



Hayatın Anlam ve Amacı: Spor Yöneticiliği Bölümü Öğrencileri ile İlişkilendirilmesi

Çisem ÜNLÜ¹, Gamze AKYOL², Alpay BÜLBÜL³

Özet

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 16.01.2021

Kabul Tarihi: 05.03.2021

Online Yayın Tarihi:

05.03.2021

Çalışma spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin hayata dair anlam ve amaçlarını çeşitli demografik değişkenler açısından incelemek amacıyla yapılmıştır. Veri toplama aracı iki bölümden meydana gelmektedir. İlk bölümde araştırmacılar tarafından hazırlanan demografik bilgileri toplamaya yönelik içinde bir tane açık uçlu sorunun yer aldığı bir form ile bilgi toplanılmıştır. İkinci bölümde ise Aydın ve ark. (2015) tarafından geliştirilen "Hayatın Anlam ve Amacı" ölçeği kullanılmıştır. Araştırmaya 2020-2021 eğitim öğretim yılında Hitit Üniversitesi Spor Yöneticiliği bölümünde okuyan tesadüfi olarak seçilen 182 gönüllü öğrenci katılmıştır. Yapılan normal dağılım analizleri neticesinde hayatın anlamsızlığı alt boyutu normal dağılım gösterirken, toplam ölçek ve hayatın anlamı alt boyutunun normal dağılmadığı görülmüştür. Verilerin analizinde parametrik testlerden t ve ANOVA; nonparametrik testlerden Mann-Whitney-U ve Kruskal-Wallis testleri kullanılmıştır. Hayattaki amaç ve bakış açılarına yönelik açık uçlu sorunun değerlendirilmesinde içerik analizi uygulanmıştır. Bu veriler ışığında araştırma sonuçlarına göre demografik özelliklerden cinsiyet, yaş, öğrenim ve ekonomik duruma göre gruplar arası anlamlı farklılık bulunamamıştır. Spor yapma değişkenine göre ise spor yapanların yapmayanlara göre hayatın anlam ve amacı alt boyutunda anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir ($p < 0,05$). İçerik analizi sonucuna göre ise spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin hayattan beklentilerinin yüksek olduğu ve hayata karşı olumlu bir bakış açısına sahip oldukları görülmüştür.

Anahtar Kelimeler

Spor Yönetimi, İkigai,

Hayat Amacı

The Meaning and Purpose of Life: Relating to the Students of Sports Management Department

Abstract

Article Info

Received: 16.01.2021

Accepted: 05.03.2021

Online Published:

05.03.2021

The study was conducted to examine the meaning and purpose of sports management students' life in terms of various demographic variables. The data collection tool consists of two parts. In the first part, information was collected with a form including one open-ended question to collect demographic information prepared by the researchers. In the second part, the "Meaning and Purpose of Life" scale, which is developed by Aydın, Kaya and Peker (2015), consists of two sub-dimensions: "meaning and purpose of life" and "meaninglessness of life and lack of purpose". 182 volunteer students randomly selected from Hitit University Sports Management Department participated in the study in the 2020-2021 academic year. As a result of the normal distribution analysis, it was observed that the meaninglessness of life sub-dimension showed normal distribution, while the total scale and meaning of life sub-dimension were not normally distributed. Parametric tests t and ANOVA in data analysis; Mann-Whitney-U and Kruskal-Wallis tests were used among nonparametric tests. Content analysis was applied in the evaluation of the open-ended question regarding the goals and perspectives in life. In the light of these data, no significant difference was found between the groups according to demographic characteristics, gender, age, education and economic status. According to the variable of doing sports, it is seen that those who do sports are significantly higher in the meaning and purpose of life sub-dimension than those who do not ($p < 0.05$). According to the results of the content analysis, being positive towards life was mentioned as 62% the most.

Keywords

Sports Management, İkigai,

Purpose of Life

¹Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum, Türkiye (cisemunlu@hotmail.com)

²Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum, Türkiye (gamz.akyoll@gmail.com)

³Sinop Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sinop, Türkiye. (alpaybulbul60@hotmail.com)

Giriş

Yaşam içerisinde istendik bir şekilde ya da farkında olmadan, geleceğe dair bir amaç ve beklenti içerisinde olabiliriz. Doğumdan itibaren geçen sürecin belli bir aşamasında isteklerimizi ve hedeflerimizi algılayabildiğimiz yeterliğe ulaşırız. Bu aşama ve sonrasında şundan ve ileri dönük anlarımızdan neler istediğimizi, amacımıza dönük davranış geliştirmemiz gerektiğini ve amaca ulaşma anındaki mutluluğu düşünürüz. Genel olarak hayat amacı, hedefleri harekete geçiren, davranışları yöneten ve anlam duygusu sağlamaya yarayan kendi kendini organize eden bir yaşama amacı olarak tanımlanmaktadır (McKnight ve Kashdan, 2009). Hayat amacının incelenmesi, farklı teorisyenler tarafından çeşitli şekillerde formüle edilmiştir. Örneğin, Aristoteles zamanına dayanan popüler ayrımlardan ilki hedonistik (haz) ve eudaimonistik (ruhun iyi halde olması) zevk; ikincisi ise yaşam amacı duygusuna duyulan ihtiyaç gibi “manevi” ihtiyaçların karşılanmasından elde edilen manevi zevktir (Waterman, 1993). Benzer şekilde, Ryff ve Singer (1998) ise hayat amacını, tatmin olduklarında bireylere canlılık hissi veren ve yokluğunda gerginlik ve memnuniyetsizliğe yol açan “temel psikolojik ihtiyaç” olarak formüle etmişlerdir. Ryff (1989) hayattaki amacı, özerklik, çevresel ustalık, kişisel gelişim, başkalarıyla olumlu ilişkiler kurma ve kendini kabul etme ile psikolojik refahın belirli bir bileşeni olarak nitelendirmiştir (Cohen ve ark., 2016).

