

SPORTIVE

Journal of SPORTIVE

<http://dergipark.gov.tr/sportive>

İşitme Engelli Güreşçiler ile İşitme Engelli Sedanter Bireylerde Bazı Değişkenler Açısından Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Ali Burak TOY¹, Turhan TOROS², Umut GÜNDOĞAN³, Emre Bülent ÖĞRAŞ⁴, Mehmet Çağrı ÇETİN⁵

¹Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Fakültesi, (ORCID ID: 000-0001-7997-7399)

²Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Fakültesi, (ORCID ID: 0000-0002-8328-2925)

³Mersin Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü, (ORCID ID: 0000-0002-8635-4082)

⁴Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Fakültesi, (ORCID ID: 0000-0002-6327-2180)

⁵Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Fakültesi, (ORCID ID: 0000-0001-7667-2143)

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi:13.03.2020

Kabul Tarihi:26.03.2020

Online Yayın Tarihi:20.09.2020

Öz

Bu çalışmada işitme engelli güreşçiler ile işitme engelli sedanter bireylerde benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmaya 60 işitme engelli güreşçi (yaş= 19,41±3,99) ile 63 işitme engelli sedanter (yaş= 22,42±4,82) olmak üzere toplam 123 (yaş= 20,96±4,67) birey katılmıştır. Araştırmada; Diener ve arkadaşları (1985) tarafından geliştirilen “Yaşam Doyumu Ölçeği” ve Arıcak (1999), tarafından geliştirilen “Benlik Saygısı Ölçeği” uygulanmıştır. Kişisel bilgilerin elde edilmesi için de hazırlanmış olduğumuz “Kişisel Bilgi Formu” uygulanmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistiklerin yanı sıra yapılan normallik testi sonucunda dağılımın normal bulunmamasıyla beraber gruplar arasındaki farkı incelemek amacıyla Kruskal-Wallis H testi ve ilişki düzeylerini incelemek amacıyla Spearman korelasyon katsayısı kullanılmıştır. İşitme engelli güreşçilerde yaş ve yaşam doyumu arasında, deneyim değişkeni açısından benlik saygısı arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Sedanter bireylerin yaş ile benlik saygısı ve yaş ile depresif duygulanım alt boyutu ile pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak, işitme engelli güreşçilerin yaşları arttıkça yaşam doyumunun arttığı, deneyim süreleri açısından yaşam doyumu puanları ve benlik saygısı alt boyutlarında farklılıkların olduğu görülmektedir. Sedanter işitme engelli bireylerin benlik saygısı ve yaşam doyumu puanları arasında yaş değişkeni açısından puanları açısından anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: İşitme Engelli, Sedanter, Güreş, Benlik Saygısı, Yaşam Doyumu

Examining the Relationship Between Hearing Impaired Wrestlers and Hearing Impaired Sedentary Individuals' Self-Esteem and Life Satisfaction in Terms of Certain Abstract

In this study, the relationship between self-esteem and life satisfaction in hearing-impaired wrestlers and hearing-impaired sedentary individuals was examined. A total of 123 individuals (age=20.96±4.67) were involved in the study, including 60 hearing impaired wrestlers (age=19.41±3.99) and 63 hearing-impaired sedentary (age= 22.42±4.82). The "Life Insatiable Scale" developed by Diener and his colleagues (1985) and the "Self-Esteem Scale" developed by Arıcak (1999) were implemented. "Personal Information Form" prepared by the researchers was applied to obtain personal information. In addition to the descriptive statistics made in the analysis of the data, the Kruskal-Wallis H test was used to examine the difference between the groups, and the Spearman correlation coefficient test was used to examine the relationship levels. The relationship between age and life saturation in deaf wrestlers, a moderate positive relationship was found. Again, in terms of the experience variable of the same group, a significant difference was age variability and life satisfaction scores with depressive affect subscale points and life satisfaction scores. Sedentary individuals have found a relationship with age variability and self-esteem subscale and productivity subscale. As a result, it is observed that deaf wrestlers have increased life satisfaction as their age increases, life satisfaction scores in terms of experience time and differences in lower dimensions of self-esteem. Significant relationships were found in terms of age variability among the self-esteem and life satisfaction scores of individuals with sedentary hearing impairment. In terms of age variability, relationships have been detected in different directions between the self-esteem of all hearing impaired individuals and the self-sufficient subscale.

Key Words: Hearing Impaired, Sedentary, Wrestling, Self-Esteem, Life Satisfaction

¹ Sorumlu Yazar: Ali Burak TOY; E-mail: aliburaktoy@hotmail.com

GİRİŞ

Engellilik üzerine çalışmalar yapan araştırmacılar, son zamanlarda engellilik sorunu yaklaşımında önemli değişimlerin olduğunu bildirmektedirler. Engellilik durumunu tıbbi temelde ele alan yaklaşımlar, engelliliğin kişiden kaynaklanan bir sorun olduğunu ileri sürmektedir. Fakat engellilik üzerine çalışmalar yapan meslek çalışanları engellilikteki asıl sorunun kaynağı olarak “toplumsal yaklaşım” kavramını görmektedirler. Toplumsal yaklaşıma toplumsal önyargıların, kalıp yargıların ve engellilerin dışlanmasına neden olan mimari ve toplumsal düzenlemeleri üzerinde durulmaktadır (Çayır ve Ergün 2014). Engelli bireylerin fiziksel, ruhsal ve sosyal alanlarda gelişmelerini sağlamada, içinde yaşadığı toplum ile kaynaşmasını kolaylaştırmada sportif faaliyetlerin olumlu etkisi bulunmaktadır (Eichsteadt and Lavay, 1995). Bu sebeple engelli bireylerin yaşadıkları topluma kaynaşmalarını sağlamak, uyum becerilerini geliştirmek ve bu süreçleri hızlandırarak bireyin sosyalleşme becerisini arttırmak için spor başlı başına bir araç olarak değerlendirilebilir (Dunn and Fait, 1997).

Bireyin kendisi ve sosyal çevresiyle uygun bir şekilde bütünlük oluşturması için temel psikolojik ihtiyaçlarının belirlenmesi ve doyurulması gerekmektedir. Bununla birlikte bireyin içinde bulunduğu sosyal çevrenin, bireyin yönelim ve davranışlarını desteklemesi yani bireye bu süreç içerisinde katkı sunması beklenmektedir (Yarkin, 2013). Benlik saygısı ve yaşam doyumu konuları bireyin yaşamını bütüncül olarak ele alan bir değerlendirme olarak da tanımlanmaktadır.

