

BEDENSEL ENGELLİ SPORCULARDA PSİKOLOJİK ESNEKLİK VE SPORA KATILIM MOTİVASYONU

PSYCHOLOGICAL FLEXIBILITY AND SPORTS PARTICIPATION MOTIVATION IN ATHLETES WITH PHYSICAL DISABILITIES

Gönderilen Tarih: 09/06/2020
Kabul Edilen Tarih: 11/07/2020

Rezvan EMAMVIRDI,
Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye
Orcid: 0000-0003-2683-2502

Navid R. HOSSEİNZADEH ASL,
Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Ankara, Türkiye
Orcid: 0000-0003-4469-0632

Ekrem Levent İLHAN,
Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye
Orcid: 0000-0002-1117-2700

Filiz Fatma ÇOLAKOĞLU
Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye
Orcid: 0000-0002-0635-7583

* Sorumlu Yazar: Rezvan EMAMVIRDI, Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye, e_rezvan@yahoo.com
** Bu çalışma 17. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresinde sunulmuştur.

Bedensel Engelli Sporcularda Psikolojik Esneklik ve Spora Katılım Motivasyonu

ÖZ

Bu araştırmanın amacı bedensel engelli sporcuların spora katılım motivasyonu ve psikolojik esnekliklerini farklı değişkenler açısından incelemek ve bu iki faktörün ilişkisini belirlemektir. Araştırmaya toplam 132 lisanslı sporcu katılmıştır. Veri toplama aracı olarak "kişisel bilgi formu", "Engelli Bireylerde Spora Katılım Motivasyonu Ölçeği" (İçsel, Dışsal ve Motivasyonsuzluk üç alt boyuttan oluşan) ve "Kabul ve Eylem formu" kullanılmıştır. Verilerin analizi için Mann Whitney-U, Kruskal Wallis-H ve Spearman Korelasyon testleri uygulanmıştır. Araştırma sonucunda bedensel engelli sporcuların spora katılım motivasyonu boyutlarında cinsiyet bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır, ancak psikolojik esnekliklerinde kadın grubu lehine anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($U = 1483, p = .025$). İçsel motivasyon boyutu üniversiteli ve liseli olan guruplar arasında üniversiteliler lehine anlamlı bir farklılık göstermiştir ($U = 1212, p = .02$). Milli sporculuk değişkeni açısından dışsal motivasyon ($U = 1494, p = .033$), motivasyonsuzluk ($U = 1392, p = .009$) ve psikolojik esneklik ($U = 1508, p = .04$) puanlarında milli sporcular lehine anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır. Spora katılıma motivasyonunun içsel ve motivasyonsuzluk boyutları ile psikolojik esneklik arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Buna göre katılımcıların psikolojik esneklik durumları iyileştikçe içsel motivasyonları yükselmiştir ($r_s = -.175, p = .047$) ve aynı zamanda motivasyonsuzluk düşmüştür ($r_s = .485, p < .001$). Bu araştırmada, psikolojik esnekliği yüksek olan bedensel engelli sporcuların spora katılım motivasyonlarının da yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Bu bağlamda, müdahale ve eğitim yoluyla bu iki faktörü güçlendirerek bu grubun spora katılım oranı artırılabilir ve böylece bedensel engelli bireylerin daha kaliteli yaşamları sağlanabilir.

Anahtar Kelimeler: Bedensel engelli sporcu, psikolojik esneklik, spora katılım motivasyonu

Psychological Flexibility and Sports Participation Motivation in Athletes with Physical Disabilities

ABSTRACT

This study aimed to examine psychological flexibility and motivation for participating in sports, regarding different variables in athletes with physical disabilities, as well as analyzing the relationship between motivation and psychological flexibility in the same population. A total of 132 licensed athletes participated in the study. As data collection tools, a personal information form, the "Scale of Motivation for Participation in Sports in Persons with Disabilities" (with three dimensions of Internal, External, and Non-motivation) and Acceptance and Action Questionnaire-II were used. For analysing the data, Mann Whitney-U, Kruskal Wallis-H and Spearman's Correlation were conducted. The results of the study indicated there is no statistically significant difference between males and females in sports motivation dimensions; however, female participants had significantly better psychological flexibility ($U = 1483, p = .025$). Internal Motivation was significantly different between the two groups of college and high school students, in which college students obtained better scores ($U = 1212, p = .02$). For national or non-national athletes, significant differences were obtained from the dimensions of External motivation ($U = 1494, p = .033$), Non-motivation ($U = 1392, p = .009$), and psychological flexibility ($U = 1508, p = .04$), in which national athletes outdid the non-national ones. In correlation analysis, statistically significant relationships were found between psychological flexibility and dimensions of motivation. In this regard, the better psychological flexibility the participants had, the higher Internal motivation scores ($r_s = -.175, p < .047$) and the lower Non-motivation scores they had ($r_s = .485, p < .001$). In this study, it can be concluded that, in people with disabilities, individuals with high psychological flexibility have higher motivation for participating in sports. Therefore, by providing interventions and educations, we can improve these two factors, thereby increasing the likelihood of participation in sports and a better quality of life.

