

**Ders Dışı Sportif Aktivitelere Katılan ve Katılmayan Özel Gereksinimli  
Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Öz Anlayış ve Benlik Saygısı Düzeylerinin  
İncelenmesi**

Melike ÖĞÜT<sup>1</sup>, Yusuf ATEŞ<sup>1</sup>, Serkan KABAK<sup>2</sup>, Ekrem Levent İLHAN<sup>1</sup>, Okan Burçak ÇELİK<sup>1</sup>

DOI: <https://doi.org/10.38021asbid.1658261>

ORIGINAL ARTICLE

<sup>1</sup>Gazi Üniversitesi, Spor  
Bilimleri Fakültesi,  
Ankara/Türkiye

<sup>2</sup>Trabzon Üniversitesi, Spor  
Bilimleri Fakültesi,  
Trabzon/Türkiye

**Öz**

Bu araştırmada, ders dışı sportif aktivitelere katılan ve katılmayan özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin öz-anlayış ve benlik saygısı düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi ve iki özellik arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Araştırmada nicel araştırma yaklaşımlarından ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın katılımcılarını; özel gereksinimli çocuğu olup, Ankara ilinde ikamet eden ve kolay örnekleme yöntemi ile belirlenen 30'u erkek 69'u ise kadın olmak üzere toplam 99 kişi oluşturmaktadır. Araştırma verileri, Neff (2003) tarafından geliştirilen Öz Anlayış ölçeği ve Rosenberg tarafından geliştirilen Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma sonucunda, çocuklarının ders dışı sportif etkinliklere katılım durumlarına göre, çocuğu ders dışı etkinliklere katılan ebeveynlerin benlik saygısı düzeylerinin anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca katılımcıların yaşlarıyla benlik saygısı ve öz anlayışları arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı ancak benlik saygısı ve öz anlayışları arasında negatif yönde orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkinin olduğu anlaşılmaktadır. Bu bilgiler ışığında katılımcıların benlik saygısı arttıkça öz anlayışlarının azaldığı söylenebilir.

**Anahtar kelimeler:** Öz Anlayış, Benlik Saygısı, Ders Dışı Sportif Aktiviteler.

**Examination of Self-Compassion and Self-Esteem Levels  
in Parents of Children with Special Needs Participating  
and Not Participating in Extracurricular Sports  
Activities**

**Abstract**

This study aims to examine the levels of self-compassion and self-esteem of parents with children with special needs who participate in extracurricular sports activities and those who do not, based on various variables, and to evaluate the relationship between these two characteristics. The study employs a relational survey model, one of the quantitative research approaches. The participants of the study consist of a total of 99 individuals (30 men and 69 women) who have children with special needs, reside in Ankara, and were selected using the convenience sampling method. The research data were collected using the Self-Compassion Scale developed by Neff (2003) and the Rosenberg Self-Esteem Scale developed by Rosenberg. The results of the study indicate that, based on their children's participation in extracurricular sports activities, parents whose children participate in such activities have significantly higher levels of self-esteem. Additionally, no significant relationship was found between participants' age and their self-esteem or self-compassion levels. However, a moderately negative and statistically significant relationship was observed between self-esteem and self-compassion. In light of this information, it can be concluded that as participants' self-esteem increases, their self-compassion decreases.

**Keywords:** Self-Understanding, Self-Esteem, Extracurricular Sports Activities.

**Sorumlu Yazar:**  
Melike ÖĞÜT  
melike.ogtt@gmail.com

**Yayın Bilgisi**

Gönderi Tarihi:  
14.03.2025

Kabul Tarihi:  
18.06.2025

Online Yayın Tarihi:  
28.06.2025

## Giriş

Toplumlarda sevinç kaynağı olarak nitelendirilen çocuklar, ebeveynlerin yaşamlarında önemli bir yere sahiptir ve her ebeveyn doğal olarak normal ve sağlıklı bir çocuk sahibi olmanın hayalini kurar (İlhan ve Yarımkaya, 2022). Ancak her zaman beklenildiği gibi sağlıklı bir çocuk dünyaya gelmeyebilir ve bazı durumlarda gelişimsel yetersizlikler söz konusu olabilir. Bu durum, yalnızca bireyin değil, aynı zamanda ailesinin ve dolaylı olarak toplumun genel yaşam kalitesini olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Bourke-Taylor vd., 2023).

Bahsedilen olumsuzlukların başında, çocuğun kronik bir hastalığının ya da özel gereksinim tanısının olduğunun öğrenilmesi anındaki travma etkisi gelir (İlhan ve Yarımkaya, 2022). Ebeveynler bu süreçte, artan sorumluluklarının yanı sıra stres, kaygı ve depresyon gibi bazı risklerle karşı karşıya kalabilir (Gull, 2014). Bu nedenle ebeveynler psikolojik açıdan yıpranabilir. Kaytez ve arkadaşlarına (2015) göre, engelli bir çocukla sürekli bağımlı bir ilişki içinde olmanın, çocuğun özel bakım ve eğitim gereksiniminin bulunmasının ve geleceğe dair sürekli kaygı duymanın, ebeveynlerin stres düzeyleri ile ruh sağlığı üzerinde olumsuz etkiler yarattığı belirtilmektedir. Bu durumun da özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin öz anlayış ve benlik saygısı düzeylerini etkileyen faktörler arasında olabileceği düşünülmektedir.

Neff ve Seppala'ya (2016) göre öz-anlayış bireyin kendi kusurlarını kabul etmesi ve acıyı yadsımak veya ondan kaçınmak yerine, acıya yönelerek ona hoşgörüyle yaklaşması şeklinde tanımlanmaktadır. Bu nedenle, kendi duygusal sağlıklarını korumak ve destek sistemleri oluşturmak ebeveynlerin öz anlayışını güçlendirebileceği gibi, süreç içerisinde benzer deneyimlere sahip diğer ebeveynlerle iletişim kurmak ve duygusal dayanışma içinde olmak da önemli bir rol oynayabilir. Ayrıca ebeveynler, çocuklarının özel ihtiyaçlarına duyarlı bir şekilde yanıt verirken kendi duygusal denge noktalarını bulması öz anlayış düzeyinin sağlıklı gelişmesini sağlayabilirken, benlik saygısı da ebeveynlerin kendi rollerini ve çocuklarıyla ilişkilerini değerlendikleri bir süreç halini alabilir (Sirois, Emerson ve Bögels, 2023; Larrucea-Iruretagoyena, Orue ve Calvete, 2024).

