

Badminton Sporcularının Egzersiz Bağımlılığı İle Yaşam Kalitesi Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Examination of The Relationship Between Exercise Addiction and Life Quality Levels of Badminton Athletes

*İbrahim Palas¹, Murat Kul², Yılmaz Ünlü³

¹Uzman, Sakarya, TÜRKİYE / ibrahimpalas0091@gmail.com / 0000-0002-4101-6258

²Bayburt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bayburt, TÜRKİYE / muratkul@bayburt.edu.tr / 0000-0001-6391-8079

³Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bolu, TÜRKİYE / yilmaz_5478@hotmail.com / 0000-0002-2190-3300

* Corresponding author

Abstract: The aim of the study is to evaluate the relationship between exercise addiction and quality of life of badminton athletes and to examine these data in terms of demographic variables. The research group consists of 384 participants. "Exercise Addiction Scale" and "WHOQOL-BREF" were used for data collection. Percentage and frequency distributions, Levene Test, Pearson Correlation Analysis, One-Way ANOVA and t-Test were used in the analysis of the data. According to the results of the research, significant differences were found in all sub-dimensions of the exercise addiction scale related to gender, preferred game type, and perceived income level. It was determined that there was a statistically significant difference between the groups in the "Postponement of Individual-Social Needs and Conflict" sub-dimension of the exercise addiction scale related to the educational status variable. When the mean scores of exercise addiction depending on the marital status variable were examined, it was found that there was a significant difference in the sub-dimensions of "Excessive Focus and Change in Emotion" and "Postponement of Individual-Social Needs and Conflict". When the mean scores of exercise addiction depending on the nationality status variable were examined, it was found that there was a significant difference in the sub-dimensions of "Excessive Focus and Change in Emotion" and "Exercise Addiction Total". Significant differences were found in the sub-dimensions of "Excessive Focus and Change of Emotions", "Postponement of Individual-Social Needs and Conflict" and "Exercise Addiction Total" related to the type of residence variable of exercise addiction levels. A significant difference was found in the sub-dimensions of "Physical Health", "Social Relationships" and "Environment" related to the gender variable of quality of life levels. A significant difference was found only in the "Social Relationships" sub-dimension of the scale related to the education level variable of life quality levels. It was found that there was a significant difference in the sub-dimensions of "Psychological Health" and "Social Relationships" related to the marital status variable of quality of life levels. It was determined that there was a significant difference only in the "Social Relationships" sub-dimension, among the sub-dimensions of the scale related to the variable of nationality status of life quality levels. It was found that there was a significant difference in the "Psychological Health" and "Social Relationships" sub-dimensions of the Game Type variable of the quality of life levels. It was determined that there was a significant difference only in the "Environment" sub-dimension, among the sub-dimensions of the scale related to the income level perception variable of life quality levels. It was determined that there was a significant difference in the sub-dimensions of "Psychological Health", "Social Relations" and "Environment" related to the place of residence variable of life quality levels. As a result; it was concluded that there is a relationship between badminton athletes' quality of life scale and some sub-dimensions in line with their responses to the exercise addiction scale.

Keywords: Badminton, addiction, exercise addiction, life quality.

Özet: Çalışmanın amacını badminton sporcularının egzersiz bağımlılığı ile yaşam kalitesi düzeyleri arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi ve bu verilerin demografik değişkenler açısından incelenmesi oluşturmaktadır. Araştırma grubunu 384 katılımcı oluşturmaktadır. Veri toplama amacı ile "Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği" ve "WHOQOL-BREF" kullanılmıştır. Verilerin analizinde yüzde ve frekans dağılımları, Levene Testi, Pearson Korelasyon Analizi, One-Way ANOVA ve t-Testi uygulanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, cinsiyet, tercih edilen oyun türü, algılanan gelir düzeyi değişkenine ilişkin egzersiz bağımlılığı ölçeğinin alt boyutlarının tümünde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Eğitim durumu değişkenine ilişkin egzersiz bağımlılığı ölçeğinin "Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Ertelemesi ve Çatışma" alt boyutunda gruplar arası istatistiki açıdan anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Medeni durum değişkenine bağlı egzersiz bağımlılığı ortalama puanlar incelendiğinde "Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi" ve "Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Ertelemesi ve Çatışma" alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Millilik durumu değişkenine bağlı egzersiz bağımlılığı ortalama puanlar incelendiğinde "Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi" ve "Egzersiz Bağımlılığı Toplam" alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Egzersiz bağımlılığı düzeylerinin ikamet edilen yer türü değişkenine ilişkin "Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi", "Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Ertelemesi ve Çatışma" ve "Egzersiz Bağımlılığı Toplam" alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Yaşam kalitesi düzeylerinin cinsiyet değişkenine ilişkin "Fiziksel Sağlık" ve "Sosyal İlişkiler" ve "Çevre" alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Yaşam kalitesi düzeylerinin eğitim durumu değişkenine ilişkin ölçeğin yalnızca "Sosyal İlişkiler" alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Yaşam kalitesi düzeylerinin medeni durum değişkenine ilişkin "Psikolojik Sağlık" ve "Sosyal İlişkiler" alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Yaşam kalitesi düzeylerinin millilik durumu değişkenine ilişkin ölçeğin alt boyutlarından yalnızca "Sosyal İlişkiler" alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Yaşam kalitesi düzeylerinin Oyun Türü değişkenine ilişkin "Psikolojik Sağlık" ve "Sosyal İlişkiler" alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Yaşam kalitesi düzeylerinin gelir düzeyi algısı değişkenine ilişkin ölçeğin alt boyutlarından yalnızca "Çevre" alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Yaşam kalitesi düzeylerinin ikamet edilen yer değişkenine ilişkin "Psikolojik Sağlık", "Sosyal İlişkiler" ve "Çevre" alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak; badminton sporcularının yaşam kalitesi ölçeği ile egzersiz bağımlılığı ölçeğine verdikleri yanıtlar doğrultusunda bazı alt boyutlar arasında ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Badminton, bağımlılık, egzersiz bağımlılığı, yaşam kalitesi.

Received: 19.04.2023 / Accepted: 12.06.2023 / Published: 30.07.2023

<https://doi.org/10.22282/tojras.1285711>

Citation: Palas, İ., Kul, M., & Ünlü, Y. (2023). Badminton sporcularının egzersiz bağımlılığı ile yaşam kalitesi düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi, *The Online Journal of Recreation and Sports (TOJRAS)*, 12(3), 336-351.

GİRİŞ

Dünya'da gelişmekte olan teknoloji, insan yaşamında büyük etkilere sahiptir. İnsanların gerek teknolojiyi kullanımları gerek çalışma hayatları ele alındığında görüldüğü üzere zamanla hareketsiz kalmaktadır. Hareketsizlik insanlarda çeşitli hastalıkların habercisi olduğu görülmektedir ve bu da sağlık sorunlarına yol açmaktadır. İnsanların yaşamında ve çalışma hayatlarında başarılı ve mutlu olabilmesi için sağlıklı olması gerekmektedir. Bunun içinde insanları bilinçlendirerek ve çeşitli eğitimler vererek toplumu spora

teşvik edilmesi gerekir. Bu sebeple İnsanları fiziksel aktivite veya düzenli egzersiz yapmalarının sağlanması insanların yaşamlarında daha başarılı, mutlu ve sağlıklı olarak yani yaşam kalitelerinin artmasıyla birlikte hayatlarını daha iyi bir seviyeye gelmeleri ön görülür (Yaman, 1994).

Egzersizin faydalarından söz ederken genel manayla insan sağlığının planlanmasında ve organizasyonunda, hastalıkların daha çok tek noktaya yönelik rehabilite edilmesinde ve insana sağlıklı ve kaliteli bir yaşam sağlamada etki sağladığı

görülmüştür (Allegre, Souville, Therme & Griffiths, 2006). Planlı ve programlı olarak yapılan egzersizin insan bedeninde “bedensel ve ruhsal olarak olumlu yönde birçok etkisi olduğu” belirtilmektedir (Başar, 2018).

Dünya’da yeni gelişmelerle birlikte değişimlerinde beraberinde getirdiği etkileri günümüzde açık bir şekilde görülmektedir. Özellikle insanların “fizyolojik, psikolojik ve sosyolojik” yaşantılarında olumsuz yönde etkileri ile bağımlılık muhtemel sonuçlar doğurmaktadır (Taşkent, 2010). Bağımlılık toplumun en küçük yapı taşı olarak bilenen aile olgusu içerisinde ebeveynlerin bahsedilen bir bağımlılık durumu oluştuğunda ailede olumsuz olarak dengesizliğe ve aile yapısının bozuk olmasına, çevresel faktör olarak arkadaş çevresinde bağımlı olma durumu ve bağımlılık yapabilecek maddeler ve türlerine kolay erişim sağlanması durumu bağımlılığa yönelik olanak sağlayacak risk gruplarının sosyolojik bağımlılık için yalnızca birkaçıdır. Yapılan araştırmalarda bağımlılığın aile olgusuyla direkt ilgili olduğu bilinmektedir. (Gorsuch & Butler, 1976). Bağımlılık türleri genel anlamıyla “madde bağımlılığı ve davranışsal bağımlılık” olarak iki türde toplanmıştır (Beyazyürek & Şatır, 2000).

Madde bağımlılığı anlamsal olarak bağımlılık oluşturan madde karşısında karşı konulamaz vazgeçilemez alışkanlıklar olarak ifade edilmektedir. Madde bağımlısı olan kişiler kullandıkları maddenin sonucunda, haz duygusu oluşması kendini iyi ve tatmin etme hisleri oluşturmaktadır. Konunun altında yatan madde kavramı ise bireylerde bağımlılık yapan, beyin fonksiyonlarına ve duygularına hâkim olan çeşitli olanaklarla temin edilebilen çeşitli farklılıklar gösteren kimyasalların tümüdür. Davranışsal bağımlılık bir madde bağımlılığı söz konusu olmaksızın bireyin belirli davranışını yaparak haz alma ve rahatlama hislerini ön plana çıkarma söz konusudur. Madde bağımlılığında olduğu gibi bağımlı olduğu davranışa karşı koyamayarak tekrar etmesi olduğu söylenilebilir. “Alışveriş bağımlılığı, yeme bağımlılığı, egzersiz bağımlılığı gibi ve benzeri bağımlılıklar davranışsal bağımlılık türleri” arasında yer alır (Starcevic, 2016).

