



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi

DOI: 10.33689/spormetre.1600396
Research article



Geliş Tarihi (Received): 13.12.2024

Kabul Tarihi (Accepted): 21.05.2025

Online Yayın Tarihi (Published): 30.06.2025

SEKTÖR HARİCİNDE ÇALIŞAN SPOR BİLİMLERİ MEZUNLARININ SPORA KARŞI TUTUMLARI VE MUTLULUK DÜZEYLERİ

Uğur İnce^{1*}, Fatih Harun Turhan², Berkay Karagöz³

¹Harran Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, ŞANLIURFA

²Karabük Üniversitesi, Hasan Doğan Spor Bilimleri Fakültesi, KARABÜK

³Karabük Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, KARABÜK

Öz: Spor bilimleri mezunları, eğitimleri süresince spor sektörüyle ilgili bilgi ve beceriler kazanırken, mezuniyet sonrası sektörel farklılıklara dayalı işlerde çalışmaları, spora yönelik tutumlarını ve yaşam memnuniyetlerini etkileyebilmektedir. Literatürde, bireylerin eğitim alanları dışında farklı sektörlerde çalışma durumlarının, ilgili alanlara karşı tutum ve mutluluk düzeyleri üzerinde nasıl bir etkisi olduğu sınırlı bir şekilde ele alınmıştır. Bu çalışma, spor bilimleri fakültesi mezunlarının spor sektörü dışındaki işlerde çalışırken spora karşı tutumları ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışmada veriler basit seçkisiz örneklem yöntemine göre toplanarak 256 erkek ile 162 kadın olmak üzere toplamda üniversite mezunu 418 kişiden oluşmaktadır. Katılımcıların demografik özelliklerine göre spora yönelik tutumlar ve mutluluk düzeyleri incelenmiştir. Katılımcıların spora yönelik tutumlarını belirlemek için "Spora Yönelik Tutum Ölçeği" ve mutluluk düzeylerini belirlemek için "Mutluluk Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizi SPSS paket programıyla yapılmıştır. İkili grupların karşılaştırılmasında bağımsız gruplar t testi, çoklu karşılaştırmalarda ve gruplar arasındaki farklılıkları ölçmek içinde One -Way Anova ve Manova testleri kullanılmıştır. Anova ve Manova testleri sonucunda bulunan anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için Tukey ve LSD test sonuçlarından faydalanılmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgular doğrultusunda, Spor bilimleri mezunlarının spora yönelik tutumları genel olarak olumlu bulunmuştur. Sonuç olarak, spor bilimleri mezunlarının sektörde çalışmasalar dahi spora olan bağlılıklarını koruduklarını, ancak spor yapma alışkanlıklarının sosyal ve ekonomik koşullara bağlı olarak farklılık gösterebildiği sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların mutluluk düzeyleri ile hemen hemen tüm değişkenlerin anlamlı ilişki içerisinde olduğu görülmüştür. Çalışmaya katılan bireylerin sporla ilgili olumlu tutumlarını sürdürürebilmeleri için daha fazla teşvik edici uygulamalara ve spor tesislerine erişimlerinin artırılmasına ihtiyaç olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Tutum, mutluluk, istihdam, spor

ATTITUDES TOWARDS SPORTS AND HAPPINESS LEVELS OF SPORTS SCIENCES GRADUATES WORKING OUTSIDE THE SECTOR

Abstract: Graduates of sports sciences acquire knowledge and skills related to the sports sector during their education; however, working in jobs outside the sector after graduation may influence their attitudes towards sports and their life satisfaction. In the literature, the impact of individuals working in fields outside their area of education on their attitudes and happiness levels related to their field has been addressed only to a limited extent. This study aims to examine the relationship between the attitudes of sports sciences graduates towards sports and their happiness levels while working in non-sports-related jobs. The data were collected using a simple random sampling method from a total of 418 university graduates, comprising 256 men and 162 women. Attitudes towards sports and happiness levels were analyzed based on the demographic characteristics of the participants. The "Attitude Towards Sports Scale" was used to determine participants' attitudes towards sports, and the "Happiness Scale" was employed to assess their happiness levels. Data analysis was performed using the SPSS software package. Independent samples t-tests were used for comparisons between two groups, while One-Way ANOVA and MANOVA tests were utilized to measure differences in multiple comparisons and between groups. Tukey and LSD test results were used to identify between which groups significant differences occurred as indicated by the ANOVA and MANOVA tests. Based on the findings, the attitudes of sports sciences graduates towards sports were generally positive. In conclusion, it was found that sports sciences graduates maintain their commitment to sports even if they do not work in the sector, but their sports participation habits may vary depending on social and economic conditions. It was observed that almost all variables had a significant relationship with the happiness levels of the participants. It can be suggested that increasing encouraging practices and access to sports facilities is needed for the individuals participating in the study to sustain their positive attitudes towards sports.

Key Words: Attitude, happiness, employment, sports



* Sorumlu Yazar: Uğur İNCE, Dr. Öğr. Üyesi, E-mail: ugurince023@gmail.com

GİRİŞ

Spor bilimleri, bireylerin fiziksel aktivite ve spor yoluyla sağlıklı bir yaşam sürdürmelerini hedefleyen disiplinler arası bir alandır (Blair ve ark., 2003). Ancak bu alandan mezun olan bireylerin çalışma alanları, mezuniyet sonrası spor sektörü dışındaki işlerde çalışma olasılıkları nedeniyle karmaşık bir hal alabilmektedir (Jama ve ark., 2021). Spor sektöründe istihdam edilemeyen mezunların, iş piyasasının taleplerine uyum sağlamak için farklı sektörlerle yönelmesi, spora olan ilgilerini ve aktif katılımlarını nasıl etkilediği sorusunu doğrudan gündeme getirmektedir (Sleap ve Reed, 2006).

Literatürde, spora katılımın yaşam kalitesi üzerindeki olumlu etkileri açıkça ortaya konmuş ve spor yapmanın duygusal ve psikolojik sağlığı iyileştirdiği yönünde tutarlı bulgular görülmüştür (Shapiro ve Malone, 2016). Bu faydalar iyi bilinse de spor sektöründen uzaklaşan bireyler üzerindeki uzun vadeli etkiler hakkında önemli bir bilgi eksikliği söz konusu olduğu söylenebilir. Sleap ve Reed (2006) çalışmalarında, Spor Bilimleri mezunlarının iş hayatında edindikleri becerilerin, üniversitedeki eğitimle uyumsuz olmasının, fiziksel aktivite alanındaki rehberlik potansiyellerini sınırlayarak fiziksel aktiviteye katılımlarını olumsuz etkileyebileceği belirtilmiştir. Fiziksel aktivitenin ruh sağlığıyla olan güçlü bağı dikkate alındığında, bu geçişin genel mutluluk ve yaşam kalitesi üzerinde olumsuz etkiler yaratma potansiyeli bulunduğu görülmektedir (Guddal ve ark., 2019). Spor mezunları arasında iş tatmini üzerine yapılan çalışmalar da bu endişeyi desteklemektedir (Grimaldi-Puyana ve ark., 2018). Spor endüstrisinde çalışanların, daha yüksek iş ve yaşam memnuniyeti bildirdiğini ortaya koymuştur (Ertekin ve Avunduk, 2021). Bununla bağlantılı olarak, spor dışı kariyerlere geçiş, fiziksel aktiviteye devam etme fırsatlarının sınırlı olması gibi ek zorluklar yaratabilir ve bu da bireylerin yaşam kalitesinde bir düşüşe neden olabilir (Tan, Sullah ve Choong, 2014).

