

PROFESYONEL FUTBOLCULARIN TAKIM ARKADAŞLARIYLA İLİŞKİ DÜZEYLERİNE GÖRE PSİKOLOJİK BECERİLERİNİN ARAŞTIRILMASI

E. KONTER*

ÖZET

Araştırmanın amacı, profesyonel futbolcuların takım arkadaşlarıyla ilişki düzeylerine göre (iyi, orta ve zayıf) imgeleme (İM), baskı altında doruk performans (BD), bağlılık gösterme (BG), stresle başa çıkma (SB) ve karşılaşma kaygısını yönetme (KK) psikolojik becerilerini araştırmaktır. Araştırmanın evrenini Türkiye Futbol Federasyonunun 7. Bölgesi olan Güney-Anadolu illeri oluşturdu. Bu bölgedeki 18 profesyonel futbol takımından 17'sine ve 451 profesyonel futbolcudan toplam 312'sine ulaşıldı. Yöntem olarak Futbolda Psikolojik Beceriler Ölçeği-16 (FPBÖ-16)'dan ve futbolcuların takım arkadaşlarıyla ilişki düzeyine ilişkin ankete verdikleri yanıtlardan yararlandı. FPBÖ-16'nın güvenilirlik katsayıları, İM'de 0.66, BD'de 0.73, BG'de 0.62, SB'de 0.68 ve KK'de ise 0.63 idi. Tek yönlü varyans analizi ve Scheffe testine göre, futbolcuların takım arkadaşlarıyla ilişkilerinin düzeyi ile BD, BG ve KK arasında anlamlı farklılık bulunmazken ($p>0.05$), bu düzey ile İM ve SB becerileri arasındaki farklılık anlamlı oldu (İM'de $F(2) = 0.72$, $p<0.05$ ve SB'de $F(2) = 4.99$, $p<0.01$). Scheffe testi, takım arkadaşlarıyla ilişkileri iyi düzeyde olan profesyonel futbolcuların, orta düzeyde olanlara göre, daha iyi İM ($p<0.05$) ve SB ($p<0.01$) becerileri olduğunu ortaya koydu. sini gösterdi. Takım arkadaşlarıyla ilişki düzeyi ile KK becerisi arasında ise, farklılık anlamlı olmaya yakın ($p=0.053$) bulundu. Bu konularda takımların profesyonel destek almalarının yararlı olacağı düşünülebilir.

Anahtar sözcükler: Psikolojik beceri, profesyonel futbol, takım arkadaşlığı, performans

* Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi

SUMMARY

PSYCHOLOGICAL SKILLS OF PROFESSIONAL SOCCER PLAYERS ACCORDING TO RELATIONSHIP LEVELS WITH TEAMMATES

The purpose of this study is to investigate psychological skills (imagery, peaking under pressure, commitment, coping with stress and competitive anxiety) of professional soccer players according to their relationship levels (good, medium and poor) with their teammates. The population of the study consisted of 18 professional soccer teams and 451 professional soccer players from the 'South Anatolia Region' of the Turkish Soccer Federation. All except one professional soccer teams and a total of 312 players participated in the study. Soccer Psychological Skills Scale-16 (SPSS-16) and a questionnaire were applied to the players to gather data. Reliability coefficients of SPSS-16 were 0.66 for imagery, 0.73 for performing under pressure, 0.62 for commitment, 0.68 for coping with stress, and 0.63 for competitive anxiety. The results of the one-way ANOVA and Scheffe tests revealed significant differences between the level of players' relationship and imagery ($F(2) = 72, p < 0.05$), and coping with stress ($F(2) = 4.99, p < 0.01$). The difference was also found close to significance for the competitive anxiety parameter ($p = 0.053$). Soccer players with good relationships have better imagery, coping with stress and competitive anxiety skills than players with medium and poor levels of relationship. Soccer teams may be encouraged to receive professional advice in this respect.

Key words: *Psychological skills, professional soccer, teammates, relationship, performance*

GİRİŞ

İletişim becerileri yaşamda olduğu gibi sporda da başarılı ve başarısız sonuçların ortaya çıkmasında önemli role sahiptir. Futbolda takım içi iletişimin oyuncuların zihinsel ve duygusal durumları, performans davranışları, başarı ve başarısızlık karşısındaki tutumları üzerinde etkisi olabilir. Genel olarak sporlar ve özel olarak da futbolda yapılan araştırmalar, iletişimin psikolojik beceriler ve performans açısından önemini ortaya koymaktadır (1,3,6,7,12,23,25).

