



## Determination of Sports Engagement and Satisfaction with Sporting Life of Athlete Students

Mustafa Barış Somoğlu<sup>1</sup>Ömer Faruk Yazıcı<sup>2</sup>Serdar Taşkın<sup>3</sup>

### ARTICLE INFO

DOI: 10.29299/kefad.1325688

Received: 11.07.2023

Revised: 07.09.2024

Accepted: 09.09.2024

#### Keywords:

Commitment,  
Commitment to Sport,  
Sporting Life,  
Life Satisfaction

### ABSTRACT

The purpose of this study is to measure the degree of athletic student engagement and satisfaction with sports life, and to examine the relationship between them using several variables. In this study, the cross-sectional scanning method was preferred. The sample group of the study was determined by the convenience sampling method and consisted of a total of 358 volunteer student athletes, 93 (26%) female and 265 (74%) male, who were studying at high school and university levels between 2022-2023 and were actively involved in sports. The Sports Engagement Scale and the Sports Life Satisfaction Scale were used as data collection tools. Descriptive statistics, *t*-tests, ANOVA, correlation tests, and regression tests were used for data analysis. Studies have shown that female athletes were more satisfied with their sports lives. Athletes who exercised for 10 years or more were found to have statistically significant scores for sport commitment compared to the other groups. However, compared to individual athletes, team players were found to be driven about their sport. Furthermore, a positive and moderately significant ( $r = .655$ ) correlation was found between physical activity and life satisfaction resulting from physical activity. Another important finding is that participation in sports (43%) plays an important role in predicting satisfaction with sports life.

## Sporcu Öğrencilerin Spora Bağlılık ve Sportif Yaşam Doyumlarının Belirlenmesi

### MAKALE BİLGİLERİ

DOI: 10.29299/kefad.1325688

Yükleme: 11.07.2023

Düzeltilme: 07.09.2024

Kabul: 09.09.2024

#### Anahtar Kelimeler:

Bağlılık,  
Spora Bağlılık,  
Sportif Yaşam,  
Yaşam Doyumu

### ÖZ

Bu araştırmanın amacı, sporcu öğrencilerin spora bağlılık ve sportif yaşam doyum düzeylerini belirlemek ve aralarındaki ilişkileri bazı değişkenlere göre incelemektir. Bu çalışmada kesitsel-tarama yöntemi tercih edilmiştir. Araştırmanın örneklem grubunu uygun örnekleme yöntemiyle belirlenen, 2022-2023 yılları arasında lise ve üniversite düzeyinde öğrenim gören ve aktif olarak spor yapan 93'ü (%26) kadın ve 265'i (%74) erkek olmak üzere gönüllü toplam 358 sporcu öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak 'Spora Bağlılık Ölçeği' ve 'Sportif Yaşam Doyumu Ölçeği' kullanılmıştır. Verilerin analizi için betimsel istatistik, bağımsız örneklem *t*-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), korelasyon ve regresyon testi kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre kadın sporcuların sportif yaşam doyum düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Spor yapma yılı 10 yıl ve üzeri olan sporcuların spora bağlılık puanlarının diğer gruplara göre istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Öte yandan takım sporcularının bireysel sporculara göre spora bağlılıkları daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca, spora bağlılık ve sportif yaşam doyumları arasında pozitif yönde orta düzeyde ( $r = .655$ ) anlamlı ilişki olup, öğrencilerin spora bağlılıkları %43 oranında sportif yaşam doyumundan kaynaklanmaktadır.

Sorumlu Yazar<sup>1</sup>: Mustafa Barış Somoğlu, Dr. Öğr. Üyesi, Gümüşhane Üniversitesi, Türkiye, barissomoglu@gmail.com

Yazar<sup>2</sup>: Ömer Faruk Yazıcı, Doç. Dr., Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Türkiye, omerfaruk.yazici@gop.edu.tr

Yazar<sup>3</sup>: Serdar Taşkın, Öğretmen, Gazipaşa Ortaokulu, Türkiye, staskin129@gmail.com

## 1. Giriş

İnsanlık tarihinin doğuşundan bu yana temel amaçlarından biri de iyi şartlar altında mutlu ve huzurlu bir şekilde hayat sürmek olmuştur. Bireylerin yaşam doyumları negatif ve pozitif birçok bireysel ve çevresel unsurdan etkilenmektedir (Çevik vd., 2021). Yaşam doyumunu, insanların yaşamdan aldıkları keyif ve kendi yaşamlarındaki tüm koşulları olumlu yönde değerlendirmeleridir. Başka bir deyişle, insanların kendi iradeleri doğrultusunda şekillendirdikleri hayattan aldıkları keyif ve mutluluk olarak görülebilir (Aşan ve Erenler, 2008). Yaşam doyumunu için gerekli koşulları incelediğimizde karşımıza çıkan durumlardan biri de mutluluktur (Chubon, 1987). Mutluluk, filozofların, düşünürlerin, sanatçıların ve bilim insanlarının yüzyıllardır üzerinde durduğu önemli bir kavramdır ve insanların onu sadece kendi içerisinde araması gerektiği duygu ve iyi oluş hali olarak ifade edilmektedir (Myers ve Diener, 1997). Mutluluğa nasıl ulaşılacağı ve nasıl sürdürüleceği, mutluluk bekleyenler için vazgeçilmez bir arayıştır.

Yaşam doyumunu, pozitif psikolojinin insan hayatını konu alan araştırma alanları içerisinde yer almaktadır. Özellikle mutluluk ile ifade edilen yaşam doyumunu kavramı farklı tanımlar ile de belirtilmektedir. Yaşam standartlarını kendi isteklerine göre yaratan, sağlanan yaşam koşulları ve yaşadığı deneyimlerin, sahip olduğu deneyimlerle birleşimi hakkında oluşan sonuçlara göre değişen, ulaşılan hedefler ve durumlar arasındaki bağlantı yaşam doyumunu ifade eder (Atik, 2020; Dündar, 1993). Farklı bir deyişle, bireylerin yaşamlarından ve mevcut yaşam akışlarından ne kadar memnun olduklarını gösteren ve bu yaşam süreçlerinin anlam kazanmasındaki en önemli bileşenlerden biridir (Yıldırım, 2019). Yaşamdan alınan mutluluğun, hazın farklı bir yolu da spor yapmaktır. Literatüre sportif yaşam doyumunu olarak giren bu kavram, bireyin oluşturduğu kurallar içinde sportif yaşamının değerlendirilmesini yapmak, spor yaşamını nasıl algıladığını, spordan beklentileri, istek, arzu ve gereksinimlerini karşılayıp karşılamadığı, mutlu olma ve haz yaşama gibi duygular yaşayıp yaşamadığı gibi sorsal yaşamını pozitif değerlendirme durumudur (Somoğlu, 2021). Sportif yaşamdan doyum almak için spora yapmaya istekli olmak ve belli bir zamanını ayırmak gerekir. Farklı bir deyişle aslında bireyin spora ile bir bağı olmalıdır.

Bağlılık, bireylerin yerine getirmesi gerektiği ve kişilere, fikirlere veya gruplara gösterilen, toplumsal duyguları da içine alan her alanda yer alabilen ve sadakat değerinin gösterildiği yükümlülükleri ifade eder (Balay, 2014). Bağlılık da bireyin yapmış olduğu işe karşı geliştirdiği duygusal, davranışsal ve tutumsal rollerin önemli olduğu görülmektedir (Tutar, 2016). Bağlılık terimi zinde olmayı, üst düzeyde performans sergileyebilmeyi, zor durumlarda bile ayakta kalabilmeyi ve güçlü olmayı temsil etmektedir. Spora bağlılık terimi ise bireylerin mutluluğa ve sportif verimliliğe ulaşmak için fiziksel aktiviteye gönüllü, tutkulu

ve kararlı bir şekilde katılımını ifade eder (Lonsdale vd., 2007). Spora bağlılık ile ilgili yapılan çalışmalarda sporun her alanında spordan alınan zevkin, fırsatların ve sosyal desteğin sporcu katılımını etkilediği görülmüştür (Scanlan vd., 1993). Ayrıca toplum tarafından değer görmek, arkadaş ve çevre edinmek, başarılı olmak, prestij kazanmak gibi sosyal ihtiyaçlar spora katılımında önemli rol oynamaktadır (Koç, 1994). Dolayısıyla bireylerin spora yönlendirilmesi bireylerin yaşam doyumlarında pozitif yönde etkileyebileceği düşünülmektedir.

Spor aktivitelerine katılım sağlamak bireyleri yaşamdan doyum almalarına ve hayatın tüm alanlarında yeterli bir birey olmalarına imkân sağlar (Somoğlu ve Cihan, 2022). Bunun yanında günlük yaşamda karşılaşılan olumsuzlukların oluşturduğu stresi yönetme becerilerinde, kişinin kendisini tanımasına ve çevresine yönelik pozitif düşünce ve duygu oluşturmada ve sağlıklı bir hayat açısından da önemlidir (Turan, 2020). Sporun insanlar üzerindeki olumlu yönünün yaşam doyumunu düzeyi açısından değerlendirilmesi, insanları spora yönlendirmede ve spora bağlılıklarında farklı bir motivasyon kaynağı olarak değerlendirilebilir. Casey ve diğerleri (2016) tarafından yapılan çalışmada düzenli bir şekilde spor yapan bireylerin daha yüksek hayat standartlarına sahip olduğu, Türker ve Kul (2020) huzurevindeki yaşlılar üzerinde tamamladıkları çalışmada düzenli fiziksel egzersiz ve sportif aktivitelerin yaşlı bireylerde yaşam doyumunu ve aktif yaşlanma bilincini arttırdığı, Türker'in (2023) üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdiği araştırmasında rekreatif egzersiz güdülenmesinin %34,1 oranı ile yaşam doyumunu yordadığı, Payne ve diğerleri (2006) tarafından yapılan çalışmada sportif faaliyetlerde yer almanın yaşama olumlu doyum kattığı, Han ve Polat (2022) tarafından kış sporları ile ilgilenen sporcular üzerinde yapılan çalışmada spora bağlılığın yaşam doyumunu düzeyine pozitif katkı sağladığı belirtilmektedir.

