

## BÖLÜM 8

# SPOR YAPAN VE YAPMAYAN ENGELLİ BİREYLERİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Meltem İŞİK<sup>1</sup>

### GİRİŞ

Engellilik, bireyleri kişisel veya sosyal olarak normal ve bağımsız yaşamdan engelleyen bir dizi fiziksel veya zihinsel bozukluktur. Bu durum konjenital, kalıtsal, edinilmiş engeller ve bozukluklardan kaynaklanabilir (1). Tedavi ya da rehabilite edilmesi gereken bir sorun olarak değerlendirilen ve bir insan farklılığı olarak görülen engellilik için (2-3) rehabilitasyon sürecinde elde edilen üst düzey fonksiyonel bağımsızlık tam anlamıyla toplumsal katılım için yeterli olmamaktadır (4). O yüzden, engelli insanları değiştirmeye çalışmak ya da onları engelli olarak evde yaşamalarını istemek yerine, engellilerin tüm psikolojik, fiziksel, sosyal ve mesleki gelişimini engelleyen çevresel ve sosyal engelleri kaldırılmalıdır (2-3). Örneğin boş zaman etkinlikleri (müzikle uğraşmak, şiirle ilgilenmek, resim yapmak, kitap okumak, sinema ve tiyatro etkinliklerine katılmak gibi) engeli olan birçok kişi için rahatlatıcı olurken, bireyin hareket yeteneği ve özgürlüğü ile sosyal becerilerini arttıran spor da, bu uğraşlar arasında yer almaktadır. Hatta bazı engelli kişilerin elit seviyede fiziksel etkinlik ve spora yönelimlerinin olduğu da görülmektedir (5).

Spor, engelli kişinin toplumdan olumsuz etiketlenmesini ve onlara karşı yapılan olumsuz ayrımcılığı azaltmasının yanında engelli kişilere kendi potansiyellerini tanımalarına fırsat vermektedir (6). Ayrıca spor, engelli kişilerin yaşam zorlukları ile mücadele edebilmesi için gerekli olan öz güveni oluşturmada, arkadaşlıklar kurup sosyalleşme sürecini hızlandırıp güçlendirmede ve sorumluluk alma konusunda da fırsatlar sunmaktadır (7). Engelli kişi, günlük yaşantısında pek çok sosyal ilişki kurabilir. Fakat bu ilişkilerin çoğu bağlayıcı özelliği olmayan ve duygusallığın neredeyse hiç olmadığı biçimsel ve yüzeysel ilişkilerdir. İşte bu noktada spor, engelli insanların günlük yaşantısında ihtiyaç duyduğu sevgi, ilgi ve

<sup>1</sup> Dr.Öğretim Üyesi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi-Aydın, isik.meltem@adu.edu.tr.