Egzersiz bağımlılığının tanımı, “fiziksel egzersiz yapmaya karşı aşırı istekli olma ve egzersiz yapma, egzersizin zararlı etkileri olmasına rağmen örneğin sakatlık halinde bile egzersiz yapma ve engellenme durumunda kendini kötü hissetme” olarak tanımlanır. Diğer bir tanıtımda ise; Egzersiz bağımlılığı, “egzersize eğlence amacı ile katılımın, kontrol edilemeyecek aşırı egzersiz davranışı ile sonuçlanması” olarak ifade edilmiştir (Veale, 1995). Yaşam kalitesi sözlük anlamı olarak “bireylerin veya toplumların genel refahı ve iyi yaşamını tasvir eden bir terimdir”. Bireylerin hayatlarının her alanında kişisel gelişim için gerekli etkenlere sahip olmasıdır. Yaşam kalitesi tanımı World Health Organization (WHO) ve Yaşam Kalitesi Grubu (WHOQOL) kabul görmüştür; “kültür ve değer sistemleri içerisindeki beklenti, amaç, standart ve kaygılara dayalı olarak oluşum gösteren kişinin hayat içerisindeki pozisyonuna dair algıyı” ifade eder (WHOQOL, 1998). Yaşam kalitesi, “kişilerin çeşitli yaşam koşullarına karşı gösterdikleri tepkidir”. Günlük yaşantılarda psikolojik, sosyo-kültürel ve fizyolojik açıdan iyi hissetme durumu, kişinin yaşamdan aldığı doyumunu ifade eder (Akyüz, Yaşartürk, Aydın, Zorba, & Türkmen, 2017). Yaşam kalitesi literatürde incelendiği zaman sırasıyla ilk önce ekonomi alanında, sosyo-kültürel alanda, sosyal bilimlerde ve kişilerin psikoloji alanında incelendiği zaman psikolojik alanda

kullanılmıştır. Yaşam kalitesi kavramı “fizyolojik, psikolojik, sosyal alanda ve toplumsal alanlarda” incelendiği görülmüştür (Pekel, 2016). Tüm bu verilerden yararlanılarak çalışmanın amacı; badminton sporcularının egzersiz bağımlılığı ile yaşam kalitesi düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde; araştırmanın modeline, araştırmanın grubuna, verilerin toplanmasına ve verilerin analizine ilişkin kimi bilgilere yer verilmektedir.

Araştırma Modeli

Bu araştırma amacına uygun biçimde ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama, iki veya daha fazla değişken arasında anlamlı ilişki ve anlamlı farklılık olup olmadığını korelasyon analizleri ve karşılaştırma analizleri ile tespit etmek için kullanılmaktadır (Karasar, 2012).

Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini Türk badminton sporcuları oluştururken örneklem grubunu kolayda örnekleme seçim yöntemi kullanılarak ulaşılmış 384 katılımcı oluşturmaktadır. Bu katılımcılara veri toplama araçları Google Form veri tabanı üzerinden ulaştırılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırma çerçeve ve boyutunda elde edilecek verilere ulaşmak için üç farklı form kullanılmıştır. Bu formları; “Kişisel Bilgi Formu”, “Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği” ve “WHOQOL-BREF (Dünya sağlık örgütü yaşam kalitesi ölçeği-kısa form)” oluşturmaktadır.

Kişisel Bilgi Formu

Örneklem grubunun kişisel verilerini ortaya koymak amacı ile araştırmacı tarafından uygulama formuna getirilen “Kişisel Bilgi Formu” 12 maddeden oluşmaktadır. Bu maddeleri; “cinsiyet, yaş, eğitim durumu, medeni durum, spor yaşı, milli sporculuk durumu, ikamet edilen yer, kişisel gelir, aile geliri, algılanan gelir düzeyi, haftalık antrenman saati ve tercih edilen oyun türü” değişkenleri oluşturmaktadır.

Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği

Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği, Tekkurşun Demir, Hazar ve Cicioğlu tarafından 2017 yılında, yetişkin bireylerin egzersiz bağımlılıklarının belirlenmesinde kullanmak amacıyla Türkçeye uyarlanarak geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan bir ölçme aracıdır. Bu ölçek toplamda 17 maddeden ve 3 alt boyuttan (1-Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi, 2-Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Ertelenmesi ve Çatışma, 3-Tolerans Gelişimi ve Tutku) oluşmaktadır. Ölçeğin toplam Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0,88 düzeyinde bulunurken, 1. alt boyut için 0,83, 2. alt boyut için 0,79, 3. alt boyut için ise 0,77 değerleri tespit edilmiştir (Tekkurşun Demir, vd., 2017).

WHOQOL-BREF (Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi Ölçeği-Kısa Form)

Yaşam Kalitesi Ölçeği Dünya Sağlık Örgütü tarafından 15 iş birliği merkezinin katılımıyla hazırlanmış; Eser, Fidaner, Fidaner, Yalçın Eser, Elbi ve Göker (1999) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. 27 sorudan oluşan ölçekte yer alan maddeleri kişi kendi yaşam kalitesine göre puanlamaktadır. WHOQOL-BREF ölçeği; bedensel alan, psikolojik alan, sosyal ilişkiler ve çevre olmak üzere dört alt boyuttan oluşmakta ve likert tipi puanlanmaktadır. Yaşam bağlılığı Ölçeğinin (YBÖ) Cronbach's Alpha güvenilirlik değerinin (0.86), yüksek düzeyde güvenilir olduğu bulunmuştur. Güvenilirlik analizlerinde düşük korelasyon ve negatif yük alan 3., 4. ve 27. Maddeler analiz dışı tutulmuştur. Ayrıca 1 ve 2. Maddelerde ayrı olarak ele alınması önerildiğinden bu araştırmada analizlere dahil edilmemiştir.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi için SPSS 22 programı kullanılmıştır. Araştırmada birbirinden farklı iki grubun “bağımsız değişkene ait boyutlara ilişkin ortalamalarının karşılaştırılmasında Bağımsız Örneklem T testi (Independent Samples T test), birbirinden farklı ikiden fazla grubun bağımsız değişkene ait boyutlara ilişkin ortalamalarının karşılaştırılmasında ise One Way ANOVA testi, değişkenler arası ilişkileri test etmek için Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır”. Verilerin grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilerek çoklu karşılaştırmalarda hangi post hoc testinin seçileceğine karar verilmiştir.

BULGULAR

Araştırmanın bulgular bölümü, “veri analizinin neticesinde elde edilmiş olan bulguların tablo yoluyla sunulmasını ve yorumlanmasını” içermektedir.

Tablo 1. Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin tanımlayıcı istatistikler.

Demografik Özellikler			f	%	Demografik Özellikler			f	%
Cinsiyet	Erkek		236	61,5	Eğitim Durumu	Lisans	351	91,4	
	Kadın		148	38,5		Lisansüstü	33	8,6	
	Toplam		384	100,0		Toplam	384	100,0	
Medeni Durum	Bekar		347	90,4	Millilik Durumu	Evet	84	21,9	
	Evli		37	9,6		Hayır	300	78,1	
	Toplam		384	100,0		Toplam	384	100,0	
Gelir Düzeyi Algısı	Düşük		92	24,0	Yaşanılan Yer	Köy/Kasaba	51	13,3	
	Orta		251	65,4		İlçe	125	32,6	
	Yüksek		41	10,7		İl	208	54,2	
	Toplam		384	100,0		Toplam	972	100,0	
Oyun Türü	Tekler		231	60,2					
	Çiftler		153	39,8					
	Toplam		384	100,0					

Tablo 1’de araştırma grubuna ait demografik bilgilere yer verilmiştir. Katılımcıların 236’sını (%61,5) erkek, 148’ini (%38,5) ise kadın sporcular oluşturmaktadır. Sporcuların 347’si (%90,4) bekar, 37’si (%9,6) evlidir. Katılımcıların 92’si (%24,0) gelir durumunu düşük, 251’i (%65,4) orta ve 41’i (%10,7) yüksek olarak algılamaktadır. Katılımcıların 231’i (%60,2) badminton müsabakalarında tekler oyun türünü tercih ederken, 153’ü (%39,8) çiftler oyun türünü tercih etmektedir. Sporcuların 351’i (91,4) lisans mezunu, 33’ü (%8,6) lisansüstü mezundur. Sporcuların 84’ü (%21,9) milli sporcu iken 300’ü (78,1) henüz milli sporcu değildir. Ayrıca 51’i (13,3) köy veya kasabada yaşarken, 125’i (%32,6) ilçede ve 208’i (%54,2) il merkezinde yaşamaktadır.

Tablo 1. Katılımcıların egzersiz bağımlılığı düzeylerinin cinsiyet değişkenine ilişkin t-testi sonuçları.

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	Ort.	Sd.	t	p
Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi	Erkek	236	4,41	,46	3,753*	,000
	Kadın	148	4,18	,66		
Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Ertelenmesi ve Çatışma	Erkek	236	3,58	,97	5,650*	,000
	Kadın	148	3,06	,81		
Tolerans Gelişimi ve Tutku	Erkek	236	3,98	,84	3,641*	,000
	Kadın	148	3,66	,83		
Egzersiz Bağımlılığı Toplam	Erkek	236	4,02	,63	5,510*	,000
	Kadın	148	3,66	,58		

p<0,05*

Tablo 2’de katılımcıların egzersiz bağımlılığı düzeylerinin “cinsiyet değişkenine ilişkin t-testi sonuçları” yer almaktadır. Ölçek alt boyutlarının tümünde anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Bu farklılıklar tüm alt boyutlarda erkek katılımcıların kadın katılımcılardan daha yüksek ortalama puan elde etmesinden kaynaklanmaktadır.

Tablo 2. Katılımcıların egzersiz bağımlılığı düzeylerinin eğitim durumu değişkenine ilişkin t-testi sonuçları.

Alt Boyutlar	Eğitim Durumu	N	Ort.	Sd.	t	p
Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi	Lisans	351	4,32	,57	-2,283	,777
	Lisansüstü	33	4,35	,44		
Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Erteleenmesi ve Çatışma	Lisans	351	3,34	,94	-2,639*	,009
	Lisansüstü	33	3,79	,93		
Tolerans Gelişimi ve Tutku	Lisans	351	3,84	,84	-1,065	,287
	Lisansüstü	33	4,01	,95		
Egzersiz Bağımlılığı Toplam	Lisans	351	3,86	,63	-1,816	,070
	Lisansüstü	33	4,07	,70		

$p<0,05$ *

Tablo 3’de göre katılımcıların eğitim durumu değişkenine ilişkin t-testi sonuçlarında “Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi”, “Tolerans Gelişimi ve Tutku” ve “Egzersiz Bağımlılığı Toplam” alt boyutlarında gruplar arası anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Ancak “Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Erteleenmesi ve Çatışma” alt boyutunda gruplar arası istatistiki açıdan anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ortalama puanlar incelendiğinde ise eğitim durumu lisansüstü olan bireylerin ortalama puanlarının lisans düzeyinde olanlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 3. Katılımcıların egzersiz bağımlılık düzeylerinin medeni durum değişkenine ilişkin t-testi sonuçları.