Takım sporlarında yüksek performans ve başarının yakalanması, oyuncular arasında hem sosyal, hem de amaç birlikteliğinin yaratılmasına

bağlıdır (1,5,11). Bu nedenle, futbolcuların takım içi ilişkilerinin düzeyi, onların ne ölçüde takım olabildiklerini, takımda bulunan psikolojik ortamı ve futbolcuların psikolojik becerilerini önemli düzeyde etkileyebilir. Takım bütünleşmesi ile performans arasında dairesel bir ilişki bulunur ancak, takım bütünleşmesinin yüksek performansa yol açmasından çok yüksek performansın takım bütünleşmesine yol açtığı ileri sürülmektedir (8,23).

İnsanlarla geçinmenin, onların duygularını, çabalarını destekleme ve empati kurmanın, sportif başarıda çok önemli bir beceri olduğu, ilişki kurma becerisinde başarısız olan sporcuların, genellikle gelişimlerini de engelledikleri belirtilmiştir (12). Gençlerin önem verdiği büyüklerin ve arkadaşların, onların psikolojik gelişimlerini önemli düzeyde etkilediği ve bu durumun kendilerini kontrol etmede, olumlu tutum, beceriklilik, mücadelecilik algısı ve hedefli davranışlar geliştirmelerinde önemli olduğu ileri sürülmüştür (21).

Takım arkadaşlarıyla ilişkileri zayıf düzeyde olan profesyonel futbolcuların, orta ve iyi düzeyde olanlara göre, daha yüksek durumluk kaygı yaşadıkları bulunmuştur (3). Yüksek durumluk kaygının, iletişim becerileri ve performans üzerindeki olumsuz etkileri de gösterilmiştir (22,23). Bütün bunlara ek olarak, futbol takımında kişilerarası stresle performans arasında, önemli düzeyde ilişki bulunmasına karşın, düşük düzeyde performansın takımdaki sosyal atmosferle ilgili olumsuz duygular yarattığı ortaya konmuştur (19). Yüksek düzeyde yarışma çevresinin, sporcuları geçmişte olmadığı kadar, daha iyi odaklanma ve bağlılık göstermeye zorladığı ve bunun sporcuların ilişkilerini etkileyebileceği de ileri sürülmüştür (9,10).

Zihinsel uygunluğun, futbolcunun potansiyelini ortaya koymasında fiziksel uygunluk kadar önemli olduğu, her bir futbolcunun, takım arkadaşlarına, rakiplerine, antrenörlerine, oyun kurallarına, resmi görevlilere ve hepsinden önemlisi de kendisine karşı olumlu bir tutum geliştirmesi gerekliliği belirtilmiştir (4). Buna ek olarak, olumsuz yorum ve el-kol hareketlerinin, oyuncular arasındaki ilişkilere çabuk zarar verebileceği ve takımın moralini bozabileceği vurgulanmıştır (24). Arkadaşlık (akran) ilişkilerinin, kişilerin duygularını ve değer algılarını etkilediğini, bunun da fiziksel aktivite motivasyonunda önemli rol oynadığı ileri sürmüştür (13).

Futbolda düzenli oynayan oyuncuların; yedek durumda bulunanlara göre, oyunların sayısından, statüden, sonuçlardan ve kişisel performanstan

daha çok tatmin oldukları belirtilmiştir. Profesyonel futbolda takım içi arkadaşlık ilişkilerinin düzeyi, liderlikten ve oyuncuların birbirleriyle ilgili farklı algı ve değerlendirmelerinden de etkilenebilir (14).

Ulusal ölçekli kaynaklarda profesyonel futbol, takım arkadaşlığı ve psikolojik becerilerle ilişkili araştırmalar hemen hemen yok gibidir. Bu boşluğun doldurulması için, birçok araştırmaya gereksinme vardır. Bu bağlamda araştırmanın amacı; “profesyonel futbolcuların psikolojik becerileri (İM, BD, BG, SB ve KK), takım arkadaşlarıyla ilişkilerinin düzeyine göre (iyi, orta ve zayıf) anlamlı farklılık göstermekte midir?” sorusuna cevap aramaktır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırma grubu

Bu çalışmaya yaşları 16–37 arasında değişen (23.1 ± 3.7 yaş) 312 erkek profesyonel futbolcu katıldı. Araştırmanın evreni, TFF'nin 7. bölgesi olan Güney-Anadolu illerindeki 1., 2. ve 3. ligde bulunan 18 takım ve bunların 451 profesyonel futbolcusundan meydana geldi. Bunlardan 17 profesyonel futbol takımı ve 312 profesyonel futbolcunun verileri analiz edildi. Böylelikle, biri hariç evrendeki tüm profesyonel futbol takımlarına ulaşıldı. Evren ve örneklemin oluşturulmasında, TFF'nin Güney-Anadolu illeri bölge temsilciliğinden ve yazılı kaynaklardan yararlanıldı (15,16,17).