## KAYNAKLAR

1. Rostami, R., & Rezaee, M. (2014). Correlation Between General Health and Quality of Life in Caregivers of Veterans With Spinal Cord Injury. *Quarterly of Iranian Journal of War & Public Health*, 6(3), 87-93.
2. Craft D.H. (1995) *Visual Impairments and Hearing Losses, Adapted Physical Education and Sport*, Ed. J.P. Winnick, Human Kinetics Boks Chompaigne, 143-166, İllionis.
3. Kabasakal K. (2007) *Zihinsel Engellilik, Zihinsel, Ruhsal, Duygusal Engellilik*. Lokomotif Medya, Ünimat Ofset Matbaası, Konya.
4. Wegener S. T. (1996). Psychological assessment and intervention in rehabilitation. In: Brad-dom RL,ed. *Physical medicine and rehabilitation*. Philadelphia: W.B. Saunders.
5. Janna L. C., & Monika S. (2008). Constraints Experienced by Elite Athletes with Disabilities in Kenya, with Implications for the Development of a New Hierarchical Model of Constraints at the Societal Level, *Journal of Leisure Research*, Vol. 40, No. I: 128-155.
6. Kasser, S. L., & Lytle, R. K. (2005). *Inclusive Physical Activity – A Lifetime of Opportunities*. Champaign Illinois: Human Kinetics Publisher.
7. Stănescu, M., Stănescu, R., Popescu, M., et al. (2008). Self-development through physical activities at persons with locomotor disabilities. In *Proceedings of the International Congress on Sport Science*, Cluj-Napoca, Romania.
8. Afacan E.(2019). *Spor Felsefesi*. Akademisyen Kitapevi. s: 232. Ankara.
9. Olkin, R. (1999). *What Therapists Should Know About Disability*. New York: The Guildford Press.
10. Prilletensky, O. (2009). *Critical Psychology and Disability Studies: Critiquing the Mainstream, Critiquing the Critique*. In D. Fox, I. Prilletensky & S. Austin (Eds.), *Critical Psychology: An Introduction* (2nd edn., pp. 250–266). London: Sage.
11. Gucciardi D. F., Jackson B., Coulter T. J., & et al. (2011). The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Dimensionality and age-related measurement invariance with Australian cricketers. *Psychology of Sport and Exercise*. 12 (2011) 423e433.
12. Alvord, M., & Grados, J. (2005). Enhancing Resilience in Children: A Proactive Approach. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36, 238-245.
13. Tusaie, K., & Dyer, J. (2004). Resilience: A historical review of the construct, *Holistic Nursing Practice*, 18(1), 3-8.
14. Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.
15. Luthar, S. S., & Cicchetti, D. (2000). The Construct of Resilience: İmlications for İnterventions and Social Policies. *Development and Psychopathology*, 12, 857-885.
16. Bonanno, G. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 20-28.
17. Cicchetti D. (2010). Resilience under conditions of extreme stress: a multilevel perspective. *World Psychiatry*. 9: 145-154.
18. Babiss, L.A., & Gangwisch, J.E. (2009). Sports Participation as a Protective Factor Against Depression and Suicidal Ideation in Adolescents as Mediated by Self-Esteem and Social Support. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 30(5), 376-384.
19. Kowalik S. (2006). Osoby Niepełnosprawne İ Psychologiczne Aspekty İch Rehabilitacji [Disabled Persons and Their Rehabilitation Psychological Issues]. In: Sęk H, editor. *Psychologia kliniczna* [Clinical psychology]. T. 2. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN;273-286. Polish.
20. Gerc K. (2011). Physical disability and its influence on child's development – biophysiological background and developmental tendencies. In: Piasecka B, editor. *Development despite limitations. Family and individual support: education, coaching, psychotherapy*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego; 65-85. Polish.
21. Sherrill C. (1986). Social and Psychological Dimensions of Sports for Disabled Athletes. In: Sherrill C, ed. *Sport and disabled athletes*. IL: Human Kinetics Champaign.

