



(ISSN: 2602-4047)

Kara, M., Kara, N.Ş. & Özsarı, A. (2022). Attitude Towards Football And Meaning of Life: Research on Professional and Amateur Football Player, *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 7(18), 1968-1983.

DOI: <http://dx.doi.org/10.35826/ijoecc.607>

Article Type (Makale Türü): Research Article

---

## ATTITUDE TOWARDS FOOTBALL AND MEANING OF LIFE: RESEARCH ON PROFESSIONAL AND AMATEUR FOOTBALL PLAYER

**Mehmet KARA**

Arş. Gör. Mersin University Faculty of Sports Sciences, Mersin, Turkey, [mehmetkara@mersin.edu.tr](mailto:mehmetkara@mersin.edu.tr)  
ORCID: 0000-0001-9454-5164

**Nuriye Şeyma KARA**

Dr. Hatay Mustafa Kemal University, School of Physical Education and Sports: [nseymasar@gmail.com](mailto:nseymasar@gmail.com)  
ORCID: 0000-0003-0460-2263

**Arif ÖZSARI**

Dr. Osmaniye Youth and Sports Provincial Directorate, [arifozsari@hotmail.com](mailto:arifozsari@hotmail.com)  
ORCID: 0000-0002-4753-8049

Received: 17.04.2022

Accepted: 14.08.2022

Published: 03.09.2022

### ABSTRACT

Football has a magical power that manages to gather millions of people under the same roof and in front of the same screen at the same time. This magical power has taken an important and meaningful place in the lives of many people. The aim of this research is to examine the relationship between the attitude towards football and the meaning of life. A total of 455 licensed football players, 341 amateur and 114 professional, participated in the study (Age  $M=21.05 \pm SD= 6.67$ , N= 110 females, 345 males). Ethics committee approval was obtained for the research. The attitude scale towards football developed by Öncü and Güven (2011) and the meaning of life scale and personal information form developed by Demirdağ and Kalafat (2015) were used to collect the research data. In addition to descriptive statistics, correlation and regression analyzes are included in the relational model. Findings; It has been determined that individual effects, social interaction and performance dimensions, which are sub-dimensions of the scale of attitude towards football, are in positive relations with the meaning of life scale. As a result; It can be said that the attitude towards football has a significant positive contribution to the meaning of life; the meaning of life will be positively affected as individual effects and social interaction, which are sub-dimensions of attitude towards football, develop.

**Keywords:** Football players, attitude towards football, the meaning of life.

## INTRODUCTION

One of the situations that remain constant despite changing living conditions and developing technology is the individual's desire to give meaning to his/her environment and life. If the individual cannot make give meaning to his/her life, it may be a situation that may arise when he encounters some negativities. Considering that physiological needs and safety needs are largely met today, what falls to the individual according to Maslow's hierarchy of needs is to exceed the levels of belonging and dignity and realize him/herself. Considering the idea that some individuals cannot reach the highest point of self-realization according to the hierarchy of needs, expressing the search for the meaning of life as trying to reach it may be a realistic need for everyone. At this point, the meaning of life is a normal component of life that creates emotions, just like other needs (Steger et al., 2008). Making meaning out of life does not mean making it perfect or being happy all the time (Adler, 2017). However, searching for meaning in life can make life meaningful. Emphasizing that every healthy individual should seek meaning in life, Frankl (2013) bases his thought on three principles. It is possible to list these three principles: that the meaning of life is a motivation that binds people to life, that making meaning out of it is independent of conditions, and that only the individual can do it him/herself. According to Erikson, the meaning of life is not dependent on critical periods, it is a life-long process, but there may be changes in the meaning of life (Yalom, 2014). These changes can give us an idea about where the individual positions him/herself in the pyramid of needs. On the other hand, Wong (1997) mentions three components of the meaning of life, namely cognitive, emotional and motivational. Cognitive component, as a result of harmony, helps people to understand events and make predictions about the future. Motivational component determines to focus on the goal in order of priority in life and to achieve it patiently. The path of the emotional component is through positive thinking. These three components provide guidance on making the life of the individual meaningful (Wong, 2015). Hans Huber states that the individual constantly sets goals for him/herself in his/her life and the stress obtained while reaching from one goal to another is the meaning of life (Frankl, 2019). If the meaning attributed to life is negative, not only psychological but also neurological and physiological issues will be triggered. It would not be wrong to express emotional states such as overreaction to negative situations and not being able to think alternatively as negative situations that may arise.

It is known that sports have positive effects on psychological, cognitive and affective areas as well as on psychomotor development (Kara & Soyer, 2021). Therefore, it can be stated that sports affect the emotional states of the person positively and contribute positively to the meaning of the individual's life. Saying that sport is a tool for discovering the meaning of life without being aware of it in some cases can be a source of motivation for directing individuals to sport. However, in order for the individual to vend his/her way to sports, he or she must develop a positive attitude towards it. Because a person's attitude towards the thing in question may emerge as a reflection of his/her feelings towards it. Attitude, which means being ready for the activity to be done, means that the individual has the power to manage behaviors as well as developing a positive perspective towards his/her environment (Sherif & Sherif, 1996). Especially in team sports, team spirit, working together, setting a common goal and striving for a purpose can make life more meaningful. It is obvious in

terms of the size of the target groups that the football branch, which is thought to be one of the branches that requires a common goal and a collaborative work, is a sport that always maintains its popularity and gives pleasure when it is both an audience and a player. One of the factors that increase the attitude towards football is that individuals who play football become respectable in the eyes of the society. Albert Camus said, "The whole accumulation of the human spirit passes through the football field." It can be said that football refers to the relationship between psychological well-being. It will be in the interests of individuals to gain a positive attitude towards sports from a younger age in order to be healthy and to get away from the stresses of daily life (Koçak, 2014). Regardless of the reason and branch of participation in sports from the beginning, if the individual does not have a positive attitude towards sports, his/her orientation to sports may not be permanent. Therefore, developing a positive attitude towards sports provides subconscious motivation for the stability of sports. Individuals who regularly participate in sports will display their feelings through their movements, discharge their feelings and minimize negative emotional states such as anger and nervousness (Kuru, 2003). As a result of the positive attitude developed, individuals' finding meaning in their lives will act as a shield against negative emotional states that may arise (Das, 1998). In addition, in order to reduce or eliminate some negative emotional states, Beck (1967) the founder of Cognitive Theory, referred to eliminating the factors originating from depression. According to the theory, individuals who exhibit undesirable behaviors have psychological disorders in their subconscious, and if the individual cannot provide relief, they may encounter problems with the meaning of life. At this point, the individual who has a positive attitude towards sports will be able to close this gap with his/her behavioral patterns. In the process of giving meaning to life, the task of the individual should be to obtain the highest level of benefit and to minimize the possible harms in the decisions to be taken and implemented. At this point, the individual is expected to exhibit an active personality structure (Kara et al., 2020).

