

T.C.  
EGE ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**DUYGUSAL ZEKÂ VE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN ELİT ATLETLERDE DİKKAT  
VE PERFORMANS ÜZERİNDEKİ ETKİSİ**

SPORDA PSİKOSOSYAL ALANLAR ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN  
**Şenol GÜVEN**

DANIŞMAN  
**Doç. Dr. Serdar TOK**

**İZMİR**  
**2014**



T.C.  
EGE ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**DUYGUSAL ZEKÂ VE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN ELİT ATLETLERDE DİKKAT  
VE PERFORMANS ÜZERİNDEKİ ETKİSİ**

SPORDA PSİKOSOSYAL ALANLAR ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN  
**Şenol GÜVEN**

DANIŞMAN  
**Doç. Dr. Serdar TOK**

**İZMİR**  
**2014**



## TEZ DEĞERLENDİRME KURULU ÜYELERİ

### DEĞERLENDİRME KURULU ÜYELERİ

(Adı Soyadı)

(İmza)

**Başkan** : Doç. Dr. Serdar TOK .....

(Danışman)

**Üye** : Doç. Dr. Çetin YAMAN .....

**Üye** : Yrd. Doç. Dr. Melih BALYAN .....

**Yedek Üye** : Doç. Dr. Zişan ÇETİNKALP .....

**Yedek Üye** : Yrd. Doç. Dr. Mustafa ENGÜR .....

Yüksek lisans tezinin kabul edildiği tarih: .....

## ÖNSÖZ

Hayatımızın neredeyse her alanında bizleri etkilediği düşünölen bazı psikolojik olgu ve süreçlerin spor alanında yeterince araştırılmadığını düşünürsek, bu araştırma için harcanan onca emeğe ve yapılan onca uzun mesaiye değdiğini düşünöyor ve araştırmanın spor psikolojisi alanına yapacağı katkılardan dolayı gurur duyuyorum. Dileğim bu çalışmanın, spor branşlarında elde edilen olumlu ya da olumsuz sonuçlarda psikolojik süreçlerin de etkili olabileceğinin fark edilmesinde katkısı olmasıdır.

Hayatımda önemli bir yere sahip olan bu araştırmanın en başından başlayıp sonlanmasına kadar geçen süreçte pek çok kişinin emeği ve özverisi vardır.

Mesleki eğitim sürecimde bana yol gösteren ve motive olmamı sağlayan danışmanım Sn. Prof. Dr. Birol DOĞAN' a,

Her zaman, her anlamda yanımda olduğunu hissettiren, araştırmanın fikir babası olan ve bilimsel desteğini hiç esirgemeyen danışmanım Sn. Yrd. Doç. Dr. Serdar TOK' a,

Eğitim hayatımın en başından itibaren beni cesaretlendiren, takdir eden ve her koşulda yanımda olan değerli aileme,

Sabır, emek ve özverileri için sonsuz teşekkür ederim.

**İzmir – 2014**

**Şenol GÜVEN**

## İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....	I
İÇİNDEKİLER.....	II
TABLolar LİSTESİ.....	IV

### BÖLÜM I

1.GİRİŞ.....	1
1.1. Araştırmanın Amacı.....	5
1.2. Araştırmanın Önemi.....	5
1.3. Hipotezler.....	5
1.4. Varsayımlar.....	6

### BÖLÜM II

2. GEREÇ ve YÖNTEM.....	7
2.1. Araştırmanın Tipi.....	7
2.2. Kullanılan Gereçler.....	7
2.2.1. Schutte Duygusal Zeka Ölçeği.....	7
2.2.2. Beş Faktör Kişilik Envanteri.....	7
2.2.3. SuperLab Version 4.0.....	7
2.2.4. Cedrus RB-730.....	8
2.2.5. IAPS.....	8
2.3. Kullanılan Yöntem.....	8
2.4. Araştırmanın Yeri ve Zamanı.....	8
2.5. Araştırmanın Evreni.....	9
2.6. Araştırmada Örneklem.....	9
2.7. Bağımlı ve Bağımsız Değişkenler.....	9

2.8. Veri Toplama Yöntemi ve Süresi.....	9
2.9. Verilerin Analizi ve Değerlendirme Teknikleri.....	10
2.10. Süre ve Olanaklar.....	10
2.11. Etik Açıklamalar.....	10

### **BÖLÜM III**

BULGULAR.....	11
---------------	----

### **BÖLÜM IV**

TARTIŞMA ve SONUÇ.....	22
------------------------	----

### **BÖLÜM VI**

ÖZET.....	30
ABSTRACT.....	32

### **BÖLÜM VII**

KAYNAKÇA.....	34
---------------	----

EKLER.....	41
------------	----

ÖZGEÇMİŞ.....	48
---------------	----

## TABLÖLÄR LİSTESİ

Tablo 1: Kişilik özellikleri ve Test 1'deki parametreler arasındaki korelasyonlar.....	11
Tablo 2: Duygusal zekâ ve Test 1'deki parametreler arasındaki korelasyonlar.....	12
Tablo 3: Kişilik özellikleri ve duygusal zekanın Test 1'deki tepki hızı ortalaması için öngörücü gücü.....	13
Tablo 4: Kişilik özellikleri ve duygusal zekanın Test 1 deki verilen doğru yanıtların tepki hızı ortalaması için ön görücü gücü.....	14
Tablo 5: Kişilik özellikleri ve duygusal zekanın Test 1'deki olumlu uyarılara verilen yanıtların tepki hızı ortalaması için ön görücü gücü.....	15
Tablo 6: Doğru tepki ortalama hızı ve yanlış tepki ortalama hızı arasındaki fark.....	16
Tablo 7: Harflere verilen tepkilerle rakamlara verilen tepki süreleri arasındaki fark.	17
Tablo 8: Kişilik özellikleri ile Test 2'deki parametreler arasındaki korelasyonlar....	18
Tablo 9: Duygusal zeka ve Test 2'deki parametreler arasındaki korelasyonlar.....	19
Tablo 10: Kişilik özelliklerinin Test 2'deki harflere verilen yanıtların tepki hızı ortalaması için ön görücü gücü.....	20
Tablo 11: Kişilik özelliklerinin Test 2'deki rakamlara verilen yanıtların tepki hızı ortalaması için ön görücü gücü.....	21

## BÖLÜM I

### GİRİŞ

Performans sporları yoğun duygusal tepkileri başlatabilir ve bu tepkiler psikomotor performans üzerinde hayati derecede etkili olabilir. Duyguların sportif performans üzerinde bu denli hayati etkiye sahip olmasından dolayı, Catastrophe modeli (Hardy, 1990), IZOF (Hanin, 1997) ve Çok Boyutlu Kaygı Kuramı (Martens, Vealey, & Burton, 1990b) gibi duygular ve sportif performans arasındaki ilişkiyi tanımlayan birkaç teori önerilmiştir. Bu modeller çerçevesindeki çalışmaların sonuçları duyguların kapsam ve içeriğinin optimal ya da zayıf performansa neden olduğunu göstermiştir.

Buna ek olarak, Lazarus ve Folkman (1984) yarışma öncesi ve esnasındaki uygun duygusal koşulları yaratma ve devam ettirme becerisinin sporda başarılı olmak için hayati öneme sahip olduğunu ve pek çok zihinsel antrenman programının da amacının bu olduğunu ifade etmektedir. Hanin'de (1997) optimal sportif performans için duyguları yönetme becerisinin geliştirilmesinin önemini vurgulamıştır.

Lazarus ve Folkman (1984) ve Hanin (1997) tarafından bahsedilen duyguları yönetmek, uygun duygusal koşulları yaratma ve sürdürebilme gibi yetenekler duygusal zekâ ile örtüşmektedir. Bu nedenle, spor psikolojisi alanında sporda duygusal zekâyı inceleyen araştırmacıların sayısı artmaya başlamıştır. Egzersiz ve sporda duygusal zekâ kavramını incelemeden önce Petrides ve Furnham (2000a, 2000b) tarafından önerilen algılanan duygusal zekâ ve yetenek duygusal zekâ kavramları arasında ayırım yapmak faydalı olabilir. Buna göre, algılanan duygusal zekâ davranışsal eğilimleri ve bireyin duygularla ilgili bilgileri kullanma, işleme, tanıma hakkındaki bireysel algısı anlamına gelmektedir. Yetenek duygusal zekâ

kişinin duyguları kullanma, işleme ve tanıma konusunda asıl yeteneği anlamına gelmektedir. Yetenek duygusal zekâ performans testleriyle ölçülürken, algılanan duygusal zekâ kendini ifade etme testleriyle (self report) ölçülür. Kavramsallaştırma ve ölçüm metotlarındaki farklılıklardan dolayı birbirleriyle rekabet eden iki duygusal zekâ modeli performans ve davranışı öngörme yeteneği ile ilgili tartışmalarıyla ortaya çıkmıştır. Kendini anlatma testleri ile ölçülen algılanan duygusal zekâ üzerine en önemli tartışmalar, büyük ölçüde onun davranışı geleneksel kişilik özellikleri üzerinde daha fazla öngörüp öngörmeyeceğine odaklanmıştır. Bu bağlamda Mayer, Caruso ve Salovey (1999) duygusal zekânın en doğrudan ölçüm şeklinin kişilerden duygusal problemlerin çözmesini istemek olduğunu ileri sürmektedir. Mayer, Caruso ve Salovey (1999) ayrıca self report testlerle duygusal zeka ölçmenin hiçbir anlam ifade etmediğini ileri sürmüşlerdir.

Yukarıda bahsedilen eleştirilere ve psikolojinin diğer alanlarından duygusal zekânın performansı kişilik ve zekâdan daha öteye açıklayamayacağını gösteren sonuçlara rağmen, algılanan duygusal zekâyı sporda inceleyen çalışmaların sonuçları, sporda algılanan duygusal zekânın antrenörler ve sporcular için faydalı olabileceği bazı kanıtlar göstermiştir. Örneğin; Thelwell, Lane, Weston ve Greenlees (2008) yüksek duygusal zekânın antrenörlük etkisiyle pozitif ilişkili olduğunu göstermiştir.

Zizzi, Denor, Hirschhorn (2003) beyzbolda bazı performans kriterleri ile algılanan duygusal zekâ arasında pozitif ilişki bulmuşlardır. Buna göre, duygusal zekâ puanları vuruş istatistikleri ile (toplam vuruş, toplam çift vuruş, yapılan toplam koşu vb.) ilişkili bulunmamıştır. Öte yandan atış istatistiklerinden bazıları ile ilişkili olduğu gözlemlenmiştir. Zizzi ve arkadaşlarına (2003) göre, beyzbolda atıcının üzerinde daha fazla duygusal yük bulunduğunu ve bundan dolayı duygusal zekâ ve

atış performansının arasındaki ilişkinin normal karşılanması gerektiğini vurgulamışlardır.

