



Turizm Perspektifinden Değerlendirme: Elektronik Spor Memnuniyetinin Psikolojik İyi Oluş ve Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi (Evaluation From A Tourism Perspective: The Effect of Electronic Sport Satisfaction on Psychological Well-Being and Quality of Life)

* Yiğit GÜVEN^a 

^a Ankara Hacı Bayram Veli University, Institute of Postgraduate Education, Department of Recreation Management, Ankara/Türkiye

Makale Geçmişi

Gönderim Tarihi: 14.03.2024

Kabul Tarihi: 24.06.2024

Anahtar Kelimeler

Turizm

Elektronik spor

Memnuniyet

Psikolojik iyi oluş

Yaşam kalitesi

Öz

Elektronik sporlar, dünya genelinde turizm yaratma potansiyeli olan yeni bir rekreasyon faaliyetidir. Ancak, faaliyete yönelik olumsuz kamuoyu ve literatürde yer alan tek taraflı bakış açısından kaynaklı olarak çeşitli sınırlılıklarla karşılaşmaktadır. Bu durumu gidermek adına araştırmamızın temel amacı, elektronik sporlara katılan bireylerin memnuniyetinin, psikolojik iyi oluş ve yaşam kalitesi üzerindeki etkisini belirlemektir. Ek olarak öz yeterliliğin moderatör rolünü de incelenmiştir. Araştırma Eskişehir ilindeki yer alan üniversite öğrencileri üzerinde anket kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmadan elde edilen veriler ve oluşturulan hipotezler doğrulayıcı faktör analizine ve yol analizi testleri ile ölçülmüştür. Çalışma sonuçlarına göre, elektronik spor memnuniyetinin bireylerin psikolojik iyi oluş ve yaşam kalitesi üzerinde pozitif yönlü bir etkisi olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca araştırma sonuçları, elektronik sporlarda memnuniyet ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide öz yeterliliğin düzenleyici rolünün varlığını belirlemiştir. Elde edilen bulgular neticesinde hem uygulamaya hem de akademik çalışmalara bir takım teorik ve pratik çıkarımlar sunulmuştur.

Keywords

Tourism

Electronic sports

Satisfaction

Psychological well-being

Quality of life

Makalenin Türü

Araştırma Makalesi

Abstract

Electronic sports are a new recreational activity with the potential to generate tourism worldwide. However, it faces various limitations due to the negative public opinion towards the activity and the one-sided perspective in the literature. In order to overcome this situation, the main purpose of our research is to determine the effect of satisfaction of individuals participating in electronic sports on psychological well-being and quality of life. In addition, the moderating role of self-efficacy was also examined. The research was conducted using a questionnaire on university students in Eskişehir province. The data obtained from the research and the hypotheses were measured by confirmatory factor analysis and path analysis tests. According to the results of the study, it was determined that electronic sports satisfaction has a positive effect on individuals' psychological well-being and quality of life. In addition, the results of the study determined the existence of a moderating role of self-efficacy in the relationship between satisfaction in electronic sports and psychological well-being. As a result of the findings, a number of theoretical and practical implications were presented to both practice and academic studies.

* Sorumlu Yazar

E-posta: ygtguven@gmail.com (Y. Güven)

DOI: 10.21325/jotags.2024.1436

GİRİŞ

Rekreasyon, bireylerin fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal açıdan fayda sağlayan ve yaşam kalitesini iyileştiren çeşitli faaliyetleri kapsamaktadır (Hills & Argyle, 1998). Bir aktivitenin rekreasyon faaliyeti olarak değerlendirilmesi için yukarıdaki faydaları sağlaması gerekmektedir (Moller, 1992). Literatürdeki boş zaman faaliyetleri üzerine yapılan araştırmaların büyük bir çoğunluğu fayda perspektifinde değerlendirilerek çalışılmaktadır (Carr & Higginson, 2001; Wilson, 1994). Boş zaman faaliyetlerinin bireylere yönelik olumlu etkilerini ifade eden araştırmalara baktığımızda psikolojik iyi oluş (Houge Mackenzie & Hodge, 2020), fiziksel sağlık (Lowry, Kremer & Trew, 2007), karakter gelişimi (Phoenix, 2001), suçun önlenmesi (Özgen & Balcı, 2015), eğitim (Orme, 2020) ve yaşam kalitesi (Baker & Palmer, 2006) gibi alanlar yer almaktadır. Ancak teknolojinin gelişmesiyle birlikte değişen insan ihtiyaçlarının rekreasyon faaliyetlerine yansımalarıyla ortaya çıkan elektronik spor aktivitesi için yapılan araştırmaların büyük bir çoğunluğu, faaliyetin yarattığı zararlara ilişkin olduğu görülmüştür (Metcalf & Pammer 2014; Hayday, Collison & Kohe, 2020; Lowry vd., 2016). Literatürdeki çalışmaların yoğunlukla elektronik sporların bireyler üzerindeki olumsuz etkilerine ilişkin olması tek taraflı bir bakış açısı sağlamaktadır.

Elektronik sporların faydalarını ortaya çıkartmak adına aktiviteye yönelik memnuniyetin belirlenmesi oldukça önemli ve dikkat edilmesi gereken bir konudur. Bireylerin boş zaman aktivitesinden aldıkları memnuniyet seviyeleri doğrudan faydaların ortaya çıkmasına etki eden bir öncüdür (Mouratidis, 2019). Mevcut literatüründe boş zaman faaliyetlerinden alınan memnuniyetin faydalar üzerindeki etkisini araştıran çok sayıda araştırma bulunsa da (Guzman vd., 2023; Lapa, 2013; Dai vd., 2019), elektronik spor aktivitelerinden alınan memnuniyetin ortaya çıkartacağı sonuçlara ilişkin kısıtlı sayıda araştırma bulunmaktadır (Hong vd., 2023; Lee, An & Lee, 2014). Boş zaman memnuniyetinin etki ettiği faydalara baktığımızda ise, psikolojik iyi oluşlarına (Guzman vd., 2023), karakter gelişimlerine (Haggard & Williams, 1991), eğitimlerine (Kaya, 2016) ve yaşam kalitelerine (Liang, Yamashita, & Scott, 2013) ilişkin olumlu etkilerin bulunduğu dair çalışmalar gerçekleştirilmiştir. Psikolojik iyi oluşun, rekreasyon faaliyetlerinden elde edilmesi beklenen en temel fayda olduğu ifade edilerek, rekreasyon faaliyetlerini tercih ederken bireylerin dikkat ettiği bir faktör olduğu bilinmektedir (Ito vd., 2017). Bireyler psikolojik iyi oluşlarına olumlu katkı sağlayacağını düşündükleri aktiviteleri tercih etme eğiliminde olduğu yapılan araştırmalarla ifade edilmiştir (Liu & Yu, 2015). Ek olarak psikolojik iyi oluşun rekreasyon aktivitelerinin etkisiyle ortaya çıkması durumunda bireylerin yaşam kalitesinin de olumlu yönde etkileneceği bilinmektedir (Camfield & Skevington, 2008). Pek çok boş zaman memnuniyeti araştırmasında psikolojik iyi oluşun beraberinde yaşam kalitesini iyileştirdiği gözlemlenmiştir (Skevington & Böhnke, 2018; Malkoç, 2011). Yaşam kalitesi, bireylerin temelde sosyal ve sağlık anlamında refahını temsil etmektedir (Kim, Woo & Uysal, 2015). Yaşam kalitesinin yükselmesi yaşam doyumu ve yaşam tatmini gibi bir dizi sonuca olumlu katkı sağlamaktadır (Russell, 1990). Yaşam kalitesi yükseldiğinde bireylerin hayata ilişkin kaygıları azalmakta ve daha az stres yaşamaktadır (Ribeiro vd., 2018).

Araştırmada ek olarak elektronik sporların yetenek temelli bir aktivite alanı olmasından kaynaklı bireylerin memnuniyet düzeylerinin psikolojik iyi oluşla ilişkisi içerisinde öz yeterlilik kavramının düzenleyici rolü olduğunu düşünülmektedir (Whitty & McLaughlin, 2007). Yeteneğin aktivitede temel bir yeri olmasından kaynaklı (Whitty & McLaughlin, 2007), bireylerin yüksek öz yeterliliğe sahip olmasının elde edeceği mutluluğa olumlu katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Elektronik spor literatüründe öz yeterliliğin sosyalleşmeye (Abanazir, 2019), dikkat kontrolü (Bavelier & Green, 2019), ve zihinsel dayanıklılık ve stresle başa çıkma (Poulus vd., 2020) olumlu katkısı olduğu

bilinmektedir. Ancak literatürde öz yeterliliğin düzenleyici rolüne ilişkin çalışma gerçekleştirilmemiştir. Bu açıdan araştırmanın literatürde de olumlu katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Ancak tüm dünya genelinde kullanımı artan bu aktivitenin organizasyonları daha yerel ölçekte etkili olmadığı görülmektedir. Ancak elektronik sporların turizm faaliyeti yaratma potansiyeli düşünüldüğünde, ciddi şekilde irdelenmesi gereken bir konudur. Elektronik sporlar ve turizm kavramı geçmişte az sayıda çalışmada ele alınmıştır (Aktuna & Ünlüönen, 2017; Bulut vd., 2021; Yıldırım & Tamer, 2022). Türkiye gibi gelişmekte olan ülkeler açısından turizm faaliyetlerinin ekonomik, sosyal ve kültürel faydaları göz önüne alındığında, elektronik sporlar gibi yeni bir alanın turizm faaliyeti yaratması oldukça önemlidir. Türkiye’de elektronik spor faaliyetlerinin yoğunlukla İstanbul, İzmir ve Ankara gibi büyük illerde düzenlenmesi, aktivitenin yarattığı turizm etkinliğinin belirli iller tarafından tercih edildiği görülmektedir (Tesfed, 2023). Eskişehir ili ise Türkiye’de elektronik spor organizasyonlarının en az düzenlendiği iller arasında yer almaktadır (Tesfed, 2023). Bu durum hem organizasyonel sıkıntıdan hem de tek taraflı bir bakış açısının literatüre hakim olmasından kaynaklı olduğu düşünülmektedir.

Buradan hareketle araştırmanın amacı ifade edildiğinde, bireylerin elektronik spor faaliyetlerinden aldıkları memnuniyet seviyelerinin psikolojik iyi oluşa etkisini tespit etmek ve bu ilişkideki öz yeterliliğin moderatör rolünü belirlemektir. Ek olarak elektronik spor faaliyetlerinden elde edilen psikolojik iyi oluşun, yaşam kalitesine etkisi olup olmadığını ortaya koymaktır. Ortaya çıkan sonuçlar ile birlikte literatürde konuyu turizm faaliyeti perspektifinden değerlendirilerek, elektronik spor organizasyonlarının genele yayılması için bir dizi teorik ve pratik çıkarım sağlamaktır.

Literatür Taraması ve Hipotezler

Elektronik Spor ve Turizm

Bilgi ve iletişim teknolojilerinin hızla gelişmesiyle birlikte, insanların günlük yaşamlarında sosyal, ekonomik ve çevresel olarak çeşitli değişimler meydana gelmektedir (Martin, 2017). Teknolojinin insanların hayatına her alanda etki ettiği gibi rekreasyon aktivite tercihlerini de belirli düzeyde etkilemiştir (Rogers & Leung, 2023). Elektronik spor faaliyetleri, teknolojinin bireylerin rekreasyon faaliyet algısına bir yansıması olarak değerlendirilmektedir. Özellikle Covid-19 pandemi döneminde yaşanan karantina sürecinde, bireylerin kolaylıkla ulaşabileceği, fiziksel, zihinsel ve sosyal anlamda çeşitli faydalar sağlayan yeni bir aktivite çeşidi olarak popülerleşmiştir (Yin vd., 2020; Newzoo, 2022). Pandemi dönemi öncesinde elektronik sporlar belirli bir popülerliği yakalasa da, pandemi dönemi sonrasında aktivitenin tercih edilirliliği büyük ölçüde artmıştır (Newzoo, 2022).

Elektronik spor aktivitesi geniş kitlelere hitap etmeye başlamasıyla birlikte akademik çalışmalarında dikkatini çekerek pek çok araştırmaya konu olmuştur. Kavramsal anlamda ilk çalışmalar 2005 yılında Hemphill tarafından gerçekleştirilmiştir. Hemphill elektronik sporları “sporun temel yönlerinin elektronik sistemler tarafından kolaylaştırıldığı bir spor biçimi” olarak tanımlamıştır (Hemphill, 2005). Elektronik sporlara ilişkin diğer bir tanıma baktığımızda Wagner (2006) “İnsanların bilgi ve iletişim teknolojilerinin kullanımında zihinsel veya fiziksel yeteneklerini geliştirdiği ve eğittiği bir spor faaliyetleri alanı” olarak ifade etmiştir. Daha güncel tanımlamalarda elektronik sporlar, dijital bir ortamda çevrimiçi ve çevrimdışı yapılan rekabetçi aktiviteler olarak görülmektedir (Hamari & Sjöblom, 2017).

2024 yılı itibariyle elektronik sporlar 1.7 milyar oyuncu sayısına ve 198 milyar dolarlık sektörel hacime ulaşarak geniş kitlelere hitap eden bir fenomene dönüşmüştür (Newzoo, 2024). Akademik araştırmalarla birlikte bu aktivitenin kullanıcılarını anlamaya yönelik modeller geliştirilmeye başlanmış, katılımcıların sağlayacağı fayda ve zararlar çeşitli çalışmalarla incelenmeye başlamıştır. Literatürde yer alan çalışmaların çoğunun aktivitenin zararları üzerine yapıldığı görülmektedir. Bu araştırmalarda yer alan konulara detaylı şekilde baktığımızda ise oyun bağımlılığı (Peter vd., 2019), şiddet eğilimi (Kordyaka, Jahn ve Niehaves, 2020), fiziksel aktivite yetersizliği (DiFrancisco-Donoghue vd., 2022) olduğu görülmektedir. Buna kıyasla aktivitenin ortaya çıkarttığı faydalara ilişkin yapılan çalışmalar oldukça kısıtlı sayıda olduğu ve çalışmaların genel olarak psikolojik iyi oluş (Raggiotto ve Scarpi, 2023), sosyalleşme (Hamari & Sjöblom, 2017), öz yeterlilik (Wang vd., 2022), yaratıcı kişilik (Kaya, Aydemir & İşler, 2024) gibi oldukça kısıtlı alanlarda olduğu görülmüştür. Bu durum literatürün tek taraflı bir bakış açısı ve önyargılı bir perspektif oluşturduğunu göstermektedir.