It can be expressed as a situation where an individual who develops a positive attitude towards sports is expected to show regular participation motivation in sports. Within the framework of the principle of development is a whole, which is one of the principles of development, the individual's sports, whether successful or not, can reveal a state of physical well-being. An individual who feels good physically can also take a step towards making his/her life meaningful by approaching life psychologically positively. In this context, the aim of this study is to reveal the situation between the thoughts of searching for meaning in the lives of football players and their attitudes towards football, starting from all sports branches.

## **METHOD**

### **Research Model**

Relational screening models are research models that aim to determine the existence or degree of change between two or more variables (Karasar, 2019). Relational screening model was used in this study.

## Research Group

For the research, ethics committee approval was obtained from Osmaniye Korkut Ata University's Science Scientific Research and Publication Ethics Committee with the decision number of 2022/4/4. The population of the research consists of professional and amateur football players in Turkey. The sample group consists of 455 licensed football players, 110 women and 345 men, who voluntarily accepted to participate in the research.

## Data Collection Tools

The Cronbach's Alpha ( $\alpha$ ) values of the Attitude towards Football Scale developed by Öncü and Güven (2011) were calculated as follows: Individual effects sub-dimension: .84, Social interaction sub-dimension: .66, Performance: .54, Psychological effects sub-dimension: .46 and overall scale: .74.

On the other hand The Cronbach's Alpha ( $\alpha$ ) values of the Meaning of Life Scale developed by Demirdağ and Kalafat (2015) were calculated as follows: Existing meaning sub-dimension: .76, Trying to find meaning sub-dimension: .81, and the entire scale: .77.

## Analysis of Data

Outliers were revised in the study. Analysis of the participation of 455 football players was carried out. In addition to descriptive statistics, Pearson correlation and multiple regression analysis methods were used to test the relationships between the scales within the context of the relational model.

## FINDINGS

**Table 1.** Findings on the Demographic Characteristics of Football Players

		N	%
Gender	Female	110	24,2
	Male	345	75,8
League level	Amateur	341	74,9
	Professional	114	25,1
Duration of being athlete	1- 5 years	173	38,0
	6- 10 years	172	37,8
	11 and more	110	24,2
Age Groups	10- 15 years old	57	12,5
	16- 20 years old	219	48,1
	21 and older	179	39,3
	Total	455	100

The findings regarding the demographic characteristics of the football players participating in the research are presented in Table 1 above. A total of 455 football players, 110 female (24.2%) and 345 male (75.8%) participated in the research. 341 of the football players are amateur (74.9%) and 114 of them are professional (25.1%). Athletic duration groups were grouped as 173 players (38%) for 1-5 years, 172 players for 6-10 years (37.8%), and 110 players (24.2%) for 11 years and above. Age distributions were grouped as 57 football players aged 10-15 (12.5%), 219 football players aged 16-20 (48.1%), and 179 football players aged 21 and older (39.3%).

**Table 2.** Correlation Analysis

N:455	1	2	3	4	5	6
1. Individual Effects	1					
2. Social Interaction	,584**	1				
3. Performance	,097*	,081	1			
4. Psychological Effects	,360**	,327**	,056	1		
5. Existing meaning	,282**	,197**	,024	,143**	1	
6. The meaning sought to be found	,120*	,163**	,014	,053	,226**	1

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

According to the findings of the correlation analysis between the four dimensions of the attitude towards football scale and the two dimensions of the meaning of life scale, the following correlations were determined; significant, positive and moderate between individual effects and social interaction ( $r=0.584$ ,  $p < .01$ ), significant, positive and low level between individual effects and performance ( $r=0.097$ ,  $p < .05$ ), individual effects and psychological effects significant, positive and moderate ( $r=0.360$ ,  $p < .01$ ) between individual effects and existing meaning, positive and low level ( $r=0.282$ ,  $p < .01$ ), significant between individual effects and the meaning tried to be found. , positive and low ( $r=0.120$ ,  $p < .05$ ); significant, positive and moderate ( $r=0.327$ ,  $p < .01$ ) between social interaction and psychological effects, significant, positive and low level ( $r=0.197$ ,  $p < .01$ ) between social interaction and existing meaning, significant, positive and low level ( $r=0.163$ ,  $p < .01$ ); significant, positive and low level between psychological effects and existing meaning ( $r=0.143$ ,  $p < .01$ ); significant, positive and low level between the existing meaning and the meaning that is tried to be found ( $r=0.226$ ,  $p < .01$ ). In summary; It can be said that individual effects, social interaction and performance dimensions, which are sub-dimensions of attitude towards football, are in positive relations with the meaning of life scale. In order to determine the strength and direction of these relationships, a regression analysis was performed below.

**Table 3.** Regression Analysis

Model	B	Std. Error	Beta ( $\beta$ )	t	p	VIF
(Constant)	3,232	,407		7,941	,000	
Individual Effects	,252	,097	,150	2,595	,010	1,599
Social Interaction	,201	,088	,130	2,292	,022	1,556
Performance	-,003	,054	-,003	-,063	,950	1,011
Psychological Effects	,020	,067	,015	,296	,767	1,177
R=,255	R <sup>2</sup> =,065	Adj. R <sup>2</sup> =,057				
F <sub>(4-450)</sub> = 7,821	p=,000	D-W=1,848				

The dependent variable: Meaning of life.