Algılanan duygusal zekâ sporcuların strese verdiği fizyolojik tepkilerle de ilişkili bulunmuştur. Laborde, Brüll, Weber, Anders (2011) yüksek duygusal zekâyâ sahip sporcuların düşük duygusal zekâyâ sahip sporculara göre strese fizyolojik açıdan daha dirençli olduğunu bulmuşlardır. Laborde (2011) ve arkadaşları yaptıkları çalışmada katılımcıları 5 dakika dinlendirdikten sonra onların 3 dakika boyunca kalp atım hızı değişkenliğini incelemişlerdir. Sonrasında ise seyirci sesiyle beraber verilen bir olumsuz imgeleme kaydını dinletmişlerdir. Katılımcılar bu stresöre 20 dakika boyunca maruz kalmışlardır. Elde edilen sonuçlar yüksek duygusal zekâyâ sahip sporcuların deneysel stresöre düşük duygusal zekâlı sporculara göre daha düşük kalp atım hızı değişkenliği ile tepki vermişlerdir. Yüksek duygusal zekâyâ sahip sporcuların stresöre verdikleri düşük kalp atım hızı değişkenliği tepkisi duygusal zekânın strese karşı koruyucu etkisini gözler önüne sermektedir.

Lane, Thelwell, Lowther ve Devonport (2009) özellikle kendinle konuşma ve imgelemenin hem antrenman hem de yarışmada duygusal zekâ ile ilişkili olduğunu bulmuştur.

Son olarak Tok, Binboğa, Güven, Çatıkkaş ve Dane (2013) 'nin çalışması bir motor görev sırasında maruz kalınan akut mental bir stresörün etkisini tolere edebilmede duygusal zekânın rolünü göstermesi açısından son derece önemlidir. Tok ve arkadaşları (2013) katılımcılardan ticeps surae kası ile yapılan maksimal izometrik istemli kasılma (plantar fleksiyon) sırasında deneklerden 1000 (bin) 'den geriye doğru 13'erli olarak saymalarını istemişlerdir. Araştırmadan elde edilen bulgular stresör baskısı altında icra edilen motor görevde duygusal zekânın stresörün etkisini tolere etmede duygusal zekânın bireylere avantaj sağladığı göstermiştir.

Algılanan duygusal zekâ konusunda dile getirilen önemli eleştirilerden biri, algılanan duygusal zekânın standart kişilik özellikleri ile çok fazla örtüştüğüdür. Van Rooy, Viswesvaran ve Pluta, (2005) daha da ileri giderek algılanan duygusal zekâ ölçekleri ile aslında kişilik özelliklerinin ölçülmekte olduğunu ileri sürmüştür. Duygusal zekâ ölçeklerine ait maddelerin faktör analizlerinde kişilik envanterlerinin duygusal tutarsızlık boyutundan aldığı yüksek yükler de bu yargıyı desteklemektedir.

Dolayısıyla duygusal zekâ araştırmalarında kişilik özelliklerinin rolünün araştırılması bir zorunluluk olarak karşımıza çıkmaktadır. Buna ek olarak kişilik özellikleri de duygu durum – performans ilişkisine etki etme olasılığına sahiptir. Bu bağlamda duygusal tutarsızlığın limbik sistemin düşük uyarı eşiğiyle ilişkili olduğu bilinmektedir. Dolayısıyla, duygusal tutarsızlığın baskın olduğu bireylerin yüksek uyarılmışlık altında performans kayıpları yaşayabileceği düşünülebilir. Araştırma bulguları da duygusal tutarsızlığın aversif uyaranlara verilen yüksek psiko – fizyolojik tepkilerle ilişkili olduğunu göstermektedir.

Duygusal tutarsızlığın tersine, dışadönük bireylerin yüksek uyarılmışlık düzeylerinde daha mutlu oldukları ve daha iyi performans gösterdikleri bilinmektedir. Dolayısıyla bahse konu kişilik özelliklerinin bu çalışmanın kapsamındaki deneylerde iyi veya kötü performansı öngörebileceği düşünülebilir.

Bu çalışmada uygulanan deneysel protokolda (test 2) performansa etki edebilecek bir diğer kişilik özelliği gelişime açıklıktır. Gelişime açıklık özelliği baskın bireylerin entelektüel yönlerinin daha güçlü ve gelişmiş olması beklenir. Araştırma bulguları da, zekâ testlerinden alınan skorlar ile gelişime açıklık özelliği arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla bu çalışmanın 2. bölümünde gelişime açıklık özelliği baskın bireylerin rakamları ve harfleri ayırt edebilme konusunda daha hızlı olması beklenmelidir.

Performansa etki edebilecek bir diğerk kişilik özelliği de özdenetimdir. Yapılan bazı araştırma bulguları özdenetim kişilik özelliği baskın bireylerin stres altında problemle baş etme stratejilerinin daha iyi olduğunu göstermiştir (Bartley, & Roesch, 2011). Bir başka çalışmada ise özdenetim kişilik özelliğinin algılanan yüksek stresi kontrol etmede avantaj sağladığı bulunmuştur (Kaiseler, Polman, & Nicholls, 2012). Nater, Hoppmann ve Klumb (2010) ise özdenetim kişilik özelliğinin, düşük sistemik kortizol seviyesi ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır.

### **Araştırmanın Amacı**

Bu çalışmanın amacı elit sporcularda duygusal zekâ ve kişilik özelliklerinin dikkat ve performans üzerindeki etkisini incelemektir.

### **Araştırmanın Önemi**

Spor psikolojisinde, performansa etki etmesi bakımından dikkatin önemli bir rol oynadığı kabul edilmekle beraber duygusal zekâ ve kişilik özelliklerinin dikkati ne ölçüde etkilediği ve bu özelliklerin dikkatten dolayı yaşanan performans kaybını ne ölçüde önleyebileceği ile ilgili çalışma psikolojinin diğerk disiplinlerinin aksine spor psikolojisinde bulunmamaktadır. Çalışmanın sonuçları sporcularda performansı etkileyen faktörlerden biri olan dikkatin, duygusal zekâ ve kişilik özellikleriyle olan ilişkisinin daha iyi anlaşılmasına katkıda bulunabilir.

### **Hipotezler**

Duyusal tutarsızlık kişilik özelliği ile tepki hızı ortalaması arasında pozitif ilişki olmalıdır.

Dışa dönüklük ve tepki hızı ortalaması arasında pozitif ilişki olmalıdır.

Gelişime açıklık entelektüel özelliklerle ilgili olduğu için doğru cevap sayısı ve tepki hızı ortalaması arasında pozitif ilişki olmalıdır.

Duyguların kullanımı ve değerlendirilmesi ile olumlu duyguları yansıtan fotoğraflara verilen tepkinin hızlı olması gerekmektedir.

Doğru tepkilerin ortalama hızları ile yanlış tepkilerin ortalama hızları arasında anlamlı bir fark olması gerekmektedir.

Harflere verilen tepkilerin hızları ile rakamlara verilen tepki hızlarının anlamlı olarak farklı olması gerekmektedir.

### **Varsayımlar**

Veri toplamak amacıyla kullanılan ölçekler geçerli ve güvenilirlerdir.

Katılımcılar anketleri içtenlikle, dürüst ve kendilerini tam yansıtacak şekilde doldurmuştur.

Katılımcılar, testlerde yapabileceklerinin en iyisini yapmışlardır.

## BÖLÜM II

### GEREÇ VE YÖNTEM

#### 2.1. Araştırmanın tipi

Bu araştırma tanımlayıcı ve deneysel olarak planlanmıştır.

#### 2.2. Kullanılan gereçler

**Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği:** Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği ilk geliştirildiği şekliyle (Schutte, Malouff, Hall, Haggerty, Cooper, Golden & Dornheim, 1998) 33 madde ve tek faktörlü yapıdan meydana gelmektedir. Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği daha sonra Austin, Saklofese, Huang ve McKenney (2004) tarafından revize edilmiştir. Söz konusu revize çalışmasıyla birlikte ölçek 33 madden 41 maddeye çıkarılmıştır. Ayrıca ölçeğin ilk versiyonundaki bazı maddeler tersine çevrildiği gibi yeni maddelerde ölçeğe eklenmiştir. Austin ve ark. (2004) Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği'nin faktör yapısının da, ilk versiyonun aksine, tek faktörlü olmayıp 3 faktörden meydana geldiğini ileri sürmüştür. Austin ve ark. (2004) ölçeğin yeni şeklindeki faktörleri "iyimserlik/ruh halini düzenleme, duyguları kullanma ve duyguları algılama" olarak Türkçeye uyarlanmıştır.

**Beş Faktör Kişilik Envanteri:** Örneklemdeki katılımcıların kişilik özelliklerini belirlemek amacıyla, katılımcılara Tatar (2005) tarafından geliştirilen Beş Faktör Kişilik Envanteri'nin kısaltılmış formu (Ek 2) uygulanmıştır. Kişiliği beş faktörde inceleyen (öz denetim, dışadönüklük, yumuşak başlılık, duygusal tutarsızlık ve gelişime açıklık) envanter, 1 (Tamamen Uygun) ile 5 (Hiç Uygun Değil) arasında beşli likert olarak puanlanan 85 sorudan oluşmaktadır.

**SuperLab Version 4.0:** Katılımcıların çeşitli uyarılara karşı verdikleri doğru ve yanlış tepkileri ve bu tepkilerin sürelerini belirleyebilmek amacıyla Windows XP'de kullanımı uygun olan SuperLab 4.0 yazılımı kullanılmıştır. Bu

yazılım sayesinde her bir katılımcıya görsel uyarılar sunulabilmekte ve maruz kalınan görsel uyarılar sonrasında uyarılara verilen doğru ve yanlış tepkiler ve tepkilerin reaksiyon zamanları her bir katılımcı için bilgisayar dâhili depolama biriminde saklanabilmektedir.

**Cedrus RB-730:** Katılımcılara uygulanan dikkat testinde, katılımcılar maruz kaldıkları görsel uyarılara tepkilerini yanıtlama cihazı olan Cedrus RB-730 cihazı ile vermişlerdir.

**IAPS:** Katılımcıların maruz kalacağı görsel uyarıların ilk aşamasında Lang, Bradley, & Cuthbert (1999) tarafından geliştirilen Uluslararası Duygusal Resim Sisteminden (IAPS) seçilmiş 30 olumlu, 30 olumsuz ve 30 nötr duyguyu yansıtan toplam 90 fotoğraf kullanılmıştır. Fotoğrafların Türk örnekleme norm çalışması ve güvenilirliği Tok, Koyuncu, Dural ve Çatıkkaş (2010) tarafından yapılmıştır.

### **2.3. Kullanılan Yöntem**

Katılımcılar önce araştırma ve uygulanacak işlemler hakkında bilgilendirilmiştir. Bilgilendirmeden sonra katılımcılara Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği ve Beş Faktör Kişilik Envanteri uygulanmıştır. Son olarak deneysel uygulama aşaması gerçekleştirilmiştir. Her bir katılımcının psikometrik testleri tamamlaması ve deneysel uygulama aşaması yaklaşık olarak 30 dakika sürmüştür. Çalışmayı sürdürmek istemeyen katılımcılara, çalışma uygulama anında bırakılmıştır. Çalışmada kullanılan yöntem ve uygulamaya dair süreç, Ege Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na başvuru yapılarak sunulmuş ve katılımcılara gönüllü olur formu imzalatılmıştır.

### **2.4. Araştırmanın Yeri ve Zamanı**

Araştırma Ege Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda, 2011 yılının Kasım ayından 2012 yılının Haziran ayına kadar yürütülmüştür.