Benlik saygısı kavramsal olarak incelenmeden önce “benlik” kavramına değinilmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir. Yıldız, benlik kavramı tanımını tanımlarken benliği kişinin kendi içerisinde gelişen bir yapı şeklinde olduğundan bahsetmektedir. Bu yapıyı geliştiren etmenler ise bireyin ilgi eğilimi, yetenekleri ve amaçlarının oluşturduğunu belirtilmektedir. Literatürdeki bazı tanımlamalarda ise benliğin, insan hayatı boyunca ulaşmak istediği hedefler bütünü olarak da yer aldığı görülmektedir. Benliğin gelişimi için kişiliğinin de tam olarak gelişmiş olması önemli olduğu söylenmektedir (Yıldız, 2012).

Benlik saygısı kavramı, kişiliğin önemli bir boyutunu oluşturmakla birlikte olumlu benlik kavramıyla bağlantılı olduğu ifade edilmektedir. Benlik saygısı kökeninde bir beğenidir dahası kişinin kendisini olumlu anlamda beğenmesidir. Kişinin kendi iç dünyası ile uyumlu olması ve yaşamsal davranışlarından tatmin olmasını açıklamaktadır (Yıldız, 2012). Danimarka ve Alman kökenli Amerikan psikolog Ericson benlik saygısını inceleyen önemli bilim adamlarındandır. Gelişim psikolojisi ve psikanaliz alanlarında çalışmaları ile bilinen Ericson, kuramda psiko-sosyal gelişimin beşinci dönemi olan kimlik oluşumu sürecinde de

Toy, A., B., Toros, T., Gündoğan, U., Öğraş, B., E., Çetin, M., Ç. (2020). İşitme Engelli Güreşçiler ile İşitme Engelli Sedanter Bireylerde Bazı Değişkenler Açısından Benlik Saygısı ve Yaşam Doymu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. SPORTIVE, 3 (2),48-61.

benlik saygısının önemli rolü olduğunu söylemektedir. Benlik saygısının erken dönemlerde ortaya çıkmasını sağlayan aynılık ve süreklilik duygusunun, diğerleri tarafından da yapılan değerlendirmede aynılık ve sürekliliği ile uyuşması durumunda benlik kimliği duygusu gelişmektedir. Bu suretle kimlik duygusuna zemin hazırlayan benlik saygısı, çocuksu bir benmerkezcilik duygusunun tersine, sosyal teknikler ve yetenekler, sosyal rol ve ego ideali ilkelerine dayanmaktadır (Tekdemir, 2013).

Benliğin duygusal boyutunu benlik saygısının oluşturulduğu bildirilmektedir. Benlik saygısı bireyin kendini değerli hissetmesidir. Öyle ki birey kendini değersiz hissettiğinde çeşitli psikolojik problemlerle karşılaşabilmektedir. Bireyin kendini ne ölçüde değerli olduğu ile ilgili kanaati, kendine değer vermesi, saygı duyması, kişilik özelliklerini benimsemesi ve kendini onaylaması vb. durumlarda bireyin benlik saygısını oluşturduğu söylenmektedir (Yıldız ve Çapar, 2010).

Benlik Saygısı bireyin kendini sahip olduklarından üstün ya da aşağı seviyede görmeden, kendisini beğenip, sevmeye, kabul görmeye değer görüp, kendinden memnun olmasıdır. Benlik saygısını var eden belli öğeler vardır. Bunları zihinsel, duygusal, bedensel ve çevresel öğeler olarak sıralanabilir. Benlik saygısının oluşması ve gelişimini sürdürmesinde baskın olan bazı öğeler vardır. Bunlardan bazıları; kendinin bilme, yetenek, beceri ve bilgilerini sergileyebilme, kendini değerli hissetme, toplum tarafından sevilme, onay-kabul görme, beğenilir olma ve kendini var olan özellikleri ile benimseyip kabullenmedir (İzgiç ve Akyüz, 2001).

Bireyin zihinsel ve duygusal gereksinimleri yeterli düzeyde karşılanması durumunda yüksek mutluluk ve motivasyon, özgüven seviyelerinde artış meydana geldiği bildirilmektedir. Fakat zihinsel ve duygusal gereksinimler yeterli seviyede karşılanmadığında bireyin ruhsal-mental sağlığı zarar göreceği gibi kendini toplum içerisinde etkisiz ve yetersiz olarak düşünecektir. Bununla birlikte birey mutsuz ve yaşam kalitesi düşük seviyede olabilecektir. Netice itibariyle bireyin gereksinim duyduğu ihtiyaçlarını sağlaması, bireyde iyi oluşu sağlamaktadır (Deci ve Ryan, 2000).

İlk çağ felsefesine kadar uzandığı söylenen yaşam doymu kavramı pozitif psikoloji içerisinde oldukça dikkat çeken bir başlık olmaktadır. Aristo ve Sokrates'in erdem ve bilgi kavramları hakkındaki görüşleri ile Platon'un içgüdü, akıl ve irade kavramı üzerine olan görüşleri yaşam doymu kuramının temelini oluşturduğu söylenmektedir (Şimşek, 2011). 1960'lı yıllarda Neugarten'in kavramsallaştırdığı yaşam doymu, kişinin yaşamdan beklentileri ve istekleri ile hali hazırdaki durumunun değerlendirilmesinin sonucunda ortaya çıkan durum ya da sonuç olarak bildirilmiştir (Şahin, 2008). Yaşam doymu, insanoğlunun

Toy, A., B., Toros, T., Gündoğan, U., Öğraş, B., E., Çetin, M., Ç. (2020). İşitme Engelli Güreşçiler ile İşitme Engelli Sedanter Bireylerde Bazı Değişkenler Açısından Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumunu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. SPORTIVE, 3 (2),48-61.

yaşam ve yaşam süreçlerinin anlam kazanmasında, mutlu olabilmesinde temel öğe olarak görölmektedir (Yiğit vd., 2011). Yaşam doyumunu temel olarak 3 ana öğede incelenmektedir. Bunlardan ilki kişinin yaşamını dıő ölçütler ile kıyaslayarak iyi oluş durumu, ikincisi kişinin kendi yaşamını yargılaması ile oluşan duygu durumu ve son olarak gündelik ilişkilerin kişide oluşturduğu memnuniyet düzeyidir (Serin ve Özbulak, 2006).