Table 3 shows the regression analysis between the independent variable, the attitude towards football, and the dependent variable, the general average of the meaning of life scale. Finding Durbin-Watson (D-W) values between 1.5 and 2.5 confirms that there is no multicollinearity problem between the variables. In addition, VIF values are also distributed within the range considered appropriate in the literature. The multiple regression model created is statistically significant ( $F_{(4-450)} = 7,821$ ;  $p < .001$ ).  $R^2$  value of model found to be ,065 and the corrected  $R^2$  value was found to be ,057. This finding suggests that the independent variable of attitude towards football explains 057 % of the changes in the meaning of life dependent variable. Considering the power of the independent variable in this relationship to affect the dependent variable, starting from the beta

indicator, a significant effect was observed in the sub-dimensions of individual effects ( $\beta=0.150$ ) and social interaction ( $\beta=0.130$ ). The attitude towards football has a significant positive contribution to the meaning of life; the meaning of life is 0.15 percent for a one-unit increase in the individual effects sub-dimension; It can be said that a one-unit increase in the social interaction sub-dimension will increase the meaning of life by 0.13. Briefly, It can be said that the meaning of life will be positively affected as individual effects and social interaction, which are sub-dimensions of attitude towards football, develop.

## **CONCLUSION and DISCUSSION**

This research aimed to examine the relationship between the attitude towards football and the meaning of life. In this part of the research, it is aimed to discuss the relationship between the attitude towards football and the meaning of life and the results of how the attitude towards football predicts the meaning of life.

As a result of the analysis made to determine the relationship between attitude towards football and the meaning of life, a positive relationship was found between individual effects and social interaction, a positive relationship between individual effects and performance, and a positive relationship between individual effects and psychological effects. It has been concluded that there are strong positive relation among the sub-dimensions of individual effects and the meaning of life, the existing meaning, between the individual effects and the meaning that is tried to be found, positive between the social interaction and the existing meaning, positive between the social interaction and the meaning that is tried to be found, and positive between the psychological effects and the existing meaning, between the existing meaning and the meaning that is tried to be found. According to the results, it can be said that there is a positive relationship between the sub-dimensions of the attitude scale towards football, individual effects, social interaction and performance dimensions and the meaning of life. There may be an increase in the level of meaning attributed to life as the individual effects, social interaction and performance related to the achieved result improve. Based on the findings, it can be said that making life meaningful consists of acceptance, success, self-esteem, honesty, sincerity and positive emotions (Wong, 1998). When these concepts discussed by Wong are evaluated in terms of sports, they include the triad of individual relations, social interaction and performance. Therefore, these concepts gained by sports will enable the individual to make sense of his/her life in a positive way. In this respect, it can be said that there is a relationship between the attitude towards football and the meaning of life. No research has been found in the literature examining the relationship between the attitude towards football and the meaning of life. Considering similar studies, Doğan and Moralı (1999) concluded that instructors with high life and job satisfaction have a high level of doing sports. In another finding (Yaşartürk, 2016), it is concluded that as the participants' scores on the leisure time attitude sub-dimensions increase, their life satisfaction scores also increase.

As a result of the analysis carried out to determine how the attitude towards football has an effect on the meaning of life, it can be said that the sub-dimensions of attitude towards football can be positively affected in terms of the burden on life as individual effects and social interaction develop. According to this result,

competition in sports includes concepts such as excitement, performance and social relations. From this point of view, these concepts gained with sports are an important determinant in making the life of the individual meaningful. Hans Huber, who made a statement to support this situation, stated that he puts a goal in front of the person that will force his capacity and act, thus creating an artificial stress situation for him/herself and this situation affects the way the individual makes sense of his/her life (Frankl, 2019). At the same time, it is an inevitable fact that sports provide socialization. These relationships that develop in the sports environment affect the life of the individual positively. Therefore, as individual influences and social interaction develop, life can become more meaningful. No study showing parallelism with the obtained result could be found in the literature. Considering the similar studies, Garland and Barry (1987) concluded that the personality and leader behaviors of football players affect performance satisfaction. As a result of this research, it was concluded that there is a positive relationship between the attitude towards football and the meaning of life and that the attitude towards football has a positive effect on the meaning of life.

#### **RECOMMENDATIONS**

As a suggestion for future research, the relationship between the attitudes of football players towards football and their life meanings can be examined in the form of pre-test and post-test before and after the TFF league periods with experimental studies.

#### **ETHICAL TEXT**

In this article, journal writing rules, publication principles, research and publication ethics rules, journal ethics rules were followed. Responsibility for any violations that may arise regarding the article belongs to the author(s). For the research, ethics committee approval was obtained from Osmaniye Korkut Ata University's Science Scientific Research and Publication Ethics Committee with the decision number of 2022/4/4

**Author(s) Contribution Rate:** In this study, the first author contributed 40%, the second author 30%, and the third author 30%.

#### **REFERENCES**

- Adler, A. (2017). *Yaşamın anlam ve amacı*. (Çev: Ş. Kamuran). Say Yayınları.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental and theoretical aspects*. Harper & Row.
- Das, A. K. (1998). Frankl and the realm of meaning. *Journal of Humanistic Education & Development*, 36(4), 199.
- Demirdağ, S., & Kalafat, S. (2015). Meaning in life questionnaire (MLQ): The study of adaptation to Turkish validity and reliability. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16, 83-95.
- Doğan, B., & Morali, 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.