Hayatın amacına dair yapılan tanımlamalara bakılarak yaşam içerisinde bir amaca sahip olmak stres, depresyon, anksiyete ve diğer psikolojik sorunların üstesinden gelmeye yardımcı (Kim ve ark., 2014; Freedlve, 2019) olabilirken doyum ve mutluluğu artırabilir. Son yıllardaki araştırmalar, bireylerin hayat amacını geliştirmeyi hedefleyen müdahalelerin, özellikle erken yaşlarda, ergenlik döneminde veya okullarda müfredatın bir parçası olarak yapılırsa daha etkili olabileceğini göstermiştir (Morisano ve ark., 2010; Bundick, 2011; Schippers ve ark., 2015). Tüm bunların ışığında akıllara şu soru gelmektedir; insanlar hayatlarına dair anlam geliştirirken çevresindekilerden etkilenir mi veya bu etkilenme sonucu amaca ulaştığında istediği veya aradığı yaşam anlamına/doyumuna ulaşır mı? Çeşitli çalışmalar incelendiğinde insanlar kendi hedef, amaç ve anlam verme değerlerini formüle ettiklerinde daha başarılı bir yaşam süreci geçirecektir sonucuna ulaşılmaktadır. Yani insanlar kendi hedeflerini formüle etmediyse, temel değerleri ve tutkularıyla temaslarını kaybedebilirler (Seto ve Schlegel, 2018). Hatta başkasının hayatını yaşıyormuş gibi hissedebilirler. Birçok sebepten dolayı insanların hedeflerini kendi ellerine almaları ve hayatlarının önemli alanlarında kendi hedeflerini düşünmeleri ve formüle etmeleri önemlidir (Williams ve ark., 2000). Aslında, insanlar kendi hayatları üzerine düşündüklerinden daha fazla etkiye sahiptirler ve kendi hayatımıza olan etkimiz yaşam işçiliği (Wrzesniewski ve Dutton, 2001; Demerouti, 2014; Vogt ve ark., 2016; Wessels ve ark., 2019) terimini ortaya çıkarmaktadır. Yaşam işçiliği özetle “bilinçli yaşam hazırlama” sürecidir ve bireylerin hayatın anlam ve amacını sorguladığında tatmin ve doyuma ulaşmasına yardımcı olmaktadır (Berg ve ark., 2010; Schippers, 2017). Yaşam işçiliği resmi olarak şu şekilde tanımlanır: insanların bugünkü ve gelecekteki yaşamları üzerinde aktif olarak düşündükleri, yaşamın önemli alanları için (sosyal hayat, kariyer süreci ve boş zaman) hedefler belirledikleri ve gerekirse somut planlar yaptıkları ve değişim için eylemler gerçekleştirdikleri bir süreçtir (Schippers ve Ziegler, 2019). Yani hayata dair bilinçli bir amaca sahip olma sürecidir. Dolayısıyla, tüm bu sayılanlardan hareketle hayatta bir amaca sahip olmanın, insanların kendini düzenlemesini kolaylaştıracağını (Kang ve ark., 2019) ortaya koymaktadır. Hayatta bir amaca sahip

olmak hem zihinsel hem de fiziksel yararlar sağlayacağı gibi (Wilson ve diğerleri, 2019) iyileştirilmiş akademik performans üzerinde de oldukça etkilidir (Morisano ve ark., 2010; Schippers ve ark., 2015, 2019; Travers ve ark., 2015; Schippers, 2017; Locke ve Schippers, 2018).

Hayat içerisinde bir amaca ve anlamlandırma yetisine sahip olmanın fiziksel, zihinsel ve akademik başarı üzerindeki etkileri üzerinden bahsederken gözden kaçırılmaması gereken bir olguda öz yönetimdir. Öz yönetimi başarılı bir şekilde sürdüren bireyler hayattaki amaçlarını doğru belirleyebilir, değerlendirebilir ve muhtemel sonuçlarla yaşam süreci içerisinde motivasyon kaybı olmadan devam edebilmektedir. Aslında bu bireylerin amaçlar üzerinde analitik düşünme ve sorgulama yeteneğininde (Bülbül, 2020) geliştirilmesinde öz yönetim büyük öneme sahiptir. Tüm bu hayatın amacı, anlamı ve öz yönetim üzerine olan söylemleri insan hareketliliği veya sporla birleştirmek kaçınılmazdır. Sporun bireyleri amaca dönük planlı-programlı, sistemli ve stratejik düşünmeye sevk ettiği bilinmektedir. Yapılan araştırmalar sonucunda sporun, bireylerin davranışlarını olumlu olarak etkileyebilecek sosyal bir çevre oluşturmada önemli bir konu olduğu belirlenmiştir (Sarı ve Deryahanoğlu, 2019). Özellikle küçük yaştan itibaren spor içerisinde olan bireyler hedef belirlemede daha başarılıdır. Yine bireyler spor etkinlikleri sayesinde manevi yalnızlığın doğuracağı etkileri ve hayata dair olan amaçsızlık hissini engelleyebilirler (Ünlü, 1995; Küçük ve Koç, 2015).

Bir davranımı yapmak için bireyi en temelde etkileyen şey hayat amaçlarıdır (Adler, 2019; Başkaya, 2013). Yaşam sürecinde bireylerin manalı ve mahiyetli tecrübe kazanmaları kişisel amaç ve hayattan doyum elde etmelerine yardımcı olacak fiziksel, psikolojik/sosyolojik eylem ve hareketliliğe bağlıdır. Mesela düzenli olarak yürüme kararı alan bir insan kendini belirli bir süre sonra başlangıçta yürüdüğü mesafenin 10 katını yürümek üzerine hedefliyorsa, amacını gerçekleştirdiğinde mutluluk ya da doyuma ulaşacaktır. Bu örnekte hayattaki amaç ve anlamı bireyin fiziksel egzersizine indirgeyip, amaca ulaşmak için gerekli olan plan, öz yönetim, hedef ve doyum aktarılmak istenmiştir. Özetle, hayata amaç ve anlam çerçevesinde bakacak olduğumuzda sporu/aktiviteyi bu çerçevenin dışında düşünmemeliyiz. Hayata amaç ve anlam kazandırabilmek adına yazılan birçok kişisel gelişim ve motivasyon kitaplarındaki örnek yaşam kahramanlarının çoğunluğunun sporcular olması tesadüf değildir.

Buradan hareketle, bu çalışmada yönetim ruhu gelişmiş olan spor bilimleri fakültesi, spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin yaşamsal amaç ve anlamlandırma eğilimleri analiz edilerek, literatürdeki eksikliği giderilmek ve örnek teşkil olmak amaçlanmıştır.

Materyal ve Yöntem

Bu bölümde araştırma modeli, araştırmanın evren ve örnekleme, araştırma verilerinin toplanması ve analizi hakkında bilgi verilmiştir.

Araştırma Modeli

Bu araştırma, spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin yaşam amacı ve yaşamı anlamlandırma düzeylerinin farklı değişkenler üzerinden incelendiği, tarama modeli kullanılarak gerçekleştirilen betimsel bir çalışmadır. Tarama modeli, geçmişte ve şu anda var olan durumları araştırarak anlaşılır halde sunmaya

çalışan yaklaşımdır (Karasar, 2009). Araştırma nicel ve nitel olmak üzere karma araştırma yöntemi ile desenlenmiştir. Greene ve ark. (2005)'na göre karma yöntem, amaca bağlı olarak iki ya da daha fazla analiz modeli veya veri toplama yolunun aynı araştırmada kullanılmasıdır. Nicel yöntem aracılığıyla toplanan veriler birçok katılımcıya ulaşmayı sağlarken, gözlem, görüşme vb. gibi nitel yöntemler kullanılarak elde edilen veriler, araştırma konusunun daha derinlemesine incelenmesine imkan sağlar (Greene ve ark., 2005).

Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini 2020-2021 yılında Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği bölümü normal ve ikinci öğretim 1., 2., 3. ve 4. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışma örneklemini ise seçkisiz yolla seçilmiş toplam 182 spor yöneticiliği bölümü öğrencisi oluşturmaktadır.

Verilerin Toplanması

Araştırmada Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ve araştırmacılar tarafından hazırlanan Demografik Bilgiler Anketi kullanılmıştır.

Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği

Araştırma verilerini toplayabilmek için Aydın ve ark. (2015) tarafından geliştirilmiş olan “Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek 11 olumlu, 6 olumsuz olmak üzere toplamda 17 madde ve 2 alt boyuttan oluşmaktadır. Derecelendirilmesi 1= kesinlikle katılmıyorum, 5=kesinlikle katılıyorum şeklinde 5’li likert tipidir. Ölçek ve veri analizi sonucunda alınabilecek en düşük puan 17 iken en yüksek puan 85’tir ve yüksek puan, bireylerin hayata karşı yüksek anlam düzeyine sahip olduklarını, düşük puan ise hayata dair düşük ya da olumsuz anlam düzeyinin belirtisidir. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği’nin test-yarı test güvenilirlik katsayısı 0,81; Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0,91 ve 35 kişilik bir örneklem grubu üzerinde yapılan test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise 0,74 şeklindedir. Elde edilen güvenilirlik katsayılarının yüksek bulunması, ölçeğin güvenilir olduğunun göstergesidir.

Demografik Bilgiler Anketi

Araştırmacılar tarafında katılımcıların yaş, cinsiyet, gelir düzeyi, spor yapma durumu, buldukları sınıf ve öğrenim düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilen formdur. Demografik bilgiler anketinde, spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin hayata dair bakış açılarını daha iyi anlamlandırarak analiz edebilmek için bir tane de açık uçlu soru bulunmaktadır. Bu soru “Hayattaki amacınız ve bakış açınız nasıldır?” şeklindedir.

Verilerin Analizi

Katılımcıların cinsiyet, yaş, sınıf, öğrenim durumu, spor durumu ve ekonomik durum demografik değişkenleri için frekans ve yüzde bilgileri tablolar halinde verilmiştir. Ölçeğin alt boyutları olan hayatın anlamı/amacı ve hayatın anlamsızlığı ile toplam ölçek için normallik varsayımları Kolmogorov-Smirnov testi ile incelenmiştir. İncelenen ölçeklerden hayatın anlamı alt boyutu ile toplam ölçek normal dağılıma sahip olmadığından dolayı düzey sayısı iki olan değişkenlerin analizinde Mann-Whitney test istatistiği, düzey sayısı ikiden fazla olan değişkenlerin analizinde Kruskal-Wallis test istatistiği kullanılmıştır. Hayatın anlamsızlığı ölçek alt boyutu ise normal dağılıma sahip olduğundan dolayı düzey sayısı 2 olan değişkenler

için bağımsız örnekler t testi, düzey sayısı 2'den fazla olan değişkenler için ise ANOVA testi kullanılmıştır. Çalışmada kullanılan tüm analizler IBM-SPSS-21 lisanslı paket programında yapılmıştır.

Demografik bilgiler formunda bulunan açık uçlu soru ise, içerik analizine tabi tutulmuştur. İçerik analizi sırasında ilk olarak her katılımcı kodlanmıştır; [kN] şeklinde (N= katılımcı sayısı). Katılımcıların diğer kişisel özellikleri göz önünde bulundurularak ve verdikleri cevaplar araştırmacılar tarafından birçok kez okunarak, cevaplardan elde edilen izlenimle kategoriler halinde incelenmiştir. Her kategoriye birkaç katılımcı cümlesi örnek olarak verilmiştir.

Tablo 1. Ölçeklerin Normallik Test Sonuçları

	Hayatın Anlamı ve Amacı Alt Boyutu	Hayatın Anlamsızlığı Alt Boyutu	Toplam ölçek
Ortalama	45,13	16,36	61,5
Stveart Sapma	7,74	6,15	6,29
Kolmogorov Smirnov Testi	1,653	0,960	1,500
p değeri	0,008*	0,315	0,022*

Toplam ölçek ve alt boyutlarının normal dağılım varsayımlarına bakıldığında, hayatın anlamsızlığı alt boyutunun normal dağılımdan geldiği ($p=0,315 > \alpha=0,05$), hayatın anlamı ve amacı alt boyutu ile toplam ölçeğin ise normal dağılımdan gelmediği görülmektedir ($p=0,008 < \alpha=0,05$, $p=0,022 < \alpha=0,05$). Bu yüzden hayatın anlamsızlığı alt boyutu ile yapılan analizlerde parametrik testler, hayatın anlamı ve amacı alt boyutu ile toplam ölçek ile yapılan analizlerde parametrik olmayan testler kullanılmıştır. Dolayısıyla düzey sayısı 2 olan demografik değişkenler parametrik testlerden t test istatistiği, parametrik olmayan testlerden Mann-Whitney-U test istatistiği, düzey sayısı 3 veya daha fazla olan değişkenler ise parametrik testlerden ANOVA F test istatistiği, parametrik olmayan test istatistiklerinden ise Kruskal-Wallis test istatistiği ile analiz edilmiştir.

Bulgular

Bu bölümde, verileri elde etmek için araştırmacılar tarafından hazırlanan demografik bilgiler anketi ile Aydın ve ark. (2015) tarafından geliştirilmiş olan “Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği” arasındaki anlamlılık düzeyleri tablolar halinde verilmiştir.