Key Words: Athletes with physical disabilities, psychological flexibility, sports participation motivation

GİRİŞ

Engellilik insan yaşamının bir parçası olarak hayatın bir döneminde yaşanabilen, geçici veya kalıcı bir şekilde bireyin fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal yetenek ve rollerini kısıtlayabilmektedir. Engelli bireylerin büyük kısmı korunmaya, yardıma, ve rehabilitasyon desteğine ihtiyaç duymaktadır. Kişilerin kısıtlama ve engeli “engel türleri” başlığı altında dörde ayrılır. Bu engel türleri zihinsel engellilik, işitme engelliliği, görme engelliliği ve bedensel engelliliktir¹².

Toplumun bir parçası olup iyi bir yaşam hakkına sahip olan engelli guruplardan birisi de bedensel engelli gurubudur. Fiziksel ya da ortopedik engelliler olarak da adlandırılan bu bireyler, doğum öncesi, sırası veya sonrası dönemlerde herhangi bir nedenle, iskelet, kas ve sinir sistemindeki bozukluklar sonucu, bedensel yeteneklerini farklı derecelerde kaybetmesi nedeniyle toplumsal yaşama uyum sağlama ve günlük gereksinimlerini karşılamada güçlükler yaşamaktadır². Dolayısıyla bu bireylerin psikolojik sağlıkları engelli olmayan akranlarına göre negatif olarak daha çok etkilenmektedir. Araştırmalar bedensel engellilerin depresyon ve kaygı gibi çeşitli psikolojik problemler yaşamaya daha eğilimli olduklarını göstermektedir^{9,10}. Fiziksel engellilik bireyin psikolojik sağlığını kötü yönde etkilediği için bu grupta psikoloji faktörlerin rolü ve bu etkenlerin değerlendirilmesi günümüzde önemi artmaktadır.

Psikolojik sağlığı inceleyen ve nispeten yeni bir kavram olan “psikolojik esneklik”, psikolojide “kabul ve kararlılık terapisi” kavramlarından birisidir. Bu kurama göre psikolojik esnekliğin yüksek olması bireyin psikolojik sağlığının daha iyi olması demektir ve tam tersi düşünüldüğünde “psikolojik katılık” kavramı ortaya çıkıp psikolojik sağlığın kötü olduğu anlamına gelmektedir. Psikolojik esneklik, içsel yaşantılarımıza dikkat ve açıklıkla yaklaşarak anla temas etmek, değerlerimiz doğrultusunda davranışlar sergilemek ve bu davranışları kararlılıkla sürdürmek olarak tanımlanmaktadır. Yani, birey anlamlı ve iyi bir yaşam için önünde engel gibi duran duygu, düşünce, anı ve hislerini ‘fark’ edip ancak onları değiştirmeye, kontrol altına almaya ya da yoğunluklarını veya sıklıklarını azaltmaya çalışmamaktadır. Böylece, onların davranışları üzerindeki baskınlıklarını zayıflatıp ve değer verdiği alanlarda gelişebilmesini temel amaç olarak oluşturmaktadır. Psikolojik esnekliği yüksek olan birey hayatında pek çok engel ve problem karşısında daha dayanıklı olup, depresyon ve kaygı gibi psikolojik hastalıkların belirtilerini daha az göstermeye meyillidir ve hayat koşullarına karşı uyum düzeyi yüksektir⁵.

Diğer taraftan, hayatın zorlukları karşısında bireyleri daha dayanıklı kılan ve uyumlarını artıran spor ve bedensel aktivite, sağlıklı ve mutlu bir yaşam için son derece gerekli faktörlerden birisi olup tüm insanlar için önemlidir. Ancak, bu özellikten dolayı sporun engelli bireyler için daha da farklı bir öneme sahip olduğu vurgusu yapılmaktadır. Tekkurşun Demir ve ark. (2018)¹³ yaptıkları çalışmada sporun normal gelişim gösteren bireyler üzerindeki olumlu etkileri, hatta daha fazlası engelli bireyler üzerinde gözlemlenebildiğini ve bununla beraber spor aktivitelerinin her biri engelliler için toplumsal bir tecrübe olup bu bireyleri farklı şekillerde etkilediğini ve tüm gelişim boyutlarını desteklediğini ifade etmişlerdir. Vickerman ve Maher (2018)¹⁶ ise sporun, engelli bireylerin hareket etmekten haz alma, eğlenme ve başarıma ihtiyaçlarının karşılanmasında önemli bir araç olduğu ifade etmektedir. Spor engelli bireylere, engeli ile başa çıkmasını ve engelini hafifletmesini öğretmekte, keyif vermekte, yaşam motivasyonunu artırmakta, dürüstlük, hoşgörü, işbirliği gibi olumlu kişilik özelliklerinin kazandırılmasını sağlamaktadır. Spor, engellilerin gündelik hayattaki

