

T.C.
AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
SPOR YÖNETİCİLİĞİ ANABİLİM DALI
2024-YL-361

FUTBOL KULUBÜ YÖNETİCİLERİNİN DÜŞÜNME
İHTİYACI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

HAZIRLAYAN
Hüseyin ŞENER

TEZ DANIŞMANI
Prof. Dr. Murat ŞENTUNA

AYDIN- 2024

T.C
AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE
AYDIN

Bu tezde sunulan tüm bilgi ve sonuçların, bilimsel yöntemlerle yürütülen gerçek deney ve gözlemler çerçevesinde tarafımdan elde edildiğini, çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce, sonuç ve bilgilere bilimsel etik kuralların gereği olarak eksiksiz şekilde uygun atıf yaptığımı ve kaynak göstererek belirttiğimi beyan ederim.

... / ... / 2024

İmza

Hüseyin ŞENER

ÖZET

FUTBOL KULUBÜ YÖNETİCİLERİNİN DÜŞÜNME İHTİYACI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Hüseyin ŞENER

Yüksek Lisans Tezi, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Murat ŞENTUNA

2024, XIII+50 sayfa

Bu araştırma futbol kulübü yöneticilerinin düşünme ihtiyacı düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırma verilerinin toplanmasında anket yönteminden yararlanılmıştır. Araştırmaya 145 erkek futbol kulübü yöneticisi katılmıştır. İki bölümden oluşan anket formunun birinci bölümünde katılımcıların demografik bilgilerine ulaşmak için “kişisel bilgi formu (cinsiyet, yaş, eğitim durumu, yöneticilikte toplam çalışma süresi ve kulüpteki görev)”, ikinci bölümünde ise Cacioppo ve Petty (1984) tarafından geliştirilen ve Gülgöz ve Sadowski (1995b) tarafından Türkçe’ye uyarlanan Düşünme İhtiyacı Ölçeği (Need For Cognition Scale) kullanılmıştır. Futbol kulübü yöneticilerinin verdikleri cevaplar üzerinden yapılan güvenirlik analizine göre ölçeğin iç tutarlılığını gösteren Chronbach Alfa katsayısı $\alpha = .785$ olarak bulunmuş ve yüksek düzeyde güvenirliğe sahip olduğu belirlenmiştir. Anket katılımcılara Google form veya yazılı materyal olarak sunulmuştur. Katılımcıların verdikleri cevaplardan elde edilen verilerin aritmetik ortalamaları, standart sapma ve standart hataları, minimum ve maksimum değerleri hesaplanmıştır. Araştırmada uygulanan anket uygulamasından elde edilen veriler %95 güven aralığında ve 0,05 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

Araştırma sonucunda 30 yaş ve altındaki yaşlarda bulunan spor yöneticilerinin 31 ve 49 yaş arasındaki tüm kategorilere göre daha çok düşünme ihtiyacına sahip oldukları görülmüştür. Araştırmanın diğer değişkeni olan eğitim durumuna göre spor yöneticilerinin düşünme ihtiyacı düzeyleri incelendiğinde de anlamlı farklar bulunmuş ve farkın nereden kaynaklandığını anlayabilmek için yapılan değerlendirmede üniversitelerin lisans bölümü mezunlarının ilköğretim ve lise mezunlarına göre düşünme ihtiyaçlarının daha yüksek

olduğu görölmüştür. Araştırmanın sonuçları yöneticilikte çalışma süresi değişkeni dikkate alınarak incelendiğinde çalışma yılının spor yöneticilerinin düşünme ihtiyaçları üzerinde herhangi bir etkisinin olmadığı görölmüştür.

ANAHTAR SÖZCÜKLER: Spor yöneticisi, düşünme ihtiyacı



ABSTRACT

EXAMINING THE THINKING NEED LEVELS OF FOOTBALL CLUB MANAGER

Hüseyin ŞENER

Master's Thesis, Department of Sports Management

Supervisor: Prof. Dr. Murat ŞENTUNA

2024, XIII+50 pages

This research was conducted to examine the thinking need levels of football club managers. Survey method was used to collect research data. 145 men's football club managers participated in the research. In the first part of the two-part survey form, "personal information form (gender, age, education level, total working time in management and position in the club)" was used to reach the demographic information of the participants, and in the second part, developed by Cacioppo and Petty (1984) and Gülgöz and Sadowski (1984). The Need For Cognition Scale, adapted into Turkish by 1995b), was used. According to the reliability analysis conducted on the answers given by the football club managers, the Chronbach Alpha coefficient, which shows the internal consistency of the scale, was found to be $\alpha = .785$ and it was determined to have a high level of reliability. The survey was presented to participants as a Google form or written material. Arithmetic means, standard deviations and standard errors, minimum and maximum values of the data obtained from the answers given by the participants were calculated. The data obtained from the survey applied in the research were evaluated at 95% confidence interval and 0.05 significance level.

As a result of the research, it was seen that sports managers aged 30 and under had a greater need to think than all categories between the ages of 31 and 49. When the thinking need levels of sports managers were examined according to their educational status, which is the other variable of the research, significant differences were found, and in the evaluation made to understand where the difference came from, it was seen that the thinking needs of university undergraduate graduates were higher than primary and high school graduates.

When the results of the research were examined by taking into account the variable of working time in management, it was seen that the working year did not have any effect on the thinking needs of sports managers.

KEYWORDS: Sports Manager, Need for think



ÖNSÖZ

Yüksek lisans tez çalışmamda ve Yüksek lisans eğitim-öğrenim hayatımda ilgi, yardım, sabır ve hoşgörüsünü benden esirgemeyen mesleki tecrübeleri ile yolumu aydınlatan akademisyenlik hayali kurduğum bu günlerde alanında idol olarak aldığım danışman hocam Prof. Dr. Murat ŞENTUNA'ya sonsuz saygı ve teşekkürlerimi sunarım.

Yüksek lisans tez savunmamda yer alan çok değerleri jüri üyeleri Doç. Dr. Nurgül ÖZDEMİR ve Doç. Dr. Hasan ULUKAN hocalarıma katkılarından dolayı çok teşekkür ederim.

Yüksek lisans eğitimim süresince bana olan katkıları ve yardımlarından dolayı Dr. Gamze AKYOL, Dr. Gani PEKŞEN, Doç. Dr. Reşat KARTAL ve Prof. Dr. Birol DOĞAN hocalarıma teşekkürü borç bilirim.

Yüksek lisans eğitim-öğrenim hayatım süresince akademik ve mesleki gelişim sürecimizde birbirimize destek olduğumuz, varlığı ile en büyük motivasyon kaynağım Uzman Vet .Hek. Ece Eylül SÖNMEZ' e çok teşekkür ederim.

Hayatım boyunca maddi manevi her zaman yanımda olan, her kararımı destekleyen ve arkamda dağ gibi duran babam Ali ŞENER'e dünyanın en fedakâr annesi olan annem Sevim ŞENER'e ve ailem gibi gördüğüm herkese sonsuz teşekkürler.

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	v
ABSTRACT.....	vii
ÖNSÖZ	ix
EKLER DİZİNİ.....	xiii
GİRİŞ	1
1. BÖLÜM	4
1. GENEL BİLGİLER	4
1.1. İç Görü	4
1.2. Bilişsel Esneklik.....	4
1.3. Farkındalık	4
1.3.1. Öz Farkındalık.....	5
1.3.2. Kişisel Farkındalık	6
1.4. Öz Bilgi.....	6
1.4.1. Öz Bilgi ve Pozitif Psikoloji	6
1.4.4. Öz Bilgi ve Öz Duyarlık	9
1.4.5. Anısal Öz bilgi, Anlamsal Öz bilgi ve Kimlik.....	9
1.4.6. Deneyimsel ve Yansıtıcı Öz Bilgi.....	10
1.4.7. Bütünleşik Öz Bilgi.....	12
1.4.8. Öz Bilgi ve Kaynakları	12
1.4.9. Doğru Öz Bilgiye Ulaşmanın Güçlüğü ve Önemi	13
1.5. Öz Düzenleme.....	15
1.6. Üstbiliş	17
1.7. Düşünme İhtiyacı	18
1.8. Düşünme İhtiyacı ve Spor Yönetimi İlişkisi.....	20

2. BÖLÜM	24
2. GEREÇ VE YÖNTEM	24
2.1. Araştırmanın Yeri ve Tarihi	24
2.2. Araştırma Modeli	24
2.3. Araştırmanın Evren ve Örneklemi	25
2.4. Araştırma Verilerinin Toplanması	25
2.4.1. Kişisel Bilgi Formu	25
2.4.2. Düşünme İhtiyacı Ölçeği (Need For Cognition Scale)	26
2.5. Araştırma Verilerinin Analizi	26
3. BÖLÜM	28
3. BULGULAR	28
TARTIŞMA VE SONUÇ	32
KAYNAKÇA	37
EKLER	48
EK 1- Anket Formu	48
ÖZ GEÇMİŞ	50

TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo 1. Değişkenlere Ait Demografik Bilgiler.....	28
Tablo 2. Ölçeğe Ait Normallik Testi Değerleri ile Çarpıklık ve Basıklık Değerleri	29
Tablo 3 Ölçek ve Alt Boyutlarına Ait Ortalama, Standart Sapma, Max. ve Min. Değerleri	29
Tablo 4 Katılımcıların Düşünme İhtiyacı Ölçeğine Verdikleri Cevapların Yaş Değişkenine Göre Anova Analizi Sonuçları.....	30
Tablo 5 Katılımcıların Düşünme İhtiyacı Ölçeğine Verdikleri Cevapların Eğitim Durumu Değişkenine Göre Anova Analizi Sonuçları.....	30
Tablo 6 Katılımcıların Düşünme İhtiyacı Ölçeği Verdikleri Cevapların Yöneticilikte Çalışma Süresi Değişkenine Göre Anova Analizi Sonuçları	31

EKLER DİZİNİ

EK 1 – Anket Formu.....	48
-------------------------	----



GİRİŞ

Günümüzde düşünmenin öğrenilebilir bir beceri olarak kabul edildiği ve eğitimde düşünmeyi geliştirmek için birçok yaklaşımın önerildiği görülebilir. Etkili düşünebilmek için ise bireylerin sistemli, planlı ve detaylı hareket etmeleri, bilinçli olmaları önemlidir (Tok, 2010). Bireyin çevresini anlama ve rasyonelleştirme isteği biliş kavramının ortaya çıkmasına neden olmuştur (Betrams ve Dichäuser, 2009). Bilişsel ihtiyaçlar; bireyin problem çözme, yeni olgu ve kavramları öğrenme, olayların nedenlerini araştırma gibi bilişsel etkinliklere olan ilgisi ve bu etkinlikleri gerçekleştirirken yoğun çabadan zevk alması olarak tanımlanmaktadır (Cacioppo ve Pety, 1982).

Bilişsel ihtiyaç, bireyin özel hayatını etkileyen bir kavram değildir. Bireyin iş problemlerine yaklaşımı, problem çözme becerisi ve problemlerle uğraşmaktan zevk alma eğilimi de bireyin bilişsel ihtiyaç düzeyi ile doğrudan ilişkilidir (Sodka ve Deeter-Schmelz, 2008). Bilgi ihtiyacı yüksek olan insanlar daha fazla düşünmeye eğilimlidirler (Petty vd., 2009). Düşük bilişsel gereksinimlere sahip bireylerle karşılaştırıldığında, bu bireylerin karmaşık sorunları çözme, bilişsel tepkilerine dayalı olarak daha fazlasını yapma ve akademik başarı için daha fazla bilişsel kaynak kullanma olasılıkları daha yüksektir (Curşeu, 2011).

Aynı zihinsel yeteneklere, zihinsel kaynaklara ve bilişsel stratejilere sahip bireyler için öğrenme ve problem çözme aşamaları arasındaki farklılıkları bilişsel ihtiyaçlara dayalı olarak açıklayabilen bir kavramdır (Gülgöz ve Sadowski, 1995a).

Çağımızda yaşanan bilimsel ve teknolojik gelişmelerdeki hızın, kurum veya örgütlerin yapılarında bilgiye olan ihtiyacı arttırdığı söylenebilir. Bilgiyi yöneten ve örgüt kültürüne dönüştüren spor yönetimi hizmeti, toplumun sağlık, sosyal ve kültürel dokusuna etki eden spor hizmetlerini sürdürmede başarılı olan ve uluslararası arenada öne çıkan bir hizmettir. Spor yöneticilerinin çok sık değişen çalışma koşullarına uyum sağlayacak şekilde dönüşümü ve bilgi yönetimi gelişiminin sporcular tarafından kullanılması iyi sonuçlar verebilir. Sporla ilgili kurumlar, kuruluşlar ve kulüpler kendilerini organizasyon yapılarında bilgi yönetimi tekniklerini kullanarak, güçlü yapılar oluşturarak ve çalışma süresince rekabet ortamına katılarak daha da güçlendirebilirler. Bilgiyi yönetmek ve onu bir kurum kültürüne

dönüştürmek, bir örgütün prestijini artırırken geleceği güvenle şekillendirmeye yardımcı olacaktır. Yüksek kaliteli bilgi yönetimi, ancak liyakat sahibi ve deneyimli bir bilgi yöneticisi ile sağlanabilir. Devamlı yenilenen bilgi çağında spor yöneticilerinin bilgi yönetiminde yeniliklere devam etmesi ve bu alanda daha çok rol oynaması gerekmektedir. Spor yöneticileri aynı zamanda teknolojinin yardımıyla kamuoyunun ilgisini çekmeli, yurtiçinde ve yurtdışında sporla ilgili tüm haberlerden haberdar olmalı ve kendilerine ve kuruluşlarına fayda sağlayan bilgileri kullanabilmelidir. Hatta tüm bunları yaparken bilgi yönetimi becerisi sayesinde elde ettiği verileri filtreleyip kendine yön verebilir.

Spor yöneticileri, organizasyonları için yararlı ve kaliteli bilgi yönetimi uygularken birçok faktörü göz önünde bulundurmalıdır. Bu yöneticiler; bilginin üretimi ve geliştirilmesi, sınıflandırılması, depolanması, kullanılması, değerlendirilmesi ve dağıtımına odaklanarak operasyonları yönetmede daha verimli hale gelmelidir. Konsantrasyonun spor bilgisi ve tecrübesine dayalı olarak sağlandığı görülmektedir. Bu nedenle, bilgi çağında yöneticiler, deneyimlerden ders almalı, günü kapsamlı bir şekilde analiz etmeli ve belirsiz koşullar altında gelecekteki olası gelişmeleri olabildiğince doğru tahmin etmelidir (Malhotra, 1997).

Yaşadığımız çağda bilgiye ulaşan, bilgiyi kullanan, bilgiyi ezberlemek yerine eleştirel ve yaratıcı düşünebilen bireylerin gelişime katkı sağlaması, spor yöneticilerinin bilgi ve yönetim açısından ele alması gereken bir diğer konu olduğu düşünülebilir. Son zamanlarda gelişen araştırma yöntemleri, spor yöneticilerinin daha sağlıklı bilgi edinmesini ve bunu hem sporculara hem de kullanılan materyallere eskisinden daha fazla yön verecek şekilde iletmesini sağlayabilir.

Modern spor yönetimi anlayışlarında teknolojiyi kullanabilen yöneticilerin bu teknolojilerle başarılı olabilmeleri için bilgiyi nasıl yöneteceklerini de bilmeleri gerekebilir. Spor yönetimi programında bilgi yönetimi kavramının geliştirilmesi ve spor yönetimi faaliyetlerinde tüm bu faaliyetlerin değerlendirilmesi ve bireysel ve mesleki becerilerin oldukça önemli olduğu düşünülebilir.

Spor yöneticilerinin kendi düşünce, duygu ve ihtiyaçlarına karşı duyarlı olmaları, güçlü ve zayıf yönlerini anlamaları gerekmektedir. Ayrıca her zaman yetenekleri hakkında gerçekçi bir değerlendirme yapmalıdır. Eleştirilere ve farklı bakış açılarına açık olmalı, kendi yeterliliklerini sorgulayarak bilginin sonsuz olduğunun farkında olmalıdırlar.

