

Fiziksel Engelli Sedarter Bireyler ile Aktif Spor Yapan Fiziksel Engelli Bireylerin Yaşam Doyum Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ersan KARA^{1*} 

Gamze BEYAZOĞLU BACI² 

Suzan Tuğçe TATAR² 

¹ Kırşehir Ahievran Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, KIRŞEHİR

² Uşak Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, UŞAK

DOI: 10.31680/gaunjss.643966

Örijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 07.11.2019

Kabul Tarihi / Accepted: 21.05.2020

Yayın Tarihi / Published: 15.06.2020

Öz

Bu çalışmanın amacı, fiziksel engelli sporcular ile fiziksel engelli sedanter bireylerin yaşam doyum düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından belirlenmesidir. Çalışmaya, 30 yaş ve üstü ampute futbol, tekerlekli sandalye basketbolu, bilek güreşi, okçuluk, yüzme, tekerlekli sandalye tenisi, badminton, atletizm, masa tenisi, halter branşlarında 78 fiziksel engelli sporcu ile 105 sedanter fiziksel engelli birey katılmıştır. Spor yapan ve spor yapmayan engelli bireylerin yaşam doyum düzeylerini ölçmek amacıyla Diener ve arkadaşları tarafından 1985 yılında geliştirilen, Köker tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılan beş maddeden oluşan yaşam doyum ölçeği kullanılmıştır. İki grup arasındaki farkı belirlemek için bağımsız örneklem t testi kullanılmıştır. Elde edilen bulgular incelendiğinde spor yapan fiziksel engelliler ile sedanter fiziksel engelli bireylerin yaşam doyum düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar olduğu saptanmıştır ($p < 0.05$). Spor yapanların yapmayanlara nazaran yaşam doyumunun daha yüksek olduğu görülmektedir. Yaşam doyumunu bakımından evli ve bekârlar arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p > 0.05$). Yapılan Mann-Whitney U testi sonuçlarına göre, yaşam doyum değişkeni bakımından erkeklerle kadınlar arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p < 0.05$). Bayanların erkeklere nazaran yaşam doyumunun yüksek olduğu görülmüştür. Varyans analizi sonuçlarına göre yaşam doyum değişkeni bakımından gelir düzeyleri arasında çok çok anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur ($p < 0.001$). Gelir düzeyi arttıkça yaşam doyumunun arttığı görülmüştür. Sonuç olarak, fiziksel engelli bireylerin sportif faaliyetlere katılımlarının onların yaşam doyum düzeylerini artırdığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Yaşam Doyumu, Spor, Fiziksel Engelli.

Comparison of Life Satisfaction Levels of Sedentary Individuals with Physical Disabilities and Individuals Actively Engaged in Sport

Abstract

The aim of this study is to determine the life satisfaction levels of physical disabled athletes and physical disabled sedentary individuals in terms of various variables. 78 physically disabled athletes and 105 sedentary physically disabled individuals from amputee football, Wheel chair basketball, arm wrestling, archery, swimming, Wheel chair tennis, badminton, athletics, table tennis, weight lifting branches aged 30 and over participated in the study. In order to measure life satisfaction levels, life satisfaction scale consisting of five scale items which was developed by Diener et al. in 1985 and adapted to Turkish by Köker was used. Independent samples t test was used to determine the difference between the two groups. When the findings were examined, it was found that there were significant differences between the life satisfaction levels of the physically disabled and sedentary physically disabled individuals ($p < 0.05$). It is seen that those who do sports have higher life satisfaction than those who do not. No significant difference was found between married and single in terms of life satisfaction ($p > 0.05$). According to Mann-Whitney U test results, there was a significant difference between men and women in terms of life satisfaction variable ($p < 0.05$). It was found that women had higher life satisfaction than men. According to the results of variance analysis, there was a very significant difference among income levels in terms of life satisfaction variable ($p < 0.001$). As the income level increases, life satisfaction increases. As a result, it was seen that the participation of the physically disabled individuals in sport activities increased their life satisfaction levels.

Keywords: Life Satisfaction, Sport, Physical Disability.

* Sorumlu Yazar: Ersan KARA

E-mail: ersan.kara@usak.edu.tr

Bu çalışma Uluslararası Balkan Spor Bilimleri Kongresinde, 21-23 Mayıs 2017 tarihleri arasında Bursa'da poster bildiri olarak sunulmuştur.