- Frankl, V. E. (2013). *İnsanın anlam arayışı*. (Çev: Budak, S.). Okuyan Us Yayınları.
- Frankl, V. E. (2019). *Hayatın anlamı ve psikoterapi*. (Çev: Atayman, V.). Say yayınları.
- Frankl, V. E., & Atayman, V. (2019). *Hayatın anlamı ve psikoterapi*. Say yayınları.
- Garland, D. J., & Barry, J. R. (1990). Personality and leader behaviors in collegiate football: A multidimensional approach to performance. *Journal of research in personality*, 24(3), 355-370.
- Kara, N.S., & Soyer, F. (2021). Examination of meaning in life, forgiveness flexibility, cognitive flexibility, and psychological symptoms in individuals doing sports and not doing sports in terms of various variables. *African Educational Research Journal*, 9(1), 146-159.
- Kara, N.Ş., Cetin, M., Dönmez, A., & Çağın, M. (2020). The relationship between cognitive flexibility and the meaning of life: a research on the students of the faculty of sport sciences. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 22(1), 142-149.
- Karasar, N. (2019). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Nobel Yay.
- Koçak, F. (2014). Üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumları: Bir ölçek geliştirme çalışması. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(1), 59-69.
- Kuru, E. (2003). Farklı statüdeki beden eğitimi bölümü öğrencilerinin kişilik özellikleri. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(1).
- Öncü, E., & Özbay, G. (2011). Futbol tutum ölçeğinin geliştirilmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1), 30-42.
- Sherif M., & Sherif C.W, (1996). *Sosyal psikolojiye giriş 2* (Çev: M. Atakay ve A. Yılmaz). Sosyal Yayınlar.
- Steger, M.F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A., & Lorentz, D. (2008). Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of personality*, 76(2), 199-228.
- Wong, P. T. (1998). Implicit theories of meaningful life and development of the personal meaning profile. P. T. Wong & P. S. Fry (ed.), *The human quest for meaning* (pp. 110-140). Lawrence Erlbaum Associates.
- Wong, P. T. P. (1997). Meaning-centered counseling: A cognitive-behavioral approach to logotherapy. *International Forum For Logotherapy*, 20, 85-94.
- Wong, P. T. P. (2015). Meaning therapy: Assessments and interventions. *Journal of the Society for Existential Analysis*, 26(1).
- Yalom, I. (2014). *Varoluşçu psikoterapi*. Kabalıcı Yayıncılık.
- Yaşartürk, F. (2016). *Elit düzeydeki sporcuların rekreatif etkinlik tercihlerinde tutum, sıkılma algısı ile yaşam doyumlarının incelenmesi* [Yayımlanmış Doktora Tezi]. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.



## **FUTBOLA İLİŞKİN TUTUM VE YAŞAMIN ANLAMI: PROFESYONEL VE AMATÖR FUTBOLCULAR ARAŞTIRMASI**

### **Öz**

Futbol, milyonlarca insanı aynı anda aynı çatı altında ve aynı ekran karşısında toplamayı başarabilen büyüklü bir güce sahiptir. Bu büyüklü güç pekçok insanın yaşamında önemli ve anlamlı bir yer edinmiştir. Bu araştırma ile futbola ilişkin tutum ile yaşamın anlamı arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya (yaşları ortalaması  $21,05 \pm 6.67$ , N= 110 kadın, 345 erkek) 341 amatör, 114 profesyonel olmak üzere toplamda 455 lisanslı futbolcu katılım sağlamıştır. Araştırma için etik kurul onayı alınmıştır. Araştırma verilerinin toplanmasında Öncü ve Güven (2011) tarafından geliştirilen futbola yönelik tutum ölçeği ile Demirdağ ve Kalafat (2015) tarafından geliştirilen yaşamın anlamı ölçeği ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Tanımlayıcı istatistiğin yanı sıra, ilişki model kapsamında korelasyon ve regresyon analizlerine yer verilmiştir. Bulgular; futbola yönelik tutum ölçeğinin alt boyutlarından bireysel etkiler, toplumsal etkileşim ve performans boyutlarının yaşamın anlamı ölçeği ile pozitif ilişkiler içinde bulunduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak; futbola yönelik tutumun, yaşamın anlamı üzerinde anlamlı bir şekilde pozitif yönde katkısı olduğu; futbola yönelik tutumun alt boyutlarından bireysel etkiler ve toplumsal etkileşim geliştikçe, yaşamın anlamının pozitif yönde etkileneceği söylenebilir.

**Anahtar kelimeler:** Futbolcular, futbola yönelik tutum, yaşamın anlamı

## GİRİŞ

Değişen yaşam koşullarına ve gelişen teknolojiye rağmen sabit kalan durumlardan biri de bireyin çevresini ve yaşantısını anlamlandırma isteğidir. Bireyin yaşantısını anlamlandıramadığı takdirde bazı olumsuzluklarla karşılaşması ortaya çıkabilecek bir durum olabilir. Fizyolojik ihtiyaçlar ve güvenlik ihtiyaçlarının günümüzde büyük ölçüde karşılandığı düşünüldüğünde, Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisine göre bireye düşen, ait olma ve saygınlık basamaklarını aşıp kendini gerçekleştirmesidir. Bazı bireylerin ihtiyaçlar hiyerarşisine göre en üst noktaya yani kendini gerçekleştirme noktasına ulaşamaması düşüncesini de göz önünde bulundurarak, yaşamın anlamını aramasını ona ulaşmaya çalışmak olarak ifade etmek gerçekçi herkes için gerçekçi bir ihtiyaç olabilir. Bu noktada yaşamın anlamı, tıpkı diğer ihtiyaçlar gibi, duyguları var eden hayatın olağan bir bileşenidir (Steger ve ark., 2008). Yaşamdan anlam çıkarmak demek, onu kusursuz hale getirmek veya sürekli mutlu olmak demek değildir (Adler, 2017). Ancak yaşamda anlam arayışında bulunmak, hayatı anlamlı kılabilir. Her sağlıklı bireyin hayata karşı anlam arayışında olması gerektiğini vurgulayan Frankl (2013), düşüncesini üç ilkeye dayandırmaktadır. Yaşamın anlamının, insanı hayata bağlayan bir motivasyonun olması, ondan anlam çıkarmanın koşullardan bağımsız olduğu ve bunu sadece şahsın kendisinin yapabileceği şeklinde bu üç ilkeyi sıralamak mümkündür. Erikson'a göre ise yaşamın anlamı kritik dönemlere bağlı değil, yaşam boyu devam eden bir süreçtir ancak yaşamın anlamı konusunda değişiklikler söz konusu olabilir (Yalom, 2014). Bu değişikliklerin ise bireyin ihtiyaçlar piramidinin de kendini nerede konumlandığı ile ilgili bize fikir sunabilir. Öte yandan Wong (1997), yaşamın anlamının içinde barındırdığı, bilişsel, duygusal ve motivasyonel olmak üzere üç bileşenden bahseder. Bilişsel bileşen; bir uyum neticesinde insanların olayları anlamalarını ve geleceğe dair öngöründe bulunmalarını yardımcı eder. Motivasyonel bileşen; yaşamda öncelik sırasına göre hedefe odaklanıp sabırla başarmayı belirler. Duygusal bileşenin yolu ise olumlu düşünmeden geçer. Bu üç bileşen, bireyin yaşamını anlamlı kılma yolunda rehberlik hizmeti sağlar (Wong, 2015). Hans Huber, bireyin yaşamında kendisine sürekli hedefler belirlediğini ve bir hedeften diğerine ulaşırken elde edilen stresi yaşamın anlamı olarak ifade etmektedir (Frankl, 2019). Yaşama yüklenen anlamın olumsuz olması durumunda yalnızca psikolojik değil, nörolojik ve fizyolojik durumlar tetiklenecektir. Yaşanılan olumsuz durumlar karşısında aşırı reaksiyon gösterme, alternatifli düşünememe gibi duygu durumlarını, ortaya çıkabilecek olumsuz durumlar olarak ifade etmek yanlış olmayacaktır.

