



**T.C.**

**TOKAT GAZİOSMANPAŞA ÜNİVERSİTESİ**

**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI**

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**SPORCU ÖĞRENCİLERDE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK, HEDEF  
BAĞLILIĞI İLE AKILCI VE SEZGİSEL KARAR VERME  
STİLLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Burak MORGAN**

**Danışman: Prof. Dr. Mehmet KARGÜN**

**TOKAT- 2025**

## ETİK SÖZLEŞME

Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü tez yazım kılavuzuna göre, Prof. Dr. Mehmet KARGÜN danışmanlığında hazırlamış olduğum “Sporcu Öğrencilerde Psikolojik Sağlık, Hedef Bağlılığı ile Akılcı ve Sezgisel Karar Verme Stilleri Arasındaki İlişki” adlı Yüksek Lisans tezinin bilimsel etik değerlere ve kurallara uygun, özgün bir çalışma olduğunu, aksinin tespit edilmesi halinde her türlü yasal yaptırımını kabul edeceğimi beyan ederim.

02/07/2025

Burak MORGAN

## TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimim boyunca sürekli yanımda olan desteğini esirgemeyen bilgisinden ve deneyiminden sürekli olarak istifade ettiğim kıymetli danışmanın Prof. Dr. Mehmet KARGÜN'e bu süreçte bana göstermiş olduğu ilgi, alaka ve özverisinden dolayı canı gönülden teşekkür ederim. Yüksek lisans eğitimim süresince yanımda olan bana maddi ve manevi tüm desteğini sunan değerleri annem Elanur MERGAN, Mesut MERGAN, Rabia DÜLGER MERGAN ve Barış MERGAN'a canı gönülden teşekkür ederim. Son olarak bugünlere gelmemde üzerimde emeği olan tüm hocalarıma saygılarımı sunar, teşekkür ederim.



## ÖZET

### SPORCU ÖĞRENCİLERDE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK, HEDEF BAĞLILIĞI İLE AKILCI VE SEZGİSEL KARAR VERME STİLLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Mergan, Burak  
Yüksek Lisans, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı  
Tez Danışmanı: Prof. Dr. Mehmet KARGÜN  
Temmuz 2025, CXV + 115 sayfa

Bu araştırma sporcu öğrencilerde psikolojik sağlamlık, hedef bağlılığı ile akılcı ve sezgisel karar verme stilleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırma nicel araştırma yöntemleri arasında yer alan korelasyonel araştırma metodu benimsenerek tasarlanmıştır. Araştırma kapsamında araştırmacı tarafından oluşturulan demografik bilgi formunun yanı sıra Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Hedef Bağlılığı Ölçeği, Akılcı ve Sezgisel Karar Verme Stilleri Ölçeği veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Araştırma'nın örneklem grubunu 158'i erkek (%58.1), 114'ü kadın (%41.9) olmak üzere toplam 272 sporcu öğrenci oluşturmaktadır. Sporcu öğrencilerin 82'si spor yöneticiliği (%30.1), 139'u antrenörlük eğitimi (%51.1) ve 51'i beden eğitimi ve spor öğretmenliği (%18.8) bölümünde öğrenim görmektedirler. Diğer yandan sporcu öğrencilerin yaş ortalaması 20.62'dir. Araştırmanın örneklem grubunun belirlenmesinde Gpower programından faydalanılmıştır. Araştırmada sporcu öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre PSÖ puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilirken HBÖ, ASKVSÖ alt boyutlarından AKV, SKV stilleri puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir. Diğer yandan HB ile PS düşük düzey pozitif yönlü anlamlı, yine HB ile AKV arasında orta düzey pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilirken HB ile SKV arasında pozitif yönlü fakat istatistiksel olarak anlamlı olmayan bir ilişki tespit edilmiştir. PS ile AKV arasında pozitif yönlü düşük düzey, PS ile SKV arasında pozitif yönlü düşük düzey istatistiksel olarak anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Yapılan regresyon analizi sonucunda kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve bağımlı değişkendeki %44,5'lik varyansın bağımsız değişkenler tarafından açıklandığı tespit edilmiştir. Diğer yandan akılcı karar vermenin hedef bağlılığı üzerinde önemli ve anlamlı bir yordayıcı olduğu fakat sezgisel karar vermenin hedef bağlılığı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcı olmadığı tespit edilmiştir. Yapılan regresyon analizi sonucunda kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve bağımlı değişkendeki %25,9'luk varyansın

bağımsız değişkenler tarafından açıklandığı tespit edilmiştir. Diğer yandan akılcı karar vermenin psikolojik sağlamlık üzerinde önemli ve anlamlı bir yordayıcı olduğu fakat sezgisel karar vermenin psikolojik sağlamlık üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcı olmadığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak; Erkeklerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu, kadınların hedef bağlılık düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu araştırmanın önemli sonuçları arasındadır.

**Anahtar Kelimeler:** Akılcı Karar Verme, Sezgisel Karar Verme, Psikolojik Sağlamlık, Hedef Bağlılığı



## ABSTRACT

### RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOLOGICAL RESISTANCE, GOAL COMMITMENT AND RATIONAL AND INTUITIVE DECISION MAKING STYLES IN STUDENTS

Mergan, Burak

Master's Thesis, Department of Physical Education and Sports

Advisor: Prof. Dr. Mehmet KARGÜN

July 2025, CXV + 115 pages

This research aims to examine the relationship between psychological resilience, goal commitment and rational and intuitive decision-making styles in student athletes. The research was designed by adopting the correlational research method, which is among the quantitative research methods. Within the scope of the research, the Brief Psychological Resilience Scale, the Goal Commitment Scale, and the Rational and Intuitive Decision-Making Styles Scale were used as data collection tools in addition to the demographic information form created by the researcher. The sample group of the research consists of 272 student athletes, 158 of whom are male (%58.1), 114 of whom are female (%41.9). 82 of the student athletes are studying in the department of sports management (%30.1), 139 of whom are studying in the department of coach education (%51.1), and 51 of whom are studying in the department of physical education and sports teaching (%18.8). On the other hand, the average age of the student athletes is 20.62. The Gpower program was used in determining the sample group of the research. In the study, a significant difference was found between the PRS score averages of the athlete students according to the gender variable, while no significant difference was found between the score averages of the GCS, RIDMSS sub-dimensions RDM, IDM styles. On the other hand, a low level positive significant relationship was found between GC and PR, and a medium level positive significant relationship was found between GC and RDM, while a positive but statistically insignificant relationship was found between GC and IDM. A low level positive statistically significant relationship was found between PR and RDM, and a low level positive statistically significant relationship was found between PR and IDM. As a result of the regression analysis, it was found that the established model was statistically significant and 44.5% of the variance in the dependent variable was explained by the independent variables. On the other hand, it was found that rational decision making was an important and significant predictor on goal commitment, but intuitive decision making

was not a statistically significant predictor on goal commitment. As a result of the regression analysis, it was found that the established model was statistically significant and 25.9% of the variance in the dependent variable was explained by the independent variables. On the other hand, it was found that rational decision making was an important and significant predictor of psychological resilience, but intuitive decision making was not a statistically significant predictor of psychological resilience. As a result; Among the important results of the study are that men have higher levels of psychological resilience than women, and women have higher levels of goal commitment than men.

**Keywords:** Rational Decision Making, Intuitive Decision Making, Psychological Resilience, Goal Commitment



## İÇİNDEKİLER

ETİK SÖZLEŞME .....	i
TEŞEKKÜR.....	ii
ÖZET.....	iii
ABSTRACT.....	v
TABLolar LİSTESİ .....	viii
KISALTMALAR .....	ix
1. GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	2
1.3. Araştırmanın Hipotezleri.....	3
1.4. Araştırmanın Önemi.....	4
1.5. Araştırmanın Varsayımları.....	6
1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	6
2. GENEL BİLGİLER.....	7
2.1. Psikolojik Sağlık .....	7
2.1.1. Risk Faktörleri .....	9
2.1.2. Koruyucu Faktörler .....	10
2.1.3. Psikolojik Sağlık ve Spor.....	11
2.1.4. Psikolojik Sağlık ile İlgili Yapılmış Çalışmalar .....	13
2.2. Hedef Bağlılığı.....	20
2.2.1. Hedef Bağlılığı ve Spor.....	22
2.2.2. Hedef Bağlılığı ile İlgili Yapılmış Çalışmalar .....	24
2.3. Karar ve Karar Verme Süreci .....	31
2.4. Karar Verme Sitilleri.....	33
2.4.1. Akılcı Karar Verme.....	34
2.4.2. Sezgisel Karar Verme .....	36
2.5. Karar Verme ve Spor.....	38
2.6. Akılcı ve Sezgisel Karar Verme ile İlgili Yapılmış Çalışmalar.....	39
3. YÖNTEM.....	46
3.1. Araştırmanın Modeli .....	46
3.2. Araştırma Grubu .....	46
3.3. Veri Toplama Araçları.....	47
3.3.1. Akılcı ve Sezgisel Karar Verme Sitilleri Ölçeği (ASKVSÖ).....	48
3.3.2. Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ).....	48
3.3.3. Hedef Bağlılığı Ölçeği (HBÖ).....	48
3.4. Verilerin Analizi .....	49
4. BULGULAR.....	51
5. TARTIŞMA VE SONUÇ .....	57
KAYNAKLAR .....	77

## TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 3. 1. Araştırma Grubu .....	47
Tablo 3. 2. Hedef Bağlılığı, Psikolojik Sağlık ile Akılcı ve Sezgisel Karar Verme Sitilleri Ölçeğine ilişkin ortalama, standart sapma, çarpıklık ve basıklık değerleri .....	50
Tablo 4. 1. PSÖ ve HBÖ ile ASKVSÖ alt boyutlarının puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre bağımsız örneklem t testi sonuçları.....	51
Tablo 4. 2. PSÖ ve HBÖ ile ASKVSÖ alt boyutlarının puan ortalamalarının spor türü değişkenine göre bağımsız örneklem t testi sonuçları.....	52
Tablo 4. 3. PSÖ ve HBÖ ile ASKVSÖ alt boyutlarının puan ortalamalarının bölüm değişkenine göre tek yönlü varyans analizi sonuçları.....	52
Tablo 4. 4. PSÖ ve HBÖ ile ASKVSÖ alt boyutlarının puan ortalamalarının sınıf değişkenine göre tek yönlü varyans analizi sonuçları .....	53
Tablo 4. 5. PSÖ ve HBÖ ile ASKVSÖ alt boyutlarının puan ortalamalarının gelir durumu değişkenine göre tek yönlü varyans analizi sonuçları .....	54
Tablo 4. 6. PSÖ ve HBÖ ile ASKVSÖ arasındaki ilişki.....	55
Tablo 4. 7. AKV ile SKV'nin HB üzerindeki yordayıcı etkisi.....	56
Tablo 4. 8. AKV ile SKV'nin PS üzerindeki yordayıcı etkisi .....	56

**KISALTMALAR**

<b>HBÖ</b>	Hedef Bağlılığı Ölçeği
<b>ASKVSÖ</b>	Akılcı ve Sezgisel Karar Verme Sitilleri Ölçeği
<b>KPSÖ</b>	Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği
<b>AKV</b>	Akılcı Karar Verme
<b>SKV</b>	Sezgisel Karar Verme
<b>APA</b>	Amerika Psikologlar Derneği
<b>TDK</b>	Türk Dil Kurumu



## 1. GİRİŞ

### 1.1. Problem Durumu

Psikolojik sağamlık psikoloji alanının son yıllarda üzerinde durduğu değişkenlerden biridir. Psikolojik sağamlık insan yaşantısının farklı birçok alanında önemli noktalardan biri olarak görülmeye başlanmıştır. Bu alanlar arasında yer alan sportif yaşantı ve öğrencilik dönemleri kişilerin yaşantılarında farklı şekillerde yer almaktadır. Sporcu öğrencilerin bu yaşantıları içerisinde karşılaşmakta olduğu veya olacağı farklı sorunlar, stresli durumlar ve zorlu süreçler olabilmektedir. Bu süreçlerde gösterilen psikolojik tepkiler bireyin zorluklar karşısında mücadele edebilme, stresli durumlarla baş edebilme gibi özelliklerinin olması ile ilişkilendirilebilir ve bireylerin psikolojik mekanizmalarının düzeylerine bağlı olabilir (Akgöl ve ark., 2024; Delehaij ve Van Dam, 2017; Yarayan ve ark., 2023; Yazıcı ve ark., 2022; Yarayan ve Gülsen, 2023; Yarayan ve ark., 2024). Kişinin kendini toparlayacak gücü bulması, zorluk veya sorunlarla baş etme ve sonunda başarılı olma kabiliyeti, stresli durumlarla karşı karşıya gelindiğinde bir güç etkeni olarak ortaya çıkan kişilik özelliği psikolojik sağamlık kavramı olarak adlandırılmaktadır (Block ve Kremen, 1996; Yılmaz ve ark., 2024; Polatçı ve ark., 2017; Güloğlu ve Kararımak, 2010; Yazıcı ve ark., 2023; Ağaoğlu ve Kargün, 2023; Sezgin, 2012; Öz ve Yılmaz, 2009; Aydın ve Egemberdiveya, 2018). Bu bağlamda ele alındığında bireyler belirlemiş oldukları hedeflere ulaşmak için farklı durumlar ve koşullarda farklı sorunlar veya zorluklarla karşılaşabilirler. Bireylerin hedeflerine ulaşabilmesi açısından bu sorun ve zorluklarla baş edebilmeli ve üstesinden gelebilmesi önemlidir. Bu doğrultuda bireylerin zorluklar, sıkıntılar, sorunlar karşısında baş edebilmesinin psikolojik sağamlıkları ile ilişkili olduğu ortaya çıkmaktadır. Diğer yandan bireyler yaşamları boyunca belirlemiş oldukları hedeflere ulaşmayı amaçlarlar. Bireyler hedeflerine ulaşırken farklı sorunlar, zorluklar ile karşılaşabilirler. Bireylerin

hedeflerine ulaşmasında etkili olan unsurlar arasında hedef bağlılığı yer almaktadır. Öyle ki hedef bağlılığı hedefe ulaşmadaki kararlılık seviyesi, hedefe ulaşmada var olan çabayı devam ettirme istekliliğine odaklanma durumu, kişinin hedefine ulaşmak amacıyla normalden daha fazla emek göstermesi, daha çok performans ortaya koyması ile açıklanabilmektedir (Naylor ve Ilgen,1984; Kingston ve Wilson, 2010; Locke ve ark., 1981). Hedef bağlılığı bu yönüyle düşünüldüğünde hedefe ulaşmak için ortaya konan emek, performans ve gayret ile ilişkilidir. Hedefe ulaşmak amacıyla ortaya koyulan emek, gayret ve performans sırasında karşılaşılan stresli durumlar, sorunlar ve zorluklar karşısında başarılı olabilmek, mücadele edebilmek ve pes etmeden hedefe ulaşmak için doğrudan veya dolaylı olarak psikolojik sağlamlık etkileyici unsurlardan biri olabilir. Çünkü zorluklar ve sorunlar karşısında bireylerin psikolojik sağlamlık düzeyleri etkileyici bir unsur olabilir. Bireyler hedeflerine ulaşmak amacıyla ortaya koymuş oldukları performans ve emek esnasında veya sonrasında oluşan zorluklar, sorunlar karşısında psikolojik tepkilerini ortaya koymaları için karar verme becerileri de bu süreç kapsamında önemli unsurlardan biri olarak görülebilir. Çünkü karar verme becerileri düşünce, mantık, kanıt, içgüdüler, hisler ve geçmiş deneyimler ile ilişkilidir (Güngör ve Özcan, 2022). Bu bağlamda araştırmanın temel problem durumu sporcu öğrencilerde hedef bağlılığı, psikolojik sağlamlık ile akılcı ve sezgisel karar verme arasındaki ilişkilerdir.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Bu araştırma sporcu öğrencilerde psikolojik sağlamlık, hedef bağlılığı ile akılcı ve sezgisel karar verme stilleri arasındaki ilişkilerin incelenmesini amaçlamaktadır. Bu bağlamda katılımcıların sosyo-demografik bilgileri ile hedef bağlılığı (HB), psikolojik sağlamlık (PS) ile akılcı ve sezgisel karar verme stilleri (ASKVS) arasındaki ilişkilerin

incelenmesi bununla beraber akılcı ve sezgisel karar verme stilleri, hedef bağıllığı ve psikolojik sağlamlık ölçekleri ve boyutları arasındaki ilişkilerin incelenmesi ve son olarak hedef bağıllığı ve psikolojik sağlamlığın akılcı ve sezgisel karar verme stilleri tarafından yordanmasına yönelik ilişkiler çalışmanın amacını oluşturmaktadır.

### **1.3. Araştırmanın Hipotezleri**

#### *1. Sosyo-demografik değişkenler ve psikolojik sağlamlık ilişkisine yönelik hipotezler*

H<sub>1a</sub> Cinsiyet değişkenine göre sporcu öğrencilerin PS puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark vardır.

H<sub>1b</sub> Spor türü değişkenine göre sporcu öğrencilerin PS puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark vardır.

H<sub>1c</sub> Gelir düzeyi değişkenine göre sporcu öğrencilerin PS puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark vardır.

H<sub>1d</sub> Sınıf değişkenine göre sporcu öğrencilerin PS puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı açıdan vardır.

H<sub>1e</sub> Bölüm değişkenine göre sporcu öğrencilerin PS puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak açıdan fark vardır.

#### *2. Sosyo-demografik değişkenler ve hedef bağıllığı ilişkisine yönelik hipotezler*

H<sub>2a</sub> Cinsiyet değişkenine göre sporcu öğrencilerin hedef bağıllığı puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark vardır.

H<sub>2b</sub> Spor türü değişkenine göre sporcu öğrencilerin hedef bağıllığı puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark vardır.

H<sub>2c</sub> Gelir düzeyi değişkenine göre sporcu öğrencilerin hedef bağıllığı puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark vardır.

H<sub>2d</sub> Sınıf değişkenine göre sporcu öğrencilerin hedef bağlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark vardır.

H<sub>2e</sub> Bölüm değişkenine göre sporcu öğrencilerin hedef bağlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark vardır.

### *3. Sosyo-demografik değişkenler ve ASKVS arasındaki ilişkiye yönelik hipotezler*

H<sub>3a</sub> Cinsiyet değişkenine göre sporcu öğrencilerin ASKVS puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark vardır.

H<sub>3b</sub> Spor türü değişkenine göre sporcu öğrencilerin ASKVS puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark vardır.

H<sub>3c</sub> Gelir düzeyi değişkenine göre sporcu öğrencilerin ASKVS puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark vardır.

H<sub>3d</sub> Sınıf değişkenine göre sporcu öğrencilerin ASKVS puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark vardır.

H<sub>3e</sub> Bölüm değişkenine göre sporcu öğrencilerin ASKVS puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark vardır.

### *4. Hedef bağlılığı, psikolojik sağlamlık ile akılcı ve sezgisel karar verme stilleri arasındaki ilişkilere yönelik hipotezler*

H<sub>4a</sub> Akılcı karar verme ve sezgisel karar verme hedef bağlılığını anlamlı şekilde yordamaktadır.

H<sub>4b</sub> Akılcı karar verme ve sezgisel karar verme psikolojik sağlamlılığı anlamlı şekilde yordamaktadır.

#### **1.4. Araştırmanın Önemi**

Bu araştırma sporcu öğrencilerin psikolojik sağlamlıkları, hedef bağlılıkları ile akılcı ve sezgisel karar verme stilleri arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlamaktadır.

Psikolojik sağamlık bir risk durumu ile karşılaşan bireyin bu durum karşısında başıma çıkma, risk durumuna karşı uyum gösterebilme gibi özellikleri ile ortaya çıkan bir kavramdır (Murphy, 1987; Connor ve Davidson, 2003). Sporcu ğrenciler bağlamında düşünüldüğünde hem sportif etkinlik veya kariyerleri hem öğrencilik yaşamlarında hedeflerine ulaşmak amacıyla yaşayacakları zaman içerinde karar verme becerileri ve psikolojik sağamlıkları önemli rol oynayabilir. Sporcu ğrenciler sporculuk ve öğrencilik yaşantılarını aynı anda sürdürürken stres, üzüntü, sıkıntı, içsel sorunlar ve tehdit gibi durumlarla karşılaşabilirler bu durumlara adapte olmaları tepki göstermeleri psikolojik sağamlıkları ile ilgilidir (Southwick ve ark., 2014). Diğer yandan bu gibi durumlara adapte ve uyum sağlarken karar verme becerilerin büyük bir önemi olduğu söylenebilir. nk karar verme bireyin karşılaştığı durum karşısında tüm alternatif seçenekler arasında amaç ve hedeflerine en uygun olanı veya birkaçını seçme sürecidir (Evren ve lengin, 1992). Bireyin karşılaştığı bir problem karşısında sorun çözme sürecinin bir basamağı olabilen bununla birlikte sorunlar kişileri zm oluşturmak için karar vermeye zorlamaktadır (Yorgancılar ve ztrk, 2022). Bu bağlamda karar verme sorunlar karşısında bireyler açısından oldukça önemlidir. Sporcu ğrencilerin hedeflerine olan bağlılıklarında psikolojik sağamlık ve karar verme stilleri önemli bir etken olarak söylenebilir. Sporcu ğrencilerin hedef bağlılıkları psikolojik sağamlıkları ile akılcı ve sezgisel karar verme stilleri arasındaki ilişkilerin ortaya konması literatüre sağlayacağı katkı, politika geliştiricilere ve eğitimcilere yönelik yönlendirici bir durumunun olması, antrenör ve sporcuların bu sonuçlar üzerinden çıkarımlar yapması ve gelecek araştırmalara yol gösterebilmesi açısından araştırma oldukça önemlidir.

### **1.5. Araştırmanın Varsayımları**

Araştırmaya katılan katılımcıların ‘‘Hedef Bağlılığı’’, ‘‘Kısa Psikolojik Sağlıklılık’’ ve ‘‘Akılcı ve Sezgisel Karar Verme Sitilleri’’ ölçeklerine verdikleri cevapların içten ve doğru olduğu varsayılmıştır.

### **1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları**

Bu tez çalışması ile olarak nicel araştırma yöntemlerinden korelasyonel araştırma deseni ile sınırlandırılmıştır. Araştırma sporcu öğrenciler örneklemi ile sınırlandırılmıştır. Diğer yandan bu tez çalışması ‘‘Hedef Bağlılığı’’, ‘‘Kısa Psikolojik Sağlıklılık’’ ve ‘‘Akılcı ve Sezgisel Karar Verme Sitilleri’’ ölçeklerine Hedef Bağlılığı’’, ‘‘Kısa Psikolojik Sağlıklılık’’ ve ‘‘Akılcı ve Sezgisel Karar Verme Sitilleri’’ ölçekleri ile sınırlandırılmıştır.

## 2. GENEL BİLGİLER

### 2.1. Psikolojik Sağlamlık

Psikoloji alanında geçmişten günümüze birçok tartışma konusu ortaya çıkmıştır. Bunlardan biri olan psikolojik sağlamlık, latince “resilire” kelimesinden türetilmiş olup, İngilizce’deki “psychological resilience” kelimesine karşılık gelmektedir. “Resiliens” kelimesi, "geri sıçramak" anlamını taşıırken maddenin esnekliğini ve eski haline dönebilmesi anlamında karşılmaktadır (Fletcher ve Sarkar, 2013; Klein ve ark., 2003). TDK Türkçe-İngilizce sözlüğünde “psikolojik sağlamlık” ifadesi Türkçe olarak "elastikiyet, esneklik, ilk hale geri gelme, kendine gelme, hastalıktan çabuk iyileşme, toparlanma" şeklinde karşılık bulmuştur (Türker, 2018). Psikolojik sağlamlık kavramı yıllarca psikoloji alanında sıklıkla tartışılan gün geçtikçe daha çok söz konusu olmuştur. Bununla birlikte insan hayatının birçok alanında kendisine yer bulmuş ve sıklıkla tartışılmıştır. Masten ve Obradovic (2006) psikolojik sağlamlık kavramının geniş bir yelpaze olduğunu, olumsuz düşünce ve duyguların yerine olumlu duygu, düşünce ve uyum sağlama olarak ifade etmektedir. Amerika Psikologlar Derneği (APA) (2015) ise duygusal, davranışsal ve zihinsel esneklik ile yaşam içerisindeki zorlu olaylara karşı uyum gösterebilme süreci ve bu sürecin sonucu olarak kavramsallaştırmıştır. Bu bağlamda ele alındığında baş edebilme çeşitleri, uyum sağlayabilme süreci, sosyal destek ve dünya inanışları gibi etkenlerin psikolojik sağlamlığı etkilediği Amerika Psikologlar Derneği (APA) tarafından belirtilmiştir (APA, 2025). Tugade ve Fredrikson (2004) ise insanların zorlayıcı yaşam koşulları, stresli olay ve durumlar, travmatik olaylar ile başa edebilme kabiliyeti olarak psikolojik sağlamlığı açıklamıştır. Yalnızca zorlu durumlar ile baş edebilme yeteneği olarak anılmayan psikolojik sağlamlık aynı zamanda insanların gelişim potansiyellerini destekleme şekli olarak da söylenebilir (Masten, 2001). Bunun

yanında insanların karşılaştığı zorluklara yönelik yaşadıkları sürecin ardından bu olaylardan daha da gelişmesi ve güçlenmesi olarak psikolojik sağlık literatürde yer almaktadır (Walsh, 2007). Psikolojik sağlık kavramı ile ilgili psikoloji alanında yapılan çalışmalar yaşam standartları, gelişen sağlık ve hayat şartları bağlamında literatürde bireylerin yaşantıları esnasında karşılaştığı zorlu koşullara verdikleri tepkilere göre şekillenmiştir. Bu bağlamda genel olarak bireylerin negatif yaşam tecrübelerinin bireyde oluşturduğu etkiden kurtulması ve normal kabul edilen yaşantılarına tekrardan dönebilme kabiliyeti psikolojik sağlık olarak adlandırılmaktadır (Korkut ve ark., 2017). Psikolojik sağlık kavramının bireylerin yaşantıları karşısında karşılaştıkları zorluklara yönelik olay öncesi esnası ve sonrası süreçlere yönelik kabiliyetleri ile ilişkili olduğu söylenebilir. Bu doğrultuda kişinin günlük yaşantısında karşılaştığı zorluklara karşı dayanıklılık göstermesi, vazgeçmeden çalışmaya devam etmesi, tecrübelerinden öğrenmesi, psikolojik bağlamda sağlam olmanın anlaşılması açısından önemli bir terimdir (Turgut ve Eraslan Çapan, 2017).

Bireylerin ani gelişen ve ortaya çıkan riskler, değişiklikler, sıkıntılar veya zorluklar karşısında başa çıkma kapasitelerini ortaya koyan psikolojik sağlık kavramı (Lee ve Cranford, 2008) aynı zamanda kişinin karşılaştığı problemler ve durumlar karşısında önemli bir görev üstlenir bu açıdan kişilerin negatif yaşantılarına yönelik uyum gösterebilme, gelişim sağlayabilme düzeyleri psikolojik sağlıkları ile ilişkilidir (Arslan, 2015). Zorlu yaşantılar karşısında kişinin olumlu şekilde uyum sağlayabilmesi, olumsuz tecrübelerden, duygusal durumlardan geri dönebilme, stresli olay veya durumlara uyum gösterme yeteneği psikolojik sağlık ile ilişkilidir (Jackson ve ark., 2007; Block ve Kremen, 1996). Psikolojik sağlık kavramının durumlar veya yaşantılar karşısında içsel süreçleri ile ilişkili olduğu ve bu tanımlardan yola çıkılarak

söylenbilir. Bu bağlamda Terzi (2008)'ye göre psikolojik sağlamlık içsel bir kaynaktır. Diğer taraftan psikoloji alanındaki çalışmalar psikolojik sağlamlığın ruh sağlığına etkisini araştıran araştırmalara göre bir şeklin elastikliği ve bununla birlikte iyileşme sürecinin hızlı olması psikolojik sağlamlık olarak adlandırılmaktadır (Greene, 2002; Gür, 2022).

### **2.1.1. Risk Faktörleri**

Sosyal yaşam içerisinde ortaya çıkan ekonomik koşullar, sosyal ilişkiler, kişiyi zorlayıcı olan her bir risk faktörü psikolojik sağlamlık için etkileyici birer etken olabilmektedir (Ergün-Başak ve Can, 2018). Risk faktörleri, kişinin gelişim dönemi gereksinimlerini karşılayamaması veya dış etkenler tarafından engellenmesiyle, istenmeyen negatif bir durumun ortaya çıkma olasılık yüzdesini arttıran veya bir problemin devam etmesine sebep olan ve pozitif tecrübelerin etkisini azaltan psikolojik, biyolojik ve sosyal tehditler olarak adlandırılabilir (Masten, 2001; Gizir, 2007; Armstrong ve ark., 2005; Rutter, 1985).

Psikolojik sağlamlıkla ilgili araştırmalar neden bazı kişiler negatif durumlara uyum sağlayıp etkilenmezken, bazılarında ise tam tersi etki gösterdiği sorusuna odaklanılmaktadır (Cicchetti ve Garnezi 1993). Psikolojik sağlamlığın ortaya çıkmasında etkili olan anahtar görevi gören durumlar zorluklar, risk faktörleri olarak belirtilmektedir (Gizir, 2007; Cicchetti, 2010). Bu durum psikolojik sağlamlığın gündeme nasıl geldiği konusunda bilgi vermektedir. Öyle ki psikolojik sağlamlık kavramının ortaya çıkmasında risk varlığı gerekmekte (Gizir, 2007) ve risk taşımayan şartlar ve durumlarda olan kişilere normal ifadesi geçerli olmakta ve bu kişilere yönelik psikolojik sağlamlık kavramından bahsedilmemektedir (Işık, 2016). Çünkü psikolojik sağlamlık her şey düzenli, yolunda veya iyiyken kendini öne çıkartan, harekete geçen bir olgu değildir (Yazıcı Çelebi, 2020).