Alt Boyutlar	Medeni Durum	N	Ort.	Sd.	t	p
Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi	Bekâr	347	4,30	,57	-1,982*	,048
	Evli	37	4,50	,44		
Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Erteleenmesi ve Çatışma	Bekâr	347	3,45	,96	9,066*	,000
	Evli	37	2,75	,34		
Tolerans Gelişimi ve Tutku	Bekâr	347	3,84	,86	-1,332	,184
	Evli	37	4,03	,76		
Egzersiz Bağımlılığı Toplam	Bekâr	347	3,89	,65	1,549	,127
	Evli	37	3,77	,41		

$p<0,05$ *

Tablo 4’de yer alan medeni durum değişkenine bağlı egzersiz bağımlılığı ortalama puanlar incelendiğinde “Tolerans Gelişimi ve Tutku” ve “Egzersiz Bağımlılığı Toplam” alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Fakat “Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi” ve “Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Erteleenmesi ve Çatışma” alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur ($p<0,05$). Ortalama puanlar incelendiğinde ise “Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi” alt boyutunda evli katılımcıların bekarlara kıyasla daha yüksek ortalama puan elde ettiği görülürken, “Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Erteleenmesi ve Çatışma” alt boyutunda bekar katılımcıların ortalama puanların daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4. Katılımcıların egzersiz bağımlılık düzeylerinin millilik durumu değişkenine ilişkin t-testi sonuçları.

Alt Boyutlar	Millilik Durumu	N	Ort.	Sd.	t	p
Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi	Evet	84	4,16	,66	-2,580*	,011
	Hayır	300	4,37	,52		
Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Erteleenmesi ve Çatışma	Evet	84	3,26	,80	-1,511	,133
	Hayır	300	3,41	,98		
Tolerans Gelişimi ve Tutku	Evet	84	3,75	,91	-1,191	,236
	Hayır	300	3,88	,83		
Egzersiz Bağımlılığı Toplam	Evet	84	3,75	,63	-2,173*	,030
	Hayır	300	3,92	,63		

$p<0,05$ *

Tablo 5’de yer alan millilik durumu değişkenine bağlı egzersiz bağımlılığı ortalama puanlar incelendiğinde “Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Erteleenmesi ve Çatışma” ve “Tolerans Gelişimi ve Tutku” alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Fakat “Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi” ve “Egzersiz Bağımlılığı Toplam” alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur ($p<0,05$). Ortalama puanlar incelendiğinde ise “Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi” alt boyutunda millî sporcu

olmayan katılımcıların milli sporcu olan katılımcılara kıyasla daha yüksek ortalama puan elde ettiği görülürken, “Egzersiz Bağımlılığı Toplam” alt boyutunda da milli sporcu olmayan katılımcıların ortalama puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 5. Katılımcıların egzersiz bağımlılık düzeylerinin müsabakada tercih edilen oyun türü değişkenine ilişkin t-testi sonuçları.

Alt Boyutlar	Oyun Türü	N	Ort.	Sd.	t	p
Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi	Tekler	231	4,42	,43	4,033*	,000
	Çiftler	153	4,17	,69		
Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Ertelenmesi ve Çatışma	Tekler	231	3,46	,86	1,964*	,050
	Çiftler	153	3,26	1,05		
Tolerans Gelişimi ve Tutku	Tekler	231	4,02	,73	4,544*	,000
	Çiftler	153	3,61	,96		
Egzersiz Bağımlılığı Toplam	Tekler	231	3,99	,51	3,884*	,000
	Çiftler	153	3,72	,76		

p<0,05*

Tablo 6’da katılımcıların egzersiz bağımlılığı düzeylerinin müsabakada tercih edilen oyun türü değişkenine ilişkin t-testi sonuçları yer almaktadır. Ölçek alt boyutlarının tümünde anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p<0,05). Bu farklılıklar tüm alt boyutlarda müsabakada tekler oyun türünü tercih eden katılımcıların çiftler oyun türünü tercih edenlerden daha yüksek ortalama puan elde etmesinden kaynaklanmaktadır.

Tablo 6. Katılımcıların egzersiz bağımlılık düzeylerinin algılanan gelir düzeyi değişkenine ilişkin ANOVA sonuçları.

Alt Boyutlar	Gelir Düzeyi Algısı	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalama	F	p	Anlamlı Fark
Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi	Gruplar Arası	8,293	2	4,146	13,920*	,000	Düşük>Orta Yüksek>Orta
	Gruplar İçi	113,490	381	,298			
	Toplam	121,783	383				
Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Ertelenmesi ve Çatışma	Gruplar Arası	42,861	2	21,431	27,022*	,000	Yüksek>Düşük Yüksek>Orta
	Gruplar İçi	302,159	381	,793			
	Toplam	345,021	383				
Tolerans Gelişimi ve Tutku	Gruplar Arası	10,616	2	5,308	7,518*	,001	Yüksek>Düşük Yüksek>Orta
	Gruplar İçi	268,997	381	,706			
	Toplam	279,613	383				
Egzersiz Bağımlılığı Toplam	Gruplar Arası	14,178	2	7,089	18,977*	,000	Yüksek>Düşük Yüksek>Orta
	Gruplar İçi	142,319	381	,374			
	Toplam	156,497	383				

p<0,05*

Tablo 7’de katılımcıların egzersiz bağımlılığı düzeylerinin algılanan gelir düzeyi değişkenine ilişkin ANOVA sonuçları yer almaktadır. Ölçek alt boyutlarının tümünde anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p<0,05). Bu farklılıkların hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Games Howell testi sonuçlarına göre; “Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi” alt boyutunda gelirini düşük ve yüksek olarak algılayan grubun ortalama puanlarının orta olarak algılayan gruba göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Diğer alt boyutlarda ise aylık gelirini yüksek olarak algılayan grubun düşük ve orta olarak algılayan gruplara kıyasla daha yüksek ortalama puana sahip olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 7. Katılımcıların egzersiz bağımlılık düzeylerinin ikamet edilen yer değişkenine ilişkin ANOVA sonuçları.

Alt Boyutlar	İkamet Edilen Yer	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalama	F	p	Anlamlı Fark
Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi	Gruplar Arası	7,288	2	3,644	12,126*	,000	Köy>İlçe Köy>İl
	Gruplar İçi	114,495	381	,301			
	Toplam	121,783	383				
Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Erteleenmesi ve Çatışma	Gruplar Arası	9,528	2	4,764	5,410*	,005	Köy>İlçe Köy>İl
	Gruplar İçi	335,492	381	,881			
	Toplam	345,021	383				
Tolerans Gelişimi ve Tutku	Gruplar Arası	2,527	2	1,263	1,737	,177	-
	Gruplar İçi	277,086	381	,727			
	Toplam	279,613	383				
Egzersiz Bağımlılığı Toplam	Gruplar Arası	5,197	2	2,599	6,544*	,002	Köy>İlçe Köy>İl
	Gruplar İçi	151,300	381	,397			
	Toplam	156,497	383				

p<0,05*

Tablo 8’de katılımcıların egzersiz bağımlılığı düzeylerinin ikamet edilen yer türü değişkenine ilişkin ANOVA sonuçları yer almaktadır. “Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi”, “Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Erteleenmesi ve Çatışma” ve “Egzersiz Bağımlılığı Toplam” alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Fakat “Tolerans Gelişimi ve Tutku” alt boyutunda anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0,05$). Bu farklılıkların hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Games Howell testi sonuçlarına göre; anlamlı farklılık tespit edilen alt boyutların tümünde köyde ikamet eden katılımcıların ortalama puanlarının ilçede ve ilde ikamet edenlere kıyasla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 8. Egzersiz bağımlılığı toplam puanları ile yaş, spor yaşı, aylık ortalama kişisel gelir, aylık ortalama aile geliri, haftalık antrenman süresi değişkenlerine ilişkin korelasyon analizi sonuçları.

Değişkenler		1.	2.	3.	4.	5.	6.
Egzersiz Bağımlılığı Toplam (1)	r	1					
	p						
Yaş (2)	r	-,042	1				
	p	,411					
Spor Yaşı (3)	r	-,059	,398**	1			
	p	,245	,000				
Aylık Ortalama Kişisel Gelir (4)	r	,036	,640**	,257**	1		
	p	,485	,000	,000			
Aylık Ortalama Aile Geliri (5)	r	,129*	,190**	,100	,410**	1	
	p	,012	,000	,050	,000		
Haftalık Antrenman Süresi (6)	r	,056	-,071	,210**	-,060	-,019	1
	p	,276	,164	,000	,243	,714	

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

Tablo 13’de egzersiz bağımlılığı toplam puanları ile yaş, spor yaşı, aylık ortalama kişisel gelir, aylık ortalama aile geliri, haftalık antrenman süresi değişkenlerine ilişkin korelasyon analizi sonuçları yer almaktadır. Egzersiz bağımlılığı toplam puanları ile yalnızca aylık ortalama aile geliri değişkeni arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Yaş değişkeni ile spor yaşı ve aylık ortalama kişisel gelir değişkenleri arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu tespit

edilmiştir ($p<0,01$). Spor yaşı değişkeni ile aylık ortalama kişisel gelir değişkeni ve haftalık antrenman süresi değişkenleri arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0,01$). Aylık ortalama kişisel gelir değişkeni ile aylık ortalama aile geliri arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0,01$). Aylık ortalama aile geliri değişkeni incelendiğinde ise haftalık antrenman süresi değişkeni arasında anlamlı ilişki olmadığı tespit edilememiştir ($p>0,05$).

Tablo 9. Katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin cinsiyet değişkenine ilişkin t-testi sonuçları.

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	Ort.	Sd.	t	p
Fiziksel Sağlık	Erkek	236	4,07	,48	2,051*	,041
	Kadın	148	3,96	,54		
Psikolojik Sağlık	Erkek	236	4,00	,55	,405	,685
	Kadın	148	3,97	,55		
Sosyal İlişkiler	Erkek	236	3,89	,86	2,244*	,025
	Kadın	148	3,70	,71		
Çevre	Erkek	236	3,97	,61	7,638*	,000
	Kadın	148	3,52	,51		

$p<0,05^*$

Tablo 10’da katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin cinsiyet değişkenine ilişkin t-testi sonuçları yer almaktadır. “Psikolojik Sağlık” alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Ancak “Fiziksel Sağlık”, “Sosyal İlişkiler” ve “Çevre” alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Bu farklılıkların anlamlı farklılık tespit edilen tüm alt boyutlarda erkek katılımcıların kadın katılımcılardan daha yüksek ortalama puan elde etmesinden kaynaklanmaktadır.

Tablo 10. Katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin eğitim durumu değişkenine ilişkin t-testi sonuçları.