Benlik saygısı, bir bireyin kişilik yapısının en önemli ve ayrılmaz parçasıdır (Akiskal, 2017). Rosenberg, benlik saygısı kavramını bireyin "kendisine ilişkin olumlu veya olumsuz bir tutumu" olarak tanımlamaktadır (Baumeister vd., 2003). Kişinin benlik saygısının yüksek olması, kendisiyle ilgili düşünce ve tutumlarının sağlam ve olumlu olduğunu ifade ederken; düşük benlik saygısı ise bireyin kendisini olumsuz özelliklerle değerlendirdiğini ve bunu kabul ettiğini göstermektedir (Campbell ve Lavalley, 1993). Bu yüzden benlik saygısı yüksek olan özel gereksinimli bireylere sahip ebeveynlerin güçlü ve zayıf yönlerini değerlendirmesi, çocuklarına daha iyi bir destek sağlamak için gerekli adımları atmalarına yardımcı olabilir.

Benlik saygısı sadece bireyin kendine dair değerlendirmeleriyle sınırlı kalmayıp, ruh sağlığı ve iyi oluş düzeyiyle de yakından ilişkilidir. Özellikle gençler ve ergenler üzerinde yapılan araştırmalar, benlik saygısının psikolojik dayanıklılığı artırdığını ve bireyin olumsuz yaşam olayları karşısında daha az savunmasız hale geldiğini göstermektedir. Örneğin, Wang ve arkadaşları (2024) tarafından yapılan çalışmada, benlik saygısı ve aileden alınan desteğin, ergenlerde olumsuz kişilik özelliklerinin etkilerini hafıflettiği ve öznel iyi oluş düzeyini artırdığı bulunmuştur. Bu bulgu, benlik saygısının bir tür koruyucu faktör işlevi görebileceğini ve sosyal destekle birlikte bireyin ruh sağlığını güçlendirebileceğini göstermektedir. Benzer biçimde, özel gereksinimli bireye sahip ebeveynler açısından da benlik saygısı, psikolojik sağlamlıklarını sürdürme ve stresle başa çıkabilme konusunda belirleyici bir rol oynayabilir.

Genel olarak bakıldığında ise ebeveynlerin öz anlayış ve benlik saygısı düzeylerini anlamak, aile dinamiklerini ve çocuklarına olan yaklaşımlarını değerlendirmek için kapsamlı bir bakış açısı sunmasının yanı sıra ebeveynlere destek ve rehberlik sağlama konusunda da önemli bir temel oluşturabileceği düşünülmektedir. Alanyazın incelendiğinde, özel gereksinimli bireye sahip ebeveynlerde hem öz anlayış hem de benlik saygısı düzeylerinin ayrı ayrı ele alındığı çeşitli araştırmalara rastlanmaktadır (Avşaroğlu & Güleş, 2019; Bozdemir, 2023; Candemir, 2019; Ertürk, 2018; Güleş, 2017; Karaman, 2018; Koyuncu, 2021; Şikşik, 2016). Ancak mevcut literatürde, bu iki kavramın birlikte değerlendirildiği ve aralarındaki ilişkinin incelendiği kapsamlı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Dahası, ebeveynlerin bu psikolojik özelliklerinin, çocuklarının ders dışı sportif faaliyetlere katılımı gibi sosyal etkileşim ortamları bağlamında değerlendirilmesi de oldukça sınırlıdır. Bu bağlamda mevcut araştırma, özel gereksinimli bireye sahip ebeveynlerin öz anlayış ve benlik saygısı düzeylerini bir arada ele alarak, bu değişkenlerin birbirleriyle olan ilişkisini ve bazı demografik değişkenlerle olan etkileşimini inceleyerek literatürdeki bu önemli boşluğu doldurmayı amaçlamaktadır. Böylelikle çalışma, hem kuramsal hem de uygulamaya dönük açılardan alana özgün bir katkı sunmayı hedeflemektedir. Bu bağlamda araştırmanın amacı, ders dışı sportif aktivitelere katılan ve katılmayan özel gereksinimli çocuğa sahip olan ebeveynlerin öz-anlayış ve benlik saygısı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi ve iki özellik arasındaki ilişkiyi değerlendirmektir. Bu bağlamda, araştırmanın temel soruları aşağıdaki şekilde belirlenmiştir:

- Ebeveynlerin benlik saygısı ve öz-anlayış düzeyleri cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?
- Çocuğun cinsiyeti, ebeveynlerin benlik saygısı ve öz-anlayış düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkiye sahip midir?

- Çocuğun ders dışı sportif aktivitelere katılım durumu, ebeveynlerin benlik saygısı ve öz-anlayış düzeylerini nasıl etkilemektedir?
- Çocuğun özel eğitim alma durumu, ebeveynlerin benlik saygısı ve öz-anlayış düzeylerinde farklılığa neden olmakta mıdır?
- Ebeveynlerin aile birliktelik durumları, benlik saygısı ve öz-anlayış düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık yaratmakta mıdır?
- Ebeveynlerin eğitim düzeyleri, benlik saygısı ve öz-anlayış düzeylerini nasıl etkilemektedir?
- Ebeveynlerin yaşı ile benlik saygısı ve öz-anlayış düzeyleri arasında nasıl bir ilişki bulunmaktadır?

Bu araştırma soruları doğrultusunda, ebeveynlerin benlik saygısı ve öz-anlayış düzeylerini etkileyen faktörler çok boyutlu bir bakış açısıyla ele alınarak, konuya ilişkin derinlemesine bir analiz yapılması hedeflenmektedir.

## **Gereç ve Yöntem**

### ***Araştırmanın Modeli***

Bu araştırma nicel araştırma yaklaşımlarından biri olan ilişkisel tarama modeli ile desenlenmiştir. Bu model, iki veya daha fazla değişkenin birlikte nasıl ve ne derece değiştiğini, aralarındaki ilişki yönünü ve büyüklüğünü analiz eden bir modeldir (Karasar, 2009).

### ***Çalışma Grubu***

Araştırmanın katılımcıları özel gereksinimli çocuğu olup, Ankara ilinde ikamet eden ve kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi ile belirlenen 30'u erkek 69'u ise kadın toplamda 99 kişiden oluşmaktadır. G Power programı aracılığıyla örneklem için 84 kişinin yeterli olacağına kanaat getirilmesine rağmen 99 kişilik bir örnekleme erişilmiştir.

