

Subject Area  
Sport Sciences

Year: 2022

Vol: 8 Issue: 99

PP: 2131-2136

Arrival

13 May 2022

Published

30 June 2022

Article ID Number

62938

Article Serial Number

28

Doi Number

<http://dx.doi.org/10.29228/8/99/62938>

**How to Cite This Article**

Gülaştı, C., Yurdadön, E. & Dinç, A. (2022).

“Amatör Sporcuların Bilgi Okur Yazarlığı Seviyeleri ile Mutluluk Düzeylerinin İncelenmesi”

International Social Sciences Studies Journal, (e-ISSN:2587-1587)

Vol:8, Issue:99;

pp:2131-2136



Social Sciences Studies Journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

## Amatör Sporcuların Bilgi Okur Yazarlığı Seviyeleri ile Mutluluk Düzeylerinin İncelenmesi

### Investigation of Information Literacy Levels and Happiness Levels of Amateur Athletes

Cihan GÜLAŞTI<sup>1</sup>  Ergün YURDADÖN<sup>2</sup>  Ahmet DİNÇ<sup>3</sup> 

<sup>1</sup> İğdir Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, İğdir, Türkiye

<sup>2</sup> Prof. Dr. İğdir Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Spor Yöneticiliği Bölümü, İğdir, Türkiye

<sup>3</sup> Dr. Öğr. Üyesi. İğdir Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Spor Yöneticiliği Bölümü, İğdir, Türkiye

#### ÖZET

**Amaç:** Bu çalışmanın amacı, farklı spor dallarında faaliyet gösteren amatör sporcuların bilgi okuryazarlık ve mutluluk düzeylerinin incelenmesidir. **Gereç ve Yöntem:** Araştırmaya Ordu ilinde faaliyet gösteren ve gönüllü olan 230 amatör sporcu katılmıştır. Verilerin toplanmasında, sporcuların özelliklerini belirlemek amacıyla oluşturulan anket, Doğan ve Akıncı Çötök (2011) tarafından geliştirilen Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMO) ile Adıgüzel (2011) tarafından geliştirilen Bilgi Okuryazarlığı Ölçeği (BOYO) kullanılmıştır. **Bulgular:** Katılımcıların cinsiyete göre mutluluk düzeyleri incelendiğinde, erkeklerin mutluluk düzeylerinin kadınlara göre istatistiksel olarak anlamlı olduğu ( $p>0.05$ ), ancak cinsiyete göre bilgi okur yazarlık düzeylerinde arasında kadınların erkeklerle göre istatistiksel olarak anlamlı olduğu ( $p>0.05$ ) görüldü. Bireysel spor yapanlarla takım sporları yapan amatör sporcular arasında hem bilgi okur yazarlık düzeyleri hem de mutluluk düzeyleri arasında herhangi istatistiksel bir fark çıkmamıştır. Araştırmada 25-34 yaş arası spor yapan amatör sporcuların mutluluk düzeyleri diğer yaş gruplarına göre yüksek olduğu ayrıca 35-44 yaş arası spor yapan amatör sporcuların bilgi okur yazarlık düzeyleri diğer yaş gruplarına göre yüksek olduğu görüldü. Diğer yandan lisans mezunu olan amatör sporcuların mutluluk düzeyleri ön lisans mezununa göre daha yüksek olduğu; lise mezunu amatör sporcuların bilgi okur yazarlık düzeylerinin diğer mezunlara göre daha düşük olduğu görüldü. Ayrıca 2001-3000 TL arası gelir düzeyi olan amatör sporcuların mutluluk düzeyleri 1001-2000 TL arası ve 3001 ve üzerinden daha ayrıca 1001-2000 TL arası gelir düzeyi olan amatör sporcuların bilgi okur yazarlık düzeyleri 2001-3000 TL arası ve 3001 ve üzeri gelir düzeyi olan gruplardan daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

