



Futbolcuların Psikolojik Sağlıklılık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi

An Investigation of the Psychological Robustness Levels of Football Players in Terms of Some Variables

Sıtkı ÖZBEK¹, Onur AKYÜZ²

¹Milli Eğitim Bakanlığı, Hacı Fatma Erdemir Anadolu Lisesi, Kırşehir
• zsonike@gmail.com • ORCID > 0000-0001-6280-1434

²Dicle Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, Diyarbakır
• onurakyuz1986@gmail.com • ORCID > 0000-0002-7631-460X

Makale Bilgisi / Article Information

Makale Türü / Article Types: Araştırma Makalesi / Research Article

Geliş Tarihi / Received: 08 Mayıs / May 2022

Kabul Tarihi / Accepted: 06 Aralık / December 2022

Yıl / Year: 2022 | **Cilt – Volume:** 13 | **Sayı – Issue:** 3 | **Sayfa / Pages:** 245-256

Atıf/Cite as: Özbek, S., Akyüz, O. "Futbolcuların Psikolojik Sağlıklılık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi"
Ondokuz Mayıs Üniversitesi Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi
13(3), December 2022: 245-256.

Sorumlu Yazar / Corresponding Author: Sıtkı ÖZBEK

Etik Kurul İzin Raporları: "Araştırma için Dicle Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan
18.02.2022 tarihli ve 40 karar sayısı ile etik kurul izni alınmıştır."

FUTBOLCULARIN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

ÖZ:

Bu çalışmanın amacı futbolcuların psikolojik sağlamlık düzeylerini yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim seviyesi, yaşanan yer değişkenlerine göre incelemektir. Çalışmaya 2021-2022 futbol sezonunda aktif olarak bir kulüpte futbol hayatını devam ettiren 286 kadın, 194 erkek olmak üzere toplam 480 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Smith ve ark. (2008) tarafından geliştirilen ve Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Doğan, (2015) tarafından yapılan “Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği” kullanılmıştır. Betimsel istatistiklerde frekans ve yüzde analizleri, ikili grupların karşılaştırılmasında T testi, üç ve daha fazla grupların karşılaştırılmasında ise ANOVA testleri kullanılmıştır. Araştırmanın sonuçları, futbolcuların psikolojik sağlamlık düzeylerinin medeni durum, eğitim düzeyi ve aile gelir değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiğini; cinsiyet ve yaşadığı yer değişkenlerine göre ise anlamlı bir farklılık oluşturmadığını ortaya koymuştur. Bu sonuçlara göre futbolcuların eğitim düzeyi ve maddi gelir düzeyi yükseldikçe psikolojik sağlamlık düzeylerinin arttığı belirlenmiştir. Futbolcuların psikolojik sağlamlık düzeylerinin hangi değişkenlerden etkilendiğinin belirlenmesi, futbolcuların performans seviyelerini yükseltmelerine önemli katkılar sağlayabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Futbolcu, Psikolojik Sağlamlık, Psikolojik Sağlamlık Ölçeği.



AN INVESTIGATION OF THE PSYCHOLOGICAL RESILIENCE LEVELS OF FOOTBALL PLAYERS IN TERMS OF SOME VARIABLES

ABSTRACT

The aim of this study is to examine psychological resilience levels of football players according to the variables of age, gender, marital status, education level, place of residence. A total of 480 individuals, 286 female and 194 male, who were actively playing football in a club during the 2021-2022 football season participated in the study voluntarily. “Brief Resilience Scale”, which was developed by Smith et al. (2008) and Turkish validity and reliability study of which was conducted by Doğan (2015), was used in the study as data collection tool. Frequency and percentage analyses were used in descriptive statistics, while T-test was used in the analysis of binary groups, and ANOVA test was used in the comparison of three or more groups. The results of the study showed that the psychological resilience

levels of football players differed significantly according to the variables of marital status, education level and family income, while there was no significant difference according to the variables of gender and place of residence. According to these results, it was determined that as the education and financial income level of football players increased, their psychological resilience level increased. It is thought that determining which variables affect the psychological resilience levels of football players can make significant contributions to football players' increasing their levels of performance.

