

SPOR YAPAN VE YAPMAYAN AMPUTE BİREYLERİN ÖZ GÜVEN DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

COMPARISON OF THE CONFIDENCE LEVELS OF AMPUTATE INDIVIDUALS WITH AND WITHOUT SPORTS

Gönderilen Tarih: 02/03/2023
Kabul Edilen Tarih: 19/03/2023

Harun BOZKURT

Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Kahramanmaraş, Türkiye
Orcid: 0000-0002-5242-2067

Cihat KORKMAZ

Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Kahramanmaraş, Türkiye
Orcid: 0000-0002-3677-6682

Ökkeş Alpaslan GENÇAY

Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Kahramanmaraş, Türkiye
Orcid: 0000-0003-0977-4654

* Sorumlu Yazar: Cihat KORKMAZ, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, E-mail: korkmaz.cihat68@gmail.com

* Bu çalışma Harun Bozkurt'un yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

Spor Yapan ve Yapmayan Ampute Bireylerin Öz Güven Düzeylerinin Karşılaştırılması

ÖZ

Bu araştırmada Türkiye’de spor yapan ve yapmayan 18-65 yaş arası ampute bireylerin öz güven düzeylerinin karşılaştırılarak aralarındaki farkların tespit edilmesi ve nedenlerinin araştırılarak bunlara uygun çözüm yolları üretilmesi amaçlanmaktadır. Araştırmanın evreni, İstanbul, Ankara, Gaziantep, Trabzon, Denizli, Malatya, Konya, Batman, Kayseri, Mersin, Adana, Bursa, Samsun, illerinde spor yapan 108 ve spor yapmayan 126 ampute birey olmak üzere toplam 234 birey ile sınırlandırılmıştır. Bu araştırmada, mevcut durumu ortaya çıkartmayı amaçlayan betimsel ve ilişkisel taramaya yönelik bir yöntem kullanılmıştır. Araştırma, demografik değişkenler (anket formu) ve Akın(2007) tarafından geliştirilen öz güven ölçeği neticesinde elde edilen veriler ile sınırlıdır. Verilerin analizi için bir istatistik programı kullanılmıştır. Öncelikle yapılacak olan analiz yöntemi seçiminin belirlenmesi için normal dağılıma uygunluk testleri olan Kolmogrov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri ile gerçekleştirilmiştir. Analizler sırasıyla, anketi cevaplayanların demografik özelliklerine ait yüzde%, frekans dağılımları, t testi puanları, anova testi puanları, değişkenlere ait ortalama, standart sapma analizlerinden oluşmaktadır. Anlamlılık düzeyi için alpha değeri 0.05 alınmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre; katılımcıların, cinsiyet, yaş, eğitim, meslek, gelir, engel sebebi ve engel durumalt boyutlarında anlamlı farklılaşmalar görülmektedir ($p < 0.05$). Engel durumudeğişkeninin alt boyutlarında istatistiksel anlamlı bir farklılık görülmemektedir ($p > 0.05$). Sonuç olarak; spor yapan ve yapmayan ampute bireylerin öz güven ölçeği puanları incelendiğinde spor yapan bireylerin öz güvenlerinin spor yapmayan bireylere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ampute bireylerin, birey olarak kendi potansiyellerini ortaya koymalarında, kendilerini yeterli hissedebilmelerinde öz güven oldukça önemli bir duyuşsal bileşen olduğundan, ampute bireylerin spor yapmalarına imkan tanınmalı ve olanakları geliştirilmelidir.

Anahtar Kelimeler : Ampute, engelli, öz güven, spor

Comparison of The Self-Confidence Levels of Amputate Individuals with and without Sports

ABSTRACT

In this study; It is aimed to compare the self-confidence levels of amputees between the ages of 18-65, who do and do not do sports in Turkey, to determine the differences between them, to investigate the reasons and to produce appropriate solutions. The universe of the research is limited to 245 individuals, 112 amputees who do sports and 133 amputees who do not do sports in the provinces of İstanbul, Ankara, Gaziantep, Trabzon, Denizli, Malatya, Konya, Batman, Kayseri, Mersin, Adana, Bursa, Samsun. In this study, a method for descriptive and relational scanning, aiming to reveal the current situation, was used. The research is limited to the demographic variables (survey form) and the data obtained as a result of the self-confidence scale developed by Akın (2007). A statistical program was used for analysing the data. First of all, "Kolmogrov-Smirnov" and "Shapiro-Wilk" scores, which are tests of conformity to normal distribution, were evaluated in order to determine the analysis method selection to be made. The analyzes consist of percentages, frequency distributions, t-test scores, anova test scores, mean of the variables, and standard deviation analyzes of the demographic characteristics of the respondents, respectively. The alpha value was taken as 0.05 for the significance level. According to the findings obtained in the research; Participants' gender, age, education, occupation, income, disability reason, disability status sub-dimensions showed significant differences ($p < 0.05$). There is no statistically significant difference in the sub-dimensions of the scale of disability status ($p > 0.05$). As a result, when the self-confidence scale scores of amputee individuals who do and do not do sports are examined, it has been determined that the self-confidence of the individuals who do sports is higher than the individuals who do not do sports. Since self-confidence is a very important affective component for amputees to reveal their potential and to feel competent as an individual, amputees should be allowed to do sports and their opportunities to reach sportive activities should be developed.

Key Words : Amputee, self- confidence, disabled, sport

GİRİŞ

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), doğumsal koşullar, yaralanma ya da hastalıktan dolayı günlük işlevselliğin fiziksel ya da mental yetersizliklerini ifade etmede engellilik kavramını kullanmaktadır¹. Engellilik kavramı; bozukluk, aktivite kısıtlaması ve katılım kısıtlamalarını kapsayan bir kavramdır. Buna göre bozulma, vücudun işlevinde ya da yapısında bir problem olmasıdır. Aktivite sınırlaması, bireyin bir görevi veya eylemi yerine getirirken karşılaştığı zorluktur. Katılım kısıtlaması ise, bireyin yaşam koşullarına katılım sağlarken karşılaştığı bir problemdir². Hareket sistemi ve sinir sistemini ilgilendiren hastalık veya yaralanmaların yol açtığı kayıplara bağlı olarak fiziksel yönden yeteneklerini çeşitli derecede kaybetmiş olan, toplumsal yaşama uyum sağlama ve günlük gereksinimlerini güçlüklerle karşılayan, korunma, bakım, rehabilitasyon ve danışmalık hizmetlerine ihtiyacı olan bireylere fiziksel engelli denir³. DSÖ, toplam dünya nüfusunun yaklaşık % 10'unun (650 milyon insan) engelliliğin bazı türlerine sahip olduklarını tahmin etmektedir⁴. DSÖ'nün 59 ülkede yapmış olduğu araştırma baz alındığında, engelliliğin ortalama yaygınlığının 18 yaş ve üstü yetişkinler arasında % 18 civarında olduğu belirtilmiştir⁵. Engellilik genel olarak zihinsel engelliler, işitme engelliler, görme engelliler ve bedensel engelliler başlıkları altında incelenmektedir. Doğuştan ya da daha sonradan meydana gelen iskelet, kas ve sinir sistemlerinde meydana gelen rahatsızlıklardan dolayı bedensel yetilerini kaybeden, toplumsal yaşama uygun günlük yaşam gereksinimlerini karşılayamayan ve bununla birlikte korunma, barınma, rehabilitasyon gibi hizmetlere ihtiyaç duyan bireylere bedensel engelli denmektedir⁶.