Bu çalışmanın amacı futbol kulübü yöneticilerinin düşünme ihtiyacı düzeylerinin incelenmesidir.



1. BÖLÜM

1. GENEL BİLGİLER

1.1. İç Görü

Merkezinde duygu, düşünce ve eylemlerin insan deneyimlerini anlamlı kıldığı “içgörü” kavramı, insan psikolojisinin temel yapılarından biridir (Beitel, Ferrer ve Cecero, 2005).

İçgörü, iç dünyanın ve sorunların anlaşılması olarak tanımlanabilir ancak kullanıldığı kavramın kapsamı konusunda farklı görüşler bulunmaktadır (Harrington, Loffredo ve Perz, 2014).

İçgörü, sözlüklerde ilim, anlayış ve hikmet kavramlarıyla ele alınır ve bir şeyi görme yeteneği, manevi vizyon olarak tanımlanır. İçgörü kavramı teknik anlamda; akıl, çözümlerin hızlı anlaşılması, kişinin kendisini başkalarının onu gördüğü gibi görebilmesi, öz farkındalık olarak açıklanır. Kişinin belirli bir duruma farklı bakış açıları geliştirebilme ve başka şekillerde düşünebilme yeteneği olarak esnekliği ifade eden içgörü kavramı, bilişsel psikoloji tarafından da dikkate alınmıştır (Mutsatsa, Joyce, Hutton & Barnes, 2006).

1.2. Bilişsel Esneklik

Bilişsel esneklik, problem alanlarına yeni çözümler getirmeyi ve farklı durumlarda alternatif tutumları içeren zihinsel yetenek olarak tanımlanmaktadır.

Bilişsel esnekliğini geliştiren kişiler, karamsar ve uyumsuz düşünceleri dengeli ve olumlu düşüncelerle değiştirebilir, kendilerini farklı şekilde ifade edebilir, zor durumlarla kolaylıkla yüzleşebilirler (Gülüm ve Dağ, 2012).

1.3. Farkındalık

Günümüzde multidisipliner bir alan olan spor bilimindeki araştırmalar ivme kazanıyor gibi görünüyor. Bu alanlardan biri de spor yönetiminde psikolojinin incelenmesidir. Türkiye’de spor psikolojisinin gelişimi spor eğitiminin gelişmesiyle birlikte gerçekleşmiştir (Bayar, 2011).

Araştırmalar, sporun zihinsel yönlerinin diğerk fiziksel, taktik ve teknik yönleriyle de rol oynadığını, dolayısıyla sporda başarılı performansın mükemmel fiziksel ve zihinsel ve duygusal güç olmaması gerektiğini, aynı zamanda kuvvet ve zihinsel güç gerektirdiğini göstermiştir (Konter, 1998).

Bu bağlamda spor bilimleri alanında görölen stres, duygusal zeka, sosyal zeka, öz farkındalık, sorgulama, liderlik ve vizyon gibi sosyal psikolojik boyutlar çeşitli açılardan incelenmektedir. Bu özellikler zekayı ve bilişsel farkındalığı içerir. "Bilmek" ile ilgili bir kavram olan bilinç, insan zihninin gelişimi ve olgunluğuna karşılık gelir (Şahin ve Yeniçeri, 2015).

Bilinç, mevcut ve sorgusuz sualsiz kabule anlam veren anlık deneyimlerin incelenmesidir (Roemer, 2002).

Beden eğitimi ve spor konusunda bilişsel, psikolojik ve davranışsal düzeyde farkındalığın artırılması toplumun geleceğinin sağlıklı temeller üzerine inşa edilmesi açısından oldukça önemlidir (Ergöl vd., 2016).

Bilinçle ilgili olarak üzerinde çalışılan bir diğerk konu ise öz farkındalıktır. Duval ve Robert Wicklund'un (1972) incelediği benlik kavramı, kişinin belirli bir anda kendisine veya dış durumlara odaklanmasına olanak tanır ve onu tanımanın nesnesi, kendine özgü yapısından günümüze değişmiştir.

1.3.1. Öz Farkındalık

Benlik saygısı, kişinin kendi duygularını, tutumlarını ve ihtiyaçlarını doğru değerlendirmesi, güçlü ve zayıf yönlerinin farkında olması (Kernis, 2003), mevcut duyguları ve yeteneklerinin doğru değerlendirilmesi ve kendine güven konusunda olumlu düşünmesi (Elias ve Mocerı, 2012) anlamına gelmektedir. Goleman'ın (2006) beş duygu modelinin kişilik boyutlarında tanımlanan öz farkındalık aynı zamanda süreçler, duygular, hedefler, bilgi, güçlü yönler ve becerilerle de ilişkilidir. Dış kaynakların etkisi altında ortaya çıkan yerler süreçler olarak sunulmaktadır (Gardner vd., 2005).

İnsan psikolojisinin en önemli yönlerinden biri olan öz farkındalık, başkalarının sizi nasıl algıladığını anlamanızı sağlar. New York Times yazarlarından psikolog Tasha Eurich, üç yıllık araştırma sonrasında insanların %95'inin kendilerini tanıdığını düşündüğünü ancak yalnızca %15'inin yüksek nitelikli olduğunu doğruladı (NM Türkiye, 2017).

1.3.2. Kişisel Farkındalık

Kişisel farkındalık, farklı bilinç düzeylerini yansıtmaya yeteneğidir. Bu yetenek: fiziksel, zihinsel ve duygusal farkındalığınızı yansıtır yönlendirmenize olanak tanıyarak, iç biyolojik sisteminizi güçlendirerek; dengeli, sakin kalmanıza, soruna ve zorluğa odaklanmanıza yardımcı olur (Yıldız, 2011).

Liderlik bağlamında öz farkındalık, kişinin kendi özelliklerinin, duygularının, ihtiyaçlarının ve başkalarıyla olan etkileşimlerinin farkındalığı ve anlaşılmasıdır. Öz farkındalığı yüksek olan liderler, güçlü öz değerlendirme ve öz kontrol gösterirler (Dutta, 2016).

1.4. Öz Bilgi

Öz farkındalık; dinamik, dengeli ve uyumlu yapıdır. Bu da geçmiş tecrübelerin dikkate alınması, mevcut bilginin sürdürülmesi ve bu bilginin gelecekte arzu edilen hedeflere aktarılması anlamına gelmektedir. Psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinde kişiyi tanımak, özellikle kişinin kendini tanımasından faydalanabilmesi açısından önemlidir. Kendini bilen insanların karşılaştıkları sorunların daha fazla farkında olmaları gerekir ki bilgileri artsın ve gerçekçi bir çözüm yoluna sahip olsunlar. Ayrıca kendini tanıyan kişiler de durumlarına uygun olan seçenekleri tercih edebilir. Bu bağlamda psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinde öz farkındalık kavramı önemli bir rol oynamaktadır. Öz farkındalık zamanla kişinin kendi iç psikolojik dinamiklerinin daha fazla farkına varması ve geçmiş deneyimler üzerinde düşünmesi, şimdiki zamana dair anlayışı sürdürmesi ve bu anlayışı gelecekte arzu edilen hedeflere aktarmasıdır (Ghorbani ve ark., 2003 ve 2008)

1.4.1. Öz Bilgi ve Pozitif Psikoloji

Kişisel farkındalık, olumlu bir zihinle konuşmak gibi kişinin zihinsel yeteneklerinin gelişimi için gereklidir. Çünkü zihnin, kişinin potansiyelini anlaması ve yeteneklerini geliştirebilmesi için kendisi üzerinde düşünme becerisine bakması gerekir (Caprara ve Cervone, 2003). Sebebi çok açıktır: insanlar, kendi istikrarlı davranış çeşitliliği kalıplarını anlayarak, arzu edilen sonuçlara ulaşmak için neleri yapabileceklerini ve neyi farklı yapabileceklerini öğrenebilirler (Mischel ve Mendoza- Denton, 2003). Öz farkındalık, kendini kabul etme ve özsaygı gibi temel ihtiyaçların başlangıç noktasıdır. Bir insanın kim olduğunu, ne düşündüğünü, nasıl hissettiğini ne kadar iyi bilir ve anlarsa, hayatının her

alanında o kadar iyi kararlar vereceği ve karar verme yeteneğini geliştireceği söylenmektedir. Yetişkinler üzerinde yapılan bir araştırmada şu soru soruldu: “Eğer hayatınız sona erecek olsaydı, neyi farklı yapardınız?” diye sorulduğunda ilk yanıtları şu oldu: "Daha fazla risk alırdım ve daha fazlasını uygulardım" olmuştur. “Mükemmel bir hayat yaşamayabiliriz ama yeni aktivitelere, alışkanlıklara ve yeni ilişkilere inanacağız. Bu veya diğer planların tutarsızlıklarına çok fazla dalmayacağız”. İkinci cevap ise “Ne kadar az endişelenirseniz o kadar rahatlarsınız ama para sorunlarınız, sağlığınız, aileniz, işiniz ve son olarak sizi en çok endişelendiren ve öyle olmayacağını bildiğiniz sorunlar hakkında endişelenmeyin” şeklindedir. Üçüncü en yaygın cevap şudur: “Diğer bireylerin tepkilerini daha az ciddiye almak” (Tracy, 2009). Pozitif psikolojiye göre amaç mutluluğu maksimuma çıkarmaktır. İnsanın gerçek mutluluğunu artıran faktörlerin doğal değil bilinçli eylemler olduğunu belirtir. Burada mutluluk ve iyilik arasındaki ilişki nedensel kabul edilmekte ve mutluluğa götüren entelektüel faaliyetlerin çoğunlukla hem iyi hem de ahlaki faaliyetler olduğu görülmektedir. Bilinçli eylem, düşüncelerimizi geçmiş, şimdiki zaman ve gelecekle hizalayarak olumlu düşünceye yol açar. Seligman’ın mutluluk teorisine göre güçlü duygular ve olumlu düşünceler listedeki ilk iki şey olmalıdır. Yani gerçek mutluluk, geçmişle yetinmek, geleceğe bakmak ve şimdiki zamanla yetinmektir. Bu duygulardan mutluluk, memnuniyet, gurur ve huzur geçmişe dair olumlu düşünceleri ifade ederken, mutluluk ve neşe, bugüne dair olumlu düşünceleri, umudu, güveni ifade eder (Seligman, 2007).

Kişisel farkındalığın entegre, uyarlanabilir ve dinamik bir bilişsel süreç olduğu varsayılmaktadır. Kendini tanıma, insanların deneyimlerini ve tutumlarını anlamlı bir senteze dönüştürmeye çalıştığı bütünleştirici bir süreçtir. Kişisel farkındalık uyarlanabilirdir. Çünkü öz farkındalık insanın mutluluğunu sağlayan bir öz kontrol sürecidir. Kişisel farkındalık dinamik bir süreçtir. Bunun nedeni bireylerin sürekli olarak farklı durumlara tepki vermek zorunda olmasıdır. Farklı durumlar şunları gösterir: Kişisel farkındalık, mevcut durumun ve şimdiki zaman ile geçmiş arasındaki ilişkinin farkındalığını içerir (Ghorbani ve diğerleri, 2003).

1.4.2. Öz Bilgi ve Özbilinç

Benlik saygısı insanların yaşamlarında önemli rol oynadığı düşünülen ve üzerinde yoğun araştırmalar yapılan bir kavramdır. Öz farkındalığı yüksek olan kişilerin daha net bir öz yönelime sahip oldukları ve daha doğru bir benlik duygusuna sahip oldukları ileri sürülmektedir (Lindwall, 2004). Benlik saygısı yüksek kişilerin: öz motivasyon ve öz görüş

tutarlılığı göstermede daha iyi oldukları için bulundukları durumlarda daha iyi performans gösterme eğiliminde oldukları söylenmektedir (Baumeister ve Trice, 1988; Carver ve Scheier, 1978; Öveç, 2007).

Öz farkındalık: kişinin kendisini daha iyi anlamasını sağlayan bir yapı olarak kabul edilir. Kişisel farkındalık, insanların kendilerini anlamaya ve keşfetmeye çalışarak güçlü ve zayıf yönlerini keşfetmelerine yardımcı olabilir. Aynı zamanda öz farkındalık, zihinsel sağlığın iyileştirilmesinde ve iyileştirilmesinde rol oynayabilir (Fenigstein ve Vanable, 1992). Büyüyen görüşe göre öz-farkındalık, öz-düzenleme dinamiklerinde önemli bir rol oynamaktadır. Her ne kadar içsel faktörler daha iyi bir zihinsel sağlıkla ilişkili olsada, benlik saygısı genellikle daha zayıf uyumsal işlevselliğe işaret eder (Ghorbani, Watson ve Krauss, 2004; Watson ve Biderman, 1993). Bazı çalışmalara göre farkındalık, öz bilince göre daha az belirsiz ve şimdiki zamana yönelik öz bilgi için daha donanımlı bir yapıdır (Ghorbani ve diğerleri, 2010a). Tüm bunların yanı sıra bireyin öz farkındalık düzeyi de dikkate alınmalıdır. Ghorbani ve diğerleri (2010a) tarafından 186 üniversite öğrencisiyle yapılan bir araştırma, kendini tanımanın benlik saygısı ($r=0,40$) ve bilişsel yetenek ($r=0,47$) ile pozitif yönde ilişkili olduğunu bulunmuştur. Benlik saygısı, insanların kendileri ve toplumla ilgili kaygılarını yönetmeleri için ihtiyaç duydukları koşullar olarak kabul edilir (Mittal ve Balasubramanian, 1987). Benlik saygısı bilişsel ve ikili bileşenlerden oluşur. Bu iki hususun kişinin kendine olan dikkati ve farkındalığı, duygu ve düşünceleri, kendisinin gizli yönleri ve insanın dış dünyaya açık olan özellikleriyle arzusu ve farkındalığı olduğu söylenebilir (Öveç, 2007; Scheier ve Carver, 1985). (Fenigstein, Scheier ve Buss 1975). Bu iki öz-odaklılık eğilimini, özel öz-bilinç ve genel öz-bilinç olarak ifade etmiştir. Öz farkındalık, kişinin içsel duygu, düşünce ve uyaranlara dikkat etme yeteneği olarak tanımlanır ve bilgi işlemeyi kontrol eden ve düzenleyen bir yapıdır. Benlik saygısı ise insanların kendilerini sosyal bir varlık olarak anlamalarını, genel durumlara ilgi göstermelerini veya kendilerini açıkça ifade etmelerini, bilgi işleme sürecini yönetip kontrol etmelerini sağlayan bir yapıdır.

1.4.3. Öz Bilgi ve Hafıza

Kendini bilmenin iki türü vardır: Öz farkındalık ve öz yansıma. Biyografik veya “genişletilmiş” hafıza, bir kişinin hayatındaki belirli kişisel deneyimlerin uzun süreli hafızasını ifade eder. Benlik kavramı bireyler tarafından kendileri hakkında nasıl hissettiklerini ifade etmek için kullanılır. Çocukların kültürel bakış açıları, öz farkındalık ve

kendilerine ilişkin anılar kazandıkları kültürel uyum süreci, benlik bilgisinin gelişimi olarak kabul edilir (Wang, 2004).

İnsanların toplumsal tutumlara ilişkin çeşitli tecrübelerinden yola çıkarak kendileri hakkında oluşturdukları soyut tanımlar, bilgiler, anlamlar ve kavramsal açıklamalar teori adı verilen belirli bir kültürel yapıya işlenir. Sosyal olarak inşa edilen bu yapılar kişinin kendisini, başkalarını, başkalarıyla olan etkileşimlerini ve dünyayı tanımlamaya yardımcı olan kavram ve boyutlardır (Conway, Singer ve Tagini 2004; Sarp ve Tosun, 2011).

Bu süreç, iki tür öz-bilginin dahil edilmesiyle kolaylaştırılır: öznel bilginin bağımsız kodlanması ve kişinin kendine ilişkin kültürel bakış açılarına erişmesini sağlayan ve dolayısıyla onu istikrara kavuşturan benlik kavramı. Sonuç olarak otobiyografik hafıza, kişinin kendi kültürel bakış açısına bağlı bir benlik kavramının geliştirilmesine ve sürdürülmesine olanak sağlar.

