporcuların, baba eğitim durumu lisans mezunu olanların yalnızlık tutum puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Bulgulara göre baba eğitim durumu okuryazar olmayan görme engelli sporcular kendilerini daha yalnız hissettikleri sonucu çıkarılmıştır.

Babanın “eğitim düzeyi, ailenin ekonomik durumu, ailenin statüsü gibi etmenler, ergenin her türlü gelişiminde etkili olabileceği” gibi yalnızlığı etkilediği düşünülmektedir (35).

Kılınç (2005) çalışmasında, babanın eğitim düzeyinin yalnızlığı etkilemediğini bildirmiştir (71).

Öztürk (2006) yaptığı çalışmada öğrencilerde yalnızlık ve sosyal destek ile bunlara etki eden faktörlerin incelenmesi çalışmasında baba eğitim düzeyi yükseldikçe öğrencilerin yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığını bulmuştur (5).

Tabladaki bulgulara göre, babadaki eğitim düzeyi yükseldikçe görme engelli çocuklarına olumlu davranış modelleri uygulandığından dolayı kendilerini daha az yalnızlık hissettikleri sonucu çıkarılabilir.

Bu araştırmada elde edilen bulgulara göre, araştırmaya katılan görme engelli sporcuların, yalnızlık ölçek ortalamaları ile annenin meslek durumuna ilişkin puan ortalamalarına göre anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Anne meslek durumu çalışmayan görme engelli sporcuların, anne meslek durumu memur ve işçi olan görme engelli sporculara ait yalnızlık tutum puan ortalamaları ile anne eēitim durumu memur olan görme engelli sporcuların, anne meslek durumu işçi olanların yalnızlık tutum puanları arasında anlamlı bir farklılık olduēu görülmüştür. Anneleri  alışan görme engelli sporcuların anneleri çalışmayan görme engelli sporculara göre kendilerini daha fazla yalnız hissettikleri sonucu görülmektedir.

“ alışıyor olması ona insan ilişkilerinde daha fazla deneyim saēlayabilir ancak  ocuēuna yeterince zaman ayıramaması” görme engelli çocukta yalnızlık duygusunun olumsuz yönde etkilediēi düşünülmektedir (11).

Camilla (1991) yaptıēı bir çalışmada  ērencilerin ailelerinin sosyo-ekonomik durumlarının, yalnızlık ve depresyon düzeyleri ile ilişkilerini araştırmıştır. Çalışmanın sonucunda ailenin ekonomik zorluēunun; hem kız hem de erkek  ērencilerde yalnızlık duygularını ve depresyon düzeylerini etkilediēi belirlenmiştir (72).

Ersanlı’ya (1996) göre aile bireylerinin iş durumları, aile içi ve dışı sosyal ilişkiler sistemi içindeki konumları, ergenin yalnızlıēını ve benliēini etkilemektedir (73).

 alışan annelerin görme engelli çocuklarına yeterince zaman ayıramaması yalnızlık duygusunun olumsuz yönde gelişmesine sebep olduēu düşünülmektedir.

Bu araştırmada elde edilen bulgulara göre, araştırmaya katılan görme engelli sporcuların, yalnızlık ölçek puanları ile yaptıkları spor branşına ilişkin puan

ortalamalarına göre anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Yaptıkları spor branşına göre görme engelli sporcuların, Goalball sporu yapan görme engelli sporculara ait yalnızlık tutum puan ortalamaları ile atletizm, judo, futsal sporunu yapan görme engelli sporcuların, yalnızlık tutum puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Ayrıca spor yapan görme engelli sporculara ait yalnızlık tutum puanları ile, spor yapmayan görme engellilerin yalnızlık tutum puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Bulgulara göre Goalball sporu yapan görme engelli sporcular kendilerini daha yalnız hissettikleri sonucu çıkarıldığı düşünülmektedir. Ayrıca spor yapan görme engellilerin, spor yapmayan görme engellilere göre kendilerini daha az yalnız hissettikleri sonucu çıkarılabilir.

Takım sporu yapanlarda bireysel spor yapanlara göre insanlara güvenme fazla, kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme azdır; bu sonuç takım sporlarının "biz" duygusunu vermesi ve ilişkilerin daha çok olmasıyla açıklanabilir.

Aktop (2002) çalışmasında, takım sporu ve bireysel spor yapanların yalnızlık ve benlik saygısı puanları arasında anlamlı fark bulamamıştır (73).