Giriş

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), doğumsal koşullar, yaralanma ya da hastalıktan dolayı günlük işlevselliğın fiziksel ya da mental yetersizliklerini ifade etmede engellilik kavramını kullanmaktadır (Dammeyer ve Chapman, 2018). Engellilik kavramı; bozuklukları, aktivite kısıtlamalarını ve katılım kısıtlamalarını içeren şemsiye bir kavramdır. Buna göre bozulma, vücut işlevinde veya yapısında bir problemdir; aktivite sınırlaması, bireyin bir görevi veya eylemi yerine getirmesinde karşılaşılan bir zorluktur; katılım kısıtlaması, bireyin yaşam koşullarına katılımıyla ortaya çıkan bir problemdir (World Health Organisation, 2019). Hareket sistemi ve sinir sistemini ilgilendiren hastalık veya yaralanmaların yol açtığı kayıplara bağılı olarak fiziksel yönden yeteneklerini çeşitli derecede kaybetmiş olan, toplumsal yaşama uyum sağlama ve günlük gereksinimlerini güçlkle karşılayan, korunma, bakım, rehabilitasyon ve danışmalık hizmetlerine ihtiyacı olan bireylere fiziksel engelli denir (Tatar, 2017). DSÖ, toplam dünya nüfusunun yaklaşık % 10'unun (650 milyon insan) engelliliğın bazı türlerine sahip olduklarını tahmin etmektedir (Pagan, 2015). DSÖ'nün 59 ülkede yapmış olduğu araştırma baz alındığında, engelliliğın ortalama yaygınlığının 18 yaş ve üstü yetişkinler arasında % 18 civarında olduğu belirtilmiştir (Eisenberg, ve ark., 2017).

Engelli bireyler, engellilik durumlarına bağılı olarak çeşitli sağlık sorunları ile karşı karşıyadırlar (Richardson, ve ark. 2017). Bir grup olarak engelli bireylerde, hareketsizlik ve sedanter yaşam tarzından dolayı, obezite, diyabet, hipertansiyon, kardiyovasküler hastalıklar ve ruhsal bozukluklar gibi kronik rahatsızlıklar yoğun bir şekilde görülmektedir (Osoria, ve Blauwet, 2017, Ziolkowski ve ark., 2016). Engelli bireyler üzerinde yapılan bir diğerk çalışmada engelli gençlerin aktivite açısından yeterince desteklenmediğı ve sedanter yaşam tarzına eğilim gösterdikleri belirtilmiştir. Sedanter yaşam tarzına bağılı olarak bu grupta ikincil sağlık sorunları yoğun bir şekilde görülmektedir. Bu sağlık sorunları arasında ağrı, depresyon, anksiyete ve uykusuzluk gibi problemler yer almaktadır (Shapiro, ve Martin, 2010).

Sağlıklı insan 2010 raporuna göre, engelsiz yetişkinlerin % 36'sına nazaran engelli yetişkinlerin % 56'sı boş zaman aktivitelerine katılmamaktadır (Rimmer, ve ark., 2004). Engelli bireylerin fiziksel aktivite ve spora katılım noktasında karşılaştıkları bir dizi bariyerler bulunmaktadır. Bu bariyerler yapısal ve davranışsaldır (Osoria, ve Blauwet, 2017). Engelli bireyler relatif olarak engelsiz bireylere oranla daha az fiziksel aktivite şansı bulurlar ve fiziksel aktiviteye katılımda

bireysel, sosyal ve çevresel bariyerlerle yüz yüze kalmaktadırlar (Martin, ve Whalen, 2012). Fitness kulüpleri ve yaygın sağlık kulüpleri, evrensel katılıma olanak sağlamada, programlar ve ekipmanlara ihtiyaç duyan fiziksel, duysal ve entelektüel engelli bireyler için erişilmezdir (Osoria, ve Blauwet, 2017). Fiziksel engelli bireylerin sportif aktivitelere katılımlarının az olmasının sebepleri arasında eğitilmiş destek personeline duyulan gereksinim, ulaşım problemleri, inşa edilen çevrenin erişebilirliğinin yetersiz olması, uygun olmayan ekipman, yardıma duyulan ihtiyaç ve diğer insanların ilgisizliği, kabul görmeme ve spor kulüplerinin bulunmaması yer almaktadır (Zwinkels ve ark., 2018, Richardson, ve ark., 2017).

