


Aktif Olarak Spor Yapan Üniversite Öğrencilerinin Müsabaka Esnasındaki Üst Bilişsel Süreçleri ile Algılanan Öğrenme Düzeyleri Arasındaki İlişki

The Relationship Between Metacognitive Processes and Perceived Learning Levels of University Students Actively Engaged in Sports During Competition

İsmail KARADEMİR¹ , Hatice GEZER² , Engin GEZER³ 

^{1,3}Kafkas Üniversitesi, Sarıkamış Spor Bilimleri Fakültesi, Kars, Türkiye.

²Kafkas Üniversitesi, Sarıkamış Meslek Yüksekokulu, Kars, Türkiye.

Öz

Bu araştırmanın amacı, aktif olarak spor yapan üniversite öğrencilerinin müsabaka esnasında sergiledikleri üst bilişsel süreçler ile algılanan öğrenme düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. İlişkisel tarama modeline dayalı olarak yürütülen çalışmaya, 18–25 yaş aralığında olan ve bireysel ya da takım sporlarıyla aktif şekilde ilgilenen 160 üniversite öğrencisi (79 erkek, 81 kadın) katılmıştır. Veriler, “Performans Esnasındaki Üst Bilişsel Süreçler Ölçeği” ve “Algılanan Öğrenme Ölçeği” aracılığıyla toplanmıştır. Verilerin normal dağılım göstermemesi nedeniyle analizlerde non-parametrik testler (Mann-Whitney U, Kruskal-Wallis H ve Spearman’s rho korelasyon) kullanılmıştır. Bulgular, cinsiyet değişkenine göre yalnızca bilişsel öğrenme düzeyinde anlamlı farklılık olduğunu ($U = 2540.0$, $p = .023$) kadın öğrencilerin bu alandaki puanlarının erkeklere kıyasla daha yüksek olduğunu göstermiştir. Yaş ve spor branşı değişkenlerinde anlamlı fark tespit edilmemiştir. Ebeveyn tutumu değişkenine göre yalnızca Üst Bilişsel Süreçler ölçeğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($\chi^2(3) = 11.61$, $p = .009$). Otoriter ebeveyn tutumuna sahip katılımcıların üst bilişsel süreç düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca üst bilişsel süreçlerle öğrenmenin bilişsel, duyuşsal ve psikomotor alanları arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler belirlenmiştir. Üst bilişsel süreçler ile algılanan öğrenme düzeyleri arasında ise anlamlı ve pozitif yönlü ilişkiler olduğu tespit edilmiştir ($p < .01$). Sonuç olarak, çalışmada elde edilen bulgular; kadın öğrencilerin bilişsel öğrenme düzeylerinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğunu, ebeveyn tutumunun özellikle üst bilişsel süreçler üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğunu ve üst bilişsel süreçlerle öğrenmenin tüm boyutları arasında pozitif ilişkiler bulunduğunu göstermiştir. Bu sonuçlar, spor ortamlarında üst bilişsel becerilerin geliştirilmesinin öğrenme performansını artırmada kritik bir rol oynadığını ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Üst bilişsel süreçler, Algılanan öğrenme, Üniversite öğrencileri, Spor psikolojisi

Abstract

The aim of this study is to examine the relationship between metacognitive processes exhibited by university students actively engaged in sports during competitions and their perceived levels of learning. Conducted within the framework of a correlational survey model, the study included 160 university students (79 males, 81 females), aged between 18 and 25, who were actively involved in individual or team sports. Data were collected through the “Metacognitive Processes During Performance Scale” and the “Perceived Learning Scale.” Since the data did not follow a normal distribution, non-parametric tests (Mann-Whitney U, Kruskal-Wallis H, and Spearman’s rho correlation) were employed in the analyses. The findings revealed a significant difference only in cognitive learning scores with respect to gender ($U = 2540.0$, $p = .023$), indicating that female students scored higher than males. No significant differences were identified for age or type of sport. Regarding parental attitudes, a statistically significant difference was found only in the Metacognitive Processes Scale ($\chi^2(3) = 11.61$, $p = .009$), with students reporting authoritarian parental attitudes demonstrating higher levels of metacognitive processes. Furthermore, significant positive correlations were observed between metacognitive processes and the cognitive, affective, and psychomotor domains of learning. A significant and positive relationship was also found between metacognitive processes and perceived learning levels ($p < .01$). In conclusion, the study demonstrated that female students reported higher cognitive learning levels than males, parental attitudes had a particularly influential role on metacognitive processes, and metacognitive processes were positively associated with all dimensions of learning. These results emphasize that fostering metacognitive skills plays a critical role in enhancing learning performance within sports contexts.

Keywords: Metacognitive processes, Perceived learning, University students, Sports psychology.

Spor ve Bilim Dergisi 3(2):113-126
e-ISSN: 2980-2067
Sorumlu yazar: Engin GEZER, 0000-0002-3225-2160, gezerengin@gmail.com

Künye: 1.Karademir, İ., 2.Gezer, H., & 3.Gezer, E. (2025). Aktif olarak spor yapan üniversite öğrencilerinin müsabaka esnasındaki üst bilişsel süreçleri ile algılanan öğrenme düzeyleri arasındaki ilişki. Spor ve Bilim Dergisi, 3(2), 113-126.

Tarihler:
Geliş: 01.06.2025
Kabul: 10.09.2025
Yayın: 10.17.2025

GİRİŞ

Spor bilimleri alanında bireylerin performansını etkileyen psikolojik ve bilişsel faktörlere yönelik araştırmalar giderek artmaktadır (MacIntyre ve ark., 2022). Sporcuların fiziksel yeterliliklerinin yanı sıra zihinsel süreçleri de başarı üzerinde belirleyici rol oynamaktadır. Bu süreçlerin merkezinde ise, bireyin kendi düşünme biçimini izleme, değerlendirme ve kontrol etme kapasitesi olan üst biliş (metacognition) yer almaktadır. Flavell (1979) tarafından kavramsallaştırılan bu yapı, bireyin kendi öğrenmesini planlama, izleme ve düzenleme becerilerini kapsar. Ancak güncel çalışmalar, üst bilişin yalnızca akademik başarıyla değil; aynı zamanda sporda karar verme, stratejik düşünme ve dikkat kontrolü gibi performansla ilişkili süreçlerle de doğrudan bağlantılı olduğunu ortaya koymaktadır (Baker ve ark., 2020; Veenman & Beishuizen, 2004).

