

RAKET SPORCULARINDA ATLETİK ZİHİNSEL ENERJİNİN YARIŞMA YÖNELİMLERİNE ETKİSİ: TANIMLAYICI ARAŞTIRMA

THE EFFECT OF ATHLETIC MENTAL ENERGY ON COMPETITION ORIENTATIONS IN RACKET ATHLETES: DESCRIPTIVE RESEARCH

Turan SEZAN

Mardin Artuklu Üniversitesi
Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu
Antrenörlük Eğitimi Bölümü
turansezan@hotmail.com
ORCID: 0000-0003-4322-1703

Canan Gülbin ESKİYECEK

Mardin Artuklu Üniversitesi
Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu
Antrenörlük Eğitimi Bölümü
cgulbineskiyecek@gmail.com
ORCID: 0000-0001-6987-3609

ÖZ

Geliş Tarihi:

17.07.2024

Kabul Tarihi:

05.09.2024

Yayın Tarihi:

29.09.2024

Anahtar Kelimeler

Sporcu
Raket Sporları
Atletik Zihinsel
Enerji
Yarışma Yönelimleri

Keywords

Athlete
Racquet Sports
Athletic Mental
Energy Competition
Orientations

Çalışmanın amacı, farklı raket sporlarıyla uğraşan bireylerde atletik zihinsel enerjinin yarışma yönelimleri üzerindeki etkisini belirlemektir. Araştırmaya, 17-31 yaş grubu tenis, badminton ve masa tenisi branşlarındaki gönüllü 215 raket sporcusu katılmıştır. Veri toplama aracı olarak "Atletik Zihinsel Enerji Ölçeği (AZEÖ)" ile "Yarışma Yönelimleri Ölçeği (YYÖ)" kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 26 programı ile normal dağılım gösteren verilere bağımsız örneklem için t testi, çoklu karşılaştırmalar için ANOVA testi, ölçekler arası ilişki için ise Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. AZEÖ analizlerinde; sporcuların cinsiyet değişkeninde yorulmama alt boyutunda, branş değişkeninde dinçlik, motivasyon ve konsantrasyon alt boyutlarında, yaş değişkeninde motivasyon ve konsantrasyon alt boyutlarında, öğrenim durumu değişkeninde ise sakinlik alt boyutunda anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. YYÖ analizlerinde; raket sporcularının branş, yaş ve öğrenim durumu değişkenlerinin çatışma alt boyutunda anlamlı farklılık bulunmuştur. Korelasyon analizinde; atletik zihinsel enerji ölçeği alt boyutları ile yarışma yönelimleri ölçeği alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Araştırma sonucunda, raket sporcularının bir yandan zihinsel enerjilerinin olumlu etkilerine odaklanarak hareket ettikleri diğer yandan da yarışma yönelimlerinde rakibi yenme ve takdir etme eğilimi sergiledikleri söylenebilir.

ABSTRACT

The aim of the study was to determine the effect of athletic mental energy on competition orientations in individuals engaged in different racket sports. A total of 215 voluntary racket athletes aged 17-31 years in tennis, badminton and table tennis participated in the study. "Athletic Mental Energy Scale (AMES)" and "Competition Orientation Scale (COS)" were used as data collection tools. In the analysis of the data, t test for independent samples, ANOVA test for multiple comparisons, and Pearson correlation analysis for the relationship between scales were used with SPSS 26 program. In the AMES analyses, significant differences were found in the sub-dimension of non-fatigue in the gender variable, in the sub-dimensions of vigor, motivation and concentration in the branch variable, in the sub-dimensions of motivation and concentration in the age variable, and in the sub-dimension of calmness in the education level variable. In the correlation analysis, it was determined that there was a significant positive relationship between the sub-dimensions of the athletic mental energy scale and the sub-dimensions of the competition orientation scale. As a result of the research, it can be said that racket athletes act by focusing on the positive effects of their mental energy on the one hand, and on the other hand, they tend to defeat and appreciate the opponent in their competition orientation.

