



**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK TUTUMLARI İLE
YAŞAM DOYUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**
INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN UNIVERSITY
STUDENTS' ATTITUDES TOWARDS SPORTS AND LIFE SATISFACTION

EMRE BELLİ

Doç. Dr., Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

emre.belli@atauni.edu.tr

 <https://orcid.org/0000-0001-8435-2529>

FATİH BEDİR

Arş. Gör., Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

fatih.bedir@atauni.edu.tr

 <https://orcid.org/0000-0002-2820-5353>

MURAT TURAN

Spor Eğitim Uzmanı, Erzurum Gençlik Spor İl Müdürlüğü

mturan@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0002-3865-7134>

ETÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi | ETU Journal of Social Sciences Institute

S.9, Ekim | October 2019, Erzurum

ISSN: 2149-939X

Makale Türü | Article Types : Araştırma Makalesi | Research Article
Geliş Tarihi | Received Date : 26.07.2019
Kabul Tarihi | Accepted Date : 01.09.2019
Sayfa | Pages : 89-103
 <http://dx.doi.org/10.29157/etusbe.123>

www.etusbe.com

<https://dergipark.org.tr/etusbed>

This article was checked by

 iThenticate

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK TUTUMLARI İLE YAŞAM DOYUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Emre BELLİ, Fatih BEDİR, Murat TURAN

ETÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi (ETÜSBED), S.9, Ekim 2019, Sayfa: 89-103

ÖZ

Bu çalışmada; Atatürk Üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerinin spora yönelik tutumları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada üç bölümden oluşan anket tekniği kullanılmıştır. Birinci bölümde katılımcılara demografik özelliklerinin sorulduğu sorular; ikinci bölümde Şentürk, (2014) tarafından geliştirilen Spora Yönelik Tutum ölçeği, üçüncü bölümde ise Diener ve ark (1985) tarafından geliştirilen, Köker ve Yetim (1991) tarafından Türkçeye uyarlanan Yaşam Doyum Ölçeği kullanılmıştır. Veri toplama araçları 2018-2019 eğitim-öğretim yılında Atatürk Üniversitesinde öğrenim gören 167 erkek, 103 kadın olmak üzere toplam 270 öğrenciye uygulanmıştır.

Yapılan analizler sonucunda spora yönelik tutum ($p=.824$) ve yaşam doyumunun ($p=.231$) cinsiyete göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Ayrıca yaş değişkeni açısından bireylerin spora yönelik tutumları (.007) 18-23 yaş genç bireylerin lehine anlamlaşırken, yaşam doyumu açısından ($p=.001$) 23-33 yaş arası bireylerin daha yüksek bir yaşam doyumuna sahip olduğu belirlenmiştir. Yapılan kolerasyon analiz sonuçlarına göre, spora yönelik tutum ile yaşam doyumu arasında ($r=273$) düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki gözlemlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Spora Yönelik Tutum, Yaşam Doyumu, Spor.

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN UNIVERSITY STUDENTS' ATTITUDES TOWARDS SPORTS AND LIFE SATISFACTION

ABSTRACT

In this study, it was aimed to investigate the relationship between their attitudes towards sports and life satisfaction of students at Ataturk University. A three-part questionnaire was used in the study. In the first part, questions about the participant's demographic characteristics are asked; in the second part the Sports Attitude Scale, which is developed by Şentürk H., (2014), In the third section "Life Satisfaction Scale" developed by Diener et al (1985), and adapted into Turkish with validity and reliability by Köker ve Yetim (1991), were used. The questionnaires were applied to students studying at Ataturk University University in the academic year of 2018-2019 a total of 270 students, 167 males and 103 females.

As a result of the analyzes, it was determined that attitude towards sports (.824) and life satisfaction (.231) did not differ according to gender. In addition, individuals' attitudes towards sports (.007) were found to be in favor of younger aged 18-23 years individuals in terms of age variable, whereas in terms of life satisfaction (001), individuals aged 23-33 years were found to have a higher life saturation. According to the results of correlation analysis, a low level positive correlation was observed between sports attitude and life satisfaction ($r = 273$).

Keywords: Sports Attitude, Life Satisfaction, Sport.

Giriş

İlk kez 1961 yılında Neugarten tarafından ortaya atılan yaşam doyumu kavramı, bir insanın beklentileriyle (ne istediği), elinde olanların (neye sahip olduğu) karşılaştırılmasıyla elde edilen durum ya da sonuç olarak ifade edilmiştir. (Özer ve Karabulut 2003). Öznel iyi oluş ya da diğer bir deyişle yaşam doyumu çoğu kişi tarafından yaşamın temel hedefleri olarak belirtilmektedir. Öznel iyi oluş bireyin yaşamını ne şekilde değerlendirdiği ile yakından ilişkilidir. Mutluluğu elde edebilmede, bireyin hedefleriyle, bu hedeflere hangi ölçüde ulaşabildiği konusundaki fikirleri arasındaki uyum ya da uyumsuzluğun belirleyici rol oynadığı öne sürülmektedir. Yapılan çalmalarda öznel iyi oluşun ya da diğer bir deyişle yaşam doyumu günlük yaşamdaki engellenmeler, maddi durum, yaşam olayları, bireysel hedefler ve kişilik özellikleri gibi etkenlerle ortaya koyulmuştur. Bireysel ve kültürel değer sistemleri de öznel iyi oluşla yakından ilişkilidir (Rask ve ark. 2002). Diğer taraftan, bir toplumdaki bireylerin öznel iyi oluş düzeyinin, temel olarak o toplumdaki refah düzeyi, sağlık hizmetleri ve eğitim olanakları ile ilişkili olduğu öne sürülmektedir (Wagner 2006). Veenhoven, (1996). Yaşam doyumunu bir bütün olarak yaşam kalitesinin, olumlu olarak gelişiminin derecesi şeklinde açıklarken, yaşam doyumunun belirleyicilerini hayattaki değişimler yani toplumun kalitesi, kişinin toplumdaki yeri, bireysel yetenekleri, yaşam olaylarının gidişatı, deneyimli olmak, gelişimin içsel ilerlemesi yani sonuç çıkarmak, hislerin temelindeki anlamları araştırmak, yaşam doyumu ve doyum alanı arasındaki ilişkiyi ifade etmek olarak açıklar.