görevlerini yerine getirmesi, iletişim kurarak yaşama bağlanması, amacına motivasyonla ilerlemesi, sahip olduğu engelin bir engel olmadığı düşüncesini kabullenilmesine yardımcı olan mühim öğelerden biridir¹². Dolayısıyla, engelli bireylerin topluma olan uyumlarını arttırmak ve bu yolda süreci hızlandırmak, bunun neticesinde fiziksel, psikolojik ve sosyal sağlıklarında katkıda bulunmak için spor bir araç olarak ele alınmalıdır. Ancak bedensel engellilerin spora yönelmelerini, katılımlarını ve onun faydalarından yararlanmayı sağlayan ve en başta gelen faktörlerden birisi, motivasyondur. Motivasyon “bireylerin davranışlarını teşvik eden ve kendilerinden veya çevrelerinden kaynaklanan çeşitli güdü ve topluluğu” olarak tanımlanmaktadır¹⁴. Motivasyon spora katılımında esas faktörlerden birisi olarak üç alt boyuttan oluşmaktadır. “İçsel motivasyon” birinci alt boyut olarak bireyin spor yaparken kendi sınırlarını fark etmesi, yeteneklerinin keşfedilmesinde mutluluk duyması ve başarının sağladığı haz gibi içsel unsurları kapsamaktadır. İkinci alt boyutu ise “dışsal motivasyon” örnek olmak isteği, ödül, sosyal güvence ve statü kazanmak gibi dışsal unsurlardan oluşmaktadır¹³. Üçüncü alt boyut bireylerin kendi davranışları ile bu davranışların yarattığı sonuçlar arasında bağlantıyı algılamaması ve motivasyonun olmaması yani “motivasyonsuzluk” boyutunu kapsamaktadır¹¹.

Motivasyon, sporun çatısı altında olan başta sporcular ve antrenörler olmak üzere tüm kitleyi önemli derecede etkileyen bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu açıdan bakıldığında motivasyonu sağlayan faktörlerin neler olduğunun belirlenmesi, başarının sağlanması yolunda doğru ve etkili adımların atılmasını sağlayacaktır⁸. Aynı zamanda bu kitlede spora katılım motivasyonunun belirlenmesi, toplumda bireyleri spora yönlendirme yolunda önemli bilgiler sağlayıp, böylece spora katılım oranını artırma yönünde yardımcı olabilecektir. Buna göre, bedensel engelli sporcuların spora katılım motivasyonunun boyutlarını incelemek bu grubun spor başarılarını artırmanın yanı sıra, spor yapmayan bedensel engelli bireyleri spora yönelmeleri hakkında bize önemli bilgiler temin edip, gelecekte onların spora katılımını artırma yönünde yardımcı olabilmektedir. Ayrıca, bu grup için psikolojik esnekliği de incelemek ve onun ilişkisini spora katılım motivasyonunun boyutları ile bulmak spora katılımında psikolojik esnekliğin önemini de belirleyebilmektedir. Başka bir deyişle, eğer bedensel engelli sporcularda psikolojik esneklik ve spora katılım motivasyonunun belirli boyutları arasında ilişki bulunursa, bu esnekliği müdahale aracılığıyla yükselterek (bedensel engellilerin psikolojik sağlıkları iyileşmesinin yanı sıra) bu grubun spora katılım motivasyonunu da büyük ihtimalle yükseltecek ve spora yönelmelerini de artıracaktır.

Bütün bu bilgiler ışığında ve bedensel engellilerin Türkiye engelli toplumunun önemli bir parçasını (%14)⁷ oluşturmasına rağmen, bu grupta spora katılım motivasyonları ve psikolojik esneklikleri ile ilgili Türkiye’de hiçbir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu bağlamda bu araştırma: bedensel engelli sporcuların spora katılım motivasyonunun boyutları ile psikolojik esneklik düzeylerini farklı değişkenler açısından betimleyerek, spora katılımındaki motivasyonel faktörler ve psikolojik esneklik arasındaki ilişkiyi belirlemek amacı ile yapılmıştır. Bu amaçla aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Bedensel engelli sporcuların spora katılım motivasyonunun boyutlarında ve psikolojik esneklik düzeylerinde yaş, cinsiyet, eğitim seviyesi, algılanan gelir düzeyi ve milli sporcu olma değişkenlerine göre farklılık var mı?
2. Bedensel engelli sporcularda spora katılım motivasyonlarının boyutları ve psikolojik esneklik düzeyi arasında ilişki var mı?

