



Profesyonel Futbol Liglerinde Görev Alan Teknik Direktör ve Antrenörlerin Duygusal Zekâları ve Zihinsel Dayanıklılıkları Arasındaki İlişki*

Sema ÖZDEMİR¹, Turgay BİÇER²

Özet

Amaç: Bu çalışmada profesyonel futbol liglerinde görev alan teknik direktör ve antrenörlerin duygusal zekâları ile zihinsel dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Materyal ve Metot: Çalışmanın Türkiye Futbol Federasyonu 2019-2020 sezonu Süper Lig Cemil Usta Sezonu, TFF 1. 2. 3. Liglerinde mücadele eden 144 profesyonel futbol kulübünde görev yapan Teknik Direktör ve Teknik Direktör Yardımcılarını kapsamaktadır. Veriler Google Formlar üzerinden katılımcılara ulaştırılmış ve gönüllü olarak araştırmaya katılımı esas alınmıştır. Araştırmaya 282 antrenör katılmıştır. Araştırmada ilgili verilerin toplanması için kullanılan form iki bölümden oluşmaktadır. Elde edilen veriler SPSS 25.0 paket programı kullanılarak istatistiksel analiz yapılmıştır.

Bulgular: Profesyonel futbol liglerinde görev alan teknik direktör ve antrenörlerin, duygusal zekâ ve zihinsel dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusal zekâlarının zihinsel dayanıklılık düzeylerine etkisinin incelendiği regresyon analizi sonucu duygusal zekânın sporda zihinsel dayanıklılığı arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır ($t=11.071$ $p<0.05$). Duygusal zekânın sporda zihinsel dayanıklılık alt boyutlarında (kontrol, mücadele, bağlılık, dağılma) olumlu ve anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Zihinsel dayanıklılık ölçeği ve tüm alt boyutları ve duygusal zekâ ölçeği kullanılarak yapılan incelemede; hem zihinsel dayanıklılık ölçeği ve tüm alt boyutları hem de duygusal zekâ ölçeği puanlarının yüksek ve çok yüksek düzeyde olduğu saptanmıştır.

Sonuç: Profesyonel futbol liglerinde görev alan teknik direktör ve antrenörlerin, duygusal zekâları ile zihinsel dayanıklılıkları arasında olumlu ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Duygusal zekânın sporda zihinsel dayanıklılığı arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler

Duygusal Zekâ,
Zihinsel Dayanıklılık,
Futbol Teknik Direktörü,
Futbol Antrenör,
Spor Yönetimi.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 02.11.2021
Kabul Tarihi: 21.01.2022
Online Yayın Tarihi: 15.03.2022

DOI:10.18826/useeabd.1018185

The Relationship Between Emotional Intelligence and Mental Toughness of Coach and Assistant Coaches Working in Professional Football Leagues*

Abstract

Aim: In this study, it was aimed to examine the relationship between emotional intelligence and mental toughness levels of coaches and trainers working in professional football leagues.

Methods: The study covers the Coach and Assistant Coaches (working in 144 professional football clubs competing in the Turkish Football Federation 2019-2020 season, Süper Lig Cemil Usta Season, TFF 1st, 2nd and 3rd Leagues. The data were delivered to the participants via Google Forms and their voluntary participation in the research was taken as basis. 282 trainers participated in the research. Two forms were used to collect the relevant data in the study. The obtained data were statistically analyzed using the SPSS 25.0 package program.

Results: A significant relationship was found between the emotional intelligence and mental toughness levels of coaches and assistant coaches working in professional football leagues. As a result of the regression analysis examining the effect of emotional intelligence on mental toughness levels, it was concluded that emotional intelligence increases mental toughness in sports ($t=11.071$ $p<0.05$). It has been determined that there is a positive and significant relationship between the mental toughness sub-dimensions (control, challenge, commitment, disintegration) of emotional intelligence in sports. In the examination made using the mental toughness scale and all its sub-dimensions and emotional intelligence scale; it was determined that both the mental toughness scale and all its sub-dimensions and emotional intelligence scale scores were high and very high.

Conclusion: A positive and significant relationship was found between the emotional intelligence and mental toughness of coach and assistant coaches working in professional football leagues. It has been concluded that emotional intelligence increases mental toughness in sports.

Keywords

Emotional Intelligence,
Mental Toughness,
Football Coach,
Football Assistant Coach,
Sports Management.

Article Info

Received: 02.11.2021
Accepted: 21.01.2022
Online Published: 15.03.2022

DOI:10.18826/useeabd.1018185

¹**Sorumlu Yazar:** Faculty of Sports Sciences, Marmara University, İstanbul/Turkey, ORCID ID:0000-0003-3291-1186

²Faculty of Sports Sciences, Marmara University, İstanbul/Turkey, ORCID ID:0000-0002-0343-5101

*Bu makale Sema Özdemir'in "Profesyonel Futbol Liglerinde Görev Alan Teknik Direktör ve Antrenörlerin Duygusal Zekâları ile Zihinsel Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı Doktora Tezinden uyarlanmıştır.

GİRİŞ

Dünyada ve ülkemizde sportif başarının oluşmasında yetkinliklerin yanı sıra psikolojik unsurların da önemli bir etkisi olduğu kabul edilmektedir. Son yıllarda spor bilimciler ve uygulayıcıların (yöneticiler, antrenörler, futbolcular, psikolojik performans danışmanları vb.) psikolojik faktörleri dikkate aldığı görülmektedir. Özellikle spor bilimciler, duyguların insanın eylemlerine yön verebilme özelliğine vurgu yaparak duygusal zekâ (Parker ve ark, 2004; Lane ve ark, 2009; Meyer ve Zizzi, 2007; Meyer ve Fletcher, 2007; Thelwell ve ark., 2008; Adiloğulları, 2011) ve zorlularla başa çıkarak performansı devam ettirebilme çabasının hedeflerine ulaşmasındaki etkisi ile zihinsel dayanıklılık (Gucciardi, 2017; Jones 2002; Gould ve ark., 2002; Clough ve ark., 2002; Weinberg ve ark, 2010) kavramlarının üzerinde yoğunlaşmışlardır.

Duygusal zekâ ve zihinsel dayanıklılık kavramları sporcular için önemli olduğu kadar saha içi önderler olan teknik direktör ve antrenörler için de önemlidir (Laborde ve ark., 2011; Gucciardi ve ark., 2009; Weinberg ve ark, 2010). Antrenörlerin yaşadıkları duygu geçişlerini (korku, kaygı, heyecan, sevinç, şok, üzüntü, çöküntü, bıkkınlık gibi) fark etme, yönetme, kendini motive etme, eşduyumu sağlama ve ilişkilerine liderlik etme becerileriyle takım içerisindeki etkisinin artmasına olumlu katkılar sağlamaktadır (Thelwell ve ark., 2008). Futboldaki rekabet ile antrenörlerde kazanma baskısı, zorlu durumlarda olumsuz duygularla başa çıkma ve dikkatini hedefte tutabilme çabası koşullarında zihinsel dayanıklılık becerileri göstermeleri ve bu yaklaşımları ile takım oyuncularına da örnek olmaları dikkat çekmektedir (Weinberg ve ark, 2010; Gucciardi, 2009).