Bireyin hem bedensel hem de zihinsel yönden sağlığını geliştiren spor, onların toplumsal davranışlarını düzenleyen, mental ve motorik özelliklerini belirli seviyeye yükselten biyolojik, pedagojik ve sosyal bir olgudur. Farklı bir ifadeyle spor, bireyin fikir, ruh ve beden gelişmesini ve bu öğeler arasında koordinasyonu ve sosyalleşmeyi sağlayan önemli sosyal etkenlerden biridir. Spor, her şeyden önce insan unsuruna hitap ettiği için, sporda amaç ister sağlıklı ve iş verimi yüksek bir toplum oluşturmak olsun, ister geleceğe güvenle bakabilecek yapıcı, yenilikçi ve sağlıklı bir gençlik yetiştirmek olsun, ister sosyal çözülmeye ve yabancılaşmaya karşı kullanılacak bir araç olması özelliğiyle, sporun günümüzde çok etkin ve vazgeçilmez bir sosyal olgu durumuna geldiği açık bir gerçektir (Yetim, 2014, 165). Günümüzde spor, boş zamanların değerlendirme faaliyetleri içinde önemli bir yer tutmaktadır. Spor, sadece bir boş zaman faaliyeti olarak düşünülmemelidir. Boş zamanın sportif faaliyetlerle doldurulması toplumların spor kültürüne de yansımaktadır. Erkan, toplumsal spor hareketlerini ele aldığı kitabında "kitle sporu", "yaşam boyu spor", "herkes için spor" ve "sağlıklı yaşam için spor", gibi sloganlarla, farklı cins, meslek ve statüdeki bireyleri aktif olarak spora çekebilme yollarından birinin de boş zaman faaliyetlerinde spor yapma eğilimlerinin teşvik edilmesi olduğunu vurgulamıştır (Erkan, 1982).

Yukarıdaki ifadeler incelendiğinde bireylerin spor ile olan ilişkisi onu hem bedenen hemde zihnen gelişimini sağlayarak öznel iyi oluş ya da diğer bir ifade ile yaşam doyumu üzerindeki etkisini incelemeye değer kılmaktadır. Fiziksel aktivite, düzenli egzersiz ve spor, özellikle gençlerin sağlıklı gelişmesinde, kötü alışkanlıklardan uzak durmalarında, psiko-sosyal açıdan güçlenmelerinde, ilerleyen yaşlarda çeşitli kronik hastalıklardan korunmalarında veya bu hastalıkların tedavisinde, bir başka deyişle tüm hayat boyunca yaşam kalitelerinin artırılmasında önemli farklar yaratabilmektedir (Erkan, 1992). Spor ve fiziksel aktivite, kitlelerin büyük bir bölümünün ilgisini çekmekte, sağlığın simgesi olarak kabul edilmektedir. Fakat bu kavramlar gün geçtikçe değişim ve gelişim göstermektedir. Popüler kültürde spor, sağlık, eğlence ve boş zaman etkinlikleri çerçevesinde değerlendirilmektedir. Sadece yapan için değil izleyicisi açısından da sosyal, siyasal ve ekonomik bir alanı temsil etmektedir (Solmaz ve Aydın, 2012).

Tutumlar, insanın bir şey hakkında ne hissettiğini ifade eder (Robbins, 1994). Olumlu veya olumsuz şekillenebilirler. Bir başka ifadeyle tutum; yaşantı ve deneyimler sonucu oluşan, ilgili olduğu bütün obje ve durumlara karşı bireyin davranışları üzerinde yönlendirici ya da dinamik bir etkileme gücüne sahip duygusal ve zihinsel hazırlık durumu (Allport, 1967; akt. Tavşancıl, 2010) olarak ifade edilmektedir. Başka bir tanımda ise bireyin kendine ya da çevresindeki herhangi bir nesne, toplumsal konu, ya da olaya karşı deneyim, motivasyon ve bilgilerine dayanarak örgütlediği zihinsel, duygusal ve davranışsal bir tepki ön eğilimidir" (İnceoğlu, 2000, s.5). U.S. Department. of Health and Human Services'e göre (2000) fiziksel aktivite ve spora katılım sosyal, fiziksel ve zihinsel iyiliğin yanında bireylerin, takım çalışması, öz disiplin, centilmenlik, liderlik ve sosyalleşme becerilerini geliştirmektedir. Bu bakımdan bireyleri gerek kötü alışkanlıklardan uzak tutmak, gerekse de günlük yaşamlarında fiziksel, zihinsel ve sosyal açıdan sağlıklı tutabilmek için küçük yaşlardan itibaren kazandırılan spora yönelik olumlu tutum önem taşımaktadır (Koçak, F. 2014). Bireyleri her yönden olumlu yönde etkileyen sporun yaşam doyumu açısından değerlendirilmesi, bireyleri spora yönlendirmede farklı bir motivasyon kaynağı olarak düşünülebilir.