MATERYAL VE METOT

Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden genel tarama modeli kullanılmıştır. Genel tarama modelleri “çok sayıda elemandan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak amacı ile evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup, örnek ya da örneklem üzerinde yapılan tarama düzenlemeleridir”⁴.

Katılımcılar

Araştırmanın grubunu Ankara ilinde Türkiye Bedensel Engelliler Spor Federasyonu bünyesinde çeşitli branşlarda aktif olarak en az iki yıl spor yapan 17- 42 yaş arası (yaş ortalaması= 26.07±6.17) bedensel engelli sporcular oluşturmaktadır. Bu bağlamda, 83 milli ve 49 milli olmayan sporcu gönüllü olarak internet aracılığıyla soruları cevaplamıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada 3 veri toplama aracından yararlanılmıştır. Bedensel engelli sporcular hakkında bilgi toplama amacıyla araştırmacılar tarafından oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu”, Tekkurşun Demir ve ark. (2018)¹³ tarafından bedensel, işitme ve görme engelli bireylerin spora katılma nedenlerini belirlemek amacı ile geliştirdikleri “Engellilerde Spora Katılım Motivasyonu Ölçeği” (ESKMÖ) ve Bond ve ark. (2011)³ tarafından geliştirilen “Kabul ve Eylem Formu 2” kullanılmıştır.

Engellilerde Spora Katılım Motivasyonu Ölçeği (ESKMÖ)

ESKMÖ içsel, dışsal ve motivasyonsuzluk olmak üzere 3 boyut ve 22 maddeden oluşan, beşli likert tipi bir ölçektir. “İçsel motivasyon” adı altında 12, “dışsal motivasyon” adı altında 5 ve “motivasyonsuzluk” adı altında son 5 madde bulunmaktadır. Motivasyonsuzluk faktörü ters maddelerden oluşmaktadır. Tekkurşun Demir ve ark. (2018)¹³ tarafından yapılan geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasında katılımcılardan elde edilen verilere göre içsel motivasyon boyutunun cronbach alfa değeri, 0.83; dışsal motivasyon boyutunun cronbach alfa değeri, 0.87 ve dışsal motivasyon boyutunun cronbach alfa değeri ise 0.88 olarak hesaplanmıştır.

Kabul ve Eylem Formu 2

Üçüncü veri toplama aracı olarak “Kabul ve Eylem Formu 2”, Bond ve ark. (2011)³ tarafından geliştirilip, Türkçe 'ye uyarlaması ise Yavuz ve ark. (2016)¹⁸ tarafından yapılmıştır. Ölçek yedi maddeden oluşan ve psikolojik esnekliği ölçen, yedili likert tipi bir ölçektir. Ölçek varyansın %61,8'ini açıklayan bir faktörden oluşmakta olup ölçeğin iç tutarlık katsayısı 0.90 olarak hesaplanmıştır. İki hafta sonra yapılan test tekrar test güvenilirliği 0.85 olarak hesaplanmış olup ve eylem formu ile Beck depresyon ölçeği ile 0.63; ruminatif düşünme biçimi ölçeği ile de arasında 0.53 düzeyinde bir ilişki bulunmuştur. Ölçekten alınan puanların artması psikolojik katılımın ve yaşantısal kaçınmanın arttığını göstermektedir¹⁸.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi SPSS 23 istatistik paket programı ile gerçekleştirilmiştir. Normallik testi olarak uygulanan Shapiro-Wilk testi sonuçlarına göre verilerin normal dağılım göstermediği ortaya çıkmıştır. Böylece, non- parametrik testler olarak, İki grubu karşılaştırmak için Mann Whitney-U testi, Grup sayısı 3 ve daha fazla olan değişkenler için Kruskal Wallis-H testi ve değişkenler arası ilişkiyi bulmak için ise Spearman Sıra Farkları Korelasyon analizi kullanılmıştır. Araştırmadaki istatistiksel analizler için anlamlılık düzeyi .05 ve .01 olarak ele alınmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Cinsiyet Değişkenine Göre ESKMÖ Boyutları ve Psikolojik Esnekliklerin Mann Whitney-U Testi Sonuçları

Değişken (N=132)	Cinsiyet	N	\bar{X}	SS	S.O.	S.T.	U	Z	p
İçsel Motivasyon	Kadın	43	48.5	6.55	60.5	3084	1758	-0.889	.374
	Erkek	89	49.9	6.67	66.4	5045			
Dışsal Motivasyon	Kadın	43	19.8	3.33	61.6	3144	1818	-0.594	.552
	Erkek	89	20.1	3.88	65.6	4984			
Motivasyonsuzluk	Kadın	43	10.9	4.65	61.9	3159	1833	-0.521	.603
	Erkek	89	11.9	5.68	65.4	4969			
Psikolojik Esneklik	Kadın	43	19.1	8.02	55.1	2809	1483	-2.241	.025
	Erkek	89	22.1	7.96	70.1	5319			