Keywords: *Football Players, Psychological Resilience, Psychological Resilience Scale.*



GİRİŞ

Psikolojik dayanıklılık; önemli stresörlere karşı bireyin uyum sağlama sürecini ifade eder. Başka bir ifade ile psikolojik dayanıklılık bireyin olumsuzluklara karşı direnci, toparlanma gücü ya da olumsuzluğun etkisi ile başarılı bir şekilde başa çıkma yeteneği olarak tanımlanır (Basım ve Çetin, 2011). Psikolojik dayanıklılık aynı zamanda dış faktörlerden etkilenen kişisel faktörleri ifade etmektedir. Stresin olumsuz etkilerini hafifleten ve uyum sürecini güçlendiren psikolojik dayanıklılık aynı zamanda bir kişilik özelliği olarak da görülmektedir (Karademir ve Açıık, 2019).

Spor yapmanın stres faktörleri üzerinde olumlu etkileri olduğu gibi (Akdeniz ve ark., 2017), uzun süren sporculuk yaşamı bir dizi stresörü, olumsuzluğu ve başarısızlığı barındırmaktadır (Poczwadowski ve Conroy, 2002; Mellalieu ve ark., 2013; Tamminen, ve ark., 2013). Performans açısından psikolojik dayanıklılık araştırmaları, psikolojik dayanıklılığın öngörüldüğü faktörler ve sporcuların nasıl daha dayanıklı olabileceklerini belirlemeyi amaçlamıştır (Galli ve Gonzalez, 2015). Fletcher ve Sarkar (2012), psikolojik dayanıklılığın “kişisel varlıkları geliştirmede ve bir bireyi stres faktörlerinin potansiyel olumsuz etkilerinden korumada zihinsel süreçlerin ve davranışların rolü” olduğunu öne sürmüş ve spor yapanlar ile ilgili ilk psikolojik dayanıklılık tanımını yapmışlardır.

Futbol ortamı, futbolcuların nasıl performans gösterdikleri ve bu performans için nasıl çalıştıklarını gözlemlemek adına doğal bir laboratuvar ortamı gibidir. Üst düzey sporculardan yaşadıkları baskılara dayanmak için bazı psikolojik özellikleri optimize etme yeteneği beklenmektedir (Gould ve ark., 2002; Fletcher ve Sarkar, 2012). Psikolojik dayanıklılık çalışmaları da sporcuların maruz kaldıkları baskılara neden direnç gösterdiklerini ve bu direncin kökenini araştırmaktadır (Sarkar ve Fletcher, 2014). Örneğin bir stresör, bir futbolcu için gelişim sebebi olabilirken bir

diğeri için performansı olumsuz etkileyebilir. Futbolcuların psikolojik durumlarının çok fazla duruma etki ettiği (Bıyık ve İmamoğlu, 2022a), bu etkinin penaltı atışı da dahil olmak üzere maç sonucunu belirlediği ifade edilmiştir (Bıyık ve İmamoğlu, 2022b).

Futbolcularla ilgili yapılan çalışmalar, psikolojik faktörlerin müsabaka esnasında futbolcuları etkilediğini göstermektedir. Bununla birlikte futbolcuların performansını psikolojik faktörlerin ne derece iyileştirebileceği her geçen gün spor psikolojisinin odak noktası olmaktadır (Abdullah ve ark., 2016). Bu bağlamda futbolcuların psikolojik sağlık düzeylerinin performanslarını yükseltme açısından önemli olduğu ve futbolcuların psikolojik sağlık düzeylerinin bilinmesinin gerekli olduğu düşünülmektedir (Aydın, 2018). Yapılan bu araştırma ile futbolcuların psikolojik sağlık düzeylerini yaş, medeni durum, cinsiyet, eğitim seviyesi, yaşanılan yer değişkenlerine göre incelemek amaçlanmıştır. Bu bağlamda çalışmamıza katılan futbolcuların psikolojik sağlık düzeylerinin hangi değişkenlerden etkilendiğini tespit etmek ve futbolcuların psikolojik sağlık düzeylerini nasıl geliştirilebileceği hakkında tespitler yapabilmek amacıyla bu çalışma yapılmıştır.