Tutku E. (2010) yaptığı araştırmada takım sporu ile bireysel spor yapanların yalnızlık puanları arasında anlamlı bir fark bulmuştur (72).

Kişilik özellikleri ve spor branşları ile ilgili yapılan araştırmalar, bireysel spor yapanların takım sporu yapanlara göre daha içe dönük, kapalı, aitlik duygusunun ön planda olduğunu, kendini kanıtlama ve bunu tek başına yaptığını ispatlamanın vermiş olduğu hazzı ön planda olduğunu göstermektedir (65,74).

Ayrıca Kuru (2000) yaptığı araştırmada takım sporlarında yer alan sporcuların daha dışa dönük, daha sosyal, daha aktif, daha girişken, sosyal açıdan daha uyumlu olduklarını göstermektedir (65).

Yazıcılar (2004) yılında yaptığı çalışmada takım sporu ve bireysel spor yapanlar ile farklı dallarda spor yapanların yalnızlık puanları arasında anlamlı fark bulamamıştır (65).

Yapılan bu çalışmada takım sporları içinde B1-B2-3 futsal oynayan görme engellilerin goalball takım oyunu oynayan görme engellilere göre kendilerini daha az yalnız hissettikleri, bununla futsaldaki yardımlaşma oyun anlayışının ve ekip ruhuna dayalı olduğu sonucu çıkarılabilir. Bireysel spor içerisinde ise atletizm sporu yapan görme engellilerin judo yapan görme engellilere göre kendilerini daha yalnız hissettikleri, bunun nedeninde karşısında bir rakip olmaması ve iletişim becerisinin kullanamamasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Sonuç olarak farklı branşlarda spor yapan görme engellilerin yalnızlık düzeyleri karşılaştırılmış olup, görme engelli sporcuların yaptıkları spor branşına göre yalnızlık puanları arasında anlamlı bir fark görülmüştür. Ayrıca spor takımlarına katılan görme engelli bireylerin spor yapmayan görme engelli bireylere göre yalnızlık puanları arasında anlamlı bir fark görülmüştür.

Bu çalışma görme engelli bireylerin yalnızlık etkenlerinin değerlendirilmesinde literatüre katkı sağlayacaktır.

Spor yapmanın veya sportif aktiviteye katılmanın görme engellilerin yalnızlık düzeylerini azalttığı belirlendiğinden, görme engellilerin sportif aktivitelerin içinde daha fazla yer almaları sağlanmalıdır.

Takım sporu yapanların, bireysel spor yapanlara göre sosyalleşme özelliklerinin daha fazla olduğu belirtilmektedir. Bu nedenden dolayı engelli spor kulüplerin spor branşı seçiminde takım sporlarına daha fazla yer vermelidirler.

Görme engellilerin bağımsız hareket beceri eğitimleri kazanabilmeleri için beden eğitimi ve spor aktivite sayıları artırılmalıdır.

Antrenörlerin görme engelli sporculara, spor branşlarının eğitiminde yeterli materyal bulunmadığı belirtilmektedir. Antrenörler tarafından görme engelli sporculara, spor branşlarının doğru bir şekilde öğretilmesi için materyal eksikliklerinin giderilmesi gerekmektedir.

Görme engelli çocuğa sahip ailelerinin çocuklarına doğru davranış modelleri geliştirebilmeleri için ailelere, uzman aile eğitimleri tarafından eğitimler verilerek engelli çocuklarına doğru davranış modelleri uygulamaları sağlanmalıdır.

Bununla birlikte görme engellilerin yalnızlık durumlarını etkileyen nedenlerin incelenmesini gerektiren farklı bilimsel çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