Duygusal Zekâ kavramı, Antik Çağ düşünürlerinden Aristo'nun yıllar önce dile getirdiği "Herkes kızabilir, bu kolaydır. Ancak doğru kişiye, doğru şekilde, doğru nedenle, doğru ölçüde, doğru zamanda kızmak işte bu kolay değildir" sözü ile günümüzde de geçerliliğini koruyan bir kavramdır. Duygusal zekâ kavramının kuramsal yapısı ilk defa Salovey ve Mayer (1990) ile ortaya çıkmıştır. Araştırmacılar, duygu ile ilgili psikoloji ve psikiyatri alanındaki çalışmaları incelemiş ve kişinin duygusal alandaki becerileri ile ilgili modelini kapsayan makale ile duygusal zekâyı kavramlaştırmıştır. Salovey ve Mayer'e (1990) göre, duygusal zekâ; kişinin kendine ait ve diğer insanlara ait hislerini anlaması, bu hislerin farkına varabilmesi ve bunun sonucunda elde edilen bilgiyi davranışlarına ve düşüncelerine yansıtabilmesi için rehber olarak kullanabilmesi ve bireylerin duyguları hakkında bilinçlenmesi şeklinde tanımlamıştır. Salovey ve Mayer (1990), duygusal zekâyı; sosyal zekânın bir alt kümesi olarak tanımlamışlardır. Mayer ve Salovey (1993), duygusal zekâ, sosyal zekâ yapısına özgü olan politik, sosyal veya eylemsel taraflardan daha çok duygusal sorunları çözme üzerine odaklanmaktadır. Mayer ve Salovey (1997) duyguları algılama, duyguların kullanımı, duyguları anlamak ve duyguyu yönetme olarak belirttikleri dört alt boyuttan oluşan yetenek modeli duygusal zekâyı oluşturmuşlardır. Petrides ve Furnham (2000a) yetenek modelinde belirtildiği gibi duygusal zekânın bir yetenek olduğunu onaylamakla birlikte, duygusal zekânın kişiliğin temel nitelikleri ile olan kuvvetli ilişkisi nedeniyle "kişisel karakter özelliği" olduğunu ileri sürmüşlerdir. Petrides ve Furnham (2000a), bu tanımları ile "kişisel karakter özelliği" modelini geliştirmişlerdir. Duygusal yeterlilik olarak da ifade edilen model; kişisel özellik olarak duygusal zekâ ve bilgiyi işleme becerisi olarak duygusal zekâ olarak tanımlanmıştır. Petrides ve Furnham (2000a), geliştirdikleri modelde duygusal zekânın ana öğeleri üzerinde durmaktan ziyade, daha ağırlıklı olarak bazı kişilik parametreleri üzerinde durmuşlardır.

Duygusal zekâ araştırmaları yapan diğer araştırmacılar; Bar-On (1997a), Goleman (1995) ve Cooper ve Sawaf (2003) ise, "Karma Model" olarak tanımlanan diğer duygusal zekâ modelini benimsemiştir. Reuven Bar-On (2006) duygusal zekâyı tanımlarken; "bireyin dış kaynaklardan meydana gelen baskı ve istekleri, etkili bir şekilde yönetebilmesinde kişiye olumlu etki yaratacak duygusal, sosyal ve kişisel beceriler bileşimi" olarak ifade etmiştir. Cooper ve Sawaf 'a (1998) duygusal zekâyı, duyguların hızlı ve gücünü algılanışını, insanın bilgisi, enerjisi, ilişkileri ve öneminin bir kaynağı olarak izlenim, anlama ve faal biçimde ortaya koyma yetisi olarak tanımlamıştır. Daniel Goleman ise duygusal zekâyı; "bireyin kendi duygularının farkına varma, fark ettiği duyguları düzenleyebilme, başkalarının duyguları karşısında eşduyumu gösterme ve diğer bireyler ile olan ilişkilerini yönlendirebilme yetisi" olarak tanımlamaktadır (Goleman, 1995). 1995 yılında Daniel Goleman'ın "Duygusal Zekâ Neden IQ'dan Daha Önemlidir?" adlı kitabı ile duygusal zekâ terimini iş dünyasında daha bilinir yapmıştır. Goleman kitabında, hayattaki başarının unsurları hakkında yeniden düzenleme yaparak; duygusal zekânın yeri ve önemini belirtmiştir. Birçok araştırmacıyı peşinden sürükleyen düşünce ise, yüksek bilişsel zekâyı sahip, bir anlamda çabuk anlayıp öğrenen, problem çözmede becerikli pek çok kişinin gerek iş gerekse sosyal yaşamlarında başarılı olamadıkları ve bunun aksine ortalama bir bilişsel zekâyı

sahip birçok kişinin beklenmedik başarılar gösterdikleridir (Baltaş, 2015). IQ' su yüksek bir bireyin iş ve sosyal hayatında başarılı olması beklenirken istenilen olumlu sonuçlara ulaşamadığı; bu kişilere karşı daha düşük IQ' ya sahip ancak EQ düzeyi yüksek olan bir bireyin olumlu ve başarılı sonuçlar alabildiği gözlemlenmiştir. Bu farkın ortaya çıkması ile olumlu sonuçlar ve başarı için bireyin duygularla ilgili yeterliliklerini kapsayan "Duygusal Zekâ" kavramının geliştirilmesini sağlamıştır (Canbulat 2007). Spor insanlarında duygusal zekâyı; kişinin kendini harekete geçirme yetisine sahip olması, duygularını kontrol edebilme ve yapıcı yönde kullanma ve düzenleme olarak tanımlanabilir (Adiloğulları, 2011). Biçer (2006), duygu kontrolünün önemini belirtirken, sporcuların işler istedikleri gibi gitmediğinde veya önlerinde engeller bulunduğu, beklentiler ve baskılar sonucu stres sebebiyle çoğu zaman duygusal açıdan zorlanmalar yaşadığını ifade etmiştir.

Spor bilimcilerin üzerinde yoğunlaştığı diğer kavram ise, zihinsel dayanıklılıktır (mental toughness). Psikolojik dayanıklılık ve psikolojik sağlamlık kavramları benzer kavramlar biçiminde kullanılmıştır. Yılmazlık (resilience) ve zihinsel dayanıklılık (mental toughness) kavramları belirgin bir biçimde farklılık gösterdiğini söylenememektedir. Yılmazlık (resilience) kavramının zihinsel dayanıklılık (mental toughness) kavramından daha kapsamlı ve yaygın bir yapıda olduğu ifade edilebilir. Genel olarak ortak noktaları stresli durumlara uyum sağlamak olan bu iki kavramın farklılıklarına bakıldığında; zihinsel dayanıklılık (mental toughness); bireyin psikolojik etmenleriyle ilgilidir ve bu özelliği ile yılmazlık kavramının sadece bir etmenini simgelemektedir. Yılmazlık (resilience) ise bireysel etmenler, sağlık ve sosyal hizmetler gibi koruyucu etmenler (ekonomiler, ekosistemler, bireyler, gruplar, örgütler, gibi sistemler) ile desteklenmektedir (Gucciardi 2017). İki kavram arasındaki diğer bir ayırım ise, zihinsel dayanıklılık sadece olumsuz olaylar ile başa çıkmayı değil, olumlu olaylar olarak nitelenen; önceki başarılar, yüksek performans gibi olaylarda da bu durumu yönetmeyi içermektedir.