*p<0,05

Tablo 1’de katılımcıların cinsiyet değişkeni açısından spora katılım motivasyonu ve psikolojik esneklik puanlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arası spora katılım motivasyonu boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamış ($p>.05$), ancak psikolojik esneklikte kadın grubu lehine anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

Tablo 2. Eğitim seviyesi Değişkenine Göre ESKMÖ Boyutları ve Psikolojik Esnekliklerin Mann Whitney-U Testi Sonuçları

Değişken (N=131)	Eğitim	N	\bar{X}	SS	S.O.	S.T.	U	Z	p
İçsel Motivasyon	Lise	71	47.9	6.84	50.7	3042	1212	-2.32	.020
	Üniversite	60	50.6	6.59	65.1	3513			
Dışsal Motivasyon	Lise	71	19.4	3.73	53.8	3226	1396	-1.28	.200
	Üniversite	60	20.2	3.65	61.7	3329			
Motivasyonsuzluk	Lise	71	11.8	4.67	62.4	3745	1325	-1.681	.093
	Üniversite	60	10.9	5.68	52.1	2810			
Psikolojik Esneklik	Lise	71	21.9	8.99	61.3	3680	1390	-1.307	.191
	Üniversite	60	19.9	7.67	53.2	2875			

*p<0,05

Tablo 2’de görülebileceği üzere, araştırma grubunun spora katılım motivasyonu ve psikolojik esneklik ölçeklerinden almış oldukları puanların eğitim düzeyi değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arası spora katılım motivasyonunun içsel boyutunda üniversite grubu lehine istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<.05$).

Tablo 3. Milli Sporcu Olma Değişkenine Göre ESKMÖ Boyutları ve Psikolojik Esnekliklerin Mann Whitney-U Testi Sonuçları

Değişken (N=132)	Milli Sporcu	N	\bar{X}	SS	S.O.	S.T.	U	Z	p
İçsel Motivasyon	Evet	83	50.3	5.91	68.3	5597	1661	-1.31	.191
	Hayır	49	47.8	7.53	59.3	2789			
Dışsal Motivasyon	Evet	83	20.5	3.33	70.3	5763	1495	-2.13	.033
	Hayır	49	19.1	4.09	55.8	2623			
Motivasyonsuzluk	Evet	83	10.7	5.37	58.5	4795	1392	-2.63	.009
	Hayır	49	12.8	4.96	76.4	3590			
Psikolojik Esneklik	Evet	83	19.8	7.27	59.9	4912	1509	-2.05	.040
	Hayır	49	23.1	9.24	73.9	3474			

*p<0,05

Tabloda 3'te görüldüğü gibi, katılımcıların milli sporcu olma değişkenine göre spora katılım motivasyonu ve psikolojik esneklik puanları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için yapılan Mann Whitney-U testi sonucunda, dışsal motivasyon, motivasyonsuzluk ve psikolojik esneklik puanlarında milli sporcular lehine anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır ($p < .05$).

Tablo 4. Spora Katılım Motivasyonu Puanları ile Psikolojik Esneklik Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişken (N=132)	ESKMÖ Boyutları	R	p
Psikolojik Esneklik	İçsel Motivasyon	-.175	.047*
	Dışsal Motivasyon	-.050	.574
	Motivasyonsuzluk	.485	.001**

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$

Tablo 4'te katılımcıların psikolojik esneklikleri ve spora katılım motivasyonunun boyutları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon analizi sonucunda psikolojik esneklik ve spora katılım motivasyonunun içsel boyutu puanları arasında istatistiksel açıdan negatif yönde ve aynı zamanda psikolojik esneklik ve spora katılım motivasyonunun motivasyonsuzluk boyutu puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($p < .05$). Başka bir değişle psikolojik esneklik ölçeğinden alınan puan yükseldikçe (psikolojik katılımın yükselmesi) içsel motivasyonun düşmesi ve motivasyonsuzluğun yükselmesi anlamına gelmektedir.

Bedensel engelli sporcuların yaşı ile spora katılım motivasyonu boyutları ve psikolojik esneklikleri arasında ilişkiyi belirlemek amacıyla Spearman Sıra Farkları Korelasyon analizi uygulanmıştır. Buna göre spora katılım motivasyonunun içsel ($r_s = .003$, $p = .978$), dışsal ($r_s = -.095$, $p = .313$) ve motivasyonsuzluk ($r_e = -.087$, $p = .354$) boyutları ve aynı zamanda bu değişkenin psikolojik esneklik ($r_s = -.026$, $p = .780$) puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Araştırma grubunun algılanan gelir (düşük, orta ve yüksek) düzeyi değişkenine göre spora katılım motivasyonu boyut puanları ve psikolojik esneklik puanları arasında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Kruskal Wallis-H testi uygulanmıştır. Sonuçlara göre gruplar arasında içsel ($\chi^2 = 3.44$, $p = .179$), dışsal ($\chi^2 = .080$, $p = .961$), motivasyonsuzluk ($\chi^2 = .278$, $p = .870$) boyutları ve psikolojik esneklik ($\chi^2 = 2.301$, $p = .316$) değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