Hızla gelişen bir faaliyet alanı olan elektronik sporlar hem çevrimiçi hem de çevrimdışı şekilde gerçekleşebilmektedir (Hamari & Sjöblom, 2017). Çevrimiçi faaliyetler dünya genelinde ulaşılabilirliği noktasında elektronik sporların yükselmesinde en büyük etkiyi yaratmaktadır (Newzoo, 2023). Ancak çevrimdışı etkinlikler, elektronik spor organizasyonlarının da benzersiz faydaları olduğu bilinmektedir. Çevrimdışı ulusal ve uluslararası turnuvalar gerçekleştirmek, bölgeye ekonomik, sosyal ve kültürel anlamda çeşitli faydalar sağlamaktadır (Aktuna & Ünlüönen, 2017). Alanında uzmanlaşmış elektronik spor takımları belirlenen destinasyonlara seyahat ederek turizm faaliyeti gerçekleştirmesi, ciddi bir katılımcı sağlanmasına fırsat tanımaktadır (Bulut vd., 2021). Dünyaca ünlü elektronik sporcular katıldıkları turnuvalarla birlikte bölgenin imajına olumlu katkı sağladığı bilinmektedir. Ek olarak özellikle uluslararası turnuvalar düzenlenmesi, farklı ülkelerden seyircilerinde ülkeyi ziyaret etmesine olanak sağlayacaktır (Yıldırım & Tamer, 2022).

2024 yılında elektronik sporlarda çevrim dışı faaliyetlere katılan bireyler 650 milyonu geçmektedir (Newzoo, 2024). 2017'de Intel Extreme Masters Sydney, Dota Summit 8 Los Angeles, 2018'de ELeague Major, Dota Asia Championships, 2019'da Dota The International, DreamHack Masters Malmö, 2020'de CDL London Homestand, DreamHack Open Anaheim, 2022'de IEM Katowice, IEM Cologne ve 2023 yılında Valoran Champions, CS-GO Major gibi pek çok farklı ülkede turnuvalar gerçekleştirilmiştir. Ancak dünya genelinde elektronik spor faaliyetleri pek çok farklı ülkelerde yaygın olarak hem çevrimiçi hem de çevrimdışı şekilde düzenlense, Türkiye'de bu durum oldukça kısıtlı sayıda yapılmaktadır (TESFED, 2023). Türkiye'de 2017-2024 yılları arasında yapılan çevrimdışı organizasyonlara bakıldığında İstanbul, İzmir ve Ankara'nın tercih edildiği görülmektedir. Eskişehir gibi öğrenci potansiyelinin yüksek olduğu illerde ise özellikle çevrimdışı ulusal ve uluslararası çapta turnuvaların organize edilmediği görülmektedir. Bu durumun düzeltilmesi adına bireylerin aktiviteye yönelik memnuniyetlerinin belirlenmesi, çeşitli faydaların ortaya çıkartılması ve kamuoyu oluşturmak adına tek taraflı perspektiften çıkılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

Buradan hareketle araştırmamızda elektronik sporların ortaya çıkartacağı faydalara odaklanılmış ve aşağıdaki kavramlarla ilişkileri kurularak bir dizi hipotez oluşturulmuştur.

Boş zaman Memnuniyeti ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi

Boş zaman, iş ve fizyolojik ihtiyaçların giderildiği zamanın dışında kalan zaman dilimini ifade etmektedir (Karaküçük, 2008). Boş zaman memnuniyeti, boş zaman içerisinde gerçekleştirilen faaliyetlerden duyulan

memnuniyet düzeyidir (Beard ve Ragheb, 1980). Diğer bir deyişle, bireyin katıldığı boş zaman aktivitelerinden ne kadar memnun olduğunu ifade etmektedir (Wang, 2017). Boş zaman aktiviteleri ve boş zaman memnuniyeti hem fiziksel hem de zihinsel sağlık sonuçları üzerinde olumlu etkileri bulunmaktadır (Caldwell, 2005; Mausbach ve ark., 2012). Boş zaman memnuniyeti, psikolojik iyi oluşa katkıda bulunan önemli bir etken faktör olarak görülmektedir (Hribernik & Mussap, 2010; Sirgy, 2012).

Psikolojik iyi oluş ile öznel iyi oluş literatürde sıklıkla aynı anlamda kullanılmaktadır (Raggiotto & Scarpi, 2023). Ancak psikolojik iyi oluş, potansiyelini gerçekleştirme, kendini kabul etme ve zorluklar karşısında gelişmeye daha çok odaklanan bir kavram olarak görülmektedir (Anglim vd., 2020). Bu nedenle mevcut araştırmanın konusuyla daha ilgili olduğu düşünülmüştür. Psikolojik iyi oluş, insanların günlük yaşam faaliyetlerine ilişkin duygularının olumsuz zihinsel durumlardan ve tatminsizliğin yoksunluğundan kaynaklanan pozitif ruh sağlığı olarak tanımlanmaktadır (Warr, 1978). Bireyler bir gün içerisinde yaptıkları faaliyetlerde ne kadar az kaygı, stres ve olumsuz düşüncelerde olurlarsa, faaliyetlerden o kadar çok memnun oldukları anlamına gelmektedir. Dolayısıyla memnuniyet seviyesinin yükselmesi beraberinde psikolojik iyi oluşu getirmektedir. Bu ilişkiyi doğrulayan boş zaman literatüründe yapılan pek çok araştırma bulunmaktadır (Ito vd., 2017; Liu & Yu 2015; Hribernik & Mussap, 2010).

Ito ve arkadaşları (2017) yaptıkları kültürlerarası bir çalışmada bireylerin boş zaman memnuniyetlerinin psikolojik iyi oluşlarını olumlu yönde etkilediğini ifade etmişlerdir. Doğu Asya bölgesindeki kültürlerin boş zaman memnuniyetinin psikoloji refahı önemli ölçüde olumlu etkilediği ve kültür unsurlarının etkili olduğunu ifade etmişlerdir. Liu ve Yu (2015), üniversite öğrencilerinin hobi bahçeçiliği üzerinde yaptıkları bir araştırmada yedi sanat grubu belirlenmiş ve boş zaman faaliyetlerine katılan grupların aktiviteden kaynaklanan memnuniyet düzeyi arttıkça daha yüksek psikolojik iyi oluşa sahip oldukları belirlenmiştir. Bu çalışmalara ek olarak az sayıda çalışmadan birini gerçekleştiren Raggiotto ve Scarpi (2022) elektronik sporlarda kaygı ve stresin psikolojik iyi oluşu etkilediğini ifade etmişlerdir. Araştırma, potansiyel olarak elektronik spor faaliyetlerinden memnun olmayan bireylerin aktiviteye yönelik tatminsizlik ve kaygı durumunun, psikolojik refahı negatif yönlü etkilediğini ifade etmişlerdir.

Bu kanıtlar göz önünde bulundurularak aşağıdaki hipotez geliştirilmiştir.

H1: Elektronik spor memnuniyeti, bireylerin psikolojik iyi oluşunu olumlu etkiler.

Psikolojik İyi Oluş ve Yaşam Kalitesi İlişkisi

Yaşam kalitesi, kişinin fiziksel sağlığı, psikolojik durumu, sosyal yaşantısı ve özgürlük algısı gibi pek çok faktörle ilişkili bir kavram olarak literatürde yer almaktadır (Felce & Perry, 1995). Literatürde çok sayıda tanımlanan yaşam kalitesi, bireylerin mevcut yaşantısındaki sosyal, ekonomik, psikolojik ve fizyolojik olarak yüksek seviyede olmayı ifade etmektedir (Cella, 1994). Andereck ve Nyaupane (2010) yaşam kalitesini, duygusal ve psikolojik iyi olma hali gerektiren, kişilerarası sosyal ilişkilerin kalitesine odaklanan, boş zaman değerlendirme imkanlarına sahip olunan, ekonomik anlamda belirli bir refah seviyesini kapsayan ve özgürce karar alabilmeyi içeren bir kavram olarak tanımlamaktadır. Ek olarak Andereck ve Nyaupane, psikolojik iyi oluşun yaşam kalitesinin temel belirleyicileri arasında yer aldığını vurgulamışlardır.

Dolayısıyla psikolojik iyi oluş ve yaşam kalitesi arasında belirgin bir ilişki mevcut literatürdeki diğer araştırmalarda sıklıkla vurgulanmıştır (Camfield & Skevington, 2008). Ancak yaşam kalitesinin önemli belirleyicilerinden birisi olan boş zaman değerlendirme imkanları tarafından elde edilen psikolojik iyi oluş üzerine

literatürde belirli alanlarda çalışmaların olduğu görülmektedir. Literatürde turizm (McCabe, Joldersma ve Li, 2010), spor (Peráčková & Peráček, 2019), sanat (Rastelli vd., 2021), gibi alanlarda yapılan çalışmalarda psikolojik iyi oluş ve yaşam kalitesi ilişkisi incelenmiştir. Güven ve Yavuz (2018) yaptığı çalışmada yerel yönetimlerde çalışan bireylerin katıldıkları boş zaman faaliyetlerinden kaynaklı elde ettikleri psikolojik iyi oluşun bireylerin yaşam kalitelerini olumlu yönde etkilediğini ifade etmişlerdir. Araştırmaya katılan bireylerin büyük bir çoğunluğunun yakın sosyal çevresi ile katıldıkları aktiviteleri (piknik, tv izlemek, yürüyüş yapmak, aile ile birlikte zaman geçirmek) tercih ettiğini bu durumun psikolojik iyi oluşu olumlu yönde etkilerken beraberinde bireylerin yaşam kalitesini yükselttiğini tespit etmiştir. Başka bir çalışmada Sidhu ve Foo (2015) yaptıkları bir alan araştırmasında mutluluk ve yaşam kalitesi arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu ifade etmişlerdir. Ancak dijitalleşmenin hızlanmasıyla birlikte ortaya çıkan yeni faaliyet alanı olan elektronik spor faaliyetlerinin ortaya çıkarttığı psikolojik iyi oluş ve yaşam kalitesi araştırmaları literatürde oldukça kısıtlı sayıda çalışılmış konular içerisinde (Banyani vd., 2019; Larrieu vd., 2022; Kartal, 2023). Bu kapsamda araştırmanın alandaki bu boşluğa odaklanmasının literatür açısından oldukça faydalı olacağı düşünülmektedir.

Bu kapsamda ilgili kavramlar değerlendirilerek aşağıdaki hipotez geliştirilmiştir.

H2:Elektronik sporda psikolojik iyi oluş, bireylerin yaşam kalitesini olumlu yönde etkiler.

Öz Yeterliliğin Moderatör Rolü

Elektronik spor faaliyetleri yetenek temelli bir aktivite olarak görülmektedir (Whitty & McLaughlin, 2007). Bireyler aktivite içerisinde elde ettiği başarılarla ve yüksek performanslarla topluluk içerisinde saygın bir konum kazanabilmektedir (Abanazir, 2019). Pek çok oyunda bireyler yetenekleri ve yeterlilikleri ölçüsünde gerçekleştirdikleri performansın sonucu olarak topluluk içerisinde derecelendirilmektedir (Hamari & Sjöblom, 2017). Bu durum elektronik sporlarda kişilerin yeteneklerinin ve yeterliliklerinin ön planda olmasına dolayısıyla iyi performans sergileyebilmek adına öz yeterliliklerine olan inançlarının yüksek olması gerektiğini göstermektedir (Jenny vd., 2017).

Öz yeterlilik kavramı, 1977 yılında Albert Bandura tarafında ortaya çıkartılmıştır. Kişinin belirli bir görevi veya sorumluluğu yerine getirme yeteneğine olan inancı olarak tanımlanmıştır (Bandura, 1977). Bireylerin belirli seviyede bir performansı gerçekleştirmek adına gerekli olan becerileri ve yetenekleri yerine getirmek konusundaki inanca öz yeterlilik denmektedir (Bandura, 1986). Yüksek öz yeterliliğe sahip bireylerin, bir görevi veya işi düşük öz yeterliliğe sahip bireylere göre daha yüksek performansla gerçekleştirdikleri yapılan araştırmalarla ifade edilmiştir (Schunk, 1995).Yine başka bir çalışmada beceri ve yeteneklerini kullanan bireylerin gösterdikleri olumlu performanslarından kaynaklı psikolojik iyi oluşlarının da doğrusal olarak arttığı belirlenmiştir (Schunk, 1995). Bireyin yüksek performans sergileyebilmesi adına yaptığı aktivite veya işten memnun olması gerektiği bilinmektedir (Machmud, 2018). Emhan, Cura ve Zincirkıran (2015) yaptığı çalışmada iş memnuniyeti arttıkça bireyin performansının olumlu yönde arttığını göstermiştir. Kişiler iş veya uğraşlarından aldıkları memnuniyeti, olumlu performansa dönüştürmekte oldukları literatürdeki çalışmalarla belirlenmiştir (Hampton vd., 2020; Canrinus vd., 2012). Dolayısıyla öz yeterlilik kavramının memnuniyet temelli bir iş veya aktivitede psikolojik iyi oluşa giden yolda etkili bir rol oynayacağı düşünülmektedir. Bu kapsamda literatürdeki kanıtlar göz önüne alınarak aşağıdaki hipotez geliştirilmiştir.

H3:Elektronik sporlardan elde edilen memnuniyet ve psikolojik iyi oluş ilişkisinde öz yeterlilik moderatör rol oynamaktadır.