Sporun psikomotor gelişimine etkisi kadar, psikolojik, bilişsel ve duyuşsal alanlar için de olumlu etkileri olduğu bilinmektedir (Kara ve Soyer, 2021). Dolayısıyla sporun, kişinin duygu durumlarını olumlu manada etkilediği ve bireyin yaşamını anlamlandırması yönünde olumlu katkılar sunduğu ifade edilebilir. Sporun, bazı durumlarda farkında olunmadan yaşamın anlamının keşfedilmesi için bir araç olduğunu söylemek, bireyleri spora yönlendirmek adına bir motivasyon kaynağı olabilir. Ancak bireyin spora yönelmesi için de ona karşı olumlu bir tutum geliştirmesi gerekmektedir. Çünkü insanın, söz konusu şeye karşı olan tutumu, ona karşı beslediği hislerin bir yansıması olarak ortaya çıkabilir. Yapılacak etkinliğe hazır olma anlamı taşıyan tutum, bireyin çevresine karşı olumlu bir bakış açısı geliştirmesinin yanı sıra, davranışları yönetme gücüne de sahip olmasını ifade etmektedir (Sherif ve Sherif, 1996). Özellikle takım sporlarında, takım ruhunun, birlikte çalışmanın, ortak hedef belirleyip

bir amaç için uğraş verilmesi, yaşamı daha da anlamlı kılabilir. Ortak hedef belirlenip işbirlikli bir çalışma sergilenmesini gerektiren branşlardan biri olduğu düşünülen futbol branşının, her zaman popülerliğini koruyan, gerek seyirci gerek oyuncu olduğunda keyif veren bir spor branşı olduğu hedef kitlelerinin büyüklüğü açısından ortadadır. Futbol oynayan bireylerin toplum nezdinde saygın hale gelmesi, futbola karşı tutumu artıran faktörlerden biri olarak gösterilebilir. Albert Camus, "İnsan ruhunun bütün birikimi futbol sahasından geçer." sözüyle, futbolun psikolojik iyi oluşla ilişkine değindiği ifade edilebilir. Bireylerin hem sağlıklı olmaları hem de günlük hayatın getirdiği streslerden uzaklaşmaları için, küçük yaştan itibaren spora karşı olumlu tutum kazanmaları menfaatlerine olacaktır (Koçak, 2014). Başlangıç itibarıyla spora katılımın sebebi ve branşı ne olursa olsun, eğer birey spora karşı olumlu bir tutuma sahip değilse, spora yönelimi kalıcı olmayabilir. O yüzden spora yönelik olumlu tutum geliştirmek, sporun istikrarı açısından, bilinçaltı motivasyonu sağlar. Spora düzenli katılım gösteren bireyler, hislerini, gerçekleştirdiği hareketler vasıtasıyla sergileyip, kabını boşaltacak ve öfke, sinir gibi olumsuz duygu durumlarını minimuma indirecektir (Kuru, 2003). Geliştirilen olumlu tutum neticesinde, bireylerin yaşamlarında anlam bulması, ortaya çıkabilecek olumsuz duygu durumlarına kalkan görevi görecektir (Das, 1998). Ayrıca bazı olumsuz duygu durumlarını azaltmak ya da ortada kaldırmak için Bilişsel Kuramın kurucusu Beck (1967), depresyon kaynaklı etkenleri ortadan kaldırmaya değinmiştir. Kurama göre istenmeyen davranış sergileyen bireylerin bilinçaltında psikolojik bozulmalar yatmaktadır ve birey eğer rahatlama sağlayamazsa, yaşamın anlamı noktasında sorunla karşılaşabilir. Bu noktada spora karşı olumlu tutum gösteren birey, sergilediği davranış kalıpları ile bu açığı kapatabilecektir. Yaşamı anlamlandırma sürecinde bireye düşen, alacağı ve uygulayacağı kararlarda en üst düzey fayda elde etmek ve olası zararları en aza indirmek olmalıdır. Bu noktada bireyin aktif bir kişilik yapısı sergilemesi beklenmektedir (Kara ve ark., 2020).