Spor Bilimleri mezunlarının iş bulma süreçleri de giderek daha fazla ilgi çeken bir konu haline geldiği düşünülmektedir. Waterworth ve arkadaşları (2022) yapmış oldukları çalışmada, mezunların gerekli teknik becerilere sahip olmalarına rağmen, eğitimleri ile iş piyasası arasındaki uyumsuzluk nedeniyle spor dışı işlere yönelmek zorunda kaldıklarını, Barriopedro, Subijana ve Muniesa (2018) çalışmalarında, İspanyol olimpik sporcuların yalnızca spora odaklanmaları nedeniyle iş piyasasında entegrasyon zorlukları yaşadığı ve bu sporcuların kendi alanlarında iş bulmada daha fazla zorlandığını, Grimaldi-Puyana ve arkadaşları (2018), spor bilimleri mezunlarının mesleklerine olan bağlılıkları ve mesleki kimliklerinin, iş tatminlerini ve fiziksel aktiviteye olan bağlılıklarını etkileyen önemli faktörler olduğunu, Schlesinger, Studer ve Nagel (2016) ise spor bilimi eğitiminde kazanılan beceriler ile iş dünyasının talepleri arasındaki uyumsuzluğun, mezunların spor dışı sektörlerdeki başarılarını sınırlayabileceğini ortaya koymuşlardır. Literatürde her ne kadar mezun öğrenci ve sporcuların iş eğilimleri, mesleki bağlılık, fiziksel aktivite tutumu ve iş dünyasındaki uyumsuzluklara değinilmiş olsada bu anlamda spor bilimleri mezunlarının sektör harici işlerde çalışmalarının doğrudan nedenlerinin araştırılmadığı görülmüştür. Bu kapsamda çalışmanın mevzuat literatürdeki bu boşluğu dolduracak olduğu düşünülmekte ve bu durumun da çalışmanın özgünlüğünü ortaya koyduğunu söyleyebiliriz.

Tüm bunlar göz önüne alındığında, spor bilimleri mezunlarının kariyer tercihleri ve genel mutluluk düzeyleri ile ilgili anlayışı hem eğitim kurumları hem de işverenler için büyük önem taşıdığı düşünülmektedir. Bu çalışmanın amacı, spor bilimleri fakültesi mezunlarının spor sektörü dışındaki işlerde çalışırken spora karşı tutumları ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir.

YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın modeli, araştırma grubu, veri toplama araçları, veri toplama süreci ve verilerin analizlerine ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

Araştırma Modeli

Bu çalışmada “nicel yöntem” kullanılmış olup, araştırma deseni olarak da ilişkisel tarama türü tercih edilmiştir. Karasar (2009), ilişkisel tarama modelini iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını ve derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modeli olarak ifade etmiştir.

Evren-Örneklem

Araştırmanın evrenini, Spor Bilimleri Fakültesi bölümlerinden mezun olan bireyler oluştururken, örneklemi ise basit seçkisiz örnekleme yöntemiyle seçilmiş, 256 mezun erkek ve 162 mezun kadın olmak üzere toplam 418 kişi oluşturmaktadır. Balcı’ya (2018) göre, 25 milyona kadar olan evrende 384 örneklem sayısı yeterli olmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada veri toplama araçları 3 bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde araştırmacıların geliştirmiş olduğu kişisel bilgi formunda katılımcıların sosyo-demografik özellikleri olan cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu, mezuniyet durumu, gelir düzeyi ve aktif spor yapma durumu ile ilgili olmak üzere toplamda 7 adet soru olacaktır. İkinci bölümde ise katılımcıların spora yönelik tutumlarını belirlemek için Şentürk (2012) tarafından geliştirilen Spora Yönelik Tutum Ölçeği (SYTÖ) kullanılmıştır. Ölçekte toplam 25 madde ve 3 alt boyut bulunmaktadır. Bunlar: “Spora ilgi duyma” (12 madde), “Sporla yaşama” (7 madde), “Aktif spor yapma” (6 madde) şeklindedir. Üçüncü bölümde ise katılımcıların mutluluk düzeylerini belirlemek amacıyla Demirci ve Ekşi (2018) tarafından geliştirilen Mutluluk Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 6 madde ve tek alt boyuttan oluşmaktadır. Her iki ölçekte 5’li Likert tipinde olup, ölçekteki ifadeler; Hiç katılmıyorum (1) Tamamen katılıyorum (5) şeklinde puanlanmaktadır.

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen veriler bilgisayar ortamına aktarılıp SPSS paket programı aracılığıyla analizler yapılmıştır. Yapılan analizlerde yüzdelikler ve standart sapmalar belirlenmiş, bağımlı değişken ile bağımsız değişken veya değişkenler için verilerin normalliği çarpıklık ve basıklık değerleri ile kontrol edilmiştir. Veri setinin birden fazla bağımlı değişken ile birden fazla bağımsız değişken arasında analiz edileceği durumlarda ise çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) için normallik testleri yapılmıştır. Yapılan Box's Test of Equality of Covariance Matrices sonuçlarına göre, ölçek alt boyutlarının Box's M değeri 27,862 ile 39,325 arasında iken, F değeri 0,980 ile 1,110 arasında, serbestlik dereceleri df1 tüm faktörler için 30 dur. df2 puanı da 1003,1683 ile 2630,761 aralığında hesaplanmıştır. Bu test, bağımlı değişkenlerin gözlemlenen kovaryans matrislerinin gruplar arasında eşit olduğunu varsayımını test eder (Box, 1949). Bu durum, bağımlı değişkenlerin kovaryans matrislerinin gruplar arasında eşit olduğunu ve dolayısıyla normallik varsayımının sağlandığını göstermektedir. SPSS paket programıyla; ikili gruplarının karşılaştırılmasında bağımsız gruplar t testi, çoklu karşılaştırmalarda ve gruplar arasındaki farklılıkları ölçmek içinde One -Way Anova ve Manova testleri kullanılmıştır. Anova ve Manova testleri sonucunda bulunan anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için Tukey ve LSD test sonuçlarından faydalanılmıştır. Çalışmada hata düzeyi $p < 0.05$ olarak alınmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde çalışmamızın değişkenlerine ilişkin bulgular yer verilmiştir. Araştırmamıza katılan mezunların özlük niteliklerine (yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu, gelir düzeyi ve spor yapma) göre dağılımlarını gösteren bulgular incelenmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Yüzde ve Frekans Dağılımları

Değişken	Gurup	N	%
Yaş	21-25 Yaş	168	40,2
	26-29 Yaş	86	20,6
	30-34 Yaş	73	17,5
	35-39 Yaş	91	21,8
Cinsiyet	Erkek	256	61,2
	Kadın	162	38,8
Medeni Durum	Bekar	270	64,6
	Evli	148	35,4
Eğitim Durumu	Lisans	334	79,9
	Yüksek Lisans	84	20,1
Gelir Düzeyi	0-10.000 TL	48	11,5
	10.000-17.000 TL	30	7,2
	17.000-25.000 TL	77	18,4
	25.000-35.000 TL	52	12,4
	35.000 TL ve üzeri	211	50,5
Mezun Olunan Alan	Spor Yöneticiliği	85	20,3
	Rekreasyon	103	24,6
	Öğretmenlik	173	41,4
	Antrenörlük	57	13,6
Aktif Spor Yapma Durumu	Evet	193	46,2
	Hayır	225	53,8
	TOPLAM	418	100,0

*p<0.001

Tablo incelendiğinde, katılımcıların demografik özelliklerine göre dağılımı görülmektedir. Araştırmaya katılan katılımcıların %40,2'si 21-25 yaş aralığında, %20,6'sı 26-29 yaş aralığında, %17,5'i 30-34 yaş aralığında ve %21,8'i 35-39 yaş aralığındadır. Katılımcıların %61,2'si erkek ve %38,8'i kadındır. %64,6'sı bekâr, %35,4'ü evlidir. Eğitim durumları incelendiğinde, %79,9'u lisans mezunu, %20,1'i lisansüstü eğitim almıştır. Katılımcıların gelir düzeyleri incelendiğinde, %11,5'i 0-10.000 TL, %7,2'si 10.000-17.000 TL, %18,4'ü 17.000-25.000 TL, %12,4'ü 25.000-35.000 TL ve %50,5'i 35.000 TL ve üzeri gelir düzeyine sahiptir. Mezun olunan alanlar arasında %41,4'ü Öğretmenlik, %24,6'sı Rekreasyon, %20,3'ü Spor Yöneticiliği ve %13,6'sı Antrenörlük bölümlerinden mezun olmuştur. Aktif spor yapma durumuna bakıldığında, %46,2'si aktif olarak spor yaparken, %53,8'i aktif spor yapmamaktadır.