Egzersiz ve spor, sağlıklı ve engelli bireylere fiziksel olarak sağlığa, zindeliğe sağladığı yarar kadar ruhsal ve zihinsel olarak ta yarar sağladığı bilinmektedir. Düzenli olarak spor ve egzersiz yapmanın, bireyin ruhsal sağlığına olumlu olarak etki ettiği bilinmektedir. Yaşam doyumunu etkileyen öğeler içerisinde yer alan spor ve egzersiz yapmanın etkisi yapılan güncel araştırmalarla her geçen gün daha iyi anlaşılmaktadır.

Günümüzde farklı düzey, şiddet, kapsam ve yoğunlukta yapılan egzersiz ve spor faaliyetlerinin iyi oluş ve zihinsel sağlığa olan etkisi çok yönlü olarak değerlendirilmektedir. Sportif etkinliklerde bulunan bireyler, yaşadığı gerilimlerini azalttığı, güvenini pekiştirdiği; zindeliği hissetmesi ve bir amaca erişmenin kıvancını yaşadığı belirtilmektedir. Bu bağlamda, hem yaşam doyumunu hem de zihinsel sağlıkla olumlu yönde artış gösterir (Toros, 2001).

İşitme engelli sporcularla ilgili psikoloji alanında akademik çalışmalar oldukça sınırlı olup, yapılan çalışmaların çoğunlukla normal sporcuları kapsadığı, işitme engelli sporcuların ihmal edildiği görölmektedir. Yapılan bu çalışmanın önemi, işitme engelli elit güreşçiler ile işitme engelli sedanter bireylerin benlik saygısı ve yaşam doyumunu puanlarını araştırması bakımından önem taşımaktadır. Türkiye’de yaşam doyumunu ve benlik saygısı ile ilgili olarak yapılan çalışmalar sınırlı sayıda spor branşı açısından ele alınmıştır. Türkiye’de işitme engelli güreş sporunda yaşam doyumunu ve benlik saygısı konularına ilişkin akademik çalışmalara çok fazla rastlanılmamıştır. Bu çalışma yaşam doyumunu ve benlik saygısının yaş ve deneyim süresi değişkenleri açısından ilişkiler araştırıldığı için önemlidir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu araştırma ilişkisel tarama modelinde olup, işitme engelli elit güreşçiler ve işitme engelli sedanter bireyler olmak üzere bu iki grubun, benlik saygısı ölçeği ve onun alt boyutları olan benlik değer, özgüven, depresif duygulanım, kendine yetme, başarma ve üretkenlik ile yaşam doyumlarının; sporcu olup olmama, yaş, spor deneyimi değişkenleri açısından ilişkiler araştırılmıştır.

Toy, A., B., Toros, T., Gündoğan, U., Öğraş, B., E., Çetin, M., Ç. (2020). İşitme Engelli Güreşçiler ile İşitme Engelli Sedanter Bireylerde Bazı Değişkenler Açısından Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. SPORTIVE, 3 (2),48-61.

Araştırma Grubu

Bu araştırmanın evreni işitme engelli erkek güreşçiler ve işitme engelli erkek sedanter bireylerden oluşturmaktadır. Araştırmanın güreşçi olan örneklemini; 2019 yılı İşitme Engelliler Türkiye Şampiyonalarında Güreş branşında sporcu olarak katılmış işitme engelli güreşçilerden oluşmaktadır. Araştırmanın sedanter örneklemini ise (kolay ulaşılabilir örneklem) Mersin ilinde yaşayan işitme engelli bireyden oluşturmaktadır.

Araştırmamıza çeşitli yaş (yaş= 19,41±3,99) gruplarında 60 işitme engelli güreşçi ve çeşitli yaş grubu (yaş= 22,42±4,82) ve mesleklerde çalışan 63 sedanter işitme engelli olmak üzere toplam 123 birey katılmıştır. Ölçeklerin doldurulması aşamasında yetkin işaret dili uzmanlarından destek alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu, yaşam doyumu ölçeği ve benlik saygısı ölçeği kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından hazırlanan içerisinde sporcu olup olmama, yaş aralığı, spor deneyimi süresi değişkenlerini içeren demografik bilgilerin yer aldığı kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Yaşam Doyumu Ölçeği: Yaşam Doyumu Ölçeği Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiş olup genel yaşam doyumunu ölçmektedir. Yaşam doyumu A indeksi (Neugarden ve diğ. 1961) $r=0.81$ ile akranların değerlendirmeleri $r=0.64$ olan korelasyonu ile Yaşam Doyumu Ölçeğinin oldukça yüksek paralel test geçerliliği belirlenmiştir. Test-tekrar test güvenilirliği iki hafta ve bir ay sonraki ölçümlerde 0.84 olarak bulunmuştur (Pavot, Diener, Colvin ve Sandvik, 1991). Pavot ve Diener (2009) ölçeğin kullanımının serbest olduğunu ve izin alınmasına gerek olmadığını belirtmişlerdir. Ölçek daha önce Yetim (1991) tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Araştırmacı tarafından tekrar Türkçeye çevrilen ölçek, 7'li likert tipinde ve toplam beş maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek puan ise 1-35 arasında değişebilmektedir. Ölçekten alınan puan yükseldikçe yaşam doyumu da yükselmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı Yetim tarafından 0.86 olarak hesaplanmıştır. Bu araştırmada ölçeğin Türkçe formu kullanılmıştır.

Benlik saygısı ölçeği: Araştırmada, bireylerin benlik saygısı düzeylerini ölçmek için Arıcağ (1999), tarafından geliştirilen Benlik Saygısı Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, 5'li likert tipi derecelendirmeye düzenlenmiş ve araştırmaya katılan öğrencilerden her maddeyi okuyup;

“tamamen katılıyorum”, “katılıyorum”, “kararsızım”, “katılmıyorum” ve “hiç katılmıyorum” seçeneklerinden birini işaretlemeleri istenmiştir.