Farklı düzeylerde çeşitli spor branşları ile ilgilenen ve spor yapan sporcu öğrencilerin spora bağlılık durumlarının yaşam doyum düzeylerine olan etkisinin bilinmesinin önem arz ettiği düşünülmektedir. Ayrıca mevcut araştırma ele alınan örneklem grubu ve farklı bağımsız değişkenlerle literatürdeki diğer araştırmalardan ayrılmaktadır. Bu önem ve bilgiler ışığında araştırmanın amacı, sporcu öğrencilerin spora bağlılıklarının sportif yaşam doyum düzeylerine etkilerini bazı değişkenlere göre belirlemek ve aralarındaki ilişkiyi tespit etmektir. Ulaşılan sonuçların alanyazına katkı sağlaması ve ileride yapılacak çalışmalara ışık tutacağı öngörülmektedir. Ayrıca sonuçların birçok spor eğitmeni, antrenör, spor yöneticisi ve rekreatif liderlere katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

## 2. Yöntem

### 2.1. Desen

Mevcut çalışma, nicel yaklaşım çerçevesinde tarama yöntemlerinden kesitsel tarama yöntemi ile yürütülmüştür (Karasar, 2012). Kesitsel tarama araştırmaları, bir konuya ya da olaya ilişkin katılımcıların görüşlerini ya da ilgi, beceri, yetenek, tutum vb. özelliklerinin belirlendiği genellikle diğer araştırmalara göre daha büyük örneklem üzerine yapılan araştırmalardır. Ayrıca, bu yöntemde araştırma verileri tek seferde toplanır (Büyüköztürk vd., 2012). Bu yöntemde önemli olan, araştırmaya konu olan olayı, bireyi ya da nesneyi kendi koşulları içinde olduğu gibi tanımlayabilmek ve mevcut durumu değiştirmeye kalkmadan gözleyebilmektir (Karasar, 2012).

### 2.2. Çalışma Grubu

2022-2023 eğitim öğretim yılında kolay örnekleme yöntemi ile seçilmiş çalışma grubu, Gümüşhane ilinde lise ve üniversite düzeyinde öğrenim gören ve aktif spor yapan lisanslı sporcu öğrencilerden oluşan toplam 358 (265'i %74 erkek, 93'ü %26 kadın) katılımcıdan oluşmaktadır. Söz konusu bir bölge değilse, yakın çevre içerisinde bulunan ve kolaylıkla ulaşılabilir, eldeki var olan ve gönüllü bireyler üzerinde yapılan örneklemedir (Erkuş, 2009). Ayrıca kolay örnekleme yöntemi ile katılımcılara kolay ulaşılabilirlik, maddi ve zaman açısından da tutum sağlanmıştır (Yıldırım ve Şimşek, 2013).

Araştırmaya 14-17 yaş 190 (%53,1), 18-21 yaş 77 kişi (%21,5), 22-25 yaş 43 kişi (%12) ve 26 yaş ve üstü 48 kişi (%13,4) katılım sağlamıştır. Örneklemin 111'i (%31) bireysel, 247'si (%69) takım sporu yapmaktadır. Katılımcıların spor yapma yılına bakıldığında, 1-3 yıl arası spor yapan 104 kişi (%29,1), 4-6 yıl arası spor yapan 110 kişi (%30,7), 7-9 yıl arası spor yapan 80 kişi (%22,3) ve 10 ve üzeri spor yapan 64 (%17,9) katılımcı yer almaktadır. Haftalık antrenman yapma durumları incelendiğinde haftada 1 kez yapan 45 kişi (%12,6), haftada 2 kez yapan 95 kişi (%26,5) ve haftada 3 kez ve üstü antrenman yapan 218 kişi (%60,9) bulunmaktadır. Katılımcılardan 75'i (%20,9) günde 1 saat, 196'sı (%54,7) günde 2 saat ve 87'si (%24,3) günde 3 saat ve üzeri antrenman yapmaktadır. Katılımcıların %45,5'i (163) düşük gelirli, %43'ü (154) orta ve %11,5'ü (41) yüksek gelirli olduğunu belirtmiştir.

### 2.3. İşlem

Veri toplama süreci, katılımcılara kolay erişim sağlamak ve süreci hızlı bir şekilde tamamlamak amacıyla Google Forms aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Bu yöntem, katılımcıların çevrimiçi olarak anket sorularını rahatça yanıtlamalarına olanak tanımıştır. Ayrıca, bu platform sayesinde geniş bir katılımcı kitlesine ulaşılmış ve veri toplama süreci daha verimli bir şekilde yönetilmiştir. Elde edilen anket formlarından daha verimli sonuçlar elde edilmesi için kontrol edilerek eksik veya yanlış doldurulan, sürekli aynı seviyede kodlama yapılan anket formları

araştırma dışı bırakılmıştır. Daha sonra örneklem grubuna uygulanan anket formlarından geçerli ve kabul edilebilir yeterlilikte olanlar değerlendirilmek üzere istatistik paket programına aktararak süreç takip edilmiştir.

#### 2.3.1. Etik bildirim

Yapılan bu çalışmada "Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi" kapsamında uyulması belirtilen tüm kurallara uyulmuştur. Yönergenin ikinci bölümü olan "Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiğine Aykırı Eylemler" başlığı altında belirtilen eylemlerden hiçbiri gerçekleştirilmemiştir. Bu çalışma Gümüşhane Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nun 05/03/2023 tarih ve 2023/2, E-95674917-108.99-169163 sayılı kararıyla alınan izinle gerçekleştirilmiştir.

#### 2.4. Veri Toplama Araçları

##### 2.4.1. Spora Bağlılık Ölçeği (SBÖ)

Guillén ve Martínez-Alvarado (2014) tarafından geliştirilen ölçek Kayhan ve diğerleri (2020) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Toplam 10 madde ve iki alt boyuttan (Dinç olma/Odaklanma) oluşmaktadır. 7'li likert modelinde tasarlanan ölçeğin maddeler toplamından yüksek puan alınması spora bağlılığın yüksek olduğunu göstermektedir.

##### 2.4.2. Sportif Yaşam Doyum Ölçeği (SYDÖ)

Mangan (2018) tarafından yaşam doyum ölçeğinden uyarlanmış, Somoğlu (2021) tarafından Türkçeye adaptasyonu gerçekleştirilmiştir. Ölçek 5 madde ve 7'li likert modelinde olup ölçekten alınan yüksek puan katılımcıların spora özgü yaşam doyumlarının yüksek olduğunu göstermektedir (Somoğlu ve Cihan, 2022).

#### 2.5. Veri Analizi

Google Formlar aracılığıyla toplanan verilerin analizi SPSS (25.0) paket programı aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Öncelikle verilere ilişkin çarpıklık ve basıklık değerleri incelenerek +1,5 ve -1,5 aralığında normallik varsayımını sağlayıp sağlamadığı incelenmiş ve verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir (Büyüköztürk, 2010; Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu bağlamda, kullanılan istatistiksel yöntem olarak; betimsel istatistikler (frekans, aritmetik ortalama, standart sapma), bağımsız gruplar için ikili karşılaştırmalarda bağımsız örneklem t-Testi, ikiden fazla karşılaştırmalarda tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmış, ayrıca ölçekler arasındaki ilişkilerin analizinde ise korelasyon ve regresyon testi uygulanmıştır.

## 3. Bulgular

Bu bölümde katılımcıların betimsel istatistik, cinsiyet, spor yapma yılı, spor branşı, haftalık antrenman sıklığı, korelasyon ve regresyon analiz sonuçlarına yer verilmiştir.

Spora Bağlılık Ölçeği (SBÖ) ve Sportif Yaşam Doyum Ölçeği'nden (SYDÖ) alınan puanlara yönelik betimsel istatistik sonuçları Tablo 1'de gösterilmiştir.

**Tablo 1.***SBÖ ve SYDÖ puanları ile ilgili betimsel istatistikler*

Ölçek	Ort.	SS	Çarpıklık	Basıklık	Min.	Maks.
SBÖ	6.1	0.98	-1.23	1.45	1	7
SYDÖ	5.3	1.08	-1.14	1.07	1	7

Not.  $n = 358$ ; SBÖ: Spora Bağlılık Ölçeği, SYDÖ: Sportif Yaşam Doyum Ölçeği

Buna göre katılımcıların spora bağlılığının ortalama  $6.1 \pm 0.98$  puanla yüksek düzeyinde olduğu, sportif yaşam doyumunun ise ortalama  $5.3 \pm 1.08$  puanla yükseğe yakın düzeyinde olduğu tespit edildi. Çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde ise verilerin normal dağılım gösterdiği görülmektedir.

**Tablo 2.***SBÖ ve SYDÖ puanlarının cinsiyete göre t-testi sonuçları*

Ölçek	Cinsiyet	$n$	Ort.	SS	SD	$t$	$p$
SBÖ	Kadın	93	6.06	0.97	356	-.39	.69
	Erkek	265	6.11	0.98			
SYDÖ	Kadın	93	5.53	1.05	356	2.22	.03*
	Erkek	265	5.22	1.33			

Not. SBÖ: Spora Bağlılık Ölçeği, SYDÖ: Sportif Yaşam Doyum Ölçeği; \* $p < .05$

Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre SBÖ ortalama puanları cinsiyete bağlı değişmezken [ $t_{(356)} = -.39, p = .69$ ], SYDÖ ortalama puanları ise cinsiyete bağlı değişmiştir [ $t_{(356)} = 2.22, p = .03$ ]. Test sonuçlarına göre kadın katılımcıların SYDÖ puanları ( $5,53 \pm 1,05$ ), erkek katılımcılara göre ( $5,22 \pm 1,33$ ) anlamlı fark düzeyinde daha yüksektir (Tablo 2).

**Tablo 3.***SBÖ ve SYDÖ puanlarının spor yapma yılına göre ANOVA sonuçları*

Ölçek	Spor Yılı	$n$	Ort.	SS	SD	F	$p$	Fark
SBÖ	1-3	104	5.85	0.92	3-354	3.74	.01*	-
	4-6	110	6.09	0.98				-
	7-9	80	6.24	0.96				7-9>1-3
	10+	64	6.30	0.91				10 ve üzeri>1-3
SYDÖ	1-3	104	5.08	1.22	3-354	1.75	.15	-
	4-6	110	5.41	1.24				-
	7-9	80	5.46	1.10				-
	10+	64	5.26	1.23				-

Not. SBÖ: Spora Bağlılık Ölçeği, SYDÖ: Sportif Yaşam Doyum Ölçeği; \* $p < .05$

Spor yapma yılına bağlı olarak sporcuların SBÖ'de gruplar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir [ $F_{(3, 354)} = 3.74, p = .01$ ]. Çoklu karşılaştırma test sonucuna göre ise 7-9 yıl ve 10 yıl ve üzeri spor yapanların 1-3 yıl spor yapanlardan daha yüksek spora bağlılık gösterdiği görülmektedir (Tablo 3).

**Tablo 4.***SBÖ ve SYDÖ puanlarının spor branşına göre t-testi sonuçları*

Ölçek	Spor Branşı	$n$	Ort.	SS	SD	$t$	$p$
SBÖ	Bireysel	111	5.92	0.99	356	-	.03*
	Takım	247	6.17	0.97			
SYDÖ	Bireysel	111	5.19	1.28	356	-	.27
	Takım	247	5.35	1.26			

Not. SBÖ: Spora Bağlılık Ölçeği, SYDÖ: Sportif Yaşam Doyum Ölçeği; \* $p < .05$

Tablo 4, katılımcıların spor branşı değişkenine göre SBÖ ortalama puanları arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir [ $t_{(356)} = -2.23, p = .03$ ]. Test sonuçlarına göre takım sporu yapan katılımcıların SBÖ puanları ( $6,17 \pm 0,97$ ) bireysel spor yapan katılımcılara göre anlamlı farklılık düzeyinde ( $5,92 \pm 0,99$ ) daha yüksektir.