Tablo 2. Spora Yönelik Tutum Ölçeği Alt Boyutlarının Cinsiyet Değişkeni Açısından MANOVA ve Mutluluk Ölçeği Açısından t-test Sonuçları

Bağımlı Değişken	Alt Boyut	Cinsiyet	N	Ort.	Ss	F	p
SYT Ölçeği	Spora İlgili Duyma	Erkek	256	4,07	,22	4,65	,03*
		Kadın	162	4,11	,21		
	Sporla Yaşama	Erkek	256	3,22	,47	,10	,74
		Kadın	162	3,21	,48		
	Aktif Spor Yapma	Erkek	256	3,06	,49	1,09	,29
		Kadın	162	3,11	,49		

Tablo 2. Spora Yönelik Tutum Ölçeği Alt Boyutlarının Cinsiyet Değişkeni Açısından MANOVA ve Mutluluk Ölçeği Açısından t-test Sonuçları (Devamı)

Bağımlı Değişken	Alt Boyut	Cinsiyet	N	Ort.	Ss	t	p
Mutluluk	Mutluluk	Erkek	256	3,86	,77	,621	,53
		Kadın	162	3,91	,75		

*p<0.001

Cinsiyet değişkenine göre yapılan MANOVA sonuçlarına göre, sporla ilgili ölçek alt boyutları arasında cinsiyetler arasında anlamlı farklar bulunmaktadır. Erkeklerin “Spor İlgisi Duyma” puanı ortalaması 4.0712 (± 0.22), kadınların ise 4.1197 (± 0.21) olarak hesaplanmış ve bu fark anlamlı bulunmuştur ($F = 4.656$, $p = 0.03$). Ancak, “Sporla Yaşama” ve “Aktif Spor Yapma” boyutlarında anlamlı fark görülmemiştir ($p > 0.05$). Mutluluk ölçeğinde ise cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmamıştır ($t = 0.621$, $p = 0.53$). Erkeklerin ortalaması 3.86 (± 0.77), kadınların ise 3.91 (± 0.75) olarak belirlenmiştir.

Tablo 3. Spora Yönelik Tutum Ölçeği Alt Boyutlarının Yaş Değişkeni Açısından MANOVA ve Mutluluk Ölçeği Açısından ANOVA Sonuçları

Bağımlı Değişken	Alt Boyut	Yaş	N	Ort.	Ss	F	p	Anlamlı Fark
SYT Ölçeği	Spora İlgili Duyma	21-25	168	4,10	,21	,28	,83	-
		26-29	86	4,08	,24			
		30-34	73	4,06	,22			
		35-39	91	4,09	,22			
	Sporla Yaşama	21-25	168	3,16	,41	6,51	,00*	a-c / b-c / c-d
		26-29	86	3,18	,49			
		30-34	73	3,44	,44			
		35-39	91	3,19	,55			
	Aktif Spor Yapma	21-25	168	2,96	,42	11,86	,00*	a-c / b-c / c-d
		26-29	86	2,99	,54			
		30-34	73	3,30	,42			
		35-39	91	3,21	,52			
Bağımlı Değişken	Alt Boyut	Yaş	N	Ort.	Ss	F	p	
Mutluluk	Mutluluk	21-25	168	3,37	,80	61,25	,000*	a-b / a-c / a-d
		26-29	86	4,19	,49			
		30-34	73	4,20	,52			
		35-39	91	4,28	,46			

*p<0.001

Yaş değişkenine göre yapılan MANOVA sonuçlarına göre, farklı yaş grupları arasında sporla ilgili ölçek alt boyutlarında anlamlı farklar görülmüştür. “Spor İlgisi Duyma” boyutunda yaş grupları arasında anlamlı fark bulunmamıştır ($F = 0.283$, $p = 0.837$). Ortalamalar birbirine yakın çıkmıştır. Ancak, “Sporla Yaşama” boyutu ve “Aktif Spor Yapma” boyutu açısından anlamlı farklar gözlemlenmiştir; 30-34 yaş grubunun puanları diğer gruplardan yüksek bulunmuştur (“Sporla Yaşama”: $F = 6.515$, $p = 0.000$; “Aktif Spor Yapma”: $F = 11.869$, $p = 0.000$). “Mutluluk Ölçeği” açısından ise yaş grupları arasında anlamlı fark bulunmuştur ($F = 61.235$, $p < 0.001$); 21-25 yaş grubunun mutluluk düzeyi diğer gruplardan düşüktür, ancak 26-29, 30-34 ve 35-39 yaş grupları arasında anlamlı fark bulunmamaktadır.

Tablo 4. Spora Yönelik Tutum Ölçeği Alt Boyutlarının Medeni Durum Değişkeni Açısından MANOVA ve Mutluluk Ölçeği Açısından t-test Sonuçları

Bağımlı Değişken	Alt Boyut	Medeni Durum	N	Ort.	Ss	F	p
SYT Ölçeği	Spora İlgi Duyma	Bekar	270	4,09	,22	0,06	,80
		Evli	148	4,08	,22		
	Sporla Yaşama	Bekar	270	3,18	,46	3,92	,04*
		Evli	148	3,28	,49		
	Aktif Spor Yapma	Bekar	270	3,01	,48	17,31	,00*
		Evli	148	3,21	,48		
Bağımlı Değişken	Alt Boyut	Medeni Durum	N	Ort.	Ss	t	p
Mutluluk	Mutluluk	Bekar	270	3,67	,80	9,17	,00*
		Evli	148	4,26	,49		

*p<0.001

Medeni durum değişkenine göre yapılan MANOVA sonuçlarına göre, farklı medeni durum grupları arasında sporla ilgili ölçek alt boyutlarında anlamlı farklar bulunmaktadır. “Spor İlgi Duyma” boyutunda bekar ve evli katılımcılar arasında anlamlı fark görülmemiştir (F = 0.06, p = 0.80). Ancak, “Sporla Yaşama” ve “Aktif Spor Yapma” boyutlarında evli katılımcıların puanları bekar katılımcılardan anlamlı derecede yüksek bulunmuştur (Sporla Yaşama: F = 3.92, p = 0.04; Aktif Spor Yapma: F = 17.310, p = 0.00). Mutluluk ölçeğinde de evli katılımcılar, bekar katılımcılardan daha yüksek mutluluk puanı almıştır (t = 9.17, p = 0.00), bu da evli bireylerin mutluluk düzeylerinin anlamlı derecede yüksek olduğunu göstermektedir.

Tablo 5. Spora Yönelik Tutum Ölçeği Alt Boyutlarının Mezuniyet Alanı Değişkeni Açısından MANOVA ve Mutluluk Ölçeği Açısından ANOVA Sonuçları

Bağımlı Değişken	Alt Boyut	Mezuniyet Alanı	N	Ort.	Ss	F	p	Anlamlı Fark
SYT Ölçeği	Spora İlgi Duyma	Spor Yöneticiliği	85	4,08	,25	1,43	,23	-
		Rekreasyon	103	4,11	,23			
		Öğretmenlik	173	4,06	,20			
		Antrenörlük	57	4,12	,20			
	Sporla Yaşama	Spor Yöneticiliği	85	3,12	,47	2,73	,04*	a-d / c-d
		Rekreasyon	103	3,28	,41			
		Öğretmenlik	173	3,20	,50			
		Antrenörlük	57	3,32	,47			
	Aktif Spor Yapma	Spor Yöneticiliği	85	2,95	,40	4,46	,00*	a-c / a-d
		Rekreasyon	103	3,03	,49			
		Öğretmenlik	173	3,16	,50			
		Antrenörlük	57	3,15	,53			
Bağımlı Değişken	Alt Boyut	Mezuniyet Alanı	N	Ort.	Ss	F	p	
Mutluluk	Mutluluk	Spor Yöneticiliği	85	3,80	,39	18,91	,000*	a-c / a-d / b-a / b-c / b-d
		Rekreasyon	103	3,48	,60			
		Öğretmenlik	173	4,03	,80			
		Antrenörlük	57	4,26	,50			

*p<0.001

Mezun olunan alana göre yapılan MANOVA sonuçlarına göre, farklı alanlar arasında sporla ilgili ölçek alt boyutlarında anlamlı farklar görülmüştür. “Spora İlgi Duyma” boyutunda mezun olunan alanlar arasında anlamlı fark bulunmamış (F = 1.44, p = 0.23). Ancak, “Sporla Yaşama” boyutunda Antrenörlük mezunlarının puanı diğer alanlara göre daha yüksek çıkmıştır (F = 2.73, p = 0.04). “Aktif Spor Yapma” boyutunda ise Öğretmenlik ve Antrenörlük mezunları, Spor Yöneticiliği ve Rekreasyon mezunlarına göre daha yüksek puanlar almıştır (F = 4.46, p = 0.00). “Mutluluk Ölçeği” açısından ise Antrenörlük mezunlarının mutluluk puanı

diğer alanlardan anlamlı derecede yüksek bulunurken, Rekreasyon mezunlarının mutluluk düzeyi daha düşük bulunmuştur ($F = 18.91$, $p < 0.00$).