Ölçek, beş faktöre ayrılmıştır ve kuramsal olarak benlik saygısının; benlik değeri, kendine güven, depresif duygulanım, kendine yetme, başarıma ve üretkenlik alt boyutlarını içermektedir (Arıcaık, 1999). Bu boyutların açıklaması ve her bir boyutta yer alan maddeler aşağıda yer almaktadır.

- Benlik Değeri: Kendinde olan ve olması gereken özelliklere bir değeri verme durumudur.
- Özgüven: Daha çok kendi özelliklerine bir değeri atfetme ve bu değeri sayesinde kendini onaylama durumudur.
- Depresif Duygulanım: Bireyin kendini daha çaresiz, daha zayıf ve güçsüz olarak algılama durumudur.
- Kendine Yetme: Bireyin zihinsel ve davranışsal anlamda kendi beklentilerini ve hedeflerini gerçekleştirme durumudur.
- Başarıma ve Üretkenlik: Bireyin kendini yeterince başarılı ve faydalı görme durumudur.

Ölçeğin güvenilirliği iki şekilde test edilmiştir. Birincisi, ölçeğin iç tutarlılığının bir ölçüsü olan ve likert tipi ölçekler için öncelikle kullanılan Cronbach Alfa formülü ile güvenilirlik katsayısının hesaplanması, diğeri ise testin tekrarı yöntemi ile elde edilen güvenilirlik katsayısıdır (Campbell, 1990).

Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Sınıf Öğretmenliği Bölümünden 152 öğrenciye uygulanan ve madde analizi sonucunda 32 maddeye inen ölçeğin SPSS paket programında Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı hesaplanmış ve ölçeğin güvenilirlik katsayısı 90 olarak bulunmuştur. Korelasyon katsayıları alt ölçeklere göre, Benlik değeri; 0.74, Özgüven; 0.68, Depresif duygulanım; 0.75, Kendine yetme; 0.60, Başarıma ve üretkenlik; 0.70 şeklinde hesaplanmıştır. Madde analizinden sonra yeni hali ile ölçek, iki hafta ara ile öğrencilere tekrar uygulanmış ve SPSS paket programında Pearson çarpım-moment korelasyonu hesaplanmıştır. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.70 olarak bulunmuştur (Arıcaık, 1999).

Ölçeğin geçerlik çalışması üç şekilde test edilmiştir. Kapsam geçerliği olarak uzman görüşüne başvurulmuş ve uzman grubun %75’inin kabul ettiği maddeler ölçeğe alınmış, diğerleri ise ölçekten çıkartılmıştır. Benzer ölçekler geçerliği olarak, benlik saygısı ölçeği ile birlikte Çuhadaroğlu’nun Türkçeye uyarladığı Rosenberg benlik saygısı ölçeği de verilmiş ve iki ölçek puanları arasındaki ilişki 0.69 olarak bulunmuştur.

Araştırmada işitme engelli elit güreşçiler ve işitme engelli sedanter bireylere; kişisel bilgi formu, yaşam doyumu ölçeği ve benlik saygısı ölçeği uygulanmış ve ölçek sonuçlarına ilişkin betimsel istatistikler hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmanın temel değişkenlerini oluşturan kişisel veriler, benlik saygısı ve yaşam doyumuna ilişkin verilerin çözümlenmesinde SPSS istatistik programı kullanılmıştır. Verilerin doğru bir şekilde girilip girilmediği kontrol edilmiştir. Tüm değişkenler merkezi dağılım ve değişkenlik ölçütlerinden yararlanılarak ayrı ayrı değerlendirilmiştir. Tek yönlü varyans analiziyle işitme engelli elit güreşçilerin ve işitme engelli sedanter bireylerin, benlik saygısı (benlik değeri, başarıma ve üretkenlik, depresif duygulanım, özgüven, kendine yetme alt boyutları) ve yaşam doyumunu ortalamalarında anlamlı bir farkın olup olmadığı test edilmiştir. Verilerin analizinde betimsel istatistiklerin yanı sıra yapılan Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri uygulanmış normallik testi sonucunda dağılımın normal bulunmamasıyla beraber gruplar arasındaki farkı incelemek amacıyla Kruskal-Wallis H testi ve ilişki düzeylerini incelemek amacıyla Spearman korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Elde edilen bulgular alan yazındaki kuramlar ve araştırmalar ışığında tartışılmış ve yorumlanmıştır.

İlişkisel Model kapsamında; yaşam doyumunu ve benlik saygısı ölçek puanları arasındaki korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Karşılaştırmalı model temelinde; demografik değişkenlere göre verilerin, benlik saygısı (benlik değeri, özgüven, depresif duygulanım, kendine yetme, başarıma ve üretkenlik alt boyutları) ve yaşam doyumunu ölçeklerinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığı incelenmiştir.

BULGULAR

Tablo 1: Toplam katılımcıların benlik saygısı ve yaşam doyumunu puan ortalamaları ve standart sapmaları.

	min.	max.	\bar{X}	s.s
Güreşçiler	n=60			
Benlik Değeri	1	5	3,06	0,67
Başarıma ve Üretkenlik	1	5	3,10	0,56
Depresif Duygulanım	1	5	2,95	0,79
Özgüven	1	5	2,63	0,33
Kendine Yetme	1	5	2,58	0,60
Yaşam Doyumu	1	7	3,71	1,43
Sedanterler	n=63			
Benlik Değeri	1	5	2,53	0,40
Başarıma ve Üretkenlik	1	5	2,87	0,40
Depresif Duygulanım	1	5	2,70	0,63
Özgüven	1	5	3,10	0,32
Kendine Yetme	1	5	3,51	0,60
Yaşam Doyumu	1	7	3,17	0,92
Toplam katılımcılar	n=123			

Toy, A., B., Toros, T., Gündoğan, U., Öğraş, B., E., Çetin, M., Ç. (2020). İşitme Engelli Güreşçiler ile İşitme Engelli Sedanter Bireylerde Bazı Değişkenler Açısından Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumunu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. SPORTIVE, 3 (2),48-61.