7. KAYNAKLAR

- 1- Arkar H., Sarı Ö., Fidaner H. (2004). "Relationships between quality of life, perceived social support, social network and loneliness in a Turkish sample" Yeni Symposium 42(1):20-27.
- 2- Buluş M. (1997). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fak. Derg 3:82-90.
- 3- Demir A. (1989). UCLA yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenirliği. Psikoloji Dergisi, 7(23),14-28.
- 4- Ölmez E. (2010). Görme Engelli Bireylerin Sosyalleşme Sürecine Sporun Etkisi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- 5- Öztürk H., Nazik S. F., Yaman S. Ç. (2006). Öğrencilerde Yalnızlık ve Sosyal Destekle Bunlara Etki Eden Faktörlerin İncelenmesi. Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi Cilt: 16, Sayı: 1 Sayfa: 383-394.
- 6- Sarı E. (2007). Selçuk Üniversitesinde Öğrenim Gören Bedensel. Engelli ve Görme Engelli Öğrencilerin. Karşılaştıkları Sorunlar ve Çözümüne Yönelik. Çağdaş Öneriler, www.sosyalbil.selcuk.edu.tr, 02. 12. 2011
- 7- Russell D. Peplau, L. A. ve Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. Journal of Personality and Social Psychology, (39), 472-480.
- 8- Türk E. (2007). Spor Takımlarına Katılan ve Katılmayan Görme Engelli Öğrencilerin Benlik Saygılarının Değerlendirilmesi Tez Makalesi Çukurova Üniversitesi.
- 9- Enç M. (2005). Görme Özürlüler, Gelişim, Uyum ve Eğitimleri, Ankara, Gündüz Eğitim ve Yayıncılık.
- 10- Richardson S.A., Goodman, N., Hastorf, A. ve Dornbusch, S. (1961). "cultural uniformity in reaction to physical disabilities.", American sociological Review, No:26, ss. 241- 247
- 11- Weiss R.S. (1987). Reflections on the present state of loneliness research. Journal of Social Behavior & Personality[Special Issue: Loneliness: Theory, research, and applications] ;2 (2):1-6.
- 12- Türk Geriatri Dergisi (2005). "İleri Yaş Grubunda Yalnızlık, Depresyon ve Kognitif Fonksiyonların İncelenmesi" makalesi Cilt: 8, Sayı: 2, Sayfa: 93.
- 13- İleri C. (1997). Görme Özürlülerin Hareket Özgürlüğü Eğitimi, Ankara, Türkiye Körler Vakfı Yayınları.
- 14- Özsoy Y., Özyürek, M., Eripek, S. (2002). Özel Eğitime Giriş (12. Baskı), Ankara, Karatepe Yayınları.

- 15- Atama A. (2005). “Erken Bebeklik Döneminde Görme Engelli Çocuğun Gelişimini Etkileyen Etmenler ve Önleme Yolları”, Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Görme Engelliler Ana Bilim Dalı Başkanlığı Ders Notları.
- 16- İskenderov, Genel, Ceran (2007). Görme Engelinin Nedenleri Ve Görme Engellilerin Özellikleri, Görme Engellilerin Eğitimi Şube Müdürlüğü, Ankara.
- 17- Sosyal Hizmetler Uzmanları Derneği (1995). 4. Ulusal Sosyal Hizmetler Konferansı; Sosyal Hizmetlerin Yeri ve Önemi; Ankara; s. 158.
- 18- Anonim. (2011). TC. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı
(<http://www.ozida.gov.tr/guncel/universiteler.htm>2011). Erişim:22.12.2011.
- 19- Karataş K. (2002). Özürlülere Yönelik Ayrımcılık ve Ayrımcılıkla Savaşım, Ufkun Ötesi Bilim Dergisi, Cilt 2 Sayı 1 ss. 1-10.
- 20- Yavuzer H. (2005). Ana-baba ve çocuk. Remzi Kitabevi, 262 s., İstanbul.
- 21- Şahin S. (2000). Engelli çocukları olan annelerin çocuklarına karşı tutumlarının çocuklarının yeterli alanları ve sorun davranışları üzerine etkisinin incelenmesi. Doktora tezi (basılmamış). Hacettepe Üniversitesi, 108 s., Ankara.
- 22- İçli T., Eyüp D., Kasım K. (2001). Önsöz Görme Özürlüler İçin Rehabilitasyon Deneyimleri, Yeni Rehabilitasyon Politikaları ve Meslek Tanımları, Yayına Hazırlayan: Kasım Karataş. Ankara: Körler Federasyonu Yayını No.: 4, ss. 1-3.
- 23- Burcu E. (2002). Üniversite’de Okuyan Özürlü Öğrencilerin Sorunları: Hacettepe-Beytepe Kampusu Öğrencileri Örneği, Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi Cilt 19 Sayı 1/ ss.83-103.
- 24- Burcu E. (2007). Türkiye’de Özürlü Birey Olma Temel Sosyolojik Özellikleri ve Sorunları Üzerine Bir Araştırma, Hacettepe Üniversitesi Yayınları, Ankara.
- 25- Eyllenen Sarı N. (1999). Engelli çocuğu bulunan ana-babalara uygulanan “ana-baba eğitim programı”nın etkilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek lisans tezi (basılmamış). Selçuk Üniversitesi, 68 s., Konya
- 25- Ingstad B., Whytes R. S. (1995). Disability and Culture, University of California Pres.
- 26- Anonim. (2012). Engellilik ve Sosyalleşme
(<http://www.tandfonline.com.tr/doi/abs/10.htm>2012). Erişim:05.01.2012.
- 27- Yalçın B. (2004). Basılı Yayınlarda Özürlülük İmajı: Tutumun Etkileri Hakkında İnceleme Öz-Veri Cilt 1 Sayı 1, ss. 111-128-69.
- 28- Anonim. (2011). Toplumumuzda Engelliye Bakış Açısı
(www.dezavantaj.org/index.php/haberler/9271). Erişim tarihi: 24.11.2011.