Tablo 6. Spora Yönelik Tutum Ölçeği Alt Boyutlarının Eğitim Durumu Değişkeni Açısından MANOVA ve Mutluluk Ölçeği Açısından t-test Sonuçları

Bağımlı Değişken	Alt Boyut	Eğitim Durumu	N	Ort.	Ss	F	p
SYT Ölçeği	Spora İlgili Duyma	Lisans	334	4,09	,22	1,49	,22
		Yüksek Lisans	84	4,06	,21		
	Sporla Yaşama	Lisans	334	3,23	,48	,39	,53
		Yüksek Lisans	84	3,19	,46		
	Aktif Spor Yapma	Lisans	334	3,08	,48	,93	,76
		Yüksek Lisans	84	3,10	,52		
Bağımlı Değişken	Alt Boyut	Medeni Durum	N	Ort.	Ss	t	p
Mutluluk	Mutluluk	Lisans	334	3,84	,78	2,51	,01*
		Yüksek Lisans	84	4,05	,66		

* $p < 0.001$

Eğitim durumu değişkenine göre yapılan MANOVA sonuçlarına göre, lisans ve yüksek lisans mezunları arasında spora ilgili ölçek alt boyutlarında anlamlı fark bulunmamıştır. “Spora İlgili Duyma” ($F = 1.49$, $p = 0.22$), “Sporla Yaşama” ($F = 0.39$, $p = 0.53$) ve “Aktif Spor Yapma” ($F = 0.93$, $p = 0.76$) boyutlarında lisans ve yüksek lisans mezunlarının puanları arasında anlamlı fark gözlenmemiştir. Ancak, Mutluluk Ölçeğinde yüksek lisans mezunlarının mutluluk puanı lisans mezunlarına göre anlamlı derecede yüksek bulunmuştur ($t = 2.51$, $p = 0.01$).

Tablo 7. Spora Yönelik Tutum Ölçeği Alt Boyutlarının Gelir Değişkeni Açısından MANOVA ve Mutluluk Ölçeği Açısından ANOVA Sonuçları

Bağımlı Değişken	Alt Boyut	Gelir Düzeyi	N	Ort.	Ss	F	p	Anlamlı Fark
SYT Ölçeği	Spora İlgili Duyma	0-10.000TL	48	4,14	,21	1,02	,39	-
		10.000-17.000TL	30	4,09	,23			
		17.000-25.000TL	77	4,07	,23			
		25.000TL-35.000TL	52	4,11	,21			
		35.000TL ve üzeri	211	4,07	,22			
	Sporla Yaşama	0-10.000TL	48	3,30	,29	2,55	,03*	b-c / b-d
		10.000-17.000TL	30	3,38	,36			
		17.000-25.000TL	77	3,13	,51			
		25.000TL-35.000TL	52	3,12	,42			
		35.000TL ve üzeri	211	3,23	,51			
	Aktif Spor Yapma	0-10.000TL	48	3,09	,47	3,74	,00*	b-e
		10.000-17.000TL	30	2,92	,49			
		17.000-25.000TL	77	2,95	,52			
		25.000TL-35.000TL	52	3,05	,47			
		35.000TL ve üzeri	211	3,16	,47			
Bağımlı Değişken	Alt Boyut	Mezuniyet Alanı	N	Ort.	Ss	F	p	
Mutluluk	Mutluluk	0-10.000TL	48	2,82	,39	88,20	,000*	a-c / a-d / a-e / b-c / b-d / b-d
		10.000-17.000TL	30	2,91	,60			
		17.000-25.000TL	77	3,78	,80			
		25.000TL-35.000TL	52	4,18	,50			
		35.000TL ve üzeri	211	4,22	,49			

* $p < 0.001$

Gelir düzeyine göre yapılan MANOVA sonuçlarına göre, farklı gelir grupları arasında sporla ilgili ölçek alt boyutlarında anlamlı farklar görülmüştür. ‘‘Spora İlgi Duyma’’ boyutunda gelir grupları arasında anlamlı fark bulunmamıştır ($F = 1.022$, $p = 0.396$). Ancak, ‘‘Sporla Yaşama’’ boyutunda 10.000-17.000 TL gelir grubunun puanı diğer gruplardan anlamlı derecede yüksek bulunmuştur ($F = 2.551$, $p = 0.039$). ‘‘Aktif Spor Yapma’’ boyutunda da 35.000 TL ve üzeri gelir grubunun puanı 10.000-17.000 TL grubuna göre anlamlı derecede yüksek çıkmıştır ($F = 3.74$, $p = 0.00$). ‘‘Mutluluk Ölçeği’’ açısından ise 0-10.000 TL gelir grubunun mutluluk düzeyi diğer gruplardan anlamlı derecede düşük bulunurken, 10.000-17.000 TL grubunun mutluluk düzeyi 17.000 TL ve üzerindeki gruplardan düşük bulunmuştur ($F = 88.20$, $p < 0.00$).

Tablo 8. Spora Yönelik Tutum Ölçeği Alt Boyutlarının Aktif Spor Yapma Değişkeni Açısından MANOVA ve Mutluluk Ölçeği Açısından t-test Sonuçları

Bağımlı Değişken	Alt Boyut	Aktif Spor Yapma	N	Ort.	Ss	F	p
SYT Ölçeği	Spora İlgi Duyma	Evet	193	4,08	,22	,03	,84
		Hayır	225	4,09	,22		
	Sporla Yaşama	Evet	193	3,21	,50	,04	,83
		Hayır	225	3,22	,45		
	Aktif Spor Yapma	Evet	193	3,10	,50	,57	,45
		Hayır	225	3,06	,48		
Bağımlı Değişken	Alt Boyut	Medeni Durum	N	Ort.	Ss	t	p
Mutluluk	Mutluluk	Evet	193	3,67	,80	9,17	,00*
		Hayır	225	4,26	,49		

* $p < 0.001$

Aktif spor yapma değişkenine göre yapılan MANOVA sonuçlarına göre, spor yapan ve yapmayan katılımcılar arasında sporla ilgili ölçek alt boyutlarında anlamlı fark bulunmamıştır. ‘‘Spora İlgi Duyma’’ ($F = 0.03$, $p = 0.84$), Sporla Yaşama ($F = 0.04$, $p = 0.83$) ve ‘‘Aktif Spor Yapma’’ boyutlarında ($F = 0.57$, $p = 0.45$) anlamlı fark gözlenmemiştir. Ancak, Mutluluk Ölçeğinde aktif spor yapanların mutluluk puanı, spor yapmayanlardan anlamlı derecede yüksek bulunmuştur ($t = 2.89$, $p = 0.00$).