Sporcu öğrencilerin haftalık antrenman sıklığı değişkenine göre SBÖ [ $F_{(2, 355)} = 4.15, p = .02$ ] ve SYDÖ [ $F_{(2, 355)} = 6.31, p < .001$ ] ortalama puanları arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir. Çoklu karşılaştırma test sonucuna göre 3 ve üzeri gün haftalık antrenman yapan sporcuların SBÖ puanları 1 gün antrenman yapanlardan; 2 ve 3 üzeri gün haftalık antrenman yapan sporcuların SYDÖ puanları 1 gün antrenman yapanlardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Tablo 5).

SBÖ ve SYDÖ arasındaki ilişkinin ortaya koyulması için yapılan korelasyon testine göre SBÖ ve SYDÖ arasında orta düzeyde, anlamlı ve pozitif yönde bir ilişkinin olduğu görülmektedir,  $r = .66, p < .001$ . Farklı bir deyişle iki değişken birbirine bağlı olarak aynı yönde artmakta veya azalmaktadır (Tablo 6).

**Tablo 5.**

SBÖ ve SYDÖ puanlarının haftalık antrenman sıklığına göre ANOVA sonuçları

Ölçek	Haftalık Antrenman Sıklığı	n	Ort.	SS	SD	F	p	Fark
SBÖ	1 Gün	45	5.77	1.23	2-355	4.15	.02*	-
	2 Gün	95	6.01	1.25				-
	3 +	218	6.20	1.32				3 ve üzeri>1 gün
SYDÖ	1 Gün	45	4.84	1.22	2-355	6.31	.00**	-
	2 Gün	95	5.11	1.25				2 kez>1 gün
	3 +	218	5.48	1.27				3 ve üzeri>1 gün

Not. SBÖ: Spora Bağlılık Ölçeği, SYDÖ: Sportif Yaşam Doyum Ölçeği; \* $p < .05$ , \*\* $p < .001$ **Tablo 6.**

SBÖ ve SYDÖ korelasyon sonuçları

SBÖ			
	n	r	p
SYDÖ	358	.66	.00**

Not. SBÖ: Spora Bağlılık Ölçeği, SYDÖ: Sportif Yaşam Doyum Ölçeği; \* $p < .001$ **Tablo 7.**

SBÖ ve SYDÖ regresyon sonuçları

	B	SH	$\beta$	t	p
Sabit	3.414	.169	-	20.241	.00**
SBÖ	.506	.031	.655	16.370	.00**

Not. SBÖ: Spora Bağlılık Ölçeği, SYDÖ: Sportif Yaşam Doyum Ölçeği; SH: Standart Hata; \*\* $p < .001$ ;  $R = .655$ ,  $R^2 = .43$ ;  $F_{(1, 356)} = 267.984$ 

SBÖ ve SYDÖ arasında uygulanan regresyon analizi sonucunda, sporcuların spora bağlılıklarının sportif yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu ve sporcuların spora bağlılıkları, sportif yaşam doyumunu algıları üzerindeki toplam varyansın %43'ünü açıkladığı tespit edilmiştir (Tablo 7). Sportif yaşam doyumunun yordanmasına ilişkin regresyon eşitliği (matematiksel model) belirtilen gibidir: Sportif yaşam doyumunu =  $3.414 + .506 \cdot \text{spora bağlılık}$ .

#### 4. Tartışma

Bu araştırma sporcu öğrencilerin spora bağlılıkları ve sportif yaşam doyumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi ve aralarındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla yapılmıştır. Bu bölümde elde edilen bulgular sırasıyla değerlendirilip, literatürde yer alan diğer çalışmalarla karşılaştırılıp tartışılmıştır.

Sportif faaliyetlerin insanların yaşamına kattığı pozitif etkileri (fiziksel, ruhsal ve zihinsel zindelik) ile birlikte bireylerin özgüvenlerinin gelişmesine, yaşadıkları gerilimlerin azalmasına, psikolojik sağlığına katkısına, canlı ve zinde etmesine katkı sağlamaktadır (Payne vd., 2006; Toros, 2002). Bu literatür bilgisine ilişkin mevcut araştırmada, sporcu öğrencilerin SBÖ ve SYDÖ aritmetik

ortalama ve standart sapma değerleri incelendiğinde ortalamanın üzerinde yüksek olduğu görülmektedir. Bu sporcu öğrencilerin spora bağlılıklarının ve spora özgü yaşam doyumlarının yüksek olduğunu göstermektedir. Farklı çalışmalara göz atıldığında da sporun bireylerin yaşam doyumlarına olumlu katkıları görülmektedir (Dokuzoğlu vd., 2022; Kalkavan vd., 2021; Kara vd., 2020; Toy vd., 2020). SYDÖ puanlarının ortalamanın üzerinde yüksek sonuçlar elde edilmesi ile literatür karşılaştırmaları benzeşmektedir (Somoğlu, 2021). Yine literatürde birçok araştırmada (Baştuğ ve Duman, 2005; Mockeviçienė ve Savenkoviėnė, 2012; Nemcek, 2016; Özkara vd., 2015; Yazıcıoğlu vd., 2012; Ziolkowski vd., 2016) spora ve fiziksel aktivitelere aktif katılımın yaşam doyumunu arttırdığı belirtilmektedir.

Yaşamdan doyum almayı etkileyen eğitim durumu, dini tercih, medeni durum, iş yaşamı, cinsiyet, yaş ve benzeri demografik unsurlar bulunmaktadır (Karataş-Çamur, 1988). Bu araştırmaya dâhil edilen cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde kadın katılımcıların SYDÖ puanlarının erkek katılımcılardan yüksek olduğu bulunmuştur. Somoğlu'nun (2021) yapmış olduğu araştırmasında sporcu öğrencilerin sportif yaşam doyum düzeyleri cinsiyet değişkenine göre kadın sporcuların lehine anlamlı bir farklılık olduğunu göstermiştir. Mevcut araştırma sonucunun kadınların lehine olması; Türk toplum yapısından kaynaklandığı ve bu fırsatı yakalamış kadın sporcuların spordan daha fazla memnuniyet duyması, yaşamlarında farklılık oluşturmamasından ve psikolojik iyi oluşlarını artırması gibi nedenlerden dolayı pozitif sportif yaşam doyumlarının yüksek olduğu söylenebilir. Spora bağlılıkta ise cinsiyete göre anlamlı farklılık görülmemiştir. SBÖ puanlarının literatür ile karşılaştırıldığında araştırma sonuçlarıyla benzer sonuçlar bulunsun da (Ekizoğlu, 2023; Fawver vd., 2020; Gülen vd., 2021; Yamaner ve Baskın, 2019; Yerlikaya, 2019) literatürde spora bağlılığın cinsiyete göre farklılık gösterdiğini ortaya koyan araştırmalarda kadın sporcuların spora bağlılıklarının daha yüksek olduklarını belirtmişlerdir (Aykora ve Dinçer, 2022; Kayhan vd., 2020; Kelecek ve Göktürk, 2017; Sivrikaya ve Biricik, 2019; Uzgur vd., 2021). Görüldüğü üzere literatürde kadın ve erkek sporcuların

yaşam doyumları ve spora bağlılıklarıyla ilgili henüz tam olarak fikir birliği bulunmamaktadır. Bu nedenle bu faktör göz önüne alınarak daha geniş kapsamlı ve farklı araştırma yöntemlerinin de dâhil edildiği araştırmalara ihtiyaç olduğu açıkça ortadadır. Kadın ve erkek sporcuların spordan beklentilerinin de ayrıntılı şekilde araştırılmasıyla cinsiyet faktörünün belirleyici rolü daha net anlaşılacaktır. Öyle ki farklı araştırmalarda farklı sonuçların ortaya çıkması kadın ve erkek sporcuların spordan beklentilerinin farklı olabileceğini düşündürmektedir. Ayrıca, spor özellikle branşları özelinde yapılan araştırmalarda bu farklılıkların oluşması sportif yaşam doyumunun ve spora bağlılığın spor branşlarına göre de değişebileceğini göstermektedir.

Spor yapma yılı değişkeni açısından analiz sonuçları 7-9 ve 10 ve üzeri yıl spor yapan sporcuların spora bağlılıkları 1-3 yıl spor yapanlardan yüksek bulunmuştur. Aritmetik ortalamalar incelendiğinde spor yılı arttıkça spora bağlılıkları da artmaktadır. Spora özgü yaşam doyumlarına bakıldığında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Fakat aritmetik ortalamalar bakıldığında spor yapma yılı ne kadar artarsa spora özgü yaşam doyumlarının da arttığı görülmektedir. Çalışmanın sonucu ile paralellik gösteren çalışmada da belirtildiği gibi belli bir amaç doğrultusunda zamanın çoğunluğunu sportif aktivitelere harcayarak spora katılım süresini artıran sporcuların spora bağlılık derecelerine de olumlu yansımaktadır (Can ve Kızılet, 2021). Farklı bir çalışmada da sporcu olma yaşı ilerledikçe bağlılığında ilerlediğini belirtilmiştir (Bavlı vd., 2011). Kalkavan ve diğerlerinin (2021) çalışmasında spor yılına bağlı egzersizlik bağımlılığının da arttığını belirtmiştir. Bisikletçilerle (Yerlikaya, 2019), kayakçılarla (Fawver vd., 2020), koşucularla (Uzgun vd., 2021) ve bocce sporcularıyla (Uluç ve Akçakoyun, 2021) yapılan çalışmalarda benzer sonuçlara ulaşılmış, spora bağlılık ile sporda geçirilen zamanın pozitif yönde olduklarını belirtmişlerdir. Müsabakalarda yarışma, kendini kanıtlama, çevresel motivasyon ve sosyal etkileşimde bulunma gibi güçlü arzuların spora bağlılığı arttırdığı söylenebilir (Weiss ve Weiss, 2006; Wilson vd., 2004). Literatür incelendiğinde genel yargı spora kendini adanmış, sporu meslek olarak gören, ulusu, vatani ve bayrağı için mücadele eden sporcuların spora bağlılıkları yüksektir (Cox, 2012; Kalkavan vd., 2021; Kayhan vd., 2021). Spora bağlılık sonucu ile paralel olarak spora özgü yaşam doyumunun spor yılına bağlı arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Uzun süre sportif deneyimleri olan sporcuların sportif yaşam doyumlarının da yüksek olduğu literatürde de mevcuttur (Pense vd., 2011; Somoğlu, 2021).