### ***Veri Toplama Araçları***

Verilerin toplanmasında araştırmacıların oluşturduğu kişisel bilgiler formunun yanı sıra katılımcıların öz anlayış düzeyini belirlemek için öz anlayış ölçeği ve benlik saygısı düzeyini belirlemek için Rosenberg benlik saygısı ölçeği kullanılmıştır.

### ***Öz Anlayış Ölçeği***

Ebeveynlerin öz-anlayış seviyelerini tespit etmek amacıyla Neff (2003) tarafından geliştirilen Öz Anlayış Ölçeği, 26 madde ve altı alt boyuttan oluşmaktadır. Bu ölçeğin Türkçeye uyarlanması Deniz ve arkadaşları (2008) tarafından gerçekleştirilmiş olup, geçerlik ve güvenirlik çalışmaları sonucunda Türkçe formunun tek boyutlu bir yapı sergilediği, madde-toplam korelasyonu .30'un

altında olan iki maddenin çıkarıldığı ve bu nedenle madde sayısının 24 olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısının .89, test-tekrar test güvenirlik katsayısının ise .83 olduğu rapor edilmiştir (Deniz vd., 2008). Mevcut araştırma için Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı .94 olarak bulunmuştur.

### *Benlik Saygısı Ölçeği*

Benlik saygısı ölçeği bireylerin benlik saygısını ölçmek için Rosenberg tarafından oluşturulan bir ölçektir (Rosenberg, 1965). Bu ölçeğin Türkçeye uyarlanması 1986 yılında Çuhadaroğlu tarafından gerçekleştirilmiştir (Çuhadaroğlu, 1986). Ölçekte 10 madde bulunmaktadır. Kesinlikle katılıyorum ve kesinlikle katılmıyorum arasında dört cevabı olan likert tipi bir ölçektir (Sinclair vd., 2010). Ölçeğin geçerlik katsayısı .71, güvenirlik katsayısı .75 olarak bulunmuştur. Rosenberg iç güvenirliği ve faktör yapısı psikometrik olarak yüksektir (Schmitt ve Allik, 2005). Mevcut araştırmada ölçeğin cronbach alpha güvenirlik değeri .76 olarak bulunmuştur.

### *Verilerin Analizi*

Verilerin analizinde SPSS 25 paket programı kullanılmıştır. Öncelikle verilerin dağılımı incelenmiş ve basıklık-çarpıklık değerlerine bakılmıştır. Basıklık ve çarpıklık değerleri +2 ile -2 arasında olduğundan dağılımın normal olduğu anlaşılmıştır. George ve Mallery (2018) basıklık ve çarpıklık değerlerinin +2 ile -2 arasında olmasının normal dağılım için kabul edilebilir olduğunu ifade etmektedir. Bu nedenle parametrik testler kullanılmıştır. İki bağımsız değişkenin karşılaştırılmasında bağımsız örneklem t testi kullanılırken, üç ve daha fazla bağımsız değişkenin karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizinden faydalanılmıştır. Ayrıca bazı tablolarda karşılaştırılan grupların frekansları arasındaki fark yüksek görünmesine rağmen, Levene testi ile varyansların eşit olduğu belirlendikten sonra bağımsız örneklem t-testi yapılmıştır. Değişkenler arası ilişkilere ise Pearson korelasyon testi ile bakılmıştır.

### *Araştırmanın Etiği*

12.11.2024-E.1096033 tarih ve sayılı etik kurul onayı Gazi Üniversitesi Etik Komisyonundan alınmıştır. Mevcut araştırma süresince “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir.

### **Bulgular**

Tablo 1

Cinsiyete Göre Ebeveynlerin Benlik Saygısı ve Öz Anlayış Değişkenleri Açısından Karşılaştırılması

|                | Cinsiyet | n  | $\bar{X}$ | Ss   | sd | t     | p   |
|----------------|----------|----|-----------|------|----|-------|-----|
| Benlik Saygısı | Kadın    | 69 | 1,08      | ,959 | 97 | -1,41 | ,16 |
|                | Erkek    | 30 | ,81       | ,650 |    |       |     |

|            |       |    |       |        |    |      |     |
|------------|-------|----|-------|--------|----|------|-----|
| Öz Anlayış | Kadın | 69 | 81,97 | 18,857 | 97 | 1,38 | ,16 |
|            | Erkek | 30 | 87,27 | 13,508 |    |      |     |

Katılımcıların cinsiyetlerine göre benlik saygısı ve öz anlayış ölçeklerinden aldıkları puanları karşılaştıran Tablo 1 incelendiğinde hem benlik saygısı hem de öz anlayış değişkenleri bakımından erkek ve kadın katılımcılar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farkın olmadığı anlaşılmaktadır.

Tablo 2

Çocuğun Cinsiyetine Göre Katılımcıların Benlik Saygısı ve Öz Anlayış Değişkenleri Açısından Karşılaştırılması

|                | Cinsiyet | n  | $\bar{X}$ | Ss     | sd | t    | p   |
|----------------|----------|----|-----------|--------|----|------|-----|
| Benlik Saygısı | Kadın    | 38 | 1,08      | ,980   | 97 | -,78 | ,43 |
|                | Erkek    | 61 | ,94       | ,820   |    |      |     |
| Öz Anlayış     | Kadın    | 38 | 85,53     | 18,107 | 97 | -,87 | ,38 |
|                | Erkek    | 61 | 82,36     | 17,172 |    |      |     |

Katılımcıların çocuklarının cinsiyetlerine göre benlik saygısı ve öz anlayış ölçeklerinden aldıkları puanları karşılaştıran Tablo 2 incelendiğinde katılımcılar arasında hem benlik saygısı hem de öz anlayış açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farkın bulunmadığı görülmektedir.

