

Bireysel ve Takım Sporcularının Karar Verme Stilleri ve Mental İyi Oluş Düzeyleri*

Investigation of Individual and Team Athletes' Decision Making Styles and The Level of Mental Well-Being

ORIJİNAL ARAŞTIRMA/ ORIGINAL RESEARCH

Gönül TEKKURŞUN DEMİR^{1*}

Sevinç NAMLI²

Zekihan HAZAR³

Anıl TÜRKELİ¹

Halil İbrahim CİCİOĞLU¹

¹ Gazi Üniversitesi, Ankara

² Erzurum Teknik Üniversitesi, Erzurum

³ Ömer Halisdemir Üniversitesi, Niğde

Öz

Bu araştırmanın amacı, bireysel ve takım sporlarında, aktif spor yapan sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stilleri arasındaki ilişkiyi ortaya koyarak, farklı değişkenler açısından incelemektir. Araştırmada nicel araştırma modellerinden ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada veri toplamak için, Kişisel Bilgi Formu, Taşdelen (2002)'in uyarladığı "Karar Verme Stilleri Ölçeği (KVSÖ)" ve Keldal (2015)'in uyarladığı "Warwick Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği'nin Türkçe Formu" kullanılmıştır. Araştırmada her bağımsız değişkenin Skewness ve Kurtosis değerlerinin ± 1 arasında dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Buna göre verilerin analizinde frekans, aritmetik ortalama, standart sapma, t-testi, Pearson Correlation testi, tek yönlü varyans analizi, Post-Hoc test istatistikleri testlerinden yararlanılmıştır. Elde edilen araştırma bulgularına göre, karar verme stilleri alt boyutlarından "kaçıngan karar verme" ve "kendiliğinden-anlık karar verme stili" alt boyutları dışındaki diğer alt boyutlarla mental iyi oluş düzeylerinin istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların karar verme stilleri ve mental iyi oluşları yaş değişkeni, spor yaşı ve sporcuların yapmış oldukları spor branşlarına göre anlamlı bir şekilde farklılık göstermezken, eğitim düzeyine göre karar verme stilleri sadece "rasyonel karar verme", "bağımlı karar verme" ve "kaçıngan karar verme" alt boyutlarında anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Cinsiyet değişkenine göre karar verme stilleri anlamlı bir şekilde farklılaşmazken, mental iyi oluşları erkekler lehine anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Katılımcıların karar verme stilleri ile mental iyi oluşları arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Sonuç olarak, cinsiyete göre mental iyi oluş düzeyi erkekler lehine yüksekken, karar verme stilleri açısından anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Anahtar Kelimeler: Mental İyi Oluş, Karar Verme Stilleri, Sporcu, Spor

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 20.04.2018

Kabul Tarihi: 30.06.2018

Online Yayın Tarihi: 30.06.2018

Abstract

The aim of the research is to examine the mental well-being and decision making styles of the individual and team athletes who are in the active sports in terms of different variables, revealing the relationship between their mental well-being and decision making styles. Relational screening method was used in the research. In order to collect data, Personal Information Form, "Decision Making Style Scale (KVSÖ)" adopted by Taşdelen (2002), "Warwick Edinburgh Mental Well-being Scale" adapted by Keldal (2015) were used. It was determined that each independent variable has a distribution of Skewness and Kurtosis values between ± 1 . Accordingly, frequencies, arithmetic mean, standard deviation, t-test, Pearson Correlation test, one-way variance analysis and Post-Hoc test statistics tests were applied to analyze the data. A statistically significant relationship has been found between mental well-being levels and sub-dimensions of decision making styles except "avoidant decision making" and "spontaneous-instant decision making" sub-dimensions. While decision making styles and mental well-being of participants are not significantly differentiated according to variables such as age, sports age, and sports branches, it differentiates in terms of "rational decision making", "dependent decision making" and "avoidant decision-making" sub-dimensions according to their level of education. Whereas decision making styles do not differ significantly by gender variable, mental well-being differs significantly in favor of men. It was concluded that there was a meaningful relationship between participants' decision making styles and mental well-being. As a result of, although mental well-being was higher in favor of men considering sex, no significant difference was found in terms of decision making styles.

Keywords: Mental well-being, decision making styles, athletes, sports

*Bu çalışma 15- 18 Kasım 2016 tarihleri arasında Antalya'da düzenlenen 15. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

*Sorumlu yazar: Gönül Tekkurşun Demir, gonultekkursun@hotmail.com

GİRİŞ

İnsanoğlu yaşantısı boyunca, çevre koşullarına içgüdüsel olarak uyum gösteren diğer canlılardan farklı olarak, yaşantısını kararlar vererek sürdürür ve kararlarını ihtiyacı ile hedefi doğrultusunda verir. Karar, bir amaç doğrultusunda olanak ve koşullara göre olası eylemlerden en uygun görüneni seçmektir (Deniz, 2002). Karar verme, çeşitli durumlar arasından seçim yapmakla ilgili bilişsel ve davranışsal çabaların bütünü (Deniz, 2004) ve bir dizi sorunun tüm boyutlarıyla değerlendirilerek, amaca en uygun seçeneğin belirlenip avantaja dönüştürülmesidir (Eroğlu ve Lorcu, 2007). Karar verme, basit ve anlaması kolay görülebilir. Hâlbuki karar verme kişinin baskın ve resesif yönlerinin birbiri ile iç içe girdiği bir süreçtir (Deniz, 2002). Bireyin sağlıklı karar vermesi için bilişsel süreçlerin işlenmesi gerekir. Karar vermeden önce tercih edilecek seçenekler çok iyi düşünülüp değerlendirilmelidir. Bu sebeple karar verme, çoğu zaman bireyin karşısına sorun olarak çıkmaktadır. Kısacası, birey sorunu çözmek için de ne gibi adımlar atacağına karar vermek zorundadır (Deniz, 2004; Yeşilyaprak, 2007).