Spor branşına (takım/bireysel) göre katılımcıların SBÖ puanları takım spor yapanların lehine anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. SYDÖ puanları göz önüne alındığında ise spor branşına göre farklılaşmaya rastlanılmamıştır. Araştırma bulgularının aksine Aykora ve Dinçer (2022) bireysel spor yapanların lehine fark tespit olup, bireysel spor yapan öğrenci sporcuların performans ve sportif

başarıya daha fazla odaklanabildiğini, takım sporları ile ilgilenenler ise grup dinamikleri açısından performans göstergeleri ve spor bakış açıları değiştiğini ifade etmiştir. Yine literatürde mevcut araştırmayla paralellik göstermeyen bireysel sporlarla ilgilenen sporcuların spora bağlılıklarının daha yüksek olduğunu belirten çalışmalar yer almaktadır (Siyahaş vd., 2020). Türker ve diğerlerinin (2021) COVID-19 salgın hastalığının devam ettiği süreçte gerçekleştirdikleri bir araştırmada ise takım sporcularında egzersiz bağımlılığının daha yüksek olduğu bildirilmiştir. Mevcut araştırma da takım sporu ile ilgilenen katılımcıların ortalamalarının yüksek çıkması takım birlikteliği, etkileşim, takım ruhu ve inancının, birlikte kazanma ve kaybetmeyi paylaşması gibi nedenler spora bağlılıklarında etkili olduğu düşünülmektedir.

Haftalık antrenman sıklığı değişkeni açısından değerlendirildiğinde katılımcıların SBÖ'den aldıkları puanlara bakıldığında 2 ve 3 gün üzeri haftalık antrenmana katılım sağlayanların spora bağlılıkları 1 gün katılım sağlayanlara göre daha yüksektir. SYDÖ puanları incelendiğinde ise 3 gün ve üzeri spor yapanların spora özgü yaşam doyumları 1 gün yapanlara göre daha yüksek bulunmuştur. Literatürde bu bulguyu ele alan sınırlı sayıda çalışma mevcuttur. Uzgun ve diğerleri (2021) çalışmasında rekreasyonel koşucuların haftalık koşu mesafeleri arttıkça spora bağlılıklarının da arttığını belirtilmektedir. Spora özgü yaşam doyumunu inceleyen çalışmalarda (Somoğlu, 2021) haftalık uygulanan antrenman programlarının artması ile sportif yaşam doyumlarında arttığı ifade edilmiştir. Sporun genel yaşam felsefesi haline getirmek planlı olmayı ve sürekliliği gerekli kılmaktadır. Sportif yaşam doyumuna erişmek için spora olabildiğince katılım gösterip istifade etmek gereklidir. Dahası, bir işten uzun süre zevk almak, hoşnut olmak o işle ilgilenme süresiyle doğru orantılı olduğu düşünülmektedir.

SBÖ ve SYDÖ arasında oluşan ilişkinin pozitif yönlü ve orta düzeyde olduğu görülmüştür. Bu bulguya bağlı olarak spora bağlılık arttıkça sportif yaşam düzeylerinin de doğru orantılı olarak pozitif arttığı söylenebilir. Regresyon analiz sonuçları incelendiğinde, sportif yaşam doyumunun %43'ünün spora bağlılık ile açıklandığı ortaya koyulmuştur. Ekizoğlu'nun (2023) yapmış olduğu araştırmasında, açık su yüzme sporcularının spor bağlılığı ile yaşam doyumunu arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuş ve spor bağlılığının yaşam doyumunu %47 oranında açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır. Han ve Polat (2022), kış sporu yapan milli sporcuların spora bağlılıklarının, yaşam doyumuna etkisini araştırmıştır. Mevcut araştırma sonuçları ile benzer olan çalışmanın bulgularına göre spor bağlılığı ile yaşam doyumunu arasında pozitif anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca kış sporu yapan milli sporcuların spora bağlılığının, yaşam doyumunu %15 oranında açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır.

Sonuç olarak, sporcu öğrencilerin spora bağlılık ve sportif yaşam doyumlarının yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir. Araştırma bulgularına genel bir betimleme

yapıldığında; kadın sporcu öğrencilerin sportif yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu, spor yapma yılı ve haftalık antrenman sıklığı arttıkça katılımcıların spora bağlılık ve yaşam doyumlarının arttığı tespit edilmiştir. Takım sporcularının da spora bağlılıklarının daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Ayrıca, spora bağlılık ve sportif yaşam doyumları arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Diğer önemli bir sonuç ise, sportif yaşam doyumunu yordamada spora bağlılığın önemli bir rolünün olduğudur. Sonuç olarak, spora bağlılık arttıkça sportif yaşam doyumunun arttığı, spora bağlılık azaldıkça sportif yaşam doyumunun da azaldığı söylenebilir.

Mevcut araştırma sonuçlarından yola çıkarak özellikle cinsiyet ile ilgili literatürde genel bir fikir birliği olmadığı için bu parametrenin farklı bakış açılarıyla yeniden incelenmesi önerilebilir. Ayrıca, genel yaşam doyumunu çerçevesinde sportif yaşam doyumunu üzerinde etkisi olduğu bildirilen faktörlerin de ilerideki araştırmalarda dâhil edilip test edilmesi önerilmektedir. Diğer yandan bu araştırma Gümüşhane ili ile sınırlandırılmıştır. İleride yapılacak araştırmalar için farklı şehirlerin veya bölgelerin ele alınıp yeniden bu konunun ele alınması konuya farklı bakış açısı kazandırabilir. Mevcut araştırmada lise ve üniversite grupları olarak bir karşılaştırılmanın yapılmaması bu araştırmanın sınırlılıklarından sayılabilir. Bu nedenle, lise ve üniversite düzeyindeki gruplar için karşılaştırmalı araştırmaların yapılması önerilmektedir. Son olarak, bu araştırmada spor türü olarak bireysel ve takım sporları olarak ele alınmıştır. Sonraki araştırmalarda branşlar özelinde (örn. Voleybol, Basketbol, Kayak, Kort Tenisi vb.) araştırmaların yapılması farklılıkların ortaya koyulması ve değerlendirilmesi açısından yerinde olacaktır. Literatüre bir özgünlük kazandıracığı ön görülmektedir.

**Yazar Katkıları** : Giriş: Birinci yazar, İkinci yazar. Yöntem: Üçüncü yazar, Bulgular: İkinci yazar, Tartışma: Birinci yazar, Üçüncü yazar.

**Finansman** : Bu araştırmada herhangi bir finansal destek alınmamıştır.

**Çıkar Çatışması** : Çalışmada herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

**Veri Erişilebilirliği** : Araştırma verilerine sadece araştırmacı/araştırmacılar erişebilmektedir. Ancak dergi kurulu sorumlu yazardan talep ettiğinde verilere ulaşabileceklerdir.

## Kaynakça

- Aşan, Ö. ve Erenler, E. (2008). İş tatmini ve yaşam tatmini ilişkisi. *Suleyman Demirel University Journal of Faculty of Economics & Administrative Sciences*, 13(2), 203-216.
- Atik, G. (2020). Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Kırıkkale İli Örneği) [Yüksek lisans tezi, Kırıkkale Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Aykora, A. F. ve Dinçer, U. (2022). Spor bilimlerinde öğrenim gören lisans öğrencilerinin spora bağlılık düzeyleri ve akademik başarılarının incelenmesi. *Uluslararası Dağcılık ve Tırmanış Dergisi*, 5(1), 1-8. <https://doi.org/10.36415/dagcilik.1132538>
- Balay, R. (2014). *Yönetici ve öğretmenlerde örgütsel bağlılık*. Pegem Akademi.
- Baştuğ, G., & Duman, S. (2010). Examining life satisfaction level depending on physical activity in Turkish and German societies. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 4892-4895. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.790>
- Bavlı, Ö., Kozanoğlu, M. E. ve Doğanay, A. (2011). Düzenli egzersize katılımın egzersiz bağımlılığı üzerine etkisi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), 150-153.
- Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Pegem Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi.
- Can, E. ve Kızılet, A. (2021). Düzenli olarak antrenman yapan bireylerin spor salonlarına yönelik hizmet kalitesi algılarının spora bağlılığa etkisi. *Spor Eğitim Dergisi*, 5(3), 87-97.
- Casey, M., Harvey, J., Telford, A., Eime, R., Mooney A., & Payne, W. (2016). Patterns of time use among regional and rural adolescent girls: Associations with correlates of physical activity and health-related quality of life. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 9(11), 931-935. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2016.02.004>
- Chubon, R. A. (1987). Development of a quality-of-life rating scale for use in health-care evaluation. *Evaluation and the Health Professions*, 10, 186-200. <https://doi.org/10.1177/016327878701000203>
- Cox, R. H. (2012). *Sport psychology: Concepts and applications* (7th ed.). McGraw-Hill.
- Çevik, A., Özmaden, M., Tezcan, E. ve Dokuzoğlu, G. (2021). Öğretmenlerin serbest zaman ilgilenimlerinin yaşam doyumları üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 10(4), 784-790. <https://doi.org/10.37989/gumussagbil.1003895>
- Dokuzoğlu, G., Çevik, A., Özmaden, M., Yıldız, Y. ve Tezcan, E. (2022). Gençlere Yönelik Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği (GYEB): Bir ölçek uyarlama çalışması. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(2), 644-653. <https://doi.org/10.37989/gumussagbil.1096398>
- Dündar, S. (1993). Fakülte bilimsel atölyesinden: Teorik çerçeve duyulan tatmin kavramı. *Yönetim Dergisi*, 4(15), 49-55.
- Ekizoğlu, Ö. (2023). Açık su yüzme sporcularının spora bağlılıklarının yaşam doyumuna etkisi. *Spor Eğitim Dergisi*, 7(1), 68-76. <https://doi.org/10.55238/seder.1260479>
- Erkuş, A. (2009). *Davranış bilimleri için bilimsel araştırma süreci*. Seçkin Yayıncılık.
- Fawver, B., Cowan, R. I., Decouto, B. S., Lohse, K. R., Podlog, L., & Williams, A. M. (2020). Psychological characteristics, sport engagement, and performance in alpine skiers. *Psychology of Sport and Exercise*, 47, 101616. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101616>
- Guillén, F., & Martínez-Alvarado, J. R. (2014). The Sport Engagement Scale: An adaptation of the Utrecht Work Engagement Scale (UWES) for the sports environment. *Universitas Psychologica*, 13(3), 15-24. <https://doi.org/10.1037/t46138-000>
- Gülen, Ö., Madak, E., Kumartaşı, M. ve Sönmez, H. O. (2021). Taekwondo sporcularının spora bağlılık düzeylerinin milli sporculuk durumları ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 10(3), 1-17.
- Han, T. ve Polat, E. (2022). Kış sporları ile ilgilenen sporcuların spora bağlılık ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 20(3), 80-91. <https://doi.org/10.33689/sportmetre.1079970>
- Kalkavan, A., Terzi, E. ve Kayhan, R. F. (2021). Türkiye olimpik hazırlık merkezlerinde çalışma yapan sporcuların egzersiz bağımlılığı düzeylerinin araştırılması. *Spor Eğitim Dergisi*, 5(2), 25-35.
- Kara, E., Beyazoğlu Bacı, G. ve Tatar, S. T. (2020). Fiziksel engelli sedanter bireyler ile aktif spor yapan fiziksel engelli bireylerin yaşam doyum düzeylerinin karşılaştırılması. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 154-165. <https://doi.org/10.31680/gaunjss.643966>
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Nobel Yayıncılık.
- Karataş-Çamur, S. (1988). *Yaşlılarda yaşam doyumunu etkileyen etmenler* [Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Kayhan, R. F., Bardakçı, S. ve Caz, Ç. (2020). Spora bağlılık ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlama çalışması. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 9(3), 2905-2922. <https://doi.org/10.15869/itobiad.676854>
- Kayhan, R. F., Kalkavan, A. ve Terzi, E. (2021). Fitness salonlarında spor yapan bireylerin egzersiz bağımlılığı düzeyleri ve ilişkili değişkenler. *Bağımlılık Dergisi*, 22(3), 248-256. <https://doi.org/10.51982/bagimli.893414>
- Kelecek, S. ve Göktürk, E. (2017). Kadın futbolcularda sporcu bağlılığının sporcu tükenmişliğini belirlemedeki rolü. *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi BÜSBİD*, 2(2), 162-173.
- Koç, Ş. (1994). *Spor psikolojisine giriş*. Saray Medikal Yayıncılık.
- Lonsdale, C., Hodge, K., & Jackson, S. A. (2007). Athlete engagement: II. Development and initial validation of the Athlete Engagement Questionnaire. *International Journal of Sport Psychology*, 38(4), 471-492.
- Mangan, C. (2018). *Interpersonal communication in college athletics* [Master dissertation, Western Illinois University].



