

Geliş Tarihi / Received Date
18.11.2022

Kabul Tarihi / Accepted Date
19.03.2022

Kadın Futbolcuların Psikolojik Becerileri İle Tutumlarına Göre Zihinsel Enerjileri¹

The Effect Of Athletic Mental Energy On Psychological Skills And Attitudes Toward Soccer In Female Soccer Players

Ahmet İSLAM¹

Öz

Araştırmada, kadın futbolcuların futbolda psikolojik becerileri ve futbola olan tutumları ile arasındaki ilişkide atletik zihinsel enerjilerinin aracılık etkisinin olup olmadığı belirlemek amacıyla özgün teorik bir model kurulmuş ve bu model de Sobel testi ile değerlendirilmiştir. Araştırmaya 2021-22 Türkiye Futbol Federasyonu'nun belirlediği kadın futbol liglerinde oynayan 237 kadın futbolcu katılmıştır. Veri toplama aracı olarak, kişisel bilgiler formu, Konter tarafından geliştirilen “Profesyonel Futbolcularda Psikolojik Beceriler Ölçeği-16 (PFPBÖ-16)”, Çelik Kayapınar ve Combul geliştirdiği “Futbol Tutum Ölçeği (FTÖ-26)” ile Yıldız, vd.’nin Türkçe’ye uyarladığı “Atletik Zihinsel Enerji Ölçeği (AZEÖ)” kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, kadın futbolcuların futbola olan tutumları atletik zihinsel enerjilerini pozitif yönlü, atletik zihinsel enerjileri psikolojik becerilerini olumlu olarak, futbola olan tutumları onların psikolojik becerilerini pozitif düzeyde ve son olarak da kadın futbolcuların atletik zihinsel enerjileri onların futbola olan tutumları ile psikolojik becerileri arasında aracılık etkisinin olduğu belirlenmiştir. Araştırma için önerilen teorik model doğrulanmıştır. Kadın futbolcuların performanslarına yönelik olarak atletik zihinsel enerjileri, futbol tutumları ve psikolojik becerileri ile ilişkili uygulamalar yapılarak farkındalık düzeyleri artırılması önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Futbolda Psikolojik Beceri, Atletik Zihinsel Enerji, Futbol, Futbolda Tutum

Abstract

This paper aims to determine whether female soccer players' athletic mental energy (AME) plays a mediating role between their soccer psychological skills (SPS) and attitudes toward soccer (ATS). The study developed an original theoretical model, which was tested using the Sobel test. The sample consists of 237 female soccer

¹ “Ordu Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu” (2022/05: 02.03.2022 & 06.09.2022: 2022/162) kaydı ile etik kurul kararı alınmıştır

² Öğr.Gör.Dr., Ordu Üniversitesi, Teknik Bilimler Meslek Yüksekokulu, Ordu/TÜRKİYE, E-mail: ahmetislam@odu.edu.tr, ORCID ID:0000-0001-6735-1583



players in the soccer leagues of the Turkish Football Federation 2021-2022. Data were collected using a sociodemographic characteristics questionnaire, the Soccer Psychological Skills Scale-16 (SPSS-16) developed by Konter, the Soccer Attitude Scale (SAS-26) developed by Çelik Kayapınar and Combul, and the Athletic Mental Energy Scale (AMES) adapted to Turkish by Yıldız et al. The results show that ATS affects AME positively. AME affects SPS positively. ATS affects SPS positively. The results also show that AME plays a mediating role between SPS and ATS. The results confirm the theoretical model. Authorities should inform female soccer players about AME, ATS, and SPS.

Keywords: Soccer Psychological Skills, Athletic Mental Energy, Soccer, Soccer Attitude

Giriş

Tam olarak bir tanımı yapılamamasına rağmen zihinsel enerji, kavramı ilgi duyulan bir kavram olarak ortaya çıkmaktadır (Lieberman, 2007). Bir problem ile ilgili olarak uzun bir süre düşünebilme, dikkat dağıtıcıları engelleyerek odaklanabilme ve çözümü bulmak adına ısrarcı olma olarak tanımlanan zihinsel enerji, başarı ve başarılı bir performans ortaya koymak için belirleyici önemli bir faktör olduğu söylenmektedir. "Bir sporcunun enerji durumunu algılaması" şeklinde tanımlanan atletik zihinsel enerji bünyesinde bilişsel, duyuşsal ve motivasyonel bileşenler bulunmaktadır. Duyuşsal bileşenler, yorulmama, dinçlik, sakinlik alt boyutları olarak belirtilmekle birlikte spor psikolojisi çalışmalarında çok sık kullanılan kavramlardır. Sporcuların performanslarını destekleyen, güven ve konsantrasyon alt boyutları önemli olan özellikler olduğu, yine performansın temel bileşenleri içerisinde motivasyon alt boyutu da bulunmaktadır (Lu, vd. 2018). Elit sporcuların yanında, tüm sporcularında dikkate alınması gereken bir kavram olan zihinsel enerjinin atletik performansta önemli bir faktör olduğu (Cook ve Davis, 2006; Lu, vd. 2018; Loehr, 2005; Lykken, 2005) düşünülmektedir.

Atletik zihinsel enerji kavramının yanısıra sporcuların performanslarını etkileyen bir başka yapı olan psikolojik beceri antrenman programları, kişilerin duygu, düşünce ve performanslarına etki eden, maksimum düzeyde verim elde etmek amacıyla zihinsel becerileri kullanımına dayandığı açıklanmaktadır (Hays ve Smith, 1996). Yarışma sporlarında öncelikli olarak eğitimsel psikolojik beceri antrenman uygulamalarındaki yapılan birçok araştırmaya göre yarışmsal performansı oldukça artırdığı ortaya çıkmıştır. Bununla birlikte psikolojik beceri antrenman programları: konsantrasyon, imgeleme, gevşeme, stresle başa çıkma, bilişsel kendini yönetme, hedef belirleme ve baskı altında performans ortaya koyma vb. konuları içerdiği söylenebilir (Konter, 2002). Üst düzeyde bir futbolcuda, saldırganlık, çalışkanlık-dürüstlük ve sorumluluk, duygusal faktörler, kararlılık, duygusalı, kendine güven, arzu faktörleri, zihinsel güç ve antrenörlük edilebilirlik gibi psikolojik özelliklerin ne kadar önemli olduğu görülmektedir. Bu psikolojik özellikler futbolcularda, optimal bir performans sonucu elde etmek amacıyla teknik direktör ve antrenörler vs. uzmanlarında dikkatli olmaları belirtilmiştir (Chyzowych, 1990).

Futbolculardaki bu psikolojik süreçlerden biri olan tutuma baktığımızda, davranışlara yön veren kişilerin yaşantıları sonucunda kazandıkları ve karar verme sırasında tarafsızlık nedeniyle ortaya

çıkan bir durumdur (Tavşancıl, 2002). Duygu, düşünce (bilişsel) ve davranış olarak tutumların üç ögesi bulunmaktadır (Kaya, vd. 2014). Örneğin futbola karşı bir kadının pozitif olarak tutumları olabilir. Bu durumda televizyonda kadının futbol müsabakasını izlemesi hoşuna gidebilir (duyuşsal öge), insan sağlığına futbol oynamanın faydalı olduğuna inanması (bilişsel öge) ve onun futbol eğilimi olarak futbol oynamaya yönelmesi de (davranışsal öge) olarak belirtilebilir (İnceoğlu, 2010). Sporda uygulanan bu psikolojik hizmetler takımlar, müsabakaların ve antrenmanların bir bileşeni olarak görmediklerini söyleyebiliriz. Çünkü bu hizmetler takımların küme düşmek ya da aldıkları seri mağlubiyet gibi sorunlar belirince bu tür hizmetlere başvurdukları anlaşılmaktadır. Bireysel düzeyde, spor psikolojisi hizmetleri sadece sorunlu (yani düzeltilmesi gereken) sporcular için gerekli görülmektedir. Dahası, psikolojik müdahalelerin etkinliği hakkındaki bilgi düzeyi de düşüktür (Konter, vd. 2019:191). Pain ve Harwood (2004) İngiliz futbolunda uygulamalı spor psikolojisi hakkındaki bilgi ve algı düzeylerini incelemek için ulusal koçlar, gençlik akademisi direktörleri ve akademi koçları ile bir anket gerçekleştirmiştir ve mali olanakların eksikliğinin psikolojik beceri eğitiminin benimsenmesinin önündeki en büyük engel olduğunu bulmuşlardır. Psikolojik beceriler, sistematik ve daha büyük programlara entegre edilebilir. Örneğin; Harwood (2008) İngiltere'deki bir futbol akademisinde dört aylık bir program geliştirmiştir ve KİKAG (konsantrasyon, iletişim, kontrol, adanmışlık ve güven) müdahalesini uygulamıştır. Konter ve Hankin (2008) ise, diyalektik yaklaşıma ve araştırma bulgularına dayanan çok boyutlu-etkileşimsel bir futbol performans modeli geliştirmiştir. Modelde teknik, taktiksel, fiziksel-fizyolojik ve psikolojik unsurları veya boyutları geniş bir sosyo-kültürel bağlamda bir araya getirmektedir ve böylece performansa ve diğer çıktılara katkıda bulunmaktadır. Psikolojik beceriler modelin temel unsurlarıdır ve fiziksel, teknik ve taktiksel eğitim oturumlarına entegre edilmelidir. Model, dört boyuta karşılık gelen dört aşamadan oluşmaktadır;

