

**Volume: 14 Issue: 1 Year: 2017**

|  |  |
| --- | --- |
| **Comparison of self-esteem between physically disabled people who participated sports or do not**  | **Spor yapan ve yapmayan bedensel engelli bireylerin benlik saygısının karşılaştırılması** |
|   | Şehmus Aslan[[1]](#footnote-1) Ummuhan Baş Aslan [[2]](#footnote-2)**Ayça Uyan [[3]](#footnote-3)** |
| **Abstract** **Objective:**Physical disability includes impairments, activity limitations and participation restrictions. Individuals with physical disablities have lower self-esteem compared non-disabled people.The aim of the present study was to compare of self-esteem in physically disabled adults between who particapated in sports or do not. **Methods:** In totally one-hundred and six physically disabled adults aged between 18 to 45 years who particapated in sports (n=62) and do not sports (n=54) participated in the study. Self-esteem of the participants were assessed by Rosenberg Self-Esteem Scale. The scale is consist a 10-item measure of global self-esteem. Maximal score of the scale is 30. **Results:** Average age of participants who particapated in sports and do not sports were 27,00±8,19 and 31,76±8,06 years, respectively. 37(31.9%) of the participants were wheelchair users, 27(23.3%) were mobile with a walking aid  and 52(48.8%) were mobile without a walking aid. The length of physically disabled adults had been participating in their sports was 5,51±5,04 years. Self-esteem level of physically disabled adults who particapated in sports were higher compared with physically disabled adults who particapated do not sports (p<0.05). **Conclusions:** Our results suggest that participation in sports activity improved self-esteem in physically disabled adults. **Key words:** Self-esteem, physical disability, sports, adult[(Extended English abstract is at the end of this document)](#_Extended_English_Abstract) | **Özet**Bedensel engel bozukluk, aktivitelerde ve katılımda kısıtlılık oluşturmaktadır. Bedensel engelli bireyler bedensel engeli olmayan bireylerle karşılaştırıldığında daha düşük seviyede benlik saygısına sahiptirler. Çalışmamızın amacı spor yapan ve yapmayan bedensel engelli bireylerin benlik saygısı düzeyini karşılaştırmaktır. Çalışmamıza 62 spor yapan 54 spor yapmayan olmak üzere toplam 116 fiziksel engeli olan birey katıldı. Katılımcıların benlik saygısını değerlendirmek için Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği kullanıldı. Ölçek genel benlik saygısını ölçen 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 30’dur. Spor yapan ve yapmayan bedensel engelli bireylerin yaş ortalaması sırasıyla 27,00 ±8,19 ve 31,76±8,06 yıldır. Katılımcıların 37’si (%31.9) tekerlekli sandalye kullanıcısı, 27’si (%23.3) yürüme yardımcısı ile mobilize ve 52’si (%48.8) yürüme yardımcısıyla mobilize idi. Spor yapan bedensel engellilerin spor yapma sürelerinin 5,51 ±5,04 yıldı. Spor yapan bedensel engellilerin benlik saygısı düzeyi spor yapmayanlarla karşılaştırıldığında daha yüksekti (p<0.05). Çalışmamızın sonuçları spor aktivitesine katılım bedensel engelli erişkinlerde benlik saygısını geliştirdiğini düşündürmüştür. **Anahtar sözcükler:** Benlik Saygısı, bedensel engellilik, spor, erişkin |

**Giriş**

Fonksiyonellik Engellilik Uluslararası Klasifikasyon (İnternational Classification of Functional Disability, ICF) sistemine göre; fiziksel engelden; belli organlardaki işleyişte meydana gelen büyük ölçüdeki defekt, limitasyon veya görevini yerine getirememeyle birlikte normal şekilde yürütülen hareketleri ve böylece yaşamın farklı alanlardaki işleyişini engelleyen durum olarak tanımlanmıştır. (WHO, 2001 as cited in Chang ve Johnson, 2008).

