

HEDEF BELİRLENEN ENGELLİ OLAN VE OLMAYAN ÖĞRENCİLERDE ANTRENMANIN PERFORMANS VE DUYGUSAL DURUMLAR ÜZERİNE ETKİSİ

Ferda GÜRSEL*, Ziya KORUÇ**

* Ankara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

** Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, altı haftalık "Dünya turu" oyunu ile benzer dart performansına sahip ortopedik engelli olan ve olmayan öğrencilere belirlenen performans ve sonuç hedeflerinin performans, beden imgesi, öz yeterlik ve kaygı puanları üzerine etkisini karşılaştırmaktır. Araştırmaya yaşları 16-19 arasında olan (n=36) Ortopedik Engelliler Meslek Lisesi ile (n=36) genel liseden erkek öğrenciler katılmıştır. Verilerin toplanmasında Sporda Görev Ego Yönelimi Ölçeği (SGEYÖ), Çok Boyutlu Beden İlişkiler Ölçeği (ÇBBİÖ), Yarışma Durumluk Kaygı Envanteri (CSAI-II) ile gruplara özel geliştirilen öz yeterlik ölçekleri kullanılmıştır. Grupların duygusal durumları ile dart performanslarını karşılaştırmak için ANCOVA, anlamlı çıkmaları durumunda ise post-hoc testlerinden Bonferroni testi kullanılmıştır. ANCOVA sonuçlarına göre, grupların engelinin olup olmasının bilişsel kaygı puanları üzerine etkili olduğu bulunmuştur ($F_{(1,67)} = 4.388; p < .05$). Gruplara hedef belirlenmesi ise onların kendine güven ($F_{(1,67)} = 4.216; p < .05$) ve öz yeterlik puanları ($F_{(1,67)} = 31.184; p < .05$) üzerine etkili olmuştur. Grupların engelinin olup olmaması ile onlara hedef belirlenmesinin etkileşimi performans ($F_{(1,67)} = 4.686; p < .05$), kendine güven düzeyleri ($F_{(1,67)} = 4.656; p < .05$) ve öz yeterlik puanları üzerine ($F_{(1,67)} = 4.993; p < .05$) anlamlı bulunmuştur. Sonuçlar, engelli olan ve olmayan çocukların dart performansı açısından kaynaştırma programına katılmalarının olası olduğu ve bu gruplara belirlenecek hedeflerin engelli çocuklar için sonuç, engelsiz çocuklar için performans hedefi olmasının daha uygun olabileceğini ortaya koymuştur.

Anahtar Sözcükler: Engellilik, Öz yeterlik, Kaygı, Beden imgesi, Dart, Hedef yönelimi.

EFFECTS OF TRAINING ON PERFORMANCE AND EMOTIONAL STATUS OF GOAL ASSIGNED STUDENTS WITH AND WITHOUT DISABILITIES

ABSTRACT

The purpose of this study was to compare the effects of goal-assigned performance and outcome goals in dart performance and emotional process of student with or without orthopedic disabilities through a six week dart game called "Around the World". Four groups of participants with or without CP ranging in age from 16 to 19 years were formed. The participants with CP (36 males) attended a special education program at a local boarding school. Participants without disabilities (36 males) attended a local high school. In this study, "Around the World" and Task and Ego Orientation in Sports Questionnaire (TEOSQ), Multiple Body Self Questionnaire Relationship (MBSQR), Competition Sport Anxiety Inventory (CSAI-II) and self-efficacy which were developed for performance and outcome groups scales were used to collect data. ANCOVA and Bonferroni, one of the post-hoc tests, were used to compare the emotional status and the performances of the groups. According to ANCOVA results, whether the students were disabled or not cognitive anxiety test scores were affected ($F_{(1,67)} = 4.388$; $p < .05$). Goal setting has affected the self-confidence ($F_{(1,67)} = .105$; $p > .05$) and self-efficacy test scores ($F_{(1,67)} = 31.184$; $p > .05$) of individuals in each group. There was interaction group \times goal on their performances ($F_{(1,67)} = 4.686$; $p > .05$), self confidence ($F_{(1,67)} = 4.656$; $p > .05$) and self-efficacy ($F_{(1,67)} = 4.993$; $p > .05$). In conclusion, disabled children joining in an integration program with able-bodied children is possible from the view of dart performance. We found that for the able body children performance goals are useful, while for the disabled children outcome goals are more effective.

Key Words: *The orthopedic disabled, Self- efficacy, Anxiety, Body image, Dart, Goal orientation.*

GİRİŞ

Spor tüm toplumlarda popüler etkinlikler konumundadır. Kimileri yarışmak için, kimileri ise sağlık amacıyla bu etkinliklere katılmaktadır. Fakat engelli bireyler çoğu zaman kendilerini etkinliklere karşı kapatmaktadırlar ya da etkinlik yapma fırsatı bulamamaktadırlar.

Ortopedik engelli bireyler, toplum ve okul yaşamlarında akranlarıyla birlikte eğitim görme fırsatı yakalayamadığında, bir modelle etkileşime olasılıkları da kısıtlanmaktadır. Bu durum, devinişsel alandaki gelişimleri diğer özür grupların-

dan zaten geri olan ortopedik engellilerin, devinişsel, duyuşsal ve sosyal yaşamlarında daha da pasif bir yaşam içeresine itilmesine neden olmaktadır. Spor etkinlikleri engelli bireyleri de içine alacak şekilde düzenlendiğinde, devinişsel, duyuşsal ve sosyal alanlarda kişilerin bağımsız yaşamları desteklenmiş olacaktır. Engelliler kendilerine akranları gibi fırsat verildiğinde beceriyi öğrendikleri gibi bu becerilerle uygun ortamlarda birbirleriyle yarışabilecek cesarete de sahip olacaklardır.

Engelli bireyler içinde en fazla popülasyona sahip olan grubu bedensel en-

gelliler oluşturur. Bedensel engelli bireyler ortopedik engelliler ve süreğen hasatalığı olan bireylerden oluşur. Merkezi sinir sisteminin zedelenmesi sonucu ya da kas ve iskelet sisteminin zedelenmesi sonucu kişiler ortopedik özürlü olurlar. Felç ve serebral palsi merkezi sinir sisteminin hasar görmesi ile oluşan engel durumları iken, kişinin kalça çıkığı ya da ampute olması ise kas ve iskelet sisteminin zedelenmesi sonucu ortaya çıkar (Özyürek, 1998).

Ortopedik engeli nedeniyle, etkinliklere katılımları sınırlanan bireyler spor ile bu sınırlılıkları olabildiğince en aza indirip, kondisyonlarını artıracak, günlük yaşamlarını destekleyeceklerdir. Daha etkin bir yaşam stili ile, başkalarının kendisi hakkındaki tutumlarını olumlu yönde değiştirebileceği gibi, toplumsal beklentileri gerçekleştirmek için de daha etkili becerilere sahip olacaktır (Vermeer, 1997). Spor etkinlikleri, devinışsel alanda yetersizliği olan bireyin gelişimine katkıda bulunmakla kalmayıp, duygusal ve sosyal gelişimlerini de destekleyecektir.

Bu anlamda engeli olan kişinin yaşamında modifiye kurallar ve araçlar kullanılarak yapılan spor, ortopedik engelli bireyin engeli ile başa çıkmasını sağlayan, engelinin hafifletilmesini öğreten, keyif veren, yaşam güdüsünü artıran, kas ve sinir sistemini, zihinsel reaksiyonlarını, fizyolojik ve metabolik gelişimini destekleyen bir araç olarak kullanılır (Broumer ve Ludeke, 1995).

Dart, engelli bireyin kuralları ve kullanılan araçların özellikleri bakımından on-

ların engelli olmayan bireylerle aynı ortamda etkinlikte bulunmasına ve yarışmasına olanak sağlayan bir spordur. Dart sporcularının antrenmanlarında sık kullandığı ve performans gelişiminin takip edilmesi açısından özellikle yeni başlayanlara önerilen "dünya turu oyunu" engelli ve olmayan bireylerin birlikte yarışabilmelerine olanak sağlamaktadır. Bu oyunda kişilerin hedefe isabetleri arttıkça performansları da yükselmektedir. Kişilerin performanslarını artırmak için kullanılan yöntemlerden biriside hedef belirlemedir.