Elektronik Spor Memnuniyeti ve Yaşam Kalitesi ilişkisi

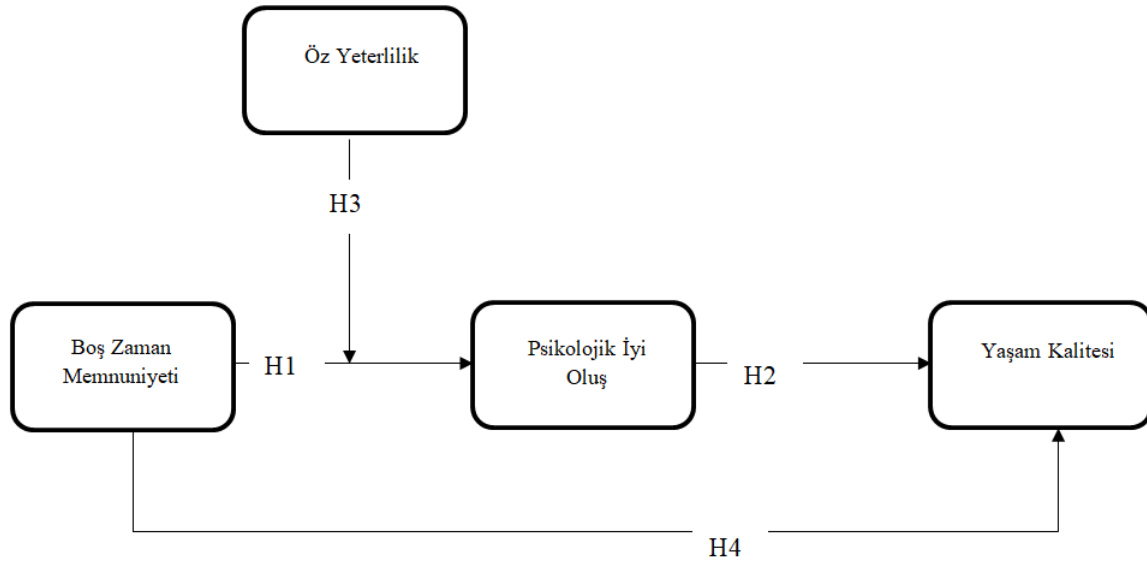
Elektronik spor faaliyetleri, özellikle Covid-19 pandemisi döneminden bu yana hızla daha geniş kitleler tarafından tercih edilen sanal bir rekreasyon aktivitesi çeşididir (Yayla & Güven, 2020). 2024 yılı itibariyle dünya genelinde 1,7 milyar insanın aktif ve pasif olarak katıldığı elektronik sporlar, akademik literatürde son dönemlerde sıklıkla araştırılan konuların başında gelmektedir (Newzoo, 2024). Ancak literatürde yer alan birçok araştırma elektronik sporların ortaya çıkarttığı olumsuz etkilere odaklandığı görülmektedir (Metcalf & Pammer 2014; Hayday, Collison & Kohe, 2020; Lowry vd., 2016). Bu durum literatürde tek taraflı bir bakış açısı yaratmakta, elektronik spor faaliyetlerinin sakıncalı faaliyetler olduğu konusunda ön yargılı bir perspektif sunmaktadır.

Elektronik spor faaliyetleri ise özellikle teknolojinin gelişmesiyle birlikte insanların hayatlarında daha sık tercih edilmektedir. Bu açıdan elektronik sporların bireylerin hayatlarına olan olumlu etkilerinin de araştırılması oldukça önemlidir. Elektronik sporların ortaya çıkarttığı çeşitli faydalar literatürde yer almaktadır (Raggiotto & Scarpi, 2023; Wang vd., 2022). Ancak bireylerin yaşam kalitelerine olan etki yeterince çalışmada açıklanmadığı ve literatürde pek çok tartışmanın olduğu görülmektedir. Chan ve arkadaşlarının (2022) yaptıkları çalışmada elektronik sporların genç bireylerin yaşam tarzlarını olumsuz yönde etkilediğini, hem fiziksel hem de zihinsel bir takım zararlar meydana geldiğini ifade etmişlerdir. Diğer bir araştırma elektronik spor faaliyetlerinin aşırı kullanımından kaynaklı bireylerin yaşam kalitelerinin olumsuz yönde etkilendiği belirtilmiştir (Monteiro Pereira ve ark., 2022). Öte yandan Kartal (2023)'de yaptığı çalışmada fiziksel engelli bireyler için elektronik spor faaliyetlerinin faydalı olacağını, bireylerin yaşam kalitelerinin olumlu yönde etkileneceğini ifade etmiştir. Başka bir çalışmada ise Hamari ve Sjöblom (2017), elektronik sporlarla birlikte gerçek hayatta sosyalleşme problemi yaşayan bireylerin, sanal ortamda güvenli şekilde sosyalleşebileceğini ve bu durumun bireylerin yaşam kalitelerini pozitif yönde etkilediğini ifade edilmiştir. Her ne kadar bu farklı sonuçlar bir dizi farklı faktörle (çalışma yeri, deneyin amacı, farklı yapıların kullanımı) kısmen açıklanabilse de, elektronik sporlara katılımın bireylerin yaşam kalitesini belirlemedeki rolü konusunda daha fazla çalışma yapılması ihtiyacını desteklemektedir.

Buradan hareketle aşağıdaki hipotez geliştirilmiştir;

H4: Elektronik spor aktivitesinden alınan tatmin, bireylerin yaşam kalitelerini etkiler.

Araştırma amacına uygun olarak geliştirilen hipotetik araştırma modeli Şekil 2.4.'de yer almaktadır.



Şekil 2.4. Araştırmanın hipotetik modeli

Metodoloji

Bu araştırma nicel bir çalışmadır. Araştırma tasarımı olarak betimsel ve nedensel tasarım seçilmiştir. Betimsel araştırmalar, özaktarım ve gözlem olmak üzere iki farklı şekilde yapılmaktadır. Özaktarım çalışmaları bir alan araştırması olup, araştırmaya konu olan kişiler üzerinde anket toplanarak gerçekleştirilmektedir. Gözlem araştırmaları ise genel olarak araştırma problemine bağlı olarak ilgili konunun periyodik olarak gözlenmesi sonucu tamamlanmaktadır (Karasar, 1999). Nedensellik araştırmalarında ise araştırma problemine yönelik söz konusu iki konu hakkında neden sonuç ilişkisi arayan çalışmalardır. Bu araştırma bir alan araştırması şeklinde, anket tekniği kullanılarak ve aynı zamanda iki konu arasında neden sonuç ilişkisi arayan nedensel bir çalışmadır. Çalışma kapsamında; Elektronik sporlara katılan bireylerin aktiviteden aldıkları memnuniyetin, psikolojik iyi oluş ve yaşam kalitesine etkisi olup olmadığı incelenmiştir. Ek olarak öz yeterlilik kavramının memnuniyet ve psikolojik iyi oluş arasında moderatör bir rol oynayıp oynamadığı da araştırılmıştır.

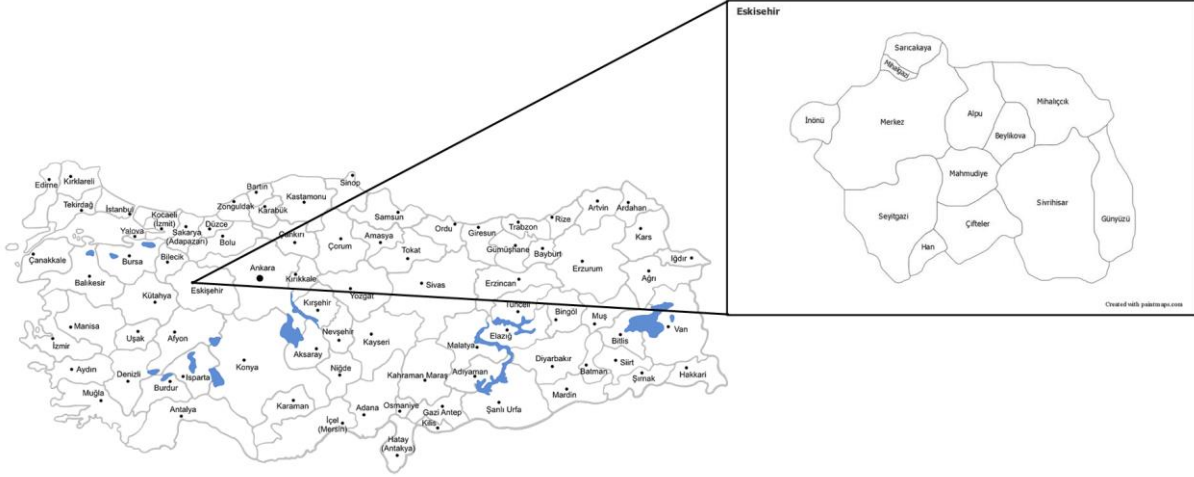
Bu çalışmada kullanılan verilerin toplanabilmesi için gerekli olan etik kurul izin belgesi Akdeniz Üniversitesi Etik Kurulu 29.05.2024 tarihi ve 292 karar/sayı numarası ile alınmıştır.

Araştırma Aracı

Araştırmada kullanılan anket beş bölümden oluşmaktadır. Anketin ilk bölümünde bireylerin demografik özelliklerinin belirleneceği ifadeler yer almaktadır. Anketin ikinci bölümünde ise Akyıldız Munusturlar ve Argan (2016), tarafından geliştirilen memnuniyet ölçeği bulunmaktadır. Bu ölçek, tek boyutlu yapıya sahiptir ve 5 ifadeden oluşmaktadır. Anketin üçüncü bölümünde Jeruselam ve Schwarzer (1979) tarafından geliştirilen öz yeterlilik ölçeği yer almaktadır. Ölçek ilk geliştirildiğinde 20 ifadeden oluşturulmuştur. 1981’de aynı araştırmacılar tarafından revize edilmiş ve ifade sayısı 10’a indirilmiştir. Aypay (2010) tarafından Türkçe’ye uyarlaması yapılan ölçek 10 ifadeden oluşmaktadır. Anketin dördüncü bölümünde, Kim, Woo ve Uysal (2015) tarafından geliştirilen 5 ifade yaşam kalitesi ölçeği kullanılmıştır (Kim, Woo ve Uysal, 2015). Anketin son bölümünde Pontin ve arkadaşları tarafından 2013 yılında geliştirilen psikolojik iyi oluş ölçeği kullanılmıştır. Ölçek tek boyutlu ve 12 ifadeden oluşmaktadır.

Araştırma Alanı, Örneklem ve Veri Toplama

Araştırma amacına bağlı olarak geliştirilen ölçek Eskişehir ilinde yer alan üniversite öğrencilerine uygulanmıştır. Veri toplama işlemi, araştırmacı tarafından Eskişehir ilinde bulunan üniversitelerdeki öğrencilere dağıtılarak gerçekleştirilmiştir. Anketler 2024 Nisan ayı içerisinde toplanmıştır. 2023-2024 eğitim-öğretim yılı içerisinde Eskişehir ilinde toplam 85.929 üniversite öğrencisi bulunmaktadır. Ancak zaman ve maliyet kısıtlamasından dolayı araştırmada örneklem yoluna gidilmiştir. Akademik araştırmalarda evrenin temsili için, örneklem büyüklüğünün saptanmasıyla birlikte sonuçların genellenebilmesi sağlanmaktadır.



Şekil 3.2. Eskişehir konumu, Türkiye.

Örneklem büyüklüğü hesaplanırken çeşitli formüller bulunmaktadır (Davis ve Cosenza, 1998; Ural ve Kılıç, 2005). İlgili denek sayısı 10.000'den az olan evrenler sınırlı, fazla olan evrenler ise sınırsız evren olarak ifade edilmektedir. Araştırmanın kapsadığı alanla ilgili değişkenlerin türü (nitel, nicel) dikkate alınarak, örneklemin büyüklüğünü belirleyecek formüller aşağıda yer almaktadır.

Tablo 3.2. Örneklem büyüklüğü hesaplanmasına ilişkin formüller (Ural ve Kılıç, 2005).

Değişken Türü	Sınırlı Evren (N<10.000)	Sınırsız Evren (N>10.000)
Nicel (Ortalama İçin)	$n = \frac{N \cdot \sigma^2 \cdot Z_\alpha^2}{(N-1) \cdot H^2 + Z_\alpha^2 \cdot \sigma^2}$	$n = \frac{\sigma^2 \cdot Z_\alpha^2}{H^2}$
Nitel (Oran İçin)	$n = \frac{N \cdot P \cdot Q \cdot Z_\alpha^2}{(N-1) \cdot H^2 + Z_\alpha^2 \cdot P \cdot Q}$	$n = \frac{P \cdot Q \cdot Z_\alpha^2}{H^2}$

Araştırma verilerinin toplanmasındaki değişkenlerin nicel karakter taşıması ve Eskişehir ilinde yer alan üniversitelerde 10.000'den fazla öğrenci bulunmasından dolayı araştırmada örneklem belirleme işlemi için aşağıdaki formül kullanılmıştır.

$$n = \frac{\sigma^2 \cdot Z_\alpha^2}{H^2}$$

Bu bilgilerden hareketle evren ve örneklem ortalaması arasındaki izin verilebilir hata değeri (H) $\pm 0,10$ olarak alınmış ve anlamlılık düzeyi de (α) 0,05 alınarak değerlendirilmiştir.

Buna göre örneklem büyüklüğü;

$\alpha=0,05$ için $z_{0,05}=1,96$ ve $H=\pm 0,1$ değerleri için

$$n = \frac{1^2 \cdot 1,96^2}{0,1^2} = 384$$

Araştırma kapsamında en az 384 kişinin araştırmaya katılması gerekliliği ortaya çıkmıştır. Toplamda 550 adet anket öğrencilere dağıtılmıştır. 69 adet anket hatalı olması sebebiyle araştırmadan çıkartılmış ve araştırmaya 481 adet anket ile devam edilmiştir.

Verilerin Analizi

Araştırma içerisinde elde edilen veriler neticesinde, amaca bağlı olarak geliştirilen hipotetik araştırma modeli doğrulayıcı faktör analizine ve yol analizleri testine geçmeden önce bir takım prosedürler uygulanmıştır. İlk olarak toplanan her anket formuna sıra ile numara verilerek toplamda 481 anketin SPSS paket programına aktarımı gerçekleştirilmiştir. İkinci olarak, çift aşamalı veri tarama süreci benimsenerek analize devam edilmiştir. Çift aşamalı veri tarama sürecinin birinci süreci aşamasında toplanan verilerin uç değerlerin hesaplanması yapılmıştır. Bu bağlamda Mahalanobis mesafesi değerlendirilmiş ve toplamda 25 adet anket formunun uç değer içerdiği tespit edilmiştir. Sonuç olarak ilgili 25 anket formu analizden çıkartılarak (Mahalanobis' D (55) > .001) geriye kalan 456 anket formu ile analize devam edilmiştir. Çift aşama sürecinin ikinci aşamasında ise verilerin basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiştir. Literatürde basıklık ve çarpıklık değerlerinin -1.5 ve +1.5 aralığında olması gerekliliğine yönelik görüş birliği bulunmaktadır (Kline, 2011). Yapılan değerlendirme sonucunda tüm ifadelerdeki basıklık ve çarpıklık değerlerinin belirtilen aralıkta olmasından kaynaklı verilerin normal dağılım gösterdiğine karar verilmiştir. Sonuç olarak elde edilen tatmin edici sonuçlar neticesinde AMOS paket programından yararlanılarak doğrulayıcı faktör analizi ve yol analizleri gerçekleştirilmiştir.

