

Ergen Sporcularda Spora Bağlılık İle İlişkili Bireysel ve Sosyal Faktörler: Sistemik Derleme

Individual and Social Factors Related to Sport Commitment in Adolescent Athletes: A Systematic Review

¹Halis Egemen MERDAN

ORCID No: 0000-0002-9654-8665

²Emine ÇAĞLAR

ORCID No: 0000-0001-6771-8955

¹İstanbul Gelişim Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, İstanbul/TÜRKİYE

²Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü,

Yazışma Adresi

Corresponding Address:

Halis Egemen MERDAN

İstanbul Gelişim Üniversitesi, Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü

E-posta: hemerdan@gelisim.edu.tr

Geliş Tarihi (Received): 12.10.2021

Kabul Tarihi (Accepted): 28.05.2022

ÖZ

Spora katılım, devamlılık ve sporu bırakmayla ilişkili faktörlerin ortaya konmasında önemli bir yapı olan spora bağlılığın incelenmesi, ülkemizde bu kavramın daha kapsamlı bir şekilde anlaşılması, alan yazındaki boşlukları açığa çıkararak yeni araştırma soruları ortaya konmasını sağlaması açısından önemlidir. Spora bağlılığı daha iyi anlamak, fiziksel olarak daha aktif bir topluma sahip olmak için önemli bir fırsat sunabilir. Bu bağlamda bu çalışmanın amacı alan yazındaki spora bağlılık ile ilişkili psikososyal faktörleri sistemik derleme metodu ile ortaya koymaktır. Derleme PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) yönergelerine uygun olarak, PubMed, Google Scholar, SPORTDiscus ve Taylor-Francis Online veri tabanlarında, "sport commitment" anahtar kelimeleri kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Tarama sonucunda toplam 1132 çalışmaya ulaşılmıştır. Ön incelemeler sonrası spora bağlılık (Sport Commitment) modelini (Scanlan ve diğ., 1993) temel alan, hakemli dergide yayınlanan, örneklem grubunun yaş aralığı 10-18 yaş (erken ve orta ergenlik) arasında olan, spora bağlılık ile ilişkili faktörleri inceleyen çalışmalar gibi dâhil etme kriterleri, İngilizce dilinde yazılmama, nitel araştırma yöntemi kullanma gibi dışlama kriterleri göz önünde bulundurularak 20 çalışma sistemik derlemeye dâhil edilmiştir. Dâhil edilen çalışmalarda yanlılık riski ve çalışmaların kalitesini değerlendirmek için Karma Yöntem Değerlendirme Aracı (Mixed Methods Appraisal Tool) kullanılmıştır. Çalışmalar spora bağlılıkla ilişkili "bireysel" ve "sosyal" faktörler olarak iki başlık altında toplanmıştır. Bulgular, spora bağlılıkla ilişkili bireysel faktörler arasında güdülenme kavramının önemli bir faktör olarak ön plana çıktığını göstermiştir. Sosyal faktörlerde ise antrenörlerin oluşturduğu ortam/i İklimin sporcuların spora bağlılığı için oldukça kritik bir rolü olduğu görülmüştür. Sonuç olarak ergen sporcuların spora katılım ve devamlılığına ilişkin stratejilerin geliştirilmesinde bu faktörlerin dikkate alınması önerilir.

Anahtar Kelimeler: Spora bağlılık, Bireysel faktörler, Sosyal faktörler, Ergenler

ABSTRACT

Examining sport commitment, which is a crucial structure in revealing the psychosocial factors that affect sport participation, persistence, and dropping out of sports, is important in terms of providing a more comprehensive understanding of this concept in our country, revealing the gaps in the literature and providing new research questions. A better understanding of sport commitment may provide an important opportunity for a more physically active society. In this context, this study aimed to systematically review the psychosocial factors related to sport commitment in the literature to date. A systematic review of articles published in English across PubMed, Google Scholar, SPORTDiscus, and Taylor-Francis Online databases was undertaken using Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) guidelines by the "sport commitment" keyword. Inclusion criteria such as studies published in peer-reviewed journals based on the Sport Commitment model (Scanlan et al., 1993), the age range of the sample group between 10-18 years (early and middle adolescence), and examining factors related to sport commitment, were taken into account. In addition, exclusion criteria such as not being written in English and using a qualitative research method were taken into during the initial search. Totally 20 articles met inclusion criteria after the full-text articles were screened for eligibility. We used the Mixed Methods Appraisal Tool to assess the risk of bias and the quality of the studies included in the review. The studies were grouped under two headings as "individual" and "social" factors related to sport commitment. The findings showed that the concept of motivation stands out as an important factor among the individual factors related to sport commitment. In the part of the social factor, it has been seen that the motivational environment/climate created by the coaches has a critical role in sport commitment. Consequently, it is recommended to consider these factors in developing strategies for sport participation of athletes and persistence in sports.

Keywords: Sport commitment, Individual factors, Social factors, Adolescents

GİRİŞ

Toplum, ekonomi, eğitim gibi birçok farklı alanı etkileyen spor ve egzersizin halk sağlığı üzerindeki olumlu etkileri bilinmektedir. Spora katılım, fiziksel olarak aktif bir yaşam sürmenin önemli yollarından biridir ve bu sayede halk sağlığına pozitif katkı sunar. Çocuklukta fiziksel olarak yeterli seviyede aktif olmak, kemik-kas gelişimi ve motor beceri gelişimi için kritik bir öneme sahiptir (World Health Organization (WHO), 2010)). Buna ek olarak, fiziksel olarak aktif olmak, çocuk ve ergenlerde, fiziksel sağlık, akademik başarı, yürütücü bilişsel işlevler ve zihinsel sağlık üzerinde olumlu etkilere sahiptir (WHO, 2020). Spora uzun yıllar katılım gösteren genç yetişkin bireylerin, daha düşük kaygı seviyelerine sahip olduğu görülmüştür (Ashdown-Franks ve diğ., 2017). Bir diğer boyutuyla okul sporlarına katılım gösteren ergenlerin, genç yetişkinlikte daha az depresif belirtilere ve daha düşük stres seviyelerine sahip olduğu bulunmuştur (Jewett ve diğ., 2014). Spora katılımın, yüksek benlik saygısı, psikolojik dayanıklılık ve akademik başarı ile ilişkili olduğu da ortaya konmuştur (Bradley ve diğ., 2012; Eime ve diğ., 2013; Sevarsson ve diğ., 2017; Gagliardi ve diğ., 2020). Belirtilen tüm yararlarına karşın gerçekleştirilen uluslararası araştırmalarda, 5-17 yaş arasındaki erkeklerin yalnızca %9'unun ve kızların %2'sinin, günlük 60 dakika veya daha fazla orta-şiddetli fiziksel aktivitede bulunduğu görülmüştür (Shores ve diğ., 2015). Ayrıca hazırlanan raporlar, Avrupa ülkelerindeki 11-15 yaş grubu arasında fiziksel inaktivitenin giderek arttığını göstermiştir. Öyle ki, Avrupa'daki 15 yaş grubu kızların %14'ünden daha az bir kısmının fiziksel olarak yeterince aktif olduğu kabul edilmektedir (WHO, 2016).

Toplum üzerindeki faydaları sebebiyle ulusal hükümetler ve uluslararası kuruluşlar tarafından teşvik edilen spora katılım ve devam etme motivasyonu, spor psikolojisinde en kapsamlı çalışılan alanlardan biri olmuştur (Weiss ve Ferrer-Caja, 2002). Eğlenmek, deneyim, rekabet, sağlıklı yaşam gibi sebepler gösterilse de (Kilpatrick, Hebert ve Bartholomew, 2005) bireylerin spora katılımının zaman içindeki ısrarı altında yatan psikolojik durumu ifade etmek için spora bağlılık kavramı ortaya konmuştur (Scanlan, ve diğ., 2016). Bu psikolojik durum, sporcuları seçtikleri spora bağlayan motivasyonel bir gücü yansıtır. Spora bağlılık kavramı, spora katılımın arkasındaki güdülerin daha iyi anlaşılmasına önemli bir katkı sağlamıştır (Berki ve diğ., 2020). Scanlan ve diğerleri (1993) spora bağlılık kavramını temel alarak spora katılım ve sporu bırakmanın daha kapsamlı bir şekilde anlaşılmasına katkıda bulunmak için spora bağlılık modelini geliştirmiştir.

Spora Bağlılık Modeli (Sport Commitment Model): Spora bağlılık modeli bireylerin spora katılımı ve bunu sürdürme kararlılığının öncüllerini incelemektedir (Scanlan ve diğ., 2003). Bu modelde spora bağlılık, "spor katılımına devam etme arzusunu ve kararlılığını temsil eden psikolojik bir yapı" olarak tanımlanmaktadır (Scanlan, ve diğ., 2016). Spora bağlılık modeli sosyal değişim kuramından (Kelley ve Thibaut, 1978), Kelley'in (1983) kişilerarası ilişkiler modelinden ve yatırım modelinden (Rusbult ve diğ., 1988) uyarlanmıştır. Sosyal psikoloji perspektifinde bağlılık, bir kişinin ısrarlı hareket tarzını açıklamaya yardımcı olan koşullarla (Becker, 1960, akt. Scanlan ve diğ., 1993) ve ilişkilerin istikrarı, kalıcılığı (Kelley, 1983) ile ilişkilendirilmiştir.

Rusbult'un (1980) yatırım bağlılığı modeli, spora bağlılık modeli için ilk deneysel temeli sağlamıştır. Modelde bir ilişkiye veya bir faaliyete bağlılık, memnuniyet, alternatifler ve yatırımların bir ürünü olarak konumlandırılır. Model, romantik ilişkilere (Rusbult ve diğ., 1986), arkadaşlıklara (Rusbult, 1980), çalışma ortamlarına (Rusbult ve Farrell, 1983) bağlılığı tahmin etmede etkili olmuştur. Scanlan ve diğerleri (2003), önceki kuramlara dayanarak, spora bağlılığı artırabilecek veya azaltabilecek beş doğrudan yordayıcıya sahip olan (spordan zevk alma, katılım fırsatları, kişisel yatırımlar, sosyal kısıtlamalar ve katılım alternatifleri) spora bağlılık modelini oluşturmuştur.

Spora bağlılık modelinin, üç önemli özelliğe sahip olduğu belirtilmiştir (Scanlan ve diğ., 1993): (1) Spora bağlılık, bir aktiviteye psikolojik bağlılığı ele alır; (2) Spora bağlılık hem bilişsel (örneğin, düşünme) hem de duygusal (örneğin, duygular) faktörlerin bir ürünüdür ve (3) Spora bağlılık modeli, eşit düzeyde bağlılık ortaya koyan katılımcıların farklı yordayıcılarını ayırt edebilir. Model, bireylerin katıldıkları faaliyetler için taşıdıkları bağlılığın altında yatan anlama odaklanır.

Oluşturulan modelde özetle spora bağlılık, bir bireyin spora katılımdan keyif alma (spora katılımdan zevk), kişisel kaynaklara yatırım yapma (kişisel yatırımlar), sporun değerli fırsatlar sağladığını algılama (değerli fırsatlar) ve kişinin katılımında diğerleri tarafından önemli ölçüde desteklenme (sosyal destek) derecesinin etkisi olarak açıklanmıştır (Scanlan ve diğ., 2013). Nicel yöntemler ile yapılan çalışmalar spordan zevk alma, kişisel yatırımlar ve katılım fırsatlarının, spora bağlılık modelinin olumlu yordayıcıları olduğunu, sosyal kısıtlamalar ve diğer önceliklerin spora bağlılık ile negatif ilişkiye sahip olduğunu ortaya koymuştur (Scanlan ve diğ., 2003). Ayrıca araştırmalar spordan zevk alma alt boyutunun (spora karşı olumlu duygusal tepkiler), bağlılığın en güçlü yordayıcısı olduğunu göstermiştir (Sousa ve diğ., 2007; Weiss, ve diğ., 2001).