Bu çalışmada; Üniversite öğrencilerin spora yönelik tutumlarının yaşam doyum açısından değerlendirilmesi; spora ilgi duyma, sporla yaşama, aktif spor yapma gibi alt boyutlar üzerinden incelenerek değerlendirilmesi amaçlanmaktadır.

Materyal ve Metot

Araştırmada, betimsel araştırma modeli içerisinde yaygın bir şekilde kullanılan (Ekiz 2009); geniş gruplar üzerinde yürütülen, gruptaki bireylerin bir olgu veya olayla ilgili görüşlerinin, tutumlarının alındığı, olgu ve olayların kendi koşulları içinde ve olduğu gibi betimlenmeye çalışıldığı tarama yöntemi kullanılmıştır (Karasar 2005; Gürbüz ve Emir, 2015). Araştırmanın evrenini; 972 kişiden oluşan

Atatürk Üniversitesi spor bilimleri fakültesi öğrencileri oluştururken, örneklem grubunu ise 167'si erkek, 103 kadın toplam 270 katılımcı oluşturmuştur. Araştırmada katılımcıların spora yönelik tutumları hakkında veri elde etmek için; Şentürk, (2014) tarafından geliştirilen 25 soru ve 3 alt boyuttan (spora ilgi duyma, sporla yaşam, aktif spor yapma) oluşan Spora Yönelik Tutum ölçeği; yaşam doyumu hakkında veri elde etmek için; Diener ve ark. tarafından 1985'te geliştirilen, Köker ve Yetim (1991) Türkçeye uyarlanan yaşam doyumu ölçeği kullanılmıştır. Alınabilecek en düşük puan 5, en yüksek puan ise 35'tir. Toplam puan azaldıkça yaşam doyumu azalır. Ölçekten alınan 7 puan ve altı düşük, 13 puan ve üstü yüksek yaşam doyumu, 8- 12 arasında kalan puanlar da orta seviyede yaşam doyumunu göstermektedir.

Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde; SPSS V.22 istatistik paket programı kullanılmıştır. Verilerin parametrik testlerin ön şartlarını sağlayıp sağlamadığına Skewness ve Kurtosis ile Levene testleri yapılmış ve verilerin normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Ölçeklerin güvenilirliklerini belirlemek için de Cronbach Alpha katsayısı hesaplanmıştır. Yapılan analizlere göre Spora yönelik tutum ölçeğinin güvenilirliği .85 Yaşam Doyumu Ölçeği'nin güvenilirliği .80 olarak bulunmuştur. Verilerin değerlendirilmesinde istatistiki yöntem olarak; betimsel istatistik, t test, anova ve pearson korelasyon testleri kullanılmıştır. Yapılan analizlerin istatistiksel anlamlılık düzeyi $p<0.05$ (*) ve $p<0.01$ (**) olarak alınmıştır.

Bulgular

Tablo 1: Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bilgiler

Cinsiyet	N	%
Erkek	167	61.9
Kadın	103	38.1
Yaş	N	%
18-22 yaş arası	103	38.1
23-28 yaş arası	117	43,3
29-33 yaş arası	43	15,9
34 ve üzeri	7	2,6
Fakülte	N	%
Spor Bilimleri	72	26.7
Ziraat	70	25,9
Mühendislik	78	28.9
Edebiyat	20	7.4
Sosyal Bilimler	30	11.1
Sınıf	N	%
1.Sınıf	45	16.7
2.Sınıf	25	9.3
3.Sınıf	130	48.1
4.Sınıf	70	25.9

Aile Durumu	N	%
Çekirdek Aile	168	62.2
Geniş Aile	95	35.2
Parçalanmış Aile	7	2.6
Aylık Geliriniz	N	%
500 TL ve altı	50	18.2
501-1000 TL	52	19.3
1001-1500 TL	40	14.8
1501TL ve üstü	128	47.4
Düzenli Spor Yapıyorsunuz?	N	%
Evet	94	34.8
Hayır	176	65.2
Lisanslı Sporcumusunuz?	N	%
Evet	73	27.0
Hayır	197	73.0
Toplam	270	100