TARTIŞMA

Cinsiyet değişkenine göre MANOVA analizinden elde edilen bulgular sonucunda, belirli sporla ilgili alt boyutlarda cinsiyetler arasında farklılıklar olduğunu ortaya koyarken, bazı boyutlarda bu farkın gözlemlenmediğini göstermektedir. Özellikle ‘‘Spor İlgi Duyma’’ boyutunda erkek ve kadın katılımcılar arasında anlamlı bir fark bulunması ($F = 4.656$, $p = 0.03$), erkeklerin spor ilgisinin daha yüksek olduğunu gösteren literatürle örtüşmektedir. Erkeklerin sporla ilgili medyaya katılımının ve genel olarak spora olan ilgisinin daha fazla olduğuna dair bulgular, mevcut çalışmaları desteklemektedir (Gentile, Boca ve Giammusso, 2018; Hardin ve Greer, 2009). Bununla birlikte, ‘‘Sporla Yaşama’’ ve ‘‘Aktif Spor Yapma’’ alt boyutlarında cinsiyetler arasında anlamlı bir fark bulunmaması, spor yapma alışkanlıklarının cinsiyet farklılıklarından etkilenmediğini düşündürmektedir. Bu sonuç, kadın ve erkeklerin spor yapma motivasyonlarının benzer olduğunu öne süren araştırmalarla da benzerlik göstermektedir (Reeves, 2012; Frederick ve Ryan, 1993). Bunun yanında, cinsiyet ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiye dair yapılan t-testi sonuçları, literatürdeki bulgularla büyük ölçüde uyumludur. Kadın ve erkek katılımcılar arasında mutluluk puanları açısından anlamlı bir fark

bulunmaması, bu konuda yapılan önceki çalışmalarla örtüşmektedir. Örneğin, Hong Kong'da gençler üzerinde gerçekleştirilen bir araştırma, cinsiyetin mutluluk üzerinde doğrudan bir etkisi olmadığını, bireylerin mutluluğunun daha çok ilişkiler ve öz kavram gibi psikososyal faktörlerle belirlendiğini ortaya koymuştur (Diener ve Clifton, 2002). Bu bulgu, çalışmamızda da gözlemlendiği üzere, cinsiyetin mutluluk üzerindeki etkisinin sınırlı olduğunu vurgulamaktadır. İran'da yapılan bir başka çalışmada ise, kadınların mutluluk düzeylerinin genel sağlıkla daha güçlü bir ilişki gösterdiği, erkeklerde ise bu ilişkinin daha zayıf olduğu ortaya konmuştur (Forouzanfar ve Amani, 2022). Bu bulgular, cinsiyet ve mutluluk arasındaki ilişkiyi anlamak için sağlık gibi diğer değişkenlerin de dikkate alınması gerektiğini göstermektedir. Ayrıca, Gallup Dünya Anketi'ne dayanan çalışmalar, sosyoekonomik eşitsizliklerin kadınların mutluluk düzeylerini olumsuz etkilediğini ve bu bağlamda cinsiyet farklarının, özellikle eşitsizliğin yüksek olduğu toplumlarda daha belirgin hale geldiğini öne sürmektedir (Stevenson ve Wolfers, 2009).

Yaş değişkeni açısından yapılan analizler, spor ilgisi boyutunda yaş grupları arasında anlamlı bir fark olmadığını ($F = 0.28$, $p = 0.83$) ve ortalamaların birbirine yakın olduğunu göstermektedir. Bu durum, spor ilgisinin yaşla birlikte büyük değişiklikler göstermediğini ve genç yaşlardan orta yaşlara kadar stabil kalabildiğini belirten çalışmalar ile benzerlik göstermektedir (Kim, 2024; Eime ve ark., 2016). Buna karşın, 30-34 yaş grubundaki katılımcıların "Sporla Yaşama" ve "Aktif Spor Yapma" boyutlarında diğer yaş gruplarına göre daha yüksek puanlar alması, bu yaş grubunda sporun yaşamda daha aktif bir rol oynadığını ortaya koyduğu düşünülmektedir. Orta yaş grubu bireylerinin sosyal ve iş hayatında istikrar kazanmaları ve sağlıklı yaşam bilincinin artması, bu gruptaki spor katılımını artıran temel faktörler arasında sayılabilir. Diğer bir yandan, yaş değişkenine göre yapılan ANOVA sonuçları, yaş grupları arasındaki mutluluk düzeylerinde anlamlı farklılıklar olduğunu göstermektedir. Özellikle 21-25 yaş grubundaki bireylerin mutluluk düzeylerinin diğer yaş gruplarına göre önemli derecede düşük olması, Avrupa'da yapılan uzun dönemli bir çalışmanın bulgularıyla uyum göstermektedir. Bu çalışmada, genç yetişkinlik döneminde mutluluk seviyesinin düşük olduğu, bunun nedenleri arasında kariyer ve yaşam hedeflerinin belirsizliği ile geleceğe dair endişelerin yer aldığı belirtilmiştir (Blanchflower ve Oswald, 2021). Yaş ilerledikçe mutluluğun artmasının ise yaşam deneyimleri, daha iyi mali durum ve artan stres yönetimi gibi faktörlerle ilişkilendirilebileceği literatürde sıklıkla vurgulanmaktadır (Jiang, 2022). Bununla birlikte, yaşlılık döneminde sağlık problemleri ve sosyal izolasyonun mutluluğu olumsuz etkileyebileceği de göz önünde bulundurulmalıdır (Prince ve ark., 1997).

Medeni durum değişkenine göre yapılan analizler, spor ilgisi açısından evli ve bekar bireyler arasında anlamlı fark olmadığını ($F = 0.062$, $p = 0.803$) göstermektedir. Bu, spor ilgisinin sosyal statüden veya medeni durumdan bağımsız olarak şekillendiğine dair literatürle benzerlik göstermektedir (Yang ve ark., 2024). Ancak, evli bireylerin "Sporla Yaşama" ve "Aktif Spor Yapma" boyutlarında daha yüksek skorlar elde etmesi evliliğin sosyal destek ve motivasyon açısından bir avantaj sağladığını düşündürmektedir ("Sporla Yaşama" $F = 3.928$, $p = 0.048$; "Aktif Spor Yapma" $F = 17.310$, $p < 0.001$) Çalışmamızla benzerlik gösteren sonuçlar, evli bireylerin daha fazla sosyal destek alarak fiziksel aktiviteye katıldığını ve bu durumun hem sağlık hem de sosyal yaşamlarına katkıda bulunduğunu göstermektedir (Korcz ve Monyekei, 2018; Yang ve ark., 2024).

Evlilik durumu ve mutluluk arasındaki ilişkiye dair bulgularımız da literatürdeki genel eğilimlerle benzerlik göstermektedir. Evli bireylerin, bekar bireylere kıyasla daha yüksek mutluluk seviyelerine sahip oldukları sıkça dile getirilmiştir (Wilcox ve Wang, 2022). Özellikle, evli erkeklerin mutluluk düzeylerinin belirgin şekilde daha yüksek olduğu tespit

edilmiştir. Zhao ve arkadaşları (2022) da evli bireylerin, evlilik dışı ilişkilerde olan ya da hiç evlenmemiş bireylere göre daha yüksek bir mutluluk düzeyine sahip olduğunu vurgulamaktadır.

Mezun olunan alanın “Spora İlgisi” boyutuna anlamlı bir etkisi olmaması, bireylerin akademik geçmişlerinden bağımsız olarak spora ilgi duyabildiği fikrini desteklemektedir. Espada ve arkadaşlarının (2023) çalışması da spor ilgi düzeyinin mezun olunan bölümle doğrudan ilişkili olmadığını, kişisel motivasyon ve çevresel faktörlerin belirleyici olduğunu vurgulamaktadır. Buna rağmen, çalışmamızda mezun olunan alanın "Sporla Yaşama" ve "Aktif Spor Yapma" boyutlarında anlamlı farklılıklar göstermesi dikkat çekicidir. Sporla ilgili bölümlerden mezun olan bireylerin, mesleki süreçleri boyunca sporla iç içe olmaları, onların fiziksel aktivite düzeylerinin yüksek olmasını açıklamaktadır (Hopkins, Watson ve Kanny, 2022). Mezuniyet sonrası sporla alakalı olmayan işlerde çalışan katılımcıların spora ilgi düzeylerinin değişmemesi, sporun kişisel bir ilgi alanı olduğunu ve mezun olunan alanla doğrudan ilişkilendirilmemesi gerektiğini göstermektedir (Liu, Shi ve Gao, 2023). Ayyıldız, Sunay (2021) haftada birkaç kez fiziksel aktiviteye katılan bireylerin ayda birkaç kez ve hiç fiziksel aktiviteye katılmayanlara göre anlamlı derecede farklılık olduğunu tespit etmişlerdir. Sağlık çalışanları üzerinde yapılan bir araştırmada, spora yönelik olumlu tutumun mutluluk üzerinde anlamlı ve pozitif bir etkisi olduğu tespit edilmiştir. Spora olan ilginin ve “sporla yaşamının” mutluluk seviyesini artırdığı ortaya konmuştur (Özsarı ve Çetin, 2022). Başka bir yönüyle, mezun olunan alan değişkenine göre yapılan ANOVA analizi sonuçları, mezuniyet alanının mutluluk üzerinde anlamlı bir etkisi olduğunu ve özellikle antrenörlük mezunlarının diğer alanlara kıyasla daha yüksek mutluluk düzeylerine sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bulgu, iş tatmini ve kişisel gelişimle ilişkili alanlarda çalışan bireylerin daha yüksek mutluluk düzeylerine sahip olduğunu belirten literatürle uyumludur (Seksan ve Warintarawej, 2024). Rekreasyon bölümünden mezun olan bireylerin mutluluk düzeylerinin düşük olması ise bu alandaki kariyer beklentilerinin sınırlı olabileceğini ifade eden çalışmaları desteklemektedir (Cummins, 2000). Spor yöneticiliği ve öğretmenlik gibi alanlarda mutluluk seviyeleri arasında büyük farklar bulunmaması, bu mesleklerin toplumsal katkı sağlama açısından benzer olanaklar sunmasıyla açıklanabilir (Diener ve Biswas-Diener, 2002).