Lock'un hedef belirleme kuramı konusundaki ilk araştırmaları endüstriyel alanda yapılmasına karşın son dönemlerde spor ve egzersiz alanlarında da çalışılmaya başlanmıştır. Kuramın en önemli sayıltısı; özel olarak belirlenmiş hedeflerin performans üzerine "en iyini yap" ya da "hedefsiz" şartlardan daha etkili olmasıdır (Locke ve Lathaam, 1985).

Hedef belirleme, sporda, çalışmanın kalitesini artırarak kişilerin beklentilerini açığa çıkarıp beceri üzerinde çaba ve ısrarı sürdürmek amacıyla kullanılan etkili tekniklerden birisidir. Her bireyin yarışma esnasında kendisi için belirlediği çeşitli hedefler vardır. Yarışma yönelimli bir kişi için yeterli olma ve başarı önemlidir. Bu kişiler hedeflerini iyi performans ve kazanma üzerine kurarlar. Ancak seçilen hedeflerden biri diğerine göre daha önemlidir. Yarışmada ya iyi performans gösterilecek ya da yarışma kazanılacaktır. Böylece kişinin uğraştığı spor branşında edindiği tecrübeler doğrultusunda kişi ya performans yönelimli ya da sonuç

yönelimli olacaktır (Vealey, 1986). Bu araştırmada kişiye yarışma yönelimlerinden performans ve sonuç hedefleri belirlenmiştir.

Engelli olmayan bireyler üzerine yapılan Hedef belirleme çalışmalarına karşın (Burton, 1993; Locke ve Lathaam, 1985; Weinberg ve Gould; 1999), engelli bireylerde bu tarz araştırma sayısı daha azdır (Kingston, Kieran ve Hardy, 1997).

Bireyler hedefe ulaşmaya çalışırken hedefe bağlılığı bireyin kendisini ne denli yeterli hissettiği, benlik algısı, bedenini nasıl algıladığı, konsantrasyonu ve kaygı düzeyi performansını etkileyen psikik süreçler içinde yer alır. Bu süreçler içinde yer alan beden imgesi, kişinin nasıl görüldüğünü düşünmesi ile nasıl görüldüğünün bütünleşmesi olur. Beden imgesi karmaşık ve çok boyutlu bir kavramdır (Taleporos ve Mc Cabe, 2002). Kişinin öz saygısının belirlenmesinde kişinin bedeni hakkındaki düşünceleri önemlidir (Yuen ve Hanson, 2002).

Yaralanmalar sonucu birden bire hareketin engellenmesi, beden kontrolü ve hatta bedenin bir bölümünün kaybı, bedenin görüntüsü ve bütünlüğünün değişmesine neden olur (Ben-Tovim ve Walker, 1995). Spinal kord rahatsızlığı bulunan, alt ekstremitte amputesi olan, protez kullanan ve kas atrofisi olan bireyler bedenlerini farklı değerlendirir ve algırlar. Beden imgesindeki rahatsızlıklar kişinin kimliğini olumsuz etkiler. Bu durum, kişinin fiziksel olarak bedeninin bütünlüğünü kaybetmesinin yanı sıra kendi kimliği içinde olan bir kayıptır (Davidhazar, 1997).

Egzersizinin duygusal durumların değişmesine neden olduğu bilinmektedir (Kieran, Kingston ve Hardy, 1997). Egzersizin kişilerin beden imgesi üzerine etkisini inceleyen araştırmalarda, bireylerin bedenlerini pozitif algıladığı bulunmuştur (Loland, 1998; William ve Cash, 2001). Ancak, engelli olan ve olmayan bireylerde belirlenen hedeflerin egzersizin beden imgesi üzerine etkisini karşılaştıran bir araştırmaya rastlanmamıştır.

Duygusal durumlardan bir diğeri performans üzerinde etkili olduğu bilinen kaygıdır. Engelli olmayan bireylerde, hedef belirlemenin kaygı üzerine etkisi araştırılmış olmasına karşın (Gill, Ozewaltowski ve Deeter 1988; Jones ve Hantan 1996; Jones, Swain ve Cale, 1990; Martin ve Gill, 1991) Engelli bireylerin sporda kaygı düzeylerinin belirlenmesi ile ilgili araştırmalar henüz çok yenedir ve bir takım genellemelere de gidilmemiştir. Engelli bireyleri engeli olmayan bireylerle karşılaştıran araştırmalarda da sonuçlar çok açık değildir (Feltz ve Chase, 1998; Kingston, Kieran ve Hardy, 1997).

Sporda başarıyı etkileyen öğelerden bir diğeri kişinin öz yeterliğidir. Öz yeterlik, kişinin yetenek algısını tanımlamak için kullanılır. Feltz ve Chase (1998) öz yeterliği, kişinin yetenekleri hakkında fiziksel etkinlikte veya sporda özel hedefin başarılmasında karar verme, bilişsel süreç olarak tanımlarlar. Hedef belirleme, kişilerin öz yeterlik inanışlarını artırır (Kieran, Kingston ve Hardy 1997; Miller ve Mc Auley, 1987). Buna karşın engelli olan ve olmayan bireylere hedef belirle-

nerek, öz yeterliklerini karşılaştıran araştırma sayısı çok kısıtlıdır (Kieran, Kingston ve Hardy, 1997).

Bu araştırmanın amacı, altı haftalık dart "Dünya turu" oyunu ile benzer performanstaki ortopedik engelli olan ve olmayan öğrencilere belirlenen performans ve sonuç hedeflerinin performans beden imgesi, öz yeterlik ve kaygı puanları üzerine etkisini karşılaştırmaktır.

YÖNTEM

Araştırma Grubu: Araştırma grubu, liseli ortopedik engelli olan ve olmayan erkek öğrencilerden seçilmiştir. Her iki grupta da 36 öğrenci yer almıştır. Araştırmaya katılan engelli olan ve olmayan gruplar kendi aralarında performans ve sonuç grubu olarak ikiye ayrılmışlardır. Her bir grupta 18'er kişi yer almıştır. Her iki engelli grup monoplejik ve paraplejik bireyler açısından eşitlenmiştir. Bütün gruplar yaş, başlangıç performans değeri, görev ego yönelim puanı göz önüne alınarak eşleştirilmiştir. Katılımcıların özellikleri tablo 1'de verilmiştir.

rının karşılaştırılmasında "Dünya Turu" oyunu kullanılmıştır. "Dünya Turu" oyunu; katılımcıların, başlangıç, ön test ve son test dart performans düzeylerini değerlendirmek için kullanılmıştır. Bu oyunda katılımcı kendisinden 2.37 m. uzaklıktaki hedef tahtasına 1 sayısından başlayarak sırasıyla 20 sayısına kadar her sayıya üç kez olmak üzere, toplam 60 atış kullanılmıştır. 1 sayısına üç atışını tamamlayan katılımcı sırasıyla 2, 3,20 sayılarına atış kullanılmıştır. Hedef tahtasında her bir sayının bir dilimi vardır. Bu dilim üzerinde, ikili ve üçlü bölgeler bulunur. Atış yapılan sayı tekli bölgeden vurulursa 1 puan, ikili bölgeden vurulursa 2 puan, üçlü bölgeden vurulursa 3 puan alınır. Öğrenci performansının hesaplanması bir örnek ile açıklanırsa: Öğrenci 1 sayısı için üç atış kullanmış olsun. Atışlardan birincisi tekli, ikincisi ikili, üçüncüsü de üçlü bölgeye isabet etmiş olsun. Bu kişinin 1 sayısı için alacağı puanı; (1) + (2) + (3)= 6 puan olur. Bu kişinin "Dünya Turu" oyunundan aldığı toplam puanı hesaplamak için, 1'den 20'ye kadar attığı toplam 60

Tablo 1. Katılımcıların özellikleri

Gruplar	n	Yaş		Performans Temel Düzeyi		Görev / Ego Yönelim Puanı	
		\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss
Engeli Olmayan Performans	18	16.33 ± 1.45		9.77 ± 5.82		4.11 ± 0.41	
Engeli Olmayan Sonuç	18	16.44 ± 1.29		8.33 ± 4.75		4.21 ± 0.44	
Engelli Performans	18	17.50 ± 1.65		7.72 ± 4.54		4.21 ± 0.44	
Engelli Sonuç	18	17.83 ± 1.38		7.05 ± 3.91		4.19 ± 0.47	

Veri Toplama Araçları

"Dünya Turu" Oyunu: Bu araştırmaya katılan öğrencilerin performansla-

atış tek tek toplanır ve toplam puan dart performans puanını oluşturur (Pratt ve Harris, 1995).