Tablo incelendiğinde; araştırmaya katılanların cinsiyet aralıklarına bakıldığında erkek katılımcı 167 (% 61,9) kişi iken kadın katılımcılar 103 (31,8) kişidir, katılımcıların yaş kriterine göre en yüksek katılım 23-28 yaş aralığında 117 (%43,3) kişi olup, en düşük katılım ise 34 ve üzeri olup 7 (%2,6) kişidir, katılımcıların okuduğunuz fakülte kriterine göre en yüksek katılım mühendislik fakültesi 78 (%28,9) kişi olup, en düşük katılım ise edebiyat fakültesi 20 (%7,4) kişidir, katılımcıların sınıfınız kriterine göre en yüksek katılım 3. Sınıf 130 (% 48,1) kişi olup, en düşük katılım ise 2. Sınıf 25 (% 9,3) kişidir, katılımcıların aile durumları kriterine göre en yüksek katılım çekirdek aile 168 (% 62,2) kişi olup, en düşük katılım ise parçalanmış aile 7 (%2,6) kişidir, katılımcıların aylık gelir kriterine göre en yüksek katılım 1501 tl ve üzeri 128 (%47,4) kişi olup, en düşük katılım ise 1001 - 1500 tl 40 (%14,8) kişidir, katılımcıların düzenli spor yapıyor musunuz kriterine göre en yüksek katılım hayır 176 (%65,2) kişi olup, hayır diyen kişi sayısı 94 (%34,8) kişidir, katılımcıların lisanslı sporcu musunuz kriterine göre: lisanslı sporcu sayısı 73 (%27) evet 197 (%73) sporcu lisansına sahip olmadığı görülmektedir.

Tablo 2: Katılımcıların Spora Yönelik Tutumları ile Yaşam Doyumunu Ölçeklerinden Aldıkları Puanların Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması

		Cinsiyet	n	X	ss	t	p
Spora Yönelik Tutum	Spora İlgi Duyma	Kadın	103	3.57	.78	.896	.371
		Erkek	167	3.67	.93		
	Sporla Yaşama	Kadın	103	3.54	.71	1.67	0.95
		Erkek	167	3.37	.87		
	Aktif Spor Yapma	Kadın	103	3.23	.75	.890	.328
		Erkek	167	3.33	.91		
	Toplam	Kadın	103	3.48	.69	.223	.824
		Erkek	167	3.50	.84		
Yaşam Doyumu	Toplam	Kadın	103	4.74	1.47	-	.231
		Erkek	167	4.52	1.56		

Tablo 2 incelendiğinde katılımcıların cinsiyetlerine göre spora yönelik tutum alt boyut ve toplam puanları ile yaşam doyumu toplam puanlarında anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır. ($p>0.05$). Bu sonuç spora yönelik tutum ve yaşam duyumunun cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı şeklinde yorumlanabilir.

Tablo 3: Katılımcıların Spora Yönelik Tutumları ile Yaşam Doymu Ölçeğinden Aldıkları Puanların Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılması

		Yaş	n	\bar{x}	ss	p	Anlamlı fark
Spora Yönelik Tutum	Spora İlgi Duyma	A-18-22	103	3.71	,835	,008*	A>B, C>B
		B-23-28	117	3.45	,984		
		C-29-33	43	3.95	,577		
		D-34 ve üzeri	7	3.53	,479		
	Sporla Yaşama	A-18-22	103	3.55	,786	,005*	A>B, C>B
		B-23-28	117	3.26	,908		
		C-29-33	43	3.69	,581		
		D-34 ve üzeri	7	3.06	,215		
	Aktif Spor Yapma	A-18-22	103	3.52	,802	,002*	A>D, B
		B-23-28	117	3.13	,919		
		C-29-33	43	3.27	,732		
		D-34 ve üzeri	7	2.76	,644		
Toplam	A-18-22	103	3.62	,761	,007*	A>B, C>B	
	B-23-28	117	3.32	,875			
	C-29-33	43	3.71	,537			
	D-34 ve üzeri	7	3.24	,331			
Yaşam Doymu	Toplam	A-18-22	103	4.25	1.44	,001**	C>A
		B-23-28	117	4.69	1.46		
		C-29-33	43	5.30	1.71		
		D-34 ve üzeri	7	4.08	1.11		

**($p<0.01$) *($p<0.05$)

Tablo 3 incelendiğinde katılımcıların yaş değişkenine göre spora yönelik tutum alt boyut ve toplam puanları ile yaşam doyumu toplam puanlarının tümünde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. ($p<0.05$). Bu sonuç yaş değişkeninin spora yönelik tutum ve yaşam duyumu üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. 18-22 yaş arasında olan katılımcıların spora yönelik tutumlarının diğer katılımcılara oranla daha yüksek olduğu, yaşam doyumu açısından 29-33 ($X=5.30-1.71$) yaş arası bireylerin 18-22 ($X=4.25-1.44$) yaş arasındaki bireylere göre daha fazla yaşam doyumuna sahip oldukları söylenebilir.

Tablo 4. Katılımcıların Spora Yönelik Tutumları ile Yaşam Doyumu Ölçeğinden Aldıkları Puanların Gelir Değişkenine Göre Karşılaştırılması

		Gelir	n	\bar{x}	ss	p	Anlamli fark
Spora Yönelik Tutum	Spora İlgi Duyma	A-500 TL ve Altı	50	3.83	,872	,281	Yok
		B-501-1000 TL	52	3.52	,845		
		C-1001-1500 TL	40	3.55	,989		
		D-1501 TL ve üzeri	128	3.63	,856		
	Sporla Yaşama	A-500 TL ve Altı	50	3.58	,804	,380	Yok
		B-501-1000 TL	52	3.30	,889		
		C-1001-1500 TL	40	3.47	,793		
		D-1501 TL ve üzeri	128	3.42	,810		
	Aktif Spor Yapma	A-500 TL ve Altı	50	3.50	,865	,220	Yok
		B-501-1000 TL	52	3.23	,816		
		C-1001-1500 TL	40	3.37	,983		
		D-1501 TL ve üzeri	128	3.22	,830		
Toplam	A-500 TL ve Altı	50	3.68	,807	,290	Yok	
	B-501-1000 TL	52	3.39	,774			
	C-1001-1500 TL	40	3.48	,863			
	D-1501 TL ve üzeri	128	3.47	,764			
Yaşam Doyumu	Toplam	A-500 TL ve Altı	50	4.09	1.34	,008*	C>A, D>A
		B-501-1000 TL	52	4.33	1.19		
		C-1001-1500 TL	40	4.77	1.55		
		D-1501 TL ve üzeri	128	4.87	1.65		