## **2.5. Araştırmanın Evreni**

Araştırmanın evrenini Ege Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencileri oluşturmaktadır.

## **2.6. Araştırmada Örneklem**

Araştırma örneğine, araştırmanın veri toplama sürecinde Ege Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören, çalışmaya katılmayı kabul eden 63 elit sporcu alınmıştır.

## **2.7. Bağımlı ve Bağımsız Değişkenler**

Dikkat ve dikkate verilen tepkilerin doğruluğu ve süreleri araştırmanın bağımlı değişkenini oluşturmuştur. Bağımsız değişkenler ise duygusal zekâ ve kişilik özellikleridir.

## **2.8. Veri Toplama Yöntemi ve Süresi**

Araştırmada kullanılan ölçekler katılımcılara yüz yüze görüşme yoluyla ve her katılımcıya bireysel olarak uygulanmıştır. Ölçekleri tamamlamak için her bir katılımcı yaklaşık 10 – 15 dakikaya ihtiyaç duymuştur. Kullanılan bilgisayar programındaki teknik aksaklıktan dolayı katılımcıların cinsiyet verileri kaydedilememiştir. Araştırmanın deneysel uygulama aşaması ise Ege Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda uygulayıcı tarafından gerçekleştirilmiştir. Tüm katılımcılara deneyin amacı ve katılımcılardan beklenen görevler anlatılmıştır. Deneyin ilk aşamasında her bir katılımcı Uluslararası Duygusal Resim Sistemi (IAPS)'nden seçilmiş 30 olumlu, 30 olumsuz ve 30 nötr duyguyu yansıtan fotoğrafa maruz bırakılmıştır. Fotoğraflar bilgisayar ekranına rastgele çıkmış ve katılımcı tarafından fotoğrafın yansıttığı duyguya denk gelen tuşa basılıncaya kadar ekranda kalmıştır. Bu aşamada katılımcının cevaplamayı doğru tuşu kullanarak en kısa zamanda yapması önemlidir. Başarı ölçütü olarak, verilen doğru tepkiler ve doğru

tepkilerin reaksiyon zamanları kabul edilmiştir. Deneyin ikinci aşamasında ise ekrana yine rastgele çıkıp iki saniye ekranda kalacak üç basamaklı bazı sayılar ve büyük harfler gelmiştir. Katılımcılara bu aşamada, ekrana yalnızca üç basamaklı tek sayılarda ve sesli harfler geldiğinde uygun tuşu kullanarak yanıtımlama yaptırılmıştır. İkinci aşamada kullanılan sayılar “336, 363, 389, 398, 619, 636, 663, 696, 916, 933, 936, 963, 969, 986, 996” ve harfler “A, E, F, G, Ğ, H, I, J, Ö, R, S, U, V, Y, Z” dir. Bu aşamadaki başarı ölçütü ise tek sayılı rakam ve sesli harflere verilen doğru tepkiler, bu tepkilerin reaksiyon zamanları ve çift sayılı rakamlarda ve sessiz harflerde tepki vermemektir. Uygulamadan önce katılımcılara ön deneme yaptırılmıştır. Tüm katılımcıların ölçekleri ve deneysel uygulamayı tamamlaması dört aylık bir süre içerisinde gerçekleşmiştir.

## **2.9. Verilerin Analizi ve Değerlendirme Teknikleri**

Araştırmadan elde edilen veri seti SPSS 11.0 paket programı ile analiz edilmiştir. Analizde betimsel istatistikler, Pearson Korelasyon katsayısı ve T Testi kullanılmıştır. Güven aralığı 0,05 olarak alınmıştır.

## **2.10. Süre ve Olanaklar**

Bu araştırma 2011 – 2012 yıllarında araştırmacı tarafından yapılmıştır. Çalışmada Ege Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'na ait olan masaüstü bilgisayar, Cedrus RB-730 ve SuperLab 4.0 bilgisayar yazılımı kullanılmıştır.

## **2.11. Etik Açıklamalar**

Katılımcıların kimlik bilgileri istenmemiştir. Yapılacak olan araştırma için Ege Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na başvuru yapılmış ve Etik Kurul İzin Belgesi (Ek 1) alınmıştır.

## BÖLÜM III

### BULGULAR

**Tablo 1**  
**Kişilik özellikleri ve Test 1'deki parametreler arasındaki korelasyonlar**

	Test 1 Ortalama	Doğru Yanıt Ortalama	Yanlış Yanıt Ortalama	Doğru Cevap Sayısı	Yanlış Cevap Sayısı	Olumlu Ortalama	Olumsuz Ortalama
Dışadönüklük	-.17	-.19	-.09	.01	-.16	-.30*	-.16
Yumuşak baş.	-.17	-.18	-.09	.01	.06	-.27*	-.19
Özdenetim	-.05	-.07	.06	.05	-.01	.00	-.15
Duygusal tut.	-.02	.00	-.11	.10	-.01	.09	.10
Gelişime açık.	-.30*	-.32*	-.20	.14	-.10	-.38**	-.21

\*p<05    \*\*p<01

Kişilik özellikleri ve Test 1'deki parametreler arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan korelasyon analizinde Dışadönüklük ve Yumuşak başlılık kişilik özellikleriyle Test 1'de yer alan olumlu fotoğraflara verilen tepki süreleri arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Gelişime Açıklık kişilik özelliğiyle ise Test 1'deki tepki süreleri ortalamaları, sadece doğru verilen tepkilerin ortalamaları, Test 1'de yer alan olumlu fotoğraflara verilen tepki sürelerinin ortalamaları arasında da negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

**Tablo 2**  
**Duygusal zekâ ve Test 1'deki parametreler arasındaki korelasyonlar**

	Test 1 ortalama	Doğru Yanıt Ortalama	Yanlış Yanıt Ortalama	Doğru Cevap Sayısı	Yanlış Cevap Sayısı	Olumlu Ortalama	Olumsuz Ortalama
İyimserlik	-.05	-.06	.08	.18	-.25	-.03	-.09
Duyguların kul.	-.29*	-.27*	-.20	.17	-.11	-.32*	-.16
Duyguların değ.	-.21	-.23	-.12	-.10	.06	-.35**	-.18

\*p<05    \*\*p<01

Duygusal zekâ ölçeği alt boyutları ve Test 1'deki parametreler arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan korelasyon analizinde Duyguların Kullanımı alt boyutu ile Test 1 ortalama, doğru yanıt ortalama ve olumlu fotoğraflara verilen tepki ortalaması süreleri arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Duyguların Değerlendirilmesi alt boyutu ile olumlu fotoğraflara verilen tepki süresi ortalaması arasında da negatif yönde anlamlı ilişki vardır.

**Tablo 3**  
**Kişilik özellikleri ve duygusal zekânın Test 1'deki genel tepki hızı ortalaması için ön görücü gücü (Stepwise yöntemi ile)**

Independent Variables	B	$\beta$	T	R	R <sup>2</sup>
Gelişime açıklık	-139.81	-.30	-2.37	.30	.10
Constant	1546.33		6.38		

Kişilik özellikleri ve duygusal zekâ alt boyutlarından oluşan regresyon modelinin, Test 1'deki genel tepki hızı ortalamasını öngörüp göremediğini test etmek için regresyon analizi (stepwise yöntemi ile) yapılmıştır. Sonuçlar, sadece gelişime açıklıktan oluşan modelin Test 1'deki genel tepki hızını %10 seviyesinde açıklayabildiğini göstermiştir.

**Tablo 4**  
**Kişilik özellikleri ve duygusal zekânın Test 1 deki verilen doğru yanıtların tepki hızı ortalaması için ön görücü gücü (Stepwise yöntemi ile)**

Independent					
Variables	B	B	T	R	R <sup>2</sup>
Gelişime açıklık	-140.44	-.32	-2.51	.32	.10
Constant	1531.72		6.67		

Kişilik özellikleri ve duygusal zekâ alt boyutlarından oluşan regresyon modelinin, Test 1'deki verilen doğru yanıtların tepki hızı ortalamasını öngörüp göremediğini test etmek için regresyon analizi (stepwise yöntemi ile) yapılmıştır. Sonuçlar, sadece gelişime açıklıktan oluşan modelin Test 1'de verilen doğru yanıtların tepki hızı ortalamasını %10 seviyesinde açıklayabildiğini göstermiştir.

**Tablo 5**  
**Kişilik özellikleri ve duygusal zekânın Test 1'deki olumlu uyarılara verilen yanıtların tepki hızı ortalaması için ön görücü gücü (stepwise yöntemi ile)**

Independent					
Variables	B	$\beta$	T	R	R <sup>2</sup>
Gelişime açıklık	-157.59	-.33	-2.73		
Duyguların kullanımı	-17.49	-.25	-2.10	.45	.20
Constant	1947.27		7.32		

Kişilik özellikleri ve duygusal zekâ alt boyutlarından oluşan regresyon modelinin, Test 1'deki olumlu uyarılara verilen yanıtların tepki hızı ortalamasını öngörüp göremediğini test etmek için regresyon analizi (stepwise yöntemi ile) yapılmıştır. Sonuçlar, gelişime açıklık ve Duyguların kullanımından oluşan regresyon modelin Test 1'de olumlu uyarılara verilen yanıtların tepki hızı ortalamasını %20 seviyesinde açıklayabildiğini göstermiştir.

**Tablo 6**  
**Doğru tepki ortalama hızı ve yanlış tepki ortalama hızı arasındaki fark (Test 1)**

Independent Variables	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Doğru tepki ortalama hızı	957.55	190.04	-5.22	0.01*
Yanlış tepki ortalama hızı	1127,30	396		

\*p<05

Doğru tepki ortalama hızı ve yanlış tepki ortalama hızı arasında fark olup olmadığını anlamak için t testi yapıldı. Sonuçlar doğru tepki ortalama hızı ve yanlış tepki ortalama hızı arasında anlamlı fark olduğunu gösterir. Verilen doğru tepkiler, yanlış tepkilere göre daha hızlıdır.

**Tablo 7**  
**Harflere verilen tepkilerle rakamlara verilen tepki süreleri arasındaki fark (Test 2)**

Independent				
Variables	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Harf tepki	782.87	178.91	.61	.54
Rakam tepki	767.12	171.78		

Test 2’de yer alan harflere tepki ile rakamlara tepki hızı ortalamaları arasında fark olup olmadığını anlamak için t testi yapıldı. Sonuçlar harflere verilen tepkilerle rakamlara verilen tepki sürelerinin ortalamalarının arasında anlamlı fark olmadığını göstermektedir.