Alt Boyutlar	Eğitim Durumu	N	Ort.	Sd.	t	p
Fiziksel Sağlık	Lisans	351	4,03	,52	-,349	,728
	Lisansüstü	33	4,05	,30		
Psikolojik Sağlık	Lisans	351	3,98	,56	-,884	,381
	Lisansüstü	33	4,05	,39		
Sosyal İlişkiler	Lisans	351	3,77	,83	-6,642*	,000
	Lisansüstü	33	4,25	,32		
Çevre	Lisans	351	3,81	,58	,590	,559
	Lisansüstü	33	3,71	,90		

$p<0,05^*$

Tablo 11’de katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin eğitim durumu değişkenine ilişkin t-testi sonuçları yer almaktadır. Ölçeğin yalnızca “Sosyal İlişkiler” alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ortalama puanlar incelendiğinde ise bu alt boyutta lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan katılımcıların ortalama puanlarının lisans düzeyindeki katılımcılara oranla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 11. Katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin medeni durum değişkenine ilişkin t-testi sonuçları.

Alt Boyutlar	Medeni Durum	N	Ort.	Sd.	t	p
Fiziksel Sağlık	Bekâr	347	4,02	,49	-,539	,593
	Evli	37	4,08	,62		
Psikolojik Sağlık	Bekâr	347	3,96	,54	-3,364*	,001
	Evli	37	4,27	,54		
Sosyal İlişkiler	Bekâr	347	3,77	,82	-3,384*	,001
	Evli	37	4,24	,58		
Çevre	Bekâr	347	3,80	,60	-,512	,609
	Evli	37	3,85	,67		

$p<0,05^*$

Tablo 12’de katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin medeni durum değişkenine ilişkin t-testi sonuçları yer almaktadır. “Fiziksel Sağlık” ve “Çevre” alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Fakat “Psikolojik Sağlık” ve “Sosyal İlişkiler” alt boyutlarında ise anlamlı farklılığın olduğu bulunmuştur ($p<0,05$). Bu farklılıklar evli katılımcıların bekar katılımcılara göre daha yüksek ortalama puan elde etmelerinden kaynaklanmaktadır.

Tablo 12. Katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin millilik durumu değişkenine ilişkin t-testi sonuçları.

Alt Boyutlar	Millilik Durumu	N	Ort.	Sd.	t	p
Fiziksel Sağlık	Evet	84	4,06	,50	,666	,506
	Hayır	300	4,02	,51		
Psikolojik Sağlık	Evet	84	4,02	,50	,544	,587
	Hayır	300	3,98	,56		
Sosyal İlişkiler	Evet	84	4,04	,66	3,340*	,001
	Hayır	300	3,75	,84		
Çevre	Evet	84	3,86	,76	,789	,432
	Hayır	300	3,79	,56		

p<0,05*

Tablo 13’de katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin millilik durumu değişkenine ilişkin t-testi sonuçları yer almaktadır. Ölçek alt boyutlarından yalnızca “Sosyal İlişkiler” alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir (p<0,05). Bu farklılık milli sporcu olan katılımcıların milli sporcu olmayan katılımcılara kıyasla ortalama puanlarının daha yüksek olmasından kaynaklanmaktadır.

Tablo 13. Katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin oyun türü değişkenine ilişkin t-testi sonuçları.

Alt Boyutlar	Oyun Türü	N	Ort.	Sd.	t	p
Fiziksel Sağlık	Tekler	231	4,02	,48	-,519	,604
	Çiftler	153	4,04	,53		
Psikolojik Sağlık	Tekler	231	4,04	,57	2,480*	,014
	Çiftler	153	3,90	,52		
Sosyal İlişkiler	Tekler	231	3,90	,90	2,660*	,008
	Çiftler	153	3,69	,65		
Çevre	Tekler	231	3,81	,65	,566	,572
	Çiftler	153	3,78	,55		

p<0,05*

Tablo 14’de katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin Oyun Türü değişkenine ilişkin t-testi sonuçları yer almaktadır. “Fiziksel Sağlık” ve “Çevre” alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir (p>0,05). Ama “Psikolojik Sağlık” ve “Sosyal İlişkiler” alt boyutlarında anlamlı farklılığın olduğu bulunmuştur (p<0,05). Bu farklılıklar tekler oyun türünü tercih eden katılımcıların çiftler oyun türünü tercih eden katılımcılara göre daha yüksek ortalama puan elde etmelerinden kaynaklanmaktadır.

Tablo 14. Katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin gelir düzeyi algısı değişkenine ilişkin ANOVA sonuçları.

Alt Boyutlar	Gelir Düzeyi Algısı	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalama	F	p	Anlamlı Fark
Fiziksel Sağlık	Gruplar Arası	,880	2	,440	1,703	,183	-
	Gruplar İçi	98,394	381	,258			
	Toplam	99,273	383				
Psikolojik Sağlık	Gruplar Arası	,155	2	,078	,250	,779	-
	Gruplar İçi	118,025	381	,310			
	Toplam	118,180	383				
Sosyal İlişkiler	Gruplar Arası	1,986	2	,993	1,485	,228	-
	Gruplar İçi	254,788	381	,669			
	Toplam	256,773	383				
Çevre	Gruplar Arası	2,505	2	1,252	3,348*	,036	Yüksek>Düşük
	Gruplar İçi	142,516	381	,374			
	Toplam	,880	2	,440			

p<0,05*

Tablo 15’de katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin gelir düzeyi algısı değişkenine ilişkin ANOVA sonuçları yer almaktadır. Ölçek alt boyutlarından yalnızca “Çevre” alt boyutunda anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir (p<0,05). Bu farklılığın hangi

gruplar arasında gerçekleştiğini belirlemek amacıyla yapılan Games Howell testi sonuçlarına göre; aylık ortalama gelirini yüksek olarak algılayan katılımcıların düşük olarak algılayanlara nazaran daha yüksek olduğu ortalama puan elde ettiği görülmüştür.

Tablo 16. Katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin ikamet edilen yer değişkenine ilişkin ANOVA sonuçları.

Alt Boyutlar	Gelir Düzeyi Algısı	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalama	F	P	Anlamlı Fark
Fiziksel Sağlık	Gruplar Arası	,215	2	,107	,413	,662	-
	Gruplar İçi	99,058	381	,260			
	Toplam	99,273	383				
Psikolojik Sağlık	Gruplar Arası	2,022	2	1,011	3,316	,037*	İl>Köy
	Gruplar İçi	116,158	381	,305			
	Toplam	118,180	383				
Sosyal İlişkiler	Gruplar Arası	50,048	2	25,024	46,119	,000*	İlçe>İl İl>Köy
	Gruplar İçi	206,726	381	,543			
	Toplam	256,773	383				
Çevre	Gruplar Arası	16,357	2	8,178	24,218	,000*	İlçe>Köy İlçe>İl
	Gruplar İçi	128,664	381	,338			
	Toplam	145,021	383				

p<0,05*

Tablo 16’da katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin ikamet edilen yer değişkenine ilişkin ANOVA sonuçları yer almaktadır. Ölçek alt boyutlarından yalnızca “Fiziksel Sağlık” alt boyutunda anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir (p>0,05). Fakat “Psikolojik Sağlık”, “Sosyal İlişkiler” ve “Çevre” alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir (p<0,05). Bu farklılığın hangi gruplar arasında gerçekleştiğini belirlemek amacıyla yapılan Games Howell testi sonuçlarına göre; “Psikolojik Sağlık” alt boyutunda il merkezinde ikamet eden katılımcıların köyde ikamet eden katılımcılara kıyasla daha yüksek ortalama puan elde ettikleri görülmüştür. “Sosyal İlişkiler” alt boyutundaki farklılık, ilçe merkezinde ikamet eden katılımcıların il merkezinde ikamet eden katılımcılara, il merkezinde ikamet edenlerin köyde ikamet edenlere göre daha yüksek ortalama puanlar elde etmelerinden kaynaklanmıştır. “Çevre” alt boyutundaki farklılık ise ilçede ikamet eden katılımcıların il merkezinde ve köyde ikamet edenlere kıyasla daha yüksek ortalama puan elde etmelerinden kaynaklanmaktadır.

Tablo 17. Yaşam kalitesi alt boyutları ile yaş, spor yaşı, aylık ortalama kişisel gelir, aylık ortalama aile geliri, haftalık antrenman süresi değişkenlerine ilişkin korelasyon analizi sonuçları.

Değişkenler		1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
Fiziksel Sağlık (1)	r	1								
	p									
Psikolojik Sağlık (2)	r	,560**	1							
	p	,000								
Sosyal İlişkiler (3)	r	,297**	,377**	1						
	p	,000	,000							
Çevre (4)	r	,585**	,483**	,376**	1					
	p	,000	,000	,000						
Yaş (5)	r	-,094	,065	,198**	-,158**	1				
	p	,065	,202	,000	,002					
Spor Yaşı (6)	r	,136**	,148**	,099	,112*	,398**	1			
	p	,007	,004	,053	,028	,000				
Aylık Ortalama Kişisel Gelir (7)	r	-,067	,005	,005	-,014	,640**	,257**	1		
	p	,193	,918	,928	,779	,000	,000			
Aylık Ortalama Aile Geliri (8)	r	,033	-,064	-,115*	,012	,190**	,100	,410**	1	
	p	,525	,213	,024	,815	,000	,050	,000		
Haftalık Antrenman Süresi (9)	r	,172**	,168**	,109*	,265**	-,071	,210**	-,060	-,019	1
	p	,001	,001	,033	,000	,164	,000	,243	,714	

p<0,05*

p<0,01**

Tablo 17’de yaşam kalitesi toplam puanları ile yaş, spor yaşı, aylık ortalama kişisel gelir, aylık ortalama aile geliri, haftalık antrenman süresi değişkenlerine ilişkin korelasyon analizi sonuçları yer almaktadır. Ölçek alt boyutlarından “Fiziksel Sağlık” alt boyutu ile “Psikolojik Sağlık”, “Sosyal İlişkiler” ve “Çevre” alt boyutları arasında orta düzeyde pozitif yönlü, spor yaşı ve haftalık

antrenman süresi değişkenleri arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0,01$). “Psikolojik Sağlık” alt boyutu ile “Sosyal İlişkiler” ve “Çevre” alt boyutları arasında orta düzeyde pozitif yönlü, spor yaşı ve haftalık antrenman süresi değişkenleri arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0,01$). “Sosyal İlişkiler” alt boyutu ile “Çevre” alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönlü ($p<0,01$), yaş ve haftalık antrenman süresi değişkenleri arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ve aylık ortalama aile geliri değişkeni ile düşük düzeyde negatif yönlü ilişkin olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). “Çevre” alt boyutu ile yaş değişkeni arasında düşük düzeyde negatif yönlü ($p<0,01$), spor yaşı değişkeni arasında düşük düzeyde pozitif yönde ($p<0,05$) ve haftalık antrenman süresi değişkenleri arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0,01$). Yaş değişkeni ile spor yaşı ve aylık ortalama kişisel gelir değişkenleri arasında orta düzeyde pozitif yönlü ve aylık ortalama aile geliri değişkeni arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0,01$). Spor yaşı değişkeni ile aylık ortalama kişisel gelir ve haftalık antrenman süresi değişkenleri arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0,01$). Aylık ortalama kişisel gelir değişkeni ile aylık ortalama aile geliri orta düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0,01$).