Tablo 2. Demografik Değişkenlerin Dağılımları

Değişken	Grup	Frekans(n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	80	44,0
	Erkek	102	56,0
Yaş	18-22	151	83,0
	23-27	31	17,0
Sınıf	1. Sınıf	66	36,3
	2. Sınıf	72	39,6
	3. Sınıf	19	10,4
	4. Sınıf	25	13,7
Öğrenim Durumu	1. Öğretim	87	47,8
	2. Öğretim	95	52,2
Spor Yapma Durumu	Evet	132	72,5
	Hayır	52	27,5
Ekonomik Durumu	Düşük	28	15,4
	Orta altı	27	14,8
	Orta	103	56,6
	Orta üstü	24	13,2

Anket çalışmasına katılanların, cinsiyet değişkeninin dağılımına bakıldığında, %44,0'ü yani 80 kişi kadın iken, %56'sı yani 102 kişi erkektir. Yaş değişkeninin dağılımına bakıldığında, %83,0'ü yani 151 kişi 18-22 yaş aralığında iken, %17,0'si yani 31 kişi 23-27 yaş aralığındadır. Sınıf değişkeninin dağılımına bakıldığında, %36,3'ü yani 66 kişi 1. sınıf, %39,6'sı yani 72 kişi 3. sınıf, %10,4'ü yani 19 kişi 3. sınıf ve %13,7'si yani 25 kişi 4. sınıftır. Öğrenim durumu değişkeninin dağılımına bakıldığında, %47,8'i yani 87 kişi 1. öğretim iken, %52,2'si yani 95 kişi 2. öğretimdir. Spor durumu değişkeninin dağılımına bakıldığında, %72,5'i yani 132 kişi spor yapıyorken, %27,5'i yani 52 kişi spor yapmamaktadır. Ekonomik durum değişkeninin dağılımına bakıldığında, %15,4'ü yani 28 kişi düşük, %14,8'i yani 27 kişi orta altı, %56,6'sı yani 103 kişi orta ve %13,2'si yani 24 kişi orta üstü gelire sahiptir. Yüksek gelir durumuna sahip katılımcı bulunmamaktadır.

Tablo 3. Cinsiyet Değişkeni ile Ölçekler Arasında Yapılan Analiz Sonuçları

Ölçek	Cinsiyet	Ortalama	Standart Sapma	Mann-Whitney-U testi / t testi	p değeri
Hayatın Anlamı	Kadın	44,79	7,29	3734,0/-	0,326
	Erkek	45,41	8,11		
Hayatın Anlamsızlığı	Kadın	16,54	6,07	-/0,339	0,735
	Erkek	16,23	6,24		
Toplam Ölçek	Kadın	61,33	6,59	3928,0/-	0,666
	Erkek	61,64	6,08		

Hayatın anlam ve amacı ölçeği, alt boyutları ve toplam ölçek ile cinsiyet değişkeni arasındaki analiz sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>\alpha=0,05$). Analiz sonuçları incelendiği kadın ve erkek katılımcıların arasında puan farkına rastlanmamıştır. Dolayısıyla cinsiyet değişkeni, hayatı anlamlandırma durumunu anlamlı düzeyde etkileyen bir faktör değildir.

Tablo 4. Yaş Değişkeni ile Ölçekler Arasında Yapılan Analiz Sonuçları

Ölçek	Yaş	Ortalama	Standart Sapma	Mann-Whitney-U testi / t testi	p değeri
Hayatın Anlamı	18-22	45,05	7,81	2252,0/-	0,742
	23-27	45,55	7,54		
Hayatın Anlamsızlığı	18-22	16,67	6,28	-/1,487	0,130
	23-27	14,87	5,35		
Toplam Ölçek	18-22	61,72	6,20	2078,0/-	0,325
	23-27	60,42	6,69		

Hayatın anlam ve amacı ölçeği, alt boyutları ve toplam ölçek ile yaş değişkeni arasındaki analiz sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>\alpha=0,05$).

Tablo 5. Sınıf Değişkeni ile Ölçekler Arasında Yapılan Analiz Sonuçları

Ölçek	Sınıf	Ortalama	Standart Sapma	Kruskal-Wallis testi / ANOVA testi	p değeri
Hayatın Anlamı	1. sınıf	44,92	8,03	2,430/-	0,488
	2. sınıf	46,01	7,00		
	3. sınıf	42,26	9,62		
	4. sınıf	45,36	7,37		
Hayatın Anlamsızlığı	1. sınıf	16,88	6,64	-/0,614	0,607
	2. sınıf	16,47	5,73		
	3. sınıf	16,00	6,32		
	4. sınıf	14,96	6,02		
Toplam Ölçek	1. sınıf	61,80	5,40	5,763/-	0,124
	2. sınıf	62,49	5,78		
	3. sınıf	58,26	8,77		
	4. sınıf	60,32	7,06		

Hayatın anlam ve amacı ölçeği, alt boyutları ve toplam ölçek ile sınıf düzeyi değişkeni arasındaki analiz sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>\alpha=0,05$).

Tablo 6. Öğrenim Durumu Değişkeni ile Ölçekler Arasında Yapılan Analiz Sonuçları

Ölçek	Öğrenim Durumu	Ortalama	Standart Sapma	Mann-Whitney-U testi / t testi	p değeri
Hayatın Anlamı	1. öğretim	45,48	8,06	3809,5/-	0,362
	2. öğretim	44,82	7,47		
Hayatın Anlamsızlığı	1. öğretim	15,60	5,85	-/-1,612	0,109
	2. öğretim	17,06	6,36		
Toplam Ölçek	1. öğretim	61,08	7,22	4075,5/-	0,872
	2. öğretim	61,88	5,30		

Hayatın anlam ve amacı ölçeği, alt boyutları ve toplam ölçek ile öğrenim durumu değişkeni arasındaki analiz sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>\alpha=0,05$).

Tablo 7. Spor Durumu Değişkeni ile Ölçekler Arasında Yapılan Analiz Sonuçları

Ölçek	Spor Durumu	Ortalama	Standart Sapma	Mann-Whitney-U testi / t testi	p değeri	Fark
Hayatın anlamı	Evet	46,14	7,66	2249,5/-	0,001*	1>2
	Hayır	42,50	7,40			
Hayatın anlamsızlığı	Evet	16,02	6,41	-/-1,213	0,227	-
	Hayır	17,26	5,36			
Toplam ölçek	Evet	62,16	5,33	2738,5/-	0,076	-
	Hayır	59,76	8,13			

Ölçekler ile spor durumu arasında yapılan analiz sonucunda, hayatın anlamı ve amacı alt boyutu ile spor durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuşken ($p<\alpha=0,05$), diğer ölçekler ile spor durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>\alpha=0,05$). Bulunan farklılık spor yapanlardan kaynaklanmaktadır.