Fiziksel aktivite ve spora katılım her yaşta insan için çok sayıda sağlıkla ilgili yararlar sağıdır. Fiziksel aktivitenin belirli düzeylerine katılım, kardiyopulmoner sağlığı, kuvveti, esnekliği ve dayanıklılığı iyileştirir ve kardiyovasküler hastalıklar ve bazı kanserler için riskleri azaltmayla ilişkilendirilir. Ayrıca, fiziksel aktivite, özellikle spor, egzersiz ve boş zaman aktiviteleri ölüm oranındaki azalmalarla ilişkilendirilmektedir. Buna ek olarak sosyal doğası gereği spora katılım sosyal etkileşim, arkadaşlık için fırsatlar sağlar ve dolayısıyla sosyal ve zihinsel sağlık için fiziksel aktivitenin diğer alanlarından daha büyük yararlar sağı olabilir (Te Velde, ve ark., 2018). Engelli bireyler, engelsiz bireylerle karşılaştırıldığında, fiziksel olarak daha az aktiftirler ve sportif aktivitelere katılım engelli bireyler arasında daha düşüktür. Fiziksel aktivitenin yararları bilindiği ve yaygın kabul gördüğü için engelli bireylerde egzersizin desteklenmesi önemlidir. Engelli bireyler, engelli olmayan insanlar kadar hatta onlardan daha fazla spora ve egzersize ihtiyaç duymaktadırlar (Hoekstra, ve ark., 2018). Birçok çalışma, engel türüne bakılmaksızın fiziksel aktivitenin engelli bireylerin sağlığını, mutluluğunu ve yaşam kalitesini arttırmada temel bir role sağı olduğunu ortaya koymaktadır (Ubeda-Colomer ve ark., 2018).

Fiziksel engelli insanların çoğu, yetersiz genel sağlık, sınırlandırılmış toplumsal katılım ve düşük yaşam kalitesine sağıdır. Bu parametrelerin geliştirilmesinin yolu adapte edilmiş sporlara katılımdır. Adapte edilmiş sporlar rekreasyonel, terapötik ve rekabetçi karakteristiklere sağıdır. Fiziksel engelli bireylerin adapte edilmiş sporlara katılımı sosyal kontak kurmalarını sağlar, psikolojik sağlıklarını düzeltir ve engelli bireyin engelinden çok engelli olmadığı alanlara odaklanmasına yardım eder (Yazıcıoğlu, ve ark., 2012). Fiziksel aktivite, bazı durumlarda ağrı ve yorgunluğu azaltmak kadar, hareketlilik ve fonksiyonel bağımsızlığı iyileştirmede mükemmel bir yol olarak gösterilmektedir (Ubeda-Colomer ve ark., 2018). Engelli bireyler fiziksel

aktivite ve spor ile desteklendiğinde çok sayıda fizyolojik ve psikolojik yararlar elde edebilirler. Fiziksel engelli bireyler için uyarlanmış egzersizlere katılım, ruh halini pozitif yönde etkileyerek, depresyon ve anksiyete duygularında iyileşmelere, sosyal destekte artışa, arkadaşlık, haz, motivasyon ve sporcu kimliği kazanmaya öncülük eder. Fizyolojik olarak, fiziksel uygunlukta artışa, fiziksel becerilerin gelişimine, diyabet ve kalp hastalıklarından korunmaya ve azaltılmasına yol açar (Shapiro ve Malone, 2016, Martin ve Whalen, 2012).

Egzersiz ve sporun hem engelli ve hem de engelsiz bireylerde sağladığı en önemli fayda ise yaşam doyumudur. Yaşam doyumunu, genellikle bir insanın yaşamla öznel içeriği olarak adlandırılan genel bir terimdir (Nemcek, 2016). 1961 yılında Neugarten tarafından İlk kez öne sürülen "yaşam doyumunu" kavramı daha sonra birçok incelemeciye yol gösterici olmuştur (Baştuğ ve Duman, 2010, Tatar, 2017). Yaşam doyumunun tanımını yapmak için önce "doyum" kavramının açıklanması gerekir. Doyum; beklentilerin, gereksinimlerin, istek, dilek ve güdülerin yaşanmasıdır. "Yaşam doyumunu" ise, bir insanın beklentileriyle, elinde olanların (neye sahip olduğu) karşılaştırılmasıyla elde edilen durumdur (Tatar, 2017).