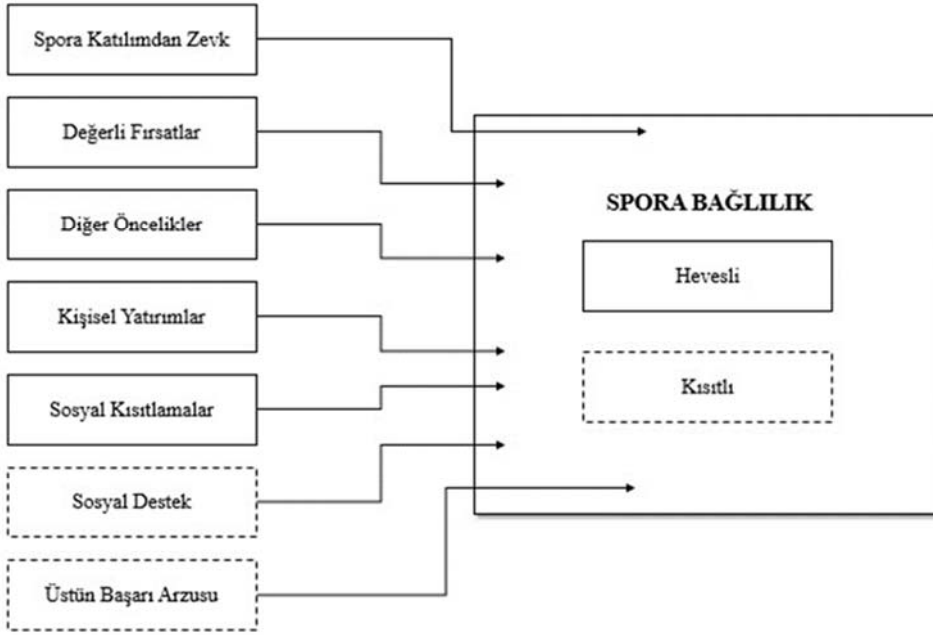
Gerçekleştirilen nitel çalışmalar sonrasında takım geleneği, takım üyeliği, sosyal destek, üstün başarı arzusu gibi farklı olası yeni belirleyiciler test edilmiştir (Scanlan ve diğ., 2013). Ayrıca araştırmacılar bir sporcunun zorunlu bir şekilde spora bağlılık duyabileceğini de savunmuştur (Gabriele ve diğ., 2011). Yani bireylerin, "yapmak istedikleri" ve "mecbur oldukları" için eyleme geçme çabasında ısrar edebileceği, faaliyete bağımsız ya da zorunlu olarak katılımında davranışsal ve psikolojik sonuçların farklı olabileceği belirtilmiştir (Scanlan ve diğ., 2016). Bu nedenle, bazı araştırmalar spora bağlılığın aynı zamanda iki tür bağlılık içerdiğini ve hem "istemek" hem de "yapmak zorunda" boyutlarını içeren yapıya sahip olduğunu ileri sürmüştür (Weiss ve Weiss, 2006; Wilson ve diğ., 2004). Bu nedenle Scanlan ve diğerleri (2016), spora bağlılık modeline hem hevesli (bağlanmak isteyen) hem de kısıtlı (bağlanmak zorunda) yönlerini eklemiştir. Yenilenen model, spora bağlılığın iki boyutu (hevesli ve kısıtlı) arasında ayrım yapmıştır.

Güncellenen modeli temel alan Spora Bağlılık Ölçeği-2 iki ana boyutun (Hevesli ve Kısıtlı Bağlılık) altında toplanan; spora katılımdan alınan zevk (sport enjoyment), değerli fırsatlar (valuable opportunities), diğer öncelikler (other priorities), kişisel yatırımlar-kayıp (personal investments-loss), kişisel yatırımlar-miktar (personal investments-quantity), sosyal kısıtlamalar (social constraints), sosyal destek-bilgisel (social support-informational), sosyal destek-duygusal (social support-emotional), üstün başarı arzusu-ustalık (desire to excel-mastery achievement), üstün başarı arzusu – sosyal (desire to excel-social achievement) olmak üzere 10 alt boyuttan oluşmuştur (Scanlan ve diğ., 2016).

Şekil 1’de görülen modelde, Hevesli Bağlılık (Enthusiastic Commitment) sporcuların “bir sporda zaman içinde ısrar etme arzusu ve kararlılığını” temsil ederken, kısıtlı bağlılık (constrained commitment), sporcuların “bir spora devam etme zorunluluğu algılarını” temsil etmektedir (Scanlan ve diğ., 2016). Model kapsamında bu iki ana boyutun altında toplanan alt boyutlardan spora katılımdan alınan zevk (sport enjoyment), spor deneyimi sonucunda oluşan sevinç duygularını yansıtan, olumlu duygusal tepkidir. Değerli Fırsatlar (Valuable Opportunities), spora sürekli katılım yoluyla elde edilebilen önemli fırsatları kapsar. Diğer Öncelikler (Other Priorities), sürekli spor katılımı ile çelişen, çekici ve farklı alternatiflerle ilgilidir (Scanlan ve diğ., 1993). Kişisel Yatırımlar-Kayıp (Personal Investments-Loss), bir spora katılım yolu ile kazanılan kişisel kaynakların, katılımın kesilmesi durumunda geri kazanılamayacak olması ile ilgilidir. Kişisel Yatırımlar-Miktar (Personal Investments-Quantity), bir spora aktarılan kişisel kaynak miktarını temsil eder. Sosyal Kısıtlamalar (Social Constraints), bir spora katılma yükümlülüğü algısını yaratan sosyal beklentiler veya normlardır. Sosyal Destek-Bilgisel (Social Support-Informational), bir spordaki önemli kişilerden alınan faydalı bilgi, rehberlik veya

tavsiyelerdir. Sosyal Destek-Duygusal (Social Support-Emotional), bir sporda önemli kişilerden alınan cesaret, ilgi ve empati ile ilgilidir. Üstün Başarı Arzusu-Ustalık (Desire to Excel-Mastery Achievement), bir sporda ustalaşmayı ve gelişmeyi istemeyi ve/veya çabalamayı ifade eder. Üstün Başarı Arzusu – Sosyal (Desire to Excel-Social Achievement), bir sporda rakiplere üstünlük sağlamak ve kazanmak için çabalamak ve/veya istemektir (Scanlan ve diğ., 2016).

Şekil 1

Spora Bağlılık Modeli

Yapılan araştırmalar spordan alınan zevk, değerli fırsatlar ve üstün başarı arzusunun hevesli bağlılığın en önemli yordayıcıları olduğunu göstermiştir (Scanlan diğ., 1993, 2016). Katıldıkları spordan daha fazla keyif alan ve sporu bıraktıklarında kendilerine sunulan önemli fırsatları kaçıracağını düşünen sporcuların, katılımı sürdürme arzusunun yüksek olması beklenecektir. Sosyal kısıtlamalar ve diğer öncelikler ise kısıtlı bağlılığın önemli yordayıcıları olarak bulunmuştur (Weiss ve Weiss, 2003, 2006; Wilson ve diğ., 2004). Bu yordayıcılardan bazılarının her iki bağlılık türü ile ilişkili olduğu görülmüştür. Örneğin diğer öncelikler, spor katılımına karşı çekici alternatiflerin mevcudiyeti sebebiyle, sporcuların ısrar etme arzusunun ve kararlılığını azaltarak hevesli bağlılığı negatif etkilemektedir. Spordan alınan zevk ve değerli fırsatların ise hevesli bağlılığı artırmakla kalmayıp, aynı zamanda kısıtlı bağlılığı da önemli ölçüde azalttığı belirtilmiştir (Scanlan ve diğ., 2016).

Spora bağlılığı ölçmek için Scanlan ve diğerleri (1993) kavramsal çerçeveye uygun olarak Spora Bağlılık Ölçeğini (Sport Commitment Scale) geliştirmiştir. Ölçek spora bağlılık modelinin ilk halindeki gibi beş yapı üzerinden oluşturulmuştur (Scanlan ve diğ., 1993). Ölçek, spora bağlılık ölçümü için araştırmalarda sıklıkla kullanılmıştır (Guillet ve diğ., 2002; Hagiwara ve Isogai, 2014; Scanlan ve diğ., 2008; Weiss ve Weiss, 2007). Modele eklenen yeni yapılardan sonra güncellenen Spora Bağlılık Ölçeği 2’de 7 alt boyut (Spora katılımdan zevk, değerli fırsatlar, diğer öncelikler, kişisel yatırımlar, sosyal kısıtlamalar, sosyal destek, üstün başarı arzusu) bulunmaktadır ve 5’li Likert tipindedir (Scanlan ve diğ., 2016).

Fiziksel olarak aktif bir yaşam sürmenin yaşam boyu faydaları her geçen gün daha da önem kazanmaktadır. Bu bağlamda spora bağlılık kavramı üzerinden fiziksel aktiviteye katılımın arkasındaki güdülerin daha iyi anlaşılması önemlidir (Berki ve diğ., 2020). Buradan hareketle spora katılımı sürdürme ve sporu bırakmayla ilişkili psikososyal faktörlerin ortaya konmasında önemli bir yapı olan spora bağlılığın incelenmesi, ülkemizde bu kavramın daha kapsamlı bir şekilde anlaşılmasını, alan yazındaki boşlukları açığa çıkararak yeni araştırma soruları ortaya konmasını sağlayabilir. Spora bağlılığı daha iyi anlamak, fiziksel olarak daha aktif bir topluma sahip olmak için önemli bir fırsat sunabilir. Bu nedenle, bu çalışmanın amacı alan yazındaki spora bağlılık ile ilişkili psikososyal faktörleri sistematiik derleme metodu ile ortaya koymaktır. Bu derlemede şu sorular ele alınmıştır:

1. Ergen sporcularda spora bağlılık ile ilişkisi incelenen bireysel faktörler nelerdir?
2. Ergen sporcularda spora bağlılık ile ilişkisi incelenen sosyal faktörler nelerdir?

YÖNTEM

Bu çalışma spora bağlılık ile ilişkili faktörleri belirlemek amacıyla yapılmış bir sistematiik derlemedir. Sistematiik alan yazın taraması, PRISMA yönergelerine uygun olarak gerçekleştirilmiştir (Page ve diğ., 2021).

Veri Kaynakları ve Tarama Stratejisi: Herhangi bir tarih kısıtlaması olmaksızın, Pubmed, Google Scholar, SPORTDiscus ve Taylor-Francis Online veri tabanlarında, “sport commitment” anahtar kelimeleri kullanılarak kapsamlı bir alan yazın taraması gerçekleştirilmiştir. Tarama sırasında anahtar kelimeler başlıkta aranmıştır (Örneğin, Google Scholar’da; allintitle seçeneği).

Çalışmaya Dâhil Etme ve Dışlama Kriterleri: Aşağıdaki kriterleri karşılayan çalışmalar bu derlemeye dâhil edilmiştir: (a) Ampirik araştırmalar (nicel kanıt); (b) sporcularda “spora bağlılık (Sport Commitment)” araştıran çalışmalar (c) “Spora Bağlılık (Sport Commitment)” modelini temel alan çalışmalar (Scanlan ve diğ., 1993) (d) Hakemli dergide yayımlanan çalışmalar. (e) örneklem grubunun yaş aralığı 10-18 yaş (erken ve orta ergenlik) arasında olan çalışmalar f) spora bağlılıkla ilişkili faktörleri inceleyen çalışmalar.

Tam metnine ulaşılan çalışmalardan, spora bağlılık modelini temel alan ölçüm aracını kullanmayan, nitel araştırma metoduna sahip, spora bağlılıkla ilişkili faktörleri incelemeyen, hakemli dergide makale olarak yayınlanmayan veya rapor olan, tezler ve İngilizce dilinde yazılmayan çalışmalar bu derlemeye dâhil edilmemiştir.

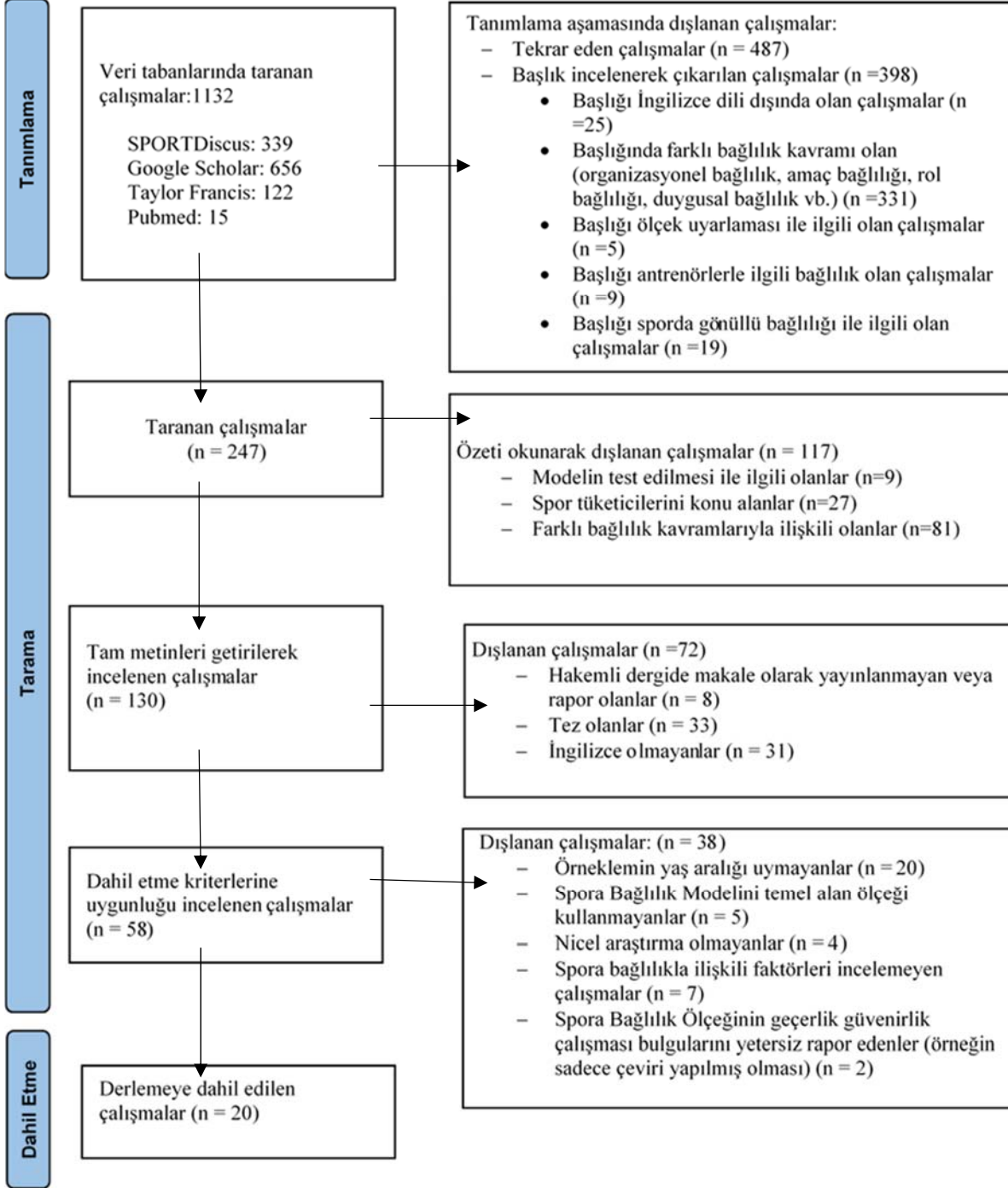
Tarama Süreci: Bu kriterler çerçevesinde spora bağlılık modelinin (Scanlan ve diğ., 1993) ortaya konduğu 1993 yılından bu yana spora bağlılık ile ilgili yapılan tüm çalışmalara ulaşılmaya çalışılmıştır.