1.4.4. Öz Bilgi ve Öz Duyarlık

İnsan duygu ve düşüncelerini anlamak çeşitli psikolojik kavramlarda bulunabilir. Neffin öz-farkındalık kavramının bir yönü farkındalıktır (Neff, 2003). Farkındalık: kişinin duygularını ve düşüncelerini kaçınmadan, reddetmeden veya direnmeden gördüğü, yargılayıcı olmayan bir zihin durumudur. Farkındalık: insanların duygularını deneyimleme ve yönetme konusunda daha üretken olmalarına yardımcı olur, insanları yönlendirir. Anlamayan insanlar çoğu zaman ön yargılı olur, yargılayıcı olurlar ve kendilerini rahatsız eden duygu ve düşüncelerle baş edemezler ya da takılıp kalırlar ve onları tanımazlar. Bu tepkiler uyumsuz davranış ve tutumlara yol açabilmektedir (Akın, 2009; Öveç, 2007).

Öz-şefkatli kişilerin öz farkındalığının daha iyi olduğu söylenmektedir (Neff, 2003). Öz-şefkat ve alt ölçekleri psikolojik iyi oluşla pozitif, psikolojik sorunlarla ise negatif ilişkilidir (Kirkpatrick, 2005). Araştırmalar, kendini sevmenin özerklik, çevresel kontrol, yaşam hedefleri, kişisel gelişim, duygusal ve psikolojik farkındalık, mutluluk ve olumlu düşünme ile pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir (Neff, Kirkpatrick ve Rude, 2005).

1.4.5. Anısal Öz bilgi, Anlamsal Öz bilgi ve Kimlik

Felsefecilere ve psikologlara göre kişinin kim olduğunu bilmek hafızayı, özellikle de kişisel deneyimi içermelidir. Bununla birlikte, bir an için kimlik duygunuzu kaybetmek benlik kaybına yol açabilir. Ancak klinik kanıtlar bu tahminleri doğrulamamıştır (Klein,

2001). Öz farkındalığı deneyimleyen birçok insanın öz farkındalığını koruduğu görülmüştür. Amnezi hastalarından elde edilen sonuçlara göre kimliğin korunmasının öz farkındalıkla sağlandığı söylenebilir.

Araştırmacılar benlik korunumu için fiziksel farkındalığın önemini vurguladılar. Ancak Klein (2001), kişisel kelime hafızasının katkısını incelerken bu varsayımın hatalara yol açtığını vurgulamıştır. Amnezi gibi ciddi bir kişisel hafıza kaybının mutlaka kimlik kaybı anlamına gelmediğini söyledi. İnsanların olanları unutsalar bile kim olduklarını hatırladıkları kanıtlanmıştır. Bu sonuçlara dayanarak araştırmacılar, kişisel dil bilgisinin de benlik bütünleşmesini sağlamada önemli bir rol oynadığını belirtmişlerdir (Klein, 2001; Klein ve ark., 2002).

1.4.6. Deneyimsel ve Yansıtıcı Öz Bilgi

Öz farkındalık; kültürler, dinler ve gelenekler arası bireysel çalışmaların yanı sıra psikolojik araştırma ve uygulamalar için de faydalıdır. Uyarlanabilir öz farkındalığın iki farklı yönü vardır. Bu teoriye göre; yeterli ve uyarlanabilir öz farkındalık, deneyimsel ve yansıtıcı farkındalığı içerir.

Öz farkındalık, güncel ve dinamik değişimlere dayalı olarak kişinin kendisi hakkındaki bilgilerin farkına varması süreci olarak tanımlanmaktadır. Öz farkındalık: devam eden zihinsel durumların farkındalığı, bireylerin deneyimlerinin içeriğini kategorize etmesine ve işlemesine olanak tanır. Deneyimsel öz farkındalık: hedeflere ulaşmak ve sorunların üstesinden gelmek için mevcut durum hakkında bilgi sağlar ve zihinsel performansı engelleyen otomatik düşünce ve duyguların önlenmesine yardımcı olur (Ghorbani ve diğerleri, 2003). Deneyimsel öz farkındalık, bireylerin zaman içindeki değişimlerden haberdar olmalarını sağlar ve mevcut durumlarını anlamalarına yardımcı olur (Ghorbani ve Watson, 2004).

Yansıtıcı biliş, geçmiş öz raporları içeren aktif bir zihinsel süreç olarak tanımlanır. Yansıtıcı düşünme, kişisel deneyimi daha karmaşık ve üst düzey süreçler aracılığıyla analiz etmeyi içerir ve davranışı daha geniş bir perspektiften yönlendiren benlik kavramlarının oluşumunu teşvik eder (Ghorbani ve diğerleri, 2003). Kendini yansıtma: gözlemcinin, insanların başkalarıyla ilişkilerinde olumlu ve olumsuz duygusal durumların nasıl deneyimlendiğini anlamasını sağlar (Ghorbani ve Watson, 2004).

Deneyimsel öz farkındalık ve yansıtıcı bilinç, geniş bir yelpazedeki tarihsel araştırmalarla ilgili süreçleri temsil eder. Basit bir kavramsal düzeyde; deneyimsel biliş ve yansıtma, öz kimliğin teorik ve ampirik araştırmaların merkezinde yer alan iki yönü ile bağlantılıdır. Temel olarak, deneyimsel öz farkındalık; devam eden öz farkındalığı ifade eder (Robins ve ark., 1999).

Deneyimsel öz farkındalık ve yansıtıcı farkındalığın, entegre edilmesi ve çeşitli değişkenlerle benzer ilişkiler göstermesi gereken birbiriyle ilişkili süreçler olduğuna inanılmaktadır. Deneyimsel öz-farkındalık, şimdiye kadarki zorlu insani süreci yönetir. Deneyimsel öz farkındalık: geçmiş fikirlerin, yansıtıcı farkındalığın desteği olmadan mevcut deneyimlerle bağlantı kurmasına olanak tanır. Deneyimsel öz farkındalık, mevcut benlik kavramlarından ve bu kavramları bütünleştirme arzularından etkilenir. Yeni deneyimlere uyum sağlamak, kişisel farkındalıktan gelen bilgileri gerektirebilir. Kişisel farkındalık, mevcut benlik kavramlarıyla bazı analitik bağlantılar kuran yansıma yoluyla geliştirilir. Bu yansıma, konularda uyum sağlayıcı değişikliklere veya deneyimlerin derinleşmesine yol açabilir (Ghorbani ve ark., 2003).

Deneyimsel öz farkındalık, James'in "bilinç akışı", Rogers'ın "gerçekçi benlik", yaşam biçimindeki "gerçekçi öz farkındalık" ve psikolojik açıdan "bilişsel bilgi" kavramlarına benzediği söylenmektedir. Gerçekten de çalışan insan duygularından, deneyimlerinden korkmaz, düşüncelerini, duygularını, arzularını özgürce belirtir. Kendini yansıtmayla ilgili kavramlar, kendini yansıtmaya benzer bakış açılarını içerir (Ghorbani ve ark., 2003, 2008).

Kendini tanıma ve yansıtma ölçeklerinin yapısı geçmişin, bugünün ve geleceğin bilgi becerilerini birbirinden ayırmak için tasarlanmıştır. Bu ayrımın bazı çalışmaların amaçları açısından önemli olabileceği düşünülse de günlük yaşamda bu ayrımı ifade etmek mümkün olmamakta ve bu sınırların korunması karşılığında geçmiş ve şimdiki deneyimlere yer verilmesi gerekmektedir. Bu nedenle karma bir öz-bilgi ölçeği oluşturulmuştur. Bütünleştirici öz farkındalık, deneyimleri bütünleştirerek ve deneyimler üzerine inşa ederek arzu edilen sonuçlara ulaşmak için deneyimleri kullanmak anlamına gelir (Ghorbani ve ark., 2008). Bu ayrımın, fiziksel öz farkındalığın ruh sağlığının açıklanmasına katkısının göz ardı edilmesiyle sonuçlanabileceği düşünülmektedir (Ghorbani ve Watson, 2006).

1.4.7. Bütünleşik Öz Bilgi

Bütünleşik öz farkındalık: kişinin içsel zihinsel dinamiklerinin zamanla artan farkındalığı olarak tanımlanır. Bütünleşik öz-bilginin uyarlanabilir kapasitesi, gelecekteki arzu edilen sonuçlara ulaşmak için geçmiş ve şimdiki kişisel deneyimleri bütünleştirmenize olanak tanır. Bütünleştirici öz farkındalık, geçmiş ve gelecekteki ihtiyaçları mevcut duruma dayalı gerçek bilgilere dahil ederek insanların daha tutarlı olmalarına yardımcı olmak için çalışır. Bütünleştirici öz farkındalık, kişinin deneyimlerini anlamlandırmak ve zaman içinde istenen sonuçlara ulaşmak için uyum sağlama ve güçlendirme girişimi olarak tanımlanmaktadır (Ghorbani ve ark., 2008).

Öz farkındalık: kişinin zaman içindeki içsel deneyimlerini ve bunları, kendini düzeltme ve kendini güçlendirme aracı olarak bütünleşik bir şekilde anlama yeteneğini ifade eder. Bu süreç, insanların düşüncelerini ve duygularını anlayıp kontrol etmelerini ve bunları başarmak için gereken eylemleri seçmelerini sağlayarak güçlü yönlerini anlamalarına yardımcı olur. Kendini tanıma: uyarlanabilen ve birbirine bağlanabilen iki boyutlu, dinamik ve bütünleşik bir yapıdır. Bir bilgi işleme süreci olan deneyimsel öz farkındalık, şimdiki ana odaklanmamıza, günlük deneyimler arasında ayırım yapmamıza ve otomatik düşünce ve duyguları önlememize yardımcı olur. Güçlü bir bilişsel süreç olan yansıtıcı biliş: kişinin geçmiş deneyimlerine dair farkındalığı olarak gösterilmektedir (Ghorbani ve ark., 2003).

1.4.8. Öz Bilgi ve Kaynakları

Psikolojik açıdan bakıldığında öz farkındalık; insan olmanın önemli bir parçasıdır. İnsanın kim olduğunu bilerek doğmadığı, çevresindeki insanları ve olayları tanıdıkça kendine dair her şeyi anlamaya başladığı söylenir. Ancak kendimizi tanımak çevremizi anlamaktan daha zor bir iştir (Dorner, 2006).

Coley tarafından ortaya atılan öz-yansıtma teorisi, öz-bilginin kaynaklarının belirlenmesine yardımcı oldu. Bu kavram "kişinin kendisine bakış açısı ve başkalarının kendisi hakkında ne düşündüğü" olarak tanımlanmaktadır. Benlik imajı, kişinin etkileşimde bulunduğu diğer kişilerin algısını ve değerlendirmesini yansıtır. "Ayna" kavramının üç temel bileşeni olduğu söylenmektedir. Bir kişinin başkalarının kendisi hakkında ne düşündüğüne ilişkin algısı, diğer insanların kendi davranışlarına ilişkin yargılarına ve kişinin kendisi hakkında ne düşündüğüne verdiği tepkidir (Dorner, 2006).

Mead (1968), Coley'in öz-yansıtma kavramına dayanarak, insanların doğası gereği sosyal olduğunu belirtir. Mead'e göre benlik saygısı, kişinin başkalarının onu nasıl gördüğüne olan ilgisine dayalı sosyal etkileşimlerde ortaya çıkar (Dorner, 2006). James gibi Mead de (1968) benliği iki parçada görür: "Bilen benlik" ve "Bilinçli benlik." Tanınan benlik: başkalarının tutum ve görüşlerine değer veren benlik imajıdır. Bu aynı zamanda insanlığın geleneksel ve sessiz doğasıdır. Öz farkındalık: kişinin kişiliği gibi davranan aktif ve yaratıcı yanıdır. Bu durumda kişinin çalışma kapasitesi en aza iner. Ancak sosyal koşulların uygun olduğu ortamlarda öz farkındalık; güçlü ve yaratıcı olabilir ve sosyal süreçleri etkileme ve şekillendirme yeteneğini tanıyabilir. Mead, insan davranışından, öz farkındalık olarak söz eder (Özen ve Gülaçtı, 2010).

Kişisel bilginin birçok kaynağı vardır. Bunlar doğrudan, dolaylı, karşılaştırmalı, dönüşlü ve düşündürücü olarak sıralanmaktadır. Coley'in hipotezine göre; başkalarının kendimiz hakkındaki görüşlerinden doğrudan değil, başkalarının bizim eylemlerimiz hakkındaki eylemlerinden ve eylemlerimizin sonuçlarından dolaylı olarak etkileniriz. İnsanlar kendilerini diğer insanların onlara karşı tepkileri ve tutumları açısından düşünmeye başlarlar. Sadece diğer insanlar kim olduğumuzun bir yansımasını görmekle kalmaz, aynı zamanda sosyal çevremiz de nerede olduğumuzu yansıtır. Bu aynı zamanda bireyin başkalarının tepkilerini tahmin ederek kendi tepkilerini kontrol etme yeteneğini de içerir. Bu karşılaştırma sadece başkalarıyla karşılaştırmayı değil aynı zamanda kendi geçmiş ve şimdiki durumlarımızla karşılaştırmaları da içerir. Ayrıca insanlar ne yaptıkları hakkında daha fazla düşünürler ve ne istediğimize dair somut bir imajın nasıl yaratılacağı hakkında akıl yorarlar (Dorner, 2006). Bunu yaparken bireyler öz farkındalık kazanırlar.

Schoeneman'a (1981) göre kişisel bilgi; bir kişinin başkalarının onu nasıl gördüğüne dayanarak kendisini nasıl gördüğü, kendi üzerine düşünerek kendisi hakkında yargılarda bulunması ve başkalarıyla karşılaştırarak kendi davranış ve tutumlarını geliştirmesi anlamına gelir.

1.4.9. Doğru Öz Bilgiye Ulaşmanın Güçlüğü ve Önemi

Bir insan nasıl daha bilinçli hale gelebilir? Kendini gerçekleştirmenin önündeki engeller nelerdir? Her ne kadar bu sorular insan zihninin temel doğası ve onun öz-farkındalık kapasitesi ile ilgili olsada, öz-farkındalığın psikolojinin merkezi kavramlarından biri olamayacağını öne sürmektedir. Öz farkındalıkla ilgili pek çok teori olmasına rağmen

öz farkındalık üzerine çok fazla araştırma yoktur ve ancak son zamanlarda bu tür araştırmalar artmaya başlamıştır (Wilson ve Dunn, 2004). Araştırmacılar, kendini tanımanın çok zor olduğunu söylemektedir. Ancak bu zorluk trigonometri ve Rusça gibi unutulacak bir şey değil, çok önemli bir problemdir. Öz farkındalığa ulaşmadaki başarısızlık ahlaki açıdan yanlış olarak bilinir (Ghorbani ve ark., 2008). Kendini bilmenin, dünyadaki şeylere ilişkin bilgilerimiz arasında benzersiz bir işlev olduğu söylenmektedir.

Yüzyıllar boyunca psikologlar, benliğin ve daha geniş fiziksel ve sosyal dünyanın doğru değerlendirmelerini sağlamaya çalıştılar. Sartre, kendini tanımanın insanlığın karşı karşıya olduğu en önemli felsefi sorunlardan biri olduğunu vurguladı. Sokrates, kişinin kendini tam olarak anlamasının imkansız olduğunu düşündüğü için hayatın yaşanmaya değer olmadığını söylemiştir (Vogt ve Colvin, 2005). Son zamanlarda psikologlar yeterli bilişin zihinsel sağlıkla ilgili olduğunu savunmuştur. Pek çok psikolog, kişisel farkındalığın ruh sağlığının önemli bir parçası olduğuna inanmaktadır. Rogers'a (1961) göre, davranışı inkâr etmek ve bastırmak yerine uygun şekilde anlamlandırmak, ruh sağlığına giden yoldur. Allport (1937), zihinsel olarak sağlıklı bir bireyin tam bir öz farkındalığa, yani gerçeklikten ayrılamayan güçlü bir öz farkındalığa ve benmerkezci olma arzusuna sahip olduğunu ileri sürmüştür.