Sporda Görev-Ego Yönelimi Ölçeği - SGEYÖ (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire-TEOSQ): Hedef belirlemede, bireysel farkları ortaya çıkarmak için kullanılan görev ve ego yönelim ölçeği, Duda (1989) tarafından geliştirilmiştir. 13 maddeden oluşan ölçek, 7'si görev 6'sı ego olmak üzere 2 faktör altında sınıflandırılan 5'li likert tipindedir. Her ego yönelim maddesi "Beceriyi arkadaşlarımdan iyi yaptığımda kendimi en başarılı hissederim" ile başlarken, görev yönelim maddesi "Beceriyi öğrendiğimde kendimi en iyi hissederim" türündedir.

SGEYÖ'nün Türk sporcuları için uyarlaması (Toros, 2001) tarafından yapılmıştır. Açıklayıcı faktör analizi ile belirlenen ölçeğin yapı geçerliğinde, görev ve ego yönelimi olmak üzere iki faktör bulunmuştur. Maddeler arasındaki iç tutarlığı, görev yönelimi için $\alpha = .87$, ego yönelimi için $\alpha = .85$ olduğu ve üç haftalık test tekrar test güvenilirliği görev yönelimi için $r = .65$ ego yönelimi için $r = .72$ olarak bulunmuştur.

Çok Boyutlu Beden İlişkiler Ölçeği-ÇBBLÖ (Multiple Body Self Questionnaire Relationship-MBSRQ): Beden imgesini değerlendirmek için kullanılan (ÇBBLÖ), katılımcıların tutumlarını, algısal, davranışsal ve subjektif olarak çok boyutlu değerlendirdiği için seçilmiştir. Cash (1990) tarafından geliştirilen ölçek, 69 madde ve üç grup alt ölçek içerir. Alt ölçeklerden Beden ilişkiler ölçeği (BLÖ) 54 madde, Beden Bölümlerinden Hoşnut Olma Ölçeği (BBHÖ) 9 madde ve kilo ile ilgili tutum ölçeği (KITÖ) 6 maddeden oluşmaktadır.

BLÖ üç bedensel alandan oluşur. Bunlar; fiziksel görünüş (estetik), fiziksel uygunluk (fiziksel yeterlik), hastalık-sağlıktır (fiziksel bütünlük). Her bir alan değerlendirme ve yönelimi yoklayan maddeler içerir. Bireylerin beden imgesi; (1) "kesinlikle katılmıyorum" ile (5) "kesinlikle katılıyorum" arasında değişen beşli likert tipi ölçek ile derecelendirilir. BLÖ, görünüşün değerlendirilmesi, görünüş yönelimi, fiziksel uygunluğun değerlendirilmesi, fiziksel uygunluğun yönelimi, sağlık değerlendirmesi, sağlık yönelimi, hastalık yönelimi olmak üzere toplam 7 alt ana ölçekten oluşur.

BBHÖ; bedenin özel parçalarından hoşnut olup olmamayı, yüz, alt beden, orta beden, üst beden, kas tonusu, kilo, boy ve tüm görünüşü değerlendirilirken, (1) "hiç memnun değilim", (5) "çok memnunum" beşli likert tipi ölçek kullanılır. Son 6 madde kilo ile ilgili tutumlardır. İki madde kişinin kilosunu kendisinin ve başkalarının öznel olarak nasıl değerlendirdiğini kapsar. Kişi kilosunu, (1) "çok az kiloluyum" ile (5) "çok kiloluyum" arasında değişen beşli likert tipinde derecelendirilir.

ÇBBLÖ'nin yaşları 16-30 arasındaki Türk popülasyonu üzerine uyarlaması Gürsel, (2003) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği için açıklayıcı faktör analizi kullanılmış ve on faktör altında toplanmıştır. Alt ölçekten 3 madde (23, 33, 36) çıkarılmıştır. Ölçeğin Türk popülasyonuna uygulanması sonucu 20, 57, 58. maddelerinde ters madde özelliği gösterdiği tespit edilmiştir (Gürsel, 2003). Ölçeklerin iç tutarlık katsayıları

$\alpha=.47-.83$ arasında değişmektedir. Test tekrar test güvenilirliği için üç hafta sonra 345 kişiye ÇBBLÖ uygulanmış ve $r = .52-.67$ arasında bulunmuştur (Gürsel, 2003).

Yarışma Durumluk Kaygı Envanteri (CSAI-II): Envanter; bilişsel kaygı, bedensel kaygı ve kendine güveni değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Martens, Burton, Vealey, Bump ve Smith (1990) tarafından geliştirilen envanter 27 maddeden oluşmaktadır. Her madde için kişinin tam olarak ne hissettiği, dörtlü likert tipi ölçekle değerlendirilmiştir. Dereceleme (1) "hiçbir zaman" ile (4) "daima" arasındadır. Bilişsel kaygı ile ilgili maddeler; "bu müsabaka benim için önemlidir", bedensel kaygı ile ilgili maddeler; "kendimi sinirli hissediyorum", kendine güvenle ilgili maddeler "kendimi güvende hissediyorum" şeklindedir. Her alt ölçek 9 maddeden oluşmuştur.

CSAI-II envanterinin Türk popülasyonuna uyarlanması Kuruç (1998) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği için açıklayıcı faktör analizi kullanılmış ve üç faktör altında toplanmıştır. Ölçeğin iç tutarlık katsayıları kızlar için bilişsel kaygı, bedensel kaygı, kendine güven için sırasıyla $\alpha = .88, .74$ ve $.82$ erkekler için ise sırasıyla $\alpha = .89, .76$ ve $.87$ olarak bulunmuştur. Genel olarak ölçeğin iç tutarlık katsayısı $\alpha = .986$, erkekler için $\alpha = .948$, kızlar için ise $\alpha = .965$ olarak bulunmuştur. Envanterin bir aylık zaman için test-tekrar-test güvenilirliği bir aylık zaman dilimi için bilişsel kaygı, bedensel kaygı, kendine güven için sırasıyla $r = .961, r = .929$ ve $r = .949$ bulunmuş,

STAI ve CSAI-II arasında ANOVA ($F_{(1,26)} = .69; p > .05$) fark bulunmamıştır (Kuruç, 1998). Bu bulgu aynı zamanda ölçüt geçerliği olarak da kabul edilmiştir. Envanterin iki hafta test tekrar test güvenilirliği bilişsel kaygı, bedensel kaygı, kendine güven için sırasıyla $r = .561, .672, .541, = .230, .223, .321$ bulunmuştur. Bu bulgu yapı geçerliğini göstermektedir.

Öz Yeterlik Ölçekleri: Performans grubu ve sonuç grubu için araştırmacı tarafından ayrı ayrı öz yeterlik ölçekleri geliştirilmiştir.