Tablo 3

Çocuğun Ders Dışı Sportif Aktivitelere Katılım Durumuna Göre, Ebeveynlerin Benlik Saygısı ve Öz Anlayış Değişkenleri Açısından Karşılaştırılması

|                | Sportif Aktivite | n  | $\bar{X}$ | Ss     | sd | t     | p     |
|----------------|------------------|----|-----------|--------|----|-------|-------|
| Benlik Saygısı | Evet             | 39 | ,75       | ,621   | 97 | -2,31 | ,023* |
|                | Hayır            | 60 | 1,16      | ,989   |    |       |       |
| Öz Anlayış     | Evet             | 39 | 86,15     | 18,103 | 97 | -1,18 | ,240  |
|                | Hayır            | 60 | 81,90     | 17,063 |    |       |       |

\*p<.05

Tablo 3 incelendiğinde çocuklarının ders dışı sportif etkinliklere katılım durumlarına göre, çocuğu ders dışı etkinliklere katılan ebeveynlerin benlik saygısı düzeylerinin anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir ( $t(97) = -2,31, p = ,023$ ). Öz anlayış değişkeninde ise anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ( $t(97) = -1,18, p = ,240$ ).

Tablo 4

Çocuğun Özel Eğitim Alma Durumuna Göre, Ebeveynlerin Benlik Saygısı ve Öz Anlayış Değişkenleri Açısından Karşılaştırılması.

|                | Özel Eğitim | n  | $\bar{X}$ | Ss   | sd | t     | p   |
|----------------|-------------|----|-----------|------|----|-------|-----|
| Benlik Saygısı | Alıyor      | 89 | ,95       | ,844 |    | -1,28 | ,20 |

|                   |         |    |       |        |    |       |     |
|-------------------|---------|----|-------|--------|----|-------|-----|
|                   | Almıyor | 10 | 1,35  | 1,210  | 96 |       |     |
| <b>Öz Anlayış</b> | Alıyor  | 89 | 83,69 | 17,056 |    |       |     |
|                   | Almıyor | 10 | 84,89 | 22,290 | 96 | -,196 | ,84 |

Katılımcıların çocuklarının özel eğitim alma durumlarına göre benlik saygısı ve öz anlayış ölçeklerinden aldıkları puanları karşılaştıran Tablo 4 incelendiğinde hem benlik saygısı hem de öz anlayış açısından katılımcılar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmaktadır.

Tablo 5

Katılımcıların Aile Birliktelik Durumlarına Göre Benlik Saygısı ve Öz Anlayış Puanlarının Karşılaştırılması

|                       | <b>Aile Birliktelik</b> | <b>n</b> | $\overline{X}$ | <b>Ss</b> | <b>sd</b> | <b>t</b> | <b>p</b> |
|-----------------------|-------------------------|----------|----------------|-----------|-----------|----------|----------|
| <b>Benlik Saygısı</b> | Birlikte                | 89       | ,98            | ,868      | 2         |          |          |
|                       | Ayrılmış                | 8        | 1,23           | 1,133     | 96        | ,566     | ,20      |
|                       | Diğer                   | 2        | ,54            | ,410      | 98        |          |          |
| <b>Öz Anlayış</b>     | Birlikte                | 89       | 83,89          | 17,358    | 2         |          |          |
|                       | Ayrılmış                | 8        | 80,38          | 21,334    | 96        | ,149     | ,84      |
|                       | Diğer                   | 2        | 82,50          | 16,263    | 98        |          |          |

Katılımcıların aile birliktelik durumlarına göre benlik saygısı ve öz anlayış ölçeklerinden aldıkları puanları karşılaştıran Tablo 5 incelendiğinde hem benlik saygısı hem de öz anlayış açısından katılımcılar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmaktadır.

Tablo 6

Katılımcıların Eğitim Durumlarına Göre Benlik Saygısı ve Öz Anlayış Puanlarının Karşılaştırılması

|                       | <b>Eğitim Düzeyi</b> | <b>n</b> | $\overline{X}$ | <b>Ss</b> | <b>sd</b> | <b>t</b> | <b>p</b> |
|-----------------------|----------------------|----------|----------------|-----------|-----------|----------|----------|
| <b>Benlik Saygısı</b> | İlkokul              | 5        | ,83            | ,356      |           |          |          |
|                       | Ortaokul             | 13       | ,72            | ,723      |           |          |          |
|                       | Lise                 | 38       | 1,10           | 1,107     | 4         | ,774     | ,545     |
|                       | Üniversite           | 39       | 1,05           | 1,055     |           |          |          |
|                       | Lisansüstü           | 4        | ,56            | ,562      |           |          |          |
| <b>Öz Anlayış</b>     | İlkokul              | 5        | 84,20          | 7,694     |           |          |          |
|                       | Ortaokul             | 13       | 80,69          | 15,359    |           |          |          |
|                       | Lise                 | 38       | 81,39          | 18,599    | 4         | 1,376    | ,248     |
|                       | Üniversite           | 39       | 84,72          | 18,009    |           |          |          |
|                       | Lisansüstü           | 4        | 101,75         | 8,261     |           |          |          |

Katılımcıların eğitim durumlarına göre benlik saygısı ve öz anlayış ölçeklerinden aldıkları puanları karşılaştıran Tablo 5 incelendiğinde hem benlik saygısı hem de öz anlayış açısından katılımcılar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmaktadır.

Tablo 7

Katılımcıların Yaşları, Benlik Saygısı ve Öz Anlayışları Arasındaki İlişki

|                |   | Yaş   | Benlik Saygısı | Öz Anlayış |
|----------------|---|-------|----------------|------------|
| Yaş            | r | 1     | -,187          | ,122       |
|                | p |       | ,064           | ,229       |
|                | n | 99    | 99             | 99         |
| Benlik saygısı | r | -,187 | 1              | -,614**    |
|                | p | ,064  |                | ,000       |
|                | n | 99    | 99             | 99         |
| Öz Anlayış     | r | ,122  | -,614**        | 1          |
|                | p | ,229  | ,000           |            |
|                | n | 99    | 99             | 99         |

\*\*p < 0.01 düzeyinde anlamlı korelasyon (çift yönlü).

Tablo 7 incelendiğinde katılımcıların yaşlarıyla benlik saygısı ve öz anlayışları arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı ancak benlik saygısı ve öz anlayışları arasında negatif yönde orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkinin olduğu anlaşılmaktadır. Bu bilgiler ışığında katılımcıların benlik saygısı arttıkça öz anlayışlarının azaldığı söylenebilir.