Tablo 18. Yaşam kalitesi ölçeğinin alt boyutları ile egzersiz bağımlılığı ölçeğinin alt boyutlarına ilişkin korelasyon analizi sonuçları.

Değişkenler	Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi	Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Ertelenmesi ve Çatışma	Tolerans Gelişimi ve Tutku	Egzersiz Bağımlılığı Toplam	
Fiziksel Sağlık	r	,013	,010	,025	,018
	p	,804	,842	,626	,728
Psikolojik Sağlık	r	,080	-,006	,141**	,070
	p	,118	,899	,006	,171
Sosyal İlişkiler	r	-,017	-,079	,114*	-,012
	p	,740	,120	,026	,813
Çevre	r	,072	,141**	,181**	,157**
	p	,157	,006	,000	,002

$p<0,05^*$

$p<0,01^{**}$

Tablo 18’de yaşam kalitesi ölçeği ile egzersiz bağımlılığı ölçeğinin alt boyutlarının arasındaki ilişkinin sınanması amacıyla yapılan korelasyon analizi sonuçları yer almaktadır. “Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi” odaklanma değişkenine ilişkin veriler incelendiğinde egzersiz bağımlılığı ölçeğinin hiçbir alt boyutu ile ilişkiye sahip olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). “Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Ertelenmesi ve Çatışma” alt boyutunda yalnızca “Çevre” alt boyutu ile düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0,01$). “Tolerans Gelişimi ve Tutku” alt boyutunda “Psikolojik Sağlık” ($p<0,01$), “Sosyal İlişkiler” ($p<0,05$) ve “Çevre” ($p<0,01$) alt boyutları ile düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir. “Egzersiz Bağımlılığı Toplam” alt boyutunda ise yalnızca “Çevre” alt boyutu ile düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0,01$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Katılımcıların egzersiz bağımlılığı düzeylerinin cinsiyet değişkenine ilişkin ölçek alt boyutlarının tümünde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılıklar tüm alt boyutlarda erkek katılımcıların kadın katılımcılardan daha yüksek ortalama puan elde etmesinden kaynaklanmaktadır. Verilerimizi destekler nitelikte, Güneş (2020) düzenli egzersiz yapan bireylerin egzersiz bağımlılık düzeylerinin cinsiyet değişkeni bağlamında farklılaştığını tespit etmiştir. Weik ve Hale (2009) araştırma sonuçları incelendiğinde katılımcıların cinsiyet değişkenlerine ilişkin egzersiz bağımlılığı düzeylerinin farklılık gösterdiği ve söz konusu farklılığın kadınlar lehine olduğu görülmektedir. Costa ve arkadaşları (2013) katılımcıların cinsiyet değişkeni bağlamında egzersiz bağımlılıklarını karşılaştırdığı çalışma sonuçlarına göre erkek katılımcıların daha yüksek ortalamalara sahip olduğunu belirlemişlerdir. Aksoy (2021) örneklem grubunu halter ve boks sporcularının oluşturduğu çalışma sonuçlarına göre cinsiyet değişkenine ilişkin egzersiz

bağımlılığı düzeylerinin farklılaştığını ve erkek sporcuların fiziki görünüm memnuniyeti ve itibar görme isteklerinden dolayı kadın sporculara nazaran tolerans gelişimi ve tutku düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Benzer şekilde Sherrington ve arkadaşları (2017) sporcuların cinsiyet değişkenine bağlı olarak egzersiz bağımlılık düzeylerinin farklılık gösterdiği ve söz konusu değişkenliğin erkek katılımcıların bağımlılık düzeyinin daha yüksek olmasından kaynaklandığını saptamıştır. Diğer taraftan, araştırma grubunun cinsiyet değişkeni bağlamında egzersiz bağımlılık düzeyinin anlamlı farklılık göstermediğini tespit eden çalışmalar da bulunmaktadır (Köse & Bayköse, 2019). Türkmen ve arkadaşları (2021) örneklem grubunu oluşturan antrenörlerin cinsiyet değişkeni açısından egzersiz bağımlılık düzeylerinin farklılaşmadığını tespit etmiştir. Konu ile ilgili literatürde yer alan araştırmalara dayanarak erkek katılımcıların sportif aktivitelere kadınlara oranla daha fazla katıldığı gibi bu yoğun katılıma paralel olarak egzersize ilişkin algıladıkları bağımlılık düzeylerinin de daha fazla olduğu düşünülmektedir.

Katılımcıların eğitim durumu değişkenine ilişkin ölçeğin “Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi”, “Tolerans Gelişimi ve Tutku” ve “Egzersiz Bağımlılığı Toplam” alt boyutlarında anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Ancak “Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Erteleme ve Çatışma” alt boyutunda istatistiki açıdan anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Ortalama puanlar incelendiğinde ise eğitim durumu lisansüstü olan bireylerin ortalama puanlarının lisans düzeyinde olanlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Verilerimizi destekler nitelikte, Akkaya (2022) düzenli egzersiz yapan kadınların öğrenim düzeylerine göre farklılık olduğunu ve söz konusu farklılığın eğitim durumu ilköğretim olan grup lehine olduğunu belirlemiştir. Kürtül (2021) çalışma sonuçlarına göre katılımcıların eğitim durumu değişkenine ilişkin egzersiz bağımlılığı toplam puanlarında anlamlı farklılık tespit etmiş ve farklılığın kaynağı olarak lise ve üniversite öğrenimine sahip bireyler lehine sonuçlar elde etmesi göstermiştir. Gültekin Arayıcı (2020) çalışma sonuçları incelendiğinde araştırma grubunun eğitim durumu değişkeni ile egzersiz bağımlılığı toplam puanı arasında ilişki olduğu görülmektedir. Güler (2020) eğitimci eşliğinde egzersiz yapan yetişkinlerin eğitim durumu değişkeni bağlamında egzersiz bağımlılığı düzeylerinde ilişki saptamıştır. Diğer taraftan, düzenli egzersize katılan kişilerin eğitim düzeyleri değişkeni bağlamında egzersiz bağımlılığı düzeylerinin farklılık göstermediğini belirten çalışmalar da mevcuttur (Orhan, vd., 2019). Uçar (2019) kadın katılımcıların eğitim durumları ile egzersiz bağımlılığı toplam puanları arasında ilişki olmadığını tespit etmiştir. Yıldızççek (2019) de benzer olarak düzenli fitness antrenmanı yapan kişilerin eğitim durumu değişkeni ile egzersiz bağımlılıkları arasında ilişkinin olmadığını belirlemiştir. Bu veriler doğrultusunda çalışmada yer alan örneklem gruplarındaki bireylerin algıları doğrultusunda araştırma bulgularının da çeşitlilik arz ettiği düşünülmektedir, araştırma sonuçlarımızdan elde edilen farklılıkların da katılımcıların bireysel algılarına bağlı gerçekleştiği ve eğitim düzeyinin artışı ile farkındalığın da değişiklik gösterdiği düşünülmektedir.

Katılımcıların medeni durum değişkenine bağlı ölçeğin “Tolerans Gelişimi ve Tutku” ve “Egzersiz Bağımlılığı Toplam” alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Fakat “Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi” ve “Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Erteleme ve Çatışma” alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Ortalama puanlar incelendiğinde ise “Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi” alt boyutunda evli katılımcıların bekarlara kıyasla daha yüksek ortalama puan elde ettiği görülürken, “Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Erteleme ve Çatışma” alt boyutunda bekar katılımcıların ortalama puanları daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Verilerimizi destekler nitelikte, Aksoy (2021) sporcuların medeni durum değişkeni açısından egzersiz bağımlılığı düzeylerinin farklılık gösterdiğini belirlemiş ve söz konusu durumun evli olma durumunun bireye yüklediği sorumluluk ve sorunlardan kaynaklandığını belirtmiştir. Yıldızdal (2022) araştırma sonucuna göre evli yüzücülerin daha yüksek ortalamalara sahip olduklarını söylemiştir. Başaran ve arkadaşları (2019) ayrılmış ve bekar katılımcıların egzersiz bağımlılığı düzeylerinin, evli katılımcılara göre daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Yıldızççek (2019) katılımcıların medeni durum değişkenine bağlı olarak egzersiz bağımlılığı düzeylerinin farklılık gösterdiğini ve ilgili durumun bekarlar lehine tespit edilen sonuçlar kaynaklı

olduğu görülmektedir. Diğer taraftan, Sadıq (2018) araştırma sonuçlarına göre katılımcıların medeni durum değişkeni bağlamında egzersiz bağımlılığı düzeylerinin farklılaşmadığını saptamıştır. Bu çalışmaların ve araştırma bulgularımızın göz önünde bulundurulması halinde kişilerin medeni durumlarına bağlı gündelik yaşantılarını şekillendirdiği ve buna bağlı araştırmalarda farklılıkların tespit edildiği düşünülmektedir.