Performans grubu öz yeterlik ölçeğinde, katılımcılara toplam 60 atış sonunda hangi puan aralığında, kaç puan alacaklarına inandıkları sorulur. Ölçeğin seviyesi ise alt alta yazılan 40 maddeden oluşmuştur. Sonuç grubu öz yeterlik ölçeğinde ise katılımcıların toplam 18 kişi içinde, hangi güven aralığında kaçınıcı olacağına inandığı belirlenmeye çalışılır. Ölçeğin seviyesi ise alt alta yazılan 18 maddeden oluşmuştur. Her iki ölçek Martin ve Gill (1995)'in araştırmalarında kullandığı ölçek örnek alınarak araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Güven aralığı her iki ölçek için (0) "hiç inanmıyorum", (5) "orta düzeyde inanırım" ve (10) "Kesinlikle inanıyorum" şeklinde oluşturulmuştur. Her iki grup için toplam öz yeterlik puanı; güven aralığı puanlarının toplamının madde sayısına bölünmesi ile hesaplanmaktadır. Alınabilecek maksimum puan 10 puandır. Bu ölçüm stratejisi Mc Auley, Courneyu ve Lettunich (1991)'in ölçüm stratejisine benzerdir.

Her iki ölçek için üretilebilirlik (güvenirlilik) ve ölçeklenebilirlik (geçerlik) değerleri Tavşancıl (2002)'a göre hesaplanmıştır. Buna göre engelli olmayan performans grubu için üretilebilirlik katsayısı 0.97 (kabul edilebilir değer: > 0.90), sonuç grubu için 1'dir. Ölçeklenebilirlik katsayısı performans grubu için 0.97, sonuç grubu için 1'dir (kabul edilebilir değer: > 0.60).

Engelli Bireyler İçin Kullanılacak Ölçüm Araçlarının Geçerliliği ve Güvenirliliği: Engelli bireyler (n=36) için her bir alt ölçeğin iç tutarlık ve test tekrar test değerleri hesaplanmıştır. Buna göre SGEYÖ'nün iç tutarlık katsayısı, görev yönelimliler için $\alpha = .65$, ego yönelimliler için $\alpha = .72$ ÇBBLÖ'nün iç tutarlılık katsayısı $\alpha = .61- .82$ arasında ortalama $\alpha = .73$; öz yeterlik ölçeğinin üretilebilirlik katsayısı engelli performans grubu için 1, engelli sonuç grubu için 0.93. CSAI-II'nin alt ölçeklerinden bilişsel kaygı için $\alpha = .40$, bedensel kaygı için $\alpha = .41$, kendine güven için $\alpha = .59$ olarak bulunmuştur.

Ölçeklerin test tekrar test değerleri ÇBBLÖ için $r = .59-64$ arasında, öz yeterlik ölçeklerinin ölçeklenebilirlik katsayısı engelli performans grubu için 0.8, engelli ego grubu içinse 1'dir. CSAI-II alt ölçeklerinden bilişsel kaygı $r = .51$, bedensel kaygı $r = .70$ ve kendine güven için, $r = .46$ bulunmuştur.

İşlem Yolu: Ölçme, uygulama ve hedef belirleme olmak üzere üç bölümden oluşmuştur.

Ölçüm: Katılımcıların ön testleri altı haftalık uygulamadan önceki ilk gün

alınmıştır. SEGYÖ, performans testi "Dünya turu" oyunu, ÇBBLÖ, CSAI-II, performans ve sonuç grupları için öz yeterlik ölçekleri uygulanmıştır. Altı haftanın bitimindeki ilk gün, katılımcıların son testleri alınmıştır. SEGYÖ hariç tüm ölçekler tekrar uygulanmıştır. Katılımcılar uygulama ve ölçümler esnasında birbirlerinden haberdar olmalarına karşın hiç bir araya gelmemişlerdir. Bunun sebebi engelli bireylerin aynı koşullar sağlandığında darta performansları değerlendirilmiştir. Engelli olan ve olmayan öğrenciler bir arada çalışmaya katılmış olmaları "etiketlenme" kuramından dolayı, engelli bireylerin beden imgelerini düşük algılamalarına sebep olabilirdi. Bu da engelli bireylerin gerçek performanslarını yansıtmayabilirdi.

Ön Çalışma 1 (Performans Grubu Öz Yeterlik Ölçeği için Hedeflerin Belirlenmesi): Performans grubuna belirlenecek hedefin tespit edilebilmesi amacıyla dartı daha önce oynamamış 10 kişiden oluşan (yaş 19(2.3 yıl) sporcu olmayan erkek üniversite öğrencileri ön çalışmaya katılmışlardır. Dart sporu kategorileri 10-15 yaş yıldızlar, 16-21 yaş gençler ve 21 yaş üstü büyükler kategorisi olarak sınıflandırılır. Dart sporunun özelliği de fiziksel üstünlük yarışmacıların performanslarına ek bir katkıda bulunmaz. Performans hedefe yapılan atış ile yakından ilgilidir. Alıştırma sayısı artıkça performans bundan olumlu etkilenmektedir. Bu nedenle kişilerin atış yapımlarında bir engel yok ise (bu çalışmada seçilen deneklerin tümünün özelliği hepsi atış yapılabiliyor niteliktedir) dart oynamaları bundan etkilenmeyecektir.

Ön çalışma grubu toplam altı hafta, haftada üç gün "dünya turu" oyunu oynamışlardır. Çalışma günleri 1'den 20'ye kadar iki atış kullanırlarken, ön test ve son test ölçüm günleri 3'er atış kullanmışlardır. Altı haftalık eğitim süresince ön çalışma grubuna hiç bir hedef belirlenmemiştir. Altı hafta sonunda ön çalışma grubunun performansında %27-40 arasında bir artış saptanmıştır. Böylece performans grubu için hedef %30 olarak uygun görülmüştür.

Ön Çalışma 2 (Görev Yönelim Ölçeğinin Puan Aralığının Belirlenmesi): On kişilik üniversite öğrencileri, altı hafta sonunda "Dünya Turu" oyununda en fazla 29 puan almışlardır. Böylece görev yönelim ölçeğinin puan aralığı 1 puan ile 40 puan arasında oluşturulmuştur.

Altı Haftalık Uygulama: Performans ve sonuç grupları ön test sonrasında altı haftalık aynı uygulamaya tabii tutulmuştur. Katılımcılar, araştırma başlama-dan bir hafta önce dart ile tanıştırılmış, çeşitli şekillerde atış, duruş, tutuş pozisyonları gösterilmiş ve kendilerine en uygun pozisyonu seçmeleri sağlanmıştır. Araştırmada her iki grup altı hafta boyunca haftada üç gün "Dünya Turu" oyunu oynamıştır (Tenenbaum, Bar-Eli ve Yaaron, 1999).

Hedef Koşulları: Altı hafta boyunca, her iki grup aynı çalışmayı uygulamasına karşın kendilerine belirlenen hedefler farklılık göstermektedir.

Performans Hedef Grubu: Katılımcıların hedefi, "Dünya Turu" oyununda temel düzey performanslarına %30 ilave

edilerek belirlenmiştir. Hedefine ulaşan ve hedefi aşan, engelli olan ve olmayan katılımcılar arasından 5 kişinin çalışma sonunda turnuvaya katılacağı vaadinde bulunulmuştur.

Sonuç Hedef Grubu: Engelli olan ve olmayan 18'er kişiye "Dünya Turu" oyununda yarışma içine girecekleri söylenmiştir. Bu çalışma sonunda engelli ve engelli olmayanlar içinden ilk beşe girenlerin turnuvaya katılacağı vaadinde bulunulmuştur.

Verilerin Analizi: Engelli olan ve olmayan gruplarda belirlenen hedef türlerine göre antrenmanın performans ve psikik süreçler üzerine etkisinin karşılaştırılmasında ANCOVA kullanılmıştır. ANCOVA sonuçları anlamlı olduğunda Bonferroni post-hoc testleri uygulanmıştır. Araştırmanın hata payı $p=0.05$ olarak kabul edilmiştir. Öz yeterlik ölçeklerinin ölçeklenebilirlik ve üretilebilirliklerinin hesaplanmasında Gutman analizi kullanılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde bulgular, performans ve duygusal durumlar için gruplara belirlenen hedefler ve grupların engeli olup olmaması açısından iki başlık altında incelenmiştir. Katılımcıların performans ve duygusal durum puanlarına ilişkin bulgular tablo 2 ve 3'de verilmiştir.