Bulgular

Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular

Tablo 4.1. Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular (n=481)

	Demografik Değişkenler	n	%
Cinsiyet	Kız	166	34,9
	Erkek	310	65,1
Yaş	18-24	220	46,2
	25-30	216	45,4
	31-40	40	8,4
	41-45	5	1,0
Günlük Katılım	0-1 saat	226	47,5
	2-3 saat	149	31,3
	4-5 saat	71	14,9
	5 saatten fazla	30	6,3
Haftalık Katılım	Haftada 1 gün	173	36,3
	2-3 gün	167	35,1
	4-5 gün	68	14,3
	5 günden fazla	68	14,3

Tablo 4.1. Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular (n=481) (devam)

	MOBA	105	22,1
	FPS	134	28,2
	BR	52	10,9
	Spor	84	17,6
Oyun Tercihleri	Kart Koleksiyon	23	4,8
	MMORPG	14	2,9
	Strateji	14	2,9
	Diğer	50	10,5

Anket cevaplayan katılımcıların demografik özellikleri çizelge 1’de gösterilmiştir. Araştırmaya katılan bireylerin demografik özellikleri incelendiğinde, cinsiyet kategorisinde %34,9’unu kızlar %65,1’ini erkeklerin oluşturduğu görülmektedir. Yaş ortalamaları incelendiğinde %46,2’sinin 18-24, %45,4’sinin 25-30, %8,4’ünün 31-40 yaş aralığında olduğu tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan bireylerin elektronik sporlara günlük katılımları incelendiğinde, %47,5’nin günde 0-1 saat, %31,3’ü 2-3 saat, 14,9’u 4-5 saat ve %6,3’ü günde 5 saatten fazla katıldıklarını ifade etmişlerdir. Haftalık katılım incelendiğinde katılımcıların %36,3’nün hafta 1 gün, %35,1’inin 2-3 gün, %14,3’ünün 4-5 gün ve haftada 5 günden fazla oynayanların da aynı şekilde %14,3’ünü oluşturduğu görülmektedir. Son olarak ankete katılan bireylerin oyun tercihleri incelendiğinde %22,1’in MOBA, %28,2’nin FPS, %10,9’un BR, %17,6’sının spor, %4,8’inin kart koleksiyon, %2,9’unun MMORPG, %2,9’unu strateji ve son olarak %10,5’ini diğer oyunlar oluşturmaktadır.

Boş Zaman Memnuniyetine İlişkin Bulgular

Tablo 4.2. Memnuniyet Ölçeğine İlişkin Bulgular

İfadeler	Ort.	S.S.
Elektronik spor aktivitelerine katılmaktan memnunum.	3,70	1,33
Elektronik spor aktivitelerinden gerçekten hoşlanıyorum.	3,68	1,21
Elektronik spor aktivitelerinden zevk alıyorum.	3,89	1,21
Elektronik spor aktivitelerinden beklediklerimin karşılığını alıyorum.	3,55	1,23
Elektronik spor aktiviteleri beklediğimden daha da eğlenceli bir aktivite olduğunu düşünüyorum.	3,62	1,25

Araştırmaya katılan bireylerin elektronik sporlardan aldıkları memnuniyeti ölçmek amacıyla 5 ifadeden oluşan anket formu hazırlanmıştır. Ölçeğe ilişkin verilen yanıtların ortalamaları yüzde ve frekans analizine tabi tutulmuş ve sonuçları Çizelge 3’de gösterilmiştir. Çizelge 3 incelendiğinde elektronik spor faaliyetlerine katılan bireylerin memnuniyet ölçeğine verdikleri cevaplar incelendiğinde en yüksek ifade ortalamasının “Elektronik spor aktivitelerinden zevk alıyorum.” ifadesi olduğu görülmektedir (ifade ort. 3,89). Bu ifadeyi sırasıyla “Elektronik spor aktivitelerine katılmaktan memnunum.” ifadesi (ifade ort. 3,70), “Elektronik spor aktivitelerinden gerçekten hoşlanıyorum.” ifadesi (ifade ort., 3,68), “Elektronik spor aktiviteleri beklediğimden daha da eğlenceli bir aktivite olduğunu düşünüyorum.” ifadesi (ifade ort, 3,62) ve son olarak “Elektronik spor aktivitelerinden beklediklerimin karşılığını alıyorum.” ifadesi yer almaktadır (ifade ort, 3,55).

Öz yeterlilik Ölçeğine İlişkin Bulgular

Tablo 4.3. Öz Yeterlilik Ölçeğine İlişkin Bulgular

İfadeler	Ort.	S.S.
Yeterince çaba harcarsam, zor sorunları çözenin bir yolunu daima bulabilirim.	4,04	,90
Bana karşı çıktığımda, istediğimi elde etmemi sağlayacak bir yol ve yöntem bulabilirim.	3,95	,99
Amaçlarıma bağlı kalmak ve bunları gerçekleştirmek benim için kolaydır.	3,81	,96
Beklenmedik olaylarla etkili bir biçimde başa çıkabileceğime inanıyorum	3,89	1,03
Yeteneklerim sayesinde beklenmedik durumlarla nasıl baş edebileceğimi biliyorum.	3,86	,98
Gerekli çabayı gösterirsem, birçok sorunu çözebilirim.	4,09	,81
Baş etme gücüme güvendiğim için zorluklarla karşılaştığımda soğukkanlılığımı koruyabilirim.	3,96	,96
Bir sorunla karşılaştığımda, genellikle birkaç çözüm yolu bulabilirim.	3,98	,93
Başım dertte olduğunda, genellikle bir çözüm düşünebilirim.	3,91	,91
Önüme çıkan zorluk ne olursa olsun, üstesinden gelebilirim.	3,75	1,07

Araştırmamıza katılan bireylerin öz yeterlilik ölçeği ifadelerine verdikleri yanıtlar incelendiğinde en yüksek ifade ortalaması “Gerekli çabayı gösterirsem, birçok sorunu çözebilirim.” ifadesi olduğu görülmektedir (ifade ort. 4,09). Bu ifadeyi sırasıyla “Yeterince çaba harcarsam, zor sorunları çözenin bir yolunu daima bulabilirim.” İfadesi (ifade ort. 4,04) , “Bir sorunla karşılaştığımda, genellikle birkaç çözüm yolu bulabilirim.” İfadesi (ifade ort., 3,98) , “Baş etme gücüme güvendiğim için zorluklarla karşılaştığımda soğukkanlılığımı koruyabilirim.” İfadesi (ifade ort. 3,96) , “Bana karşı çıktığımda, istediğimi elde etmemi sağlayacak bir yol ve yöntem bulabilirim.” İfadesi (ifade ort. 3,95) , “Başım dertte olduğunda, genellikle bir çözüm düşünebilirim.” İfadesi (ifade ort. 3,91) , “Beklenmedik olaylarla etkili bir biçimde başa çıkabileceğime inanıyorum” ifadesi (ifade ort.3,89), “Yeteneklerim sayesinde beklenmedik durumlarla nasıl baş edebileceğimi biliyorum.” İfadesi (ifade ort.3,86) , “Amaçlarıma bağlı kalmak ve bunları gerçekleştirmek benim için kolaydır.” İfadesi (ifade ort. 3,81) olarak belirlenmiştir. En düşük ifade ortalamasına “Amaçlarıma bağlı kalmak ve bunları gerçekleştirmek benim için kolaydır.” İfadesi olarak tespit edilmiştir (ifade ort. 3,75).

Yaşam Kalitesi Ölçeğine İlişkin Bulgular

Tablo 4.4. Yaşam Kalitesi Ölçeğine İlişkin Bulgular

İfadeler	Ort.	S.S.
Genel olarak, elektronik spor aktivitelerine katıldıktan sonra kendimi enerji dolu hissettim.	3,50	1,15
Elektronik spor aktivitelerine katıldıktan kısa bir süre sonra yaşam tatminimde artış oldu.	3,59	1,21
Şimdiye kadar hayatta istediğim önemli şeyleri aldım.	3,61	1,14
Her ne kadar hayatta sıkıntılarım olsa da, elektronik spor aktivitelerinden kısa bir süre sonra hayatım hakkında iyi hissettim.	3,62	1,11
Genel olarak elektronik spor aktivitesi deneyimim, yaşam kalitemi zenginleştirdi ve unutulmaz oldu.	3,67	1,14
Elektronik spor aktivitelerinden sonra anlamlı ve tatmin edici bir hayat sürdürdüğümü hissettim.	3,54	1,28

Elektronik spor faaliyetlerine katılan bireylerin yaşam kalitesi ölçeği ifadelerine verdikleri cevaplara ilişkin bulgular Çizelge 4.'de yer almaktadır. Çizelge 4.'ü incelediğimizde en yüksek ifade ortalaması “Genel olarak elektronik spor aktivitesi deneyimim, yaşam kalitemi zenginleştirdi ve unutulmaz oldu.” İfadesi olduğu görülmüştür (ifade ort. 3,62). Bu ifadeyi sırasıyla “Her ne kadar hayatta sıkıntılarım olsa da, elektronik spor aktivitelerinden kısa bir süre sonra hayatım hakkında iyi hissettim.” İfadesi (ifade ort. 3,62), “Şimdiye kadar hayatta istediğim önemli şeyleri aldım.” İfadesi (ifade ort. 3,61), “Elektronik spor aktivitelerine katıldıktan kısa bir süre sonra yaşam tatminimde artış oldu.” İfadesi (ifade ort. 3,59), “Elektronik spor aktivitelerinden sonra anlamlı ve tatmin edici bir hayat sürdürdüğümü hissettim.” İfadesi (ifade ort. 3,54), “Genel olarak, elektronik spor aktivitelerine katıldıktan sonra kendimi enerji dolu hissettim.” İfadesinin yer aldığı görülmektedir (ifadesi ort. 3,51).

Psikolojik İyi Oluş Ölçeğine İlişkin Bulgular

Tablo 4.5. Psikolojik İyi Oluş Ölçeğine İlişkin Bulgular

İfadeler	Ort.	S.S.
Bir insan olarak kendinizi mutlu hissediyor musunuz?	3,71	,99
Kendinizden ve başarılarınızdan memnun musunuz?	3,71	1,01
Hayattan zevk alabildiğinizi hissediyor musunuz?	3,74	1,08
Hayatta bir amacınız olduğunu hissediyor musunuz?	3,66	1,21
Hayatınızın kontrolünün sizde olduğunu hissediyor musunuz?	3,78	1,06
Hayatınızı istediğiniz gibi yaşayabildiğinizi hissediyor musunuz?	3,61	1,11
Depresif veya endişeli hissediyor musunuz?	3,48	1,23
Görünüştünüzden ve dış görünüştünüzden memnun musunuz?	3,75	1,12
Kendi görüş ve inançlarınıza güveniyor musunuz?	4,14	,98
Yapmayı seçtiğiniz şeyleri yapabildiğinizi hissediyor musunuz?	3,71	1,04
Bir kişi olarak büyüyelediğinizi ve geliştirdiğinizi hissediyor musunuz?	4,02	,89
Gelecek hakkında iyimser hissediyor musunuz?	3,78	1,20

Elektronik sporlara katılan bireylerin psikolojik iyi oluşlarına ilişkin ölçeğe verdikleri cevaplar Çizelge 5.'de verilmiştir. Çizelge 5. İncelendiğinde en yüksek ifade ortalaması “Kendi görüş ve inançlarınıza güveniyor musunuz?” ifadesi olduğu belirlenmiştir (ifade ort. 4,14). Bu ifadeyi sırasıyla “Bir kişi olarak büyüyelediğinizi ve geliştirdiğinizi hissediyor musunuz?” ifadesi (ifade ort. 4,02), “Hayatınızın kontrolünün sizde olduğunu hissediyor musunuz?” ifadesi ve “Gelecek hakkında iyimser hissediyor musunuz?” ifadesi (ifade ort. 3,78), “Görünüştünüzden ve dış görünüştünüzden memnun musunuz?” ifadesi (ifade ort. 3,75), “Hayattan zevk alabildiğinizi hissediyor musunuz?” ifadesi (ifade ort. 3,74), “Bir insan olarak kendinizi mutlu hissediyor musunuz?” , “Kendinizden ve başarılarınızdan memnun musunuz?” ve “Yapmayı seçtiğiniz şeyleri yapabildiğinizi hissediyor musunuz?” ifadesi (ifade ort. 3,71), “Hayatta bir amacınız olduğunu hissediyor musunuz?” ifadesi (ifade ort. 3,66), “Hayatınızı istediğiniz gibi yaşayabildiğinizi hissediyor musunuz?” ifadesi (ifade ort. 3,61) ve son olarak “Depresif veya endişeli hissediyor musunuz?” ifadesi olarak tespit edilmiştir (ifade ort. 3,48).

Yapısal Modele İlişkin Doğrulayıcı Faktör Analizi

Amaca bağlı geliştirilen modelin testine geçmeden önce Anderson ve Gerbing (1988) tarafından önerilen iki aşamalı yaklaşım uygulanmıştır. Söz konusu yaklaşım bağlamında ilk olarak toplanan verilerle modelin ne derecede örtüştüğünü belirleyebilmek adına doğrulayıcı faktör analizi gerçekleştirilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizinde tüm yapının belirli kriterleri sağlaması gerekliliği söz konusudur. Bu noktada ilk değerlendirilmesi gereken kriter, her bir gizil değişkende yer alan ifadelerin faktör yükleridir. Zira, Hair ve arkadaşları (2005) her bir faktör yükünün minimum 0.50 olması gerekliliğini savunmaktadır. Yapılan analiz sonucunda boş zaman memnuniyeti değişkeninde yer alan (Elektronik spor aktivitelerine katılmaktan memnunum.; Elektronik spor aktiviteleri beklediğimden daha da eğlenceli bir aktivite olduğunu düşünüyorum.) ifadelerinin faktör yükleri literatürde önerilen değerlerin altında kaldığı belirlenmiştir (ifade 1 faktör yükü; 0,382; ifade 5 faktör yükü: 0,388). Ek olarak analizde psikolojik iyi oluş değişkeninde yer alan (Kendinizden ve başarılarınızdan memnun musunuz?; Hayatınızın kontrolünün sizde olduğunu hissediyor musunuz?; Depresif veya endişeli hissediyor musunuz?; Kendi görüş ve inançlarınıza güveniyor musunuz?) ifadelerinin faktör yükleri de literatürde önerilen değerlerin altında kaldığı belirlenmiştir (ifade 2 faktör yükü; 0,217; ifade 5 faktör yükü; 0,322; ifade 7 faktör yükü; 0,423; ifade 9 faktör yükü; 0,389). Bu sonuca bağlı olarak altı ifade analizden çıkartılmıştır. Geriye kalan 27 ifadenin faktör yükleri 0,50 ve üzerinde bir değer aldığı tespit edilmiştir. Ayrıca modelde yer alan 53 ifadenin tamamı $p \leq 0,001$ düzeyinde anlamlıdır.