Benlik saygısı, psikolojik açıdan iyi hissetmenin merkezinde yer alan başarılı ve tatminkâr bir yaşam için önemlidir (Rosenberg, 1965). Roessler (1978), benlik saygısını, kişinin ilerleyen veya gerileyen yönlerini kişisel olarak değerlendirebilmesi olarak tanımlamıştır. Akıl sağlığı ve kişilik dengesinin oluşmasında baskın rol oynamaktadır. Reynell’e (1970) göre engellilik gerekli günlük yaşam aktivitelerinin bir veya birkaçında gösterilen performans limitasyonu sonucudur. Bunun anlamı bireysel bağımsızlık derecesindeki yetersizliktir. Edinilmiş herhangi bir engeli olan bir birey sosyal ortamlara integrasyonu ile ilgili yaşamları boyunca en az bir veya birkaç kez kişisel sorunlarla karşılaşmışlardır. Engelli bireyler için bireyin sosyal yaşamda kendi kapasitesini değerlendirebilmesi benlik saygısının en güzel referansıdır. Düşük benlik algısı, yerleşmemiş içsel denge ve yaşamsal durumu göstermekle birlikte, yeterlilik algısı, etkili öğrenme ve yaratıcılığı negatif yönde etkilemektedir (Robson,1988). Benlik saygısının derecesi, azalan fiziksel aktivite ile azalmaktadır. Fiziksel sağlığın pozitif benlik saygısı ve farkındalık yarattığı düşünülmektedir (Crocker ve Park, 2004)

Birçok araştırmacı benlik saygısı üzerindeki etkili olan davranışları incelemişler ve fiziksel aktivitenin kişinin kendisini değerlendirmesinde pozitif komponenti oluşturduğu düşünülse de, benlik saygısı ve fiziksel aktivite arasındaki ilişki hala belirsizdir (Fox, 1999, 2000; McAuley & Rudolph, 1995). Çalışmamızın amacı spor yapan ve yapmayan bedensel engelli bireylerin benlik saygısı düzeylerini karşılaştırmaktır.

**Yöntem**

Çalışmamıza 18- 45 yaş aralığında 62’si spor yapan, 54’ü spor yapmayan olmak üzere toplam 116 bedensel engeli (BE) olan birey katıldı. En az bir yıl spor/egzersiz yapan BE çalışmaya dâhil edildi. Katılımcıların 49’u (%42.2) kadın ve 67’si (% 57.8) erkekti. Çalışmaya katılımda gönüllülük esas alındı.

Çalışmamızda katılımcıların yaşı, eğitim düzeyi, mesleği, medeni hali, ekonomik durumu, fiziksel aktivite ve spora katılım durumunu belirlemek için demografik bilgi formu kullanıldı ve formun BE’ler tarafından doldurulması istendi.

*Veri toplama Araçları*

Katılımcıların benlik saygısı düzeyini belirlemek için Morris Rosenberg (Rosenberg 1965) tarafından geliştirilmiş, Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçe geçerlilik güvenilirlik çalışmaları yapılmış olan Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğini (Rosenberg Self-Esteem Scale) kullanldı. Ölçek 10 sorudan oluşan bir öz bildirim ölçeğidir. Ölçekte 1, 2, 4, 6, 7. maddeler olumlu kendilik değerlendirmesini sorgulamakta olup, 3’den 0’a kadar değişen puanlama yapılırken, 3, 5, 8, 9, 10. maddeler olumsuz kendilik değerlendirmesini sorgulamakta olup, 0’dan 3’e kadar değişen bir puanlama yapılmaktadır. Toplam puan aralığı 0-30 arasında olup, 15 puanın altı düşük benlik saygısını göstermektedir.