Her ne kadar öz farkındalığın önemli olduğu genel olarak kabul edilse de, öz farkındalığın eksikliği hala zararlıdır (Jopling, 1996). Genel olarak öz farkındalığa sahip insanlar daha güçlü bir bakış açısına sahiptir ve hedeflerini, temel değerlerini ve davranışlarını daha iyi anlarlar. Kendini yönlendirebilen bireylerin; durumlarda insanların ilgilerini, inançlarını, değerlerini, ahlaki yargılarını, sorumluluklarını ve yeteneklerini sorgulama ve değerlendirme konusunda daha iyi konumda oldukları görülmektedir (Akın, 2010).

Kişilik özelliklerine ve davranışsal özelliklere dayalı olarak öz farkındalığı doğru bir şekilde değerlendirmek oldukça zordur. Bilgi yüksek düzeyde bilgili kişilerden elde edilmese bile, öz farkındalığı olmayan bireylerin önemli bilgileri bilmeme ve unutma olasılıkları daha yüksektir (Vogt ve Colvin, 2005).

Sağduyuya sahip olsanız bile, kişisel farkındalığa ulaşmak hala zordur. İnsanlar kendilerine bakamadıkları için zekalarını, güzelliklerini ve yeteneklerini abartma eğilimindedirler. Bir arkadaşınızın veya aile üyenizin sebepsiz yere yaptığı bir davranıştan

dolayı öfkelenmeyi veya üzülmeyi kabullenmek zordur. Kendini bilmek zordur çünkü bireyler düşüncenin nesnesi ve keşfin nesnesi oldukları için çelişkili motivasyonlar yaşarlar. Bunun dışında bir kişinin sorun yaşamadan veya kötü sorunlar yaşamadan güvende veya güçlü olup olmadığını nasıl anlarsınız? Bu nedenle, deneyim ve derinlemesine düşünme gerektiren kendini keşfetmenin birçok biçimi vardır. Bu, insanların benlik saygısını geliştirmek için umutları, hayalleri ve korkuları hakkındaki bilgileri inkar etmeleri nedeniyle diğerlerinden daha çok kendileri hakkında konuştukları anlamına gelir (Zimmerman, 2008). Bireyler kendilerini keşfetme, iç dünyalarını keşfetme fırsat ve yeteneğine sahiptir. Bu kişilik özellikleri kişinin kendini gerçekleştirmesini kolaylaştırır. Bu bilgiler etrafındakilere açık olmadığından insanlar birbirlerini ancak kendi fikirleriyle tanırlar.

Gosling ve arkadaşları (1998), davranışın öz sınıflandırmasının doğruluğunu araştırmış ve bu kavramı, kişinin öz bildirimi ile insan davranışının sıklığı hakkında başkaları tarafından sağlanan bilgiler arasındaki ilişki olarak tanımlamıştır. Bu çalışmalara dayanarak öz farkındalığın doğruluğunda bireysel farklılıklar bulunmuştur (Robins ve John, 1997).

1.5. Öz Düzenleme

Eğitimde yaşam boyu öğrenme kavramının benimsenmesiyle birlikte bireylerin kendi öğrenmelerinin sorumluluğunu üstlenmesi ve yapılandırmacı öğrenme yaklaşımlarının gücü ön plana çıkmıştır. (Uygun, 2012). Bu faaliyetlere katılan insanlar becerilerine güvenirler ve bu becerileri etkili bir şekilde kullanırlar. (Zimmerman, 2000). Bu hedeflere ulaşmada öz yönetim önemli bir rol oynamaktadır. Bandura ve Wood (1989) öz düzenlemeye sosyal psikoloji perspektifinden yaklaşarak, kişinin düşüncelerini ve duygularını kontrol edebilen bir içsel sisteme sahip olduğunu vurgulamaktadır. Bu yaklaşıma göre öz düzenleme, kişinin içsel özelliklerinin bir parçasıdır (Bandura ve Wood, 1989). Zimmerman (2000) öz düzenlemeyi öğrenme süreci açısından tanımlamıştır. Başka bir deyişle öz düzenleme, bireylerin kendi öğrenmelerinin sorumluluğunu alması ve kontrol etmesi anlamına gelir. Bu tanımda en belirgin olan şey öz düzenlemenin bireyin aktif rolünü gerektirmesidir. Ancak bu entegrasyonun sadece davranışsal düzeyde değil, aynı zamanda üstbilişsel ve motivasyonel düzeyde de gerçekleşmesi gerekir. Zimmerman'a (2000) göre öz düzenleme, insanların hedeflerine ulaşmak için geliştirdikleri duygu, düşünce ve davranışlardır. Zimmerman'a (2000) göre öz düzenleme akademik bir beceri değildir. Daha ziyade bireylerin entelektüel becerilerini akademik becerilere dönüştürmelerinin bir yoludur. Temel

olarak öz düzenleme, öğrencilerin üstbiliş, motivasyon ve davranış açısından kendi öğrenmelerine aktif katılımıdır. Ayrıca öz düzenleme, hedeflere ulaşmak için yapılan düşünce, duygu ve eylemleri ifade etmektedir (Zimmerman, 2000). Schunk'a (1994) göre öz kontrol: hatırlamak, iyi bir çalışma ortamı yaratmak ve bilgiyi doğru kullanmak için öğrenmeye dikkat etme ve odaklanma, bilgiyi organize etme, kodlama ve tekrarlama eylemidir (Schunk, 1994). Schunk (2001) öz yönetimin en önemli yönünün hedef belirleme olduğunu vurgulamaktadır. Ona göre hedef belirlemek öz yönetimin bir parçasıdır. Hedef belirleme, çeşitli alanlarda kullanılabilecek genel bir tekniktir. Etkili hedef belirlemede; bireyler uzun vadeli hedefler belirlemeli, ulaşılabilir alt hedeflere ulaşmalı, ilerlemeyi izlemeli ve yeteneklerini değerlendirmeli, stratejilerini ayarlamalı ve mevcut hedeflere ulaştıkça yeni hedefler belirlemelidir. Bu çok adımlı plan, kişisel sağlığın, yüksek motivasyonun ve öz yeterliliğin, öz disiplinin ve yaşam doyumunun anahtarıdır. Etkili öz yönetime sahip insanlar ulaşılabilir hedefler belirlerler. Bu hedeflere doğru ilerleme izlenerek ilerleme sağlanamadığında yeni stratejiler kullanılır. Schunk (2001). Winne (1996) kendi kendine öğrenmeyi üstbiliş açısından değerlendirmiştir. Winne'a göre öz-yönetimli öğrenme, üstbilişsel bir şekilde çalışmak için bilişsel süreçleri ve stratejileri kullanan bir öğrencinin davranışıdır. Winne ayrıca öz kontrolün bireysel bir olgu olduğunu da belirtmektedir.

Barkley (1997) öz düzenlemeyi insanların davranışlarını değiştirmek ve dolayısıyla olayların sonuçlarını değiştirmek için yaptıkları tüm eylemler olarak açıklamaktadır. Boekaerts (2002), öz düzenlemenin büyük ölçüde öğrencilerin hedef yapılarına bağlı olduğunu öne sürmektedir. Öğrenci kendi kendini yönetir; Kişisel hedeflere ulaşmak için çok çalışırlar, işlerinde yerel koşulları göz önünde bulundururlar, hedeflerine ulaşmak için düşünce, eylem ve duyguları ifade ederler ve hedeflerine ulaşmak için sistemli bir şekilde çalışırlar. Boekaerts'e (2002) göre öğrenciler değer verdikleri hedeflere ulaşmaya, güçlendirmeye veya korumaya çalışırlar. Öğrencilerin hedefleri yoksa, kendi kendilerini yönetme konusunda motive olmayacaklardır. Bireyin bütününde öğrenme ve yaşamda öz yönetimin önemini vurgulamak ve öz kontrolün yapısını anlamak için öz yönetimin farklı yönlerini incelemek çok önemlidir. Literatüre bakıldığında öz yönetim üzerine giderek artan sayıda araştırma bulunmaktadır ve öz yönetimin tanımı uzmanlık alanına göre değiştiği söylenebilir.

1.6. Üstbiliş

Üstbiliş, yalnızca toplanan bilgilerin hafızaya alınması değil, aynı zamanda bu bilgilerin algılanışını tahmin etme yeteneğidir (Irak, 2005). Üstbilişin çok çeşitli fikirlerle ait tüm bilgileri içeren bir kavram olduğu söylenebilir (Karakelle ve Saraç, 2010). Farabi, insanın ilk bilgisinin düşünce olduğuna inanır. Ancak bilginin bilgiye dönüşebilmesi için öncelikle bilginin ve muhakemenin anlaşılması gerekir (Akpunar, 2011). Spinoza, eğer bir insan bir şeyi biliyorsa bildiğini de söylemiştir. Bu fikir 17. yüzyılda felsefi bir söylem olarak ortaya çıkmış ve psikoloji alanında teorik değerlendirme ancak 3. yüzyıldan sonra başlamıştır (Karakelle ve Saraç, 2010). İbn-Sina ise bilgiyi birkaç parçaya ayırarak ilk bölümün nesnelerin bilgisi olduğunu ve soyut formları ve fikirleri temsil etmenin en yüksek yeri olduğunu göstermiştir (Akpunar, 2011). Lacan şunu sorar: "Düşüncelerimi düşünebilir miyim?" Buna cevaben kim olduğumuzu başkalarının bize yaptıklarından öğrendiğimizi belirtir (Sarup, 2004). Descartes'ın insanın benlik hakkındaki bilgisini ortaya koymasının ardından Freud da psikolojide yeni fikirler yaratmak için benlik imajı kavramının önemini vurgulamıştır (Freud, 2013).

Başkalarının tanımları ve bize karşı davranışları aracılığıyla kendimiz hakkında çok şey öğreniriz. İnsanlar kendi davranışlarını açıklarken, açıklamalarını durumun koşullarını değerlendirmek yerine başkalarının davranışlarına dayandırır (Koriat ve Ackerman, 2010). Başkalarının zihnini okumak ve diğer insanların öğrenmelerini değerlendirmeye çalışmak, öğrenme stiline hakkında fikir edinmenin en kısa yoludur. Üstbiliş, başka bir kişinin zihnini okumaya çalışma sürecine dayanan bir kavramdır (Koriat ve Ackerman, 2010).

Üstbilişsel sürecin bilişsel süreç öncesinde planlama, süreç boyunca izleme ve sonrasında değerlendirme devam ettiği söylene de biliş ve üstbilişin paralel, bazen de ayrılmaz süreçler olduğu söylenmektedir (Aktürk ve Şahin, 2011). Flavell (1979), üstbiliş kavramının özünü felsefe alanında çalışanlara sunan ilk kişidir. Flavell, ilk olarak insanların kişisel hafıza süreçleri üzerinde sahip olduğu kontrolden bahseden meta-bellek kavramını önermiştir. Bu konuyla ilgilenen bir diğer bilim insanı ise Schraw'dır (Schraw ve Dennison, 1994). Araştırmalar, öz değerlendirme becerisine sahip kişilerin daha iyi iletişim kurabildiklerini ve öğrendiklerini uygulayabildiklerini göstermiştir. Üst bilişin önde gelen filozoflarından birisi olan Paris (2005) üstbilişin bireylere etkili bir öz düzenleme kattığını vurgulamaktadır. En iyi öğrencilerin bu niteliklere sahip olanlar olduğunu gösterir. Buna

göre kişi ancak bilgi düzeyini bildiğinde bilmediğı konulara daha iyi odaklanabilir (Akın ve Abacı, 2011).

Üstbiliş kavramı literatürde ortak bir tanımla birleştirilemeyen bir kavramdır. Çünkü günümüzde aynı prensibi gösteren birçok denklem bulunmuştur. Üstbiliş, örgütsel bilgi ve kontrol bunlardan bazılarıdır (Çakıroğlu, 2007). Kişisel kapasite, öz düzenleme, öz farkındalık ve öz değerlendirme kavramları üst bilişin teorik temellerini oluşturmuştur (Karakelle ve Saraç, 2010).

Üstbilişin, diğerk kişinin bakışı, duruşu ve gülümsemesi gibi sözsüz bilgileri işleyerek iletişimin etkinliğini arttırdığı söylenmektedir. Ayrıca ikili ilişkilerde duyguları düzenlemeye yardımcı olduğu da bilinmektedir (Efklides, 2006). Bu olgunun toplumsal bilinçle ilişkili olduğu söylenebilir. Üstbiliş, kişinin kendi düşüncelerini ve duygusal süreçlerini anlama ve değerlendirme yeteneğidir; bu aynı zamanda başkalarının benzer deneyimlere tepkilerini anlamak için de önemlidir. Dolayısıyla bunun sosyal zeka kavramının bir kısmını gösterdiği söylenebilir.

Bazı eğitim ve öğretim araştırmaları, bireylerin kendi öğrenmelerini, yapılan işin önemini, bireyin yeteneğini ve kendi semptomlarını sahiplenmelerini sağlamak için üstbilişsel bilgi ve motivasyonun etkileşimine işaret etmektedir (Çakıroğlu, 2007)

1.7. Düşünme İhtiyacı

Düşünme niyeti, insanların aktif zihinsel faaliyetlere katılma ve bundan keyif alma isteklerini tanımlayan bir kavramdır (Aydemir ve Kubanç, 2014). Bu teori, öğrenme ve yaratıcı becerilere yönelik bilişsel planlamada bireysel farklılıkların yorumlanmasını destekleyen ilginç bir teoridir (Aydemir ve Kubanç, 2014). Zihinsel motivasyonla ilgili bir kavram olduğundan zihinsel güçle ilgili olduğu düşünülmektedir. Dolayısıyla üstbilişsel bilgiyle ilişkili olduğu söylenebilir.

Bir kişinin içsel düşünme eğiliminin, kişinin düşüncelerini tahmin edip edemeyeceğı sorusu ortaya çıkabilir. Araştırmalar, düşünme ihtiyacı yüksek olan kişilerin, karmaşık ve kafa karıştırıcı problemleri çözmede ve sorunları çoklu perspektiflerden değerlendirmede, düşünme ihtiyacı düşük olan kişilere göre daha başarılı olduklarını göstermiştir (Aydemir ve Kubanç, 2014). Cacioppo ve Petty (1982) tarafından yapılan bazı araştırmalar, düşünme ihtiyacı yüksek olan kişilerin olayları farklı şekillerde algıladıklarını, durumları seçtiklerini

ve sorunlar hakkında düşünerek çok fazla zaman harcadıklarını göstermektedir. Düşünmeye yüksek eğilimi olan bireyler, düşünmeye daha az eğilimi olan bireylerle karşılaştırıldığında akıl yürütme görevlerine ve bunların yordayıcı yönlerine karşı daha olumlu tutumlara sahiptir. İçten motive oldukları için dış motivasyona ihtiyaç duymazlar.

Düşünme ihtiyacı teorisinin tanımına göre, düşünmeyi gerektiren göreve yönelik zihinsel motivasyonun, kişinin üstbilişsel farkındalığının yüksek veya düşük olmasıyla ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Ancak Madran'a (2012) göre düşünme ihtiyacı, farklı bakış açıları karşısında hoşgörü ve merakla açıklanan anlayışla yakından ilişkilidir. Dolayısıyla üstbilişsel bilgi alanında zihinsel esnekliğin varlığıyla kavramların birbirine bağlanabileceği açıklanabilir. Düşünme iradesi zayıf olan insanlar daha az zihinsel enerjiye ihtiyaç duyarlar, dolayısıyla durumlara daha fazla odaklanmaları gerekir.

Reinhard ve Dickhauser (2009) yüksek benlik saygısına sahip kişilerin, yetenekleri ve performansları hakkında daha fazla tahminde bulunma ve yargılama eğiliminde olduğunu da söylemektedirler. Aydemir ve Kubanç (2014) ise yaptıkları çalışmada üstbilişsel farkındalık ile akıl yürütme ihtiyacı arasında istatistiksel bir ilişki bulmuş ancak tek bir yordayıcı belirleyememiştir.

Metabilişsel düşünme klinik psikolojide oldukça önemli kabul edilen bir değişkendir (Karakelle ve Saraç, 2010). Kişinin kendi duygularını izleme ve kontrol etme becerisinin farkına varmasının ve bilinçli düşünen bir kişi haline gelmesinin terapide olumlu etkileri olabileceğine inanılmaktadır.