- Mockevičienė, D., & Savenkoviėnė, A. (2012). Aspects of life quality of persons with physical disabilities. *Social Welfare Interdisciplinary Approach*, 2(2), 84-93. <https://doi.org/10.15388/SW.2012.28203>
- Myers, D. G., & Diener, E. (1997). The science of happiness. *The Futurist*, 31, 27-33.
- 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. <http://efsupit.ro/images/stories/3%20September2016/art%20173.pdf>
- Özkar, A. B., Kalkavan, A. ve Çavdar, S. (2015). Spor bilimleri alanında eğitim alan üniversite öğrencilerinin yaşam doyum düzeylerinin araştırılması. *International Journal of Science Culture and Sport*, 3(11), 336-346. <https://doi.org/10.14486/IJSCS293>
- Payne, L. L., Mowen, A. J., & Montoro-Rodriguez, J. (2006). The role of leisure style in maintaining the health of older adults with arthritis. *Journal of Leisure Research*, 38(1), 20-45. <https://doi.org/10.1080/00222216.2006.11950067>
- Pense, M., Demir, H. ve Yaman-Lesinger, F. (2011). Engelli sporcularda benlik algısının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Selçuk University Journal Of Physical Education and Sport Science*, 13, 48-53.
- Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Simons, J. P., Schmidt, G. W., & Keeler, B. (1993). An introduction to the sport commitment model. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 15(1), 1-15. <https://doi.org/10.1123/jsep.15.1.1>
- Sivrikaya, M. H. ve Biricik, Y. S. (2019, 11-14 Nisan). Milli takım düzeyindeki elit kayakçıların sporcu bağlılık düzeylerinin incelenmesi [Bildiri sunumu]. 2. Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi, Muğla, Türkiye.
- Siyahaş, A., Tükenmez, A., Avcı, S., Yalçınkaya, B. ve Çavuşoğlu, S. B. (2020). Bireysel ve takım sporu yapan sporcuların spor bağlılık düzeylerinin incelenmesi. *International Social Mentality and Researcher Thinkers Journal*, 6(34), 1310-1317. <http://dx.doi.org/10.31576/smryj.581>
- Somoğlu, M. B. (2021). *Sporcu öğrencilerin antrenör-sporcu ilişkileri, okul deneyimleri ve sportif yaşam doyumları* [Doktora Tezi, Trabzon Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Somoğlu, M. B. & Cihan, H. (2022). Sportive life satisfaction scale: Adaptation study to Turkish culture. *Mediterranean Journal of Sport Science*, 5(Special Issue 1), 531-547. <https://doi.org/10.38021/asbid.1194098>
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Allyn and Bacon.
- Toros, T. (2002). Elit ve elit olmayan erkek basketbolcularda hedef yönelimi, güdüsel iklim ve yaşam doyumunu. *Spor Bilimleri Dergisi*, 13(3), 24-36.
- Toy, A. B., Toros, T., Gündoğan, U., Öğraş, E. B. ve Çetin, M. Ç. (2020). İşitme engelli güçsüzciler ile işitme engelli sedanter bireylerde bazı değişkenler açısından benlik saygısı ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sportive*, 3(2), 48-61.
- Turan, S. (2020). *Okul sporlarına katılan ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimine yatkınlıkları ve beden eğitimi dersindeki sportmenlik davranışlarının incelenmesi* [Doktora tezi, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Tutar, H. (2016). *Örgütsel davranış (örgüt teorileri ve çağdaş yaklaşımlar açısından)*. Detay Yayıncılık.
- Türker, Ü. (2023). Rekreasyonel egzersize güdülenmenin yaşam doyumunu üzerindeki rolü: Yükseköğretim öğrencileri örneği. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(1), 288-298. <https://doi.org/10.37989/gumussagbil.1230191>
- Türker, Ü. ve Kul, M. (2020). Huzurevinde yaşayan yaşlılarda egzersiz ve fiziksel aktivitelerin yaşam doyum düzeylerine etkisi. Ö. Karataş (Ed.), *Spor bilimlerinde akademik çalışmalar-2* içinde (ss. 211-222). Gece Kitaplığı.
- Türker, Ü., Yılmaz, A. K., Bostancı, Ö. ve Şebini, K. (2021). COVID-19 pandemisinde spor bilimleri alanlarındaki yükseköğretim öğrencilerinin anksiyete düzeyleri ve egzersiz bağımlılığı. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(4), 1-20.
- Uluç, E. A. ve Akçakoyun, F. (2021). Bocce sporcularının hedef yönelimlerinin spora bağlılıkları üzerindeki rolü: Çanakkale ili örneği. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 424-437. <https://doi.org/10.38021/asbid.1034025>
- Uzgun, K., Pekel, H. A. ve Aydos, L. (2021). Rekreasyonel koşucuların spora bağlılık düzeylerinin incelenmesi. *Investigation Of The Sports Engagement Levels Of Recreational Runners*. 2(1) 62-82.
- Weiss, W. M., & Weiss, M. R. (2006). A longitudinal analysis of commitment among competitive female gymnasts. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(3), 309-323. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2005.08.010>
- Wilson, P. M., Rodgers, W. M., Carpenter, P. J., Hall, C., Hardy, J., & Fraser, S. N. (2004). The relationship between commitment and exercise behavior. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(4), 405-421. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(03\)00035-9](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(03)00035-9)
- Yamaner, F. ve Başkan, S. (2019). *11. uluslararası spor camiası sempozyumunu tam metinleri*. Elektronik Kitap.
- 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(4), 249-253. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2012.05.003>
- Yerlikaya, G. (2019). *Bisikletçilerin sporcu bağlılıklarının incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (9. baskı). Seçkin Yayıncılık.
- Yıldırım, Y. (2019). *Egzersiz yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite ile yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişki* [Yüksek lisans tezi, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Ziolkowski, A., Zubrzycki, I., Blachnio, A., Drobnik, P., Zaraska, 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. <https://doi.org/10.29359/BIHPA.08.4.12>



## ENGLISH VERSION

### 1. Introduction

One of the main goals of humanity since its birth has been to lead a happy and peaceful life under good conditions. Life satisfaction of individuals is affected by many negative and positive individual and environmental factors (Çevik et al., 2021). Life satisfaction is people's enjoyment of life and positive evaluation of all conditions in their own lives. In other words, it can be seen as the pleasure and happiness that people get from the life that they shape according to their own will (Aşan & Erenler, 2008). When we examine the necessary conditions for life satisfaction, one of the situations we encounter is happiness (Chubon, 1987). Happiness is an important concept that philosophers, thinkers, artists and scientists have emphasized for centuries, and it is expressed as a state of emotion and well-being that people should seek only within themselves (Myers & Diener, 1997). How to achieve and maintain happiness is an indispensable quest for those who expect happiness.

Life satisfaction is one of the research areas of positive psychology on human life. The concept of life satisfaction, which is especially expressed with happiness, is also stated with different definitions. The connection between the goals and situations achieved, which creates the living standards according to their wishes, changes according to the results of the combination of the living conditions and experiences with the experiences they have, expresses life satisfaction (Atik, 2020; Dündar, 1993). In other words, it is one of the most important components that show how satisfied individuals are with their lives and current life flows and that these life processes become meaningful (Yıldırım, 2019). A different way of happiness and pleasure in life is to do sports. This concept, which is included in the literature as sporting life satisfaction, is the situation of evaluating the sporting life positively, such as making the evaluation of the sporting life of the individual within the rules, how he perceives the sporting life, whether he meets his expectations, wishes, desires and needs from sport, whether he experiences feelings such as being happy and experiencing pleasure (Somoğlu, 2021). In order to get satisfaction from sports life, it is necessary to be willing to do sports and to spare a certain amount of time. In other

words, the individual must have a connection with the sport.

Commitment refers to the obligations that individuals must fulfill and that are shown to individuals, ideas or groups, which can take place in every field including social feelings and where the value of loyalty is shown (Balay, 2014). In commitment, it is seen that the emotional, behavioral and attitudinal roles that the individual develops against his/her work are important (Tutar, 2016). The term commitment represents being fit, performing at a high level, surviving even in difficult situations and being strong. The term commitment to sports refers to the voluntary, passionate and determined participation of individuals in physical activity in order to achieve happiness and sportive efficiency (Lonsdale et al., 2007). In studies on commitment to sports, it has been observed that pleasure, opportunities and social support in every aspect of sports affect athlete participation (Scanlan et al., 1993). In addition, social needs such as being valued by the society, having friends and environment, being successful and gaining prestige play an important role in participation in sports (Koç, 1994). Therefore, it is thought that directing individuals to sports can positively affect their life satisfaction.