Bireylerde psikolojik sağlamliğın ortaya çıkması veya oluşmasında önemli etkiye sahip olan unsurlardan biri ailesel etkenlerdir (Lavasani ve ark., 2011). Ebeveynlerin bireye yönelik umursamaz tutum ve davranışları, anne-babanın ayrılması, kavga etmesi, şiddet, sosyoekonomik durum, ebeveynlerin psikopatolojik sorunları veya farklı hastalıkları, ebeveynler tarafından uygulanan aşırı disiplin, istismar, evsizlik, ölüm, aile içi farklı sorunlardan kaynaklanan tartışma ve kavgalar, ebeveynlerin ocuk yetiştirme sürecine dahil olmaması veya umursamaması, ebeveynlerin yetersiz eğitim durumu ailesel risk faktörlerinin oluşmasında veya ortaya çıkmasında önemli etkileri olabilecek başlıca durumlardır (Grgan, 2006; Tebes ve ark., 2004; Hann ve Borek, 2001; Kumpfer ve Bluth, 2004; Werner ve Smith, 1992). Psikolojik sağlamliğın ortaya çıkması veya oluşmasında önemli etkiye sahip olan unsurlardan bir diğeri olan çevresel etkenler her türlü istismar, taciz, şiddet, barınma problemleri, çevresel tehlikeler, işsizlik, g, yoksulluk, şiddet olaylarına meyilli evre, sosyal çevrede yoğun şiddet olayları risk faktörleri arasında yer almaktadır (Kararımak ve Siviş, 2011; Bolat, 2013). Psikolojik sağlamliğın ortaya çıkması veya oluşmasında önemli etkiye sahip olan unsurlardan bir diğeri ise bireysel riskler olarak karşımıza çıkmaktadır. Etnik köken, kronik hastalık, kişilik problemler, cinsiyet alkol ve madde kullanımı, erken doğum gibi etkenlerden kaynaklanabilen zgven eksikliği, iletişim sorunlar, kendini ifade edememe, negatif etkili yaşam şartları ile başa çıkamama, akademik başarısızlık şeklinde ortaya çıkabilen risk faktörleri bireysel risk faktörleri olarak söylenebilir (Açıkgöz, 2016; Dilmaç-Pınar, 2020; Koçak, 2022).

### **2.1.2. Koruyucu Faktörler**

Risk faktörlerini ortadan kaldıran veya etkisi hafifleten, uyumsuz sonuçların ortaya çıkma olasılığını en aza indirgeyen, kişinin yeterlik kabiliyetlerini geliştiren ve

uyumunu arttıran faktörler koruyucu faktörler olarak kavramsallaştırılmıştır (Iwaniec, 2006). Bireylerin gündelik yaşantıları esnasında karşı karşıya geldiği negatif ve mücadele düzeyi yüksek olaylara yönelik tepkiler ve cevaplar geliştirmesi ile bunun neticesinde pozitif bir sonucun ortaya çıkması ve olumsuz sonucun etkilerinin önlenmesinde koruyucu faktörler önemli bir etkidir (Yavuz, 2023). Bir başka deyişle koruyucu faktörler gene bir şekilde negatifliğin etkisini azaltarak, toplumlar veya insanlar açısından riskli faktörlerin ortadan kaldırılmasına yardımcı olmaktadır (Ungar, 2021).

Özer (2013) psikolojik sağlık düzeyinin yükseltilebilmesinde koruyucu faktörlerin aşağıda yer alan maddelerin etkisi olabileceğini belirtmiştir;

Sorun ortaya çıkartan bir olay veya stres faktörünün tehlikelilik olasılığını minimize etmek,

-Pozitif özelliklerden özgüven ve öz saygı desteklenerek,

-Başa çıkmayı kolaylaştırmak ve duyguları düzenleyebilme kabiliyetini geliştirebilmek,

-Stres oluşturan unsurlara yönelik maruziyeti düşürmek,

-Olumlu kabul edilen kapsamlı fikir ve fırsatları çoğaltmak,

-Stres unsurlarından ötürü oluşan sorunlu ve süregelen seri olayların döngüsünü kırmak.

### **2.1.3. Psikolojik Sağlık ve Spor**

Psikolojik sağlık kavramı son yıllarda psikoloji alanında önemli bir yer edinmiş ve üzerine birçok araştırma yapılmıştır. Bununla birlikte psikolojinin alt bilim dallarında birçok araştırmaya konu olmuştur. Psikolojik sağlık kavramı yalnızca psikoloji alanıyla sınırlı kalmamış birçok farklı bilim dalı, alan ile multidisipliner alanda araştırmalara konu olmuştur. Bu bağlamda psikolojik kavramı sportif etkinlikler

içerisinde birçok farklı açıdan kendisine yer bulmuştur. Sporcuların müsabaka öncesi ve sonrasında veya müsabaka esnasında durumlara yönelik verdiği tepkiler araştırmalara konu olmuş ve psikolojik sağlamlık ile ilişkilendirilmiştir. Fiziksel aktivite ve sporun psikolojik sağlık ve ruh hali için fayda sağlayıcı, destekletici etkiye sahip olduğu, stres ve kaygı ile baş etmede önemli bir unsur olduğu bilinmektedir (Scully ve ark., 1998). Sporcuların zor olaylara, durumlar ile karşılaştığında bunların üstesinden gelmelerine yardımcı olacak olaylar aracılığıyla ve oluşturduğu süreç (Taşdemir ve Demirkan, 2022) olarak psikolojik sağlamlık kavramı sporcular için tanımlanmıştır. Sporculardan yaşadıkları baskılar ile başa çıkmalarının sağlanması için bazı psikolojik özellikleri düzenleyebilme kabiliyetine sahip olmaları beklenmektedir (Gould ve ark., 2002; Fletcher ve Sarkar, 2012). Öyle ki psikolojik sağlamlığa yönelik çalışmalar da yaşadıkları baskılara neden direnç gösterdiklerini ve bu direncin temel nedenin araştırmaktadır (Sarkar ve Fletcher, 2014). Zor durumları yaşayan ve tecrübe eden sporcular farklı birtakım bireysel kabiliyetlerini de geliştirebilecektir (Galli ve Gonzales, 2015). Sportif olarak performansı negatif şekilde etkileyen, spor ortamında negatif duygu, durum ve psikolojik özellik ile pozitif ilişki içerisinde olan kaygı kavramı tehdit edici bir olay veya durum karşısında bireyin endişe ve huzursuzluk durumu olarak tanımlanmaktadır (Reyhan ve Kolayış, 2019; Karadağ ve Aşçı, 2020). Spor ortamında başarı durumunun gerçekleşmesinde etkileyici bir unsur olarak bilinen stresi azaltma ve yönetmede etkin bir rol oynayan psikolojik sağlamlık kavramı dolaylıda olsa sporda başarıyı etkileyebilmektedir (Nicholls ve ark., 2008; Codonhato ve ark., 2018). Zorluk seviyesi ve stres düzeyi yüksek müsabakalarda yaşanan olaylılara yönelik tutumları, algılamaları, mücadele tarzları sporcularda farklılık gösterebilir (Bozgeyikli ve Şat, 2014). Sporcu bireyler stresle baş edebilmek için zihinsel kabiliyet düzeylerini arttırarak, kriz yönetimi

gibi psikolojik sağamlıklarımı etkileyici unsurları da geliştirmeleri gerekmektedir (Galli ve Gonzalez 2015). Bu literatür bilgilerinin doğrultusunda sporcularında spor ortamlarında karşılaştıkları olaylara karşı verdikleri tepikleri ve spor ortamında başarılını etkileyen faktörler ile ilişkili olan psikolojik sağamlık kavramı sporcular açısından önem arz etmektedir.

#### ***2.1.4. Psikolojik Sağamlık ile İlgili Yapılmış Çalışmalar***

Aydın ve Egemberdiyeva (2018) öğrencilerin psikolojik sağamlıklarını incelemeyi amaçladıkları ilişkisel tarama modelini benimsedikleri çalışmalarını 209 öğrenci örnekleminde yürütmüşlerdir. Araştırma sonucunda katılımcıların psikolojik sağamlık düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermemiş ancak bölüm türüne göre değişiklik gösterdiği belirtilmiştir. Ayrıca yaş ve kardeş sayısının psikolojik sağamlığın anlamlı yordayıcıları olduğunu tespit etmişlerdir. Çelik ve arkadaşları (2019) yapmış oldukları nicel çalışmalarında bireysel ve takım sporlarıyla uğraşan 13-16 yaş aralığındaki sporcuların psikolojik sağamlık seviyelerini bazı değişkenler açısından incelemeyi amaçlamışlardır. Verileri çocuk ve genç psikolojik sağamlık ölçeğinin 12 maddelik kısa formu ile topladıkları çalışmanın katılımcıları belirtilen yaş grubun da ki 108 kadın ve 99 erkekten oluşmaktadır. Çalışma sonuçları, erkek sporcuların psikolojik sağamlık seviyelerinin kadın sporculara göre daha yüksek çıktığını ifade etmişlerdir. Buna ek olarak ergen sporcuların yaşlarının arttıka psikolojik sağamlık seviyelerinin düştüğü lakin spor yapma yıllarının psikolojik seviyelerini etkilemediği sonuçlar arasında yer aldığı belirtilmiştir. Taekwondo psikolojik sağamlıkları ve öz anlayış seviyelerini cinsiyet, yaş, spor çeşitlerine göre takım sporcularıyla kıyaslamayı amaçladığı tez çalışmasında Bayrakdaroğlu (2014), en az 5 senedir bir spor ile uğraşan Muğla, Çorum, Manise ve Trabzon şehirlerinden 343 sporcu ile çalışmıştır. Verileri Öz Anlayış Ölçeği

ile Yılmazlık ölçeği ve kişisel bilgi formu ile toplanan araştırmanın sonuçları, spor türleri bakımından katılımcıların psikolojik sağlamlık ve öz anlayış arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmediğini belirtilmişlerdir. Bununla beraber cinsiyet ve yaş değişkenlerine göre yapılan kıyaslamalarda bir farklılık bulunmadığı ifade edilmiştir. Düzen ve Yazıcılar-Özçelik (2022) 1009 lise öğrencisi örnekleminde psikolojik sağlamlık ve mutluluk arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Verilerin analiz sonuçları, katılımcıların psikolojik sağlamlık ve mutluluk seviyeleri ile haftalık antrenman yapma sıklığı değişkeni arasında anlamlı farklılık tespit edilmediği belirtilirken; cinsiyet ve spor yapma durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunduğu ifade edilmiştir. Ayrıca erkek lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ve mutluluk seviyeleri kadın lise öğrencilerine göre, spor yapanların psikolojik sağlamlık ve mutluluk seviyeleri spor yapmayanlarınkine göre daha yüksek çıkmış ve öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ve mutluluk seviyeleri arasında pozitif korelasyon tespit edildiği belirtilmiştir. Ağaoğlu ve Kargün (2023) 223 sporcu öğrenci üzerine yapmış oldukları araştırma kapsamında psikolojik sağlamlık ve hedef bağlılığı arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Araştırmanın sonucunda psikolojik sağlamlık ve hedef bağlılığı arasındaki ilişkinin olumlu yönde ve yüksek düzeyde olduğunu bununla beraber psikolojik sağlamlığın hedef bağlılığının bir yordayıcı olduğu sonuçlarını belirtmişlerdir. Bryan ve arkadaşları (2019) psikolojik sağlamlığın önemini vurgulamak amacıyla yapmış oldukları sistematik çalışmada toplam 52 adet araştırmayı incelemişlerdir. Yapmış oldukları araştırmanın sonucunda psikolojik kaynaklardaki dalgalanmaların stresle başa çıkma psikolojik sağlamlık kapasitelerini etkileyebileceğine dair sonuçların olduğunu belirtmişlerdir. Covid 19 sürecinde yetişkin kişilerin psikolojik sağlamlık, fiziksel aktivite ve koronavirüs salgınına karşı verdikleri kaygı seviyelerini belirleyip arasındaki bağıntıyı incelemeyi amaçlayan Bölükbaşı ve arkadaşları (2022)

yaptıkları araştırmaya 18-66 arası yaşlarda olan 213 kadın 109 erkek olmak üzere 322 kişi katılmıştır. Yapmış oldukları araştırmanın sonucunda ise fiziksel aktivite seviyeleri ile psikolojik sağlımlıkları arasında olumlu anlamlı korelasyon saptandığı belirtilirken koronavirüs salgın kaygıları ile psikolojik sağlımlıkları arasında olumsuz anlamlı korelasyon saptandığı ifade edilmiştir aynı zamanda Covid 19'un yaşandığı pandemi döneminde araştırmaya katılanların %92'sinin fiziksel aktivite seviyelerinin düşük olduğunun tespit edildiği belirtilmiştir. Yavuz (2019) Aktif olarak görev yapan 2018-2019 sezonunda farklı branşlardaki 34,19 yaş ortalamasında 94 erkek 17 kadın toplamda 111 bedensel engelli sporcu katılımı ile gerçekleştirdiği çalışmada fiziksel engelli sporcuların birden fazla değişkenler dahilinde psikolojik sağlımlık ve zihinsel esneklik seviyelerini inceleyip bu iki özelliğin arasındaki ilişkiyi örneklem grubu dahilinde araştırmayı amaçlamıştır. Yapılan araştırmanın sonucunda ise katılımcıların zihinsel esneklik seviyelerinde cinsiyetin anlamlı farklılıklara neden olduğunu tespit edildiğini ayrıca psikolojik sağlımlıkta böyle bir fark görölmediğini belirtmiştir. Özbek ve Akyüz (2022) futbolcu kişilerin psikolojik sağlımlıklarını sosyodemografik durumlarında yaşanan değişkenlere göre incelemeyi amaçladıkları çalışmalarına 2021-2022 sezonun da faal şekilde futbol oynamakta olan 286 kadın 194 erkekten oluşan 480 kişi katılım sağlamıştır. Yapılan çalışmanın bulgularında ise katılımcıların psikolojik sağlımlık seviyelerinin medeni hali, eğitim durumu ve ailenin gelir durumuna göre farklılık olduğu bununla birlikte yaşamakta olduğu yer ve cinsiyet durumuna göre anlamlı bir değişiklik tespit edilemediği ifade edilmiştir. Spor bilimleri faköltesinde öğrenim görmekte olan öğrencilerin algıladıkları stres seviye puanlarının psikolojik sağlımlık puanlarına olan etkisini incelemek amacıyla yaptığı çalışmada Dereceli (2021) Google formları kullanarak 472 gönüllü katılımcı ile veri toplamıştır. Araştırmanın sonucunda ise

psikolojik sağlamlık ve algılanan stres seviyelerinin birbiri ile anlamlı ilişki olduğu kişinin psikolojik sağlamlığını algılanan stres dűzeyinin belirlendiği tespit edildiği ayrıca kişilerin psikolojik sağlamlığının yűkselmesinde ve sűrdűrűlmesinde strese neden olan etmenlerden uzak olmaları algılanan stresin dűřűrűlmesinde ۆnemli olacağı sonucuna varıldığı ifade edilmiştir. Yazıcı ve arkadaşları (2023) atletik bilişsel gűcűn psikolojik sağlamlık űzerindeki etkisini ve aralarındaki ilişkiyi bazı değişkenlerle incelemeyi amaçladıkları çalışmayı 138 kadın ve 324 erkekten oluşan 462 spor yapan ۆđrenci katılımcı ile gerçekleştirmişlerdir. Kısa dayanıklılık ve atletik zihinsel enerji (AMES) ۆleđi kullandıkları araştırmanın sonucunda ise erkeklerin psikolojik sağlamlık ve AMES (sakinlik) alt boyut puan ortalamalarının kadınlardan daha fazla bulunduğu AMES (motivasyon) alt boyutunda ise kadınların puan ortalamalarının erkeklerin puan ortalamasından daha fazla bulunduğu tespit edildiği belirtilmiştir. Gençođlu ve Namlı (2020) 68 kadın 36 erkekten oluşan 104 ۆđrenci ile yaptıkları çalışmada psikolojik dayanıklılık ve empati seviyelerini araştırmayı amaçlamışlardır. Çalışmanın bulgularında ise kadın ۆđrencilerin psikolojik dayanıklılık seviyelerinin erkek ۆđrencilere gۆre daha fazla olduğunu saptamışlar ayrıca 1. Sınıf ۆđrencilerin sosyal beceri seviyelerinin 2. Sınıflardan daha yűksek olduğu sonucuna varıldığı ifade edilmiştir. Spor lisesinde ۆđrenim gۆren ۆđrencilerin algılanan sosyal dayanak, psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyum seviyeleri ve aralarındaki bağıntıyı araştırmayı amaçladıkları çalışmada Yıldızhan ve Demir (2024) nicel araştırma yۆnetimini kullanmışlardır. Araştırmanın sonucunda ise katılımcılardan erkek ۆđrencilerin yaşam doyum seviyelerinin kadın ۆđrencilerin yaşam doyum seviyelerinden daha fazla olduğu ayrıca spor lisesinde ۆđrenim gۆren ۆđrencilerin yaşam doyumlarının ve psikolojik dayanıklılıklarının spor çeşidine gۆre değişmediği sonucuna varıldığı ifade edilmiştir. Hitit űniversitesi spor bilimler fakűltesinde ۆđrenim

gören 450 katılımcı ile yaptıkları çalışmada Taşdemir ve Demirkan (2022) katılımcıların psikolojik dayanıklılık ve algıladıkları stres seviyelerinin birbiri ile olan ilişkisini araştırmayı amaçlamışlardır. Araştırmanın bulgularında ise katılımcıların yaş, cinsiyet ve spor türüne bakıldığında psikolojik dayanıklılığı fazla olan kişilerin algıladıkları stres seviyelerinin az olduğu belirtilmiştir. Dinçe (2021) yapmış olduğu yüksek lisan tezini elit seviye taekwondocuların benlik saygısı ve psikolojik sağlık seviyelerini demografik farklılıklara göre analiz edip birbirileri ile olan ilişkisini belirlemeyi amaçladığı çalışmasında ilişki koruma modelini kullanarak 222 milli sporcunun gönüllü katılımı ile gerçekleştirmiştir. Araştırmanın sonucunda ise benlik saygısı orta seviyede olan katılımcıların psikolojik sağlıklarının fazla olduğunun tespit edildiği ifade edilmiştir. Kara (2021) yapmış olduğu doktora tezinde spor yapan öğrencilerin psikolojik dayanıklılık ile algılanan stres arasındaki bağıntısını karşı koyma planları, bilinçli farkındalık ve algılanan sosyal destek ile hipotetik yöntemde test edilip bu yöntemi cinsiyet ve spor branşı değişkenliği açısından incelemeyi amaçlamıştır. Çalışmasını nicel ve nitel araştırma modeli kullanılarak yapmıştır. Araştırmanın bulgularında ise bu testin kısmen kanıtlandığı bu bağlamda spor yapan öğrencilerin psikolojik dayanıklılık ve algılanan stres bağıntısında sorun odaklı başa çıkma, algılanan sosyal dayanak ve bilinçli farkındalıklarının etken olduğu belirtilmiştir. Özdemir (2019) elit seviye sporcuların psikolojik sağlıklarını birbirinden farklı değişkenler ile araştırmayı amaçladığı çalışmasında betimsel tarama modelini kullanmıştır. Çalışmanın verilerini birbirinden farklı spor branşlarından 68 kadın 79 erkekten oluşan 147 milli sporcudan elde etmiştir. Araştırmanın bulgularında ise elit seviye sporcuların cinsiyet, branş, doping kullanma yönelimi ve kendisiyle konuşma yapıp yapmamasının psikolojik sağlığı farklılaştırdığı fakat yaşına göre bir farklılaşma olmadığı sonucuna varıldığı ifade

edilmiştir. Özkara ve arkadaşları (2016) 331 katılımcı ile yaptıkları çalışmalarında öğretmen adaylarının psikolojik sağlık ve fiziksel aktivite tecrübelerini birbiri arasındaki farklılıklara göre incelemeyi amaçlamışlardır. Araştırmanın sonucunda ise fiziksel aktivitenin psikolojik birçok faydasının olduğu bununla birlikte öğretmen adaylarının fiziksel aktivite tecrübelerinin psikolojik sağlığına etkisi olduğu belirtilmiştir. Spor bilimleri fakültesinde okuyan öğrencilerin psikolojik sağlık seviyelerini birtakım değişkenlere göre araştırmayı amaçladıkları çalışmalarında Öntürk ve arkadaşları (2020) veri toplamak için kişisel bilgi formu ve yılmazlık ölçeği kısa formunu kullanmışlardır. Düzce üniversitesi spor bilimleri fakültesinde okuyan 200 katılımcı ile yaptıkları çalışmalarının bulgularında ise katılımcının sınıfı, spor yaşı ve ikamet değişkenlerinin yılmazlığı farklılaştırabileceği bununla birlikte spor yaşının istenmeyen yönde yılmazlığa etki ettiği ifade edilmiştir. Sarkar (2017) yaptığı çalışmada psikolojik sağlığın literatürdeki tanımsal gelişmesini incelemeyi ve elit spor araştırmalarında yaşanan ilerlemeyi incelemeyi amaçlamıştır. İki ana bölüme ayırarak yaptığı çalışmanın sonucunda ise var olan psikolojik sağlık kuramlarını birbiri ile karşılaştırmış ortaya çıkan çıkarımları tartışmıştır.

Küçük Kılıç (2021) 104 katılımcı ile gerçekleştirdiği çalışmada karate ile uğraşan sporcuların psikolojik sağlık ve stresle başa çıkma planlarını demografik farklılıklara göre araştırmayı amaçlamaktadır. Araştırmanın sonucunda ise yaş ile psikoloji sağlık ilişkisinde orta seviyede olumlu bir korelasyon saptarken psikolojik sağlık ve çaresiz yaklaşım ÖSÖ alt boyu ilişkisinde olumsuz ve orta seviye anlamlı korelasyon tespit edildiğini belirtmiştir. Bingöl ve Bayansalduz (2016) yaptıkları çalışmada birbirinden farklı spor branşları ile uğraşan sporcuların psikolojik sağlıklarını ve egzersiz bağımlılık seviyelerini spor branşı, cinsiyet ve spora katılım

durumlarını bireysel ve takım sporlarına göre incelemeyi amaçlamışlardır. En az beş sene spor yapan 777 katılımcı ile yaptığı çalışmalarından veriyi iki farklı ölçek ile elde etmişlerdir. Araştırmanın bulgularında ise bağımlılık seviyeleri ve psikolojik dayanıklılıklarında katılımcıların cinsiyetine göre anlamlı bir fark olmadığını tespit etmişlerdir ayrıca egzersiz bağımlılığında spor branşı değişkenine göre anlamlı farklılık olduğunu ifade etmişlerdir. Biricik ve Sivrikaya (2020) spor bilimler fakültesinde okuyan öğrencilerin benlik saygı seviyelerini ve psikolojik sağlıklarını farklı değişkenlere göre araştırmayı amaçladıkları çalışmalarını 278 katılımcı ile gerçekleştirmişlerdir. Araştırmanın bulgularında ise cinsiyet farklılıklarına göre katılımcıların psikolojik sağlamlık ölçeği puanında anlamlı farklılık tespit etmişlerdir ayrıca oluşan farklılıkların erkek katılımcıların avantajına olduğu sonucuna varıldığı belirtilmiştir. Spor bilimleri fakültesinde okuyan öğrencilerin psikolojik sağlamlık seviyelerini ve psikolojik sağlamlık seviyelerinde belirlenen ortalama puan değişikliklerini bulmayı amaçladıkları çalışmalarında Salih ve arkadaşları (2023) anket yöntemi kullanıp betimsel bir yaklaşımı benimsemişlerdir. Spor bilimleri fakültesindeki bölümlerden 68 öğrenci ile yaptıkları çalışmanın bulgularında ise fakülte içindeki üç bölüm arasında istatistiksel anlamlı farklılıklar tespit etmişler ayrıca eğitim bölümünde okuyanları daha yüksek puana sahip olduğu sonucu elde edildiği ifade edilmiştir. Adıgüzel ve arkadaşları (2022) yaptıkları çalışmada aktif olarak spor yapan bireysel ve takım sporcularının psikolojik sağlamlık seviyelerini araştırmak amacıyla yaptıkları çalışmalarını 230 takım sporcusu 166 bireysel sporcunun gönüllü katılımı ile gerçekleştirmişlerdir. Araştırmanın bulgularında ise katılımcıların psikolojik sağlamlık seviyelerinin puanlarına bakıldığında ortalama daha fazla psikolojik sağlamlık puanlarının buldukları tespit edilmiştir. Cinsiyetlerin farklılıklarına göre gruplar karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit

edilmediği belirtilmiştir. Bar (2016) yapmış olduğu doktora tezinde ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin spor faaliyetlerine katılımın psikolojik sağlamlık ve akademik ertelemeye olan etkisini araştırmayı amaçlamışlardır. Katılımcıları ise 85 öğrenciye uyguladıkları psikolojik sağlamlık ve akademik erteleme ölçeğinde en yüksek ve en düşük puana sahip 40 öğrenciyi deney grubuna alarak seçmişleridir. Araştırmanın sonucunda ise spor faaliyetlerine katılımın öğrencilerin psikolojik sağlamlık seviyelerini yükselttiği ayrıca akademik ertelemenin azaldığının tespit edildiği ifade edilmiştir. şar (2016) yaptığı araştırmada spor bilimleri fakóltesi ve eğitim fakóltesinde öğrenim gören öğrencilerin psikolojik sağlamlık seviyelerini ve kişilik düzeylerini inceleyip ikisinin birbiri ile olan farklılıklarını bulmayı amaçlamıştır. İlişkisel tarama yöntemini kullandığı çalışmasını 365 katılımcı ile gerçekteşirmiştir. Araştırmanın bulgularında ise Spor bilimleri ve Eğitim fakóltesi öğrencilerinin anne ve baba davranışları, spor yapma imkânı, spor yaptığı yılı, branşı yemek yeme düzenleri ve akademik başarılarına bakıldığında psikolojik sağlamlık puanlarının anlamlı seviyede değişme olduğu tespit edildiği belirtilmiştir.

## **2.2. Hedef Bağlılığı**

Zaman içinde kişinin özgün bir hedefini gerçekteşirmesine yönelik anlamlı çabalarının genişlemesini ima eder bununla beraber gerçekte hedeften vazgeçme veya bırakma konusundaki durumu bağlılık kavramı olarak açıklanmaktadır (Campion ve Lord, 1982). Hedef ise düşüncelerin detaylı bir şekilde belirtilmesi olarak tanımlanmaktadır (Orlich ve ark. 2010). Kişinin amaçlamış olduğu hedefe ulaşabilmesine yönelik ne şekilde veya nasıl hamleler yapması gerektiğini açıklayan durum ise hedef belirlemedir (Bovend'eerd't ve ark, 2009). Hedef bağlılığı açısından önemli bir kavram olan hedef belirleme bir başka açıdan ise belirli bir dönem içerisinde belirli bir yeterlilik

düzeyine ulaşılması olarak kabul edilmektedir (Locke ve ark, 1981). Hedef belirlemenin hedef bağlılığı açısından önemine yönelik çalışmalar incelendiğinde Locke ve Latham (1990) bireylerin hedef belirlemeye katılımlarının yüksek hedef bağlılık düzeylerini ortaya çıkardığı ve performansı artırması ile ilişkili olduğunu belirtmişlerdir. Kişinin hedef belirlemesi hedefe ulaşmada tek başına yeterli olmadığı bu hedef ulaşabilmek için aynı zamanda, hedefe bağlı olması gerekmektedir. (Locke ve Latham, 1984).

Weldon ve Weingart (1993) bireylerin hedeflerine yönelik bağlılıklarının genel olarak beklenti değerleri çerçevesinde anlaşılabilirliğini belirtmişlerdir.

Bir kişinin hedeflerine ulaşabilmesinde ortaya koyduğu bağlılık kavramının hedef bağlılığı ile ilişkili olduğu belirtilmiştir (Atkinson, 1983). Hedef bağlılığı, bir hedefe ulaşma yolundaki kararlılığı, çabayı, azmi ifade ettiği belirtilmiştir (Locke ve ark., 1981; Hollenbeck ve Klein, 1987; Locke ve Latham, 1990). Bir başka tanımda Kingston ve Wilson (2010) hedef bağlılığının bireysel olduğunu bununla birlikte bireyin şahsı adına önemli gördüğü bir hedef için ekstra performans ortaya koyması olarak tanımlamışlardır. Naylor ve Ilgen (1984) ise bireyin bir hedefe yönelik çabayı devam ettirmesi ve zamanla zor görünen bir hedefe yönelik başarı istekliliğinin ortaya konmasını hedef bağlılığı ile ilişkilendirmiştir.

Kişilere eşit düzeyde zorluk seviyesindeki hedefler verildiğinde, bu hedeflere en yüksek bağlılık düzeyine sahip kişilerin bağlılık düzeyleri daha düşük olanlara göre daha iyi performans ortaya koydukları belirtilmiştir (Klein ve Kim, 1998; Klein ve Wright, 1994).

Locke (1969) hedeflerin gerçekleştirilmesi süreci boyunca önemli etkenler olarak belirttiği temel unsuları:

- Görev
- Amaç
- Üretim miktarı veya minimum iş
- Kabul edilebilir standartlarda bir davranış
- Zaman aralığı
- Performans durumunu değerlendirebilmek için bazı ölçütler

Bu temel unsurlar bireylerin hedeflerine ulaşmasında etkili olabilecek temel yapı taşları olarak kabul edilmektedir. Bununla beraber Locke ve arkadaşları (1988) hedef bağlılığının belirleyici unsurlarını birkaç başlık altında belirtmişlerdir. Hedef bağlılığının belirleyicileri şu şekildedir:

- Beklenti, içsel ödülleri kapsayan iç etkenler
- Katılım ve rekabet gibi etkileşimli etkenler
- Akranların etkisi, dışsal ödüller ve otoritenin durumu gibi dış etkilendir.