- 29- Burcu E. (2006). Özürlülük Kimliği ve Etiketlemenin Kişisel ve Sosyal Söylemleri, Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi Cilt 23 Sayı 2/ss.61-83.
- 30- Çakıl N. (1998). Grupla sosyal beceri eğitiminin üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerine etkisi. Doktora tezi (basılmamış).Hacettepe Üniversitesi, 107 s., Ankara.
- 31- Newman D.M. (1999). What is a family. Sociology of Family. Kowalsk, S. (ed.), PineFarge Press, pp. 4-17, California.
- 32- Lewis CL Fragala-Pinkham (2005). Effects of aerobic conditioning and strength training on a child with Down syndrome: a case study. *Pediatr Phys Ther.*2005 Spring;17(1):30-6.).
- 33- Çakıcı S. (2006). Alt ve üst sosyoekonomik düzeydeki ailelerin aile işlevleri anne-çocuk ilişkileri ve aile işlevlerinin anne-çocuk ilişkilerine göre etkisinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi (basılmamış). Gazi Üniversitesi, 154 s., Ankara.
- 34- Çelik D. (2004). İşitme engelli çocuğa sahip olmanın aile işlevlerine etkisi. Yüksek lisans tezi (basılmamış). Hacettepe Üniversitesi, 53 s., Ankara.
- 35- Gürel Ö. (2007). Görme Engelli Ergenlerle Gören Ergenlerin Benlik Saygısı Gelişimlerinin Karşılaştırılması Yüksek Lisan Tezi Ankara 2007.
- 36- Topses G. (2004). “Gelişim ve Öğrenme” Ed. Ayşegül Ataman, Gündüz Eğitim Yayıncılık.
- 37- Yörükoğlu A. (2000). “Çocuk Ruh Sağlığı” Özgür Yayınları, 24. Basım, İstanbul.
- 38- Akgün E. (2001). Huzurevlerinde yaşayan yaşlı bireylerin algıladıkları yalnızlık duyguları ve yaşam kaliteleri üzerine etkileri. Yüksek lisans tezi (basılmamış). İstanbul Üniversitesi, 61 s., İstanbul.
- 39- Gün F. (2006). Kent kültüründe yalnızlık duygusu. Yüksek lisans tezi (basılmamış). Ankara Üniversitesi, 65 s., Ankara.
- 40- Akkök F. (1989). Özürlü bir çocuğa sahip anne babaların kaygı ve endişe düzeyini ölçme aracının güvenirlik ve geçerlik çalışması. *Psikoloji Dergisi*, 7(25), 14-30.
- 41- Garrison, Karl C. ve Garrison, Jr., Karl C. (1981). “Benlik Gelişimi” özet, çev. Uğur Öner, Ergenlik Psikolojisi (Ed. Bekir Onur) Hacettepe Taş Kitapçılık, 2. Baskı, Ankara.
- 42- Johnson C.L., &Johnson, J.A. 1991, Using Short-term Group Counseling with Visually Impaired Adolescents. *Journal of Visual Impairment&Blindness*,Vol 85(4)166-170
- 43- Fırat S. (2000). Otistik ve zihinsel özürlü çocukların annelerinde, kaygı, depresyon, aleksitimi ve genel psikolojik değerlendirme. Yüksek lisans tezi (basılmamış).Çukurova Üniversitesi, 77 s., Adana.
- 44- Sarıhan C. Ö. (2007) Engelli Çocuğa Sahip Olan ve Olmayan Annelerin Aile İşlevlerini Algılanmaları İle Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi Ankara.