Son zamanlarda psikiyatride tekrarlayan düşünme, depresyon ve üstbilis arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırma sayısı artmaktadır ve üstbilişsel bilginin rolü psikoterapi perspektifinden tartışılmaktadır. Bu, dünyanın önemli yönlerinin göz ardı edilmesini önleyici bir etki olarak kabul edilmekte ve düşünce ve eylemlerin planlanması ve planlanmasına rehberlik eden süreçleri mümkün kılmaktadır (Wells ve Papageorgiou, 2004).

Üstbilişsel yaklaşımlar insanların anlamalarına farklı bir bakış açısı sağladığı düşünülebilir. Üstbilis ile düşünme ihtiyacı ve sosyal zeka gibi diğer bilişsel değişkenler arasındaki ilişkiyi anlamak, üstbilişsel bilgiyi daha net tanımlamak ve gelişimini vurgulamak açısından önemli olabilir. Kendi zihinsel süreçlerinin daha farkında olan kişilerin gelişiminde üstbilisin öneminin ortaya konulması da oldukça önemli diye düşünülmelidir.

Düşünme ihtiyacı (need for cognition) kişilerde emek sarfedilen düşünme süreçlerini isteme ve bu unsurlardan hoşnutluk duyma yönelimini belirtmek amacıyla kullanılan bir terimdir (Cacioppo ve Petty, 1982). Amerika Birleşik Devletleri'nde geliştirilen düşünme ihtiyacı ölçeğinin bu ülkedeki örneklemeler üzerinde yapılan araştırmalarda yüksek iç tutarlılığı (Cacioppo ve ark., 1984; Sadowski ve Gülgöz, 1992a) ve yüksek test-tekrar güvenilirliği (Sadowski ve Gülgöz, 1992a) olduğu görülmüştür. Bunun yanı sıra geçerliğinin de yüksek olduğu vurgulanmıştır (Heesacker, 1985).

Düşünme ihtiyacı ölçeği ile kişinin bilişsel yapısına veya bilişsel süreçleriyle alakalı bir ölçü mü elde ediyoruz yoksa o bireyin tutumlarını mı öğreniyoruz? Düşünme ihtiyacı kavramının gelişimine bakarsak, bu konuda önceleri açık bir fikir belirtilirken, zaman içinde yapılan araştırmalar ile kavram bulanık bir hale gelmiştir. Örnek olarak Cohen'in araştırmasında (1957) düşünme ihtiyacı yalnızca bir görüş olarak değerlendirilir ve zekâ ile bağlantılı olmadığı savunulur. Aynı araştırmada Yale Üniversitesi öğrencilerinin ders notları ile düşünme ihtiyacı arasında anlamlı bir bağın olmadığı da gösterilmiştir.

Cacioppo ve Petty (1982) ise bu konuda kesin bir cevap vermemektedirler. Onların tezlerine göre düşünme ihtiyacı zekadan ne tam olarak bağımsız olabilir ne de tamamıyla zekanın bir işlevi durumundadır. Çünkü düşünme ihtiyacı zekadan bağımsız olamaz. Birey düşünmekten ve problem çözmekten sonuç aldığı ve bunu başardığında düşünmekten keyif alacaktır. Problem çözebilmekte zekayla da yakından ilişkilidir. Bunun yanı sıra sadece zeka bireyin düşünce ihtiyacını belirleyemez, zira aynı zeka düzeyindeki bireyler arasında düşünce ihtiyacı açısından da farklar görülebilir.

1.8. Düşünme İhtiyacı ve Spor Yönetimi İlişkisi

Her yerde olduğu gibi spor yönetiminde de iletişimin çok önemli olduğu düşünülebilir. İyi bir spor yöneticisi aynı zamanda iyi bir iletişim yöneticisidir ancak bazı kuralları vardır. Bunlardan bazıları olarak; spor ve organizasyonlarını bilmek, insanı, sporcuyu ve toplumu tanımak, sevgi, coşku ve tutkuyla çalışmak, bölümler arası bilgi paylaşımı ve bilgi kirliliğinin önlenmesi olarak söylenebilir. Organizasyonda toplanan bilgileri doğru ve mantıklı bir şekilde kullanarak öngörme ve kontrol etme yeteneğine sahip olmanın da çok büyük önem taşıdığı söylenebilir.

Bilgi insanların, örgütlerin ve toplumların hayatında çok önemli hale gelmiştir. Bilgiyi verimli kılmak için yepyeni bir alan ortaya çıktı: bilgi yönetimi. Bu bağlamda bakıldığında

bilgi yönetiminin, yönetimin tüm yönlerini kapsayan bir yönetim biçimi olduğunu görebiliriz. Spor bilimlerinde bilgi yönetimini tanımlama şeklimiz, spor alanında her geçen gün artan bilgiyi güncellemek, bilgi üretmek, gerekli bilginin içermesi gereken süreçleri belirlemek ve uygun bilginin herkese dağıtılmasını sağlamaktır (Harrison ve Kessels, 2004).

Sporda bilgi yönetimi, bilginin spor başarısı için kullanılmasına yönelik modellere ve eylem planlarına etkili bir şekilde dönüştürülmesine odaklanır.

Spor yöneticisi, bir yöneticinin sahip olması gereken tüm niteliklere sahip olmanın yanı sıra, sporu ve yönetimi tanıyan, insanları, oyuncularını ve toplumu tanıyan, takımın hedefleri doğrultusunda dürüst bir şekilde çalışmaya istekli kişidir. Sorumlu departman ile sorumlu kişi arasındaki bilgi alışverişini hızlı bir şekilde yapabilen, bunu doğru bir şekilde yapabilen bir kişi, bilgi kirlenmesinin önlenmesi becerisine sahiptir. Örgütte toplanan bilgilerin kontrol edilebilmesi düşüncesine sahip bir bireydir (Ko, 2011).

Sporda bilgi ve uzmanlık temelinde odaklanmanın sağlandığı gözlemlenmektedir. Bunun spordaki bilgi ve deneyimle başarıldığı açıktır. Bu bağlamda raporlama döneminde yöneticilerin deneyimlerden ders alma, günü derinlemesine analiz etme ve günün beklenmedik koşullarındaki olası gelişmeleri ön planda tahmin etme hakları vardır (Malhotra, 1997).

Spor yöneticileri, spor alanındaki ana kuruluşların ulusal ve uluslararası sporla ilgili politika, yenilik, gelişme ve etkinliklerinin amaç ve ilkelerine bağlı kalmalı, aynı zamanda toplumun sporla ilgili beklenti ve ihtiyaçlarını karşılayabilme becerisine sahip olmalıdır. Kulüplerin hedeflerine ulaşabilmesi için spor yöneticileri, kulübün ve sporcuların bilgi düzeyini artırmak ve spor faaliyetlerinde kendi gelişimlerini sağlamak amacıyla iyi bilgi yönetimini kullanabilirler.

Günümüzde yararlı bilgilerin toplanması, kullanılması ve paylaşılması kaçınılmaz olarak sorundur. Bu bağlamda zorlukları avantaja dönüştürmek için spor yöneticilerinin organizasyonda spesifik bir bilgi yönetimi programı oluşturmaları gerekmektedir. Spor yöneticilerinin çalışmalarında bilgi yönetimi tekniklerini etkin bir şekilde kullanabilmeleri için dinamik bir iletişim ortamında teknolojik gelişmelerden faydalanarak zamandan ve emekten tasarruf etmeleri önemlidir. Bilgi yönetimi tekniklerini kullanarak, spor yöneticileri güçlü alanlardaki etkinliği koruyabilir ve artırabilir ve zayıf yönleri güçlendirebilir.

Sporda bilgi yönetimi, modellerdeki bilgilerin pratik uygulamalarının, sportif başarıya ulaşmak için bilginin kullanılmasına yönelik teknik yöntemlere ve eylem planlarına dönüştürülmesiyle ilgilidir. Akademik sporlarda eğitim sadece yüksek başarı gösterenler için değil aynı zamanda değişime ayak uydurmak zorunda olan toplum için de önemlidir. Bilgiye dayalı spor yönetiminin sırrı bilgiye ulaşmak ve erişilen bilgiyi yeni bilgi üretmek için kullanmaktır.

Bilgi yönetimi, farklı kaynaklardan bilgi elde etme ve ortak bir anlayışı paylaşma yeteneğidir. Bilgi yönetimi örgütsel öğrenmeyle yakından ilişkilidir. Örgütsel öğrenme süreci bilgi edinme, bilgi paylaşımı, bilgi analizi ve örgütsel hafıza oluşturma süreçlerinde meydana gelir. Bilgi yönetimi operasyonel ve entegre bir şekilde yapıldığında istenilen sonuçları yaratma yeteneği genişleyecek ve bu bağlamda başarı oranı artacaktır.

Sporda başarıya ulaşmak ve bunu sürdürmek için iyi iletişim becerileri şarttır. Bunun nedeni, diğer bilimlerde olduğu gibi spor biliminde de başarının, bilgiyi ve doğru bilgi yönetimi yoluyla elde edilebilecek faydalı bilgilerin uygun şekilde kullanılmasını içermesi gerektiğidir.

Spor yönetiminde iyi olabilmek için iyi bir iletişim yöneticisi olmanız gerekir. Spor yönetimindeki yeni yaklaşımlar çerçevesinde başarılı olabilecek becerileri bilen, bilgiyi yönetmeyi bilen bir yöneticinin ve mesleki becerilere sahip bir kişinin tüm bu faaliyetleri değerlendirmesi oldukça önemlidir. Spor yönetimi uygulamaları spor yönetimi bilgi yönetimi alanında kendinizi geliştirmeye çalışır.

Spor yöneticiliği kapsamında iyi bir bilgi yöneticisi olmak;

- Organizasyonlar için bilginin değerini kavramayı,
- Teknolojik gelişmeleri yakından takip edebilmeyi
- Bilgi yönetim süreçlerine hâkim olmayı ve bu süreçleri verimli kullanmayı,
- Elektronik bilgi kaynaklarından yurt içinde ve yurt dışında sporla ilgili yapılan bilimsel çalışmaları incelemeyi ve elde edilen güncel ve verimli olabileceğini düşündüğü verileri kendi örgütsel yapısına uyarlayabilmeyi.

Bir spor yöneticisi kendisini, oyuncularını ve organizasyonunu sürekli geliştirmeye, onları daha iyi bir konuma ulaştırmayı amaç edinmelidir.



2. BÖLÜM

2. GEREÇ VE YÖNTEM

Çalışmanın bu bölümünde araştırmaya yönelik model, evren ve örneklemin büyüklüğü, verilerin toplanma süreci ve verilerin analiz yöntemleri ile ilgili gerekli tüm bilgiler yer almaktadır.

2.1. Araştırmanın Yeri ve Tarihi

Araştırma 2022 yılı Kasım-Aralık aylarında alan yazın taraması ile başlamış, araştırma sorusu ve problem durumu yazılmış ve araştırmada kullanılacak yöntem belirlenmiştir. Araştırmanın verileri 2023 yılı Ocak-Haziran ayları arasında toplanmış ve araştırmanın giriş ve genel bilgiler bölümü yazılmaya başlanmıştır. 2023 yılı Temmuz-Eylül aylarında toplanan verilerin istatistiksel analizi yapılmış ve Ekim-Aralık aylarında araştırmanın bulguları yazılmıştır. Bulgulara göre 2024 yılı Mayıs-Haziran aylarında tartışma ve sonuç bölümleri de tamamlanarak araştırma son haline getirilmiştir.

2.2. Araştırma Modeli

Bu araştırma, nicel araştırma modeli ile yapılmıştır. Nicel araştırma modelleri tarama çalışması, meta-analiz, tek denekli araştırma, deneysel model, korelasyon araştırma, tasarım, nedensel-karşılaştırma ve geliştirme araştırması olmak üzere birçok alt başlıklara ayrılır. Bu araştırma içerisinde nicel araştırma modeli olarak betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Bu model diğer araştırmalara göre daha fazla örneklem grubuyla çalışılması gereken bir yöntem olarak bilinir (Metin, 2014).

Betimsel tarama modelini Karasar (2000) “*geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımı*” olarak tanımlar.

2.3. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Bu araştırmanın evrenini futbol kulüplerinde aktif olarak çalışan yöneticiler oluştururken örneklemini Aydın ilinde bulunan futbol kulüplerinin yöneticileri oluşturmaktadır. Örneklem seçiminde kolayda örnekleme yöntemlerinden birisi olan Basit Seçkisiz Örneklem Yöntemi kullanılmıştır. Tüm katılımcılar araştırmaya gönüllülük esasına göre katılmışlardır.

Araştırmacıların birçoğu kolayda örnekleme yöntemini, verilerin en kolay ve hızlı şekilde toplanabildiği ve ana kütle içerisinde seçilen örnek kesitinin araştırmacı tarafından belirlenebildiği tesadüfi olmayan bir örnekleme yöntemi olarak açıklamaktadırlar (Aaker vd., 2007; Malhotra, 2004 ve Zikmund, 1997).

2.4. Araştırma Verilerinin Toplanması

Araştırmada verilerin toplanması için iki bölümden oluşan anket kullanılmıştır. Birinci bölümde demografik bilgilerin istendiği “*kişisel bilgi formu*” kullanılmış, ikinci bölümde ise “*Düşünme İhtiyacı Ölçeği (Need For Cognition Scale)*” kullanılmıştır. Hazırlanmış anketler katılımcılara elden (yüz yüze) ve internet (Google Formlar) üzerinden ulaştırılarak katılımcıların gönüllülük ilkesine göre anketi doldurmaları sağlanmıştır. Toplamda 150 kişiye ulaşılan bu araştırmada kadın yöneticilerin sayısı 5 kişi olduğu için araştırma sadece erkek katılımcıların verileri ile tamamlanmış, bu nedenle sadece 145 anket değerlendirilmeye alınmıştır.

2.4.1. Kişisel Bilgi Formu

Katılımcılara ait yaş, eğitim durumu ve yöneticilikteki çalışma süresi hakkında bilgilerin toplanması için araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgilerin toplandığı form kullanılmıştır.

2.4.2. Düşünme İhtiyacı Ölçeği (Need For Cognition Scale)

Cacioppo ve Petty (1984) tarafından geliştirilen ve Gülgöz ve Sadowski (1995b) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Düşünme İhtiyacı Ölçeği (Need For Cognition Scale) ölçeği pratikte uygulanabilmesi için 18 maddeden oluşan ve iki boyutlu bir ölçektir. Cacioppo ve Petty tarafından 1982 yılında geliştirilen ve 34 maddesi bulunan ölçeğin kısa halidir. Ölçek puanlamasında 3, 4, 5, 7, 8, 9, 12, 16 ve 17'nci maddeler ters olarak puanlanmaktadır. Ölçeğin iki boyutlu Olumlu Düşünme İhtiyacı Boyutu (9 madde-İşimde, düşünme yeteneğime güvenerek yükselme fikri bana çekici gelir ve Olumsuz Düşünme İhtiyacı Boyutudur (9 madde-Yeni düşünme fikirleri öğrenmek bana pek heyecan vermez). Yapılan güvenirlik ölçümünde ölçeğin iç tutarlılığı olan cronbach alfa katsayısı .78 olarak bulunmuştur. 5'li likert tipinde hazırlanmış olan ölçeğin puanlaması; (1) Kesinlikle katılmıyorum, (2) Katılmıyorum, (3) Kararsızım, (4) Katılıyorum ve (5) Kesinlikle katılıyorum şeklindedir. Katılımcıların verdikleri cevaplar üzerinden yapılan güvenirlik analizine göre Düşünme İhtiyacı Ölçeğinin iç tutarlılığını gösteren Chronbach Alfa katsayısı $\alpha = .785$ olarak bulunmuş ve yüksek düzeyde güvenirliğe sahip olduğu belirlenmiştir.