Katılımcıların millilik durumu değişkenine bağlı ölçeğin “Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Erteleme ve Çatışma” ve “Tolerans Gelişimi ve Tutku” alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Fakat “Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi” ve “Egzersiz Bağımlılığı Toplam” alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Ortalama puanlar incelendiğinde ise “Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi” alt boyutunda milli sporcu olmayan katılımcıların milli sporcu olan katılımcılara kıyasla daha yüksek ortalama puan elde ettiği görülürken, “Egzersiz Bağımlılığı Toplam” alt boyutunda da milli sporcu olmayan katılımcıların ortalama puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Verilerimizi destekler nitelikte, Cicioğlu ve arkadaşları (2019) araştırma sonuçlarına göre elit sporcuların egzersiz bağımlılığı puanlarının spor bilimleri fakültesi öğrencilerine nazaran daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Kişiler spor kariyerlerine başlarken belirli nedenler ile güdülenir ve kariyerleri süresince hedefleri doğrultusunda hareket ederler. Söz konusu süreç içerisinde hedefleri doğrultusunda bireyler kendilerini devamlı olarak geliştirerek ilerlemeyi arzularken diğer taraftan güdülenmeleri zararlı hale gelerek olumsuz egzersiz bağımlılığı olgusunu doğurabilir. (Aksoy, 2021). Bu doğrultuda henüz hedeflerine ulaşamadığını varsaydığımız milli olmayan grupta yer alan katılımcıların egzersiz bağımlılık puanlarının yüksek olması beklenen bir durumdur. Diğer taraftan, Güler (2020) eğitimci eşliğinde egzersize katılan bireylerin profesyonel olarak spor yapma değişkenlerine göre egzersiz bağımlılık seviyelerinin farklılık göstermediğini belirtmiştir. Yıldızççek (2019) katılımcıların spor geçmişine bağlı olarak egzersiz bağımlılık düzeylerinin değişmediğini tespit etmiştir. Bahsi geçen bu araştırma sonuçlarına ve bulgularımıza dayanarak milli sporcu kimliğini elde edilebilecek düzeyde sporda başarılı olan bireylerin odaklanma ve duygu değişimi gibi durumlarda başarılı olduğu ve katılım sağlanan sportif içerikli aktiviteleri bağımlılık düzeyinde herhangi bir olumsuzluk teşkil etmeyecek şekilde algıladıkları sonucuna ulaşılırken bunun nedeninin millilerin bilişsel becerilerinden ve profesyonel düşünme odaklı kaynaklandığı düşünülmektedir. Katılımcıların egzersiz bağımlılığı düzeylerinin müsabakada tercih edilen oyun türü değişkenine ilişkin ölçek alt boyutlarının tümünde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılıklar tüm alt boyutlarda müsabakada tekler oyun türünü tercih eden katılımcıların çiftler oyun türünü tercih edenlerden daha yüksek ortalama puan elde etmesinden kaynaklanmaktadır. Elde edilen bu sonuçların tekler oyun türünde sporcunun çiftler oyunundan daha fazla efor sarf ederek takım değil birey olma algısından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Katılımcıların egzersiz bağımlılığı düzeylerinin algılanan gelir düzeyi değişkenine ilişkin ölçek alt boyutlarının tümünde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. “Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi” alt boyutunda gelirini düşük ve yüksek olarak algılayan grubun ortalama puanlarının orta olarak algılayan gruba göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Diğer alt boyutlarda ise aylık gelirini yüksek olarak algılayan grubun düşük ve orta olarak algılayan gruplara kıyasla daha yüksek ortalama puana sahip olduğu tespit edilmiştir. Verilerimizi destekler nitelikte, Uz (2015) araştırma sonucuna göre en yüksek egzersiz bağımlılık düzeyine sahip grubun orta gelir durumuna sahip katılımcılarda olduğu görülmektedir. Kayhan, Kalkavan ve Terzi (2021) araştırma kapsamında gelir düzeyine göre katılımcıların egzersiz bağımlılığı kriterlerinde anlamlı bir fark olduğunu belirlemiştir. Aksoy (2021) araştırma sonuçlarına göre sporcuların algılanan gelir düzeyi açısından egzersiz bağımlılığı ölçeğinin “Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Ertelenmesi ve Çatışma” ve “Tolerans Gelişimi ve Tutku” alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bulgularımıza ek olarak maddi geliri kişinin ne yönde algıladığı ve nasıl değerlendirdiği konusunda bireyselliği ön plana çıkaran bu çalışmalardan da anlaşılacağı üzere aylık ortalama gelir kişilerin algılama biçimlerine bağlı farklılık gösterirken egzersize erişim konusunda da bağımlılık olarak algılanmaktadır. Katılımcıların egzersiz bağımlılığı düzeylerinin ikamet edilen yer türü değişkenine ilişkin ölçeğin “Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi”, “Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Ertelenmesi ve Çatışma” ve “Egzersiz Bağımlılığı Toplam” alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Fakat “Tolerans Gelişimi ve Tutku” alt boyutunda anlamlı fark bulunmamıştır. Anlamlı farklılık tespit edilen alt boyutların tümünde köyde ikamet eden katılımcıların ortalama puanlarının ilçede ve ilde ikamet edenlere kıyasla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Diğer taraftan, literatürde ikamet edilen yer değişkeni bağlamında egzersiz bağımlılığının farklılık göstermediğini belirten çalışmalarda mevcuttur (Balci, 2021). Bu verilere dayanarak ikamet edilen yere bağlı kişilerin günlük yaşantılarının içeriğinde değişiklik olduğu gibi egzersiz ve hareket sıklıklarını bağımlılık düzeyinde algıladıkları düşünülmektedir.

Katılımcıların egzersiz bağımlılığı toplam puanları ile yalnızca aylık ortalama aile geliri değişkeni arasında “düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir”. Yaş değişkeni ile spor yaşı ve aylık ortalama kişisel gelir değişkenleri arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir. Spor yaşı değişkeni ile aylık ortalama kişisel gelir değişkeni ve haftalık antrenman süresi değişkenleri arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Aylık ortalama kişisel gelir değişkeni ile aylık ortalama aile geliri arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Aylık ortalama aile geliri değişkeni incelendiğinde ise haftalık antrenman süresi değişkeni arasında anlamlı ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Bu veriler doğrultusunda spor yaşı gibi deneyimi ifade eden bir değişkenin egzersize katılım sıklığını ifade ettiği ve bu sıklık sonucunda kişinin bağımlılık geliştirdiği düşünülürken aylık ortalama gelir hususunda da bireyin gelirinin artışı ile daha çeşitli egzersizlere erişimi sağlar buna bağlı olarak ta egzersiz bağımlılığının artış gösterdiği düşünülmür.

Katılımcıların “yaşam kalitesi düzeylerinin cinsiyet değişkenine ilişkin ölçeğin “Psikolojik Sağlık” alt boyutunda anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir”. Ancak “Fiziksel Sağlık”, “Sosyal İlişkiler” ve “Çevre” alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Söz konusu farklılık incelendiğinde “tüm alt boyutlarda erkek katılımcıların kadın katılımcılardan daha yüksek ortalama puan elde ettiği

görülmektedir”. Verilerimizi destekler nitelikte, Varol (2021) araştırma sonuçlarına göre katılımcıların cinsiyet değişkeni açısından yaşam kalitesi düzeylerinde farklılık tespit etmiştir. Benzer sonuçlara ulaşan birçok çalışma mevcuttur (Koç, 2020). Avcı ve Pala (2004) da benzer sonuçlara ulaşarak cinsiyet değişkeninin yaşam kalitesi üstünde etkisiz kaldığını tespit etmiştir. Orta yaşlı kişileri örneklem alan çalışma sonuçlarına göre de cinsiyet değişkenine ilişkin yaşam kalitesi alt boyutlarında farklılaşma olmadığı belirlenmiştir. İlgili çalışmalara bakılarak egzersize düzenli katılım sonucunda kişilerin bedensel, ruhsal, sosyal iyilik halini gerçekleştirdiği ancak bu iyilik halinin kişisel algılara bağlı yaşam kalitesini değerlendirme biçimlerine göre farklılık gösterdiği düşünülürken cinsiyet değişkeninin bu noktada herhangi bir norm oluşturulması açısından yetersiz olduğu düşünülmektedir.

Katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin eğitim durumu değişkenine ilişkin ölçeğin yalnızca “Sosyal İlişkiler” alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Ortalama puanlar incelendiğinde ise bu alt boyutta lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan katılımcıların ortalama puanlarının lisans düzeyindeki katılımcılara oranla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Verilerimizi destekler nitelikte, Varol (2021) araştırması sonucunda eğitim durumunun yaşam kalitesini pozitif yönde etkilediğini tespit etmiştir. Benzer olarak Muehrer ve Becker (2005) eğitim durumu değişkenleri yüksek olan kişilerin, eğitim durumu değişkenleri daha düşük olanlara nazaran yaşam kalite düzeylerinin anlamlı düzeyde fazla olduğunu saptamıştır. Diğer taraftan, Koç (2020) katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin eğitim durumları bağlamında farklılık göstermediğini ortaya koymuştur. Bulgularımızın aksi yönünde veriler sunan bu çalışmalarının aksine egzersize katılmak gibi aktif eğitim hayatının sürmesinin de kişinin sosyalleşmesinde aktif rol oynadığı düşünülmektedir.

Katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin medeni durum değişkenine ilişkin ölçeğin “Fiziksel Sağlık” ve “Çevre” alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Fakat “Psikolojik Sağlık” ve “Sosyal İlişkiler” alt boyutlarında anlamlı farklılığın olduğu bulunmuştur. Bu farklılıklar evli katılımcıların bekar katılımcılara göre daha yüksek ortalama puan elde etmelerinden kaynaklanmaktadır. Verilerimizi destekler nitelikte, evli olma durumunun yaşam kalitesini etkilediği tespit edilmiştir (Kapuçam, 2021). Ayrıca evlilik durumunun niteliği bağlamında olumlu-olumsuz bir etkinin varlığı belirtilmiştir (Gülcan, 2014). Güler (2021) öğretmenlerin medeni durum değişkenleri ile yaşam kalite düzeyleri arasında ilişki olduğunu belirlemiştir. Literatürde benzer sonuçlara ulaşan birçok çalışma bulunmaktadır. Diğer taraftan, Şahin (2008) beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin medeni durumlarına göre yaşam kalitelerinin farklılık göstermediğini belirtmiştir. İlgili çalışmalara dayanarak evli bir bireyin bekarlara kıyasla daha sistemli ve düzenli bir hayata sahip olmalarının yaşam kalitelerini pozitif yönde etkilediği düşünülmektedir.

Katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin millilik durumu değişkenine ilişkin ölçeğin alt boyutlarından yalnızca “Sosyal İlişkiler” alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bu farklılık milli sporcu olan katılımcıların milli sporcu olmayan katılımcılara kıyasla ortalama puanlarının daha yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Verilerimizi