Karar durumlarında insanlar değişik tepkiler sergilemektedir. Bu tepkiler karar verme stilleri adı altında incelenir. Karar verme stilleri, kişinin bir olaya yaklaşımı ve hareketlerindeki tepki stilleridir. Sezgisine güvenen, bağımlı, aşırı titiz, kaderci, kendine güvenli, kaçınan gibi insanların benimsedikleri karar verme stilleri vardır (Kuzgun, 2005). Taşdelen'e (2002) göre, bireyler karar verme sürecinde; rasyonel karar verme stili, sezgisel karar verme stili, bağımlı karar verme stili, kaçınma karar verme stili, kendiliğinden-anlık karar verme stillerini kullanır. Bireyin yerinde ve doğru kararlar verebilmesi, önce seçenekleri doğru algılayabilmesine ve daha sonra da kendi gereksinimleri ile seçenekler arasındaki ilişkiyi kurabilmesine bağlıdır. Kişinin sahip olduğu bireysel farklılıkların, karar verme davranışı üzerinde etkileri vardır. Çok seçenekli karar alma süreçleri, bireyler açısından daha fazla güçlük ortaya çıkarmaktadır. Aynı zamanda bu karar verme karmaşıklığı, bireyi karar vermede olumsuz etkilemektedir (Deniz, 2004). Bu durumda, kişinin mental iyi oluş düzeyinin önem kazanacağı düşünülebilir.

Mental iyi oluş, toplumu oluşturan her birey için “ruh sağlığı yerinde olan insan”dır. Bu bağlamda, bireyleri oluşturan olumlu özelliklerin tamamı, düşünce ve davranışları belirleyen kendi içinde harmanlanmış psikolojik durumdur. Mental iyi oluş Dünya Sağlık Örgütü'ne (2007) göre, bireyin iş yaşamında üretken ve faydalı olabilmesi, kendi becerilerinin bilincinde olması, karşılaştığı stres içeren durumları doğru kararlar vererek alt etmesi ve sosyal görevlerini yerine

getirerek topluma fayda sağlamasıdır. “İyi olma” kavramını esas olarak, pozitif ve negatif duyguların dengelenmesi ile bireyin mutluluğunu esas alan “hedonik” ve bireyin nasıl iyi olacağını anlaması üzerine kurulan “eudaimonik” olmak üzere iki ana yaklaşım ile ele almıştır. Hedonik yaklaşım öznel iyi oluşa, eudaimonik yaklaşım ise psikolojik iyi oluşa odaklanırken (Diener, 1984; Ryan ve Deci, 2001); mental iyi oluş her ikisine de odaklanmıştır (Sarı ve Yıldırım, 2017). Mental iyi olma, bireyin kendini olumlu algılamasını, sınırlılıklarının farkında olduğunda bile kendinden memnun olmasını, diğerleriyle güvenli ve sıcak ilişkiler geliştirmesini, bireysel ihtiyaç ve isteklerini karşılayacak şekilde çevreyi şekillendirmesini, özerk ve bağımsız hareket edebilmesini, yaşam amacının ve anlamının olmasını, kapasitesinin farkında olmasını ve bu kapasitesini geliştirmeye çalışmasını yansıtmaktadır (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002’den Akt. Sarı ve Yıldırım, 2017).

Spor hayatında, sporcuların performansı ile doğru orantılı olan karar verme stilleri ve mental iyi oluş düzeylerini arttıracak etmenlerin iyi bir şekilde yapılandırılması önemlidir. Literatür incelendiğinde önemli bir kişilik özelliği olan karar verme stilleri ve mental iyi oluş arasındaki ilişkiyi ortaya koyan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu bağlamda araştırmada, takım sporu veya bireysel spor yapan sporcuların karar verme stilleri ile mental oluş düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Çalışmada nicel araştırma modeli kullanılmıştır. Nicel araştırma, olgu ve olayları somutlayarak gözlemlenebilir, ölçülebilir ve sayısal olarak ifade edilebilir halde ortaya koyan bir araştırma şeklidir (Balcı, 2005; Creswell, 2013; Kuş, 2009). Nicel araştırmada amaç, kişilerin davranışlarını test ve anket gibi benzer araçlar yoluyla nesnel bir şekilde ölçmek ve sayısal verilerle açıklamaktır (Bergman, 2009; Çepni, 2007). İlişkisel tarama deseni, birden fazla değişken arasında değişimin varlığını belirlemeyi hedefleyen tarama yaklaşımıdır. Bu bağlamda, değişkenlerin birlikte değişim gösterip göstermediği; değişim varsa bunun nasıl olduğunu tespit etmeyi hedefler (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz & Demirel 2014; Karasar, 2011; Tanrıoğen, 2009).

Evren ve Örneklem

Araştırmanın amacına bağlı olarak, üzerinde araştırma yapılabilecek veya genelleme yapılacak tüm bireylerin (birimlerin) oluşturduğu gruba evren denir (Erkuş, 2013). Bu kapsamda araştırmanın evrenini; Ankara ilinde, üniversitede beden eğitimi ve spor öğretmenliği ile antrenörlük eğitimi bölümlerinde 1., 2., 3. ve 4. sınıfta öğrenimine devam eden, takım ve bireysel branşlarda halen aktif spor yapan sporcular oluşturmaktadır. Araştırmada amaçlı örnekleme desenlerinden ölçüt örnekleme deseni kullanılmıştır. Amaçlı örnekleme, derinlemesine araştırma yapabilmek amacıyla çalışmanın amacı bağlamında bilgi açısından zengin durumların seçilmesidir (Büyüköztürk vd., 2014). Ölçüt örnekleme önceden belirlenmiş bir dizi ölçütü karşılayan bütün durumların gözden geçirilerek çalışılması olarak tanımlanmaktadır (Patton, 2002). Buna göre araştırmanın örneklemini, bireysel spor yapan 42 kadın, 37 erkek; takım sporları yapan 11 kadın, 56 erkek toplam 146 sporcu oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan sporcuların takım ve bireysel olmak üzere, yaptıkları spor branşına ait bilgiler yer almaktadır.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplamak için, Kişisel Bilgi Formu, Taşdelen'in (2002) uyarlamış olduğu "Karar Verme Stilleri Ölçeği" ve Keldal'ın (2015) uyarladığı "Warwick Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği'nin Türkçe Formu" kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından geliştirilen bu form; araştırmaya katılan sporcular hakkında bilgi toplamak amacıyla hazırlanmıştır. Bu bağlamda kişisel bilgi formunda, katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, spor yaşı ve spor branşları ile ilgili bilgiler toplanmıştır.