Anahtar sözcükler kullanılarak yapılan tarama sonucunda ulaşılan makalelerde ilk olarak, birinci ve ikinci yazar bağımsız olarak tüm başlıkları ve özetleri incelemiştir. Bu tarama sürecinin sonuçlarını tartışmak ve herhangi bir uyumsuzluk olup olmadığını belirlemek için bir toplantı yapılmıştır. Bu aşamada başlıklarında farklı bağlılık kavramı çalışılan, ölçek uyarlaması ile ilgili olan, İngilizce dili dışında yazılan ve sporcu bağlılığı olmayan çalışmaların dışlanmasında görüş birliğine varılmıştır. Bu çalışmalar dışlandıktan sonra her iki yazar, kalan çalışmaların özetlerini incelemiş ve bu sistematiik derlemedeki araştırma sorularının cevabını karşılamayan çalışmaların dışlanmasına karar vermişlerdir. Bu aşamadaki dışlanma nedenleri; örneklemin sporculardan oluşmaması, bağlılık modelini test etmesi ve farklı bağlılık kavramlarının (örneğin organizasyonel bağlılık gibi) çalışılmış olmasını içermektedir. Bu aşamadan sonra kalan çalışmaların tam metinleri indirilerek incelenmiş ve hakemli olmayan dergide ya da rapor olarak yayımlananlar, tez olanlar ve tam metinleri İngilizce dilinde olmayan çalışmalar dışlanmıştır. Veri tabanı taramasında çıkmama olasılığı

dikkate alınarak kalan çalışmaların tam metinlerinin kaynakları da incelenmiş ancak taramada ulaşılan çalışmalardan farklı bir çalışmaya ulaşılamamıştır. Kalan çalışmaların tam metinleri dâhil edilme ve dışlanma kriterleri çerçevesinde incelenerek derlemeye dâhil edilen çalışmaların son hali verilmiştir. Tarama sürecinin detayları ve sonuçları Şekil 2’de sunulmuştur.

Şekil 2

PRISMA Akış Şeması



(Page ve diğ., 2020)

Çalışma Kalite Değerlendirmesi:

Tablo 1

MMAT Yanlılık Riski ve Çalışmaların Kalitesini Değerlendirme Özeti

| Makaleler | Desen | MMAT soruları | | | | | | |
|------------------------------------|-----------|---------------|------|----------------|----------------|------|------|------|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| <i>Andreu ve Hernandez (2018)</i> | Kesitsel | Evet | Evet | Evet | Hayır | Evet | Evet | Evet |
| <i>Berki ve diğ., (2019)</i> | Kesitsel | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet |
| <i>Berki ve diğ., (2020)</i> | Kesitsel | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet |
| <i>Carpenter ve Scanlan (1998)</i> | Boylamsal | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet |
| <i>DeJonge ve diğ., (2019)</i> | Boylamsal | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet |
| <i>Dunn ve diğ., (2016)</i> | Kesitsel | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet |
| <i>Garcia-Mas ve diğ., (2010)</i> | Kesitsel | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet |
| <i>Garn (2016)</i> | Kesitsel | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet |
| <i>Hall ve diğ., (2017)</i> | Kesitsel | Evet | Evet | Cevaplanamıyor | Evet | Evet | Evet | Evet |
| <i>Hernandez ve diğ., (2021)</i> | Kesitsel | Evet | Evet | Cevaplanamıyor | Evet | Evet | Evet | Evet |
| <i>Izad ve diğ., (2016)</i> | Kesitsel | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet |
| <i>Leo ve diğ., (2009)</i> | Kesitsel | Evet | Evet | Cevaplanamıyor | Evet | Evet | Evet | Evet |
| <i>Martin ve diğ., (2017)</i> | Kesitsel | Evet | Evet | Cevaplanamıyor | Evet | Evet | Evet | Evet |
| <i>McDonough ve Crocker (2005)</i> | Kesitsel | Evet | Evet | Cevaplanamıyor | Evet | Evet | Evet | Evet |
| <i>Pons ve diğ., (2018)</i> | Kesitsel | Evet | Evet | Cevaplanamıyor | Evet | Evet | Evet | Evet |
| <i>Pulido ve diğ., (2018)</i> | Kesitsel | Evet | Evet | Cevaplanamıyor | Evet | Evet | Evet | Evet |
| <i>Tamminen ve diğ., (2016)</i> | Kesitsel | Evet | Evet | Cevaplanamıyor | Evet | Evet | Evet | Evet |
| <i>Weiss ve Weiss (2007)</i> | Kesitsel | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet |
| <i>Weiss (2015)</i> | Kesitsel | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet | Evet |
| <i>Zahariadis ve diğ., (2006)</i> | Kesitsel | Evet | Evet | Evet | Cevaplanamıyor | Evet | Evet | Evet |

Derlemeye dahil edilen çalışmalarda yanlılık riski ve çalışmaların kalitesini değerlendirmek için Karma Yöntem Değerlendirme Aracı (Mixed Methods Appraisal Tool (MMAT)) kullanılmıştır (Hong ve diğ., 2018). Yanlılık riski ve kalite tüm araştırma türleri için ortak iki kriter sorusu ve nicel araştırmalar için 5 kriter sorusundan oluşan toplam 7 sorunun cevabıyla oluşturulmaktadır (MMAT- 2018). Bu sorular aşağıda sunulmuştur:

1. Net bir araştırma sorusu mevcut mu?
2. Elde edilen veri ile araştırma sorusuna cevap verilebiliyor mu?
3. Örneklem yöntemi araştırma sorusu için uygun mu?
4. Araştırma grubu hedef kitleyi temsil ediyor mu?
5. Uygulanan ölçümler uygun mu?
6. Cevaplanmama yanlılığı riski düşük mü?
7. İstatistiksel analizler araştırma sorusunun cevabı için uygun mu?

MMAT-2018 formatında genel puan hesaplaması yerine, sorulara üç farklı cevap verilmektedir (evet, hayır, söylenemez). MMAT-2018'in egzersiz ve spor psikolojisindeki diğer sistematik derlemelerde de başarı ile uygulandığı (Gröpel ve Mesagno, 2019, Goddard ve diğ., 2021) göz önüne alınarak bu çalışma için kullanılması uygun görülmüştür. Tüm çalışmalar iki yazar tarafından bağımsız olarak değerlendirilmiştir. Değerlendiriciler arası güvenilirlik katsayısı yüksek düzeyde bir anlaşmaya işaret etmektedir ($\kappa = .82$). MMAT-2018 kullanılarak gerçekleştirilen yanlılık ve kalite değerlendirmesinin özeti Tablo 1'de sunulmuştur.

BULGULAR

Tarama sürecinde gerçekleştirilen işlemler sonrası dâhil etme kriterlerini karşılayan 20 araştırmaya ulaşılmıştır (bkz. Şekil 2). Dâhil edilen çalışmalara karar verildikten sonra birinci yazar, bu çalışmalardan yazar isimleri, yayın tarihleri, örneklem bilgisi (örneklem büyüklüğü, yaş ortalaması, cinsiyet), incelenen ana değişkenleri, kullanılan ölçüm araçları ve çalışmaların sonuçlarına ilişkin verileri çıkarmıştır (Tablo 2 ve 3).

Örneklem ve Çalışma Özellikleri: Derlemeye dâhil edilen çalışmaların toplam katılımcı sayısı 5963 (kız 2916, erkek 2477), (\bar{x} yaş =15.37, $Ss=1.37$)'tür. Araştırmaların gerçekleştirildiği ülkeler; Amerika Birleşik Devletleri (n= 7, %35), İspanya (n= 6, %30), Kanada (n= 2, %10), Macaristan (n= 2, %10), İngiltere (n=1, %5), İran (n=1, %5), Yunanistan (n=1, %5) olarak dağılım göstermektedir. Çalışmalar 1998-2021 yılları arasında yayımlanmıştır ve %65'i 2016 yılı sonrası basılmıştır. Çalışmaya dâhil edilen araştırmaların 18'i kesitsel (%90), 2'si ise boylamsal (%10) desene sahiptir.

Spora Bağlılık ile İlişkili Faktörler: Tarama sonucunda dâhil etme kriterlerini karşılayan makaleler detaylı olarak incelenmiş ve çalışmalar spora bağlılık ve bireysel faktörler, spora bağlılık ve sosyal faktörler olmak üzere iki başlık altında toplanmıştır.

Spora bağlılık ve bireysel faktörler: Alan yazında spora bağlılık ile ilişkili bireysel faktörleri ele alan çalışmalara ilişkin özet bilgiler Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2

Spora Bağlılık ile Bireysel Faktörlerin İlişisini Ele Alan Çalışmalar

| Yazar/Yazarlar | Ülke | Araştırma Deseni | Örneklem Sayısı | Yaş Ortalaması | Spora bağlılık ile ilgili incelenen değişken | Ölçüm Aracı | Elde Edilen Sonuç |
|-----------------------------|-----------------------------|------------------|---------------------------|---|--|--|--|
| Carpenter ve Scanlan (1998) | Amerika Birleşik Devletleri | Boylamsal | 103 (68 erkek, 35 kız) | 14-18 yıl ($\bar{x}_{yaş} = 15.98$ SS = 1.1) | Spora bağlılığın zaman içinde değişimi | Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993) | Spora Bağlılık alt boyutlarına dair ölçümler, sezonda 3 haftalık hazırlık dönemi, 10 haftalık normal sezon ve 3 haftalık play-off dönemi boyunca gerçekleştirilmiştir. İlk ölçümler 3 ve 5. haftalarda son ikinci ölçümler 10. haftada yapılmıştır. Zaman içerisinde çoğunlukla değerli fırsatlar ve spora katılımdan alınan zevk alt boyutlarında artış olduğu görülmüştür. Spordan alınan zevk puanları azalanlarda, spora bağlılığın da azaldığı görülmüştür. Aynı şekilde değerli fırsatlar arttıkça, bağlılığın da arttığı görülmüştür. |
| McDonough ve Crocker (2005) | Amerika Birleşik Devletleri | Kesitsel | 227 kız | 11 - 14 yıl. (% 15, 11 yaş, % 35 12 yaş, %30 13 yaş ve % 20 14 yaş) | Öz değer, spora bağlılık | Benlik Algısı Profili Harter (1985), Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993) | Öz değer ve spora bağlılık arasında zayıf pozitif ilişki olduğu ve öz değerın spora bağlılığın düşük düzeyde anlamlı pozitif yordayıcısı olduğu ortaya konmuştur (4%). |
| Zahariadis ve diğ., (2006) | Yunanistan | Kesitsel | 243 ergen | ($\bar{x}_{yaş} = 13.5$ SS = 1.1) | Güdülenme, spora bağlılık | Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993), Sporda Güdülenme Ölçeği (SMS) (Pelletier ve diğ., 1995) | Spora bağlılık ile içsel güdülenme arasında anlamlı pozitif bir ilişki bulunmuştur. Güdülenmeme ve spora bağlılık arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konarken, spora katılımdan alınan zevk ile içsel güdülenme arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür. |