destekler nitelikte, Eruzun (2017) katılımcıların sporculuk durumları açısından yaşam kalitesi puanlarında farklılık olduğunu saptamıştır. Diğer taraftan, Baykuş (2021) taekwondo sporcularının milli sporcu olma değişkenine göre yaşam kalitesi düzeylerinin farklılık göstermediğini belirlemiştir. Elde edilen bu verilerin milli sporcularının milli olmayanlara kıyasla daha fazla turnuvaya katılmasından ve milli takım kamplarında yer almasına kaynaklandığı düşünülmektedir. Farklılık elde edilmeyen alt boyutların nedenin ise sporun millilik durumu gözetmeksizin her sporcuya benzer faydalar sunmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin oyun türü değişkenine ilişkin ölçeğin “Fiziksel Sağlık” ve “Çevre” alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Ancak “Psikolojik Sağlık” ve “Sosyal İlişkiler” alt boyutlarında anlamlı farklılığın olduğu bulunmuştur. Bu farklılıklar tekler oyun türünü tercih eden katılımcıların çiftler oyun türünü tercih eden katılımcılara göre daha yüksek ortalama puan elde etmelerinden kaynaklanmaktadır. Bu durumun tekler oyun türünde yarışan sporcuların aldıkları sorumluluk ve edindikleri deneyimlerden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin gelir düzeyi algısı değişkenine ilişkin ölçeğin alt boyutlarından yalnızca “Çevre” alt boyutunda anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Bu farklılığın kaynağı incelendiğinde, aylık ortalama gelirini yüksek olarak algılayan katılımcıların düşük olarak algılayanlara nazaran daha yüksek olduğu ortalama puan elde ettiği görülmüştür. Verilerimizi destekler nitelikte, Varol (2021) katılımcıların gelir durumlarına ilişkin yaşam kalitelerinin pozitif yönlü ilişkisi olduğunu saptamıştır. Kartal’ın (2021) yaşam kalitesi düzeyini branş bazında değerlendirdiği çalışma sonucuna göre basketbolcuların, ölçeğin bedensel ve ruhsal boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmezken, sosyal ve çevre boyutunda anlamlı düzeyde farklılık olduğu, ragbicilerin ise ölçeğin tüm alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir. Elde edilen bu sonucun bireylerin geliri algılama farklılıklarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin ikamet edilen yer değişkenine ilişkin ölçeğin alt boyutlarından yalnızca “Fiziksel Sağlık” alt boyutunda anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Fakat “Psikolojik Sağlık”, “Sosyal İlişkiler” ve “Çevre” alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bu farklılığın hangi gruplar arasında gerçekleştiğini incelendiğinde; “Psikolojik Sağlık” alt boyutunda il merkezinde ikamet eden katılımcıların köyde ikamet eden katılımcılara kıyasla daha yüksek ortalama puan elde ettikleri görülmüştür. “Sosyal İlişkiler” alt boyutundaki farklılık, ilçe merkezinde ikamet eden katılımcıların il merkezinde ikamet eden katılımcılara, il merkezinde ikamet edenlerin köyde ikamet edenlere göre daha yüksek ortalama puanlar elde etmelerinden kaynaklanmıştır. “Çevre” alt boyutundaki farklılık ise ilçede ikamet eden katılımcıların il merkezinde ve köyde ikamet edenlere kıyasla daha yüksek ortalama puan elde etmelerinden kaynaklanmaktadır. Yaşam kalitesini etkileyen boyutlar bağlamında literatür irdelendiğinde “yaş, cinsiyet, gelir, eğitim, yaşanılan konut, medeni durum, boş zaman, aile, sosyal destek ve iş yaşamı” karşımıza çıkmaktadır (Boylu & Paçacıoğlu, 2016). Ayrıca

yaşam kalitesi olgusu içerik olarak oldukça geniştir ve bireyin sağlık durumunun dışında sosyolojik çevre ve destek algılayışını, yaşanılan çevre ve kültür nitelikleri gibi hayata dair çeşitli değişkenleri bünyesinde barındırmaktadır (Eser, 2006). Bu bağlamda yaşanılan konut ve çevre başlığı çalışmamızda daha geniş bir çerçeve olarak ikamet edilen yer başlığında ele alınmıştır. Diğer taraftan, Yoka (2019) örneklem grubunu oluşturan lise düzeyi öğrencilerin yaşadıkları yer değişkeni açısından yaşam kalitesi düzeylerinin farklılık göstermediğini tespit etmiştir. Bu sonuçların bireysel farklılıklardan kaynaklandığı görülmektedir.

Katılımcıların yanıtlarına ilişkin ölçek alt boyutlarından “Fiziksel Sağlık” alt boyutu ile “Psikolojik Sağlık”, “Sosyal İlişkiler” ve “Çevre” alt boyutları arasında “orta düzeyde pozitif yönlü, spor yaşı ve haftalık antrenman süresi değişkenleri arasında düşük düzeyde pozitif yönlü” ilişki olduğu tespit edilmiştir. “Psikolojik Sağlık” alt boyutu ile “Sosyal İlişkiler” ve “Çevre” alt boyutları arasında orta düzeyde pozitif yönlü, spor yaşı ve haftalık antrenman süresi değişkenleri arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir. “Sosyal İlişkiler” alt boyutu ile “Çevre” alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönlü, yaş ve haftalık antrenman süresi değişkenleri arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ve aylık ortalama aile geliri değişkeni ile düşük düzeyde negatif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir. “Çevre” alt boyutu ile yaş değişkeni arasında düşük düzeyde negatif yönlü, spor yaşı değişkeni arasında düşük düzeyde pozitif yönde ve haftalık antrenman süresi değişkenleri arasında “düşük düzeyde pozitif yönlü” ilişki olduğu tespit edilmiştir. Yaş değişkeni ile spor yaşı ve aylık ortalama kişisel gelir değişkenleri arasında orta düzeyde pozitif yönlü ve aylık ortalama aile geliri değişkeni arasında “düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki” olduğu tespit edilmiştir. Spor yaşı değişkeni ile aylık ortalama kişisel gelir ve haftalık antrenman süresi değişkenleri arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir. Aylık ortalama kişisel gelir değişkeni ile aylık ortalama aile geliri “orta düzeyde pozitif yönlü” ilişki olduğu tespit edilmiştir. Tüm bu çalışmalar göz önünde bulundurularak bir sporcunun spor yaşının ve haftalık antrenman süresinin katılım sıklığını ifade ettiği ve spor temelli bu değişkenlerin yaşam kalitesinin artışına paralellik gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Badminton sporcularının yaşam kalitesi ölçeği ile egzersiz bağımlılığı ölçeğine verdikleri yanıtlar doğrultusunda bazı alt boyutlar arasında ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bunlar; “Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Erteleenmesi ve Çatışma” ile “Çevre”, “Tolerans Gelişimi ve Tutku” ile “Psikolojik Sağlık”, “Sosyal İlişkiler” ve “Çevre” ve “Egzersiz Bağımlılığı Toplam” ile “Çevre” alt boyutları arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki sonuçlanmıştır. Konu ile ilgili literatürde yer alan araştırmalar da sporcuların yaşam kaliteleri ile egzersiz bağımlılıkları arasında ilişkinin varlığını işaret etmektedir. Güneş’in (2020) bu hususta düzenli egzersiz yapan bireylerle gerçekleştirdiği araştırmanın verilerinde de anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ancak bahsi geçen araştırma sonuçlarına göre; sporcuların yaşam kalitelerinin fiziksel alanda meydana gelen artış ile egzersiz bağımlılığında bireysel ve sosyal gecikmeler ve ötelemelerin artışı ile paralellik göstermektedir. Aynı zamanda benzer veriler ruhsal alanda da elde edilmiştir. Öte yandan Başaran ve arkadaşları (2019) bu verilerin aksine

bulgular sunarak iki değişken arasında ilişkinin olmadığını ifade etmişlerdir. Bulgularımıza ek olarak bu farklılık arz eden araştırma sonuçlarını Arslanoğlu ve arkadaşlarının (2021) çalışmasında yer alan verilerle açıklamak mümkündür. Bahsi geçen çalışmada düzenli egzersiz yapan kişilerin yaşam kalitelerinde artış olacağı vurgusu yapılmıştır. Bu nedenle kişilerin etkilenen yaşam alanlarının (fiziksel, ruhsal, sosyal ve çevre) da değişebileceği düşünülmektedir. Sonuç olarak; kişilerin bireysel algılarına bağlı olmakla birlikte egzersize olan bağımlılığın artışı ile yaşam kalitelerinin de artış gösterebileceği düşünülmektedir. Araştırmamızın temel problem cümlesine yanıt niteliğindeki bu verilerin sporun sağlamış olduğu faydalardan kaynaklandığı düşünülmektedir. Başka bir ifade ile bireyin katılım sağladığı egzersizi bağımlılık düzeyinde yaptığı takdir de kişinin yaşam kalitesinin artacağı söylenebilir.

ÖNERİLER

Araştırma sonuçlarımıza ilişkin veriler göz önünde bulundurulduğunda ilgili kişi, kurum ve kuruluşlara yönelik şu önerilerde bulunulabilir;

Elde edilen bulguların gelir düzeyi değişkenine bağlı farklılık göstermesi sebebiyle badminton sporcularının egzersiz bağımlılığı ve yaşam kalitesi algılarının farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu sebeple sporcuların gerek egzersize katılmalarının gerekse algıladıkları yaşam kalitesinin artırılması adına ilgili kurum ve kuruluşların (federasyonlar, il-ilçe müdürlükleri vd.) sporcuları destekleyici maddi kaynaklar oluşturmaları önerilmektedir. Spor yaşı ve antrenman süresi gibi değişkenlerin arttıkça kişilerin içerisinde yer aldıkları yaşama ve sürdürdükleri egzersizlere yönelik algılarının değişmesi sebebiyle spor eğitimi verilen alanlarda aktif katılımın potansiyel çıktılarına ilişkin bilgilendirilmelerin artırılmasına yönelik çalışmaların yapılması önerilmektedir.

Tekler oyun türünde müsabakalara katılan sporcuların çiftlerde yarışan sporculara kıyasla egzersiz bağımlılığının olumsuz yönlerinin daha fazla görülmesi nedeniyle tüm sporcular arasında egzersizin bütünleştirici ve diğer türlü olumlu yanlarının kazandırılması amacıyla antrenman planlamaları önerilmektedir. Araştırmamıza konu olan badminton sporcularına ek olarak farklı spor türünden (olimpik/olimpik olmayan, bireysel-takım vb.) katılımcılarla yapılacak olan egzersiz bağımlılığı ve yaşam kalitesi konulu çalışmaların konu ile ilgili literatüre katkı sağlaması nedeniyle yeni örneklem grupları ile bu tür çalışmaların yinelenmesi önerilmektedir.

Etik Metni

Bu makalede araştırma sürecinde, dergi yazım kurallarına, yayın ilkelerine, araştırma ve yayın etiği kurallarına, dergi etik kurallarına uyulmuştur. Makale ile ilgili doğabilecek her türlü ihlallerde sorumluluk yazara aittir.

Çıkar Çatışması: Bu çalışmada yazarlar arasında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Yazar Katkı Oranı: Bu çalışmada birinci yazarın katkı oranı %50 iken ikinci yazarın katkı oranı %30 üçüncü yazarın %20'dir.