*Verilerin Analizi*

Veriler SPSS (Satistical Package for the Social Sciences) istatistiksel paket programına girildi. Verilerin istatistiksel analizleri t-testi, Ki- kare testi uygulanarak gerçekleştirildi. İstatistiksel açıdan anlamlılık düzeyi p<0.05 olarak alınmıştır.

**Bulgular**

Çalışmadan elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 1.** Katılımcıların sosyo-demografik özellikleri

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Spor yapan (n=62)** | **Spor yapmayan (n=54)** |  **t p** |
| **Yaş (yıl)** | 27,00 ±8,19 | 31,76±8,06 | -3,143 0,002 |
|  | **n(%)** | **n(%)** | **Toplam** |
| **Cinsiyet\***  Kadın Erkek | 22(35.5)40(64.5) | 27(50)27(50) | 49(42.2)67(57.8) |

\* Ki-kare testi, p>0.05

Çalışmamıza katılan spor yapan BE’lilerin yaş ortalaması 27,00 ±8,19 yıl, spor yapmayan BE’lilerin yaş ortalaması 31,76±8,06 yıldır ve aralarındaki fark anlamlı bulunmuştur (p<0.05). Cinsiyet dağılımı açısından gruplar arasında fark yoktur (p>0.05) (Tablo 1).

**Tablo 2.** Spor yapan BE’lilerin uğraştıkları spor dalları ve egzersiz tipleri

|  |  |
| --- | --- |
| **Spor/egzersiz** | **Spor yapan (n=62)** |
| Basketbol | 35(56.5) |
| Atletizm | 15(24.2) |
| Voleybol | 4(6.4) |
| Yürüme | 2(3.2) |
| Egzersiz | 6(9.7) |

Çalışmamıza katılan spor yapan BE bireylerin uğraştıkları spor dalları veya egzersiz tipleri incelendiğinde, 35 (%56.5) bireyin basketbol, 15 (%24.2) bireyin atletizm, 4 (%6.4) bireyin voleybol sporlarını yaptıkları, 2 (%3.2) bireyin yürüyüş ve 6 (%9.7) bireyin egzersiz yaptıkları belirlendi (Tablo 2).

**Tablo 3.** Katılımcıların BE’lilik nedenleri

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Engellilik nedeni\*** | **Spor yapan (n=62)** | **Spor yapmayan (n=54)** | **Toplam****(n=116)** |
| Doğuştan  | 30(48.4) | 28(51.9) | 58(50.0) |
| Tıbbi hata | 14(22.6) | 5(9.3) | 19(16.4) |
| Trafik kazası | 5(8.1) | 11(21.4) | 16(13.8) |
| Diğer | 13(21.0) | 10(18.5) | 23(19.8) |

\* Ki-kare testi, p>0.05

Katılımcıların ortalama spor yapma süreleri 5,51 ±5,04 yıldır. Çalışmamıza katılan spor yapan BE bireylerin engelli olma nedenleri incelendiğinde, 30 (%48.4) bireyin doğuştan engele sahip olduğu, 14 (%22.6) bireyin tıbbi hata nedeniyle, 5 (%8.1) bireyin 16’sı trafik kazası ile, 13 (%21.0) bireyin ise diğer nedenlerle engelli olduğu görüldü (Tablo 3).

Spor yapmayan BE bireylerin engelli olma nedenleri incelendiğinde ise, 28 (%51.9) bireyin doğuştan engele sahip olduğu, 5 (%9.3) bireyin tıbbi hata nedeni ile, 11 (%21.4) bireyin 16’sı trafik kazası ile, 10 (%18.6) bireyin ise diğer nedenlerle engelli olduğu belirlendi. Engelli olma nedenleri açısından gruplar arasında fark yoktur (p>0.05) (Tablo 3).