*(p<0.05)

Tablo 4 incelendiğinde katılımcıların gelir düzeylerinin spora yönelik tutum alt boyut ve toplam puanları (p>0.05) üzerinde farklılaşmadığı görülürken, yaşam doyumu üzerinde (,008) düzeyinde anlamlı farklılığa sahip olduğu görülmektedir (p<0.05). Daha yüksek maddi gelire sahip olan bireylerin 1501 ve üzeri ($\bar{X}=4.87-1.65$) daha fazla yaşam doyumuna sahip oldukları söylenebilir.

Tablo 5: Katılımcıların Spora Yönelik Tutumları ile Yaşam Doyumu Ölçeğinden Aldıkları Puanların Aile Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması

		Aile Durumu	n	\bar{x}	ss	p	Anlamli fark
Spora Yönelik Tutum	Spora İlgi Duyma	1-Çekirdek Aile	168	3.53	,890	,031*	2>1
		2-Geniş Aile	95	3.78	,844		
		3-Parçalanmış Aile	7	4.07	,739		
	Sporla Yaşama	1-Çekirdek Aile	168	3.36	,840	,026*	3>1
		2-Geniş Aile	95	3.52	,775		
		3-Parçalanmış Aile	7	4.12	,672		

	Aktif Spor Yapma	1-Çekirdek Aile	168	3.21	,901	,042*	3>1
		2-Geniş Aile	95	3.39	,766		
		3-Parçalanmış Aile	7	3.92	,786		
	Toplam	1-Çekirdek Aile	168	3.41	,814	,019*	2>1, 3>1
		2-Geniş Aile	95	3.61	,726		
		3-Parçalanmış Aile	7	4.08	,702		
Yaşam Doyumu	Toplam	1-Çekirdek Aile	168	4,29	1.54	,000**	2>1
		2-Geniş Aile	95	5.17	1.36		
		3-Parçalanmış Aile	7	4.62	1.23		

**($p<0.01$) *($p<0.05$)

Tablo 5 incelendiğinde katılımcıların aile durumlarının spora yönelik tutum alt boyut ve toplam puanları ile yaşam doyumu toplam puanlarında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır ($p<0.05$). Bu sonuçlara göre spora yönelik tutum ve yaşam doyumu açısından aile değişkeninin önemli olduğu söylenebilir.

Tablo 6. Katılımcıların Spora Yönelik Tutumları ile Yaşam Doyumu Ölçeğinden Aldıkları Puanların Spor Lisans Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması

			Lisans Durumu	n	X	ss	t	p
Spora Yönelik Tutum	Spora İlgi	Evet		73	3.67	1.17	.352	.726
		Hayır		197	3.62	.74		
	Sporla Yaşama	Evet		73	3.54	1.07	1.022	.309
		Hayır		197	3.40	.70		
	Aktif Spor Yapma	Evet		73	3.58	.96	3.134	.002*
		Hayır		197	3.19	.79		
Toplam	Evet		73	3.61	1.05	1.227	.223	
	Hayır		197	3.45	1.52			
Yaşam Doyumu	Toplam	Evet		73	4.22	1.49	-	.012*
		Hayır		197	4.75	1.52		

*($p<0.05$)

Tablo 6 incelendiğinde katılımcıların lisanslı olma durumlarına göre spora yönelik tutum alt boyutlarından aktif spor yapma ($p=.002$) ve yaşam doyumu toplam puanlarında ($p=.012$) anlamlı farklılıklara rastlanırken ($p<0.05$). spora yönelik toplam puanda lisans değişkeninin farklılaşmaya neden olmadığı görülmektedir. ($p >0.05$).

Tablo 7: Katılımcıların Spora Yönelik Tutumları ile Yaşam Doyumu Ölçeğinden Aldıkları Puanların Düzenli Spor Yapıyor Musunuz Değişkenine Göre Karşılaştırılması

		Düzenli Spor Yapıyor musunuz?	n	X	ss	t	p
Spora Yönelik Tutum	Spora İlgi Duyma	Evet	94	3.69	1,00	,739	,461
		Hayır	176	3.60	,804		
	Sporla Yaşama	Evet	94	3.60	,937	2,212	,028*
		Hayır	176	3.35	,743		
	Aktif Spor Yapma	Evet	94	3.56	.881	3,702	,000**
		Hayır	176	3.15	.817		
Toplam		Evet	94	3.64	,912	1,995	,048*
		Hayır	176	3.42	,709		
Yaşam Doyumu	Toplam	Evet	94	4.69	1.37	,696	,487
		Hayır	176	4.56	1.60		

**($p < 0.01$) *($p < 0.05$)

Tablo 4.9 incelendiğinde katılımcıların düzenli spor yapma durumlarına göre spora yönelik tutum alt boyutlarından sporla yaşama ($p = ,028$) aktif spor yapma ($p = ,000$) alt boyutları ve toplam ($p = ,048$) puanında anlamlı farklılıklara rastlanırken ($p < 0.05$). Yaşam doyumu ($p = ,487$) üzerinde anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($p > 0.05$). Bu sonuç spor yapma değişkeninin spora yönelik tutum üzerindeki etkisini gösterirken, yaşam doyumu açısından farklılığa yol açan bir faktör olmadığını göstermektedir.