YÖNTEM

Araştırmada, futbolcuların psikolojik sağlık düzeylerinin yaş, medeni durum, cinsiyet, aile gelir durumu, eğitim seviyesi, yaşadığı yer değişkenleri açısından incelemek ve çalışmamıza katılan futbolcuların psikolojik sağlık düzeylerinin hangi değişkenlerden etkilendiğini belirlemek amaçlanmıştır. Çalışmada mevcut durumu inceleyen betimsel araştırma modellerinden tarama deseni kullanılmıştır. Tarama deseni, daha önce veya şu anda mevcut olan bir durumu bulunduğu haliyle inceleyen araştırma desendir. Bu araştırma modeli, araştırma konusu olan olay, kişi veya nesneyi mevcut ortam içinde ve bulunduğu haliyle ortaya koymaya çalışır (Karasar, 2005). Çalışma için Dicle Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan 18.02.2022 tarihli ve 40 karar sayısı ile etik kurul izni alınmıştır.

Araştırma Grubu

Çalışmaya 2021-2022 futbol sezonunda aktif olarak bir kulüpte futbol hayatını devam ettiren ve kolaylıkla ulaşılabilen örnekleme yöntemi ile belirlenen 286 kadın, 194 erkek toplam 480 kişi gönüllü olarak dahil olmuştur. Katılımcıların betimsel istatistik bilgileri Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Çalışmaya katılan futbolcuların demografik bilgilerine ait frekans ve yüzde dağılımları

Değişken	Gruplar	n	%
Cinsiyet	Kadın	286	59,6
	Erkek	194	40,4
	Toplam	480	100,0
Medeni Durum	Evli	26	5,4
	Bekar	454	94,6
	Toplam	480	100,0
Yaş	16-19	242	50,4
	20-23	128	26,7
	24-27	56	11,7
	28 ve üzeri	54	11,3
	Toplam	480	100,0
Eğitim Durumunuz	Ortaokul	18	3,8
	Lise	290	60,4
	Üniversite	172	35,8
	Toplam	480	100,0
Aile Gelir Durumu	1-3000 TL	298	62,1
	3001-6000 TL	132	27,5
	6001-9000 TL	34	7,1
	9001 ve üzeri	16	3,3
	Toplam	480	100,0
Yaşadığınız Yer	Köy	40	8,3
	İlçe-Kasaba	74	15,4
	Şehir	366	76,3
	Toplam	480	100,0

Tablo 1 incelendiğinde futbolcuların betimsel istatistik verilerine göre frekans ve yüzde dağılımları görülmektedir. Cinsiyete göre araştırmamıza dahil olan futbolcuların %40,4'ü (n=194) erkek, %59,6'sı (n=286) kadındır. Medeni durum değişkeni açısından araştırmaya katılan futbolcuların %5,4'ü (n=26) evli, %94,6'sı (n=454) bekarıdır. Yaş değişkenine göre araştırmaya katılan futbolcuların %50,4'ü (n=242) 16-19 yaş aralığında, %26,7'si (n=128) 20-23 yaş aralığında, %11,7'si (n=56) 24-27 yaş aralığında, %11,3'ü (n=54) 28 ve üzeri yaşındadır. Eğitim durumu değişkenine göre araştırmaya katılan futbolcuların %3,8'i (n=18) ortaokul mezunu, %60,4'ü (n=290) lise mezunu, %35,8'i (n=172) üniversite mezunudur. Aile gelir durumu değişkenine göre araştırmaya katılan futbolcuların %62,1'i