Tablo 8. Ekonomik Durum Değişkeni ile Ölçekler Arasında Yapılan Analiz Sonuçları

Ölçek	Ekonomik Durum	Ortalama	Standart Sapma	Kruskal-Wallis testi / ANOVA testi	p değeri
Hayatın Anlamı	Düşük	45,68	7,44	3,677/-	0,299
	Orta altı	44,19	8,31		
	Orta	44,75	7,71		
	Orta üstü	47,25	7,68		
Hayatın Anlamsızlığı	Düşük	15,68	6,08	-/0,746	0,526
	Orta altı	17,63	6,04		
	Orta	16,47	6,20		
	Orta üstü	15,29	6,25		
Toplam Ölçek	Düşük	61,36	7,18	0,961/-	0,811
	Orta altı	61,81	6,25		
	Orta	61,21	6,49		
	Orta üstü	62,54	4,28		

Hayatın anlam ve amacı ölçeği, alt boyutları ve toplam ölçek ile ekonomik durum değişkeni arasındaki analiz sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>\alpha=0,05$). Toplam ölçek değerlerine bakıldığında “düşük” gelir düzeyinde olan kişi ortalamasının daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara ek olarak, katılımcılardan “yüksek” gelir düzeyine sahip olanlara rastlanmamıştır.

Tablo 9. “Hayattaki Amacınız ve Bakış Açınız Nasıldır?” Sorusuna Verilen Cevaplara Dair İçerik Analizi Sonuçları

Kategoriler	F	%	Örnek
Olumlu Tutuma Sahip Olanlar	115	62	[k24] Her zorluğa rağmen olumlu düşünmeli ve daha iyi sonuçlar için çabalamalıyız.
Olumsuz Tutum, Kaygı ve Karamsarlık	53	29	[k37] Ne kadar amaç edinirsen edin, mutlu olamayacağız. [k11] Hayatımın iyi olmayacağını düşünüyorum, geleceğime dair kaygılarım var.
Teslimiyetçi İfadeler	10	5	[k43] Ne kadar çabalarsak çabalayalım kaderde yazan olur.
Kararsızlık Durumu	6	3	[k126] Bazen amacım var gibi hissediyorum ama olsa neye yarar ki diye de düşünüyorum, bilmiyorum.
Toplam	182		

Tablo 9’da çalışma katılımcılarına açık uçlu olarak yöneltilen “hayattaki amacınız ve bakış açınız nasıldır?” sorusuna verdikleri yanıtların içerik analizi görülmektedir. Elde edilen toplam 182 yanıt 4 kategori altında incelenmiştir ve %62’lik oranla en fazla değinilen konu “hayata karşı olumlu tutum sahibi” olmaktadır. Bunu takip eden %29 oranla “hayata karşı olumsuz tutum, kaygı ve karamsarlık” kategorisidir. %5’lik kısım hayata karşı “teslimiyetçi ifadeler” kullanmıştır. %3’lük kısım ise “kararsız” bir hayat izlenimi sergilemektedir. Tablodaki verilerden hareketle spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin yarısından fazlasının düşük-orta ekonomik durum seviyesinde olmalarına rağmen hayata dair pozitif olumlamlarda bulunduğu ve hayata dair bir anlam aradığı yorumu yapılabilmektedir. Yine bunlara ek olarak büyük bir çoğunluğunun hayat karşı kaygılı, olumsuz ve beklentisiz olduğu görülmektedir. Bu durumun sebebi ekonomik durum, aile içi yaklaşımlar, gelecek kaygısı yaşama ve etraflarındaki çeşitli olumsuz hayatlardan etkilenmeleri şeklinde yorumlanabilir. Yine birbirlerine yakın frekans ve yüzde değerlerinde olan “teslimiyetçilik ve kararsızlık” kategorilerinin oluşması da bireylerin henüz bir yaşam amacı belirleyememe ve hayatlarını anlamlı bulmamalarından kaynaklanabilir.

Tartışma ve Sonuç

Toplam 182 spor yöneticiliği bölümü öğrencisinin gönüllü olarak katıldığı “hayatın anlam ve amacı” çalışması sonuçları incelendiğinde, araştırmacılar tarafından oluşturulmuş olan çok değişkenli demografik bilgiler anketi verileri şu şekildedir; araştırmanın %44’ünü kadınlar %56’sını ise erkek öğrenciler oluşturmaktadır. Yaş değişkeninin %83,0’ü 18-22 iken, %17,0’si 23-27 yaş aralığındadır. Sınıf düzeyi değişkeninin %36,3’ü 1. sınıf, %39,6’sı 2. sınıf, %10,4’ü 3. sınıf ve %13,7’si 4. sınıftır. Öğrenim durumlarının %47,8’i 1. öğretim iken, %52,2’si 2. öğretimdir. Spor durumu değişkeninin dağılımına bakıldığında, %72,5’i spor yapıyorken, %27,5’i spor yapmamaktadır. Ekonomik durum değişkeninin dağılımına bakıldığında, %15,4’ü düşük, %14,8’i orta altı, %56,6’sı orta ve %13,2’si orta üstü gelire sahiptir. Tüm bu sonuçlara bakarak araştırmaya katılan öğrencilerin büyük bir çoğunluğunun spor yaptığı ve yine öğrencilerin büyük bir bölümünün düşük-orta düzey gelir arasında olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmada hayatın anlam/amacı ölçeği ve alt boyutları ile demografik bilgiler bulguları karşılaştırıldığında ise şu sonuçlara ulaşılmıştır; katılımcıların yaş, cinsiyet, ekonomik durum, sınıf, öğrenim durumu ile hayatın anlam ve amacı ölçeği ile alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir ($p>\alpha=0,05$). Yine araştırmanın farklı bir değişkeni olan spor yapma durumu ile hayatın anlam ve amacı ölçeği ve alt boyutları incelendiğinde ölçeğin “hayatı anlamlı bulma” alt boyutunda anlamlı bir farklılık olduğu

tespit edilmiştir. Bu farklılık spor yapanlardan kaynaklanmaktadır, yani spor yapan bireylerin yapmayan bireylere oranla hayatı anlamlandırmada daha başarılı oldukları sonucuna ulaşılmıştır.

Düzenli spor yapmak, yeni aktiviteler edinmek daha geniş bakıldığında yeni arzular geliştirmek (ikigai) (García ve Miralles, 2017) bireylerin hayatta bakış açısını ve anlamlandırma değerlerini artırmaktadır. Ryff ve Keyes (1995) yaşamdaki amacı, psikolojik refah ile güçlü bir bağı olan “mutluluk” ve zayıf bir şekilde ilişkili olan “olumlu etki” dedikleri pozitif psikoloji olarak tanımlamaktadır. Pozitif psikoloji alanındaki araştırmalar, yaşamda bir amacı olan kişilerin yaşam tarzı, kişilik ve uzun ömürlülükle ilgili diğer faktörler gibi şeyleri kontrol edilemese bile daha uzun yaşadığını, daha iyi bir bağımsızlık sistemine sahip olduğunu ve daha iyi fiziksel performans gösterdiğini açıklamaktadır (Schippers, 2017). Yapmış olduğumuz araştırmanın nitel boyutunda karşılaşılan ve “olumlu tutum” kategorisinde incelenen katılımcı ifadeleri ile diğer araştırmacıların ifadeleri birbirini desteklemektedir. Çoğu olumlu tutum kategorisine alınan katılımcı cümleleri “spor yapmak kendimi daha iyi hissettiriyor, hayattaki amacım ömür boyu spor yaparak sağlıklı kalmak” [k57], şeklindedir.