Veri toplama araçları

Veri toplama aracı olarak kullanılan “FPBÖ-16”, 5 faktör ve 16 maddeden meydana gelmektedir (4). FPBÖ-16'nın güvenilirlik katsayıları, İM= 0.66, BD= 0.73, BG= 0.62, SB= 0.68 ve KK= 0.63'tür. FPBÖ-16'da beşer (her zaman, sık sık, ara sıra, nadiren ve hiçbir zaman) ve profesyonel futbolcuların takım arkadaşlarıyla ilişki düzeyine ilişkin anket sorularında ise, üçer (iyi, orta ve zayıf) seçenek bulunmaktadır.

İşlemler

Teknik direktör, antrenör, takım yöneticisi ve takım kaptanlarıyla ilişkiye geçilerek yardım istendi. Kamp yapılan otel, dinlenme tesisi ve antrenman sahalarına gidilerek veriler toplandı. Futbolculara anket ve ölçek sağlanıp soru sormalarına izin verilerek bunları doldurmaları sağlandı. Çalışmanın bilimsel olduğu, sonuçların özel yaşantılarını

etkilemeyeceği, ölçek ve anket üzerine isim yazılmaması gerektiği, bilgilerin onların izni olmadan kimseye verilmeyeceği, doğru sonuçların alınması açısından içten ve samimi yanıt vermenin önemi vurgulandı.

Verilerin analizi

Profesyonel futbolcuların FBPO-16 ve anket sorularına verdikleri yanıtlardan elde edilen verilerin tek yönlü varyans (ANOVA) ve Scheffe testi analizleri yapıldı.

BULGULAR

Profesyonel futbolcuların takım arkadaşlarıyla ilişkilerinin düzeyine göre (İM, BD, BG, SB ve KK), psikolojik becerileri anlamlı farklılık göstermekte midir?

Tablo 1. Profesyonel futbolcuların takım arkadaşlarıyla ilişki düzeyine göre psikolojik becerilerine ilişkin Ort. \pm SS, tek yönlü ANOVA ve Scheffe testi sonuçları

Takım Arkadaşlığı	N	İM	BD	BG	SB	KK
Zayıf	5	3.35 \pm 1.39	3.73 \pm 1.06	4.13 \pm 1.15	3.90 \pm 1.12	3.33 \pm 1.89
Orta	23	3.63 \pm 0.86	2.96 \pm 2.09	4.19 \pm 1.03	3.46 \pm 1.02	3.48 \pm 1.06
İyi	279	3.75 \pm 0.87	3.09 \pm 1.17	4.33 \pm 0.89	4.03 \pm 0.87	3.87 \pm 0.90
Toplam	312	3.73 \pm 0.87	3.08 \pm 1.16	4.32 \pm 0.91	3.98 \pm 0.92	3.83 \pm 0.94
F		0.72	0.93	0.41	4.99	2.97
p		0.049	0.40	0.66	0.007	0.053

Tablo 1'den de görülebileceği üzere, profesyonel futbolcuların takım arkadaşlarıyla ilişkilerinin düzeyi ile BD, BG ve KK becerileri arasında anlamlı bir farklılık bulunmazken ($p > 0.05$), takım arkadaşlarıyla ilişkilerinin düzeyi ile İM ve SB becerileri arasında anlamlı farklılıklar bulundu (İM ile $F(2) = 0.72$ ve $p = 0.049$, SB ile $F(2) = 4.99$ ve $p = 0.007$). Scheffe Testi, takım arkadaşlarıyla ilişkileri iyi düzeyde olan profesyonel futbolcuların, ilişkilerinin düzeyi orta olanlara göre, daha iyi İM ($p < 0.05$) ve SB ($p = 0.008$) becerileri gösterdiklerini ortaya koydu. Takım arkadaşlığı düzeyi ile KK puanları arasında da anlamlı farklılığa çok yakın bir değer bulundu (KK ile $F(2) = 2.97$ ve $p = 0.053$). Buna göre, takım arkadaşlarıyla ilişkilerinin düzeyi iyi olanların, ilişkilerinin düzeyi orta ve zayıf olanlara göre, daha iyi KK becerisi gösterdikleri de söylenebilir.