Tablo 8: Katılımcıların Spora Yönelik Tutum ile Yaşam Doyumu Toplam Puanları Arasındaki İlişki

		Spora yönelik tutum	Yaşam doyumu
Spora yönelik tutum		-	.273**
			.000
Yaşam doyumu	r	.273**	
	p	.000	-

Spora yönelik tutum toplam puanı ile yaşam doyumu toplam puanı arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Kolerasyon Analizi yapılmıştır. Bu sonuca göre Spora yönelik tutum toplam puanı ile yaşam doyumu toplam puanı arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu söylenebilir.

Tartışma Sonuç

Üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan bu çalışmada; katılımcıların cinsiyetlerine göre spora yönelik tutum alt boyut ve toplam puanları ile yaşam doyumu toplam puanlarında anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır ($p > 0.05$). Bu sonuç spora yönelik tutum açısından kadın ve erkek öğrencilerin spora yönelik

tutum oluşturmada farklı bir eğilim üzere olmadıklarını cinsiyetin sportif tutum üzerinde ayırt edici bir değişken olmadığı şeklinde yorumlanabilir. Göksel ve ark. (2017) yapmış oldukları çalışmada, spora yönelik tutumun cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı ($p=0,24$) buna rağmen erkek öğrencilerin ($\bar{X}=103,10 \pm 12,15$) spora yönelik tutum puan ortalamalarının kadın öğrencilere ($\bar{X}=100,91 \pm 14,10$) göre daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Çalışmamızdaki bulguların aksine Doğan ve Morali, (1999). Yapmış oldukları çalışmada cinsiyet değişkenine göre spor yapma ($p=.0044$) sportif program izleme ($p=.000$) ve spor tesisleri hakkında bilgi düzeyi ($p=.000$) gibi değişkenler açısından erkeklerin kadınlara oranla daha fazla spora yönelik pozitif bir tutum sergiledikleri görülmektedir. Yine Koçak (2014); Türkmen ve ark. (2016)'nın üniversite öğrencilerine yapmış olduğu çalışma ve Balyan ve ark., (2012) tarafından ilköğretim 2. Kademe öğrencilerine yapılan çalışmalarda erkek ve kadın öğrenciler arasında spora yönelik tutum açısından anlamlı farklılıklar tespit etmişlerdir. Koçak ve ark.(2015), Yanık ve Çamlıyer (2015), Gürbüz ve Özkan (2012) cinsiyet değişkenlerinde kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel açıdan herhangi bir farklılık tespit edememiştir, bu sonuçlar çalışmamızla örtüşür niteliktedir.

Katılımcıların yaş değişkenine göre spora yönelik tutum alt boyut ve toplam puanları ile yaşam doyumu toplam puanlarının tümünde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. ($p<0.05$). Bu sonuç yaş değişkeninin spora yönelik tutum ve yaşam doyumu üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. 18-22 yaş arasında olan katılımcıların spora yönelik tutumlarının diğer katılımcılara oranla daha yüksek olduğu, yaşam doyumu açısından 29-33 ($X=5.30-1.71$) yaş arası bireylerin 18-22 ($X=4.25-1.44$) yaş arasındaki bireylere göre daha fazla yaşam doyumuna sahip oldukları söylenebilir.

Toros (2001) elit atletler üstüne yapmış oldukları çalışmada 23 yaş ve üzeri olan bireylerin 23 yaş ve altı olan bireylere oranla daha yüksek bir yaşam doyumuna sahip olduklarını belirtmişlerdir.

Aydiner, 2011 çalışmasındaki bulgularda yaş değişkeninin yaşam doyumu açısından farklılığa neden olan bir faktör olmadığını belirtmiştir. Göksel ve ark. (2017) farklı yaş grubunda yer alan öğrenciler arasında spora yönelik tutum açısından istatistik olarak herhangi bir farklılık tespit edilmemiştir. Türkmen ve ark, (2016) da spora yönelik tutum açısından yaş değişkeninin etkisinin olmadığını ifade etmişlerdir. Diener ve Diener (1996) yaşam doyumunun yaş değişkeni açısından nisbeten düşük bir yordama gücünden bahsetmiştir.

Başka bir çalışmada Campbell ve ark. (1976) yaş değişkeninin arttıkça, yaşam doyum düzeyinin azaldığını ifade etmişlerdir. Bu bulgu çalışmamızla çelişmektedir.

Katılımcıların gelir düzeylerinin spora yönelik tutum alt boyut ve toplam puanları ($p>0.05$) üzerinde farklılaşmadığı görülürken, yaşam doyumu üzerinde

(,008) düzeyinde anlamlı farklılığa sahip olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Daha yüksek maddi gelire sahip olan bireylerin 1501 ve üzeri ($X=4.87-1.65$) daha fazla yaşam doyumuna sahip oldukları söylenebilir.