**Anahtar kelimeler:** Spor ve Bilgi Okuryazarlığı, Spor ve Mutluluk, Amatör Sporcu

#### ABSTRACT

**Purpose:** The aim of this study is to examine the information literacy and happiness levels of amateur athletes operating in different sports branches. **Materials and Methods:** 230 volunteer amateur athletes operating in the province of Ordu participated in the research. In collecting the data, the questionnaire created to determine the characteristics of the athletes, the Oxford Happiness Scale Short Form (OMO) developed by Doğan and Akıncı Çötök (2011), and the Information Literacy Scale (BOYO) developed by Adıgüzel (2011). **Results:** When the happiness levels of the participants were analyzed according to gender, it was seen that the happiness levels of men were statistically significant compared to women ( $p>0.05$ ), but the level of information literacy by gender was statistically significant compared to men ( $p>0.05$ ). There was no statistical difference between both the information literacy levels and the happiness levels between the individual sports and the amateur athletes who do team sports. In the study, it was seen that the happiness levels of amateur athletes between the ages of 25-34 were higher than other age groups, and the information literacy levels of amateur athletes between the ages of 35-44 were higher than other age groups. On the other hand, the happiness levels of amateur athletes with a bachelor's degree are higher than those with an associate degree; It was seen that the information literacy levels of high school graduate amateur athletes were lower than other graduates. In addition, the happiness levels of amateur athletes with income levels between 2001-3000 TL and those with income levels between 2001-3000 TL and 3001 and above, and amateur athletes with income levels between 2001-3000 TL and 3001 and above, found to be higher than the other groups.

**Keywords:** Sport and Information Literacy, Sport and Happiness, Amateur Athlete

## 1. GİRİŞ

Spor, sağlık üzerindeki etkileriyle birlikte sosyal yaşama etkisi nedeniyle sosyal bilimler içinde önemli bir konudur. Olumlu etkiler öncelikle çoğu sporun ana parçası olan fiziksel aktivite ile elde edilmektedir. Sporun birçok ikincil etkisi hem gençlerin hem de yaşlıların psikososyal gelişimi, kişisel gelişimi ve daha az alkol tüketimi gibi sağlık yararları da bulunmaktadır. Son olarak, spor yapanlar daha sonraki yaşamlarında daha yüksek bir fiziksel aktivite seviyesine sahip olmaktadır (Kjonniksen, Anderssen, & Wold, 2009). Spor yoluyla beslenme, egzersiz ve sağlık bilgisi geliştirilebilir (Khan, ve diğerleri, 2012). Olumsuz etkiler arasında zayıf zihinsel sağlığa yol açan başarısızlık riski, yaralanma riski, yeme bozuklukları, tükenmişlik ve egzersize bağlı gastrointestinal sistem rahatsızlığı bulunmaktadır (Clark & Mach, 2016). Spor katılımının biraz beklenmedik bir etkisi, bazı durumlarda planlı eğitime başvuran kişilerin, belirli bir program olmadan egzersiz yapanlara kıyasla daha az fiziksel aktivite yapmalarınıdır. Fiziksel aktivite giderek daha organize bir şekilde yürütüldüğü için, sporun toplumdaki rolü yıllar içinde sadece birey için değil, aynı zamanda halk sağlığı için de giderek daha önemli hale gelmiştir (Engström, 2004).

Bilgi çağı ve geniş kapsamlı teknolojik gelişmeleri, kullanıcıların bilgiyle ilişki kurma ve bilgiyi kullanma biçimlerini değiştirmiş, bilgi okuryazarlığı becerilerini, bilgi toplumunda yaşayan bireylerin günlük yaşamlarını etkileyen temel bir beceri ve yetkinlikler kümesi haline getirmiştir (Gorman & Trott, 2009). Son yıllarda,

araştırmacılar, bilgi okuryazarlığını (IL), bireylerin "bilgiye ne zaman ihtiyaç duyulduğunu ve gerekli bilgileri bulma, değerlendirme ve etkili bir şekilde kullanma yeteneğine sahip olduklarını" gerektiren bir dizi yetenek olarak tanımlamıştır (ALA, 2008). Diğer çalışmalar, bilgi okuryazarlığını, öğrenme için bir katalizör olan, bireylerin topluluklarına sosyal ve sivil olarak dahil olmaları için gerekli olan ve insanların hızlı teknolojik değişime alışkın oldukları çalışma dünyasında başarı için çok önemli olan sosyal olarak konumlandırılmış bir uygulama olarak tanımlamıştır (Lloyd, 2006).