Doğrulamalı faktör analizinde değerlendirilmesi gereken diğer bir kriter ise uyum iyilik değerleridir. Wheaton ve ark., (1977) χ^2/df değerinin 5'in altında olması gerektiğini savunmaktadır. Elde edilen uyum iyilik değerleri incelendiğinde, verilerin iyi uyum gösterdiği tespit edilmiştir ($\chi^2= 534,381$, $df=107$, $\chi^2/df=4,994$, $NFI =,913$, $IFI=,929$, $RFI= ,890$, $TLI=,910$ $RMSEA=0,074$, $CFI=,929$). Elde edilen sonuçlar ışığında verilerin yapısal modeli desteklediğine karar verilmiştir.

Yapı güvenilirliği kapsamında her bir gizil değişkendeki cronbach alpha değerleri incelenmiştir. Tablo 4.6.'da sunulan Cronbach Alpa değerlerinin ise ,898 ile ,926 arasında değiştiği görülmektedir. Bu değerler her bir yapının güvenilirlik kriterini sağladığına işaret etmektedir (Kline, 2011). Ek olarak birleşim geçerlikleri için CR ve AVE değerleri incelenmiş ve sonuçları Tablo 4.6. sunulmuştur. Her bir gizil değişkendeki CR değeri minimum ,889 AVE değeri ise minimum ,504 olarak tespit edilmiştir. Bu sonuçlar neticesinde modelin birleşim geçerliliğinin sağlandığına karar verilmiştir (Hair ve ark., 2005).

Tablo 4.6. Doğrulamalı Faktör Analizine İlişkin Bulgular

Faktörle/ifadeler	Standard yükler	t-değeri	R^2	CR	AVE	CA
Boş Zaman Memnuniyeti				,932	,820	,911
Elektronik spor aktivitelerinden beklediklerimin karşılığını alıyorum.	,875		,765			
Elektronik spor aktivitelerinden zevk alıyorum.	,889	23,737	,790			
Elektronik spor aktivitelerinden gerçekten hoşlanıyorum.	,952	23,349	,906			
Psikolojik İyi Oluş				,889	,504	,898
Bir insan olarak kendinizi mutlu hissediyor musunuz?	,839		,703			
Hayattan zevk alabildiğinizi hissediyor musunuz?	,784	18,712	,615			
Hayatta bir amacınız olduğunu hissediyor musunuz?	,692	15,820	,478			
Hayatınızı istediğiniz gibi yaşayabildiğinizi hissediyor musunuz?	,723	16,862	,523			
Görünüştünüzden ve dış görünüşünüzden memnun musunuz?	,712	16,522	,506			
Yapmayı seçtiğiniz şeyleri yapabildiğinizi hissediyor musunuz?	,678	15,520	,460			
Bir kişi olarak büyüyelediğinizi ve gelişebildiğinizi hissediyor musunuz?	,507	10,964	,257			
Gelecek hakkında iyimser hissediyor musunuz?	,702	16,255	,493			
Yaşam Kalitesi				,923	,670	,925
Elektronik spor aktivitelerinden sonra anlamlı ve tatmin edici bir hayat sürdürdüğümü hissettim.	,840		,772			
Genel olarak elektronik spor aktivitesi deneyimim, yaşam kalitemi zenginleştirdi ve unutulmaz oldu.	,828	30,020	,736			
Her ne kadar hayatta sıkıntılarım olsa da, elektronik spor aktivitelerinden kısa bir süre sonra hayatım hakkında iyi hissettim.	,829	21,688	,437			
Şimdiye kadar hayatta istediğim önemli şeyleri aldım.	,661	15,862	,687			
Elektronik spor aktivitelerine katıldıktan kısa bir süre sonra yaşam tatminimde artış oldu.	,858	22,930	,386			
Genel olarak, elektronik spor aktivitelerine katıldıktan sonra kendimi enerji dolu hissettim.	,879	23,838	,705			

Tablo 4.6. Doğrulatoryı Faktör Analizine İlişkin Bulgular

Öz Yeterlilik			,922	,545	,926
Önüme çıkan zorluk ne olursa olsun, üstesinden gelebilirim.	,776		,603		
Başım dertte olduğunda, genellikle bir çözüm düşünebilirim.	,763	17,269	,582		
Bir sorunla karşılaştığımda, genellikle birkaç çözüm yolu bulabilirim.	,735	16,543	,541		
Baş etme gücüme güvendiğim için zorluklarla karşılaştığımda soğukkanlılığımı koruyabilirim.	,753	17,034	,567		
Gerekli çabayı gösterirsem, birçok sorunu çözebilirim.	,708	15,784	,501		
Yeteneklerim sayesinde beklenmedik durumlarla nasıl baş edebileceğimi biliyorum.	,791	17,957	,626		
Beklenmedik olaylarla etkili bir biçimde başa çıkabileceğime inanıyorum	,742	16,587	,551		
Amaçlarıma bağlı kalmak ve bunları gerçekleştirmek benim için kolaydır.	,733	16,348	,538		
Bana karşı çıkıldığında, istediğimi elde etmemi sağlayacak bir yol ve yöntem bulabilirim.	,772	17,695	,597		
Yeterince çaba harcarsam, zor sorunları çözenin bir yolunu daima bulabilirim.	,591	12,807	,350		

*p<.001

Hipotez Testi

Araştırmamızda doğrulatoryı faktör analizinin ardından yol analizi yapılmıştır. Yol analizinde elde edilen uyum indekslerinin kabul edilebilir sınırlar içerisinde olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlara göre, elektronik sporlara katılan bireylerin memnuniyetleri, bireylerin psikolojik iyi oluşlarını pozitif yönlü etkilemektedir ($\beta = 0.59$, $t = 12,026$, $p < 0.001$). Benzer şekilde, bireylerin psikolojik iyi oluşu, yaşam kalitesini pozitif bir şekilde etkilemektedir ($\beta = 0.20$, $t = 4,777$, $p < 0.001$). Diğer bir ilişkide ise bireylerin elektronik sporlardan aldığı memnuniyet, yaşam kalitesini güçlü ve pozitif yönlü etkilemektedir ($\beta = 0.67$, $t = 13,230$, $p < 0.001$). Sonuç olarak, H1, H2 ve H4 hipotezleri kabul edilmiştir.

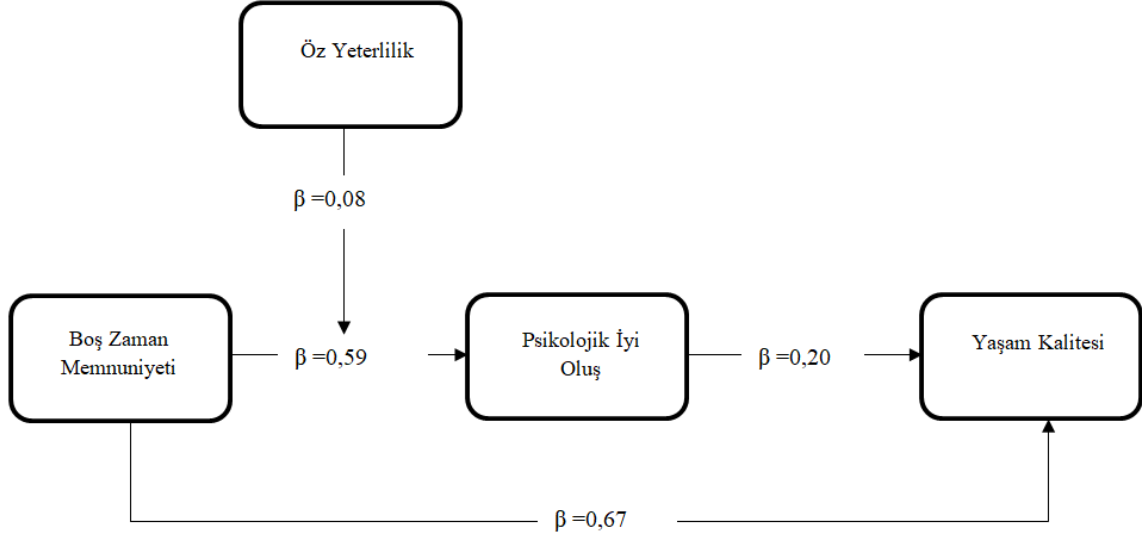
Tablo 4.7. Moderatör Etki Sonuçları

	β	İyi oluş			
		Confidence Interval			
H3		Min.	Max.		
Memnuniyet (X)	0.53*	0.307	0.751		
Özyeterlilik (W)	0.73*	0.545	0.927		
X.W (Etkileşim)	0.08**	0.024	0.136		
R ²	0.71				
Özyeterlilik	β	S.E.	t	LLCI	ULCI
Düşük:	0.16*	0.03	4.25	0.084	0.230
Orta:	0.20*	0.03	6.43	0.137	0.259
Yüksek:	0.26*	0.04	7.93	0.191	0.318

*p<0.001 **p<0.05

Araştırma hipotezi kapsamında belirlenen düzenleyici etkinin tespitine yönelik geliştirilen regresyon modelinin sonuçları Tablo 4.7.'de sunulmuştur. Tablo 4.7. sonuçları değerlendirildiğinde elektronik sporlara katılım memnuniyetinin psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisinde öz yeterliliğin düzenleyici rolünün anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($\beta=0.08$, %95 CI [0.024, 0.136], $p<0.05$). Düzenleyici etkinin ayrıntıları incelendiğinde ise elektronik sporlara katılan bireylerin memnuniyetlerinin psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisi öz yeterlilik duygusu düşük olan yerleşiklerde daha azken ($\beta=0.16$, %95 CI [0.084, 0.230]) yüksek kişilerde daha fazladır ($\beta=0.26$, %95 CI [0.191, 0.318]). Bu sonuca göre H3 hipotezi kabul edilmiştir.

Buradan hareketle; ulaşılan bulgular neticesinde katsayıların tümünü içeren yapısal model şekilde 3’de verilmiştir.



Şekil 3. Yapısal Model Katsayıları

*p<0.001; **p<0.05

Tartışma

Teknolojik gelişmeler ile değişen insan ihtiyaçlarının bir sonucu olarak ortaya çıkan elektronik sporlar, dünya genelinde oldukça geniş kitleler tarafından tercih edilen popüler bir dijital rekreasyon faaliyeti olarak görülmektedir (Yayla & Güven, 2020). Elektronik spor aktiviteleri, özellikle Covid-19 pandemisi ile ortaya çıkan karantina sürecinde, bireylerin yoğun olarak tercih ettiği aktiviteler arasında yer almıştır (Newzoo, 2023). Dünya genelinde artan kullanım oranları, akademiye çeşitli araştırmalara ve geliştirmelere önemli ölçüde etki etmiştir. Ancak literatürde yer alan çalışmaların büyük bir çoğunluğunun, elektronik spor faaliyetlerinin olumsuz yönleri üzerine olduğu (Metcalf & Pammer 2014; Hayday, Collison & Kohe, 2020; Lowry vd., 2016), bu durumun tek taraflı bir bakış açısı sağladığı düşünülmektedir. Bu açıdan araştırmamız, elektronik spor faaliyetlerinden alınan memnuniyetin, psikolojik iyi oluş ve yaşam kalitesi üzerine olan etkisi incelenmiştir. Ek olarak araştırmamızda yetenek temelli olan elektronik sporlarda bireylerin öz yeterlilik duygusunun memnuniyet ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide moderatör rolü de incelenmiştir.

Araştırma bulgularında elektronik spor aktivitesinde memnuniyetin, bireylerin psikolojik iyi oluşunu pozitif yönlü etkilediği görülmüştür. Araştırmanın ortaya çıkarttığı detaylı şekilde ifade edildiğinde, elektronik sporlara katılan bireylerin, aktiviteden aldıkları memnuniyet algıları artması, psikolojik iyi oluşlarını %59 oranında pozitif yönlü arttığı tespit edilmiştir. Bu sonuç literatürdeki pek çok araştırma ile uyumludur. Lee ve Kim (2022), yapısal eşitlik modeli ile elektronik sporlara katılan bireylerin psikolojik iyi oluşlarına ve yaşam memnuniyeti üzerine bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Lee ve Kim, yaptıkları çalışmada genç yetişkinlerin çevrimiçi ortamlarda gerçekleşen elektronik sporlardan alınan memnuniyetin psikolojik iyi oluşu arttırdığını ve kuruluşlar için yönetsel çıkarımlar olduğunu tespit etmişlerdir. Raggiotto ve Scarpi (2022) elektronik sporlarda kaygı ve stresin psikolojik iyi oluşu etkilediğini ifade etmişlerdir. Bu durum potansiyel olarak etkinliklerden memnun olmayan bireylerin aktiviteye yönelik tatminsizlik ve kaygı durumunun, psikolojik refahı negatif yönlü etkilediğini ifade etmişlerdir. Bu sonuçlar

elektronik spor faaliyetlerine katılan bireylerin memnuniyetlerinin psikolojik iyi oluşu pozitif yönlü etkilediğini göstererek araştırmamızın bulgusunu desteklemektedir. Ancak, Kocadağ, (2020) elektronik sporlara katılan bireylerin günde 6 saatten fazla oynamaları durumundan psikolojik iyi oluşlarının 6 saatten az oynayan bireylere göre önemli ölçüde düşük olduğunu belirtmişlerdir. Bu sonuç elektronik spor faaliyetlerinin kullanımının belirli sınırlılıklar dahilinde fayda sağlayabileceğini, aksi durumda bireylerin faaliyetten elde edilecek faydaların azaldığını ifade ederek araştırmamızın bulgusunu desteklememektedir. Farklı bir araştırmada Irwan ve ark., (2023) elektronik sporlara katılım psikolojik iyi oluşu önemli ölçüde etkilemediğini ifade etmişlerdir. Ancak, Shulze ve ark., (2019)'da yaptıkları araştırmada elektronik spor faaliyetlerine katılan bireylerin biyopsikososyal risklerini gözden geçirmiş ve bireylerin iyi oluşlarının çeşitli risk faktörlerinden kaynaklı değişebileceğini ifade etmişlerdir (Shulze ve ark., 2019). Shulze ve ark., (2019) araştırmalarında kötü beslenme, kafein takviyesi, fizyolojik uyarılma, yaralanma, ağrı, stres, zihinsel yorgunluk, oyun bağımlılığı gibi bir dizi faktörün elektronik sporlardan alınan psikolojik iyi oluşu etkilediğini ifade etmiştir.