Bedensel engelin çeşitli kaynakları bulunmaktadır. Bunlardan bir tanesi amputasyondur. Amputasyon doğuştan olabildiği gibi sonradan da meydana gelebilen (travma, dolaşım bozuklukları, kronik enfeksiyonlar ve tümör gibi nedenlerle) ekstremitelere kayıplarına denilmektedir⁶. Amputasyon omurganın hareketlerinin kısıtlanması, denge ve duyu problemleri, kas ve koordinasyon bozuklukları gibi çok sayıda fiziksel komplikasyona da yol açmaktadır⁷. Amputasyon sadece fiziksel yaralanma veya kayıp değil aynı zamanda uzun sürebilen, şiddetli psikoemosyonel ve sosyal bir stres durumudur⁸. Yapılan araştırmalara göre travma ile vasküler hastalıklar nedeniyle uzvunu kaybeden bireyler arasında inkar, öfke ve nefret davranışları görülmektedir⁹. Ayrıca, uzuvlarını kaybeden bireylerde, anksiyete ve depresyon gibi bozukluklar da görülmektedir¹⁰. Birey bu durumdan dolayı sosyal ilişkilerinde sorunlar yaşamakta, yetersizlik gibi duygulara kapılmaktadır¹¹. Bireyin kendini yetersiz hissetmesi öz güven düşüklüğünün bir sonucudur ve öz güven bireyin günlük yaşamındaki davranışlarını etkileyen en önemli faktörlerden bir tanesidir.

Öz güven bireyin kendisini yeterli görmesi, kendinden memnun olması ve çevresindekilerle uyumlu olarak yaşamasıdır¹². Pervin ve John (2001)¹³, öz güvenin bireyin yaşadığı duruma göre değişmeyen, kalıcı bir kişilik özelliği olduğunu savunmaktadır. Göknar (2010)¹⁴ göre öz güven bireyin kendi vücudu ve davranışlarıyla, kendi dünyası üzerinde denetim ve egemenlik kurmasıdır. Öz güven kişinin yaptıklarının başkaları tarafından onaylanması, hayatta karşısına çıkabilecek zorlukların ve problemlerin kendi kendine üstesinden gelebilmesine olan inancıdır¹⁵. Koç ve Gün (2006)¹⁶ göre öz güven, doğuştan olamayan, yaparak ve yaşayarak kazanılması mümkün olan, hayatta karşılaşılabilecek sorunlarla başa çıkabilme yeteneğidir.

Genel anlamda öz güven bireyin kendi yeteneklerinin farkında olması, duygularını bilmesi, kendini sevmesi ve güvenmesidir¹⁷. Öz güveni yüksek olan bireyler genellikle, kendilerine güvenen, başarıma isteği yüksek, iyimser, zorlukları göğüsleyebilen, yeni deneyimlere ve düşüncelere açık olan, araştırmacı, insan ilişkilerinde rahat ve sevecen tavırlar sergileyebilen, sorumluluk sahibi ve girişimci kişilik özelliğine sahiptirler. Kendilerini saygı görmeye ve değerli kabul edilmeye uygun kişiler olarak görmek eğilimindedirler¹⁸. Öz güveni düşük olan kişiler kendilerini değersiz, başarısız görmektedirler. Reddedilme kaygısından dolayı duygusal ilişkilere sıcak bakmazlar. Günlük yaşantılarında karşılarına çıkan sorunlarla baş edemeyeceklerine inanmış, çaresiz, stresli ve kaygılı olarak yaşamaktadırlar¹⁹.

Araştırmalar, sportif faaliyetlerin öz güven üzerinde olumlu etkileri olduğunu ortaya koymuştur²⁰. Spor sadece normal bireylerde değil, engelli bireyler üzerinde de olumlu etkiler göstermektedir. Spor, bireyleri fiziksel olduğu kadar psikolojik olarak da olumlu yönde etkilemektedir. Sporla birlikte arkadaşlık ilişkileri gelişmekte ve bununla bağlantılı olarak bireylerin öz güvenleri de yükselmektedir²¹. Engellilik sonucunda bireyler daha içine kapanık ve asosyal bir karaktere bürünürken, öz güvenleri de bu durumdan olumsuz yönde etkilenmektedir. Yapılan çalışmalar, sportif faaliyetlerin bedensel engelli bireylerin sosyalleşmesine, depresif davranışlarının azalmasına katkıda bulunduğunu göstermiştir²². Çeşitli araştırmalarda, sporun bireyleri birbirlerine karşı saygılı olmaya, kurallara uymaya, işbirliği yapmaya, bağımsız davranmaya, kendini disipline etmeye, azimli ve kararlı olmaya yönlendirdiği ve toplumsallaşma sürecini de hızlandırdığı belirtilmektedir²³. Spor, engelli bireylerin mevcut özrünü kabullenip bu durumla başa çıkmasını, özrünü hafifletmesini sağlarken aynı zamanda da yaptıkları işten keyif almalarını, sosyal iletişimlerinin iyi olmasını, motivasyonlarının artmasını ve öz güvenlerinin yükselmesini de sağlamaktadır²⁴. Sporla beraber bireyin kişilerle ve ailelerle olan ilişkileri aynı zamanda kendine olan öz güveni de artmaktadır^{25,26}. Spor aynı zamanda rehabilite ve tedavi edici bir olgudur. Engelli bireyler sporu bir gelişim aracı olarak kullanabilmektedir. Engelli bireylerin spor yapmaları toplum içinde dikkatleri üzerlerine çekmelerini sağlamaktadır. Buradan yola çıkarak normal bireylerde olduğu gibi, engelli bireylerde de yaşam boyu spor yapmanın önemi vurgulanmaktadır²⁷. Bu bağlamda, engelli bireylerin topluma kazandırılmasında hiç şüphesiz sporun yeri ve önemi büyüktür²⁸. Diğer engelli gruplarında olduğu gibi, amputelerde de spora katılım aktif bir yaşam tarzını ve psikolojik iyileşmeleri beraberinde getirmektedir. Ancak, amputeler birçok spor branşını yapabilseler de sağlıklı bireylere nazaran spora katılım oranları daha düşüktür²⁹.