TARTIŞMA

Araştırmada bedensel engelli sporcuların spora katılım motivasyonunu ve psikolojik esneklik düzeylerini, farklı değişkenler (yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, milli sporcu olmak ve algılanan gelir düzeyi) bakımından tespit etmek ve spora katılım motivasyonunun boyutlarıyla, psikolojik esneklik arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu bağlamda araştırmanın bu bölümünde hem genel anlamda ve hem de bedensel engelli bireylerin spora yönlendirmelerine hizmet eden ve aynı zamanda araştırma konusu ile ilgili ipuçları veren ve doğrudan amaçlara hitap eden araştırmalar ele alınmıştır.

Araştırmada bedensel engelli sporcuların spora katılım motivasyonu boyutları ve psikolojik esneklikleri cinsiyet değişkeni bakımından incelenmiştir. Sonuç olarak kadın ve erkek gruplarının spora katılım motivasyonu boyutları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu araştırmada varılan sonuç, literatürde yer alan çoğu araştırmaların sonucu ile uyumludur. Abdullah ve ark. (2014)¹ tarafından tekerlekli sandalye kullanan bedensel engelli sporcular üzerinde yapılan bir araştırmada kadın ve erkek grubunun spora katılım motivasyonu arasında bir farklılığa rastlanmadıklarını işaret etmişler. Tekkurşun Demir ve İlhan (2019)¹² tarafından görme engelli sporcular üzerinde yapılan araştırmada ise bu iki grubun spora katılım motivasyonu arasında anlamlı bir fark olmadığını göstermişlerdir. Araştırmada psikolojik esneklik bakımından kadın katılımcıların durumunun daha iyi olduğu sonucuna varılmıştır. Literatürde yer alan çalışmalara bakıldığında genel anlamda erkek grubunun psikolojik esneklikleri kadın grubuna göre daha iyi bir durumda olduğu gözlenmiştir. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada erkek grubunun psikolojik esneklikleri daha iyi bir durumda olduğu gözlenmiştir⁶. Tyndall ve ark. (2018)¹⁵ 18- 73 yaş aralığında olan bireyler üzerinde yapılan çalışmalarında kadın grubunun psikolojik esnekliklerini erkek grubuna göre daha kötü bir durumda olduğunu tespit etmişlerdir. Bu bağlamda, araştırmaların sonucu bu araştırmada varılan sonuç ile çelişmektedir. Bu araştırmanın örneklem grubunun diğer araştırmaların örneklem gruplarından farklı olması sonuçları etkilemiş olabilir. Bu konu ile ilgili daha çok araştırmaya ihtiyaç olduğunu düşünülmektedir.

Araştırma grubunun spora katılım motivasyonu boyutları ve psikolojik esneklikleri eğitim seviyesi değişkenine göre incelenmiştir. Bu bağlamda, lise ve üniversitede öğrenim gören gruplar arasında spora katılım motivasyonunun içsel boyutunda üniversiteli grubu lehine anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Üniversitede öğrenim gören bedensel engelli sporcularda spora katılım motivasyonunun içsel boyutunun daha yüksek olması; bu grubun spora katılmasında daha çok öğrenmeye duyulan merak ve bu yolda başarı hazına varmak gibi duygular ve iç sezgilerin rol oynadığını söyleyebiliriz. Zhou ve ark. (2016)¹⁹ tarafından masa tenisi oynayan engelli sporcular üzerinde yapılan araştırmada sporcuların aile eğitim seviyesi ile içsel motivasyonları arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur¹⁹. Bu bulgu araştırmada varılan sonucu destekler niteliktedir. Psikolojik esneklik bakımından lise ve üniversitede öğrenim gören bedensel engelli sporcular arasında bir farklılığa rastlanmamıştır. Tyndall ve ark. (2018)¹⁵ araştırmalarında 18- 73 yaş aralığında olan bireylerin eğitim seviyeleri ve psikolojik esneklikleri arasında ilişki olmadığını belirtmişlerdir. Bu sonuç bizim araştırmada elde ettiğimiz sonuç ile uyumludur.