Tablo 2

(Devamı)

| Yazar/Yazarlar | Ülke | Araştırma Deseni | Örneklem Sayısı | Yaş Ortalaması | Spora bağlılık ile ilgili incelenen değişken | Ölçüm Aracı | Elde Edilen Sonuç |
|---------------------------|-----------------------------|------------------|-----------------|---|---|--|--|
| Weiss ve Weiss (2007) | Amerika Birleşik Devletleri | Korelasyonel | 304 (kız) | 8-18 yıl ($\bar{x}_{yaş} = 12.4$ Ss = 2.3) | Yaş grubu (8-11, 11-14.5 ve 14.5-18 yıl). Sportif deneyim: -5-6 grubu: spora başlangıç seviyesi -8-10 grubu: ileri düzey spora katılım ve yarışma düzeyi Spora bağlılık | Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993) | En genç yaş grubundaki sporcuların (8-11 yaş), daha ileri yaş gruplarına göre spora katılımdan alınan zevk seviyelerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Daha düşük sportif deneyime sahip sporcular (seviye 5-6), yüksek deneyim seviyesindeki (seviye 8-10) sporculara kıyasla daha fazla spora katılımdan alınan zevk ve katılım fırsatları puanlarına sahip olduğu görülmüştür. Yüksek deneyim seviyesindeki (seviye 8-10) sporcuların ise daha yüksek diğer öncelikler puanlarına sahip olduğu ortaya konmuştur. |
| Garcia-Mas ve diğ. (2010) | İspanya | Kesitsel | 454 (erkek) | 14-16 yıl ($\bar{x}_{yaş} = 15.6$ SS = .24) | Güdülenme, spora bağlılık | Sporda Güdülenme Ölçeği (SMS) (Pelletier ve diğ., 1995) Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993) | İçsel güdülenmenin spora bağlılık ile yüksek düzeyde pozitif, spora katılımdan alınan zevk ile orta düzeyde pozitif ilişkisi varken, dışsal güdülenmenin spora bağlılık ve spora katılımdan alınan zevk ile orta düzeyde pozitif ilişkisi olduğu görülmüştür. Güdülenmemenin diğer öncelikler ile orta düzeyde pozitif ilişkisi varken, spora bağlılık ve spora katılımdan alınan zevk ile orta düzeyde negatif ilişkisi olduğu ortaya konmuştur. İçsel ve dışsal güdülenme spora bağlılık ve spora katılımdan alınan zevkin pozitif yordayıcısı iken güdülenmeme diğer önceliklerin pozitif yordayıcısı olduğu görülmüştür. |

Tablo 2

(Devamı)

| Yazar/Yazarlar | Ülke | Araştırma Deseni | Örneklem Sayısı | Yaş Ortalaması | Spora bağlılık ile ilgili incelenen değişken | Ölçüm Aracı | Elde Edilen Sonuç |
|----------------|-----------------------------|------------------|-----------------------------|---|--|---|---|
| Weiss (2015) | Amerika Birleşik Devletleri | Kesitsel | 491 (247 erkek, 244 kız) | 14-19 yıl ($\bar{x}_{yaş} = 16.54$ SS = 1.22) | Spora katılım düzeyi, (müsabakada rol alma düzeyine göre sporcular üç gruba ayrılmıştır: 1.düzenli olarak maçta oynayanlar, 2. geçen sezonda %50 veya üzerinde maça çıkanlar, 3. geçen sezonda %50 veya altında maça çıkanlar), spora bağlılık | Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993) | Araştırma sonuçları geçen sezonda %50 veya altında maça çıkanların diğer iki gruba göre spora bağlılık ve spora katılımdan alınan zevk seviyelerinin daha düşük olduğunu gösterirken, bu grubun daha yüksek Diğer Öncelikler seviyelerine sahip olduğu görülmüştür. Ayrıca düzenli olarak maçta oynayanların, diğerlerine göre anlamlı bir şekilde daha yüksek Kişisel Yatırım seviyesine sahip olduğu görülmüştür. |

Tablo 2

(Devamı)

| Yazar/Yazarlar | Ülke | Araştırma Deseni | Örneklem Sayısı | Yaş Ortalaması | Spora bağlılık ile ilgili incelenen değişken | Ölçüm Aracı | Elde Edilen Sonuç |
|----------------------------|---------|------------------|-----------------------------|-----------------------------------|--|---|--|
| Tamminen ve diğ., (2016) | Kanada | Kesitsel | 451 (247 erkek, 204 kız) | $\bar{X}_{yaş} = 16.3$ SS = 1.02) | Kişisel duygu düzenleme, spora bağlılık | Diğerlerinin ve Kendinin Duygu Düzenlemesi (Emotion Regulation of Others and Self scale; EROS) (Niven ve diğ., 2011), Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993) | Kişi düzeyinde (intrinsic subscales), kendini geliştiren duygusal düzenleme (self-improving) spordan alınan zevk ile pozitif yönde ilişkiliyken, kendini kötüleştiren duygusal düzenleme (self-worsening), spordan zevk alma ile olumsuz yönde ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Diğerleriyle ilgili, diğerlerini geliştiren duygusal düzenlemenin (other-improving), hem spora katılımdan alınan zevk hem de spora bağlılık ile pozitif ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. Kendini kötüleştiren (self worsening) duygusal düzenlemenin spora katılımdan alınan zevk ile negatif ilişkisi vardır. Benzer şekilde diğerleriyle ilgili, diğerlerini kötüleştiren (other-worsening) duygusal düzenlemenin spora bağlılık ve spora katılımdan alınan zevk ile negatif ilişkiye sahip olduğu ortaya konmuştur. |
| Andreu ve Hernandez (2018) | İspanya | Kesitsel | 205 ergen | (90 U11, 34 U14 ve 81 U16) | Spora bağlılık, sporda yarışmacılık düzeyi- (U11 ilk yıl, ikinci yıl, üçüncü yıl – U14 ilk yıl ve ikinci yıl, U16 ilk yıl ve ikinci yıl) | Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993) | En yüksek spora bağlılık seviyelerinin, U11 ve U14 ilk yıl gruplarında olduğu görülmüştür. Ayrıca katılım fırsatları alt boyutunun tüm gruplar için yıl ilerledikçe arttığı görülmüştür. Örneğin U11 ilk yıl, ikinci yıldan daha düşük katılım fırsatları seviyesine sahipken, ikinci yıl da üçüncü yıla göre daha düşük puanlara sahip olduğu ortaya konmuştur. |

Tablo 2

(Devamı)

| Yazar/Yazarlar | Ülke | Araştırma Deseni | Örneklem Sayısı | Yaş Ortalaması | Spora bağlılık ile ilgili incelenen değişken | Ölçüm Aracı | Elde Edilen Sonuç |
|------------------------|---------|------------------|---------------------------------|--|--|--|--|
| Pons ve diğ., (2018) | İspanya | Kesitsel | 500 (36.8% kız, 63,2% erkek) | 13-21 yıl ($\bar{X}_{yaş} = 16.42$ SS = 1.54) | Kaygı ve stresle başa çıkma stratejileri, spora bağlılık | Sporda Kaygı Ölçeği – 2 (SAS-2, Smith, Smoll ve diğ., 2006), Sporda Stresle Başa Çıkma Stratejileri Envanteri (ISCCS), ; (Gaudreau ve Blondin, 2002) Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993) | Oluşturulan modelde kaygının başa çıkma stratejileri üzerinden spora bağlılıkla ilişkisi incelenmiştir. Kaygı alt boyutlarından somatik kaygı ve endişenin, görev yönelimli başa çıkma ile olumlu ilişkisi olduğu, konsantrasyon bozulması ile negatif ilişkisi olduğu görülmüştür. Konsantrasyon bozulmasının çekilme yönelimli başa çıkma ile olumlu ilişkisi olduğu görülmüşken, endişenin, doğrudan spora bağlılık ile pozitif ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Görev odaklı başa çıkmanın spora bağlılık olumlu ilişkisi olduğu görülürken, çekilme yönelimli başa çıkmanın olumsuz ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. |
| Pulido ve diğ., (2018) | İspanya | Kesitsel | 430 erkek | 12-18 yıl ($\bar{X}_{yaş} = 14.21$ SS = 1.67) | Temel psikolojik ihtiyaçların tatmini güdülenme spora bağlılık | Egzersizde Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (Sanchez ve Nunez 2007), Sporda Güdülenme Ölçeği (Pulido 2015) Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993) | İçsel ve özerk güdülenme spora bağlılıkla pozitif ilişkiyken, güdülenmemenin negatif ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Özerk güdülenme spora bağlılığın yüksek derecede anlamlı pozitif yordayıcısıyken, güdülenmemenin, spora bağlılığın negatif yordayıcısı olduğu görülmüştür. İhtiyaç tatmini spora bağlılığın pozitif yordayıcısıyken, ihtiyaç engellenmesinin spora bağlılığın negatif yordayıcısı olduğu ortaya konmuştur. |

Tablo 2

(Devamı)

| Yazar/Yazarlar | Ülke | Araştırma Deseni | Örneklem Sayısı | Yaş Ortalaması | Spora bağlılık ile ilgili incelenen değişken | Ölçüm Aracı | Elde Edilen Sonuç |
|-------------------------|------------|------------------|-------------------------------|------------------------------------|--|---|--|
| DeJonge ve diğ., (2019) | Kanada | Boylamsal | 518 kız, 11-18 yıl | $\bar{X}_{yaş} = 14.02$ SS = 1.38) | Fiziksel benlik algısı, spora bağlılık | Fiziksel Kendini Tanımlama Ölçeği Kısa Form (Marsh ve diğ., 2010) Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993) | Araştırma için katılımcılara 2 farklı zamanda ölçüm yapılmıştır. İlk ölçümle ikinci arasında 24 aylık bir zaman bırakılmıştır. Katılımcılar başlangıçta fiziksel benlik algısı ve spora bağlılıkta orta ile yüksek puanlar bildirirken, zaman içerisinde hem fiziksel benlik algısı hem de spora bağlılık puanlarında düşüş gerçekleşmiştir. Oluşturan modele göre, başlangıçtaki fiziksel benlik algısının 24 ay sonraki spora bağlılık düzeyleri ile anlamlı derecede pozitif ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. |
| Berki ve diğ., (2019) | Macaristan | Kesitsel | 214 ergen (66 erkek, 148 kız) | $\bar{X}_{yaş} = 16.84$ SS = 1.38) | Güdülenme, spora bağlılık | Spora Bağlılık Ölçeği-2 (Scanlan ve diğ., 2016), Sporda Güdülenme Ölçeği (Pelletier ve diğ., 2013) | İçsel güdülenme, özümseme ve özdeşim, hevesli bağlılığın pozitif yordayıcısı, güdülenmeme negatif yordayıcısı olarak bulunmuştur. İçsel güdülenme kısıtlı bağlılığı negatif yordarken, dışsal düzenleme ve güdülenmemenin pozitif yordadığı görülmüştür. |

Tablo 2

(Devamı)

| Yazar/Yazarlar | Ülke | Araştırma Deseni | Örneklem Sayısı | Yaş Ortalaması | Spora bağlılık ile ilgili incelenen değişken | Ölçüm Aracı | Elde Edilen Sonuç |
|-----------------------|------------|------------------|--------------------------|--|--|---|---|
| Berki ve diğ., (2020) | Macaristan | Kesitsel | 526 (275 erkek, 251 kız) | 14-18 yıl ($\bar{X}_{yaş} = 16.5$ SS = 1.3) | Yaşam tatmin, dışsal ve içsel yaşam hedefleri, sağlık tutumu, spora bağlılık | Spora Bağlılık Ölçeği-2, (Scanlan ve diğ., 2016), Yaşam Tatmini Ölçeği (Satisfaction with Life Scale; Diener ve diğ., 1985), İstek Ölçeği (The Aspiration Index, Kasser ve Ryan 1996), Sağlık Tutumları Ölçeği (The Health Attitudes Index, Frederick ve Ryan 1993) | K-ortalama kümeleme yöntemi ile Spora Bağlılık Ölçeği-2 alt boyutları temel alınarak 3 grup oluşturulmuş; zorunlu sporcular, bağlı olmayan sporcular, hevesli sporcular. İlk gruptaki zorunlu sporcular spora katılım konusunda zorunluluk algısına sahipken, spora bağlılık belirgin değildir. İkinci gruptakiler, sporun olumsuz bir deneyim olarak algılanmasıyla karakterize edilmiştir Üçüncü gruptakiler, sporu olumlu bir deneyim olarak ifade eden hevesli bağlılık gösteren sporcular olarak etiketlenmiştir. Zorunlu grubundaki sporcuların diğerlerine kıyasla daha yüksek dışsal hedef ve sağlık tutumu puanları olduğu görülürken, hevesli sporcuların daha yüksek iyi oluş, gelecek hedefi ve içsel hedefe sahip olduğu ortaya konmuştur. |

Tablo 2

(Devamı)

| Yazar/Yazarlar | Ülke | Araştırma Deseni | Örneklem Sayısı | Yaş Ortalaması | Spora bağlılık ile ilgili incelenen değişken | Ölçüm Aracı | Elde Edilen Sonuç |
|---------------------------|---------|------------------|-----------------------------|---|--|---|--|
| Hernandez ve diğ., (2021) | İspanya | Kesitsel | 479 (250 erkek, 229 kız) | 16-17 yıl $(\bar{X}_{yaş} = 16.60.27$ SS = 0.50) | Performans başarısızlık korkusu, tükenmişlik, spora bağlılık | Performans Başarısızlık Değerlendirme Envanteri (PFAI; Conroy ve diğ., 2002), Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993), Maslach Tükenmişlik Envanteri (Maclach ve Jackson, 1981) | Araştırma sonuçları spora bağlılığın duygusal tükenme ve duyarsızlaşma ile negatif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğunu göstermiştir. Yüksek spora bağlılık seviyesine sahip sporcuların, daha düşük kişisel başarısızlık puanlarına sahip olduğu görülmüştür. Başarısızlık korkusunun, spora bağlılıkla negatif ilişkili olduğu ortaya konarken, oluşturulan model, başarısızlık korkusunun aracılığı ile duygusal tükenme ve duyarsızlaşmanın spora bağlılığı negatif yönde ilişkiye sahip olduğunu göstermiştir. |