Mutluluk, bireylerin ihtiyaçlarını ve gelişim görevlerini yerine getirerek elde edilebilir. Bireylerin mutluluğu, olumlu duygulara sahip olarak her şeyi kabul etmeye istekli olmaları olarak tanımlanmaktadır. Ayrıca bireylerin mutluluğu, kendilerine ve çevrelerine uyum sağlamalarıdır. Böylece bireyler kendilerini ihtiyacın varlığı ile beklenti arasına yerleştirebilmektedir (Papalia & Feldman, 2014).

Bireyler, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinden geçiş sürecindedirler. Bu geçiş döneminde bireyler, mutlu olma çabalarını engelleyebilecek birçok değişiklik karşılı karşıya kalmaktadır. Bu nedenle, bireyler çevredeki tüm değişikliklere uyum sağlayabilmelidir. Uyum sağlayabilen ve iyi etkileşim kurabilen bireyler nihayetinde yetişkinlik döneminde mutluluğu etkilerler (Kurniati & Atikasari, 2018).

Bir hayat yaşarken, olumlu ve olumsuz olaylar gibi birçok şey oluyor. Birey bu durumlarla karşılaştığında hem olumlu hem de olumsuz olan duyguları dahil ederek tepki vermektedir. Hume'a (2001) göre duygular, birine veya bir şeye yönelik yoğun duygulardır. Duygular pozitif ve negatif değerlerde ayırt edilebilir. Bunlar arasında nötr değerler vardır. Nötr duygular, açıkça dinamik bir konumda olmayan bir duygu kategorisidir. Bazen olumlu bir duygu olarak ve şok ve şaşkınlık gibi olumsuz bir duygu olabilir.

Olumlu duygular, duygusal iyi oluşun ortaya çıkmasını tetiklemede rol oynamakta ve olumsuz duyguların ayarlanmasını kolaylaştırmaktadır. Bireyin duyguları olumluysa, aniden gelen olumsuz duyguları yönetmesi daha kolay olacaktır. Birey, çevresindeki durum pek arkadaşa olmasa bile mutlu hissetmektedir (Fredrickson, 2000). Olumlu duygu, hedonik mutluluk veya öznel iyi oluş kavramının temelidir. Olumlu duygular, dinamik bakış açılarıyla tanımlanan fiziksel sağlığa, başarılı performansa ve psikolojik iyi oluşa da katkıda bulunmaktadır. Mutlu hisseden bir kişi, mutsuz olan birine göre daha iyi bir bakış açısına sahiptir (Snyder & Lopez, 2007).

Gerçek mutluluğa sahip bireylerin tanımı, temel güçlü yönlerini tanımlayıp işleyebilmeleri ve bunları hem işte hem barışta hem de çevrede günlük yaşamlarında uygulayabildikleri zamandır (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Mutlu hisseden birey daha sağlıklıdır, daha iyi bağışıklık fonksiyonuna ve daha az kardiyovasküler hastalığa sahiptir. Mutlu hisseden bireyin, daha az mutlu hisseden bir bireye göre on yıl daha uzun yaşadığına dair araştırmalar bulunmaktadır. Ayrıca mutluluk, daha iyi zihinsel sağlığa, daha fazla dayanıklılığa ve zorluklarla ve travmalarla başa çıkma kapasitesinin artmasına yol açmaktadır. Karamsar hissettiğinde, bireyler kendi ihtiyaçlarına odaklanarak kolayca şüpheci, yalnız ve savunmacı olurken, bencillik mutluluktan çok üzüntünün bir özelliğidir (Baumgardner & Crothers, 2010).