Eğitim durumu değişkenine göre yapılan MANOVA analizleri, lisans ve yüksek lisans mezunları arasında “spor ilgisi”, “sporla yaşama” ve “aktif spor yapma” düzeylerinde anlamlı farklar olmadığını göstermektedir. Bu durum, “spor ilgisinin” bireylerin kişisel tercihlerine, yaşam tarzlarına ve sosyal çevrelerine bağlı olduğunu savunan araştırmalarla uyumludur (Espada ve ark., 2023). Eğitim düzeyinin sporla ilgili tutumlar üzerindeki etkisinin daha çok bireysel tercihler ve kültürel faktörlerle şekillendiği literatürde de belirtilmiştir. Seo ve arkadaşları (1995), spor katılımının kişisel değerler ve yaşam tarzıyla yakından ilişkili olduğunu ve bu nedenle eğitim seviyesinin spor tutumlarına doğrudan bir etkisinin olmayabileceğini vurgulamaktadır. Çalışmamızdaki sonuçlar, bu görüşü destekler niteliktedir. Bunun yanı sıra, eğitim seviyesinin mutluluk üzerindeki etkisi incelendiğinde, yüksek lisans mezunlarının mutluluk düzeylerinin lisans mezunlarına göre anlamlı derecede yüksek olduğu görülmektedir. Yüksek eğitim seviyesinin bireylere özgüven, iş tatmini ve sosyal statü sağlayarak mutluluğu artırdığı birçok çalışmada belirtilmiştir (Cuñado ve de Gracia, 2012). Ancak, eğitim ve mutluluk arasındaki ilişkinin doğrusal olmadığını vurgulayan araştırmalar da bulunmaktadır. Eğitim seviyesindeki artışla birlikte yükselen beklentilerin karşılanmaması durumunda mutsuzluğun artabileceği (Nikolaev ve Rusakov, 2016) ve iş piyasasındaki dengesizliklerin mutluluk üzerinde olumsuz etkiler yaratabileceği ifade edilmektedir (Oreopoulos ve Salvanes, 2011). Bu bulgular, eğitimin mutluluk üzerindeki etkisinin çok boyutlu olduğunu ortaya koymaktadır.

Gelir düzeyine göre yapılan analizlerde, “spora ilgi” boyutunda anlamlı bir fark bulunmamakla birlikte, “sporla yaşama” ve “aktif spor yapma” boyutlarında gelir seviyesine göre belirgin farklar olduğu görülmüştür. Gelir seviyesinin “spor ilgisi” üzerinde belirleyici olmaması, spor ilgisinin daha çok bireylerin kişisel tercihlerine, kültürel etkiler ve sosyal çevrelerine bağlı olduğunu gösteren araştırmalarla örtüşmektedir (Downward ve Rasciute, 2011). Çalışmamızda, gelir grupları arasında spora ilgi düzeyinde anlamlı bir fark bulunmaması bu durumla açıklanabilir. Ancak, gelir seviyesinin sporla yaşama ve aktif spor yapma alışkanlıkları üzerindeki etkisi göz ardı edilemez. Özellikle düşük ve orta gelir grubundaki bireylerin sporu sosyal etkileşim ve yaşam tarzının bir parçası olarak değerlendirdiği çalışmalar mevcuttur (Richard ve ark., 2023). Çalışmamızda, 10.000-17.000 TL gelir grubundaki bireylerin sporla yaşama boyutunda en yüksek puanları alması, bu gelir grubundaki bireylerin sporu sosyal bir ihtiyaç olarak görmesiyle açıklanabilir. Ayrıca, yüksek gelirli bireylerin aktif spor yapma oranlarının daha yüksek olması, bu gruptaki bireylerin spor yapma imkanlarına daha fazla erişim sağlamasıyla ilişkilendirilebilir (Kroshus ve ark., 2021).

Gelir düzeyine göre yapılan ANOVA sonuçları, katılımcıların mutluluk düzeylerinde anlamlı farklılıklar olduğunu da açıkça ortaya koymaktadır. Özellikle düşük gelir grubundaki bireylerin mutluluk seviyelerinin, yüksek gelir grubundaki bireylerden anlamlı derecede düşük olması, gelir seviyesinin mutluluk üzerindeki kritik rolünü vurgulayan literatürle uyumludur (Cummins, 2000; Diener ve Biswas-Diener, 2002). Çalışmamızda, 0-10.000 TL gelir grubundaki katılımcıların mutluluk düzeylerinin daha düşük olması, bu bulguyu destekler niteliktedir. Bununla birlikte, gelir artışının mutluluk üzerindeki etkisinin belirli bir noktadan sonra azaldığını savunan çalışmalar da bulunmaktadır. Graham ve arkadaşlarının (2010) çalışmasında, yüksek gelir seviyesine sahip bireyler için belirli bir eşiğin üzerinde gelir artışının mutluluk üzerindeki etkisinin azaldığı belirtilmiştir. Çalışmamızda da 25.000-35.000 TL ile 35.000 TL ve üzeri gelir grupları arasında anlamlı bir farkın olmaması bu görüşle paraleldir. Easterlin Paradoksu olarak bilinen teori ise, gelir artışına rağmen mutluluğun sürekli olarak artmadığını ileri sürmektedir. Bu teoriye göre, bireylerin mutluluğu sadece gelir artışından değil, aynı zamanda kişisel beklentiler ve sosyal karşılaştırmalar gibi faktörlerden etkilenmektedir (Easterlin, 2001). Çalışmamızın bulguları da bu yaklaşımla örtüşmekte, gelir seviyesinin mutluluk üzerindeki etkisinin çok boyutlu bir şekilde ele alınması gerektiğini göstermektedir.

Spor yapan ve yapmayan katılımcılar arasındaki karşılaştırmalara bakıldığında ise “spor ilgisi” ve “sporla yaşama” boyutlarında anlamlı bir fark bulunmadığı görülmüştür. Bu durum, “spor ilgi” düzeyinin yalnızca fiziksel aktiviteye dayalı olmadığını, bireylerin genel yaşam tarzları ve kişisel motivasyonları tarafından şekillendiğini savunan çalışmalarla tutarlıdır (Frederick ve Ryan, 1993). Turhan ve arkadaşları (2021) spor yöneticiliği bölümü öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, daha fazla spor yapan bireylerin sporla yaşama ve aktif spor yapma düzeylerinin anlamlı şekilde daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Spor yapmayan bireylerin bile sporla ilgili olumlu tutumlarını koruduğu görülmektedir. Ancak bazı araştırmalar, spor yapmanın bireylerin sporla ilgili tutumlarını güçlendirdiğini ve spor ilgisini artırabileceğini öne sürmektedir (Motevalli ve ark., 2024). Çalışmamızda, spor yapmanın sporla yaşama veya aktif spor yapma düzeylerinde fark yaratmaması, katılımcıların bu tür faaliyetleri sosyal veya psikolojik bağlamlarda başka yollarla sürdürebildiklerini düşündürmektedir.