(n=298) 1-3000 TL gelir aralığında, %27,5'i (n=132) 3001-6000 TL gelir aralığında, %7,1'i (n=34) 6001-9000 TL gelir aralığında, %16,1'i (n=16) 9000 TL ve üzeri gelire sahiptirler. Yaşadığımız yer değişkenine göre araştırmaya katılan futbolcuların %8,3' ü (n=40) köyde, %15,4' ü (n=74) ilçe-kasabada, %76,3'ü (n=366) şehirde yaşadıklarını belirtmişlerdir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplamak için Smith ve ark. tarafından 2008'de geliştirilmiş olan ve Türk kültürüne uyarlaması Doğan (2015) tarafından yapılan "Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği" kullanılmıştır.

Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ)

KPSÖ Smith ve diğ. (2008) geliştirdiği ve Doğan (2015) tarafından Türk kültürüne uyarlanan bu ölçek bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin ölçülmesi amacıyla geliştirilmiş, likert tipli tek faktörlü bir ölçektir. KPSÖ, 5'li derecelendirilmiş Likert bir ölçektir. "1: Hiç uygun değil", "2: Uygun Değil", "3: Biraz Uygun", "4: Uygun", "5: Tamamen Uygun" şeklinde bir derecelendirme ve cevap anahtarına sahiptir. 2. madde 4. madde ve 6. maddeler ölçekte ters kodlanan maddelerdir. Ters kodlanmış maddeler düzeltildikten sonra alınan yüksek puan seviyeleri yüksek seviyede psikolojik sağlamlığa göstermektedir. Ölçekten en yüksek alınabilecek puan 30, alınabilecek en düşük puan 6 olabilmektedir. Ölçekten alınan puanın yüksek olması, psikolojik sağlamlığın yüksek seviyede olduğunu göstermektedir. Doğan (2015), Ölçeğin Cronbach alfa güvenilirliğini .81, ölçeğin iç tutarlık kat sayısını ise 0,83 olarak tespit etmiştir. Bu bulgular sonucunda, ölçeğin Türk kültüründe uygulanabilecek geçerliliği ve güvenilirliği yüksek bir ölçme aracı olduğunu göstermiştir. Araştırmamız için ise güvenilirlik katsayısı ise 0,65 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Analize başlamadan elde edilen verilere normallik varsayımı uygulanmış, yapılan Kolmagrov Smirnov testi sonucunda verilerin normal dağılıma sahip olduğu ($p>0,05$) tespit edilmiştir. Verilerin normal dağıldığı tespit edildikten sonra öğrencilerin betimsel istatistikleri için standart sapma, aritmetik ortalama, frekans ve yüzde dağılımları incelenmiş. İkili grupların analizinde bağımsız örneklem için t testi, üç grup ve daha fazla grubun karşılaştırmalı analizlerinde ANOVA testlerinden, farklılıkların hangi guruplardan kaynaklandığını tespit edebilmek için Post-Hoc testlerinden yararlanılmıştır. Yapılan istatistiksel işlemlerde güven seviyesi 0,05 olarak kabul edilmiştir. Bütün hesaplamalar SPSS 22.0 paket programıyla yapılmıştır.

BULGULAR

Tablo 2. Katılımcıların kısa psikolojik sağlamlık ölçeğinden elde ettikleri puan ortalamalarının dağılımı

Ölçek Toplam	n	Min.	Maks.	Ort.	S.S.
Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ)	480	8	30	20,03	3,90

Tablo 2 incelendiğinde katılımcıların KPSÖ'nden alınan puan ortalaması 20,03 (S.S.=3,90)'dır. Ölçekten elde edilebilecek orta aralık; alınan puanın ortasından bir standart sapma değeri çıkartılarak, ortasına bir standart sapma değeri eklenerek orta aralık tespit edilebilir. KPSÖ'den elde edilen puan 6-15 puan aralığında düşük, 16-23 puan aralığında orta ve 24-30 puan aralığında ise yüksek psikolojik sağlamlık seviyesini göstermektedir. Bu bağlamda araştırmamıza katılan futbolcuların psikolojik sağlamlık seviyelerinin orta aralıkta olduğu söylenebilir.