Bir hayat yaşarken her insan her zaman mutluluğu elde etmeyi umar, çünkü insanlar arzuları olan kalpler ve zihinlerle yaratılmıştır. Bu, insanları her zaman mutluluğa ulaşmak için çaba sarf etmektedir. Mutluluk, ihtiyaçların veya beklentilerin yerine getirilmesinden doğmakta ve bir hayattan zevk almanın bir nedeni veya aracıdır. Mutluluk, ihtiyaçlar ve beklentiler karşılanabilirse elde edilebilir. Bu tatmin yoluyla, bireyler bir mutluluk şekli olarak tatmin elde edeceklerdir. Memnuniyet, bireyin hayatından sakin ve huzurlu bir şekilde zevk almasını sağlamaktadır (Kurniati & Atikasari, 2018).

Fiziksel aktivite, insanlar için önemli bir konu olan sağlığı iyileştirdiği ve koruduğu için insanların mutlu olmasını sağlamaktadır. Amerikan ve İtalyan gençleri üzerinde yapılan deneyler, gençlerin spor ve oyunlara katıldıkça mutlu olma eğiliminde olduklarını göstermiştir (Çiçek, 2018). Fiziksel aktiviteye katılımın ruh sağlığı üzerinde olumlu etkisi olduğunu gösteren, egzersizin benlik algısı yoluyla ruh sağlığını geliştirdiği, depresyon ve anksiyete için etkili bir tedavi olduğu araştırmalarda bulunmuştur. Genel olarak egzersiz, bireyin ruhsal iyilik halini artırıyor, depresyon ve kaygının etkilerini azaltıyorsa mutluluğu da etkileyebilir (Mutlu, Şentürk, & Zorba, 2014).

Spor veya egzersiz gibi fiziksel aktivitelere katılım, insanlarla sosyalleşme fırsatları sağlamakta ve verimli bir yaşam sürmeleri için iletişim becerilerinin ve mutluluğun gelişmesine yardımcı olmaktadır. Kişinin uzun süreli mutluluğu sağlamak için fiziksel aktiviteye katılması da genel olarak mümkündür (Özdenk & Kaya, 2019).

Bu çalışmanın temel amacı, amatör olarak spor yapan sporcuların bilgi okuryazarlığı seviyeleri ile mutluluk düzeylerinin farklılıkları farklı değişkenlere göre değerlendirmektir.

## 2. YÖNTEM

**Araştırma Modeli:** Bu araştırma, Ordu ilinde spor faaliyetlerine aktif olarak katılan amatör sporcuların bilgi okuryazarlığı seviyeleri ile mutluluk düzeylerini ele alan betimsel bir araştırmadır.

**Evren ve Örneklem:** Araştırmanın evrenini Ordu ilinde sportif faaliyetlere aktif olarak katılan amatör sporcular oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan sporcular rastgele seçilmiş, araştırmaya katılım için herhangi bir kriter belirlenmemiş ve gönüllülük esas alınmıştır.

**Veri Toplama Araçları:** Araştırmada veri toplama aracı olarak literatür taraması yapılarak geliştirilen Kişisel Bilgiler ve Doğan ve Akıncı Çötök (2011) tarafından geliştirilen Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMO) kullanılmıştır. Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu Ölçeği, 7 maddeden oluşan 5'li Likert tipi bir ölçek olup, Tamamen Katılıyorum (5), Katılıyorum (4), Biraz Katılıyorum (3), Katılmıyorum (2) ve Hiç Katılmıyorum seçeneklerinden oluşmaktadır. (1). Ters madde içeren (1. Ve 7 madde) ölçekte belirtilen yüksek puan, bireylerin Mutluluk düzeylerine ilişkin olumlu değerlendirmelerini ifade etmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa değeri .90 olarak bulunmuştur.