Grupların Engelli Olup Olmamasına İlişkin Bulgular: ANCOVA sonuçlarına göre, katılımcıların engelli olup olmaması performans, beden imgesi ve öz yeterlik ortalama test puanları üzerinde etkili olmamıştır ($p>.05$).

Kişilerin engelli olup olmaması kaygısının alt boyutlarından bilişsel kaygı üzerinde etkili olmuştur ($F_{(1,67)} = 4.388$; $p < .05$). Bonferroni Testi sonuçlarına göre, engelli sonuç grubunun bilişsel kaygı test puanları ($\bar{X}=22.23$) diğer grupların ortalamalarından daha yüksek bulunmuştur.

Gruplarda Hedef Belirlenmesine İlişkin Bulgular: ANCOVA sonuçlarına göre katılımcıların performans ya da sonuç grubunda olmalarının performans

ve beden imgesi on alt ölçeğinin hiç biri üzerinde anlamlı bir etkisi olmamıştır ($p > .05$).

Yapılan araştırmada, gruplara performans ve sonuç hedeflerinin belirlenmesinin, CSAI'nin üç alt boyutundan sadece kendine güven üzerine etkisi anlamlı bulunmuştur ($F_{(1,67)} = 4.216$; $p < .05$). Kendine güven testi puanları Bonferroni Testi sonuçlarına göre engelli performans grubunun puanları ($\bar{X} = 30.24$) diğer gruplardan daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca öz yeterlik test ortalama pu-

Tablo 2. Engeli olan ve olmayan grupların düzeltilmiş ortalamaların karşılaştırılması ve performans ve duygusal durumlar üzerine F değerleri.

Grup ^a	Engelli olmayan performans	Engelli olmayan sonuç	Engelli performans	Engelli sonuç	F		
	\bar{X}	\bar{X}	\bar{X}	\bar{X}	Yetersizlik	Etkileşim	Hedef
Performans	15.31	11.43	11.52	13.56	.366	.456	4.686*
Beden İmgesi							
Görünüşün değerlendirilmesi	3.75	3.83	3.92	3.77	.158	.080	.859
Görünüşün yönelimi	3.84	4.17	3.86	3.96	.685	2.906	1.008
Fiziksel uygunluk değerlendirilmesi	4.27	4.46	4.28	4.06	.132	.882	.114
Fiziksel uygunluk yönelimi	3.99	3.80	4.08	3.83	.286	3.516	.068
Sağlık değerlendirilmesi	4.02	3.89	3.81	3.71	1.395	.581	.012
Sağlık yönelimi	3.56	3.48	3.54	3.57	.001	.043	.302
Hastalık yönelimi	3.28	3.51	3.41	3.40	.003	.515	.698
Beden bölümlerinden hoşnut olma	4.16	4.14	4.07	4.01	1.106	.178	.028
Aşırı kilo almaktan kaygı duyma	2.45	2.63	2.34	2.45	1.511	1.986	.062
Kilosunu sınıflama	2.88	2.91	2.74	2.99	.159	3.119	2.005
Kaygı							
Bilişsel kaygı	18.64	18.34	19.12	22.23	4.388*	1.984	2.776
Bedensel kaygı	17.11	17.07	17.07	18.47	.322	.602	.658
Kendine güven	27.57	27.68	30.24	25.71	.105	4.216*	4.656*
Öz Yeterlik	4.97	6.50	4.03	7.25	.061	31.184*	4.993*

* $p < 0.05$, ^aa = 18 her grup için.

Tablo 3. Engelli olan ve olmayan gruplara ait performans ve duygusal durumların ön test ve son test ortalamaları.

Grup	Engelli olmayan performans		Engelli olmayan sonuç		Engelli performans		Engelli sonuç	
	Ön test X ± Ss	Son test X ± Ss	Ön test X ± Ss	Son test X ± Ss	Ön test X ± Ss	Son test X ± Ss	Ön test X ± Ss	Son test X ± Ss
Performans	9.38 ± 4.06	15.72 ± 7.07	9.16 ± 4.68	11.72 ± 6.58	7.50 ± 2.93	10.94 ± 4.38	8.38 ± 5.5	13.44 ± 6.37
Beden İmgesi								
Görünüşün değerlendirilmesi	3.96 ± .53	3.87 ± .56	3.96 ± .60	3.96 ± .56	3.44 ± .53	3.69 ± .68	3.78 ± .70	3.76 ± .83
Görünüşün yönelimi	3.75 ± .50	3.74 ± .52	4.27 ± .46	4.39 ± .49	3.68 ± .83	3.72 ± .71	3.97 ± .58	3.99 ± .70
Fiziksel uygunluk değerlendirilmesi	4.27 ± .64	4.33 ± .61	4.44 ± .72	4.58 ± .49	3.66 ± 1.04	4.08 ± .69	4.19 ± .57	4.08 ± .62
Fiziksel uygunluk yönelimi	3.97 ± .46	4.04 ± .69	4.24 ± .44	4.01 ± .58	3.52 ± .77	3.85 ± .57	3.84 ± .51	3.80 ± .48
Sağlık değerlendirilmesi	4.31 ± .54	4.14 ± .62	4.22 ± .57	3.97 ± .71	3.70 ± .72	3.68 ± .83	3.77 ± .59	3.62 ± .48
Sağlık yönelimi	3.76 ± .49	3.63 ± .49	3.84 ± .44	3.59 ± .58	3.45 ± .71	3.44 ± .59	3.46 ± .64	3.48 ± .58
Hastalık yönelimi	3.41 ± .61	3.26 ± .59	3.65 ± .60	3.61 ± .80	3.38 ± .82	3.38 ± .80	3.35 ± .67	3.35 ± .55
Beden bölümlerinden hoşnut olma	4.21 ± .36	4.29 ± .53	4.13 ± .50	4.20 ± .55	3.96 ± .47	3.99 ± .49	3.93 ± .73	3.91 ± .82
Aşırı kilo almaktan kaygı duyma	2.40 ± .52	2.37 ± .57	2.73 ± .71	2.75 ± .60	2.61 ± .74	2.38 ± .50	2.41 ± .95	2.40 ± .73
Kilosunu sınıflama	2.75 ± .54	2.86 ± .47	2.75 ± .57	2.88 ± .53	2.86 ± .78	2.77 ± .57	2.80 ± .51	3.00 ± .24
Kaygı								
Bilişsel kaygı	17.83 ± 3.65	17.88 ± 4.63	18.66 ± 2.93	18.16 ± 3.97	19.83 ± 4.23	19.66 ± 5.36	19.66 ± 2.70	22.66 ± 5.08
Bedensel kaygı	15.44 ± 4.44	16.11 ± 5.42	14.88 ± 3.30	15.55 ± 5.45	17.05 ± 3.78	17.38 ± 5.27	18.72 ± 3.61	20.50 ± 5.57
Kendine güven	28.50 ± 5.24	27.50 ± 5.21	28.94 ± 4.19	27.83 ± 4.92	28.27 ± 5.47	30.05 ± 4.70	28.88 ± 5.97	25.83 ± 6.04
Öz Yeterlik	6.11 ± 1.60	4.83 ± 1.34	7.83 ± 1.16	6.84 ± 1.75	5.00 ± 2.45	3.59 ± 1.40	7.54 ± 2.54	7.50 ± 2.07

anları arasında da anlamlı fark bulunmuştur. ($F_{(1,67)} = 31.184$; $p < .05$). Bonferroni Testi sonuçlarına göre, engeli olmayan sonuç grubunun öz yeterlik puanı ($\bar{X} = 7.25$) diğerlerinden daha yüksek bulunmuştur ($p < .05$).