2.5. Araştırma Verilerinin Analizi

Araştırma sonucunda elde edilen verilerin istatistik analizi yapılmıştır. Katılımcıların verdikleri cevaplardan elde edilen verilerin aritmetik ortalamaları, standart sapma ve standart hataları, minimum ve maksimum değerleri hesaplanmıştır. Araştırmada uygulanan anket uygulamasından elde edilen veriler %95 güven aralığında ve 0,05 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiş ve Kolmogorov-Smirnov testi uygulanarak anlamlılık düzeyi belirlenmiştir. Verilerinin normal dağılım gösterip göstermediği değerlendirilirken basıklık (kurtosis) ve çarpıklık (skewness) değerleri dikkate alınmış ve -1.5 ile +1.5 aralığında bulunmasından dolayı normallik varsayımının karşılandığı sonucuna ulaşılmıştır.

Değişkenler değerlendirilirken Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) uygulanmış, anlamlı fark gösteren sonuçlarda farkın nereden kaynaklandığını belirlemek için ise Bonferonni post-hoc testi uygulanmıştır.



3. BÖLÜM

3. BULGULAR

Araştırmada 145 erkek katılımcının verileri kullanılmıştır. Araştırmaya katılan katılımcıların demografik bilgileri Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Değişkenlere Ait Demografik Bilgiler

		N	%
Cinsiyet	Erkek	145	100,0
Yaş	30 yaş ve daha az	26	17,9
	31-36 yaş arası	10	6,9
	37-42 yaş arası	24	16,6
	43-49 yaş arası	39	26,9
	50 yaş ve üstü	46	31,7
Eğitim Durumu	İlköğretim	35	24,1
	Lise	67	46,2
	Üniversite / Lisans	40	27,6
	Yüksek lisans ve Doktora	3	2,1
Yöneticilikte Çalışma Süresi	5 yıl ve daha az	59	40,7
	6-11 yıl	50	34,5
	12-17 yıl	36	24,8

Araştırmaya katılan toplam 145 kişinin kategorik değişkenlerine bakıldığında en yüksek aralıkların Yaş Grupları arasında 50 yaş ve üstü aralığında bulunan katılımcılarda (n=46 % 31.7), Eğitim Durumu değişkeninde lise mezunu katılımcılarda (n=67 % 46.2), Yöneticilikte Çalışma Süresi değişkeninde 5 yıl ve daha az çalışanlarda (n=59 % 40.7) en yüksek katılımcı aralıklarının olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Ölçeğe Ait Normallik Testi Değerleri ile Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Ölçek	N	X	Ss	Min	Max	Kolmogorov-Smirnov		Çarpıklık		Basıklık	
						Z	p	Değer	Sh _x	Değer	Sh _x
Düşünme İhtiyacı Ölçeği	145	3.00	.177	2.44	6.67	.158	0.423	.777	.168	-.244	.341

145 erkek katılımcının verdiği cevaplar üzerinden elde edilen verilere normallik testi uygulanmış, normallik testi olarak örneklem grubu sayısının 50'den fazla olmasından dolayı Kolmogorov-Smirnov testi tercih edilmiştir. Elde edilen sonuçlara göre basıklık ve çarpıklık değerlerinin ± 1.5 aralığında olduğu görülmüştür. Bu nedenle verilerin test edilmesi için parametrik test olan Anova (One way ANOVA test) kullanılmıştır.

Tabachnick ve Fidell'e (2013) göre basıklık ve çarpıklık değerlerinin ± 1.5 aralığında yer alması normallik için kabul edilebilir bir durumdur. Bu nedenle dağılımın normal dağılım gösterdiği kabul edilmektedir.

Tablo 3 Ölçek ve Alt Boyutlarına Ait Ortalama, Standart Sapma, Max. ve Min. Değerleri

Ölçek	N	X	Ss	Min	Max
Olumlu Düşünme İhtiyacı	145	4.69	0.50	2.56	5.00
Olumsuz Düşünme İhtiyacı	145	1.32	0.63	1.00	4.00
Düşünme İhtiyacı Ölçeği	145	3.00	0.17	2.44	6.67

Araştırmada kullanılan ölçme aracından elde edilen ortalama değerlere bakıldığında düşünme ihtiyacı ölçeği (Ort: 3.00, Ss: 0.17) ile ölçeğin alt boyutları olan Olumlu Düşünme İhtiyacı (Ort: 4.69, Ss: 0.50) ve Olumsuz Düşünme İhtiyacı (Ort: 1.32, Ss: 0.63) olduğu görülmektedir.

Tablo 4 Katılımcıların Düşünme İhtiyacı Ölçeğine Verdikleri Cevapların Yaş Değişkenine Göre Anova Analizi Sonuçları

Yaş	N	x	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Bonferonni
30 yaş ve daha az	26	3.12	.205	Gruplar arası	.496	4	.124			
31-36 yaş arası	10	2.98	.101	Grup içi	4.041	140	.029			1 > 2, 3, 4
37-42 yaş arası	24	2.94	.064	Toplam	4.537	144		4.299	.003	
43-49 yaş arası	39	2.98	.155							
50 yaş ve üstü	46	2.99	.204							

p<0,05

Tablo 4'e bakıldığında katılımcıların Düşünme İhtiyacı Ölçeğine verdikleri cevaplara bakıldığında Yaş değişkenine göre Anova analizi sonuçlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür (.003; p<0,05). Farkın nereden kaynaklandığını belirlemek için yapılan Bonferonni testi sonuçlarına göre 30 yaş ve altındaki yaşlarda bulunanların ortalamalarının 31-36 yaş arası, 37-42 yaş arası, 43-49 yaş arası ve 50 yaş ve üstündeki yaşlardaki katılımcıların ortalamalarından daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 5'te katılımcıların Düşünme İhtiyacı Ölçeğine eğitim durumlarına göre verdikleri cevaplar üzerine yapılan Anova analizi sonuçları sunulmuştur.

Tablo 5 Katılımcıların Düşünme İhtiyacı Ölçeğine Verdikleri Cevapların Eğitim Durumu Değişkenine Göre Anova Analizi Sonuçları

Yaş	N	x	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Bonferonni
İlköğretim	35	.183	.030	Gruplar arası	.370	3	.123			
Lise	67	.156	.019	Grup içi	4.167	141	.030			3 > 1, 2
Üniversite / Lisans	40	.186	.029	Toplam	4.537	144		4.173	.007	
Yükseklisans ve Doktora	3	.169	.097							

p<0,05

Tablo 5'e bakıldığında katılımcıların Düşünme İhtiyacı Ölçeğine verdikleri cevaplara bakıldığında Eğitim Durumu değişkenine göre Anova analizi sonuçlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür (.007; p<0,05). Farkın nereden

kaynaklandığını belirlemek için yapılan Bonferonni testi sonuçlarına göre Üniversite/Lisans mezunlarının ortalamalarının İlköğretim ve Lise eğitimi tamamlamış katılımcıların ortalamalarından büyük olduğu belirlenmiştir.

Tablo 6’da katılımcıların Düşünme İhtiyacı Ölçeğine Yöneticilikte Çalışma Süresine göre verdikleri cevaplar üzerine yapılan Anova analizi sonuçları sunulmuştur.

Tablo 6 Katılımcıların Düşünme İhtiyacı Ölçeği Verdikleri Cevapların Yöneticilikte Çalışma Süresi Değişkenine Göre Anova Analizi Sonuçları

Yaş	N	x	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p
5 yıl ve daha az	59	3,046	.175	Gruplar arası	.144	2	.072		
6-11 yıl	50	2,981	.126	Grup içi	4,392	142	.031	2,335	.101
12-17 yıl	36	2,983	.228	Toplam	4,537	144			

p<0,05

Tablo 6’da katılımcıların Düşünme İhtiyacı Ölçeğine Yöneticilikte Çalışma Süresi değişkenine göre verdikleri cevaplar üzerinden yapılan Anova analizi sonuçlarına göre hiçbir kategori de anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür (.101; p>0.05).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmanın amacı futbol kulübü yöneticilerinin düşünme ihtiyacı düzeylerinin incelenmesidir. Araştırmanın evrenini Aydın ilinde futbol kulüplerinde aktif olarak çalışan erkek spor yöneticileri oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak kullanılan düşünme ihtiyacı ölçek formu 145 spor yöneticisine uygulanarak veriler toplanmıştır. Toplanan veriler spor yöneticilerinin yaş, eğitim durumu ve yöneticilikte çalışma süreleri ile karşılaştırılmıştır.

Araştırmanın bulgularına göre 30 yaş ve altındaki yaşlarda bulunan spor yöneticilerinin 31 ve 49 yaş arasındaki tüm kategorilere göre daha çok düşünme ihtiyacına sahip oldukları görülmüştür. Bunun nedeni olarak genç yaşlarda yöneticilik yapanların daha deneyimsiz oldukları ve deneyimli olan diğer yaş aralığındaki spor yöneticilerine göre daha çok duyguları ile hareket ettikleri söylenebilir. Spor doğası gereği başarı odaklıdır bu nedenle başkalarıyla karşılaştırmalar yapıldığı için düşünme ve içe dönme ilgili davranışlar gerektirdiği söylenebilir. Aksi taktirde başarı sadece taklit edilen bir davranış olacaktır. Taklit edilenleri geçmek ise imkansızdır. Böylece başarı hayal olur. Spor endüstrisi günümüz dünyasında giderek daha karmaşık ve rekabetçi bir hale gelmiştir. Profesyonel spor takımları, spor etkinlikleri, spor tesisleri ve spor federasyonları gibi birçok spor organizasyonu, etkili yönetim uygulamalarıyla sürdürülebilirlik ve başarı elde etmeyi amaçlamaktadır (Acar, 2023).

Araştırmanın diğer değişkeni olan eğitim durumuna göre spor yöneticilerinin düşünme ihtiyacı düzeyleri incelendiğinde de anlamlı farklar bulunmuş ve farkın nereden kaynaklandığını anlayabilmek için yapılan değerlendirmede üniversitelerin lisans bölümü mezunlarının ilköğretim ve lise mezunlarına göre daha fazla düşünme ihtiyacına sahip oldukları görülmüştür.

Araştırmanın sonuçları yöneticilikte çalışma süresi değişkeni dikkate alınarak incelendiğinde çalışma yılının spor yöneticilerinin içgörülerini üzerinde herhangi bir etkisinin olmadığı görülmüştür.

Kamu ve spor kulübü yöneticileri öz yeterlilik ve zaman yönetimi düşünceleri arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığının araştırıldığı bir çalışmada (Erdoğan ve ark., 2019) spor yöneticilerinin genel zaman yönetimi ile öz yeterlilikleri (karar verme, kişisel özellikler, bilgi ve kişilerarası roller) arasında pozitif yönde zayıf ve anlamlı ilişki

bulunurken, kişisel değişkenler (yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi, hizmet yılı, yöneticilik yılı ve spor geçmişi) arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu bulgular bizim araştırmamızda bulduğumuz çalışma yılının hiçbir anlamlı etkisi olmaması bulgusunu desteklerken, yaş aralıklarında bulunan anlamlı farklılıkla ilgili ters sonuçları ortaya koymaktadır.

Literatürü araştırdığımızda üstbilişsel farkındalık kavramı ile akıl yürütme ihtiyacı arasındaki ilişkiye odaklanan çok az çalışma vardır (Coutinho ve ark., 2005) problem çözme becerileri ile akıl yürütme ihtiyacı arasında bir ilişki tespit etmiş ancak üstbilişsel farkındalık ile problem çözme becerileri arasında herhangi bir ilişki bulamamışlardır. Bu olgu üstbilişsel bilginin kullanımında alan değişkenlerinin önemli olmasıyla açıklanmaktadır. Muhakeme yeteneği ile problem çözme arasındaki ilişkiye odaklanan bir çalışmada problem çözme yeteneğinin cinsiyete, sınıfa ve düşünme isteği düzeyi ile annenin eğitim düzeyi arasındaki etkileşime göre farklılık gösterdiği bulunmuştur (Polat, 2008).

Düşünme ihtiyacı ile üstbilişsel farkındalık arasında ters bir ilişki vardır ve düşünme ihtiyacının üstbilişsel farkındalığı yordadığı gösterilmiştir. Literatürde akıl yürütme ve üstbilişsel bilgi ihtiyacına ilişkin anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Son araştırmalar üstbilişsel stratejilerin olumlu yordayıcı etkilerine ve akademik başarının yordayıcısı olarak düşünme ihtiyacına işaret etmektedir (Coutinho ve diğerleri, 2005).

Başka bir çalışma, derinlemesine düşünme ihtiyacının üstbilişsel farkındalığı yordayıp yordamadığını araştırmıştır. Düşünme ihtiyacı yüksek olan kişiler, düşünme ihtiyacı düşük olan kişilere göre daha karmaşık bilgileri hatırlamaktadır (Saracaloğlu ve Çengel, 2013).

Bir çalışma, düşüncelerini kontrol edebilen kişilerin, en tehlikeli davranış türlerinden biri olan uzun uzun düşünme olasılığının daha yüksek olduğunu bulmuştur (Jelinek ve ark., 2017). Ruminasyon ve düşünce kontrolünün artması bu alanlardaki üstbilişsel farkındalık üzerinde olumsuz etki yapmaktadır. Düşünce kontrolünün artması düşünce ihtiyacı kavramına yakın olduğundan belli bir noktadan sonra bilinç düzeyinin azalmasına etkisi olup olmadığı sorulabilir. Bu durum çalışmanın bulgularını destekleyebilir. Başka bir çalışmada üstbilişsel ölçekte daha yüksek puan alan kişilerin olumsuz duygulara karşı daha duyarlı olduğu bulunmuştur (Tajrishı ve ark., 2011).

Üstbiliş ile öz düzenleme arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmada iki değişken arasında negatif bir ilişki olduğu rapor edilmiştir (Saracaloğlu ve Çengel, 2013). Hem

olumlu hem de olumsuz üstbilişsel inançların öz düzenlemeyi bozduğu sonucuna varılmıştır. Sürekli düşünme ve tehditlere tepki verme stratejisi, düşünce ve duyguların düzenlenmesini engelleyerek yeni bilgilerin doğru öğrenilmesini engelleyebilir (Gkika ve ark., 2017).

Yapılan bir araştırma, düşünmeye güçlü bir ilgisi olan kişilerin olaylarla ve nesnelerle otomatik ve güçlü bir bağa sahip olduğunu gösteriyor. Ancak yeni bir fikrin işlevselliğinin ve kullanılabilirliğinin tam olarak farkındalarsa ve fikirlerini güçlendiren yeni bilgilerin olduğunu bilirlerse her ikisini de değerlendirmeye açık olacaktırlar (Petty ve ark., 2009). Bu çalışmanın sonuçlarına göre, düşünme ihtiyacının yarattığı direnç yapıları, kararların veya düşüncelerin otomatikleşmesine ve üstbilişsel farkındalığın azalmasına yol açabilmektedir. Ancak literatürde akıl yürütme ihtiyacı ile üstbilişsel bilgi arasında benzer sayılabilecek çalışmalar da bulunmaktadır. Lise öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırma, analitik akıl yürütme ve araştırmaya dayalı öğrenme stilleri konusunda deney ve kontrol gruplarını karşılaştırmıştır. Deney grubundaki öğrencilerin üstbilişsel farkındalık düzeyleri kontrol grubundaki öğrencilere göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermiştir (Erkol ve Şahintepe, 2020).

Problem çözme yeteneğini tahmin etmek için test edilen bir modelde, problemin zorluğunu anlayan, kendi kaynaklarını bilen, üstbiliş becerisi yüksek kişilerin düşünme olasılıklarının daha düşük olduğu, problemleri daha az çözebildikleri bulunmuştur. Düşünmek ve çözüm aramak için çok zaman harcanmıştır (Coutinho, 2006).

Günümüzde insanlardan bilgileri ezberlemek ya da bilgileri saklamak yerine kullanmaları istenmektedir. Ayrıca bireysel farklılıkları yansıtan bilgiler aracılığıyla bilgiyi kullanma yeteneğinizi de geliştirebilirsiniz. Çünkü bu sistem herkesi güçlü yönleri hakkında düşünmeye teşvik ediyor gibi görünmektedir. İnsanların daha iyi kararlar alabilmesi için daha iyi kararlar verecek şekilde eğitilmeleri gerekebilir. Bilişsel süreçlerin geliştirilmesi üstbiliş ve sosyal psikoloji araştırmaları için önemlidir. İnsanların sosyal medya bilgi işlemeyi normal kullanımının iletişim becerilerini anlamaya ve geliştirmeye yardımcı olduğu ileri sürülmektedir (Taylor ve David, 2005). Üstbilişsel gelişim, insanları bağımsız olarak öğrenmeye yönlendirdiği ve onları gerçek bilgiyi öğrenmeye motive ettiği için önemlidir (Akın ve Abacı, 2011).