Yaşam doyumunu ile kişi başına düşen ulusal gelir (Diener ve Biswas- Diener 2002), yaşam süresi, öznel sağlık algısı, üreticilik, iş doyumunu (Diener ve Seligman 2004), insan hakları (Diener ve ark. 1995), bireylerdeki güven duygusu arasında pozitif bir korelasyon olduğunu belirtilmektedir. Yapılan bir araştırma (Aydiner, 2011), üniversiteli erkeklerin bir yaşam amacı olarak maddi kazanç kızlardan daha fazla önem verdiklerini göstermektedir. Aynı çalışmada, maddi kazanç amacı arttıkça genel yaşam doyumunun azaldığı görülmüştür. Araştırmalar yaşam doyumunun, yaşam amaçları, kişilik özellikleri, gelir düzeyi, yaşamdaki engellenmeler gibi pek çok etkenle birlikte belirlendiğini ortaya koymuştur (Rask ve ark. 2002).

Doğan ve Moralı, (1999). Öğretim elemanları üzerine yapmış oldukları çalışmada ekonomik düzeyin yüksek olması, öğretim elemanlarının yaşam doyum düzeylerinin yükselmesine ve bu durumun bireylerin spora yönelik tutumlarını da olumlu yönde etkilediğini belirtmişlerdir. Ayrıca Acar, (2009). yapmış olduğu çalışmada yaşam doyum oranlarının gelir durumu ile ilişkili olduğunu belirtmişlerdir. Moller (1996), Güney Afrikalı üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada, yaşam doyumunun gelir düzeyi ve etnik özellikler ile anlamlı ilişki içinde olduğunu ortaya koymuştur.

Dost, 2007 çalışmasında ekonomik durumu orta olan üniversite öğrencilerinin yaşam doyum puan ortalamalarının ekonomik durumu düşük ($p<.01$) olanların yaşam doyum puan ortalamasından anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirtmektedir. Tüm bu bulgular gelir düzeyi değişkeninin yaşam doyumunu ve spora yönelik tutum açısından farklılaşmaya neden faktörlerden biri olduğunu ileri sürerek çalışmamızdaki bulguları destekler niteliktedir.

Katılımcıların aile durumlarının spora yönelik tutum alt boyut ve toplam puanları ile yaşam doyum toplam puanlarında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır ($p<0.05$). Analiz sonuçlarına göre geniş aileye ($X=3.78-.844$) mensup bireylerin çekirdek aileye ($X=3.53-.890$) oranla daha fazla spora ilgi duyduğu görülürken, sporla yaşama alt boyutunda parçalanmış aile ($X=4.17-.672$) ve aktif spor yapma alt boyutunda yine parçalanmış aile ($X=3.92-.786$) çekirdek aileye oranla spora yönelik tutumda anlamlı farklılıklar göstermişlerdir. Bu farklılığın parçalanmış ailede olan bireylerin kendilerini daha fazla spora adayarak meşgul etmelerinden ileri geldiği düşünülebilir. Öte yandan yaşam doyumunu açısından geniş aileye mensup bireylerin çekirdek ailedekilere nazaran daha fazla yaşam doyumuna sahip olduğu görülmektedir. Bu farklılığın geniş ailede olan bireylerin daha fazla etkileşim halinde bulunabilecekleri ve sosyal destek alabilmelerinden kaynaklandığı düşünülebilir.

Çalışmamızda katılımcıların düzenli spor yapma durumlarına göre spora yönelik tutum alt boyutlarından sporla yaşama ($p=,028$) aktif spor yapma ($p=,000$) alt boyutları ve toplam ($p=,048$) puanında anlamlı farklılıklara rastlanırken ($p<0.05$). Yaşam doyumu ($p=,487$) üzerinde anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($p>0.05$).

Doğan ve Moralı, (1999). Spor yapan öğretim elemanlarıyla yaşam ve iş doyum düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma olmamasına rağmen, spor yapanların yaşam ve iş doyum düzeylerinin daha yüksek olduğunu ifade etmişlerdir.

Çalışmamızda katılımcıların lisanslı olma durumlarına göre spora yönelik tutum alt boyutlarından aktif spor yapma ($p=.002$) ve yaşam doyumu toplam puanlarında ($p=.012$) anlamlı farklılıklara rastlanırken ($p<0.05$). Spora yönelik toplam puanda lisans değişkeninin farklılaşmaya neden olmadığı görülmektedir. ($p >0.05$).

Toros (2001) yaptığı çalışmada Elit sporcuların, elit olmayanlara göre daha fazla yaşam doyumuna sahip olduklarını belirtmişlerdir.

Spora yönelik tutum toplam puanı ile yaşam doyumu toplam puanı arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan Pearson Kolerasyon Analizi sonuca göre Spora yönelik tutum toplam puanı ile yaşam doyumu toplam puanı arasında pozitif yönde düşük düzeyde ($r=.273$) anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bireylerin spora yönelik tutumları yaşam doyumunu artırıcı bir faktör olarak düşünülebilir.