Karar Verme Stilleri Ölçeği (KVSÖ): Sporcuların karar verme stillerini belirlemede, Scott ve Bruce (1995) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlaması Taşdelen (2002) tarafından yapılan "Karar Verme Stilleri Ölçeği" kullanılmıştır. KVSÖ'nin 24 maddeli orijinal formu; rasyonel, sezgisel, bağımlı, kendiliğinden-anlık ve kaçınan karar verme stilleri şeklinde beş alt boyuttan oluşmaktadır. Rasyonel karar verme stili, alternatiflerin mantıklı değerlendirildiği ve araştırıldığı; Sezgisel karar verme stili önsezi ve duygulara güvenin yaşandığı; Bağımlı karar verme stili, başkalarının öneri ve yönergelerinin değerlendirildiği; Kendiliğinden-Anlık Karar Verme Stili, anında, düşünmeden alternatifleri değerlendirmeden hızlıca işleyen; Kaçınan Karar Verme Stili;

karar vermeden kaçınma eğiliminin yaşandığı yaklaşımlardır. Ölçeğin iç tutarlılığı, Rasyonel Karar Verme Stili boyutunda: ,76, Sezgisel Karar Verme Stili boyutunda: ,78, Bağımlı Karar Verme Stili boyutunda: ,76, Kaçınan Karar Verme Stili boyutunda: ,79, Kendiliğinden-Anlık Karar Verme Stili boyutunda: ,79 ve ölçeğin toplam puanı için iç tutarlılık alfa: ,74 bulunmuştur. Ölçek maddeleri; “kesinlikle katılmıyorum” (1), “katılmıyorum” (2), “kararsızım” (3), “katılıyorum” (4), “kesinlikle katılıyorum” (5) şeklinde sıralanan likert tipi 5’li bir derecelemeye göre puanlanmakta ve ölçekte ters madde bulunmamaktadır.

Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği Türkçe Formu: Tennant vd. (2007) tarafından geliştirilen Keldal’ın (2015) Türkçeye uyarladığı ölçek 14 maddeden oluşmaktadır ve 5’li likert tipinde bir cevaplama anahtarına sahiptir. Tek boyuttan oluşan ölçeğin toplam iç tutarlık katsayısı ,89’dur. Ölçekten en düşük 14 puan alınabilmekte, en yüksek ise, 70 puan alınabilmektedir. Ölçeğin puanlanması (1=hiç katılmıyorum, 2=katılmıyorum, 3=biraz katılıyorum, 4=katılıyorum, 5=tamamen katılıyorum) şeklindedir. Ölçeğin bütün maddeleri pozitifdir. Ölçekten alınan yüksek puanlar yüksek mental (psikolojik) iyi oluşa işaret etmektedir.

Verilerin Analizi

Verilerin parametrik testlerin ön şartlarını sağlayıp sağlamadığı normallik analizi ile tespit edilmiştir. Bu bağlamda, analiz öncesi Çarpıklık ve Basıklık (verilerin normal dağılım durumu) değerleri ve Levene (varyansların eşitliği) testi sonuçları incelenerek karar verilmiştir (Büyüköztürk, 2008). Çarpıklık katsayısı + - 1 sınırları (Büyüköztürk, 2005) içinde kalan dağılıma parametrik test yöntemleri uygulanmıştır. Bu bağlamda, verilerin analizi için istatistikî yöntem olarak; frekans, aritmetik ortalama, standart sapma; t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), Post-Hoc test istatistikleri (Tukey HSD), Pearson Correlation testi kullanılmıştır. Bu istatistiksel analizler, SPSS 23 istatistik paket programı aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Analiz öncesi olumsuz tutum ifadelerine ters çevirme işlemi yapılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde katılımcılardan elde edilen analizlerin çeşitli istatistiksel işlemlere tabi tutulması sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Analiz 1: Sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stilleri alt boyutları arasındaki ilişki

Sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stilleri alt boyutları arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla pearson momentler çarpımı korelasyon tekniği kullanılmıştır. Yapılan analize ilişkin bulgular Tablo 1’de verilmiştir (Karar verme: KV ile gösterilmiştir).

Tablo 1. Sporcuların Mental İyi Oluş ve Karar Verme Stilleri Arasındaki İlişki

Değişken	N	Rasyonel K.V.	Sezgisel K.V.	Bağımlı K.V.	Kaçınan K.V.	Kendiliğinden-Anlık K.V.
Mental İyi Oluş Ölçeği Toplam Puanı	146	.62**	.33**	-.24**	-.06	.69

*p<,05; ** p<,01

Tablo 1 incelendiğinde KVSÖ alt boyutlarından kaçınan karar verme ve kendiliğinden-anlık karar verme stili haricinde diğer alt boyutlarla mental iyi oluş düzeylerinin anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Buna göre, KVSÖ’nin rasyonel karar verme ($r=.62$, $p<,01$) ve sezgisel karar verme ($r=.33$, $p<,01$) stilleri ile pozitif yönde; bağımlı karar verme stiliyle ($r=-.24$, $p<,01$) ise negatif yönde bir ilişki içinde olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda, rasyonel veya sezgisel karar verme arttıkça mental iyi oluş yükselirken, bağımlı karar verme arttıkça mental iyi oluş düşmektedir.

Analiz 2: Yaş değişkenine göre sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stilleri

Sporcuların yaş değişkenine göre mental iyi oluş ve karar verme stilleri alt boyutları arasındaki ilişkiyi ortaya koymak üzere Pearson Moment Korelasyon analizi yapılmıştır.