Tablo 3. Futbolcuların cinsiyet değişkenine göre psikolojik sağlamlıklarının karşılaştırılması

	Cinsiyet	n	Ort.	S.S.	t	df	p
Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ)	Kadın	286	19,83	3,70	-1,39	478	0,16
	Erkek	194	20,33	4,17			

Tablo 3'te görülen bağımsız örneklem t-testine göre; katılımcıların toplam puan ortalamalarında cinsiyet değişkenine göre istatistiksel düzeyde anlamlı bir farklılık bulunmadığı belirlenmiştir ($t=-1,39$, $p=0,16$).

Tablo 4. Futbolcuların medeni durum değişkenine göre kısa psikolojik sağlamlıklarının karşılaştırılması

	Medeni Durum	n	Ort.	S.S.	t	df	p
Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ)	Evli	26	21,62	4,32	2,14	478	0,03
	Bekar	454	19,94	3,86			

Tablo 4'te görülen bağımsız örneklem t-testine göre; katılımcıların KPSÖ toplam puan ortalamalarında medeni duruma göre istatistiksel düzeyde anlamlı bir farklılaşma olduğu belirlenmiştir ($p=0,03$).

Tablo 5. Futbolcuların eğitim durumu değişkenine göre psikolojik sağlamlıklarının karşılaştırılması

	Eğitim Düzeyi	n	Ort.	S.S.	F	P	Tamhane
Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ)	Ortaokul ⁽¹⁾	18	4,27	4,27	6,35	0,002	2-3
	Lise ⁽²⁾	290	19,52	3,5			
	Üniversite ⁽³⁾	172	20,77	4,35			

Tablo 5 incelendiğinde yapılan ANOVA testi sonucunda çalışmamıza katılan futbolcuların eğitim düzeylerine göre KPSÖ puan ortalamalarının istatistiksel seviyede anlamlı farklılığın olduğu belirlenmiştir ($p=0,002$).

Tablo 6. Futbolcuların yaşadıkları yer değişkenine göre psikolojik sağlamlıklarının karşılaştırılması

	Yaşadığı Yer	n	Ort.	S.S.	F	P
Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ)	Köy ⁽¹⁾	40	21,3	4,47	2,33	0,10
	İlçe-Kasaba ⁽²⁾	74	19,92	3,89		
	Şehir ⁽³⁾	366	19,91	3,82		

Tablo 6 incelendiğinde yapılan ANOVA testi sonucunda çalışmamıza katılan futbolcuların yaşadıkları yer değişkenine göre KPSÖ puan ortalamalarının istatistiksel düzeyde anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir ($p<0,05$).

TARTIŞMA

Futbolcuların yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim seviyesi değişkenlerinin psikolojik sağlamlık düzeylerine etkisinin incelendiği bu çalışmada medeni durum, aile gelir durumu ve eğitim düzeyi değişkenlerine göre anlamlı seviyede farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bununla birlikte cinsiyet ve yaşanan yer değişkenine göre anlamlı düzeyde bir farklılığın olmadığı bulunmuştur.

Cinsiyet değişkenine göre futbolcuların psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı olarak görülmemiştir. Connor ve Davidson (2003)'de yaptığı çalışmada cinsiyetler arası farklılığın olmadığını tespit etmişlerdir. Terzi (2008)'de yaptığı çalışmada psikolojik sağlamlık düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı olmadığını tespit etmiştir. Adıgüzel ve ark. (2022), yapmış oldukları çalışmada bireysel ve takım sporcularının cinsiyet değişkenine göre psikolojik dayanıklılıkların değişmediğini belirtmişlerdir. Cinsiyet değişkenine göre farklılaşma olmaması futbolcuların benzer psikolojik gelişim göstermesi ile açıkla-