**Tablo 4.** Katılımcıların yürüme durumları

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Mobilizasyon durumu** | **Spor yapan****(n=62)** | **Spor yapmayan****(n=54)** | **Toplam****(n=116)** |
| Tekerlekli sandalye kullanarak | 26(41.9) | 11(20.4) | 37(31.9) |
| Yürüme yardımcısı kullanarak | 14(22.6) | 13(24.1) | 27(23.3) |
| Yürüme yardımcısı kullanmadan | 22(35.5) | 30(55.6) | 52(48.8) |

\*Ki-kare testi, p>0.05

 Çalışmamıza katılan spor yapan BE bireylerin mobilizasyon durumlarına bakıldığında, 26(%41.9) bireyin tekerlekli sandalye kullanılarak, 14 (%22.6) bireyin yürüme yardımcısı kullanarak, 22 (%35.5) bireyin yürüme yardımcısı kullanmadan mobilizasyonlarını sağladıkları görüldü (Tablo 4).

Spor yapmayan BE bireylerin mobilizasyon durumlarına incelendiğinde ise, 11 (%20.4) bireyin tekerlekli sandalye kullanılarak, 13 (%24.1) bireyin yürüme yardımcısı kullanarak, 30(%55.6) bireyin yürüme yardımcısı kullanmadan mobilizasyonlarını sağladıkları belirlendi. Mobilizasyon durumları açısından gruplar arasında fark yoktur (p>0.05) (Tablo 4).

**Tablo 5.** Katılımcıların meslekleri

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Meslek\*** | **Spor yapan****(n=62)** | **Spor yapmayan****(n=54)** | **Toplam****(n=116)** |
| İşsiz | 20(32.3) | 29(53.7) | 49(42.2) |
| Öğrenci | 15(24.2) | 5(9.3) | 20(17.2) |
| Emekli | 4(6.5) | 2(3.7) | 6(5.2) |
| Memur | 8(12.9) | 5(9.3) | 13(11.2) |
| İşçi | 8(12.9) | 13(24.1) | 21(18.1) |
| Sporcu | 7(11.3) | 0(0.0) | 7(6.0) |

\* Ki-kare testi

Çalışmamıza katılan spor yapan BE bireylerin meslekleri incelendiğinde, 20 (%32.3) bireyin çalışmadığı, 15 (%24.2) bireyin öğrenci, 4 (%6.5) bireyin emekli, 8 (%12.9) bireyin memur, 8 (%12.9) bireyin işçi ve 7 (%11.3) bireyin sporcu olduğu görüldü (Tablo 5).

Spor yapmayan BE bireylerin meslekleri incelendiğinde ise 29 (%53.7) bireyin çalışmadığı, 5 (%9.3) bireyin öğrenci, 2 (%3.7) bireyin emekli, 5 (%9.3) bireyin memur, 13 (%24.1) bireyin işçi olduğu belirlendi Çalışma durumları ve meslekleri olma açısından gruplar arasında fark yoktur (p>0.05) (Tablo 5).

**Tablo 6.** Katılımcıların Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği puanlarına göre benlik saygı düzeylerinin karşılaştırılması

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **RBS Ölçeği puanına göre sınıflama** | **Spor yapan****(n=62)** | **Spor yapmayan****(n=54)** | **Toplam****(n=116)** | **P\*** |
| 0-14 puan  | 1(1.6) | 28(51.9) | 29(25.0) | 0.000 |
| 15-30 puan  | 61(98.4) | 26(48.1) | 87(75.0) |

 RBSÖ: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, \*Ki kare testi, p>0.05

Spor yapan ve yapmayan BE’lerin Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğini puanlarına göre katılımcılar benlik saygısı düşük seviyede olanlar (0-14 puan) ve olmayanlar (15-30 puan) olarak gruplandığında, spor yapan BE’lerde benlik saygı ölçek puanı 0-14 olan bir (%1.6) birey varken, 61(%98.4) bireyin benlik saygı puanı 15-30 arasında bulundu. Spor yapmayan 28 (%51.9) bireyin benlik saygı ölçek puanı 0-14 arasında iken 26 (%48.1) bireyin ölçek puanı 15-30 arasında saptandı. Spor yapan ve yapmayan BE’lerin benlik saygısı düzeylerinin farklı olduğu, spor yapan BE’lerin benlik saygılarının daha yüksek olduğu görüldü (p=0,000) (Tablo 6).