Participating in sports activities allows individuals to get satisfaction from life and to become a competent individual in all areas of life (Somoğlu & Cihan, 2022). In addition, it is also important in terms of managing the stress caused by the negativities encountered in daily life, getting to know oneself, creating positive thoughts and feelings for the environment, and a healthy life (Turan, 2020). Evaluating the positive aspects of sports on people in terms of life satisfaction can be considered as a different source of motivation in directing people to sports and their commitment to sports. In a study conducted by Casey et al. (2016), individuals who regularly do sports have higher life standards, Türker and Kul (2020) in their study on elderly people in nursing homes, regular physical exercise and sportive activities increase life satisfaction and active aging awareness in elderly individuals, In the study conducted by Türker (2023) on university students, recreational exercise motivation predicts satisfaction with life with a rate of

**Sorumlu Yazar<sup>1</sup>:** Mustafa Barış Somoğlu, Dr. Öğr. Üyesi, Gümüşhane Üniversitesi, Türkiye, barissomoglu@gmail.com

**Yazar<sup>2</sup> :** Ömer Faruk Yazıcı, Doç. Dr., Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Türkiye, omerfaruk.yazici@gop.edu.tr

**Yazar<sup>3</sup> :** Serdar Taşkın, Öğretmen, Gazipaşa Ortaokulu, Türkiye, staskin129@gmail.com

34.1%, in the study conducted by Payne et al. (2006), taking part in sports activities adds positive satisfaction to life, Han and Polat (2022) on the athletes who are interested in winter sports, it is stated that commitment to sports contributes positively to the level of life satisfaction.

It is thought that it is important to know the effect of sports commitment status of students athletes who are interested in various sports branches at different levels and who do sports on their life satisfaction levels. Furthermore, the current study differs from other research in the literature due to the sample group examined and the various independent variables considered. In the light of this importance and information, this research aims to determine the effects of sportsman students' sports commitment on their level of satisfaction with sports life according to some variables and to determine the relationship between them. It is foreseen that the obtained results will contribute to the literature and will shed light on future studies. In addition, it is thought that the results will contribute to many sports trainers, trainers, sports managers and recreational leaders.

## 2. Method

### 2.1.Design

This study was conducted using a cross-sectional survey method within the framework of a quantitative approach (Karasar, 2012). Cross-sectional surveys are studies that typically involve larger samples compared to other research types and focus on determining participants' opinions or characteristics such as interests, skills, abilities, and attitudes regarding a specific topic or event. Additionally, in this method, data are collected at a single point in time (Büyüköztürk et al., 2012). The key aspect of this method is to describe and observe the phenomenon, individual, or object under investigation in its own context without attempting to alter the current state (Karasar, 2012).

### 2.2.Sample

The study group selected using the convenience sampling method during the 2022-2023 academic year consists of a total of 358 participants (265, or 74%, male and 93, or 26%, female) who are licensed athletes pursuing education at the high school and university levels and actively participating in sports in Gümüşhane Province. If the region in question is not a specific area, it refers to sampling conducted on easily accessible and available voluntary individuals within the immediate environment (Erkuş, 2009). With the convenience sampling method, the participants were provided with easy accessibility and an attitude in terms of money and time (Yıldırım & Şimşek, 2013).

190 (53.1%) aged 14-17, 77 (21.5%) aged 18-21, 43 (12%) aged 22-25 and 48 (13.4%) aged 26 and over participated in the study. 111 (31%) of the sample do individual sports and 247 (69%) of them do team sports. According to the participants' years of participation, 104 individuals (29.1%)

have played sports for one to three years, 110 individuals (30.7%) have played for four to six years, 80 individuals (22.3%) have played for seven to nine years, and 64 individuals (17.9%) have played for ten or more years. When the weekly training situations are examined, there are 45 people (12.6%) who do it once a week, 95 people (26.5%) who do it twice a week, and 218 people (60.9%) who train 3 times a week or more. 75 (20.9%) of the participants train for 1 hour a day, 196 (54.7%) train for 2 hours a day and 87 (24.3%) train for 3 hours or more per day. Of the participants, 45.5% (163) were low-income, 43% (154) medium-income, and 11.5% (41) high-income.

### 2.3.Procedure

The data collection process was conducted via Google Forms, a digital platform that facilitates convenient access for participants and expedites the completion of the process. This approach permitted the participants to respond to the survey questions in a convenient online setting. Furthermore, this platform facilitated the recruitment of a diverse sample and streamlined the data collection process. To ensure the integrity of the data, incomplete or incorrectly filled-out forms were excluded from the analysis. The remaining valid and acceptable forms were then transferred to a statistical package for evaluation.

#### 2.3.1.Ethical disclosure

In this study, all the rules specified to be followed within the scope of "Higher Education Institutions Scientific Research and Publication Ethics Directive" were complied with. None of the actions specified under the heading "Actions Contrary to Scientific Research and Publication Ethics", which is the second part of the directive, have been taken. This study was conducted with the permission granted by the decision of the Gümüşhane University Scientific Research and Publication Ethics Committee, dated 05/03/2023, numbered 2023/2, and document issue number E-95674917-108.99-169163.

### 2.4.Measures

#### 2.4.1.Sport Engagement Scale (SES)

The scale developed by Guillén and Martínez-Alvarado (2014) was adapted into Turkish by Kayhan et al. (2020). It consists of a total of 10 items and two sub-dimensions (Vigor/Focus). Getting a high score from the sum of the items of the scale designed in the 7-point Likert Model indicates that the commitment to sports is high.

#### 2.4.2.Sportive Life Satisfaction Scale (SLSS)

It was adapted from the life satisfaction scale by Mangan (2018) and adapted into Turkish by Somoğlu (2021). The scale is in a 5-item and 7-point Likert model, and the high scores obtained from the scale indicate that the participants have high sport-specific life satisfaction (Somoğlu & Cihan, 2022).

**2.5. Data Analysis**

The data collected via Google Forms were subjected to analysis using the SPSS (25.0) package program. First, the skewness and kurtosis values of the data were examined to ascertain whether they met the normality assumption within the range of +1.5 and -1.5. It was determined that the data were normally distributed (Büyüköztürk, 2010; Tabachnick & Fidell, 2013). In this context, descriptive statistics (frequency, arithmetic mean, standard deviation), independent sample t-tests for pairwise comparisons of independent groups, and one-way analysis of variance (ANOVA) for comparisons involving more than two groups were employed as statistical methods. Additionally, correlation and regression tests were utilized to examine the relationships between the scales.

**3. Results**

In this section, the participants' descriptive statistics, gender, year of doing sports, sports branch, weekly training frequency, correlation and regression analysis results are included.

Table 1 shows the descriptive statistics results for the scores obtained from the Sports Engagement Scale (SES) and the Sportive Life Satisfaction Scale (SLSS).

**Table 1.**

*Descriptive statistics on SES and SLSS scores*

Scale	Mean	SD	Skewness	Kurtosis	Min.	Max.
SES	6.1	0.98	-1.23	1.45	1	7
SLSS	5.3	1.08	-1.14	1.07	1	7

*Note.* n = 358; SES: Sport Engagement Scale, SLSS: Sportive Life Satisfaction Scale

Accordingly, it was determined that the participants' commitment to sports was at a high level with an average of 6.1±0.98 points, and their sporting life satisfaction was close to high with an average of 5.3±1.08 points.

**Table 2.**

*T-test results of SES and SLSS scores by gender*

Scale	Gender	n	Mean	SD	df	t	p
SES	Female	93	6.06	0.97	356	-.39	.69
	Male	265	6.11	0.98			
SLSS	Female	93	5.53	1.05	356	2.22	.03*
	Male	265	5.22	1.33			

*Note.* SES: Sport Engagement Scale, SLSS: Sportive Life Satisfaction Scale; \*p < .05

According to the gender variable of the participants, while the mean SES scores of the participants did not change depending on gender [t(356) = -.39, p = .69], the mean SLSS scores did not change depending on gender [t(356) = 2.22, p = .03]. According to the test results, the SLSS scores of the female participants (5.53±1.05) were significantly higher than the male participants (5.22±1.33) (Table 2).

Significant differences were found between the groups in the SES of the athletes depending on the year of doing sports [F(3, 354) = 3.74, p = .01]. According to the results of the multiple comparison test, it is seen that those who do sports for 7-9 years and 10 years or more show higher commitment to sports than those who do sports for 1-3 years (Table 3).

**Table 4.**

*T-test results of SES and SLSS scores by sport branch*

Scale	Sports Branch	n	Mean	SD	df	t	p
SES	Individual	111	5.92	0.99	356	-2.23	.03*
	Team	247	6.17	0.97			
SLSS	Individual	111	5.19	1.28	356	-1.09	.27
	Team	247	5.35	1.26			

*Note.* SES: Sport Engagement Scale, SLSS: Sportive Life Satisfaction Scale; \*p < .05

Table 4 shows that there is a significant difference between the participants' mean SES scores according to the sport branch variable [t(356) = -2.23, p = .03]. According to the test results, the SES scores of the participants who do team sports (6.17±0.97) are significantly higher than the participants who do individual sports (5.92±0.99).

It shows that there is a significant difference between the mean scores of SES [F(2, 355) = 4.15, p = .02] and SLSS [F(2, 355) = 6.31, p < .001] according to the variable of weekly training frequency of the athlete students. According to the results of the multiple comparison test, the SES scores of the athletes who train for 3 or more days a week are as follows; It has been determined that the SLSS scores of the athletes who train for 2 and 3 days a week are higher than those who train for 1 day (Table 5).

**Table 6.**

*SES and SLSS correlation results*

	SES		
	n	r	p
SLSS	358	.66	.00**

*Note.* SES: Sport Engagement Scale, SLSS: Sportive Life Satisfaction Scale; p < .001

According to the correlation test performed to reveal the relationship between SES and SLSS, it is seen that there is a moderate, significant and positive relationship between SES and SLSS, r = .66, p < .001. In other words, two variables increase or decrease in the same direction depending on each other (Table 6).

**Table 3.**

ANOVA results of SES and SLSS scores by year of doing sports

Scale	Sports Year	n	Mean	SD	df	F	p	Difference
SES	1-3	104	5.85	0.92	3-354	3.74	.01*	-
	4-6	110	6.09	0.98				-
	7-9	80	6.24	0.96				7-9>1-3
	10+	64	6.30	0.91				10+>1-3
SLSS	1-3	104	5.08	1.22	3-354	1.75	.15	-
	4-6	110	5.41	1.24				-
	7-9	80	5.46	1.10				-
	10+	64	5.26	1.23				-

Note. SES: Sport Engagement Scale, SLSS: Sportive Life Satisfaction Scale; \* $p < .05$

**Table 5.**

ANOVA results of SES and SLSS scores according to weekly training frequency

Scale	Weekly Training	n	Mean	SD	df	F	p	Difference
SES	1 Day	45	5.77	1.23	2-355	4.15	.02*	-
	2 Days	95	6.01	1.25				-
	3+	218	6.20	1.32				3+>1 day
SLSS	1 Day	45	4.84	1.22	2-355	6.31	.00**	-
	2 Days	95	5.11	1.25				2 days>1 day
	3+	218	5.48	1.27				3+>1 day

Note. SES: Sport Engagement Scale, SLSS: Sportive Life Satisfaction Scale; \* $p < .05$ , \*\* $p < .001$

**Table 7.**

SES and SLSS regression results

	B	SE	$\beta$	t	p
Constant	3.414	.169	-	20.241	.00**
SES	.506	.031	.655	16.370	.00**

Note. SES: Sport Engagement Scale, SLSS: Sportive Life Satisfaction Scale; SE: Standard Error; \*\* $p < .001$ ;  $R = .655$ ,  $R^2 = .43$ ;  $F_{(1, 356)} = 267.984$

As a result of the regression analysis applied between SES and SBS, it was determined that the sports commitment of the athletes was a significant predictor of the satisfaction with sports life and it explained 43% of the total variance on the perceptions of sports commitment and satisfaction with sports life (Table 7). The regression equation (mathematical model) for predicting Sporting Life Satisfaction is stated that sporting life satisfaction =  $3.414 + .506 \times \text{commitment to sport}$ .