Araştırmanın diğer değişkeni olan sınıf düzeyi sonuçlarına bakıldığında, sınıflar arasında anlamlı bir farklılığa ulaşılmamıştır bu durum spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin lisans eğitimi sürecinde hayata dair aynı anlam ve amaç doğrultusunda buldukları şeklinde açıklanabilir. Şahin ve ark. (2011) ‘ın yaptıkları çalışma da ise lisans 1. ve 4. sınıfta olan öğrencilerin, lisansüstü eğitime dair olan hayat amacı oranlarında farklılıklar elde etmişlerdir. Çalışma sonuçlarına göre belli bir hedefi olmayan birinci ve son sınıf öğrencilerinin hedef puanları birbirine yakinken, hayata dair amaçları olan birinci sınıf öğrencilerinin son sınıf öğrencilerine göre doktora eğitimi istekleri daha fazladır.

Hayatın anlam ve amacı ölçeği ile üniversite öğrencileri arasındaki çalışma kısıtlılığı yaş ve öğrenim durumu (1. ve 2. Öğretim) değişkeni mukayesesini ortadan kaldırmaktadır. Lisans öğrencilerinin katılımı ile gerçekleştirilen bu çalışmanın yaş değişkeni ile ölçek arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir. Elde edilen verilere ek olarak literatür incelendiğinde, yaş değişkeni verilmemiş üniversite öğrencilerini kapsayan Kaya ve Küçük (2017) tarafından yapılan çalışma sonuçlarına göre; hayata dair amacı olan ve hayatı anlamlandırmaya eğilimli üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi olma hali ile ölçek arasında pozitif yönde ilişki tespit etmişlerdir. Yine literatürde farklı bir yaş grubu olan lise öğrencileri ve hayat amacı çalışmaları da mevcuttur. Tanrıverdi ve Ulu (2018) lise çağındaki öğrencilerin temel ihtiyaç doyumları arttıkça hayata dair anlam ve amaç puanlarının arttığı sonucuna ulaşmışlardır. Her iki çalışma sonucuna yapılan araştırmanın sonuçları da dahil edilerek düşünüldüğünde, genç yaş gruplarında hayata dair anlam ve amaç güden bireylerin psikolojik iyi halinin artacağı yorumu yapılabilir.

Yine hayatı anlamlı bulmak ve bir amaç edinerek yaşamak bireylerin hayatında psikolojik sağlığı etkilediği kadar, genel sağlık koşullarını da olumlu anlamda etkilemektedir. Buna örnek olarak Cohen ve ark. (2016)’ın yaptıkları çalışma sonuçları örnek olarak verilebilir; yaşamdaki amaç, birçok nedene bağlı olarak gelişen mortalite, kardiyovasküler hastalıklar, inme, demans (Boyle ve ark., 2010) ve sakatlık (Boyle ve ark., 2010) dahil olmak üzere çeşitli hastalıkların olumsuz sonuç riskini azaltmasıyla ilişkili önemli bir sağlık

değişkenidir. Bu bulgular da çalışmanın kategori boyutundaki hayata karşı “olumlu tutum” ifadelerine kanıt niteliğindedir.

Tüm bunlara karşıt olarak, üniversite öğrencileri üzerine yapılmış olan bazı hayatı anlamlandırma çalışmalarında, hayata dair anlamlı bakış açısına sahip olmayan ya da amaç geliştirmemiş olan yükseköğretimdeki öğrencilerin giderek artan bir şekilde depresyon, anksiyete ve tükenmişlik gibi psikolojik sorunlar yaşadıkları sonuçlarına ulaştıkları görülmektedir (Gilchrist, 2003; Snyder ve ark., 2016). Bu çalışmaların sonuçları ile spor yöneticiliği bölümü öğrencileri üzerine yapılan çalışma sonuçları birbirini destekleyici niteliktedir. Üniversite öğrencilerinin spor yapma durumlarının hayatı anlamlandırma üzerinde olumlu etkiye sahip olduğu görülmüştür. Yine çalışmanın “hayata karşı olumsuz tutum ve kaygı” kategorisi ile literatürde bulunan çalışmalar paralellik göstermektedir. Hayata karşı amacı olmayan bireylerde, olumsuz bakış açıları ve yaşama dair kaygı problemleri olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Molasso (2006); Aydın (2016); Beutel ve Marini (1995); Aydın (2017); Karlı (2020); Kıraç (2013) ve Schnell (2009), üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu çalışmada kadınların erkeklere göre hayatı daha anlamlı buldukları veya hayata daha fazla anlam yükledikleri sonucuna ulaşmıştır, ulaşılan sonuçlar tarafımızca yapılan araştırma bulguları ile paralellik göstermemektedir. Spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin cinsiyet değişkeni hayatı anlamlandırma üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmamaktadır. Aydın (2017) ve Karlı (2020), araştırmacıların diğer bir sonucu ise; islami bilimler ve spor bilimleri fakülteleri arasında hayatı anlamlandırmaya dair yapılan karşılaşmada islami bilimler fakültesi öğrencilerinin daha yüksek puana sahip olduğu tespit edilmiştir. Yapılan araştırma sonucunda ise spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin ölçeğe dair toplam hayatı anlamlandırma puanı 61,5'tir. Araştırmada kullanılan ölçeğin en yüksek puanı 85, en düşük ise 17 olduğundan, kendi içlerinde kıyaslandığında spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin hayatı anlamlandırma puanları yüksektir.

Aydın ve ark. (2020) yaptıkları çalışmada erkek öğrencilerin hayatı anlamlandırma düzeylerinin kadınlara oranla daha yüksek olduğu, islami bilimler bölümünde okuyan öğrencilerin hayatı anlamlandırma puanlarının sosyal bilimler ve spor bilimleri fakültesi öğrencilerinden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Yine ekonomik durumu düşük olan öğrencilerin, orta ve yüksek ekonomik durumda olan öğrencilere göre hayatı anlamlandırma puanlarının daha düşük olduğu elde edilmiştir. Bu sonuç yapılan çalışma sonuçları ile paralellik göstermektedir, çalışmaya katılan öğrencilerden çoğunun düşük ve orta altı ekonomik duruma sahip olması, içerik analizi tablosundaki “olumsuz tavır ve kaygı” kategorisinde yer alan ifadeleri destekler niteliktedir.