Bu etkiler hedef bağlılığının belirleyici unsurlarındandır. Hedef bağlılığının sürdürülebilmesi, hedefe varılması gibi etkilere sahip olan hedefin belirleyici unsurları ve hedefin gerçekleştirilmesinde etkili olan unsurlar hedefler açısından oldukça önemlidir.

### **2.2.1. Hedef Bağlılığı ve Spor**

Spor ortamında sporcuların performanslarında etkili olabilecek birçok unsur mevcuttur. Bu unsurlar fizyolojik, biyolojik, psikolojik şekillere ortaya çıkabilir ve sporcunun performansı üzerinde etkileyici bir rol üstlenebilir. Sporcuların spor ortamında performanslarını etkileyebilecek unsurlardan biri olan psikolojik unsurlar çok çeşitli şekillerde sporcular üzerinde etkileyici bir role sahip olabilirler. Genel anlamda psikolojik

unsurlardan kabul edilen hedef bağıllığı kavramı ise bunlardan biridir. Spor psikolojisi alanında üzerinde oldukça önemli tartışmalar yapılan hedef bağıllığı kavramı sporcuların spor ortamında performanslarını, başarı ve başarısızlıklarını etkileyebilecek unsurlardan biri olabilir. Sporcuların hedeflerini terk etmeme kararlılıkları, hedefe ulaşma kararlılıkları ve hedeflerinin önemi hedef bağıllığın temel unsurları olarak söylenebilir (Chen ve ark., 2009). Bir diğer açıdan ise kendine hedefler koyarak performanslarını yükseltme niyetleri, performans arttırmak için dizayn edilmiş önemli bir strateji olarak sporcular tarafından oluşturulduğu belirlenmiştir (Horn, 2008).

Bir sporcunun hedefi, sporcunun kendi yeterliliğini, yeteneklerini ve potansiyellerini ne derece gördükleri hakkında önemli bir bilgi kaynağı olabilir (Duda ve Treasure, 2010). Sporcuların hem bireysel kariyerleri açısından hem takım sporlar açısından önemli bir yeri olan performans kavramı spor ortamında oldukça önemlidir. Çünkü hedef bağıllık düzeyleri yüksek olan kişiler önceden belirledikleri performans hedeflerini benimser ve karşılaşılabilecekleri muhtemel zor süreçlere rağmen amaçlarında oldukça kararlılardır (Tubbs, 1993). Sporcuların performansının artmasına katkı sağlayan hedef bağıllığı düzeyi düştükçe kişinin performansı düşebilmektedir. Bu doğrultuda kişinin hedeflerini belirlemesi ve hedeflerine bağıllığının kararlı bir şekilde devam etmesi kişinin yüksek performans ortaya koymasına olanak sağlayabilmektedir (Locke ve Latham, 2009). Başarı motivasyonunun etkenlerinden biri olarak sporcuların hedeflerine yönelik ortaya koymuş oldukları bağıllık söylenebilir (Duda, 1989). Diğer yandan hedefleri sürece ve performansa odaklanan hedefler biçiminde ikiye ayrılmaktadır. Süreç hedefleri yarışmaya yönelik odaklanmayı, performans hedefleri ise daha önceki performans düzeyinin üzerinde bir seviye yakalamaya odaklanan hedef biçimleridir (Weingart, 1992). Planlı bir şekilde gerçekleştirilen hedef belirleme işlemi sporcuların

sorunları ortadan kaldırma konusunda önemli katkılar sağlar (Weinberg ve Gould, 1995). Sporcuları yalnızca bir yönden etkilemeyen, birden çok şekilde etkileyen hedefler sporcuların antrenman esnasında odaklanacak bir şey sunar ve bu sporcuların duruma odaklanmasını ve ilerlemelerini görmelerinde önemli bir gösterge olarak kullanılabilir (Borders, 2009). Sporcuların hem bireysel performansında hem takımın performansı üzerinde hedef bağlılığın önemli derece etkili olduğu araştırmacılar tarafından belirtilmiştir (Klein ve ark., 1999; Aube ve Rousseau, 2005). Sporcular açısından oldukça önemli olan başarı, başarısızlık, performans gösterme durumları ile hedef belirleme, hedef bağlılığı, hedefler arasındaki ilişki spor ortamlarında oldukça değerlidir. Bir sporcunun hedeflerine ulaşmasının ardından elde etmiş olduğu başarı duygusunun kıymeti, hedefin sporcu tarafından önemi ve ne derecede başarıldığına göre verilir.

### ***2.2.2. Hedef Bağlılığı ile İlgili Yapılmış Çalışmalar***

Jeong ve arkadaşları (2023) sporcularda hedef belirleme üzerine yapmış oldukları sistematik incelemede toplam 27 adet çalışmayı dahil etmişlerdir. Yapmış oldukları araştırmanın sonucunda hedef belirleme teorisinde önerilen hedef özellikleri ve moderatörler etrafında tutarsız bir uygulama ve teorileştirmeyi destekleyen karışık kanıtların olduğunu belirtmişlerdir. Krommidas ve arkadaşları (2024) yaptıkları çalışmalarında bireysel amaçların ve hedef bağlılığının voleybol sporcularına olan etkilerini incelemeyi amaçlamaktadırlar. Çalışmalarını Voleybol sporcusu olan 40 gönüllü katılımcı gerçekleştirmişlerdir. Araştırmanın bulgularında ise bireysel hedefler koymanın sporda performansı yükselteceği fakat hedef bağlılığını yükseltmediği belirtilmiştir. Spor bilimleri fakültesinde okuyan öğrencilerin psikolojik sağlık ve hedef bağlılık seviyelerini farklı değişkenlere göre araştırmayı amaçladığı çalışmalarında Altungül ve arkadaşları (2023) betimsel tarama metodunu kullanmışlardır. Araştırmanın

sonucunda ise katılımcıların yaş, cinsiyet ve spor branşlarının hedef bağlılığı ve psikolojik sağlamlıklarına etki etmediği, psikolojik sağlamlığın gelir seviyesi yüksek olan kişilerde daha yüksek olduğu fakat gelir düzeyinin hedef bağlılığına bir etkisi olmadığı belirlendiği ifade edilmiştir. Bingöl ve Bingöl (2020) yaptıkları çalışmada spor bilimlerinde okuyan 346 öğrenci ile yaptıkları çalışmalarında hedef bağlılık ve öznel mutluluk seviyelerinin bazı farklılıklara göre araştırmayı amaçlamışlardır. Araştırmanın sonucunda ise katılımcıların öznel mutluluk seviyelerinin cinsiyete göre farklılaştığı ayrıca hedef bağlılık seviyelerini ise spora katılıma göre farklılaştığı görüldüğü belirtilmiştir. Oryantiring sporcularının hedef bağlılığı ve karar verme stilleri arasındaki bağıntıyı incelemeyi amaçladıkları çalışmalarında Çağlayan Tunç ve Erdoğan (2023) çalışmayı İzmir ilinde lisans ve lisansüstü eğitimi gören 401 katılımcı ile gerçekleştirmişlerdir. Çalışmanın sonucunda ise eğitim seviyelerine göre ölçek alt boyutlarında ve toplam puan ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı seviyede farklılık olduğu üç puan ortalamasında da lisans seviyesindeki ortalamaların lisansüstündekilere göre daha fazla olduğu belirtilmiştir. Çakıcı ve arkadaşları (2023) yaptıkları çalışmalarında sporcuların hedef bağlılıkları ve üniversite ortamlarının birbiri ile olan bağıntısını araştırmayı amaçlamışlardır. Araştırmanın bulgularında ise sporcuların hedef bağlılığı ile üniversite ortamlarının anlamlı bir farklılık içerisinde olmadığını saptamışlar ayrıca spor yükseköğretim okullarında öğrenim gören sporcu öğrencilerine faaliyet ve tesis konusunda destek vermesi önemli olduğu belirtilmiştir. Hedef bağlılığı ve motivasyonel ikliminin sporcu ve antrenör bağıntısı üzerine etkisini incelemeyi amaçladığı çalışmada Aydın (2019) araştırmasını 160 faal futbolcu ile gerçekleştirmiştir. Araştırmanın bulgularında ise katılımcıların antrenör ile sporcu bağıntısı alt boyutu arasında bulunan karşılıklı anlayış ve hedef yönünde iletişim kurabilme ile hedef bağlılık

seviyeleri ve motivasyonel iklim alt boyutları arasında bulunan performans durumunda olumlu anlamlı bir bağıntı tespit edildiği ifade edilmiştir. Günel ve Duyan (2021) yaptıkları çalışmada Spor Bilimleri fakültesinde okuyan öğrencilerin psikolojik sağlık ve hedef bağlılığı seviyelerini araştırmayı amaçlamıştır. Nicel araştırma yöntemi kullandıkları çalışmalarını 304 katılımcı ile gerçekleştirmişlerdir. Araştırmanın bulgularında ise psikolojik seviyelerinin fazla, hedef bağlılık seviyelerinin orta seviyede olması analiz edilmiştir bununla beraber düzenli olarak spor yapan katılımcıların karşılaştıkları güçlüklerle karşı psikolojik anlamda daha sağlam olduklarını ve stres durumunda daha dirençli bulunduğu ifade edilmiştir. İbili ve arkadaşları (2024) yaptığı çalışmada Üniversitelerin Spor Bilimleri fakültelerinde okuyan öğrencilerin duygusal zekâ ve fiziksel aktivite seviyelerinin hedef bağlılığına olan etkisini incelemeyi amaçlamışlardır. Araştırmanın bulgularında ise katılımcıların cinsiyetlerine göre hedef bağlılık, fiziksel aktivite ve duygusal zekalarının farklılaşmadığı ayrıca aktif sporcu olanların fiziksel aktivite seviyelerinin yapmayanlara göre anlamlı seviyede fazla olduğu belirtilmiştir. Katılımcıların psikolojik sağlık ve hedef bağlılık seviyelerinin birbiri ile bağıntısını araştırmayı amaçlayan başka bir çalışmada Kaya ve Şahinler (2024) araştırmalarını Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda okuyan 332 öğrenci ile gerçekleştirmişlerdir. Araştırmanın bulgularında ise spor yüksekokulunda okuyan öğrencilerin HB ve PSÖ seviyeleri arasında zayıf olumsuz bir bağıntı olduğu belirtilmiştir. Özbek ve Aydoğan (2024) yaptıkları çalışmada üniversite öğrencilerinin spor yapıp yapmama durumlarına göre psikolojik sağlık ve hedef bağlılık seviyelerini farklı değişkenlere göre incelemeyi amaçlamışlardır. Araştırmanın bulgularında ise katılımcılardan erkek öğrencilerin psikolojik sağlık ve hedef bağlılık seviyelerinin kız öğrencilere göre dördüncü sınıfta okuyan öğrencilerin psikolojik sağlık ve hedef

bağlılık seviyelerinin üçüncü sınıfta okuyan öğrencilere göre anlamlı seviyede fazla olduğu belirtilmiştir. Özcan ve Göral (2020) yaptıkları çalışmada bireysel ve takım sporu yapan sporcuların duygusal zekâ ve hedef bağlılıklarının birbiri ile olan bağıntıyı incelemeyi amaçlamışlardır. Çalışmalarını Spor Bilimleri fakültesinde okuyan Ege bölgesindeki 6 üniversiteden lisanslı olan 427 sporcu ile gerçekleştirmişlerdir. Araştırmanın bulgularında ise takım sporu ve bireysel sporlar ile uğraşan kadın sporcuların duygusal zeka ve hedef bağlılığı puanlarının ortalamalarının erkek sporculardan daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Süleymanoğulları ve arkadaşları (2021) spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin hedef bağlılık seviyelerinin bazı değişkenlere göre incelemeyi amaçladıkları çalışmalarını 348 katılımcı ile gerçekleştirmişler. Araştırmanın sonucunda ise öğrencilerin hedef bağlılık seviyeleri ile aile durumları, yaşları, aileleri ile yaşadığı yerler ve okuduğu bölümün daha öncesinde hedeflendiği veya hedeflenmediği durumlar arasında anlamlı farklılaşma olmadığı belirtilmiştir. Yılmaz ve arkadaşları (2024) çalışmalarını 296 katılımcı ile gerçekleştirmişlerdir. Araştırmanın sonucunda ise katılımcıların cinsiyet değişkenlerine göre hedef bağlılık, psikolojik dayanıklılık ve sporcu öz yeterliği arasında anlamlı fark bulunmadığı ayrıca katılımcıların ilgi duydukları spor türü değişkeni ile sporcu öz yeterlilik alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı fark bulunduğu ifade edilmiştir. Aube ve arkadaşları (2014) yaptıkları çalışmada psikolojik durum takım hedefine bağlılık ve takım performansının birbiri ile olan bağıntısını test edip akış şeması ile ilgili bilginin ilerlemesine katkıda bulunmak amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın sonucunda ise akış tecrübesinin ekip performansı ile olumlu anlamda bağıntısı olduğu belirtilmiştir. Tapşın ve arkadaşları (2023) 219 katılımcı ile yaptıkları çalışmalarında kişilerin serbest anlarında spor tesislerine giderken hedef bağlılıklarını, mental sağlıklarını ve vücutlarından hoşnut

olma durumunu incelemeyi amaçlamışlardır. Araştırmanın sonuçlarında ise serbest anlarında spor tesislerine giden kişilerin bedeni beğenme ölçeği bulgularında cinsiyet değişkenlerine bakıldığında erkeklerin, eğitim durumu değişkeninde üniversiteyi bitirenlerin, yaşlara bakıldığında ise 25-31 ile 32 yaş üstünde bulunanların, spor tesisinde haftada 3 günden fazla gidenlerin spor tesisine zaman geçirmek için gidenlerin ve sağlık için gitmekte olanların lehine anlamlı bir fark görüldüğü belirtilmiştir. Şenel ve Yıldız (2016) yaptıkları çalışmanın sonucunda hedef bağlılığı ölçeğini Türkçe şeklinin spor alanında okuyan öğrencilerde geçerli ve güvenilir olarak söylenebilir olduğunu ifade etmişlerdir. Salim (2018) yapmış olduğu yüksek lisans tezinde problem çözme becerisi ve hedef bağlılığını oryantiring sporcularında incelemeyi amaçlamıştır. Gönüllü olarak katılan 145 oryantiring sporcusu ile yaptığı çalışmanın bulgularında ise edinilen ortalama değerlere göre problem çözme becerisinin erkek sporcularda kadın sporculara göre daha iyi olduğunun söylenebileceğini ifade etmişlerdir. Kara (2022) yapmış olduğu çalışmasında bilek güreşi ile uğraşan sporcuların temel psikolojik ihtiyaçlarının, algılanan performans ve hedef bağlılığına olan bağıntısını araştırmayı amaçlamıştır. Araştırmanın sonucunda ise katılımcıların cinsiyet değişkeni ve milli olmalarına göre temel psikolojik puanlarında anlamlı farklılık bulunduğunu ifade etmiştir. Devlet okulu ve özel okullarda istihdam edilen beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin hedef bağlılığı ve duygusal zekâ seviyelerini belirleyip bazı demografik unsurlara göre bu iki değişkenin birbiri ile olan farklılıklarını incelemeyi amaçladığı çalışmasını Aydın (2024) 200 katılımcı ile gerçekleştirmiştir. Araştırmanın sonucunda ise katılımcıların duygusal zeka ve hedef bağlılığı seviyelerinin demografik faktörlerin değişkenliğine göre anlamlı farklılığı gösterdiği ifade edilmiştir. Özkul (2022) üniversitede öğrenip görüp spor yapan öğrencilerin duygusal zekâ ve hedef bağlılığı seviyelerinin sosyal medyaya olan bağlılık

seviyeleri ile birbirine olan bağıntısını incelemeyi amaçladığı çalışmasını 509 katılımcı ile gerçekleştirmiştir. Araştırmanın sonucunda ise duygusal zekâ ve hedef bağlılığının sosyal medyaya olan bağlılık ile negatif olarak ilişkisi bulunduğu belirtilmiştir. Süleymanoğulları (2021) curling yapan sporcuların mental sağlık ve hedef bağlılık seviyelerini demografik ve sporla ilgili farklı değişkenlere göre incelemeyi amaçladığı yüksek lisans tezini 91 katılımcı ile gerçekleştirmiştir. Araştırmanın sonucunda ise katılımcıların mental sağlık ve hedef bağlılık seviyeleri ile gelir durumu, cinsiyet ve hedefle ilgili değişkenleri arasında kişisel değişiklikler, sosyoekonomik ve sosyokültürel olan etkenlerden kaynaklanan sebeplere bağlı farklılaşmalara varıldığı belirtilmiştir. Yıldız (2019) yapmış olduğu doktora tezini 628 katılımcı ile tamamlamıştır. Araştırmanın sonucunda ise hedefine bağlı olan sporcuların sportmenlik yönelimi olacağı saptanırken, sportmenlik yönelimi ve hedef bağlılığının spor içinde ahlaktan uzaklaşma eylemlerini düşürmede önemli farklılıklar bulunduğu belirtilmiştir. Özcan (2019) yapmış olduğu çalışmasında bireysel ve takım sporcusu olup üniversitede öğrenim gören öğrencilerin duygusal zekâ ve hedef bağlılık seviyelerinin birbiri ile olan bağıntısını incelemeyi amaçlamıştır. Araştırmanın sonucunda ise takım sporu yapmanın hedefe bağlılık üzerinde etkisi olacağı, bireysel şekilde yapılan profesyonel sporun ise sporcularda duygusal zekayı etkilediğini ifade etmiştir. Spor Bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin hedef bağlılıklarını incelemek amacı ile yapmış olduğu çalışmasını Koca (2024) gönüllü olarak katılan 252 katılımcı ile gerçekleştirmiştir. Araştırmanın sonucunda ise lisanslı olarak spor ile uğraşan öğrencilerin spor yapmayan öğrencilere göre hedef bağlılığı puanlarının anlamlı seviyede fazla bulunmuştur ayrıca gelir durumu değişkenine göre de anlamlı farklılıklar gözlemlendiği ifade edilmiştir. Aydın Akcan (2023) yapmış olduğu yüksek lisans tezini deney ve çalışma gurubu olmak üzere 24 kişi ile gerçekleştirmiştir.

Araştırmanın sonucunda ise voleybolcuların performans profili uygulamasının görev eğilimi, ego eğilimi, özerk güdülenme ve hedef bağılılıklarına faydası bulunduğu ve voleybolcuların uygulamanın birden fazla pozitif yanını ifade ettikleri söylenmiştir. Yıldırım (2024) yapmış olduğu çalışmasında spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin sporla alakalı psikolojik gereksinimleri ve hedef bağılılıklarını anlayıp bu gereksinimlerin hedefe bağılılıklarına olan etkilerinin nasıl olduğunu incelemeyi amaçlamışlardır. Araştırmanın sonucunda ise hedef bağılılığı ve psikolojik gereksinimler arasında katılımcılarda orta seviyede anlamlı ve olumlu bağıntı olduğu sonucuna ulaşıldığı ifade edilmiştir. Aydın (2019) yapmış olduğu yüksek lisans tezinde spor bilimi ile ilgili çalışma yapan akademisyenlerin iş tatmin seviyeleri ve hedef bağılılık arasındaki bağıntıyı incelemeyi amaçladığı çalışmasını 150 katılımcı ile gerçekleştirmiştir. Araştırmanın sonucunda ise spor bilimlerinde görevli akademisyenlerin hedeflerine bağılılıkları yükseldikçe iş tatminlerinin de yükseleceği ayrıca akademisyenlerin hedefi belli ve bu hedefine bağlı olmaları iş tatminlerinde fazla olduğunun söylenebileceğini belirtmişlerdir. Altay ve arkadaşları (2018) yapmış oldukları çalışmalarında elit seviyede branşı bisiklet olan sporcuların hedef bağılılıkları ve psikolojik sağlamlıklarını incelemeyi amaçlamışlardır. Gönüllü olarak katılan 18 yaş altı 27 sporcu ile gerçekleştirdiği çalışmalarının sonucunda ise cinsiyet değişkeni ile psikolojik sağlamlık ve hedef bağılılığı arasında anlamlı bir bağıntı olmadığı fakat spor yaşları ile benlik algısı ve algı alt boyutları arasında farklılık tespit edildiği söylenmiştir. Seo ve arkadaşları (2017) yaptıkları çalışmalarında öğrencilerin kişisel ilerlemelerini yükseltme metotlarını araştırmayı amaçlamışlardır. Araştırmanın sonucunda ise kişilerin kendilerinin belirlediği hedeflerin olumlu etkileri uygulama ile bir araya geldiğinde dahada yükseldiği ifade edilmiştir. Yun (2014) yapmış olduğu çalışmasını orta yaştaki 69 katılımcı ile

gerçekleştirmiştir. Araştırmanın bulgularında ise hedef bağlılığı ile amacın performans için aynı seviyede önemli unsur olduğu belirtilmiştir.

### **2.3. Karar ve Karar Verme Süreci**

Hayatın olağan akışı içerisinde karar vermemiz gereken birçok durumla karşılaşabiliriz. Karar bir hedef için var olan şartlara göre oluşabilecek durumlardan en mantıklı olanı tercih etme olarak tanımlanmaktadır (Deniz, 2002). Kuzgun (2000) ise sahip olduğumuz şartlar içerisinde belirlenen amaç için farklı eylemler arasında en idealini seçebilmeyi karar olarak ifade etmiştir. Dolayısıyla karar farklı seçenekler arasında en uygununu seçme olarak ifade edilebilir. Karar ile karar verme arasında farklılıklar bulunmaktadır, karar sonuca odaklı iken karar verme ise belli bir sürece bağlıdır (Kıloğlu, 2017). Karar verme bilişsel bir aşamadır ve gereksinim halinde bu gereksinimleri gidermek için var olan seçeneklerden durum için en iyi olanın tercih edilmesi olarak tanımlanmıştır (Gürçay, 1998). Bağırkan (1983) ise karar vermeyi, neticelendirmesi gereken bir veya birden fazla problemin tüm detaylarını inceleyerek en mantıklı olan seçeneğin seçilmesi olarak ifade etmiştir. Fakat ortada bir seçenek yok ve karar verilecek tek bir olay var ise bu durumda karar vermeden söz etmek mümkün değildir (Nas, 2010).

Bireyler hayatlarında birçok durumda yanlış veya doğru kararlar verebilir. Doğru verilen bir karar kişinin hayatında istenen sonuçlar getirirken yanlış verilen karar kişi ile çevresi ve bulunduğu toplumsal konum diğer gruplar için sakıncalı faktör olarak karşılanabilir (Sinangil, 1993). Bu sakıncalı faktörlerden dolayı kişilerin yanlış karar vermekten kaçınabilirler. Dolayısıyla karar verme sürecine dikkat etmesi gerekebilir. Karar verme süreci, alternatiflerin incelenmesi, bu inceleme sonucunda önemli ve önemsiz olarak sınıflama, istediklerimize karar verme durumunu araştırma gibi

yöntemleri içermektedir (Kökdemir, 2003). Karar verme süreci bazı araştırmacılar tarafından belirli aşamalarla belirtilmiştir. Bu araştırmacılarından Zeleny (1982), karar verme ile alakalı araştırmaların karar verme sürecine odaklanmalarının önemli olduğunu belirtmiş ve karar verme sürecini üç aşamada ifade etmiştir;

1. Karar Öncesi Dönem: Birey burada çatışma yaşar ve kararsız kaldığı için gerginlik ortaya çıkar ve karar verici en ideal seçenek için sıralama yapar (Pekdoğan, 2015).
2. Karar Dönemi: Birey seçenekler arasında eleme yapar ve en uygun olanı tercih eder (Pekdoğan, 2015).
3. Karar sonrası dönem: Karar verdikten sonra değerlendirme yapar (Pekdoğan, 2015).

Karar verme sürecini aşamalandıran bir diğeri araştırmacı Adair (2000) ise karar verme sürecini 5 aşamada belirtmiştir. Bu aşamalar;

1. Aşama; probleminiz veya amacınızın belirlenmesi
2. Aşama; durumla ilgili gerekli bilgilerin bir araya getirilmesi
3. Aşama; sonuca varılabilecek en uygun seçeneklerin oluşturulması
4. Aşama; kararın verilmesi.
5. Aşama; verilen kararların uygulanması ve ortaya çıkan sonuçların değerlendirilmesi.

Birey karar verme aşamasında karışık bir bilgi bulma çabasına girmekte, yavaş yavaş yükselecek şekilde etrafından geri bildirim istemekte, bilgilerin bazılarının detayına inerken bazılarında elemeye yapıp gelecek için strateji yapmaktadır (Vural, 2013).

## 2.4. Karar Verme Stilleri

Birey karar vermesini gerektirecek bir anda gösterdiği, bilinmiş ve alışılmış tepki durumuna karar verme stili denir (Ün, 2010). Philips ve arkadaşları (1984) ise bireyin karar alırken tepkisi, yaklaşımı gibi durumlarına karar verme stili olarak ifade etmişlerdir. Bireyler önceden verdikleri kararlar ile birçok alışkanlık edinebilirler. Edinilen bu alışkanlıklar ise bireyin karar verme stilini oluşturur (Nutt, 1979). Karar verme stili bireyin karar verme aşamasında gösterdiği kendine özgü bir davranış olarak da ifade edilir (Altay, 2011). Rowe ve Mason'a (1987) göre ise karar verme stilini kişilerin gereksinimlerini, önemli olarak hissettiklerini ve karakterini barındıran bilişsel bir süreç olarak ifade etmişlerdir. Dilmaç ve Bozgeyikli (2009) bu stili kullanırken, bilgi edinip özümserken ve bu bilgileri birbirinden ayırırken bilişsel stilin öncelikle vurgulandığını belirtmişlerdir.

Karar verme stili kişinin yaşı ve tecrübelerine göre değişebilir. Dolayısıyla karar verme sürecinde kişisel farklılıklar, biriken ve kontrol edilen bilgi ve kararın hızından kaynaklanır (Dunham ve Pierce, 1989). Ancak karar verme yönelimi hızlı olan bireyler fazla risk yönelimi bulunan bireylerdir (Özdemir, 2019). Bu kişiler karar verme sürecine çok zaman ayırmazlar ve bilgi edinme ve kontrol etmeyi çok önemsemezler (Taşdelen, 2002). Kişilerin bir sorunla baş başa kaldıklarında karar vermesi gerekli ise izlediği fikir yürütme stratejisini, kişisel tercihlerini hangi yönde kullandıkları, doğru kararda bulunmak için var olan alışılmış davranışlarını veya sağlıklı kararlarına engel olan davranışlarını anlamamız için karar verme stilleri oldukça önemlidir (Coscarelli ve ark., 1995). Ayrıca karar verme stili bireylerin kararları nasıl verdiğinin iyi bir şekilde bilinmesine, problemin çözülmesine fayda sağlayan ya da sorunun çözülmesini engelleyen unsurları tespit etme açısından da önem taşımaktadır (Üngüren, 2011).

Karar verme stiline birçok durum etki edebilir. Karar verme stili belirlenirken sosyal unsurların etki edebileceğini, bireylerin; yakın arkadaşlarına ve aile bireyelerine olan sorumluluk bilincine girmesi vereceği kararları etkilediği ifade edilmiştir. Karar verme stiline etki eden faktörlerin fazla olması birden fazla açıdan araştırılmasına sebep olmuştur (Erözkan, 2011). İlgili alan yazında karar verme ile ilgili yapılan çalışmalarda kişilerin karar verme aşamasında farklı stilleri seçtikleri ifade edilmiştir (Alver, 2004).

Karar verirken elde edilen bilgiler ve düşünülen farklı seçenekli olayları karar verme stili olarak ifade etmişler ve beş tür karar verme stili olduğunu ifade etmişlerdir (Scott ve Bruce, 1995; Philips, Paziienza ve Ferrin, 1984);

-Akılcı karar verme stili: Karar verirken, karar vereceği olay ile alakalı analiz yapıp en ideal seçeneği tercih etmesi ve bu stildeki bireyler daha dikkatli davranır (Tatlıoğlu, 2014).

-Sezgisel karar verme: Bu stile sahip bireyler karar verirken içsel olarak ve güdülerini hareket ederler ve seçtikleri kararın doğru olduğunu düşünürler (Pepe, 2016).

-Bağımlı karar verme: Birey karar verirken başka kişilerin görüşlerine göre hareket eder (Tatlıoğlu, 2014).

-Kaçıngan karar verme: Bireylerin Karar vermekten çekinme durumudur (Tatlıoğlu, 2014).

-Spontan karar verme: Bireyin o an yaşadığı şartlara uygun karar vermesi (Pepe, 2016).

#### **2.4.1. Akılcı Karar Verme**

Kişiler karar verirken birbirinden farklı karar verme stilleri kullanabilirler. Bazı bireyler karar verirken veri toplayıp analizler yaparken bazı bireylerde sezgilerine göre kararlar verir (Galotti ve ark., 2006). Yani bazı kişiler kısa düşünceler sonunda, bazıları ise uzun düşünceler sonucunda karar verebilirler. Dolayısıyla karar verirken karar

vericinin bilgileri toplayıp uzun düşünceler sonunda analiz ettiği ve bu analizlerine göre karar vermesi akılcı karar verme olarak ifade edilebilir. Akılcı karar verme de karar veren kişiler farklı tercihlerden oluşabilecek neticeleri analiz ederek belirsizliği gidermeyi ve en ideali tercih etmeyi hedefler (Kolbe ve ark., 2020). Kurul Tural (1988) ise akılcı karar verme yaklaşımını açıklarken karar verecek kişinin bütün alternatifleri saptadığı ve bunları gerekli gereksiz olarak sıralayıp daha sonrasında ise en idealini seçmesi olarak ifade etmiştir. Yani akılcı karar verirken kişi bütün seçenekleri analiz etmek için çabalar, fayda ve zararlarını tespit etmek için uğraşır, var olan bilgileri de ön planda tutar ve olasılık çıkarma yöneliminde olur (Jurasova ve Spajdel, 2011). Bu bağlam da akılcı karar vermenin en önemli özelliği karar verme aşamasında kararın doğru ve yanlışlığı ile ilgili net bir ölçüt sunmasıdır (Leboeuf ve Shafir, 2012). Akılcı karar verirken kişiler duygusallıktan uzak, akılcı ve baskın olarak mantığı kullanmaktadırlar (Kirman, 2013). Bu sebepten karar verici mantıklı ve normatiftir (Harrison, 1993).