Ergenlik döneminde analitik düşünme ve üstbilişsel becerilerin geliştirilmesi, kişilerin kendileri ve çevreleri hakkındaki yapılandırılmış süreçlere ve düşüncelere karşı daha

dikkatli olmalarını sağlar. Bu nedenle öğretmenler ve aileler çocukların yaşam, siyaset, eğitim, toplum ve kültürdeki deneyimlerini analiz ederek bu düşünme becerilerini geliştirip etkili bir şekilde kullanmalarını sağlamaya çalışmalıdır (Maynes, 2015).

Üstbilişsel farkındalık kavramını anlayanın, insanların kendileri, çevreleri, yaşamları ve ilişkileri hakkında pratik sorular sorabilmelerini sağladığına inanılıyor. Örneğin ruh sağlığı araştırmaları, üstbilişsel terapi eğitiminin olumsuz düşünceler ve olumsuz üstbilişsel inançlar üzerinde daha az etkili olduğunu göstermiştir (Jelinek ve ark., 2017). Bu durumda üstbilişsel bilginin tedavi sürecindeki önemi üstbilişsel açıdan ele alınmalıdır.

Bilgi ile psikolojik esneklik arasında anlamlı bir ilişki olduğunu destekleyen ve benzer sonuçlar elde eden çalışmalar bulunmaktadır (Chung ve ark., 2012; Wang ve ark., 2013). Bilgi kavramı aynı zamanda altta yatan farklı yapı türlerini tanımak ve çözümlere ulaşmak için farklı yollar düşünebilmek gibi esnek bir şekilde bilişsel becerileri ve işlevsel tepkileri de içerir (Mutsatsa ve ark., 2006). Yüksek zekaya sahip kişiler farklılıkların daha farkında ve açık görüşlü olma eğilimindeyken, düşük zekalı kişiler zihinsel esnekliğe ve bilgi işleme hızına daha yatkındır (Yaluğ ve ark., 2006).

Bir başka bulgu olan “akıllı yöntemlerin zor durumlarda daha iyi olduğu” bulgusu da literatürdeki benzer sonuçlarla tutarlıdır. Yöneticiler belirsizliğin arttığı durumlarda (Isenberg, 1986; Burke ve Miller, 1999), problemlerin iyi yapılandırılmadığı (Behling ve Eckel, 1991) ve bilgi olmadan (Parikh ve ark., 1984) alınılmadık kararlar alırlar (Agor, 1984) algıya bağlı gibi görünmektedir. Psikolojinin kullanımında iş, kültür ve kişisel özellikler çok önemlidir (Sinclair ve Ashkanasy, 2005). Bu fenomen sinir biliminde beynin limbik ve kortikal bölgeleri arasındaki etkileşimle açıklanmaktadır.

Zaman baskısı ve bilgi miktarı, limbik sistemin aşırı çalışmasına neden olur ve bu da frontal korteksin işlevi ve işlevine ilişkin kritik analizlerin azalmasına neden olur. Başka bir deyişle rasyonel süreçler reddedilir (Beer ve ark., 2006). Yöneticilerin doğru kararları verebilmesine bağlı olarak zihinsel esneklik artık fark yaratıyor. Bu noktada "krizle karşılaşıldığında bağlılık düzeyinin arttığı" bulgusu şaşırtıcıdır. Bu durumlarda yöneticiler, astlarıyla paylaşımı artırarak, aşırı bilgi yüklemesinden ve çok fazla seçenekten kaçınarak kendi üzerlerindeki yükü azaltma eğilimindedir. Sinir bilimi diliyle söylersek, burada azaltmak istediğimiz şey limbik sistem üzerindeki baskıdır çünkü korteksin çalışmasını kolaylaştırır.

Yöneticileri ilgilendiren bir diğer faktör de kararın benzersizliğidir. Karmaşık veya basit kararlar alırken mantıksal süreçler daha iyi seçimlere yol açabilir ancak bilgi ve kavramlar arasındaki etkileşim arttıkça karar sürecinin kalitesi düşer. Deneyimlerden oluşturulan ve beyinde depolanan kavramlar, zor durumlarda, beklenmedik anlarda ve plansız kararlarda bile daha hızlı ve doğru kararlar almamızı sağlar. Bugüne kadar, çevresel faktörlerin karar verme tarzı ile organizasyonel performans arasındaki ilişkiye aracılık ettiği gösterilmiştir. Kararlı ortamlarda örgütsel davranış ve performansın hem olumlu hem de olumsuz olduğu bulunmuştur (Khatri, 2000).

Üstbilişin kendisinin ölçülmesi ve değerlendirilmesi de bir tartışma alanıdır. Öz-bildirim araçlarının üstbilişin izleme ve değerlendirme yönünü ölçemediği ve bu yönün en iyi şekilde bilişsel veya bilişsel yöntemler kullanılarak araştırılabileceği öne sürülmüştür. Her ne kadar bazı çalışmalar yaş grupları arasında bilgi ve akıcılık becerileri (Perrotin ve ark., 2008) ile genel bilgi arasında bir ilişki bulamamış olsa da gelecekteki araştırmalar üstbilişin de önemli olacağını göstermektedir (Yalçın ve Karakaş, 2008).

ÖNERİLER

- Bu çalışma karma yöntem gibi çeşitli araştırma yöntem ve desenleri kullanılarak araştırılabilir,
- Sporun içinde yer alan antrenör, sporcu ve hakem gibi üzerinde tekrar yapılarak ölçek geliştirilebilir ya da var olan ölçekler kullanılarak durum tespiti yapılabilir,
- Gençlik ve Spor Bakanlığının farklı kademelerinde çalışan gruplar üzerinde araştırmalar yapılabilir,
- Futbol kulübü yöneticilerinin düşünme ihtiyacı düzeylerinin incelenmesi hakkında alan yazında çok sınırlı sayıda araştırma yapılmış olup ülkemizde de gözlemlenen, deneyimlenen temel sorunlardan biri olarak karşılaşılan bu konu farklı katılımcı grupları ele alınarak yapılabilir.
- Spor Bilimleri Fakültesi akademisyenleri üzerinde uygulanabilir
- Araştırma tek bir il değil bölgesel olarak ve kulüplerinin tüm spor branşlarını kapsayacak şekilde yapılabilir

KAYNAKÇA

- Aaker, D.A., Kumar, V. and Day, G.S. (2007). Marketing Research, 9. Edition, *John Wiley & Sons, Danvers.*
- Acar, G. (2023). The Evolution of Sports Management: Through The Lens of Management Science, Trends, and Future Vision. *INTJORASS*. 7(1): 61-69.
- Agor, W.H. (1984). Intuitive management: Integrating left and right brain management skills.
- Akin, A. (2009). Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi (SDDT) Odaklı Grupla Psikolojik Danışmanın Psikolojik İyi Olma ve Öz-Duyarlık Üzerindeki Etkisi.
- Akın, A. (2010). Kendini kandırma: Bir neden-sonuç analizi. *İstanbul: Nobel Yayıncılık.*
- Akın, A. ve Abacı, R. (2011). Biliş Ötesi. *Ankara: Nobel Yayıncılık.*
- Akpınar, B. (2011). Biliş ve Üstbiliş (Metabiliş) Kavramlarının Zihin Felsefesi Açısından Analizi. *Electronic Turkish Studies*, 6(4).
- Aktürk, A.O. ve Şahin, I. (2011). Literature Review on Metacognition and its measurement. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 15, 3731-3736.
- Allport, G.W. (1937). Personality: A psychological interpretation.
- Aydemir, H. ve Kubanç, Y. (2014). Problem Çözme Sürecinde Üst Bilişsel Davranışların İncelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 9(2).
- Bandura, A. and Wood, R. (1989). Effect of perceived controllability and performance standards on self-regulation of complex decision making. *Journal of personality and social psychology*, 56(5), 805.
- Barkley, R.A. (1997). Behavioral inhibition, sustained attention, and executive functions: constructing a unifying theory of ADHD. *Psychological bulletin*, 121(1), 65.
- Baumeister, R.F. and Tice, D.M. (1988). Metatraits. *Journal of personality*, 56(3), 571-598.
- Bayar, P. (2011). Türkiye’de Spor Psikolojisinin Gelişimi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(4), 131-136.

- Beer, J.S., Knight, R.T. and D'Esposito, M. (2006). Controlling the integration of emotion and cognition: the role of frontal cortex in distinguishing helpful from hurtful emotional information. *Psychological Science*, 17(5), 448-453.
- Behling, O. and Eckel, N.L. (1991). Making sense out of intuition. *Academy of Management Perspectives*, 5(1), 46-54.
- Beitel, M., Ferrer, E. and Cecero, J.J. (2005). Psychological Mindedness and Awareness of self and others. *Journal of clinical psychology*, 61(6), 739-750.
- Bertrams, A. and Dichäuser, O. (2009). High-school Students' Need for Cognition, Self-Control and School Achievement: Testing a Mediation Hypothesis. *Learning and Individual Differences*, 19, 135-138.
- Boekaerts, M. (2002). Bringing About Change in the Classroom: Strengths and Weaknesses of the Self-Regulated Learning Approach—EARLI Presidential Address, 2001. *Learning and instruction*, 12(6), 589-604.
- Burke, L.A. and Miller, M.K. (1999). Taking the mystery out of intuitive decision making. *Academy of Management Perspectives*, 13(4), 91-99.
- Cacioppo, J.T. and Petty, R.E. (1982). The Need for Cognition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 116-131.
- Cacioppo, J.T. and Petty, R.E. (1984). The Need for Cognition: Relationship to Attitudinal processes. In R. McGlynn, J. Maddux, C. Stoltenberg and J. Harvey (Eds.), *Social perception in clinical and counseling psychology*. Lubbock: Texas Tech University Press.
- Cacioppo, J.T., Petty, R.E. and Feng Kao, C. (1984). The Efficient Assessment of Need for Cognition. *Journal of Personality Assessment*, 48(3), 306-307.
- Çakıroğlu, A. (2007a). Üstbiliş. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 11(2), 21-27
- Caprara, G.V. and Cervone, D. (2003). A conception of personality for a Psychology of Human Strengths: Personality as an Agentic, Self-Regulating System.
- Chung, S. H., Su, Y. F. and Su, S. W. (2012). The impact of cognitive flexibility on resistance to organizational change. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 40(5), 735-745.

- Cohen, A. R. (1957). Need for Cognition and Order of Communication as Determinants of Opinion Change. *The Order of Presentation in Persuasion*, 79-97.
- Conway, M.A., Singer, J.A. and Tagini, A. (2004). The self and autobiographical memory: Correspondence and coherence. *Social cognition*, 22(5: Special issue), 491-529.
- Coutinho, S.A. (2006). The relationship between the need for cognition, metacognition, and intellectual task performance. *Educational Research and Reviews*, 1(5), 162.
- Coutinho, S., Wiemer-Hastings, K., Skowronski, J.J. and Britt, M.A. (2005). Metacognition, need for cognition and use of explanations during ongoing learning and problem solving. *Learning and Individual Differences*, 15(4), 321-337.
- Curşeu, P.L. (2011). Need for Cognition and Active Information Search in Small Student Groups. *Learning and Individual Differences*, 21(4), 415-418.
- Demirtas-Madran, H.A. (2012). Cinsiyet, Cinsiyet Rolü Yönelimi ve Düşünme İhtiyacı. *Türk Psikoloji Yazıları*, 15(29), 1.
- Dörner, J. (2006). *A self-concept measure of personality growth: self-concept maturity (SCM): development, validation, and age effect* (Doctoral dissertation, Jacobs University Bremen).
- Dutta, M. (2016). Leadership in International Perspective. *International Research Journal of Engineering and Technology*, 3(11), 1514-1519.
- Duval, S. and Wicklund, R.A. (1972). A theory of objective self-awareness.
- Efklides, A. (2006). Metacognition and affect: What can Metacognitive Experiences Tell Us About the Learning Process? *Educational Research Review*, 1(1), 3-14.
- Elias, M.J. ve Mocer, D.C. (2012). Developing Social and Emotional Aspects of Learning: The American Experience. *Research Papers in Education*, 27(4), 423-434.
- Erdoğan, A., Şirin E.F., Doğan P.K. and Yetim A.A. (2019). Examination Of Sport Managers' Self-Efficacy Status And Time Management. *Turkish Journal of Sport and Exercise*. 21(3), 428-445. DOI: 10.15314/tsed.636548
- Ergül, M.A., Tınaz, C. ve Ertaç, M. (2016). Lise Öğrencilerinin Spora Yönelik Farkındalık Düzeylerine Etki Eden Faktörlerin İncelenmesi: Tenis Branşı Örneği. *Spor Bilimleri Dergisi*, 27(2), 69-83.

- Erkol, M. ve Şahintepe, S. (2020). Sorgulamaya dayalı öğrenme yaklaşımının ortaokul öğrencilerinin üstbiliş farkındalık düzeylerine etkisi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(3), 668-690.
- Esentaş, M., Işıkgöz, E., Güzel, P. ve Özbey, S. (2018). Spor Yöneticilerinde Öz-Farkındalık: Bir Ölçek Uyarlama Çalışması. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(1), 493-510.
- Fenigstein, A. and Venable, P.A. (1992). Paranoia and self-consciousness. *Journal of personality and social psychology*, 62(1), 129.
- Flavell, J.H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry. *American psychologist*, 34(10), 906.
- Freud, S. (2013). Ben ve O. Çev. Oya Kasap, (1. Baskı), Telos, İstanbul.
- Gardner, W.L., Avolio, B.J., Luthans, F., May, D.R. and Walumbwa, F. (2005). “Can You See the Real Me?” A Self-Based Model of Authentic Leader and Follower Development. *The Leadership Quarterly*, 16(3), 343-372.
- Ghorbani, N. and Watson, P.J. (2006). Validity of Experiential and Reflective Self-knowledge Scales: relationships with basic need satisfaction among Iranian factory workers. *Psychological Reports*, 98(3), 727-733.
- Ghorbani, N., Cunningham, C.J. and Watson, P.J. (2010). Comparative analysis of integrative self-knowledge, mindfulness, and private self-consciousness in predicting responses to stress in Iran. *International Journal of Psychology*, 45(2), 147-154.
- Ghorbani, N., Mousavi, A., Watson, P.J. and Chen, Z. (2011). Integrative self-knowledge and the harmony of purpose model in Iranian autoimmune patients. *Electronic Journal of Applied Psychology*, 7(2), 1-8.
- Ghorbani, N., Watson, P.J. and Hargis, M.B. (2008). Integrative Self-Knowledge Scale: Correlations and incremental validity of a cross-cultural measure developed in Iran and the United States. *The Journal of Psychology*, 142(4), 395-412.
- Ghorbani, N., Watson, P.J., Bing, M.N., Davison, H.K. and LeBreton, D. (2003). Two facets of self-knowledge: Cross-cultural development of measures. *Genetic, social, and General psychology monographs*, 129(3), 238-268.