nabilir. Literatür çalışmalarında cinsiyet değişkeninin psikolojik dayanıklılığa etkileri konusunda çelişkili bulgular da vardır. Dayıoğlu (2008) üniversite öğrencileri üzerine yaptığı çalışmada erkeklerin psikolojik sağlık düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olduğunu ifade ederken, Oktan (2008), ise kadınların psikolojik sağlık düzeylerinin erkeklerden yüksek seviyede olduğunu belirtmiştir. Farklı alanlarda yapılan çalışma sonuçları cinsiyet değişkeninin psikolojik dayanıklılığa etki ettiğini tespit etmiştir. Bu etkinin ortaya çıkması toplumdaki geleneksel kadın ve erkek rollerinin sonucu ile açıklanabilir. Yamak ve ark. (2018), uzun yıllar spor yapmanın psikolojik süreçlere olumlu etkileri olduğunu ifade etmişlerdir. Futbolcularda cinsiyet değişkenine göre farklılaşmanın olmaması, uzun yıllar spor yapmanın erkek ve kadınlarda benzer olumlu sonuçlar ortaya çıkarmasıyla ilişkili olabilir.

Medeni durum değişkeni açısından incelendiğinde evli futbolcuların bekar futbolculara göre psikolojik sağlık düzeylerinin istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir. Tümlü ve Receptoğlu (2013), evli bireylerin bekarlara göre sosyal desteğe sahip olduklarını, bu sosyal desteğin de psikolojik dayanıklılığın koruyucu etkilerini desteklediğini belirtmiştir. Çalışmada elde edilen evli futbolcuların psikolojik dayanıklılığının yüksek olması, evli futbolcuların sosyal desteklerinin olması il ifade edilebilir. Ayrıca evli futbolcuların daha fazla sorumluluk sahibi olmaları psikolojik dayanıklılığa olumlu aktarım olarak yansımış olabilir.

Eğitim değişkenine göre üniversite mezunu olanlar daha yüksek psikolojik dayanıklılık puanına sahip bulunmuştur. Friborg ve ark. (2005), psikolojik dayanıklılık ile kişilik, bilişsel yetenek ve sosyal zekanın ilişkili olduğunu savunmuşlardır. Erim ve Küçük (2017), milli boksörlerin psikolojik dayanıklılıklarını araştırmış ve A Milli seviyede olan sporcuların daha yüksek psikolojik dayanıklılık puanına sahip olduğunu belirtmiştir. Bu farklılığın ortaya çıkmasında A Milli sporcuların aldıkları eğitimin ve sosyal çevrenin etkili olduğunu ifade etmişlerdir. Üniversite eğitimi alan futbolcuların da benzer şekilde aldıkları eğitimin etkili olabileceği söylenebilir. Benzer çalışmalarda eğitim durumunun psikolojik dayanıklılığa etki ettiği tespit edilmiştir (Koç Yıldırım ve ark., 2015; Bektaş ve Özben, 2016; Soysal, 2016).

Futbolcuların yaşadığı yer değişkenine göre psikolojik sağlık düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı fark gözlemlenmemiştir. Akdeniz ve ark. (2021), futbolcuların sosyal statü, oynadıkları lig durumlarının benzer seviyelerde etkileri olabileceğini belirtmiştir. Benzer sosyal şartların psikolojik dayanıklılıkta etkili olmadığı söylenebilir. Karal ve Biçer'in (2021) salgın hastalık dönemindeki üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlıkları üzerine yaptıkları bir çalışmada öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin yaşanılan yer değişkenine farklılaşmadığı

görülmüştür. Bu sonucun ortaya çıkmasında yaşanan her bölgenin kendine özgü stres faktörleri barındırmasının etkili olabileceği düşünülmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışmamızdan elde edilen sonuçlara göre futbolcuların psikolojik sağlık düzeylerinin eğitim düzeyi ve medeni durum değişkenlerinden etkilendiği ancak cinsiyet ve yaşadığı yer değişkeninden etkilenmediği tespit edilmiştir.