Engelli Olup Olmamaya Bağlı Olarak Hedef Gruplarıyla Etkileşim Bulgular: Engelli olup olmamaya göre oluşturulan hedef grupları açısından beden imgesinin alt boyutlarının hiç birisinde ve kaygının bilişsel ve bedensel boyutlarında etkileşim yoktur. Fakat engelli olup olmamaya göre oluşturulan hedef grupları açısından performans da ($F_{(1,67)} = 4.686$; $p < .05$) CSAI-II'nin kendine güven alt boyutunda ($F_{(1,67)} = 4.656$; $p < .05$) ve öz yeterlikte ($F_{(1,67)} = 4.993$; $p < .05$) etkileşim bulunmuştur.

TARTIŞMA

Bu araştırmanın amacı, altı haftalık dart "Dünya Turu" oyunu ile benzer performanstaki ortopedik öğrencilere belirlenen performans ve sonuç hedeflerinin performans ile beden imgesi, öz yeterlik ve kaygı puanları üzerine etkisini karşılaştırmaktır. Elde edilen bulgular üç ana başlıkta ele alınarak tartışılmıştır.

Katılımcıların Engelinin Olup Olmamasının Performans ve Duyusal Duruma Etkisi: Katılımcıların performansları, engelli olup olmama koşulundan etkilenmemiş görünmektedir. Bu araştırmanın sonuçları, Gianni, Weingberg ve Jackson (1988)'nin sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Engelli olan ve olmayan katılımcıların performansları ölçülürken gruplar karşılaşmamışlardır.

Bu nedenle birbirlerinden etkilenmemişlerdir.

Yapılan araştırmada, engelli olup olmama beden imgesinin hiç bir alt ölçüğünde etkili olmamıştır. Görünüş yönelimi, sağlığın değerlendirilmesi, beden bölümlerinden hoşnut olma alt ölçeklerinden elde edilen bulgular Yuen ve Hanson (2002)'in bulguları ile çelişkilidir. Bunun nedeni ilgili araştırmada (Yuen ve Hanson, 2002) katılımcılara herhangi bir antrenman yaptırılmamış olmaması olabilir. Katılımcıların engelinin olup olmaması grupların görünüş yönelimleri üzerinde etkili olmamıştır. Yuen ve Hanson (2002) araştırmalarında engelli olmanın, görünüş yönelimini etkilediğini bulmuşlardır. Araştırmacılara göre (Yuen ve Hanson, 2002) engelli bireyler, görünüşlerini değiştirmek için daha fazla zaman harcamaktadırlar. Bu araştırmaya katılan bireylerin engel derecesi, yapılan araştırmada (Yuen ve Hanson, 2002) yer alan gruplardaki bireylerden daha ağırdır. Bu nedenle katılımcılar özürlerini gizlemek için görünüşlerini kapatan giysiler giyerek, sıvı yiyecekler tüketerek, görünüş stratejileri geliştirerek, görünüşlerini en iyi hissetmek için zaman harcamaktadırlar. Katılımcıların sağlıklarını değerlendirme sonuçları da Yuen ve Hansen (2002)'in araştırma bulgularına benzemektedir. Araştırmacıların bulguları engeli olmayan bireylerin, sağlıklarını engelli bireylerden daha iyi değerlendirdiklerini belirtmektedir. Bu fark, engelli bireylerin fiziksel sağlıklarını düşük değerlendirmiş olmalarından kaynaklanmış olabilir. Beden bölümlerinden hoşnut olma durumları arasında da fark

yoktur. Bu bulgular, Raybarczyk ve arkadaşlarının (1992) araştırmasının bulgularından farklıdır. Araştırmacılar engelli bireylerin beden bölümlerinden daha az hoşnut olduklarını göstermişler ve bunu kendine güvenlerinin daha az olması ile açıklamışlardır.

Engelli katılımcıların bilişsel kaygı puanları, engeli olmayan gruptan daha yüksektir. Bu durum, engelli çocukların öğrenim gördükleri okulda yarışma ve etkinliklere katılma sıklığının, engeli olmayan çocuklarınkine oranla daha az olmasından kaynaklanmış olabilir.

Katılımcıların engelinin olup olmaması öz yeterlik puanları üzerinde fark oluşturmamıştır. Kane, Marks, Zaccaro ve Blair, (1996) ile Theodorakis (1995) engeli olmayan kişilerde hedef belirlenmesi ile kişilerin öz yeterlik puanlarının yüksekliğini belirtmektedirler. Fakat engelli olan ve olmayan gruplarda, hedef belirlenerek öz yeterlik puanlarının karşılaştırılmasının yapıldığı bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Hedef Belirlenmesinin Performans ve Duygusal Durumlara Etkisi: Bu çalışmada, katılımcılara performans ve sonuç hedefi belirlenmesi performanslarında fark yaratmamıştır. Bir çok sporda olduğu gibi, darta da yüksek seviyede anlamlı performans artışı elde etmek için çok sayıda alıştırma yapmaya gereksinim vardır. Bu alanda yalnızca çaba sarf etmek çabuk performans artışı sağlamayabilir. Yapılan araştırma da gruplara belirlenen performans ve sonuç hedefleri altı hafta çalışılmıştır. Thereasure, Carpenter ve Power (2000) altı haftadan daha uzun çalışılmış olması

durumunda, performans açısından fark oluşabileceğini belirtmektedirler.

Beden imgesi açısından hiç bir alt ölçekte fark bulunmamıştır. Bu bulguları tartışabilecek bir araştırmaya da rastlanmamıştır.

Baumeister ve Tice (1985)'ye göre benlik saygısı yüksek olanlar, düşük olanlara göre kendilerinden daha hoşnuturlar. Bu bireyler güçlü yanlarına, yeteneklerine ve olumlu özelliklerine odaklanırlarken, benlik saygısı düşük olanlar, olumsuz ve zayıf özelliklerini daha çok ön plana çıkarırlar. Yapılan çalışmada, engelli ve engelli olmayan bireyler, birbirlerinden haberdar olmalarına karşın birbirleri ile hiç karşılaşmamışlardır. Bu nedenle engelli grup başkalarının kendilerini fiziksel görüntülerinden dolayı olumsuz değerlendirmelerinden etkilenmemiş, başkalarının beklentilerine de uygun şekilde davranmak durumunda kalmamıştır. Böylece engelli bireylerin kendilerini etiketlemenin olumsuz özelliklerinden korumuş oldukları düşünülmektedir. Goffman etiketleme sürecinin çalışmasını "Yabancı biri bizimle tanıştırdığında onun bizden farklı olduğunu algılarız., o, daha az istenen bir çeşittir (Kaner, 2000). Bu şekilde düşünmek, kafamızda o kişinin, genelden değerini düşürür, onu lekeler" şeklinde açıklamaktadır. Böylece, Dovey ve Goffman'a göre etiketleme kuramında fiziksel engelli kişi yabancı olarak algılanır ve ilk olarak onun fiziksel engelinin farkına varılır (Kaner, 2000). Fiziksel engelli bireyler için yüklemeler; onların aciz, gösterişsiz, aseksüel, düşük zekaya sahip oldukları yönündedir, böylece kişinin değeri düşer (Kaner, 2000).

Katılımcılara belirlenen performans ve sonuç hedefi, bilişsel kaygı düzeyleri üzerinde fark oluşturmamıştır. Bu bulgular Hall ve Kerr (1997)'in bulguları ile çelişmektedir. Hall ve Kerr (1997) araştırmasında görev yönelimli grup ile bilişsel kaygı arasında olumsuz ilişki bulunmuştur. Bu durum katılımcıların sporcu ve yaşlarının şimdiki araştırmadaki katılımcıların yaşlarından küçük olmasından (10-18 yıl) kaynaklanmış olabilir. Yapılan araştırmada katılımcılar sporcu değildirlir. Etkinlikte süre uzadıkça bilişsel kaygı düzeyi düşmektedir. Yapılan araştırmada gruplar arasında bilişsel kaygı düzeyleri açısından fark bulunmamıştır. "Dünya Turu" oyunu her bir katılımcı için yaklaşık beş dakika sürmüş, böylece hareketin karmaşık olmasından çok süresinin uzunluğu öne çıkmıştır. Süre uzadıkça sonuç grubundaki katılımcıların bilişsel kaygılarının yükselmesi engellenmiş olabilir. Hedef belirlemenin, grupların bedensel kaygı puanları üzerine etkisi olmamıştır. Wine'a göre başarısızlık korkusu bedensel kaygıyı artırır (Hall ve Kerr, 1997). Elde edilen bulgular, araştırmada hiç bir grubun başarısızlık korkusu yaşamamış olabileceğini de göstermektedir.