Tablo 2. Yaş Değişkenine Göre Korelasyon Sonuçları

Değişkenler	N	r	p
Rasyonel K.V.		.09	.23
Sezgisel K.V.		.04	.58
Bağımlı K.V.	146	.03	.65
Kaçınan K.V.		-.02	.72
Kendiliğinden-Anlık K.V.		-.02	.72
Mental İyi Oluş		.02	.76

*p<,05; ** p<,01

Analiz sonucunda ölçeklerin alt boyutları ve toplam puan ile yaş değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Analiz 3: Cinsiyetlere göre sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stilleri

Sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stillerinin cinsiyetlerine göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla bağımsız gruplar için t testi analizi yapılmıştır.

Tablo 3. Cinsiyet Değişkenine Ait Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{x}	ss	sd	t	p
Rasyonel K.V.	Kadın	53	18.20	6.12	144	-1.03	.30
	Erkek	93	19.15	4.78			
Sezgisel K.V.	Kadın	53	19.88	3.23	144	-.98	.32
	Erkek	93	20.46	3.50			
Bağımlı K.V.	Kadın	53	14.73	2.74	144	-.49	.62
	Erkek	93	15.00	3.31			
Kaçınan K.V.	Kadın	53	12.39	4.17	144	-.68	.49
	Erkek	93	12.98	5.42			
Kendiliğinden-Anlık K.V.	Kadın	53	12.39	4.17	144	-.68	.49
	Erkek	93	12.98	5.42			
Mental İyi Oluş	Kadın	53	45.01	23.07	144	-2.27	.02*
	Erkek	93	52.52	16.58			

*p<,05

Tablo 3 incelendiğinde KVSÖ alt boyutlarından rasyonel karar verme, kendiliğinden-anlık karar verme, sezgisel karar verme, bağımlı karar verme ve kaçınan karar verme alt boyutlarında sporcuların cinsiyet değişkenine göre puan ortalamalarının birbirine yakın ve benzer olduğu ve cinsiyetler arasında anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Mental iyi oluş düzeyleri arasında ise cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Erkek sporcuların ($\bar{x}=52,52$), kadın sporculara ($\bar{x}=45,01$) kıyasla mental iyi oluş düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür.

Analiz 4: Eğitim Düzeylerine göre sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stilleri

Sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stillerinin eğitim düzeyine göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla tekyönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır.

Tablo 4. Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Anova Sonuçları

	Eğitim düzeyi	N	\bar{x}	Varyans Kaynağı	Kareler toplamı	Kareler ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Rasyonel K.V.	Üniversite	66	19.9	Gruplar arası	574.84	287.42	11.71	.00*	Lise*- Üniversite- Ortaöğretim
	Lise	38	20.2	Grup içi	3509.78	24.54			
	Ortaöğretim	42	15.6						
Sezgisel K.V.	Üniversite	66	20.1	Gruplar arası	3.16	1.58	.13	.87	-
	Lise	38	20.0	Grup içi	1686.46	11.79			
	Ortaöğretim	42	20.1						
Bağımlı K.V.	Üniversite	66	14.7	Gruplar arası	75.15	37.57	4.04	.01*	Lise*- Ortaöğretim
	Lise	38	16	Grup içi	1327.50	9.28			
	Ortaöğretim	42	14.1						
Kaçınan K.V.	Üniversite	66	13.0	Gruplar arası	21.55	10.77	.42	.65	-
	Lise	38	12.1	Grup içi	3605.99	25.21			
	Ortaöğretim	42	12.9						
Kendiliğinden-anlık K.V.	Üniversite	66	13.0	Gruplar arası	21.55	10.77	.42	.65	-
	Lise	38	12.1	Grup içi	3605.99	25.21			
	Ortaöğretim	42	13.0						
Mental İyi Oluş K.V.	Üniversite	66	56.7	Gruplar arası	18339.32	9169.66	35.87	.00*	Lise*- Üniversite- Ortaöğretim
	Lise	38	57.1	Grup içi	36555.91	255.63			
	Ortaöğretim	42	32.1						

*p<,05

Tablo 4 incelendiğinde sporcuların eğitim düzeyleri açısından KVSÖ alt boyutlarından rasyonel karar verme (F=11,71, p<,05), bağımlı karar verme (F=4,04, p<,05) kaçınan karar verme alt boyutlarından anlamlı farklılaşmanın olduğu görülmektedir. Rasyonel ve bağımlı karar verme alt boyutlarında farklılığın kaynağının eğitim düzeyi lise olan sporcuların oluşturduğu görülmektedir. Bu sonuca göre, lise mezunu sporcular içerisinde rasyonel ve bağımlı karar verme stiline sahip olanların oranı üniversite ve ortaöğretim mezunu sporculardan anlamlı düzeyde yüksektir. KVSÖ alt boyutlarından sezgisel karar verme (F=1,17, p>,05), kaçınan karar verme (F=,42, p>,05) ve kendiliğinden-anlık karar verme (F=,42, p>,05) alt boyutunda ise anlamlı fark gözlenmemiştir. Eğitim düzeyi ile mental iyi oluş düzeyleri açısından gruplar arasında anlamlı farklılık (F=35,78, p<,05) görülmektedir. Bu farklılaşmanın lise mezunu sporcuların, üniversite ve ortaöğretim mezunu sporculara kıyasla sahip oldukları mental iyi oluş düzeylerindeki yükseklikten kaynaklandığı saptanmıştır.

Analiz 5: Spor yaşına göre sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stilleri

Spor yaşı değişkenine göre mental iyi oluş ve karar verme stilleri alt boyutları arasındaki ilişkiyi ortaya koymak üzere Pearson Moment Korelasyon analizi yapılmıştır.

Tablo 5. Spor Yaşı Değişkenine Göre Korelasyon Sonuçları

Değişkenler	N	r	p
Rasyonel K.V.		.03	.70
Sezgisel K.V.		.00	.99
Bağımlı K.V.		.08	.33
Kaçıngan K.V.	146	-.11	.15
Kendiliğinden-Anlık K.V.		-.11	.15
Mental İyi Oluş		.10	.19

*p<.05; ** p<.01

Analiz sonucunda ölçeklerin alt boyutları ve toplam puan ile spor yaşı değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Analiz 6: Spor branşına göre sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stilleri

Sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stillerinin spor branşına göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla bağımsız gruplar için t testi analizi yapılmıştır.