Ayrıca Adıgüzel (2011) tarafından geliştirilen Bilgi Okuryazarlığı Ölçeği (BOYO) kullanılmıştır Bilgi Okuryazarlığı Ölçeği, 29 maddeden oluşan 5'li Likert tipi bir ölçek olup, Her zaman (5), Çoğu zaman (4), Bazen (3), Ara sıra (2) ve Hiçbir zaman seçeneklerinden oluşmaktadır. (1). Ters madde içermeyen ölçekte belirtilen yüksek puan, bireylerin bilgi okuryazar düzeylerine ilişkin olumlu değerlendirmelerini ifade etmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa değeri .92 olarak bulunmuştur.

## 3. BULGULAR

**Veri Analizi:** Veri analizi için SPSS 25 istatistik programı kullanılacaktır. Verilerin frekans ve yüzde dağılımları alınacak, parametrik gruplarda t-testi ve ANOVA testi kullanılacaktır.

**Tablo 1 :** Araştırmaya Katılan Sporcuların Kişisel Özellikleri

Kategori	Değişken	n	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	108	47,0
	Erkek	122	53,0
Yaşınız	17-24 yaş arası	54	23,5
	25-34 yaş arası	104	45,2
	35-44 yaş arası	56	24,3
	45 yaş üstü	16	7,0
Eğitim Durumunuz	Lise	48	20,9
	Ön Lisans	40	17,4
	Lisans	124	53,9
	Lisans Üstü	18	7,8
Gelir Durumu	500-1000 TL arası	20	8,7
	1001-2000 TL arası	40	17,4
	2001-3000 TL arası	64	27,8
	3001 ve üzeri	106	46,1
Spor dalı	Bireysel	136	59,1
	Takım Spor	94	40,9

Çalışmaya 230 amatör sporcu alınmıştır. Katılımcıların 108'i kadın (%47,0), 122'si (%53) erkek olduğu görülmektedir. Amatör sporcuların yaş durumu dağılımında 54'ü (%23,5) 17-24 yaş arası, 104'ü (%45,2) 25-34 yaş arası, 56'sı (%24,3) 35-44 yaş arası ve 16'sı (%7,0) 45 yaş üstü olduğu görülmektedir. Amatör sporcuların eğitim durumuna dağılımında 48'i (%20,9) Lise, 40'ı (%17,4) ön lisans, 124'ü (%53,9) lisans ve 18'i (%7,8) lisansüstü olduğu görülmektedir. Amatör sporcuların gelir durumu dağılımında 20'si (%8,7) 500-1000 TL arası, 40'ı (%17,4) 1001-2000 TL arası, 64'ü (%27,8) 2001-3000 TL arası ve 106'sı (%46,1) 3001 ve üzeri olduğu görülmektedir. Katılımcıların 136'sı bireysel (%59,1), 94'ü (%40,9) takım sporu olduğu görülmektedir (Tablo 1).

**Tablo 2 :** Araştırmaya Katılan Sporcuların Bilgi Okuryazarlığı ve Mutluluk Düzeylerinin Dağılımı

Cinsiyetiniz	N	OMO_GNL	BOO_GNL
Kadın	108	3,17±0.60	2,69±0.45
Erkek	122	3,34±0.45	2,47±0.46
Test Değeri		t=-2.364 p=0.019	t=3.511 p=0.001
<b>Spor Dalı</b>			
Bireysel	136	3,24±0.52	2,52±0.48
Takım Spor	94	3,30±0.57	2,64±0.44
Test Değeri		t=-0.904 p=0.367	t=-1.888 p=0.060