Sonuç olarak, yaşam doyumunu etkilediği düşünülen alanlardan bazıları Doyum alanları olarak ifade edilen iş, aile, serbest zaman, sağlık, para, benlik ve kişinin yakın çevresi olabilmektedir. Bireylerin bu alanlardaki yetkinliği yaşam doyumunu üzerinde önemli etkilere sahip olduğu düşünülmektedir. Yukardaki doyum alanları göz önünde bulundurularak spora yönelik tutum geliştirilmesi yaşam doyumunu üzerinde pozitif yönlü bir etkiye sahip olabileceği düşünülebilir. Bu bağlamda spora yönelik tutum;

Yeterli devlet politikaları,

Ailelerin yönlendirmesi,

Okul programlarında yer alma,

Park ve rekreasyon alanlarındaki spor alanlarının çeşitlendirilmesi,

Teşvik edici TV yayınları gibi tutum oluşturabilecek unsurlar ile desteklenmelidir.

Kaynakça

Acar, Meryem (2009). *Zihinsel ve Fiziksel Özürlü Çocuğa Sahip Anne ve Babaların Yaşam Doyumu ve Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı.

Aydiner, B.B (2011). *Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarının alt boyutlarının genel öz-yeterlik, yaşam doyumu ve çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Balyan, M., Balyan, K. Y., & Kiremitçi, O. (2012). Farklı sportif etkinliklerin ilköğretim 2. kademe öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutum, sosyal beceri ve öz yeterlik düzeylerine etkileri. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(2), 196-201.

Dost, M. T. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(22), 132-143.

Doğan, B., Moralı, S. (1999). Üniversite öğretim elemanlarının sporla ilgili tutumları ile yaşam ve iş doyum düzeylerinin spor yapma alışkanlıkları ile incelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 16-27.

Diener E, Biswas-Diener R (2002) Will money increase subjective well-being? A literature review and guide to needed research . *Soc Indic Res*, 57: 119-169.

Diener E, Seligman MEP (2004). Beyond money: Toward an economy of well-being. *Psychological Science in the Public Interest*, 5:1-31.

Diener E, Diener C, Diener M (1995) Factors predicting the subjective well-being of nations. *J Pers Soc Psychol*, 69: 851-864.

Diener, E., & Diener, C. (1996). Most people are happy. *Psychological science*, 7(3), 181-185.

Erkan N. (1982). *Yaşam Boyu Spor*, GSD, Ankara

Güllü, M., Güçlü, M., & Arslan, C. (2009). Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine İlişkin Tutumlarının İncelenmesi. *Sport Sciences*, 4(4), 273-288.

Göksel, A. G., Çağdaş, C. A. Z., Yazıcı, Ö. F., & İkizler, H. C. (2017). Farklı bölümlerdeki öğrencilerin spora yönelik tutumlarının karşılaştırılması: Marmara üniversitesi örneği. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 123-134.

Gürbüz, A., & Özkan, H. (2012). İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Beden Eğitimi Ve Spor Dersine İlişkin Tutumlarının Belirlenmesi (Muğla İl Örneği). *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 3(2).

İnceoğlu, M. (2000). *Tutum Algı İletişim*. Ankara: Verso Yayıncılık

Koçak, F. (2014). Üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumları: bir ölçek geliştirme çalışması. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(1), 59-69..

Koçak, F., Tuncel, S., & Tuncel, F. (2015). Spor alanında öğrenim gören üniversite öğrencilerinin sporda sürdürülebilirliğe ilişkin tutumlarının belirlenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1), 29-39. Özer M, Karabulut ÖÖ (2003) Yaşlılarda yaşam doyumu. *Geriatrics*, 6(2):72-74.

Rask K, Astedt-Kurki P, Laippala P (2002) Adolescent subjective well-being and realized values. *J Adv Nurs*, 38: 254-263.

Tavşancıl, E. (2010) Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi. Ankara: Nobel yayın dağıtım.

U.S. Department. of Health and Human Services (2000): Promoting Better Health for Young People through Physical Activity and Sports: A Report to the President, erişim: 15-06-2014, http://cdc.gov/healthyyouty/physicalactivity/promoting_health/.

Türkmen, M., Abdurahimoğlu, Y., Varol, S., & Gökdağ, M. (2016). İslami İlimler Fakültesi Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumlarının İncelenmesi. *Bartın Üniversitesi Örneği*. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 48-59.

Toros, Turhan (2001). *Elit ve Elit Olmayan Erkek Basketbolcularda Hedef Yönelimi, Gündüsel (Motivasyonel) İklim Ve Hedeflerin Özgünlük Ve Güçlük Derecesi Özelliklerinin Yaşam Doyumuna Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.

Varol, R., Varol, S., Türkmen, M. (2017). Bartın Üniversitesinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Spora Yönelik Tutumlarının Belirlenmesi. *Uluslararası Kültürel Ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (Uksad)*, 3(2), 316-329.

Veenhoven, R., (1996), Is Happiness Relative?, *Social Indicators Research*, 24, pp.1-34.

Yanık, M., & Çamlıyer, H. (2015). Ortaöğretim 9. sınıf öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumları ile okula yabancılaşma düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *Uluslararası Spor Egzersiz ve Antrenman Bilimi Dergisi*, 1(1), 9-19.

Yetim, A. (2014). *Sosyoloji ve Spor*. Ankara: Berikan Yayınevi.

Yiğit, H. (2010). *Ergenlerin Benlik Saygılarının Yaşam Doyumu Ve Bazı Özlük Nitelikleri Açısından İncelenmesi*. Doktora Tezi. Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Wagner CG (2006). The well-being of nations. *Futurist*, 40:12.