Tablo 6. Spor Branşları Değişkenine Ait Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

Değişken	N	\bar{x}	ss	sd	t	p	
Rasyonel K.V.	Bireysel Sporlar	78	18.38	5.77	144	-1.03	.30
	Takım Sporları	68	19.29	4.71			
Sezgisel K.V.	Bireysel Sporlar	78	19.92	3.02	144	-1.25	.21
	Takım Sporları	68	20.63	3.79			
Bağımlı K.V.	Bireysel Sporlar	78	15.26	2.67	144	1.52	.12
	Takım Sporları	68	14.48	3.51			
Kaçıngan K.V.	Bireysel Sporlar	78	12.79	4.54	144	.05	.95
	Takım Sporları	68	12.75	5.51			
Kendiliğinden-Anlık K.V.	Bireysel Sporlar	78	12.79	4.54	144	.05	.95
	Takım Sporları	68	12.75	5.51			
Mental İyi Oluş	Bireysel Sporlar	78	44.67	22.70	144	-3.53	.00*
	Takım Sporları	68	55.67	12.69			

*p<.05

Tablo 6 incelendiğinde KVSÖ alt boyutlarından rasyonel karar verme, kendiliğinden-anlık karar verme, sezgisel karar verme, bağımlı karar verme ve kaçıngan karar verme alt boyutlarında sporcuların spor branşına göre puan ortalamalarının birbirine yakın ve benzer olduğu ve spor

branşları arasında anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Mental iyi oluş düzeyleri arasında spor branşına göre anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde araştırmanın örneklemini oluşturan takım sporu veya bireysel spor yapan sporcuların karar verme stilleri ve mental iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişki, yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, spor yaşı ve spor branşı değişkenlerine göre elde edilen bulgular bu bölümde tartışılmış ve yorumlanmıştır. Bu bağlamda, elde edilen bulgular, literatürdeki karar verme stilleri ve mental iyi oluş düzeyi ile ilgili bulgularla desteklenmeye çalışılmıştır. Fakat, incelenen literatürde karar verme stilleri ve mental iyi oluş düzeyini birlikte değerlendiren bulguya ve yalnızca mental iyi oluş düzeyi ile ilgili yapılmış bir araştırmaya rastlanmamıştır. Karar verme stilleri ile ilgili çalışmalara rastlanmış ve bu araştırma, rastlanan araştırmalardaki bulgularla desteklenmeye çalışılmıştır.

Araştırma bulgularına göre sporcuların karar verme stilleri ile mental iyi oluş düzeyi arasında anlamlı bir ilişki içinde olduğu sonucuna varılmıştır. Rasyonel ve sezgisel karar verme stilleri ile mental iyi oluş arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki varken, bağımlı karar verme ile negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Karar verme durumunda rasyonel karar verme stili ve sezgisel karar verme stilini kullanan bireylerin, gerçekçi seçenekler oluşturma, seçenekleri alternatifleri ile doğru değerlendirme, önsezilerine ve duygularına güvenme düzeylerinin artmasının onların mental iyi oluş düzeylerinin de arttıracakı söylenebilir. Diğer taraftan bağımlı karar verme stili ile mental iyi oluş düzeyi arasında negatif ilişki bulunması, bireyin karar anında, başkalarının öneri ve yönergelerinin değerlendirmesi, kararının sorumluluğunu kendisi dışındaki etmenlere ve başkalarına yüklemesinin mental iyi oluş düzeyini düşürecek şekilde açıklanabilir.

Araştırmada ölçeklerin alt boyutları ve toplam puan ile yaş değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Bunun nedeni olarak, kadın ve erkek katılımcıların yaşamlarının spor ile iç içe olması gösterilebilir. Sporun mental iyi oluş üzerinde olumlu etkisinin olması kaçınılmazdır. Sporun, fiziksel ve psikolojik problemleri önleyici, sağlığı ve mental iyilik halini güçlendirici bir etkiye sahip olduğu bilinmektedir (Cramer, Nieman ve Lee, 1991; Szabo, 2003). Araştırmanın bu bulgusunun aksine Görener, Öztürk ve Yılmaz'ın (2017) araştırmasında yaş değişkenine göre mental iyi oluş düzeyinde anlamlı farklılık tespit etmişlerdir.

Mental iyi oluş ile ilgili yapılmış bir araştırmaya rastlanmamış olup karar verme stilleri ile ilgili yapılmış araştırmalarla mevcut çalışma desteklenmeye çalışılmıştır. Literatürde karar verme stilleri ile yaş arasında istatistiksel bir anlamlı farkın bulunmadığı sonucuna paralel çalışmalar vardır: Kural'ın (2013) dağcılar ile yaptığı araştırmasında yaş değişkeni ile karar verme stilleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Taşçı'nın (2011) "İlköğretim öğretmenlerinin okul yöneticilerinin karar verme sürecindeki etkileri" ve Altay'ın (2011) "Yöneticilerin duygusal zekâ düzeylerinin karar verme stillerine etkisi" çalışmalarında karar verme stilleri ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı tespit edilmiştir. Alver, Ada ve Çakıcı'nın (2006) okul yöneticilerinin karar verme stratejilerini incelediği araştırmasında yaş grupları arasında anlamlı farklılık tespit etmemiştir. Alver'in (2003) çeşitli kamu kurum ve kuruluşlarında görev yapan bireylerin empatik becerileri ve karar verme stratejileri ile psikolojik belirtileri arasındaki ilişkileri incelediği çalışmasında karar verme stilleri ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı görülmüştür. Vural'ın (2013) "Spor genel müdürlüğü merkez ve taşra teşkilatında görev yapan spor yöneticilerine yaptığı çalışmada yaş ile karar verme stilleri arasında anlamlı düzeyde farklılaşma tespit edilmemiştir. Literatürde araştırmanın aksine yaş değişkeni ile karar verme stilleri arasında anlamlı farklılık bulan araştırmalara (Uzunoğlu, Şahin ve Fişekçioğlu, 2009; Dinçer,2013; Temur, 2012; İlmez, 2010) rastlanmıştır. Bu duruma, araştırma gruplarının farklı olmasının neden olduğu söylenebilir.