Araştırmanın ortaya çıkarttığı diğer bulgu incelendiğinde; elektronik sporlara katılan bireylerin psikolojik iyi oluşları, yaşam kalitelerini pozitif yönde etkilemektedir. Ortaya çıkan bu bulgu detaylı şekilde ifade edildiğinde, bireylerin psikolojik iyi oluşlarının artması, yaşam kalitelerini %20 oranında pozitif yönlü arttırmakta olduğu tespit edilmiştir. Araştırmanın bu sonucu literatürde yer alan çalışmalarla uyumlu olduğu görülmüştür. Cheng ve ark., (2023), üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdikleri bir elektronik spor araştırmasında, elektronik sporların uygun zaman ve rasyonel şekilde gerçekleşmesinin psikolojik iyi oluşu desteklediğini, bu durumun da sağlıklı bir yaşam tarzına neden olduğunu ifade etmişlerdir. Benzer bir araştırmada Larrieu ve ark., (2022), video oyunlarının motivasyonunu merkeze alarak yaptıkları çalışmada, eğlence amaçlı katılımın psikolojik iyi oluşu ve yaşam kalitesini pozitif yönlü etkilediğini belirlemişlerdir. Ancak rekabet amacıyla katılan bireylerin psikolojik sağlıklarının ve yaşam kalitelerinin daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlar araştırmamızın bulgularıyla örtüşmekte olduğu görülmüştür. Literatürdeki diğer araştırmalara baktığımızda ise elektronik sporlardaki aşırı kullanımın oyun bağımlılığını tetiklediği ve beraberinde bireylerin yaşam kalitesini olumsuz yönde etkilediği ifade edilmiştir (Banyani vd., 2019). Elektronik spor faaliyetleri içerisinde geçirilen uzun sürelerin fiziksel hareketsizliğe sebep olduğu bundan dolayı kardiyolojik olarak çeşitli sorunların ortaya çıkabileceği belirtilmiştir. Bu sorunların ortaya çıkmasının bireylerin yaşam kalitesini olumsuz anlamda etkileyebileceği belirtilmiştir (DiFrancisco-Donoghue vd., 2022). Dolayısıyla yapılan bu çalışmalar araştırmamızın bulgularıyla örtüşmediği görülmüştür.

Literatürde yapılan çalışmalarla uyumlu şekilde, elektronik sporlara katılan bireylerin memnuniyetleri, yaşam kalitelerini pozitif yönlü etkilemektedir. Bu sonuç daha açıklayıcı ifade edildiğinde, bireylerin elektronik sporlardan algıladıkları memnuniyet arttıkça, yaşam kaliteleri %67 oranında arttığı tespit edilmiştir. Araştırmanın ortaya çıkarttığı sonuç literatürdeki pek çok çalışmayla uyumlu olduğu görülmektedir. Solunoğlu ve Yayla (2020) yaptıkları araştırmada rekreasyon faaliyetlerinden alınan memnuniyetin, yaşam kalitesini pozitif yönlü ve istatistiksel açıdan anlamlı etkilediğini belirtmişlerdir. Benzer bir araştırmada Çetiner ve Yayla (2021) rekreasyon aktivite sonrası alınan memnuniyetin bireylerin genel yaşam kalitesini %49 oranında pozitif yönlü arttırdığını ifade etmişlerdir. Yapılan bu araştırmaların bulgularımızla örtüştüğü görülmektedir.

Son olarak araştırma, elektronik spor faaliyetlerine katılan bireylerin memnuniyetinin, psikolojik iyi oluş üzerine olan etkisinde öz yeterliliğin moderatör rolü olduğu tespit edilmiştir. Literatürde araştırmamızı doğrudan

destekleyecek bir çalışma bulunmamaktadır. Ancak öz yeterlilik kavramı elektronik spor literatüründe sıklıkla çalışılan konular arasında yer almaktadır (Hamari & Sjöblom, 2017; Abanazir, 2019; Whitty & McLaughling, 2007). Elektronik sporlar yetenek temelli bir aktivite olmasından kaynaklı olarak öz yeterlilik, bireyler açısından önemli bir faktördür (Whitty & McLaughling, 2007). Öz yeterliliği yüksek olan bireylerin elektronik sporlarda sosyalleşme ihtimalinin arttığı bilinmektedir (Hamari & Sjöblom, 2017). Ek olarak rekabeti merkezine alan elektronik spor faaliyetlerinde yüksek performans gösteren bireylerin öz yeterliliklerinin de yüksek olduğu tespit edilmiştir (Abanazir, 2019). Yüksek performans ise memnuniyet temelli bir çıktı olmasından kaynaklı olarak elektronik sporlar memnuniyet ile öz yeterlilik arasındaki ilişki oldukça kıymetlidir. Bu açıdan elektronik sporlarda memnuniyet ile psikolojik iyi oluş arasında öz yeterliliğin moderatör rolünün ifade edilmesinin literatüre önemli katkı sağladığı düşünülmektedir.

Ek olarak elektronik sporları yakından takip eden, katılımdan memnuniyet duyan bireylerin, düzenlenen çevrimiçi organizasyonlara katılma niyetinde oldukları görülmüştür (Yıldırım & Tamer, 2022). Bu durum elektronik spor faaliyetlerine katılan bireylerin memnun oldukları takdirde turizm faaliyeti gerçekleştirebileceklerini göstermektedir. Bu durumda araştırmamızın bulgusuyla örtüşmektedir. Elektronik sporların pozitif yönlerinin ortaya çıkartılması, organizasyonlara katılımı arttıracığı ve hem yerel hem de uluslararası seyahatler gerçekleştirebileceklerini ifade etmektedir.

Teorik ve Pratik Çıkarımlar

Araştırma elektronik sporlara katılan bireylerin memnuniyet seviyelerinin psikolojik iyi oluşa ve yaşam kalitesi üzerine etkisini ve ek olarak öz yeterliliğin düzenleyici rolünü irdelemiştir. Elde edilen bulgular hem teorik hem de pratik açıdan çeşitli çıkarımları ortaya çıkartmıştır.

Elektronik sporlar 2000'li yıllardan bu yana hızla gelişmekte ve özellikle Covid-19 pandemisinde yaşanan karantina süreçleri ile birlikte geniş kitleler tarafından tercih edilmektedir (Newzoo, 2023). Bu durum akademik araştırmaların yoğunlaşmasına, aktivitenin özelliklerinin ve ilişkide olduğu kavramların belirlenmesi hususunda çalışmaların yoğunlaşmasına sebep olmuştur. Ancak akademik literatürün büyük bir çoğunluğunun elektronik spor faaliyetlerinin olumsuz yönlerini ele alan çalışmaları incelemektedir. Bu durum literatürün tek taraflı bir bakış açısına sahip olduğu görülmektedir. Literatürdeki bu tek taraflı bakış açısını gidermek adına araştırmamız, psikolojik iyi oluş ve yaşam kalitesine olan pozitif yönlü etkiyi tespit ederek teorik anlamda literatüre katkı sağlamıştır.

Elektronik spor literatüründe öz yeterlilik çalışmalarına bakıldığında çeşitli alanlarda yapıldığı görülmektedir. Whitty ve McLaughlin, (2007) elektronik sporların yetenek temelli olduğunu ve başarıda öz yeterliliğin etkili olduğunu ifade etmişlerdir. Çınar (2020)'de yaptığı çalışmada elektronik sporlara içsel şekilde motive olmuş bireylerin öz yeterliliklerinin arttığı ifade edilmiştir. Başka bir araştırmada elektronik spor ekosisteminde bireylerin öz yeterliliklerinin yüksek olmasının topluluk içerisinde sosyalleşme fırsatlarını arttırdığını ifade etmiştir (Hamari & Sjöblom, 2017). Ancak öz yeterliliğin düzenleyici rolünün elektronik sporlarda daha önce incelenmediği görülmektedir. Araştırmamızın teoriye olan diğer bir katkısı ise elektronik sporlarda sıklıkla çalışılan öz yeterlilik kavramının düzenleyici rolü ortaya koyulmuştur.

Araştırmanın pratik çıkarımları ifade edildiğinde; Pek çok olumsuz etkisi ifade edilen elektronik sporların faydalarının ifade edilmesi, bireylerin elektronik sporları bilinçli şekilde tercih etmesine fırsat sağlayacağı

düşünülmektedir. Diğer çalışmaların sonuçları da değerlendirildiğinde, elektronik sporların rasyonel şekilde kullanılmasının faydaların ortaya çıkmasına yardımcı olacağı belirtilmiştir (Cheng vd., 2023). Bu açıdan elektronik sporlara katılan bireylerin oyun oynama sürelerini kontrol ettikleri takdirde psikolojik iyi oluşlarına ve yaşam kalitelerine etki edeceği görülmüştür.

Araştırmanın pratik çıkarımları ifade edildiğinde; araştırmamız elektronik spor faaliyetlerine katılan bireylerin memnuniyetlerinin artmasının, psikolojik iyi oluşlarına etki ettiğini belirlemiştir. Bu sonuç, günlük yaşamın sorunlarından uzaklaşmak isteyen bireyler açısından, elektronik spor faaliyetlerini tercih etmeleri için bir sebep oluşturmaktadır. Bireyler günlük yaşamın stresli olmasından ve çeşitli sorunları içinde barındırmasından kaynaklı ortaya çıkan olumsuz durumların elektronik sporlar vesilesiyle giderilebileceğini ve bireylerin yaşam kalitelerinin artacağını ifade etmektedir.

Araştırmamızın diğer bir pratik çıkarımı ifade edildiğinde; elektronik spor faaliyetlerinin faydalarının tespit edilmesi, organizasyonları düzenleyecek kurumlar açısından oldukça önemlidir. Örneğin, kamu ve özel kurum ve kuruluşlarının, elektronik sporlara yönelik olumsuz bakış açısının olması, organizasyon düzenleme isteyini olumsuz etkilemekte, beraberinde elektronik spor organizasyonlarından sağlayacak turizm hareketliliği engellenmektedir. Bu açıdan ilgili kurumların araştırmamızı dikkate alarak yerel destinasyonlarda gerçekleştirecekleri elektronik spor faaliyetlerinin halka ve bireylere faydalı bir aktivite olduğunu göstermesine yardımcı olacaktır. Bu durumda destinasyonun imajına ve bilinirliğine katkı sağlayarak ekonomik, sosyal ve kültürel anlamda çeşitli faydaları beraberinde getirecektir.

Sınırlılıklar ve Öneriler

Bu araştırma çeşitli sınırlılıklar ve gelecekte yapılacak araştırmalar için değerlendirmelerde bulunmaktadır. Bu araştırma öncelikle elektronik spor faaliyetlerinin en az olduğu illerden biri olan Eskişehir ilinde gerçekleştirilmiştir. Bu durum araştırmanın sınırlılığını ifade etmektedir. İleride yapılacak araştırmaların elektronik sporların yaygınlaşması adına daha az tercih edilen diğer illerde yapılmasının hem teorik hem de pratik katkılarının olacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın diğer bir sınırlılığı ise araştırmanın kapsadığı örneklem alanının 18 yaş üzerinde olmasıdır. Newzoo 2023 verilerine bakıldığında ise 18 yaş ve altında elektronik sporlara katılan bireylerin %42'sini oluşturduğu görülmektedir. Bu açıdan ileride yapılacak araştırmaların 18 yaş ve altındaki bireyleri incelemesinin hem teorik hem de pratik katkılarının olacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın bir başka sınırlılığını değerlendirildiğinde ise elektronik sporlarda psikolojik iyi oluş ve yaşam kalitesi kavramları arasındaki ilişki incelenmiştir. Gelecekte yapılacak araştırmalarda elektronik sporların ortaya çıkartabileceği diğer faydaların tespit edilmesinin literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu açıdan elektronik sporlarla öz güven, iletişim becerileri, öğrenme ve yalnızlık gibi kavramlarla ilişkilerinin incelenmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir.

Sonuç

Araştırmanın ortaya çıkarttığı sonuçları ifade etmek gerekirse; İlk olarak elektronik sporlardan elde edilen memnuniyetin bireylerin psikolojik iyi oluşuna pozitif ve anlamlı etkisi tespit edilmiştir. Bu durum elektronik spor faaliyetlerinde memnuniyetin temel faydaların elde edilmesi adına önemli bir değişken olduğunu göstermektedir.

Elektronik sporlarda memnuniyetin, bireyin oynadığı oyunlardan aldığı keyfin, zevkin ve beraberinde daha az kaygı, stres ve olumsuz düşüncelerin oluşmasından kaynaklanmakta olduğu görülmüştür (Cheng ve ark., 2023). Dolayısıyla bireylerin elektronik spor aktivitesi memnuniyeti arttıkça psikolojik iyi oluşları da beraberinde yükselmektedir.

Araştırmanın ortaya çıkarttığı ikinci sonuç ise elektronik sporlara katılan bireylerin hem memnuniyetleri hem de psikolojik iyi oluşları arttıkça, yaşam kaliteleri pozitif yönlü arttığı tespit edilmiştir. Literatürde elektronik sporlar ve yaşam kalitesi araştırmaları oldukça az sayıda çalışılmıştır. Mevcut çalışmaların büyük bir bölümü, bireylerin olumsuz yaşam tarzlarını elektronik spor faaliyetleri ile birlikte oluşturduğunu ifade etmiştir. Ancak literatürdeki bu olumsuz araştırmalar detaylı şekilde incelendiğinde bireylerin olumsuz etkilerinin çeşitli faktörlerden etkilendiği ifade edilmektedir. Aşırı kullanım, kaygı, stres ve kaçış gibi pek çok faktörün olumsuz durumlar yaratacağı ifade edilmiştir. Rasyonel kullanımda, elektronik sporların pek çok faydasının olduğu görülmektedir. Literatürde bu konuya ilişkin yapılan çalışmalar giderek artmaktadır. Araştırmamızda elektronik spor literatüründeki tek taraflı bakış açısını ortadan kaldırmak adına ortaya çıkarttığı sonucun literatüre katkı sağlayacağı görülmektedir.