Bireylerin yaşam doyumunu birçok faktörden etkilenmektedir. Bunlardan bazıları günlük yaşamdan elde edilen mutluluk, hayata atfedilen anlam, hedeflere ulaşma adaptasyonu, pozitif bireysel kimlik, kişinin kendini fiziksel açıdan, ekonomik açıdan, güvenlik açısından ve sosyal ilişkiler açısından iyi hissetmesidir (Baştuğ ve Duman, 2010). Sosyal ilişkiler, yaşam doyumuyla ilişkili önemli bir yaşam alanını temsil eder. Bunun nedeni, eş, çocuk veya arkadaş gibi yakın çevrenin sosyal destek sağlamaları, finansal destek vermeleri, boş zamanlarını paylaşmaları ve eşlik etmeleridir. Evli olmak ya da bir partnerle birlikte yaşamak, sosyal bir çevreye sahip olmak kadar yaşam doyumunu olumlu yönde etkiler. İnsanların arkadaşlarıyla ilişkileri, aile üyeleriyle olan ilişkiler kadar önemlidir (Dağlı ve Baysal, 2017).

Engelli bireylerin yaşam doyum düzeyleri, engelli olmayan bireylerden daha düşüktür. Yaşam doyum düzeylerinin düşüklüğü; sosyal, ekonomik ve sağlıkla ilgili özelliklerin eksikliğinden kaynaklanmaktadır (Nicolaisen ve ark., 2019). Engellilik, yaşam doyumunu ve sosyal etkileşim üzerine yapılan bir araştırmada, fiziksel engellilerin yaşam doyumunun en önemli belirtecini serbest zaman doyumunu olduğu ve bunun maddi durum, benlik saygısı, sağlık doyumunu, dini faaliyetler ve medeni durum kadar önemli bir rol oynadığı gösterilmiştir (Addabbo ve ark., 2013). Engelli bireylerde spora katılımın yaşam doyumunu üzerine etkisini araştıran Pagan,

çalışmasında spora katılımın engelli bireylerin yaşam doyumları ile sağlık, ev işleri ve serbest zaman arasında pozitif ve anlamlı ilişki olduğunu bulmuştur (Pagan, 2019). Fiziksel engelli yaşlı yetişkinlerde görülen fonksiyonel yetersizlik ve depresyonun negatif yaşam doyumuyla, buna karşılık sağlığın pozitif yaşam doyumunu ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Cho, 2015).

Bu çalışmanın amacı, spor yapan fiziksel engelli bireyler ile fiziksel engelli sedanter bireylerin yaşam doyum düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından belirlenmesidir.

Yöntem

Çalışma Grubu

Çalışma grubunu Ankara ilinden 30 yaş ve üstü ampute futbol, tekerlekli sandalye basketbolu, bilek güreşi, okçuluk, yüzme, tekerlekli sandalye tenisi, badminton, atletizm, masa tenisi, halter branşlarında 78 fiziksel engelli sporcu ile 105 sedanter fiziksel engelli birey oluşturmaktadır. Çalışma Kolayda örnekleme yöntemi ile seçilmiştir.

Verilerin Toplanması

Yaşam doyum düzeylerini ölçmek amacıyla Diener ve arkadaşları tarafından 1985 yılında geliştirilen Köker, (1991) tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılan beş maddeden oluşan yaşam doyum ölçeği kullanılmıştır. Yaşam doyumunu ölçmeye yönelik sorular için, “(1) verilen ifadeye asla katılmıyorum” ve “(7) verilen ifadeye tamamen katılıyorum” derecelendirme aralığında değişen, yedili likert tipi ölçek kullanılmıştır. Online görüşme yoluyla toplanan verilere ek olarak araştırmacı tarafından çalışmada yer alacak spor yapan ve spor yapmayan fiziksel engelli bireylerin kişisel bilgilerinin belirlenmesine yönelik kişisel bilgi formu da kullanılmıştır.