Çoğu araştırmada geçen "Resilience" ifadesi Türkçe "psikolojik sağlamlık, yılmazlık, psikolojik güçlenme, psikolojik dayanıklılık" ifadeleri ile çevrilmiştir. Yılmazlık (resilience) tanımını yapan araştırmacı Masten (2014), genel bir açıdan dinamik bir sistemin gelişimini, fonksiyonunu, faaliyetini tehdit eden olumsuz durumlara başarılı bir şekilde uyum sağlama yeteneği olarak ifade etmiştir. Ramirez (2007) ise, insan yaşamındaki olumsuzluklardan; depresyon, yaşamdaki değişimler, hastalıklar gibi olumsuz durumlardan hızlıca ve kolayca iyileşme becerisi, kendini daha çabuk toparlayabilme, eski haline hızlıca dönebilme olarak tanımlamıştır (akt, Seydaoğulları, 2018).

Kobasa 1979 yılında; dayanıklılık (Hardiness) kavramı araştıran ilk araştırmacı olmuştur. Kobasa, (1979) bireyin bir hastalık yaşaması veya baskılı ve endişeli durumlarla karşılaştığında bir sabır gösterebildiği kişilik özelliğine "psikolojik dayanıklılık" adını vermiştir. Kobasa (1979)' ın "sağlam kişilik" modelinden etkilenen araştırmacılar Clough, Earle ve Sewell (2002) kişilik özellikleri ile bağlantılı olarak dayanıklılığı 4C (Kontrol, Mücadele, Bağlılık, Güven) modeli ile açıklamışlardır. Zihinsel dayanıklılığın en sık kullanılan 4C modelinin yapısı, büyük ölçüde Kobasa'nın psikolojik dayanıklılık modelinden oluşturulmuştur.

Spor alanında zihinsel dayanıklılık ile ilgili ilk çalışmaları yapan araştırmacı Loehr (1982), zihinsel dayanıklılığı tanımlarken temel olarak sporcuların psikolojik yetkinliklerine (hedef belirleme, olumlu düşünme, görselleştirme) odaklanmıştır. Loehr (1986), zihinsel olarak dayanıklı kişilerin, oluşan baskılı durumlar karşısında sakin, rahat ve olumlu kalan ve disiplinli bilinç yapısına sahip, kişiler olarak tanımlamıştır (akt, Seydaoğulları, 2018). Goldberg (1998)'e zihinsel dayanıklılığı, sporcunun olumsuz durumlar, stres ve baskı ile baş edebilmesi, başarısızlık durumlarından sonra tekrar toparlanabilmesi ve duygusal açıdan dayanıklı olabilmesi gibi unsurları barındırdığını ifade etmiştir. Gould ve arkadaşları, olimpiyat şampiyonları ile gerçekleştirdikleri çalışmada zihinsel dayanıklılık için inatçılık, direnç ve yılmazlık gibi terimleri kullandıkları daha geniş bir tanım yapmışlardır (Gould ve ark., 2002). Hardy ve arkadaşları (2014) zihinsel dayanıklılığı (mental toughness), farklı stres kaynaklarının oluşturduğu baskı karşısında bireysel hedeflere ulaşabilme becerisi olarak nitelendirmiştir. (Hardy ve ark., 2014). Clough ve arkadaşları ise zihinsel dayanıklılığı, "bireyin kendi kaderini kontrol edebileceğine mutlak bir inanişsa sahip olması" olarak tanımlamıştır (Clough ve ark., 2002). Jones ve arkadaşları ise, genel olarak oluşan durumlarla rakiplerden daha iyi başa çıkma, kendine güven duyan, kararlı, baskı altında kontrollü olabilen ve odaklanmayı rakiplerine göre daha kararlı ve iyi olmayı sağlayan, doğuştan gelen ya da sonradan geliştirilmiş psikolojik bir üstünlük olarak tanımlamıştır (Jones ve ark., 2002). Gucciardi ve arkadaşlarına göre, herhangi bir engel veya baskıya direnme ve baş edebilme için bireyi güçlü kılacak duygular, değerler, davranışlar ve tutumlar toplamı; bununla birlikte işler yolunda gittiğinde de tutarlı bir şekilde hedeflerinizi gerçekleştirmek için odaklanma ve motivasyon becerisi devam ettirebilmedir

(Gucciardi ve ark., 2008). Alanyazına bakıldığında kişilik, optimal performans duygu durum, kaygı, odaklanma, güdülenme, özgüven kavramları ve başka birçok kavramın zihinsel dayanıklılık ile olan ilişkisi incelenmiş ve zihinsel dayanıklılığın sporcuların performansını olumlu etkilediği sonuçlarına ulaşılmıştır (Akman, 2019; Bull ve ark. 2006; Thelwell ve ark., 2005). Araştırmalar duygusal zekâyı zihinsel dayanıklılığın bir boyutu olarak değerlendirmektedir (Gucciardi ve ark., 2010; Butt ve ark., Maynard, & Olusoga, 2014). Jones ve ark., (2007) duygularını bilen ve yönetebilen sporcuların zihinsel olarak da daha güçlü olabildiklerini belirtmiştir.

Bu araştırmanın amacı, futbolda yönetici pozisyonunda bulunan teknik direktör ve antrenörlerin duygusal zekâ ile zihinsel dayanıklılık becerilerinin arasındaki ilişkisinin incelenmesidir. Duygusal zekâsı yüksek olan yöneticilerin zihinsel dayanıklılığının da benzer ölçüde yüksek olduğu görüşü ile inceleme yapılmıştır. Profesyonel futbol liginde görev alan teknik direktör ve antrenörlerinin, futboldaki rekabet ortamının yüksek olması, kazanma baskısı, zorluklar, başarısızlık durumlarının olumsuz etkileri gibi durumlar karşısında duygularını ve olumsuz olaylardaki baskıyı yönetmeleri sportif başarı için önemlidir. Alanyazında, duygusal zekâ ve zihinsel dayanıklılık kavramlarının bir arada incelendiği çalışmanın sınırlı olduğu görülmektedir. Türkiye’de zihinsel dayanıklılık ile duygusal zekâ kavramlarının birlikte inceleyen dört yüksek lisans tezi bulunmaktadır (Güven ve Yazıcı, 2020). Uluslararası spor bilimlerinde duygusal zekâ ile zihinsel dayanıklılığın incelendiği çalışmalar ise, Boroujeni ve ark., (2012) kadın basketbolcular ile, Tienphati ve ark., (2016) 300 rugby oyuncuları ile, Cowden (2016) farklı branşlardan 151 erkek sporcular ile, Nazaritab ve ark., (2018) 70 amatör 70 elit tekvando sporcuları ile, Yazıcı ve Güçlü (2020) yabancı ve Türk profesyonel basketbolcular ile yapılmıştır. Yapılan çalışmaların çoğunluğu ise sporcular özelinde yapılmış olup, bu çalışmada Türkiye profesyonel liglerinde görev alan antrenörlerin psikolojik beceriler olan duygusal zekâ ve zihinsel dayanıklılıklarının incelenmesi amaçlanmıştır. Yapılan çalışmanın alanyazında önemli bir boşluğu doldurması ve uygulayıcılara rehberlik etmesi açısından önemli olacağı düşünülmektedir.