Bireysel yapıların spora bağlılık ile ilişkili önemli faktörlerden olduğu görülmektedir. Alan yazın incelendiğinde, güdülenme kavramının spora bağlılık ile ilişkili bireysel faktörler arasında ön plana çıkan kavramlardan biri olduğu görülmektedir. Örneğin Garcia-Mas ve diğerleri (2010) gerçekleştirdikleri çalışmada gençlik sporlarında güdülenme ve spora bağlılık arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmanın sonuçları, içsel ve dışsal güdülenmenin spora bağlılık ve spora katılımdan alınan zevkle anlamlı ve olumlu bir ilişkisi olduğunu göstermiştir. Güdülenmenin ise diğer öncelikler alt boyutu ile pozitif, spora katılımdan zevk alma ve spora bağlılık ile negatif ilişkisi olduğu ortaya konmuştur. Dışsal güdülenmenin spora katılımdan alınan zevk ile yüksek bir pozitif ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. İçsel güdülenme ile spora bağlılık arasındaki pozitif ilişki ve güdülenme ile spora bağlılık arasında negatif bir ilişki ortaya koyan diğer çalışmalar da bu kavramın önemini göstermiştir (Zahariadis ve diğ., 2006; Pulido ve diğ., 2018; Berki ve diğ., 2019). Bundan farklı olarak Zahariadis ve diğerleri (2006) araştırmalarında dışsal güdülenme puanları ile spora bağlılık arasında anlamlı bir ilişki ortaya koymamıştır. Yapılan çalışmalarda (Berki ve diğ.2019) içsel güdülenmeye ek olarak, özümseme ve özdeşimin de hevesli bağlılığı pozitif yordadığı görülmüştür. Pulido ve diğerleri (2018) özerk güdülenmenin spora bağlılığın anlamlı pozitif yordayıcısı olduğunu ortaya koyarken, ihtiyaç tatmininin (özerklik tatmini, yeterlik tatmini ve ilişki tatmini alt boyutlarıyla) spora bağlılığın pozitif yordayıcısı olduğu, ihtiyaç engellenmesinin (yeterlik, özerklik, ilişki engellenmesi alt boyutlarıyla) ise spora bağlılığın negatif yordayıcısı olduğunu göstermişlerdir.

Son yıllarda yapılan çalışmalarda kaygı, tükenmişlik, korku gibi yapıların da spora bağlılık ile ilişkili olduğu görülmektedir. Örneğin Pons ve diğerleri (2018) müsabaka kaygısı ve spora bağlılık kavramları arasındaki ilişkide stresle başa çıkmanın aracılık rolünü araştırmışlardır. Sonuçlar görev yönelimli başa çıkmanın spora bağlılık ile anlamlı pozitif bir ilişkisi olduğunu göstermiştir. Konsantrasyon bozulması spora bağlılıkla negatif ilişkiliyken, endişenin spora bağlılıkla olumlu ilişkiye sahip olduğu ortaya konmuştur. Endişenin genç sporcular tarafından “eldeki görevle ilgili sorumluluk duygusu” olarak görülebileceği belirtilmiştir. Bir diğer çalışmada Hernandez ve diğerleri (2021), performans başarısızlık korkusu, tükenmişlik ve spora bağlılık arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Araştırma sonuçları spora bağlılığın duygusal tükenme ve duyarsızlaşma ile negatif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğunu göstermiştir. Yüksek spora bağlılık seviyesine sahip sporcuların, daha düşük kişisel başarısızlık puanlarına sahip olduğu görülmüştür. Başarısızlık korkusunun, spora bağlılıkla negatif ilişkisi olduğu ortaya konulurken, oluşturulan model, başarısızlık korkusunun aracılığı ile duygusal tükenme ve duyarsızlaşmanın da spora bağlılıkla negatif ilişkiye sahip olduğunu göstermiştir.

Spora bağlılıkla ilişkili bir diğer önemli bireysel faktörün ise sportif deneyim ve yaş olduğu görülmektedir. Örneğin Weiss ve Weiss (2007) tarafından gerçekleştirilen korelasyonel çalışmada en genç yaş grubundaki sporcuların (8-11 yaş), daha ileri yaş gruplarına göre daha yüksek spora katılımdan alınan zevk seviyelerine sahip oldukları bulunmuştur. Sportif deneyim baz alınarak oluşturulan sporcu gruplarında ise seviye 5-6 grubundaki sporcuların (yarışma düzeyinin başında, yeni sporcular), seviye 8-10 (yüksek deneyim ve müsabık düzeyindekiler) grubundaki sporculara kıyasla daha fazla spora katılımdan alınan zevk ve katılım fırsatları puanlarına sahip olduğu görülmüştür. Yüksek deneyim seviyesindeki (seviye 8-10) sporcuların ise daha yüksek diğer öncelikler puanlarına sahip olduğu ortaya konmuştur. Andreu ve Hernandez (2018) ise araştırmalarına katılan sporcuların yarışma düzeylerini U11’in ilk yıl, ikinci yıl, üçüncü yılı – U14’ün ilk yıl ve ikinci yılı, U16’nın ilk yıl ve ikinci yılı olarak gruplandırılmıştır. En yüksek spora bağlılık seviyelerinin, U11 ve U14 ilk yıl gruplarında olduğu görülmüştür. Ayrıca Spora Bağlılık Ölçeğinin katılım fırsatları alt boyutunun tüm gruplar için yıl ilerledikçe arttığı görülmüştür. Örneğin U11 ilk yıl, ikinci yıldan daha düşük katılım fırsatları puanına sahipken, ikinci yılda üçüncü yıla göre daha düşük puanlara sahip olduğu ortaya konmuştur. Son olarak Weiss (2015) gerçekleştirdiği bir diğer çalışmada, liseli katılımcıları, müsabakalara katılım düzeyine göre düzenli katılımcılar (starter), düzenli olmayan katılımcılar (sezonda %50 veya üzerinde katılım gösteren) ve katılımcı olmayanlar (sezonda %50 veya altında katılım

gösteren) şeklinde gruplara ayırmıştır. Araştırma sonuçları, katılımcı olmayanlar grubundakilerin diğer iki gruba göre, spora bağlılık ve spora katılımdan alınan zevk puanlarının düşük olduğunu, diğer öncelikler puanlarının yüksek olduğunu göstermiştir. Ayrıca düzenli katılımcıların, diğerlerine göre anlamlı bir şekilde daha yüksek kişisel yatırım seviyesine sahip olduğu görülmüştür.

Spora bağlılıkla ilişkili farklı bireysel faktörleri ele alan çalışmalar da mevcuttur. Örneğin Tamminen ve diğerleri (2016) duygu düzenleme kavramı ile spora katılımdan zevk alma ve spora bağlılık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yapısal eşitlik modellemesinin sonuçları, sporcuların kendini kötüleştiren duygu düzenleme stratejilerinin (self-worsening emotion regulation strategies) spora katılımdan alınan zevkle negatif ilişkili olduğunu, iyileştirici duygu düzenleme stratejilerinin (improving emotion regulation strategies) ise spora katılımdan alınan zevk ve spora bağlılık ile pozitif ilişkili olduğunu göstermiştir. Spora bağlılıkla ilişkili bireysel faktörleri ele alan bir diğer çalışmada McDonough ve Crocker (2005), öz değer ve spora bağlılık arasında zayıf pozitif ilişki olduğunu ve öz değerın spora bağlılığın düşük düzeyde anlamlı pozitif yordayıcısı olduğunu ortaya koymuşlardır. Zaman kavramının spora bağlılıkla ilişkisini inceleyen Carpenter ve Scanlan (1998) gerçekleştirdikleri boylamsal çalışmada, Spora Bağlılık Ölçeği alt boyutlarına dair ölçümler, sezonda 3 haftalık hazırlık dönemi, 10 haftalık normal sezon ve 3 haftalık play-off dönemi boyunca gerçekleştirilmiştir. İlk ölçümler 3. ve 5. haftalarda son ölçümler 10. haftada yapılmıştır. Zaman içerisinde çoğunlukla değerli fırsatlar ve spora katılımdan alınan zevk alt boyutlarında artış olduğu görülmüştür. Spordan alınan zevk puanları düşük olanlarda, spora bağlılığın da azaldığı görülmüştür. Aynı şekilde değerli fırsatlar arttıkça, bağlılığın da arttığı görülmüştür. Bir diğer boylamsal çalışmada DeJonge ve diğerleri (2019) katılımcılara iki farklı zamanda ölçüm yapmışlardır. İlk ölçümle ikinci arasında 24 aylık bir zaman bırakılmıştır. Katılımcılar başlangıçta fiziksel benlik algısı ve spora bağlılıkta orta ile yüksek puanlar bildirirken, zaman içerisinde hem fiziksel benlik algısı hem de spora bağlılık puanlarında düşüş gerçekleşmiştir. Mevcut bulgulara dayanarak, spora katılım gösteren ergen kızlar arasında fiziksel benlik kavramının geliştirilmesine odaklanan müdahalelerin değerli olabileceği belirtilmiştir. Oluşturan modele göre, başlangıçtaki fiziksel benlik kavramının 24 ay sonraki spora bağlılık düzeyleri ile anlamlı derecede pozitif ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. Berki ve diğerleri (2020) ise kümeleme analizi yaptıkları çalışmada, psikolojik iyi oluş, yaşam tatmini ve sağlık tutumu değişkenleri arasındaki farklılıkları incelemişlerdir. “Zorunlu sporcular” olarak oluşturulan ilk kümedeki sporcuların en yüksek puanları Diğer Öncelikler alt boyutunda aldığı görülürken, diğer alt boyutlardaki puanlar orta düzeydedir. İkinci kümedeki “bağlı olmayan sporcular”, sporun olumsuz bir deneyim olarak algılanmasıyla karakterize edilmiştir. Üçüncü kümedeki sporcular, sporu olumlu bir deneyim olarak ifade eden, diğer bir deyişle spora bağlılık puanları diğer kümelere göre yüksek olan “hevesli sporcular” olarak konumlandırılmıştır. ANOVA analizi sonuçları hevesli sporcuların daha yüksek psikolojik iyi oluş ve yaşam tatmini puanlarına sahip olduğunu göstermiştir. Ayrıca zorunlu sporcular kümesindeki sporcuların daha yüksek sağlık tutumu puanlarına sahip olduğu ortaya konmuştur.

Spora bağlılık ve sosyal faktörler: Spora bağlılık ile ilişkili bireysel faktörlerin dışında, sporunun içinde bulunduğu sosyal ortam ve bu ortamdaki bireylerin de spora bağlılıkla önemli ölçüde ilişkili olduğunu ortaya koyan çalışmalar yapılmıştır (Tablo 3). Bu bağlamda derleme sonucu ele alınan çalışmalar; antrenörün oluşturduğu güdüsel iklim, akran ilişkileri, ebeveyn ilişkileri ve diğer ilişkiler başlıkları altında incelenmiştir.

Tablo 3

Spora Bağlılık İle Sosyal Faktörlerin İlişisini Ele Alan Çalışmalar

| Yazar/Yazarlar | Ülke | Araştırma Deseni | Örneklem | Yaş Ortalaması | Spora bağlılık ile ilgili incelenen değişken | Ölçüm Aracı | Elde Edilen Sonuç |
|-----------------------------|-----------------------------|------------------|----------|---|---|--|--|
| McDonough ve Crocker (2005) | Amerika Birleşik Devletleri | Kesitsel | 227 kız | 11 - 14 yıl. (%15 11 yaş, %35 12 yaş, %30, 13 yaş ve %20 14 yaş) | Takım arkadaşlığı kalitesi, spora bağlılık | Sporda Arkadaşlık Kalitesi Ölçeği (Weiss ve Smith, 1999) Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993), | Sporda arkadaşlık-kalitesi ile spora bağlılık arasında zayıf pozitif bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. |
| Weiss ve Weiss (2007) | Amerika Birleşik Devletleri | Kesitsel | 304 kız | 8-18 yıl ($\bar{X}_{yaş} = 12.4$ SS = 2.3) | Algılanan maliyet Sosyal çevre ile ilişkiler Spora bağlılık Yaş grupları; orta-geç çocukluk (ilkokul), erken-orta ergenlik (orta/ortaokul) ve orta-geç ergenlik (lise) Sportif deneyim: • 5-6 grubu: spora başlangıç seviyesi • 8-10 grubu: ileri düzey spora katılım ve yarışma düzeyi | Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993), Çocuklar İçin Benlik Algısı Profili (Harter 1985) İlişki Ağı Envanteri (The Network of Relationships Inventory; Furman ve Buhrmester, 1985), Algılanan Maliyet Anketi (Perceived Costs Survey, Raedeke, 1997) | Yaş grupları içerisinde; en genç yaş grubundakiler için ebeveyn sosyal kısıtlaması, en iyi arkadaş sosyal kısıtlaması ve algılanan maliyetlerin, spora bağlılığın negatif yordayıcıları olduğu görülmüştür. İkinci yaş grubundakiler için (orta) algılanan maliyetler ve ebeveyn kısıtlaması spora bağlılığın negatif yordayıcısı olarak konumlanmıştır. En ileri yaş grubundakiler için algılanan yeterlik spora bağlılığın pozitif yordayıcısıyken, algılanan maliyetlerin negatif yordayıcısı olduğu görülmüştür. Sportif deneyim için; daha alt seviyedeki sporcular için (5-6 seviye), algılanan maliyetler, antrenör sosyal kısıtlama, en iyi arkadaş sosyal kısıtlama ve takım arkadaşı sosyal kısıtlama, spora bağlılık ile negatif ilişkili iken, antrenör sosyal desteğin pozitif ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Daha üst seviyedeki sporcular için (8-10 seviye) algılanan maliyetler ve takım arkadaşı sosyal kısıtlamanın, spora bağlılık ile negatif ilişkili olduğu bulunmuştur. |