Karar verme stili kişilerin karakter ve kişilik özelliklerini ön plana çıkartmaktadır (Del Missier ve ark., 2012). Dolayısıyla kişiler karar verirken hangi stili uyguladıklarının farkında olmayabilirler. Harris (1998) ise karar vermenin hangi konu ile ilişkisinin farkına varılması bireylere daha iyi kararlar vermede fayda sağlayabileceğini ifade etmiştir. Kişiler bazen farklı karar verme stili uyguluyor olabilirler fakat daha etkin ve fazla kullandıkları karar verme stilleri bulunmaktadır (Driver, Brousseau ve Hun saker, 1990). Bu bağlamda etkin olarak akılcı karar verme stiline sahip kişiler komik durumlara yönelimden uzak, düşünceli ve bilinçlidirler dolayısıyla vermiş oldukları kararlar yüksek verim ile neticelenir (Abubakar ve ark., 2019). Yoğun olarak günlük işlerde akılcı karar verme kullanılmayabilir. Fakat birden fazla insan üzerine etkisi olan, birden çok faktörü ve ölçüyü ilgilendiren büyük kararlar alınırken akılcı karar verme daha uygun olabilir

(<https://courses.lumenlearning.com/>). Bireyler akılcı karar verirken bir sorun ya da olayın özüne ve amaçlarına hâkim olup sorunun çözümüne ilişkin seçenekleri belirleyip detaylı analiz yapma fırsatına sahip olduğu bilinmektedir (Heracleous, 1994). Dolayısıyla bu analizler sonucunda karar verici yaptığı analizleri sistemli bir şekilde değerlendirip en ideal seçeneği tercih etmektedir (Scott ve Bruce, 1995).

Bireyler akılcı tercihlerde bulunurken sınırlandırılmış bir bilişsel yetiyle karşılaşılır ve süreçte bazı kısıtlamalar meydana gelmektedir (Simon, 1955). Daha açık bir ifade ile sınırlı rasyonellikten yani sınırlı akılcı karar vermekten bahsedilmektedir. Bu sınırlılıktan dolayı ise Simon (1995) e göre kişiler mükemmel ve en iyi bir karar verme yerine daha ideal kabul görmüş karar verme yönelimindedir. Sporda da sınırlı rasyonellik yani “sınırlı akılcı karar verme” sürecinden bahsedilebilir.

#### ***2.4.2. Sezgisel Karar Verme***

Karar verme aşamasındaki sınırlılıklar, kişilerin uzun süren düşünme süreleri neticesinde istenilen bir sonuca erişmemeleri durumunda ilk akla gelen sonuçlara doğru yönelmelerine sebep olur (Kahneman, 2003). Yani karar verme sürecinde karar verecek olan kişiler ya akılcı ve sistematik olarak ya da tecrübelerinden elde ettiği sezgilerine göre karar vermeye çalışırlar (Aktaran: Scott, Bruce; 1995). Dolayısıyla karar verme aşamasında sezgilerde önemli olabilmektedir. Bu bağlamda sezgi bir bireyin tecrübelerini harekete geçirmesi olarak ifade edilebilir (Klein, 2003). Başka bir tanımda ise sezgi; bilinçli bir şekilde akıl yürütme olmadan, duyuşsal bilişsel faktörleri barındıran ve direk karar verme ile neticelenen sistematik olmayan bir karar alma sisteminin ürünü olarak ifade edilmiştir (Sinclair ve Ashkanasy, 2005). Ayrıca sezgi bireylere göre çoğunlukla ani bir şekilde bilginin farkında olmak olarak bilinmektedir (Ritter ve Dijksterhuis, 2014; Sauter, 1999). Vaughan (1979) ise sezgiyi kişilerin bir sorun ve olayla karşılaştığında

uzun akıl yürütme yapmadan doğuştan var olan bilinç dışı olarak bilme durumu ile ifade etmiştir.

Sezgisel karar verme ise önceki yaşantılarda edindiğimiz tecrübeler, hislerimize ve daha önce verdiğimiz kararlara yönelik karar verme olarak ifade edilmektedir (Robbins ve Coulter, 2013). Yani bilinçli bir şekilde akıl yürütmeden direk olarak bilip karar verme olarak bilinmektedir (Robinson ve ark., 2017). Bu bağlamda sezgisel karar verme tecrübelerimiz ile var olan bilgileri karar verirken hızlı bir şekilde kullanma olarak ifade edilebilir. Dolayısıyla tecrübelerin kişilere olan etkileri sezgisel karar verme sürecinde fazlaca öneme sahiptir (Matzler, Bailom ve Mooradian, 2007). Sezgisel karar verme sürecinde hızlı bir şekilde karar vermek kadar kararın doğruluğu da önemli olabilmektedir. Bu bağlamda konuya iyi derecede hâkim olunması iyi bir tecrübede olması ayrıca olumlu yönlerini konuya aktarması karar verecek olan kişide olması gereken koşullardır. (Varoğlu ve Varoğlu, 1994). Ayrıca verilen kararın doğruluğu için iyi bir sezgiye de sahip olmak gerekebilir. Bernard (1976) da sezgi sayesinde karşılaştıkları sorunları daha hızlı çözüme kavuşturduklarına dikkat çekildiğini ifade etmiştir. Sezgisel karar vermenin başka karar verme stillerine oranla daha fazla hızlıdır ayrıca önseziler ana doğrularda karar vermek için kullanılmaktadır (Scott ve Bruce, 1995). Bu bağlamda karar verme stili sezgisel olanlar başka stiller ile kıyaslandığında daha hızlı karar alırlar (Scott ve Bruce, 1995). Yani sezgisel karar verme kişilerin önseziler sayesinde daha hızlı karar vermesini sağlayabilmektedir. Yapılan çalışmalarda 800 ms' den fazla zamanda verilmiş olan kararlar rasyonel karar vermeyi 200 ile 800 ms aralığı içinde verilmiş olan kararlar ise sezgisel kararlar olarak açıklanmıştır (Kahneman, 2012).

Spor ortamında da kararların hızlı ve doğru verilmesi oldukça önemlidir. Yani sporda var olan ve hızlı bir şekilde yükselen rekabet durumu kişilerin karar verme stillerini daha da etkin kılmıştır (Ariely, 2019). Sporcuların spor müsabakalarında baskı altında karar vermeleri gerekebilir. Bu bağlamda doğru verilen kararlar sporcunun performansında olumlu sonuçlara yol açabiliyorken yanlış kararlar ise olumsuz yönde etkileyebilir. Dolayısıyla üst düzey sporcuların hızlı bir şekilde bilgi taraması yapmalı ve bunu değerlendirip karar vermeleri gereklidir (Leveaux, 2010).

## **2.5. Karar Verme ve Spor**

Karar verme ve stilleri kişilerin rutin günlük hayatındaki gibi, spor için de önemli bir yer kaplamaktadır (Kelecek ve ark., 2014). Bir sporcunun rakibinin yapacağı hamleyi anlayabilmek amacıyla strateji geliştirmesi, oyun parametrelerinden ve teknik taktik gibi unsurlardan faydalanarak kendine yeni plan hazırlaması sporda karar verme olarak tanımlanabilir (Berry, Abernethy ve Cote, 2008). Spor ortamında yanlış verilen kararlar telafisi olmayan sonuçlar doğurabilir. Bu sebepten dolayı elit düzeyde bulunan sporcuların kaynakları analiz ederek hızlı bir şekilde karar vermeleri gereklidir (Leveaux, 2010). Yine Leveaux (2010) sporcu ya da antrenörün isabetli verdiği kararların olumlu katkı verebileceği aksi durumda zamanında verilmeyen kararların istenmeyen etkileri olabileceğini ifade etmiştir. Spor ortamında verilen kararlarda sadece sporcular değil içinde bulunan birçok unsurda etkilenebilir.

Bir spor müsabakasında sporcunun karar vermesi gereken birçok durum oluşabilir. Yani yarışma veya müsabaka anında maçın parametrelerinin farklılaşması, bireysel ve takım sporlarına sporcularda tahmin edilemeyen değişimlerden dolayı sporcuların maç anında her an yeni kararlar alması gerekebilir (Pepe, 2016). Bu sebepten dolayı spor araştırmacıları sporcuların karar verme becerilerini iyileştirmek için

çalışmalar yapılmaktadır (Ghareeb ve Kaya, 2022). Hatta Egesoy ve arkadaşları (1999) antrenmanda sporculara yapılan etkin karar verme çalışmalarında sporcuların ilerleme gösterdiğini ifade etmişlerdir. Dolayısıyla sporcu kişilerin spor yaptıkları zamanlarda düşünceleri, var olan anı nasıl değerlendirdiği ve karar alırken gösterdikleri tutumlar laboratuvarlarda araştırılması ve incelemesi gerekmektedir (Çetin, 2009).

## **2.6. Akılcı ve Sezgisel Karar Verme ile İlgili Yapılmış Çalışmalar**

Güler ve arkadaşları (2022) ilişkisel tarama modelini benimseyerek yapmış oldukları çalışmalarında, sporcuların ASKVS ile zihinsel hazır oluş düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Kolayda örnekleme yöntemi tercih ettikleri çalışmanın katılımcılarını 366 sporcu öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın bulgularında akılcı ve sezgisel karar verme stilleri cinsiyet ve kitap okuma durumu arasında anlamlı bir farklılık göstermediğini belirtmişlerdir. Öte yandan zihinsel hazır oluşun ilgi alt boyutu spor türlerine göre anlamlı olarak farklılaşmazken diğer bütün alt boyutlarda anlamlı farklılık gözlemlendiğini tespit etmişlerdir. Diğer bir deyişle, zihinsel hazır oluşun ilgi, odaklanma, motivasyon ve zihinsel hazırlık alt boyutları sezgisel karar verme üzerinde anlamlı bir yordayıcı olarak bulunmuş olup korku ve soğukkanlılığı koruma alt boyutlarının SKV üzerinde önemli bir etkisinin olmadığını ifade etmişlerdir. Tekkurşun Demir ve arkadaşları (2018) bireysel ve takım sporları ile uğraşan toplam 146 sporcu örnekleminde yapmış oldukları araştırmanın sonuçlarına göre KVS alt boyutlarından kaçınan karar verme ve kendiliğinden-anlık karar verme stili alt boyutları dışındaki boyutlar, mental iyi oluş düzeyleri ile anlamlı olarak ilişkili bulunduğunu ortaya koymuşlardır. Ayrıca katılımcıların eğitim düzeyleri ile karar verme stilleri yalnızca akılcı karar verme, bağımlı karar verme ve kaçınan karar verme alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Öte yandan sporcuların yaşı ve uğraştıkları

spor branşları ile karar verme stilleri ve mental iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık gözlemlenmiştir. Cinsiyet değişkenine bakıldığında karar verme stillerine göre anlamlı farklılaşma bulunmazken, erkek sporcuların mental iyi oluşları istatistiksel olarak anlamlı bulunduğunu ifade etmişlerdir. Son olarak katılımcıların karar verme stilleri ve mental iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki saptandığını belirtilmiştir. Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin liderlik etme motivasyonlarını sezgisel ve akılcı karar verme stilleri açısından incelemeyi amaçladıkları nicel çalışmalarında Çetinkaya ve Mutlu (2024) 282 öğrenci örnekleminde yapmış oldukları çalışmada liderlik etme motivasyonunun katılımcıların cinsiyeti, yaşı, sınıf seviyesi ve kardeş sayılarına göre anlamlı olarak farklılaştığını belirtmişlerdir. Ayrıca öğrencilerin liderlik etme motivasyonları liderlik dersi alma ve almama durumlarına göre de anlamlı olarak farklılaştığı ifade edilmiştir. Diğer yandan katılımcıların liderlik etme motivasyonları ile ASKVS arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki saptandığını belirtmişlerdir. Tekin ve arkadaşları (2009) 700 birey üzerine yapmış oldukları araştırma kapsamında özel yetenek sınavına katılan öğrencilerin karar verme ve düşünme stillerinin cinsiyet ve branş değişkenlerine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı belirtilmiştir. Ayrıca öğrencilerin düşünme stilleri ile KVS'den akılcı, sezgisel, bağımlı, kaçınan ve anlık KV alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki gözlemlendiği söylenmiştir. Tekin ve Taşgın (2009) 59 antrenörü örnekleminde yapmış olduğu çalışmada antrenörlerin cinsiyetleri değişkenine göre, ASKV, akılcı düşünme ve sezgisel düşünme alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık tespit ettiklerini belirtmişlerdir. Kıdem değişkenine bakıldığında ise sezgisel, bağımlı ve anlık karar verme ile akılcı düşünme stilleri arasındaki farklılık anlamlı bulunduğunu ifade etmişlerdir. Son olarak, düşünme stilleri ile KVS alt boyutlarından akılcı karar verme ve sezgisel karar verme arasında anlamlı bir ilişki

saptandığı belirtilmiştir. Yılmaz ve arkadaşları (2024) spor yöneticisi adaylarının karar verme biçimlerinin liderlik eğilimlerine etkisini incelemek amacıyla bir çalışma yapmışlardır. Araştırmanın katılımcılarını Türkiye’de bir devlet üniversitesinin Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümünde öğrenim gören 222 öğrenci oluşturmaktadır. Akılcı ve Sezgisel Karar verme Stilleri Ölçeği ve Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği ile topladıkları verilerin analizleri sonucuna göre, spor yöneticisi adaylarının akılcı ve sezgisel karar verme stilleri ölçeği ve çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeğinden elde ettikleri puanlar cinsiyet ve egzersiz yapma durumu değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği ifade edilmiştir. Ayrıca, her iki ölçeğin farklı alt boyutlarında farklı düzeyde akılcı karar verme ve sezgisel karar verme ile politik, insan kaynaklı, karizmatik ve yapısal liderlik arasında orta düzey pozitif bir ilişki saptandığını belirtmişlerdir. Öte yandan, akılcı ve sezgisel karar verme stillerinin politik, insan kaynaklı, karizmatik ve yapısal liderlik ile olan ilişkisinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkinin tespit edilmesini de sonuçlar arasında göstermişlerdir. Sonuç olarak, spor yöneticisi adaylarının akılcı ve sezgisel karar verme stilleri ile çok yönlü liderlik yönelimleri arasındaki etki pozitif yönde ve anlamlı olduğu ifade edilmiştir. Giske ve arkadaşları (2013) futbol antrenörlerinin karar verme stillerini elit ve elit olmayan antrenörlük deneyimi ve futbol geçmişi ile ilişkilendirerek incelemeyi amaçladıkları çalışmalarına Norveç’te ortalama yaşları 41 ve ortalama 13 yıllık antrenörlük deneyimleri olan 99 erkek futbol antrenörü katılmıştır. Genel Karar Verme Stili Ölçeği kullanarak topladıkları verilerin analizleri sonucunda futbol antrenörlerinin ağırlıklı olarak akılcı veya sezgisel karar verme eğiliminde oldukları, kaçınan karar verme stiline dair neredeyse hiç kanıt bulunmadığı belirtilmiştir. Ayrıca sonuçlara göre elit düzeyde oyuncu deneyimine sahip futbol antrenörleri, akılcı ve sezgisel karar verme stillerini bu tür

deneyime sahip olmayan diğer antrenörlere kıyasla daha sık kullanmakta olduğunu ifade etmişlerdir. Okullar arası spor müsabakalarına katılan ve katılmayan öğrencilerin karar verme stillerini incelemeyi amaçladığı çalışmasında Turan (2020), farklı ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören 313 öğrenci ile çalışmıştır. KVSÖ ve demografik bilgi formu ile topladığı verilerin analiz sonuçları göstermiştir ki öğrencilerin karar verme stilleri cinsiyet değişkeni bakımından kadın katılımcıların lehine anlamlı olarak farklılık gösterdiğini saptamışlardır. Kız öğrencilerin sezgisel karar verme stilleri erkek öğrencilerin sezgisel karar verme stil düzeylerinden daha yüksekken karar verme stilleri alt boyutlarından olan akılcı, bağımlı, kaçınan ve anlık karar verme stilleri ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık saptandığı belirtilmiştir. Öte yandan, okullar arası spor yarışmalarına katılan öğrencilerin akılcı karar verme stilleri yarışmalara katılmayan öğrencilere kıyasla anlamlı olarak daha yüksek düzeyde bulunduğu ifade edilmiştir. Diğer karar verme stil alt boyutları ile okullar arası spor yarışmalarına katılan ve katılmayan öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma gözlemlendiğini belirtmişlerdir. Türk Silahlı Kuvvetleri bünyesindeki Hava Kuvvetleri Komutanlığındaki yöneticilerin liderlik stilleri ve karar verme stilleri arasındaki ilişkiyi belirlemek ve değişkenlere göre karşılaştırmalar yapmak amacıyla yaptığı tez çalışmasında İlmez (2010), 244 askeri personel ile çalışmıştır. Elde edilen bulgulara göre, yöneticilerin dönüştürücü liderlik stilleri ile yaş, eğitim durumu ve çalışma süresi değişkenleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı ancak unvan değişkenine göre anlamlı biçimde farklılık tespit edildiğini belirtmiştir. Ayrıca askeri personelin görüşlerine göre, yöneticilerin dönüşümcü liderlik stilleri ile sezgisel karar verme, bağımlı karar verme ve kaçınmacı karar verme stilleri arasında olumlu yönde anlamlı ilişki bulunduğunu ifade etmiştir. Katılımcıların koşullu ödüllendirmeye ilişkin işlemsel liderlik stili ile sezgisel karar

verme, bağımlı karar verme ve akılcı karar verme stilleri arasındaki ilişki de pozitif ve anlamlı olduğunu belirtmiştir. Kurban (2015), yöneticilerin karar verme stillerini belirlemek ve değişkenler ile KVS arasındaki ilişkiyi araştırmak amacıyla müdürler ve müdür yardımcılardan oluşan toplam 410 yönetici ile bir çalışma yürütmüştür. KVSÖ ve demografik bilgi formu ile topladığı verilerin sonucunda, araştırmaya katılım sağlayan çoğu yöneticinin akılcı karar vericiler olduğu ve geriye kalanların ise sırasıyla sezgisel karar verisi, bağımlı karar verici, kaçınan karar verici ve anlık karar verici oldukları sonucuna vardıklarını ifade etmiştir. İncelenen değişkenler ve KVS arasında herhangi bir anlamlı farklılık tespit edilemediğini belirtmiştir. Öte yandan, akılcı karar verme stili ile sezgisel ve bağımlı karar verme stili arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki saptandığı sonucuna ulaşmıştır. Sezgisel karar verme stili ile bağımlı, kaçınan ve anlık karar verme stilleri arasındaki ilişki de ayrıca pozitif ve anlamlı bulunduğunu belirtmiştir. Öğretmen adaylarının karar verme stillerini çeşitli değişkenler açısından incelemeyi amaçladığı çalışmasında Taşdelen (2001), Türkiye’de bir üniversitenin eğitim fakültesinde öğrenim gören değişik branşlardan 451 son sınıf öğrencisi ile çalışmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, akılcı karar verme stili ile “kendiyile ilgili kararlarda etkili olan kişinin değerlendirilmesi” ve “problemlerle başa çıkma düzeyinin değerlendirilmesi” değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunduğunu tespit etmiştir. Sezgisel karar verme stili değişkenlerin hiçbiri ile ilişkili bulunmazken diğer karar verme stilleri ile değişkenlerden bazıları arasında anlamlı düzeyde ilişkiler tespit edildiğini belirtmişlerdir. Totan ve arkadaşları (2003) duygu düzenleme stratejilerinin (bilişsel yeniden değerlendirme ve baskılama) ASKVS üzerindeki etkilerini incelemek amacıyla 334 öğrenci örnekleminde bir çalışma yapmışlardır. Yapmış oldukları araştırmanın sonucunda bilişsel yeniden değerlendirme, AKVS ile ilişkili bulunurken, baskılama ise

hem AKV hem de SKVS ile düşük düzeyde ilişkili olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca, bilişsel yeniden değerlendirilmenin AKVS'ini, baskılamanın ise SKVS'ini yordadığı belirtilmiştir. Son olarak, farklı karar verme stillerinin duygu düzenleme stratejilerinden etkilendiği sonucuna varıldığı ifade edilmiştir. Kalı Soyer ve arkadaşlarının (2021) akılcı ve sezgisel karar verme stillerinin ve yaratıcı düşünme becerilerinin öğrencilerin kişilik özelliklerini yordayıp yordamadığını ve bunların cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediklerini incelemek amacıyla yaptıkları çalışmaya 419 üniversite öğrencisi katılım sağlamıştır. Araştırma sonuçları, sezgisel karar verme stili ve cinsiyet arasında kadın katılımcıların lehine anlamlı bir farklılık görüldüğünü, akılcı karar verme stilinin cinsiyete göre farklılaşmadığını belirtmişlerdir. Batool ve arkadaşları (2015), karar verme stilleri üzerine yapılmış teorik ve ampirik çalışmaları gözden geçirmişlerdir. Yaptıkları alan yazın taramasının sonucunda hem teoride hem de pratikte geleneksel eğilimlerin karar vericileri karar verme noktasında ya sadece akılcı ya da sadece sezgisel karar verme stili ile sınırlandıklarını gösterdiğini ifade etmişlerdir. Ayrıca, bazı araştırmacıların karar verme konulu çalışmalarında karma stilleri kullandığı son on yıla kadar çok az ve sınırlı sayıda çalışmada akılcı ve sezgisel karar verme stillerinin bir arada kullanıldığını saptamışlardır. Karar verme stilleri araştırmalarında akılcı ve sezgisel karar verme stillerini karma biçimde kullanmanın önemini vurguladıkları bu çalışmalarında Batool ve arkadaşları (2015), her iki karar verme stilinin birlikte kullanılması ile sonuçları en üst düzeye çıkaran bazı benzersiz özellikler ortaya çıkacağını savunmuşlardır. El Othman ve arkadaşları (2020) tıp öğrencileri arasında kişilik özelliklerinin duygusal zeka ve karar verme üzerinde etkisinin olup olmadığını incelemek ve öğrencilerin kişilik özellikleri ile karar verme stilleri arasında duygusal zekanın aracı rolünü değerlendirmeyi amaçlamışlardır. Bu amaç doğrultusunda, Lübnan'da bulunan 7 Tıp Fakültesinden 296

tıp öğrencisi ile çalışmalarını yürütmüşlerdir. Genel Karar Verme Stili Ölçeğinin de aralarında bulunduğu ölçeklerle toplanan verilerin analiz sonuçlarına göre duygusal zeka, sezgisel karar verme stili üzerinde anlamlı bir pozitif etki gösterirken kaçınan ve bağımlı karar verme stilleri üzerinde negatif bir etki gösterdiğini belirtmişlerdir. Ayrıca, kişilik özelliklerinden olan vicdanlılık, akılcı ve bağımlı karar verme stilleri ile pozitif bir ilişki gösterdiği ifade edilmiştir. Nevrotik kişilik özelliği, anlık karar verme stili ile negatif ilişkiye sahipken deneyime açıklık kişilik özelliği sezgisel karar verme stili ile pozitif bir ilişki ortaya koyulduğunu belirtmişlerdir. Son olarak, bulgular duygusal zekanın kişilik özellikleri ve karar verme stilleri arasında bir aracılık rolünün olduğunu ifade etmişlerdir.

### 3. YÖNTEM

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Sporcu öğrencilerde psikolojik sağlamlık, hedef bağlılığı ile akılcı ve sezgisel karar verme stilleri arasındaki ilişkileri inceleyen araştırma nicel araştırma yöntemlerinden biri kabul edilen korelasyonel araştırmalar yöntemi benimsenerek dizayn edilmiştir. Korelasyonel araştırmalar iki veya daha fazla değişken arasında istatistiksel olarak bir ilişki olup olmadığını ortaya koymayı hedeflemeye (Karasar, 2009) yönelik araştırma desenleridir.

#### 3.2. Araştırma Grubu

Bu çalışmanın araştırma grubunu sporcu öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırma grubunun belirlenmesinde Gpower 3.18 programı referans alınmıştır.  $\alpha$  değeri 0.05, orta etki büyüklüğü 0.15, Power (1- $\beta$ ) ise 0.95 olarak hesaplama yapılmıştır. Critical F= 2.2.4447662, Actual power= 0.9505747 sonucuna göre en az 129 sporcu öğrencinin katılması gerektiği tespit edilmiştir. Bu doğrultuda araştırma grubunu 158'i erkek (%58.1), 114'ü kadın (%41.9) olmak üzere toplam 272 sporcu öğrenci oluşturmaktadır. Sporcu öğrencilerin demografik özellikleri incelendiğinde;

Sporcu öğrencilerin 82'si spor yöneticiliği (%30.1), 139'unun antrenörlük eğitimi (%51.8) ve 51'inin beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölününü (%18.8) öğrencisi olduğu,

Sporcu öğrencilerin 75'inin 1.sınıf (%27.6), 70'inin 2.sınıf (%25.7), 68'inin 3.sınıf (%25) ve 59'unun 4.sınıf (%21.7) öğrencisi olduğu,

Sporcu öğrencilerin 99'u gelirlerinin giderlerinden az olduğu (%36.4), 142'si gelirleri ile giderlerinin eşit olduğu (%52.2) ve 31'inin gelirinin giderinden (%11.4) fazla olduğu,

Sporcu öğrencilerin 123'ünün bireysel sporlar ile ilgilendikleri (%45.2), 149'unun ise takım sporları ile ilgilendikleri (%54.8),

Sporcu öğrencilerin 33'ünün 3 yıl veya daha az (%12.1), 95'inin 4-6 yıl arası (%34.9) ve 144'ünün 7 yıl veya daha fazla (%52.9) spor yapma yılına sahip oldukları ve sporcu öğrencilerin yaş ortalamasınının 20.62 olduğu tespit edilmiştir (Tablo 3.1).

Tablo 3. 1. Araştırma Grubu

Cinsiyet	n	%
Erkek	158	58.1
Kadın	114	41.9
Bölüm	n	%
Spor Yöneticiliği	82	30.1
Antrenörlük Eğitimi	139	51.1
Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	51	18.8
Sınıf	n	%
1.sınıf	75	27.6
2.sınıf	70	25.7
3.sınıf	68	25
4.sınıf	59	21.7
Gelir Düzeyi	n	%
Gelirim Giderimden Az	99	36.4
Gelirim Giderime Eşit	142	52.2
Gelirim Giderimden Fazla	31	11.4
Spor Türü	n	%
Bireysel Sporlar	123	45.2
Takım Sporları	149	54.8
Spor Yapma Yılı	n	%
3 yıl veya daha az	33	12.1
4-6 yıl	95	34.9
7 yıl veya daha fazla	144	52.9
Yaş	n	$\bar{x}\pm sd$
Yaş	272	20.621 $\pm$ 2.769

### 3.3. Veri Toplama Araçları

Bu tez çalışmasında araştırmacılar tarafından hazırlanan demografik bilgi formu, Akılcı ve Sezgisel Karar Verme Sitilleri Ölçeği, Hedef Bağlılığı Ölçeği ve Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği veri toplama aracı olarak kullanılmıştır.

### 3.3.1. Akılcı ve Sezgisel Karar Verme Sitilleri Ölçeği (ASKVSÖ)

İme arkadaşları tarafından (2020) Türkçe uyarlaması yapılan ölçüm aracı toplam 10 maddeden oluşturulmuştur. 10 maddeden oluşturulan ölçüm aracı 2 alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar 5 maddeden oluşan akılcı karar verme ve 5 maddeden oluşan sezgisel karar verme sitilleri alt boyutlardır. Ölçüm aracı 5’li Likert tipi dizayn edilmiştir. Ölçüm aracında ters puanlanan madde yer almamaktadır. Diğer yandan akılcı karar verme boyutunun iç tutarlılık kat sayısı 0.90 iken sezgisel karar verme boyutunun iç tutarlılık kat sayısının 0.85 olduğu ve toplam ölçeğin iç tutarlık kat sayısının 0.80 olduğu belirtilmiştir. Ölçüm aracı toplam ölçek olarak puanlanamamakta iken alt boyutlar için en düşük 5 en yüksek 25 puan alınmaktadır. Puan arttıkça akılcı ve sezgisel karar verme sitilinin yüksek olduğu ortaya çıkmaktadır.

### 3.3.2. Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ)

Doğan (2015) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan ölçüm aracı bireylerin psikolojik sağlık düzeylerini ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçüm aracı toplam 6 madde tek boyutlu bir yapıdan oluşturulmuştur. Ölçüm aracı 5’li Likert tipi dizayn edilmiştir. Ölçüm aracının iç tutarlılık kat sayısının 0.83 olduğu belirtilirken ölçüm aracında 2,4 ve 6. maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçüm aracından elde edilen yüksek puanlar bireyin psikolojik sağlamlığının yüksek olduğunu düşük puanlar ise bireyin psikolojik sağlamlığının düşük olduğunu ortaya koymaktadır.

### 3.3.3. Hedef Bağlılığı Ölçeği (HBÖ)

Beden eğitimi ve spor alanında öğrenim gören öğrencilerin hedefe bağlılık düzeylerinin ölçülmesi amacıyla Şenel ve Yıldız (2016) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan ölçüm aracı toplam 5 maddeden ve tek boyutlu bir yapıdan oluşmaktadır. Ölçüm

aracı 5’li Likert tipi dizayn edilmiş olup 1,2 ve 4. maddeler ters puanlanmaktadır. Son olarak ölçüm aracının iç tutarlılık kat sayısının 0.74 olduğu belirtilmiştir.