Spora karşı olumlu tutum geliştiren bireyden, spora düzenli katılım motivasyonu göstermesi beklenen bir durum olarak ifade edilebilir. Gelişimin ilkelerinden biri olan, gelişim bir bütündür ilkesi çerçevesinde, başarılı olsun ya da olmasın, bireyin yaptığı spor, fiziksel bir iyi oluş hali ortaya koyabilir. Kendini fiziksel anlamda iyi hisseden birey de psikolojik olarak hayata pozitif yaklaşarak, yaşamını anlamlı kılma yolunda bir basamak katedebilir. Bu çerçevede bu çalışmanın amacı, tüm spor branşlarından yola çıkarak futbolcular özelinde, onların yaşamlarındaki anlam arayışı düşünceleri ile futbola karşı tutumları arasındaki durumu ortaya koymaktır.

## **YÖNTEM**

### **Araştırma Modeli**

İlişkisel tarama modelleri, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2019). Bu çalışmada ilişkisel tarama modeline yer verilmiştir.

### Araştırma Grubu

Araştırma için Osmaniye Korkut Ata Üniversitesinin Fen Bilimleri Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu 2022/4/4karar sayısı ile etik kurul onayı alınmıştır. Araştırmanın evrenini Türkiye'deki profesyonel ve amatör futbolcular oluşturmaktadır. Örneklem grubunu ise araştırmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden 110 kadın, 345 erkek olmak üzere toplamda 455 lisanslı futbol sporcu oluşturmaktadır.

### Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan ilk ölçek, Öncü ve Güven (2011) tarafından geliştirilen Futbola Yönelik Tutum Ölçeği'dir. Ölçeğin bu araştırma için Cronbach's Alfa ( $\alpha$ ) değerleri: Bireysel etkiler alt boyutu: .84, Toplumsal etkileşim alt boyutu: .66, Performans: .54, Psikolojik etkiler alt boyutu: .46 ve ölçek geneli: .74 olarak hesaplanmıştır.

Araştırmada kullanılan ikinci ölçek, Demirdağ ve Kalafat (2015) tarafından geliştirilen Yaşamın Anlamı Ölçeği'dir. Ölçeğin bu araştırma için Cronbach's Alfa ( $\alpha$ ) değerleri: Var olan anlam alt boyutu: .76, Bulunmaya çalışılan anlam alt boyutu: .81 ve ölçek geneli: .77 olarak hesaplanmıştır.

### Verilerin Analizi

Araştırmada uç değerler (outliers) revize edilmiştir. 455 futbolcunun katılımı ile ilgili analizler gerçekleştirilmiştir. Tanımlayıcı istatistiğin yanı sıra, ilişki model kapsamında ölçekler arasındaki ilişkileri test etmek üzere Pearson korelasyon ve çoklu regresyon analiz yöntemlerine başvurulmuştur.

## BULGULAR

**Tablo 1.** Futbol Sporcularının Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

		N	%
Cinsiyet	Kadın	110	24,2
	Erkek	345	75,8
Lig seviyesi	Amatör	341	74,9
	Profesyonel	114	25,1
Sporculuk süresi	1-5 yıl	173	38,0
	6-10 yıl	172	37,8
	11 ve üzeri yıl	110	24,2
Yaş grupları	10-15 yaş	57	12,5
	16-20 yaş	219	48,1
	21 ve üzeri	179	39,3
Toplam		455	100

Araştırmaya katılan futbolcuların demografik özelliklerine ilişkin bulgular yukarıdaki tablo 1'de sunulmuştur. Araştırmaya 110 kadın ( % 24.2), 345 erkek ( % 75. 8) olmak üzere toplamda 455 futbolcu katılım sağlamıştır. Futbolcuların 341'i amatör ( % 74.9), 114'ü profesyonel ( % 25.1) statüsündedir. Sporculuk süreleri grupları ise 1-5 yıl 173 futbolcu ( % 38), 6-10 yıl 172 futbolcu ( % 37.8), 11 ve üzeri yıl 110 futbolcu ( % 24.2) olarak gruplanmıştır. Yaş dağılımları ise 10-15 yaş grubu 57 futbolcu ( % 12.5), 16-20 yaş 219 futbolcu ( % 48.1), 21 ve üzeri yaş 179 futbolcu ( % 39.3) şeklinde gruplanmıştır.

**Tablo 2.** Korelasyon Analizi

N:455	1	2	3	4	5	6
1. Bireysel Etkiler	1					
2. Toplumsal Etkileşim	,584**	1				
3. Performans	,097*	,081	1			
4. Psikolojik Etkiler	,360**	,327**	,056	1		
5. Var olan anlam	,282**	,197**	,024	,143**	1	
6. Bulunmaya çalışılan anlam	,120*	,163**	,014	,053	,226**	1

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

Futbola yönelik tutum ölçeğine ait dört boyut ile yaşamın anlamı ölçeğine ait iki boyut arasında yapılan korelasyon analizinin bulgularına göre; bireysel etkiler ile toplumsal etkileşim arasında anlamlı, pozitif ve orta seviyeli ( $r=0.584$ ,  $p<.01$ ), bireysel etkiler ile performans arasında anlamlı, pozitif ve düşük seviyeli ( $r=0.097$ ,  $p<.05$ ), bireysel etkiler ile psikolojik etkiler arasında anlamlı, pozitif ve orta seviyeli ( $r=0.360$ ,  $p<.01$ ), bireysel etkiler ile var olan anlam arasında anlamlı, pozitif ve düşük seviyeli ( $r=0.282$ ,  $p<.01$ ), bireysel etkiler ile bulunmaya çalışılan anlam arasında anlamlı, pozitif ve düşük seviyeli ( $r=0.120$ ,  $p<.05$ ); toplumsal etkileşim ile psikolojik etkiler arasında anlamlı, pozitif ve orta seviyeli ( $r=0.327$ ,  $p<.01$ ), toplumsal etkileşim ile var olan anlam arasında anlamlı, pozitif ve düşük seviyeli ( $r=0.197$ ,  $p<.01$ ), toplumsal etkileşim ile bulunmaya çalışılan anlam arasında anlamlı, pozitif ve düşük seviyeli ( $r=0.163$ ,  $p<.01$ ); psikolojik etkiler ile var olan anlam arasında anlamlı, pozitif ve düşük seviyeli ( $r=0.143$ ,  $p<.01$ ); var olan anlam ile bulunmaya çalışılan anlam arasında anlamlı, pozitif ve düşük seviyeli ( $r=0.226$ ,  $p<.01$ ) bir ilişki tespit edilmiştir. Özetle; futbola yönelik tutumun alt boyutlarından bireysel etkiler, toplumsal etkileşim ve performans boyutlarının, yaşamın anlamı ölçeği ile pozitif ilişkiler içinde bulunduğu söylenebilir. Bu ilişkilerin kuvveti ve yönünü belirlemek amacıyla aşağıda regresyon analizi yapılmıştır.