Verilerin analizi

Verilerin istatistik analizinde SPSS 21 paket programı kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi % 5 olarak değerlendirilmiştir. Bağımsız iki örneğin karşılaştırılmasında t testi ve Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. İkiden fazla örnek durumunda tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi uygulanmıştır. Varyans analizi testi sonucunda gruplar arasında farklılık çıkmış ise, bu farklılığın kaynağını belirlemek amacıyla Duncan çoklu test kullanılmıştır.

Bulgular

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Fiziksel Engelli Bireylerin Spor Yapma ve Spor Yapmama ile Yaşam Doyum Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.

Spor Durumu	Yapma	N	Yüzde	Ortalama	Standart Hata	T	p-değeri
Spor Yapmayan		105	57.4	4.346	0.124	-1.749	0.041
Spor Yapan		78	42.6	4.662	0.126		

Yaşam doyum değişkeni bakımından spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur ($p<0.05$).

Tablo 2. Araştırmaya Katılan Fiziksel Engelli Bireylerin Medeni Durum, Cinsiyet ve Gelir Düzeyi ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin Araştırılması

Medeni Durum	N	Yüzde	Ortalama	Standart Hata	T	p-değeri
Evli	123	67.2	4.579	1.190	1.573	0.117
Bekâr	60	32.8	4.280	1.24		
Cinsiyet	N	Yüzde	Ortalama	Standart Hata	U	p-değeri
Kadın	117	63.9	4.592	1.161	3287.5	0.048
Erkek	66	36.1	4.285	1.280		
Gelir Düzeyi	N	Yüzde	Ortalama	Standart Hata	F	p-değeri
0-999	33	18	3.876	0.205	10.959	0.000
1000-1999	87	47.5	4.283	0.118		
2000-2999	49	26.8	4.955	0.175		
3000 ve üzeri	14	7.7	5.500	0.210		

Yaşam doyum değişkeni bakımından evli ve bekârlar arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). Yapılan Mann-Whitney U testi sonuçlarına göre, yaşam doyum değişkeni bakımından erkeklerle kadınlar arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Bayanların erkeklere nazaran yaşam doyumunun yüksek olduğu görülmüştür. Varyans analizi sonuçlarına göre yaşam doyum değişkeni bakımından gelir düzeyleri arasında çok çok anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur ($p<0.001$). Farklılığın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan Duncan çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre gelir düzeyi 2000-2999 ve 3000 üzeri olanlar, 0-999 ve 1000-1999 olanlardan farklı olduğu görülmüştür. Bu bulgulara göre genel olarak gelir düzeyi arttıkça yaşam doyumunun arttığı sonucuna ulaşılabılır.

Tartışma ve Sonuç

Spor yapan ve spor yapmayan fiziksel engellilerin yaşam doyum düzeylerinin karşılaştırılmasını amaçlayan çalışma, 78 fiziksel engelli sporcu ve 105 sedanter fiziksel engelli olmak üzere toplam 183 fiziksel engelli birey üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Uyarlanmış sporlara katılan fiziksel engelli bireylerin yaşam doyum skorları herhangi bir uyarlanmış spora katılmayan fiziksel engelli bireylerle karşılaştırıldığında anlamlı bir şekilde yüksek bulunmuştur (Yazıcıoğlu ve ark., 2012). Aktif ve sedanter engelli bireylerin yaşam doyumunu ile ilgili yapılan çalışmada spora düzenli katılımın yaşam doyum düzeylerini arttırdığı gösterilmiştir (Nemcek, 2016). Fiziksel aktiviteye katılan ve katılmayan engellilerin yaşam doyum düzeylerinin karşılaştırıldığı çalışmada fiziksel aktiviteye katılan bireylerin yaşam doyum düzeyleri anlamlı bir şekilde yüksek bulunmuştur (Baştuğ and Duman, 2010). Spora katılan spinalkord yaralanması olan engelli bireylerin yaşam doyum düzeyleri spora katılmayan spinalkord yaralanması olan engelli bireylerden daha yüksek bulunmuştur (Tasiemski ve ark., 2005). Mockeviciene ve Savenkoviene, fiziksel engelli bireylerin yaşam kaliteleri üzerine yaptıkları çalışmada spor yapan fiziksel engelli bireylerin spor yapmayan engelli bireylerle karşılaştırıldığında yaşam doyumlarının daha iyi olduğunu tespit etmişlerdir. (Mockeviciene ve Savenkoviene, 2012). Ziolkowski ve arkadaşları, çeşitli paralimpik disiplinlere katılan fiziksel engelli sporcuların yaşam doyumlarının yüksek olduğunu göstermişlerdir. Gözlemlenen farklılıklar önemli olmamakla birlikte, paralimpik sporculardaki yaşam doyum düzeyi, sedanter engelli bireyler ve serbest zaman etkinliklerine katılan engelli bireylerdeki yaşam doyum düzeylerinden açıkça daha yüksektir (Ziolkowski, 2016). Mevcut çalışmada yaşam doyum değişkeni bakımından spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur. Spor yapanların yapmayanlara nazaran yaşam doyumunun daha yüksek olduğu görülmüştür. Yaşam doyumunu değişkeni bakımından spor yapan fiziksel engelli bireyler lehine elde edilen yüksek skorlar, literatürdeki bulgular tarafından desteklenmektedir.