### 3.4. Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında katılımcılardan elde edilen verilerin istatistiki işlemleri için IBM SPSS 25 paket programı kullanılmıştır. Elde edilen verile istatistiki işlemlerin belirlenebilmesi amacıyla ilk olarak eksik, hatalı verilerin veri setinde olup olmadığı incelenmiştir. İnceleme sonucunda veri setinde hatalı ve eksik verinin olmadığı tespit edilmiştir. Daha sonra verilere uygulanacak istatistiki işlem yöntemlerinin belirlenmesi için ölçüm araçlarının çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Basıklık ve çarpıklık değerlerinin +2 ile -2 değerlerini içerisinde olduğu ve bu durumda verilerin normal dağılımdan geldiği sonucu ortaya çıkmaktadır (George ve Mallery, 2010). Normal dağıma tabi olan verilere parametrik testlerin uygulanmasına karar verilmiştir. İkili karşılaştırmalarda bağımsız örneklem t testi kullanılırken çoklu karşılaştırmalarda tek yönlü varyans analizi ANOVA tercih edilmiştir. Tek yönlü varyans analizi sonucu ortaya çıkan farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun tespit edilmesinde Bonferroni testi kullanılmıştır. Ölçüm araçları arasındaki ilişkilerin belirlenmesinde pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Akılcı ve sezgisel karar verme sitillerinin hedef bağlılığı ve psikolojik sağlamlık üzerindeki yordayıcı etkisinin tespit edilmesi için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Sporcu öğrencilerin hedef bağlılığı ölçeğinden aldıkları puan ortalaması 3.918, psikolojik sağlamlık ölçeğinden aldıkları puan ortalaması 3.172, akılcı karar verme boyutundan aldıkları puan ortalaması 3.794 ve sezgisel karar verme sitilleri boyutundan aldıkları puan ortalamasının ise 3.365 olduğu tespit edilmiştir (Tablo 3.2.).

Tablo 3. 2. Hedef Bağlılığı, Psikolojik Sağlamlık İle Akılcı Ve Sezgisel Karar Verme Sitilleri Ölçeğine İlişkin Ortalama, Standart Sapma, Çarpıklık Ve Basıklık Değerleri

Ölçüm Aracı	İstatistik	Değer
Hedef Bağlılığı	$\bar{x}$	3.918
	Standart sapma	.786
	Çarpıklık	-.497
	Basıklık	-.421
Psikolojik Sağlamlık	$\bar{x}$	3.172
	Standart sapma	.665
	Çarpıklık	.497
	Basıklık	1.710
Akılcı Karar Verme	$\bar{x}$	3.794
	Standart sapma	.797
	Çarpıklık	-.316
	Basıklık	-.226
Sezgisel Karar Verme	$\bar{x}$	3.365
	Standart sapma	.872
	Çarpıklık	.016
	Basıklık	-.289

#### 4. BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde veri toplama araçlarından elde edilen nicel verilere uygulanan istatistiki işlemlerin ardından ortaya çıkan sonuçlar tablolar halinde sunulmuş ve yorumlanmıştır.

Sporcu öğrencilerin PSÖ, HBÖ ve ASKVSÖ alt boyutlarının puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre dağılımına ilişkin analiz sonuçları Tablo 4.1.'inde yer almaktadır.

Tablo 4. 1. PSÖ Ve HBÖ İle ASKVSÖ Alt Boyutlarının Puan Ortalamalarının Cinsiyet Değişkenine Göre Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları

Ölçek	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	Ss	t	p
Psikolojik Sağlamlık	Erkek	158	3.303	.700	4.055	.000
	Kadın	114	2.991	.568		
Hedef Bağlılığı	Erkek	158	3.859	.785	-1.458	.146
	Kadın	114	4.000	.782		
Akılcı Karar Verme	Erkek	158	3.750	.776	-1.077	.282
	Kadın	114	3.856	.824		
Sezgisel Karar Verme	Erkek	158	3.405	.813	.882	.379
	Kadın	114	3.310	.948		

Sporcu öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre PSÖ puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmiştir ( $t=4.055$   $p<0.005$   $p=.000$ ). Sporcu öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre HBÖ ( $t=-1.458$   $p>0.005$   $p=.146$ ), ASKVSÖ alt boyutlarından AKV ( $t=-1.077$   $p>0.005$   $p=.282$ ), SKV ( $t=.882$   $p>0.005$   $p=.379$ ) sitilleri puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir.

Sporcu öğrencilerin PSÖ, HBÖ ve ASKVSÖ alt boyutlarının puan ortalamalarının spor türü değişkenine göre dağılımına ilişkin analiz sonuçları Tablo 4.2.'sinde yer almaktadır.

Tablo 4. 2. PSÖ Ve HBÖ İle ASKVSÖ Alt Boyutlarının Puan Ortalamalarının Spor Türü Değişkenine Göre Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları

Ölçek	Spor türü	n	$\bar{x}$	Ss	t	p
Psikolojik Sağlık	Bireysel sporlar	123	3.178	.643	.136	.892
	Takım sporları	149	3.167	.685		
Hedef Bağlılığı	Bireysel sporlar	123	3.866	.793	-.986	.325
	Takım sporları	149	3.961	.780		
Akılcı Karar Verme	Bireysel sporlar	123	3.741	.852	-1.004	.316
	Takım sporları	149	3.838	.748		
Sezgisel Karar Verme	Bireysel sporlar	123	3.439	.896	1.265	.207
	Takım sporları	149	3.304	.850		

Sporcu öğrencilerin ilgilendikleri spor türü değişkenine göre PSÖ puan ortalamaları ( $t=.136$   $p>0.005$   $p=.892$ ) arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir. Sporcu öğrencilerin ilgilendikleri spor türü değişkenine göre HBÖ ( $t=-.986$   $p>0.005$   $p=.325$ ), ASKVSÖ alt boyutlarından AKV ( $t=-1.004$   $p>0.005$   $p=.316$ ), SKV ( $t=1.265$   $p>0.005$   $p=.207$ ) sınıfları puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir.

Sporcu öğrencilerin PSÖ, HBÖ ve ASKVSÖ alt boyutlarının puan ortalamalarının bölüm değişkenine göre dağılımına ilişkin analiz sonuçları Tablo 4.3.'ünde yer almaktadır.

Tablo 4. 3. PSÖ Ve HBÖ İle ASKVSÖ Alt Boyutlarının Puan Ortalamalarının Bölüm Değişkenine Göre Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Ölçek	Bölüm	n	$\bar{x}$	Ss	F	p
Hedef Bağlılığı	Spor Yöneticiliği	82	3.829	.799	.900	.408
	Antrenörlük Eğitimi	139	3.975	.785		
Psikolojik Sağlık	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	51	3.905	.766	.467	.627
	Spor Yöneticiliği	82	3.221	.793		
Akılcı Karar Verme	Antrenörlük Eğitimi	139	3.135	.607	.841	.432
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	51	3.196	.596		
Sezgisel Karar Verme	Spor Yöneticiliği	82	3.822	.881	2.559	.079
	Antrenörlük Eğitimi	139	3.739	.788		
Sezgisel Karar Verme	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	51	3.902	.667	2.559	.079
	Spor Yöneticiliği	82	3.546	.915		
Sezgisel Karar Verme	Antrenörlük Eğitimi	139	3.283	.863	2.559	.079
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	51	3.298	.796		

Sporcu öğrencilerin öğrenim gördükleri bölüm değişkenine göre PSÖ puan ortalamaları ( $F=.467$   $p>0.005$   $p=.627$ ) arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir. Sporcu öğrencilerin öğrenim gördükleri bölüm değişkenine göre HBÖ ( $F=.900$   $p>0.005$   $p=.408$ ), ASKVSÖ alt boyutlarından AKV ( $F=.841$   $p>0.005$   $p=.432$ ), SKV ( $F=2.259$   $p>0.005$   $p=.079$ ) sitilleri puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir.

Sporcu öğrencilerin PSÖ, HBÖ ve ASKVSÖ alt boyutlarının puan ortalamalarının sınıf değişkenine göre dağılımına ilişkin analiz sonuçları Tablo 4.4.'ünde yer almaktadır.

Tablo 4. 4. PSÖ Ve HBÖ İle ASKVSÖ Alt Boyutlarının Puan Ortalamalarının Sınıf Değişkenine Göre Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Ölçek	Sınıf	n	$\bar{x}$	Ss	F	p	Fark
Hedef Bağlılığı	1.sınıf	75	4.010	.801	1.133	.336	
	2.sınıf	70	3.831	.758			
	3.sınıf	68	3.832	.788			
	4.sınıf	59	4.003	.792			
Psikolojik Sağlamlık	1.sınıf	75	3.208	.759	.914	.435	
	2.sınıf	70	3.076	.544			
	3.sınıf	68	3.156	.656			
	4.sınıf	59	3.259	.679			
Akılcı Karar Verme	1.sınıf	75	3.885	.767	4.559	.004	2-4
	2.sınıf	70	3.542	.845			
	3.sınıf	68	3.752	.759			
	4.sınıf	59	4.027	.745			
Sezgisel Karar Verme	1.sınıf	75	3.477	.935	.588	.623	
	2.sınıf	70	3.317	.843			
	3.sınıf	68	3.344	.832			
	4.sınıf	59	3.305	.876			

Sporcu öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf değişkenine göre PSÖ puan ortalamaları ( $F=.914$   $p>0.005$   $p=.435$ ) arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir. Sporcu öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf değişkenine göre HBÖ ( $F=1.133$   $p>0.005$   $p=.336$ ) puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir. Diğer yandan ASKVSÖ alt boyutlarından SKV ( $F=.588$   $p>0.005$   $p=.623$ ) sitilleri puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir. Sporcu öğrencilerin sınıf değişkenine göre AKVS alt boyutu puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmiştir ( $F=4.559$   $p<0.005$   $p=.004$ ). Bu

farkın hangi gruplar arasında ortaya çıktığını tespit etmek amacıyla post hoc analizlerinden biri olan Bonferroni kullanılmış ve farklılığın 2. sınıf ile 4. sınıf öğrencileri arasında olduğu ve 4. sınıf öğrencilerinin lehine olduğu tespit edilmiştir.

Sporcu öğrencilerin PSÖ, HBÖ ve ASKVSÖ alt boyutlarının puan ortalamalarının gelir durumu değişkenine göre dağılımına ilişkin analiz sonuçları Tablo 4.5.'inde yer almaktadır.

Tablo 4. 5. PSÖ ve HBÖ İle ASKVSÖ Alt Boyutlarının Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Değişkenine Göre Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Ölçek	Gelir Durumu	n	$\bar{x}$	Ss	F	p	Fark
Hedef Bağlılığı	Gelirim Giderimden Az (1)	99	3.947	.773	.164	.849	
	Gelirim Giderime Eşit (2)	142	3.911	.797			
	Gelirim Giderimden Fazla (3)	31	3.858	.791			
Psikolojik Sağlamlık	Gelirim Giderimden Az (1)	99	2.976	.670	7.306	.001	1-2
	Gelirim Giderime Eşit (2)	142	3.300	.595			
	Gelirim Giderimden Fazla (3)	31	3.215	.813			
Akılcı Karar Verme	Gelirim Giderimden Az (1)	99	3.834	.808	1.008	.366	
	Gelirim Giderime Eşit (2)	142	3.808	.793			
	Gelirim Giderimden Fazla (3)	31	3.606	.778			
Sezgisel Verme	Gelirim Giderimden Az (1)	99	3.294	.829	1.776	.171	
	KararGelirim Giderime Eşit (2)	142	3.454	.893			
	Gelirim Giderimden Fazla (3)	31	3.180	.885			

Sporcu öğrencilerin gelir durumu değişkenine göre HBÖ puan ortalamaları ( $F=.164$   $p>0.005$   $p=.849$ ) arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir. Sporcu öğrencilerin akılcı ve sezgisel karar verme sitilleri ölçeği alt boyutlarından akılcı karar verme ( $F=1.008$   $p>0.005$   $p=.366$ ), sezgisel karar verme ( $F=1.776$   $p>0.005$   $p=.171$ ) sitilleri puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir. Sporcu öğrencilerin gelir durumu değişkenine göre psikolojik sağlamlık puan ortalamaları ( $F=7.306$   $p<0.005$   $p=.001$ ) arasında anlamlı fark tespit edilmiştir. Bu farkın hangi gruplar arasında ortaya çıktığını tespit etmek amacıyla post hoc analizlerinden biri olan Bonferroni kullanılmış ve farklılığın gelir durumu eşit ve geliri giderinden az olan sporcu öğrenciler arasında olduğu

ve gelirinin giderine eşit olduğunu belirten sporcu öğrenciler lehine olduğu tespit edilmiştir.

Psikolojik sağlamlık, hedef bağlılığı, akılcı karar verme ve sezgisel karar verme arasındaki ilişkilere ait istatistiksel sonuçlar tablo 4.6.'nda yer almaktadır.

Tablo 4. 6. PSÖ Ve HBÖ İle ASKVSÖ Arasındaki İlişki

Ölçek		1	2	3	4
HBÖ (1)	r	-	.222**	.437**	.044
	p		.000	.000	.471
	n	272	272	272	272
PSÖ (2)	r	.222**	-	.242**	.155*
	p	.000		.000	.011
	n	272	272	272	272
AKV (3)	r	.437**	.242**	-	.276**
	p	.000	.000		.000
	n	272	272	272	272
SKV (4)	r	.044	.155*	.276**	-
	p	.471	.011	.000	
	n	272	272	272	272

1=Hedef Bağlılığı, 2=Psikolojik Sağlamlık, 3=Akılcı Karar Verme, 4=Sezgisel Karar Verme

Yapılan korelasyon analizi sonuçları incelendiğinde HB ile PS ( $r=.222$   $p=.000$ ) düşük düzey pozitif yönlü anlamlı, yine HB ile AKV ( $r=.437$   $p=.000$ ) arasında orta düzey pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilirken HB ile SKV ( $r=.044$   $p=.471$   $p>0.005$ ) arasında pozitif yönlü fakat istatistiksel olarak anlamlı olmayan bir ilişki tespit edilmiştir. PS ile AKV arasında ( $r=.242$   $p=.000$ ) pozitif yönlü düşük düzey, PS ile SKV arasında ( $r=.155$   $p=.011$ ) pozitif yönlü düşük düzey istatistiksel olarak anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Akılcı karar verme ve sezgisel karar vermenin hedef bağlılığı üzerindeki yordayıcı etkisine ilişkin istatistiksel sonuçlar tablo 4.7.'de yer almaktadır.

Tablo 4. 7. AKV İle SKV'nin HB Üzerindeki Yordayıcı Etkisi

		B	S.H.	Beta	t	p	VIF
1	(Constant)	2.448	.238		10.300	.000	
	Sezgisel Karar Verme	-.075	.051	-.083	-1.464	.144	1.083
	Akılcı Karar Verme	.454	.056	.460	8.099	.000	1.083

Bağımlı değişken: Hedef Bağlılığı  
 $r^2=.445$   
 $F_{(2,269)}=33.122$   
 Model: Hedef Bağlılığı=2.448+Sezgisel Karar Verme\*-.075+Akılcı Karar Verme\*.454

Yapılan regresyon analizi sonucunda kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı ( $p=.000$   $p<0.05$   $F_{(2,269)}=33.122$ ) olduğu ve bağımlı değişkendeki %44,5'lik varyansın bağımsız değişkenler tarafından açıklandığı tespit edilmiştir. Diğer yandan akılcı karar vermenin hedef bağlılığı üzerinde önemli ve anlamlı bir yordayıcı olduğu fakat sezgisel karar vermenin hedef bağlılığı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcı olmadığı tespit edilmiştir.

Akılcı karar verme ile sezgisel karar vermenin psikolojik sağlamlık üzerindeki yordayıcı etkisine ilişkin istatistiksel sonuçlar tablo 4.8.'de yer almaktadır.

Tablo 4. 8. AKV İle SKV'nin PS Üzerindeki Yordayıcı Etkisi

		B	S.H.	Beta	t	p	VIF
1	(Constant)	2.244	.217		10.337	.000	
	Sezgisel Karar Verme	.072	.047	.095	1.549	.123	1.083
	Akılcı Karar Verme	.180	.051	.216	3.526	.000	1.083

Bağımlı değişken: Psikolojik Sağlamlık  
 $R^2=.259$   
 $F_{(2,269)}=9.662$   
 Model: Psikolojik Sağlamlık=2.448+Sezgisel Karar Verme\*.072+Akılcı Karar Verme\*.180

Yapılan regresyon analizi sonucunda kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı ( $p=.000$   $p<0.05$   $F_{(2,269)}=9.662$ ) olduğu ve bağımlı değişkendeki %25,9'luk varyansın bağımsız değişkenler tarafından açıklandığı tespit edilmiştir. Diğer yandan akılcı karar vermenin psikolojik sağlamlık üzerinde önemli ve anlamlı bir yordayıcı olduğu fakat sezgisel karar vermenin psikolojik sağlamlık üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcı olmadığı tespit edilmiştir.

## 5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmanın bu bölümünde araştırma grubundan elde edilen verilere uygulanan istatistiki işlemlerin ardından ortaya çıkan bulgular literatürde yer almış ulusal ve uluslararası çalışmalar ile kıyaslanarak benzerlikler ve farklılıkların ortaya çıkması amaçlanmıştır. Mevcut çalışma bulguları diğer çalışma sonuçları ile kıyaslanırken araştırmanın problem durumu ve alt problemleri doğrultusunda tartışılmıştır.

*Sosyo-demografik değişkenler ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkilere yönelik hipotez testlerinin istatistiksel sonuçları*

*Sporcu öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında anlamlı fark tespit edilmiştir ( $t=4.055$   $p<0.005$   $p=.000$ ). Sporcu öğrencilerin ilgilendikleri spor türü değişkenine göre psikolojik sağlamlık düzeyleri ( $t=.136$   $p>0.005$   $p=.892$ ) arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir. Sporcu öğrencilerin öğrenim gördükleri bölüm değişkenine göre psikolojik sağlamlık düzeyleri ( $F=.467$   $p>0.005$   $p=.627$ ) arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir. Sporcu öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf değişkenine göre psikolojik sağlamlık düzeyleri ( $F=.914$   $p>0.005$   $p=.435$ ) arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir. Sporcu öğrencilerin gelir durumu değişkenine göre psikolojik sağlamlık puan ortalamaları ( $F=7.306$   $p<0.005$   $p=.001$ ) arasında anlamlı fark tespit edilmiştir.*

*Sporcu öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında anlamlı fark tespit edilmiştir ( $t=4.055$   $p<0.005$   $p=.000$ ).*

Literatürde (Hosseini ve Besharat, 2010; Connor ve Davidson, 2003) erkek ve kadın sporcuların psikolojik sağlamlıklarının anlamlı şekilde farklılaşmadığını belirtmişlerdir. Kumar ve arkadaşları (2016) ise erkek ve kadın sporcuların zihinsel dayanıklılıklarının anlamlı şekilde farklılık göstermediğini belirtmişlerdir. Çelik ve

arkadaşları (2019) yapmış oldukları araştırmada kadın ve erkek sporcuların psikolojik sağlamlıklarının anlamlı şekilde farklılaştığını belirtmişlerdir. Özbek ve Akyüz (2022) yapmış oldukları araştırmada futbolcuların psikolojik sağlamlıklarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığını belirtmişlerdir. Yine Özkara ve Özbay (2019) lise düzeyindeki sporcuların psikolojik sağlamlıklarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığını belirtmişlerdir. Düzen ve Yazıcılar-Özçelik (2022) Lise öğrencileri üzerine yapmış oldukları araştırmada ise erkek ve kadın öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarının anlamlı olarak farklılaştığını belirtmişlerdir. Bununla birlikte Yazıcı ve arkadaşları (2023), Ağaoğlu ve Kargün (2023), Yılmaz ve arkadaşları (2024) yapmış oldukları araştırmada cinsiyet değişkenine göre psikolojik sağlamlığın anlamlı şekilde farklılaştığını belirtmişlerdir. Literatürde yer alan araştırmalardan bazıları incelendiğinde mevcut araştırma sonuçları ile benzer ve paralel sonuçların yer aldığı görülmektedir. Bu farklılıkların ortaya çıkmasında kültür, ekonomik koşullar, eğitim, ilgilenilen spor türü gibi değişkenlerin etkili olabileceği söylenebilir.

*Sporcu öğrencilerin ilgilendikleri spor türü değişkenine göre psikolojik sağlamlık düzeyleri ( $t=.136$   $p>0.005$   $p=.892$ ) arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir.*

Yılmaz ve arkadaşları (2024) sporcular üzerine yapmış oldukları araştırma kapsamında ilgilenilen spor türü değişkenine göre psikolojik sağlamlığın anlamlı şekilde farklılaşmadığını bununla birlikte takım sporu ile ilgilenen sporcuların psikolojik sağlamlık puan ortalamalarının daha yüksek düzeyde olduğunu belirtmişlerdir. Ağaoğlu ve Kargün (2023) sporcu öğrenciler üzerine yapmış oldukları araştırma kapsamında sporcu öğrencilerin ilgilendikleri spor türü değişkenine göre psikolojik sağlamlıklarının anlamlı şekilde farklılaşmadığını bununla birlikte takım sporu ile ilgilenen sporcu öğrencilerin psikolojik sağlamlık puan ortalamalarının daha yüksek olduğunu

belirtmişlerdir. Gençoğlu ve Namlı (2020) spor bilimleri fakültesi öğrencileri üzerine yapmış oldukları araştırmada sportif aktivite türü değişkenine göre öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarının anlamlı şekilde farklılaşmadığını bunun yanında bireysel sporlar ile ilgilenen öğrencilerin psikolojik sağlamlık puan ortalamalarının takım sporu ile ilgilenen öğrencilere göre daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Yazıcı ve arkadaşları (2023) sporcu öğrenciler üzerine yapmış oldukları araştırmada sporcu öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarının ilgilendikleri spor türü değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını bununla birlikte bireysel sporlar ile ilgilenen sporcu öğrencilerin psikolojik sağlamlık puan ortalamalarının takım sporları ile ilgilenen sporcu öğrencilerden daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Bu sonuçlar mevcut çalışma ile benzerlik ve farklılıklar taşımaktadır. Bu farklılıkların oluşmasını tetikleyen birden çok unsur olabilir. Bireysel ve takım sporlarının psikolojik hazırlık süreçleri, branşların psikolojik hazırlık süreçleri farklılıklar taşıyabilir ve bu farklılıklar bu sonuçların ortaya çıkmasında rol oynayabilir. Diğer yandan sporcu öğrencilerin sosyal yaşantıları ilgilendikleri spor türünü doğrudan veya dolaylı etkileyebilir ve bu durum bireysel veya takım sporu ile ilgilenen sporcu öğrencilerin psikolojik sağlamlık puan ortalamalarının farklılaşmasında rol alabilir. Diğer yandan ilgilenilen spor türünün sporculuk düzeyi bu benzerlik ve farklılıkların ortaya çıkmasını doğrudan veya dolaylı şekilde etkileyebilir. Çünkü profesyonel bağlamda ilgilenilen spor ile amatör şekilde ilgilenen spor arasındaki farklılıklar bu durum üzerinde belirleyici olabilir.

*Sporcu öğrencilerin öğrenim gördükleri bölüm değişkenine göre psikolojik sağlamlık düzeyleri ( $F=.467$   $p>0.005$   $p=.627$ ) arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir.*

Aydın ve Egemberdiyeva (2018) üniversite öğrencilerinin bölüm değişkenine göre psikolojik sağlamlık düzeylerinin istatistiksel olarak farklılaştığını belirtmişlerdir.

Oktan ve arkadaşları (2014) ise öğrencilerin bölüm türü değişkeni ile psikolojik sağlımlıkları arasında anlamlı fark tespit edilmediğini belirtmişlerdir. Yine Arslan ve Ayas (2019) çalışmalarında bölüm değişkenine göre öğrencilerin psikolojik sağlımlıklarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını belirtmişlerdir. Yine Hartley (2011) yapmış olduğu araştırmada öğrencilerin bölüm değişkenleri ile psikolojik sağlımlıkları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmediğini belirtmiştir. Akdeniz ve arkadaşları (2021) yapmış oldukları araştırmada eğitim, iletişim ve spor bilimleri fakültelerinde öğrenim gören öğrencilerin psikolojik sağlımlıklarının fakülte değişkenine göre anlamlı biçimde farklılaştığını belirtmişlerdir. Sagone ve Caroli (2014) yapmış oldukları araştırmada hukuk, mühendislik ve tıp fakültesi öğrencilerinin psikolojik sağlımlıklarının bölüm türü değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmadığını belirtmişlerdir. Wu ve arkadaşları (2020) Tıp ve diğer bölümler üzerine yapmış oldukları araştırmada öğrencilerin bölüm türü değişkenine göre psikolojik sağlımlıklarının anlamlı olarak farklılaşmadığını belirtmişlerdir. Öntürk ve arkadaşları (2020) yapmış oldukları araştırmada öğrencilerin öğrenim gördükleri bölüm ile psikolojik sağlımlıkları arasında anlamlı fark tespit edilmediğini belirtmişlerdir. Literatürde mevcut çalışma sonuçlarına benzerlikler ve farklılıkları ortaya koyan araştırmaların yer aldığı görülmektedir. Ortaya çıkan farklı sonuçların öğrencilerin öğrenim görmekte olduğu bölümlerin farklılıkları önemli bir etkidir. Diğer yandan öğrencilerin öğrenim gördükleri üniversite, şehir gibi etkenler bu farklılıkların ortaya çıkmasında belirleyici unsurlardan olabilir. Bir başka bağlamda ise öğrencilerin okudukları bölüme özgü kurallar, derslerin yoğunluğu ve işleniş şekli bu farklılıkların oluşmasını etkileyebilir.

*Sporcu öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf değişkenine göre psikolojik sağlımlık düzeyleri ( $F=.914$   $p>0.005$   $p=.435$ ) arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir.*

Erkoç ve Daniş (2020) yapmış oldukları araştırmada öğrencilerin psikolojik sağlıklarının sınıf değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığını belirtmişlerdir. Can ve Cantez (2018) yapmış oldukları araştırmada sınıf değişkenine göre öğrencilerin psikolojik sağlıklarının anlamlı olarak farklılaşmadığını belirtmişlerdir. Yine (Wu ve ark., 2020; Aydın ve ark., 2019; Güngörmüş ve ark., 2015; Gençoğlu ve Namlı, 2020; Seçim, 2020; Erkoç ve Lotfi, 2021; Camadan ve Kıracı, 2020) yapmış oldukları araştırmada sınıf değişkeni açısından psikolojik sağlığın anlamlı şekilde farklılaşmadığını belirtmişlerdir. Dikici ve arkadaşları (2023) yapmış oldukları araştırmada üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlıklarının sınıf değişkenine göre anlamlı olarak farklılaştığını belirtmişlerdir. Yener Özcan ve Ceylan (2023) hemşirelik öğrencileri üzerine yapmış oldukları araştırmada sınıf değişkenine göre psikolojik sağlığın anlamlı şekilde farklılaştığını belirtmişlerdir. Birinci ve Kül Avan (2022) üniversite öğrencileri üzerine yapmış oldukları araştırmada sınıf değişkenine göre psikolojik sağlığın anlamlı şekilde farklılaştığını belirtmişlerdir. Mevcut çalışma ile literatürde yer alan çalışmaların arasında benzer ve farklı sonuçların ortaya çıktığı görülmektedir. Öyle ki sınıf değişkeni öğrenciler açısından farklı şekilde anlamlandırılacak bir olgudur. Çünkü öğrenciler 1.sınıf öğrencisiyken buldukları ortamın farklılıklarına uyum sağlamaya çalışırken 3 veya 4.sınıfta ise iş bulma, kariyer planlaması, gelecek planları veya endişeleri gibi durumlar içerisinde olabilir. Bu durumlar öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerini etkileyebilir.

*Sporcu öğrencilerin gelir durumu değişkenine göre psikolojik sağlık puan ortalamaları ( $F=7.306$   $p<0.005$   $p=.001$ ) arasında anlamlı fark tespit edilmiştir.*

Arslan ve Ayas (2019) yapmış oldukları araştırmada öğrencilerin gelir durumu değişkenleri açısından psikolojik sağlıklarının anlamlı şekilde farklılaşmadığını

bunun yanında en yüksek psikolojik sağlamlık puan ortalamasına sahip grubun gelir seviyesi yüksek olan öğrenciler olduğunu belirtmişlerdir. Acar ve Han (2022) ise lise öğrencilerine yapmış oldukları araştırmada öğrencilerin aile gelir durumlarına göre psikolojik sağlamlıklarının anlamlı şekilde farklılaşmadığını bununla beraber aile geliri en yüksek olan grubun psikolojik sağlamlık puan ortalamalarının en yüksek grup olduğunu belirtmiştir. Yener Özcan ve Ceylan (2023) hemşirelik bölümü öğrencilerine yönelik yapmış olduğu araştırmada öğrencilerin gelir durumu değişkenlerine göre psikolojik sağlamlıklarının anlamlı şekilde farklılaştığını bununla birlikte gelirlerinin giderlerinden fazla olduğunu belirten öğrenci grubunun en yüksek puan ortalamasına sahip olduğunu belirtmişlerdir. Diğer yandan gelir durumu düşük grupların psikolojik sağlamlık puanlarının da düşük olduğuna yönelik araştırma sonuçları literatürde yer almaktadır (Yörük ve ark., 2022; Söner ve Gültekin, 2021). Kaya ve Çeçen-Eroğul (2015) ergenler üzerine yapmış olduğu araştırmada ise aile gelir durumuna göre ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının anlamlı şekilde farklılaşmadığını belirtmişlerdir. Aboalshamat ve arkadaşları (2018) üniversite öğrencileri üzerinde yapmış oldukları araştırmada psikolojik sağlamlık puan ortalamasının geliri yüksek öğrenciler lehine olduğunu belirtmişlerdir. Bektaş ve Özben (2016) yapmış oldukları araştırma neticesinde psikolojik sağlamlığın katılımcıların gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaştığını belirtmişlerdir. Kımtar (2020) 337 birey üzerine yaptığı araştırmada gelir seviyesine göre bireylerin psikolojik sağlamlıklarının anlamlı şekilde farklılaşmadığını bununla beraber gelir seviyesini yüksek olan bireylerin psikolojik sağlamlık puan ortalamalarının en yüksek olduğunu belirtmiştir. Tařđın ve arkadaşları (2017) ise yaptıkları araştırmada psikolojik sağlamlığın gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşmadığını belirtmişlerdir. Birinci ve Kül Avan (2022) öğrenciler üzerine yapmış

oldukları araştırma kapsamında öğrencilerin gelir durumlarına göre psikolojik sağlamlık puanlarının anlamlı olarak farklılaşmadığı bununla birlikte en yüksek puan ortalamasına gelir seviyesi yüksek öğrenci grubunun sahip olduğunu belirtmişlerdir. Bu sonuçlar incelendiğinde mevcut çalışmalar ile benzer ve farklı sonuçlar içermektedir. Literatürde yer bu farklılıklar öğrencilerin yaşadıkları şehir, öğrenim gördükleri bölüm, kültür, ekonomik koşulların etkisi gibi unsurlardan dolayı oluşabilir. Bununla beraber öğrencilerin yaşam biçimleri, tüketim alışkanlıkları, yaşam zorlukları gibi unsurlar gelir düzeylerine göre farklı psikolojik sağlamlık düzeylerinin ortaya çıkmasını etkileyebilir.