MATERYAL VE YÖNTEM

Katılımcılar

Bu çalışmanın evreni, Türkiye Futbol Federasyonu 2019-2020 sezonu Süper Lig Cemil Usta Sezonu, TFF 1. 2. 3. Liglerinde mücadele eden 144 profesyonel futbol kulübünde görev yapan Teknik Direktör ve Teknik Direktör Yardımcılarını (Baş Teknik Direktör Yardımcısı, Teknik Direktör Yardımcısı, Kaleci Yardımcı Antrenörü, Kondisyoner, Psikolojik Performans Danışmanı/Mentor) kapsamaktadır. Süper Lig Cemil Usta Sezonunda (18 Kulüp), TFF 1.Lig (18 Kulüp), TFF 2. Lig (36 Kulüp), TFF 3. Lig (72 Kulüp) ‘lerde görev alan teknik direktör ve yardımcısı (antrenör) sayısı şu şekilde hesaplanmıştır. TFF 3. Ligde her bir kulüpte çalışan Teknik Direktör ve Teknik Direktör Yardımcısı (antrenör) sayısı 4 adet hesaplanmış olup, TFF 3. Lig için 288 kişi (72*4), TFF 2. Ligde her bir kulüpte çalışan Teknik Direktör ve Teknik Direktör Yardımcısı (antrenör) sayısı 5 adet hesaplanmış olup, TFF 2. Lig için 180 kişi (36*5), TFF 1. Ligde her bir kulüpte çalışan Teknik Direktör ve Teknik Direktör Yardımcısı (antrenör) sayısı 6 adet hesaplanmış olup, TFF 1. Lig için 108 kişi (18*6), Süper Ligde her bir kulüpte çalışan Teknik Direktör ve Teknik Direktör Yardımcısı (antrenör) sayısı 7 adet hesaplanmış olup, Süper Lig için 126 kişi (18*7) dir. Toplamda 702 yapılmaktadır. Ancak, bu sayılar bazı kulüplerin daha fazla kişi görevlendirmesi dikkate alınarak 750 olarak belirtilmiştir. Araştırmanın örnekleme, seçkisiz örneklem yöntemlerinden basit seçkisiz yöntemi ile belirlenmiştir. %95 güven aralığında hesaplandığında toplamda 254 teknik direktör ve yardımcısı (antrenör) olarak belirlenmiştir (Büyüköztürk ve ark., 2014).

Veri Toplama Araçları

Araştırmaya katılan teknik direktör ve yardımcılara (antrenörlerin) duygusal zekâyı ölçmek amacıyla “Schutte Duygusal Zekâ Testi (SDZT-33)” ve bireylerin zihinsel dayanıklılık seviyelerini ölçmek amacıyla da “Sporda Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği ” kullanılmıştır.

Duygusal Zekâ Envanteri: Duygusal Zekâ Envanteri yöneticilerin duygusal zekâ yeteneklerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Envanter, 1998 yılında Schutte ve ark. tarafından, Mayer ve Salovey’in yetenek modelli duygusal zekâ tanımları ışığında geliştirilmiştir. Ölçeği 2017 yılında Tatar ve ark. tarafından Türkçe uyarması, güvenilirliği ve geçerliliği yapılmıştır. “Asıl Form Schutte Duygusal Zekâ Testi SDZT33- TR (Schutte Self-Report Emotional Intelligence Test-SSREI-33) isimli envanterde maddeler 5’li Likert derecelendirme sisteminde 1 (Kesinlikle Katılmıyorum), 5 (Kesinlikle Katılıyorum) olarak

değerlendirilmiştir. Ölçek tek boyuttan oluşmaktadır. Cronbach Alfa değeri 0,86'dır. Ölçek, duygusal zekâ araştırmalarında en çok kullanılan ölçek olması dikkate alınarak tercih edilmiştir.

Sporda Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği: Sporda Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği, 2018 yılında Seydaoğulları tarafından Türk sporcuları için geliştirilmiştir. Ölçeğin “sporda zihinsel dayanıklılığı” ölçmeye yönelik olarak oluşturulması, araştırma grubu için psikolojik sağlamlık ölçeklerine göre daha uygun bulunmuştur. Ölçek, 22 maddeden oluşmaktadır. Kontrol, bağlılık, mücadele ve dağılma olarak dört alt boyuttan oluşmaktadır. Örneklem uygunluk katsayısı 0,88'dir. Kontrol alt boyutu 7 maddeden oluşmakta ve bu maddelerin faktör yükleri .78 ile .56 arasında değişmiştir. Bağlılık alt boyutu 5 maddeden oluşmakta ve bu alt boyutta yer alan maddelerin faktör yükleri .70 ile .54 arasında değer almıştır. Mücadele alt boyutu 5 maddeden oluşmakta ve bu alt boyutunda yer alan maddelerin faktör yükleri .71 ile .57 arasında değişmiştir. Son olarak Dağılma alt boyutu ise 5 maddeden oluşmakta ve bu alt boyutta yer alan maddelerin faktör yükleri .72 ile .60 arasında değer almıştır (Seydaoğulları, 2018). Ölçek, Likert tipi derecelendirmeye uygun olarak 1) Kesinlikle uymuyor- 5) Kesinlikle uyuyor şeklinde 1'den 5'e doğru puanlanan 5'li likert ölçeği tipindedir.

Türkiye Futbol Federasyonu 2019-2020 sezonu Süper Lig Cemil Usta Sezonu, TFF 1. 2. 3. Liglerinde mücadele eden profesyonel futbol takımlarında görev yapan Teknik Direktör ve Teknik Direktör Yardımcılarına (Baş Teknik Direktör Yardımcısı, Teknik Direktör Yardımcısı, Kaleci Yardımcı Antrenörü, Kondisyoner, Psikolojik Performans Danışmanı//Mentor) uygulanmıştır. Ölçekler, teknik direktör ve yardımcılarına (antrenörler) eposta veya Google formlar yoluyla ulaştırılmıştır. Anketler gönüllülük esasına göre toplanmıştır. Çalışma, 09.09.2019-174 nolu etik kurul rapor onayı ile uygulanmıştır.

İstatistiksel Analiz

Futbol Teknik direktör ve antrenörlerin duygusal zekâ ve zihinsel dayanıklılık ilişkisini incelenmek için korelasyon kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 25.0 paket programı kullanılarak istatistiksel analiz yapılmıştır. Çalışmada 286 veri toplanmıştır. Veri setindeki uç değerler ve çok değişkenli normallik varsayımının karşılanıp karşılanmadığı Mahalanobis uzaklık değerleri yardımıyla incelenmiş aykırı uç değerler gösteren 4 veri, veri setinden çıkartılmış ve toplamda 282 veri incelenmiştir. Veriler normal dağılım göstermediği için, duygusal zekâ ve zihinsel dayanıklılık arasındaki ilişki Spearman Korelasyon testi ile sınanmıştır. Ayrıca korelasyon analizi ve (duygusal zekânın, zihinsel dayanıklılık ve alt boyutlarının arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla) basit regresyon analizi uygulanmıştır. Analiz yapılırken %95 güven aralığına göre analiz yapılmıştır. Araştırmada tarama modeli kapsamında ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bu model iki veya daha fazla değişken arasındaki birliktelikte değişimin varlığını ve derecesini belirlemeye yönelik araştırma modelidir (Büyüköztürk ve ark., 2014).