KAYNAKLAR

- Akkaya, G. (2022). *Düzenli egzersiz yapan kadınların egzersiz bağımlılık düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 727653).
- Aksoy, Ö. F. (2021). *Halter ve boks sporcularının egzersiz bağımlılığı ve egzersizde davranışsal düzenlemeleri ile madde bağımlılığı farkındalıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 693251).
- Akyüz, H., Yaşartürk, F., Aydın, İ., Zorba, E. & Türkmen, M. (2017). Üniversite öğrencilerinin yaşam kalitesi ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (UKSAD)*, 3 (Special Issue 2), 253-262.
- Allegre, B., Souville, M., Therme, P., & Griffiths, M. (2006). Definitions and measures of exercise dependence. *Addiction Research & Theory*, 14(6), 631-646.
- Arslanoğlu, C., Acar, K., Mor, A., Baynaz, K., Karakaş, F., İpekoğlu, G. & Arslanoğlu, E. (2021). Üniversite öğrencilerinin egzersiz yapma durumuna göre yaşam kalitelerinin incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(1), 187-198.
- Avcı, K., & Pala, K. (2004). Uludağ üniversitesi tıp fakültesinde çalışan araştırma görevlisi ve uzman doktorların yaşam kalitesinin değerlendirilmesi. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 30(2), 81-85.
- Başar, S. (2018). Düzenli egzersizin depresyon, mutluluk ve psikolojik iyi oluş üzerine etkisi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3), 25-34.
- Başaran, Z., Doğanay, M., Çolak, S., & Erdal, R. (2019). Fitness merkezi üyelerinin egzersiz bağımlılığı, mutluluk ve yaşam doyumlarının kişisel özellikler açısından incelenmesi. M. A. Öztürk, & S. Gönülateş (Ed.), 2. Uluslararası Herkes İçin Spor ve Wellness Kongresi içinde (s. 476-484). Antalya: The Lumos Deluxe Resort Hotel & Spa.
- Baykuş, Z. (2021). *Taekwondo sporcularında covid-19 korku durumunun fiziksel aktivite ve yaşam kalitesine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 707404).
- Beyazyürek, M., & Şatır, T. T. (2000). Madde kullanım bozuklukları. *Psikiyatri Dünyası*, 4(2), 50-56.
- Boylu, A. A., & Paçacıoğlu, B. (2016). Yaşam kalitesi ve göstergeleri. *Akademik Araştırmalar ve Çalışmalar Dergisi (AKAD)*, 8(15), 137-150.
- Costa, S., Hausenblas, H. A., Oliva, P., Cuzzocrea, F., & Larcana, R. (2013). The role of age, gender, mood states and exercise frequency on exercise dependence. *Journal of Behavioral Addictions*, 2(4), 216-223.
- Eruzun, C. (2017). *Kadınların spor etkinliklerine katılmalarının boş zaman tatmini ve yaşam kalitesine etkilerinin araştırılması: B-fit spor merkezleri üyeleri örneği* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 491281).

- Eser, E. (2006). Sağlıkla ilgili yaşam kalitesinin kavramsal temelleri ve ölçümü. *Sağlıkta Birlik, 1*(2), 1-5.
- Gülcan, A. (2014). *Genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 367982).
- Güler, F. (2020). *Temel psikolojik ihtiyaçlar ile egzersiz bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi: kişisel eğitmen ile çalışan yetişkinler örneği* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 645587).
- Gültekin Arayıcı, S. (2020). *Çocukluk çağı travmatik deneyimleri, temel psikolojik ihtiyaçlar ve duygu düzenleme güçlüğünün egzersiz bağımlılığı üzerindeki etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 678242).
- Güneş, O. (2020). *Düzenli egzersiz yapan bireylerin egzersiz bağımlılığı ile yaşam kalitesi ilişkisinin tespiti* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 663672).
- Kapuçam, M. (2021). *40 yaş üstü erkeklerde 12 haftalık core egzersizlerinin bazı fiziksel uygunluk parametreleri ve yaşam kalitesi üzerine etkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 656051).
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemi* (23. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, s. 77.
- Kartal, F. (2021). *Basketbolcu ve ragbici kadınların yaşam kalitesinin stres düzeylerine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 689580).
- 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.
- Koç, M. (2020). *Spor yapan ve yapmayan işitme engelli bireylerin yaşam kalitesi ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 647527).
- Köse, E. & Bayköse, N. (2019). Serbest zamanda sıkılma algısı ve egzersiz bağımlılığı arasındaki ilişki. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi, 2*(1), 1-14.
- Kürtül, E. (2021). *Egzersiz bağımlılığı ile çocukluk çağı travmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 703734).
- Muehrer, R. J., & Becker, B. N. (2005). Psychosocial factors in patients with chronic kidney disease: life after transplantation: new transitions in quality of life and psychological distress. *In Seminars in Dialysis 18*(2), 124-131.
- Orhan, S., Yücel, A. S., Gür, E. & Karadağ, M. (2019). Spor merkezlerinde egzersiz bağımlılığının incelenmesi. *Turkish Studies, 14*(2), 669-678.
- Pekel, A. (2016). *Spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören öğrencilerinin akademik öz yeterlilikleri ve üniversite yaşam kalitesi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 420084).
- Sadiq, B. J. (2018). *Investigation of the exercise dependence of athletes' kick boxing, taekwondo and muay thai* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 487317).
- Sherrington, C., Michaleff, Z. A., Fairhall, N., Paul, S. S., Tiedemann, A., Whitney, J., Cumming, R. G., Herbert, R. D., Close, J. C. T., & Lord, S. R. (2017). Exercise to prevent falls in older adults: an updated systematic review and meta-analysis. *Br J Sports Med, 51*, 1749-1757.
- Starcevic, V. (2016). Behavioural addictions: A challenge for psychopathology and psychiatric nosology. *Australian ve New Zealand Journal of Psychiatry, 50*(8), 721-725.
- Taşkent, A. (2010). *Alkol ve/veya madde bağımlıları ile bağımlılığı olmayan bireylerin savunma mekanizmaları açısından karşılaştırılması, çocukluk çağı travmaları, disosiyatif yaşantılar ve bağımlılık şiddetinin savunma mekanizmaları üzerindeki etkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 278784).
- Tekkurşun Demir, G., Hazar, Z., & Cicioğlu, H. (2018). Egzersiz bağımlılığı ölçeği (EBÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kastamonu Education Journal, 26*(3), 865-874.
- Türkmen, M., Zorba, E., Aydos, L., Akman, O., & Yıldız, M. (2021). Antrenörlerin egzersiz bağımlılık düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. 4. Uluslararası Herkes İçin Spor Kongresi'nde sunulmuş sözlü bildiri. Ankara: Gazi Üniversitesi.
- Uçar, S. A. (2019). *Yetişkinlerde egzersiz bağımlılığı ile narsisizm arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 582109).
- Uz, İ. (2015). *Fitness merkezlerine düzenli katılan bireylerde egzersiz bağımlılığının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 422893).
- Varol, T. (2021). *İşitme özel gereksinimli bireylerin yaptıkları rekreatif etkinliklerin yaşam kalitesine etkisinin incelenmesi Giresun ili örneği* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 715711).
- Weik, M., & Hale, B. D. (2009). Contrasting gender differences on two measures of exercise dependence. *British Journal of Sports Medicine, 43*(3), 204-207.
- WHOQOL Group (1998). Development of the World Health Organization WHOQOLBREF quality of life assessment. *Psychological Medicine, 28*(03), 551-555.
- Yaman, Ç. (1994). *Karadeniz teknik üniversitesi Giresun eğitim fakültesi öğrencilerinin fizyolojik özellikleri, antropometrik yapılarının araştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 355258).
- Yıldızciçek, C. (2019). *Psikolojik bir rahatsızlık olan egzersiz bağımlılığının öz yeterlilik ile ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 622211).

Yıldızdal, B. (2022). *Yüzücülerde egzersiz bağımlılığının psikolojik dayanıklılık üzerine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 717222).

Yoka, O. (2019). *Türk ve yabancı uyruklu lise öğrencilerinin internet bağımlılığı, yaşam kalitesi ve fiziksel aktivite düzeylerinin karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 615448).

EXTENDED SUMMARY

Research Problem: Examination of the relationship between exercise addiction and life quality levels of badminton athletes.

Research Questions: Is there a relationship between exercise addiction and quality of life levels of badminton athletes?

Literature Review: The definition of exercise addiction is defined as “excessive willingness to do physical exercise and exercising, exercising even though exercise has harmful effects, for example, even in the case of injury, and feeling unwell when inhibited”. In another definition; Exercise addiction has been defined as “participation in exercise for the purpose of entertainment resulting in uncontrollable excessive exercise behavior”. The dictionary meaning of quality of life is “a term that describes the general well-being and well-being of individuals or communities”. It is the fact that individuals have the necessary factors for personal development in all areas of their lives. The definition of quality of life is accepted by the World Health Organization (WHO) and the Quality of Life Group (WHOQOL); It expresses the perception of one's position in life based on expectations, goals, standards and concerns within culture and value systems. Quality of life is “people's reaction to various living conditions”. The state of feeling well in daily life in terms of psychological, socio-cultural and physiological means the satisfaction one receives from life. When quality of life was examined in the literature, it was first used in the field of economy, socio-cultural field, social sciences and psychology of individuals, respectively, in the field of psychology. It has been observed that the concept of quality of life has been examined in “physiological, psychological, social and societal fields”. The aim of the study by using all these data; The aim of this study is to examine the relationship between exercise addiction and quality of life levels of badminton athletes.

Methodology: While Turkish badminton players constitute the universe of the research, the sample group consists of 384 participants, who were reached by using the convenience sampling selection method. Data collection tools were delivered to these participants via the Google Form database. Three different forms were used to reach the data to be obtained in the research framework and dimension. These forms; “Personal Information Form”, “Exercise Addiction Scale” and “WHOQOL-BREF (World health organization quality of life scale-short form)”. SPSS 22 program was used for data analysis. Percentage and frequency distributions, Levene Test, Pearson Correlation Analysis, One-Way ANOVA and t-Test were used in the analysis of the data.

Result and Conclusions: According to the results of the research, significant differences were found in all sub-dimensions of the exercise addiction scale related to gender, preferred game type, and perceived income level. It was determined that there was a statistically significant difference between the groups in the "Postponement of Individual-Social Needs and Conflict" sub-dimension of the exercise addiction scale related to the educational status variable. When the mean scores of exercise addiction depending on the marital status variable were examined, it was found that there was a significant difference in the sub-dimensions of "Excessive Focus and Change in Emotion" and "Postponement of Individual-Social Needs and Conflict". When the mean scores of exercise addiction depending on the nationality status variable were examined, it was found that there was a significant difference in the sub-dimensions of "Excessive Focus and Change in Emotion" and "Exercise Addiction Total". Significant differences were found in the sub-dimensions of "Excessive Focus and Change of Emotions", "Postponement of Individual-Social Needs and Conflict" and "Exercise Addiction Total" related to the type of residence variable of exercise addiction levels. A significant difference was found in the sub-dimensions of “Physical Health”, “Social Relationships” and “Environment” related to the gender variable of quality of life levels. A significant difference was found only in the “Social Relationships” sub-dimension of the scale related to the education level variable of life quality levels. It was found that there was a significant difference in the sub-dimensions of "Psychological Health" and "Social Relationships" related to the marital status variable of quality of life levels. It was determined that there was a significant difference only in the "Social Relationships" sub-dimension, among the sub-dimensions of the scale related to the variable of nationality status of life quality levels. It was found that there was a significant difference in the "Psychological Health" and "Social Relationships" sub-dimensions of the Game Type variable of the quality of life levels. It was determined that there was a significant difference only in the "Environment" sub-dimension, among the sub-dimensions of the scale related to the income level perception variable of life quality levels. It was determined that there was a significant difference in the sub-dimensions of "Psychological Health", "Social Relations" and "Environment" related to the place of residence variable of life quality levels. As a result; It was concluded that there is a relationship between badminton athletes' quality of life scale and some sub-dimensions in line with their responses to the exercise addiction scale.