Hanbay ve arkadaşları, özel spor kulübüne üye bireyler üzerinde yaptıkları çalışmada yaşam doyum düzeylerinin medeni durum değişkeni bakımından anlamlı farklılık gösterdiğini belirlemişlerdir (Hanbay ve ark., 2017). Barut ve arkadaşları, doğa yürüyüşü ve yamaç paraşütü sporu yapan bireylerin yaşam doyumunu ortalama puanları ile medeni durum arasında anlamlı bir farka rastlanmadığını belirtmişlerdir

(Barut ve ark., 2019). Kaya ve arkadaşları engelli atletler üzerinde yaptıkları çalışmada medeni durum ile yaşam doyum düzeyleri arasında negatif ilişkinin olduğunu belirlemişlerdir (Özkatar Kaya ve Pekel, 2019). Post ve arkadaşları spinalkord yaralanmaları olan bireylerde, medeni durumun yaşam doyumunun belirleyicileri arasında yer aldığını göstermişlerdir (Post ve ark., 1998). Mevcut çalışmada yaşam doyum düzeyleri ile evli ve bekâr olma arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Mevcut çalışma sonuçları bazı araştırma bulguları tarafından desteklenirken bazı araştırma bulguları tarafından desteklenmemektedir. Bazı araştırma bulguları tarafından desteklenmemesinin sebebi çalışılan örneklem grubunun farklılığı olabilir.

Baştuğ ve Duman, Türk ve Alman toplumlarında fiziksel aktivitenin yaşam doyum düzeylerine etkisini araştırdıkları çalışmalarında bayanların yaşam düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğunu bulmuşlardır (Baştuğ ve Duman, 2010). Tuzgöl Dost, üniversite öğrencilerinin yaşam doyum düzeyleri üzerine yaptığı çalışmada bayanların yaşam doyum düzeylerinin erkeklerinkinden daha yüksek olduğunu belirtmiştir (Tuzgöl Dost, 2007). Köker, Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyum düzeyleri üzerine yaptığı çalışmada bayanların erkeklere oranla daha yüksek yaşam doyum düzeylerine sahip olduklarını belirtmiştir (Köker, 1991). Duman ve arkadaşları, fiziksel engelli sporcularda kendine güven duygusu ile yaşam doyum düzeyi arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalarında kendine güven ve yaşam doyum düzeylerinin bayan sporcularda erkeklere göre yüksek olduğunu tespit etmişlerdir (Duman ve ark., 2011). Mevcut çalışmada, yaşam doyum açısından erkeklerle kadınlar arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Bayanların erkeklere nazaran yaşam doyumunun yüksek olduğu görülmüştür. Cinsiyet değişkeni bakımından bayanların yaşam doyum düzeylerinin erkeklere oranla yüksek çıkması literatürdeki araştırma bulguları tarafından desteklenmektedir.