Sporun bireyin fiziksel sağlığının yanı sıra ruhsal sağlığı üzerindeki etkisi düşünüldüğünde, ampute bireylerin öz güven düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi, sporun ampute bireylerin yaşamındaki yerinin ve öz güvenleri ile olan ilişkisinin incelenmesi, değinilen bireylerin yaşam kalitelerinin yükseltilmesinde yapılabileceklerin tartışılması için önemli bilgiler sunabilir. Bu çalışma ile Türkiye’de spor yapan ve yapmayan ampute bireylerin öz güven düzeylerine ilişkin temel olabilecek veriler elde etme, yaşadıkları problemleri tanımlayabilme ve ortaya çıkan problemlerin çözümüne dair yeni yaklaşımlar tespit etme ve engelli bireyleri spora yönlendirecek olumlu bakış açısı kazandırma hedeflenmektedir. Buradan yola çıkarak, bu çalışmada; Türkiye’de spor yapan ve yapmayan 18-65 yaş arası ampute bireylerin öz güven düzeylerinin karşılaştırılarak aralarındaki farkların tespit edilmesi ve nedenlerinin araştırılarak bunlara uygun çözüm yolları üretilmesi amaçlanmaktadır.

MATERYAL VE METOT

Bu çalışmada, nicel araştırma yöntemlerinden var olan bir durumu ortaya çıkartmak için betimsel ve ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır.

Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini, Türkiye genelinde 18-65 yaş arası spor yapan ve yapmayan ampute bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini, İstanbul, Ankara, Gaziantep, Trabzon, Denizli, Malatya, Konya, Batman, Kayseri, Mersin, Adana, Bursa, Samsun, illerinde spor yapan 112 ve spor yapmayan 133 ampute birey olmak üzere toplam 245 kişi oluşturmaktadır. Araştırmacılara uygulanan anket sorularına eksik cevap veren spor yapan 4 kişi ve spor yapmayan 7 kişi değerlendirme kapsamı dışında bırakılmıştır. Sonuç olarak istatistiksel değerlendirme kapsamına toplam 234 kişi alınmıştır.

Verilerin Toplanması

Bu çalışmada; spor yapan ve yapmayan ampute bireylerin öz güven düzeylerinin karşılaştırılmasının araştırılması için 18 maddelik kişisel bilgi formu (demografik değişkenler) ve 33 maddeden oluşan öz güven ölçeği uygulanmıştır. Öz güven ölçeğindeki toplam madde sayısı 33'dür. Bu nedenle 5 dereceli Likert tipi hazırlanan bu ölçekten alınabilecek en yüksek puan 165, en düşük puan ise 33'dür. Olumsuz madde bulunmayan ölçekten alınan yüksek puan, yüksek düzeyde öz güveni göstermektedir. Ölçekten alınan toplam puan madde sayısına (33) bölünerek, bireyin öz güven düzeyi hakkında bir sonuca varılabilir. Öz güven ölçeğinden 2.5 puanın altı düşük, 2.5 ile 3.5 arası orta, 3.5 ve üzeri ise yüksek düzeyde öz-güveni göstermektedir. Ölçek iç öz güven, dış öz güven ve öz güven olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin uygulama süresi yaklaşık 7-10 dakikadır (Akin 2007)¹⁵.

Verilerin Analizi

Analiz işlemleri için istatistik paket programı kullanılmıştır. Öncelikle yapılacak olan analiz yöntem seçiminin belirlenmesi için normal dağılıma uygunluk testleri olan Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk puanları değerlendirilmiştir. Analizler sırasıyla, anketi cevaplayanların demografik özelliklerine ait yüzdeler, frekans dağılımları, post hoc, t testi puanları, anova testi puanları, değişkenlere ait ortalama, standart sapma analizlerinden oluşmaktadır. Anlamlılık düzeyi için alpha değeri 0.05 alınmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Spor Yapan Ampute Bireylere Ait Tanımlayıcı İstatistikî Bilgiler

Değişken		N	%
Cinsiyet	Kadın	42	38,9
	Erkek	66	61,1
Yaş	18-25 Yaş	34	31,5
	26-35 Yaş	43	39,8
	36-50 Yaş	31	28,7
Eğitim	İlköğretim	11	10,2
	Ortaokul	35	32,4
	Lise	43	39,8
	Ön lisans	10	9,3
Meslek	Lisans	9	8,3
	İşçi	49	45,4
	Memur	16	14,8
	Öğrenci	18	16,7

	Çalışmıyor	19	17,6
	Diğer	6	5,6
Gelir düzeyi	1000' TL den az	37	34,3
	2501-3000 TL	42	38,9
	3001 TL ve yukarı	29	26,9
Engel durumu	EI	4	3,7
	Kol	34	31,5
	Ayak	32	29,6
	Bacak	38	35,2
Engel sebebi	Doğum öncesi	4	3,7
	Hastalık	25	23,1
	Kaza	79	73,1

Tablo 2. Sedanter Ampute Bireylere Ait Tanımlayıcı İstatistik Bilgiler

Değişken		N	%
Cinsiyet	Erkek	51	40,5
	Kadın	75	59,5
Yaş	18-25 Yaş	67	53,2
	26-35 Yaş	31	24,6
	36-50 Yaş	28	22,2
Eğitim	İlköğretim	5	4,0
	Ortaokul	32	25,4
	Lise	43	34,1
	Ön lisans	39	31,0
Meslek	Lisans	7	5,6
	İşçi	18	14,3
	Memur	12	9,5
	Öğrenci	32	25,4
	Çalışmıyor	41	32,5
Gelir düzeyi	Diğer	23	18,3
	1000' TL den az	65	51,6
	1001-1500 TL	8	6,3
	2501-3000 TL	38	30,2
Engel durumu	3001 TL ve yukarı	15	11,9
	EI	10	7,9
	Kol	33	26,2
	Ayak	35	27,8
Engel sebebi	Bacak	48	38,1
	Doğum öncesi	29	23,0
	Hastalık	43	34,1
	Kaza	39	31,0
	Diğer	15	11,9