Fiziksel aktivitenin mutluluk üzerindeki olumlu etkisi, çalışmamızın öne çıkan bir diğer önemli bulgusudur. T-testi sonuçları, düzenli spor yapan bireylerin mutluluk düzeylerinin anlamlı derecede yüksek olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, fiziksel aktivitenin mutluluk ve yaşam

doyumunu üzerindeki pozitif etkilerini vurgulayan literatürle uyum içindedir (Lera-López ve ark., 2017). Ayrıca, Mason ve arkadaşlarının (2016) çalışmaları, fiziksel aktivitenin ruh sağlığı üzerindeki olumlu etkilerine dikkat çekmektedir. Bununla birlikte, aşırı fiziksel aktivitenin mutluluğa katkısının sınırlı olabileceği ve orta düzeydeki fiziksel aktivitenin en olumlu sonuçları verdiği de belirtilmektedir (Costigan ve ark., 2019). Genel olarak spora yönelik olan tutumun etkisinin önemini vurgulamak yanlış olmayacaktır. Turhan ve arkadaşları (2021) spor yöneticiliği bölümü öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, daha fazla spor yapan bireylerin sporla yaşama ve aktif spor yapma düzeylerinin anlamlı şekilde daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir.

SONUÇ

Sektör dışında çalışan spor bilimleri fakültesi mezunlarının spora yönelik tutumları incelendiğinde, “spora ilgi duyma”, “sporla yaşama” ve “aktif spor yapma” alt boyutlarında anlamlı bir olumsuzluk olmadığı görülmüştür. Katılımcılar arasında “spora ilgi duyma” düzeylerinin yüksek olduğu, ancak “aktif spor yapma” oranlarının bireylerin demografik özellikleri ve çalışma koşullarına bağlı olarak değişiklik gösterdiği tespit edilmiştir. Özellikle evli bireylerin ve daha yüksek gelir grubunda olanların spor katılımı ve mutluluk düzeylerinin daha yüksek olduğu dikkat çekmiştir.

Cinsiyet açısından değerlendirildiğinde, erkeklerin spora olan ilgisinin kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu bulunsu da spor yapma alışkanlıkları açısından anlamlı bir fark görülmemiştir. Bu durum, spor yapma alışkanlıklarının cinsiyete bağlı olmaktan çok bireylerin motivasyonlarıyla şekillendiğini göstermektedir. Ayrıca, yaşın sporla ilgili tutumlar üzerinde önemli bir etkisinin bulunmadığı, ancak yaş ilerledikçe spor yapma ve sporla yaşam alışkanlıklarının arttığı tespit edilmiştir.

Yapılan çalışmalar, bireylerin medeni durumunun spor faaliyetlerine katılımını ve mutluluk seviyelerini önemli derecede etkilediğini göstermektedir. Evli kişilerin, bekar olanlara göre daha yüksek mutluluk ve spor katılım oranlarına sahip olması, sosyal destek mekanizmalarının bu bireyler için güçlü bir motivasyon kaynağı olduğunu işaret etmektedir.

Eğitim ve gelir düzeyinin spor ilgisi üzerinde doğrudan bir etkisi olmadığı, ancak sporla yaşam ve aktif spor yapma alışkanlıkları üzerinde belirleyici olduğu görülmüştür. Yüksek eğitim seviyesine sahip bireylerin mutluluk düzeyleri daha yüksek bulunmuş, ancak bu ilişkinin doğrusal olmadığı, beklentilerin artmasıyla mutluluğun olumsuz etkilenebileceği literatürde de vurgulanmıştır.

Çalışmadan elde edilen bilgiler literatür incelemesi ile benzerlik göstermektedir. Bu bilgiler doğrultusunda, sporun bireylerin hayatındaki yeri sadece fiziksel aktivite boyutuyla sınırlı kalmamakta; aynı zamanda sosyal, psikolojik ve kültürel faktörlerle de şekillenmektedir. Çalışmanın sonuçları, sporun sadece bedensel değil, psikososyal faydalar sunduğunu ve bireylerin mutluluk düzeylerini olumlu yönde etkilediğini göstermektedir. Spor bilimleri fakültesi mezunlarının, sektör dışı işlerde çalışanlar bile spora olan ilgilerini ve sporla yaşam alışkanlıklarını korudukları görülmüştür. Bu durum, sporun bireylerin hayatındaki yerinin oldukça önemli olduğu bir kez daha ortaya çıkarmaktadır.

Sonuç olarak, spor bilimleri mezunlarının sektörde çalışmaları dahi spora olan bağlılıklarını koruduklarını, ancak spor yapma alışkanlıklarının sosyal ve ekonomik koşullara bağlı olarak farklılık gösterebildiğini göstermektedir. Çalışmaya katılan bireylerin sporla ilgili olumlu tutumlarını sürdürebilmeleri için daha fazla teşvik edici uygulamalara ve spor tesislerine erişimlerinin artırılmasına ihtiyaç olduğu söylenebilir.

KAYNAKLAR

- Ayyıldız, E., & Sunay, H. (2021). Bireylerin fiziksel aktiviteye katılım durumlarına göre mutluluk ve duygusal düzenlemede öz-yeterlik düzeylerinin incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(4), 230-240. <https://doi.org/10.33689/spormetre.963168>
- Balcı, A. (2018). *Sosyal bilimlerde araştırma. Yöntem, teknik ve ilkeler*. (13. Baskı), Ankara: PegemA Yayınları.
- Barriopedro, M., López de Subijana, C., & Muniesa, C. (2018). Insights into life after sport for Spanish Olympians: Gender and career path perspectives. *PloS one*, 13(12), e0209433. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0209433>.
- Blair, S., Franklin, B., Jakicic, J., & Kibler, W. (2003). New Vision for Health Promotion within Sports Medicine. *American Journal of Health Promotion*, 18, 182 - 185. <https://doi.org/10.4278/0890-1171-18.2.182>.
- Blanchflower, D. G. (2021). Is happiness U-shaped everywhere? Age and subjective well-being in 145 countries. *Journal of Population Economics*, 34(2), 575-624. <https://doi.org/10.1007/s00148-020-00797-z>
- Costigan, S. A., Lubans, D. R., Lonsdale, C., Sanders, T., & del Pozo Cruz, B. (2019). Associations between physical activity intensity and well-being in adolescents. *Preventive Medicine*, 125, 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2019.05.009>
- Cummins, R. A. (2000). Personal income and subjective well-being: A review. *Journal of Happiness Studies*, 1(2), 133-158. <https://doi.org/10.1023/A:1010079728426>
- Cuñado, J., & de Gracia, F. P. (2012). Does education affect happiness? Evidence for Spain. *Social Indicators Research*, 108(1), 185-196. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9874-x>
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase subjective well-being? *Social Indicators Research*, 57(2), 119-169. <https://doi.org/10.1023/A:1014411319119>
- Diener, E., & Clifton, D. (2002). Life satisfaction and religiosity in broad probability samples. *Psychological Inquiry*, 13(3), 206-209.
- Downward, P., & Rasciute, S. (2011). Does sport make you happy? An analysis of the well-being derived from sports participation. *International Review of Applied Economics*, 25(3), 331-348. <https://doi.org/10.1080/02692171.2010.511168>
- Easterlin, R. A. (2001). Income and happiness: Towards a unified theory. *The Economic Journal*, 111(473), 465-484. <https://doi.org/10.1111/1468-0297.00646>
- Eime, R. M., Harvey, J. T., Charity, M. J., Casey, M. M., Westerbeek, H., & Payne, W. R. (2016). Age profiles of sport participants. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, 8(1), 6. <https://doi.org/10.1186/s13102-016-0031-3>
- Ertekin, A., & Avunduk, Y. (2021). Ertekin, A. B., & Avunduk, Y. (2021). The relationship between job satisfaction and job performance: a study on sports Industry. *Journal of Educational Issues*, 7(2), 133-145.. <https://doi.org/10.5296/jei.v7i2.18949>.