**Tablo 8**  
**Kişilik özellikleri ile Test 2'deki parametreler arasındaki korelasyonlar**

	Test 2 ortalama	Doğru yanıt sayısı	Yanlış yanıt sayısı	Harflere verilen tepki süresi	Rakamlara verilen tepki süresi
Dışadönüklük	.08	.01	-.16	-.16	.17
Yumuşak başlılık	.11	.01	.06	-.09	.26*
Özdenetim	-.15	.05	-.01	-.05	-.10
Duygusal tutarsızlık	-.03	.10	-.01	.05	-.01
Gelişime açıklık	-.02	.14	-.10	-.29*	-.03

\*p<05    \*\*p<01

Kişilik özellikleri ve Test 2'deki parametreler arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan korelasyon analizinde Yumuşak başlılık kişilik özelliğiyle Test 2'de yer alan rakamlara verilen tepki süresi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Gelişime Açıklık kişilik özelliğiyle ise Test 2'deki harflere verilen tepki süresi arasında negatif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

**Tablo 9**  
**Duygusal zekâ ve Test 2'deki parametreler arasındaki korelasyonlar**

	Test 2 ortalama	Doğru yanıt sayısı	Yanlış yanıt sayısı	Harflere verilen tepki süresi	Rakamlara verilen tepki süresi
İyimserlik	.06	.18	-.25	-.20	.01
Duyguların kullanımı	-.03	.17	-.11	-.12	.01
Duyguların değ.	.07	-.10	.06	-.15	.02

\*p<05    \*\*p<01

Duygusal zekâ ölçeği alt boyutları ve Test 2'deki parametreler arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan korelasyon analizinde herhangi bir ilişki gözlemlenmemiştir.

**Tablo 10****Kişilik özelliklerinin Test 2'deki harflere verilen yanıtların tepki hızı ortalaması için ön görücü gücü (stepwise yöntemi ile)**

Independent					
Variables	B	$\beta$	T	R	$R^2$
Gelişime Açıklık	-123,51	-,30	-2,33	.30	.09
Constant	1287,81		5,92		

Kişilik özelliklerinden oluşan regresyon modelinin, Test 2'deki harflere verilen yanıtların tepki hızı ortalamasını öngörüp göremediğini test etmek için regresyon analizi (stepwise yöntemi ile) yapılmıştır. Sonuçlar, sadece gelişime açıklıktan oluşan modelin Test 2'de harflere verilen yanıtların tepki hızı ortalamasını %9 seviyesinde açıklayabildiğini göstermiştir.

**Tablo 11****Kişilik özelliklerinin Test 2'deki rakamlara verilen yanıtların tepki hızı ortalaması için ön görücü gücü (stepwise yöntemi ile)**

Independent					
Variables	B	$\beta$	T	R	R <sup>2</sup>
Yumuşak Başlılık	79,43	,26	2,00	.27	.07
Constant	464,66		3,05		

Kişilik özelliklerinden oluşan regresyon modelinin, Test 2'deki rakamlara verilen yanıtların tepki hızı ortalamasını öngörüp göremediğini test etmek için regresyon analizi (stepwise yöntemi ile) yapılmıştır. Sonuçlar, sadece yumuşak başlıktan oluşan modelin Test 2'de rakamlara verilen tepki hızı ortalamasını %7 seviyesinde açıklayabildiğini göstermiştir.

## BÖLÜM IV

### TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu çalışmada, duygusal zekâ ve kişilik özelliklerinin, elit sporcuların dikkat ve psikomotor performansı üzerindeki etkileri incelenmiştir.

Katılımcılardan, öncelikle Test 1’de olumlu ve olumsuz fotoğrafları, mümkün olduğunca kısa sürede ayırt etmeleri istenmiştir. Elde edilen bulgulara göre, dışadönüklük, yumuşak başlılık ve gelişime açıklık kişilik özelliklerinin Test 1’de yer alan olumlu resimlere daha hızlı verilen tepkilerle ilişkili olduğu, gelişime açıklık kişilik özelliğinin ise ayrıca Test 1’deki genel ortalama ve doğru verilen tepkilerin ortalama hızları ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Dışadönüklük genellikle tepki zamanıyla ilişkili bulunmuşsa da, bu çalışmadan elde edilen sonuçlar dışadönüklerin hızlı tepki verebildikleri uyaranlar konusunda önemli ipuçları vermektedir. Bu çalışma kapsamında yürütülen deneyler sonucunda, dışadönüklerin tepki zamanı ile olumsuz uyaranlar arasında bir ilişki bulunamamıştır. Bir başka deyişle, dışadönükler duygusal içeriği olumlu olan uyaranlar söz konusu olduğunda hızlı tepki verebilmektedirler. Keiser ve Ross (2011) dışadönüklerin ödüle ve olumlu duygulara yatkın olduklarını ifade etmektedirler. Dolayısıyla dışadönüklerin olumlu duygular söz konusu olduğunda daha iyi performans göstermeleri beklenebilir. Araştırmamızdaki sonuca benzer olarak, Rusting ve Larsen (1998)’de dışadönüklük kişilik özelliğinin, duygusal içeriği olumlu olan uyaranlara verilen yanıtlardaki performansla ilişkili olduğu sonucuna varmışlardır. Gomez, Gomez ve Cooper (2002)’da dışadönüklük kişilik özelliğinin duygusal anlamda olumlu uyaranlara verilen tepkilerle ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Rusting ve Larsen (1998)’e göre dışadönük kişiler hafızalarında olumlu duygusal materyalleri detaylandırabilirler ve olumlu uyaranlara karşı daha iyi

hafızaları vardır. Buna ek olarak Mayo (1983, 1989) dışadönüklerin olumlu hatıraları hatırlama ve ilişkilendirme konusunda avantajlı olduğunu bulmuştur. Benzer bir şekilde Larsen ve Ketelaar (1989,1991) dışadönüklüğün olumlu duygusal uyaranlara verilen tepkinin en güçlü öngörücüsü olduğunu bulmuştur. Larsen ve Ketelaar, bulgularını, Gray'in (1981) kişilik teorisi açısından açıklamışlardır. Larsen ve Ketelaar'ın sonuçlarını yorumlamadan önce Gray'in kişilik kuramını kısaca açıklamak faydalı olabilir. Gray'in teorisi iki farklı güdüsel sistemi öngörmektedir. Bunlardan bir tanesi davranışı aktifleştirme diğeri de davranışı engelleme sistemidir. Davranışı aktifleştirme sistemi, ödüle duyarlıdır veya ceza olasılığını ortadan kaldırma konusunda motivedir. Davranışı engelleme sistemi ise cezaya karşı hassastır. Bir başka deyişle birey cezadan kaçınmaya motivedir. Larsen ve Ketelaar, dışadönüklüğü davranışı aktifleştirme sistemi ile ilişkilendirmekte, yani dışadönüklerin ödüle ve olumlu duygusal uyaranlara daha yatkın olduğunu ifade etmektedir. Dolayısıyla dışadönüklerin olumlu duygusal uyaranlara daha hızlı tepki vermesi beklenmektedir. Larsen ve Ketelaar, duygusal tutarsızlığı da davranışı engelleme sistemi ile ilişkilendirmektedir. Buna göre duygusal tutarsızlık ceza, olumsuz duygusal durum ve olumsuz duygusal uyaranlara hassasiyeti içermektedir. Dolayısıyla duygusal tutarsızlık olumsuz duygusal uyaranlara verilen daha uzun tepki zamanıyla ilişkili olmalıdır. Larsen ve Ketelaar'ın bulguları da bu yöndedir. Ancak bu çalışmada duygusal tutarsızlık ile olumsuz duygusal uyaranlara verilen tepkiler arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Buna göre duygusal tutarsızlığın her zaman olumsuz duygularla ilişkili olamayacağı söylenebilir. Tok, Koyuncu, Dural ve Çatıkkaş (2010)'da araştırmalarında beklenenin aksine duygusal tutarsızlık ile IAPS'den seçilmiş olumsuz duygusal uyaranlara verilen tepkiler arasında anlamlı bir ilişki bulamadıkları gibi olumlu duygusal uyaranlar ile duygusal

tutarsızlık arasında güçlü bir ilişki bulmuşlardır. Bu bulgular duygusal tutarsızlığın her koşulda olumsuz duygu durumuna yol açmayacağını göstermektedir. Yukarıda bahsedilen çalışmaların ışığında, dışadönük kişiler için yeterince hızlı ve aynı zamanda hata yapmaya meyilli oldukları söylenebilir. Bu bilgilerden hareketle, dışadönüklük kişilik özelliği baskın bireylerin, nitelikten ve doğruluktan ziyade hızlı olmayla ilgili motor becerilerde daha başarılı olabileceği düşünülebilir.

Araştırmamızda duygusal uyaranların kullanıldığı Test 1’de, yumuşak başlılık kişilik özelliğinin, olumlu fotoğraflara verilen hızlı tepkilerle ilişkili olduğu da gözlemlenmiştir. Campbell, Rosselli, Workman, Santisi, Rios ve Bojan (2002)’da yaptıkları çalışmada katılımcılara stroop testi uygulamışlar ve yumuşak başlılık kişilik özelliği baskın bireylerin stroop testinde daha hızlı olduklarını gözlemlenmişlerdir. Yumuşak başlılık kişilik özelliğinin, genelde düşük uyarılmışlık seviyesi ve uzun tepki süresiyle ilişkili olduğu yönünde araştırma bulguları mevcutsa da (Burton, Pfaff, Bolt, Hadjikyriacou, Siltan, Kilgallen, Cofer, ve Allimant, 2010; Bresin, Hilmert, Wilkowski, ve Robinson, 2012) araştırmamızda olumlu duygusal uyaran içeren durumlarda yüksek tepki hızıyla ilişkili olabildiği gözlemlenmiştir. Dolayısıyla, kişilik özellikleri ve tepki hızı arasındaki ilişkinin yorumlanmasında, uyarının içeriği (olumlu - olumsuz) önem kazanmaktadır. Bresin, Hilmert, Wilkowski ve Robinson (2012)’un araştırma bulguları da, bu çalışmada gözlemlenen, yumuşak başlılık ve olumlu uyarana verilen tepki hızı arasındaki ilişkiyi desteklemektedir. Tüm bu bilgiler ışığında, olumlu duygusal uyaranlara tepki verilmesi gereken durumlarda, yumuşak başlılık kişilik özelliğinin verilen tepkileri hızlandırdığı söylenebilir.

Bu çalışmadan elde edilen sonuçlar gelişime açıklığın önemli bir yönüne işaret etmektedir. Gelişime açıklık, geçmiş çalışmalarda öncelikle kültür, zekâ gibi

bilişsel yapılarla ilişkilendirilmiştir. McCrae ve Costa (1997) gelişime açıklığın bilişsel, duyuşsal ve davranışsal yapılarla ilişkili olduğunu belirtmişlerdir. Aynı zamanda bu bireylerin farklı düşünme yetisine sahip oldukları (McCrae ve Costa, 1997) ve kendilerini değerlendirme gibi bilişsel yeterliliklerinin olduğu (McCrae, 2001) belirtilmiştir. Bu çalışmanın sonuçları ise bilişsel yapıların yanı sıra gelişime açıklık kişilik özelliğinin olumlu uyaranların olduğu motor davranışlar için de önemli olabileceğini göstermiştir. Buradan yola çıkarsak, kültür, zekâ gibi bilişsel fonksiyonların kullanılması gereken görevlerde olduğu gibi, hızlı ve doğru tepkiler verilmesi gereken motor görevlerde de gelişime açıklık kişilik özelliğinin önemi daha iyi anlaşılabilir. Allbeck ve Badler (2002)'e göre, gelişime açıklık kişilik özelliği baskın olan bireyler amaçlarına ulaşırken standart çözüm yollarının dışına çıkıp karşılarına çıkan her fırsatı değerlendirirler, yeni yollar keşfederler. Tok, Koyuncu, Dural ve Çatıkkaş (2010) yaptıkları çalışmada, katılımcılardan gelişime açıklık kişilik özelliği baskın olan bireylerin olumlu fotoğraflara daha yüksek puan verdiklerini gözlemlemişlerdir.