Yapılan araştırmada belirlenen hedefler açısından engelli görev grubunun kendine güven puanları diğer gruplardan daha yüksektir. Maehr ve Nicholls'e göre, ego yönelimli sporcular görev yönelimli sporculardan daha fazla sosyal karşılaştırma kaygısıyla karşı karşıya kalmaktadırlar (Swain ve Jones, 1992). Ego yönelimli sporcular daha fazla sosyal baskıya maruz kaldıkları için, kendi

yeteneklerini başkalarının yetenekleri ile karşılaştırırlar. Görev yönelimli sporcular ise kendi performanslarını iletmeye odaklanırlar. Bu ise görev yönelimli bireylerin kendine güven düzeylerinin, ego yönelimli bireylerden daha yüksek olmasını sağlar (Swain ve Jones, 1992). Engeli olmayan grubun kendine güven puanlarının engelli grubunkinden düşük olması kendilerine belirlenen hedefe yeterince odaklanmamış olmalarından kaynaklanabilir.

Sonuç grubundaki engelli olan ve olmayan öğrencilerin öz yeterlik puanları, performans grubundakilerden daha yüksek bulunmuştur. Martin ve Gill (1991) sonuç hedefi belirlenen bireylerde güdülenmenin sağlanmasının zor olduğunu bildirir. Yarış içindeki kişi başkalarının kendisini geçeceğine inanırsa ya da hedefe ulaşmada yeteneklerini düşük algı-larsa en iyi performansına ulaşamayacaktır. Yapılan bu araştırmada sonuç grubundaki katılımcılar, performanslarını sergileme konusunda kendilerini performans grubundaki çocuklardan daha yeterli hissetmiş olabilirler. Araştırmada kullanılan beceri dart atışıdır. Dart atışının kolay ve çabuk yapılabilir görünmesinden dolayı engelli ve engelli olmayan bütün gruplarda öz yeterlik puanları ön testlerde yüksek bulunmuştur. Ancak ilerleyen haftalarda dart çalışmasında stratejiler, teknik gibi etmenlerin önem kazanmasıyla katılımcılar sanılan kolaylığın olmadığını farkına varmışlardır. Ancak, engelli sonuç grubunda her hafta sonunda ilk beşe giren çocukların değişmesi bu grupta son haftalara kadar rekabetin sürdürüldüğünü göstermektedir.

Bu yüzden engelli sonuç grubunda kişilerin kendilerini ilk beşe girecek yeterlikte görmeleri, o grubun beceri zor da olsa öz yeterlik düşmesine engel olmuştur.

Öz yeterlikte ise, engelli ve engelli olmayan grup arasında engelli sonuç grubu ile engelli olmayan sonuç grubundan kaynaklanan bir fark gözlenmektedir. Son testte engelli sonuç grubu öz yeterliği en yüksek grup olarak görünmektedir. Bu bulgu, Nicol'un görüşü ile paralellik göstermiştir (Kosma, Cardinal ve Rintala, 2002). Engellilerle yapılan çalışmalarda Dunn (2000) ve Rose, Iarkin ve Burger (1997)'in bulguları ile çelişki göstermektedir. Koşma, Cardinal ve Rintala (2002) sonuç grubundaki bireylerin sosyal karşılaştırmayı başardıklarında yeterlik algılarının yüksek algılandığını ifade ederler. Bu çalışmada da engelli olan ve olmayan sonuç grubu, performans yerine sonuca motive olmuş olabilirler. Böylece, sosyal karşılaştırma yapabilmelerine, diğerlerinden farklı olmalarına ya da kendilerini daha yetkin hissetmelerine sebep olmuş olabilir. Harter "Yeterlik Motivasyon Kuramı"nda, sporda başarıya yaşantısı olanların algılanan yeterliğinin arttığını belirtmektedir (Koşma, Cardinal ve Rintala, 2002). Eğer beklenen başarıya ulaşılmadıysa algılanan yeterlik düşecektir. Tüm gruplarda da böyle olmuş ve öz yeterlik puanları düşmüştür. Engelli performans grubunda kendine güven puanındaki artışı açıklamak için Krane ve Williams (1987) engelli bireylerin engelli olmayanlara göre daha iyi kontrol kullandıkları, bu nedenle kendine güvenlerinin daha iyi olduğunu belirtmişlerdir.

Hedef Belirleme ve Engelli Olup Olmamanın Performans ve Duygusal Durumlar Üzerine Etkilerinin Etkileşimi: Performans açısından, belirlenen hedef gruplarına göre, engelli olup olma ile etkileşim olduğu görünmektedir ($p < .05$). Hem engel hem de bir hedef grubunda olmak tek başına bir fark oluşturmazken, iki koşul bir arada bir etkileşim yaratabilmektedir. Engelli olmayan bireylerde performans grubunda yer almak, engelli grupta ise sonuç hedef grubunda olmak avantaj sağlamaktadır. Engelli olmayan bireyler sürece ve görevin kendisine daha fazla çaba sarf ederken, engelli grup daha çok sonuca yönelmektedir. Engelli olan ve olmayan öğrencilerin belirlenen hedefler açısından kendine güvenleri arasında da bir etkileşim vardır. Öz yeterlik puanları arasındaki etkileşim engelli olan ve olmayan performans grubunun daha fazla puan kaybetmiş olmasından kaynaklanmış olabilir.

SONUÇ

Ortopedik engelli çocuklarla, engelli olmayan çocuklar dart performanslarına göre performans ve sonuç grupları açısından karşılaştırıldıklarında, performans grubundaki engelli bireylerin performansları, engelli olmayanlara oranla daha az artma gösterirken, sonuç grubunun tam tersi olarak engelli çocuklarda performansın, engelli olmayanlara göre daha fazla artış gösterdiği belirlenmiştir. Bu bulgu, öz yeterlik değerleri içinde aynıdır. En yüksek öz yeterlik puanı son testte engelli sonuç grubunda çıkmıştır. Bu doğrultuda engelli sonuç grubundaki bireylerin algıladıkları öz yeterlik ile per-

formanslarının pozitif ilişkili olduğunu düşünülmektedir. Yine engelli olup olmama sadece bilişsel kaygı puanlarında farka neden olurken, diğer parametrelerde bir değişiklik meydana getirmemiştir. Bu doğrultuda elde edilen bulgular kaynaştırma grupları oluşturularak engelli ve engelli olmayan grupların ortak çalış-

ma yürütülmesinin mümkün olabileceğini göstermektedir. Diğer yandan bu araştırma bulgularına göre, eğer performans için bir hedef belirleme söz konusu olacaksa engelli olmayan gruba performans hedefi, engelli gruba da sonuç hedefi belirlemenin daha avantajlı olacağı söylenebilir.