Tablo 3. Spor Yapan ve Yapmayan Ampute Bireylerin 'Öz Güven Ölçeği' Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Ortalamaları, Standart Sapmaları ve T Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	X	SS	T	p	
Sporcu	İç Öz güven	Kadın	42	4,21	,66	2,83	,005
		Erkek	66	3,91	,41		
	Dış Öz güven	Kadın	42	4,04	,67	2,31	,022
		Erkek	66	3,79	,42		
Sedanter	Öz güven	Kadın	42	4,13	,66	2,61	,010
		Erkek	66	3,86	,40		
	İç Öz güven	Kadın	51	4,15	,47	2,70	,008
		Erkek	75	3,91	,49		
	Dış Öz güven	Kadın	51	4,04	,41	1,72	,087
		Erkek	75	3,9	,46		
Öz güven	Kadın	51	4,1	,44	2,29	,024	
	Erkek	75	3,9	,47			

p<0,05

Spor yapan ampute bireylerin 'İç öz güven' ($t=2,83$, $p<05$), 'Dış öz güven' ($t=2.31$, $p<05$), 'Öz güven' ($t=2,61$, $p<05$) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Spor yapan kadın ampute bireylerin iç öz güven, dış öz güven ve genel öz güven düzeylerinin, erkek ampute bireylerden yüksek olduğu saptanmıştır. Sedanter ampute bireylerin 'İç öz güven' ($t=2.70$, $p<05$) ve 'öz güven' ($t=2.29$, $p<05$) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Bireylerin 'dış öz güven' ($t=1,72$, $p>05$) düzeyleri arasında herhangi bir farklığa rastlanmamıştır. Sedanter kadın ampute bireylerin iç öz güven ve genel öz güven düzeylerinin, erkek ampute bireylerin öz güven düzeylerinden yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 4. Spor Yapan ve Yapmayan Ampute Bireylerin 'Öz Güven Ölçeği' Puanlarının Yaş Değişkenine Göre Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) Sonuçları.

	Yaş	N	X	SS	F	p	
Sporcu	İç Öz güven	18-25	34	3,47	,43	55,757	,001
		26-35	43	4,21	,31		
		36-50	31	4,39	,40		
	Dış Öz güven	18-25	34	3,36	,40	39,441	,001
		26-35	43	4,11	,24		
		36-50	31	4,16	,58		
	Öz güven	18-25	34	3,42	,41	48,977	,001
		26-35	43	4,16	,27		
		36-50	31	4,28	,48		
Sedanter	İç Öz güven	18-25	67	4,14	,46	10,04	,001
		26-35	31	3,69	,52		
		36-50	28	4,06	,41		
	Dış Öz güven	18-25	67	4,08	,46	8,39	,001
		26-35	31	3,70	,40		
		36-50	28	3,92	,32		
	Öz güven	18-25	67	4,11	,45	9,46	,001
		26-35	31	3,69	,46		
		36-50	28	3,99	,36		

$p<0,05$

Spor yapan ampute bireylerin 'İç öz güven' ($F=55,75$, $p<05$), 'Dış öz güven' ($F=39,44$, $p<05$), 'Öz güven' ($F=48,97$, $p<05$) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Spor yapan 36-50 yaş arasındaki ampute bireylerin öz güvenlerinin 26-35 ve 18-25 yaş arası bireylerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Sedanter ampute bireylerin 'iç öz güven' ($F= 10,04$, $p<05$), 'dış öz güven' ($F=8,39$, $p<05$), 'genel öz güven' ($F=9,42$, $p<05$) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Sedanter 18-25 yaş arasındaki ampute bireylerin öz güvenlerinin 36-50 ve 26-35 yaş arası bireylerden daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 5. Spor Yapan Ve Yapmayan Ampute Bireylerin 'Öz Güven Ölçeği' Puanlarının Eğitim Durumu Değişkenine Göre Ortalamaları, Standart Sapmaları Ve Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) Sonuçları.

	Eğitim	N	X	SS	F	p	
Sporcu	İç Öz güven	İlköğretim	11	3,94	,13	12,14	,001
		Ortaokul	35	3,72	,44		
		Lise	43	4,07	,51		
		Ön Lisans	10	4,36	,54		
		Lisans	9	4,8	,18		
	Dış Öz güven	İlköğretim	11	3,67	,37	13,12	,001
		Ortaokul	35	3,58	,39		
		Lise	43	3,93	,50		
		Ön Lisans	10	4,4	,51		
		Lisans	9	4,58	,39		
	Öz güven	İlköğretim	11	3,81	,25	12,87	,001
		Ortaokul	35	3,65	,41		
Lise		43	4,0	,50			
Ön Lisans		10	4,3	,28			
Lisans		9	4,69	,52			
Sedanter	İç Öz güven	İlköğretim	5	3,68	,34	4,58	,002
		Ortaokul	32	3,88	,31		
		Lise	43	3,99	,63		
		Ön Lisans	39	4,07	,42		
		Lisans	7	4,64	,00		
	Dış Öz güven	İlköğretim	5	3,65	,33	7,4	,001
		Ortaokul	32	3,93	,38		
		Lise	43	3,91	,52		
		Ön Lisans	39	3,92	,32		
		Lisans	7	4,75	,00		
	Öz güven	İlköğretim	5	3,66	,33	5,63	,001
		Ortaokul	32	3,90	,34		
		Lise	43	3,95	,57		
		Ön Lisans	39	4,0	,36		
		Lisans	7	4,69	,00		

p<0,05

Spor yapan ampute bireylerin 'İç öz güven' (F=12,14, p<05), 'Dış öz güven' (F=13,12, p<05), 'Öz güven' (F=12,87, p<05) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Spor yapan lisans mezunu ampute bireylerin öz güvenlerinin ön lisans, lise ortaokul ve ilköğretim mezunu bireylerden yüksek olduğu saptanmıştır. Sedanter ampute bireylerin 'İç öz güven' (F=4,58, p<05), 'Dış öz güven' (F=7,40, p<05), 'Öz güven' (F=5,63, p<05) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Sedanter lisans mezunu ampute bireylerin öz güvenlerinin ön lisans, lise, ortaokul ve ilköğretim mezunu bireylerden yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 6. Spor Yapan ve Yapmayan Ampute Bireylerin 'Öz güven Ölçeği' Puanlarının Meslek Değişkenine Göre Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) Sonuçları.