Tablo 3

(Devam)

| Yazar/Yazarlar | Ülke | Araştırma Örnekleme Deseni | Yaş Ortalaması | Spora bağlılık ile ilgili incelenen değişken | Ölçüm Aracı | Elde Edilen Sonuç | |
|--------------------------|---------|----------------------------|--------------------------------|---|---|--|--|
| Leo ve diğ., (2009) | İspanya | Kesitsel | 285 (149 erkek, 135 kız) | 11-16 yıl ($\bar{X}_{yaş} = 16.42$; SS = 1.54) | Algılanan güdüsel iklim, spora bağlılık | Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993), Sporda Algılanan Güdüsel İklim Ölçeği (PMSCQ-2: Newton ve diğ., 2000) | Spora bağlılığım, ustalık iklimi algısı ile pozitif, performans iklimi algısı ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Ustalık iklimi ile spora katılımdan alınan zevk, kişisel yatırımlar, katılım fırsatları arasında olumlu ilişki, diğer öncelikler arasında olumsuz ilişki olduğu ortaya konulmuştur. Performans ikliminin ise sosyal kısıtlamalar ile pozitif ilişkiye, spora katılımdan alınan zevk ve katılım fırsatları ile negatif ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. |
| Tamminen ve diğ., (2016) | Kanada | Kesitsel | 451 (247 erkek, 204 kız) | ($\bar{X}_{yaş} = 16.3$ SS = 1.02) | Takımda algılanan güdüsel iklim ve duygusal düzenleme, spora bağlılık | Diğerlerinin ve Kendinin Duygu Düzenlemesi (Emotion Regulation of Others and Self scale; Niven ve diğ., 2011), Gençlik Sporlarında Akran Güdüsel İklim Envanteri (The Peer Motivational Climate in Youth Sport Questionnaire, Ntoumanis ve Vazou, 2005) Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993), | Takım düzeyinde duygu düzenleme ile ilişkili olarak; takım- diğerlerini geliştirici duygusal düzenleme alt boyutu ile spora bağlılık arasında yüksek ilişki, takım- diğerlerini kötüleştirici duygusal düzenleme alt boyutu ile düşük ilişkili olarak bulunmuştur. Görev yönelimli akran iklimi spora katılımdan alınan zevk ve spora bağlılık ile pozitif bir ilişkiye sahipken, ego yönelimli akran iklimi spora bağlılık ile negatif bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. Ego yönelimli akran iklimi yüksek takımlarda, kendini kötüleştirici duygusal spora katılımdan alınan zevk ile önemli ölçüde negatif ilişkiye sahip olduğu görülürken, ego akran iklimi düşük seviyedeki takımlarda böyle bir ilişki olmadığı görülmüştür. Görev yönelimli akran iklimi düşük olan takımlarda kendini geliştiren duygusal düzenleme takım- spora bağlılıkla pozitif bir ilişkiye sahipken, görev akran iklimi yüksek seviyedeki takımlarda spora bağlılık ile negatif ilişkiye sahip olduğu ortaya konmuştur. Son olarak kendini kötüleştirilen duygusal düzenleme, ego akran iklimi yüksek takımlarda spora bağlılık ile negatif ilişkiyi, bulunmuştur. |

Tablo 3

(Devam)

| Yazar/Yazarlar | Ülke | Araştırma Örnekleme Deseni | Yaş Ortalaması | Spora bağlılık ile ilgili incelenen değişken | Ölçüm Aracı | Elde Edilen Sonuç | |
|----------------------|-----------------------------|----------------------------|---|--|--|--|--|
| Dunn ve diğ., (2016) | Amerika Birleşik Devletleri | Kesitsel | Sporcular: 163 (126 erkek, 37 kız) Ebeveynler: 163 (78 baba, 85 erkek) | Sporcular: 8-18 yıl ($\bar{X}_{yaş} = 16.2$ SS = 2.4) Ebeveynler: 27-59 yıl ($X_{yaş} = 41.0$ SS = 5.6) | Algılanan ebeveyn baskısı, spora bağlılık | Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993), Aktivitelere Ebeveyn Katılım Ölçeği (Parental Involvement in Activities Scale Anderson ve diğ., 2003) | Algılanan ebeveyn baskısının spora katılımından alınan zevk ve spora bağlılık ile negatif ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. Oluşturulan model ile incelenen dolaylı ilişkilerde, ebeveynlerin mali yatırımı arttıkça algılanan ebeveyn baskısının arttığı ve spora katılımından alınan zevki ve spora bağlılığı olumsuz etkilediği ortaya konmuştur. |
| Garn (2016) | İngiltere | Kesitsel | 209 kız | 12-16 yıl ($\bar{X}_{yaş} = 15.29$ SS = 1.23) | Takım arkadaşlarından algılanan sosyal kabul, spora bağlılık | Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993), Algılanan Kabul Ölçeği (Perceived Acceptance Scale Brock ve diğ., 1998) | Oluşturulan modele göre takım arkadaşlarından algılanan sosyal kabul ile spora bağlılık arasında düşük seviyede pozitif doğrudan ilişki görülürken, spora katılımından alınan zevk, kişisel yatırımlar, katılım fırsatları aracılığıyla, takım arkadaşlarından algılanan sosyal kabul ile spora bağlılık arasında anlamlı pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür. Takım arkadaşlarından algılanan sosyal kabul ile katılımından alınan zevk, kişisel yatırımlar, katılım fırsatları arasındaki doğrudan ilişkinin pozitif ve anlamlı, sosyal kısıtlamaların ise negatif ve anlamlı ilişkiye sahip olduğu ortaya konmuştur. Takım arkadaşlarından algılanan sosyal kabulün, spora katılım ve kişisel yatırımlar ile en yüksek ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. |
| Izad ve diğ., (2016) | İran | Kesitsel | 94 (42 erkek, 52 kız) | 13-18 yıl | Antrenörden algılanan sosyal destek, spora bağlılık | Kişilerarası Davranışlar Ölçeği (The interpersonal Behaviours Scale; Pelletier ve diğ., 2001), Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993), | Araştırma sonuçları antrenörden algılanan sosyal destek ile spora bağlılık arasında anlamlı pozitif bir ilişki olduğunu göstermiştir. Ayrıca kızlarda özerklik destekleyici alt boyutunun spora bağlılığın en güçlü pozitif yordayıcısı olduğu ortaya koyulurken, erkeklerde ilişkililik destekleyici alt boyutunun spora bağlılığın en güçlü pozitif yordayıcısı olduğu saptanmıştır. |

Tablo 3

(Devam)

| Yazar/Yazarlar | Ülke | Araştırma Örnekleme Deseni | Yaş Ortalaması | Spora bağlılık ile ilgili incelenen değişken | Ölçüm Aracı | Elde Edilen Sonuç |
|------------------------|-----------------------------|----------------------------|--------------------------|---|---|---|
| Martin ve diğ., (2017) | Amerika Birleşik Devletleri | Kesitsel | 303 (167 erkek, 133 kız) | $(\bar{X}_{yaş} = 14.89 \text{ SS} = 1.77)$ | Sporda sosyal kimlik, spora bağlılık, bireysel-takım sporları | Sporda Sosyal Kimlik Ölçeği (Bruner ve diğ., 2014) Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993), Bireysel sporlar düzeyinde, sporda sosyal kimliğin grup içi bağlar (in-group ties) ve grup içi duygulanım (in-group affect) alt boyutlarının spora bağlılığı pozitif yordadığı görülmüştür. Takım sporları düzeyinde ise, grup içi bağlar (in-group ties) alt boyutunun spora bağlılığı pozitif olarak yordadığı ortaya konmuştur. |
| Hall ve diğ., (2017) | Amerika Birleşik Devletleri | Kesitsel | 400 (190 kız, 203 erkek) | 14-18 yıl ($\bar{X}_{yaş} = 15.9 \text{ SS} = 1.23$) | Antrenörün oluşturduğu güdusel iklim, spora bağlılık | Yardımlaşma İklimi Ölçeği (Caring Climate Scale; Newton ve diğ., 2007), Sporda Algılanan Güdusel İklim Ölçeği (Seifriz ve diğ., 1992) Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993), Bireysel sporlarda, görev yönelimli ve yardımlaşma iklimi arttıkça, spora bağlılığın arttığı bulunmuştur. Takım sporlarında ise, görev yönelimli iklim arttıkça spora bağlılığın arttığı, yani görev yönelimli iklimin spora bağlılığı pozitif yönde yordadığı bulunmuştur. |
| Pulido ve diğ., (2018) | İspanya | Kesitsel | 430 erkek | 12-18 yıl ($\bar{X}_{yaş} = 14.21 \text{ SS} = 1.67$) | Algılanan destekleyici veya engelleyici antrenörlük tarzı, spora bağlılık | Antrenörlerin Kişilerarası Tarz Ölçeği (Coaches' Interpersonal Style Questionnaire; Pulido ve diğ., 2017), Spora Bağlılık Ölçeği (Scanlan ve diğ., 1993), Destekleyici antrenör tarzının, spora bağlılığı pozitif yordadığı, engelleyici antrenör tarzının ise spora bağlılığın negatif yordayıcısı olduğu ortaya konmuştur. |

Antrenörün Oluşturduğu Güdüsel İklim: Alanyazın incelendiğinde antrenörlerin oluşturduğu ortam/iklimin sporcuların spora bağlılığı için oldukça kritik bir rolü olduğu görülmektedir. Örneğin Pulido ve diğerleri (2018) antrenör tarafından oluşturulan antrenman ortamının sporcu bağlılığıyla ilişkisini incelemiştir. Yapısal eşitlik modeli analizi, destekleyici antrenör tarzının, içsel güdülenmeyi arttırdığını ve bunun da spora bağlılığı pozitif yordadığını göstermiştir. Diğer yandan engelleyici antrenör davranışının güdülenmeme ile pozitif ilişkili olduğunu ve spora bağlılıkla olumsuz yönde ilişkiye sahip olduğunu ortaya konmuştur. Hall ve diğerleri (2017) güdüsel iklim ile spora bağlılık arasındaki ilişkiyi hem bireysel hem de takım düzeyinde araştırmıştır. Çalışmanın sonuçları hem bireysel hem takım sporlarında görev yönelimi ikliminin spora bağlılık ile pozitif ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğunu göstermiştir. Bir diğer çalışmada Leo ve diğerleri (2009) antrenörlerin oluşturduğu güdüsel iklim ile spora bağlılık arasındaki ilişkilerin ölçülmesini amaçlamışlardır. Araştırma sonuçları spora bağlılığın, antrenör tarafından oluşturulan ustalık iklimi algısı ile pozitif, performans iklimi algısı ile negatif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Ustalık iklimi ile spora katılımdan alınan zevk, kişisel yatırımlar, katılım fırsatları arasında olumlu ilişki varken, diğer öncelikler arasında olumsuz ilişki olduğu ortaya konulmuştur. Performans ikliminin ise sosyal kısıtlamalar ile pozitif ilişkiye, spora katılımdan alınan zevk ve katılım fırsatları ile negatif ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. Ayrıca regresyon analizi sonuçları ustalık ikliminin spora bağlılığın pozitif ve anlamlı yordayıcısı olduğunu göstermiştir. Izad ve diğerleri (2016) ise antrenörden algılanan sosyal destek ile spora bağlılık arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Araştırma sonuçları antrenörden algılanan sosyal destek ile spora bağlılık arasında anlamlı pozitif bir ilişki olduğunu göstermiştir. Ayrıca kızlarda özerklik- destekleyici alt boyutunun spora bağlılığın en güçlü pozitif yordayıcısı olduğu ortaya konulurken, erkeklerde ilişkililik-destekleyici alt boyutunun spora bağlılığın en güçlü pozitif yordayıcısı olduğu görülmüştür.

Akran İlişkileri: Sporunun sosyal çevresini oluşturan önemli rollerden biri de takım arkadaşlarıdır. Spora bağlılıkla ilişkili sosyal faktörlerden biri olarak ön plana çıkan arkadaşlık kavramını ele alan araştırmacılardan Garn (2016), takım arkadaşları tarafından kabul görme duygusu ile spora bağlılık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmanın sonuçları takım arkadaşlarından algılanan sosyal kabul ile spora katılımdan alınan zevk, kişisel yatırımlar, katılım fırsatları arasında pozitif, sosyal kısıtlamalar arasında negatif ilişki olduğunu göstermiştir. Algılanan sosyal kabul ile en yüksek ilişkinin, spora katılımdan alınan zevk ve kişisel yatırımlar arasında olduğu ortaya konmuştur. McDonough ve Crocker (2005) ise sporda arkadaşlık-kalitesi ile spora bağlılık arasında zayıf bir pozitif ilişki olduğunu rapor etmişlerdir.