#### 4. Discussion

This research was conducted in order to examine the sportsmanship students' commitment to sports and their satisfaction with sports life according to some variables and to reveal the relationship between them. In this section, the findings obtained are evaluated respectively, compared with other studies in the literature and discussed.

Along with the positive effects (physical, spiritual and mental vitality) that sports activities add to people's lives, they contribute to the development of self-confidence,

decrease the tensions they experience, their psychological health, and make them lively and fit (Payne et al., 2006; Toros, 2002). In the current study on this literature information, it is seen that the SES and SLSS arithmetic mean and standard deviation values of the athlete students are higher than the average. This shows that sportsman students have high commitment to sports and sports-specific life satisfaction. When different studies are examined, it is seen that sports contribute positively to the life satisfaction of individuals (Dokuzoğlu et al., 2022; Kalkavan et al., 2021; Kara et al., 2020; Toy et al., 2020). Comparisons of the literature are similar, with higher than average results in SLSS scores (Somoğlu, 2021). Again, in many studies in the literature (Baştuğ & Duman, 2010; Mockevičienė & Savenkovienė, 2012; Nemcek, 2016; Özkara et al., 2015; Yazıcıoğlu et al., 2012; Ziolkowski et al., 2016) the life satisfaction of active participation in sports and physical activities. indicated to increase.

There are demographic factors such as education level, religious preference, marital status, work life, gender, age and similar factors that affect satisfaction with life (Karataş-Çamur, 1988). When examined in terms of the gender variable included in this study, it was found that female participants' SLSS scores were higher than male participants. In the study conducted by Somoğlu (2021), it was shown that there is a significant difference in favor of female athletes according to the gender variable in the sports life satisfaction levels of athlete students. The current research result is in favor of women; It can be said that positive sporting life satisfaction is high due to reasons

such as the Turkish society structure and the fact that female athletes who have had this opportunity are more satisfied with sports, making a difference in their lives and increasing their psychological well-being. There was no significant difference in commitment to sports by gender. Although there are similar results with the results of the research when the SES scores are compared with the literature (Ekizoğlu, 2023; Fawver et al., 2020; Gülen et al., 2021; Yamaner & Baskın, 2019; Yerlikaya, 2019), there are studies in the literature that show that commitment to sports differs according to gender. They stated that the athletes' commitment to sports is higher (Aykora & Dinçer, 2022; Kayhan et al., 2020; Kelecek & Göktürk, 2017; Sivrikaya & Biricik, 2019; Uzgur et al., 2021). As can be seen, there is no consensus yet in the literature regarding the life satisfaction of male and female athletes and their commitment to sports. Therefore, considering this factor, it is clear that there is a need for more comprehensive studies that include different research methods. The determining role of the gender factor will be understood more clearly by investigating the expectations of female and male athletes from sports in detail. So much so that the emergence of different results in different studies suggests that the expectations of male and female athletes from sports may be different. In addition, the fact that these differences occur in studies conducted specifically on sports shows that satisfaction with sports life and commitment to sports can also vary according to sports branches.

In terms of the variable of years of doing sports, the results of the analysis showed that the sports commitment of the athletes who did sports for 7-9 and 10 years or more was higher than those who did sports for 1-3 years. When the arithmetic averages are examined, as the sports year increases, their commitment to sports also increases. No significant difference was found when looking at sport-specific life satisfaction. However, when the arithmetic averages are examined, it is seen that the more years of doing sports, the more sport-specific life satisfaction increases. As stated in the study, which is in parallel with the result of the study, it also positively affects the degree of commitment to sports of the athletes who spend most of their time on sports activities for a specific purpose, increasing their participation in sports (Can & Kızılet, 2021). In a different study, it was stated that as the age of being an athlete increases, the commitment progresses (Bavlı et al., 2011). In the study of Kalkavan et al. (2021), it was stated that exercise dependence increased due to the year of sports. Similar results were obtained in studies with cyclists (Yerlikaya, 2019), skiers (Fawver et al., 2020), runners (Uzgur et al., 2021) and bocce athletes (Uluç & Akçakoyun, 2021). they have stated. It can be said that strong desires such as competing in competitions, proving oneself, environmental motivation and social interaction increase sports commitment (Weiss & Weiss, 2006; Wilson et al., 2004). When the literature is examined, the general judgment is that athletes who are devoted to sports, see sports as a profession, and fight for their nation, homeland

and flag, have a high commitment to sports (Cox, 2012; Kalkavan et al., 2021; Kayhan et al., 2021). In parallel with the result of commitment to sport, it was concluded that sport-specific life satisfaction increased depending on the year of sport. It is also found in the literature that athletes with long-term sports experiences have high satisfaction with sports life (Pense et al., 2011; Somoğlu, 2021).

According to the sports branch (team/individual), the SES scores of the participants differ significantly in favor of those who do team sports. Considering the SLSS scores, no differentiation was found according to the sports branch. Contrary to the research findings, Aykora and Dinçer (2022) found a difference in favor of those who do individual sports and stated that student athletes who do individual sports can focus more on performance and sportive success, while those who are interested in team sports change their performance indicators and sports perspectives in terms of group dynamics. Again, there are studies in the literature that do not show parallelism with the current research, indicating that athletes who are interested in individual sports have higher commitment to sports (Siyahtaş et al., 2020). In a study conducted by Türker et al. (2021) during the ongoing COVID-19 epidemic, it was reported that exercise addiction is higher in team athletes. In the current study, the findings suggest that the reasons such as the high average of the participants who are interested in team sports, team unity, interaction, team spirit and belief, sharing winning and losing together are effective in their commitment to sports.

When evaluated in terms of the weekly training frequency variable, when the scores of the participants in SBI are examined, the commitment of those who participate in weekly training for 2 and 3 days is higher than those who participate in 1 day. When the SLSS scores were examined, it was found that the sports-specific life satisfaction of those who did sports for 3 days or more were higher than those who did sports for 1 day. There is a limited number of studies in the literature addressing this finding. In the study of Uzgur et al. (2021), it is stated that as the weekly running distance of recreational runners increases, their commitment to sports also increases. In studies examining sport-specific life satisfaction (Somoğlu, 2021), it was stated that with the increase in weekly training programs, sporting life satisfaction increased. Making sports a general philosophy of life requires planning and continuity. In order to achieve sporting life satisfaction, it is necessary to participate and benefit from sport as much as possible. Moreover, it is thought that enjoying and being satisfied with a job for a long time is directly proportional to the time it takes to deal with that job.

It was observed that the relationship between SES and SLSS was positive and moderate. Depending on this finding, it can be said that as the commitment to sport increases, the level of sporting life increases positively in direct proportion. When the results of the regression analysis were examined, it was revealed that 43% of the satisfaction

with sports life was explained by the commitment to sports. In the study of Ekizoğlu (2023), a positive and significant relationship was found between sports commitment and life satisfaction of open water swimmers, and it was concluded that sports commitment explains life satisfaction by 47%. Han and Polat (2022) investigated the effect of sports commitment of national athletes engaged in winter sports on life satisfaction. Likewise, a positive and significant relationship was found between sports commitment and life satisfaction. In addition, it was concluded that the commitment of national athletes who do winter sports to sports explains their life satisfaction by 15%.

As a result, it has been determined that the sportsman students have a high level of commitment to sports and sports life satisfaction. When a general description is made of the research findings; It has been determined that female athlete students have higher satisfaction with sports life, and as the number of years of doing sports and the frequency of weekly training increase, the participants' commitment to sports and life satisfaction increase. It has been observed that team athletes are also more committed to sports. In addition, it has been observed that there is a moderately significant positive relationship between sports commitment and sports life satisfaction. Another important result is that commitment to sports has an important role in predicting sporting life satisfaction. As a result, it can be said that as sports commitment increases, sports life satisfaction increases, and sports life satisfaction decreases as sports commitment decreases.

Based on the current research results, it can be suggested that this parameter be re-examined from different perspectives, especially since there is no general consensus in the literature on gender. In addition, it is recommended that the factors reported to have an effect on satisfaction with sporting life within the framework of general life satisfaction should be included and tested in future studies. On the other hand, this research is limited to Gümüşhane province. Taking different cities or regions as a basis for future research and reconsidering this issue may bring a different perspective to the subject. The lack of a comparison between high school and university groups in the current study can be considered a limitation. Therefore, it is recommended to conduct comparative studies for high school and university level groups. Finally, in this study, individual and team sports were handled as a type of sport. In future research, it will be appropriate to carry out researches specific to branches (e.g. Volleyball, Basketball, Skiing, Court Tennis etc.) in terms of revealing and evaluating the differences. It is foreseen that it will bring an originality to the literature.

**Author Contributions** : Introduction: First author, Second author. Method: Third author. Results: Second author. Discussion: First author, Third author.

**Funding** : In this study, no financial support was received.

**Conflict of Interest** : There is no conflict of interest in this study.

**Data Availability** : Only the researcher(s) have access to the research data. However, the editorial board will be able to access the data upon request from the corresponding author.