## Tartışma ve Sonuç

Bu araştırma, özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin benlik saygısı ve öz-anlayış düzeylerini inceleyerek, bu alandaki literatüre önemli bir katkı sağlamaktadır. Özellikle, çocuklarının ders dışı sportif etkinliklere katılım durumunun ebeveynlerin benlik saygısı üzerindeki etkisini değerlendirmesi açısından özgün bir nitelik taşımaktadır. Literatürde, sportif etkinliklerin bireylerin benlik saygısı ve psikolojik iyi oluş düzeyleri üzerinde olumlu etkileri olduğu belirtilmektedir (Wagnsson, Lindwall & Gustafsson, 2014). Bu bağlamda, çalışmamızın bulguları, sportif faaliyetlerin ebeveynlerin psikolojik sağlamlıklarını destekleyebileceğini ve bu alandaki araştırmalara yeni bir perspektif kazandırabileceğini göstermektedir.

Araştırma bulguları, özel gereksinimli çocuğa sahip anne ve babaların benlik saygısı ve öz anlayış düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermediğini ortaya koymuştur. Bu sonuç, Güleş (2019), Candemir (2019) ve Küçük'ün (2020) çalışmalarındaki benzer bulgularla örtüşmektedir. Ancak, Neff ve Vonk (2009), Deniz ve arkadaşları (2012) ile Raes (2010) gibi araştırmalar, öz anlayış düzeylerinin cinsiyetle ilişkili olabileceğini öne sürmektedir. Bu çelişkili sonuçlar, kullanılan ölçeklerin uygulandığı kültürel ve demografik farklılıklardan kaynaklanıyor olabilir. Cinsiyetin öz-anlayış üzerindeki etkisine dair literatürdeki çelişkili bulgular, kültürel normlar ve toplumsal cinsiyet rollerinin bireylerin öz-anlayış düzeylerini nasıl şekillendirdiğine işaret

etmektedir. Neff ve Vonk (2009) gibi bazı çalışmalar, kadınların erkeklere kıyasla daha düşük öz-anlayış seviyelerine sahip olduğunu belirtirken, bu farkın kültürel bağlamda toplumsal cinsiyet rollerinin etkisiyle ortaya çıktığı düşünülmektedir. Özellikle Türkiye gibi kolektivist toplumlarda, kadınların bakım verme ve duygusal destek sağlama gibi rollerle özdeşleştirilmesi, onların öz-anlayış geliştirme süreçlerini etkileyebilir. Bu durum, kadınların duygusal ifadelerini bastırma eğiliminde olmalarına ve stresle başa çıkma stratejilerinde farklılık göstermelerine neden olabilir (Aktu, 2024). Öte yandan, özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynler, cinsiyetlerinden bağımsız olarak benzer zorluklar ve stres faktörleriyle karşılaşmakta, bu da öz-anlayış düzeylerinde cinsiyete bağlı farklılıkların azalmasına yol açabilir. Bu bağlamda, Türkiye'deki ebeveynlerin geleneksel rollerinin ve özel gereksinimli çocuk yetiştirme sürecindeki deneyimlerinin, cinsiyetin öz-anlayış üzerindeki etkisini dengeleyici bir rol oynadığı söylenebilir. Mevcut çalışmada cinsiyete bağlı farklılığın görülmemesi, özel gereksinimli çocuğa sahip olmanın hem anneler hem de babalar için benzer psikolojik baskılar ve sorumluluklar doğurmasıyla açıklanabilir. Ebeveynlerin, bu zorlu süreci ortak biçimde deneyimlemeleri, psikolojik tepkilerinde benzeşmelerine neden olabilir.

Mevcut araştırmada katılımcıların çocuklarının cinsiyetlerine göre benlik saygısı ve öz anlayış ölçeklerine ilişkin bir farklılık olup olmadığı da incelenmiş ve elde edilen bulgulara göre hem benlik saygısı hem de öz anlayış açısından katılımcıların çocuklarının cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Bozdemir (2023) özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynler üzerine yaptığı araştırmada, Neff ve McGehee (2010) ve Koyuncu (2021) yapmış oldukları araştırmalarda elde ettikleri sonucun öz anlayışın özel gereksinimli çocuğun cinsiyetine göre farklılaşmadığı yönünde olup tespit edilen bu durum mevcut çalışmanın sonucunu destekler niteliktedir. Mevcut araştırma ve alan yazın incelendiğinde öz anlayış ve benlik saygısının puan ortalamalarının katılımcıların çocuğunun cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Bu durum ebeveynlerin çocuklarının cinsiyet durumuna bakmaksızın evlatlarını koşulsuz olarak sevmeleri ve her iki cinsiyete de aynı hassasiyeti göstermelerinden kaynaklı olabileceği düşünülmektedir.

Mevcut araştırmada katılımcıların çocuklarının ders dışı sportif etkinliklere katılım durumlarına göre benlik saygısı ve öz anlayış ölçeklerine ilişkin bir farklılık olup olmadığı da incelenmiş ve elde edilen bulgulara göre çocuğu ders dışı etkinliklere katılan ebeveynlerin benlik saygısı düzeylerinin anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilirken, öz anlayış değişkeninde ise anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Literatürde yapılan araştırmalara göre, Babkes (1999) zihinsel engelli çocukları spor yapma durumlarına göre karşılaştırmış ve spor yapan çocukların sosyalleşme düzeylerinin yanı sıra aile içindeki davranışlarını kontrol etme becerilerinin, spor yapmayan akranlarına kıyasla belirgin şekilde daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Çalışkan ve

arkadaşları (2008) ise “Engelli çocuğu olan ailelerin beden eğitimi ve spor etkinlikleri hakkındaki görüşleri” adlı çalışmalarında, ailelerin %93,9’unun engelli bireylerin sportif faaliyetlere katıldıklarında başarılı olabileceklerine inandığını tespit etmiştir. Bununla birlikte, aileler çocuklarının spor etkinliklerine katılımını olumlu değerlendirirken, %78’i bu faaliyetlerin çocuklarının fiziksel sağlıklarını olumlu yönde etkileyeceğine dair güçlü bir inanca sahip olduklarını ifade etmiştir. Mekolichick (2003) vücut geliştirme sporcuları üzerine yaptığı araştırmada benlik saygısı puanlarının düzenli vücut geliştirme sporu yapanların yapmayanlara oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Slutzky vd. (2009) yapmış olduğu çalışmada spor için harcanan zamanın benlik saygısı değerlerini olumlu yönde etkilediği sonucu da araştırma bulguları ile örtüşmektedir. Buradan hareketle literatürde ders dışı sportif etkinliklere katılım durumunun özel gereksinimli çocuklara gerek fiziksel gerekse psikolojik olarak önemli katkılar sunduğu literatürdeki bilgilerle kanıtlanmış durumdadır. Sportif etkinlikler özel gereksinimli bireylere sosyalleşme, iletişim becerilerini artırma, kendini ifade edebilme, duygu-durum kontrolü gibi önemli katkılar sunabilmektedir. Sportif etkinliklerin özel gereksinimli bireyleri çok boyutlu olarak geliştirip fiziksel ve psikolojik olarak bireye önemli katkılar sunacağı dikkate alındığında ebeveynlerin de çocuklarının ders dışı sportif faaliyetlere katılımı sonrası bireysel anlamda kendine karşı olumlu tutum geliştirerek benlik saygılarını geliştirebilecekleri düşünülmektedir.