- 45- Kasap H. (1996). Beden Eğitimi ve Sporun Özel Eğitim Yöntemleri, Yayınlanmamış Ders Notları, Marmara Üniversitesi Beden eğitimi ve Spor Yüksekokulu, İstanbul.
- 46- Hahn E.A. & Cella D. (2003). Health outcomes assessment in vulnerable populations: Measurement Challenges and Recommendations Archives Physical Rehabilitation and Medicine, 84 , Suppl2, 35- 42.
- 47-. Anonim. (2011). Hasta Hakları Derneği (<http://www.hastahaklari.net/>İnsan Haklari-342-haberler). Erişim:21.12.2011.
- 48- Torball Oyun Kuralları GESF Teksir yayın. 2002. Ankara.
- 49- Özer S. D. (2001). Engelliler için Beden Eğitimi ve Spor.Nobel Yayın Dağıtım.
- 50- Kalyon T.A. (1997). Özürlülerde Spor Bağırğan Yayınevi Ankara.
- 51- Anonim. (2011). Görme Engelliler Spor Federasyonu (<http://www.gesf.org.tr> 2011.). Erişim: 12.10.2011.
- 52- Anonim. (2011). Türkiye Özürlüler Federasyonu (<http://www.toof.org.tr> 2011). Erişim:14.10.2011.
- 53- Rook, K. (1984). Promoting social bonding: Strategies for helping the lonely and socially isolated. American Psychologist, 39(2), 1389-1407.
- 54- Alkan S. (1996). Hastanede yatan bireylerde yalnızlık. Yüksek lisans tezi (yayınlanmamış). Cumhuriyet Üniversitesi, 104 s., Sivas.
- 55- Kozaklı H. (2006). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkilerin karşılaştırılması. Yüksek lisans tezi (basılmamış). Mersin Üniversitesi, 146 s., Mersin.
- 56- Holmen K., Ericson K., Winbald B. (2000). Social and emotional loneliness among nondemented and demented elderly people. Archives of Gerontology and Geriatrics.;31 (3):177-192.
- 57- Bucholz E.S and Catton R. (1999). “Adolescent’s Perceptions of Aloneness and Loneliness” Adolescence.34 (133):203-214.
- 58- Weinberg RS, Gould D (1995). Foundations of Sport and Exercise Psychology. Human Kinetics, Champaign, U.S.
- 59- Young J.E. (1982). New directions in cognitive therapy. Cognitive Therapy and Loneliness. Bedrosian, R.C. (ed.), The Guilford Press, pp. 139-160, New York.
- 60- Özodaşık M. (1989). Yalnızlığın çeşitli değişkenlerle ilişkisi: Atılganlık, durumluk ve sürekli kaygı, depresyon ve akademik başarı. Yüksek lisans tezi (basılmamış).Selçuk Üniversitesi, 77 s., Konya.

- 61- Bıyık N. (2004). Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Duygularının Kişisel ve Sosyal Özellikleri, Öfke Eğilimi açısından İncelenmesi Yüksek Lisan Tez Makalesi Eskişehir.
- 62- Demir. A. “Üniversite Öğrencilerin Yalnızlık Düzeylerini Etkileyen Bazı Etmenler”. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi SBE. Ankara. 1990.
- 63- Feldman S. Robert. (1998). Social Psychology. Second Edition. Prentice- Hall. International Limited:London.
- 64- Olson D.H. (1993). Empirical approaches to family assessment circumplex model of marital and family systems. Journal of Family Therapy, 22(2), 144-167.
- 65- Yazıcılar İ. (2004). Spor Yapan ve Spor Yapmayan Gençlerin Yalnızlık Düzeylerinin Araştırılması Celal Bayar Üniversitesi Yüksek Lisan Tezi.
- 66- Bacakoğlu H. (2002). “Görmeyen Çocuklarda Benlik Kavramı ve Rasyonel Düşüncenin Gelişiminde Rasyonel Duygusal Eğitimin Etkisi”, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Doktora Tezi, İstanbul.
- 67- Yıldırım Y. (2010). Çokluk F., Yatılı İlköğretim Bölge Okulu 6. 7. ve 8. Sınıf Öğrencilerinin Spor Yapma Durumlarına Göre Yalnızlık ve Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Cilt: VIII, Sayı:3.
- 68- Tiryaki S. (1996). Spor Yapan Bireylerin Saldırganlık Düzeylerinin Belirlenmesi (Takım ve Bireysel Sporlar Açısından Bir İnceleme). Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- 69- Çeçen R.A. (2008). Öğrencilerinin Cinsiyetlerine ve Ana Baba Tutum Algılarına Göre Yalnızlık ve Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi Türk Eğitim Bilimleri Dergisi Yaz, 6(3), 415-431.
- 70- Johnson. II. Durell: Lavoie. Joseph C. And Mahoney. Molly. (2001). “Interparental Conflict and Family Cohesion: Predictors of Loneliness, Social Anxiety. Social Avoidance in Late Adolescence”. Journal of Adolescent Research.16(3): 304-319.
- 71- Yılmaz E. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Destek ve Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi Genel Tıp Dergisi 18 (2): 71-79 s.
- 72- Turan F.A. (2010). Üniversite Öğrencilerinin İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalarını Yordamada Yalnızlık, Benlik Saygısı, Yaş, Cinsiyet ve Romantik İlişki Yaşama Durumunun Rolü Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisan Tezi.
- 73- Aktop A., Erman KA. (2002). Takım ve bireysel sporcuların başarı motivasyonu benlik saygısı ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. 7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya.