Yazar Katkı Oranları:

Çalışmanın Tasarlanması (Design of Study) : SÖ(% 60), OA(% 40)

Veri Toplanması (Data Acquisition) : SÖ(% 60), OA(% 40)

Veri Analizi (Data Analysis) : SÖ(% 60), OA(% 40)

Makalenin Yazımı (Writing up) : SÖ(% 60), OA(% 40)

Makale Gönderimi ve Revizyonu (Submission and Revision) : SÖ(% 60), OA(% 40)

KAYNAKÇA

- Abdullah, M. R., Musa, R. M., Maliki, A. B. H. M. B., Kosni, N. A., & Suppiah, P. K. (2016). Role of psychological factors on the performance of elite soccer players. *Journal of Physical Education and Sport*, 16(1), 170.
- Açıkgöz, M. (2016). Çukurova üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinin psikolojik sağlık ile mizah tarzları ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış doktora tezi. Çağ Üniversitesi, Mersin, Türkiye.
- Adıgüzel, S., Karataş, B., Soylu, Y., Taş, M., & Serin, E. (2022). Bireysel ve Takım Sporcularının Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin. *Journal of International Social Research*, 15(92).
- Akdeniz, H., Demirci, D., Sekban, G., & Yurtsever, Y. (2017). Üniversite öğrencilerinin öfke düzeylerinin karşılaştırılması (Kocaeli Üniversitesi örneği). *Muş Alparslan Üniversitesi Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 46-60.
- Akdeniz, H., Sekban, G., Keskin, Ö., & Türedi, O. (2021). Managing emotions in amateur soccer players: a case study. *Revista de Investigación Apuntes Universitarios*, 11(4), 486-499.
- Aydın, E. (2018). Çocukluk çağı travmatik yaşantılarının psikolojik sağlık ve depresyon belirtileri üzerine etkisi (Master's thesis, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Bahadır, E. (2009). Sağlıkla ilgili fakültelerde eğitime başlayan öğrencilerin psikolojik sağlık düzeyleri. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Basım, Nejat ve Çetin, Fatih (2011), "Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin Güvenilirlik ve Geçerlilik Çalışması", *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), ss. 104-114.
- Bektaş, M. ve Özben, Ş. (2016). Evli bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin bazı sosyodemografik değişkenler açısından incelenmesi. *Celal Bayar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(1), 215-240.
- Bıyık, K., ve İmamoğlu, O. (2022a). "Penaltı Atışlarında Futbolcuların Psikolojik Durumları", *Spor Bilimleri Alanında Güncel Araştırmalar I*. 129-144, Gazi Kitabevi, Ankara.
- Bıyık, K., ve İmamoğlu, O. (2022b). "Futbolda Laterite Durumu ve Penaltı Atışında Psikolojik Durumların Etkisi", *Spor Bilimleri Alanında Güncel Araştırmalar II*. 47-58, Gazi Kitabevi, Ankara.
- Connor, K. M. ve Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76- 82.