## References

- Aşan, Ö., & Erenler, E. (2008). İş tatmini ve yaşam tatmini ilişkisi. *Suleyman Demirel University Journal of Faculty of Economics & Administrative Sciences*, 13(2), 203-216.
- Atik, G. (2020). *Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Kırıkkale İli Örneği)* [Yüksek lisans tezi, Kırıkkale Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Aykora, A. F., & Dinçer, U. (2022). Spor bilimlerinde öğrenim gören lisans öğrencilerinin spora bağlılık düzeyleri ve akademik başarılarının incelenmesi. *Uluslararası Dağcılık ve Tırmanış Dergisi*, 5(1), 1-8. <https://doi.org/10.36415/dagcilik.1132538>
- Balay, R. (2014). *Yönetici ve öğretmenlerde örgütsel bağlılık*. Pegem Akademi.
- Baştuğ, G., & Duman, S. (2010). Examining life satisfaction level depending on physical activity in Turkish and German societies. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 4892-4895. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.790>
- Bavlı, Ö., Kozanoğlu, M. E., & Doğanay, A. (2011). Düzenli egzersize katılımın egzersiz bağımlılığı üzerine etkisi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), 150-153.
- Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Pegem Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi.
- Can, E., & Kızılet, A. (2021). Düzenli olarak antrenman yapan bireylerin spor salonlarına yönelik hizmet kalitesi algılarının spora bağlılığa etkisi. *Spor Eğitim Dergisi*, 5(3), 87-97.
- Casey, M., Harvey, J., Telford, A., Eime, R., Mooney A., & Payne, W. (2016). Patterns of time use among regional and rural adolescent girls: Associations with correlates of physical activity and health-related quality of life. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 9(11), 931-935. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2016.02.004>
- Chubon, R. A. (1987). Development of a quality-of-life rating scale for use in health-care evaluation. *Evaluation and the Health Professions*, 10, 186-200. <https://doi.org/10.1177/016327878701000203>
- Cox, R. H. (2012). *Sport psychology: Concepts and applications* (7th ed.). McGraw-Hill.
- Çevik, A., Özmaden, M., Tezcan, E., & Dokuzoğlu, G. (2021). Öğretmenlerin serbest zaman ilgilenimlerinin yaşam doyumları üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 10(4), 784-790. <https://doi.org/10.37989/gumussagbil.1003895>
- Dokuzoğlu, G., Çevik, A., Özmaden, M., Yıldız, Y., & Tezcan, E. (2022). Gençlere Yönelik Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği (GYEB): Bir ölçek uyarlama çalışması. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(2), 644-653. <https://doi.org/10.37989/gumussagbil.1096398>
- Dündar, S. (1993). Fakülte bilimsel atölyesinden: Teorik çerçeve duyulan tatmin kavramı. *Yönetim Dergisi*, 4(15), 49-55.
- Ekizoğlu, Ö. (2023). Açık su yüzme sporcularının spora bağlılıklarının yaşam doyumuna etkisi. *Spor Eğitim Dergisi*, 7(1), 68-76. <https://doi.org/10.55238/seder.1260479>
- Erkuş, A. (2009). *Davranış bilimleri için bilimsel araştırma süreci*. Seçkin Yayıncılık.
- Fawver, B., Cowan, R. I., Decouto, B. S., Lohse, K. R., Podlog, L., & Williams, A. M. (2020). Psychological characteristics, sport engagement, and performance in alpine skiers. *Psychology of Sport and Exercise*, 47, 101616. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101616>
- Guillén, F., & Martínez-Alvarado, J. R. (2014). The Sport Engagement Scale: An adaptation of the Utrecht Work Engagement Scale (UWES) for the sports environment. *Universitas Psychologica*, 13(3), 15-24. <https://doi.org/10.1037/t46138-000>
- Gülen, Ö., Madak, E., Kumartaşı, M., & Sönmez, H. O. (2021). Taekwondo sporcularının spora bağlılık düzeylerinin milli sporculuk durumları ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 10(3), 1-17.
- Han, T., & Polat, E. (2022). Kış sporları ile ilgilenen sporcuların spora bağlılık ve yaşam doyumları arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 20(3), 80-91. <https://doi.org/10.33689/sportmetre.1079970>
- Kalkavan, A., Terzi, E., & Kayhan, R. F. (2021). Türkiye olimpik hazırlık merkezlerinde çalışma yapan sporcuların egzersiz bağımlılığı düzeylerinin araştırılması. *Spor Eğitim Dergisi*, 5(2), 25-35.
- Kara, E., Beyazoğlu Bacı, G., & Tatar, S. T. (2020). Fiziksel engelli sedanter bireyler ile aktif spor yapan fiziksel engelli bireylerin yaşam doyum düzeylerinin karşılaştırılması. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 154-165. <https://doi.org/10.31680/gaunjss.643966>
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Nobel Yayıncılık.
- Karataş-Çamur, S. (1988). *Yaşlılarda yaşam doyumunu etkileyen etmenler* [Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Kayhan, R. F., Bardakçı, S., & Caz, Ç. (2020). Spora bağlılık ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlama çalışması. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 9(3), 2905-2922. <https://doi.org/10.15869/itobiad.676854>
- Kayhan, R. F., Kalkavan, A., & Terzi, E. (2021). Fitness salonlarında spor yapan bireylerin egzersiz bağımlılığı düzeyleri ve ilişkili değişkenler. *Bağımlılık Dergisi*, 22(3), 248-256. <https://doi.org/10.51982/bagimli.893414>
- Kelecek, S., & Göktürk, E. (2017). Kadın futbolcularda sporcu bağımlılığının sporcu tükenmişliğini belirlemedeki rolü. *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi BÜSBİD*, 2(2), 162-173.
- Koç, Ş. (1994). *Spor psikolojisine giriş*. Saray Medikal Yayıncılık.
- Lonsdale, C., Hodge, K., & Jackson, S. A. (2007). Athlete engagement: II. Development and initial validation of the Athlete Engagement Questionnaire. *International Journal of Sport Psychology*, 38(4), 471-492.
- Mangan, C. (2018). *Interpersonal communication in college athletics* [Master dissertation, Western Illinois University].



- Mockevičienė, D., & Savenkoviėnė, A. (2012). Aspects of life quality of persons with physical disabilities. *Social Welfare Interdisciplinary Approach*, 2(2), 84-93. <https://doi.org/10.15388/SW.2012.28203>
- Myers, D. G., & Diener, E. (1997). The science of happiness. *The Futurist*, 31, 27-33.
- 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. <http://efsupit.ro/images/stories/3%20September2016/art%20173.pdf>
- Özkar, A. B., Kalkavan, A., & Çavdar, S. (2015). Spor bilimleri alanında eğitim alan üniversite öğrencilerinin yaşam doyum düzeylerinin araştırılması. *International Journal of Science Culture and Sport*, 3(11), 336-346. <https://doi.org/10.14486/IJSCS293>
- Payne, L. L., Mowen, A. J., & Montoro-Rodriguez, J. (2006). The role of leisure style in maintaining the health of older adults with arthritis. *Journal of Leisure Research*, 38(1), 20-45. <https://doi.org/10.1080/00222216.2006.11950067>
- Pense, M., Demir, H., & Yaman-Lesinger, F. (2011). Engelli sporcularda benlik algısının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Selçuk University Journal Of Physical Education and Sport Science*, 13, 48-53.
- Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Simons, J. P., Schmidt, G. W., & Keeler, B. (1993). An introduction to the sport commitment model. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(1), 1-15. <https://doi.org/10.1123/jsep.15.1.1>
- Sivrikaya, M. H., & Biricik, Y. S. (2019, 11-14 Nisan). Milli takım düzeyindeki elit kayakçıların sporcu bağlılık düzeylerinin incelenmesi [Bildiri sunumu]. 2. Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi, Muğla, Türkiye.
- Siyahaş, A., Tükenmez, A., Avcı, S., Yalçınkaya, B., & Çavuşoğlu, S. B. (2020). Bireysel ve takım sporu yapan sporcuların spor bağlılık düzeylerinin incelenmesi. *International Social Mentality and Researcher Thinkers Journal*, 6(34), 1310-1317. <http://dx.doi.org/10.31576/smryj.581>
- Somoğlu, M. B. (2021). *Sporcu öğrencilerin antrenör-sporcu ilişkileri, okul deneyimleri ve sportif yaşam doyumları* [Doktora Tezi, Trabzon Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Somoğlu, M. B., & Cihan, H. (2022). Sportive life satisfaction scale: Adaptation study to Turkish culture. *Mediterranean Journal of Sport Science*, 5(Special Issue 1), 531-547. <https://doi.org/10.38021/asbid.1194098>
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Allyn and Bacon.
- Toros, T. (2002). Elit ve elit olmayan erkek basketbolcularda hedef yönelimi, güdüsel iklim ve yaşam doyumunu. *Spor Bilimleri Dergisi*, 13(3), 24-36.
- Toy, A. B., Toros, T., Gündoğan, U., Öğraş, E. B., & Çetin, M. Ç. (2020). İşitme engelli güçsüzler ile işitme engelli sedanter bireylerde bazı değişkenler açısından benlik saygısı ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sportive*, 3(2), 48-61.
- Turan, S. (2020). *Okul sporlarına katılan ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimine yakınlıkları ve beden eğitimi dersindeki sportmenlik davranışlarının incelenmesi* [Doktora tezi, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Tutar, H. (2016). *Örgütsel davranış (örgüt teorileri ve çağdaş yaklaşımlar açısından)*. Detay Yayıncılık.
- Türker, Ü. (2023). Rekreasyonel egzersize güdülenmenin yaşam doyumunu üzerindeki rolü: Yükseköğretim öğrencileri örneği. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(1), 288-298. <https://doi.org/10.37989/gumussagbil.1230191>
- Türker, Ü., & Kul, M. (2020). Huzurevinde yaşayan yaşlılarda egzersiz ve fiziksel aktivitelerin yaşam doyum düzeylerine etkisi. Ö. Karataş (Ed.), *Spor bilimlerinde akademik çalışmalar-2* içinde (ss. 211-222). Gece Kitaplığı.
- Türker, Ü., Yılmaz, A. K., Bostancı, Ö., & Şebini, K. (2021). COVID-19 pandemisinde spor bilimleri alanlarındaki yükseköğretim öğrencilerinin anksiyete düzeyleri ve egzersiz bağımlılığı. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(4), 1-20.
- Uluç, E. A., & Akçakoyun, F. (2021). Bocce sporcularının hedef yönelimlerinin spora bağlılıkları üzerindeki rolü: Çanakkale ili örneği. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 424-437. <https://doi.org/10.38021/asbid.1034025>
- Uzgun, K., Pekel, H. A., & Aydos, L. (2021). Rekreasyonel koşucuların spora bağlılık düzeylerinin incelenmesi. *Investigation Of The Sports Engagement Levels Of Recreational Runners*, 2(1) 62-82.
- Weiss, W. M., & Weiss, M. R. (2006). A longitudinal analysis of commitment among competitive female gymnasts. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(3), 309-323. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2005.08.010>
- Wilson, P. M., Rodgers, W. M., Carpenter, P. J., Hall, C., Hardy, J., & Fraser, S. N. (2004). The relationship between commitment and exercise behavior. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(4), 405-421. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(03\)00035-9](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(03)00035-9)
- Yamaner, F., & Başkan, S. (2019). *11. uluslararası spor camiası sempozyumunu tam metinleri*. Elektronik Kitap.
- 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(4), 249-253. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2012.05.003>
- Yerlikaya, G. (2019). *Bisikletçilerin sporcu bağlılıklarının incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (9. baskı). Seçkin Yayıncılık.
- Yıldırım, Y. (2019). *Egzersiz yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite ile yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişki* [Yüksek lisans tezi, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Ziolkowski, A., Zubrzycki, I., Blachnio, A., Drobnik, P., Zaraska, 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. <https://doi.org/10.29359/BIHPA.08.4.12>