Benlik Değeri	1	5	2,79	0,61
Başarma ve Üretkenlik	1	5	2,98	0,50
Depresif Duygulanım	1	5	2,82	0,72
Özgüven	1	5	2,87	0,40
Kendine Yetme	1	5	3,06	0,76
Yaşam Doyumu	1	7	3,43	1,22

Tablo 1’de görüldüğü üzere güreşçilerin ölçeklerden aldığı puanlar incelendiğinde benlik saygısı alt boyutlarından en yüksek puanın başarma ve üretkenlik ($\bar{X}=3,10$) alt boyutu olduğu görülürken en düşük puan ortalaması ile kendine yetme ($\bar{X}=2,58$) alt boyutu olduğu görülmektedir. Sedanterlerin ise ölçeklerden aldığı puanlar incelendiğinde benlik saygısı alt boyutlarından en yüksek puanın kendine yetme ($\bar{X}=3,51$) alt boyutu olduğu görülürken en düşük puan ortalaması ile benlik değeri ($\bar{X}=2,53$) alt boyutu olduğu görülmektedir.

Tablo 2: İşitme engelli güreşçilerin yaş değişkeni açısından yaşam doyumunu ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Sonuçları

	Benlik Değeri	Başarma ve Üretkenlik	Depresif Duygulanım	Özgüven	Kendine Yetme	Yaş
Yaş	r ,142	-,009	,236	-,013	-,041	1
Yaşam doyumunu	r -,144	-,245	-,044	-,065	,239	,411**

Tablo 2’de güreşçilerin yaş değişkeni açısından benlik saygısı ölçeğinden alınan puanlarla yaşam doyumunu ölçeği puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon analizi sonucunda yaş ile yaşam doyumunu ölçeği puanları arasında istatistiksel açıdan $p<.05$ düzeyinde pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Tablo 3: Sedanter işitme engelli katılımcıların yaş değişkeni açısından yaşam doyumunu ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Sonuçları

	Benlik değeri	Başarma ve üretkenlik	Depresif duygulanım	Özgüven	Kendine Yetme	Yaş
Yaş	r -,044	,331**	-,064	-,063	-,006	1
Yaşam Doyumu	r ,171	,226	,274*	,058	-,123	,180

Tablo 3’de sedanter işitme engelli katılımcıların yaş değişkeni açısından benlik saygısı ölçeğinden alınan puanlarla yaşam doyumunu ölçeği puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon analizi sonucunda yaş ile benlik saygısı ölçeği alt boyutu olan başarıma ve üretkenlik alt boyutu puanları arasında istatistiksel açıdan $p<.05$ düzeyinde pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Tablo 4: Toplam katılımcıların yaş değişkeni açısından yaşam doyumunu ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Sonuçları

	Yaş	Benlik değeri	Başarıma ve üretkenlik	Depresif duygulanım	Özgüven	Kendine yetme
Yaş	r	1	-,193*	,056	-,074	,187*
Yaşam doyumunu	r	,016	,067	-,043	,095	-,071
						,228*
						-,032

Tablo 4’de görüldüğü üzere, Toplam katılımcıların yaş değişkeni açısından benlik saygısı ölçeğinden alınan puanlarla yaşam doyumunu ölçeği puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon analizi sonucunda yaş ile benlik saygısı ölçeği alt boyutu olan benlik değeri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olmak ile beraber özgüven ve kendine yetme alt boyutları puanlar arasında istatistiksel açıdan $p<.05$ düzeyinde pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Tablo 5: Benlik saygısı ve Yaşam doyumunu Ölçeği Puanlarının Güreşçilerin deneyim düzeyi Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

	Gruplar	n	$\bar{x}_{sıra}$	x^2	sd	p
Benlik Değeri	1 Yıldan Az	8	15,19	9,133	2	,010*
	1 - 3 Yıl	27	29,61			
	4 ve üst	25	36,36			
Başarıma ve Üretkenlik	1 Yıldan Az	8	20,44	3,690	2	0,158
	1 - 3 Yıl	27	30,30			
	4 ve üst	25	33,94			
Depresif Duygulanım	1 Yıldan Az	8	11,75	10,991	2	,004*
	1 - 3 Yıl	27	32,31			
	4 ve üst	25	34,54			
Özgüven	1 Yıldan Az	8	21,44	5,368	2	0,68
	1 - 3 Yıl	27	35,78			
	4 ve üst	25	27,70			
Kendine Yetme	1 Yıldan Az	8	31,06	5,440	2	,066
	1 - 3 Yıl	27	25,02			
	4 ve üst	25	36,24			
Yaşam Doyumu	1 Yıldan Az	8	18,63	6,724	2	,035*
	1 - 3 Yıl	27	28,70			
	4 ve üst	25	36,24			

* $P<0,5$

Tablo 5’de Benlik saygısı ölçeği ve yaşam doymu ölçeği sıralamalar ortalamalarının güreşçilerin deneyim düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis- H sonucunda güreşçilerin deneyim düzeyi değişkeni açısından benlik değeri alt boyutu ($M=9,133$; $sd=2$; 05) depresif duygulanım alt boyutu ($M=10,991$; $sd=2$; 05) ve yaşam doymu ($M=6,724$; $sd=2$; 05) gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

TARTIŞMA

İşitme engelli elit güreşçiler ve İşitme Engelli Sedanter Bireylerin benlik saygısının benlik değeri, özgüven, depresif duygulanım, başarıma ve üretkenlik, kendine yetme alt boyutu puanları ile yaşam doymu puanları arasındaki ilişkilere dair elde edilen bulgular araştırma amaçları çerçevesinde değerlendirilmiştir.

Araştırma grubunda yer alan işitme engelli elit güreşçiler ve işitme engelli sedanter bireylerin benlik saygısı alt boyutu olan benlik değeri, özgüven, depresif duygulanım, başarıma ve üretkenlik, kendine yetme puan ortalamaları ile yaşam doymu puanları karşılaştırılmıştır. Benlik saygısının benlik değeri, başarıma ve üretkenlik, depresif duygulanım, kendine yetme alt boyutları ile yaşam doymu puanları açısından işitme engelli elit güreşçilerin, işitme engelli sedanter bireylere oranla puan ortalamalarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. İşitme engelli sedanter bireylerin ise benlik saygısının özgüven alt boyutu puanının güreşçilere oranla daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Araştırmada benlik saygısı ölçeği bulguları değerlendirilecek olduğunda güreşçilere nazaran, sedanter bireylerin daha önce hiç rekabetçi bir ortam deneyimi olmadığı, kendilerini kendilerine denk olanlar ile kıyaslayabilecekleri, mental ve fiziksel olarak kendi kapasitelerini görebilecekleri bir ortamda bulunmadıklarından dolayı olduğu düşünölmektedir. Yaşam doymu ölçeği bulguları incelendiğinde güreş sporu ile fiziksel zindelik hissetmenin yanında yapmış oldukları spor aracılığı ile mental ve sosyal faydalarını da hissettiklerinden kaynaklandığı düşünölmektedir.