Araştırmanın diğer bulgusu, karar verme stilleri ve mental iyi oluş düzeylerinin cinsiyetlerine göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkindir. Araştırmada karar verme stilleri açısından cinsiyetler arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Bu durum, çağımızda kadın ve erkeklerin yaşam mücadelesine birlikte-eşit düzeyde katılması, aldıkları sorumlulukların benzer olması, bilimsel/sportif ortamlarda ve eğitimde cinsiyet gözetmeksizin fırsat eşitliğine sahip olmalarından kaynaklanıyor olabilir. Literatürde araştırmaya paralel olarak Dinçer'in (2013) yöneticilerle yaptığı çalışma bulgularına göre, cinsiyet değişkeni ile karar verme stilleri arasında anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Alver, Ada ve Çakıcı'nın (2006) okul yöneticilerinin karar verme stratejilerini incelediği araştırmasında cinsiyete göre anlamlı farklılık görülmemiştir. Tekin, Özmutlu ve Erhan (2009) beden eğitimi ve spor yüksekokulu, özel yetenek sınavlarına katılan öğrencilerin karar verme stilleri ve düşünme stillerini incelediği araştırmalarında, cinsiyet değişkenine göre; bağımsız karar verme stratejisi puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmamıştır. Çetin'in (2010) beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin karar

verme stilleri üzerine yaptığı çalışmada cinsiyet ve karar verme stilleri arasında farklılık bulunmamıştır. Özden'in (2009) üniversite öğrencileriyle yaptığı araştırmada cinsiyet ve karar verme stilleri arasında belirgin bir farklılık görülmemiştir. Alver (2003), Avşaroğlu (2007), Deniz, (2002), Güçray (2001), Kesici (2002), Köse (2002), Taşdelen (2002) ve Vural'ın (2013) araştırmalarında, karar verme stilleri ve cinsiyet değişkeni arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma görülmemiştir. Literatürde mevcut araştırmanın aksine Dilmaç ve Bozgeyikli'nin (2009) araştırmasında, karar verme stilleri açısından cinsiyetler arasında sadece rasyonel karar verme ve kendiliğinden-anlık karar verme boyutlarında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Tatlıoğlu'un (2010) üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmada kaçınan ve panik karar verme stilleri ile cinsiyet arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Kaşık (2009), kız öğrencilerin panik karar verme stilini erkek öğrencilere göre daha çok kullandığını; Temel (2015) ise, erkek öğretmenlerin kadın öğretmenlere göre dikkatli karar verme düzeylerinin yüksek olduğunu tespit etmiştir. Can'ın (2009) üniversite öğrencilerinin akılcı olmayan inançları ve karar verme stillerinin incelenmesi adlı çalışmasında; öğrencilerin panik karar verme stili düzeyleri arasında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

Mental iyi oluş düzeyleri ile cinsiyet değişkeni göre anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Erkek sporcuların, kadın sporculara kıyasla mental iyi oluş düzeylerinin yüksek olduğu saptanmıştır. Araştırmanın aksine Görener, Öztürk ve Yılmaz'ın (2017) araştırmasında cinsiyet değişkenine göre mental iyi oluş düzeyinde anlamlı farklılık tespit etmemişlerdir.

Araştırmada, sporcuların eğitim düzeyleri açısından rasyonel karar verme, bağımlı karar verme ve kaçınan karar verme alt boyutlarında anlamlı farklılaşmanın lise mezunu sporcular lehine olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda araştırmada, karar verme stilleri ile eğitim düzeyi arasında, lise mezunu olan sporcuların üniversite ve ortaöğretim mezunu olan sporculardan yüksek ortalamaya sahip olmasından kaynaklı anlamlı bir farklılaşma tespit edilmiştir. Literatürde eğitim düzeyi yükseldikçe karar verme stillerinin arttığı görülmektedir. Bu yönü ile Dinçer'in (2013) araştırmasında, karar verme stilleri ve alt boyutları açısından en yüksek ortalamaya eğitim düzeyi yüksek olan yöneticilerin sahip olduğu sonucuna ulaşması; Uzunoğlu ve arkadaşlarının (2009) da Türk futbol hakemlerinin karar verme stilleri üzerine yaptığı çalışmasında, hakemlerin eğitim seviyesi azaldıkça; hakemlerin çekingen davranış gösterdikleri ve sorumluluk almaktan uzaklaşma eğiliminde olduklarını saptaması, mevcut araştırma ile zıtlık göstermektedir.

Literatürde, araştırmada olduğu gibi karar verme stilleri ile eğitim düzeyi arasında anlamlı farklılık tespit eden araştırmalar mevcuttur. Toygar'ın (2011) araştırmasında katılımcıların eğitim düzeyine göre karar verme stillerinde anlamlı farklılık gözlenmiştir. Altay (2011), İlmez (2010), Tekin ve Taşgın (2009), Tekin ve Ehtiyar (2010), Temel (2015), Temur (2012) ve Vural (2013) yaptıkları araştırmalarda katılımcıların karar verme stilleri ile eğitim düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar tespit etmiştir.

Araştırmada, katılımcıların eğitim düzeyi ile mental iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı farklılık olduğu sonucuna varılmıştır. Bu farklılaşmanın lise mezunu sporcuların, üniversite ve ortaöğretim mezunu sporculara kıyasla sahip oldukları mental iyi oluş düzeylerindeki yükseklikten kaynaklandığı tespit edilmiştir. Literatürde mental iyi oluş ile ilgili bir araştırmaya rastlanmamıştır.