	Meslek	N	X	SS	F	p	
Sporcu	İç Öz güven	İşçi	49	4,09	,38	14,83	,001
		Memur	16	4,65	,21		
		Öğrenci	18	3,66	,51		
		Çalışmıyor	19	3,67	,64		
		Diğer	6	4,11	,00		
	Dış Öz güven	İşçi	49	3,97	,39	16,10	,001
		Memur	16	4,49	,30		
		Öğrenci	18	3,53	,49		
		Çalışmıyor	19	3,45	,59		
		Diğer	6	4,09	,00		
	Öz güven	İşçi	49	4,03	,38	16,0	,001
		Memur	16	4,49	,25		
		Öğrenci	18	3,6	,49		
		Çalışmıyor	19	3,56	,61		
		Diğer	6	4,09	,00		
Sedanter	İç Öz güven	İşçi	18	4,27	,32	8,81	,001
		Memur	12	4,34	,21		
		Öğrenci	32	4,20	,43		
		Çalışmıyor	41	3,78	,33		
		Diğer	23	3,78	,72		
	Dış Öz güven	İşçi	18	4,05	,34	8,28	,001
		Memur	12	4,38	,06		
		Öğrenci	32	4,11	,51		
		Çalışmıyor	41	3,74	,31		
		Diğer	23	3,8	,50		
	Öz güven	İşçi	18	4,16	,32	8,65	,001
		Memur	12	4,36	,07		
		Öğrenci	32	4,16	,46		
		Çalışmıyor	41	3,76	,32		
		Diğer	23	3,79	,62		

p<0,05

Spor yapan ampute bireylerin 'İç öz güven' (F=14,83, p<05), 'Dış öz güven' (F=16,10, p<05), 'Öz güven' (F=16,00, p<05) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Spor yapan memur ampute bireylerin öz güvenlerinin diğer, işçi, öğrenci ve çalışmayan ampute bireylerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Sedanter ampute bireylerin 'İç öz güven' (F=12,14, p<05), 'Dış öz güven' (F=13,12, p<05), 'Öz güven' (F=12,87, p<05) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Sedanter memur ampute bireylerin öz güvenlerinin işçi, öğrenci, diğer ve çalışmayan ampute bireylerden daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 7. Spor Yapan ve Yapmayan Ampute Bireylerin 'Öz güven Ölçeği' Puanlarının Aylık Gelir Değişkenine Göre Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) Sonuçları.

	Gelir Durumu	N	X	SS	F	p	
Sporcu	İç Öz güven	1000 TL'den az	37	3,66	,57	30,12	,001
		2501-3000 TL	42	4,06	,31		
		3000 TL ve Üstü	29	4,5	,36		
	Dış Öz güven	1000 TL'den az	37	3,49	,54	32,63	,001
		2501-3000 TL	42	3,92	,30		
		3000 TL ve Üstü	29	4,35	,42		
	Öz güven	1000 TL'den az	37	3,58	,55	32,59	,001
		2501-3000 TL	42	3,97	,29		
		3000 TL ve Üstü	29	4,43	,39		
Sedanter	İç Öz güven	1000 TL'den az	65	3,98	,44	4,31	,006
		1001-1500 TL	8	3,86	,29		
		2501-3000 TL	38	3,94	,61		
	Dış Öz güven	1000 TL'den az	65	3,92	,46	6,53	,001
		1001-1500 TL	8	3,8	,33		
		2501-3000 TL	38	3,87	,44		
	Öz güven	1000 TL'den az	65	3,95	,45	5,48	,001
		1001-1500 TL	8	3,83	,31		
		2501-3000 TL	38	3,9	,52		
	3000 TL ve Üstü	15	4,41	,10			

p<0,05

Sporcu ampute bireylerin 'İç öz güven' (F=30,12, p<05), 'Dış öz güven' (F=32,63, p<05), 'Öz güven' (F=32,59, p<05) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Sporcu, gelir durumu 3001 TL ve yukarısı olan ampute bireylerin öz güvenlerinin 2501-3000 TL, 1000 TL den az olan bireylerden yüksek olduğu saptanmıştır. Sedanter ampute bireylerin 'İç öz güven' (F=4,31, p<05), 'Dış öz güven' (F=6,53, p<05), 'Öz güven' (F=5,48, p<05) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Sedanter gelir durumu 3001 TL ve yukarısı olan ampute bireylerin öz güvenlerinin 1000 TL den az, 2501-3000, 1001-1500 TL arası bireylerden yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 8. Spor Yapan ve Yapmayan Ampute Bireylerin 'Öz Güven Ölçeği' Puanlarının Engel Durumu Değişkenine Göre Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) Sonuçları.

	Engel Durumu	N	X	SS	F	p	
Sporcu	İç Öz güven	Eİ	4	4,05	,00000	,025	,995
		Kol	34	4,01	,56012		
		Ayak	32	4,04	,55210		
		Bacak	38	4,03	,55611		
	Dış Öz güven	Eİ	4	4,0	,00000	,066	,978
		Kol	34	3,88	,47026		
		Ayak	32	3,9	,62661		
		Bacak	38	3,87	,57785		
	Öz güven	Eİ	4	4,03	,00000	,035	,991
		Kol	34	3,95	,51307		
		Ayak	32	3,97	,58154		
		Bacak	38	3,96	,55840		
Sedanter	İç Öz güven	Eİ	10	4,14	,53429	,376	,770
		Kol	33	3,96	,74096		
		Ayak	35	4,03	,26850		
		Bacak	48	4,01	,42256		
	Dış Öz güven	Eİ	10	3,96	,40526	,434	,729
		Kol	33	3,89	,54407		
		Ayak	35	4,01	,33410		
		Bacak	48	3,95	,47362		
	Öz güven	Eİ	10	4,05	,47129	,332	,802
		Kol	33	3,92	,64340		
		Ayak	35	4,02	,29134		
		Bacak	48	3,98	,43895		

p<0,05

Sporcu ampute bireylerin 'İç öz güven' (F=,025, p>05), 'Dış öz güven' (F=066, p>05), 'Öz güven' (F=035, p>05) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunamamıştır. Sedanter ampute bireylerin 'İç öz güven' (F=,376, p>05), 'Dış öz güven' (F=,434, p>05), 'Öz güven' (F=,332, p>05) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunamamıştır.