BULGULAR

Araştırmanın analiz kısımlarının başlangıcında ilk olarak %95 güven aralığına göre Cronbach's Alpha değerine bakılmıştır.

Tablo 1: Güvenirlilik Analizi Sonuçları

Ölçek	Cronbach Alpha Katsayısı
Schette Duygusal Zekâ Testi-33	0,848
Sporda Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği	0,800

Schutte Duygusal Zekâ Testinin (SDZT-33) iç tutarlılığının belirlenmesi amacıyla yapılan iç tutarlılık analizinde Cronbach's Alpha değerinin 0,84; Sporda Zihinsel Dayanıklılık Ölçeğinin Cronbach's Alpha değerinin 0,80 olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre ölçeklerin “yüksek derecede güvenilir” olduğunu sonucuna ulaşılmaktadır.

Tablo 2: Ölçeklere İlişkin Tanımlayıcı Değerler

Değişkenler	Min.	Max.	\bar{x}	SS
Kontrol	2,29	5,00	4,13	,515
Bağlılık	3,00	5,00	4,32	,468
Mücadele	2,80	5,00	4,17	,538
Dağılma	3,20	5,00	4,33	,423
SZDÖ	2,97	5,00	4,10	,382
SDZT-33	3,14	5,00	4,23	,423

Profesyonel futbol liglerinde görev alan teknik direktör ve antrenörlerin zihinsel dayanıklılık düzeyleri ve tüm boyutlarda yüksek ve çok yüksek düzeyde olduğu görülmektedir. Bu boyutlar içerisinde en yüksek orana Dağılma alt boyutu sahiptir ($\bar{x}=4,3326$). Profesyonel futbol liglerinde görev alan teknik direktör ve antrenörlerin duygusal zekâ düzeyleri ise çok yüksek düzeyde olduğu görülmektedir ($\bar{x}=4,2331$).

Tablo 3: Korelasyon Analizi Sonuçları

Boyutlar	Kontrol	Bağlılık	Mücadele	Dağılma	SZDÖ	SDZT-33
Bağlılık	,652** ,000	-				
Mücadele	,747** ,000	,585** ,000	-			
Dağılma	,619** ,000	,680** ,000	,640** ,000	-		
SZDÖ	,908** ,000	,828** ,000	,872** ,000	,824** ,000	-	
SDZT-33	,455** ,000	,515** ,000	,489** ,000	,460** ,000	,552** ,000	-

p<0,01**, p<0,05*

Tablo 8 inceleme sonuçlarına göre Duygusal Zekânın Zihinsel Dayanıklılık üzerinde orta düzeyde anlamlı ve pozitif ilişki olduğu görülmektedir ($r= ,552$ p<0.01). Duygusal Zekânın; kontrol üzerinde orta düzeyde ve pozitif yönde ilişkili olduğu ($r= ,455$ p<0.01), bağlılık üzerinde orta düzeyde anlamlı ve pozitif ilişki olduğu ($r= 515$ p<0.01), mücadele üzerinde orta düzeyde ve pozitif yönde ilişkili olduğu ($r= 489$ p<0.01) ve dağılma üzerinde orta düzeyde ve pozitif yönde ilişkili olduğu ($r= ,460$ p<0.01) görülmektedir.

Tablo 4: Duygusal Zekânın, Zihinsel Dayanıklılık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi Amacıyla Yapılan Basit Regresyon Analizi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Beta	t	R	R2 adj
Zihinsel Dayanıklılık	Sabit	1,722		7,557	0,552	0,302
	Duygusal Zekâ	0,611	0,552	11,071		

Tablo 3'te yapılan regresyon analiz sonucuna göre, bağımsız değişkene ait beta katsayı değerine, t değerine ve anlamlılık seviyesine bakıldığında; sporda duygusal zekâ ile zihinsel dayanıklılık arasında istatistiksel olarak anlamlı ve olumlu bir ilişki olduğu görülmektedir ($t=11.071$ p<0.05). Zihinsel dayanıklılık üzerindeki değişimin %55.2'sinin açıklandığı görülmektedir (Düzenlenmiş R=0.552). Duygusal Zekâ değişkenindeki 1 birimlik artış Zihinsel dayanıklılıkta üzerinde 0.611'lik artışa neden olmaktadır ($\beta=0.611$).

Tablo 5: Duygusal Zekânın, Zihinsel Dayanıklılık “Kontrol” Alt Boyutu ile İlişkinin İncelenmesi Amacıyla Yapılan Basit Regresyon Analizi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Beta	t	R	R2 adj
Kontrol	Sabit	1,616		5,447	0,455	0,204
	Duygusal Zekâ	0,614	0,455	8,540		

Tablo 4'da yapılan regresyon analiz sonucuna göre, bağımsız değişkene ait beta katsayı değerine, t değerine ve anlamlılık seviyesine bakıldığında; sporda duygusal zekâ ile zihinsel dayanıklılıkta kontrol alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı ve olumlu bir ilişki olduğu görülmektedir ($t=8,540$ p<0.05). Zihinsel dayanıklılıkta kontrol üzerindeki değişimin %45.5'inin açıklandığı görülmektedir (Düzenlenmiş R=0.455). Duygusal Zekâ değişkenindeki 1 birimlik artış Zihinsel dayanıklılıkta kontrol üzerinde 0.614'lik artışa neden olmaktadır ($\beta=0.614$).

Tablo 6: Duygusal Zekânın, Zihinsel Dayanıklılıkta “Bağlılık” Alt Boyutu ile İlişkinin İncelenmesi Amacıyla Yapılan Basit Regresyon Analizi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Beta	t	R	R2 adj
Bağlılık	Sabit	1,735		6,698	0,515	0,263
	Duygusal Zekâ	0,631	0,515	10,057		

Tablo 5’de yapılan regresyon analiz sonucuna göre, bağımsız değişkene ait beta katsayı değerine, t değerine ve anlamlılık seviyesine bakıldığında; sporda duygusal zekâ ile zihinsel dayanıklılıkta bağlılık alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı ve olumlu bir ilişki olduğu görülmektedir ($t=10,057$ $p<0.05$). Zihinsel dayanıklılıkta bağlılık üzerindeki değişimin % 51.5’inin açıklandığı görülmektedir (Düzenlenmiş $R=0.515$). Duygusal Zekâ değişkenindeki 1 birimlik artış Zihinsel dayanıklılıkta bağlılık üzerinde 0.631’lik artışa neden olmaktadır ($\beta=0.631$).