Tamminen ve diğerleri (2016) araştırmalarında takımında algılanan güdüsel iklim, duygusal düzenleme ve spora bağlılık arasındaki ilişkiyi ele almışlardır. Takım düzeyinde duygu düzenleme ile ilişkili olarak; takım- diğerlerini geliştirici duygusal düzenleme alt boyutu ile spora bağlılık arasında yüksek ilişki, takım- diğerlerini kötüleştirici duygusal düzenleme alt boyutu ile düşük ilişki bulunmuştur. Görev yönelimli akran iklimi hem spora katılımdan alınan zevk hem de spora bağlılık ile pozitif bir ilişkiye sahipken, ego yönelimli akran ikliminin spora bağlılık ile negatif ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. Ego yönelimli akran iklimi yüksek takımlarda, kendini kötüleştirici duygusal düzenlemenin (self-worsening), spora katılımdan alınan zevk ile önemli ölçüde negatif ilişkiye sahip olduğu görülürken, ego akran iklimi düşük seviyedeki takımlarda böyle bir ilişki olmadığı görülmüştür. Beklenmedik bir şekilde, kendini geliştiren duygusal düzenleme ile spora bağlılık arasındaki ilişkinin, daha düşük görev akran iklimine sahip takımlarda pozitif olduğu görülmüştür. Daha yüksek görev akran iklimine sahip takımlarda bu ilişkinin negatif olduğu ortaya konmuştur. Bu sonuç ilginç bulunmuştur çünkü kişinin duygularını iyileştirme çabalarının, görevde ustalık arayışına daha az yönelmiş takımlardaki sporcular için spora bağlılığı artıran bir mekanizma olarak hareket edebileceği fikrini sunmuştur. Son olarak kendini kötüleştiren (self-worsening) duygusal düzenleme, ego akran iklimi yüksek takımlarda spora bağlılık ile negatif ilişkili bulunmuşken, ego akran iklimi düşük takımlarda bu ilişkiye rastlanmamıştır.

Ebeveyn İlişkileri: Sporunun sosyal çevresine dâhil olan bir diğer önemli figür ise ebeveynlerdir. Dunn ve diğerleri (2016) ebeveynlerin spora katılım için yaptığı mali yatırımın sporcu üzerindeki baskısı ve spora katılımdan alınan zevk ile spora bağlılığın ilişkisini incelemişlerdir. Araştırma kapsamında ebeveynlerin spora yaptığı mali yatırım tespiti için yıllık hane geliri ve yaptıkları harcamaları (takım kayıtları, ekipman ve uniformalar, kamplar, seyahat ve konaklama) bildirmeleri istenmiştir. Aileler arasında finansal yatırımı standartlaştırmak için, her ailenin raporlanan brüt yıllık gelirinin sporunun spor katılımı için harcanan miktarın yüzdesini temsil eden bir değişken oluşturulmuştur. Araştırma sonuçları, algılanan ebeveyn baskısının spora katılımdan alınan zevk ve spora bağlılık ile negatif ilişkili olduğunu göstermiştir. Aileden yüksek baskı hissedenlerin, düşük düzeyde spora katılım zevki ve spor bağlılığına sahip oldukları ortaya konmuştur. Ayrıca mali yardım arttıkça, baskının da arttığı görülmüştür. Bulgular, ebeveynlerin spora mali yatırımı ile sporunun spordan aldığı zevk ve bağlılığı arasındaki ters ilişkiyi göstermiştir.

Diğer İlişkiler: Bir diğer çalışmada Weiss ve Weiss (2007) yaş grubu ve sportif deneyime göre; algılanan maliyet, sosyal çevre ile ilişkiler ve spora bağlılık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Katılımcılar yaş gruplarına göre üçe ayrılmıştır. Bu yaş grupları orta-geç çocukluk (ilkokul), erken-orta ergenlik (orta/ortaokul) ve orta-geç ergenlik (lise) olarak nitelendirilmiştir. Yaş grupları içerisinde; en genç yaş grubundakiler için ebeveyn, antrenör ve en iyi arkadaş sosyal kısıtlaması (spora katılma zorunluluğu hissi ile ilgili algılanan sosyal baskılar) ve algılanan maliyetler (müsabık spora katılım ile ilgili algılanan negatif durumlar), spora bağlılığın negatif yordayıcıları olduğu görülmüştür. Erken-orta ergenlik grubundakiler için algılanan maliyetler ve ebeveyn kısıtlaması, spora bağlılığın negatif yordayıcısı olarak konumlanmıştır. Orta-geç ergenlik grubundakiler için algılanan yeterlik spora bağlılığın pozitif yordayıcısıyken, algılanan maliyetlerin spora bağlılığın negatif yordayıcısı olduğu görülmüştür. Sportif düzey ele alındığında daha alt seviyedeki sporcular için (5-6 seviye: spora başlangıç seviyesi), sosyal kısıtlamanın tüm alt boyutları (antrenör, en iyi arkadaş ve takım arkadaşı sosyal kısıtlama alt boyutları) ve algılanan maliyetler spora bağlılık ile negatif ilişkiye sahipken, antrenör sosyal desteğinin pozitif ilişkiye sahip olduğu ortaya konmuştur. Daha üst seviyedeki sporcular için (8-10 seviye: ileri düzey spora katılım ve yarışma düzeyi) algılanan maliyetler ve takım arkadaşı sosyal kısıtlamasının, spora bağlılık ile negatif ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Sporda sosyal kimlik ve spora bağlılık kavramlarını ele alan Martin ve diğerleri (2017)'nin araştırmasında ise bireysel sporlar düzeyinde, sporda sosyal kimliğin grup içi bağlar (in-group ties) ve grup içi duygulanım (in-group affect) alt boyutlarının spora bağlılığı pozitif yordadığı görülmüştür. Takım sporları düzeyinde ise, grup içi bağlar (in-group ties) alt boyutunun spora bağlılığı pozitif olarak yordadığı ortaya konmuştur.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Spora bağlılık kavramı, sporcuları spora dahil etmek ve spora katılımlarını sürdürebilmek için gerekli faktörleri vurgulayarak, antrenör, ebeveyn ve sporcuların uygulamaları ve farkındalıklarını geliştirebilecek önemli bir kavramsal çerçeve sağlamaktadır. Bu araştırma çerçevesinde spora bağlılık ile ilişkili bireysel ve sosyal faktörler incelenmiştir.

Bu çalışmanın bulguları, sportif geçmiş ve deneyim, stresle başa çıkma becerisi, duygu düzenleme, güdülenme, sporda tükenmişlik gibi bireysel faktörlerin spora bağlılığın önemli belirleyicileri olduğunu göstermektedir. Bunun yanı sıra sporcuların sosyal çevresine dâhil olan ebeveynler, antrenörler ve takım arkadaşlarının da spora bağlılıkla ilişkili olduğu görülmektedir. Spora bağlılığı yüksek sporcuların, spora katılımdan daha yüksek düzeyde zevk aldığı, sporun sağladığı katılım fırsatlarını daha çok önemseydiği, çevresindeki sosyal desteği daha çok hissettiği bilinmektedir. Bunun aksine spora bağlılığı yüksek olanların, sosyal kısıtlamaları ve diğer alternatifleri daha az önemsedikleri görülmektedir (Scanlan ve diğ., 2016). Bu bağlamda spora bağlılık ile ilişkili olan faktörleri anlamak, sporu bırakma veya spora katılımı sürdürmeme eğiliminde olan sporculara destek olmada yardımcı olabilir ve çözüm sunabilir.

Bu çalışmanın bulguları spesifik olarak ele alındığında; sporunun içsel olarak güdülenmesinin sporcu bağlılığı ile pozitif ilişkiye sahip olduğu görülmektedir. Buna ek olarak görev yönelimli stresle başa çıkma stratejilerinin kullanılması, bireysel anlamda spora katılımdan alınan zevki arttırmakta ve spora bağlılıkla olumlu yönde ilişkiye sahip faktörler olarak ön plana çıkmaktadır. Güdülenmeme puanı yüksek olan, spor deneyimi az olan, spora katılımdan alınan zevke, fırsatlara dair duyarsızlaşmaya başlayan (tükenmişlik), konsantrasyon seviyesi düşük sporcuların ise spora bağlılığının azaldığı görülmektedir. Ek olarak sporda deneyim arttıkça, spora katılımdan alınan zevkin azaldığı görülmektedir (Zahariadis ve diğ., 2006; Pons ve diğ., 2008; Garcia-Mas ve diğ. 2010). Bu sonuçlar bağlamında spora bağlılığı artırmada, bireyin spora katılımını içsel olarak güdüleyen kaynakların bilinmesi ve desteklenmesinin kritik öneme sahip olduğu söylenebilir. Ayrıca sporda deneyim artışıyla beraber oyundan alınan zevkin kaybedilmemesi için stratejiler geliştirmenin spora bağlılığın geliştirilmesine olumlu katkıları olabilir.

Çalışmanın bulgularından spora bağlılık ile ilişkili sosyal faktörleri ele aldığımızda ise antrenörün oluşturduğu iklimin, spora bağlılık üzerinde önemli bir rolü olduğu görülmektedir. Araştırmalar antrenörün oluşturduğu görev ve yardımlaşma odaklı güdüsel iklimin spora bağlılık düzeyi ile pozitif ilişkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca sporunun, antrenörden sosyal destek algıladığında spora bağlılığın arttığı görülmüştür (Izad ve diğ., 2016; Hall ve diğ., 2017). Engelleyici antrenörlük tarzının ise güdülenmemeye sebep olduğu ve spora bağlılığı düşürdüğü ortaya konmuştur (Pulido ve diğ., 2018). Ayrıca ustalık iklimi algısının spora bağlılığı pozitif yönde ilişkili olduğu, performans ikliminin spora bağlılıkla negatif ilişkili olduğu görülmüştür (Leo ve diğ., 2009). Sporunun ustalık iklimi algısı arttıkça, spora katılımdan daha çok zevk almakta ve performans iklimi bağlılığı düşürmektedir. Bu bağlamda antrenör davranışlarının spora bağlılıkla önemli ölçüde ilişkili sosyal bir faktör olduğu söylenebilir. Buna ek olarak algılanan ebeveyn baskısı ve takım arkadaşlarından algılanan sosyal kabul ve arkadaşlık kalitesi de sporcu bağlılığıyla ilişkili diğer sosyal faktörler olarak ön plana çıkmaktadır (McDonough ve Crocker 2005; Dunn ve diğ., 2016; Garn 2016). Sporcu, ebeveyninden baskı algıladıkça spora katılımdan aldığı zevk azalmakta ve spora bağlılık ile negatif bir ilişki ortaya çıkmaktadır. Takım arkadaşlarından algıladığı sosyal kabul arttığında ise, spordan alınan zevk de artmakta ve spora bağlılık ile pozitif yönde bir ilişki oluşmaktadır. Bu sonuçlar ebeveyninden baskı hissetmenin spora bağlılığa zarar verdiğini ve takım arkadaşlarından sosyal kabul görmesinin ise spora daha çok bağladığını göstermektedir.

Günümüz dünyasında fiziksel olarak aktif yaşamın önemi giderek artarken, spora katılımı sürdürmede spora bağlılık kavramı kritik bir role sahiptir. Spora bağlılık kavramı üzerinden edinilen bilgi, antrenörlerin takımda yarattıkları ortam, takım arkadaşları arasındaki ilişkiler, ebeveynlerin sporcular üzerinde kurdukları baskı konusunda bilinç kaynağı olabilir ve spora bağlılığı sağlayan mekanizmalar güçlendirilebilir. Antrenörlerle birlikte bu süreçte etkin rol oynayan ebeveynler de çocuklarının, akran sosyal kabulü sürecinde yardımcı olabilirler. Spor psikologları da ebeveyn-sporcu ilişkisi, antrenör-sporcu ilişkisi ve akran ilişkilerinde sporculara yardımcı olarak, spora katılımdan alınan zevkin artmasına, dolayısıyla spora olan bağlılığın gelişmesine katkıda bulunabilirler. Buna ek olarak stres yönetimi, kişilerarası iletişim becerileri gibi faktörlere dair uygulamalar ve eğitimlerle sporcuların spora bağlılığı artırılabilir.

Bu sistemantik derlemenin bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. İlk olarak, bu çalışmaya örnekleme ergen sporculardan oluşan çalışmalar dâhil edilmiştir. Bu sebeple, spora bağlılığın farklı örneklem gruplarındaki etkilerinin veya spora bağlılıkla ilişkili faktörlerin incelenmesi alana katkı sunacaktır. Bir diğer sınırlılık ise yalnızca İngilizce dilinde hazırlanan araştırmaların derlemeye dâhil edilmesidir. Gelecekte gerçekleştirilecek çalışmalarda, farklı dilde hazırlanan, yetişkin örneklemelerinin de dâhil edildiği sistemantik derlemeler konunun kapsamını genişletecektir. Son olarak, bu derlemede sadece hakemli dergilerde yayımlanmış ve nicel yöntem kullanmış çalışmalar incelenmiştir. Gelecekteki çalışmalarda

spora bağlılığı inceleyen tezler ve nitel yöntem kullanan araştırmaların incelenmesi spora bağlılık konusundaki bilgi birikimimizi zenginleştirecektir.