Yapılan analizler sonucunda katılımcıların spor yaşı değişkeni ile KVSÖ alt boyutları arasında istatistiksel açıdan benzer sonuçlar elde edilmiştir. Literatürde spor yaşı değişkeni ile ilgili bir araştırmaya rastlanmamıştır. Mental iyi oluş düzeyleri arasında spor yaşına göre anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Yapılan analizler sonucunda katılımcıların spor branşı değişkeni ile KVSÖ alt boyutları arasında istatistiksel açıdan benzer sonuçlar elde edilmiştir. Buna göre, takım ve bireysel sporcuların spor branşları açısından, ihtiyaç duyulan konu ile alakalı karar verme stillerini kullanmada, alternatif karar verme avantajlarının veya dezavantajlarının farkındalığının olmadığı söylenebilir. Literatürde araştırmaya paralel olarak; Tekin ve arkadaşlarının (2009) yaptıkları araştırmada, beden eğitimi ve spor yüksekokulu, özel yetenek sınavlarına katılan öğrencilerinin karar verme stilleri ile branş değişkeni arasında anlamlı farklılık tespit etmemişlerdir. Temel'in (2015) lise yöneticilerinin öğretim liderliği, karar stratejileri ve problem çözme becerilerini incelediği araştırmada, öğretmenlerin spor branşları ile karar verme stilleri arasında anlamlı farklılık görülmemiştir. Literatürde araştırmanın aksine; Çetin'in (2010) yaptığı çalışmada, beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin spor branşı ile karar verme stilleri arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Mental iyi oluş düzeyleri arasında spor branşına göre anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Araştırma sonucunda, mental iyi oluş ile karar verme stilleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu, özellikle rasyonel karar verme ve sezgisel karar verme stilleri ile mental iyi oluş arasındaki ilişkinin pozitif olduğu görülmektedir. Buna bağlamda, takım sporcuları ile bireysel sporculara

uygulanacak çeşitli etkinliklerin planlı olarak düzenlenmesinin bireylerin rasyonel karar verme düzeyleri ile mental iyi oluş düzeylerini olumlu yönde etkileyeceği sonucuna varılabilir.

KAYNAKLAR

- Altay, Ü. (2011). *Yöneticilerin duygusal zekâ düzeylerinin karar verme stillerine etkisi ve bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Alver, B., Ada, Ş., & Çakıcı, D. (2006). Okul yöneticilerinin karar verme stratejilerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Kazım Karabekir Eğitim Dergisi*, 13, 55-70.
- Alver, B. (2003). *Çeşitli kamu kurum ve kuruluşlarında çalışanların empatik becerileri, karar verme stratejileri ve psikolojik belirtileri arasındaki ilişkiler*. Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Avşaroğlu, S. (2007). *Üniversite öğrencilerin karar vermede özsaygı, karar verme ve stresle basa çıkma stillerinin benlik saygısı ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmış Doktora Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Balcı, A. (2005). *Sosyal bilimlerde araştırma*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Bergman, M. (2009). *Peirce's philosophy of communication: The rhetorical underpinnings of the theory of signs*. New York: Bloomsbury Publishing.
- Büyüköztürk, Ş. (2005). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: istatistik, araştırma deseni spss uygulamaları ve yorum* (Göz. Geç. 5. bs). Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Büyüköztürk Ş. (2008). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (9.ed.). Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2014). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. (18. Baskı) Ankara: Pegem Akademi.
- Can, Ö. (2009). *Üniversite öğrencilerinin akılcı olmayan inançları ve karar verme stillerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Creswell, J. W. (2013). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
- Cramer, S.R., Nieman, D.C. & Lee, J.W. (1991). The effects of moderate exercise training on psychological wellbeing and mood state in women. *Journal of Psychosomatic Research*, 35(4), 437-449
- Çetin, M. Ç. (2009). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin karar verme stilleri, sosyal beceri düzeyleri ve stresle basa çıkma biçimlerinin bazı değişkenler açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çepni, S. (2007). *Araştırma ve proje çalışmalarına giriş* (3.Baskı). Trabzon: Celepler Matbaacılık.
- Deniz, M. E. (2002). *Üniversite öğrencilerinin karar verme stratejileri ve sosyal beceri düzeylerinin ta-baskın ben durumları ve bazı özlük niteliklerine göre karşılaştırmalı olarak incelenmesi*. Yayınlanmış doktora tezi. Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Deniz, M. E. (2004). Üniversite öğrencilerinin karar vermede öz saygı, karar verme stilleri ve problem çözme yöntemleri arasındaki ilişkinin incelenmesi üzerine bir araştırma. *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 4(15), 25- 35.
- Diñer, N. (2013). *Spor yöneticilerinin karar verme stilleri ile problem çözme becerileri üzerine bir araştırma*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Dilmaç, B., & Bozgeyikli, H. (2009). Öğretmen adaylarının öznel iyi olma ve karar verme stillerinin incelenmesi. *Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(1), 171-187.
- Diener, E. D. (1984). Subjective well-being. *Psychological bulletin*, 95(3), 542-575. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>.
- Erkuş, A. (2013). *Bilimsel Araştırma Süreci* (4. basım b.). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Eroğlu, E., & Lorcu, F. (2007) Veri zarflama analitik hiyerarşi prosesi (vzahp) ile sayısal karar verme. *İÜ İşletme Fakültesi Dergisi*, 36, 30-53.

Tekkurşun Demir, G., Namlı, S., Hazar, Z., Türkeli, A., ve Cicioğlu, İ. (2018). Bireysel ve takım sporcularının karar verme stilleri ve mental iyi oluş düzeyleri. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13 (1),176-191.

Güçray, S. S. (2001). Ergenlerde karar verme davranışlarının öz-saygı ve problem çözme becerileri algısı ile ilişkisi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(8), 106-121.

Görener, A., Öztürk, A., & Yılmaz, O. (2017). Kocaeli üniversitesi spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin mental (psikolojik) iyi olma düzeylerinin mutluluk düzeylerine etkisi. *Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1, 44-45.

İlmez, M. (2010). *Bir kamu kurumundaki görevli yöneticilerin ve çalışanların liderlik stilleri ile karar verme stilleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi*. Yüksek Lisans. Ufuk Üniversitesi, Ankara.