**Tablo 3.** Regresyon Analizi

Model	B	Std. Error	Beta ( $\beta$ )	t	p	VIF
(Constant)	3,232	,407		7,941	,000	
Bireysel Etkiler	,252	,097	,150	2,595	,010	1,599
Toplumsal Etkileşim	,201	,088	,130	2,292	,022	1,556
Performans	-,003	,054	-,003	-,063	,950	1,011
Psikolojik Etkiler	,020	,067	,015	,296	,767	1,177
R=,255	R <sup>2</sup> =,065	Adj. R <sup>2</sup> =,057				
F <sub>(4-450)</sub> = 7,821	p=,000	D-W=1,848				

*Bağımlı değişken: Yaşamın anlamı.*

Tablo 3'te bağımsız değişken olan futbola yönelik tutum ile bağımlı değişken olan yaşamın anlamı ölçeğinin genel ortalaması arasında yapılan regresyon analizi görülmektedir. Durbin-Watson (D-W) değerlerinin 1,5 ile 2,5 arasında bulunması değişkenler arasında çoklu bağlantı probleminin olmadığını doğrulamaktadır. Ayrıca VIF değerleri de literatürde uygun görülen aralıkta dağılmaktadır. Oluşturulmuş olan çoklu regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır ( $F_{(4-450)} = 7,821$ ;  $p < .001$ ). Modelin R<sup>2</sup> değeri ,065; düzeltilmiş R<sup>2</sup> değeri ,057 olarak bulunmuştur. Bu bulgu futbola yönelik tutum bağımsız değişkeninin, yaşamın anlamı bağımlı değişken boyutundaki değişimlerin % 057'sini açıkladığını göstermektedir. Beta göstergesinden hareketle bu ilişki

bağımsız değişkenin, bağımlı değişkeni etkileme gücüne bakıldığında anlamlı etki bireysel etkiler ( $\beta=0,150$ ) ve toplumsal etkileşim ( $\beta=0,130$ ) alt boyutlarında gözlenmiştir. Futbola yönelik tutumun, yaşamın anlamı üzerinde anlamlı şekilde pozitif yönde katkısı olduğu; bireysel etkiler alt boyutundaki bir birimlik artışın yaşamın anlamı 0.15 oranında; toplumsal etkileşim alt boyutundaki bir birimlik artışının ise yaşamın anlamı 0.13 oranında arttıracığı söylenebilir. Özetle: futbola yönelik tutumun alt boyutlarından bireysel etkiler ve toplumsal etkileşim geliştikçe, yaşamın anlamının pozitif yönde etkileneceği söylenebilir.

### **TARTIŞMA ve SONUÇ**

Bu araştırma futbola ilişkin tutum ile yaşamın anlamı arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlanmıştır. Araştırmanın bu bölümünde futbola yönelik tutum ile yaşamın anlamı arasında nasıl bir ilişki olduğu ve futbola yönelik tutumun yaşamın anlamını nasıl yordadığına ilişkin sonuçların tartışılması hedeflenmiştir.

Futbola yönelik tutum ile yaşamın anlamı arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan analiz sonucunda, futbola yönelik tutum ölçeği alt boyutlarından bireysel etkiler ile toplumsal etkileşim arasında pozitif, bireysel etkiler ile performans arasında pozitif, bireysel etkiler ile psikolojik etkiler arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Bireysel etkiler ile yaşamın anlamı alt boyutlarından var olan anlam arasında pozitif, bireysel etkiler ile bulunmaya çalışılan anlam arasında pozitif, toplumsal etkileşim ile var olan anlam arasında pozitif, toplumsal etkileşim ile bulunmaya çalışılan anlam arasında pozitif, psikolojik etkiler ile var olan anlam arasında pozitif, var olan anlam ile bulunmaya çalışılan anlam arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çıkan sonuçlara göre, futbola yönelik tutum ölçeği alt boyutlarından bireysel etkiler, toplumsal etkileşim ve performans boyutları ile yaşamın anlamı arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu söylenebilir. Ulaşılan sonuçla ilgili bireysel etkiler, toplumsal etkileşim ve performans geliştikçe yaşama yüklenen anlam düzeyinde artış olabilir. Elde edilen bulgudan yola çıkarak yaşamı anlamlı kılmamanın kabul, başarı, özsaygınlık, dürüstlük, samimiyet ve pozitif duygulardan geçtiği söylenebilir (Wong, 1998). Wong'un ele aldığı bu kavramlar spor açısından değerlendirildiğinde, bireysel ilişkiler, toplumsal etkileşim ve performans üçlüsünü kapsamaktadır. Dolayısıyla sporun kazandırmış olduğu bu kavramlar bireyin yaşamını olumlu yönde anlamlandırabilmesini sağlayacaktır. Bu bakımdan futbola yönelik tutum ile yaşamın anlamı arasında bir ilişki olduğu söylenebilir. Literatürde futbola yönelik tutum ile yaşamın anlamı arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaya rastlanılmamıştır. Benzer araştırmalara bakıldığında, Doğan ve Morali (1999), yaşam ve iş doyumu yüksek olan öğretmen elemanlarının spor yapma düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Başka bir bulguda, (Yaşartürk, 2016) rekreatif etkinlikler açısından, katılımcıların boş zaman tutum alt boyutlarına ilişkin puanları arttıkça, yaşam doyumu puanlarının da arttığı sonucuna ulaşmışlardır.