Yazar Katkısı (Author contributions):

1. **Halis Egemen MERDAN:** Tasarım, Veri İşleme, Analiz-Yorum, Makale yazımı
2. **Emine ÇAĞLAR:** Fikir, Tasarım, Denetleme, Veri İşleme, Analiz-Yorum, Makale yazımı, Eleştirel İnceleme

KAYNAKÇA

1. **Andreu, J.M.N., ve Hernández, J. G.** (2018). Commitment, fear to be evaluated and drop out in young footballers according to the sport category. *European Journal of Physical Education and Sport Science* . 4 (8), 10-20.
2. **Ashdown-Franks, G., Sabiston, C. M., Solomon-Krakus, S., ve O'Loughlin, J. L.** (2017). Sport participation in high school and anxiety symptoms in young adulthood. *Mental Health and Physical Activity*, 12, 19-24.
3. **Berki, T., Piko, B. F., ve Page, R. M.** (2019). The relationship between the models of sport commitment and self-determination among adolescent athletes. *Acta Facultatis Educationis Physicae Universitatis Comenianae*, 59(2), 79–95.
4. **Berki, T., Piko, B.F., ve Page, R.M.** (2020). Sport commitment profiles of adolescent athletes: Relation between health and psychological behaviour. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(3), 1392-1401.
5. **Bradley, J., Keane, F., ve Crawford, S.** (2013). School sport and academic achievement. *The Journal of School Health*, 83 (1), 8–13.
6. **Carpenter, P.J., Scanlan, T.K., Simons, J.P., ve Lobel, M.** (1993). A test of the sport commitment model using structural equation modeling. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(2), 119-133.
7. **de Jonge, M.; Mackowiak, R.; Pila, E.; Crocker, P.R.ve Sabiston, C.M.** (2019) The relationship between sport commitment and physical self-concept: Evidence for the self-enhancement hypothesis among adolescent females. *Journal of Sports Sciences*. 37, 2459–2466.
8. **Dunn, C. R., Dorsch, T. E., King, M. Q., ve Rothlisberger, K. J.** (2016). The impact of family financial investment on perceived parent pressure and child enjoyment and commitment in organized youth sport. *Family Relations*, 65, 287–299.
9. **Eime, R.M., Young, J.A., Harvey, J.T., Charity, M.J. ve Payne, W.R.A.** (2013). Systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*; 10, 98-129
10. **Gabriele, J.M., Gill, D.L., ve Adams, C.E.** (2011). The roles of want to commitment and have to commitment in explaining physical activity behavior. *Journal of Physical Activity and Health*, 8(3), 420-428.
11. **Gagliardi, A.G., Walker, G.A., Dahab, K.S., Seehusen, C.N., Provance, A.J., Albright, J.C., ve Howell, D.R.** (2020). Sports participation volume and psychosocial outcomes among healthy high school athletes. *Journal of Clinical and Translational Research*. 6, 54–60.
12. **Garcia-Mas, A., Palou, P., Gili, M., Ponseti, X., Borrás, P. A., Vidal, J., Cruz, J., Torregrosa, M., Villamarín, F. ve Y Sousa, C.** (2010). Commitment, enjoyment and motivation in young soccer competitive players. *The Spanish Journal of Psychology*, 13(2), 609-616
13. **Garn, A.** (2016). Perceived teammate acceptance and sport commitment in adolescent female volleyball players. *Sport Psychologist*. 30, 30–39.
14. **Goddard, SG, Stevens, JC, Jackman PC, ve Swann C.** (2021). A systematic review of flow interventions in sport and exercise, *International Review of Sport and Exercise Psychology*. 14, 36-72
15. **González-Hernández J., da Silva, C., M. Monteiro D., Alesi M., Gómez-López, M.** (2021) Effects of commitment on fear of failure and burnout in teen Spanish handball players. *Frontiers in Psychology*. 12, 53-63
16. **Gröpel, P., Mesagno, C.** (2019). Choking interventions in sports: A systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 12(1), 176–201.
17. **Guillet, E., Sarrazin, P., Carpenter, P., Trouilloud, D., ve Cury. F.** (2002). Predicting persistence or withdrawal in female handballers with Social Exchange theory. *International Journal of Psychology*, 37 (2), 92-104.
18. **Hagiwara, G., ve Isogai, H.** (2014). Examining the commitment for competitive sports- development of Japanese version of sports commitment scale-. *Japanese Journal of Sport Psychology*, 41(2), 131-142.
19. **Hall M, S., Newland, A., Newton, M., Podlog L., ve Baucom B., R.** (2017). Perceptions of the social psychological climate and sport commitment in adolescent athletes: A multilevel analysis, *Journal of Applied Sport Psychology*, 29:1, 75-87.
20. **Hong Q., N., Pluye P, Fabregues S., Barlett G., Boardman F., Cargo M., Dagenais P., Gagnon MP., Griffiths F., Nicolau B., O’Cathain A., Rosseau MC., Vedel I.** (2018) The mixed methods ` appraisal tool (MMAT) version 2018 for information professionals and researchers. *Education for Information*, 34 (4) 285–291.
21. **Izad, N., H., Badami R., Baluch B., dan Linda J. ve Duffy, L., J.** (2016). The perception of same gender coaches by iranian skaters and its influence on sport achievement motivation and commitment. *International Journal of Science Culture and Sport*. 4(1), 1-13.
22. **Jewett, R., Sabiston, CM., Brunet, J., O’Loughlin, E., Scarapicchia, T., ve O’Loughlin, J.** (2014). Sport participation during adolescence and mental health in early adulthood. *Journal of Adolescent Health*, 55, 640- 644.
23. **Kelley, H.H., ve Thibaut, J.W.** (1978). *Interpersonal relations: A theory of interdependence*. Wiley-Interscience.

24. Kelley, H. H., Berscheid, E., Christensen, A., Harvey, J. H., Huston, T. L., Levinger, G., Peterson, D., R. (1983). Analyzing close relationships. In H. H. Kelley, E. Berscheid, A. Christensen, J. H. Harvey, T. L. Huston, G. Levinger & D. R. Peterson (Eds.), *Close relationships* (pp. 20-67). Freeman
25. Kilpatrick, M., Hebert, E., ve Bartholomew, J. (2005). College students' motivation for physical activity: Differentiating men's and women's motives for sport participation and exercise. *Journal of American College Health*, 54(2), 87-94.
26. Leo, F. M., Sánchez, P. A., Sánchez, D., Amado, D. ve García-Calvo, T. (2009). Influence of the motivational climate created by coach in the sport commitment in youth basketball players. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(3), 375-378.
27. Meghan H. McDonough ve Peter R. E. Crocker (2005). Sport participation motivation in young adolescent girls, *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 76:4, 456-467.
28. Nichols, G. (1997). A consideration of why active participation in sport and leisure might reduce criminal behaviour. *Sport, Education and Society*, 2(2), 81- 90.
29. O'Neil L. ve Hodge K. (2019). Commitment in sport: the role of coaching style and autonomous vs. controlled motivation, *Journal of Applied Sport Psychology*, 32(6), 607-617.
30. Page MJ., McKenzie JE., Bossuyt PM., Isabella B., Tammy H., Cynthia DM., Larissa S., Jennifer MT., Elie A., Sue EB., Roger C., Julie G., Jeremy MG., Asbjorn H., Manoj ML., Tianjing L., Elizabeth WL., Steve M., Luke AM., James T., Andrea T., Vivan A., Penny W., David M. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *British Medical Journal*. 372: 71- 93.
31. Pedersen BK, ve Saltin B. (2006). Evidence for prescribing exercise as therapy in chronic disease. *Scandinavian Journal of Medicine Science in Sports*; 16:3-63.
32. Pons, J., Viladrich, C., Ramis, Y., ve Polman, R. (2018). The mediating role of coping between competitive anxiety and sport commitment in adolescent athletes. *The Spanish Journal of Psychology*. 21: 41 - 63.
33. Pulido, J. J., Sánchez-Oliva, D., Sánchez-Miguel, P. A., Amado, D., ve García-Calvo, T. (2018). Sport commitment in young soccer players: a self-determination perspective. *International Journal of Sports Science Coaching*. 13, 243-252.
34. Rusbult, C.E. (1980). Satisfaction and commitment in friendships. *Representative Research in Social Psychology*, 11, 96-105.
35. Rusbult, C.E., ve Farrell, D. (1983). A longitudinal test of the investment model: The impact of job satisfaction, job commitment, and turnover of variations in rewards, costs, alternatives, and investments. *Journal of Applied Psychology*, 68 (3): 429-438.
36. Rusbult, C.E., Johnson, D., ve Morrow, G. (1986). Predicting satisfaction and commitment in adult romantic involvements: An assessment of the generalizability of the investment model. *Social Psychology Quarterly*, 49 (1): 81-89
37. Rusbult C.E. , Farrell D. , Rogers G., ve Mainous A. G. (1988). Impact of exchange variables on exit, voice, loyalty, and neglect: An integrative model of responses to declining job satisfaction. *Academy of Management Journal*, 31: 599-627
38. Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Schmidt, G. W., Simons, J. P., ve Keeler, B. (1993). An introduction to the sport commitment model. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(1): 1-15.
39. Scanlan, T.K., Russell, D.G., Beals, K.P., ve Scanlan, L.A. (2003). Project on elite athlete commitment (PEAK): II. A direct test and expansion of the Sport Commitment Model with elite amateur sportsmen. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25, 377- 401.
40. Scanlan, T. K., Russell, D. G., Magyar, T. M., ve Scanlan, L. A. (2009). Project on elite athlete commitment (PEAK): III. An examination of the external validity across gender, and the expansion and clarification of the sport commitment model. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31, 685-705.
41. Scanlan,T.K., Russell,D.G., Scanlan,L.A., Klunchoo,T.J., ve Chow,G.M. (2013). Project on Elite Athlete Commitment (PEAK): IV. Identification of new candidate commitment sources in the Sport Commitment Model. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 35(5), 525-535.
42. Scanlan, T. K., Chow, G. M., Sousa, C., Scanlan, L. A., ve Knifsend, C. A. (2016). The development of the Sport Commitment Questionnaire-2 (English version). *Psychology of Sport & Exercise*, 22, 233-246.
43. Sevarsson ES, Svansdottir E, ve Sveinsson T. (2017) Organized leisure-time sport participation and academic achievement in preadolescents. *Scandinavian Journal of Public Health* ,45:86- 107.
44. Shores, K.A. Becker, C.M. Moynahan, R.; Williams, R. ve Nelson, C. (2015). The relationship of young adults' health and their sports participation. *Journal of Sport Behavior*. 38, 306-320.
45. Sousa, C., Torregrosa, M., Vilardich,C., Villamarín,F., ve Cruz,J. (2007). The commitment of young soccer players. *Psicothema*, 29(2), 256-262.
46. Tamminen, K. A., Gaudreau, P., McEwen, C. E., ve Crocker, P. R. E. (2016). Interpersonal emotion regulation among adolescent athletes: A bayesian multilevel model predicting sport enjoyment and commitment. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 38(6), 541-555.
47. Vella SA, Cliff DP, Magee CA ve Okely AD. (2014). Sports participation and parent- reported health-related quality of life in children: longitudinal associations. *The Journal of Pediatrics*, 164(6):1469-74.

48. **Veliz P, ve Shakib S.** (2014) Gender, academics, and interscholastic sports participation at the school level: A gender-specific analysis of the relationship between interscholastic sports participation and AP enrollment. *Sociological Focus*. 47:101–120
49. **Weiss, M. R. ve Ferrer-Caja, E.** (2002). Motivational orientations and sport behavior. In T. S. Horn (Ed.), *Advances in Sport Psychology* (2nd ed., pp. 101-183). Champaign, IL: *Human Kinetics*.
50. **Weiss, W. M. ve Weiss, M. R.** (2003). Attraction- and entrapment-based commitment among competitive female gymnasts. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 25, 229-247.
51. **Weiss, W.M. ve Weiss, M.R.** (2007). Sport commitment among competitive female gymnasts: A developmental perspective. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 78(2), 90-102.
52. **Weiss, W. M.** (2015). Competitive-level differences on sport commitment among high school and collegiate-level athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(3), 286–303.
53. **Wilson, P. M., Rodgers, W. M., Carpenter, P. J., Hall, C., Hardy, J., ve Fraser, S. N.** (2004). The relationship between commitment and exercise behavior. *Psychology of Sport & Exercise*, 5, 405-421.
54. **World Health Organization** (2021, July 20). *WHO and the International Olympic Committee sign agreement to improve healthy lifestyles*. http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2010/ioc_20100721/en/index.html
55. **World Health Organization** (2021, July 20). *Physical activity strategy for the WHO European region 2016*. https://www.euro.who.int_data/assets/pdf_file/0014/311360/Physical-activity-strategy-2016-2025.pdf
56. **World Health Organization** (2021, July 20). *World Health organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behavior*. <https://bjsm.bmj.com/content/54/24/1451>
57. **Zahariadis, P., H. Tsorbatzoudis ve K. Alexandris,** (2006). Self-Determination in sport commitment. *Perceptual and Motor Skills*. 102(2), 405–420.