Yaş			
17-24 yaş arası	54	3,20±0.48	2,48±0.46
25-34 yaş arası	104	3,45±0.51	2,50±0.50
35-44 yaş arası	56	3,06±0.55	2,79±0.37
45 yaş üstü	16	3,00±0.48	2,57±0.32
Test Değeri		F=9.311 p=0.000 LSD 2>1;2 >3;2 >4	F=5.954 p=0.001 LSD 3>1;3 >2
<b>Eğitim durumu</b>			
Lise	48	3,22±0.67	2,36±0.40
Ön Lisans	40	3,07±0.52	2,65±0.36
Lisans	124	3,35±0.48	2,59±0.51
Lisans Üstü	18	3,25±0.43	2,88±0.35
Test Değeri		F=2.906 p=0.036 LSD 3>2	F=6.677 p=0.000 LSD 2>1;3 >1; 4>1;4 >3
<b>Gelir Durumu</b>			
500-1000 TL arası	20	3,27±0.78	2,64±0.55
1001-2000 TL arası	40	3,05±0.47	2,83±0.45
2001-3000 TL arası	64	3,42±0.39	2,45±0.46
3001 ve üzeri	106	3,25±0.56	2,54±0.43
Test Değeri		F=4.152 p=0.007 LSD 3>2; 3>4; 4>2	F=6.113 p=0.001 LSD 2>3;2 >4

Tablo 2'de görüldüğü gibi araştırmaya katılan sporcuların mutluluk düzeyleri cinsiyete göre incelendiğinde erkek sporcuların mutluluk düzeyleri kadınlara göre istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Ayrıca sporcuların bilgi okuryazarlık düzeyleri cinsiyete göre incelendiğinde kadın sporcuların bilgi okuryazarlık düzeyleri erkeklere göre istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $p<0.05$ ).

Araştırmaya katılan sporcuların spor dallarına göre mutluluk düzeyleri ve bilgi okuryazarlık düzeyleri incelendiğinde herhangi bir anlamlılık çıkmamıştır. Buna göre mutluluk düzeyleri ve bilgi okuryazarlık düzeyleri bireysel veya takım sporları yapmalarına göre değişmemektedir ( $p<0.05$ ).

Araştırmaya katılan sporcuların mutluluk düzeyleri yaşa göre incelendiğinde gruplar arasında fark çıkmıştır. Buna göre 25-34 yaş arasında olan sporcular 17-24 yaş arası, 35-44 yaş arası ve 45 yaş üstü yaş gruplarına göre mutluluk düzeyleri daha yüksek olduğu ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Ayrıca sporcuların bilgi okuryazarlık düzeyleri yaşa göre incelendiğinde gruplar arasında fark çıkmıştır. Buna göre 35-44 yaş arası olan sporcular 17-24 yaş arası ve 25-34 yaş arası yaş gruplarına göre bilgi okuryazarlık düzeyleri daha yüksek olduğu ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $p<0.05$ ).

Araştırmaya katılan sporcuların mutluluk düzeyleri eğitim durumuna göre incelendiğinde gruplar arasında fark çıkmıştır. Buna göre Lisans mezunu olan sporcular ön lisans mezunu olanlara göre mutluluk düzeyleri daha yüksek olduğu ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Ayrıca sporcuların bilgi okuryazarlık düzeyleri eğitim durumuna göre incelendiğinde gruplar arasında fark çıkmıştır. Buna göre ön lisans mezunu olan sporcular lise mezunlara göre daha yüksek; lisans mezunu olan sporcular lise mezunlara göre daha yüksek; lisansüstü mezunu olan sporcular lise mezunlara göre daha yüksek ve lisansüstü mezunu olan sporcular lisans mezunlara göre daha yüksek bilgi okuryazarlık düzeyleri olduğu ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $p<0.05$ ).

Araştırmaya katılan sporcuların mutluluk düzeyleri gelir durumuna göre incelendiğinde gruplar arasında fark çıkmıştır. Buna göre 2001-3000 TL arasında olan sporcular 1001-2000 TL arası ve 3001 ve üzeri arası gelir gruplarına göre mutluluk düzeyleri daha yüksek olduğu ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Ayrıca 3001 ve üzeri arasında olan sporcular 1001-2000 TL arası gelir gruplarına göre mutluluk düzeyleri daha yüksek olduğu ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Ayrıca sporcuların bilgi okuryazarlık düzeyleri gelir durumuna göre incelendiğinde gruplar arasında fark çıkmıştır. Buna göre 1001-2000 TL arası olan sporcular 2001-3000 TL arası ve 3001 ve üzeri gelir gruplarına göre bilgi okuryazarlık düzeyleri daha yüksek olduğu ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $p<0.05$ ).