DOI: <https://doi.org/10.30783/nevsosbilen.1517529>

Atıf/Cite as: Sezan, T., & Eskiyecek, C. G. (2024). Raket sporcularında atletik zihinsel enerjinin yarışma yönelimlerine etkisi: Tanımlayıcı araştırma. *Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBE Dergisi*, 14(3), 1524-1543.

Giriş

Dünya genelinde raket sporlarının popülerliği (Hulteen ve ark., 2017) ve bu sporlara olan ilginin artması ile birlikte çeşitli platformlarda geniş kitlelerce izlenme oranında da artış gözlenmiştir. Son yıllarda ülkemizde de raket sporlarında seyirci sayısının artmasıyla beraber özellikle her yaşta bireylerin ilgi ve katılım gösterdiği bu sporun yaygınlaşması dikkat çekicidir. Günümüzde oldukça yüksek rekabet duygusuyla oynanan raket sporlarında aktivite sırasındaki dikkati yoğunlaştırmada, motive edici etki yaratan ve psikolojik bir süreç olan zihinsel enerjinin, oyunda rekabet ve oyunu kazanma duygusu üzerinde belirleyici rolünün olup olmadığı araştırma konuları arasına girmiştir.

Raket sporları, bir topa veya bir başka nesneye bir ağ üzerinden ya da belirlenmiş bir oyun alanına vurmak için raketlerin kullanılmasını içeren fiziksel aktiviteler olarak ifade edilmektedir (Reilly, 1990; Lees, 2003; O'Donoghue ve ark., 2015). Raket sporlarının temel amacı, topa ya da nesneye rakibin karşılık veremeyeceği şekilde vurmaktır. Bu spor grubu tenis, badminton, masa tenisi ve squash olmak üzere 4 farklı branş içermektedir. Padel veya raketbol gibi diğer raket sporları ise daha az ölçüde uygulanmaktadır. Bugünkü yönelimlere baktığımızda ise badminton, tenis ve masa tenisi dünya çapında en yaygın olarak uygulanan branşlar olarak öne çıkmaktadır (Reilly, 1990; Lees, 2003; Hulteen ve ark., 2017; Brich ve ark., 2024). Sık sık yön değiştiren kısa hareketler içeren raket sporlarının ortak özelliği, karşılıklı vuruşların sporcular tarafından dönüşümlü olarak gerçekleşmesi ve bunun yanında önemli ölçüde oyuncunun performansına gerek duyulmasıdır (Reilly, 1990; Lees, 2003; Pluim ve ark., 2023; Cádiz Gallardo 2023). Yapısal olarak dar alanda hızlı ve sürekli bir şekilde oynanan, yüksek düzeyde motor kontrolü, öngörü becerisi ve zihinsel hazırlık gerektiren raket sporlarında dikkatin etkili bir şekilde yönlendirilmesi atletik performansta iyileşmeye yardımcı olmaktadır. Tüm bu özellikler göz önüne alındığında özellikle motor el becerilerin kullanıldığı raket sporlarında başarı için; teknik-taktik beceriler, el-göz koordinasyonu, algı ve eylem, sezinleme zamanı ve reaksiyon zamanı en önemli etkenlerdir (Aslan ve ark., 2021; Starzak ve ark., 2024).

Enerji kavramı, fiziksel anlamda bir işi yapabilme yeteneği olarak tanımlanmakta olup insanın günlük işleyişi ve performansı için gereklidir. Bu tanımda enerjinin insan yaşamı için de ihtiyaçların karşılanması adına ne kadar önemli olduğu vurgulanmaktadır. Doğada farklı biçimde bulunan enerjiye, zihinsel enerji de eklenerek ortaya çıkmış ve kendine kaynak oluşturabilen bir enerji türü haline gelmiştir (Lu ve ark., 2018; Yıldız ve ark., 2020; Chuang ve ark., 2022).