Araştırma bulgularımız ile literatür karşılaştırıldığında, bulgularımız ile paralellik gösteren ve paralellik göstermeyen sonuçlar olduğu görölmektedir. Bazı çalışmalar işitme engelli kişilerin, duyan kişilerden daha az kendine güven duyduğunu söylerken (Bat-Chava, 1993; Schlesinger, 2000), bazı çalışmalar önyargının öz güveni azaltmaya neden olmadığını göstermektedir (Emerton, 1996; Crowe, 2003). Duyma kaybının şiddeti, benlik saygısını olumlu yönde etkilemektedir; ağır şekilde sağır olanların daha yüksek özgüvene sahip olduklarını söylenmektedir (Jambor ve Elliott, 2005). İşitme engellilerin azınlık grubu içinde

Toy, A., B., Toros, T., Gündoğan, U., Öğraş, B., E., Çetin, M., Ç. (2020). İşitme Engelli Güreşçiler ile İşitme Engelli Sedanter Bireylerde Bazı Değişkenler Açısından Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *SPORTIVE*, 3 (2),48-61.

yer aldığı ve düşük benlik saygısına sahip oldukları söylenmektedir (Lane, 1992). Toplumda işitme engelliler alt statülerde bulunmaları nedeniyle azınlık grup üyelerinin diğerlerine nispeten daha az benlik saygısının olduğu sıkça ileri sürülür. Fakat bu yargı sistematik olarak tersine dönmüştür (Jambor ve Elliott, 2005). Erişkinlikte başlayan sağırılık, doğuştan ya da bebeklik çağından beri sağır olanlarla kıyaslanamasa da, kişinin benlik saygısını ve öz güvenini yitirmesine dolayısıyla da işitme kaybı gelişmeden önceki dönemine göre, çevresine karşı daha duyarlı ve alıngan olmasına ve hatta paranoid psikotik bozuklukların ortaya çıkmasına yol açabilir. Nitekim ileri yaşlarda işitme kaybına uğrayanlarda paranoid psikoz tabloları normal popülasyona göre daha fazla bildirilmiştir (Bentall ve Taylor, 2006; Cooper, 1976).

Acak (2011) tarafından yapılan araştırmada, işiten futbolcular ile işitme engelli futbolcuların benlik saygılarının orta düzeyde olduğu bildirilmiştir. Benlik saygısı puan ortalamalarının engel durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı saptanmıştır. İşitme engelli futbolcuların benlik saygılarının, işiten futbolcuların benlik saygılarından daha düşük olduğu bildirilmiştir. Benlik saygısına ait aritmetik ortalamalar incelendiğinde engel durumuna göre benlik saygılarının 'orta' puan aralığında yer aldığı görülmektedir (Acak, 2011). İşitme engelli futbolcuların benlik saygısı üzerine yapılan bir çalışmada işitme engelli futbolcuların benlik saygısının ortalama olduğu görülmüştür (Açak ve Kaya, 2016). Yine spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin sosyo-demografik değişkenlere göre benlik saygıları arasında genel olarak anlamlı bir ilişki bulunamadığı fakat öğrencilerin yapma amacına göre benlik saygısı puan ortalamalarında anlamlı bir farkın olduğu bildirilmiştir (Macit, ve ark., 2015). Milli Takım düzeyindeki işitme engelli sporcular ile spor yapmayan işitme engelli ergenlerin benlik saygıları arasında yapılan analizde; benlik saygısı düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur (Karakoç, 2010).

İşitme engelli güreşçilerin yaşam doyumu puanları ile yaş değişkeni arasında anlamlı ve doğru orantılı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu bulgunun, güreşçilerin yaşlarının arttıkça spor deneyiminin artması ve engelli bir birey olmaktan ziyade sporcu bir birey olarak toplumda kendilerine bir yer edinebildiklerinden dolayı olduğu düşünülmektedir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde araştırma bulguları ile karşılaştıracak bulgulara rastlanmamıştır.

İşitme engelli sedanterlerin yaş değişkeni açısından benlik saygısının alt boyutu olan başarıma ve üretkenlik alt boyut puanları arasında anlamlı ve doğru orantılı bir ilişki olduğu görülmüştür. İşitme engelli sedanter bireylerin yaşları arttıkça kendinde olan gereken özelliklere bir değer verdikleri ve kendini yeterince başarılı ve faydalı görmeye başladıkları düşünülmektedir.

Toy, A., B., Toros, T., Gündoğan, U., Öğraş, B., E., Çetin, M., Ç. (2020). İşitme Engelli Güreşçiler ile İşitme Engelli Sedanter Bireylerde Bazı Değişkenler Açısından Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. SPORTIVE, 3 (2),48-61.

İşitme engelli güreşçilerin benlik saygısı ölçeğinin benlik değeri alt boyutu ve depresif duygulanım alt boyutu ile yaşam doyumunu puanları açısından gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Güreş sporu yapan işitme engelli bireylerin Kendinde olan özelliklere bir değeri verdiği bunun beraberinde yarışmasal rekabet ortamında başarı sağladıkça daha iyi olan rakiplerinin varlığını birer tehdit olarak algılamaları, bundan dolayı olduğundan kendini daha zayıf ve güçsüz olarak hissediyor olabileceğinden dolayı bu bulguya ulaşıldığı düşünölmektedir.

Sporla deneyim süresi ve deneyim sıklığı ile benlik saygısı alanında ilgili literatür incelendiğinde araştırma bulgularımızın literatür ile paralellik gösterdiği görölmektedir. Spor yapanlarla sporla yapmayanlar araştırma kapsamında değerlendirildiğinde, non-kontakt bireysel sporlarda bireylerin, benlik saygısı ölçeği sonucunda kendine yetme alt boyutunda elde ettiği puanlar diğer bireyler göre yüksek bulunmuştur. Bu durumu destekleyen araştırmalar literatürde mevcuttur. Yapılan bazı araştırmalarda elde edilen bulgular spor yapan bireylerin spor yapmayan bireylere oranla daha yüksek benlik saygısına sahip olduklarına işaret etmektedir (Tiryaki ve ark. 1991; Mollaoğulları, 2014; Aktaş, 2014).