Tablo 9. Spor Yapan ve Yapmayan Ampute Bireylerin 'Öz Güven Ölçeği' Puanlarının Engel Sebebi Değişkenine Göre Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) Sonuçları

	Engel sebebi	N	X	SS	F	p		
Sporcu	İç Öz güven	Doğum öncesi	4	4,76	,00000	8,43	,001	
		Hastalık	25	4,25	,41001			
		Kaza	79	3,92	,54189			
	Dış Öz güven	Doğum öncesi	4	4,56	,00000	7,25	,001	
		Hastalık	25	4,11	,54177			
		Kaza	79	3,78	,51851			
	Öz güven	Doğum öncesi	4	4,66	,00000	8,08	,001	
		Hastalık	25	4,18	,46604			
		Kaza	79	3,85	,52408			
	Sedanter	İç Öz güven	Doğum öncesi	29	4,29	,55537	4,48	,005
			Hastalık	43	3,9	,25187		
			Kaza	39	3,96	,63854		
Diğer			15	3,9	,31274			

Dış Öz güven	Doğum öncesi	29	4,26	,52876	8,17	,001
	Hastalık	43	3,83	,26442		
	Kaza	39	3,82	,45895		
	Diğer	15	4,06	,42390		
Öz güven	Doğum öncesi	29	4,28	,53753	5,80	,001
	Hastalık	43	3,87	,24886		
	Kaza	39	3,89	,54805		
	Diğer	15	3,98	,36649		

p<0,05

Sporcu ampute bireylerin 'İç öz güven' (F=8,43, p<05), 'Dış öz güven' (F=7,25, p<05), 'Öz güven' (F=8,08, p<05) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Sporcu, engel sebebi doğum öncesi olan ampute bireylerin öz güvenlerinin kaza, hastalık sebeplerinden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Sedanter ampute bireylerin 'İç öz güven' (F=4,48, p<05), 'Dış öz güven' (F=8,17, p<05), 'Öz güven' (F=5,80, p<05) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

TARTIŞMA

Spor; bireyin fiziksel, psikolojik ve toplum içerisindeki davranışlarına yön vermede; sağlıklı bireylerin sağlıklarını korumada ve yaşam kalitesinin yükseltmede olumlu etkilere sahiptir. Sporun olumlu etkileri sadece sağlıklı bireyler için değil engelli bireyler için de geçerlidir. Bu nedenle, toplumda engelli bireylerin de spor yapmasının teşvik edilmesi ve olanakların sağlanması gerekmektedir³⁰. Engelli bireylerde, bozulan fonksiyonların tekrar eski haline getirilmesinde ve mevcut durumun korunmasında egzersiz en etkili yöntemler arasındadır. Ortopedik engelliler, bir aktiviteyi uygularken normal kabul edilen sınırların içerisinde gerçekleştirmekte zorluk yaşayan veya kısıtlı olan bireylerdir. Dozu iyi ayarlanıp planlandığında spor, ortopedik engelliler için fiziksel faydalar sağladığı gibi; sporun sosyal yönleri de göz önüne alındığında, ortopedik engelli bireylerin sosyalleşmesi yönünde de faydalı olacağını söylemek mümkündür³⁰. Araştırmaya konu olan spor yapan ve yapmayan ampute bireylerin öz güven düzeyleri arasındaki farklar incelendiğinde spor yapan ampute bireylerin öz güvenlerinin genel olarak sedanter ampute bireylere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yılmaz ve Kırımoğlu (2020)³¹ çalışmalarında, bedensel engelli bireylerin öz güvenlerine spor yapmanın olumlu etkileri olduğunu ifade etmişlerdir. Arslan ve ark. (2015)³², Demirel, (2013)³³, Yalçın ve Balcı, (2013)³⁴, Akgül ve ark. (2012)³⁵, Slutzky ve Simpkins (2009)³⁶, benzer şekilde spor yapan öğrencilerin öz güvenlerinin hem iç öz güven hem de dış öz güven boyutunda spor yapmayan öğrencilere göre anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bu bulgular sporun tüm bireyler için öz güveni artıran önemli bir faktör olduğu söylenebilir. Ampute bireylerin sosyal hayata katılımlarının sağlanmasında, öz güven önemli bir faktördür. Spor bu bağlamda, dolaylı olarak hem bireylerin sosyalleşmesine katkıda bulunup hem de bireylerin öz güvenlerini yükseltebilir. Bu şekilde, ampute bireylerin sosyal yaşama katılmaları kolaylaşırken yaşam koşulları da yükseltilebilir. Bu nedenle, ampute bireylerin spor yapmaları desteklenmeli, bu bireylerin spor yapma olanakları geliştirilmeli ve kullanımlarına sunulmalıdır.

Ampute sporcuların cinsiyet kriterlerine göre öz güven düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Kadın sporcuların öz güvenlerinin erkek bireylerden yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sedanter kadın ampute bireylerin öz güvenlerinin erkek

bireylerden yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sedanter amputelerde dış öz güven alt boyutları anlamlı farklılıklar vermemiştir.

Yapılan bir araştırmada, görme engelli kadın sporcuların puanlarının erkek sporculardan yüksek olduğu görülmektedir. Buna göre engelli kadın sporcuların spora ilişkin puan düzeylerinin erkek sporculara göre daha iyi düzeyde olduğu saptanmıştır²¹. Ampute sporcuların yaş kriterlerine göre öz güven düzeyleri arasında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Spor yapan 36-50 yaş arasındaki ampute bireylerin öz güvenlerinin 26-35 ve 18-25 yaş arası bireylerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Sedanter 18-25 yaş arasındaki ampute bireylerin öz güvenlerinin 36-50 ve 26-35 yaş arası bireylerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Sporcularda yaş arttıkça öz güvenin arttığı, sedanterlerde ise yaş azaldıkça öz güvenin arttığı görülmektedir. Ampute ve spor yapan bireylerde yaş ilerledikçe öz güvenin yükselmesi önemli bir bulgudur. Bu bulgunun spor yapan ampute bireylerin öz güvenlerinin yapmayanlara göre daha yüksek olduğu bulgusu ile beraber değerlendirilmesi gerekmektedir. Bulgular, spor yapan ampute bireylerin yaş ilerledikçe öz güvenlerinin yükseldiğini ortaya koymaktadır. Spor yapma alışkanlığı bireyin hali hazırda öz güvenini yükselten bir durumdur, yaş ilerledikçe spor yapma alışkanlığı ile beraber kişi daha sağlıklı, daha sosyal bir yaşam sürmektedir. Bu kişilerde artan yaşla beraber bir yetersizlik duygusunun oluşmadığı tam tersine öz güvenlerinin yükseldiği görülmektedir. Spor yapmayan ampute bireylerde ise artan yaşla beraber öz güven düşmektedir. Yaşla beraber fiziksel yetersizliklerin artması bu durumun sebeplerinden bir tanesi olabilir. Spor ise yaşla gelen bu olumsuzlukları olumlu bir duruma çevirmektedir.