Duygusal zekâ ölçeği alt boyutları ve Test 1'deki parametreler arasındaki ilişki incelendiğinde, Duyguların Kullanımı alt boyutu ile Test 1 ortalama, doğru yanıt ortalama ve olumlu fotoğraflara verilen tepki ortalaması süreleri arasında negatif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Duyguların Değerlendirilmesi alt boyutu ile olumlu fotoğraflara verilen tepki süresi ortalaması arasında da negatif yönde anlamlı ilişki vardır. Duygusal uyaranların kullanıldığı Test 1'in aksine, bilişsel uyaranların yer aldığı Test'2 de, duygusal zekânın anlamlı olarak performansı iyileştirici bir etkisi gözlemlenmemiştir. Duygusal zekânın, duygusal bilgileri işleyebilmekle olan ilişkisini inceleyen çalışmalar çelişkili sonuçlar ortaya çıkarmıştır. Ayrıca bu çalışmalarda konuya ilişkin kişilik gibi diğer önemli psikolojik

değişkenler görmezden gelinmiştir. Fiori ve Antonakis (2012) duygusal zekânın, bilişsel yeterliliklerin kullanılması gereken durumlarda performansla ilişkili olmadığını gözlemlemişlerdir. Çalışmamızın bu sonucundan duygusal zekânın, duygusal içeriği bulunan uyarılarla ilgili işlemlerde performansı olumlu yönde etkileyebileceği, içeriği bilişsel olan uyarılarda ise anlamlı olarak performansı iyileştirici bir etkisi olmadığı söylenebilir. Olumlu fotoğraflara, olumsuz ya da nötr fotoğraflara oranla daha hızlı tepkiler verilmesi, duygusal zeka puanları daha yüksek bireylerin duygusal anlamda olumlu uyarılara daha çabuk tepki verdiklerini de gösterebilir.

Kişilik özellikleri ve duygusal zekâ alt boyutlarından oluşan regresyon modelinin, Test 1'deki olumlu uyarılara verilen yanıtların tepki hızı ortalamasını öngörüp göremediğini test etmek için regresyon analizi yapılmıştır. Sonuçlar, gelişime açıklık ve duyguların kullanımından oluşan regresyon modelin Test 1'de olumlu uyarılara verilen yanıtların tepki hızı ortalamasını %20 ( $R^2: .20$ ) seviyesinde açıklayabildiğini göstermiştir.

Çalışmanın bir diğer önemli bulgusu ise verilen doğru tepkilerin, yanlış tepkilere göre daha hızlı olduğudur. Bu sonuç katılımcıların doğru tepkileri kendilerinden emin bir şekilde verdiklerinden dolayı kaynaklanıyor olabilir.

Çalışmada uygulanan Test 2'de duygusal uyarılar dışında bilişsel yeteneklere de hitap eden uyarılar kullanılmıştır. Test 2'de katılımcılardan sesli ve sessiz harfler arasında ayırım yapmaları ve ayrıca tek ve çift rakamları ayırt etmeleri istenmiştir.

Test 2'nin bulgularına göre yumuşak başlılık kişilik özelliğiyle Test 2'de yer alan rakamlara verilen tepki süresi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Burton, Pfaff, Bolt, Hadjikyriacou, Silton, Kilgallen, Cofer ve

Allimant (2010), yaptıkları çalışmada bilgisayar ortamında bilişsel uyaran kullanarak katılımcıların reaksiyon zamanlarını incelemişler ve yumuşak başlılık kişilik özelliği ile uyanıklık hali arasında negatif yönde anlamlı ilişki tespit etmişlerdir. Bu da bize yumuşak başlılık kişilik özelliğinin daha baskın olduğu bireylerde, bilişsel yeterliliklerin kullanılarak karar ve yanıt verilmesi gereken durumlarda, dikkatin azaldığı ve buna bağlı olarak verilecek tepkilerin süresinin arttığı sonucunu vermektedir. Tops, Boksem, Wester, Lorist ve Meijman (2006)'da, araştırmalarında katılımcılara bilgisayar ortamında uygulanan ve özellikle bilişsel psikolojide sıklıkla kullanılan, Eriksen flanker testini (Eriksen, B.A & Eriksen C.E., 1974) kullanmışlardır. Test sonucunda yumuşak başlılık kişilik özelliği baskın bireylerin reaksiyon zamanlarının diğer kişilik özellikleri baskın bireylere göre daha uzun olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Tops, Riese, Oldehinkel, Rijdsdijk, ve Ormel (2006) yumuşak başlılık kişilik özelliği ile kortizol seviyesi arasında pozitif ilişki bulmuşlardır. Vickers, Hervig, Poth, ve Hackney (1995)'de aynı ilişkiyi bulup rapor etmişlerdir. Bu bilgiler ışığında yumuşak başlılık kişilik özelliğinin, bilişsel uyaranlar karşısında verilen tepkileri geciktirdiği söylenebilir.

Gelişime açıklık kişilik özelliğiyle ise Test 2'deki harflere verilen tepki süresi arasında negatif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Fiori ve Antonakis'te (2012) yaptıkları çalışmada gelişime açıklık kişilik özelliğinin, verilen yanıtları hızlandırdığı sonucuna ulaşmışlardır. Gignac, Stough ve Loukomitis (2004) ve Goff ve Ackerman (1992)'a göre, gelişime açıklık kişilik özelliği genel zeka (IQ) ile ilişkilidir. Önceki çalışmalarda (Dempster, 1991; Kane & Engle, 2003; Schweizer, Moosbrugger, Goldhammer, 2005; Unsworth, Spillers, Brewer, 2010) IQ' nun hedefle ilişkili uyaranlara odaklanabilme yeteneği üzerindeki olumlu etkisi gösterilmiştir ve ayrıca IQ' nun duygusal uyaranlara gösterilen seçici dikkatle ilişkili olduğu da

bilinmektedir. IQ' nun ilişkili olduğu bir başka psikolojik yapı ise gelişime açıklık kişilik özelliğidir. Pek çok araştırmada gelişime açıklık ile IQ arasındaki ilişkiye dikkat çekilmektedir. Dolayısıyla duygusal uyaranlara verilen doğru cevap, tepki hızı ve gelişime açıklık ilişkisi için yeterli kuramsal sebep mevcuttur. Bu çalışmadan elde edilen bulgular da gelişime açıklığın duygusal bilgilerin yanı sıra işleyip tepki üretmeyi kolaylaştırdığını ileri süren yargıları desteklemektedir.

Fiori ve Antonakis (2012) gelişime açıklık kişilik özelliği ile IQ'nun çok benzer özellikler gösterdiğini ileri sürmüşlerdir. Gelişime açıklık kişilik özelliği baskın olan bireylerin daha hızlı olduklarını belirtmişlerdir. Bu bireyler, çok zeki olan bireyler gibi, hızlı bilgi işleme eğiliminde olabilirler. Gelişime açık bireyler, mental olarak kolay uyum sağlayabilirler ve karar verme stratejilerini çok iyi bir şekilde ayarlayabilirler. Bu çalışmada, harflere verilen tepkilerin anlamlı olarak hızlı ve doğru olması, IQ ve gelişime açıklık arasındaki ilişkisinden kaynaklanıyor olabilir.

Sonuç olarak, çalışmamızdan elde edilen bulgular spor psikolojisi alanındaki araştırmacı ve uygulamacılar için önemli ipuçları sunmaktadır. Araştırmamız sonuçlarına göre, klasik olarak spor psikolojisinde performans için önemli olduğu vurgulanan kaygı ve motivasyon gibi kavramların yanı sıra, duygusal zeka ve kişilik özelliklerinin de sportif performans üzerinde etkili olabileceği anlaşılmaktadır. Literatürde bu alanda yeterli sayıda çalışma bulunmamakta ve yapılan çalışmalar nitelik açısından yeterli olamamaktadır. Sportif performansı iyileştirmede yapılan fiziksel antrenmanların yanında bazı kişilik özellikleri ve duygusal zekânın yüksek olması da performansa önemli oranda katkı yapabilir. Örneğin bazı spor dallarında performansa önemli oranda etki eden algılama, teknik, taktik ve ani stratejik değişimler gibi bilişsel alanın yoğun olarak devrede olduğu süreçler olmaktadır. Bu tür durumlarda mümkün olduğunca en doğru kararı vermek performansa önemli

katkılarda bulunabilir. Gelişime açık sporcular, olumlu duygusal uyarılar ve bilişsel alan ile ilgili uyarılar söz konusu olduğunda diğer kişilik özellikleri baskın sporculara göre, daha hızlı olabilirler. Bundan dolayı, kişilik özellikleri ve sportif performans arasındaki ilişkiyi anlamayı amaçlayan araştırmacı ve uygulamacılar, kişilik özelliklerinin, özellikle gelişime açıklığın etkisini göz önünde bulundurmalıdırlar.

## BÖLÜM VI

### ÖZET

#### **DUYGUSAL ZEKÂ VE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN ELİT ATLETLERDE DİKKAT VE PERFORMANS ÜZERİNDEKİ ETKİSİ**

Bu çalışmada, duygusal zekâ ve kişilik özelliklerinin, elit sporcuların dikkat ve psikomotor performansı üzerindeki etkileri incelenmiştir.

Araştırmaya, Ege Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören, 63 elit sporcu alınmıştır. Katılımcılara ilk etapta Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği (Schutte ve ark., 1998) ve Beş Faktör Kişilik Envanteri (Tatar, 2005) uygulanmıştır. Deneysel uygulama aşamasında ise her bir katılımcı Uluslararası Duygusal Resim Sistemi (IAPS)'nden seçilmiş 30 olumlu, 30 olumsuz ve 30 nötr duyguyu yansıtan fotoğrafa maruz bırakılmıştır. Fotoğraflar bilgisayar ekranına rastgele çıkmış ve katılımcı tarafından fotoğrafın yansıttığı duyguya denk gelen tuşa basılıncaya kadar ekranda kalmıştır. Bu aşamada katılımcının cevaplamayı doğru tuşu kullanarak en kısa zamanda yapması önemlidir. Deneyin ikinci aşamasında ise ekrana yine rastgele çıkıp iki saniye ekranda kalacak üç basamaklı bazı sayılar ve büyük harfler gelmiştir. Bu aşamadaki başarı ölçütü tek sayılı rakam ve sesli harflere verilen doğru tepkiler, bu tepkilerin reaksiyon zamanları ve çift sayılı rakamlarda ve sessiz harflerde tepki vermemektir.

Sonuçlar, dışadönüklük, yumuşak başlılık ve gelişime açıklık kişilik özelliklerinin Test 1'de yer alan olumlu resimlere daha hızlı verilen tepkilerle ilişkili olduğunu, gelişime açıklık kişilik özelliğinin ise ayrıca, Test 1'deki genel ortalama ve doğru verilen tepkilerin ortalama hızları ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca Duyguların Kullanımı alt boyutu ile Test 1 ortalama, doğru yanıt ortalama ve olumlu

fotoğraflara verilen tepki ortalaması süreleri arasında negatif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Duyguların Değerlendirilmesi alt boyutu ile olumlu fotoğraflara verilen tepki süresi ortalaması arasında da negatif yönde anlamlı ilişki vardır.