Bu araştırmada bedensel engelli sporcuların spora katılım motivasyonu boyutları ve psikolojik esneklikleri, algılanan gelir düzeyi durumuna göre ele alınmış ve gruplar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Literatürde doğrudan bu konuyla ilgili bir araştırmaya rastlanmamıştır ancak genel çerçevede yapılan araştırmalara bakıldığında beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören kadın sporcular üzerinde yapılan bir araştırmada aile gelir düzeyine göre spora katılım motivasyonunun Başarı/Statü alt boyutunda aylık geliri 1.000 TL'den az olanlar ile aylık geliri 3.001 TL ve üstünde olanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bu araştırmaya göre aylık geliri yükseldikçe başarı düzeyinin de arttığı gözlenmiştir¹⁷. Bu bulgu ile bizim araştırma sonuçlarımızın farklı olması iki araştırmanın örneklem gruplarının farklı olmasından kaynaklanabilir. Sonuç itibarıyla bu konu ile ilgili daha çok araştırma yapılması önerilmektedir.

Araştırma grubunun spora katılım motivasyonu boyutları ve psikolojik esneklikleri milli sporcu olma değişkeni bakımından ele alınmıştır. Buna göre dışsal motivasyon, motivasyonsuzluk ve psikolojik esneklik puanlarında milli sporcular lehine anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır. Literatürde araştırmanın bu amacı doğrultusunda bir araştırmaya rastlanmamıştır. Dolayısıyla bu konu ile ilgili daha çok araştırmaya ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir. Yapılan bu çalışmada elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde Milli sporcularda “medyadaki sportif başarı hikâyelerine özentisi”, “yeteneklerini başkalarına göstermesinden hoşlanmak”, “engelli olan arkadaşlarına örnek olmak isteği”, “statü kazanmak” ve “sosyal güvence sağlamak” gibi dışsal motivasyon kaynaklarının daha yüksek olduğu, buna karşın, milli olmayan sporcularda da “branşlarında ne kadar ilerleyebilecekleri ile ilgili bir fikirleri olmaması”, “spora zaman ve efor harcamak ve onlara ne kazandıracacağı konusunda emin olmamaları” ve bütün bunlarla beraber “spor yapmaya isteksiz olmaları” gibi, motivasyonsuzluk özelliklerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Çalışmada elde edilen bulgulara göre milli sporcularda “hayatlarını iyi idare etmelerinin inancı”, “geçmişinde olan acı hatıraların şu andaki hayatlarına engel olmadığını”, “kayı ve hislerini kontrol altına tutabilecekleri” ve aynı zamanda “endişelerinin onların başarı olmalarına engel olmadıkları” gibi psikolojik esneklik faktörlerinin daha iyi durumda olduğu söylenebilir.

Bu araştırmaya göre, bedensel engelli sporcuların yaşı ile spora katılım motivasyonu boyutları ve psikolojik esneklik arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Tekkurşun Demir ve İlhan (2019)¹² tarafından görme engelli sporcular üzerinde yapılan araştırmalarında içsel motivasyonun yaş faktörü arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu belirlemişlerdir. Başka bir araştırmada ise 14 – 41 yaş arasında masa tenisi oynayan engelli sporcuların yaşı küçüldükçe oyun ve ödül gibi dışsal motivasyon faktörlerinin yükselmesine işaret edilmiştir¹⁹. Bu bulguların araştırmada elde edilen bulgularla uyumlu olmadığı ve bu konu ile ilgili bedensel engellilere yönelik daha çok araştırmanın yapılmasına ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan bedensel engelli sporcuların spora katılım motivasyonu boyutları ile psikolojik esneklikleri arasında bir ilişki olup-olmadığı incelenmiştir. Buna göre bedensel engelli sporcuların psikolojik esneklik durumları iyileştikçe içsel motivasyonları yükselmiştir. Aynı zamanda bu grupta psikolojik esneklik iyileştikçe motivasyonsuzluk düşmüştür. Araştırmanın bu sorusu doğrultusunda literatürde hiç bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bedensel engelli sporcularda spora bağlı “kendi sınırlarının farkına varmaları”, “yeteneklerinin keşfedilmesinde mutluluk duymaları” ve “genel anlamda kendilerini iyi hissetmeleri”, “zorluklarla mücadele etmeleri” ve “engelleriyle başa çıkmalarına inanmaları” gibi içsel nedenlerin daha güçlü olması, bu grubun psikolojik esnekliklerinin de daha iyi bir durumda olduğunu söyleyebiliriz. Bunun tam aksine bu grupta “branşlarında ne kadar ilerleyebilecekleri ile ilgili bir fikirleri olmaması”, “spora zaman ve efor harcamak ve onlara ne kazandıracacağı konusunda emin olmamaları” ve “spor yapmaya isteksiz olmaları” gibi motivasyonsuzluk özellikleri ile spora katılan bireylerin psikolojik esnekliklerinin iyi bir durumda olmadığını söyleyebiliriz.