*Sosyo-demografik değişkenler ve hedef bağlılığı arasındaki ilişkilere yönelik hipotez testlerinin istatistiksel sonuçları*

*Sporcu öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre hedef bağlılıkları ( $t=-1.458$   $p>0.005$   $p=.146$ ) anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır. Sporcu öğrencilerin ilgilendikleri spor türü değişkenine göre hedef bağlılıkları ( $t=-.986$   $p>0.005$   $p=.325$ ) anlamlı şekilde farklılaşmamaktadır. Sporcu öğrencilerin öğrenim gördükleri bölüm değişkenine göre hedef bağlılıkları ( $F=.900$   $p>0.005$   $p=.408$ ) anlamlı şekilde farklılaşmamaktadır. Sporcu öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf değişkenine göre hedef bağlılıkları ( $F=1.133$   $p>0.005$   $p=.336$ ) anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır. Sporcu öğrencilerin gelir durumu değişkenine göre hedef bağlılıkları puan ortalamaları ( $F=.164$   $p>0.005$   $p=.849$ ) anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır.*

*Sporcu öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre hedef bağlılıkları ( $t=-1.458$   $p>0.005$   $p=.146$ ) anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır.*

Süleymanoğulları ve arkadaşları (2021) spor bilimleri öğrencileri üzerine yapmış oldukları araştırmada öğrencilerin hedef bağlılıklarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı

şekilde kadınlar lehine farklılaştığını belirtmişlerdir. Sandler (2002), Yılmaz ve arkadaşları (2024), Ağaoğlu ve Kargün (2023), araştırmalarında hedef bağlılığının cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaştığını tespit etmiştir. Bu araştırmalar mevcut araştırma sonucu ile farklı sonuçlar ortaya koymaktadır. Diğer yandan literatürde mevcut çalışmanın bulguları ile benzer şekilde cinsiyet değişkenine göre hedef bağlılığının anlamlı olarak farklılaşmadığını ortaya koyan çalışmalar (Fishbach ve Dhar, 2005; Uluç ve Akçakoyun, 2021; De Clercq ve ark., 2009; Oettingen ve ark., 2009) bulunmaktadır. Literatürden verilen sonuçlar ile mevcut çalışmanın bulguları arasında benzer ve farklı sonuçların ortaya çıktığı görülmektedir. Benzer ve farklı sonuçların ortaya çıkmasını etkileyen farklı unsurlardan söz edilebilir. Kadın ve erkeklerin geleceğe yönelik kariyer planlamaları birbirinden farklı özellikler gösterebildiği gibi aynı hedef doğrultusunda ilerleyip aynı hedeflere ulaşmak isteyebilirler. Yaşanılan coğrafi konum, ekonomik şartlar, stres, eğitim, kaygı, depresyon gibi unsurlar bu benzerliklerin ve farklılıkların ortaya çıkmasını etkileyebilir.

*Sporcu öğrencilerin ilgilendikleri spor türü değişkenine göre hedef bağlılıkları ( $t=-.986$   $p>0.005$   $p=.325$ ) anlamlı şekilde farklılaşmamaktadır.*

Ağaoğlu ve Kargün (2023) yapmış oldukları araştırmada spor türü değişkenine göre hedef bağlılığının anlamlı şekilde farklılaşmadığını bununla birlikte takım sporu ile ilgilenen katılımcıların bireysel sporlar ile ilgilenen sporculara göre daha yüksek puan ortalamasına sahip olduğunu belirtmişlerdir. Öntürk ve arkadaşları (2018) yapmış oldukları araştırma kapsamında idari personelin spor yapma durumu değişkenine göre hedef bağlılığının anlamlı şekilde farklılaştığını belirtmişlerdir. Özcan ve Göral (2020) sporcuların ilgilendikleri spor türü değişkenine göre hedef bağlılıklarının anlamlı bir şekilde farklılaştığını belirtmişler ve bununla birlikte takım sporu ile ilgilenen sporcuların

puan ortalamalarının daha yüksek olduğunu ifade etmişlerdir. Yılmaz ve arkadaşları (2024) yapmış oldukları araştırmada ilgilenilen spor türü değişkenine göre hedef bağlılığının anlamlı şekilde farklılaşmadığını bununla birlikte takım sporları ile ilgilenen katılımcıların puan ortalamalarının bireysel sporlar ile ilgilenen katılımcılara göre daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Literatürde mevcut çalışma sonuçları ile benzer ve farklı sonuçlar ortaya koyan çalışmalar yer almaktadır. İlgilenilen spor türünün gereklilikleri, psikolojik süreçleri, kariyer olanakları, ilgilenilen sporun yapılma amacı, coğrafi ve ekonomik şartlar, cinsiyet gibi farklı etkenler ilgilenilen spor türüne göre hedef bağlılığında ortaya çıkan farklı sonuçların oluşmasını etkileyebilir.

*Sporcu öğrencilerin öğrenim gördükleri bölüm değişkenine göre hedef bağlılıkları ( $F=.900$   $p>0.005$   $p=.408$ ) anlamlı şekilde farklılaşmamaktadır.*

Süleymanoğulları ve arkadaşları (2021) yapmış oldukları araştırmada öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlerin önceden hedeflenip hedeflenmeme durumları ile hedef bağlılıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit etmediklerini belirtmişlerdir. Çakıcı ve arkadaşları (2023) sporcular üzerine yapmış oldukları araştırmada sporcuların bölüm değişkenleri ile hedef bağlılıkları arasında anlamlı fark tespit edilmediğini belirtmişlerdir. Ağaoğlu ve Kargün (2023) sporcu öğrenciler üzerine yapmış oldukları araştırmada sporcu öğrencilerin hedef bağlılıklarının bölüm değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığını belirtmişlerdir. Çağlayan-Tunç ve Erdoğan (2023) oryantiring sporcuları üzerine yapmış oldukları araştırmada sporcuların eğitim durumları ile hedef bağlılıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edildiğini belirtmişlerdir. Aybek ve arkadaşları (2023) yapmış oldukları araştırmada sporcuların öğrenim gördükleri bölüm değişkeni ile hedef bağlılıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmediğini belirtmişlerdir. Literatürde yer alan çalışmalar mevcut çalışma ile

benzer ve farklı yönde sonuçlar ortaya koymaktadır. Bireylerin hedef bağılıklarını etkileyen farklı unsurlar yer almaktadır. Sporcu ve öğrenci bağlamında hedef bağılıkları bireylerin kariyer planlamaları, beklentileri, sosyo ekonomik değişkenleri, yaşamakta oldukları coğrafi konum gibi daha birçok değişken ile ilişki şeklinde değişebilmektedir. Bu doğrultuda benzer ve farklı sonuçların ortaya çıkmış olmasını açıklayan birden çok unsurun etkisinden söz edilebilir.

*Sporcu öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf değişkenine göre hedef bağılıkları ( $F=1.133$   $p>0.005$   $p=.336$ ) anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır.*

Çakıcı ve arkadaşları (2023) sporcular üzerine yapmış oldukları araştırmada sporcuların hedef bağılıkları ile sınıf değişkenleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark tespit edilmediğini bununla beraber ikinci sınıf öğrencilerinin hedef bağılık puan ortalamalarının diğer sınıflara göre daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Özkul (2022) spor yapan üniversite öğrencileri üzerine yapmış olduğu araştırma kapsamında sporcu öğrencilerin hedef bağılıkları ile sınıf değişkenleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmediğini bununla birlikte 2.sınıf öğrencilerinin 1,3 ve 4.sınıf öğrencilerinden daha yüksek puan ortalamasına sahip olduğunu belirtmiştir. Koca (2024) spor bilimleri öğrencileri örnekleminde yapmış olduğu yüksek lisans tezinde öğrencilerin sınıf değişkenleri ile hedef bağılıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmediğini belirtmiş bununla birlikte 4.sınıf öğrencilerinin diğer sınıf öğrencilerine göre daha yüksek puan ortalaması elde ettiklerini belirtmiştir. Öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf yaşantılarının belirli bir dönemini kapsayan eğitim öğretim yaşantılarının bir bölümü olarak kabul edilir. Öğrenciler 1. Sınıfta henüz uyum sağlama aşamasında görülebilir ve yıllar geçtikçe hedeflerini netleştirebilir, değiştirebilir ve hatta hedeflerinden vazgeçme noktasına gelebilir. Bununla birlikte öğrenciler henüz üniversite 1.sınıfa başlamadan önce

hedeflerine yönelik eğitim öğretim yaşantılarına yön verebilir, her eğitim öğretim yılında yeni hedefler belirleyebilirler. Bu doğrultuda sınıf değişkeni ile hedef bağlılığı arasındaki ilişki birçok farklı unsura göre şekillenebilir ve farklı sonuçlar ortaya çıkabilir.

*Sporcu öğrencilerin gelir durumu değişkenine göre hedef bağlılıkları puan ortalamaları ( $F=.164$   $p>0.005$   $p=.849$ ) anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır.*

Koca (2024) spor bilimleri öğrencileri örnekleminde yapmış olduğu yüksek lisans tezinde öğrencilerin gelir durumu değişkenleri ile hedef bağlılıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit ettiklerini bununla beraber en düşük gelir grubunun en yüksek hedef bağlılığı puan ortalamasına sahip olduğunu belirtmiştir. Yine Özkul (2022) yapmış olduğu tez çalışmasında gelir değişkeni ile hedef bağlılığı arasında anlamlı fark tespit edilmediğini bununla birlikte 1501-3500 TL gelir düzeyine sahip olan öğrencilerin hedef bağlılığı puan ortalamalarının daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Süleymanoğulları ve arkadaşları (2021) yapmış oldukları çalışmada öğrencilerin aile gelir düzeyi değişkenleri ile hedef bağlılıkları arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark tespit ettiklerini belirtmişlerdir. Öntürk ve arkadaşları (2018) ise yaptıkları çalışmada gelir değişkeni ile hedef bağlılığı arasında anlamlı fark tespit edilmediğini belirtmişlerdir. Öğrencilerin gelir değişkenleri öğrenim gördükleri coğrafi bölge, şehir, ekonomik, demografik durumlara göre öğrencilerin eğitim öğretim yaşantıları içerisinde önemli bir yer tutar. Öğrencilerin gelir değişkenleri hedeflerine olan bağlılıklarını doğrudan veya dolaylı bir şekilde etkileyebilir. Çünkü hedeflerine ulaşmak isteyen bireylerin gelir durumları yaşantılarını ve hayatlarını devam ettirebilme açısından önemli bir nokta da yer alır.

*Sosyo-demografik değişkenler ile akılcı ve sezgisel karar verme stilleri arasındaki ilişkilere yönelik hipotez testlerinin istatistiksel sonuçları*

*Sporcu öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre akılcı karar verme ( $t=-1.077$   $p>0.005$   $p=.282$ ), sezgisel karar verme ( $t=.882$   $p>0.005$   $p=.379$ ) sitilleri puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir. Sporcu öğrencilerin spor türü değişkenine göre akılcı karar verme ( $t=-1.004$   $p>0.005$   $p=.316$ ), sezgisel karar verme ( $t=1.265$   $p>0.005$   $p=.207$ ) sitilleri puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir. Sporcu öğrencilerin bölüm değişkenine göre akılcı karar verme ( $F=.841$   $p>0.005$   $p=.432$ ), sezgisel karar verme ( $F=2.559$   $p>0.005$   $p=.079$ ) sitilleri puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir. Sporcu öğrencilerin sınıf değişkenine göre akılcı karar verme alt boyutu puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmiş ( $F=4.559$   $p<0.005$   $p=.004$ ), sezgisel karar verme ( $F=.588$   $p>0.005$   $p=.623$ ) sitilleri puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir. Sporcu öğrencilerin gelir düzeyi değişkenine göre akılcı karar verme ( $F=1.008$   $p>0.005$   $p=.366$ ), sezgisel karar verme ( $F=1.776$   $p>0.005$   $p=.171$ ) sitilleri puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir.*

*Sporcu öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre akılcı karar verme ( $t=-1.077$   $p>0.005$   $p=.282$ ), sezgisel karar verme ( $t=.882$   $p>0.005$   $p=.379$ ) sitilleri puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir.*

Güler ve arkadaşları (2022) sporcu öğrenciler üzerine yapmış oldukları araştırmada cinsiyet değişkenine göre akılcı sezgisel karar verme boyutlarının anlamlı şekilde farklılık göstermediğini akılcı karar verme boyutunda erkeklerin sezgisel karar verme boyutunda ise kadınların daha yüksek puan ortalamasına sahip olduklarını belirtmişlerdir. Yılmaz ve arkadaşları (2024) spor yöneticisi adayları üzerine yapmış oldukları araştırmada akılcı ve karar verme sitillerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığını bununla birlikte her iki boyutta da kadınların puan

ortalamalarının erkeklerden daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Albayrak ve arkadaşları (2024) üniversiteler arası hentbol turnuvasında oynayan sporcu öğrenciler üzerine yapmış oldukları araştırmada cinsiyet değişkenine göre akılcı karar verme boyutunda erkekler lehine istatistiksel düzeyde anlamlı fark tespit ettiklerini belirtirken sezgisel karar verme boyutunun cinsiyet değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmadığını belirtmişlerdir. Diğer yandan (Alver ve ark., 2006; Tekin ve ark., 2009; Çetin, 2010; Özden, 2009) araştırmalarında cinsiyet ile karar verme sınılları arasında anlamlı fark tespit edilmediğini belirtmişlerdir. Kalı-Soyer ve arkadaşları (2021) yapmış oldukları araştırmada üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkenlerine göre akılcı karar verme sınıllarının anlamı olarak farklılaşmadığını fakat sezgisel karar verme sınıllarının kadın öğrenciler lehine anlamlı olarak farklılaştığını belirtmişlerdir. Bu doğrultuda literatürde yer alan araştırmalar ile mevcut çalışmanın araştırma sonuçları arasında benzerlik ve farklılıkların olduğu görülmektedir. Bu benzerlik ve farklılıkların ortaya çıkmasında etkili olabilecek psikolojik ve sosyolojik etmenlerin olduğu söylenebilir.

*Sporcu öğrencilerin spor türü değişkenine göre akılcı karar verme ( $t=-1.004$   $p>0.005$   $p=.316$ ), sezgisel karar verme ( $t=1.265$   $p>0.005$   $p=.207$ ) sınılları puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir.*

Güler ve arkadaşları (2022) sporcu öğrenciler üzerine yapmış oldukları araştırmalarında akılcı karar vermenin spor türü değişkenine göre anlamlı olarak farklılaştığını ancak sezgisel karar vermenin ise spor türü değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmadığını belirtmişlerdir. Tekin ve arkadaşları (2009) özel yetenek sınavlarına katılan bireyler üzerine yapmış oldukları araştırmada öğrencilerin ilgilendikleri spor türü değişkenine göre rasyonel, sezgisel, bağımlı, kaçınan ve anlık karar verme sınıllarının anlamlı olarak farklılaşmadığını belirtmişlerdir. Temel (2015)

beden eğitimi öğretmenlerinin ilgilendikleri spor türü değişkenine göre kaçınan karar verme, panik karar verme, erteleyici karar verme ve dikkatli karar verme sitillerinin anlamlı olarak farklılaşmadığını belirtmiştir. Tekkurşun-Demir ve arkadaşları (2018) sporcuların ilgilendikleri spor türü değişkenine göre sezgisel karar verme, bağımlı karar verme, rasyonel karar verme, kaçınan karar verme ile kendiliğinden aniden karar verme sitillerinin anlamlı olarak farklılaşmadığını belirtmişlerdir.

*Sporcu öğrencilerin bölüm değişkenine göre akılcı karar verme ( $F=.841$   $p>0.005$   $p=.432$ ), sezgisel karar verme ( $F=2.559$   $p>0.005$   $p=.079$ ) sitilleri puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir.*

Taşgit (2012) üniversite öğrencileri üzerine yapmış olduğu araştırmada BESYO, Kamu Yönetimi, İktisad ve İşletme bölümü öğrencilerinin erteleyici, kaçınan ve panik karar verme sitilleri arasında bölüm değişkenine göre anlamlı ilişki olduğunu belirtirken, dikkatli karar verme sitillerinin ise bölüm değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmadığını belirtmiştir. Keskin ve arkadaşları (2016) üniversite öğrencilerinin karar verme stratejileri ile bölüm değişkenleri arasındaki ilişkilerde içtespisel, mantıklı-sistemik, kararsızlık boyutlarının bölüm değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaştığını bununla beraber bağımlı boyutunun bölüm değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını belirtmişlerdir.

*Sporcu öğrencilerin sınıf değişkenine göre akılcı karar verme alt boyutu puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmiş ( $F=4.559$   $p<0.005$   $p=.004$ ), sezgisel karar verme ( $F=.588$   $p>0.005$   $p=.623$ ) sitilleri puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir.*

Ekinci (2021) üniversite öğrencilerinin sınıf değişkenlerine göre rasyonel karar verme, bağımlı karar verme, sezgisel karar verme, kaçınma karar verme ile kendiliğinden aniden karar verme sivillerinin anlamlı olarak farklılaşmadığını belirtmiştir. Taşgıt (2012) üniversite öğrencileri üzerine yapmış olduğu araştırmada BESYO, Kamu Yönetimi, İktisad ve İşletme bölümü öğrencilerinin erteleyici, kaçınan ve panik karar verme sivilleri arasında sınıf değişkenine göre anlamlı ilişki olduğunu belirtirken, dikkatli karar verme sivillerinin ise sınıf değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmadığını belirtmiştir. Tatlılıoğlu (2014) üniversite öğrencilerinin dikkatli karar verme sivillerinin sınıf değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmadığını bununla birlikte erteleyici, kaçınan ve panik karar verme sivillerinin sınıf değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaştığını belirtmiştir. Erözkan (2011) yapmış olduğu araştırmada üniversite öğrencilerinin sınıf değişkenlerine göre karar stratejilerinin anlamlı şekilde farklılaşmadığını belirtmiştir. Bu sonuçlar mevcut çalışma sonuçları ile benzer ve paralel sonuçlar taşımaktadır. Bireylerin özellikle üniversite öğrenimi gören bireylerin karar verme sivillerini etkileyen birden çok unsurun olduğu söylenebilir. Bu doğrultuda ele alındığında literatürde birbirine benzer ve farklı sonuçların ortaya çıkması bireylerin kişilik özelliklerinden, öğrenim görülen bölüm, kariyer planlaması, maddi gelir gibi birçok unsurdan etkilenmesinden kaynaklanabilir.

*Sporcu öğrencilerin gelir düzeyi değişkenine göre akılcı karar verme ( $F=1.008$   $p>0.005$   $p=.366$ ), sezgisel karar verme ( $F=1.776$   $p>0.005$   $p=.171$ ) sivilleri puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir.*

Şamiloğlu (2024) cimnastik hakemleri üzerine yapmış olduğu araştırmada hakemlerin gelir düzeylerine göre karar vermede öz saygı ve panik karar verme boyutlarının gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaştığını, dikkatli karar verme,

kaçınan karar verme ve erteleyici karar verme boyutlarının ise gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığını belirtmiştir. Deryehanoğlu (2014) kickboks hakemlerinin karar verme sillerinin aylık gelir düzeylerine göre anlamlı olarak farklılaşmadığını belirtmiştir. Bir başka araştırmada ise Açıcı (2019) ulusal ve uluslararası voleybol hakemlerinin karar verme sillerinin aylık gelir düzeylerine göre anlamlı olarak farklılaşmadığını belirtmiştir. Aksu (2016) farklı klasmanlarda görev yapan hakemlerin kaçınan ve panik karar verme sillerinin aylık gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı olarak farklılaştığını, erteleyici karar verme, dikkatli karar verme ve karar vermede öz saygının aylık gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşmadığını belirtmiştir. Dikmen (2022) farklı branşlarda görev yapan takım sporu hakemlerinin panik karar verme sillerinin aylık gelir düzeylerine göre anlamlı şekilde farklılaştığını bununla birlikte karar vermede öz saygı, erteleyici, dikkatli ve kaçınan karar verme sillerinin aylık gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmadığını belirtmiştir.

*Akılcı karar vermenin hedef bağlılığı üzerinde önemli ve anlamlı bir yordayıcı olduğu fakat sezgisel karar vermenin hedef bağlılığı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcı olmadığı tespit edilmiştir.*

Çağlayan Tunç ve Erdoğan (2023) oryantiring sporcuları üzerine yapmış oldukları araştırmada hedef bağlılığı ile karar verme silleri toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit etmediklerini belirtmişlerdir. Yılmaz ve arkadaşları (2024) sporcu öğrenciler üzerine yapmış oldukları araştırmada hedef bağlılığındaki toplam değişimin %17,2'sinin sporcu öz yeterliği ile açıklandığı belirtmişlerdir. Ağaoğlu ve Kargün (2023) sporcu öğrenciler üzerine yapmış oldukları araştırmada ise hedef bağlılığındaki %75,7'lik değişimin psikolojik sağlık ile açıklandığını belirtmişlerdir.

Diğer yandan Ilıkkın (2021) yeterlik düzeyinin hedef bağıllığı ve hedef yönelimini pozitif bir şekilde etkilediğini belirtmişlerdir.

*Akılcı karar vermenin psikolojik sağlamlık üzerinde önemli ve anlamlı bir yordayıcı olduğu fakat sezgisel karar vermenin psikolojik sağlamlık üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcı olmadığı tespit edilmiştir.*

Akdeniz ve arkadaşları (2021) üniversite öğrencileri üzerine yapmış oldukları araştırmada yaşam doyumunun psikolojik sağlamlık üzerinde güçlü ve anlamlı bir etkiye sahip olduğunu belirtmişlerdir. Metin ve arkadaşları (2023) futbolcularda psikolojik sağlamlık ile algılanan stres ve psikolojik sağlamlık ile yaşam kalitesi arasındaki negatif yönlü ilişkiler olduğunu belirtmişlerdir. Sivri ve arkadaşları (2022) tenis hakemleri üzerine yapmış oldukları araştırmada sürekli kaygı ile psikolojik sağlamlık arasında negatif yönlü bir ilişki tespit ettiklerini belirtmişlerdir. Düzen ve Yazıcılar-Özçelik (2022) lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıkları ile mutluluk düzeyleri arasında pozitif yönlü ilişki tespit edildiğini belirtmişlerdir. Gençoğlu ve Namlı (2020) spor bilimleri öğrencilerinin psikolojik sağlamlıkları ile bilişsel empati düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu, psikolojik sağlamlık ile duygusal tepki ve sosyal beceri arasında anlamlı ilişki tespit edilmediğini belirtmişlerdir. Kül Avan ve Parlakyıldız (2024) psikolojik sağlamlık ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler tespit edildiğini belirtirken psikolojik sağlamlık ile zinde olma, adanma, içselleştirme ve spora bağıllık arasında anlamlı ilişki tespit edilmediğini belirtmişlerdir.

Bu araştırma sporcu öğrencilerin hedef bağıllıkları, psikolojik sağlamlıkları ile akılcı ve sezgisel karar verme stilleri arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlamaktadır. Tez çalışmasından ortaya çıkan sonuçlar incelendiğinde;

Erkeklerin psikolojik sağlamlık d¼zeylerinin kadınlara g¼re daha y¼ksek olduğu, kadınların hedef bağlılık d¼zeylerinin erkeklere g¼re daha y¼ksek olduğu, kadınların AKV puan ortalamasının erkeklerden daha y¼ksek olduğu, erkeklerin SKV puan ortalamasının kadınlardan daha y¼ksek olduğu sonucu cinsiyet açısından ortaya çıkan sonuçlardandır. Bireysel sporlar ile ilgilenen sporcu ¼đrencilerin psikolojik sağlamlık d¼zeylerinin takım sporları ile ilgilenenlerden daha y¼ksek olduğu, takım sporu ile ilgilenen sporcu ¼đrencilerin hedef bağlılık d¼zeylerinin bireysel sporlar ile ilgilenenlerden daha y¼ksek olduğu, takım sporları ile ilgilenen sporcu ¼đrencilerin akılcı karar verme puan ortalamalarının bireysel sporcu ¼đrencilerden daha y¼ksek olduğu, bireysel sporcu ¼đrencilerin sezgisel karar verme puan ortalamalarının takım sporu ile ilgilenen sporcu ¼đrencilerden daha y¼ksek olduğu spor t¼r¼ değişkeni ile ilgili ortaya çıkan sonuçlardır. Antren¼rl¼k eğitimi b¼l¼m¼ ¼đrencilerinin hedef bağlılık puan ortalamalarının spor y¼neticiliđi ve beden eğitimi ¼đretmenlerinden daha y¼ksek olduğu, spor y¼neticiliđi b¼l¼m¼ ¼đrencilerinin psikolojik sağlamlık puan ortalamalarının diğer b¼l¼m ¼đrencilerinden daha y¼ksek olduğu, sezgisel karar verme puan ortalamalarında spor y¼neticiliđi b¼l¼m¼ ¼đrencilerinin en y¼ksek puan ortalamasına sahip olduğu, akılcı karar verme puan ortalamalarında ise beden eğitimi ve spor ¼đretmenliđi puan ortalamasına sahip ¼đrencilerin en y¼ksek puan ortalamasına sahip olduğu b¼l¼m değişkeni açısından ortaya çıkan sonuçlardandır. 1.sınıf ¼đrencilerin hedef bağlılığı puan ortalamalarının 2,3 ve 4.sınıf ¼đrencilerinden daha y¼ksek d¼zeyde olduğu, 4.sınıf ¼đrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının 1,2 ve 3.sınıf ¼đrencilerinden daha y¼ksek d¼zeyde oluğu, ¼đrencilerin 1.sınıfta sezgisel karar verme puan ortalamalarının daha y¼ksek, 4.sınıfta ise akılcı karar verme puan ortalamalarının daha y¼ksek olduğu sınıf değişkeni açısından ortaya çıkan sonuçlardır. Geliri giderinden az olan sporcu

öğrencilerin hedef bağıllık puan ortalamalarının geliri giderine eşit ve gelirin giderinden fazla olan öğrencilerden daha yüksek olduğu, gelirin giderine eşit olan sporcu öğrencilerin psikolojik sağlık puan ortalamalarının daha yüksek olduğu, gelirin giderine eşit olan sporcu öğrencilerin akılcı ve sezgisel karar verme puan ortalamalarının daha yüksek olduğu gelir düzeyi değişkeni açısından ortaya çıkan sonuçlardır.

## **Öneriler**

Sporcu öğrencilerin karar verme becerilerinin önemine yönelik teorik ve pratik uygulamalar oluşturulmalıdır.

Spor öğrencilerin psikolojik sağlıklarını olumsuz yönde etkileyebilecek unsurlara yönelik bilgilendirmeler yapılabilir ve önemler alınabilir.

Sporcu öğrencilerin hedeflerine yönelik planlamalar yapmasında yardımcı olabilecek ek bilgiler öğrencilere aktarılabilir.

Sporcu öğrencilerin psikolojik sağlıklarının korunması, iyileştirilmesi veya geliştirilmesine yönelik çok boyutlu yaklaşımlar benimsenerek bir model oluşturulmalıdır.

Öğrencilik süreci boyunca öğrenim ortamında sporculuk kariyeri boyunca öğrenim ortamında teorik ve pratik bilgiler ışığında hedef bağıllığı, karar verme stratejileri ve psikolojik sağlığa yönelik bilgilendirmeler (seminer, eğitim) sürekli hale getirilmelidir.

Bu çalışma yalnızca nicel araştırma yöntemleri benimsenerek yapılmış olup diğer araştırma türlerinden faydalanılmamıştır. Bu doğrultuda nitel araştırma yöntemleri, karma araştırma yöntemleri, deneysel araştırma yöntemleri gibi yöntemler benimsenerek

sporcu öğrencilerin psikolojik sağlamlık, hedef bağlılığı ile akılcı ve sezgisel karar verme stilleri arasındaki ilişkiler incelenmelidir.

Bu araştırmanın örneklemini bir devlet üniversitesinin spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören ve aynı zamanda aktif spor yapan sporcu öğrencilerden oluşmaktadır. Farklı örneklem grupları üzerinde ilişkilerin tekrar ölçülmesi konunun derinlemesine incelenmesine katkıda bulunacaktır.

Araştırmada kullanılan veri toplama araçları çeşitlendirilerek farklı değişkenler ile araştırmanın tekrarlanması konunun açıklanmasına katkıda bulunabilir.