Tablo 7: Duygusal Zekânın, Zihinsel Dayanıklılıkta “Mücadele” Alt Boyutu ile İlişkinin İncelenmesi Amacıyla Yapılan Basit Regresyon Analizi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Beta	t	R	R2 adj
Mücadele	Sabit	1,340	-	4,418	0,489	0,236
	Duygusal Zekâ	0,689	0,489	9,370		

Tablo 6’da yapılan regresyon analiz sonucuna göre, bağımsız değişkene ait beta katsayı değerine, t değerine ve anlamlılık seviyesine bakıldığında; sporda duygusal zekâ ile zihinsel dayanıklılıkta mücadele alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı ve olumlu bir ilişki olduğu görülmektedir ($t=9,370$ $p<0.05$). Zihinsel dayanıklılıkta mücadele üzerindeki değişimin %48.9’unun açıklandığı görülmektedir (Düzenlenmiş $R=0.489$). Duygusal Zekâ değişkenindeki 1 birimlik artış Zihinsel dayanıklılıkta mücadele üzerinde 0.689’luk artışa neden olmaktadır ($\beta=0.689$).

Tablo 8: Duygusal Zekânın, Zihinsel Dayanıklılıkta “Dağılma” Alt Boyutu ile İlişkinin İncelenmesi Amacıyla Yapılan Basit Regresyon Analizi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Beta	t	R	R2 adj
Dağılma	Sabit	2,238	-	9,226	0,460	0,209
	Duygusal Zekâ	0,510	0,460	8,671		

Tablo 7’de yapılan regresyon analiz sonucuna göre, bağımsız değişkene ait beta katsayı değerine, t değerine ve anlamlılık seviyesine bakıldığında; sporda duygusal zekâ ile zihinsel dayanıklılıkta dağılma alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı ve olumlu bir ilişki olduğu görülmektedir ($t=8,671$ $p<0.05$). Zihinsel dayanıklılıkta dağılma üzerindeki değişimin %46’sının açıklandığı görülmektedir (Düzenlenmiş $R=0.460$). Duygusal Zekâ değişkenindeki 1 birimlik artış Zihinsel dayanıklılıkta dağılma üzerinde 0.510’luk artışa neden olmaktadır ($\beta=0.510$).

TARTIŞMA

Bu çalışmanın amacı, profesyonel futbol liglerinde çalışan teknik direktör ve antrenörlerin duygusal zekâları ile zihinsel dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu kapsamda, Türkiye profesyonel futbol liglerinde görev alan ve çalışmaya katılan teknik direktör ve antrenörlere Schutte Duygusal Zekâ Testi ve Sporda Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği kullanılarak duygusal zeka ve zihinsel dayanıklılık ve tüm alt boyutları (kontrol, bağlılık, dağılma ve mücadele) arasındaki ilişki incelenmiştir.

Bu bağlamda çalışmadan çıkan sonuçlara baktığımızda;

Duygusal zekâ ile zihinsel dayanıklılık arasında istatistiksel olarak anlamlı ve olumlu bir ilişki olduğu görülmektedir ($t=11.071$ $p<0.05$). Zihinsel dayanıklılık üzerindeki değişimin %55,2’ sini açıklandığı görülmektedir. Duygusal zekânın sporda zihinsel dayanıklılığı arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmanın sonucunda hem zihinsel dayanıklılık ölçeği ve tüm alt boyutları (kontrol, bağlılık, mücadele ve dağılma) hem de duygusal zekâ ölçeği puanlarının yüksek ve çok yüksek düzeyde olduğu saptanmıştır. Duygusal zekâsı yüksek olan antrenörlerin zihinsel dayanıklılığı da yüksek olduğu saptanmıştır.

Duygusal zekâ ile zihinsel dayanıklılıkta “kontrol” alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı ve olumlu bir ilişkinin olduğu görülmektedir ($t=8,540$ $p<0.05$). Zihinsel dayanıklılıkta kontrol üzerindeki değişimin %45,5’ini açıklandığı görülmektedir. Uyar (2019), yaptığı çalışmada duygusal zekâ ile zihinsel dayanıklılık kontrol alt boyutu arasında olumlu yönlü anlamlı ilişki saptamıştır. Katılımcıların duygusal zekâları arttıkça kendini ve olayları kontrol becerilerinin arttığı söylenebilir.

Duygusal zekâ ile zihinsel dayanıklılıkta “bağlılık” alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı ve olumlu bir ilişkinin olduğu görülmektedir ($t=10,057$ $p<0.05$). Zihinsel dayanıklılıkta bağlılık üzerindeki değişimin %51,5’ini açıkladığı görülmektedir. Uyar (2019), yaptığı çalışmada duygusal zekâ ile zihinsel dayanıklılık bağlılık alt boyutu arasında olumlu yönlü anlamlı ilişki saptamıştır. Katılımcıların duygusal zekâ seviyeleri arttıkça hedefe bağlılığının da arttığı söylenebilir. Yazıcı (2016), profesyonel basketbolcular ile yaptığı çalışmada duygusal zekâ ile zihinsel dayanıklılığın bağlılık alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur.

Duygusal zekâ ile zihinsel dayanıklılıkta “mücadele” alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı ve olumlu bir ilişkinin olduğu görülmektedir ($t=9,370$ $p<0.05$). Zihinsel dayanıklılıkta mücadele üzerindeki değişimin %48,9’nu açıkladığı görülmektedir.

Duygusal zekâ ile zihinsel dayanıklılıkta “dağılma” alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı ve olumlu bir ilişkinin olduğu görülmektedir ($t=8,671$ $p<0.05$). Zihinsel dayanıklılıkta dağılma üzerindeki değişimin %46’sını açıkladığı görülmektedir. Uyar (2019), yaptığı çalışmada duygusal zekâ ile zihinsel dayanıklılık Dağılma (güven) alt boyutu arasında olumlu yönlü anlamlı ilişki saptamıştır.