Mevcut araştırmada katılımcıların çocuklarının özel eğitim alma durumlarına göre benlik saygısı ve öz anlayış ölçeklerine ilişkin bir farklılık olup olmadığı da incelenmiş ve elde edilen bulgulara göre hem benlik saygısı hem de öz anlayış açısından katılımcılar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Alan yazın incelendiğinde Bozdemir (2023) özel gereksinimli çocukları olan ebeveynler ile yaptığı araştırmada çocukların özel eğitim alma süresinin öz anlayış değişkenini etkilemediği sonucuna ulaşılmıştır. Sağıroğlu (2006) özel gereksinimli çocuğu olan aileler ile yaptığı araştırmada özel eğitim ve rehabilitasyonun çocukların beceri kazanımı konusunda önemli ve etkili olduğu sonucuna ulaşıldığı ifade edilirken bu durumun özel gereksinimli çocukların benlik saygısı üzerinde olumlu bir etken olabileceği düşünülmektedir.

Mevcut araştırmada katılımcıların aile birliktelik durumlarına göre benlik saygısı ve öz anlayış ölçeklerine ilişkin bir farklılık olup olmadığı da incelenmiş ve elde edilen bulgulara göre hem benlik saygısı hem de öz anlayış açısından katılımcıların aile birliktelik durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Mevcut araştırma bulgularını destekler nitelikte olan Bozdemir (2023) özel gereksinimli çocukları olan aileler ile gerçekleştirmiş olduğu araştırmada ebeveynlerin aile birliktelik durumunun öz anlayışı etkilemediği sonucuna ulaşmıştır. Trompetter (2017) öz anlayışın pozitif ruh ve psikopatolojiye etkilerini belirlemek amacıyla gerçekleştirdiği araştırmada ebeveynlerin medeni durumunun öz anlayış üzerinde anlamlı

bir etkiye sahip olmadığı sonucuna ulaşırken, Candemir (2019) engelli çocuğu olan ve olmayan ailelerle yaptığı çalışmada da aile birlikteliğinin öz anlayışı etkilemediği sonucunu ortaya koyarak mevcut araştırma bulgularını desteklemiştir. Literatürde mevcut araştırma bulguları ile benzerlik göstermeyen araştırmalarda bulunmaktadır. Güleş (2019) aile birliktelik değişkenine göre öz anlayışın ebeveynlerin bir arada olduğu ailelerde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmış olup, Küçük (2020) gerçekleştirdiği araştırmada bireylerin öz anlayış ile ebeveyn birlikteliği arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde bulunan farklı sonuçların araştırmalarda ele alınan farklı evren ve örneklem gruplarından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Mevcut araştırmada katılımcıların eğitim durumlarına göre benlik saygısı ve öz anlayış ölçeklerine ilişkin bir farklılık olup olmadığı da incelenmiş ve elde edilen bulgulara göre hem benlik saygısı hem de öz anlayış açısından katılımcılar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Yılmaz (2009) tarafından üniversite öğrencileriyle gerçekleştirilen araştırmada, öğrenim durumu değişkeni ile öz-anlayış puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgular mevcut araştırma bulguları ile örtüşmektedir. Ayrıca mevcut araştırma sonuçları Demir vd., (2011), Körükçü ve Oğuz (2011) ile Şener vd., (2011)'nin araştırma bulgularıyla da paralellik göstermektedir. Buna karşın Arıca ve Dilmaç (2009) psikolojik danışma ve rehberlik öğrencileri ile yaptığı araştırmada sınıf düzeyi ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki olduğu sonucunu tespit etmiştir. Bu sonuç araştırma bulguları ile örtüşmemektedir. Literatürde bulunan söz konusu farklı sonuçların çalışmalarda ele alınan evren ve örneklemelerin, sosyo-demografik değişkenlerin, kültür ve coğrafya farklılıklarından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir.

Mevcut araştırmada katılımcıların yaş durumlarına göre benlik saygısı ve öz anlayış ölçeklerine ilişkin bir farklılık olup olmadığı da incelenmiş ve elde edilen bulgulara göre katılımcıların yaşlarıyla benlik saygısı ve öz anlayışları arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı ancak benlik saygısı ve öz anlayışları arasında negatif yönde orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Alan yazın incelendiğinde Bozdemir (2023) özel gereksinimli çocukları olan aileler ile gerçekleştirmiş olduğu araştırmada yaş değişkeni ile öz anlayış puanları arasında anlamlı fark olmadığı, Güleş (2019) özel gereksinimli çocuğa sahip anne ve babalarla gerçekleştirdiği araştırmada benzer sonuca ulaştığı, Trompetter vd. (2017) yetişkinlerle gerçekleştirdikleri araştırmada yine benzer sonuçlara ulaştıkları ve Neff ve McGehee'nin (2010) yetişkin bireylerle yaptıkları çalışmalarda da yaş değişkeninin öz anlayış ile anlamlı düzeyde farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar çalışma bulguları ile örtüşmektedir. Buna karşın Dağ (2019) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada öz anlayış ve yaş değişkeni arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu sonucunu tespit etmiş, Neff ve Vonk (2009) da benzer sonuçlara ulaştıklarını rapor etmişlerdir. Alanyazında elde edilen farklı sonuçların araştırmalarda ele alınan farklı örneklem

gruplarından kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte yaşın artmasıyla birlikte hayatın insanlara katacağı tecrübeler, yaşanmışlıklar anne ve baba olarak sorumlulukların artması neticesinde öz anlayışın artarken, benlik saygısının da olgunlaşarak yükselebileceği düşünülmektedir.