**Tartışma ve Sonuç**

Çalışmamızda spor yapan ve yapmayan bedensel engelli bireylerin benlik saygısı düzeylerini karşılaştırdık ve spor yapan bedensel engelli bireylerin benlik saygısı düzeyinin spor yapmayan bedensel engellilere göre daha yüksek olduğunu belirledik.

Civan’nın (2015) engelli ve engelli olmayan tenisçilerde yaşam kalitesi ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında engelli ve engelli olmayan sporcuların yaşam kalitesinin yüksek düzeyde, benlik saygılarının orta düzeyde olduğunu, aralarında istatistiksel fark olmadığını belirlemişler ve spor yapmanın benlik saygısını pozitif etkilediği yönünde görüş açıklamışlardır. Cote-Leclerc ve ark.’da (2017) tekerlekli sandalye kullanıcısı olan sporcularda spor yapmanın benlik saygısı, öz-yeterlilik, aidiyet hissi, anlamlı bir aktiviteye katılım, toplumun tekerlekli sandalye kullanıcısı bireye olan tutumu açısından pozitif etkiye sahip olduğunu göstermiştir. Spor yapan ve yapmayan engelli bireylerin benlik saygısını karşılaştıran Sherill ve ark. (1990) spor yapan engelli genç bireylerde spor yapmayan engelli bireylerin göre daha yüksek benlik saygısına sahip olduklarını belirtmişlerdir. Aktif yaşam stilinin benlik saygısına olan olumlu etkisi sadece bedensel engellilerde değil bedensel engeli olmayan diğer populasyonlarda da görüldüğü rapor edilmiştir ([Wilson](http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1934148210000882), [Clayton](http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1934148210000882) 2010; Altun ve ark., 2011).

Groff ve ark., (2009)’da bildirdiğine göre engellilerde spora katılım engellinin sağlığını geliştirmektedir. Fiziksel açıdan aktif olan engelli birey hayatından daha fazla memnuniyet duymakta, ağrılı, depresyonlu, kaygılı, uykusuz geçirdiği gün sayısı azalmakta ve kendini daha enerjik hissetmekte, hayattan beklentisi artmakta, kişilik açısından daha güçlü ve dayanıklı olmakta, kardiyovasküler sağlığı ve fitnesi gelişmekte, daha az ikincil sağlık sorunları yaşamakta (ateşlenme, soğuk algınlığı vs.), ve positif sporcu kimliği gelişmektedir. Herhangi bir spora katılımın hayattan zevk alma ve günlük yaşam aktivitelerini keyifli şeklide geçirmek yönünde pozitif etkileşimi ve yaşam kalitesini arttırma yönünde pozitif katkısı olmaktadır. Bununla birlikte fiziksel aktivite veya herhangi bir spora katılımın fiziksel uygunluğu artırması ile birlikte bireyin bağımsızlığının arttığı düşünülmektedir. Bunun yanı sıra bedensel engelli bireylerin spora katılımı sosyal kazanımlar da sağlamaktadır. Bireylere farklı roller kazandırmakta ve farklı sosyalleşme alanları tanımaktadır. Özellikle takım sporlarında oynayanların daha fazla paylaşım içerisinde olduğu, bu durumun fiziksel, sosyal ve spirütüel kazanımlar sağladığı gösterilmiştir. (Gür, 2001; Groff ve ark., 2009; Ergün ve Baltacı, 2011; Özer, 2001; Civan, 2015).