Bu sonuçlara paralel olarak; Luthans (2002) ve Gucciardi ve ark. (2008); sporcunun düşünce ve duygularını kontrol edebilmesinde, performansları sırasında yaşanan güçlüklerle mücadelede, sporcunun kendine güven, odaklanma ve motivasyon becerilerini geliştirmesinde ve bunu sürdürmesindeki en belirleyici yeteneğin, zihinsel dayanıklılık olduğunu belirtmişlerdir. Zihinsel dayanıklılığın, bir duygusal zekâ unsuru olan sporcuların duygusal dengeyi kurma ve korumadaki etkisini vurgulamışlardır. Yaşar (2010), duygusal zekânın boyutlarından kendi duygularını yönetebilme yetisinin sporcu performansına olumlu etkide bulunduğunu ve duygusal zekâ seviyesi yüksek olan sporcuların sportif performanslarının da yüksek olduğunu belirtmiştir. Tavrah ve arkadaşlarının (2016) 1500 öğrenci atlet ile yaptığı çalışmada, duygusal zekâ düzeyinin artması zihinsel dayanıklılık seviyesini doğru oranda artırdığını ortaya koymuştur. Cowden (2016) tarafından, 151 ergen erkek sporcunun zihinsel dayanıklılık, stresle başa çıkma ve duygusal zekâ arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada, duygusal zekânın zihinsel dayanıklılığı yordadığı bulunmuştur. Orhan (2018) tarafından, bireysel ve takım sporu yapan sporcularda duygusal zekâ ve zihinsel dayanıklılık ilişkisine bakılan çalışmada bireysel spor yapan sporcularda duygusal zekânın zihinsel dayanıklılığı yordadığı bulunmuştur. Adiloğulları ve ark. (2019) tarafından yapılan çalışmada futbol antrenörlerinin duygusal zeka ve iletişim becerileri arasındaki ilişki incelenmiş ve futbol antrenörlerin duygusal zekanın iletişim becerilerini artırdığı bulunmuştur. Düğer (2019) tarafından yapılan araştırmada 14-35 yaş aralığındaki futbolcuların duygusal zekâ ve zihinsel dayanıklılık ilişkisine bakmış ve zihinsel dayanıklılık ile duygusal zekâ ile olumlu yönlü orta düzeyde ilişki olduğu bulunmuştur. Bahadır ve Adiloğulları (2020) tarafından, spor yapan üniversite öğrencilerinin duygusal zeka ve zihinsel dayanıklılık ilişkisi çalışmada öğrencilerinin zihinsel dayanıklılık düzeyleri ve duygusal zekâ düzeyleri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Yazıcı ve ark (2020) tarafından, Türk ve Amerikalı basketbol oyuncuları ile yaptığı çalışmada duygusal zekânın sosyal beceriler alt boyutu ile zihinsel dayanıklılığın tüm alt boyutları arasında olumlu ilişki olduğu bulunmuştur. Araştırmamızın sonuçları ile alan yazındaki çalışmaların sonuçları ile paralellik göstermektedir. Bu sonucun, Duygusal Zekâ ile Zihinsel Dayanıklılığın birbiri ile kuvvetli ve yakın ilişkisinden kaynaklandığını düşünülmektedir. Duygusal zeka ve zihinsel dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelendiği alanyazındaki çalışmaların sonuçları ile araştırmamızın sonuçlarının paralellik göstermekte olduğu görülmektedir.

SONUÇ

Sonuç olarak bakıldığında profesyonel futbol liglerinde görev alan teknik direktör ve antrenörlerin duygusal zekâları zihinsel dayanıklılıkları arasında olumlu ve anlamlı ilişki saptanmıştır. Duygusal zekâ ile zihinsel dayanıklılık arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Zihinsel dayanıklılığın başarıyı etkileyebildiği futbolda antrenörlerin duygusal zekâ düzeyleri arttıkça zihinsel dayanıklılık becerilerinin de arttığı görülmektedir.

ÖNERİLER

Çalışma, profesyonel futbol liginde 2019-2020 sezonunda çalışan teknik direktör ve antrenörleri kapsamaktadır. Futbol liginde ve sadece bir sezon içerisinde görev alan teknik direktör ve antrenörleri içermektedir.

Çalışmamızdan elde edilen sonuçlar neticesinde önerilerimiz şöyledir:

Uygulayıcılara yönelik öneriler; sporun saha içi yöneticilerinin yönetim becerilerine etki eden duygusal zekâ ve zihinsel dayanıklılık becerilerinin, yönetsel yetkinlikler arasına alınıp zorunluluk hale getirilmesi ve bu konuda eğitim almaları, seminerlere katılmaları, okumalar yapmaları ve uzmanlardan danışmanlık almaları önerilir. Antrenör eğitimleri veren futbol federasyonunda duygusal zekâ becerileri yetkinlikler arasına alınması; antrenörler ve diğer paydaşlarının mesleki eğitimleri arasına duygusal zekâ ve zihinsel dayanıklılık yetkinliklerini geliştiren eğitimleri koyması ve bu eğitimleri sürekli hale getirmesi önerilir.

Araştırcılara yönelik öneriler ise; futbol federasyonu lisansı bulunan antrenörlerin tamamını kapsayan, daha geniş bir örneklem grubuyla çalışma yapılmalıdır. İlerideki çalışmalarda ise farklı spor dallarında görev yapan antrenörleri kapsayan araştırmalar yapılabilir. Ayrıca, bireysel ve/veya takım sporlarında zihinsel dayanıklılık ve duygusal zekâ düzeyleri farklı spor dallarında görev alan antrenörler değişkeninde incelenebilir.

Yeni çalışmalarda ise; duygusal zekâ ve zihinsel dayanıklılık ilişkisinin sporda performansa ve/veya yönetim becerilerine etkisi araştırılabilir. Duygusal zekâ ve zihinsel dayanıklılık farklı değişkenler dikkate alınarak araştırma konusu olabilir. Duygusal zekâ ve zihinsel dayanıklılık araştırmalarında nitel veya nitel/nicel birlikte karma model içeren çalışmalar yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Acar Tekin, F. (2001). Duygusal zekâ yeteneklerinin göreve yönelik ve insana yönelik liderlik davranışları ile ilişkisi: banka şube müdürleri üzerine bir alan araştırması. İstanbul Üniversitesi/Sosyal bilimler enstitüsü (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul.
- Adiloğulları, İ. (2011). Profesyonel futbolcularda duygusal zekâ ile örgütsel bağlılık ilişkisi. Marmara Üniversitesi/Sağlık bilimleri enstitüsü (Doktora Tezi). İstanbul.
- Adiloğulları, İ., Görgülü R., Şenel E., (2019). Duygusal olarak zeki futbol antrenörü daha etkili iletişim becerileri gösterir mi?, Uls Spor Egz & Ant Bil Derg, Cilt 5, Sayı 1, 46–57
- Akman, D. (2019). Yetişkin sporcuların imgeleme, içsel konuşma ve stresle başa çıkma biçimlerinin zihinsel dayanıklılık ile ilişkisinin incelenmesi. Marmara Üniversitesi/Sağlık bilimleri enstitüsü (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul.
- Baltaş, Z. (2015). İnsanın dünyasını aydınlatan ve işine yansıyan ışık duygusal zekâ. İstanbul. Remzi Kitapevi.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social Intelligence (ESI)1. 18:13-25.
- Biçer, T. (2000). Kazanmak beyinde başlar. İstanbul: Beyaz Yayınları.
- Biçer, T. (2006). Daha zeki, daha cesur, daha mutlu. İstanbul: Beyaz Yayınları.
- Borujeni, ST., Mirheydari, SB., Kaviri, Z., & Shahhosseini, S. (2012). The survey of relationship and comparison: emotional intelligence, competitive anxiety and mental toughness female super league basketball players. Social and Behavioral Science, 46, 1440-1444.
- Bull, S.J., Shambrook, C.J., James, W., & Brooks, J.E. (2006). Towards and understanding of mental toughness in elite English cricketers. Journal of Applied Sport Psychology, 209-227.
- Canbulat, S. (2007). Duygusal zekânın çalışanların iş doyumunu üzerindeki etkisinin araştırılması. Gazi Üniversitesi/Sosyal bilimler enstitüsü (Yüksek Lisans Tezi). Ankara.
- Cowden, P.G. (2016). Mental toughness, emotional intelligence, and coping effectiveness: an analysis of construct interrelatedness among high-performing adolescent male athletes. Perceptual And Mot Skills.vol. 123(3) 737–753.
- Clough, P.J., Earle, K., & Sewell, D. (2002). “Mental Toughness: The concept and its measurement.” In I. Cockerill (Ed.). Solutions In Sport Psychology.
- Cooper, K.R., & Sawaf, A. (2000). Liderlikte duygusal zekâ: yönetim ve organizasyonlarda duygusal zekâ. İstanbul. Sistem Yayıncılık.
- Düğer, M.A. (2019). 14 – 35 Yaş arası futbolcularda zihinsel dayanıklılık ile duygusal zekâ arasındaki ilişkiler. Kırıkkale Üniversitesi/ Sağlık bilimleri enstitüsü (Yüksek Lisans Tezi). Kırıkkale.