Pagan, spora katılan engelli bireylerde aile gelir düzeyinin yaşam doyumunu artırdığını tespit etmiştir (Pagan, 2019). Barsbuğa ve Kiloğlu, özel spor kulübünde spora katılan ve gelir düzeyi 1000 TL ve üzeri olan bireylerin yaşam doyum düzeylerinin gelir düzeyi 1000 TL'nin altında olan bireylerden daha yüksek olduğunu bulmuşlardır (Barsbuğa ve Kiloğlu, 2015). Mevcut çalışmada yaşam doyum düzeyleri ve gelir düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Buna göre gelir düzeyi 2000-2999 ve 3000 üzeri olanların yaşam doyum düzeyleri, gelir düzeyi 0-999 ve 1000-1999 olanlardan farklı olduğu görülmüştür. Mevcut çalışmadan elde edilen bulguların

literatürden elde edilen bulgular tarafından desteklendiği görölmektedir. Genel olarak gelir düzeyi artıkça yaşam doyumunu artmaktadır.

Sonuç olarak, spor yapan fiziksel engelli bireylerin yaşam doyum düzeyleri, spor yapmayan sedanter fiziksel engelli bireylerin yaşam doyum düzeylerinden daha yüksek bulunmuştur. Cinsiyet değişkeni bakımından bayanların erkeklere nazaran yaşam doyumununun yüksek olduğu bulunmuştur. Gelir düzeyi değişkeni bakımından yüksek gelir düzeyine sahip olan fiziksel engelli bireylerin yaşam doyum düzeyleri de yüksek olduğu görölmüştür. Bundan sonraki çalışmalarda fiziksel engelli bireylerde sporun yaşam kalitesi, fiziksel- fizyolojik sağlık ve ruhsal sağlık üzerine etkileri araştırılabilir.

Kaynaklar

- Addabbo, T., Sarti, E., Sciulli, D. (2013). Disability, Life Satisfaction and Social Interaction in Italy.
- Barsbuğa, Y., Kiloğlu, M. (2015). The examination of life satisfaction levels of individuals practicing sport at private sport centers. *International Journal of Science Culture and Sport*. Cit 3, Special Issue 3, 196 – 204.
- Barut, A. İ., Demir, A., Ballıkaya, E., Çifçi, F. (2019). Doğa Yürüyüşü ve Yamaç Paraşütü Sporunu Yapan Bireylerin Yaşam Doyumu ve Öz Yeterliklerinin İncelenmesi, *Cilt 3, Sayı 2*, 137-145.
- Baştuğ, G., Duman, S. (2010). Examining life satisfaction level depending on physical activity in turkish and german societies. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. 2, 4892-4895.
- Cho, S. (2015). Theeffect of physical and psychological health on life satisfaction among older adults with a physical disability in South korea: focus on gender differences. *Asia Pacific Journal of SocialWorkand Development*. 25 (3), 133-144.
- Dağlı, A., Baysal, N. (2017). Investigating teachers' life satisfaction. *Universal Journal of Educational Research*. 5, 7, 1250-1256.
- Dammeyer, J., Chapman, M. (2018). A national survey on violence and discrimination among people with disabilities. *BMC Public Health*. 18, 355.
- Duman, S., Baştuğ, G., Özden Taşđın, Ö., Akandere, M. (2011). Bedensel engelli sporcularda kendine güven duygusu ile yaşam doyum düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*. 8, (1), 1364-1373.

- Eisenberg, Y., Vanderbom, K. A., Vasudevan, V. (2017). Dose the built environment moderate the relationship between having a disability and lower levels of physical activity? A systemic review. *Preventive Medicine*. 95, 575-584.
- Hanbay, E., Keskin, B., Kahrıman, B. (2017). Spor yapan bireylerin yaşam doyumlarının araştırılması. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 10 (51), 1305-1313.
- Hoekstra, F., Roberts L., van Lindert, C., Ginis, M. K. A., va der Woude L. H. V., McColl, M. A. (2018). National aproach to promote sports and physical activity in adults with disabilities: examples from the netherlands and canada. *Disability and Rehabilitation*. 41(10) 1464-5165.
- Köker, S. (1991). Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumunu düzeyinin karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Martin, J. J., Whalen, L. (2012). Self-concept and physical activity in athletes with physical disabilities. *Disability and Health Journal*. 5 (3), 197-200.
- Mockeviņienė, D., Savenkoviņienė, A. (2012). Aspects of life quality of persons with physical disabilities. *Social Welfare Interdisciplinary Approach*. 2 (2), 84-93.
- Nemcek, D. (2016). Life satisfaction of people with disabilities: a comparison between active and sedentary individuals. *Journal of Physical Education and Sport*. 16, 2, 1084-1088.
- Nicolaisen, M., Strand, H. B., Thorsen, K. (2019). Aging with a physical disability, duration of the disability and life satisfaction: a 5- year longitudinal study among people ages 40 to 79 years. *The International Journal of Aging and Human Development*. (in press).
- Osoria, H. L., Blauwet, C. A. (2017). Prescribing Exercise to Individuals with Disabilities: What are the Concerns? *Exercise in Medicine*. 16 (4), 268-273.
- Özkatar Kaya E., Pekel A. (2019). The relation ship between life satisfaction and alie nation level of disabled athletes (Kayseri Case). *Medical-biological problems of physical training and sports*. 36-42.
- Pagan, R. (2015). How do Leusire Activites Impact on Life Satisfaction Evidence for German People with Disabilities. *Applied Research Quality Life*. 10 (4), 557-572.