Bu çalışmada Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü öğrencilerinin demografik özellikleri ile Aydın ve ark. (2015) tarafından geliştirilmiş olan “hayatın anlam ve amacı” ölçeği arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma da demografik bilgilerde bulunan yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, öğrenim durumu, spor yapma alışkanlıkları, ekonomik durumları gibi çoktan seçmeli sorular yanında, katılımcıların ölçekler arasındaki ilişkilendirme sonuçlarını daha iyi analiz edebilmek ve betimleyebilmek amacıyla bir açık uçlu soru da eklenmiştir. Elde edilen sonuçlar incelendiğinde, cinsiyet değişkeninin hayatı anlamlandırma üzerinde ayırt edici bir farkı olmadığı, katılımcıların çoğunun düşük- orta altı gelir düzeyine sahip olduğu,

spor yapmayı alışkanlık haline getiren bireylerin hayat anlam düzeyi puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna ek olarak sınıf düzeyi ve öğrenim düzeyinin (1. öğretim, 2. öğretim) hayatın anlam ve amacı ölçeği ile ilişkilendirildiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı elde edilmiştir. Ayrıca spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin hayatı anlamlandırma puanları 61,5 olarak tespit edilmiştir, elde edilen sonuç öğrencilerin hayatı anlamlandırma düzeylerinin yüksek olduğunu göstermektedir.

Son olarak demografik değişkenler ile ölçek toplam değerlerinin karşılaştırılması sonrasında, açık uçlu soru üzerinden tematik içerik analizi yapılarak katılımcıların hayata dair anlam ve amaç düşünceleri yorumlanmaya çalışılmıştır. İçerik analizi sonucunda katılımcı cevapları ifadeleri temsil ettiği düşünülen kategori başlıkları altında ayrılarak incelenmiştir. Spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin büyük bir çoğunluğu hayata dair olumlu/pozitif bir bakış açısına sahiptir ve belirli amaca dönük yaşamlarını sürdürdükleri anlaşılmıştır. Puan sıralamasının ikincisi ise hayata karşı olumsuz tutum sahibi ve geleceğe dair kaygılı yaklaşımı ifade eden kategori olmuştur. Bu durumun sebeplerinin, öğrencilerin söylemleri incelendiğinde ekonomik durum yetersizliği, işlerini icra etmenin önünde KPSS sınavının engel olabileceği ve yönetsel adaletsizlikten kaynaklandığı yorumu yapılabilmektedir. Geriye kalan toplam %9'luk kısım ise hayata dair kararsız ve teslimiyetçi bir tutum sergiledikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Çalışma sonucunda elde edilen veriler ışığında, spor yöneticiliği bölümü öğrencileri özelinde yapılan hayatın anlam ve amacı ile ilgili değerlendirmenin merkezine “spor yapmayı alışkanlık haline getirmenin” yerleşmesi, sporun hem psikolojik hemde fizyolojik olarak olumlu etkileri olduğunu bir kez daha ortaya koymuştur. Araştırmanın sınırlılıkları ise; sadece spor yöneticiliği bölümü öğrencileri ile sınırlı olmasıdır.

Öneriler

Tüm bu sonuçlar ve literatür taraması sonucunda araştırmacılara şunlar önerilebilir;

- Literatür incelendiğinde cinsiyet değişkeninin anlamlı ve anlamlı olmayan fark elde edilen birçok çalışma bulunmaktadır fakat bu durumun sebebi derinlemesine incelenmemiştir. Cinsiyet değişkeni arasındaki anlamlı farkların sebepleri nitel araştırma yöntemleri ile derinleştirilebilir.
- Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin hayat anlam düzeyi çeşitli çalışmalarda diğer bölüm öğrencilerine göre daha düşük bulunmuştur. Bu durumun kaynağı araştırılarak önerilerde bulunabilir.
- Literatürde hayatın anlamı ve spor insanları ile gerçekleştirilen yeterli çalışma bulunmamaktadır. Çeşitli spor branşları veya spor insanları ile karşılaştırmalı araştırma çalışmaları yürütülebilir.
- Farklı branş sporcuları veya spor bilimleri fakültesi bölümleri arasında karşılaştırmalı hayatın anlam düzeyini tespit etmeye dayalı çalışmalar yapılabilir.

Kaynaklar

- Adler, A. (2019). *Yaşamın Anlam ve Amacı* (Çev. Kamuran Şipal). İstanbul Say Yayınları.
- Aydın, C. (2016). *İnsanın Anlam Arayışı ve Yeni Çağ İnançları*. Ankara: Araştırma.
- Aydın, C. (2017). Üniversite öğrencilerinin dini tutum ile hayattaki anlam düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Itobiad: Journal of the Human ve Social Science Researches*, 6(4).
- Aydın, C., Coştu, K., Coşkun, B.A. (2020). Üniversite öğrencilerinin mesleki kaygı ile hayattaki anlam düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Bartın Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi Dergisi*, 1(13), 73-106.
- Başkaya, D.B. (2013). Hayatın anlamı ve ölüm: Albert Camus'den yaşam dersleri. *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 30(2), 19-28.
- Berg, J.M., Grant, A.M., Johnson, V. (2010). When callings are calling: crafting work ve leisure in pursuit of unanswered occupational callings. *Organ. Sci.* 21, 973–994.
- Beutel, A.M., Marini, M.M. (1995). Gender ve values. *American Sociological Review*, 60/3, 436-448.
- Boyle, P.A., Buchman, A.S., Barnes, L.L., Bennett, D.A. (2010). Effect of a purpose in life on risk of incident Alzheimer disease ve mild cognitive impairment in community-dwelling older persons. *Arch Gen Psychiatry*, 67, 304–10.
- Boyle, P.A., Buchman, A.S., Bennett, D.A. (2010). Purpose in life is associated with a reduced risk of incident disability among community-dwelling older persons. *Am J Geriatr Psychiatry*, 18, 1093–102.
- Bülbül, A. (2020). Examination of lifelong learning trends of physical education ve sports teachers on different variables. *Journal of Education ve Learning*, 9, 94-101.
- Bundick, M. J. (2011). The benefits of reflecting on ve discussing purpose in life in emerging adulthood. *New Dir. Youth Dev*, 2011, 89–103.
- Cohen, R., Bavishi, C., & Rozanski, A. (2016). Purpose in life and its relationship to all-cause mortality and cardiovascular events: A meta-analysis. *Psychosomatic medicine*, 78(2), 122-133.
- Demerouti, E. (2014). Design your own job through job crafting. *Eur. Psychol.* 19, 237–247.
- Freedlve, K.E. (2019). The behavioral medicine research council: its origins, mission, ve methods. *Health Psychol*, 38, 277–289.
- García, H., Miralles, F. (2017). *Ikigai: The Japanese secret to a long ve happy life*. Penguin.
- Gilchrist, L. (2003). *Personal ve psychological problems in college students in Encyclopedia of Education*. 2nd edn. ed. Guthrie J. W. New York: Macmillan Reference, 1871–1874.
- Green, J.C., Krayder, H., Mayer, E. (2005). *Combining qualitative ve quantitative methods in social inquiry*. In B. Somekh ve C. Lewin (Eds.). *Research methods in the social sciences* (pp. 275-282). London: Sage
- Kang Y., Strecher V.J., Kim E., Falk E.B. (2019). Purpose in life ve conflict-related neural responses during health decision-making. *Health Psychol.* 38, 545–552.
- Karşlı, N. (2020). Üniversite öğrencilerinde hayatın anlamı ve dindarlık ilişkisi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 48, 169-201.
- Kaya, M., Küçük, N. (2017). İbadetler ile hayatın anlamı ve psikolojik iyi olma arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (42), 17-43.
- Kim, E.S., Strecher, V.J., Ryff, C.D. (2014). Purpose in life ve use of preventive health care services. *Proc. Natl. Acad. Sci.* 111, 16331–16336.
- Kıraç, F. (2013). Üniversite öğrencilerinde dindarlık eğilimi ve anlam duygusu. *Mukaddime*, 7, 165-177.
- Küçük, V., Koç, H. (2015). Psiko-Sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10.