Fiziksel aktivite ve spora katılım dışında kişinin genel sağlık durumu, ekonomik statüsü, yaşam biçimi ve eğitim durumu, kişinin aile ve arkadaşları ile olan sosyal iletişimi, yaşadığı çevre gibi etmenler de yaşam kalitesini, benlik algı ve saygısını dolaylı yönden etkilediği düşünülmektedir (Tüzün and Eker, 2003). Mc.Auley ve Rudolph (1995), çalışmalarda fiziksel aktivite ve benlik algısı arasındaki ilişkiyi modern, çok boyutlu ve hiyerarşik model konsepti ile düşünmenin önemli olduğu bildirmiştir. Egzersiz ve benlik saygısı arasında ilişki modeline göre egzersiz sıklığı veya özgür yaşama aktiviteleri gibi fiziksel aktivite ve ilgili parametreler (fitnes, kilo,…gibi) indirekt olarak global benlik saygısını etkilediği vurgulanmıştır.

Sosyo-ekonomik faktörler, fiziksel sağlık durumu BE’lerde benlik saygısını etkilemektedir ([von Soest T](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=von%20Soest%20T%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=28150978) ve ark. 2017). Bu nedenle çalışmamızda spor yapan ve yapmayan BE bireylerin cinsiyetlerini, engellilik nedenlerini ve mobilizasyon durumlarını karşılaştırdık. Spor yapmayan BE’lerin (31,76±8,06) yaş ortalaması spor yapan BE’lere (27,00 ±8,19) göre daha yüksekti. Ancak bu farklılığın benlik saygısını etkilemeyeceğini düşünüyoruz. Yapılan bir çalışmada engelli bireylerde yaşın benlik saygısını etkilediği, 50 yaşından sonra benlik saygısının azaldığı rapor edilmiştir ([von Soest T](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=von%20Soest%20T%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=28150978) ve ark. 2017). Oysa bizim çalışmamızdaki katılımcıların yaş ortalaması 50 yaşın altındadır. Diğer faktörler karşılaştırıldığında grupların cinsiyetleri, mobilizasyon durumları, engelli olma nedenleri ve meslekleri arasında fark bulunmamıştır.

Çalışmamızın sonuçları spor yapan bedensel engelli bireylerin benlik saygısı düzeyinin spor yapmayan bedensel engellilere göre daha yüksek olduğunu gösterdi. Bedensel engelli bireylerde benlik saygısı bireyin yaşam kalitesini etkilemektedir ve bedensel engellinin benlik saygısının geliştirilmesi amacıyla bireylerin sportif ve rekreatif aktivitelere katılarak aktif yaşam sürmeleri için desteklenmesi gerekmektedir.

**Kaynaklar**

Altun, B., Bayramlar, K., Kayıhan, G., & Ergun, N. (2011). Bedensel engellilerin sportif aktivitelere katılımının yaşam kalitesi üzerine etkisi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi.* 13:161-65.

Civan, A. (2015). The relation between self-esteem levels and life quality levels of disabled and non-disabled tennis sportsmen. *Educational Research and Reviews*, 10 (3), 352-356.

[Côté-Leclerc, F](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=C%C3%B4t%C3%A9-Leclerc%20F%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=28122621)., [Boileau, Duchesne, G](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Boileau%20Duchesne%20G%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=28122621)., [Bolduc, P](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Bolduc%20P%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=28122621)., [Gélinas-Lafrenière, A](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=G%C3%A9linas-Lafreni%C3%A8re%20A%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=28122621)., [Santerre. C](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Santerre%20C%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=28122621)., [Desrosiers, J](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Desrosiers%20J%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=28122621)., & [Levasseur, M](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Levasseur%20M%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=28122621). (2017). How does playing adapted sports affect quality of life of people with mobility limitations? Results from a mixed-method sequential explanatory study. [*Health Qual Life Outcomes*.](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28122621) 25;15(1):22.

Crocker, J., & Park, L.E. (2004). The Costly Pursuit of Self-Esteem. *American Pyschological Association*, 130;3:392-414.