## KAYNAKLAR

- Aboalshamat, K. T., Alsiyud, A. O., Al-Sayed, R. A., Alreddadi, R. S., Faqiehi, S.S., & Almeahadi, S. A. (2018). The relationship between resilience, happiness, and life satisfaction in dental and medical students in Jeddah, Saudi Arabia. *Nigerian Journal of Clinical Practice*, 21(8), 1038-1043. [https://doi.org/10.4103/njcp.njcp\\_278\\_17](https://doi.org/10.4103/njcp.njcp_278_17)
- Abubakar, A. M., Elrehail, H., Alatailat, M. A., & Elçi, A. (2019). Knowledge management, decision-making style and organizational performance. *Journal of Innovation & Knowledge*, 4(2), 104-114. <https://doi.org/10.1016/j.jik.2017.07.003>
- Acar, F., & Han, B. (2022). Covid-19 salgını döneminde liseli öğrencilerin psikolojik sağlık ve maneviyat düzeyleri arasındaki ilişki. *Siirt Eğitim Dergisi*, 2(2), 92-114.
- Açııcı, S. (2019). *Ulusal ve uluslararası voleybol hakemlerinin karar verme stillerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi). Tez no: 552993. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Açıkgöz, M. (2016). *Çukurova Üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinin psikolojik sağlık ile mizah tarzları ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çağ Üniversitesi). Tez no: 443054. YÖKTEZ veri tabanı.
- Adair, J. (2000). *Karar verme ve problem çözme*. (Çev. Nurdan Kalaycı). Ankara: Gazi Kitabevi.
- Adıgüzel, S., Karataş, B., Soylu, Y., Taş, M., & Serin, E. (2022). Bireysel ve takım sporcularının psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. *Journal Of International Social Research*, 15(92), 29-34. <https://doi.org/10.17719/jisr.2022.74122>
- Ağaoğlu, Y.S., & Kargün, M. (2023). Sporcu öğrencilerin psikolojik sağlık düzeyleri ile hedef bağlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 10(3), 360-372. <http://dx.doi.org/10.33468/sbsebd.358>
- Akdeniz, H., Savtekin, G., & Köylü, İ.K. (2021). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumlarının, psikolojik sağlık düzeylerine etkisinin incelenmesi. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 36-52. <https://doi.org/10.52272/srad.927472>.
- Akgül, A., Solmaz, S., Uzun, A., & Yarayan, Y. E. (2024). Zihinsel dayanıklılık: İmgeleme ve duygusal zekânın rolü. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 13(3), 334-340. <https://doi.org/10.22282/tojras.1465496>
- Aksu, A. (2016). *Farklı klasmanlardaki futbol hakemlerinin karar verme stilleri ve özgüven düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi). Tez no: 437462. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Albayrak, A. Y., Somoğlu, M. B., Koç, M., & Koç, M. (2024). Üniversiteler arası hentbol turnuvasında oynayan sporcu öğrencilerin akılcı ve sezgisel karar verme stilleri

- ile sportmenlik davranışlarının incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 11(3), 361-380. <https://doi.org/10.33468/sbsebd.410>
- Altay Ü, (2011). *Yöneticilerin duygusal zeka düzeylerinin karar verme stillerine etkisi ve bir araştırma* (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi). Tez no: 303873. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Altay, B., Baştuğ, G., & Arıkan, İ. İ. (2018). Goal commitment and psychological resilience among cycling athletes. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 3(12), 618-628. <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.1146898>
- Altungül, O., Söyler, D. Y., & Bulut, M. (2023). Examination of psychological strength and target commitment level of students faculty of sports sciences province. *International e-Journal of Educational Studies*, 7(15), 627-636. <https://doi.org/10.31458/iejes.1322672>
- Alver, B. (2004). Güzel sanatlar eğitimi alan öğrencilerin empatik beceri ve karar verme stratejilerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(2), 93-108.
- Alver, B., Ada, Ş., & Çakıcı, D. (2006). Okul yöneticilerinin karar verme stratejilerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Kazım Karabekir Eğitim Dergisi*, 13, 55-70.
- Amerikan Psikologlar Derneği (2025). The road to resilience. Erişim adresi: <https://www.apa.org/topics/resilience>. Erişim tarihi: 10.01.2025
- Arends, R. I., & Kilcher, A. (2010). *Teaching for student learning: Becoming an accomplished teacher*. Routledge: New York and London.
- Ariely, D. (2019). *Akıldışı ama öngörülebilir: Kararlarımızı biçimlendiren gizli kuvvetler* (A. Hekimoğlu Gül, F. Bolat, Çev.). İstanbul: Optimist Yayınları.
- Armstrong, M.I., Birnie-Lefcovitch, S., & Ungar, M. T. (2005). Pathways between social support, family well-being, quality of parenting, and child resilience: What we know. *Journal of Child and Family Studies*, 14(2), 269–281. <https://doi.org/10.1007/s10826-005-5054-4>
- Arslan, F., & Ayas, T. (2019). Din ve psikoloji eğitimi alan öğrencilerin psikolojik sağlık ve affedicilik düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(2), 1-29. <http://dx.doi.org/10.12691/education-2-7-5>
- Arslan, G. (2015). Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin (ÇGPSÖ-12) psikometrik özellikleri: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(1), 1-12.
- Atkinson, J. W. (1983). *Personality, motivation, and action: selected papers*. USA: Praeger Publishers.
- Aubé, C., & Rousseau, V. (2005). Team Goal Commitment and Team Effectiveness: The Role of Task Interdependence and Supportive Behaviors. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 9(3), 189–204. <https://doi.org/10.1037/1089-2699.9.3.189>

- Aubé, C., Brunelle, E., & Rousseau, V. (2014). Flow experience and team performance: The role of team goal commitment and information exchange. *Motivation and Emotion*, 38(1), 120–130. <https://doi.org/10.1007/s11031-013-9365-2>
- Aybek, S., Aybek, A., & Durmuşoğlu, M. V. (2024). Sporcularda hedef bağlılığı ve kariyer farkındalığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Beden Eğitimi Spor Sağlık ve Efor Dergisi*, 2(3), 38-52.
- Aydın, A. (2019). *Spor bilimleri alanında çalışan akademisyenlerin iş tatmin düzeyleri ve hedef bağlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi). Tez no: 579119. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Aydın, E. (2019). Motivasyonel iklim ve hedef bağlılığının antrenör sporcu ilişkisine etkisi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(3), 96-106.
- Aydın, İ., Öncü, E., Akbulut, V., & Kılıç, S. K. (2019). Öğretmen adaylarında boş zaman sıkılma algısı ve psikolojik sağlamlık ilişkisi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(1), 39-53.
- Aydın, M., Egemberdiyeva, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi. *Türkiye Eğitim Dergisi*, 3(1), 37-53.
- Aydın, S. (2024). *Devlet ve özel okullarda çalışan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin duygusal zekâ ve hedef bağlılığı düzeylerinin belirlenmesi* (Yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi). Tez no: 908423. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Aydın-Akcan, N. (2023). *Performans Profili Uygulamasının Sporcuların Hedef Yönelimi, Güdülenme Düzeyi ve Hedef Bağlılığına Etkisinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi). Tez no: 844494. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Bacanlı, F. (2000). Kararsızlık Ölçeğinin geliştirilmesi. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 2(14), 7-16. <https://doi.org/10.17066/pdrd.06060>
- Bağırkan, Ş. (1983). *Karar verme*. İstanbul: Der Yayınları.
- Bar, M. (2016). *Beden eğitimi ve spor etkinliklerinin psikolojik dayanıklılık ve akademik ertelemeye etkisi* (Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi). Tez no: 431351. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Barnard, C. I. (1976). *The functions of the executive*. Cambridge: Harvard University Press.
- Batool, N., Riaz, M. N., & Riaz, M. A. (2015). Integrated use of rational and intuitive decision making style: Modern trends in organizational decision making. *Pakistan Business Review*, 17(1), 147-161.
- Bayrakdaroğlu, S. (2014). *Tekvandocuların psikolojik sağlamlık ve öz-anlayış düzeylerinin takım sporcularıyla karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi). Tez no: 369841. YÖKTEZ veri tabanı.
- Bektaş, M. (2018). *Evli bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin yordanması* (Doktora tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi). Tez no: 528021. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Bektaş, M., & Özben, Ş. (2016). Evli bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin bazı sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Manisa Celal Bayar*

- Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(1), 216-240.  
<https://doi.org/10.18026/cbusos.16929>
- Berry, J., Abernethy, B., & Côté, J. (2008). The contribution of structured activity and deliberate play to the development of expert perceptual and decision-making skill. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 30(6), 685–708.  
<https://doi.org/10.1123/jsep.30.6.685>
- Bingol, E., & Bayansalduz, M. (2016). Evaluating the level of exercise dependence and psychological resilience of athletes from different branches. *The Anthropologist*, 24(3), 827-835.  
<http://dx.doi.org/10.1080/09720073.2016.11892079>
- Bingol, E., & Bingol, D. Y. (2020). Examination of goal commitment and subjective happiness levels of the students studying at the faculty of sport sciences according to gender, active sport participation and sports type variables. *Asian Journal of Education and Training*, 6(3), 493-498.  
<http://dx.doi.org/10.20448/journal.522.2020.63.493.498>
- Biricik, Y. S., & Sivrikaya, M. H. (2020). Investigation of psychological resilience and self-effect levels of faculty of sports students. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9(9), 82-89.
- Birinci, M. C., & Kül Avan, S. (2022). Öğrencilerde ders-boş zaman çatışmasının psikolojik sağlamlık üzerine etkisi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 13(2), 149-160. <https://doi.org/10.17155/omuspd.1136470>
- Block, J., & Kremen, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 349–361. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.2.349>
- Bolat, Z. (2013). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ve öz-anlayışları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi) Tez no: 328679. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Borders, M. J. (2009). Project hero: A goal-setting and healthy decision-making program. *Journal of School Health*, 79(5), 239-247.
- Bovend'Eerd, T., Botell, R., & Wade, D. (2009). Writing smart rehabilitation goals and achieving goal attainment scaling: a practical guide. *Clinical Rehabilitation*, 23(4), 352-361. <https://doi.org/10.1177/0269215508101741>
- Bozgeyikli, H., & Şat, A. (2014). Öğretmenlerde psikolojik dayanıklılık ve örgütsel vatandaşlık davranışlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi: Özel okul örneği. *HAK-İŞ Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi*, 3(5), 172-191
- Bölükbaş, M. G., Kırak, B., & Vatansever, Ş. (2022). COVID-19 Pandemi sürecinde fiziksel aktivite düzeyi, psikolojik sağlamlık ve koronavirüs anksiyetesi arasındaki ilişki. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 1-13.  
<https://doi.org/10.32706/tusbid.1107700>
- Bryan, C., O'Shea, D., & MacIntyre, T. (2019). Stressing the relevance of resilience: A systematic review of resilience across the domains of sport and work. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 12(1), 70-111,  
<https://doi.org/10.1080/1750984X.2017.1381140>

- Camadan, F., & Kır a , S. N. (2020). Üniversite  ğrencilerinin psikolojik sağlamlığının yordayıcısı olarak benlik saygısı ve çeşitli demografik değişkenlerin incelenmesi. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, (2), 253-263.
- Campion, M. A., & Lord, R. G. (1982). A control systems conceptualization of the goal-setting and changing process. *Organizational Behavior & Human Performance*, 30(2), 265–287. [https://doi.org/10.1016/0030-5073\(82\)90221-5](https://doi.org/10.1016/0030-5073(82)90221-5)
- Can, M., & Cantez, K. E. (2018).  niversite  ğrencilerinin mutluluk, psikolojik sağlamlık ve  z yeterlik düzeyleri arasındaki ilişki. *Aydın Toplum ve İnsan Dergisi*, 4(2), 61-76.
- Ceylan, M. G., & Alıncak, F. Dijital Oyun Bağımlılığının Futbol Hakemlerinde Karar Verme Stilllerine Etkisi. *E-Book*, 27.
- Chen, G., Kanfer, R., DeShon, R. P., Mathieu, J. E., & Kozlowski, S. W. (2009). The motivating potential of teams: Test and extension of cross-level model of motivation in teams. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 110(1), 45-55. <https://doi.org/10.1016/j.obhdp.2009.06.006>
- Cicchetti, D. (2010). Resilience under conditions of extreme stress: A multilevel perspective. *World Psychiatry*, 9(3), 145-154. <https://doi.org/10.1002/j.2051-5545.2010.tb00297.x>
- Cicchetti, D., & Garmezy, N. (1993). Prospects and promises in the study of resilience. *Development and Psychopathology*, 5(4), 497–502. <https://doi.org/10.1017/S0954579400006118>
- Codonhato, R., Rubio, V., Oliveira, P. M. P., Resende, C. F., Rosa, B. A. M., Pujals, C., & Fiorese, L. (2018). Resilience, stress and injuries in the context of the Brazilian elite rhythmic gymnastics. *PLoS One*, 13(12), e0210174. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0210174>
- Connor, K.M., & Davidson, J.R.T. (2003). Development of a new Resilience scale: The ConnorDavidson Resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>.
- Coscarelli, W.C., Burk, J., & Cotter, A. (1995). HRD and decision-making styles. *Human Resource Development Quarterly*, 6(4), 383-395. <http://dx.doi.org/10.1002/hrdq.3920060407>
-  ağlayan Tunç, A., & Erdoğan, A. (2023). Oryantiring sporcularının hedef bağlılığı ve karar verme stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Mediterranean Journal of Sport Science*, 6(1-Cumhuriyet'in 100. Yılı  zel Sayısı), 1100-1111. <https://doi.org/10.38021/asbid.1374955>
-  akıcı, H. A., Cevahirci glu, B., & Ince, A. (2023). Sporcuların  niversite ortamları ile hedef bağlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 6(2), 59-67. <https://doi.org/10.46385/tsbd.1336536>
-  elik, O.B., Tekkurşun Demir, G., İlhan, E.L., Cicioğlu, İ., & Esentürk, O.K. (2019). Sporcu ergenlerde psikolojik sağlamlık. *CB  Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(2), 296-303. <https://doi.org/10.33459/cbubesbd.614548>

- Çetin, M. Ç. (2009). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin karar verme stilleri, sosyal beceri düzeyleri ve stresle başa çıkma biçimlerinin bazı değişkenler açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesi* (Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi). Tez no: 227839. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Çetin, M. Ç. (2010). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin karar verme stilleri, sosyal beceri düzeyleri ve stresle başa çıkma biçimlerinin bazı değişkenler açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesi* (Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi). Tez no: 227839. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Çetinkaya A., & Mutlu T. O. (2024). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin liderlik etme motivasyonlarının sezgisel (sistem-1) ve akılcı (sistem-2) karar verme biçimleri açısından incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(2), 244-257. <https://doi.org/10.61962/bsd.1505929>
- De Clercq, D., Menzies, T.V., Diochon, M., & Gasse, Y. (2009). Explaining nascent entrepreneurs goal commitment: An exploratory study. *Journal of Small Business and Entrepreneurship*, 22(2), 123-140. <https://doi.org/10.1080/08276331.2009.10593446>
- Del Missier, F., Mäntylä, T. & de Bruin, W. B. (2012). Decision-making competence, executive functioning, and general cognitive abilities. *Journal of Behavioral Decision Making*, 25(4), 331-351. <https://doi.org/10.1002/bdm.731>
- Delahaij, R., & Van Dam, K. (2017). Coping with acute stress in the military: The influence of coping style, coping self-efficacy and appraisal emotions. *Personality and Individual Differences*, 119, 13-18. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.06.021>
- Deniz, M. E. (2002). *Üniversite öğrencilerinin karar verme stratejileri ve sosyal beceri düzeylerinin ta-baskın ben durumları ve bazı özellik niteliklerine göre karşılaştırmalı olarak incelenmesi* (Doktora tezi, Selçuk Üniversitesi). Tez no: 113790. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Dereceli, Ç. (2021). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin Covid 19 sürecinde algıladıkları stres düzeylerinin psikolojik sağlamlık üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 5(2), 74-81.
- Deryahanoğlu, G. (2014). *Kick boks hakemlerinin karar verme ve atılganlık düzeylerinin algılanan mesleki yeterlilik üzerine etkisinin incelenmesi* (Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi). Tez no: 377637. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Dikici, A., Sarıtürk, M., Haberveren, H. K., Şahin, R., & Yardım, Ö. (2023). Covid-19 Pandemi döneminde üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin belirlenmesi. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 13(1), 86-92. <https://doi.org/10.5961/higheredusci.1170212>
- Dikmen, A. (2022). *Farklı branşlarda görev yapan takım sporu hakemlerinin karar verme stillerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi). Tez no: 720205. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Dilmaç, B. & Bozgeyikli, H. (2009). Öğretmen adaylarının öznel iyi olma ve karar verme stillerinin incelenmesi. *Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(1), 171-187.

- Dilmaç-Pınar, Ş. (2020). *Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sağlık ve öz-şefkat düzeylerinin belirlenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi). Tez no: 652376. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Dinçe, A. (2021). *Taekwondo milli sporcularında benlik saygısı ve psikolojik sağlık düzeyleri arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans, Bartın Üniversitesi). Tez no: 692016. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Donovan, J. J., & Radosevich, D. J. (1998). The moderating role of goal commitment on the goal difficulty–performance relationship: A meta-analytic review and critical reanalysis. *Journal of Applied Psychology*, 83(2), 308–315. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.83.2.308>
- Driver, M. J., Brousseau, K. E., & Hunsaker, P. L. (1990). *The dynamic decision maker*. New York, NY: Harper & Row
- Duda, J. L. (1989). Goal perspectives, participation and persistence in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 20(1), 42-56.
- Duda, J., & Treasure, D. (2010). Motivational processes and the facilitation of quality engagement in sport. *Applied Sport Psychology: Personal Growth to Peak Performance*, 59-80.
- Dunham, R. B., & Pierce, J. L. (1989). *Management, scott*. Foresman Company: London.
- Düzen, A. Ç., & Yazıcılar Özçelik, İ. (2022). Lise öğrencilerinin spor yapma durumuna göre psikolojik sağlık ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 176-191. <https://doi.org/10.38021/asbid.1078952>
- Egesoy, H., Eniseler, N., Çamlıyer, H., & Çamlıyer, H. (1999). Elit ve elit olmayan futbol oyuncularının karar verme performanslarının karar verme hızı ve verilen kararın doğruluğu açısından karşılaştırılması. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 22-33.
- Ekinci, O. (2021). *ÜNiversite Öğrencilerinde Karar Verme Stilleri ile Suçluluk Utanç İlişkisi* (Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi). Tez no:705136. YÖKTEZ Veri tabanı.
- El Othman, R., El Othman, R., Hallit, R., Obeid, S., & Hallit, S. (2020). Personality traits, emotional intelligence and decision-making styles in Lebanese universities medical students. *BMC Psychology*, 8(1), 46. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00406-4>
- Erez, M., & Arad, R. (1986). Participative goal-setting: Social, motivational, and cognitive factors. *Journal of Applied Psychology*, 71(4), 591–597. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.71.4.591>
- Ergün-Başak, B., & Can, G. (2018). Düşük gelirli ailelerden gelen üniversite öğrencilerinin öz-duyarlılık, sosyal bağlılık ve iyimserlik düzeyleri ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *İlköğretim Online*, 17(2), 768-785. <https://doi.org/10.17051/ilkonline.2018.419299>

- Erkoç, B., & Daniş, M. Z. (2020). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin tespit edilmesine yönelik bir araştırma. *Kırklareli Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(1), 34-42.
- Erkoç, B., & Lotfi, S. (2021). Sosyal hizmet öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin etik ikilem karşısında tutumlarına etkisinin tespit edilmesine yönelik bir araştırma. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 11(2), 411-416.
- Erözkan, A. (2011). Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve karar verme stratejileri. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(3), 60-74.
- Evren, R., & Ülengin, F. (1992). *Yönetimde çok amaçlı karar verme*. İstanbul: İTÜ Yayınları.
- Fishbach, A. & Dhar, R. (2005). Goals as excuses or guides: The liberating effect of perceived goal progress on choice. *Journal of Consumer Research*, 32(3), 370-377. <https://doi.org/10.1086/497548>
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2012). A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(5), 669-678. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.04.007>
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory. *European Psychologist*, 18(1), 12-23. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000124>
- Galli, N., & Gonzalez, S. P. (2015). Psychological resilience in sport: A review of the literature and implications for research and practice. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(3), 243-257. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2014.946947>
- Galotti KM., Ciner E., Altenbaumer HE., Geerts H., Rupp A., & Woulfe J. (2006). Decision-making styles in a real-life decision: choosing a college major. *Personality and Individual Differences*, 41, 629-639. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2006.03.003>
- Gençoğlu, C., & Namlı, S. (2020). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ve empati düzeyleri: Erzurum Teknik Üniversitesi örneği. *Sport Sciences*, 15(3), 33-43.
- George, D., & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*. Boston: Pearson.
- Ghareeb, M., & Kaya, M. (2022). Futbolcuların karar verme stillerinin bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 119-131. <https://doi.org/10.38021/asbid.1086910>
- Gimej, I., & Duyan, M. (2021). An analysis of psychological resilience and goal commitment levels of students of the faculty of sport sciences and education. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 10(1), 72-80.
- Giske, R., Benestad, B., Haraldstad, K., & Høigaard, R. (2013). Decision-making styles among Norwegian soccer coaches: An analysis of decision-making style in relation to elite and non-elite coaching and level of playing history. *International*

- Journal of Sports Science & Coaching*, 8(4), 689–701. <https://doi.org/10.1260/1747-9541.8.4.689>
- Gizir, C.A. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113-128. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/200204>
- Gould, D., Dieffenbach, K., & Moffett, A. (2002). Psychological characteristics and their development in Olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 172–204. <https://doi.org/10.1080/10413200290103482>
- Greene, R. R. (2002). Holocaust survivors: A study in resilience. *Journal of Gerontological Social Work*, 37(1), 3–18. [https://doi.org/10.1300/J083v37n01\\_02](https://doi.org/10.1300/J083v37n01_02)
- Güçray, S. S. (1998). Bazı kişsel değişkenler, algılanan sosyal destek ve atılganlığın karar verme stilleri ile ilişkisi. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 2(9), 7-16. <https://doi.org/10.17066/pdrd.26072>
- Güler, B., Mergan, B., Kargün, M., & Yazıcı, Ö.F. (2022). Sporcuların akılcı ve sezgisel karar verme stilleri ile zihinsel hazır oluş düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 9(3), 381–396. <https://doi.org/10.33468/sbsebd.317>
- Güloğlu, B., & Kararımak, Ö. (2010). Üniversite öğrencilerinde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve psikolojik sağlamlık. *Ege Eğitim Dergisi*, 11(2), 73–88.
- Günel, İ., & Duyan, M. (2021). Examination Of The Personality Traits Of Athletes And Their Level Of Excellent Performance. *About This Special Issue*, 20.
- Güngör, S., & Özcan, U. (2022). Karar kuramı ve karar verme. *Avrupa Bilim ve Teknoloji Dergisi*, 33, 119-125. <https://doi.org/10.31590/ejosat.1035682>
- Güngörmüş, K., Okanlı, A., & Kocabeyoğlu, T. (2015). Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve etkileyen faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 6(1), 9-<http://dx.doi.org/14.10.5505/phd.2015.80299>
- Gür, F. (2022). *Spor yapan ve yapmayan bedensel engelli bireylerde psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisan Tezi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi). Tez no: 717704. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Gürkan, U. (2006). *Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeylerine etkisi* (Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi). Tez no: 205194. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Hann, D.M., & Borek, N. (2001). Taking stock of risk factors for child/youth externalizing behavior problems. Bethesda, MD: US Department of Health and Human Services. Public Health Service, National Institute of Mental Health/National Institute of Health.
- Harris, R. (1998). *Introduction to decision making* (Vanguard University of Southern California: Colifornia).
- Harrison, E.F. (1993). İnterdisciplinary models of decision making. *Management Decision*, 31(8), 27-33.

- Hartley, M. T. (2011). Examining the relationships between resilience, mental health, and academic persistence in undergraduate college students. *Journal of American College Health*, 59(7), 596-604. <https://doi.org/10.1080/07448481.2010.515632>
- Heracleous, L. (1994). Rational decision making: Myth or reality?. *Management Development Review*, 7(4),16-23. <http://dx.doi.org/10.1108/09622519410771628>
- Hollenbeck, J., & Klein, H. K. (1987). Goal commitment and the goal setting process: Problems, prospects, and proposals for future research. *Journal of Applied Psychology*, 7(2), 212–220. <http://dx.doi.org/10.1037/0021-9010.72.2.212>
- Horn, T. S. (2008). *Advances in sport psychology*. Canada: Human Kinetics.
- Horn, T. S. (2008). *Coaching Effectiveness in the Sport Domain*, in: Horn, T.S., ed., *Advances in Sport Psychology*, 3rd edn., Human Kinetics, Champaign, IL, 239-267.
- Hosseini, S.A. & Besharat, M.A. (2010). Relation of resilience with sport achievement and mental health in a sample of athletes. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 5, 633-638. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.156>
- İlikkan, D. (2021). *Eskrim sporu yapan lise ve üniversite öğrencilerinin sosyal yapı özelliklerinin kolektif yeterlik ve hedef yönelimine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi). Tez no: 680190. YÖKTEZ Veri tabanı
- İşık, Ş. (2016). Türkiye’de kendini toparlama gücü konusunda yapılmış araştırmaların incelenmesi. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 6(45), 65-76.
- Iwaniec, D. (2006). *The emotionally abused and neglected child: Identification, assessment and intervention: A practice handbook*. John Wiley & Sons
- İbili, N., Budak, C., & Seçer, E. (2024). Spor bilimleri öğrencilerinin fiziksel aktivite ve duygusal zekâ düzeylerinin hedefe bağlılıklarına etkisi. *Anatolia Sport Research*, 5(2), 10-22. <http://dx.doi.org/10.29228/anatoliasr.58>
- İlmez, M. (2010). *Bir kamu kurumundaki görevli yöneticilerin ve çalışanların liderlik stilleri ile karar verme stilleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Ufuk Üniversitesi). Tez no: 265121. YÖKTEZ Veri tabanı.
- İme, Y., Kalı Soyer, M. ve Keskinoglu, Ş. M. (2020). Akılcı ve sezgisel karar verme stilleri ölçeğinin Türkçeye uyarlanması. *OPUS– Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 16(Eğitim ve Toplum Özel Sayısı), 5995-6013.DOI: 10.26466/opus.720827
- Jackson, D., Firtko, A., & Edenborough, M. (2007). Personal resilience as a strategy for surviving and thriving in the face of workplace adversity: a literature review. *Journal of Advanced Nursing*, 60(1), 1–9. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2007.04412.x>
- Jeong, Y. H., Healy, L. C., & McEwan, D. (2023). The application of goal setting theory to goal setting interventions in sport: A systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 16(1),474-499. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2021.1901298>

- Jurasova, K., & Spajdel, M. (2011). The role of regret in rational decision making. *Studia Psychologica*, 53(2), 169-174
- Kahneman, D. (2003). A perspective on judgment and choice: Mapping bounded rationality. *American Psychologist*, 58(9), 697-720. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.58.9.697>
- Kahneman, D. (2012). *Thinking, fast and slow*. Penguin Books.
- Kalı Soyer, M., Keskinoglu, M. Ş., & İme, Y. (2021). Kişilik özelliklerinin karar verme stilleri ve yaratıcı düşünmeyi yordama düzeyleri. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(2), 1828-1863. <https://doi.org/10.17679/inuefd.938650>
- Kara, A. (2022). *Bilek güreşi sporcularında temel psikolojik ihtiyaçların algılanan performans ve hedef bağlılığı üzerine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi). Tez no: 768738. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Kara, E. (2021). *Öğrenci Sporcularda Algılanan Stres ile Psikolojik Sağlık İlişkisi: Başa Çıkma Stratejileri, Bilinçli Farkındalık ve Algılanan Sosyal Desteğin Aracılığı* (Doktora Tezi, Anadolu Üniversitesi). Tez no: 678453. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Karadağ, D., & Aşçı, F. H. (2020). Adölesan sporcularda çok boyutlu kaygının değerlendirilmesi: Spor Kaygı Ölçeği2'nin geçerlik ve güvenilirliği. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 12(3), 330-338. <http://dx.doi.org/10.5336/sportsci.2020-75226>
- Kararmak, Ö., & Siviş, R.Ç. (2011). Benlik saygısının ve denetim odağının psikolojik sağlık üzerine etkisi: Duyguların aracı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(35), 30-43.
- Karasar, N. (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kaya, A., & Şahinler, Y. (2024). The relationship between psychological resilience and goal commitment levels of sport sciences students. *ESAR Journal*, 5(2), 71-81. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14585287>
- Kaya, İ., & Çeçen-Eroğul, A. R. (2015). Ergenlerde psikolojik sağlık ve çocukluk dönemi istismar/ ihmal yaşantıları arasındaki ilişkiler. *Proceedings of INTCESS15-2nd International Conference on Education and Social Sciences*, İstanbul, 1177-1182.
- Kelecek, S., Altıntaş, A., & Aşçı, H.F. (2014). Sporcuların karar verme stillerinin belirlenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(1), 21-25.
- Keskin, D.Ö.Y., Bayram, L., Derebaşı, D. G., Bostancı, Ö., & Kabadayı, M. (2016). Üniversite öğrencilerinin kullandıkları karar verme stratejilerinin bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 1-12.
- Kıloğlu, M. (2017). *Türkiye olimpiik hazırlık merkezlerine (TOHM) devam eden sporcuların karar verme stillerinin belirlenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi). Tez no: 462513. YÖKTEZ Veri tabanı.