- 74- Anonim. (2011). Engelliler ve Spor //www.pozitifengelliler.com./haberler.asp?katID=11). Erişim: 19.12.2011
- 75- Topçu Z., Kabasakal H. (2001). Uyum sorunlu çocukların aile işlevlerini iyileştirmede anne eğitim gruplarının etkisi. Doktora tezi (basılmamış). Dokuz Eylül Üniversitesi, 113s., İzmir.
- 76- Tregaskıs C. (2002). Social Model Theory: The Story So Far... Disability and Society, Vol. 17, No. 4, pp. 457-470.
- 77- Putnam M. Geenen S, Powers L. Health Wellness (2003). People With Disability Discuss Barriers And Facilitators To Well Being. Journal Of Rehabilitation.69:1, 37-45.
- 78- Karin R. Boyd , Dennis W. Hrycaiko (1997). "The effect of a physical activity intervention package on the self-esteem of pre-adolescent and adolescent females.", Vol.12: 245- 265
- 79- Çuhadaroğlu F. (1993). "Adolesanlarda Depresyon ve Anksiyetenin Birlikte Görülmesi, Gözden Geçirilmesi", Türk Psikiyatri Derneği 4:(3).
- 80- Bacakoğlu H. (1996). "Görmeyen Ergenlerde Benlik Kavramının Gelişmesinde Aile Tutumunun Etkisi", İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Bölümü, Yüksek Lisans Tezi.

8. EKLER

EK 1: Anket

Sevgili Görme Engelli Sporcular Türkiye’de görme engellilere yönelik sportif faaliyetler düzenlenmekte ve her yıl binlerce görme engelli bu spor faaliyetlerine katılmaktadır. Bu anketi hazırlamamızdaki amaç; farklı branşlarda spor yapan görme engelli sporcular arasındaki öfke, yalnızlık ve benlik saygıları ilgili durumu ortaya koyabilmektir. Lütfen bu konuda aşağıda hazırlanan soruları size okunurken vereceğiniz objektif ve doğru cevaplar kutulara X işareti konulacak ve araştırmayı olumlu yönde etkileyecektir. Şimdiden teşekkür ederiz

LÜTFEN İSİM YAZMAYINIZ

Yrd. Doç. Dr. Ercan GÜR

Oktay KIZAR

Fırat Üniv. BESYO ÖĞRETİM ÜYESİ

Fırat Üniv. BESYO Yüksek Lisan Öğrencisi

EK 1: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Aşağıda size ve ailenize dair bazı sorular yer almaktadır. Lütfen her soruyu yanıtlayınız.

Araştırmamıza katkınız için teşekkür ederim.

1-Yaşınız :... ☐ 15-19 ☐ 20 -25 ☐ 25-üstü

2-Boyunuz:.....

3- Kilonuz:.....

4-Ailenizde sizden başka engelli var mı? () Evet () Hayır

5-Ailenizin aylık geliri? () Düşük () Orta () Yüksek

6-Spor yapma yılınızı belirtiniz?Yıl

7-Kendinizi nasıl tanımlarsınız? : () içe dönük () Dışa dönük

8- Ailenizin size tutum ve davranış şekli : () Demokratik ()Koruyucu () Otoriter () İlgisiz

9- Annenizin Eğitim durumu

☐ Okuryazar değil ☐ İlköğretim ☐ Lise ☐ Lisans ☐ Lisans Üstü

10- Babanızın Eğitim durumu

☐ Okuryazar değil ☐ İlköğretim ☐ Lise ☐ Lisans ☐ Lisans Üstü

11- Annenizin Mesleği

☐ Çalışmıyor ☐ Memur ☐ İşçi ☐ Emekli

12- Babanızın Mesleği

☐ Çalışmıyor ☐ Memur ☐ İşçi ☐ Emekli

13- Ailede sizden başka spor yapan var mı?