Çuhadaroğlu, F. (1986). Adolesanlarda benlik saygısı. Uzmanlık tezi. Ankara,.

Ergun N, & Baltacı G (2011). Spor Yaralanmalarında Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Prensipleri. Pelikan Kitabevi, Ankara, 3.Baskı.

Fox, K. R. (1997). The physical self and processes in self-esteem development. In K. R. Fox (Ed.), The physical self (pp. 111–140). Champaign, IL: Human Kinetics.

Fox, K.R. (2000). Self-esteem, self-perceptions and exercise. *International Journal of Sport Psychology,* 31, 228–240.

Groff, D.G., Lundberg, N.R., & Zabriskie, R.B. (2009). Influence of adaptedsport on quality of life: perceptions of athletes with cerebralpalsy. *Disability Rehabilitation*. 31 (4);318-326.

Gür, A. (2001). "Özürlülerin Sosyal Yaşama Uyum Süreçlerinde Sportif Etkinliklerin Rolü", Başbakanlık Basımevi.

Mc.Auley, E., & Rudolph, D. (1995). Physical activity, aging, and psychological well-being. *Journal of Aging and Physical Activity*, 3, 67–96.

Özer, D. (2001). “Engelliler İçin Beden Eğitimi ve Spor”, Nobel Yayınları, Ankara.

Pense, M., Demir, H., & Yaman, F. (2011). Engelli sporcularda benlik algısının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. I. Uluslararası Katılımlı Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor Kongresi. Sözel Bildiri, 5- 7 Mayıs. Selçuk Üniversitesi, Konya. 49. Self-esteem, Anxiety, Depression and Stress among Physically Disabled People.

Reynell, R. (1970). *A pine of disability*. Scotland: Foreman & Co.

Rosenberg, M. (1965). Society and the adolescent self-image. Princeton, N.J:Princeton University Press.

Sherrill, C., Hinson, M., Gench, B., Kennedy, S.O., & Low, L. (1990). "Self-concepts of disabledyouthathletes." *Perceptualand Motor Skills*. 70:1093-1098.

Tüzün, H.E., & Eker, L. (2003). Sağlık değerlendirme ölçütleri ve yaşam kalitesi. *Sağlık ve Toplum Dergisi.* 13(2):3-7.

[von Soest, T](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=von%20Soest%20T%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=28150978)., [Wagner, J](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Wagner%20J%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=28150978)., [Hansen, T](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Hansen%20T%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=28150978)., & [Gerstorf, D](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Gerstorf%20D%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=28150978). (2017). Self-esteem across the second half of life: the role of socioeconomic status, physical health, social relationships, and personality factors. [*J Pers Soc Psychol.*](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28150978) . doi: 10.1037/pspp0000123.

[Wilson](http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1934148210000882), P.E., & [Clayton](http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1934148210000882), G.H. (2010). Sports and disability. [*PM&R*](http://www.sciencedirect.com/science/journal/19341482);2(3):46–S54.

World Health Organization (2001). The International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF). Geneva:WHO.http://www.who.int/classifications/icf/en/

**Extended English Abstract**

Self-esteem is important psychological concept for mental health which is related many psychological processes and emotional disorders. According to Crocker and Park, (2004), self-esteem could be defined as thoughts, feelings, and evaluations of the self and has a strong relationship with emotional well-being. Physical disability includes impairments, activity limitations and participation restrictions. Individuals with physical disablities have lower self-esteem compared non-disabled people. Self-esteem is important psychological concept for mental health. Many researchers have examined the effect of physical activity on self-esteem and the relationship between self-esteem and physical activity is still unclear. The aim of the present study was to compare of self-esteem in physically disabled adults between who particapated in sports or do not.