Üst bilişsel farkındalık, bireyin öğrenme sürecindeki eksikliklerini tanımasına ve bu eksiklikleri telafi etmesine olanak tanır (Schraw & Dennison, 1994). Sporcular için bu süreç, özellikle müsabaka anlarında baskı altında hızlı ve doğru kararlar verme becerisinin gelişmesiyle ilişkilidir. Öz-düzenleyici öğrenme stratejilerinin spor bağlamında etkili şekilde uygulanması, sadece fiziksel değil, aynı zamanda zihinsel performansın da optimizasyonuna katkı sağlamaktadır (Zimmerman, 2000; Yıldız, 2010).

Spor ortamlarında karar verme süreçleri, zaman baskısı ve değişken koşullar altında gerçekleşir. Bu nedenle sporcuların bilişsel esneklik, dikkat kontrolü ve problem çözme becerileriyle donatılması önemlidir (Vestberg ve ark., 2017). Johnson (2006) karar verme sürecini, seçenekler arasından en uygun olanı seçme ve uygulama süreci olarak tanımlarken, bu sürecin başarısında üst bilişsel mekanizmaların belirleyici olduğunu vurgulamaktadır. Öte yandan, bazı araştırmacılar üst bilişin her zaman sportif performansa doğrudan katkı sağlamayabileceğini, fazla bilişsel yüklenmenin anlık karar kalitesini olumsuz etkileyebileceğini belirtmektedir (Beilock & Carr, 2001). Bu durum, alandaki görüş birliğinin henüz tam anlamıyla oluşmadığını ve konunun daha fazla araştırılmaya açık olduğunu göstermektedir.

Algılanan öğrenme, bireylerin öğrenme süreçleri sonunda edindiklerini düşündükleri bilgi, beceri ve yeterlikleri öznel olarak değerlendirmelerini ifade eder (Biggs, 1987). Algılanan öğrenme düzeyi, yalnızca bilişsel kazanımları değil, aynı zamanda duyuşsal ve psikomotor kazanımları da kapsamaktadır (Albayrak, Güngören & Horzum, 2014). Bu öznel algılar, öğrenme motivasyonu, öz yeterlik ve performans beklentisi gibi psikolojik değişkenlerle ilişkilidir (Rovai ve ark., 2009). Algılanan öğrenme, sporcuların antrenmanlardan ne derece fayda sağladıklarına

dair öznel değerlendirmelerini içerir ve hem motivasyon hem de performansla doğrudan ilişkilidir. Mevcut literatürde, üst bilişsel süreçlerin öğrenmeyle ilişkisi üzerine birçok çalışma olmasına rağmen, bu ilişkinin sporcular özelinde, özellikle müsabaka esnasındaki üstbilişsel süreçlerle nasıl şekillendiği yeterince incelenmemiştir. Ayrıca, bireysel farklılıkların (cinsiyet, yaş, spor branşı, ebeveyn tutumu vb.) bu ilişkiler üzerindeki etkisi de açıklığa kavuşturulması gereken alanlar arasında yer almaktadır.

Bu bağlamda, bu çalışma aktif olarak spor yapan üniversite öğrencilerinin müsabaka esnasındaki üst bilişsel süreçleri ile algılanan öğrenme düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır. Bu çalışmada yanıt aranan temel araştırma sorusu, aktif olarak spor yapan üniversite öğrencilerinin müsabaka esnasında sergiledikleri üst bilişsel süreçler ile algılanan öğrenme düzeyleri arasındaki ilişkinin düzeyini belirlemektir.

Ek olarak, cinsiyet, yaş, spor branşı ve ebeveyn tutumu değişkenlerinin söz konusu ilişki üzerindeki etkileri araştırılmıştır. Bu çalışma, spor psikolojisi ve eğitim bilimleri alanlarına katkı sunmayı ve uygulayıcılara öğrenme stratejilerinin geliştirilmesinde yol göstermeyi amaçlamaktadır.

YÖNTEM

Çalışma Tasarımı

Bu araştırma, aktif olarak spor yapan üniversite öğrencilerinin müsabaka esnasında sergiledikleri üst bilişsel süreçler ile algılanan öğrenme düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Çalışma, değişkenler arasındaki ilişkileri ortaya koymayı amaçlayan ilişkisel tarama modeli temelinde yapılandırılmıştır (Karasar, 2009).

Katılımcılar/Araştırma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, Türkiye'deki çeşitli üniversitelerde öğrenim gören ve aktif olarak bireysel ya da takım sporlarıyla ilgilenen, 18-25 yaş aralığındaki toplam 160 lisans öğrencisi (79 erkek, 81 kadın) oluşturmuştur. Katılımcılar, kolayda örnekleme yöntemiyle seçilmiş ve çalışmaya gönüllülük esasına göre katılmışlardır.

Çalışmaya başlamadan önce Kafkas Üniversitesi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulundan 13.04.2025 tarih ve 36-2 sayılı kararı ile etik açıdan uygunluğuna dair etik kurul onay belgesi alınmıştır.

İstatistiksel Analiz

Veriler, online ve yüz yüze anket yöntemleri ile toplanmıştır. Katılımcılara veri toplama araçları uygulanmadan önce, ölçeklerin nasıl doldurulacağına dair kısa bir bilgilendirme yapılmıştır. Verilerin güvenilir ve geçerli bir şekilde toplanması için her bir katılımcıya anonimlik güvencesi verilmiştir.