☐ Hayır, Yok ☐ Evet, Var

14- Hangi spor branşını yapıyorsunuz?

() Goalball () Atletizm () Judo () B1 Futsal

15- Görme Dereceniz?

() B1 () B2 () B3

EK 2: UCLA YALNIZLIK ÖLÇEĞİ

Sevgili Katılımcılar;

Aşağıdaki ifadelerden her birinde tanımlanan durumu ne sıklıkta hissettiğinizi her biri için tek bir cevap olmak üzere belirtiniz. Lütfen her soruyu şu anki görüşlerinizi ve yaşam durumunuzu en iyi tanımlayacak şekilde cevaplayınız. Teşekkürler

	Hiç uygun değil	Nadiren Uygun	Bazen Uygun	Sık Sık Uygun
1. Kendimi çevredeki diğer insanlarla uyum içinde hissediyorum				
2. Arkadaşım yok				
3. Başvurabileceğim hiç kimse yok				
4. Kendimi yalnız hissetmiyorum				
5. Kendimi bir arkadaş grubunun bir parçası gibi hissediyorum				
6. Çevremdeki insanlarla birçok ortak yönüm var				
7. Artık hiç kimseyle samimi değilim				
8. İlgilerim ve fikirlerim çevremdekilerce paylaşılmıyor				
9. Dışa dönük bir insanım				
10. Kendimi yakın hissettiğim insanlar var.				
11. Kendimi toplum dışı bırakılmış hissediyorum				
12. Sosyal ilişkilerim yüzeyseldir.				
13. Hiç kimse beni gerçekten iyi tanımıyor				
14. Kendimi diğer insanlardan soyutlanmış hissediyorum				
15. İstedğim zaman arkadaş bulabilirim				
16. Beni gerçekten anlayan insanlar var				
17. Bu kadar dışa itilmiş olmaktan ötürü mutsuzum				
18. Çevremde insanlar var fakat benimle değiller				
19. Konuşabileceğim insanlar var				
20. Derdimi söyleyebileceğim insanlar var				

EK 3: Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu:

BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU

Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans öğrencisi olarak “Farklı Branşlarda Spor Yapan Görme Engelliler arasındaki “ **Farklı Branşlardaki Görme Engelli Sporcuların Yalnızlık Düzeylerinin Karşılaştırılması**” adlı tez çalışmam için kullanacağım Ankette sorulara uygun cevaplar verdikten sonra, görme engelli sporcuların kişilik düzeylerini belirten öfke, yalnızlık ve benlik saygıları ile ilgili bazı ifadeler bulacaksınız. Seçenekler halinde bulunan bu ifadelerden size uygun maddeyi işaretlemeniz gerekmektedir.

Bu araştırma tümüyle akademik amaçlı olup elde edilecek veriler sadece Doktora tezi için kullanılacaktır. Kişisel bilgiler ve araştırma bilgileri üçüncü şahıslara aktarılmayacaktır. Bu çalışmanın akademik geçerliliği ve değerinin içtenlikle vereceğiniz yanıtlarla orantılı ve gönüllülük esasına dayalı olacağını lütfen unutmayınız. Bilgi için Oktay KIZAR 0530.3492457 nolu tlf dan aranabilir.

Bu araştırmaya katılmayı reddedebilirsiniz. Bu araştırmaya katılmak tamamen isteğe bağlıdır.

Katılımcının Beyanı

Projenin yürütülmesi sırasında herhangi bir sebep göstermeden araştırmadan çekilebilirim. (Ancak araştırmacıları zor durumda bırakmamak araştırmadan çekileceğimi önceden bildirmemin uygun olacağının bilincindeyim.)

Araştırma için yapılacak harcamalarla ilgili herhangi bir parasal sorumluluk altına girmiyorum. Bana da bir ödeme yapılmayacaktır.

Bu araştırmaya katılmak zorunda değilim ve katılmayabilirim. Araştırmaya katılmam konusunda zorlayıcı bir davranışla karşılaşmış değilim. Eğer katılmayım reddedersem, bu durumun araştırmacı ile olan ilişkiye herhangi bir zarar getirmeyeceğimi de biliyorum.

Bana yapılan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anlamış bulunmaktayım. Bu koşullarla söz konusu çalışmaya kendi rızamla, hiç bir baskı ve zorlama olmaksızın, gönüllülük içerisinde katılmayı kabul ediyorum.