In totally one-hundred and six physically disabled adults aged between 18 to 45 years who particapated in sports (n=62) and do not sports (n=54) participated in the study. Inclusing criteria for physically disabled adults who participated in sports was at least one-year sports/exercise participation. 49 (42.2%) of the participants were female and 67 (57.8%) were male. Participation in the study was voluntary. Self-esteem of the participants were assessed by Rosenberg Self-Esteem Scale. The scale is consist a 10-item measure of global self-esteem. The items are answered on a four-point scale ranging from strongly agree to strongly disagree.  Maximal score of the scale is 30. The higher score in the scale indicate greater self-esteem. Score between 15-25 are considered average. We classified the scores of Rosenberg Self-esteem Scale as 1-14 low level self-esteem and 15 and above normal level self-esteem. Descriptive data were stated as average, standard deviation and percentage. T-test, Chi Square test used for statistical analysis. A value of p≤ 0.05 was accepted as statistically significant.

 Average age of participants who particapated in sports and do not sports were 27,00±8,19 and 31,76±8,06 years, respectively. There was a difference for age between the groups. On the other hand, the other factors including reason being handicapped, mobilization status and employment status (p<0.05). 37 (31.9%) of the participants were wheelchair users, 27 (23.3%) were mobile with a walking aid  and 52 (48.8%) were mobile without a walking aid. The length of physically disabled adults had been participating in their sports was 5,51±5,04 years. When we examined the sports branches or exercise types of the physically disabled adults who particapated in sports group, 35 (56.5%) individual were basketball player, 15 (24.2%) individual were athletics, 4 (6.4%) individual were volleyball player, 2 (9.7%) individual were who do exercise. Self-esteem level of physically disabled adults who particapated in sports were higher compared with physically disabled adults who particapated do not sports (p<0.05). More physically disabled adults who particapated in sports (98.4%) have healthy level of self-esteem compared physically disabled adults who do not participated in sports (48.1%) (Table 1).

**Table 1**. Comparison of self-esteem level according scores of Rosenberg Self-esteem Scale between the groups.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  **Classification of self-esteem level according scores of Rosenberg Self-esteem Scale** | **Physically disabled adults who particapated in sports** **(n=62)** | **Physically disabled adults who do not particapated (n=54)** | **Totally****(n=116)** | **p\*** |
| Score: 0-14  | 1(1.6) | 28(51.9) | 29(25.0) | 0.000 |
| Score: 15-30  | 61(98.4) | 26(48.1) | 87(75.0) |

We compared the levels of self-esteem of individuals with and without physical disabilities in our study and we found that the level of self-esteem of individuals with physical disabilities was higher than those without physical disabilities.

In previous studies, it was reported that the positive effect of active lifestyle on self-esteem not only in physical disabilities but also in other non-physically disabled populations. The results of our study are consistent with the results of previous studies. According to Groff et al. (2009), participating sportive activity to improve the health of peaople with disability. The physically active disabled person is more satisfied with his life, has less days with feeling painful, depressed, anxious, and feels more energetic, increases his/ her expectation of life, becomes stronger in terms of personality, develops cardiovascular health and fitness, less suffering from health problems, and develops athlete identity develops.On the other hand, it is considered that increasing physical fitness with participation physical activity or sports led to increase independence in the individual with disability. In addition, the participation in the sport also provides social benefits.

In the light of our results, participation in sports activity improved self-esteem in physically disabled adults. In individuals with physically disabilities, self-esteem affects the quality of life of the individual and individuals need to be supported for active life style by participating in sportive and recreational activities in order to improve the self-esteem of the physical disability.

1. Dr.Şehmus Aslan, Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, email; sehmusa@pau.edu.tr [↑](#footnote-ref-1)
2. Prof.Dr.Ummuhan Baş Aslan, Pamukkale Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokulu, email; umbaslan@pau.edu.tr [↑](#footnote-ref-2)
3. Msc.Uzm.fzt.Ayça Uyan, Pamukkale Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokulu, email; uyanayca@gmail.com [↑](#footnote-ref-3)