Yazışma Adresi (Corresponding Address):

Dr. Ferda GÜRSEL
Ankara Üniversitesi
Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu
06100 Tandoğan / ANKARA
e-posta: Ferda.Gursel@pharmacy.ankara.edu.tr

KAYNAKLAR

- Baumeister, R.F. & Tice, D.M. (1985). Self-esteem and responses to success and failure: Subsequent performance and intrinsic motivation. **Journal of Personality**, 53 (3), 450-466.
- Ben-Towim, D.I. & Walker, M.K. (1995). Body image, disfigurement and disability. **Journal of Psychosomatic Research**, 39, 283-291.
- Brouwer, J. & Ludeke, W. (1995). Felsefi Açıdan Engellilerde Spor. Antalya Uluslar arası Engellilerde Spor Sempozyumu Bildiri Kitabı. Ankara: T.C Başbakanlık Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü Spor Eğitim Dairesi Başkanlığı. No: (97)1.
- Burton, D. (1993). Goal setting in sport. In Robert. N. Singer, Milledge Murphey & Keith, L. Tennant (Eds). **Handbook of research on sport psychology**, (pp. 467-491). New York: Macmillan.
- Cash, T.F. (1990). **The multidimensional body self relations questionnaire**. Unpublished test manual. Old Dominion University. Norfolk, VA.
- Davidhazar, R. (1997). Disability dose not have to be the grief that never ends: helping patients adjust. **Rehabilitation Nursing**, 22, 32-35.
- Duda, J.L. (1989). Goal perspectives, participation and persistence in sport. **International Journal of Sport Psychology**, 20, 42-56.
- Dunn, J.C. (2000). Goal orientations, perceptions of the motivational climate, perceived competence of children with movement difficulties. **Adapted Physical Activity Quarterly**, 17, 1-19.
- Feltz, D.L. & Chase, A.M. (1998). The measurement of self efficacy and confidence in sport. In Joan, L. Duda (Ed.). **Advances in Sport and Exercise Psychology Measurement**. (pp.65-80). Morgantown: Fitness Information Technology Inc.
- Gianni, J., Weingberg, R.S. & Jackson, A.(1988). The effects of mastery, competitive and cooperative goals on the performance of simple and complex basketball skills. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, 10, 408-417.
- Gill, D.L., Ozewaltowski, D.A. & Deeter, T.E. (1988). The relationship of competitiveness and achievement orientation to participation in sport and non sport activities. **Journal of Sport Exercise Psychology**, 10, 139-150.

- Gürsel, F. (2003). Ortopedik Engelli Çocuklar ile Engelli Olmayan Çocuklarda Farklı Hedef Belirleme Türlerinin Dart Performansına Etkisi ve Aynı dönemdeki Psikik Süreçlerinin Karşılaştırılması. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Hall, H.K. & Kerr, A.W. (1997). Motivational antecedents of precompetitive anxiety in youth sport. *The Sport Psychologist*, 11(1), 24-41.
- Jones, G. & Hanton, S. (1996). Interpretation of competitive anxiety symptoms and goal attainment expectancies. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18, 144-157.
- Jones, J.G., Swain A. & Cale, A. (1991). Gender differences in antecedents of and temporal patterning of competitive state anxiety. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 13, 1-15.
- Kosma, M., Cardinal, B.J. & Rintala, P. (2002). Motivating Individuals with disability to be physically active. *Quest*, 54, 116-132.
- Kane, T.D., Marks, M.A., Zaccaro, S.J. & Blair, V. (1996). Self efficacy personal goals and wrestler's self regulation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18, 36-48.
- Kaner, S. (2000). Ortopedik Engelli ve Engelli Olmayan Erkek Ergenlerde Benlik Saygısı ve Beden İmajı. *Özel Eğitim Dergisi*, 2 (4), 13-22.
- Kieran, L., Kingston, K.M. & Hardy, L. (1997). Effects of different types of goals on processes that support performance. *Sport Psychologist*, 11, 277-293.
- Koruç, Z. (1998). CSAI-2 'nın Türkiye Uyarılması." *Uluslararası 5. Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Özeti*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi. 5-7 Kasım, 93.
- Krane, V. & Williams, J.M. (1987). Performance and somatic anxiety, cognitive anxiety and confidence changes prior to competition. *Journal of Sport Behaviour*, 10, 47-56.
- Locke, E.A. & Latham, G.P. (1985). The application of goal setting to sports. *Journal of Sport Psychology*, 7, 205-222.
- Loland, N.W. (1998). Body image and physical activity. a survey among norwegian men and women. *International Journal of Sport Psychology*, 29, 339-365.
- Martens, R., Burton, D., Vealey, R.S., Bump, L.A. Scmith, D.E. (1990). Development and validation of the Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-II). In: Rainer Martens, Robin, S. Vealey, Damon Burton (Eds). *Competitive Anxiety in Sport*. (p. 117-213) Champaign: Human Kinetics Books.
- Martin, J.J. & Gill, D.L. (1991). The relationship among competitive orientation, sport confidence, self efficacy, anxiety and performance. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13, 149-159.
- Martin, J.J. & Gill, D. (1995). Competitive orientation self efficacy and goal importance in filipino marathoners. *International Journal Sport Psychology*, 26, 348-358.
- Mc Auley, E., Courneya, K.S. & Lettunich, J. (1991). Effects of acute long term exercise on self efficacy responses in Sedentary, middle aged male and females. *Gerontologist*, 31, 534-42.
- Miller, J.T. & Mc Auley, E. (1987). Effects of goal setting training program on basketball free-throw self efficacy and performance. *The Sport Psychologist*, 1, 103-113.

- Özyürek, M. (1998). Bedensel yetersizliği olanlar. S. Eripek, (Ed). **Özel Eğitim**. (pp.11-14). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Yayınları.
- Pratt, F. & Harris, F.M. (1995). **Fundamental USA**.
- Raybarczyk, B., Nyenhuis, D.L., Nicollas, J.J., Scuhultz, R., Alioto, R.J. & Blair, C. (1992). Social discomfort and depression in a sample of adults with leg amputation. **Archieves of Physical Medicine and Rehabilitation**, 73, 1169-1173.
- Rose, B., Larkin, D. & Berger, B.G. (1997). Coordination and gender influences on the perceived competence of children. **Adapted Physical Activity Quarterly**, 14, 210-221
- Sherif, M. & Sherif, C.W. (1996). **Sosyal Psikolojiye Giriş II**. (Çev: Mustafa Atakay ve Aysun Yılmaz). İstanbul: Sosyal Yayınlar.
- Swain, A. & Jones, G. (1992). Relationships between sport achievement orientation and competitive state anxiety. **The Sport Psychologist**, 6, 42-54.
- Tavşancıl, E. (2002). **Tutumların Ölçülmesi ve SPSS ile Veri Analizi**. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Taleporos, G. & McCabe, M.P. (2002). Body image and physical disability personel perspectives. **Social Science & Medicine**, 54, 971-980.
- Tenenbaum, G., Bar-Eli, M. & Yaaron, M. (1999). The dynamics of the goal-setting: Interactive effects of goal difficulty, goal specificity and duration of practice time intervals. **international Journal of Sport Psychology**, 30, 325-338.
- Thereasure, D.C., Carpender, P.J. & Power, K.T.D. (2000). Relationship between achievement goal orientations and the perceived purpose of playing rugby union for professional and amateur players. **Journal of Sport Sciences**, 18, 571-577.
- Theodorakis, Y. (1995). Effects of self efficacy satisfaction and personel goals on swimming performance. **The Sport Psychologist**, 9, 250-257.
- Toros, T. (2001). Elit ve Elit Olmayan Erkek basketbolcularda Hedef Yönelimi Gündüsel İklim ve Hedeflerin, Özgürlük Güçlük Derecesi Özelliklerinin Yaşam Doyumuna Etkisi. Yayınlanmamış Bilim Uzmanlığı Tezi. Mersin Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Vealey, R.S. (1986). Conceptualization of sport confidence and confidence and competitive orientation: Preliminary investigation and instrument development. **Journal of Sport Psychology**, 8, 221-246.
- Vermeer, A. (1989). Toward on interdisciplinary model movement rehabilitation of physical disable children. **Adapted Physical Activity Quarterly**, 6, 133-144.
- Weingberg, R.S. & Gould, D. (1999). Goal setting, In Robert S. Weingberg, & Daniel Gould, (Eds), **Foundation of Sport and Exercise Psychology**, (pp.75-92). Champaign, IL: Human Kinetics Books.
- William, P.A. & Cash, T.F. (2001). Effects of a circuit weight training program on the body images of college students. **International Journal of Eating Disorder**, 30, 75-82.
- Yuen, H.K. & Hanson, C. (2002). Body image and exercise in people with and without acquired mobility disability. **Disability and Rehabilitation**, 24(6), 289-296.