### **Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler**

Bu araştırma, özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin öz anlayış ve benlik saygısı düzeylerini belirli değişkenler çerçevesinde inceleyerek literatüre özgün katkılar sunmaktadır. Bununla birlikte, her bilimsel çalışmada olduğu gibi, bu araştırmanın da bazı sınırlılıkları bulunmaktadır.

Öncelikle araştırmanın örneklemini yalnızca Ankara ilinde ikamet eden bireylerle sınırlı tutulmuştur. Bu durum, elde edilen bulguların farklı bölgelerdeki ebeveyn profilleri için doğrudan genellenmesini güçleştirebilir. Ayrıca, veri toplama sürecinde öz bildirim esasına dayalı ölçeklerin kullanılması, katılımcıların yanıtlarında sosyal beğenirlik eğilimi gibi bireysel etkilerin oluşmasına neden olabilir.

Bununla birlikte, çalışmanın odaklandığı değişkenler (öz anlayış ve benlik saygısı) araştırma kapsamı açısından anlamlı bir derinlik sunmasına rağmen, bu değişkenleri etkileyebilecek diğer psikolojik ya da çevresel faktörler çalışmaya dahil edilmemiştir. Ayrıca araştırma, nicel yöntemlere dayalı bir yaklaşım sergilediğinden, katılımcı deneyimlerinin detaylı biçimde irdelenmesine olanak tanımamıştır.

Gelecek araştırmalar için aşağıdaki öneriler sunulabilir:

- Farklı illerde ve kültürel bağlamlarda benzer çalışmalar gerçekleştirilerek elde edilen sonuçların karşılaştırılması, daha geniş kapsamlı çıkarımlara ulaşılmasını sağlayabilir.
- Nitel veri toplama tekniklerinin (örneğin yarı yapılandırılmış görüşmeler) kullanılması, ebeveynlerin duygusal ve sosyal süreçlerini daha derinlemesine anlamaya katkı sunabilir.
- Çalışmaya sosyal destek, ebeveyn tükenmişliği veya psikolojik sağlamlık gibi değişkenlerin de dahil edilmesi, daha kapsamlı modellerin geliştirilmesine olanak tanıyabilir.
- Çocukların katıldığı sportif faaliyetlerin niteliği (bireysel/ekip sporu, süresi, gönüllülük durumu vb.) detaylandırılarak etkileri daha ayrıntılı biçimde değerlendirilebilir.

Bu bağlamda, mevcut araştırma sağlam temellere dayanan bulgular ortaya koymakla birlikte, alan yazına yön verecek yeni çalışmalara da zemin hazırlamaktadır.

## Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Gazi Üniversitesi Etik Komisyonu

Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 14.11.2024

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası: E-77082166-604.01-1096033

## Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırma verilerinin toplanma aşaması ve giriş bölümünün yazımı birinci ve ikinci yazar tarafından, yöntem ve bulgular kısmı üçüncü ve dördüncü yazarlar tarafından, tartışma kısmı ise beşinci yazar tarafından hazırlanmıştır.

## Çatışma Beyanı

Yazarların araştırma ile ilgili bir çatışma beyanı bulunmamaktadır.

## Kaynakça

- Akiskal, H. S. (2017). Mood disorders: Historical introduction and conceptual overview. In B. J. Sadock, V. A. Sadock, & P. Ruiz (Eds.), *Kaplan and Sadock's comprehensive textbook of psychiatry* (10th ed., pp. 4099–4139). Wolters Kluwer.
- Aktu, Y. (2024). The role of parenting stress on parenting self-efficacy and parental burnout among Turkish parents: A moderated mediation model. *BMC Psychology*, 12(1), 475. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01980-7>
- Avşaroğlu, S., & Güleş, E. (2019). Özel gereksinimli çocuğa sahip anne babaların yaşam doyumlarının öz-anlayış ve merhamet düzeyleri açısından incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27(1), 365–376.
- Babkes, M. L. (1999). *Sport and physical activity socialization of youth with moderate cognitive needs: An expectancy-value perspective on parental influence* [Doctoral dissertation, University of Northern Colorado].
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Yüksek benlik saygısı daha iyi performans, kişiler arası başarıya, mutluluğa veya daha sağlıklı yaşam tarzlarına neden olur mu?. *Kamu Yararına Yönelik Psikolojik Bilim*, 4(1), 1–44.
- Bourke-Taylor, H., Howie, L., & Law, M. (2023). Parents of children with disability: Mental health outcomes and utilization of mental health services. *Disability and Health Journal*, 16(4), 101506. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2023.101506>
- Bozdemir, G. (2023). *Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumlarının öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri açısından incelenmesi* [Unpublished doctoral dissertation]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Campbell, J. D., & Lavalley, L. F. (1993). Who am I? The role of self-concept confusion in understanding the behavior of people with low self-esteem. In R. F. Baumeister (Ed.), *Self-esteem: The puzzle of low self-regard* (pp. XX–XX). Springer.
- Candemir, M. L. (2019). *Engelli çocuğa sahip olan ve olmayan ebeveynlerin öz anlayış, kişilik ve merhamet özelliklerinin incelenmesi* [Unpublished master's thesis]. Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Çalışkan, E., Şirinkan, A., Erciş, S., Saraçoğlu, N., & Akoğuz, N. (2008). Engelli çocuğu olan ailelerin beden eğitimi ve spor etkinlikleri hakkındaki görüşleri. In *10. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Poster Bildiri Uzun Özetleri Kitabı*. Abant İzzet Baysal Üniversitesi.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adolesanlarda benlik saygısı* [Unpublished doctoral dissertation]. Hacettepe Üniversitesi.