Araştırmanın üçüncü sonucu, elektronik sporlara katılan bireylerin memnuniyetleri ve psikolojik iyi oluşları arasında öz yeterliliğin pozitif yönlü düzenleyici rolünün olduğu tespit edilmiştir. Öz yeterlilik kavramı elektronik sporlar açısından oldukça önemli bir kavram olarak literatürde pek çok araştırmada irdelenmektedir. Elektronik sporlar yetenek temelli bir dijital rekreasyon faaliyeti olmasından kaynaklı, bireylerin kendi becerilerine olan inancı oldukça önemlidir. Öz yeterliliği yüksek olan bireylerin elektronik spor faaliyetlerinde sosyalleşme fırsatı buldukları, ek olarak yüksek öz yeterliliğin beraberinde performansında belirleyicisi olduğu bilinmektedir. Ancak elektronik spor literatüründe öz yeterliliğin düzenleyici rolü daha önce çalışılan bir konu değildir. Bu açıdan araştırmamız literatüre farklı bir bakış açısı sağlamaktadır. Bireylerin kendi yeteneklerine olan inançları ve bir işi başara bilme yetenekleri, aktiviteden aldıkları memnuniyet ve iyi oluş arasında düzenleyici bir rol oynamakta oldu belirlenmiştir. Buda öz yeterliliği yüksek bireylerin memnun oldukları bir aktiviteden alacakları iyi oluşu arttıracaklarını ifade etmektedir. Bu açıdan yapılan araştırma literatür açısından çeşitli katkıları sağladığı düşünülmektedir.

Araştırmanın ortaya çıkarttığı sonuçlar, elektronik sporların faydalarını ortaya koymaktadır. Elektronik sporların faydalarının belirlenmesinin önemli katkılarından bir tanesi, elektronik spor turizmini sağlayacak olan kamu ve özel kurumların ön yargılı bakışı açısını gidermesi olacaktır. Oldukça kısıtlı sayıda destek bulan elektronik spor organizasyonlarının kamuoyundaki olumsuz bakış açısı sebebiyle sponsorklardan faydalanamadığı bilinmektedir. Bu açıdan özellikle psikolojik iyi oluş ve yaşam kalitesine yönelik olumlu etkilerin ifade edilmesi oldukça önemlidir. Destinasyonlarda düzenlenecek çevrimdışı elektronik spor organizasyonları bölgeye yerli ve yabancı turistlerin katılımını sağlayacak ve pek çok faydayı beraberinde getirecektir.

Beyan

Bu araştırmada kullanılan verilerin toplanabilmesi için gerekli olan etik kurul izin belgesi Akdeniz Üniversitesi Etik Kurulu 29.05.2024 tarihi ve 292 karar/sayı numarası ile alınmıştır.

KAYNAKÇA

- Abanazir, C. (2019). Institutionalisation in E-Sports, *Sport, Ethics and Philosophy*, 13(2), 117-131, DOI: 10.1080/17511321.2018.1453538
- Aktuna, H. C., & Ünlüönen, K. (2017). Yeni bir turizm çeşidi olarak elektronik spor turizmi. *Gazi Üniversitesi Turizm Fakültesi Dergisi*, (2), 1-15.
- Akyıldız Munusturlar, M. & Argan, M. (2016). *Ciddi ve Kayıtsız Boş Zaman Katılımcılarının Kişilik Özellikleri İle Boş Zaman Tatmini Ve Yaşam Tatmini Arasındaki İlişki*. “1. Baskı” Ankara: Nobel Bilimsel Eserler.
- Andereck, K. L., & Nyaupane, G. P. (2011). Exploring the nature of tourism and quality of life perceptions among residents. *Journal of Travel Research*, 50(3), 248e260.
- Anderson, J.C. & Gerbing, D.W. (1988). “Structural Equation Modeling in Practice: A Review and Recommended Two-Step Approach”, *Psychological Bulletin*, 103, 411.
- Anglim, J., Horwood, S., Smillie, L. D., Marrero, R. J., & Wood, J. K. (2020). Predicting psychological and subjective well-being from personality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 146(4), 279.
- Aypay, A. (2010). “Genel Öz Yeterlik Ölçeği'nin (GÖYÖ) Türkçe'ye Uyarlama Çalışması”, *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11, (2), 113–131.
- Baker, D. A., & Palmer, R. J. (2006). Examining the effects of perceptions of community and recreation participation on quality of life. *Social Indicators Research*, 75, 395-418.
- Bandura, A. (1977). “Self-Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change”, *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*, Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bányai, F., Griffiths, M. D., Demetrovics, Z., & Király, O. (2019). The mediating effect of motivations between psychiatric distress and gaming disorder among esports gamers and recreational gamers. *Comprehensive Psychiatry*, 94, 152117.
- Bavelier, D., & Green, C. S. (2019). Enhancing attentional control: lessons from action video games. *Neuron*, 104(1), 147-163.
- Beard J. G., & Ragheb, M. G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12(1): 20-33.
- Bulut, Ç., Duman, S., Şahin, H. M., Duman, G., & Uluç, E. A. (2021). Spor turizminde inovasyonel yaklaşımlar: E-spor. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 6(4), 396-412.
- Caldwell, L.L., 2005. Leisure and health: why is leisure therapeutic? *Br. J. Guid. Counsel.* 33 (1), 7–26.
- Camfield, L., & Skevington, S. M. (2008). On subjective well-being and quality of life. *Journal of Health Psychology*, 13(6), 764-775.
- Camfield, L., & Skevington, S. M. (2008). On subjective well-being and quality of life. *Journal of Health Psychology*, 13(6), 764-775.

- Canrinus, E. T., Helms-Lorenz, M., Beijaard, D., Buitink, J., & Hofman, A. (2012). Self-efficacy, job satisfaction, motivation and commitment: Exploring the relationships between indicators of teachers' professional identity. *European Journal of Psychology of Education, 27*, 115-132.
- Carr, A. J. & Higginson, I. J. (2001). 'Are quality of life measures patient centred', *British Medical Journal 322*, 1357-1360.
- Cella, D. F. (1994). Quality of life: concepts and definition. *Journal of Pain and Symptom Management, 9*(3), 186-192.
- Chan, G., Huo, Y., Kelly, S., Leung, J., Tisdale, C., & Gullo, M. (2022). The impact of eSports and online video gaming on lifestyle behaviours in youth: A systematic review. *Computers in Human Behavior, 126*, 106974.
- Cheng, M., Chen, L., Pan, Q., Gao, Y., & Li, J. (2023). E- sports playing and its relation to lifestyle behaviors and psychological well-being: A large-scale study of collegiate e-sports players in China. *Complementary Therapies in Clinical Practice, 51*, 101731.
- Çetiner, H., & Yayla, Ö. (2021). Aktivite bağlılığının yaşam tatmini ve yaşam kalitesi üzerine etkisi: bisiklet kullanıcılarına yönelik bir araştırma. *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, (42)*, 209-222.
- Çınar, Y. (2020). "E-sporcular ve Dijital Oyun Oynayan Bireylerin Dijital Oyun Oynama Motivasyon Düzeylerinin İncelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi.
- Dai, Y. D., Chen, K. Y., Gong, X., Zhuang, W. L., Li, A. N., & Huan, T. C. (2019). Developing Chinese tourist's leisure literacy scale from the perspective of Chinese culture. *Tourism Management Perspectives, 31*, 109-122.
- Davis, D. & Cosenza, R.M. (1998). *Business research for decision making*, Boston: PWSKent Publishing Company.
- DiFrancisco-Donoghue, J., Werner, W. G., Douris, P. C., & Zwibel, H. (2022). Esports players, got muscle? Competitive video game players' physical activity, body fat, bone mineral content, and muscle mass in comparison to matched controls. *Journal of Sport and Health Science, 11*(6), 725-730.
- DiFrancisco-Donoghue, J., Werner, W. G., Douris, P. C., & Zwibel, H. (2022). Esports players, got muscle? Competitive video game players' physical activity, body fat, bone mineral content, and muscle mass in comparison to matched controls. *Journal of Sport and Health Science, 11*(6), 725-730.
- Emhan, A., Cura, F., & Zincirkıran, Y. D. D. M. (2015). İş memnuniyeti ve öğrenme kapasitesinin örgütsel performans üzerindeki etkisi: Bankacılık sektöründe bir uygulama. *ISGUC The Journal of Industrial Relations and Human Resources, 17*(2), 92-108.
- Felce, D., & Perry, J. (1995). Quality of life: Its definition and measurement. *Research in developmental disabilities, 16*(1), 51-74.
- Guzmán, L. A., Arellana, J., Oviedo, D., Herrera, D. C., & Sarmiento, O. L. (2023). Lifting urban mobility for the poor: Cable-cars, travel satisfaction and subjective well-being. *Transportation Research Part D: Transport and Environment, 119*, 103765.
- Güven, Y. & Yavuz, E. (2018). Çalışanların Rekreatif Aktivitelere Katılım Düzeylerinin, Mutluluk ve Yaşam Kalitesi Üzerine Olan Etkisi, *Journal of Recreation and Tourism Research, 5* (2), 66-78.

- Haggard, L. M., & Williams, D. W. (1991). Self-identity benefits of leisure. *Benefits of Leisure*, 103-120.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., and Tatham, R. L. (2005). “*Multivariate data analysis* (6th ed.)”, New Jersey: Prentice Hall.
- Hamari, J. & Sjöblom, M. (2017). What is eSports and why do people watch it? *Internet Research* Vol. 27 No. 2 (211-232). DOI 10.1108/IntR-04-2016-0085
- Hampton, D., Culp-Roche, A., Hensley, A., Wilson, J., Otts, J. A., Thaxton-Wiggins, A., ... & Moser, D. K. (2020). Self-efficacy and satisfaction with teaching in online courses. *Nurse educator*, 45(6), 302-306.
- Hayday, E. J., Collison, H. & Kohe, G. Z. (2020). “Landscapes of Tension, Tribalism and Toxicity: Configuring a Spatial Politics of Esport Communities, *Leisure Studies*, DOI: 10.1080/02614367.2020.1808049
- Hemphill, D. (2005). Cybersport. *Journal of the Philosophy of Sport*, 32(2), 195-207.
- Hills, P. & Argyle, M. (1998). ‘Positive moods derived from leisure and their relationship to happiness and personality’, *Personality and Individual Differences*, 24-25.
- Hong, H. J., Wilkinson, G., & Rocha, C. M. (2023). The relationship between basic needs satisfaction, self-determined motivation, and burnout in Korean esports players. *Journal of Gambling Studies*, 39(1), 323-338.
- Houge Mackenzie, S., & Hodge, K. (2020). Adventure recreation and subjective well-being: A conceptual framework. *Leisure Studies*, 39(1), 26-40.
- Hribernik, J., & Mussap, A. J. (2010). Research note: Leisure satisfaction and subjective wellbeing. *Annals of Leisure Research*, 13(4), 701-708.
- Hribernik, J., & Mussap, A.J., (2010). Research note: leisure satisfaction and subjective wellbeing. *Ann. Leis. Res.* 13 (4), 701–708.
- Irwan, N. L. M., Mazahan, N. A. D., Rasyid, N. M., & Tengah, R. Y. (2023). General Health and Psychological Well-Being in Esports Among Adolescents and Young Adult Esports Athletes. *Jurnal Sains Sukan & Pendidikan Jasmani*, 12(2), 67-73.
- Ito, E., Walker, G. J., Liu, H., & Mitas, O. (2017). A cross-cultural/national study of Canadian, Chinese, and Japanese university students' leisure satisfaction and subjective well-being. *Leisure Sciences*, 39(2), 186-204.
- Jenny, S. E., Manning, R. D., Keiper, M. C., & Olrich, T. W. (2017). “Virtual(ly) athletes: Where eSports Fit within the Definition of “Sport.”, *Quest*, 69(1), 1–18.
- Karaküçük, S. (2008). “*Rekreasyon: Boş Zamanları Değerlendirme*”, (3.baskı). Ankara:Gazi Kitabevi.
- Karasar, N. (1999). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kartal, M. (2023). Accessibility Technologies in Esports and Their Impact on Quality of Life in People with Physical Disabilities. *International Journal of Disabilities Sports and Health Sciences*, 6(Special Issue 1-Healthy Life, Sports for Disabled people), 464-474.
- Kaya, A., Aydemir, K., & İşler, A. (2024). A controversial issue in adolescents: Is the effect of digital games on creative personality traits positive or negative?. *Archives of Psychiatric Nursing*, 49, 67-72.

- Kaya, S. (2016). The relationship between leisure satisfaction and happiness among college students. *Universal Journal of Educational Research*, 4(3), 622-631.
- Kim, H., Woo, E. & Uysal, M. (2015). "Tourism Experience and Quality of Life Among Elderly Tourists", *Tourism Management*, 46, 465-476.
- Kline, R.B. (2011). "*Principles and Practice of Structural Equation Modeling*", 3rd ed.; Guilford Press: New York, NY, USA,
- Kocadağ, M. (2020). An eSport research: psychological well-being differences of teenagers in terms of several variables. *Psychology Research on Education and Social Sciences*, 1(1), 31-39.
- Kordyaka, B., Jahn, K., & Niehaves, B. (2020). Towards a unified theory of toxic behavior in video games. *Internet Research*, 30(4), 1081-1102.
- Lapa, T. Y. (2013). Life satisfaction, leisure satisfaction and perceived freedom of park recreation participants. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 93, 1985-1993.
- Larrieu, M., Billieux, J., & Decamps, G. (2022). Problematic gaming and quality of life in online competitive videogame players: Identification of motivational profiles. *Addictive Behaviors*, 133, 107363.
- Lee, H., & Kim, J. H. (2022). The Influences of Emotional Intelligence and Psychological Well-being at e-Sports Game on Life Satisfaction. *Journal of Digital Convergence*, 20(4), 23-30.
- Lee, J. Y., An, J. W., & Lee, S. W. (2014). Factors affecting eSports audience satisfaction-The case of League of Legends. *Journal of Korea Game Society*, 14(3), 35-46.
- Liang, J., Yamashita, T., & Scott Brown, J. (2013). Leisure satisfaction and quality of life in China, Japan, and South Korea: A comparative study using AsiaBarometer 2006. *Journal of Happiness Studies*, 14, 753-769.
- Liu, H., & Yu, B. (2015). Serious leisure, leisure satisfaction and subjective well-being of Chinese university students. *Social Indicators Research*, 122, 159-174.
- Lowry, P. B., Zhang, J., Wang, C. & Siponen, M. (2016). "Why Do aAdults Engage in Cyberbullying on Social Media? An Integration of Online Disinhibition and Deindividuation eEffects with the Social Structure and Social Learning Model", *Information Systems Research*, 27(4), 962-986.
- Lowry, R., Kremer, J., & Trew, K. (2007). Young people: physical health, exercise and recreation. *Adolescence and health*, 19-40.
- Machmud, S. (2018). The influence of self-efficacy on satisfaction and work-related performance. *International Journal of Management Science and Business Administration*, 4(4), 43-47.
- Malkoç, A. (2011). Quality of life and subjective well-being in undergraduate students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 15, 2843-2847.
- Martin, S. (2017). Real and potential influences of information technology on outdoor recreation and wilderness experiences and management. *Journal of Park and Recreation Administration*, 35(1).