Test 2'nin bulgularına göre ise yumuşak başlılık kişilik özelliğiyle Test 2'de yer alan rakamlara verilen tepki süresi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Gelişime açıklık kişilik özelliğiyle ise Test 2'deki harflere verilen tepki süresi arasında negatif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

**Anahtar kelimeler:** Kişilik, duygusal zekâ, dikkat.

## **ABSTRACT**

### **THE EFFECT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE AND PERSONALITY TRAITS ON ATTENTION AND PERFORMANCE IN ELITE ATHLETES**

Two experiments were conducted to investigate the effect of emotional intelligence and personality traits on attention and performance.

The sample of the study included 63 elite athletes from various athletic disciplines. In the first experiment participants were randomly exposure to 90 visual stimulus selected from the International Affective Picture System (IAPS). Participants' task was to push to relevant button in response to positive, negative or neutral IAPS stimuli. Performance was determined by means of response time and correct.

In the second experiment participants viewed three digit numbers or upper-case letters for two seconds. The task was to push the relevant button when a vowel or even number appeared on the screen. Performance was determined by means of and response times of correct answers.

Pearson correlation and regression analyses with stepwise method were used to evaluate data.

Results show that, agreeableness and openness to experience are related to faster response time to correct positive stimuli. Utilization of emotion dimension of emotional intelligence was also related to faster correct responses in experiment 1.

Experiment 2, agreeableness was related to faster response times to numbers. On the other hand openness to experience was related to faster response times to letters.

The results of the present study provided evidence for the argument that personality together with emotional intelligence may predict athletes' response patterns in response emotional and cognitive stimuli.

**Key words:** Personality, emotional intelligence, attention.

## BÖLÜM 7

### KAYNAKLAR

1. Allbeck, J. ve Badler, N. (2002). Toward representing agent behaviour modified by personality and emotion. Retrieved July 15, 2002, from paper <http://www.vhml.org/workshops/AAMAS/papers/allbeck.pdf> [Embodied conversational agents at AAMAS 02, Bologna, Italy].
2. Austin, E.J., Saklofske, D.H., Huang, S.H.S. ve McKenney, D. (2004). Measurement of trait emotional intelligence: testing and cross-validating a modified version of Schutte et al.'s (1998) measure. *Personality and Individual Differences*, 36, 555-562.
3. Bartley, C.E. ve Roesch, S.C. (2011). Coping with daily stress: the role of conscientiousness. *Personality and Individual Differences*, 50, 79–83.
4. Bresin, K., Hilmert, C.J., Wilkowski, B.M. ve Robinson, M.D. (2012). Response speed as an individual difference: Its role in moderating the agreeableness-anger relationship. *Journal of Research in Personality*, 46, 79-86.
5. Burton, L., Pfaff, D., Bolt, N., Hadjikyriacou, D., Siltan, N., Kilgallen, C., Cofer, J. ve Allimant, J. (2010). Effects of gender and personality on the Conners Continuous Performance Test. *Journal Of Clinical And Experimental Neuropsychology*, 32 (1), 66–70.
6. Campbell, L.A.J., Rosselli, M., Workman, K.A., Santisi, M., Rios, J.D. ve Bojan, D. (2002). Agreeableness, conscientiousness, and effortful control processes. *Journal of Research in Personality* 36, 476–489.
7. Dempster, F.N. (1991). Inhibitory processes: A neglected dimension of intelligence. *Intelligence*, 15, 157–173.

8. Eriksen, B.A. ve Eriksen, C.W. (1974). Effects of noise letters upon the identification of target letters in visual search. *Percept. Psychophys.* 16, 142–149.
9. Federman, D.J. (2010). The co-joint change in kinaesthetic ability and openness to experience in the professional development of DMT trainees. *The Arts in Psychotherapy*, 37, 27–34.
10. Fiori, M. ve Antonakis, J. (2012). Selective attention to emotional stimuli: What IQ and openness do, and emotional intelligence does not. *Intelligence*, 40, 245–254.
11. Gannon, N. ve Ranzijn, R. (2005). Does emotional intelligence predict unique variance in life satisfaction beyond IQ and personality? *Personality & Individual Differences*, 38, 1353–64.
12. Gignac, A., Stough, C. ve Loukomitis, S. (2004). Openness, intelligence, and self-report intelligence. *Intelligence*, 32, 133–143.
13. Goff, M. ve Ackerman, P. (1992). Personality–intelligence relations: Assessment of typical intellectual engagement. *Journal of Educational Psychology*, 84, 537–552.
14. Gomez, R., Gomez, A. ve Cooper, A. (2002). Neuroticism and extraversion as predictors of negative and positive emotional information processing: comparing Eysenck’s, Gray’s, and Newman’s theories. *European Journal of Personality*, 15, 5, 333-350.
15. Gray, J.A. (1981). A critique of Eysenck’s theory of personality. In H.J. Eysenck (Ed.), *A model for personality*, 246-276. New York: Springer.

16. Hanin, Y. L. (1997). Emotions and athletic performance. Individual zones of optimal functioning model. *European Yearbook of Sport Psychology*, 1, 29–72.
17. Hanin, Y.L. (2007). Emotions in sport: Current issues and perspectives. In G. Tenenbaum, G. ve Eklund R.C., (Eds.) *Handbook of sport psychology*. Hoboken, New Jersey: John Wiley and Sons Inc..
18. Hardy, L. (1990). A catastrophe model of anxiety and performance. In Jones, J.G. ve Hardy, L. (Eds.). *Stress and performance in sport*. Chichester, UK: Wiley.
19. Howard, R. ve McKillen, M. (1990). Extraversion and performance in the perceptual maze test. [Personality and Individual Differences](#), 11, 4, 391–396.
20. Kaiseler, M., Polman, R.C.J. ve Nicholls, A.R. (2012). Effects of the Big Five personality dimensions on appraisal coping, and coping effectiveness in sport. *European Journal of Sport Science*, 12, 62–72.
21. Kane, M.J. ve Engle, R.W. (2003). Working memory capacity and the control of attention: The contributions of goal neglect, response competition, and task set to Stroop interference. *Journal of Experimental Psychology. General*, 132, 47–70.
22. Keiser H.N. ve Ross S.R. (2011). Carver and Whites' BIS/FFFS/BAS scales and domains and facets of the Five Factor Model of Personality. *Personality and Individual Differences*, 51, 1, 39-44.
23. Laborde, S., Brüll, A., Weber, J. ve Anders, L.S. (2011). Trait emotional intelligence in sports: a protective role against stress through heart rate variability? *Personality & Individual Differences*, 51, 23–7.

24. Lane, A.M., Thelwell, R.C., Lowther, J. ve Devonport, T.J. (2009). Emotional intelligence and psychological skills use among athletes. *Social Behavior and Personality*, 37, 195–202.
25. Larsen, R.J. ve Ketelaar, T. (1989). Extraversion, neuroticism and susceptibility to positive and negative mood induction procedures. *Personality and individual differences*, 10 1221-1228.
26. Larsen, R.J. ve Ketelaar, T. (1991). Personality and susceptibility to positive and negative emotional states. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 132-140.
27. Lazarus RS, Folkman S. *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer; 1984.
28. Martens, R., Vealey, R.S. ve Burton, D. (1990b). *Competitive anxiety in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
29. Mayer, J.D., Caruso, D.R. ve Salovey, P. (1999). Emotional Intelligence Meets Traditional Standards for an Intelligence. *Intelligence*, 27(4), 267-298.
30. Mayo, P.R. (1983). Personality traits and the retrieval of positive and negative memories. *Personality and individual differences*, 4, 465-471.
31. Mayo, P.R. (1989). A further study of the personality-congruent recall effect. *Personality and individual differences*, 10, 247-252.
32. McCrae, R.R. (2001). Emotional intelligence from the perspective of the five-factor model of personality. In Bar-On, R. ve Parker, J.D.A. (Eds.), *Handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment and application at home, school and in the workplace*. San Francisco: Jossey-Bass/Wiley.

33. McCrae, R.R. ve Costa, P.T. (1997). Conceptions and correlates of openness to experience. In Hogan, R., Johnson, J.A. ve Briggs, S.R. (Eds.), *Handbook of personality psychology* (pp. 825–847). San Diego: Academic Press, 269–290.
34. Nater, U.M., Hoppmann, C. ve Klumb, P.L. (2010). Neuroticism and conscientiousness are associated with cortisol diurnal profiles in adults – role of positive and negative affect. *Psychoneuroendocrinology*, 35, 1573–7.
35. Petrides, K. V., & Furnham, A. (2000a). Gender differences in measured and self-estimated trait emotional intelligence. *Sex Roles*, 42, 449-461.
36. Petrides, K. V., ve Furnham, A. (2000b). On the dimensional structure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 29, 313-320.
37. Rusting, C.L. ve Larsen, R.J. (1998). Personality and Cognitive Processing of Affective Information. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24, 2, 200-213.
38. Schutte, N.S., Malouff, J.M., Hall, L.E., Haggerty, D.J., Cooper, J.T., Golden, C.J. ve Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25, 167-177.
39. Schweizer, K., Moosbrugger, H. ve Goldhammer, F. (2005). The structure of the relationship between attention and intelligence. *Intelligence*, 33, 589–611.
40. Tatar, A. (2005). Çok Boyutlu Kişilik Envanteri'nin Madde-Cevap Kuramına Göre Kısa Formunun Geliştirilmesi ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir. [Development of the short form multidimensional personality inventory and examination of its psychometric properties]

according to item response theory. Unpublished doctoral dissertation, Ege University, Institute of Social Sciences.]

41. Thelwell, R.C., Lane, A.M., Weston, N.J.V., Greenlees, I.A. (2008). Examining relationships between emotional intelligence and coaching efficacy. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 6, 224–35.
42. Tok, S., Binboğa, E., Güven, Ş., Çatıkkaş, F. ve Dane, Ş. (2013). Trait emotional intelligence, the Big Five personality traits and isometric maximal voluntary contraction level under stress in Athletes, 19, 133-138.
43. Tok, S., Koyuncu, M., Dural, S. ve Çatıkkaş, F. (2010). Evaluation of International Affective Picture System (IAPS) ratings in an athlete population and its relations to personality. *Personality and Individual Differences*, 49, 461-466.
44. Tok, S., Moralı, S.L. ve Tatar, A. (2005). Adaptation of the Schutte Emotional Intelligence Scale into Turkish and examination of its psychometric properties. *International Emotional Intelligence and Communication Symposium*, May 7-9, 2007.
45. Tops, M., Boksem, A.S., Wester, A.E., Lorist, M.M. ve Meijman, T.F. (2006). Task engagement and the relationships between the error-related negativity, agreeableness, behavioral shame proneness and cortisol. *Psychoneuroendocrinology*, 31, 847–858.
46. Tops, M., Riese, H., Oldehinkel, A.J., Rijdsdijk, F.V. ve Ormel, J. (2006). The interplay of motional arousability and protective inhibition may determine depression, fatigue, psychosomatic disease, and cortisol levels in young women. Manuscript submitted for publication.