- Garnezy, N. (1991). Resilience and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American Behavioral Scientist*. 34,416-430.
- Goldberg, A.S. (1998). *Sports slump busting: 10 steps to mental toughness and peak performance*. Coral Springs, FL: Llumina Press.
- Goleman, D. (2013). Duygusal zekâ neden iq'dan daha önemlidir?. İstanbul:Varlık-Bilim Yayınları.
- Gould, D., Dieffenbach, K., & Moffett, A. (2002). Psychological characteristics and their development in olympic champions, *Journal of Applied Sport Psychology*. 14:3, 172-204.
- Gucciardi, D.F., Gordon, S., & Dimmock, J.A. (2008). Towards an understanding of mental toughness in australian football. *Journal of Applied Sport Psychology*. 20(3),261-281.7.
- Gucciardi, D.F., Gordon, S., Dimmock, J.A., & Mallett, C.J., (2009). Understanding the coach's role in the development of mental toughness: Perspectives of elite Australian football coaches, *Journal of Sports Sciences*, November 2009; 27(13): 1483-1496
- Hardy, L., Bell, J., & Beattie, S. (2014). A neuropsychological model of mentally tough behavior. *Journal of Personality*. 82(1), 69-81.
- Jones, G., Hanton, S., & Connaughton, D. (2002). What is this thing called mental toughness? An investigation of elite sport performers. *Journal of Applied Sport Psychology*. 14,205-218.
- Jones, G., Hanton, S., & Connaughton, D. (2007). Framework of mental toughness in the world's best performers, *The Sport Psychologist*. 21, 243-264.
- Kobasa, S.C. (1979). Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*. 37(1),1.
- Kondrad, S., & Hendl, C. (2005). *Duygularla güçlenmek*. İstanbul:Hayat Yayınları.
- Lane, A.M., Meyer, B.B., Devonport, T.J., Davies, K.A., Thelwell, R., Gill, G.S., & Weston, N. (2009). Validity of the emotional intelligence scale for use in sport. *Journal of sports science & medicine*, 8(2), 289.
- Mayer, J.D., & Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional Intelligence. 17: 433- 442.
- Mayer, J.D., & Salovey, P. (1990). Emotional intelligence. imagination, cognition and personality. Vol. 9/3, 185-211.
- Mayer, J.D., & Salovey, P. (1995). "Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings". *Applied and Preventive Psychology*. 4: 197-208.
- Meyer, BB., & Fletcher, TB. (2007). Emotional Intelligence: A theoretical overview and implications for research and professional practice in sport psychology. *Journal of Applied Sport Psychology* 19, 1-15.
- Meyer, BB., & Zizzi, S. (2007) Emotional intelligence in sport: conceptual, methodological, and applied issues. In: *Mood and human performance: Conceptual, measurement, and applied issues*. Ed: Lane, A.M. Hauppauge, NY: Nova Science. 131-154.
- Nazaritab, N., Zarei, S., Gharayagh Zandi, H., & Mohebi, M. (2018). The relationship between emotional intelligence and mental toughness in elite and amateurs Taekwondo athletes. *Journal of Psychological Science*, Vol. 16, Issue 64
- Orhan, S. (2018). Bireysel sporcular ve takım sporcularında duygusal zekâ ve zihinsel dayanıklılık ilişkisi, Marmara Üniversitesi/ Sağlık bilimleri enstitüsü (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul.
- Parker, J.D.A., Summerfeldt, L.J., Hogan, M.J., & Majeski, S.A. (2004). Emotional intelligence and academic success: Examining the transition from high school to university. *Personality and Individual Differences*, 36, 163-172.
- Petrides, K.V., & Furnham, A. (2000a). On the dimensional structure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 29, 313-320.
- Ramirez, E.R. (2007). Resilience: A concept analysis. *Nursing Forum*. 42,73-82.
- Seydaoğulları, Ö. 2(018). Sporda zihinsel dayanıklılık ölçeği geliştirme çalışması. Marmara Üniversitesi/ Sağlık bilimleri enstitüsü (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul.
- Tavrah, N., Nejad, A.F., & Alipour, O. (2016). Effect of emotional intelligence on mental toughness among the student athletes, a case study: students from ıslamic azad university of karaj. *International Business Management*. 10:1203-1206.

- Tatar, A., Tok, S., Bender, T.M., & Saltukoğlu, G. (2017). Asıl form schutte duygusal zekâ testinin türkçeye çevirisi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*.18(2): 139-146.
- Uyar, G. (2019). Spor yapan üniversite öğrencilerinin zihinsel dayanıklılık ile duygusal zekâ düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Çanakkale On sekiz Mart Üniversitesi/ Sağlık bilimleri enstitüsü (Yüksek Lisans Tezi). Çanakkale.
- Yaşar, M. (2010). Duygusal zekâ ve sporcu performansı ilişkisi: kayseri’de bir araştırma. erciyes üniversitesi/ Sağlık bilimleri enstitüsü (Yüksek Lisans Tezi) Kayseri.
- Yazıcı, A., Güçlü, M., & Günay, M. (2020). Examination of mental toughness and emotional intelligence of the turkish and american professional basketball players. *The Journal of Eurasia Sport Sciences & Medicine*. Vol:3, Issue:2
- Yazıcı, A. (2016). Profesyonel basketbol oyuncularında zihinsel dayanıklılık ve duygusal zekânın çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Gazi Üniversitesi/ Sağlık bilimleri enstitüsü (Yüksek Lisans Tezi). Ankara.
- Tienphati, K., Julvanichpong, T., Vongjaturapat, T., & Sabvirapakorn, W. (2016). The relationship between mental toughness and emotional Quotient of rugby football players. *Journal of Sport Science Technology*, 16(1).
- Thelwell, R., Lane, A.M., Weston, N.J., & Greenlees, I.A. (2008). Examining relationships between emotional intelligence and coaching efficacy. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 6(2), 224-235
- Thelwell, R., Weston, N. & Greenlees, I. (2005). Defining and understanding mental toughness within soccer. *Journal of Applied Sport Psychology*,17: 326-332.
- Weinberg, R., Butt, J., & Culp, B. (2010). Exploring mental toughness in NCAA athletes. *Journal of Intercollegiate Sport*, 3, 316-332.

KAYNAK GÖSTERME

Özdemir, S. & Biçer, T. (2022). Profesyonel Futbol Liglerinde Görev Alan Teknik Direktör ve Antrenörlerin Duygusal Zekâları ve Zihinsel Dayanıklılıkları Arasındaki İlişki. *Uluslararası Spor, Egzersiz ve Antrenman bilimi Dergisi - USEABD*, 8(1), 1-11. DOI: 10.18826/useabd.1018185