Toy ve Toros (2015) yaptıkları araştırmada spor deneyimi ile yaşam doyumunu arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yapılan benzer bir çalışmada işitme engelli futbolcuların benlik saygısı puan ortalamaları arasında spor yaşı değişkeni açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı bildirilmiştir (Açak ve Kaya, 2016). Çalışmamızla paralellik gösteren bir diğer çalışmada, amatör vücut geliştirme sporcuları ile spor yapmayan bireyler üzerinde yaptığı bir araştırmada iki grubun benlik saygısı puanları karşılaştırılmış ve sonuç olarak vücut geliştirme sporcularının benlik saygısı puanları orta düzeyde bulunurken spor yapmayan gruptaki kişilerin benlik saygısı puanları düşük düzeyde gözlediğini açıklamıştır (Mekolichick, 2001).

Bireysel ve takım sporu sporcularında, bireysel sporla uğraşan bireylerin daha yüksek benlik saygısına sahip olduğu bildirilmiştir. Bu durumu bireysel sporlarda bireylerin yalnız başına hareket etmek ve karar vermek zorunda kaldıkları göz önünde bulundurulursa bu durum açıklanmıştır (Aktaş, 2014). Milli Takım düzeyindeki işitme engelli sporcular ile spor yapmayan işitme engelli ergenlerin benlik saygıları arasında yapılan analizde; benlik saygıları düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur (Aktaş, 2014).

Aksaray (2003), beceri eğitiminin ve benlik saygısını geliştirmeye yönelik aktivitelerin, benlik saygısı üzerindeki etkisini incelemek amacıyla yaptıkları çalışmada, iki farklı deney grubu; plasebo grubu ve bir kontrol grubu yer almıştır. Elde edilen bulgular beceri ve aktivite programlarına katılan öğrencilerin genel, sosyal, aile, okul ve toplam benlik saygısı

Toy, A., B., Toros, T., Gündoğan, U., Öğraş, B., E., Çetin, M., Ç. (2020). İşitme Engelli Güreşçiler ile İşitme Engelli Sedanter Bireylerde Bazı Değişkenler Açısından Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumunu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *SPORTIVE*, 3 (2),48-61.

puanlarının yükseldiğini göstermiştir (Aksaray, 2003). Özgeylanı (1996), liseli erkek sporcu ve sporcu olmayanların benlik kavramlarını karşılaştırdığı araştırmasında, sporcuların daha yüksek benlik kavramına sahip olduklarını ortaya koymuştur (akt. Yegül, 1999). Milli takım düzeyindeki işitme engelli sporcular ile spor yapmayan işitme engelli ergenlerin benlik saygıları üzerinde yapılan çalışmalardan sporun engelli bireylerin benlik saygılarını olumlu yönde etkilediği söylenmiştir (Karakoç, 2010).

SONUÇ

Güreş sporunu yapan işitme engelli bireylerin benlik saygılarının ve yaşam doyumlarının sedanter bireylere oranla daha yüksek düzeyde olduğu ortaya konulmuştur. Fazla deneyim süresine sahip işitme engelli güreşçilerin daha düşük deneyim düzeyindeki güreşçilere göre benlik saygılarının ve yaşam doyumlarının arttığı gözlemlenmiştir.

ÖNERİLER

- Türkiye’de en önemli sorunlardan olan engelli bireylerin topluma kazandırılması, kendileriyle barışık ve çevrede hor görülmeden yaşamlarını sürdürmelerini sağlamak amacıyla onları çeşitli aktivitelere hazırlamak gerekmektedir. Bunun sağlanması eğitimle mümkündür. Bu anlamda İşitme engellilerin eğitilmesine ne kadar önem versek de spor anlamında sportif alanda özel eğitimli beden eğitimi branş öğretmenleri yetiştirmelidir.
- Bu alanda yapılacak çalışmalar için; değişik spor branşlarda İşitme engelli bay ve bayan sporcuların aralarındaki benlik saygısı ve yaşam doyumunu farkına bakılması faydalı olacaktır. Farklı spor dallarındaki işitme engelli sporcuların yaşam doyumunu ve benlik saygısı puanları karşılaştırılabilir. İşitme engelli güreşçiler ile engeli bulunmayan güreşçilerin çeşitli demografik özellikler açısından oluşabilecek farklılıklara bakılabilir. Araştırmamız sadece işitme engelli bireyler ve güreş sporu ile sınırlandırılmıştır, bu detay göz önüne alınarak daha kapsamlı araştırmalar yapılması önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- Açak, M., Kaya, O. (2016). A Review of Self-Esteem of the Hearing Impaired Football Players. *Universal Journal of Educational Research* 4.3 s.524-530.
- Açak, M. (2011). “İşitme Engelli ve İşitme Engelli Olmayan Futbolcuların Benlik Saygıları ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi”, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. Fırat Üniversitesi.
- Aksaray, S. (2003). *Ergenlerde Benlik Saygısı Geliştirmede Beceri eğitimi ve Aktivite Merkezli Programların Etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Aktaş, İ. (2014). *Farklı Branşlarda Spor Yapan ve Spor Yapmayan Bireylerin Benlik Saygısı ve Risk Alma Düzeylerinin İncelenmesi*. Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. s. 6-13
- Arıcak, O. T. (1999). *Grupla Psikolojik Danışma Yoluyla Benlik Saygısı ve Mesleki Benlik Saygısının Geliştirilmesi*. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi
- Bat-Chava, Y. (1993). Antecedents of Self-Esteem İn Deaf People: A Meta-Analytic Review. *Rehabilitation Psychology*, 38, 221–234.