- Kımtır, N. (2020). Covid-19 günlerinde bireylerin psikolojik sağlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 2020(Özel Sayı), 574-605. <https://doi.org/10.21733/ibad.805481>
- Kingston, K. M. & Wilson, K. M. (2010). *The application of goal setting in sport*. In Mellalieu S, Hanton S, (eds.). *Advances in applied sport psychology: A review*. Abingdon, UK: Routledge, 75-123
- Kirman, M. A. (2013). Rasyonel seçim kuramı. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 22, 66-98.
- Klein, G. (2003). *The power of intuition: How to use your gut feelings to make better decisions at work*. New York, NY: Doubleday,
- Klein, H. J., & Kim, J. S. (1998). A field study of the influence of situational constraints, leader-member exchange, and goal commitment on performance. *Academy of Management Journal*, 41(1), 88-95. <https://doi.org/10.2307/256900>
- Klein, H. J., ve Wright, P. M. (1994). Antecedents of Goal Commitment: An Empirical Examination of Personal and Situational Factors 1. *Journal of Applied Social Psychology*, 24(2), 95-114. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.1994.tb00560.x>
- Klein, H. J., Wesson, M. J., Hollenbeck, J. R., & Alge, B. J. (1999). Goal commitment and the goal-setting process: Conceptual clarification and empirical synthesis. *Journal of Applied Psychology*, 84(6), 885-896. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.84.6.885>
- Klein, H. J., Wesson, M. J., Hollenbeck, J. R., & Alge, B. J. (1999). Goal commitment and the goal-setting process: Conceptual clarification and empirical synthesis. *Journal of Applied Psychology*, 84(6), 885-896. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.84.6.885>
- Klein, R. J. T., Nicholls, R. J., & Thomalla, F. (2003). Resilience to natural hazards: How useful is this concept? *Global Environmental Change Part B: Environmental Hazards*, 5(1), 35-45. <https://doi.org/10.1016/j.hazards.2004.02.001>
- Koca, Ö.F. (2024). *Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin hedef bağlılıklarının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Yalova Üniversitesi). Tez no:909893. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Koçak, M. (2022). *Farklı risk grubundaki ergenlerin öznel iyi oluşlarının yordayıcısı olarak psikolojik sağlık koruyucu faktörleri* (Yüksek Lisans Tezi, Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi). Tez no:767583. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Kolbe, L. M., Bossink, B., & de Man, A. P. (2020). Contingent use of rational, intuitive and political decision-making in R&D. *Management Decision*, 58(6), 997-1020. <https://doi.org/10.1108/MD-02-2019-0261>
- Korkut-Owen, F., Demirbaş-Çelik, N., & Doğan, T. (2017). Üniversite öğrencilerinde iyilik halinin yordayıcısı olarak psikolojik sağlık. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(64-Ek Sayı), 1461-1479. <https://doi.org/10.17755/esosder.300405>
- Kökdemir, D. (2003). *Belirsizlik Durumlarında Karar Verme ve Problem Çözme* (Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi). Tez no:127649. YÖKTEZ Veri tabanı.

- Kravchuk, S. (2021). The relationship between psychological resilience and tendency to forgiveness. *Academic Journal of Interdisciplinary Studies*, 10(1), 11-21. <https://doi.org/10.36941/ajis-2021-0002>
- Krommidas, H., Patsiaouras, A., Mouzakidis, C., Galeas, K., & Theodorakis, Y. (2004). The effect of personal goals and goal commitment on volleyball players. In *Proceedings of the 2004 Preolympic Congress* (Vol. 1, pp. 362-363).
- Kumar, S., Singh, N.S., & Mitra, S. (2016). Comparison of mental toughness between male and female volleyball players of 12th south Asian games. *International Journal of Applied Research*, 2(6), 268-270.
- Kumpfer, K.L., & Bluth, B. (2004). Parent/child transactional processes predictive of resilience or vulnerability to "substance abuse disorders". *Substance Use & Misuse*, 39(5), 671-698. <https://doi.org/10.1081/ja-120034011>
- Kurban, C. (2015). *Bireysel algılarına göre okul yöneticilerinin karar verme stilleri* (Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi). Tez no: 385664. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Kurul-Tural, N. (1988). Rasyonel karar kuramı ve eğitim yönetiminde uygulaması. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences*, 21(1), 497-508. [https://doi.org/10.1501/Egifak\\_0000001014](https://doi.org/10.1501/Egifak_0000001014)
- Kuzgun, Y. (2000). *Meslek danışmanlığı*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım
- Küçük Kılıç, S. (2020). Relationship between psychological resilience and stress coping strategies in karate athletes. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 15(2), 59-68. <https://doi.org/10.18002/rama.v15i2.6257>
- Kül Avan, S., & Parlakyıldız, S. (2024). Master sporcuların deprem sonrası spora bağlılıkları ve psikolojik sağlıklarının psikolojik iyi oluş ile ilişkisi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(2), 263-277. <https://doi.org/10.33459/cbubesbd.1481048>
- Latham, G. P., & Locke, E. A. (1979). Goal setting—A motivational technique that works. *Organizational dynamics*, 8(2), 68-80. [https://doi.org/10.1016/0090-2616\(79\)90032-9](https://doi.org/10.1016/0090-2616(79)90032-9)
- Lavasani, M.G., Borhanzadeh, S., Afzali, L., & Hejazi, E. (2011). The relationship between perceived parenting styles, social support with psychological well-being. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 15, 1852-1856. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.04.014>
- Leboeuf, R. A., & Shafir E. (2012). *Decision making*. K. J. Holyoak & R. G. Morrison (Eds.). The Oxford handbook of thinking and reasoning In (ss. 301-321). Oxford University Press.
- Lee, H. H., & Cranford, J. A. (2008). Does resilience moderate the associations between parental problem drinking and adolescents internalizing and externalizing behaviours: A study of Korean Adolescents. *Drug and Alcohol Dependence*, 96(3), 213-221. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2008.03.007>

- Leveaux, R. (2010). Facilitating referee's decision making in sport via the application of technology. *Communications of the IBIMA*, 2010(2010), 1-8. <http://dx.doi.org/10.5171/2010.545333>
- Locke, E. A. (1969). What is job satisfaction? organizational behavior & human performance. *Organizational Behavior and Human Performance*, 4(4), 309-336. [https://doi.org/10.1016/0030-5073\(69\)90013-0](https://doi.org/10.1016/0030-5073(69)90013-0)
- Locke, E. A., Latham, G. P. (1984). Goal setting: A motivational technique that works. Organizational Dynamics, AMACOM, a division of American Management Associations.
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (1990). *A theory of goal setting and task motivation*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall
- Locke, E.A., Latham, G.P. (2009). Has Goal Setting Gone Wild, or Have Its Attackers Abandoned Good Scholarship? *Academy of Management Perspectives*, 23(1), s. 17-23.
- Locke, E. A., Latham, G. P., & Erez, M. (1988). The determinants of goal acceptance and commitment. *Academy of Management Review*, 13(1), 23-39. <https://doi.org/10.2307/258352>
- Locke, E.A., Shaw, K.R., Saari, L.M. & Latham, G.P. (1981). Goal setting and task performance. *Psychological Bulletin*, 90(2), 125-152. <https://doi.org/10.1037//0033-2909.90.1.125>
- Masten, A.S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>
- Masten, A. S., & Obradović, J. (2006). Competence and resilience in development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 13-27.
- Matzler, K., Bailom, F., & Mooradian, T. A. (2007). Intuitive decision making. *MIT Sloan Management Review*, 49(1), 12-15.
- Metin, S. C., Safi, Z., & Ucar, I. A. (2023). Futbolcularlarda stres algısı, psikolojik sağlamlık ve yaşam kalitesi arasındaki ilişkinin incelenmesi (Muğla süper amatör ligdeki örneği). *Journal of ROL Sport Sciences*, 4(1), 321-335. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7741403>
- Murphy, L. B. (1987). *Further reflections on resilience*. (Eds: E. J. Anthony & B. J. Cohler) *The Invulnerable Child*. New York: The Guilford Press.
- Nas, K., & Temel, V. (2019). Antrenörlerin karar vermede öz saygı ve karar verme düzeylerinin belirlenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(4), 75-85.
- Nas, S. (2010). Karar Verme Stillere Bilimsel Yaklaşımlar. *Dokuz Eylül Üniversitesi Denizcilik Fakültesi Dergisi*, 2(2), 43-65.
- Naylor, J.C. & Ilgen, D.R. (1984). Goal setting: A theoretical analysis of a motivation technology. *Research in Organizational Behavior*, 6, 95-140.
- Naylor, J.C., & D.R. Ilgen. (1984). "Goal-setting: A theoretical analysis of a motivational technology", in B. Staw and L.L. Cummings (eds.), *Research in Organizational Behaviour*, Vol.6 (JAI press).

- Nicholls, A.R., Polman, R.C., Levy, A.R., & Backhouse, S.H. (2009). Mental toughness in sport: Achievement level, gender, age, experience, and sport type differences. *Personality and Individual Differences*, 47(1), 73-75. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2009.02.006>
- Nicholls, A. R., Polman, R. C., Levy, A. & Backhouse, S. (2008). Mental Toughness, Optimism, Pessimism, and Coping Among Athletes. *Personality and Individual Differences*. 44 (5), 1182-1192.
- Nicholls, J. G. (1984). Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Psychological Review*, 91(3), 328–346. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.91.3.328>
- Nutt, P. C. (1979). Influence of decision styles on use of decision models. *Technological Forecasting and Social Change*, 14(1), 77-93. [https://doi.org/10.1016/0040-1625\(79\)90058-1](https://doi.org/10.1016/0040-1625(79)90058-1)
- Oettingen, G., Mayer, D., Timur Sevincer, A., Stephens, E. J., Pak, H. J. & Hagenah, M. (2009). Mental contrasting and goal commitment: The mediating role of energization. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35(5), 608-622. <https://doi.org/10.1177/0146167208330856>
- Oktan, V., Odacı, H., & Berber Çelik, Ç. (2014). Investigating the role of psychological birth order in predicting resilience. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(1), 140-152. <https://doi.org/10.17240/aibuefd.2014.14.1-5000091506>
- Orlich, D. C., Harder, R. J., Callahan, R. C., Trevisan, M. S., Brown, A. H. (2010). *Teaching Strategies: A Guide to Effective Instruction*, (9th edition). Wadsworth
- Öntürk, Y., Bingöl, E., Göksel, G. A., & Çağlayan, A. (2018). Üniversitede görev yapan idari personelin hedef bağlılıklarının incelenmesi. *Journal of Social and Humanities Sciences Research*, 5(30), 4016-4021.
- Öntürk, Y., Efek, E., & Yıldız, M. (2020). Investigating the psychological resilience of students in sports sciences faculty. *International Journal of Educational Methodology*, 6(2), 393-403. <https://doi.org/10.12973/ijem.6.2.393>
- Öz. F., Yılmaz-Bahadır, E. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram, psikolojik sağlamlık. *Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*, 16(3), 82-89
- Özbek, E., & Aydoğan, M. (2024). Examining the psychological resilience and goal commitment levels of university students in sports sciences and other departments in terms of different variables. *Advances in Health and Exercise*, 4(2), 63-68.
- Özbek, S., & Akyüz, O. (2022). Futbolcuların psikolojik sağlamlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 13(3), 245-256. <https://doi.org/10.17155/omuspd.1110243>
- Özcan, E. (2019). *Bireysel spor ve takım sporu yapan üniversite öğrencilerinde duygusal zeka ve hedef bağlılığı düzeylerinin araştırılması* (Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi). Tez no: 611799. YÖKTEZ Veri tabanı.

- Özcan, E., & Göral, K. (2020). Study of the relationship between emotional intelligence and goal commitment levels in athletes. *Journal of Sport Sciences Research*, 5(2), 303-310. <https://doi.org/10.25307/jssr.831539>
- Özdemir, B. (2019). *Ortaokul Öğrencilerinin Problem Çözme Becerilerinde Otomatik Düşüncelerinin ve Karar Verme Stillерinin Rolü* (Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi). Tez no: 601523. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Özdemir, N. (2019). The investigation of elite athletes' psychological resilience. *Journal of Education and Training Studies*, 7(10), 47-57. <https://doi.org/10.11114/jets.v7i10.4323>
- Özden, C. (2009). *Üniversite öğrencilerinin akılcı olmayan inançları ve karar verme stillerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi). Tez no:234964. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Özer, E. (2013). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin duygusal zeka ve beş faktör kişilik özellikleri açısından incelenmesi* (Doktora Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi). Tez no:347489. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Özkara, A. B., Kalkavan, A., Alemdag, S., & Alemdag, C. (2016). The role of physical activity in psychological resilience. *Baltic Journal of Sport and Health Sciences*, 3(102), 2-7. <http://dx.doi.org/10.33607/bjshs.v3i102.62>
- Özkara, A.B., & Özbay, S. (2019). Lise düzeyindeki sporcu öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarının incelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 48(221), 207-214.
- Özkul, K. (2022). *Spor Yapan Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zekâ ve Hedef Bağlılığı Düzeylerinin, Sosyal Medya Bağlılığı Düzeyi İle Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi). Tez no:762337. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Özkul, K. (2022). *Spor yapan üniversite öğrencilerinin duygusal zeka ve hedef bağlılığı düzeylerinin, sosyal medya bağımlılığı ile ilişkilerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi). Tez no:762337. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Payne, J. W., Bettman, J. R., & Johnson, E. J. (1993). *The adaptive decision maker*. Cambridge University Press.
- Pekdoğan, S. (2015). Karar verme stilleri araştırmaları: 2009-2013 yılları arasındaki yüksek lisans tezlerinin incelenmesi. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 4(34), 321-331. <http://dx.doi.org/10.9761/JASSS2788>
- Pepe, Ş. (2016). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin karar verme stilleri benlik saygısı ve iyimserlik düzeylerinin bazı değişkenler açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi). Tez no:437686. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Phillips, S. D., Paziienza, N. J., & Ferrin, H. H. (1984). Decision-making styles and problem-solving appraisal. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 497-502. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.497>
- Polatçı, S., İrk, E., Gültekin, Z., & Sobacı, F. (2017). Psikolojik dayanıklılık ve kişilik özellikleri tatmin düzeyini etkiler mi? *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(29), 553-578.

- Reyhan, S., & Kolayış, H. (2019). Profesyonel liglerde görev yapan futbol hakemlerinin hakemlik deneyimlerine göre benlik saygısı, kaygı ve mesleki doyum düzeylerinin incelenmesi (11. Bölge Örneği). *Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 37, 161-172. <https://doi.org/10.35343/kosbed.550755>
- Ritter, S. M., & Dijksterhuis, A. (2014). Creativity-the unconscious foundations of the incubation period. *Frontiers in Human Neuroscience*, 8, 215. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2014.00215>
- Robbins, S. P., & Coulter, M. (2013). *Management*. Boston: Pearson.
- Robinson, J., Sinclair, M., Tobias, J., & Choi, E. (2017). More dynamic than you think: Hidden aspects of decision making. *Administrative Sciences*, 7(3), 23. <https://doi.org/10.3390/admsci7030023>
- Rowe, A. J., & Mason, R. O. (1987). *Managing with style: A guide to understanding, assessing, and improving decision making*. San Francisco: Jossey Bass.
- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity. Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *The British Journal of Psychiatry: The Journal of Mental Science*, 147(6), 598–611. <https://doi.org/10.1192/bjp.147.6.598>
- Sagone, E., & De Caroli, M. E. (2014). A correlational study on dispositional resilience, psychological well-being, and coping strategies in university students. *American Journal of Educational Research*, 2(7), 463-471. <http://dx.doi.org/10.12691/education-2-7-5>
- Sauter, V. L. (1999). Intuitive Decision-Making. *Communications of The Acm.* 42 (6), 109-115.
- Salih, A. O., Younis, A. A., & Chtourou, H. (2023). Psychological resilience for students of faculty of physical education and sports science. *Physical Education of Students*, 27(6), 313-318. <https://doi.org/10.15561/20755279.2023.0602>
- Salim, E. (2018). *Oryantiring sporcularında problem çözme becerisi ve hedef bağlılığının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi). Tez no:492122. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Sandler, M. E. (2002). A structural examination of academic integration, perceived stress, academic performance, and goal commitment from an elaborated model of adult student persistence. *The Annual Meeting of the American Educational Research Association*. New Orleans: LA.
- Sarkar, M. (2017). Psychological resilience: Definitional advancement and research developments in elite sport. *International Journal of Stress Prevention and Wellbeing*, 1(3), 1-4.
- Sarkar, M., & Fletcher, D. (2014). Psychological resilience in sport performers: a review of stressors and protective factors. *Journal of Sports Sciences*, 32(15), 1419–1434. <https://doi.org/10.1080/02640414.2014.901551>
- Scott, S. G., & Bruce, R. A. (1995). Decision-making style: The development and assessment of a new measure. *Educational and Psychological Measurement*, 55(5), 818–831. <https://doi.org/10.1177/0013164495055005017>

- Scully, D., Kremer, J., Meade, M. M., Graham, R., & Dudgeon, K. (1998). Physical exercise and psychological well being: a critical review. *British Journal of Sports Medicine*, 32(2), 111–120. <https://doi.org/10.1136/bjism.32.2.11>
- Seçim, G. (2020). Bilişsel esneklik ve duygu düzenleme özelliklerinin psikolojik sağlamlık üzerine etkisi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 18(2), 505-524. <https://doi.org/10.37217/tebd.716151>
- Seo, E., Patall, E. A., Henderson, M. D., & Steingut, R. R. (2017). The effects of goal origin and implementation intentions on goal commitment, effort, and performance. *Journal of Experimental Education*, 86(3), 386–401. <https://doi.org/10.1080/00220973.2016.1277334>
- Sezgin, F. (2012). İlköğretim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(2), 489-502.
- Simon, H.A. (1955). A Behavioral model of rational choice. *The Quarterly Journal of Economics*, 69(1), 99–118. <https://doi.org/10.2307/1884852>
- Sinangil, K.H. (1993), Yönetici adaylarında karar verme ile kaygı ilişkileri. *VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları*, Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Sinclair, M., & Ashkanasy, N. M. (2005). Intuition: Myth or a decision-making tool? *Management Learning*, 36(3), 353–370. <https://doi.org/10.1177/1350507605055351>
- Sivri, S., Kıratlı, E., & Karaca, A. A. (2022). Tenis hakemlerinin psikolojik sağlamlık ve sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 78-90. <https://doi.org/10.38021asbid.1188146>
- Southwick, S.M., Bonanno, G.A., Masten, A.S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: Interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 5, 1-14. <https://doi.org/10.3402/ejpt.v5.25338>.
- Söner, O., & Gültekin, F. (2021). COVID-19 salgınında ergenlerin umut, psikolojik sağlamlık ve kişilik özellikleri. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(2), 329-349. <https://doi.org/10.17860/mersinefd.825260>
- Süleymanoğulları, M. (2020). *Curling Sporcularının Mental Dayanıklılık ve Hedef Bağlılığı Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi). Tez no:667545. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Süleymanoğulları, M., Doğar, A., & Bayraktar, G. (2021). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin hedef bağlılığı düzeylerinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 173-183. <https://doi.org/10.25307/jssr.911346>
- Şamiloğlu, S. (2024). *Cimnastik hakemlerinin karar verme yöntemleri üzerine bir araştırma* (Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi) Tez no: 892731. YÖKTEZ Veri tabanı.

- Şar, N. Ş. (2016). *Spor Yapan ve Yapmayan Bireylerin Psikolojik Dayanıklılık ve Kişilik Özelliklerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi). Tez no:454691. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Şenel, E., & Yıldız, M. (2016). Hedef Bağlılığı Ölçeği: Türkçe uyarlaması, beden eğitimi ve spor alanında öğrenim gören öğrencilerde geçerlik ve güvenirlik çalışması. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(2), 58-65.
- Tapşın, F. O., Karagün, E., & Selvi, S. (2023). Serbest zamanlarında spor merkezlerine devam eden bireylerin hedefe bağlılık, mental iyi oluş ve bedeni beğenme durumlarının incelenmesi. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 55-71. <https://doi.org/10.52272/srad.1355466>
- Taşdelen, A. (2001). Öğretmen adaylarının bazı psiko-sosyal değişkenlere göre karar verme stilleri. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(10), 40-52.
- Taşdelen, A. (2002). *Öğretmen adaylarının farklı psiko sosyal değişkenlere göre karar verme stilleri* (Doktora tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi). Tez no:116971. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Taşdemir, D. Ş., & Demirkan, E. (2022). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinde algılanan stresin yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 123-132.
- Taşgıt, M. S. (2012). *Üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve karar verme düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi). Tez no:320273. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Taşgın, Ö., Bozgeyikli, H., & Boğazlıyan, E. E. (2017). Üniversiteli gençlerin işsizlik kaygıları ile psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişki. *HAK-İŞ Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi*, 6(15), 551-567.
- Tatlılıoğlu, K. (2014) Üniversite öğrencilerinin karar vermede öz-saygı düzeyleri ile karar verme stilleri arasındaki ilişkinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(1), 150-170. <http://dx.doi.org/10.16992/ASOS.46>
- Tebes, J.K., Irish, J.T., Puglisi Vasquez, M.J., & Perkins, D.V. (2004). Cognitive transformation as a marker of resilience. *Substance Use & Misuse*, 39(5), 769–788. <https://doi.org/10.1081/ja-120034015>
- Tekin, M., & Taşgın, Ö. (2009) Kick boks antrenörlerinin karar verme ve düşünme stillerinin incelenmesi. *Türkiye Kick Boks Federasyonu Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 11-27.
- Tekin, M., Özmutlu, İ., & Erhan, S. E. (2009). Özel yetenek sınavlarına katılan öğrencilerin karar verme ve düşünme stillerinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(3), 42-56.
- Tekkurşun-Demir, G., Namlı, S., Hazar, Z., Türkeli, A., & Cicioğlu, H.İ. (2018). Bireysel ve takım sporcularının karar verme stilleri ve mental iyi oluş düzeyleri. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1),176-191.
- Temel, V. (2015). *Beden eğitimi öğretmenlerinin, problem çözme becerileri, karar verme stilleri ve öfke tarzları* (Doktora Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi). Tez no:381107. YÖKTEZ Veri tabanı.

- Terzi, Ş. (2008). Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişki. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 3(29), 1-11. <https://doi.org/10.17066/pdrd.34849>
- Totan, T., Danacı, F. N., & Bedir, İ. (2023). Duygu düzenleme stratejilerinin karar verme stilleri üzerindeki etkilerinin incelenmesi. *Uluslararası Karamanoğlu Mehmetbey Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 86-93. <https://doi.org/10.47770/ukmead.1298997>
- Tubbs, M. E. (1993). Commitment as a moderator of the goal-performance relation: A case for clearer construct definition. *Journal of Applied Psychology*, 78(1), 86–97. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.78.1.86>
- Tugade, M.M., & Fredrickson, B.L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 320–333. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.320>
- Tunç, A. Ç., & Erdoğan, A. (2023). Oryantiring sporcularının hedef bağlılığı ve karar verme stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1-Cumhuriyet'in 100. Yılı Özel Sayısı), 1100-1111. <https://doi.org/10.38021/asbid.1374955>
- Turan, S. (2020). The effect of participation in sports competitions on decision making style. *International Journal of Sport Culture and Science*, 8(2), 82-90.
- Turgut, Ö., & Eraslan Çapan, B. (2017). Ergen psikolojik sağlamlık düzeyinin yordayıcıları: Algılanan sosyal destek ve okul bağlılığı. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44, 162-183. <https://doi.org/10.21764/maeuefd.309934>
- Türker, N. Y. (2018). *Yetişkinlerde dindarlık ve psikolojik sağlamlık ilişkisi üzerine bir araştırma* (Yüksek Lisans Tezi, Bursa Uludağ Üniversitesi). Tez no: 525915. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Uluç, E.A., & Akçakoyun, F. (2021). Bocce sporcularının hedef yönelimlerinin spora bağlılıkları üzerindeki rolü: Çanakkale ili örneği. *Mediterranean Journal of Sport Science*, 4(3), 424-437. <https://doi.org/10.38021/asbid.1034025>
- Ungar, (2021). *Multisystemic resilience adaptation and transformation in contexts of change*. New York. Oxford University Press.
- Ün, E. (2010). *Satranç eğitiminin, problem çözme yaklaşımları, karar verme ve düşünme stillerine etkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi). Tez no:264366. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Üngüren, E. (2011). *Psikobiyolojik kişilik kuramı ekseninde yöneticilerin kişilik özellikleri, karar verme stilleri ve örgütsel sonuçlara yansımaları* (Doktora Tezi, Akdeniz Üniversitesi). Tez no:280444. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Varoğlu, D., & Varoğlu, A. (1994). Yönetici eğitiminde karar verme becerilerinin kazandırılmasına ilişkin karşılaştırmalı bir çalışma. 13–14 Ekim 1994 *Kamu Yönetimi Disiplini Sempozyumu*, Ankara.
- Vaughan, F. E. (1979). *Awakening intuition*. Anchor: United States of America.

- Vural M, 2013. *Spor genel müdürlüğü merkez ve taşra teşkilatında görev yapan spor yöneticilerinin düşünme ve karar verme stillerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi). Tez no:334010. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Walsh, F. (2007). Traumatic loss and major disasters: strengthening family and community resilience. *Family Process*, 46(2), 207–227. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2007.00205.x>
- Lumen Learning (2025). <https://courses.lumenlearning.com/wmopenprinciple-sofmanagement/chapter/rational-decision-making-vs-other-types-of-decision-making/>, Erişim Tarihi: 20.03.2025
- Weinberg, R. S., Gould, D. (1995). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Champaign JL: Human Kinetics.
- Weingart, L.R. (1992). The Impact of Group Goals, Task Component Complexity, Effort, and planning on Group Performance. *Journal of Applied Psychology*, 77, 682693.
- Weldon, E., & Weingart, L. R. (1993). Group goals and group performance. *British Journal of Social Psychology*, 32(4), 307–334. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8309.1993.tb01003.x>
- Werner, E.E., & Smith, R.S. (1982). *Vulnerable but invincible: A longitudinal study of resilient children and youth*. New York: McGraw-Hill.
- Werner, E. E. ve Smith, R. S. (1992). *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. Ithaca, NY: Cornell University Press
- Wu, Y., Yu, W., Wu, X., Wan, H., Wang, Y., & Lu, G. (2020). Psychological resilience and positive coping styles among Chinese undergraduate students: a cross-sectional study. *BMC Psychology*, 8(1), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00444-y>
- Yarayan, Y. E., Solmaz, S., Aslan, M., Batrakoulis, A., Al-Mhanna, S. B., & Keskin, K. (2024). Sex differences in athletic performance response to the imagery and mental toughness of elite middle-and long-distance runners. *Sports*, 12(6), 141. <https://doi.org/10.3390/sports12060141>
- Yarayan, Y.E., & Gülşen, D.B.A. (2023). Sporcularda imgeleme ve duygu düzenlemenin cesaret düzeyi üzerindeki etkilerine yönelik aşamalı regresyon analizi. *ROL Spor Bilimleri Dergisi*, 1(Özel sayı), 896-910. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10036854>
- Yarayan, Y.E., İlhan, E.L., Esentürk, O.K., Arı, Ç., & Gülşen, D.B.A. (2023). Does emotional intelligence affect mental toughness in physically disabled athletes? *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 231-242. <https://doi.org/10.25307/jssr.1228541>
- Yavuz, K. (2023). Psychological resilience in children and adolescents: The power of self-recovery. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 15(1), 112-131. [doi.org/10.18863/pgy.1054060](https://doi.org/10.18863/pgy.1054060)
- Yavuz, S. (2019). *Bedensel engelli sporcuların psikolojik sağlık ve bilişsel esneklik düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Aksaray Üniversitesi). Tez no:569118. YÖKTEZ Veri tabanı.

- Yazıcı Çelebi, G. (2020). Covid 19 salgınına ilişkin tepkilerin psikolojik sağlamlık açısından incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 8, 471-483. <https://doi.org/10.21733/ibad.737406>
- Yazıcı, Ö. F., Mergan, B., & Kargün, M. (2022). Mental toughness in athlete students: the predictive role of psychological skills and the investigation of the relationship between them according to some variables. *Ondokuz Mayıs University Journal of Education Faculty*, 41(2), 639-658. <https://doi.org/10.7822/omuefd.1176772>
- Yazıcı, Ö. F., Mergan, B., & Kargün, M. (2023). The predictive role of athletic mental energy on psychological resilience. *Acta Gymnica*, 53, 1-7. <https://doi.org/10.5507/ag.2023.008>
- Yener Özcan, F., & Ceylan, B. (2023). Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin ve travma sonrası stres belirtilerinin incelenmesi. *Current Research and Reviews in Psychology and Psychiatry*, 3(2), 28-41.
- Yıldırım, M. (2024). *Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sporda psikolojik ihtiyaçlarının sportif hedef bağlılıklarına etkisi* (Yüksek lisans tezi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi). Tez no:875343. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Yıldızhan, Y. Ç., & Demir, V. (2024). Spor lisesi öğrencilerinin psikolojik sağlamlık, algılanan sosyal destek ve yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi. *Anatolia Sport Research*, 5(3), 10-21. <http://dx.doi.org/10.29228/anatoliasr.65>
- Yılmaz, B. H., Mergan, B., & Üstün, N. A. (2024). Sporcu öz yeterliliğinin psikolojik sağlamlık ve hedef bağlılığı üzerindeki yordayıcı etkisi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 22(3), 183-193. <https://doi.org/10.33689/spormetre.1465822>
- Yılmaz, S., Kurtipek, S., Güngör, N. B., & Yenei, İ. F. (2024). Spor yöneticisi adaylarının karar verme stillerinin liderlik yönelimlerine etkisi. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3), 211-224.
- Yildiz, M. (2019). *Sporcularda sportmenlik yönelimi: hedef bağlılığı ve sporda ahlaktan uzaklaşmanın rolü* (Doktora Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi). Tez no:609537. YÖKTEZ Veri tabanı.
- Yorgancılar, F.E. & Özlük, B. (2022). Hemşirelik hizmetlerinde yönetsel sorun çözme ve karar verme üzerine bir derleme. *Genel Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3(3), 68-80.
- Yörük, S., Acikgoz, A., & Güler, D. (2022). The predictors of secondary traumatic stress and psychological resilience in healthcare workers during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study in Turkey. *Stress and Health*, 38(4), 746-754. <https://doi.org/10.1002/smi.3129>
- Yun, J. (2014). Effects of goal commitment on physical activity in adults. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 85(1), 87-91.
- Zeleny, M. (1982). *Multiple criteria decision making*. Newyork: Mc- Graw-Hill.