İlk aşamada; futbol organizasyonunun durumunu, tarihsel ve sosyokültürel geçmişi, yönetimi, geleneksel değerleri, altyapıyı, tesisleri, personeli ve hizmetleri içermektedir. İkinci aşamada; fiziksel, teknik, taktiksel ve psikolojik koşullar, yetenekler, özellikler ve/veya beceriler performansı şekillendirmektedir (Strudwick, 2016). Bu bileşenler bütünsel ve uyumlu bir şekilde iç içe geçmiş unsurlar olarak görülmelidir, çünkü birbirlerine bağımlıdırlar. En iyi sonucu elde etmek için eğitimin her aşamasında uzman desteği gereklidir (Konter, vd. 2019:191). Üçüncü aşamada; performans sonuçları üç düzeyde değerlendirilmektedir; bireysel grup (savunma sporcuları, orta saha sporcuları) ve takım performansları (galibiyetler ve mağlubiyetler veya taktiksel farkındalık gibi bazı unsurlardaki değişiklikler hakkında ipuçları verebilecek diğer ölçütler) ve kısa-, orta- ve uzun-vadeli hedefler. Son aşamada ise, performans çıktıları birbirlerine bağımlı oldukları için diğer aşamalardan da etkilenebilir ve onlar üzerinde çok güçlü (olumlu veya olumsuz) etkilere sahip olabilir (Konter ve Hankin, 2008). Uzmanlar önerilen modelin eğitim ve uygulama aşamasında performans sonuçlarını şekillendirmek ve geliştirmek için ilgili ölçümleri (uygun yerlerde) kullanabilir olduğunu bildirmişlerdir (Konter, vd. 2019: 193).

Ulusal ve uluslararası alanyazın incelendiğinde, tutum ile çalışmalara bakıldığında, Ünlü, (2011); Li, vd. (2012); Öncü, vd. (2012); Önal, vd. (2017); İslam ve İmamoğlu, (2019); Böke ve Güllü, (2020); İslam (2022c) olduğu ve bu konunun tutum ile ilgili konuların daha iyi anlaşılmasını ve öğrenilmesine katkı sunmaktadır. Atletik zihinsel enerji ile ilgili Lu, vd. (2018), Chiou, vd. (2020), Yıldız, vd. (2020),



İslam (2022c), Kaplan ve Bozdağ, (2022) gibi çalışmaların oldukça yetersizliği ortaya çıkmaktadır. Futbolda psikolojik beceri ile ilgili, Konter, (2002, 2004, 2005a, 2005b, 2006, 2009, 2017), Konter, vd. (2019), Sivrikaya ve Ozan, (2020), İslam, (2021); İslam, vd. (2021), İslam (2023) çalışmalarında yeterli seviyede olmadığı söylenebilir. Kadın futbolu ülkemizde de son yıllarda hızlı bir şekilde artan ve popüler olmaya aday branşlardan biri olduğu görülmektedir. Kadınların her branşta boy göstermesi, geçmişle günümüz kıyaslandığı zaman futbolda etkisinin ciddi olarak kayda değer şekilde arttığı ve hemen hemen ülkemizin her bölgesinde kadın futbol takımları liglerde mücadele ettikleri görülmektedir. Futbolda kadınların her geçen gün artan bir futbol ilgileri ve literatür incelendiğinde futbolda kadınların atletik zihinsel enerji, psikolojik beceri ve futbola olan tutumları ile ilgi çalışmanın bir arada olmadığı görülmektedir. Bu durum araştırmanın özgünlüğünü ortaya koymaktadır. Dolayısıyla araştırmanın özellikle kadın futbolcuların futbolda psikolojik becerilerinin, futbola olan tutumlarının onların atletik zihinsel enerjileri arasındaki ilişkide aracılık etkisinin olup olmadığı ortaya çıkarmak araştırmanın amacını oluşturmaktadır. Dolayısıyla bu doğrultuda araştırmada şu hipotezler geliştirilmiştir;

Araştırmanın Hipotezleri

H1: Kadın futbolcuların futbola olan tutumları onların atletik zihinsel enerji düzeylerini pozitif bir şekilde etkilemektedir?

H2: Kadın futbolcuların atletik zihinsel enerjileri onların psikolojik beceri düzeylerini olumlu yönde artırmaktadır?

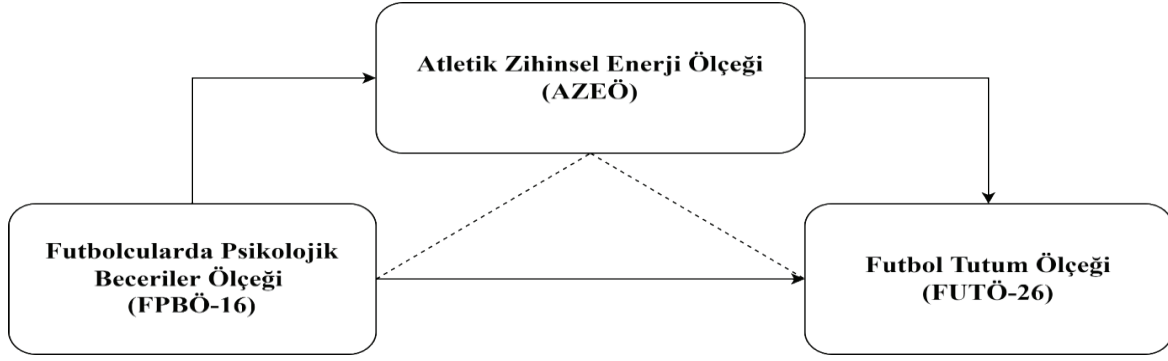
H3: Kadın futbolcuların futbola olan tutumları onların psikolojik becerilerini olumlu etkilemektedir?

H4: Kadın futbolcuların atletik zihinsel enerjileri onların futbola olan tutumlarını ve psikolojik becerilerinde aracılık etkisi vardır?

Yöntem

Araştırmanın Deseni

Kesitsel ve tanımlayıcı tipte olan bu araştırma da, mevcut olan durumu ortaya çıkarmayı amaç edinen ve betimsel bir nitelik taşıyan tarama modeli kullanılmıştır. Tarama araştırma yaklaşımı, var olan bir durumu olduğu gibi veya geçmişteki şekliyle betimlemeyi amaçlayan modeldir (Karasar, 2005). Futbolda psikolojik beceriler ölçeği oluşturulan modelde bağımlı değişken, futbolda tutum ölçeği bağımsız değişken ve atletik zihinsel ölçeği de aracı değişken olarak belirlenmiştir. Yeni bilgileri alanyazına katmayı amaç edinen aracılık çözümlemeleri kuramsal araştırma niteliğindedir (Karasar, 2008). Bu çalışmamızda model için oluşturduğumuz test, Sobel test modellemesi kullanılarak yerine getirilmiştir (Sobel, 1982). Bu araştırma kapsamında oluşturulan model aşağıdaki görselde belirlenmiştir;



Görsel 1.: Araştırma Kapsamında Kurulan Sobel Test Modeli

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada, 2021-2022 futbol sezonunda, kadınlar futbol liginde yer alan Süper Lig, 2. Futbol Ligi ve 3. Futbol Lig'lerinde yer alan kadın futbolcuların futbolda psikolojik becerileri ile futbola olan tutumlarının onların atletik zihinsel enerji düzeyleri arasındaki ilişkide aracılık etkisinin olup olmadığını ortaya çıkarmak araştırmanın amacını oluşturmaktadır.