47. Unsworth, N., Spillers, G. J. ve Brewer, G. A. (2010). The contributions of primary and secondary memory to working memory capacity: An individual differences analysis of immediate free recall. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 36, 240–247.
48. Van Rooy, D.L., Viswesvaran, C. ve Pluta, P. (2005). An evaluation of construct validity: what is this thing called emotional intelligence? *Human Performance*, 18, 445–62.
49. Vickers, R.R., Hervig, L.H., Poth, M. ve Hackney, A.C. (1995). Cortisol secretion under stress: test of a stress reactivity model in young adult males. *US Naval Health Res. Center Report, Rpt No 95–17*, 1–34.
50. Williams, P.G., Rau, H.K., Cribbet, M.R. ve Gunn, H.E. (2009). Openness to Experience and stress regulation. *Journal of Research in Personality*, 43, 777–784.
51. Williams, P.G., Suchy, Y. ve Kraybill, M.L. (2013). Preliminary evidence for low openness to experience as a pre-clinical marker of incipient cognitive decline in older adults. *Journal of Research in Personality*, 47, 945–951.
52. Zizzi, S., Deaner, H., Hirschhorn, D. (2003). The relationship between emotional intelligence and performance among college basketball players. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15, 262–9.

## EKLER

### EK 1 Schutte Duygusal Zeka Ölçeği

Aşağıda çeşitli durumlara ilişkin ifadeler bulunmaktadır. Lütfen ifadeyi okuduktan sonra sizin için uygun olma derecesini (“Kesinlikle Katılmıyorum (1)”, “Katılmıyorum (2)”, “Fikrim yok (3)”, “Katılıyorum (4)”, “Kesinlikle Katılıyorum (5)”) sağ taraftaki kutucuklardan birini işaretleyerek (x) belirtiniz.

	Kesinlikle <u>katılmıyorum</u>	<u>Katılmıyor</u> um	Fikrim yok	Katılıyo rum	Kesinlikle katılıyorum
1. Kişisel sorunlarımı başkaları ile ne zaman paylaşacağımı bilirim.	1	2	3	4	5
2. Bir sorunla karşılaştığım zaman benzer durumları hatırlar, üstesinden gelebilirim.	1	2	3	4	5
3. Bir şeyi ilk defa yaparken başarısız olacağım hissine kapılırım.	1	2	3	4	5
4. Bir sorunu çözmeye çalışırken ruh halimden etkilenmem.	1	2	3	4	5
5. Diğer insanlar benim iyi bir sırdaş olduğumu düşünürler.	1	2	3	4	5
6. Diğer insanların beden dili, yüz ifadesi gibi sözel olmayan mesajlarını anlamakta zorlanırım.	1	2	3	4	5
7. Yaşamımdaki bazı önemli olaylar neyin önemli neyin önemsiz olduğuna tekrar karar vermeme yol açtı.	1	2	3	4	5
8. Bazen konuştuğum kimsenin ciddi mi olduğunu yoksa şaka mı yaptığını anlayamam.	1	2	3	4	5
9. Ruh halim değiştiğinde yeni olasılıkları görürüm.	1	2	3	4	5
10. Yaşam kalitem üzerinde duygularımın etkisi yoktur.	1	2	3	4	5
11. Hissettiğim duyguların farkında olurum.	1	2	3	4	5
12. Genellikle hayatımda iyi şeyler olmasını beklemem.	1	2	3	4	5
13. Bir sorunu çözmeye çalışırken mümkün olduğunca duygusallıktan kaçınırım.	1	2	3	4	5
14. Duygularımı gizli tutmayı tercih ederim.	1	2	3	4	5
15. Güzel duygular hissettiğimde bunu nasıl devam ettireceğimi bilirim.	1	2	3	4	5
16. Başkalarının hoşlanabileceği etkinlikler düzenleyebilirim.	1	2	3	4	5
17. Sosyal yaşamda neler olup bittiğini sıklıkla yanlış anlarım.	1	2	3	4	5
18. Beni mutlu edecek uğraşlar bulmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
19. Başkalarına gönderdiğim beden dili, yüz ifadesi gibi sözsüz mesajların farkındayım.	1	2	3	4	5
20. Başkaları üzerinde bıraktığım etki konusunda pek endişelenmem.	1	2	3	4	5

	Kesinlikle Katılmıyoru	Katılmıyoru m	Fikrim yok	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
21. Ruh halim iyiiken sorunların üstesinden gelmek benim için daha kolaydır.	1	2	3	4	5
22. İnsanların yüz ifadelerini bazen doğru anlayamam.	1	2	3	4	5
23. Yeni fikirler üretmem gerektiğinde duygularım işimi kolaylaştırmaz.	1	2	3	4	5
24. Duygularımın niçin değiştiğini bilmiyorum.	1	2	3	4	5
25. Ruh halim iyi olunca, yeni fikirleri daha kolay üretebilirim.	1	2	3	4	5
26. Genellikle duygularımı kontrol etmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5
27. Hissettiğim duyguların farkındayım.	1	2	3	4	5
28. İnsanlar bana, benimle konuşmanın zor olduğunu söylerler.	1	2	3	4	5
29. Üstlendiğim görevleri başarıyla sonuçlandırdığımı hayal ederek kendimi motive ederim.	1	2	3	4	5
30. İyi bir şeyler yaptıklarında insanlara iltifat ederim.	1	2	3	4	5
31. Diğer insanların gönderdiği sözel olmayan mesajların farkına varırım.	1	2	3	4	5
32. Bir kişi bana hayatındaki önemli bir olaydan bahsettiğinde bende aynısını yaşamış gibi olurum.	1	2	3	4	5
33. Duygularımda ne zaman bir değişiklik olsa aklıma yeni fikirler gelir.	1	2	3	4	5
34. Sorunları çözüm biçimim üzerinde duygularımın etkisi yoktur.	1	2	3	4	5
35. Bir zorlukla karşılaştığım zaman umutsuzluğa kapılırım çünkü başarısız olacağıma inanırım.	1	2	3	4	5
36. Diğer insanların kendilerini nasıl hissettiklerini anlayabilirim.	1	2	3	4	5
37. İnsanlar üzgünken onlara yardım ederek kendimi daha iyi hissedirim.	1	2	3	4	5
38. İyimser olmak sorunlar ile baş etmeye devam edebilmem için bana yardımcı oluyor.	1	2	3	4	5
39. Konuştuğum kişinin ses tonundan kendisini nasıl hissettiğini anlamakta zorlanırım.	1	2	3	4	5
40. İnsanların kendilerini neden iyi ya da kötü hissettiklerini anlamak benim için zordur.	1	2	3	4	5
41. Yakın arkadaşlıklar kurmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5
42. Ruh halim değiştiğinde olaylara farklı bir açıdan bakabilirim.	1	2	3	4	5

## EK 2 Beş Faktör Kişilik envanteri

Aşağıda insanların bazı özelliklerini tanımlayan cümleler verilmiştir. Lütfen dikkatlice okuyarak her ifadenin sizi tanımlamakta ne derece uygun olduğunu belirten seçeneklerden bir tanesini işaretleyiniz.

Eğer cümle sizi tanımlamakta;

Tamamen Uygunsa	baş harfleri olan	"TU" yu	<input type="radio"/> TU	<input type="radio"/> BU	<input type="radio"/> ?	<input type="radio"/> PUD	<input type="radio"/> HUD
Biraz Uygunsa	baş harfleri olan	"BU" yu	<input type="radio"/> TU	<input type="radio"/> BU	<input type="radio"/> ?	<input type="radio"/> PUD	<input type="radio"/> HUD
Pek Uygun Değilse	baş harfleri olan	"PUD" yi	<input type="radio"/> TU	<input type="radio"/> BU	<input type="radio"/> ?	<input type="radio"/> PUD	<input type="radio"/> HUD
Hiç Uygun Değilse	baş harfleri olan	"HUD" yi	<input type="radio"/> TU	<input type="radio"/> BU	<input type="radio"/> ?	<input type="radio"/> PUD	<input type="radio"/> HUD

daire içine alın. Eğer hiç bir seçenek size uymuyorsa veya **kararsızsanız** “ ? ” ni daire içine alınız. Lütfen karar vermekte çok zorlanmadığınız sürece soru işaretini ( ? ) kullanmayınız.

Bu anketteki hiç bir sorunun doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Bizim için önemli olan sizin samimi görüşünüzü almaktır. Lütfen cevaplarınızı **genel halinize göre, çoğunlukla nasıl olduğunuzu** düşünerek veriniz. Ayrıca olmak istediğinize göre değil, şu anda kendinizi nasıl görüyorsanız ona göre cevaplayınız.

Tamamen Uygun TU	Biraz Uygun BU	Kararsız ?	Pek Uygun Değil PUD	Hiç Uygun Değil HUD
1. Çekingen bir insanım.	TU BU ? PUD HUD		14. Emirlere uyarım.	TU BU ? PUD HUD
2. Her şeyi son dakikada yaparım.	TU BU ? PUD HUD		15. Başkalarının göremediği güzellikleri fark ederim.	TU BU ? PUD HUD
3. Etrafımdaki insanları eğlendiririm.	TU BU ? PUD HUD		16. Her şeyi sorun haline getiririm.	TU BU ? PUD HUD
4. Farklı düşünen insanları anlarım.	TU BU ? PUD HUD		17. Yabancı ortamlarda rahatımdır.	TU BU ? PUD HUD
5. Otoriteye saygı duyarım.	TU BU ? PUD HUD		18. Zamanımı boşa harcarım.	TU BU ? PUD HUD
6. Düşüncelerimi hayata geçiremem.	TU BU ? PUD HUD		19. Bağışlayıp unutmaya çalışırım.	TU BU ? PUD HUD
7. Coşkulu bir grupta olmaktan hoşlanırım.	TU BU ? PUD HUD		20. Hayatımın bir yönü olmadığını hissediyorum.	TU BU ? PUD HUD
8. Başkalarını bağışlamakta güçlük çekerim.	TU BU ? PUD HUD		21. Çılgın hayallere dalmaktan hoşlanırım.	TU BU ? PUD HUD
9. İnsanlara acı konuşurum.	TU BU ? PUD HUD		22. Kolayca kızmam.	TU BU ? PUD HUD
10. Değişiklik fikrinden hoşlanmam.	TU BU ? PUD HUD		23. Kendimi olduğumdan daha aşağıda görürüm.	TU BU ? PUD HUD
11. Çalışırken sıklıkla canım sıkılır.	TU BU ? PUD HUD		24. Şiddetli arzularımı kontrol edebilirim.	TU BU ? PUD HUD
12. Derin umutsuzluklara kapılırım.	TU BU ? PUD HUD		25. Benden beklenenden fazlasını yaparım.	TU BU ? PUD HUD
13. Her şeye endişelenirim.	TU BU ? PUD HUD		26. Hiç okula gitmedim.	TU BU ? PUD HUD