- Dayıoğlu, B. (2008). Üniversite giriş sınavına hazırlanan adaylarda psikolojik sağlık: Öğrenilmiş güçlülük, algılanan sosyal destek ve cinsiyetin rolü. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 2015, 3(1), 93-102.
- Dolbier, C. L., Smith, S. E. ve Steinhart, M. A. (2007). Relationships of protective factors to stress and symptoms of illness. *American Journal of Health Behavior*, 3(4), 423-433.
- Elder, G., Nguyen, T. V. ve Caspi, A. (1985). Linking family hardship to children's lives. *Child Development*, 56, 361-375.
- Erdoğan, E. (2015). Tanrı algısı, dini yönelim biçimleri ve öznel dindarlığın psikolojik dayanıklılıkla ilişkisi: Üniversite örnekleme. *Mustafa Kemal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(29), 223-246.
- Erim, V., & Küçük, H. (2017). Farklı kategorideki kadın milli boksörlerin psikolojik dayanıklılıklarının karşılaştırılması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 25(1), 147-154.
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2012). A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychology of sport and exercise*, 13(5), 669-678.
- Galli, N., & Gonzalez, S. P. (2015). Psychological resilience in sport: A review of the literature and implications for research and practice. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(3), 243-257.
- Gould, D., Dieffenbach, K., & Moffett, A. (2002). Psychological characteristics and their development in Olympic champions. *Journal of applied sport psychology*, 14(3), 172-204.
- Güntaş, A. ve Koçak, R. (2015). Lise öğrencilerinde psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak benlik kurgusu. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(41), 795-802.
- Hoşoğlu, R., Fırıncı Kodaz, A., Yılmaz Bingöl, T. ve Vural Batık, M. (2018). Öğretmen adaylarında psikolojik sağlık. *OPUS – Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 8(14), 217-239. DOI: 10.26466/opus.40575.
- Karademir, T. ve Açak, M. (2019). Üniversiteli sporcuların psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(2), 803-816.
- Karal, E., Biçer, B. G. (2021). Salgın hastalık dönemindeki üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Bilimler ve Eğitim Dergisi*, 3(4), 17-34.
- Koç Yıldırım, P., Yıldırım, E., Otrar, M. ve Şirin, A. (2015). Ergenlerde psikolojik dayanıklılık ile benlik kurgusu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, (42), 277-297.
- Mellalieu, S., Shearer, D. A., & Shearer, C. (2013). A preliminary survey of interpersonal conflict at major games and championships. *The Sport Psychologist*, 27(2), 120-129.
- Oktan, V. (2008). Üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. (Yayınlanmamış doktora tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon, Türkiye.
- Önder, A. ve Gülay, H. (2010). İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (23), 192-197.
- Poczwardowski, A., & Conroy, D. E. (2002). Coping responses to failure and success among elite athletes and performing artists. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(4), 313-329.
- Sarkar, M., & Fletcher, D. (2014). Psychological resilience in sport performers: a review of stressors and protective factors. *Journal of sports sciences*, 32(15), 1419-1434.
- Sarkar, M., & Fletcher, D. (2014). Psychological resilience in sport performers: a review of stressors and protective factors. *Journal of sports sciences*, 32(15), 1419-1434.
- Sarwar, M., Inamullah, H., Khan, N. ve Anwar, N. (2010). Resilience and academic achievement of male and female secondary level students in Pakistan. *Journal of College Teaching & Learning*, 7(8), 19-24.
- Sezgin, K. (2016). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlık ve dindarlık düzeylerinin incelenmesi (Dicle Üniversitesi örneği). (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Dicle Üniversitesi, Diyarbakır, Türkiye.
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Jennifer Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15, 194-200.
- Soyşal, M. N. (2016). Facebook bağımlılığı ve psikolojik dayanıklılık. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Terzi, Ş. (2006). Kendini toparlama gücü ölçeği'nin uyarlanması: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 77-86.
- Tamminen, K. A., Holt, N. L., & Neely, K. C. (2013). Exploring adversity and the potential for growth among elite female athletes. *Psychology of sport and exercise*, 14(1), 28-36.

- Turgut, Ö. (2015). Ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin, önemli yaşam olayları, algılanan sosyal destek ve okul bağlılığı açısından incelenmesi. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Anadolu Üniversitesi, Eskişehir, Türkiye.
- Tümlü, G. Ü., & Recepođlu, E. (2013). Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Yükseköđretim ve Bilim Dergisi*, (3), 205-213.
- Yamak, B., Çebi, M., Eliöz, M., Küçük, H., & Ceylan, L. (2018). Kadın basketbolcuların spor yaşına göre imgeleme Puanlarının karşılaştırılması. *The Journal of International Anatolia Sport Science*, 3(1), 274-280.