Toplanan veriler SPSS 24 istatistik yazılımı kullanılarak analiz edilmiştir. Değişkenlerin dağılım özelliklerini değerlendirmek amacıyla çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri incelenmiştir. Skewness ve kurtosis değerlerinin +1 ile -1 aralığını aşması durumunda normal dağılım varsayımının karşılanmadığı kabul edilmektedir (George & Mallery, 2010). Bu bağlamda, *Duyuşsal Öğrenme* (skewness = -1.36; kurtosis = 3.28) ve *Üst Bilişsel Süreçler* (skewness = -1.10; kurtosis = 3.02) gibi bazı değişkenlerin dağılımının normalden saptığı görülmüştür. Bu nedenle, normallik varsayımı sağlanamadığı için analizlerde non-parametrik istatistiksel testler (Mann-Whitney U, Kruskal-Wallis H ve Spearman's rho korelasyon analizi) tercih edilmiştir.

Tablo 1. Verilerin normal dağılım analiz sonuçları

Ölçek ve Alt Boyutları	Normallik Dağılımı									
	N	Min.	Max.	\bar{x}	SS	Skewness		Kurtosis		
						Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error	
Bilişsel Öğrenme	160	2.33	7.0	5.36	1.02	-.492	.192	-.275	.381	
Duyuşsal Öğrenme	160	1.67	7.0	5.47	.99	-1.36	.192	3.28	.381	
Psikomotor Öğrenme	160	3.0	7.0	5.31	1.09	-.143	.192	-.850	.381	
Algılanan Öğrenme Toplam	160	2.67	7.0	5.38	.85	-.464	.192	.417	.381	
Üst Bilişsel Süreçler	160	1.20	5.0	3.88	.65	-1.10	.192	3.02	.381	

Tablo 1'de verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini sınamak için kullanılan Skewness ve Kurtosis değerleri yer almaktadır. Yapılan değerlendirme sonucunda normallik varsayımının karşılanmadığı görülmektedir.

Uygulanan Testler/Veri Toplama Prosedürü

Araştırmada veri toplamak amacıyla performans esnasındaki üst bilişsel süreçler ölçeği, algılanan öğrenme ölçeği ve araştırmacılar tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Performans Esnasındaki Üst Bilişsel Süreçler Ölçeği (PEÜSÖ): Love, Diamond ve Lovell (2019) tarafından geliştirilen ve Gürsal ve Gezer (2024) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçek, sporcuların performans esnasında sergiledikleri üst bilişsel süreçleri ölçmektedir. Toplam 15 madde içeren ölçek, 5'li Likert tipi bir yapıya sahiptir (1 = Kesinlikle Katılmıyorum, 5 = Kesinlikle Katılıyorum) ve bilişsel koordinasyon, bilişsel değerlendirme ve düşünce kontrolü

olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ancak ölçeğin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik analizleri sonucunda, ölçek tek alt boyuttan oluşmakta ve Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 0.94 olarak bulunmuştur (Gürsal & Gezer).

Algılanan Öğrenme Ölçeği: Rovai, Wighting, Baker ve Grooms (2009) tarafından geliştirilen ve Albayrak, Güngören ve Horzum (2014) tarafından Türkçeye uyarlanan bu ölçek, öğrencilerin öğrenme sürecindeki algılarını ölçmek amacıyla kullanılmaktadır.

Ölçek, bilişsel, duyuşsal ve psikomotor öğrenmeleri değerlendiren toplam 9 madde ve üç faktörden oluşmaktadır. 7'li Likert tipi bir yapıya sahip ölçek, 1 (Kesinlikle Katılmıyorum) ile 7 (Kesinlikle Katılıyorum) arasında derecelendirilmektedir. Ölçeğin Türkçe formunun iç tutarlılık katsayısı 0.83 olarak rapor edilmiştir.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacı tarafından geliştirilen bu form, örneklem grubunu oluşturan sporcuların bireysel özelliklerine ilişkin bilgileri toplamayı hedeflemektedir. Formda; cinsiyet, yaş, yapılan spor branşı, ebeveyn tutumu gibi çeşitli değişkenlere ilişkin sorular yer almaktadır.

BULGULAR

Tablo 2 incelendiğinde, cinsiyet değişkenine göre sadece bilişsel öğrenme düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($U = 2540.0$, $p = .023$). Bu bulgu, kadın katılımcıların bilişsel öğrenmeye ilişkin algılarının erkek katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu göstermektedir. Diğer alt boyutlar olan duyuşsal öğrenme ($p = .624$), psikomotor öğrenme ($p = .661$), algılanan öğrenme toplam puanı ($p = .197$) ve üst bilişsel süreçler ($p = .391$) açısından cinsiyet grupları arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Bu sonuç, öğrenmenin bazı boyutlarında cinsiyete bağlı algı farklılıklarının olabileceğini; ancak bu farklılıkların tüm öğrenme türleri ve üst bilişsel süreçler için geçerli olmadığını ortaya koymaktadır.

Tablo 2. Cinsiyet değişkenine göre Mann-Whitney U testi sonuçları

Ölçek ve Alt Boyutları	Cinsiyet	n	IQR	Medyan	U	p
Bilişsel Öğrenme	Erkek	79	1,66	5,33	2540.0	.023*
	Kadın	81	1,33	5,66		
Duyuşsal Öğrenme	Erkek	79	1,00	5,33	3057.0	.624
	Kadın	81	1,00	5,66		
Psikomotor Öğrenme	Erkek	79	1,66	5,00	3071.5	.661
	Kadın	81	1,66	5,33		
Algılanan Öğrenme Toplam	Erkek	79	1,11	5,11	2822.0	.197
	Kadın	81	1,33	5,55		
Üst Bilişsel Süreçler	Erkek	79	0,60	3,93	2948.5	.391
	Kadın	81	0,80	3,93		

* $p < 0.05$, IQR; Interquartile Range (Çeyrekler Arası Genişlik)