Ampute sporcuların eğitim kriterlerine göre öz güven düzeyleri arasında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Spor yapan lisans mezunu ampute bireylerin öz güvenlerinin ön lisans, lise ortaokul ve ilköğretim mezunu bireylerden yüksek olduğu saptanmıştır. Sedanter lisans mezunu ampute bireylerin öz güvenlerinin ön lisans, lise, ortaokul ve ilköğretim mezunu bireylerden yüksek olduğu saptanmıştır. Her iki grup arasında da eğitim seviyesi arttıkça öz güvenin arttığı görülmektedir. Benzer şekilde, Genç ve Çat (2013)³⁷ çalışmalarında, eğitim durumu arttıkça bireylerin fiziksel aktivite düzeylerinin arttığını ortaya koymuşlardır.

Ampute sporcuların meslek kriterlerine göre öz güven düzeyleri arasında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Spor yapan memur ampute bireylerin öz güvenlerinin diğer, işçi, öğrenci ve çalışmayan ampute bireylerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Sedanter memur ampute bireylerin öz güvenlerinin işçi, öğrenci, diğer ve çalışmayan ampute bireylerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Buna göre memur olan yani iş garantisi olan bireylerin öz güvenlerinin daha yüksek olduğu söylenebilir. Benzer şekilde, Teixeira ve Pereira (2010)³⁸ meslek, eğitim gibi faktörlerin de fiziksel aktivite arasında bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır.

Engelliler bireyler işgücü piyasasında çalışmak ve üretimde pay sahibi olmak istemektedirler. Çalışma hayatındaki engelli bireyler, hem üretime katkı sağlamakta hem de zihinsel ve fiziksel olarak kendilerini rehabilite edebilecek imkanlara sahip olmaktadır. İşgücü piyasasında bulunan engelli bireylerin sosyalleşme anlamında da önemli ilerlemeler kaydettikleri söylenebilir³⁹. Ampute bireylerin üretimde bir pay sahibi olması, sosyal hayatta bir yerlerinin olması öz güvenlerini de olumlu yönde etkilemektedir. Ampute bireyler, düzenli gelir elde ettikleri bir iş sahibi olduklarında toplumda kendilerini daha değerli hissetmekte ve kendi güçlerinin farkına

varmaktadır³⁹. Bu bulguyu destekleyen bir diğer bulgu ampute sporcuların gelir düzeyleri ile öz güvenleri arasındaki pozitif ilişkidir. Ampute sporcuların gelir durumu kriterlerine göre öz güven düzeyleri arasında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Sporcu, gelir durumu 3001 TL ve yukarısı olan ampute bireylerin öz güvenlerinin 2501-3000 TL, 1000 TL'den az olan bireylerden yüksek olduğu saptanmıştır. Sedanter gelir durumu 3001 TL ve yukarısı olan ampute bireylerin öz güvenlerinin 1000 TL'den az, 2501-3000, 1001-1500 TL arası bireylerden yüksek olduğu saptanmıştır. Gelir düzeyi arttıkça bireylerin öz güvenlerinin de arttığı görülmektedir.

Ampute sporcuların ve ampute sedanterlerin engel durumu kriterlerine göre öz güven düzeyleri arasında herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır. Ancak, ampute sporcuların engel sebebi kriterlerine göre öz güven düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Engel sebebi doğum öncesi olan sporcu ampute bireylerin öz güvenlerinin kaza, hastalık sebeplerinden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Sedanter, engel sebebi doğum öncesi olan ampute bireylerin öz güvenlerinin kaza, hastalık ve diğer sebeplerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Doğum öncesinde engelli olanların, sonradan engelli olan bireylere göre daha yüksek öz güven sahibi oldukları tespit edilmiştir.

Çalışmada elde edilen bulgular ile literatürdeki çalışmalardan bazıları benzerlik göstermektedir. Spor yapan ampute bireylerin doğum öncesi ampute olmalarının sosyal ilişkilerini geliştirmede katkı sağladığı, ampütasyonun sonradan olması durumunda sosyal ilişkilerin zarar gördüğü ve yaşam kalitesinin düştüğü söylenebilmektedir⁴⁰. Bireyin doğum öncesinde veya hayatının çok erken dönemlerinde ampütasyonun olması, bu duruma alışmaları ve sahip oldukları engel doğrultusunda yaşamlarını sürdürmeleri açısından öz güven durumunu etkileyebilir. Bireyin sonradan engelli olması, aniden yaşamında çok büyük değişikliklere sebep olmaktadır. Bireyin yaşamı tamamen değişmekte ve pek çok problemle baş başa kalmaktadır. Sonrada engelli olan bireylerin bu problemlerini aşmaları ve yaşamlarının yeni duruma göre adapte etmeleri zor olmaktadır. Bu nedenle, doğum öncesi ve hemen sonrasında engelli olan bireylerle sonradan engelli olan bireylerin öz güvenlerinin farklı olduğu düşünülmektedir.

Sonuç olarak, spor yapan ve yapmayan ampute bireylerin öz güven düzeyleri karşılaştırıldığında, spor yapan ampute bireylerin öz güven düzeylerinin spor yapmayan ampute bireylere göre daha yüksek olduğu, engellik durumunun ne zaman ortaya çıktığı, bireyin eğitimi, mesleği ve gelir düzeyinin öz güveni etkilediği görülmektedir. Ampute bireylerin, birey olarak kendi potansiyellerini ortaya koymalarında, kendilerini yeterli hissedebilmelerinde öz güven oldukça önemli bir duyuşsal bileşendir. Bu nedenle, ampute bireylerin spor yapma olanakları geliştirilmelidir.