- Espada, M., Romero-Parra, N., & Bores-García, D. (2023). Gender differences in university students' levels of physical activity and motivations to engage in physical activity. *Education Sciences*, 13(4), 340. <https://doi.org/10.3390/educsci13040340>
- FitzRoy, F., & Nolan, M. (2020). Education, income and happiness: Panel evidence for the UK. *Empirical Economics*, 59(2), 695–716. <https://doi.org/10.1007/s00181-018-1586-5>
- Namazi, A. (2022). Gender differences in general health and happiness: a study on Iranian engineering students. *PeerJ*, 10, e14339. <https://doi.org/10.7717/peerj.14339>
- Frederick, C. M., & Ryan, R. M. (1993). Differences in motivation for sport and exercise and their relations with participation and mental health. *Journal of Sport Behavior*, 16(2), 124-146.
- Gentile, A., Boca, S., & Giammusso, I. (2018). 'You play like a woman!' Effects of gender stereotype threat on women's performance in physical and sport activities: A meta-analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 39, 95-103. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.07.013>
- Graham, C. (2010). Happiness around the world: The paradox of happy peasants and miserable millionaires. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:osobl/9780199549054.001.0001>
- Grimaldi-Puyana, M., Pérez-Villalba, M., Bernal-García, A., & Sánchez-Oliver, A. (2018). Comparative Study of Job Satisfaction in Workers with a Degree in Physical Activity and Sports Science. *Journal of physical education and sport*, 18, 1380. <https://doi.org/10.7752/jpes.2018.s3204>
- Guddal, M. H., Stensland, S. Ø., Småstuen, M. C., Johnsen, M. B., Zwart, J. A., & Storheim, K. (2019). Physical activity and sport participation among adolescents: associations with mental health in different age groups. Results from the Young-HUNT study: a cross-sectional survey. *BMJ open*, 9(9), e028555. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-028555>.
- Hardin, M., & Greer, J. D. (2009). The influence of gender-role socialization, media use, and sports participation on perceptions of gender-appropriate sports. *Journal of Sport Behavior*, 32(2), 207–226.
- Hopkins, C. S., Watson, A., & Kanny, S. (2022). Factors Associated with Sport Participation Among Females. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(6), 3353. <https://doi.org/10.3390/ijerph19063353>
- Jama, K., Tynjälä, P., Aarto-Pesonen, L., Malinen, A., & Hämäläinen, R. (2021). To stay or to leave? Career story models of Finnish sports graduates. *Sport, Education and Society*, 28, 200-212. <https://doi.org/10.1080/13573322.2021.1997979>.
- Jiang, J. (2022). Influence of college education on happiness: A quasi-experimental study based on higher education expansion in China. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 903398. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.903398>
- Karasar, N. (2009). *Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar, ilkeler, teknikler (7th ed.)*. Ankara: 3A Research Education.

- Kim, S.-Y. (2024). A study on the leisure sports participation behavior of the elderly through comparative analyses by age: Focusing on leisure participation constraints and price sensitivity. *Behavioral Sciences*, 14(9), 803. <https://doi.org/10.3390/bs14090803>
- Korcz, A., & Monyeki, M. A. (2018). Association between sport participation, body composition, physical fitness, and social correlates among adolescents: The PAHL study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(12), 2793. <https://doi.org/10.3390/ijerph15122793>
- Kroshus, E., Olsen, K., Garrett, K., & McCleery, J. (2021). Socioeconomic Inequities in Youth Participation in Physical Activity and Sports. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(13), 6946. <https://doi.org/10.3390/ijerph18136946>
- Lera-López, F., Ollo-López, A., & Sánchez-Santos, J. M. (2017). How does physical activity make you feel better? The mediational role of perceived health. *Applied Research in Quality of Life*, 12(3), 511-531. <https://doi.org/10.1007/s11482-016-9473-8>
- Liu, M., Shi, B., & Gao, X. (2023). The way to relieve college students' academic stress: The influence mechanism of sports interest and sports atmosphere. *BMC Psychology*, 12(1), 327. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01819-1>
- Mason, P., Curl, A., & Kearns, A. (2016). Domains and levels of physical activity are linked to adult mental health and wellbeing in deprived neighbourhoods: A cross-sectional study. *Mental Health and Physical Activity*, 11, 19-28. <https://doi.org/10.1016/j.mhpa.2016.07.001>
- Nikolaev, B., & Rusakov, P. (2016). Education and happiness: An alternative hypothesis. *Applied Economics Letters*, 23(12), 827-830. <https://doi.org/10.1080/13504851.2015.1111982>
- Oreopoulos, P., & Salvanes, K. G. (2011). Priceless: The nonpecuniary benefits of schooling. *Journal of Economic Perspectives*, 25(1), 159–184. <https://doi.org/10.1257/jep.25.1.159>
- Özsarı, A., & Çetin, M. Ç. (2022). Spora Yönelik Tutum ve Mutluluk İlişkisi (Sağlık Sektöründe Bir Araştırma). *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 20(1), 36-47.
- Prince, M. J., Harwood, R. H., Blizard, R. A., Thomas, A., & Mann, A. H. (1997). Social support deficits, loneliness and life events as risk factors for depression in old age. *Psychological Medicine*, 27(2), 323–332. <https://doi.org/10.1017/S0033291796004485>
- Reeves, A. (2012). Social stratification, gender and sport participation. *Sociological Research Online*, 17(2), 1–17. <https://doi.org/10.5153/sro.2598>
- Richard, V., Piumatti, G., Pullen, N., Lorthe, E., Guessous, I., Cantoreggi, N., & Stringhini, S. (2023). Socioeconomic inequalities in sport participation: Pattern per sport and time trends – A repeated cross-sectional study. *BMC Public Health*, 23(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-15650-7>
- Schlesinger, T., Studer, F., & Nagel, S. (2016). Qualifications and employability in sports professions: The mismatch between education and the labor market. *European Journal of Sports Science*, 16(4), 342-350. <https://doi.org/10.1080/17461391.2014.995234>

- Seksan, J., & Warintarawej, P. (2024). Factors Affecting the Happiness of Learners in Higher Education. *Sustainability*, 16(18), 8214. <https://doi.org/10.3390/su16188214>
- Seo, T., Kanda, T., & Fujikoshi, Y. (1995). The effects of nonnormality on tests for dimensionality in canonical correlation and MANOVA models. *Journal of Multivariate Analysis*, 52(2), 325–337. <https://doi.org/10.1006/jmva.1995.1017>
- Shapiro, D. R., & Malone, L. A. (2016). Quality of life and psychological affect related to sport participation in children and youth athletes with physical disabilities: A parent and athlete perspective. *Disability and health journal*, 9(3), 385-39. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2015.11.007>.
- Sleap, M., & Reed, H. (2006). Views of sport science graduates regarding work skills developed at university. *Teaching in Higher Education*, 11, 47- 61. <https://doi.org/10.1080/13562510500400123>.
- Stevenson, B., & Wolfers, J. (2009). The paradox of declining female happiness. *American Economic Journal: Economic Policy*, 1(2), 190-225. <https://doi.org/10.1257/pol.1.2.190>
- Tan, S., Sullah, M., & Choong, L. (2014). The impact of work environment on physical activity and well-being. *Asian Journal of Sports Science*, 9(1), 45-53. https://doi.org/10.1007/978-981-287-107-7_63
- Turhan, F. H., İnce, U., Aydogmus, M., & Yalçın, İ. (2021). Spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin spora yönelik tutumları. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(2), 19-32.
- Waterworth, S., Costello, R., Pryer, B., Lewis, T., & Kerr, C. (2022). Sports therapists' perceptions and experiences of graduate employment. *International Journal of Therapy and Rehabilitation*, 29(6). <https://doi.org/10.12968/ijtr.2021.0148>
- Wilcox, B., & Wang, W. (2022). Who Is Happiest? Married Mothers and Fathers, Per the Latest General Social Survey. *Institute for Family Studies*.
- Yang, H. J., & Jung, S. C. (2024). Comparative analysis of stroke, marital intimacy, marital satisfaction, and divorce intention according to the type of participation in marital leisure sports activities. *Behavioral Sciences*, 14(9), 757. <https://doi.org/10.3390/bs14090757>
- Zhang, Z., & Chen, W. (2020). A systematic review of the relationship between physical activity and happiness. *Journal of Happiness Studies*, 20(4), 1305–1322. <https://doi.org/10.1007/s10902-018-9976-0>
- Zhao, L., Zhang, K., Gao, Y., Jia, Z., & Han, S. (2022). The relationship between gender, marital status and depression among Chinese middle-aged and older people: Mediation by subjective well-being and moderation by degree of digitization. *Frontiers in psychology*, 13, 923597. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.923597>
- Zweig, J. S. (2015). Are women happier than men? Evidence from the Gallup World Poll. *Journal of Happiness Studies*, 16(2), 373-396. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9521-8>