Tablo 3. Yaş değişkenine göre Kruskal-Wallis testi sonuçları

Ölçek ve Alt Boyutları	Yaş aralığı	n	IQR	Medyan	df	X ²	p
Bilişsel Öğrenme	18-20 yaş	31	2,00	5,00	2	4.67	.096
	21-24 yaş	120	1,33	5,66			
	25 yaş ve üzeri	9	1,33	5,66			
Duyuşsal Öğrenme	18-20 yaş	31	1,33	5,33	2	.564	.754
	21-24 yaş	120	1,00	5,66			
	25 yaş ve üzeri	9	0,83	5,33			
Psikomotor Öğrenme	18-20 yaş	31	1,66	5,33	2	.998	.607
	21-24 yaş	120	1,91	5,00			
	25 yaş ve üzeri	9	1,83	5,33			
Algılanan Öğrenme Toplam	18-20 yaş	31	1,33	5,11	2	.188	.910
	21-24 yaş	120	1,22	5,44			
	25 yaş ve üzeri	9	1,11	5,33			
Üst Bilişsel Süreçler	18-20 yaş	31	0,80	3,86	2	.422	.810
	21-24 yaş	120	0,73	3,93			
	25 yaş ve üzeri	9	0,56	4,06			

*p < 0.05, IQR; Interquartile Range (Çeyrekler Arası Genişlik)

Tablo 3'te sunulan Kruskal–Wallis testi sonuçları, yaş gruplarına göre algılanan öğrenme düzeyleri ve üst bilişsel süreçler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığını göstermektedir (p > .05).

En düşük anlamlılık düzeyi, bilişsel öğrenme değişkeninde gözlenmiş olmakla birlikte, fark anlamlılık sınırının altında kalmıştır ($\chi^2(2) = 4.67$, p = .096). Bu sonuç, 21–24 yaş grubunun ortalama sıralamasının diğer yaş gruplarına göre daha yüksek olmasına rağmen farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığını ortaya koymaktadır.

Benzer şekilde, duyuşsal öğrenme ($\chi^2(2) = .564$, p = .754), psikomotor öğrenme ($\chi^2(2) = .998$, p = .607), algılanan öğrenme toplam puanı ($\chi^2(2) = .188$, p = .910) ve üst bilişsel süreçler ($\chi^2(2) = .422$, p = .810) değişkenlerinde de yaş grupları arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır.

Bulgular, yaş değişkeninin öğrenme düzeyleri ve üstbilişsel süreçler üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olmadığını göstermektedir. Ancak özellikle bilişsel öğrenme boyutunda gözlemlenen yönelim, daha geniş ve homojen alt gruplarla yapılacak ileri araştırmalar için ipucu niteliğinde olabilir.

Tablo 4. Branş değişkenine göre Mann-Whitney U testi sonuçları

Ölçek ve Alt Boyutları	Spor türü	n	IQR	Medyan	U	p
Bilişsel Öğrenme	Bireysel	63	1,58	5,66	2673.0	.178
	Takım	97	2,00	5,33		
Duyuşsal Öğrenme	Bireysel	63	1,00	5,66	3040.5	.958
	Takım	97	1,33	5,33		
Psikomotor Öğrenme	Bireysel	63	1,66	5,50	2761.5	.302
	Takım	97	1,66	5,00		
Algılanan Öğrenme Toplam	Bireysel	63	1,11	5,55	2705.0	.220
	Takım	97	1,19	5,11		
Üst Bilişsel Süreçler	Bireysel	63	0,65	3,93	2966.5	.756
	Takım	97	0,78	3,90		

p < 0.05, IQR; Interquartile Range (Çeyrekler Arası Genişlik)

Tablo 4’te sunulan Mann–Whitney U testi sonuçlarına göre, bireysel ve takım sporu yapan katılımcıların öğrenme türleri ve üst bilişsel süreç puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > .05$). En düşük p değeri bilişsel öğrenme alt boyutunda gözlenmiş olsa da ($p = .178$), bu fark istatistiksel anlamlılık eşliğinin altında kalmıştır.

Duyuşsal öğrenme ($p = .958$), psikomotor öğrenme ($p = .302$), algılanan öğrenme toplam puanı ($p = .220$) ve üst bilişsel süreçler ($p = .756$) değişkenleri açısından da bireysel ve takım sporcuları arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir.

Bu bulgular, spor türünün (bireysel veya takım) algılanan öğrenme düzeyleri ve üst bilişsel süreçler üzerinde belirgin bir etki yaratmadığını ortaya koymaktadır.

Bununla birlikte, bilişsel öğrenme ve psikomotor öğrenme gibi bazı alanlarda bireysel spor yapanların puan ortalamalarının daha yüksek olması, bu farkların örneklem büyüklüğü artırıldığında anlamlı hale gelebileceği yönünde ipuçları sunmaktadır.

Dolayısıyla, spor branşına bağlı bilişsel farklılıkların daha ayrıntılı ve branş bazlı analizlerle ele alınması önerilmektedir.

Tablo 5. Ailenin tutumu değişkenine göre Kruskal-Wallis testi sonuçları

Ölçek ve Alt Boyutları	Ebeveyn Tutumu	n	IQR	Medyan	df	X ²	p	Fark
Bilişsel Öğrenme	Demokratik	50	1,66	5,16	3	4.15	.245	
	Otoriter	44	1,33	5,66				
	Koruyucu	53	2,00	5,66				
	İlgisiz	13	1,16	5,33				
Duyuşsal Öğrenme	Demokratik	50	1,08	5,33	3	3.37	.338	
	Otoriter	44	1,16	5,33				
	Koruyucu	53	1,00	5,66				
	İlgisiz	13	0,58	5,83				
Psikomotor Öğrenme	Demokratik	50	1,41	5,00	3	2.00	.572	
	Otoriter	44	2,00	5,00				
	Koruyucu	53	1,33	5,33				
	İlgisiz	13	3,33	4,83				
Algılanan Öğrenme Toplam	Demokratik	50	1,13	5,11	3	1.42	.701	
	Otoriter	44	1,38	5,22				
	Koruyucu	53	1,11	5,55				
	İlgisiz	13	1,61	5,27				
Üst Bilişsel Süreçler	Demokratik ¹	50	0,50	3,86	3	11.61	.009*	4<1
	Otoriter ²	44	1,20	4,13				4<2
	Koruyucu ³	53	0,46	3,86				4<3
	İlgisiz ⁴	13	0,63	3,56				

* $p < 0.05$, IQR; Interquartile Range (Çeyrekler Arası Genişlik)

Tablo 5’te görüldüğü üzere, ebeveyn tutumu değişkenine göre yalnızca Üst Bilişsel Süreçler ölçeğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($\chi^2(3) = 11.61$, $p = .009$). Yapılan post-hoc Mann-Whitney U testleri sonucunda, ilgisiz ebeveyn tutumuna sahip katılımcıların üst bilişsel süreç puanlarının, demokratik, otoriter ve koruyucu tutuma sahip katılımcılara kıyasla anlamlı düzeyde daha düşük olduğu belirlenmiştir ($4 < 1$, $4 < 2$, $4 < 3$). Bu bulgu, ailesinden daha az ilgi gören bireylerin, müsabaka anında

bilişsel kontrol, öz-düzenleme ve düşünce izleme gibi üst bilişsel stratejileri daha düşük düzeyde kullandığını ortaya koymaktadır. Diğer değişkenler açısından (bilişsel, duyuşsal, psikomotor öğrenme ve algılanan öğrenme) ise ebeveyn tutumlarına göre gruplar arasında anlamlı bir fark gözlenmemiştir ($p > .05$).

Tablo 6. Değişkenler Arasındaki Spearman Korelasyon Katsayıları

	1	2	3	4	5
Bilişsel Öğrenme	—				
Duyuşsal Öğrenme	.536**	—			
Psikomotor Öğrenme	.477**	.593**	—		
Algılanan Öğrenme Toplam	.808**	.809**	.841**	—	
Üstbilişsel Süreçler	.341**	.283**	.204**	.318**	—

** $p < 0.01$

Tablo 6’da sunulan Spearman’s rho korelasyon katsayıları, bilişsel, duyuşsal ve psikomotor öğrenme düzeyleri ile algılanan öğrenme toplam puanı ve üstbilişsel süreçler arasında anlamlı ve pozitif yönlü ilişkiler olduğunu göstermektedir ($p < .01$). En güçlü ilişki, psikomotor öğrenme ile algılanan öğrenme toplam puanı arasında ($\rho = .841$) bulunmuş, bunu sırasıyla bilişsel öğrenme ($\rho = .808$) ve duyuşsal öğrenme ($\rho = .809$) izlemiştir. Bu durum, bireylerin öğrenme süreçlerinde çok boyutlu deneyim yaşadıklarını ve bu boyutların birbirini tamamladığını göstermektedir. Üstbilişsel süreçler ile öğrenme türleri arasında da anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Özellikle üstbilişsel süreçler ile bilişsel öğrenme ($\rho = .341$) ve algılanan öğrenme toplam puanı ($\rho = .318$) arasındaki orta düzeydeki korelasyonlar, bireyin kendi düşünme süreçlerini izleme, düzenleme ve kontrol etme kapasitesinin, öğrenme algısını ve performansını artırabileceğine işaret etmektedir. Tüm korelasyonlar pozitif yöndedir ve değişkenler arasında olumsuz (negatif) bir ilişki tespit edilmemiştir.

TARTIŞMA

Bu çalışmada, aktif spor yapan üniversite öğrencilerinin üst bilişsel süreçleri ile algılanan öğrenme düzeyleri arasındaki ilişki çeşitli demografik ve çevresel değişkenler bağlamında ele alınmıştır. Elde edilen bulgular, literatürdeki mevcut çalışmalarla karşılaştırılmış; benzerlikler ve farklılıklar üzerinden değerlendirmeler yapılmıştır. Böylece, araştırma sonuçlarının altında yatan olası nedenler daha derinlemesine tartışılmış ve eğitimsel uygulamalara yönelik çıkarımlar sunulmuştur.

Cinsiyet Değişkenine Göre Algılanan Öğrenme ve Üst Bilişsel Süreçler

Araştırma bulguları, kadın katılımcıların algılanan öğrenme düzeylerinin erkek katılımcılardan daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bu durum, kadınların öğrenme süreçlerinde daha aktif zihinsel stratejiler kullanma ve öğrenmeyi yapılandırma becerileriyle ilişkilendirilebilir. Alkan ve Bayri (2020), yapılandırmacı öğrenme ortamı algısı ile üst biliş

farkındalık düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Bu bulgu, kadınların öğrenme ortamlarını daha yapılandırmacı algılamalarının, üst bilişsel farkındalıklarını artırabileceğini düşündürmektedir. Kelemen ve arkadaşlarının (2024) mesafe koşucularıyla yaptığı çalışmada, cinsiyete göre genel zihinsel hazırlıkta anlamlı fark bulunmazken, kadınların kendine telkin gibi zihinsel teknikleri daha yoğun kullandığını gözlemişlerdir. Bu durum, kadınların rekabet anında bilişsel stratejilerle öğrenmeye daha fazla yapılandırmacı yaklaşım sergileyebileceğini düşündürmektedir. Benzer şekilde, Yu ve Deng (2022) tarafından yürütülen geniş kapsamlı bir meta-analiz çalışmasında, e-öğrenme bağlamında birçok ülkede cinsiyete göre genel öğrenme çıktılarında anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymakla birlikte; İspanya, İngiltere ve ABD'de kadınların kendine yeterlik, motivasyon ve performans düzeylerinde erkekleri geride bıraktığını bulgulamışlardır. Bu bulgular, kadınların öğrenme süreçlerine dair algılarının ve zihinsel motivasyonlarının erkeklere kıyasla daha etkili olabileceğini desteklemektedir. Öte yandan, erkek katılımcıların üst bilişsel farkındalık düzeyleri ile algılanan öğrenme düzeyleri arasındaki ilişkinin daha düşük olmasının nedeninin sporda daha fazla fiziksel ve zihinsel enerji harcaması ve bilişsel strateji geliştirmeye daha az odaklanması olabileceği düşünülmektedir. Bu durum, öğrenme süreçlerinde cinsiyetler arası farkların yalnızca motivasyon ya da strateji kullanımından değil, aynı zamanda zaman ve kaynak kullanımının farklılığından da kaynaklanabileceğine işaret etmektedir.

Yaş Değişkenine Göre Algılanan Öğrenme ve Üst Bilişsel Süreçler

Araştırma sonuçları, 18-25 yaş aralığındaki katılımcıların algılanan öğrenme düzeylerinin diğer yaş gruplarına göre daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, genç yetişkinlerin öğrenme süreçlerinde daha aktif stratejiler kullanma ve öğrenmeyi yapılandırma becerileriyle ilişkilendirilebilir. Akgül, Göksel ve Yaraş (2023), genç yetişkinlerin bilişsel farkındalık ve öğrenme süreçlerine yönelik daha güçlü eğilimler sergilediklerini belirtmişlerdir. Bu durum, genç bireylerin öğrenme süreçlerini daha etkin yönetebildiklerini göstermektedir. Ancak, yaş ilerledikçe algılanan öğrenme düzeylerinde bir düşüş gözlenmesi, bilişsel süreçlerin yaşla birlikte değişime uğradığını ve bu değişimin öğrenme deneyimlerini etkilediğini düşündürmektedir. Yılmaz (2023), yaşın ilerlemesiyle birlikte bilişsel süreçlerde meydana gelen değişimlerin, öğrenme deneyimlerini olumsuz etkileyebileceğini ifade etmiştir.

Spor Türüne Göre Algılanan Öğrenme ve Üst Bilişsel Süreçler

Araştırmada, spor türü değişkenine göre incelenen alt boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Bu durum, spor türünün üstbilişsel süreçler ve öğrenme düzeyleri

üzerindeki etkisinin karmaşık olduğunu ve diğer faktörlerin de rol oynayabileceğini göstermektedir. Özkatar Kaya (2022), bireysel ve takım sporu yapan öğrencilerin kişilik özellikleri ve iletişim becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığını belirtmiştir. Bu bulgu, spor türünün bilişsel süreçler üzerindeki etkisinin branşa ve bireysel özelliklere göre değişebileceğini göstermektedir. Ayrıca, Asan ve Çingöz (2021), takım sporlarıyla ilgilenen bireylerin bilişsel davranışçı fiziksel aktivite düzeylerinin, bireysel sporlarla ilgilenenlere göre daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Bu bulgu, takım sporlarının sosyal etkileşim ve iş birliği gerektirmesi nedeniyle bilişsel süreçleri daha fazla desteklediğini düşündürmektedir.

Ebeveyn Tutumlarına Göre Algılanan Öğrenme ve Üst Bilişsel Süreçler

Araştırma bulguları, ebeveyn tutumlarının üst bilişsel süreçler üzerinde etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Üst bilişsel süreçler değişkeninde otoriter ebeveyn tutumlarına sahip bireylerin sıralama ortalamaları anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuç, otoriter ebeveyn tutumlarının öğrencilerin bilişsel ve duygusal gelişimleri üzerinde önemli bir rol oynadığını işaret etmektedir. Kaya, Bozaslan ve Genç (2012), üniversite öğrencilerinin anne-baba tutumlarının öğrencilerin problem çözme becerilerine, sosyal kaygılarına ve akademik başarılarına etkisi olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca, Karabacak ve arkadaşları (2015), üniversite öğrencilerinin bilişsel çarpıtma ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi aile ile ilgili çeşitli değişkenler açısından incelemişlerdir. Bu bulgular, aile tutumlarının öğrencilerin üst bilişsel süreçleri ve öğrenme düzeyleri üzerindeki etkisinin karmaşık ve çok boyutlu olduğunu vurgulamaktadır. Otoriter ebeveyn tutumuna sahip bireylerin üst bilişsel süreçlerinde gözlenen yüksek düzeyler, ilk bakışta çelişkili görünse de, bu durumun yapılandırılmış ve yüksek beklenti içeren ev ortamlarının bireyleri öz düzenlemeye zorlamasıyla açıklanabilir. Ayrıca sporun disiplin gerektiren yapısıyla örtüşen otoriter tutumlar, bireyin dikkatini kontrol etme, stratejik planlama ve düşünce yönetimi gibi üst bilişsel becerilerini erken yaşlardan itibaren geliştirmesine katkıda bulunabilir (Wang & Kenny, 2014; Soenens & Vansteenkiste, 2010).

Algılanan Öğrenme ile Üst Bilişsel Süreçler Arasındaki İlişki

Araştırma sonuçları, algılanan öğrenme ile üst bilişsel süreçler arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü ilişkiler olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, üst bilişsel farkındalığı yüksek olan öğrencilerin öğrenme süreçlerini daha etkin bir şekilde düzenlediklerini ve bu durumun algılanan öğrenme düzeylerini artırdığını ortaya koymaktadır. Alkan ve Bayri (2020),

ortaokul öğrencilerinin yapılandırmacı öğrenme ortamı algıları ile üst biliş farkındalık düzeyleri arasında yüksek düzeyde pozitif bir ilişki tespit etmişlerdir.

Benzer şekilde, Oğuz ve Kutlu-Kalender (2018), öğrencilerin üst bilişsel farkındalıkları ile öz yeterlik algıları arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler bulmuşlardır. Bu bulgular, üst bilişsel süreçlerin geliştirilmesinin öğrencilerin öğrenme deneyimlerini iyileştirmede kritik bir öneme sahip olduğunu işaret etmektedir.

SONUÇ

Sonuç olarak, araştırma bulguları algılanan öğrenme düzeyi ile bilişsel, duyuşsal ve psikomotor öğrenme türleri arasında güçlü ve pozitif ilişkiler bulunduğunu ortaya koymuştur. Üst bilişsel süreçlerin tüm öğrenme boyutlarıyla anlamlı şekilde bağlantılı olması, bu yapıların öğrenme süreçlerinin düzenlenmesinde kritik bir rol oynadığını vurgulamaktadır. Özellikle üst bilişsel süreçler ile algılanan öğrenme arasındaki pozitif korelasyon, üst bilişsel farkındalığın öğrenmenin çok boyutlu yapısını destekleyen temel bir unsur olduğunu işaret etmektedir.

Cinsiyet değişkenine göre elde edilen bulgular, kadın öğrencilerin bilişsel öğrenme düzeylerinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğunu göstermiştir. Bu sonuç, kadınların öğrenme stratejilerini daha aktif kullanmaları ve öğrenmeyi yapılandırmada daha başarılı olmalarıyla ilişkilendirilebilir. Yaş ve spor branşı değişkenlerinde anlamlı farklılık bulunmaması, bu faktörlerin üst bilişsel süreçler ve öğrenme algısı üzerindeki etkilerinin sınırlı olabileceğini düşündürmektedir. Buna karşın ebeveyn tutumu değişkeninde, özellikle otoriter tutuma sahip öğrencilerin üst bilişsel süreç düzeylerinin daha yüksek olması dikkat çekici bir bulgu olarak değerlendirilebilir. Bu durum, aile ortamındaki beklenti ve disiplin düzeyinin öğrencilerin öz-düzenleme ve bilişsel kontrol becerilerini güçlendirebileceğini ortaya koymaktadır.

Elde edilen sonuçlar ışığında, spor ortamlarında üst bilişsel becerilerin geliştirilmesine yönelik programların hazırlanması, öğrencilerin öğrenme performanslarını artırmada önemli katkılar sağlayabilir. Özellikle kadın öğrencilerin güçlü yönleri dikkate alınarak erkek öğrencilerin öğrenme stratejileri konusunda desteklenmesi; ebeveyn tutumlarının rolü göz önünde bulundurularak aile-öğrenci iş birliğini geliştiren yaklaşımların benimsenmesi önerilmektedir.

Ayrıca yaş ve spor branşı değişkenlerinde anlamlı fark bulunmaması, ileride daha geniş ve farklı örneklemeler üzerinde yapılacak çalışmalarla bu değişkenlerin etkisinin yeniden test edilmesi gerekliliğine işaret etmektedir. Gelecek araştırmalar için, üst bilişsel süreçlerin

performans ve öğrenme çıktıları üzerindeki etkilerinin farklı kültürel bağlamlarda, farklı spor branşları ve daha büyük örneklemeler üzerinde incelenmesi; ayrıca boylamsal çalışmalarla öğrencilerin üst bilişsel becerilerinin zaman içindeki gelişimlerinin takip edilmesi, hem eğitim hem de spor psikolojisi literatürüne önemli katkılar sağlayacaktır.

Etik Beyanı

Bu çalışma, Helsinki Bildirgesinde yer alan ilkeler doğrultusunda yürütülmüş ve Kafkas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Girişimsel Olmayan Etik Kurulu'nun E-81829502.903/36 sayılı, 13.04.2025 tarihli kararı ile onaylanmıştır.

Yazar Katkıları

Çalışma kurgusu: İK, HG; Denetim: İK, HG, EG; Veri toplama: İK, HG; Verilerin analizi: EG; Literatür denetimi: İK, HG, EG; Yazım: İK, HG, EG; Eleştirel İnceleme: EG.

KAYNAKLAR

- Akgül, A., Gürel Göksel, A., & Yaraş, A. (2023). Üniversite öğrencilerinin e-öğrenme tutum düzeylerinin incelenmesi: spor bilimleri fakültesi örneği. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6(4), 1262-1276.
- Akın, A. (2006). Üst biliş: Bilişsel süreçler üzerindeki etkileri ve eğitimle ilişkisi. *Eğitim ve Bilim*, 31(139), 13-25.
- Albayrak, E., Güngören, Ö. C., & Horzum, M. B. (2014). Algılanan öğrenme ölçeğinin Türkçeye uyarlaması. *Ondokuz Mayıs University Journal of Education Faculty*, 33(1), 1-14.f
- Alkan, İ., & Bayrı, N. (2020). Ortaokul öğrencilerinin yapılandırmacı öğrenme ortamı algıları ile üstbiliş farkındalık düzeyleri arasındaki ilişki. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(2), 801-812. <https://doi.org/10.17679/inuefd.637693>
- Amorose, A. J., & Anderson-Butcher, D. (2007). Autonomy-supportive coaching and self-determined motivation in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(5), 654-670. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.11.003>
- Arıcı, F. (2011). Üniversite öğrencilerinde toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin algılar ve psikolojik iyi oluş. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi], Hacettepe Üniversitesi.
- Asan, S., & Çingöz, Y. E. (2021). Takım ve bireysel spor yapan bireylerin bilişsel davranışçı fiziksel aktivite düzeylerinin karşılaştırılması. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(2), 167-174. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ataunibesyo/issue/63280/946127>
- Baker, J., Wattie, N., & Schorer, J. (2020). Compromising skill: How overthinking can limit athletic performance. *International Journal of Sport Psychology*, 51(2), 95-112. <https://doi.org/10.7352/IJSP.2020.51.2>
- Beilock, S. L., & Carr, T. H. (2001). On the fragility of skilled performance: What governs choking under pressure? *Journal of Experimental Psychology: General*, 130(4), 701-725. <https://doi.org/10.1037/0096-3445.130.4.701>
- Biggs, J. (1987). *Student Approaches to Learning and Studying*. Australian Council for Educational Research.
- Buldur, S., & Baygöl, E. (2023). Fen bilimleri dersindeki sınıf içi değerlendirme ortamı algıları ile üst bilişe yönelik sınıf ortamı algıları arasındaki ilişki. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi*, 11(3), 752-773.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2021). Bilimsel Araştırma Yöntemleri (29. Baskı). Pegem Akademi.
- Cüceloğlu, D. (2000). *İnsan ve Davranış*. Remzi Kitabevi.
- Çalgıcı, G., & Ogan-Bekiroğlu, F. (2021). Ortaokul öğrencilerinin üst bilişsel farkındalıkları ile öğrenme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(1), 182-194.
- Duman, S. (2008). *Problem Çözme Yöntemleri ve Uygulamaları*. Eğitim Yayınları.
- Flavell, J. H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry. *American Psychologist*, 34(10), 906-911. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.34.10.906>
- Follmer, D. J., & Sperling, R. A. (2016). The mediating role of metacognition in the relationship between executive function and self-regulated learning. *British Journal of Educational Psychology*, 86(4), 559-575. <https://bpspsychub.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/bjep.12123>
- George, D., & Mallery, P. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 Update (10th ed.)*. Pearson.
- Gürsal, B., & Gezer, E. (2024). Performans esnasındaki üst bilişsel süreçler: Ölçek uyarlama çalışması. *Mediterranean Journal of Sport Science*, 7(4), 754-767. <https://doi.org/10.38021/asbid.1571801>
- Johnson, J. (2006). Decision-making processes in sports. *Journal of Sports Psychology*, 8(2), 120-135.
- Karabacak, A., Yıldırım, N., Adıgüzel, E., & Kurt, E. (2015). Üniversite öğrencilerinin bilişsel çarpıtma ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin aile ile ilgili değişkenler açısından incelenmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(2), 516-533. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/befdergi/issue/17275/180481>
- Karadeniz, Ş. (2004). Cinsiyet ve öğrenme stiline göre öğrenme stratejisi ve başarıya etkisi. *Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24(3), 48-55.
- Karasar, N. (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemi (20. Baskı)*. Nobel Yayın Dağıtım.

- Kaya, A., Bozaslan, H., & Genç, G. (2012). Üniversite öğrencilerinin anne-baba tutumlarının problem çözme becerilerine, sosyal kaygı düzeylerine ve akademik başarılarına etkisi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, (18), 208-225. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/zgefd/issue/47947/606639>
- Kelemen, B., Tóth, R., Benczenleitner, O., & Tóth, L. (2024). Mental preparation in runners: gender differences, competition levels, and psychological training effects on performance. *Frontiers in Sports and Active Living*, 6, 1456504. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1456504>
- Oğuz, A., & Kutlu-Kalender, N. (2018). Ortaokul öğrencilerinin üst bilişsel farkındalıkları ile öz yeterlik algıları arasındaki ilişki. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 43(195), 211-226. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/496900>
- Özkatar Kaya, E. (2022). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin bireysel ve takım sporu yapmasındaki kişilik özelliklerinin iletişim beceri düzeylerine etkisi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 857-866. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/asbid/issue/73962/1206472>
- Rovai, A. P., Wighting, M. J., Baker, J. D., & Grooms, L. D. (2009). Development of an instrument to measure perceived cognitive, affective, and psychomotor learning in traditional and virtual classroom higher education settings. *The Internet and higher education*, 12(1), 7-13. <https://doi.org/10.1016/j.iheduc.2008.10.002>
- Schraw, G., & Dennison, R. S. (1994). Assessing metacognitive awareness. *Contemporary Educational Psychology*, 19(4), 460-475. <https://doi.org/10.1006/ceps.1994.1033>
- Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2010). A theoretical upgrade of the concept of parental psychological control. *Developmental Review*, 30(1), 74-99. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2009.11.001>
- Sperling, R. A., Howard, B. C., Miller, L. A., & Murphy, C. (2002). Measures of children's knowledge and regulation of cognition. *Contemporary Educational Psychology*, 27(1), 51-79. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0361476X01920103>
- Sürek, S. (2021). Takım Sporunu Yapan ve Bireysel Spor Yapan Öğrencilerin Algısal Motor Becerileri ile Dikkat Özelliklerinin İncelenmesi. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi], Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Marmara Üniversitesi.
- Veenman, M. V. J., & Beishuizen, J. J. (2004). Intellectual and metacognitive skills of novices while studying texts under conditions of text difficulty and time constraint. *Learning and Instruction*, 14(6), 621-640. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2004.09.004>
- Vestberg, T., Gustafson, R., Maurex, L., Ingvar, M., & Petrovic, P. (2017). Executive functions predict the success of top-soccer players. *PLoS ONE*, 12(2), e0170845. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0170845>
- Wang, M. T., & Kenny, S. (2014). Parental control and autonomy support in adolescent development. *Child Development Perspectives*, 8(3), 145-150. <https://doi.org/10.1111/cdep.12073>
- Yıldırım, A., & Doğanay, A. (2016). Öğrenme stratejileri ve akademik başarı arasındaki ilişkiler. *Eğitim ve Bilim*, 41(186), 25-39.
- Yıldız, M. (2010). Sporcuların üst bilişsel farkındalıklarının performans üzerindeki etkileri. *Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 45-58.
- Yılmaz, A., & Ağgön, E. (2023). Aktif spor yapan üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti, mental iyi oluş ve özgüven düzeylerinin incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 14(1), 31-42.
- Yılmaz, T., & Mayda, M. H. (2024). Aktif spor yapan üniversite öğrencilerinin ruminasyon düzeylerinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 9(2), 194-205.
- Yu, Z., & Deng, X. (2022). A meta-analysis of gender differences in e-learners' self-efficacy, satisfaction, motivation, attitude, and performance across the world. *Frontiers in Psychology*, 13, 897327. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.897327>