- Toy, A., B., Toros, T., Gündoğan, U., Öğraş, B., E., Çetin, M., Ç. (2020). İşitme Engelli Güreşçiler ile İşitme Engelli Sedanter Bireylerde Bazı Değişkenler Açısından Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *SPORTIVE*, 3 (2),48-61.
- Bentall, R.P and Taylor J.L. (2006). Psychological Processes and Paranoia: İmplications For Forensic Behavioural Science. *Behav Sci Law*, 24, p.277-294.
- Campbell, J.D. (1990). Self-esteem and clarity of the self-concept. *Journal of Personality And Social Psychology*, 59, p.538.
- Crowe, T.V. (2003). Self-esteem scores among deaf college students: An examination of gender and parents' hearing status and signing ability. *Journal of Deaf Studies and Deaf Education*, 8, p.199-206.
- Cooper, A.F. (1976). Deafness and Psychiatric İllness. *BJ Psychiatry*, 129, p.216-26
- Çayır, K., Ergün, M. (2014). *Ders Kitaplarında Engellilik*. http://www.secbir.org/images/haber/2012/07/derskitaplarindaengellilik_rapor.pdf (Erişim Tarihi:08.12.2019)
- Deci, Edward L., Richard M. Ryan. (2000). "The 'what' and 'why' of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior", *Psychological Inquiry*, Vol.1, p.227-268.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., and Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Dunn, J.M. and Fait, H. (1997). *Special Physical Education: Adapted, Individualized*, Developmental Seventh Edition, Iowa Dubuque Brownand Benchmark, s.22.
- Eichsteadt, C.B., Lavay, B.W. (1995). *Physical Activity for Individuals with Mental Retardation Campaign*, Illinois, s.47.
- Emerton, R.G. (1996). Marginality, Biculturalism, And Social İdentity Of Deaf People. In I. Parasnis (Ed.), *Cultural and Language Diversity And The Deaf Experience*. p. 136-145.
- Jambor, E., Elliott M. (2005). Self-Esteem And Coping Strategies Among Deaf Students. *Journal of Deaf Studies and Deaf Education*. vol. 10 no. 1 p:63-81
- İzgiç, F., Akyüz G. (2001). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Fobi ve Beden İmgesi İle Benlik Saygısı Arasındaki İlişkilerin Araştırılması. *3P Dergisi*, 9, s.592-598.
- Karakoç, Ö. (2010). *İşitme Engelli Milli Sporcular İle Spor Yapmayan İşitme Engellerin Benlik Saygısı Düzeylerinin Araştırılması*. Fırat Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. s.54-62.
- Lane, H. (1992). *The Mask of Benevolence*. Vintage Books. New York.
- Macit, O., Kal, B., Çakmak, Ö., Polat, A., (2015). Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesinde Öğrenim Gören Spor Yapan Ve Yapmayan Öğrencilerin Benlik Saygıları İle Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi. *8. Ulusal Spor bilimleri Öğrenci Kongresi Kitapçığı*. Mersin s.251.
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J., and Tobin, S. S. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology*.
- Mekolichick, J. (2001). Self-Esteem Among Amateur Bodybuilders: A Quantitative Examination. *Sociology of Sport Online-Sosol*, 4: s.1-11
- Mollaogulları, H., Esen, C., A. (2014). Spor Yapan Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi (Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Örneği). *Sosyal Bilimler Entitüsü Dergisi*, s.135-143.
- Pavot, W., Diener, E. D., Colvin, C. R., and Sandvik, E. (1991). Further validation of the Satisfaction with Life Scale: Evidence for the cross-method convergence of well-being measures. *Journal of Personality Assessment*, 57(1), 149-161.
- Pavot, W., Diener, E. (2009). *Review of the satisfaction with life scale*. In Assessing well-being. Springer, Dordrecht. 101-117
- Serin, N. G., Özbülak, B. (2006). Okul İdarecilerinin Duygusal Zeka Beceri Düzeyleri İle Yaşam Doyumunu Yöneticilik Deneyimleri ve Cinsiyet Açısından İncelenmesi, *Uluslar arası Duygusal Zeka ve İletişim Sempozyum Bildiri Kitabı*, İzmir: Ege Üniversitesi, İletişim Fakültesi, s. 23-30.
- Schlesinger, H.,S. (2000). A Developmental Model Applied To Problems Of Deafness. *Journal of Deaf Studies and Deaf Education*, 5, p.349-361.
- Şahin, Ş. (2008). *Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Tükenmişlik ve Yaşam Doyumu Düzeyleri*, Mersin: Mersin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Şimşek, E. (2011). *Örgütsel İletişim ve Kişilik Özelliklerinin Yaşam Doyumuna Etkileri*, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi.
- Tekdemir, Ş. Ç. (2013). *Bir Eğitim ve Araştırma Hastanesinin Obezite Polikliniğine Başvuran Obez Bireylerin Beden Algılarının Benlik Saygısı Üzerine Etkisinin Değerlendirilmesi*, Türkiye Cumhuriyeti Marmara Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.
- Tiryaki, Ş., Erdil G., Acar M., Emlek Y. (1991). Sporcu ve Sporcu Olmayan Gençlerin Kişilik Özellikleri. *Spor Hekimliği Dergisi*, 26, s.19-23
- Toy, A., B., Toros, T. (2015). Güreşçilerin yaşam doyumlarının Yaş ve deneyim açısından incelenmesi. *8. Ulusal Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitapçığı*. Mersin. s.119
- Yarkin, E. (2013). *Temel Psikolojik İhtiyaçların Karşılama Düzeyinin İlişki Doyum ve Yaşam Doyum Düzeyine Katkısının İncelenmesi*, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Yegül, İ. B. (1999). *Liseli Erkek Sporcular ile Sporcu Olmayan Bireylerin Benlik Saygısı ve Atletik Yeterlik Puanlarının Karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yetim, Ü. (1991). Reliability and validity of Satisfaction with Life Scale in Turkish form. In *6th National Psychology Conference*, Istanbul, Turkey.
- Yiğit, R., Bülent D., Engin D. (2011). İş ve Yaşam Doyumu: Konya Emniyet Müdürlüğü Alan Araştırması, *Polis Bilimleri Dergisi*, sayı.133, s.1-18.
- Yıldız, M., Çapar, B. (2010). Orta Öğretim Öğrencilerinde Benlik Saygısı İle Dindarlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi* Cilt 10, Sayı 1.
- Yıldız, M. (2012). *Öğretmen Adaylarının Benlik Saygısı ve Kişilik Özelliklerinin Sahip Oldukları Değerler Açısından İncelenmesi*, Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.