- Ghorbani, N., Watson, P.J., Krauss, S.W., Davison, H.K. and Bing, M.N. (2004). Private self-consciousness factors: relationships with need for cognition, locus of control, and obsessive thinking in Iran and the United States. *The Journal of social psychology*, 144(4), 359-372.
- Ghorbani, N., Watson, P.J. and Hargis, M.B. (2008). Integrative Self-Knowledge Scale: Correlations and incremental validity of a cross-cultural measure developed in Iran and the United States. *The Journal of Psychology*, 142(4), 395-412.
- Ghorbani, N., Watson, P.J., Bing, M.N., Davison, H.K. and LeBreton, D. (2003). Two facets of self-knowledge: Cross-cultural development of measures. *Genetic, social, and General psychology monographs*, 129(3), 238-268.
- Ghorbani, N., Watson, P.J., Krauss, S.W., Davison, H.K. and Bing, M.N. (2004). Private self-consciousness factors: relationships with need for cognition, locus of control, and obsessive thinking in Iran and the United States. *The Journal of social psychology*, 144(4), 359-372.
- Gkika, S., Wittkowski, A. and Wells, A. (2018). Social cognition and metacognition in social Anxiety: A systematic review. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 25(1), 10-30.
- Goleman, D. (2016). *Duygusal Zeka: Neden IQ'dan daha Önemlidir*. Varlık Yayınları.
- Gosling, S.D., John, O.P., Craik, K.H. and Robins, R.W. (1998). Do people know how they behave? Self-reported act frequencies compared with on-line codings by observers. *Journal of personality and social psychology*, 74(5), 1337.
- Gülgöz, S. ve Sadowski, C.J. (1995a). Düşünme İhtiyacı Ölçeği'nin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 12, 3-8.
- Gülgöz, S. ve Sadowski, C.J. (1995b). Düşünme İhtiyacı Ölçeğinin Türkçe uyarlaması ve öğrenci başarıları göstergeleri ile korelasyonu. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10 (35), 15-24.
- Gülüm, I.V. ve Dağ, İ. (2012). Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği ve Bilişsel Esneklik Envanterinin Türkçeye Uyarlanması, Geçerliliği ve Güvenilirliği. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 13(3).
- Harrington, R., Loffredo, D.A. and Perz, C.A. (2014). Dispositional mindfulness as a positive predictor of psychological well-being and the role of the private self-consciousness insight factor. *Personality and Individual Differences*, 71, 15-18.

- Hatay Polat, R. (2008). Sınıf öğretmenliği öğrencilerinin bazı sosyo-demografik özellikleri ve düşünme ihtiyacına göre problem çözme becerilerinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi
- Irak, M. (2005). Hatırlamanın ve Unutmanın Farkındalığı: Sağlıklı Bireylerde ve Bazı Beyin Hasarlarında Üst-Biliş Sürecinin İşleyişi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(supp), 1-15.
- Isenberg, D. J. (1986). Thinking and managing: A verbal protocol analysis of managerial problem solving. *Academy of management Journal*, 29(4), 775-788.
- Jelinek, L., Van Quaquebeke, N. and Moritz, S. (2017). Cognitive and metacognitive mechanisms of change in metacognitive training for depression. *Scientific Reports*, 7(1), 3449.
- John, O.P., Robins, R.W. and Pervin, L.A. (Eds.). (2010). *Handbook of personality: Theory and research*. Guilford Press.
- Karakelle, S. ve Saraç, S. (2010). Üst Biliş Hakkında Bir Gözden Geçirme: Üstbiliş Çalışmaları mı Yoksa Üst Bilişsel Yaklaşım mı. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13(26), 45-60.
- Karasar, N. (2000). Bilimsel Araştırma Yöntemler. 10. Basım, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, s77-81.
- Kernis, M.H. (2003). Toward a conceptualization of optimal self-esteem. *Psychological inquiry*, 14(1), 1-26.
- Kessels, J. and Harrison, R. (2004). Reaching Knowledge Productivity. In *Fifth European Conference on Human Resource Development Theory and Practice, University of Limerick, Ireland*.
- Khatri, N. and Ng, H. A. (2000). The role of intuition in strategic decision making. *Human relations*, 53(1), 57-86.
- Kirkpatrick, K. L. (2005). *Enhancing self-compassion using a Gestalt two-chair intervention*. The University of Texas at Austin.
- Ko, L.M., Henry, I. and Kao, J.C.H. (2011). The Perceived Importance of Sport Management Competencies by Academics and Practitioners in the Cultural/Industrial Context of Taiwan. *Managing Leisure*, 16(4), 302-317.
- Konter, E. (1998). Sporda Hazırlığın Teoriği ve Pratiği. *Bağırzan Yayınevi, Ankara*, 60.

- Koriat, A. and Ackerman, R. (2010). Metacognition and Mindreading: Judgments of Learning for Self and other During Self-Paced Study. *Consciousness and Cognition*, 19(1), 251-264.
- Lindwall, M. (2004). Factorial structure and invariance across gender of the Swedish Self-Consciousness Scale. *Journal of Personality Assessment*, 82(2), 233-240.
- Malhotra, N.K. (2004). Marketing Research an Applied Orientation, 4. Edition, Pearson Prentice Hall, New Jersey.
- Malhotra, Y. (1997). Knowledge Management in Inquiring Organizations. Proceedings of 3rd Americas Conference on Information Systems, Indianapolis, August, 239-295.
- Markus, H. (1983). Self- knowledge: An expanded view. *Journal of personality*, 51(3), 543-565.
- Maynes, J. (2015). Critical thinking and cognitive bias. *Informal Logic*, 35(2), 183-203.
- Mead, H. (1968). Mind, Self and Society. Chigo: University of Chigo Pres.
- Metin, M. (2014). Kuramdan Uygulamaya Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri. *Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık*.
- Mischel W. and Mendoza-Denton R. (2003). Harnessing Willpower and Socioemotional Intelligence to Enhance Human Agency and Potential. In Aspinwall L. G., Staudinger U.M. (Eds.), *A psychology of human strengths: Fundamental questions and future directions for a positive psychology* (245–256). American Psychological Association.
- Mittal, B. and Balasubramanian, S.K. (1987). Testing the dimensionality of the self-consciousness scales. *Journal of Personality Assessment*, 51(1), 53-68.
- Mutsatsa, S.H., Joyce, E.M., Hutton, S.B. and Barnes, T.R. (2006). Relationship between insight, cognitive function, social function and symptomatology in schizophrenia: the West London first episode study. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 256, 356-363.
- Neff, K.D. (2003). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and identity*, 2(3), 223-250.
- Öveç, Ü. (2007). Öz-Duyarlılık ile Öz-Bilinç, Depresyon Anksiyete ve Stres Arasındaki İlişkilerin Yapısal Eşitlik Modeliyle İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi Sakarya Üniversitesi, Türkiye.

- Özen, Y. ve Gülaçtı, F. (2010). Benlik-kavramı ve benliğin gelişimi bilen benliğe gereksinim var mı? *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2), 20-38.
- Papageorgiou, C. and Wells, A. (Eds.). (2004). *Depressive Rumination: Nature, Theory and Treatment*. John Wiley ve Sons.
- Parikh, J., Lank, A. and Neubauer, F. (1994). *Intuition: The new frontier of management*. John Wiley & Sons.
- Paris, S.G. and Flukes, J. (2006). Assessing Children's Metacognition About Strategic Reading. In *Metacognition in Literacy Learning*. 143-162. Routledge.
- Perrotin, A., Tournelle, L. and Isingrini, M. (2008). Executive functioning and memory as potential mediators of the episodic feeling-of-knowing accuracy. *Brain and cognition*, 67(1), 76-87.
- Petty, R.E., Briñol, P., Loersch, C., McCaslin, M.J., Leary, M.R. and Hoyle, R.H. (2009). The need for cognition. *Handbook of individual differences in social behavior*, 318, 329.
- Petty, Richard E., Pablo Brinol, Chris Loersch and Michael J. McCaslin. "The Need For Cognition". Mark R. Leary ve Hoyle R.H. (Ed.). *Handbook of Individual Differences in Social Behavior*, New York: Guilford Press, 2009, ss.318-329.
- Reinhard, M.A. and Dickhäuser, O. (2009). Need for Cognition, Task Difficulty and the Formation of Performance Expectancies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96(5), 1062.
- Robins, R.W. and John, O.P. (1997). The quest for self-insight: Theory and research on accuracy and bias in self-perception. In *Handbook of personality psychology* (pp. 649-679). Academic Press.
- Robins, R.W., Norem, J.K. and Cheek, J.M. (1999). Naturalizing The Self. In L.A.
- Roemer, L. and Orsillo, S.M. (2002). Expanding our Conceptualization of and Treatment for Generalized Anxiety Disorder: Integrating Mindfulness/Acceptance-Based Approaches with Existing Cognitive-Behavioral Models. *Clinical psychology: Science and practice*, 9(1), 54.
- Rogers, C.R. (1995). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Houghton Mifflin Harcourt.

- Sadowski, C.J. and Gülgöz, S. (1992). Internal Consistency and Test-Retest Reliability of the Need for Cognition Scale. *Perceptual and Motor Skills*, 74(2), 610-610.
- Şahin, N.H. ve Yeniçeri, Z. (2015). “Farkındalık” Üzerine Üç Araç: Psikolojik Farkındalık, Bütünleyici Kendilik Farkındalığı ve Toronto Bilgece Farkındalık Ölçekleri. *Türk Psikoloji Dergisi*, 30(76), 48-64.
- Saracaloğlu, A.S. ve Çengel, M. (2013). Cinsiyet, yaş ve düşünme ihtiyacı düzeyinin bilişötesi farkındalığı yordayıcılığı. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(1), 1-13.
- Sarp, N. ve Tosun, A. (2011). Emotion and Autobiographical Memory / Duygu ve Otobiyografik Bellek. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar/Current Approaches to Psychiatry*, 3(3), 446-466.
- Sarup, M. ve Güçlü, A.B. (1997). *Post-Yapısalcılık ve Postmodernizm*. Ark Yayınları.
- Scheier, M.F., Buss, A.H., and Buss, D.M. (1978). Self-consciousness, self-report of aggressiveness, and aggression. *Journal of research in personality*, 12(2), 133-140.
- Schoeneman, T. J. (1981). Reports of the sources of self- knowledge 1. *Journal of Personality*, 49(3), 284-294.
- Schraw, G. and Dennison, R.S. (1994). Assessing Metacognitive Awareness. *Contemporary Educational Psychology*, 19(4), 460-475.
- Schunk, D.H. (2001). Self-regulation through goal setting.
- Schunk, D.H. (2023). Self-regulation of self-efficacy and attributions in academic settings. In *Self-regulation of learning and performance* (pp. 75-99). Routledge.
- Seligman, M.E.P. (2007). Gerçek Mutluluk. (Çev: S. Kunt Akbaş). Ankara: HYB
- Sinclair, M. and Ashkanasy, N.M. (2005). Intuition: Myth or a decision-making tool? *Management learning*, 36(3), 353-370.
- Sojka, J.Z. and Schmelz, D.R.D. (2008). Need for Cognition and Affective Orientation as Predictors of Sales Performance: an Investigation of Main and Interaction Effects. *J Bus Psychol*, 22, 179-190.
- Tabachnick, B.G. and Fidell. L.S. (2013). *Using Multivariate Statistics*. 6. Basım, Pearson, Boston.

- Tajrish, K.Z., Mohammadkhani, S. and Jadidi, F. (2011). Metacognitive beliefs and negative emotions. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 530-533.
- Tok, E. ve Sevinç, M. (2010). Düşünme Becerileri Eğitiminin Eleştirel Düşünme ve Problem Çözme Becerilerine Etkisi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 27(27), 67-82.
- Tracy, B. (2009). *Reinvention: How to Make the Rest of Your Life the Best of Your Life*. AMACOM Div American Mgmt Assn.
- Uygun, M., Aktürkoğlu, B. ve Dedeoğlu, H. (2014). Öz Düzenleme Stratejisi Gelişimi Öğretiminin Yazılı Anlatıma, Yazmaya Yönelik Öz Düzenleme Becerisine ve Tutuma Etkisi. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 28(1), 131-156.
- Vogt, D. S., & Colvin, C. R. (2005). Assessment of accurate self-knowledge. *Journal of Personality Assessment*, 84(3), 239-251.
- Wang, Q. (2004). The emergence of cultural self-constructs: autobiographical memory and self-description in European American and Chinese children. *Developmental psychology*, 40(1), 3.
- Watson, P.J. and Biderman, M.D. (1993). Narcissistic Personality Inventory factors, splitting, and self-consciousness. *Journal of personality assessment*, 61(1), 41-57.
- Wilson, T.D. and Dunn, E.W. (2004). Self-knowledge: Its limits, value, and potential for improvement. *Annu. Rev. Psychol.*, 55(1), 493-518.
- Winne, P.H. (1996). A metacognitive view of individual differences in self-regulated learning. *Learning and individual differences*, 8(4), 327-353.
- Yalçın, K. ve Karakaş, S. (2008). Çocuklarda Bilgi İşlemedeki Üst İşlemlerin Yaşa Bağlı Değişimi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(3). Yaluğ, İ., Tufan, A. E. ve Kutlu, H. (2006). Şizoafektif bozuklukla karışan bir erken demans olgusu. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7, 248-252.
- Yıldız, A. (2017). Öz Farkındalık: Duyusal Zeka ve Zihin, Beden, Ruh Etkileşimi.
- Zikmund, W.G. (1997). *Business Research Methods*, 5. Edition, The Dryden Press, Orlando.
- Zimmerman, A.Z. (2008). Self- Knowledge: Rationalism vs. Empiricism. *Philosophy Compass*, 3(2), 325-352.

Zimmerman, B.J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In *Handbook of self-regulation* (pp. 13-39). Academic press.



EKLER

EK 1- Anket Formu

Değerli katılımcı,

Bu anket, **Futbol Kulübü Yöneticilerinin Düşünme İhtiyaçları Düzeylerinin İncelenmesi** amacıyla hazırlanmıştır. Anketteki sorulara vereceğiniz cevaplar spor yönetim bilimi için önemli olup sizin görüşlerinize ihtiyaç duyulmaktadır. Bu nedenle, en fazla beş dakikanızı ayırarak vereceğiniz samimi ve objektif cevaplarınız bizim için çok önemlidir. Ankette kişisel bilgilerinizi ortaya çıkaracak bir soru yer almamaktadır ve toplanan bilgiler sadece bilimsel araştırmada kullanılacaktır. Zamanınızı ayırdığınız için şimdiden çok teşekkür ederim.

Hüseyin ŞENER
Yüksek Lisans Öğrencisi

1. Cinsiyetiniz: Kadın () Erkek ()

2. Yaşınız: 30 ve daha az () 31-36 () 37-42 () 43-49 () 50 ve üstü ()

3. Eğitim Durumunuz: İlkokul () Lise () Lisans () Yüksek Lisans / Doktora ()

5. Yöneticilikte toplam çalışma süreniz (yıl):

5 ve daha az () 6-11 () 12-17 () 18-23 () 23 ve üstü ()

Düşünme İhtiyacı Ölçeği (Need For Cognition Scale) Aşağıdaki soruları uygun seçenek ile cevaplayınız		Kesinlikle Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Kararsızım	Kısmen Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1.	Karmaşık sorunları basit sorunlara tercih ederim					
2.	Çok düşünmeyi gerektiren bir işin sorumluluğunu almak hoşuma gider					
3.	Düşünmek benim için eğlenceli değildir					
4.	Düşünme yeteneğimi zorlayacak bir şey yapmaktansa, az düşünmeyi gerektirecek şeyleri tercih ederim					
5.	Bir konu hakkında derin düşünmemi gerektirecek durumları önceden sezip, onlardan uzak durmaya çalışırım					
6.	Uzun saatler süren zorlu tartışmalardan hoşlanırım					
7.	Sadece durumun gerektirdiği kadar derin düşünürüm					
8.	Küçük günlük projeleri uzun vadeli olanlara tercih ederim					
9.	Önceden öğrendiğim ve az düşünce gerektiren görevleri severim					
10.	İşimde, düşünme yeteneğime güvenerek yükselme fikri bana çekici gelir					
11.	Sorunlara yeni çözümler bulmayı gerektiren işlerden gerçekten zevk alırım					
12.	Düşünmenin yeni yollarını öğrenmek beni pek heyecanlandırmaz					
13.	Hayatımın, çözmem gereken bulmacalarla dolu olmasını tercih ederim					
14.	Soyut düşünme kavramı bana çekici gelir					
15.	Entelektüel, zor ve önemli bir görevi, biraz önemli ama fazla düşünmeyi gerektirmeyen bir göreve tercih ederim					
16.	Çok fazla zihinsel çaba gerektiren bir görevi tamamladıktan sonra tatmin olmaktan çok, rahatlama hissederim					
17.	Bir işin yapılmasını sağlamak benim için yeterli, nasıl veya ne işe yaradığı umurumda değildir					
18.	Genellikle beni kişisel olarak etkilemeseler bile konular hakkında fikir alışverişinde bulunurum					