- Locke, E.A., Schippers, M.C. (2018). Improving lives: personal goal setting boosts student performance ve happiness. *Acad. Manag. Proc.*, 16790.
- McKnight, P.E., Kashdan, T.B. (2009). Purpose in life as a system that creates ve sustains health ve well-being: an integrative, testable theory. *Rev Gen Psychol*, 13, 242–51.
- Molasso, WR. (2006). Exploring Frankl's Purpose in Life with College Students. *Journal of College ve Character*, VII/1, 1-10.
- Morisano, D., Hirsh J.B., Peterson, J.B., Pihl, R.O., Shore. B.M. (2010). Setting, elaborating, ve reflecting on personal goals improves academic performance. *J. Appl. Psychol*, 95, 255–264.
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *J Pers Soc Psychol*, 57, 1069–1081.
- Ryff, C.D., Keyes, C.L. (1995). The structure of psychological wellbeing revisited. *J Pers Soc Psychol*, 69, 719–27.
- Ryff, C.D., Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychol Inq*, 9, 1–28.
- Şahin, İ, Zoraloğlu, Y., Fırat, N. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Amaçları, Eğitsel Hedefleri Üniversite Öğreniminden Beklentileri ve Memnuniyet Durumları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 3 (3), 429-452
- Sarı, İ, Deryahanoğlu, G. (2019). Sporcularda ahlaktan uzaklaşmanın güdüsel iklim ve sporcuların önem verdikleri özellikler ile ilişkisi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17, 91-104.
- Schippers, M. C., Scheepers, A.W.A., Peterson, J.B. (2015). A scalable goal-setting intervention closes both the gender ve ethnic minority achievement gap. *Palgrave Commun*, 1, 15014.
- Schippers, M.C. (2017). *IKIGAI*: reflection on life goals optimizes performance ve happiness. ERIM inaugural address series research in management Available at: <http://hdl.hvele.net/1765/100484> (Erişim tarihi: 03.12.2020).
- Schippers, M.C., Ziegler, N. (2019). Life crafting as a way to find purpose ve meaning in life. *Front Psychol*, 10, 2778.
- Schnell, T. (2009). The sources of meaning ve meaning in life questionnaire (some): relations to demographics ve well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 4/6, 483-499.
- Seto, E., Schlegel R.J. (2018). Becoming your true self: perceptions of authenticity across the lifespan. *Self Identity*, 17, 310–326.
- Snyder, T., de Brey C., Dillow, S. (2016). Digest of Education Statistics 2014. (NCES 2016-006) Washington, DC: National Center for Education Statistics, *Institute of Education Sciences*, U.S. Department of Education.
- Tanrıverdi, A., Ulu, M. (2018). Lise Öğrencilerinde Hayatın Anlam ve Amacı ile Değer Yönelimleri Arasındaki İlişki. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi (ÇÜİFD)*, 18 (2), 1198-1234.
- Travers, C.J., Morisano D., Locke E.A. (2015). Self-reflection, growth goals, ve academic outcomes: a qualitative study. *Br. J. Educ. Psychol*, 85, 224–241.
- Ünlü, N.K. (1995). *Başarı Sporunda Ödüllendirme*. İstanbul: M.Ü. Sağlık Bilimleri Enst., Doktora Tezi.
- Vogt, K., Hakane J.J., Brauchli, R., Jenny, G.J., Bauer, G.F. (2016). The consequences of job crafting: a three-wave study. *Eur. J. Work Organ. Psy*, 25, 353–362.
- Waterman, A. (1993). Two conceptions of happiness: contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) ve hedonic enjoyment. *J Pers Soc Psychol*, 64, 678–91.
- Wessels, C., Schippers, M.C., Stegmann, S., Bakker, A.B., van Baalen, P.J., Proper, K.I. (2019). Fostering flexibility in the new world of work: a model of time-spatial job crafting. *Front. Psychol*. 10.
- Williams, G.C., Hedberg, V.A., Cox, E.M., Deci, L. (2000). Extrinsic life goals ve health-risk behaviors in adolescents. *J. Appl. Soc. Psychol*, 30, 1756–1771.

- Wilson, D.K., Lorig K., Klein W. M. P., Riley W., Sweeney A. M., Christensen A. (2019). Efficacy ve cost-effectiveness of behavioral interventions in nonclinical settings for improving health outcomes. *Health Psychol*, 38, 689–700.
- Wrzesniewski, A., Dutton, J.E. (2001). Crafting a job: Revisioning employees as active crafters of their work. *Acad. Manag. Rev*, 26, 179–201.

Makale Alıntısı

Ünlü, Ç., Akyol, G. & Bülbül, A. (2021). Hayatın Anlam ve Amacı: Spor Yöneticiliği Bölümü Öğrencileri ile İlişkilendirilmesi [The Meaning and Purpose of Life: Relating to the Students of Sports Management Department], *Spor Eğitim Dergisi*, 5 (1), 38-51.



Bu eser Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır.