

Bölüm 11

ÖRGÜTSEL FARKINDALIK

Tuğba YAŞIN¹

Cem Harun MEYDAN²

GİRİŞ

Örgüt düzeyindeki çalışmalar ile örgütlerin hareketlerinin kuramsallaştırılmasında psikoloji ve örgütsel psikoloji kavram ve çalışmaları araştırmalara ışık tutmaktadır. Bu kavramlardan biri de bilincin niteliklerinden biri olarak son dönemde psikoloji ve örgütsel psikoloji alanlarında ilgi çekmeye başlayan farkındalık kavramıdır. Pozitif psikoloji ile ilişkili olan farkındalık kavramı öncelikli olarak psikoloji ve tıp alanında araştırılmış, son dönemde ise örgütsel psikoloji alanında tartışılmaya ve irdelenmeye başlamıştır.

Farkındalık temelini ağırlıklı olarak Budist felsefesinden almaktadır. Ancak, aynı zamanda Antik Yunan felsefesi; fenemoloji, var oluşçuluk ve natüralizm gibi Batı Avrupa düşüncelerinden ve aşkınlık, hümanizm gibi Amerikan düşünce akımlarından da etkilendiği görülmektedir (Brown, Ryan & Creswell, 2007, s. 212). Bu akımların ve düşüncelerin katkılarıyla süreç içinde farkındalık kavramına olan ilgi artmış buna bağlı olarak farkındalık meditasyonları ve uygulamaları popülerlik kazanmıştır.

Farkındalık kavramı kökenini Pali dilindeki ‘Sati’ kelimesinden almaktadır. ‘Sati’ kelimesi hatırlamak olarak farklı dillere çevrilmektedir. Ancak burada hatırlamaktan kastedilen bireyin bilincini kullanarak bir akıllı olduğunun farkına varması durumudur (Bodhi, 2000; Thera 1972). Budist felsefesinde rastlanılan farkındalık durumunda ise bireylerin düşünceleri arasında tereddüt etmemelerini veya bir hedeften diğerine doğru bilinçsiz bir biçimde kaymamalarını belirtmektedir. Dolayısıyla burada farkındalık kafa karışıklığının ve unutkanlığın olmadığı bir fonksiyon olmaktadır (Bodhi, 2000, s. 86). Buradan hareketle Budist felsefe, farkındalık söz konusu olduğunda, dikkat kararlılığını ve netliğini arttırmayı ve bu kabiliyetleri kullanarak bilincin kendisi ile ilgili temel konuları ortaya koymasını ifade etmektedir (Thera, 1996, s. 23).

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Türk Hava Kurumu Üniversitesi, tyasin@thk.edu.tr

² Prof. Dr., Ankara Bilim Üniversitesi, cem.harun.meydan@ankarabilim.edu.tr

KAYNAKÇA

1. Block-Lerner, J., Adair, C., Plumb, J. C., Rhatigan, D. L., Orsillo, S. M. (2007). The case for mindfulness-based approaches in the cultivation of empathy: Does nonjudgmental, present-moment awareness increase capacity for perspective-taking and empathic concern? *Journal of Marital and Family Therapy*, 33, 501-516.
2. Biegel, G. M., Brown, K. W., Shapiro, S. L., Schubert, C. M. (2009). Mindfulness-based stress reduction for the treatment of adolescent psychiatric outpatients: A randomized clinical trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 77, 855-866.
3. Bishop, S. R., Lau, M., Shapiro, S., Carlson, L., Anderson, N. D., Carmody, J., Segal, Z. V., Abbey, S., Specia, M., Velting, D., & Devins, G. (2004). Mindfulness: A proposed operational definition. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 11, 230-241.
4. Bodhi, B. (2000). *Abhidhamma studies: Buddhist explorations of consciousness and time* (4th ed.). Boston, MA: Wisdom Publications.
5. Brown, K.W., Ryan, M., Creswell, J.D. (2007) Mindfulness: Theoretical foundations and evidence for its salutary effects, *Psychological Inquiry*, 18(4), 211-237
6. Chiesa, A., Serretti, A. (2009). Mindfulness-based stress reduction for stress management in healthy people: A review and meta-analysis. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 15, 593-600.
7. Feldman, G., Greeson, J., Senville, J. (2010). Differential effects of mindful breathing, progressive muscle relaxation, and loving-kindness meditation on decentering and negative reactions to repetitive thoughts. *Behaviour Research and Therapy*, 48, 1002- 1011.
8. Glomb, T.M., Duffy, M.K., Bono, J.E., Yang, T. (2011), Mindfulness at Work, *Research in Personnel and Human Resources Management*, 30, 115-11
9. Gilbert, E., Foulk, T., Bono, J., 2018. Building personal resources through interventions: an integrative review. *Journal of Organizational Behavior*. 39 (2), 214-228.
10. Giluk, T. L. (2009). Mindfulness, Big Five personality, and affect: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 47, 805-811
11. Hariri, A. R., Bookheimer, S. Y., Mazziotta, J. C. (2000). Modulating emotional responses: Effects of a neocortical network on the limbic system. *NeuroReport: For Rapid Communication of Neuroscience Research*, 11, 43-48.
12. Krieger, J. 2005. Shared mindfulness. *Journal of Business Communication*, 42(2) 135-167.
13. Langer, E. J. (1989). Minding matters: The consequences of mindlessness-mindfulness. *Advances in Experimental Social Psychology*, 22, 137-173
14. Langer, E. J. (2000). Mindful learning. *Current Directions in Psychological Science*, 9(6), 220-223.
15. Leventhal, H., Brown, D., Shacham, S., Engquist, G. (1979). Effects of preparatory information about sensations, threat of pain, and attention on cold pressor distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 688-714
16. McIntosh, W. D. (1997). East meets West: Parallels between Zen Buddhism and social psychology. *International Journal for the Psychology of Religion*, 7, 37-52.
17. McPhee, R. D., Myers, K. K., Trethewey, A. (2006). On collective mind and conversational analysis: Response to Cooren. *Management Communications Quarterly*, 19, 311-326
18. Mishra, P. (2004). *An end to suffering*. New York: Farrar, Straus & Giroux
19. Ray, J.L., Baker, L.T., Plowman, D.A. (2011) Organizational mindfulness in business schools. *Academy of Management Learning and Education*, 10, 188-203
20. Roth, B., Robbins, D. (2004). Mindfulness-based stress reduction and health-related quality of life: Findings from a bilingual inner-city patient population. *Psychosomatic Medicine*, 66, 113-123.
21. Rubin, J. W. (1996). Defining resistance: Contested interpretations of everyday acts. *Studies in Law, Politics, and Society* 15, 237- 260.

22. Ryan, R. M., Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
23. Schulman, P. R. (1993). The negotiated order of organizational reliability. *Administration and Society*, 25, 353-372.
24. Shapiro, S.L., Astin, J.A., Bishop, S.R, Cordova, M. (2005). Mindfulness-based stress reduction for Health care professionals: Results from a randomized trial. *International Journal of Stress Management*, 12(2), 164-176
25. Shapiro, S. L., Carlson, L. E., Astin, J. A., & Freedman, B. (2006). Mechanisms of mindfulness. *Journal of Clinical Psychology*, 62, 373-386.
26. Siegel, D. J. (2007). *The mindful brain: Reflection and attunement in the cultivation of well-being*. New York: Norton.
27. Siegel, D. J. (2010). *Mindsight: The new science of personal transformation*. New York: Bantam.
28. Thera, N. (1972). *The power of mindfulness*. San Francisco, CA: Unity Press.
29. Thera, N. (1996). *The heart of Buddhist meditation*. York Beach, MN: Samuel Weiser.
30. Vogus, T.J., Sutcliffe, K.M. (2012) Organizational mindfulness and mindful organizing: A reconciliation and path forward. *Academy of Management Learning and Education*, 4, 722-735.
31. Walsh, J. J., Balint, M. G., Smolira SJ, D. R., Fredericksen, L. K., & Madsen, S. (2009). Predicting individual differences in mindfulness: The role of trait anxiety, attachment anxiety and attentional control. *Personality and Individual Differences*, 46, 94-99.
32. Weick, K.E., Roberts, K.H. (1993). Collective mind in organizations: Heedful interrelating on flight decks. *Administrative Science Quarterly* , 38, 357-381
33. Weick, K. E., Sutcliffe, K. M., Obstfeld, D. (1999). Organizing for high reliability: Processes of collective mindfulness. *Research in Organizational Behavior*, 21, 81-123.
34. Weick, K. E., Putnam, T. (2006). Organizing for mindfulness: Eastern wisdom and western knowledge. *Journal of Management Inquiry*, 15, 275-287.
35. Weick, K.,E., Sutcliffe, K.,M. (2006) Mindfulness and the quality of organizational attention. *Organization Science*, 17, 514-524
36. Weitz, R (2001). Women and their hair: Seeking power through resistance and accommodation. *Gender & Society* 15,667-686.