22. Wetterhahn K.A., Hanson C., & Levy C.E. (2002). Effect of Participation in Physical Activity on Body Image of Amputees. *Am J Phys Med Rehabil*, 81(3):194e201.
23. Block J., & Kremen A.M. (1996) IQ and Ego-Resiliency: Conceptual and Empirical Connections and Separateness. *J Pers Soc Psychol*, 70: 349–361.
24. Friborg O., Hjemdal O, Rosenvinge J.H. & et al. (2003). A New Rating Scale for Adult Resilience: What Are The Central Protective Resources Behind Healthy Adjustment? *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, Volume 12, Number 2.
25. Basım H.N., & Çetin F. (2011). Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin Güvenilirlik ve Geçerlilik Çalışması, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22.
26. Damon E. J., Mark G., & Max C. (2015). Early Social-Emotional Functioning and Public Health: The Relationship Between Kindergarten Social Competence and Future Wellness. *Am J Public Health*. 105:2283–2290. doi:10. 2105/AJPH.2015.302630.
27. Sucuoğlu, B., & Özokçu, O. (2005). Kaynaştırma Öğrencilerinin Sosyal Becerilerinin Değerlendirilmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 6(1), 41-5.
28. Guzzetta, A., Mercuri E., & Cioni G. (2001). Visual Disorders in Children with Brain Lesions: 2. Visual Impairment Associated with Cerebral Palsy. *European Journal of paediatric Neurology*. 5:115-119 doi:10.1053/ejpn.2001.0481
29. Marschark, M. (2007). *Raising and Educating a Deaf Child: A Comprehensive Guide To The Choices, Controversies, and Decisions Faced by Parents and Educators* (2nd Edition). New York: Oxford University.
30. Gerrig, R.J., & Zimbardo, P. G. (2012). *Psikolojiye giriş: psikoloji ve yaşam*. (19. Baskı) Çeviri Edt: Gamze Sart. Ankara: Nobel Yayıncılık.
31. Law, M., Petrenchik, T., King, G., & et al. (2007). Perceived Environmental Barriers To Recreational, Community, and School Participation for Children and Youth with Physical Disabilities. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 88, 1636–1642. <http://dx.doi.org/10.1016/j.apmr.2007.07.035> PMID: 18047879
32. Zoerink, D. A. (1992). Exploring Sport Socialization Environments of Persons with Orthopedic Disabilities. *Palaestra*, 8(3), 38-45.
33. Stănescu, R. (2014). Wheelchair Tennis An Opportunity for Social Integration of the People with Disabilities. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 149, 906-910.
34. Kavi E., & Karakale B. (2018). Çalışan Psikolojisi Açısından Psikolojik Dayanıklılık. *Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi* © Cilt: 7 Yıl: 7 Sayı:17. DOI: 10.31199/hakisderg.391826
35. Tasiemski T, Kennedy P, Gardner B.P., & et al. (2005). The Association of Sports and Physical Recreation with Life Satisfaction In A Community Sample of People with Spinal Cord Injuries. *Neuro Rehabilitation*. 20(4):253-265
36. Cooper R.A., Quatrano L.A, Axelson P.W., & et al. (1999). Research on Physical Activity and Health Among People with Disabilities: A Consensus Statement. *Journal of Rehabilitation Research and Development*. 36 (2):142-54.
37. Wu S.K., & Williams T. (2001). Factors Influencing Sport Participation Among Athletes with Spinal Cord Injury. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 33 (2), 177-182.
38. Murphy N.A., & Carbone P.S. (2008). Promoting The Participation of Children with Disabilities In Sports, Recreation, and Physical Activities. *Pediatrics*. 121(5):1057-1061.
39. Greenwood, C. M., Dziewaltowski, D. A., & French, R. (1990). Self-Efficacy and Psychological Well-Being of Wheelchair Tennis Participants and Wheelchair Nontennis Participants. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 7(1), 12-21.
40. Ghomrani, A., & Jafari, H. R. (2004). Introduction to Emotional Intelligence and Blindness. *Journal of Exceptional Education* (31), 25-30.
41. Lofti Y., Mehrkian S., Moosasavi A., & et al. (2009). Quality of Life Improvement In Hearing Impaired Elderly People After Wearing A Hearing Aid. *Arc Iran Med*; 12(4):3653-70.
42. Glassner, B. (1992). *Bodies: Overcoming the tyranny of perfection*.1. Published, Lowell House. Los Angeles, p:64-66
43. DePauw, K. P. (1997). The (1n) Visibility of Disability: Cultural Contexts and “Sporting Bodies”.

*Quest*, 49(4), 416-430.

44. Muraki, S., Tsunawake, N., Hiramatsu, S., & et al. (2000). The Effect of Frequency and Mode of Sports Activity on The Psychological Status In Tetraplegics and Paraplegics. *Spinal Cord*, 38(5), 309.
45. Madrigal L., Hamill S., Gill D.L. (2013). Mind Over Matter: The Development of The Mental Toughness Scale (MTS). *The Sport Psychologist*, 27, 62-77. <https://doi.org/10.1123/tsp.27.1.62>
46. Reddy R.C., & Berhanu T. (2016). Mental Toughness In Sport: In Case of Mekelle University Sport Teams. *International Journal of Applied Research*, 2(3), ss. 1-3.
47. Solomon, G.B. (2015). Mental Toughness Among College Athletes, *Journal of Applied Sports Science*, 5(3), ss. 171-175.
48. İlhan, A. (2017). *Egzersiz katılımcılarının psikolojik dayanıklılık, optimal performans duygu durumu ve güdülenme ilişkisi*. (Doktora Tezi), Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sporda Psiko Sosyal Alanlar Anabilim Dalı, İzmir.
49. Bülbül, A. (2015). Tenis ve basketbol sporcularının psikolojik dayanıklılık seviyelerinin incelenmesi ve karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Gedik Üniversitesi, İstanbul.
50. Şar N. Ş. (2016). Spor yapan ve yapmayan bireylerin psikolojik dayanıklılık ve kişilik özelliklerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi.
51. Bayrakdaroğlu, S. (2014). Tekvandocuların psikolojik sağlamlık ve öz-anlayış düzeylerinin takım sporcularıyla karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi.
52. Salar, B., Hekim, M., & Tokgöz, M. (2012). 15-18 Yaş Grubu Takım ve Ferdi Spor Yapan Bireylerin Duygusal Durumlarının Karşılaştırılması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(6), 123-135.