#### 4. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada amatör olarak spor yapan sporcuların bilgi okuryazarlık düzeyleri ve mutluluk düzeyleri farklı değişkenlere göre incelenmiştir.

Araştırma sonucunda araştırmaya katılan sporcuların mutluluk düzeyleri cinsiyete göre incelendiğinde erkek sporcuların mutluluk düzeyleri kadın sporculara göre istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $p<0.05$ ).

Tingaz ve Hazar (2014) yaptıkları araştırmada Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünde okuyan öğrencilerin cinsiyetlerine göre kız öğrencilerin mutluluk ortalamalarının erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca Gülcan ve ark. (2014) ile Gökdemir ve Dumludağ (2011) kadın katılımcıların mutluluk düzeyi puan ortalamalarının erkek katılımcılardan anlamlı düzeyde yüksek olduğunu bulmuşlardır.

Cinsiyete göre araştırmaya katılan sporcuların bilgi okuryazarlık düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Araştırma sonucunda araştırmaya katılan sporcuların bilgi okuryazarlık düzeyleri cinsiyete göre incelendiğinde kadın sporcuların mutluluk düzeyleri erkek sporculara göre istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $p<0.05$ ).

Spor yapan bireylerin bilgi okuryazarlık becerilerinin ve mutluluk düzeylerinin yüksek olması, bilgi okuryazarlık alanlarının (beslenme, spor bilgisi, zaman yönetimi) fazlalığı ve çeşitliliği nedeniyle sporcuların birçok farklı durumlarda bilgi sahibi olmalarına bağlı olabilir. Sporun bazı psikolojik olumlu etkileri göz önüne alındığında, spor deneyim süresi arttıkça bilgi okuryazarlık ve mutluluk düzeyinin artabileceği düşünülmektedir.

Yaş ve tecrübe her meslek grubunda olduğu gibi sporcular için oldukça önemlidir. İnsanlar yaşamları boyunca en doğru bilgiyi yaşayarak öğrenirler. Bilgi ve tecrübemiz her zaman daha iyi ve daha doğru şeyleri öğrenmede hayati bir faktördür. Sporcuların yaşı ile ilgili literatürde benzer sonuçlara rastlanmamakla birlikte, sporcuların mutluluk ve bilgi okuryazarlık becerilerini yaş değişkenine göre belirleyen bazı araştırmalar da bulduğumuz sonuçlarla paralellik göstermektedir.

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Adayları ile Diğer Bazı Öğretmen Adaylarının Duygusal Zeka ve Mutluluklarının Karşılaştırılması başlıklı araştırmada 22+ yaş grubundaki öğrencilerin mutluluk ortalama değerlerinin 18-22 yaş grubundan ortalama olarak daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Bu araştırmada 25-34 yaş arası bireylerin hem 17-24 yaş arası hem de 35-44 yaş arası bireylerden daha mutlu olduğu ortaya çıkmıştır. Bu araştırmadaki 25-34 yaş arası bireylerin 17-24 yaş arası bireylerden daha yüksek çıkması Tingaz ve Hazar'ın (2014) araştırma bulguları ile benzerlik göstermektedir.

Sonuç olarak, amatör sporcuların 25-34 yaş arasında mutluluk düzeylerinin diğer yaşlara göre daha yüksek olduğu ayrıca 35-44 yaş arası olan amatör sporcuların bilgi okuryazarlık düzeylerinin diğer yaş gruplarına göre daha yüksek çıkmıştır. Amatör sporcuların özellikle 25-34 yaş aralığında daha çok spor ile uğraştıkları aynı zamanda 35-44 yaş aralığında ise daha bilinçli/bilgili spor yaptıkları söylenebilir.