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırma evreni Türkiye Futbol Federasyonu'nun (TFF) 2021-2022 futbol sezonunda belirlenen 14 bölge (TFF, 2022) dahilinde olan "Kadınlar Süper Ligi", "2. Futbol Ligi" ve "3. Futbol Lig" ve Amatör liglerinde mücadele eden kadın futbol takımlarından oluşmaktadır. Örneklem grubunu ise Kadınlar Süper Liginden; KDZ Ereğli Belediyespor, Alg Spor, Trabzonspor AŞ, Dudullu Spor, Giresunspor, 2. Ligden; Gaziantep Asya Spor, Ünye Gücü FK, Pendik Çamlık Spor, 3 Ligden; Rüsumat-4 Gençlik Spor, Rize Yeşilcaay Spor ve Kızıltepe Spor Lisesi kadın futbol takımlarından meydana gelmektedir. Literatürde örneklemi belirlemek için "ölçek çalışmalarında örneklem büyüklüğü her ölçek maddesinin minimum 5 katı olmalıdır" (Tavşancıl, 2014) önerisi dikkate alınarak farklı liglerde mücadele eden kadın futbol takımlarından toplamda 237 kadın futbolcudan oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veriler, "Ordu Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'ndan" alınan (2022/05: 02.03.2022 & 06.09.2022: 2022/162) sayılı izin sonrasında katılımcılara hazırlanan soru formu ile veriler toplanmıştır. Bunun için araştırmaya katılmayı kabul eden gönüllü kadın futbolculara araştırmanın taşıdığı bilimsel niteliği ve araştırmanın içeriği, yöntem ve çalışmanın tasarımı hakkında genel bir bilgi verilmiştir. Katılımcılara soru formunda yer alan ölçeklerin nasıl doldurulacağı ve istedikleri zaman da ayrılacakları onlara bildirilmiştir. Formun uygulanması sırasında kadın futbolcular ile iletişimde kalınarak soruları cevaplandırılmıştır. Verilerin toplanma aşaması ise araştırmacı tarafından geliştirilen "Kişisel Bilgi Formu", "Ordu Üniversitesi Rektörlüğü Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurul Kararı", "Atletik Zihinsel Enerji Ölçeği", "Profesyonel Futbolcularda Psikolojik Beceriler Ölçeği" ve "Futbol Tutum Ölçeği" kullanılmıştır.



Kişisel Bilgi Formu

Literatür doğrultusunda araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formunda, kadın futbolcuların yaşı, kaç yıldır futbol oynadığı, mevki, takımın kategorisi ve milli oyuncu durumu şeklinde toplamda beş adet bağımsız değişken bulunmaktadır

Atletik Zihinsel Enerji Ölçeği

Atletik Zihinsel Enerji Ölçeği (AZEÖ), Lu, vd. (2018) tarafından geliştirilen Yıldız, vd. (2020) Türkçeye uyarlaması yapılan, "18 madde ve 6 alt boyuttan oluşan", "6'lı Likert tipinde" bir ölçektir. "Dinçlik (vigor)" "madde 1,12,15", "güven (confidence)" "madde 3,9,13), "motivasyon (motivation)" "madde 4,8,16", "yorulmama (tireless)" "madde 7,11,12", "konsantrasyon (concentration)" "madde 5,5,10" ve "sakinlik (composed)" "madde14,17,19" olarak adlandırılmaktadır. Orijinal ölçeye dair "Cronbach Alpha katsayıları" sırasıyla "(0,75; 0,82; 0,86; 0,89; 0,87; 0,90)" olarak bildirilmiştir (Lu, vd. 2018). Ölçeğin "Cronbach Alpha değerlerinin, 0,78 ile 0,91" arasında olduğu belirtilmiştir (Yıldız, vd. 2020). Bu çalışmada ise Cronbach Alpha değeri 0,886 olarak elde edilmiştir.

Futbol Tutum Ölçeği

Çelik Kayapınar ve Combul tarafından (2021) yılında geliştirilen "Futbol Tutum Ölçeği (FTÖ) 26 madde ve 4 alt boyuttan" oluşmaktadır. Birinci alt boyut "(Bireysel Etkiler) 11 madde, ikinci alt boyut "(Toplumsal Etkileşim) 8 maddeden", üçüncü alt boyut "(Performans) 4 maddeden ve dördüncü alt boyutta "(Psikolojik Etkiler) 3 maddeden" oluşmaktadır. Dört boyutlu "Futbol Tutum Ölçeği (FTÖ-26)'nün faktörü yük değerleri ise 0,453 ile 0,741" arasında değiştiği ve ölçeğin tamamı için "Cronbach Alpha değerinin, 738" olduğu tespit edilmiştir. "Futbol Tutum Ölçeği (FTÖ-26)'nden alınabilecek en düşük puan 46, en yüksek puan ise 110" olarak belirlenmiştir. Bu çalışmada ise Cronbach Alpha değeri 0,885 olarak elde edilmiştir.

Futbolda Psikolojik Beceriler Ölçeği

Konter'in, (2009)'da geliştirdiği "Profesyonel Futbolcularda Psikolojik Beceriler Ölçeği-16 (PFPBÖ)" "16 madde ve 5 alt faktörden oluşan 5'li tipik" bir Likerttir. "(1=Tamamen katılıyorum, 5=Kesinlikle katılmıyorum)" "İmgeleme (Madde 1-6-11-16, a=0,66)", "Baskı altında doruk performans ortaya koyma (Madde 3-8-13, a=0,73)", "Bağlılık gösterme (Madde 2-7-12, a=0,62)", "Stresle başa çıkma (Madde 4-9-14, a=0,68)", "Karşılaşma kaygısını yönetme (Madde 5-10-15, a=0,63)" boyutlarından oluşmaktadır. Bu çalışmada ise Cronbach Alpha değeri 0,854 olarak elde edilmiştir.

Verilerin İstatistiksel Analizi

Çalışmanın istatistiksel analiz aşamasında kadın futbolcuların futbol tutum ölçeği toplam puanlarının (FTÖ), profesyonel futbolcularda psikolojik becerileri ölçeği toplam puanları (PFPBÖ) üzerindeki etkisinde atletik zihinsel enerji ölçeği toplam puanlarının (AZEÖ) aracılık rolü incelenmiştir. İlk aşamada kadın futbolcuların demografik özelliklerine göre frekans analizi bulguları sunulmuştur. "Frekans analizi bulgularından, gruplara ait yüzde (%) ve frekans (n) değerleri" hesaplanmıştır. Daha sonra araştırma kapsamında kullanılan ölçekler için Cronbach Alfa güvenilirlik analizleri

uygulanmıştır. İkinci aşamada, araştırma kapsamında kullanılan ölçeklerin toplam puanları arasındaki ilişkiler korelasyon testi ile incelenmiştir. En uygun hipotez testinin belirlenmesi için ölçüm puanlarının normal dağılıma uygunluğu Shapiro-Wilk testi ile değerlendirilmiştir. Normal dağılıma uygun olan ölçüm puanları için, 2 sayısal ölçüm puanları arasındaki ilişkinin yönünü ve şiddetini incelemek için Pearson korelasyon testi uygulanmıştır. Pearson korelasyon testi, ölçek puanların tanımlayıcı istatistiklerinden ortalama (Ort) ve standart sapma (SS) değerleri ile birlikte verilmiştir.