TARTIŞMA

Elde edilen bulgular, takım arkadaşlarıyla ilişki düzeyinin İM, SB ve KK becerileri açısından önemli olacağına işaret etmekte ve bazı araştırmalar da (6,12,20) bu bulguya destek vermektedir. Takım arkadaşlarıyla ilişkinin düzeyi, iletişim ve takım bütünleşmesi açısından önemli olabileceği gibi liderlik ve kolektif güç ortaya koyma bakımından da önemli bulunmuştur (1,3,5,6,7,8,11,12,23).

Takım arkadaşlarıyla zayıf ilişki düzeyi gösteren futbolcular, takım hedefleri açısından bütünleşmede de problemler yaşayabilir. Bu durum takım ruhunun ortaya çıkışını engelleyici de olabilir. Profesyonel futbolcuların takım için ilişkileri, teknik direktör ve antrenörlerin liderlik becerilerinden de etkilenebilir. Örneğin Weiss; model bir kişi ve bir lider olarak antrenörün, takımdaki arkadaşlık ve takımın psikolojik gelişimi üzerinde önemli etkileri bulunduğunu vurgulamıştır (21). Vanfraechem-Raway, daha becerili olan futbol antrenörlerinin, daha az elit olan meslektaşlarına göre, oyuncuların davranışlarını daha iyi değerlendirlerini ortaya çıkartmıştır (18). Coakley, antrenörün etkililiğinin, antrenör-sporcu ilişkisine bağlı olduğunu belirtmiştir (2). Antrenörün çalıştığı organizasyonun niteliği ve sosyal ilişkilerinin çeşitliliği, takımdaki arkadaşlık üzerinde etkili olabilir. Bu araştırmalardan çıkarılacak sonuçlardan biri, antrenörlerin grup dinamikleri konusunda kendilerini yetiştirmelerinin çok önemli olacaktır. Böylelikle antrenörler, oyuncular arasındaki sorunları daha erken görebilir, çözümler üretebilir ve takım içi ilişkileri olumlu yönde şekillendirebilirler.

Profesyonel futbolcular takım içi ilişkileri iyi olmasa da, üstlendikleri görevleri yerine getirmek zorundadır. Bu onların profesyonel futbolcu olarak varlıklarını sürdürmeleri açısından önemlidir. Kulübün ve teknik direktörlerin isteklerini yerine getiremeyen futbolcular, zaten takımdan ve takım içi ilişkilerden dışlanmaktadır.

Diğer taraftan, profesyonel futbolcuların psikolojik becerileri, onların teknik direktör, antrenör, takım arkadaşı ve yöneticileriyle ilişki düzeyinden çok, kondisyon, teknik ve taktik performanslarıyla da ilişkili olabilir. Kendini değerli hissetmenin büyük ölçüde kazanma-kaybetme veya başarı-başarısızlık algılarına bağlı olduğu bir ortamda, profesyonel futbolcunun fiziksel, teknik ve taktik yetersizliklerinin ortaya çıkması, ilişkilerini de zora sokabilir.

Profesyonel futbolcuların, takım arkadaşları, antrenörleri, teknik direktör ve yöneticileriyle ilişki düzeylerinin, psikolojik becerileriyle

ilişkisinin ortaya çıkarılması, takım birlik-bütünlüğü, iletişim ve motivasyonun yapılandırılmasına yardımcı olacak bilgilerin elde edilmesine olanak sağlayabilir. Böylelikle, görev ve sorumluluklar, daha başarılı bir şekilde yerine getirilebilir, yüksek performansın ve başarının ortaya çıkması kolaylaşabilir.

Bu çalışma bulgularına göre, takım arkadaşlarıyla ilişkilerin düzeyi, İM, SB ve bir ölçüde KK becerileri açısından önemli görünmektedir. Bu nedenle kulüplerin, stresin performans üzerindeki olumsuz etkilerini en aza indirmek, karşılaşma kaygısını daha iyi yönetmek ve imgeleme antrenmanı ile doruk performans olanaklarını attırmak için profesyonellerden yardım almaları yararlı olabilecektir.