Tamamen Uygun TU	Biraz Uygun BU	Kararsız ?	Pek Uygun Değil PUD	Hiç Uygun Değil HUD
27. Yalnız olmaktan hoşlanırım.	TU BU ? PUD HUD		57. Kin tutarım.	TU BU ? PUD HUD
28. Başkalarına tepeden bakarım.	TU BU ? PUD HUD		58. Kurallara sıkı sıkıya bağlıyım.	TU BU ? PUD HUD
29. Geçmiş hatalarımı düşünerek zaman harcarım.	TU BU ? PUD HUD		59. Olayları analiz etmeye çalışırım.	TU BU ? PUD HUD
30. Disiplinli bir insanım.	TU BU ? PUD HUD		60. Ruh halim çok sık değişir.	TU BU ? PUD HUD
31. Rekabetten çok işbirliğine önem veririm.	TU BU ? PUD HUD		61. Kendi fikirlerimi oluşturmak isterim.	TU BU ? PUD HUD
32. Hayal kırıklıklarımın acısını başkalarından çıkarırım.	TU BU ? PUD HUD		62. Aynı anda birçok şeyi idare edebilirim.	TU BU ? PUD HUD
33. Macera ararım.	TU BU ? PUD HUD		63. Kahkahayla gülerim.	TU BU ? PUD HUD
34. Yapacağım işlerin listesini çıkarırım.	TU BU ? PUD HUD		64. Eleştirileri kızmadan kabul edebilirim.	TU BU ? PUD HUD
35. Fırsatını buldum mu gösteriş yaparım.	TU BU ? PUD HUD		65. Duygularımın altında ezilirim.	TU BU ? PUD HUD
36. Az konuşurum.	TU BU ? PUD HUD		66. Sivri dilliyim.	TU BU ? PUD HUD
37. Duygusal davranan insanları anlayamam.	TU BU ? PUD HUD		67. Vücut ağırlığım yüz elli kilonun altındadır.	TU BU ? PUD HUD
38. Düşünmeye iten filmleri severim.	TU BU ? PUD HUD		68. Göze girmek için insanlara yaranırım.	TU BU ? PUD HUD
39. Kalabalıktan hoşlanmam.	TU BU ? PUD HUD		69. Her zaman faalimdir.	TU BU ? PUD HUD
40. Başkalarını memnun etmek isterim.	TU BU ? PUD HUD		70. Amaçlarıma ulaşmak için sıkı çalışırım.	TU BU ? PUD HUD
41. Her zaman görüldüğüm gibi değilimdir.	TU BU ? PUD HUD		71. Her zaman söylediğimi yapmam.	TU BU ? PUD HUD
42. Hazır cevap biriyimdir.	TU BU ? PUD HUD		72. Yeni hiçbir şey söylemem.	TU BU ? PUD HUD
43. Özürleri kolayca kabul ederim.	TU BU ? PUD HUD		73. Kolayca etki altında kalırım.	TU BU ? PUD HUD
44. Arkadaşlarımı güldürürüm.	TU BU ? PUD HUD		74. Harekete bayılırım.	TU BU ? PUD HUD
45. Başkalarına çok fazla önem veririm.	TU BU ? PUD HUD		75. Genellikle eşyaları yerine koymayı unuturum.	TU BU ? PUD HUD
46. Hiç baş ağrısı yaşamadım.	TU BU ? PUD HUD		76. Okumaktan hoşlanırım.	TU BU ? PUD HUD
47. Olaylara yalnız tek bir açıdan bakarım.	TU BU ? PUD HUD		77. Kolayca kendimi baskı altında hissederim.	TU BU ? PUD HUD
48. Kendimi bir şeye veremem.	TU BU ? PUD HUD		78. Duygularımı yoğun yaşarım.	TU BU ? PUD HUD
49. Kendimi anlamaya çalışırım.	TU BU ? PUD HUD		79. Tehlikeli şeyler yaparım.	TU BU ? PUD HUD
50. İnsanları kolayca bağışlayabilirim.	TU BU ? PUD HUD		80. Bazen yalan söylemek zorunda kalırım.	TU BU ? PUD HUD
51. İşleri planlayarak yaparım.	TU BU ? PUD HUD		81. Cesaretim çabuk kırılır.	TU BU ? PUD HUD
52. Yakalanmayacağımı bilsem dahi vergi kaçırmam.	TU BU ? PUD HUD		82. Sonradan pişman olacağım şeyler yaparım.	TU BU ? PUD HUD
53. Sanata ilgi duymam.	TU BU ? PUD HUD		83. Konuşkan bir insanım.	TU BU ? PUD HUD
54. Sürekli aynı şeyleri yapmaktan hoşlanmam.	TU BU ? PUD HUD		84. Başkaları için uğraşmaktan hoşlanmam.	TU BU ? PUD HUD
55. Kolayca huzursuz olurum.	TU BU ? PUD HUD		85. İnsanlara güvenirim.	TU BU ? PUD HUD
56. Düzensizlikten rahatsız olmam.	TU BU ? PUD HUD			

**EK 3 IAPS'den seçilen fotoğrafların numaraları**

	<b>Olumlu</b>	<b>Olumsuz</b>	<b>Nötr</b>
<b>Fotoğraf no 1</b>	<b>1440</b>	<b>1111</b>	<b>7000</b>
<b>Fotoğraf no 2</b>	<b>1441</b>	<b>1270</b>	<b>7002</b>
<b>Fotoğraf no 3</b>	<b>1463</b>	<b>1274</b>	<b>7004</b>
<b>Fotoğraf no 4</b>	<b>1601</b>	<b>1275</b>	<b>7006</b>
<b>Fotoğraf no 5</b>	<b>1610</b>	<b>1280</b>	<b>7009</b>
<b>Fotoğraf no 6</b>	<b>1710</b>	<b>2661</b>	<b>7010</b>
<b>Fotoğraf no 7</b>	<b>1750</b>	<b>2683</b>	<b>7020</b>
<b>Fotoğraf no 8</b>	<b>2071</b>	<b>3005</b>	<b>7025</b>
<b>Fotoğraf no 9</b>	<b>2311</b>	<b>3181</b>	<b>7030</b>
<b>Fotoğraf no 10</b>	<b>2373</b>	<b>3500</b>	<b>7034</b>
<b>Fotoğraf no 11</b>	<b>2660</b>	<b>5970</b>	<b>7040</b>
<b>Fotoğraf no 12</b>	<b>5020</b>	<b>6022</b>	<b>7041</b>
<b>Fotoğraf no 13</b>	<b>5030</b>	<b>6313</b>	<b>7043</b>
<b>Fotoğraf no 14</b>	<b>5201</b>	<b>6831</b>	<b>7050</b>
<b>Fotoğraf no 15</b>	<b>5260</b>	<b>7359</b>	<b>7052</b>
<b>Fotoğraf no 16</b>	<b>5470</b>	<b>7361</b>	<b>7053</b>
<b>Fotoğraf no 17</b>	<b>5621</b>	<b>7380</b>	<b>7054</b>
<b>Fotoğraf no 18</b>	<b>5629</b>	<b>9050</b>	<b>7055</b>
<b>Fotoğraf no 19</b>	<b>5670</b>	<b>9120</b>	<b>7056</b>
<b>Fotoğraf no 20</b>	<b>5779</b>	<b>9254</b>	<b>7059</b>
<b>Fotoğraf no 21</b>	<b>5780</b>	<b>9301</b>	<b>7060</b>
<b>Fotoğraf no 22</b>	<b>5811</b>	<b>9330</b>	<b>7080</b>
<b>Fotoğraf no 23</b>	<b>5814</b>	<b>9419</b>	<b>7090</b>

<b>Fotoğraf no 24</b>	<b>5831</b>	<b>9440</b>	<b>7100</b>
<b>Fotoğraf no 25</b>	<b>5833</b>	<b>9570</b>	<b>7150</b>
<b>Fotoğraf no 26</b>	<b>5849</b>	<b>9571</b>	<b>7175</b>
<b>Fotoğraf no 27</b>	<b>7325</b>	<b>9620</b>	<b>7186</b>
<b>Fotoğraf no 28</b>	<b>7330</b>	<b>9920</b>	<b>7187</b>
<b>Fotoğraf no 29</b>	<b>7340</b>	<b>9921</b>	<b>7705</b>
<b>Fotoğraf no 30</b>	<b>7472</b>	<b>9925</b>	<b>7950</b>

## EK 4 Etik Kurul İzin Belgesi



T.C.  
EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Personel Daire Başkanlığı

SAYI : B.30.2.EGE.0.71.01.00 / 3374/17274-17052  
KONU : Etik Kurul Başvurusu Sonucu

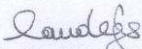
07 Aralık 2011

### BEDEN EĞİTİMİ ve SPOR YÜKSEKOKULU MÜDÜRLÜĞÜNE

**İLGİ:** 17.11.2011 tarih ve 1423 sayılı yazınız.

Yüksekokulunuz Sporda Psiko Sosyal Alanlar Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı öğrencisi Şenol GÜVEN'in, Yrd. Doç. Dr. Serdar TOK danışmanlığında yürütmekte olduğu "Duygusal Zeka ve Kişilik Özelliklerinin Elit Atletlerde Dikkat ve Performans Üzerindeki Etkisi" başlıklı tezi kapsamında uygulamak istediği ankete ilişkin yapılan başvuru (protokol no; 33), Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'nun 01.12.2011 tarihli toplantısında, aşağıda isimleri geçen kurul üyeleri tarafından değerlendirilmiştir. Yönerge çerçevesinde, proje, Kurula katılan üyelerin oy birliği ile uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

  
Prof. Dr. Candeğer YILMAZ  
Rektör

#### Kurul Üyeleri

Prof. Dr. Ali Vehbi TUNCER (Başkan)  
Prof. Dr. Güliz ULUÇ (Başkan Vekili ve Raportör)  
Prof. Dr. Sema İŞİSAĞ ÜÇÜNCÜ (Üye)  
Prof. Dr. A. Simin HEPGÜLER (Üye)  
Prof. Dr. S. İsmet DELİLOĞLU GÜRHAN (Üye)  
Prof. Dr. Ömer ÖZYİĞİT (Üye)  
Prof. Dr. M. Şengün ÖZSÖZ (Üye)

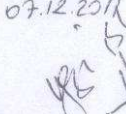
Mustafa KARACALAR  
E.Ü. Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu  
Sekreteri

ASLI GİBİDİR



Ege Üniversitesi Rektörlüğü Personel Daire Başkanlığı Gençlik Cad.No:12 35040 Bornova/İZMİR  
Faks: 0232 3881075 Tel: 0232 311 2117- 311 2172 e.mail: akademikkadro@mail.ege.edu.tr

3678  
07.12.2011

  
11.12.2011

## ÖZGEÇMİŞ

Şenol GÜVEN, 1982 yılında Almanya'da dünyaya geldi. İlkokuldan itibaren lisanslı olarak futbol, yüzme ve atletizm branşlarında birçok müsabakaya katıldı ve aktif spor yaşamı boyunca pek çok ödül ve madalya kazandı.

2003 yılında, Adnan Menderes Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünden mezun oldu. 2010 yılında Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sporda Psiko Sosyal Alanlar Anabilim Dalı'nda yüksek lisans eğitimine başladı ve halen öğrenimine devam etmektedir.

İleri sürücülük teknikleri, iletişim ve empati, profesyonel imaj, liderlik, toplantı yönetimi konularında birçok eğitim aldı.

Uluslar arası ve ulusal alanda yayınlanmış çalışmaları olan Şenol GÜVEN, halen Milli Eğitim Bakanlığı'nda (İzmir) Beden Eğitimi Öğretmeni olarak görev yapmaktadır. Yabancı dili İngilizce ve Rusça' dır.