Karasar, N. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.

Kaşık, D. Z. (2007). *Ergenlerde karar verme stilleri ve algılanan sosyal destek düzeylerinin sosyal yetkinlik beklentisi ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Keldal, G. (2015). Warwick-Edinburgh mental iyi oluş ölçeği'nin türkçe formu: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Journal of Happiness Well-Being*, 3, 103-115.

Kescici, Ş.(2002). *Üniversite öğrencilerinin karar verme stratejilerinin psikolojik ihtiyaç örüntüleri ve özlük niteliklerine göre karşılaştırmalı olarak incelenmesi*. Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.

Kuş, D. (2009). *İlköğretim programlarının, örtük programın ve okul dışı etmenlerin değerleri kazandırma etkililiğinin 8. sınıf ilköğretim öğrencilerinin ve öğretmenlerinin görüşlerine göre incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi, İstanbul.

Kural, B. (2013). *Dağcılarının stresle başa çıkma tutumlarının karar vermede özsaygı ve karar verme stilleriyle ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Spor Yönetim Bilimleri Programı, Ankara.

Köse, A. (2002). *Psikolojik danışma ve rehberlik birinci sınıf öğrencilerinin cinsiyet ve algılanan sosyo-ekonomik düzey açısından psikolojik ihtiyaçları ve karar verme stratejilerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kuzgun, Y. (2005). Karar stratejileri ölçeği. (Editörler: Yıldız Kuzgun ve Feride Bacanlı). *Pdr'de kullanılan ölçekler*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, 7-28.

Patton, M. Q. (2002) *Qualitative research and evaluation methods*, thousand oaks, CA: Sage Publications, Inc

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141–166.

Sarı, T., & Yıldırım, M. (2017). Pozitif bir karakter gücü olarak şükür: mental iyi oluş ve bazı demografik değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 62, 13-32, Doi:<http://dx.doi.org/10.9761/JASSS7249>.

Scott, S., G., & Bruce, R. A. (1995). Decision making style, the development and of a new measure. *Educational and Psychological Measurement*, 55(5).

Szabo, A. (2003). The acute effects of humor and exercise on mood and anxiety, *Journal of Leisure Research*, 35(2), 152.

Tathlıoğlu, K. (2010). *Farklı öz-anlayış düzeylerine sahip üniversite öğrencilerinin karar vermede özsaygı, karar verme stilleri ve kişilik özelliklerinin değerlendirilmesi*. Doktora Tezi, Eğitimi Bilimleri Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya.

Tanrıoğen, A. (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Anı Yayıncılık.

Yüksek Öğretim Kurulu (2007). *Öğretmen Yetiştirme ve Eğitim Fakülteleri (1982-2007)*. Ankara: Yükseköğretim Kurulu Yayını.

Taşçı, Ö. (2011). *İlköğretim öğretmenlerinin okul yöneticilerinin karar verme sürecindeki etkilerine ilişkin alguları ile örgütsel adanmışlıkları arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi İstanbul.

Taşdelen, A. (2002). *Öğretmen adaylarının farklı psiko sosyal değişkenlere göre karar verme stilleri*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü D.E.U.B.E.F. İzmir.

Tekin, M., & Taşgın, Ö. (2009) Kick boks antrenörlerinin karar verme ve düşünme stillerinin incelenmesi. *Türkiye Kick Boks Federasyonu Spor Bilimleri Dergisi*, 1, 11-27.

Tekin, Ö. A., & Ehtiyar, R. V. (2010). Yönetimde karar verme: batı antalya bölgesi beş yıldızlı otellerde çalışan farklı departman yöneticilerinin karar verme stilleri üzerine bir araştırma. *Journal Of Yaşar University*, 20(5), 3394-3414.

Tekkurşun Demir, G., Namlı, S., Hazar, Z., Türkeli, A., ve Cicioğlu, İ. (2018). Bireysel ve takım sporcularının karar verme stilleri ve mental iyi oluş düzeyleri. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13 (1),176-191.

Tekin, M., Özmutlu, İ., & Erhan, S. E. (2009). Özel yetenek sınavlarına katılan öğrencilerin karar verme ve düşünme stillerinin incelenmesi. *Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 11(3), 42-56.

Temel, V. (2015). *Beden eğitimi öğretmenlerinin, problem çözme becerileri, karar verme stilleri ve öfke tarzları*. Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.

Temur, Ö. F.(2012). *Öğretmen algılarına göre yöneticilerin karar verme stillerinin öğretmenlerin örgütsel bağlılığına etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Rize.

Tennant, R., Hiller, L., Fishwick, R., Platt, S., Joseph, S., Weich, S., Parkinson, J., Secker, J., & Stewart-Brown, S. (2007). The Warwick-Edinburgh mental well-being scale (WEMWBS): Development and UK validation. *Health and Quality of Life Outcomes*, 5(1), 50-63. Doi:10.1186/1477-7525-5-63

Toygar, Ş. A (2011). *Ankara il merkezinde sağlık bakanlığına bağlı hastanelerde görev yapan hastane yöneticilerinin problem çözme ve karar verme becerilerinin değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara Üniversitesi, Ankara.

Özden, C. (2009). *Üniversite öğrencilerinin akılcı olmayan inançları ve karar verme stillerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Uzunoglu, Ö.U, Şahin M. & Fişekçioğlu İ.B. (2009).Türk futbol hakemlerinin karar verme stillerinin klasmanlarına ve bazı değişkenlere göre incelenmesi. Konya: *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 11, 32-36.

Vural, M. (2013). *Spor genel müdürlüğü merkez ve taşra teşkilatında görev yapan spor yöneticilerinin düşünme ve karar verme stillerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.

Yeşilyaprak, B. (2007). *Gelişimsel Rehberlik*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.

World Health Organization (2007) [http:// www. who.int /ageing/ primary_health_care /en/index.html](http://www.who.int/ageing/primary_health_care/en/index.html). Şubat 2018 tarihinde alınmıştır.