Futbola yönelik tutumun yaşamın anlamı üzerinde nasıl bir etkiye sahip olduğunu belirlemek için yapılan analiz sonucunda, futbola yönelik tutum alt boyutlarından bireysel etkiler ve toplumsal etkileşim geliştikçe yaşama yüklenen anlamında pozitif yönde etkilenebileceği söylenebilir. Bu sonuca göre, spor içerisinde rekabeti heyecan, performans, sosyal ilişkiler gibi kavramları içerinden bulundurmaktadır. Buradan hareketle, sporla birlikte kazanılan bu kavramlar bireyin yaşamını anlamlı hale getirmesinde önemli bir belirleyicidir. Bu durumu

destekleyecek nitelikte açıklama yapan Hans Huber, insanın önüne kapasitesini zorlayacak, harekete geçirecek bir hedef koyduğunu ve böylelikle kendisine yapay bir stres durumu oluşturduğunu ve bu durumun bireyin hayatını anlamlandırma şeklini etkilediğini belirtmiştir (Frankl, 2019). Aynı zamanda sporun sosyalleşmeyi sağladığı kaçınılmaz bir gerçektir. Spor ortamında gelişen bu ilişkiler bireyin yaşamını olumlu yönde etkiler. Dolayısıyla bireysel etkiler ve toplumsal etkileşim geliştikçe yaşam daha anlamlı hale gelebilir. Ulaşılan sonuçla parallik gösteren araştırmaya literatürde ulaşılammıştır. Benzer araştırmalara bakıldığında Garland ve Barry (1987) Futbol oynayan sporcuların kişilik ve lider davranışlarının performans tatmini etkilediği sonucuna ulaşmışlardır. Bu araştırmanın sonucu olarak, futbola yönelik tutum ile yaşamın anlamı arasında olumlu bir ilişki olduğu ve futbola yönelik tutumun yaşamın anlamı üzerinde pozitif bir etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

### **ÖNERİLER**

İleride yapılacak araştırmalara öneri olarak, deneysel çalışmalarla TFF lig dönemlerinden önce ve sonra ön test ve son test şeklinde futbolcuların futbola yönelik tutumları ve yaşam anlamları arasındaki ilişkiye bakılabilir.

### **Etik Metni**

“Bu makalede dergi yazım kurallarına, yayın ilkelerine, araştırma ve yayın etiği kurallarına, dergi etik kurallarına uyulmuştur. Makale ile ilgili doğabilecek her türlü ihlallerde sorumluluk yazar(lar)a aittir. Makalenin etik kurul izni için Osmaniye Korkut Ata Üniversitesinin Fen Bilimleri Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu 2022/4/4 karar sayısı ile etik kurul onayı alınmıştır.

**Yazar(lar)ın Katkı Oranı Beyanı:** : Bu çalışmada birinci yazar %40, ikinci yazar %30 ve üçüncü yazar %30 katkıda bulunmuştur.

### **KAYNAKÇA**

- Adler, A. (2017). *Yaşamın anlam ve amacı*. (Çev: Ş. Kamuran). Say Yayınları.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental and theoretical aspects*. Harper & Row.
- Das, A. K. (1998). Frankl and the realm of meaning. *Journal of Humanistic Education & Development*, 36(4), 199
- Demirdağ, S., & Kalafat, S. (2015). Yaşamın anlamı ölçeği (YAÖ): Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16, 83-95.
- Doğan, B., & Morali, 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.
- Frankl, V. E. (2013). *İnsanın anlam arayışı*. (S. Budak, Çev.) Us Yayınları.
- Frankl, V. E. (2019). *Hayatın anlamı ve psikoterapi*. (Çev: Atayman, V.). Say yayınları.
- Frankl, V. E., & Atayman, V. (2019). *Hayatın anlamı ve psikoterapi*. Say yayınları.

- Garland, D. J., & Barry, J. R. (1990). Personality and leader behaviors in collegiate football: A multidimensional approach to performance. *Journal of research in personality*, 24(3), 355-370.
- Kara, N. S., & Soyer, F. (2021). Examination of meaning in life, forgiveness flexibility, cognitive flexibility, and psychological symptoms in individuals doing sports and not doing sports in terms of various variables. *African Educational Research Journal*, 9(1), 146-159.
- Kara, N. Ş., Cetin, M., Dönmez, A., & Çağın, M. (2020). The relationship between cognitive flexibility and the meaning of life: a research on the students of the faculty of sport sciences. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 22(1), 142-149.
- Karasar, N. (2019). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Nobel Yay.
- Koçak, F. (2014). Üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumları: bir ölçek geliştirme çalışması. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(1), 59-69.
- Kuru, E. (2003). Farklı statüdeki beden eğitimi bölümü öğrencilerinin kişilik özellikleri. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(1).
- Öncü, E., & Özbay, G. (2011). Futbol tutum ölçeğinin geliştirilmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1), 30-42.
- Sherif M., & Sherif C.W. (1996). *Sosyal psikolojiye giriş 2* (Çev: M. Atakay ve A. Yılmaz). Sosyal Yayınlar.
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A., & Lorentz, D. (2008). Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of personality*, 76(2), 199-228.
- Wong, P. T. (1998). Implicit theories of meaningful life and development of the personal meaning profile. P. T. Wong ve P. S. Fry (ed.), *The human quest for meaning* (ss.110-140) içinde. Lawrence Erlbaum Associates.
- Wong, P.T.P. (1997). Meaning-centered counseling: a cognitive-behavioral approach to logotherapy. *International Forum For Logotherapy*, 20, 85-94.
- Wong, P.T.P. (2015). Meaning Therapy: Assessments And Interventions. *Existential Analysis: Journal of the Society for Existential Analysis*, 26(1).
- Yalom, I. (2014). *Varoluşçu psikoterapi*. Kabalıcı Yayıncılık.
- Yaşartürk, F. (2016). *Elit düzeydeki sporcuların rekreatif etkinlik tercihlerinde tutum, sıkılma algısı ile yaşam doyumlarının incelenmesi* [Yayımlanmış Doktora Tezi]. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.