Son aşamada AZEÖ değişkeninin FTÖ ile PFPBÖ arasındaki ilişkide aracılık rolü incelenmiştir. Sobel testi, New York Columbia Üniversitesinden ‘Michael Sobel’in çalışmalarına dayanan ve istatistik literatüründe aracı etkisinin anlamlılığının test edilmesi için kullanılan bir yöntemdir (Sobel, 1982, 1986). Aracılık modelinde, bağımsız değişken ve bağımlı değişken arasındaki ilişki üçüncü bir değişken aracılığıyla modele dahil edilerek, ortaya çıkan dolaylı etki hipotezlere dökülerek incelenip yorumlanır. Modele aracı değişken eklendikten sonra “bağımsız değişkendeki etkideki düşüşün anlamlı olup olmadığını ve aracılık etkisinin anlamlılığını” test eder (Sobel, 1982, 1986; MacKinnon, vd. 2002). Bu amaç doğrultusunda kurulan 3 farklı basit doğrusal regresyon modeli ile varsayımlar test edilmiştir. Model 1 için, AZEÖ bağımlı ve FTÖ bağımsız, model 2 için, PFPBÖ bağımlı ve AZEÖ bağımsız ve model 3 için, PFPBÖ bağımlı ve FTÖ bağımsız değişken olarak alınmış ve elde edilen sonuçlar birlikte değerlendirilmiştir. Sonuçlara göre, AZEÖ değişkeninin aracılık etkisini araştırmak için öngörülen şartların sağlandığı saptanmıştır. Son aşamada ise, bağımlı değişken PFPBÖ ve bağımsız değişken FTÖ olan basit doğrusal regresyon modeline AZEÖ değişkeni bağımsız değişken olarak eklenmiş ve sonuçlar yorumlanmıştır. Son aşamada kurulan çoklu doğrusal regresyon model sonuçları değerlendirildiğinde, AZEÖ değişkeninin FTÖ ile PFPBÖ arasındaki ilişkide kısmi aracılık etkisinin olduğu belirlenmiştir. AZEÖ değişkeninin kısmi aracılık etkisinin anlamlı olup olmadığını sınamak için, Beta değerlerindeki değişimin anlamlılığı test edilmiştir (Hayes, 2013). Beta değerlerindeki değişimin anlamlılığı ise Sobel, Aroian ve Goodman test istatistikleri ile değerlendirilmiştir. Aroian testi ile Sobel testi, 50 ve daha büyük örneklem için Monte Carlo simülasyonlarında en iyi sonucu vermektedir (MacKinnon, vd. 1995). Araştırmada hata payı %5 ($p < 0.05$) olarak alınmış ve uygulamanın tamamı R-Project programı (R Core Team, 2022) ve bda (Wang, 2015) paketi kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

Bulgular

Tablo 1: Kadın futbolcuların demografik özellikleri

Değişken	n	%
Yaş düzeyleri		
18 yaş ve altı	127	53.6
19-24 yaş	81	34.2
25-29 yaş	22	9.3



30-35 yaş	6	2.5
35 yaş ve üstü	1	0.4
<i>Futbol oynama süresi</i>		
0-2 yıl	49	20.7
3-5 yıl	64	27.0
6-8 yıl	69	29.1
9-11 yıl	34	14.3
11 yıl ve üstü	21	8.9
<i>Mevki</i>		
Kaleci	27	11.4
Defans	81	35.0
Orta Saha	60	25.3
Hücum	67	28.3
<i>Takımın kategorisi</i>		
Amatör/Bölgesel Lig	19	8.0
3. Lig	51	21.5
2. Lig	46	19.4
1. Lig	43	18.1
Süper Lig	78	32.9
<i>Milli sporcu olma durumu</i>		
Evet	58	24.5
Hayır	179	75.5

Tablo 1'de araştırmaya katılan kadın futbolcuların demografik özelliklerine göre yapılan frekans analizi sonuçları gösterilmektedir. Bulgular incelendiğinde, kadın futbolcuların % 53.6'sının 18 yaş ve altı, % 29.1'inin 6-8 yıl futbol oynadığı, % 35.0'unun defans mevkinde oynadığı, % 32.9'unun oynadığı takımın kategorisinin süper lig olduğu, % 75.5'inin ise milli sporcu olmadığı görülmüştür.

Tablo 2: Kadın futbolcuların profesyonel futbolcularda psikolojik becerileri, atletik zihinsel enerji ve futbol tutum ölçekleri için yapılan güvenilirlik analizi sonuçları

Ölçekler	Madde sayısı	Cronbach Alfa
PFPBÖ	16	0.854
AZEÖ	18	0.886
FTÖ	26	0.885

PFPBÖ: Profesyonel futbolcularda psikolojik beceriler ölçeği, AZEÖ: Atletik zihinsel enerji ölçeği, FTÖ: Futbol tutum ölçeği

Tablo 2’de araştırmaya katılan kadın futbolcuların profesyonel futbolcularda psikolojik becerileri, atletik zihinsel enerji ve futbol tutum ölçekleri için yapılan Cronbach Alfa güvenilirlik analizi sonuçları gösterilmektedir. Analiz sonuçları incelendiğinde, kadın futbolcuların profesyonel futbolcularda psikolojik becerileri, atletik zihinsel enerji ve futbol tutum ölçeklerinin “Cronbach Alfa katsayıları sırasıyla 0.854, 0.886 ve 0.885”dir.

Tablo 3: Kadın futbolcuların profesyonel futbolcularda psikolojik becerileri, atletik zihinsel enerji ve futbol tutum ölçekleri toplam puanları arasındaki ilişki

Değişken	Ort	SS	1	2	3
1. PFPBÖ	64.139	9.882	1	0.764*	0.428*
2. AZEÖ	87.595	12.937		1	0.413*
3. FTÖ	109.409	13.629			1

Ort: Ortalama, SS: Standart sapma, *p<0.05, PFPBÖ: Profesyonel futbolcularda psikolojik beceriler ölçeği, AZEÖ: Atletik zihinsel enerji ölçeği, FTÖ: Futbol tutum ölçeği

Tablo 3’te araştırmaya katılan kadın futbolcuların PFPBÖ, AZEÖ ve FTÖ ölçekleri toplam puanları arasındaki ilişkileri gösteren Pearson korelasyon testi sonuçları ve tanımlayıcı istatistik değerleri gösterilmektedir.

Tanımlayıcı istatistik değerleri incelendiğinde, kadın futbolcuların PFPBÖ toplam puan ortalaması 64.139, AZEÖ toplam puan ortalaması 87.595 ve FTÖ toplam puan ortalaması ise 109.409 olduğu saptanmıştır.

Korelasyon bulguları incelendiğinde, kadın futbolcuların PFPBÖ toplam puanları ile AZEÖ ve FTÖ ölçeklerinin toplam puanları arasında sırasıyla ($r=0.764$, $p<0.05$) pozitif olarak yüksek düzeyde, ($r=0.428$, $p<0.05$) pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Diğer taraftan kadın futbolcuların AZEÖ toplam puanları ile FTÖ toplam puanları arasında pozitif yönde, orta düzeyde bir ilişki vardır. Bu ilişkide istatistiksel düzeyde anlamlı olduğu belirlenmiştir ($r=0.413$, $p<0.05$).



Tablo 4: Kadın futbolcuların futbol tutum ölçeği toplam puanlarının atletik zihinsel enerji ölçeği toplam puanları üzerindeki etkisi (Model 1)

Değişken	Beta	SH	t	p
Sabit	44.666	6.216	7.186	<0.001
FTÖ	0.392	0.056	6.959	<0.001
R		0.413		
R ²		0.171		

Beta: Katsayı, SH: Standart hata, FTÖ: Futbol tutum ölçeği

Tablo 4'de araştırmaya katılan kadın futbolcuların AZEÖ toplam puanları bağımlı ve FTÖ toplam puanlarının bağımsız değişken olarak kullanıldığı basit doğrusal regresyon analizi sonuçları görülmektedir. Regresyon katsayı sonuçları incelendiğinde, kadın futbolcuların FTÖ toplam puanlarının AZEÖ toplam puanları üzerindeki etkisi istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (Beta=0.392, p<0.05).

Tablo 5: Kadın futbolcuların atletik zihinsel enerji ölçeği toplam puanlarının profesyonel futbolcularda psikolojik becerileri toplam puanları üzerindeki etkisi (Model 2)

Değişken	Beta	SH	t	p
Sabit	13.041	2.848	4.579	<0.001
AZEÖ	0.583	0.032	18.135	<0.001
R		0.764		
R ²		0.583		

Beta: Katsayı, SH: Standart hata, AZEÖ: Atletik zihinsel enerji ölçeği

Tablo 5'de araştırmaya katılan kadın PFPBÖ toplam puanları bağımlı ve AZEÖ toplam puanlarının bağımsız değişken olarak kullanıldığı basit doğrusal regresyon analizi sonuçları gösterilmektedir. Regresyon katsayı sonuçları incelendiğinde, kadın futbolcuların AZEÖ toplam puanlarının PFPBÖ toplam puanları üzerindeki etkisi istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır (Beta=0.583, p<0.05).

Tablo 6: Kadın futbolcuların futbol tutum ölçeği toplam puanlarının profesyonel futbolcularda psikolojik becerileri toplam puanları üzerindeki etkisi (Model 3)

Değişken	Beta	SH	t	p
Sabit	30.218	4.714	6.411	<0.001
FTÖ	0.310	0.043	7.252	<0.001
R		0.428		
R ²		0.183		

Beta: Katsayı, SH: Standart hata, FTÖ: Futbol tutum ölçeği

Tablo 6'da araştırmaya katılan kadın futbolcuların PFPBÖ toplam puanları bağımlı ve FTÖ toplam puanlarının bağımsız değişken olarak kullanıldığı basit doğrusal regresyon analizi sonuçları görülmektedir. Regresyon katsayı sonuçları incelendiğinde, kadın futbolcuların FTÖ toplam puanlarının PFPBÖ toplam puanları üzerindeki etkisi istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür (Beta=0.310, p<0.05).

Tablo 7: Kadın futbolcuların profesyonel futbolcularda psikolojik becerileri ölçeği toplam puanlarının bağımlı değişken olarak kullanıldığı basit doğrusal regresyon analizi sonucu (Model 4)

Değişken	Beta	SH	t	p
Sabit	6.066	3.658	1.658	0.099
FTÖ	0.098	0.033	2.967	0.003
AZEÖ	0.541	0.035	15.558	<0.001
R		0.774		
R ²		0.598		

Beta: Katsayı, SH: Standart hata, AZEÖ: Atletik zihinsel enerji ölçeği, FTÖ: Futbol tutum ölçeği

Tablo 7'de araştırmaya katılan kadın futbolcuların PFPBÖ toplam puanları bağımlı ve FTÖ toplam puanlarının bağımsız değişken olarak kullanıldığı basit doğrusal regresyon modeline AZEÖ toplam puanları bağımsız değişken olarak eklenmiş ve PFPBÖ toplam puanları üzerindeki etkileri incelenmiştir.

Model sonuçları incelendiğinde, kadın futbolcuların FTÖ toplam puanlarının PFPBÖ toplam puanları üzerindeki etkisi istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür (Beta=0.098, p<0.05). Diğer taraftan kadın futbolcuların AZEÖ toplam puanlarının PFPBÖ toplam puanları üzerindeki etkisi istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (Beta=0.541, p<0.05). Regresyon katsayıları değerlendirildiğinde, AZEÖ toplam puanlarının bağımsız değişken olarak sonradan analize girmesinin, FTÖ toplam puanlarının, PFPBÖ toplam puanları üzerindeki etkisini azaltmıştır. Bu bulgular ışığında, kadın futbolcuların AZEÖ toplam puanlarının, FTÖ toplam puanları ile PFPBÖ



toplam puanları arasındaki ilişkide kısmi aracılık etkisinin olduğu görülmüştür. Ancak kadın futbolcuların AZEÖ toplam puanlarının kısmi aracılık etkisinin anlamlı olup olmadığı Beta değerlerindeki değişimin anlamlılığı ile test edilmiştir (Hayes, 2013).

Tablo 8: Sobel test değerleri

Test türü	Test ist	p
Sobel	6.353	<0.001
Aroian	6.342	<0.001
Goodman	6.364	<0.001

Tablo 8’de araştırmaya katılan kadın futbolcuların AZEÖ toplam puanları bağımsız değişken olarak eklendiğinde bulunan kısmi aracılık etkisinin anlamlı olup olmadığını incelemek için yapılan Sobel testi sonuçları gösterilmektedir. Sobel, Aroian ve Goodman test değerlerinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p < 0.05$). Bu bulgulara göre, kadın futbolcuların AZEÖ toplam puanları bağımsız değişken olarak eklendiğinde bulunan kısmi aracılık etkisinin anlamlı olduğu saptanmıştır.

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada kadın futbolcuların futbolda psikolojik becerilerinin futbola olan tutumları ile atletik zihinsel enerjileri arasındaki ilişkide aracılık etkisinin olup olmadığı araştırılmıştır. Uluslararası futbol literatürü incelendiğinde futbolda psikolojik yapılar ile ilgili çalışmaların son yıllarda hızlı olarak arttığı görülmektedir. Fakat atletik zihinsel enerji ile ilgili çalışmaların ise henüz yeni olması, futbolda psikolojik beceriler ile ilgili çalışmaların sınırlılığı görülmektedir. Bu üç yapının aracı değişken olarak yapıldığı başka bir çalışma ise alanyazında görülmemektedir. Dolayısıyla elde edilen bulgular yorumlanırken benzer kavramlar ile araştırmanın hipotezleri doğrultusunda tartışılıp yorumlanmıştır.

Araştırmamızın ilk bulgusuna baktığımızda araştırmaya katılan kadın futbolcuların PFPBÖ toplam puanları ile AZEÖ ve FTÖ ölçeklerinin toplam puanları arasında sırasıyla ($r=0.764$, $p < 0.05$) pozitif olarak yüksek düzeyde, ($r=0.428$, $p < 0.05$) “pozitif yönde orta yönlü” bir ilişki bulunmuştur. Diğer taraftan kadın futbolcuların AZEÖ toplam puanları ile FTÖ toplam puanları arasında pozitif olarak, orta yönlü bir ilişkinin varlığı ve ilişkinin istatistiksel olarak manidar olduğu belirlenmiştir ($r=0.413$, $p < 0.05$). Diğer taraftan kadın futbolcuların AZEÖ toplam puanları ile FTÖ-26 toplam puanları arasında pozitif olarak, orta düzeyde bir ilişki ortaya çıktığı ve bu ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($r=0.413$, $p < 0.05$). Kadın futbolcuların psikolojik becerileri ile futbola olan tutumları onların atletik zihinsel enerjilerine olumlu şekilde etkilediği söylenebilir. Bu durumda kadın futbolcuların psikolojik yapılarında imgeleme, hedef belirleme, stres ve baskı altında altıkları kararlar onların konsantrasyon, kendilerine olan güven ve kararlılıkları, motivasyon ve duygudurumlarını etkileyerek bu faktörlerin onların maksimum performanslarına olumlu düzeyde katkı sağladığı belirtilebilir. Güvendi, vd. (2018); İslam, (2021); Yıldız, (2021); İslam, vd. (2021);

Konter, (2021a, 2021b) çalışmalarında pozitif yönlü bir korelasyon bulduklarını ve bizim bu bulgumuzun da bu sonuçlar ile örtüştüğü ortaya çıkmıştır. İslam (2022c) araştırmasında negatif yönlü bir korelasyon bulunduğunu ve bizim bu sonucumuz ile aynı paralelde olmadığıdır.

Araştırmamızın bir diğer bulgusunda yapılan ilk regresyon modeli analizi sonucunda, kadın futbolcuların FTÖ toplam puanlarının AZEÖ toplam puanları üzerindeki etkisi istatistiksel düzeyde anlamlı olduğu belirlenmiştir (Beta=0.392, $p<0.05$). Dolayısıyla kadın futbolcuların futbola olan tutumları onların atletik zihinsel enerjilerini yordamıştır. Bu sonuç araştırmamızın “Kadın futbolcuların futbola olan tutumları onların atletik zihinsel enerji düzeylerini pozitif bir şekilde etkiler?” hipotezini desteklemektedir. Uluslararası futbolun en yüksek performans seviyelerinin son çeyrek asırda daha karmaşık bir hale büründüğü görülmektedir (Rampinini, vd. 2007). Kadın futbolcuların futbolda bireysel ve toplumsal etkileri onların motivasyon, güven ve konsantrasyonları olumlu yönde etkilediği belirtilebilir. Yıldız, (2021); İslam (2022c); Kaplan ve Bozdağ, (2022) çalışmasında pozitif olarak ilişki bildirmiştir ve bu bulgumuz bu sonucu desteklemektedir. Alanyazın incelendiğinde genelleme yapılabilmesi için futbola olan tutum ve atletik zihinsel enerji ile ilgili araştırmaların artırılması gerekmektedir.

Araştırmamızın bir sonraki bulgusu model iki için yapılan regresyon analizi sonucunda kadın futbolcuların AZEÖ toplam puanlarının PFPBÖ toplam puanları üzerindeki etkisi istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır (Beta=0.583, $p<0.05$). Bu sonuç kadın futbolcuların atletik zihinsel enerjileri onların psikolojik beceri düzeylerinin pozitif olarak artırdığı söylenebilir. Dolayısıyla araştırmamızın “Kadın futbolcuların atletik zihinsel enerjileri onların psikolojik beceri düzeylerini olumlu yönde etkiler?” hipotezini desteklemektedir. Futbolda fiziksel teknik ve taktiksel yeterlilikler kazanmak için gereklidir fakat başarı için yeterli olmadığı bilinmektedir. Müsabaka ortamında olumsuz koşullarda bile maksimum performans için kadın futbolcuların kaygı düzeyleri, imgelem ve optimal performans gibi ileri psikolojik becerilerin yerine getirilmesi gerekmektedir (Konter, vd. 2019: 179). Bu durum Konter ve Hankin (2008) çok boyutlu-etkileşimsel futbol performans modelindeki belirttikleri ikinci aşamada fiziksel, teknik, taktiksel ve psikolojik koşullar, yetenekler ve becerilerin performansı şekillendirirken birbirlerine bağlı olduklarına uygun olduğu söylenebilir. Psikolojik becerileri geliştirmek adına değişik pozisyonlarda oynayan futbolcuları farklı bölgelerdeki pozisyonlarda oynatmanın daha mantıklı hale geldiğini açıklamıştır (Konter, vd. 2019: 182). Beckmann ve Nash, (2018); İslam, (2021); Yıldız, (2021); İslam (2022c) çalışmalarında pozitif düzeyde bir ilişki olduğunu belirtmişlerdir ve bizim bu bulgumuz bu sonuçları desteklemektedir.

Araştırmanın bir diğer bulgusu model üç için yapılan regresyon analizi sonucunda, kadın futbolcuların FTÖ toplam puanlarının PFPBÖ toplam puanları üzerindeki etkisi istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür (Beta=0.310, $p<0.05$). Dolayısıyla kadın futbolcuların futbola olan tutumları onların psikolojik becerilerini pozitif yönlü etki ettiği belirtilebilir. Bu sonuç araştırmamızın “Kadın futbolcuların futbola olan tutumları onların psikolojik becerilerini olumlu etkiler?” hipotezini desteklemektedir. Birçok ülkede psikolojik becerilerin geliştirmesinde takımların elit sporcularda gerekli olduğunu fark etmelerinin yanında yaygın futbol antrenmanlarına ve egzersizlerine genel olarak psikolojik beceri antrenmanlarının sistematik entegrasyonuna bir uygulamadan ziyade istisna



olarak kaldığı ortaya çıkmaktadır (Konter, vd. 2019). Bu sonuç Konter ve Hankin (2008) modelindeki üçüncü aşamasında ifade ettiği takım performansını (bireysel, grup ve takım) hedeflere uygun olarak belirtilebilir. Dolayısıyla psikolojik beceri antrenmanlarının günümüz modern futbolunda nasıl bir zorunluluk haline geldiği gerçeği ortaya çıkmıştır. İslam, (2022a, 2022b) çalışmasında pozitif yönlü ilişki bildirmiştir ve bu bulgumuz bu sonuçlar ile aynı paraleldedir.

Araştırmamızın son bulgusunda yapılan önceki üç modelin test edilmesi amacıyla yapılan Sobel, Aroian ve Goodman test değerlerinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p < 0.05$). Bu bulgulara göre, kadın futbolcuların AZEÖ toplam puanlarının, FTÖ toplam puanları ile PFPBÖ toplam puanları arasındaki ilişkide kısmi aracılık etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür. Bu sonuç araştırmamızın "Kadın futbolcuların atletik zihinsel enerjileri onların futbola olan tutumlarını ve psikolojik becerileri arasında aracılık etkisi sağlar?" hipotezini desteklemektedir. Günümüzde küresel düzeyde bir endüstri haline gelen futbolda psikolojik yapıların önemli hale geldiği görülmektedir. Kendi sınırlarının ötesine geçen futbolcuların, rekor kıran, gol atan ve nispeten yüksek derecede risk alarak, güçlü rakiplere başkaldıran ve kariyerlerini tehdit eden ve stresli durumlarla yüz yüze gelmektedirler (Konter, 2013, 2015b). Dolayısıyla kadın futbolcuların bireysel ve performans etkilerinin toplumsal etkilerle beraber psikolojik yapıları onların müsabakalarda kendine güven ve motivasyonları ve konsantrasyonlarını üst düzeyde etkileyerek performanslarına maximum verim elde edebilecekleri söylenebilir. Optimal performans, müsabakalarda olumsuz koşullarda ileri psikolojik becerilerin yerine getirilmesiyle sağlanır. Takımların spordaki psikolojik hizmetleri antrenman ve maçlarda beraber olarak görmek yerine seri mağlubiyetler, küme düşme korkusu gibi sorunlar ortaya çıkınca psikolojik beceri eğitime başvurulduğu dolayısıyla bu eğitimin oyuncu ve takım gelişiminin ayrılmaz bir parçası olduğu görülmektedir (Konter, vd. 2019). Dolayısıyla Konter ve Hankin (2008)'in çok boyutlu-etkileşimsel futbol performans modelinde açıkladığı dördüncü aşamadaki performans çıktıları birbirlerine bağımlı oldukları için diğer aşamalardan da etkilenebilir ve onlar üzerinde çok güçlü (olumlu veya olumsuz) etkilere sahip olabileceklerine uygun olduğu söylenebilir. İslam, (2022c, 2023) araştırmasında tam aracılık etkisinin olduğunu gözlemlemiştir. Weinberg ve Gould (2015) ise, psikolojik becerilerin ne kadar gerekli olduğundan bahsetmektedirler. Omar-Fauzee, vd. (2010); Thelwell, vd. (2008) çalışmalarında futbolda ihtiyaç duyulan psikolojik becerileri kullandıklarını, İslam, (2021); Konter (2017); Yıldız, (2021) çalışmasında pozitif yönlü ilişki bildirmişlerdir ve bu bulgumuz bu sonuçları desteklemektedir.

Araştırma sonucuna göre kadın futbolcuların optimal performans sergileyebilmek futbolda psikolojik becerilerinin futbola olan tutumları sağladığı katkının yanın sıra futbolda atletik zihinsel enerjilerinin sportif performansa aracılık etkisi olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak araştırmada kurulan teorik model, edinilen verilerle kurulan üç farklı model ile değerlendirilmiş ve hipotezler ile de doğrulanmıştır. Dolayısıyla araştırma sonuçlarımız, kadın futbolcularda futbola olan tutum ve futbolda psikolojik becerilerin atletik zihinsel enerjilerine olan etkileri gösterilmiştir. Futbolda atletik zihinsel enerji, futbola olan tutum ve futbolda psikolojik beceriler ilgili psikolojik faktörler hakkında sportif performans açısından gerekliliği ve geliştirilmesine yönelik uygun iklim oluşturulmasıyla birlikte bu psikolojik yapılar ile ilgili kadın futbolcuların bilgi sahibi olmaları sağlanmalıdır.

Çıkar Çatışması Beyanı

“Kadın Futbolcuların Psikolojik Becerileri İle Tutumlarına Göre Zihinsel Enerjileri” başlıklı makalemin herhangi bir kurum, kuruluş, kişi ile mali çıkar çatışması yoktur.