Bu araştırmada bedensel engellilerin spor yoluyla fiziksel, mental ve sosyal sağlıklarının iyi bir yönde ilerlemesine inanarak, spor yapan bedensel engellilerin psikolojik esneklikleri ve spora katılım motivasyonları ele alınmıştır. Bu bağlamda, engelli sporcuların spora katılım motivasyonu ve psikolojik esnekliklerinin düzeyi

üzerinde demografik değişkenlerin etkisi olup olmadığını göstermek adına bu amaca hizmet eden daha çok araştırma yapılmasına ihtiyaç olduğu düşünülmektedir. Aynı zamanda bedensel engellilerin spora yönlendirilmesinde motivasyonun yükselmesi ve psikolojik esnekliğin iyileşmesinin faydalı olduğu düşüncesiyle müdahale ve eğitim yoluyla bu iki faktörü güçlendirerek bu grubun spora katılım oranını arttırabilir ve bedensel engelli bireylerin daha kaliteli yaşamlarını sağlayabiliriz.

KAYNAKLAR

1. Abdullah NM., Hamid NA., Ismail S., Parnabas V. (2014). Motives for sporting activities participation among wheelchair athletes. *Global Illuminators*. 1, 206-212.
2. Artar Y., Karabacakoğlu Ç. (2003). Türkiye’de özürllüler turizminin geliştirilmesine yönelik olarak konaklama tesislerindeki altyapı olanaklarının araştırılması. *Milli Prodüktivite Merkezi*. Ankara, 1-35.
3. Bond FW., Hayes SC., Baer, RA., Carpenter KM., Guenole N., Orcutt HK., Zettle RD. (2011). Preliminary psychometric properties of the acceptance and action questionnaire–II: A revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior Therapy*. 42(4), 676-688.
4. Karasar N. (2006). Bilimsel araştırma yöntemi. Nobel Yayınevi. Ankara.
5. Ciarrochi J., Bilich L., Godsell C. (2010). Psychological flexibility as a mechanism of change in acceptance and commitment therapy. İçinde: Baer RA. (editör). *Assessing mindfulness and acceptance processes in clients: Illuminating the theory and practice of change*. Context Press/New Harbinger Publications. 51-75.
6. Demirci Seyrek Ö., Eranlı, K. (2017). Üniversite öğrencilerinde yaşamın anlamı ile psikolojik esneklik arasındaki ilişki. *Electronic Turkish Studies*. 12(4), 143-162.
7. Engelli ve Yaşlı İstatistik Bülteni. (2019). T.C. Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı. <https://ailevecalisma.gov.tr/media/9085/buelten-haziran2019-son.pdf>. [Erişim tarihi: 08.07.2020]
8. İlhan EL. (2009). Voleybolda servis becerisi öğretimine motivasyonel bir yaklaşım. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 3(3), 196-203.
9. Ioannis P., Miltiadis P., Eleni, F. (2017). Physical disabilities and psychological issues: A systematic review of the literature. *European Journal of Special Education Research*. 2(3), 1-30.
10. Malkoç G., Özcan G. (2017). Bedensel engelli olan ve olmayan bireylerin çeşitli duygudurum değişkenleri açısından değerlendirilmesi. *Istanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 16(31), 133-151.
11. Reeve J. (2018). *Understanding motivation and emotion*. 7th edition. John Wiley & Sons, Inc.
12. Tekkurşun Demir G., İlhan EL. (2019). Spora katılım motivasyonu: görme engelli sporcular üzerine bir araştırma. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*. 4(1), 157-170.
13. Tekkurşun Demir G., İlhan EL., Esentürk OK., Kan, A. (2018). Engelli bireylerde spora katılım motivasyon ölçeği (ESKMÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 16(1), 95-106.
14. Tutar H. (2018). *Davranış bilimleri kavramlar ve kuramlar*. Seçkin Yayıncılık. Ankara.

15. Tyndall I., Waldeck D., Pancani L., Whelan R., Roche B., Pereira, A. (2018). Profiles of psychological flexibility: A latent class analysis of the acceptance and commitment therapy model. *Behavior Modification*. 44(3), 365-393.
16. Vickerman P., Maher A. (2018). Teaching physical education to children with special educational needs and disabilities. 2nd edition. Routledge. London.
17. Yalçın İ., Turgut M., Gacar A., Çalık, F. (2017). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu'nda öğrenim gören kadın sporcuların spora katılım motivasyonlarının bazı değişkenlere göre araştırılması. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 3(Özel sayı 2), 201-210.
18. Yavuz F., Ulusoy S., Iskin M., Esen FB., Burhan HS., Karadere ME., Yavuz, N. (2016). Turkish version of acceptance and action questionnaire-II (AAQ-II): A reliability and validity analysis in clinical and non-clinical samples. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni-Bulletin of Clinical Psychopharmacology*. 26(4), 397-408.
19. Zhou J., Yuan F., Yu T., Liu, F. (2016). Why are the disabled people willing to participate in sports: taking chinese disabled table tennis players as the object of investigation? *Advances in Physical Education*. 6(2), 88-98.