KAYNAKLAR

1. Beswick B: *Focused For Soccer, Develop a Winning Mental Approach*. Illinois, Human Kinetics, 2001.
2. Coakley JJ: *Sport in Society, Issues and Controversies*. Boston, Times Mirror/Mosby College Publishing, p 85, 1990.
3. Konter E: *Spor Psikolojisi ve Futbol*. İzmir, Saray Medikal Yayıncılık, 1996.
4. Konter E: Profesyonel Futbolcuların Bazı Değişkenlere Göre Psikolojik Becerilerinin Araştırılması. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Adana, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2002.
5. Lidor R, Henchen KP: *The Psychology of Team Sports*. Morgantown, West Virginia, Fitness Information Technology, 2003.
6. Martens R: *Coaches Guide to Sport Psychology*. Illinois, Human Kinetics Publishers, 1987.
7. Martens R: *Successful Coaching*. Illinois, Human Kinetics, 1990.
8. Moran A: *Sport and Exercise Psychology, a Critical Introduction*. London, Routledge, 2004.
9. Nideffer N, Segal M, Lowry M, Bond J: Identifying and developing world-class performers. In: *The Practice of Sport Psychology*. Tenenbaum G (Ed), West Virginia, Fitness Information Technology Inc, pp 129-44, 2001.
10. Nideffer RM: Test of attention and interpersonal style. *J Pers Soc Psychol* **33**: 395-402, 1976.
11. Peskewick DM, Estabrook PA, Brawley LR, Carron AV: Group cohesion in sport and exercise. In: *Handbook of Sport Psychology*. 2nd ed, Singer R, Hausenbla HA, Janelle CM, (Eds), New York, John Wiley & Sons, 2001.
12. Rotella B, Boyce BA, Allyson B, Savis JC: *Case Studies in Sport Psychology*. Boston, Jones and Bartlett Publishers, 1998.

13. Smith AL: Perceptions of peer relationships and physical activity participation in early adolescence. *J Sport Exerc Psychol* **21**: 329-50, 1999.
14. Teipel D: Relationship between coaches and regular and substitute players in soccer. In: *Science and Soccer 1*. Reilly T, Lees A, Davids K, Murphy W (Eds), London, E & FN SPON, pp 637-44, 1988.
15. Türkiye Futbol Federasyonu: 1998-1999 Sezonu Türkiye Profesyonel Birinci Lig-İkinci Devre-İkinci Lig Yükselme, Klasman Müsabakaları Statü ve Fikstürü. İstanbul, *Türkiye Futbol Federasyonu Yayınları 16 ve 20*, 1999.
16. Türkiye Futbol Federasyonu: Amatör Futbol Almanakı 1998-1999. İstanbul, *Türkiye Futbol Federasyonu Yayınları* s13, s31, s59, 1999.
17. Türkiye Futbol Federasyonu: *Adana Bölgesi Temsilciliği Arşivi*, Başkan İlyas Ayan, 1999.
18. Vanfraechem-Raway R: Relations between psychological aspects of soccer and players. In: Abstracts of the 2nd World Congress on Science and Football. Eindhoven, The Netherlands, 22-25 May 1991. *J Sports Sci* **10**: 202, 1992.
19. VanYperen NW: Interpersonal stress, performance level, and parental support: a longitudinal study among highly skilled young soccer players. *Sport Psychol* **9**: 225-41, 1995.
20. Wann DL: *Sport Psychology*. New Jersey, Prentice Hall, pp 33-34, 36, 155, 192, 1997.
21. Weiss MR: Children in Sport: an Educational Model. In: *Sport Psychology Interventions*. Murphy SM (Ed), Illinois, Human Kinetics, pp 39-69, 1995.
22. Woodman T, Hardy L: Stress and anxiety. In: *Handbook of Sport Psychology*. 2nd ed, Singer R, Hausenbla HA, Janelle CM (Eds), New York, John Wiley & Sons, 2001.
23. Weinberg R, Gould D: *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. 3rd ed, Illinois, Human Kinetics, 2003.
24. Yeagley J: *Soccer Strategies*. Indianapolis, Masters Press, p 109, 1992.
25. Yukelson D, Weinberg R, Richardson P, Jackson A: Interpersonal attraction and leadership within collegiate sport teams. *J Sport Behav* **6**: 28-36, 1983.

Yazışma adresi: Erkut Konter, Atilla Mah. 458 Sok. No 11/3

Eşrefpaşa / İzmir 35270

Tel : 0232 255 3004

Cep: 0533 466 0120

e-mail: erkut.konter@deu.edu.tr