- Pagan, R. (2019). Sport participation, life satisfaction and domains of satisfaction among people with disabilities. *Applied Research in Quality of Life*. Missing Volume, 1-19.
- Post, M. W., de Witte, L.P., Van Asbeck, F. W., van Dijk, A.J. and Schrijvers, A.J. (1998). Predictors of health-status and life satisfaction in spinal cord injury. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*. 79 (4), 395–401.
- Richardson, E. V., Smith, B., Papatomas, A. (2017). Disability and gym: experiences, barriers and facilitators of gym use for individuals with physical disabilities. *Disability and Rehabilitation*. 39 (19), 1950-1957.
- Rimmer, J. H., Riley, B., Wang, E., Rauworth, A., Jurkowski, J. (2004). Physical activity participation among persons with disabilities. Barriers and facilitators. *American journal of Preventive Medicine*. 26 (5), 419-425.
- Shapiro, D. R., Malone, L. A. (2016). Quality of life and psychological affect related to sport participation in children and youth athletes with physical disabilities: A parent and athlete perspective. *Disability and Health Journal*. 9, 3, 385-391.
- Shapiro, D. R., Martin, J. J. (2010). Athletic Identity, Affect and Peer Relations in Youth Athletes with Physical Disabilities. *Disability and Health Journal*. 3 (2), 79-85.
- Tasiemskia, T., Kennedy, P., Gardner, B. P., and Taylor, N. (2005). The association of sports and physical recreation with life satisfaction in a community sample of people with spinal cord injuries. *Neuro Rehabilitation*. 20, 253–265.
- Tatar, S. T. (2017). Spor yapan ve yapmayan bedensel engellilerin yaşam doyumlarının karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Kütahya.
- Te Velde, S. J., Lankhorst, K., Zwinkels, M., Verschuren, O., Takken, T., de Groot, J. (2018). Associations of sport participation with self-perception, exercise self-efficacy and quality of life among children and adolescent with a physical disability or chronic disease: a cross-sectional study. *Sport Medicine*. 4 (38), 2-11.
- Tuzgöl Dost, M. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 22 (2).

- Ubeda-Colomer, J., Devis-Devis, J., Sit, C. H. P. (2019). Barriers to physical activity in university students with disabilities: differences by socio demographic variables. *Disability and Health Journal*. 12 (2), 278-286.
- World Health Organisation, Disabilities. (29.10.2019). Alıntı, <https://www.who.int/topics/disabilities/en/>.
- Yazıcıoğlu, K., Yavuz, F., Göktepe, A. S., Tan, A. K. (2012). Influence of adapted sports on quality of life and life satisfaction in sport participants and non-sport participants with physical disabilities. *Disability and Health Journal*. 5, 249-253.
- Ziolkowski, A., Zubrzycki, I., Blachnio, A., Drobnik, P., Zaranska, B., Moska, W. (2016). Sport activity on satisfaction with life and sense of coherence among physically disabled. *Balth J. Phys Act*. 8 (4), 109-116.
- Zwinkels, M., Verschuren, O., Balemans, A., Lankhorst, K., te Velde, S., van Galen, L., de Groot, J., Visser-Meily, A., Takken, T. (2018). Effects of a school-based program on physical fitness, physical activity and cardio metabolic health in youth with physical disabilities: data from the sport-2-stay-fit study. *Clinical, Trial*. 6 (75), 1-11.