- Mausbach, B.T., Chattillion, E., Roepke, S.K., Ziegler, M.G., Milic, M., von Känel, R., Dimsdale, J.E., Mills, P.J., Patterson, T.L., Allison, M.A., et al., 2012. A longitudinal analysis of the relations among stress, depressive symptoms, leisure satisfaction, and endothelial function in caregivers. *Health Psychol.* 31 (4), 433–440.
- McCabe, S., Joldersma, T., & Li, C. (2010). Understanding the benefits of social tourism: Linking participation to subjective well-being and quality of life. *International Journal of Tourism Research*, 12(6), 761-773.
- Metcalf, O., & Pammer, K. (2014). “Impulsivity and Related Neuropsychological Features in Regular and Addictive First Person Shooter Gaming”, *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(3), 147e152. <http://dx.doi.org/10.1089/cyber.2013.0024>.
- Moller, V. (1992). ‘Spare time use and perceived well-being among black South African youth’, *Social Indicators Research* 26, 309–351.
- Monteiro Pereira, A., Costa, J. A., Verhagen, E., Figueiredo, P., & Brito, J. (2022). Associations between esports participation and health: a scoping review. *Sports Medicine*, 52(9), 2039-2060.
- Mouratidis, K. (2019). Built environment and leisure satisfaction: The role of commute time, social interaction, and active travel. *Journal of transport geography*, 80, 102491.
- Newzoo, (2021). *Global Games Marketing Report*
- Newzoo, (2022). *Global Games Marketing Report*
- Newzoo, (2023). *Global Games Marketing Report*
- Newzoo, (2024). *Global Games Marketing Report*
- Orme, N. (2020). *Education and recreation*. In Gentry culture in late-medieval England (pp. 63-83). Manchester University Press.
- Özgen, C., & Balçı, V. (2015). Recreational Activities in Crime Prevention and Reduction. *The Online Journal of Recreation and Sport–January*, 4(1).
- Peráčková, J., & Peráček, P. (2019). Sport for the subjective dimensions of quality of life. In *Quality of Life-Biopsychosocial Perspectives*. IntechOpen.
- Peter, S. C., Li, Q., Pfund, R. A., Whelan, J. P., & Meyers, A. W. (2019). Public stigma across addictive behaviors: Casino gambling, eSports gambling, and Internet gaming. *Journal of Gambling Studies*, 35, 247-259.
- Phoenix, T. L. (2001). Who am I? Identity formation, youth, and therapeutic recreation. *Therapeutic Recreation Journal*, 35(4), 348-356.
- Pontin, E., Schwannauer, M., Tai, S., & Kinderman, P. (2013). A UK validation of a general measure of subjective well-being: the modified BBC subjective well-being scale (BBC-SWB). *Health and Quality of Life Outcomes*, 11, 1-9.
- Poulus, D., Coulter, T. J., Trotter, M. G., & Polman, R. (2020). Stress and coping in esports and the influence of mental toughness. *Frontiers in psychology*, 11, 521465.

- Raggiotto, F., & Scarpi, D. (2023). It's not just a game: Virtual edgework and subjective well-being in e-sports. *Journal of Interactive Marketing*, 58(2-3), 185-197.
- Rastelli, C., Calabrese, L., Miller, C., Raffone, A., & De Pisapia, N. (2021). The art of happiness: an explorative study of a contemplative program for subjective well-being. *Frontiers in psychology*, 12, 600982.
- Ribeiro, Í. J., Pereira, R., Freire, I. V., de Oliveira, B. G., Casotti, C. A., & Boery, E. N. (2018). Stress and quality of life among university students: A systematic literature review. *Health Professions Education*, 4(2), 70-77.
- Rogers, A. G., & Leung, Y. F. (2023). "More Helpful Than Hurtful"? Information, Technology, and Uncertainty in Outdoor Recreation. *Leisure Sciences*, 45(7), 609-627.
- Russell, R. V. (1990). Recreation and quality of life in old age: A causal analysis. *Journal of Applied Gerontology*, 9(1), 77-90.
- Schunk, D. H. (1995). "Self-efficacy, Motivation, and Performance", *Journal of Applied Sport Psychology*, 7(2), 112-137, DOI: 10.1080/10413209508406961.
- Shulze, J., Marquez, M., & Ruvalcaba, O. (2023). The biopsychosocial factors that impact esports players' well-being: A systematic review. *Journal of Global Sport Management*, 8(2), 478-502.
- Sidhu, K. J. & Foo, K. H. (2015). "Materialism: The Road to Happiness and Life Satisfaction Among Singaporeans", *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 77-92.
- Sirgy, M.J., 2012. *The Psychology of Quality of Life: Hedonic Well-Being, Life Satisfaction, and Eudaimonia*. 50 Springer Science & Business Media, Dordrecht.
- Skevington, S. M., & Böhnke, J. R. (2018). How is subjective well-being related to quality of life? Do we need two concepts and both measures?. *Social Science & Medicine*, 206, 22-30.
- Solunoğlu, A., & Yayla, Ö. (2020). Deneyim kalitesinin memnuniyet ve yaşam kalitesine etkisi: Kırıkkale büyük şehir parkında bir uygulama. *Seyahat ve Otel İşletmeciliği Dergisi*, 17(1), 20-31.
- Türkiye Elektronik Sporlar Federasyonu (2023). <https://tesfed.org.tr/bilgi-bankasi>.
- Ural, A. & Kılıç, İ. (2005). *Bilimsel araştırma süreci ve SPSS ile veri analizi (SPSS 10.00- 12.0 For Windows)*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Wagner, M. (2006), "On the scientific relevance of eSport", in Arreymbi, J., Clincy, V.A., Droegehorn, O.L., Joan, S., Ashu, M.G., Ware, J.A., Zabir, S. and Arabnia, H.R. (Eds), *Proceedings of the 2006 International Conference on Internet Computing and Conference on Computer Game Development*, CSREA Press, Las Vegas, NV, 437-440.
- Wang, C. M., Hong, J. C., Ye, J. H., & Ye, J. N. (2022). The relationship among gameplay self-efficacy, competition anxiety, and the performance of esports players. *Entertainment Computing*, 42, 100489.
- Wang, S. (2017). Leisure travel outcomes and life satisfaction: An integrative look. *Annals of Tourism Research*, 63, 169-182.
- Warr, P. (1978). A study of psychological well-being. *British journal of Psychology*, 69(1), 111-121.

- Wheaton, B., Muthen, B., Alwin, D. F., & Summers, G. F. (1977). Assessing reliability and stability in panel models. *Sociological Methodology*, 8, 84-136.
- Whitty, M. T. & McLaughlin, D. (2007). "Online Recreation: The Relationship Between Loneliness, Internet Self-efficacy and The Use of the Internet for Entertainment Purposes", *Computer in Human Behavior*, 23, 1435-1446.
- Wilson, W. (1994). in H. P. Chudacoff, (ed.), *Major Problems in American Urban History* (Heath and Company, Lexington: DC), 29–438.
- Yıldırım, Ü., & Tamer, E. T. (2022). Elektronik spor turizmi: Elektronik spor izleyicileri üzerine bir araştırma. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 6(3), 728-743.
- Yin, K., Zi, Y., Zhuang, W., Gao, Y., Tong, Y., Song, L., & Liu, Y. (2020). Linking Esports to health risks and benefits: Current knowledge and future research needs. *Journal of sport and health science*, 9(6), 485-488.

Evaluation From A Tourism Perspective: The Effect of Electronic Sport Satisfaction on Psychological Well-Being and Quality of Life

Yiğit GÜVEN

Ankara Hacı Bayram Veli University, Institute of Postgraduate Education, Ankara/Türkiye

Extended Summary

The concept of electronic sports is seen as a new field within the scope of digital recreation activities, which has been considered as a research topic since the 2000s. Electronic sports is a dynamic activity in which individuals can compete and communicate nationally and internationally in computer-based game systems. Especially with the Covid-19 pandemic, it is seen that the number of participants has increased at a high rate. When Newzoo 2024 data is analyzed, electronic sports has become a phenomenon that appeals to large masses by reaching 1.7 billion players and a sectoral volume of 198 billion dollars by 2024 (Newzoo, 2024). With this increase, the importance of research on electronic sports activities has increased and various studies have been intensively researched since 2005.

Along with academic research, models have started to be developed to understand the users of this activity, and the benefits and harms to be provided by the participants have started to be examined in various studies. However, it has been observed that the majority of the studies conducted for the electronic sports activity, which emerged with the reflection of changing human needs on recreational activities with the development of technology, are related to the harms caused by the activity (Metcalf & Pammer 2014; Hayday, Collison, & Kohe, 2020; Lowry et al., 2016). The fact that the studies in the literature are mostly related to the negative effects of electronic sports on individuals provides a one-sided perspective. The negative perspective towards electronic sports negatively affects the desire to organize offline events. It also prevents the tourism activity that will be provided by electronic sports organizations. Tourism activities arising from electronic sports activities have provided various benefits to the regions where they are located worldwide (Aktuna & Ünlüönen, 2017). Especially for developing countries, the use of such new types of tourism is very important. Therefore, the main purpose of this article is to reveal the effect of satisfaction with electronic sports activities on psychological well-being and quality of life and the moderating role of self-efficacy. Together with the results, the aim is to provide a series of theoretical and practical implications for the generalization of electronic sports organizations by evaluating the issue from the perspective of tourism activity in the literature.

The satisfaction scale developed by Akyıldız Munusturlar and Argan (2016), the self-efficacy scale developed by Jerusalem and Schwarzer (1979), the quality of life scale developed by Kim, Woo and Uysal (2015) and the psychological well-being scale developed by Pontin et al. The scale developed for the purpose of the research was applied to university students in Eskişehir province. Data collection was carried out by the researcher by distributing the questionnaires to the students in the universities in Eskişehir province. A total of 550 questionnaires were distributed to the students. 69 questionnaires were excluded from the research due to errors and the research was continued with 481 questionnaires.

As a result of the data obtained in the research, Mahalanobis distance and kurtosis skewness values were examined before proceeding to confirmatory factor analysis and path analysis test of the hypothetical research model developed for the purpose. When the Mahalanobis distance was evaluated, 25 questionnaire forms were found to contain extreme values and were excluded from the analysis. The analysis continued with the remaining 456 questionnaire

forms. As a result of the evaluation, it was decided that the data showed a normal distribution due to the fact that the kurtosis and skewness values in all statements were in the range of -1.5 and +1.5. As a result, as a result of the satisfactory results obtained, confirmatory factor analysis and path analysis were carried out using the AMOS package program.

Before testing the model developed for the purpose, the two-stage approach proposed by Anderson and Gerbing (1988) was applied. In the context of this approach, first, confirmatory factor analysis was conducted to determine the extent to which the model overlaps with the collected data. As a result of the confirmatory factor analysis, the factor loadings of the statements were examined and it was seen that the factor loadings of two statements in the leisure satisfaction scale and four statements in the subjective well-being scale were below 0.50. For this reason, six statements were removed from the analysis and the analysis continued with 27 statements. Secondly, path analysis was conducted after confirmatory factor analysis in our study. It was determined that the fit indices obtained in the path analysis were within acceptable limits.

When the results obtained after the analyzes were evaluated, it was seen that the four hypotheses examined were accepted. Within the scope of the research, it was determined that satisfaction with participation in electronic sports positively affected individuals' subjective well-being by 59%. In the second hypothesis examined in the research, the effect of subjective well-being of individuals participating in electronic sports on their quality of life was evaluated. As a result of the analysis, it was determined that increasing the subjective well-being of individuals increased their quality of life by 20%. In another hypothesis examined in the research, the effect of satisfaction of individuals participating in electronic sports on their quality of life was tested. As a result of the analysis, it was determined that the increase in satisfaction levels of individuals participating in electronic sports positively affects their quality of life. Finally, the moderating role of self-efficacy in the relationship between satisfaction and subjective well-being was examined. After the analysis, it was seen that self-efficacy had a moderating role in this relationship. While the results were found to be compatible with some studies in the literature, they were found to be incompatible with some studies.

The study examined the effect of satisfaction levels of individuals participating in electronic sports on psychological well-being and quality of life, as well as the moderating role of self-efficacy. The findings revealed various implications from both theoretical and practical perspectives. The research has made an important theoretical contribution to the literature, which has a one-sided perspective where the harms and negative effects of the activity are intensively examined, by expressing the benefits of electronic sports. In addition, this research contributed to the theory by examining the regulatory role of self-efficacy, which is a noteworthy concept in skill-based electronic sports activities, for the first time. When the practical contributions provided as a result of the results of the research are expressed, it is stated that electronic sports activities have positive aspects and if used correctly, various benefits will arise. In this respect, it is stated that the participation of individuals with various problems in daily life will increase their psychological well-being and increase their quality of life.

Ek 1. Etik Kurul İzni

Evrak Tarih ve Sayısı: 30.05.2024-929747



T.C
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu
KURUL KARARI



TOPLANTI TARİHİ : 29.05.2024
TOPLANTI SAYISI 11
KARAR SAYISI 292

Üniversitemiz Manavgat Turizm Fakültesi Rekreasyon Yönetimi Bölümü öğretim üyesi **Doç. Dr. Özgür YAYLA**'nın yürütücülüğünü, **Yiğit GÜVEN**'in araştırmacılığını üstlendiği, "**Elektronik Sporlarda Memnuniyetin, Psikolojik İyi Oluş ve Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi: Ö-Yeterliliğin Moderatör Rolü**" konulu çalışmanın, fikri hukuki ve telif hakları bakımından metot ve ölçeğine ilişkin sorumluluğun başvurucuya ait olmak üzere, proje süresince uygulanmasının etik olarak **uygun olduğuna** oy birliği ile karar verilmiştir.

Prof. Dr. Hilmi DEMİRKAYA
Kurul Başkanı

Başkan
Prof. Dr.
Hilmi DEMİRKAYA

Başkan Yrd.
Prof. Dr.
Sibel PAŞAOĞLU YÖNDEM

Üye
Prof. Dr.
Ebru İÇİGEN

Üye
Prof. Dr.
Nurşen ADAK

Üye
Prof. Dr.
Taner KORKUT

Üye
Prof. Dr.
Gökhan AKYÜZ

Üye
Prof.
Ceren HEPYÜCEL