Kaynakça

- Beckmann, J. ve Nash, C. (2018). *Sports coaching for lifelong development: A sustainable ambition?* Manuscript, Technical University of Munich.
- Böke, H. ve Güllü, M. (2020). Ortaokul öğrencileri için voleybol tutum ölçeğinin geliştirilmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 130-142.
- Çelik Kayapınar, F. ve Combul, K. (2021). *4th International Health Sciences and Innovation Congress Book*, I. Hüseyinova (Ed.), Futbol Tutum Ölçeği Geliştirilmesi (FUTÖ): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması (232-239. ss.). New York; Liberty Publications
- Chiou, S.S., Hsu, Y., Chiu, Y.H., Chou, C.C., Gill, D.L. ve Lu, F.J. (2020). Seeking positive strengths in buffering athletes' life stress–burnout relationship: the moderating roles of athletic mental energy, *Frontiers in Psychology*, 10, 3007.
- Chyzowych, W. (1990). *The Official Soccer Book of The United States Soccer Federation*, Tenth Printing, Chicago: Rand McNally and Company, 234-235.
- Cook, D.B. ve Davis, J.M. (2006). Mental energy: defining the science, *Nutrition reviews*, 64(7), 1.
- Güvendi, B, Türksoy, A, Güçlü, M. ve Konter, E. (2018). Profesyonel güreşçilerin cesaret düzeyleri ve zihinsel dayanıklılıklarının incelenmesi. *International journal of sports exercise & training sciences*, Vol 4, Issue (2), 70-78
- Hays, K.F. ve Smith, R.J. (1996). “*Incorporating Sport and Exercise Psychology into Clinical Practice*”, *Exploring Sport and Exercise Psychology*, Derl.: Van Raalte, J.L. Brewer, B.W. (Washington D.C: American Psychological Association), ss. 413-429.
- Hayes, A.F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York: The Guilford Press.
- Harwood, C. (2008). Developmental consulting in a professional football academy: The 5Cscaching efficacy program. *The Sport Psychologist*, 22(1), 109–133.
- İslam, A. (2021). *Profesyonel Futbolcuların Psikolojik Becerileri ve Zihinsel Dayanıklılıklarına Göre Cesaretleri*, (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı, Samsun
- İslam, A. (2022a, Mayıs). “*Farklı Bölümlerde Öğrenim Gören Yükseköğretim Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumu (Ordu Üniversitesi Örneği)*”, 1ST International Azerbaijan Academic Research Congress, Bakü, Azerbaijan



- İslam, A. (2022b). "Ordu İlinde Güreş Yapan Bireylerin Güreş Sporuna Yönelik Tutum Düzeyleri, (Bölüm 16)", İlkım, M. (ed): *Sporda Güncel Araştırmalar (1. Basım)*, (ss. 273-286). Ankara: Gece Kitaplığı
- İslam, A. (2022c). The effect of athletic mental energy on wrestlers' sports courage and attitudes toward wrestling. *Physical Education of Students*, 26(5):247-255. <https://doi.org/10.15561/20755279.2022.0504>
- İslam, A. ve İmamoğlu, O. (2019). Spor Eğitimi Alan Üniversite Öğrencilerinin Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi (Ordu Üniversitesi Örneği), *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8 (Ek Sayı 1), 1313-1324
- İslam, A., Konter, E. ve İmamoğlu, O. (2021). "Futbolcuların Zihinsel Antrenmanlarına Göre Cesaret Düzeyleri, (Bölüm 23)", Doğar, Y. ve Selçuk, M.H. (ed): *Spor Bilimlerinde Araştırma ve Değerlendirmeler (Cilt 2) (1. Basım)*, (ss. 179-206). Ankara: Gece Kitaplığı
- İslam, A. (2023). Three variables in the training of female soccer players: the relationship between psychological skills, mental energy and courage, *E-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 14 (1), 373-390. DOI: <https://doi.org/10.19160/e-ijer.1230389>
- İnceoğlu, M. (2010). *Tutum algı iletişim*. 5. Baskı. İstanbul: Beykent Üniversitesi Yayınevi.
- Kaplan, E., ve Bozdağ, B. (2022). The relationship of use of imagery in sports with athletic mental energy. *Mediterranean Journal of Sport Science*, 5(4), 892-903. DOI: <https://doi.org/10.38021asbid.1162677>
- Kaya, A., Yurtal, F. D., Kaygusuz, C., Sarı, E., Girgin, G., Şahin, H., Çakır, M.A., Güven, M., Kutlu, M., Balcı, S. ve Terzi, Ş. (2014). Psikolojik Danışma Ve Rehberlik. (Kaya. A.. Ed.). "Bireyi Tanıma ve Bireyi Tanıma Teknikleri" içinde (s. 197-297).10. Baskı. Ankara: Anı Yayıncılık
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, 151-152.
- Karasar, N. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Konter, E., ve Hankin, T. (2008). *Multi-dimensional interactional model of sport performance with the soccer example: A dialectical approach*. XIIth Conference of Soccer and Tennis, National Sports Academy (pp. 34-51). Sofia, Bulgaria.
- Konter, E. (2002). *Profesyonel Futbolda Bazı Değişkenlere Göre Psikolojik Becerilerin Araştırılması*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 125267, Adana
- Konter, E. (2004). Profesyonel Futbolcuların Kaptan Olup-Olmamalarına Göre Psikolojik Becerilerinin Araştırılması, *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (Gazi BESBD)*, IX (1), 25-34
- Konter, E. (2005a). Profesyonel Futbolcuların Yaş Gruplarına Göre Psikolojik Becerilerinin Araştırılması, *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (Gazi BESBD)*, X(1), 17-24

- Konter, E. (2005b). Profesyonel Futbolcuların Oynadıkları Pozisyonlara Göre Psikolojik Becerilerinin Araştırılması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(23), 21-28
- Konter, E. (2006). Profesyonel Futbolcuların Milli Takımlarda Yer Alma Düzeylerine Göre Psikolojik Becerileri, *Spor Hekimliği Dergisi*, 41(3), 79-86
- Konter, E. (2009). “Development of A Soccer Psychological Skills Scale-16 (SPSS-16). Proceedings of the 14 th”. Personality, Motivation, Sport, National Sports Academy, Sofia, Bulgaria.
- Konter, E. (2013). Towards multidimensional-interactional model of sport courage. *Energy Education Science and Technology Part B: Social and Educational Studies*, 5(2), 957-968.
- Konter, E. (2015a, July). “Courage of association football players: Decision-making at risk”. 14th European Congress of Sport Psychology, Bern, Switzerland.
- Konter, E. (2015b, September). “Courage and football performance in the face of negative and positive circumstances”. International Sport Sciences Research Congress-USBAK, Çanakkale, Turkey.
- Konter, E. (2017). *Psychological skills of football players in relation to level of courage, individual and performance variables*. 14th ISSP World Congress of Sport Psychology, 10–14 June, Seville, Spain.
- Konter, E., Beckmann, J. ve Mallett. C.J. (2019). “Psychological skills for performance development, (part XIV)”, E. Konter, J. Beckmann, and Loughhead (eds.). in: *Football psychology: From theory to practice. (1nd Edition)*, (pp.179-197). London, England: Routledge.
- Konter, E. (2021a). *Sport courage in relation to depression-anxiety-stress, self-confidence, self-control and self-management, psychological vulnerability, and sport performance*, 15th World Congress of the International Society of Sports Psychology-ISSP, September 30-October 4, Taipei, Taiwan.
- Konter, E. (2021b). *Children sport courage in relation to anger and selected individual, sport, health, and success variables*, 15th World Congress of the International Society of Sports Psychology-ISSP, September 30-October 4, Taipei, Taiwan
- Li, F. J., Chen, J. J. ve Baker, M. (2012). University students' attitudes toward physical education teaching. *Journal of Teaching in Physical Education*, 33(2),186-212.
- Lieberman, H.R. (2007). Cognitive methods for assessing mental energy. *Nutritional Neuroscience*, 10(5-6), 229-242.
- Loehr, J.E. (2005). “Leadership: full engagement for success,” in *The Sport Psychology Handbook*, ed Murphy S. Champaign, IL: Human Kinetics, 157-158.
- Lykken, D.T. (2005). *Mental energy*, *Intelligence*, 33(4), 331-335



- Lu, F.J., Gill, D.L., Yang, C., Lee, P.F., Chiu, Y.H., Hsu, Y.W. ve Kuan, G. (2018). Measuring athletic mental energy (AME): instrument development and validation, *Frontiers In Psychology*, 9, 2363. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02363>
- MacKinnon, D.P., Warsi, G. ve Dwyer, J.H. (1995). A simulation study of mediated effect measures. *Multivariate Behavioral Research*, 30, 41-62.
- MacKinnon, D.P., Lockwood, C.M., Lockwood, J.M., West, S.G. ve Sheets, V. (2002). A comparison of methods to test mediation and other intervening variable effects. *Psychol Methods*, 7 (1), 83–104. doi:10.1037/1082-989x.7.1.83.
- Omar-Fauzee, M., Jamalis, M., Ab-Latif, R., ve Cheric, M. C. (2010). The mental skills training of university soccer players. *International Education Studies*, 3(2), 81–90.
- Önal, L., Yılmaz, H., Kaldırımçı, M. ve Ağduman, F. (2017). Atatürk Üniversitesi Öğrencilerinin Spora Karşı Tutumları ile Yaşam Kaliteleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Muş Alparslan Üniversitesi Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1).
- Öncü, E., Gürbüz, B. ve Tunçkol, H. M. (2012). Basketbol tutum ölçeğinin geliştirilmesi. *International Journal of Human Sciences [Online]*. (9)2, 126-140.
- Pain, M. A., ve Harwood, C. (2004). Knowledge and perceptions of sport psychology within English soccer. *Journal of Sports Sciences*, 22(9), 813–826.
- R Core Team (2020). *R: A language and environment for statistical computing*. R Foundation for Statistical Computing, Vienna, Austria. URL <https://www.R-project.org/>.
- Rampinini, E., Bishop, D., Marcora, S. M., Bravo, D. F., Sassil, R., ve Impellizzeri, F. M. (2007). Validity of simple field tests as indicators of match-related physical performance in top-level professional soccer players. *International Journal of Sports Medicine*, 28, 228–235.
- Sivrikaya, M.H. ve Ozan, M. (2020). Futbolcuların psikolojik becerilerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi, *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 22(1), 1-12
- Sobel, M.E. (1982). Asymptotic confidence intervals for indirect effects in structural equation models. In S. Leinhardt (Ed.), *Sociological methodology, 1982 (pp. 290-312)*. Washington, DC: American Sociological Association.
- Sobel, M.E. (1986). Some new results on indirect effects and their standard errors in covariance structure. *Sociological Methodology*, 16, 159-186. doi:10.2307/270922.
- Strudwick, T. (2016). *Soccer science*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Tavşancıl, E.(2002). *Tutumların Ölçülmesi ve SPSS ile Veri Analizi Ankara*: Nobel Yayınevi
- Tavşancıl, E. (2014). *Tutumların Ölçülmesi ve SPSS ile Veri Analizi*, (5. Baskı), Ankara: Nobel Yayıncılık

- Thelwell, R.C., Weston, N.J.V., Greenlees, I.A., ve Nicholas, V.H. (2008). A qualitative exploration of psychological-skills use in coaches. *The Sport Psychologist*, 22, 38–53.
- Türkiye Futbol Federasyonu (TFF) (2022). *İletişim/Bölge Müdürlükleri*. Erişim: 17 Mart 2022. <https://www.tff.org/default.aspx?pageID=229>
- Ünlü, H. (2011). Beden Eğitimi Öğretmenliği Mesleğine Yönelik Tutum Ölçeği (BEÖYTÖ) Geliştirilmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*,11(4), 2005-2020
- Yıldız, A. B., Yarayan, Y. E., Yılmaz, B., ve Kuan, G. (2020). Adaptation of the athletic mental energy scale to the Turkish language and investigation of its psychometric properties. (*Spormetre*) *The Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 18(3), 108-119. doi: 10.33689/spormetre.684587.
- Yıldız, A.B. (2021). *Futbolcularda Duygusal Zekânın Atletik Zihinsel Enerjiye Etkisinde Antrenör - Sporcu İlişkinin Aracılık Rolü*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri Programı, Ankara
- Wang, Bin. 2015. *bda: Density Estimation for Grouped Data*. R Package Version 5.1.6. Comprehensive R Archive Network. <https://CRAN.R-project.org/package=bda>.
- Weinberg, R. S., ve Gould, D. (2015). *Foundations of sport and exercise psychology (6th ed.)*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Extended Abstract

Problem: Although there is no precise definition, mental energy is an interesting concept (Lieberman, 2007). Mental energy is a skill that athletes use so that they can think about problems for a long time, block out distractions, and be persistent in the search for solutions. Mental energy is a major determinant of successful performance. Defined as “an athlete’s perception of his or her state of energy,” mental energy in sports has cognitive, affective, and motivational components. Women’s soccer has gained popularity in recent years. Women are appearing in all fields. Women’s soccer teams compete in leagues in almost every region of Türkiye. Despite the increasing visibility of women in soccer, few researchers have focused on women’s athletic mental energy, psychological skills, and attitudes toward soccer. This is the originality of this study. Therefore, this study investigated whether female soccer players’ psychological skills mediate their attitudes toward soccer and athletic mental energy.

Method: The study population consists of women's soccer teams competing in the "Women's Super League," "2nd Football League," "3rd Football League," and Amateur leagues within the 14 regions (TFF, 2022) determined by the Turkish Football Federation (TFF) for the 2021-2022 soccer season. Tavşancıl (2014) states that “the sample size should be at least five times the size of each scale item.” Therefore, the sample consists of 237 women soccer players from KDZ Ereğli Belediyespor, Alg Spor, Trabzonspor AŞ, Dudullu, Giresunspor, Gaziantep Asya Spor, Ünye Gücü FK, Pendik Çamlık Spor from 2nd League, Rüşumat-4 Gençlik Spor, Rize Yeşilcaay Spor and Kızıltepe Sports High School women's football teams from 3rd League.

Soccer Attitude Scale

The scale was developed by Çelik Kayapınar and Combul (2018). It consists of 26 items and four subscales: individual effects (11 items), social interaction (eight items), performance (four items), and psychological effects



(three items). It has factor loadings of 0.453 to 0.741. The total scale has a reliability coefficient of 73.8. The total score ranges from 46 to 110.

This study examined the mediating role of athletic mental energy on the effect of soccer attitude on soccer psychological skills. First, frequency analysis findings were presented according to the demographic characteristics of the participants. "Percentage (%) and frequency (n) values of the groups" were calculated using the frequency analysis findings. Then, Cronbach's alpha reliability analyses were applied. Second, the relationships between the total scores of the scales were examined using the correlation test. The Shapiro-Wilk test was used for normality testing to determine the most appropriate hypothesis test.

Results: Table 3 shows the Pearson correlation test results and descriptive statistics values indicating the relationships between the total scores of SPSS-16, AMES, and SAS scales.

Participants had mean SPSS-16, AMES, and SAS scores of 64.139, 87.595, and 109.409, respectively.

There was a strong positive correlation between SPSS-16 and AMES total scores ($r=0.764$, $p<0.05$). There was a moderate positive correlation between SPSS-16 and SAS total scores ($r=0.428$, $p<0.05$). On the other hand, there was a moderate positive correlation between AMES and SAS total scores. This relationship was statistically significant ($r=0.413$, $p<0.05$).

The first regression model analysis showed that the effect of the participants' SAS total scores on their AMES total scores was statistically significant ($Beta=0.392$, $p<0.05$). Therefore, their attitudes toward soccer predicted their athletic mental energy. This result supports the hypothesis "Do female soccer players' attitudes toward soccer positively affect their athletic mental energy levels?" The highest performance levels of international soccer have become more complex in the last quarter century (Rampinini, et al. 2007). The individual and social effects of women soccer players in soccer positively affect their motivation, confidence, and concentration. Yıldız (2021) and Islam (2022c) reported a positive relationship, which supports our result. However, we need more research on attitudes toward soccer and athletic mental energy in order to make generalizations.

Conclusion and Recommendations: In addition to the contribution of female soccer players' psychological skills to their attitudes toward soccer, there is a mediating effect of athletic mental energy on sportive performance. In conclusion, the theoretical model of this study was evaluated with three different models and confirmed with the hypotheses. Therefore, our results show the effects of attitude towards soccer and psychological skills in soccer on athletic mental energy in female soccer players. Female soccer players should be informed about the psychological factors related to athletic mental energy, attitudes towards soccer, and soccer psychological skills. Coaches and trainers should provide a suitable climate for female soccer players to develop those components.