Diğer yandan amatör sporcuların lisans mezunu olanların mutluluk düzeylerinin ön lisans mezunlarına göre daha yüksek olduğu ayrıca lise mezunlarının bilgi okuryazarlıkları ön lisans, lisans ve lisansüstü mezunlara göre bilgi okuryazarlık düzeylerinin daha düşük çıkmıştır. Amatör sporcuların özellikle eğitim düzeyi düşük (lise) bilinçli/bilgili spor yapmadıkları söylenebilir.

Ayrıca amatör sporcuların 2001-3000 TL arası gelir seviyesi arasında mutluluk düzeylerinin daha düşük ve daha yüksek gelir durumlarına göre daha yüksek olduğu yine 10001-2000 TL arası gelir düzeyi olan amatör sporcuların bilgi okuryazarlık düzeylerinin diğer gelir durumlarına göre daha yüksek çıkmıştır.

## KAYNAKÇA

Adıgüzel, A. (2011). Bilgisayar Okuryazarlığı Ölçeğinin Geliştirilmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15-28 .

ALA. (2008). *Presidential Committee on Information Literacy*. Alabama: American Library Association.

Baumgardner, S. R., & Crothers, M. K. (2010). *Positive psychology*. New Jersey: Pearson Education International.

Clark, A., & Mach, N. (2016). Exercise-induced stress behavior, gut-microbiota-brain axis and diet: A systematic review for athletes. *J. Int. Soc. Sports Nutr.*, 13-20.

Çiçek, G. (2018). Spor Yapan ve Yapmayan Yetişkin Bireylerin İletişim Becerileri Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Electronic Turkish Studies*, 3-19.

Doğan, T., & Akıncı Çötök, N. (2011). Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formunun Türkçe Uyarlaması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 165-172.

Engström, L.-M. B. (2004). arns och ungdomars idrottsvanor i förändring. Svensk Idrottsforskning. *Organ för Centrum för Idrottsforskning*, 10-15.

Fredrickson, B. L. (2000). Cultivating positive emotions to optimize health and well-being. *Prevention & Treatment*, 218-226.

- Gorman, J. O., & Trott, B. (2009). What Will Become of Reference in Academic and Public Libraries? *Journal of Library Administration*, 327–339.
- Gökdemir-Dumludağ, Ö. (2011). *Mutluluk ve iktisadi parametreler üzerine bir inceleme (Doktora Tezi)*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gülcan, A., & Nedim-Bal, P. (2014). Genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Asya Öğretim Dergisi*, 41-52.
- Hume, D. (2001). Emotions and moods. *Organizational Behavior*, 258–297.
- Khan, K., Thompson, A., Blair, S., Sallis, J., Powell, K., Bull, F., & Bauman, A. (2012). Sport and exercise as contributors to the health of nations. *Lancet*, 59–64.
- Kjonniksen, L., Anderssen, N., & Wold, B. (2009). Organized youth sport as a predictor of physical activity in adulthood. *Scand. J. Med. Sci. Sports*, 646–654.
- Kurniati, N., & Atikasari, F. (2018). The Happiness Level of Students from Borneo. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research (ASSEHR)*, 304-307.
- Lloyd, A. (2006). Information Literacy Landscapes: An Emerging Picture. *Journal of Documentation*, 570–583.
- Mutlu, O., Şentürk, H., & Zorba, E. (2014). Üniversite Öğrencisi Tenisçilerde Empatik Eğilim ve İletişim Becerisi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 129-137.
- Özdenk, S., & Kaya, K. (2019). Examination on Communication and Happiness Levels of Athletes. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 305-310.
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2014). *Menyelami perkembangan manusia*. Indonesia: Salemba Humanika.
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 5–14.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2007). *Positive psychology*. London: Sage.
- Tingaz, E., & Hazar, M. (2014). Beden eğitimi ve spor öğretmenliği ile bazı öğretmen adaylarının duygusal zekâ ve mutluluklarının karşılaştırılması. *International Journal of Science Culture and Sport*, 745-756.