İmzalı bu form kağıdının bir kopyası bana verilecektir.

Katılımcı

Adı, soyadı:

Adres:

Tel:

İmza:

Görüşme tanığı

Adı, soyadı:

Adres:

Tel:

İmza:

Katılımcı ile görüşen Araştırmacı

Adı soyadı, unvanı:

Adres:

Tel:

İmza:

EK 4:Etik Kurul Kararı

T.C

FIRAT ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

Sayı : B.30.2.FIR.0.05.00.00/39

10.10.2011

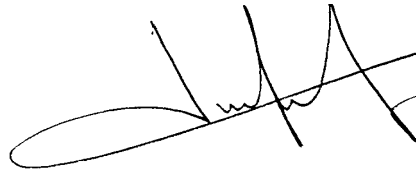
Konu:2011/8 No'lu Etik Kurul Kararı

ETİK KURUL KARARI

Etik Kurul, Rektör Yardımcısı Prof. Dr. Orhan KILIÇ başkanlığında üyeler Prof. Dr. Cemalettin ÇOPUROOLU ve Prof. Dr. Mehmet GÜROL'un iştiraki ile 10.10.2011 tarihinde toplanarak aşağıdaki kararı almıştır.

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Başkanlığı'nın 27.09.2011 tarih ve 453 sayılı yazısı ile istenen ve Anabilim Dalı'nda Yrd. Doç. Dr. Ercan GÜR'ün danışmanlığında yüksek lisans öğrencisi Oktay KIZAR tarafından hazırlanması planlanan "**Farklı Branşlardaki Görme Engelli Sporcuların Yalnızlık Düzeylerinin Karşılaştırılması**" konulu çalışmanın Bilimsel Etik yönünden değerlendirilmesi konusundaki talep incelenmiştir.

Etik Kurul'umuz ilgili çalışmanın yapılmasının bilimsel etik yönünden bir sakıncasının olmadığına ve etik koşulları sağladığına oy birliği ile karar vermiştir.



Prof. Dr. Orhan KILIÇ

Rektör. Yrd.

Etik Kurul Başkanı



Prof. Dr. Cemalettin ÇOĞUROĞLU



Prof. Dr. Mehmet GÜROL
Üye

EK 5: Görme Engelliler Federasyonu Anket İzin Yazısı

**TURKİYE
GÖRME ENGELLİLER SPOR FEDERASYONU BAŞKANLIĞI
TURKISH BLIND SPORTS FEDERATION**

Sayı : GESFED - : 2133

22/07/2011

Konu:

Sayın: Oktay KIZAR

İlgi: 21.06 tarih sayılı yazınız hak.

İlgi tarih ve sayılı yazınız ile FARKLI BARANŞLARDAKİ GÖRME ENGELLİ SPORCULARIN YANLIZLIK DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI" hakkındaki tez konusunda Görme Engelli Sporcular ile Anket yapabilmek için Federasyonumuzdan istemiş olduğunuz izin talep dilekçeniz tarafımızca incelenmiştir.

Söz konusu anket çalışmanızı yapmanız Federasyonumuz tarafından uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.


Abdullah ÇETİN
Federasyon Başkanı

9.ÖZGEÇMİŞ

Elazığ ilinde 1978 tarihinde doğdu. İlk, orta ve lise öğrenimini Elazığ'da tamamladı. 1992-1997 tarihleri arasında amatör olarak futbol sporuyla uğraştı. 1998-1999 yılları arasında Fırat Üniversitesi spor futbol takımında 2. lig ve 3. Lig profesyonel takımında oynadı. 2001 yılında Elazığ Fırat Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulundan mezun oldu. 2001 yılında Elazığ Gençlik ve Spor İl Müdürlüğünde Spor Uzmanı olarak görev yaptı. 2006 yılında Tunceli Gençlik ve Spor İl Müdürlüğünde Gençlik Merkezi Müdürü olarak görev yaptı. Tunceli Valiliği tarafından spora hizmetlerinden dolayı takdir belgesi verildi. 2008-2011 yılları arasında Elazığ'daki Görme Engelliler spor kulüplerinin Goallball ve B1 ve B2-B3Futsal antrenörlüğünü yaptı. 2010 yılında Bingöl Üniversitesi Genç Meslek Yüksekokulunda okutman olarak göreve başladı ve halen bu göreve devam etmektedir.

Yabancı dili İngilizce olup evli ve iki çocuk babasıdır.