- Dağ, B. (2019). *Üniversite öğrencilerinin öz-anlayış düzeylerinin anksiyete ve yaşam memnuniyeti düzeyleri ile ilişkisi* [Unpublished master's thesis]. Yakın Doğu Üniversitesi.
- Demir, V., Gürsoy, F., & Ada, Ş. (2011). Okulöncesi öğretmen adaylarının mesleki benlik saygılarının incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(1), 597–614.
- Deniz, M. E., Arslan, C., Özyeşil, Z., & İzmirli, M. (2012). Öz-anlayış, yaşam doyumu, negatif ve pozitif duygu: Türk ve diğer ülke üniversite öğrencileri arasında bir karşılaştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(23), 428–446.
- Deniz, M. E., Dilmaç, B., & Arıcak, O. T. (2009). Engelli çocuğa sahip olan ebeveynlerin durumluk-sürekli kaygı ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1), 953–968.
- Deniz, M., Kesici, Ş., & Sümer, A. S. (2008). The validity and reliability of the Turkish version of the Self-Compassion Scale. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 36(9), 1151–1160.
- Ertürk, Y. (2018). *Özel gereksinimli çocuğa sahip olan ve olmayan annelerin sosyal beceri düzeylerinin karşılaştırılması* [Unpublished master's thesis]. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi.
- George, D., & Mallery, P. (2019). *IBM SPSS statistics 26 step by step: A simple guide and reference*. Routledge.
- Gull, M. (2014). Need of psychological well-being and coping strategies among the parents of disabled children. *Indian Journal of Health and Well-being*, 5(8), 995–997.
- Güleş, E. (2017). *Özel gereksinimli çocuğa sahip anne babaların yaşam doyumlarının öz-anlayış ve merhamet düzeyleri açısından incelenmesi* [Unpublished doctoral dissertation]. Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- İlhan, E. L., Yarımkaya, E., & Esentürk, O. K. (2022). *Özel gereksinimli bireyler için uyarlanmış beden eğitimi ve spor*. Pegem Akademi.
- Karaman, E. (2018). *Özel eğitime ihtiyacı olan çocuğa sahip anne babaların psikolojik dayanıklılıklarının yordayıcısı olarak sosyal destek algısı ve benlik saygısının incelenmesi* [Unpublished doctoral dissertation]. Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Karasar, N. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (25. baskı). Nobel Yayıncılık.
- Kaytez, N., Durualp, E., & Kadan, G. (2015). Engelli çocuğu olan ailelerin gereksinimlerinin ve stres düzeylerinin incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 197–214.
- Koyuncu, E. (2021). *Özel gereksinimli çocuğa sahip anne babaların öz-anlayış ve iyimserlik düzeylerinin incelenmesi* [Unpublished master's thesis]. Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Körükçü, Ö., & Oğuz, V. (2011). Okul öncesi eğitimi öğretmen adaylarının mesleki benlik saygıları. *Kuramsal Eğitimbilim*, 4(2), 77–85.
- Küçük, M. (2020). *Yetişkinlerin öz-şefkat, bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluş özelliklerinin incelenmesi* [Unpublished master's thesis]. Gelişim Üniversitesi.
- Larrucea-Iruretagoyena, M., Orue, I., & Calvete, E. (2024). Parents' Self-Compassion as a Moderator Between Children's Emotional Regulation Difficulties and Parents' Depressive Symptoms. *Mindfulness*, 15, 2038–2047. <https://doi.org/10.1007/s12671-024-02412-8>
- Mekolichick, J. (2003). *Amateur bodybuilders' self-concept: An exploratory examination* [Unpublished doctoral dissertation].
- Neff, K. D. (2003). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223–250.
- Neff, K. D., & McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9(3), 225–240.
- Neff, K. D., & Vonk, R. (2009). Self-compassion versus global self-esteem: Two different ways of relating to oneself. *Journal of Personality*, 77(1), 23–50.
- Neff, K. D., Seppälä, E., Brown, K. W., & Leary, M. R. (2016). Compassion, well-being, and the hypo-egoic self. In K. W. Brown & M. R. Leary (Eds.), *The Oxford handbook of hypo-egoic phenomena* (pp. 189–203). Oxford University Press.
- Raes, F. (2010). Rumination and worry as mediators of the relationship between self-compassion and depression and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 48(6), 757–761.

- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Sağıroğlu, N. (2006). *Özel gereksinimli bireylere sahip ailelerin çocuklarının devam ettiği özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinden beklentileri* [Unpublished master's thesis]. Abant İzzet Baysal Üniversitesi.
- Schmitt, D. P., & Allik, J. (2005). Simultaneous administration of the Rosenberg Self-Esteem Scale in 53 nations: Exploring the universal and culture-specific features of global self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(4), 623–642.
- Sinclair, S. J., Blais, M. A., Gansler, D. A., Sandberg, E., Bistis, K., & LoCicero, A. (2010). Psychometric properties of the Rosenberg Self-Esteem Scale: Overall and across demographic groups living within the United States. *Evaluation & the Health Professions*, 33(1), 56–80.
- Sirois, F. M., Emerson, L.-M., & Bögels, S. M. (2023). Self-compassion improves parental well-being in response to challenging parenting experiences. *Journal of Positive Psychology*. <https://doi.org/10.1080/17439760.2023.135429>
- Slutzky, C. B., & Simpkins, S. D. (2009). The link between children's sport participation and self-esteem: Exploring the mediating role of sport self-concept. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(3), 381–389.
- Şener, K. D., Karaca, A., Açıkgöz, F., & Süzer, F. (2011). Hemşirelik eğitimi mesleki benlik algısını değiştirir mi?. *Dicle Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 1(3), 12–16.
- Şikşik, G. (2016). *Otizmlı çocuğa sahip ebeveynlerin otizm algıları ve aile özellikleri ile benlik saygıları arasındaki ilişkinin belirlenmesi* [Unpublished master's thesis]. Yıldırım Beyazıt Üniversitesi.
- Trompetter, H. R., Kleine, E., & Bohlmeijer, E. T. (2017). Why does positive mental health buffer against psychopathology? An exploratory study on self-compassion as a resilience mechanism and adaptive emotion regulation strategy. *Cognitive Therapy and Research*, 41(3), 459–468.
- Wagnsson, S., Lindwall, M., & Gustafsson, H. (2014). Participation in organized sport and self-esteem across adolescence: The mediating role of perceived sport competence. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 36(6), 584–594. <https://doi.org/10.1123/jsep.2013-0137>.
- Wang, Y., Du, X., Yang, Y., Liu, H., & Peng, K. (2024). Moderating roles of self-esteem and parental support in the relationship between dark personality traits and subjective well-being among Chinese adolescents. *SAGE Open*, 14(1). <https://doi.org/10.1177/21582440251323673>.
- Yılmaz, M. T. (2009). *Üniversite öğrencilerinin öz-anlayışları (self-compassion) ve anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Unpublished master's thesis]. Selçuk Üniversitesi.



This paper by Mediterranean Journal of Sport Science is licensed under [CC BY-NC 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)