KAYNAKLAR

1. Dammeye J., Chapman M. (2018). A national survey on violence and discrimination among people with disabilities. *BMC Public Health*. 18, 355.
2. World Health Organisation. (2021). Disabilities. <https://www.who.int/topics/disabilities/en/>. [Erişim tarihi: 29.05.2021]

3. Tatar ST. (2017). Spor yapan ve yapmayan bedensel engellilerin yaşam doyumlarının karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya.
4. Pagan R. (2015). How do leisure activities impact on life satisfaction evidence for German people with disabilities. *Applied Research Quality Life*. 10(4), 557- 572.
5. Eisenberg Y., Vanderbom KA., Vasudevan V. (2017). Does the built environment moderate the relationship between having a disability and lower levels of physical activity? A systematic review. *Preventive Medicine*. 95, 575-584.
6. Şener G., Erbahçeci F. (2001). Protezler. Hacettepe Üniversitesi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokul Yayınları: Ankara.
7. Lockette KF., Keyes AM. (1994). Conditioning with physical disabilities. Rehabilitation Institute of Chicago.
8. Yazıcıoğlu K., Taskaynatan MA., Güzelküçük U., Tuğcu I. (2007). Effect of playing football (soccer) on balance, strength and quality of life in unilateral below knee amputees. *American Journal of Physical Medicine and Rehabilitation*. 86, 800-805.
9. Whyllie B. (1981). Social and psychological problems of the adult amputee. İçinde: Kostuik JP, Gillespie R, (Editör). *Amputation surgery and rehabilitation: the Toronto experience*. Churchill Livingstone. New York.
10. Horgan O., Machlachlan M. (2004). Psychosocial adjustment to lower-limb amputation: A review. *Disability and Rehabilitation*. 26(14/15), 837-850.
11. Senra H., Oliveira RA., Leal I., Vieira C. (2011). Beyond the body image: A qualitative study on how adults experience lower limb amputation. *Clinical Rehabilitation*. 26(2), 180-191.
12. Terlemez M. (2019). Spor aktivitesinin özgüven, serotonin ve dopamine etkisi. *Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*. 2(2), 1-6.
13. Pervin LA., John OP. (2001). *Personality. Theory and research*. John Wiley & Sons, Inc: USA.
14. Göknaar Ö. (2010). *Özgüven Kazanmak*. 2. baskı. Arkadaş Yayınevi: Ankara.
15. Sayar K. (2003). Söz öle gençlik kültür. *Sanat ve Edebiyat Dergisi*. 4, 8-13.
16. Koç S., Nil G. (2006). *Özsaygı: öncelikler listende kaçınıcı sıradasın*. 3. Baskı. Kuraldışı Yayıncılık: İstanbul.
17. Günalp A. (2007). Farklı anne baba tutumlarının okul öncesi eğitim çağındaki çocukların özgüven duygusunun gelişimine etkisi (Aksaray ili örneği). *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Konya.
18. Mağden D., Aksoy A. (1993). Anne ve babaların çocuklarına karşı tutumlarını etkileyen etmenler. *Eğitim ve Bilim*: Ankara.
19. Kurtuldu PS. (2007). İlköğretim okulu yöneticilerinin özgüven düzeyleri ile liderlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
20. Bailey R. (2014). Spor ve diğer fiziksel aktiviteler benlik saygısı yaratıyor mu? *Psychology Today*.
21. Tekkurşun DG., İlhan EL., Esentürk OK., Kan A. (2018). Engelli bireylerde spora katılım motivasyonu ölçeği (ESKMÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 16(1), 95-106.
22. Söğüt M. (2006). Sporun bedensel engellilerin sosyalleşmeleri üzerine etkisi. *Yüksek Lisans Tezi*. Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

23. Kuru E., Baştuğ G. (2006). Bayan ve erkek futbolcuların psikolojik ihtiyaçlarının cinsiyet değişkenine göre incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 3, 117-126.
24. Özer SD. (2001). Engelliler için beden eğitimi ve spor. Nobel Yayın-Dağıtım: Ankara.
25. Coffey L. (2012). Goals, adaptive self-regulation, and psychosocial adjustment to lower limb amputation: a longitudinal study. Phd Thesis, Dublin City University, School Of Nursing And Human Sciences: Dublin.
26. Kalyon TA. (1997). Özürlülerde spor. Bağırhan Yayinevi: Ankara.
27. Aile Eğitim Rehberi. (2007). Ortopedik Özürlüler başbakanlık aile ve sosyal araştırmalar genel müdürlüğü. Aile eğitim serisi.
28. İlhan L. (2008). Eğitilebilir zihinsel engelli çocuklarda beden eğitimi ve sporun sosyalleşme düzeylerine etkisi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*. 16(1), 315-324.
29. Bragaru M., Dekker R., Geertzen JH., Dijkstra PU. (2011). Amputees and sports: a systematic review. *Sports Medicine*. 41(9), 721-740.
30. Öztürk S. (2007). Ortopedik engelliler sosyalleşmesinde sporun etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
31. Yılmaz A., Kırımoğlu H. (2020). Oturarak voleybol oyuncularının öz güven düzeylerinin tespiti. *Kastamonu Eğitim Dergisi*. 28(1), 286-294.
32. Arslan A., Doğanay H., Kırık AM., Çetinkaya A. (2015). Lise öğrencilerinde spor yapma ve özgüven ilişkisi. *Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi*. 17, 130-149.
33. Demirel M. (2013). Investigating guilt and shame situations of secondary school students according to participation in sport activities and different variables. *International Journal of Academic Research*. 5(2), 259-263.
34. Yalçın U., Balcı V. (2013). 7-14 yaş arası çocuklarda spora katılımdan sonra okul başarılarında, fiziksel ve sosyal davranışlarında oluşan değişimlerin incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 11(1), 27-33.
35. Akgül S., Göral M., Demirel M., Üstün ÜD. (2012). İlköğretim öğrencilerinin okul içi ve okullar arası sportif etkinliklere katılma nedenlerinin çeşitli değişkenler açısından araştırılması. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 1(32), 13-22.
36. Slutzky CB., Simpkins SA. (2009). The link between children's sport participation and self-esteem: exploring the mediating role of sport self-concept. *Psychology of Sport and Exercise*. 10, 381-389.
37. Genç Y., Çat G. (2013). Engellilerin istihdamı ve sosyal içerme ilişkisi. *Akademik İncelemeler Dergisi*. 8(1), 363-394.
38. Teixeira CS., Pereira ÉF. (2010). Physical fitness, age and nutritional status of military personnel. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*. 94(4), 438-443.
39. Giles-Corti B., Donovan, RJ. (2002). The relative influence of individual, social and physical environment determinants of physical activity. *Social Sciences and Medicine*. 54(12), 1793-1812.
40. Sarıgöz OA. (2019). Spor eğitimi alan ampute bireylerin sağlıklı yaşam biçimi, yaşam kalitesi, ve boş zaman engel düzeyleri arasında ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Bartın.