Enerjinin insan vücudu açısından maksimum kullanıma ulaştığı ortamlardan biri de spor ortamlarıdır. Bununla birlikte spor, rekabet ve yarışmanın bir arada bulunduğu bir ortamdır. Bu ortam sporcular arasında bireysel veya takım sporu olarak rakibi düşman olarak görmeye yol açabilecek bir durum yaratırken, diğer açıdan kişileri mükemmelliğe taşıyabilme özelliğine sahip olmayı da sağlar (Gözmen Elmas ve Aşçı, 2021). Bu özelliklerin yanı sıra spor bireylerin zekâ ve bilgiyi kullanarak, kendi irade ve girişimleriyle hayatlarını kazanmaya yardımcı olan bir araçtır (Sarıyar Sezan, 2023). Ayrıca sporun çeşitli alanlarında ve kategorilerinde mücadele eden sporcular bazı fiziksel ve fizyolojik değişimler yaşarken farklı boyutlarda duyuşsal ve bilişsel durumlarla da karşı karşıya kalırlar. Belli bir potansiyele sahip sporcuların zihinsel enerjilerinin bilincinde olmaları ve bu enerjiyi yarışma ya da müsabakalardaki performansları üzerinde olumlu bir etkiye dönüştürmeleri olası bir durumdur. Üstelik sporcuların farklı demografik özellikleri ile birlikte farklı seviyelerde beceriye sahip olmaları da fiziksel aktivite düzeyinin etki büyüklüğü üzerinde belirleyici bir faktördür (Şahinler, 2021). Bu ekseninde sportif becerilerin branşa özgü becerilere dönüşebilmesi için doğru zamanda ve tekrarlayan süreçlerde uygulanarak sporunun dikkat ve ilgisini çekecek seviyede gerçekleşmesi gerekmektedir (Gül, 2021).

Zihinsel enerji, bir sorun hakkında sağlıklı bir şekilde uzun soluklu düşünebilme, odaklanmayı artırma ve dikkat dağıtıcıları engelleyerek çözüm bulmaktır. Ayrıca başarıya ulaşmak için belirleyici bir faktördür (Lykken, 2005).

Literatürdeki çalışmalara bakıldığında, Lykken (2005) zihinsel enerjinin değerlendirilmesi için herhangi bir yöntemin geliştirilmemiş olmasını şaşkıncı bulduğunu vurgulamıştır. Lu ve arkadaşları (2018) ise zihinsel enerjiyi, "bir sporcunun mevcut enerji durumunun algılanması" ve "bir sporcunun güven, konsantrasyon ve motivasyon ile karakterize edilmiş ruh halinin yoğunluğuyla algılanan enerji durumu" olarak açıklamıştır.

Sporun insan psikolojisi üzerindeki etkisi ve herhangi bir fiziksel aktiviteye katılımın psikolojik özelliklerinde atletik zihinsel enerjinin duygusal ve bilişsel bileşenlerinin öne çıktığı düşünülmektedir. Bununla birlikte yarışma yönelimleri kavramı ele alındığında sporcuların, sportmenlik, kararlılık ve tutarlılık gibi karakter

özelliklerinin tamamının yarışma yönelimi ile tahmin edilebildiği öne sürülmektedir (Shields, Funk ve Bredemeier, 2016; Shields, Funk ve Bredemeier, 2018).

Alan yazındaki ulusal ve uluslararası veri tabanlarında, yarışma yönelimleri ile spor bilimlerinin farklı alanlarında çeşitli çalışmalar yürütüldüğü görülmüştür (Vealey, 1986; Funk ve ark., 2016; Shields ve ark., 2016a; Shields ve ark., 2018a; Shields ve ark., 2018b; Öner, 2023; Saki, 2023).

Shields ve Bredemeier (2011), yarışma yönelimlerinin altında yatan teorik bir modelin varlığından bahsetmektedir. Bu modele dayanarak Girard (2020) sporcuların, savaş ve iş birliği yönelimleri arasında tereddüt yaşadığı ya da eş zamanlı olarak her ikisine de yönelip yönelemeyecekleri hakkında önermeler sunmadığını ifade etmiştir. Sporcular için sözü edilen savların, yarışma içerisinde meydana gelmemesi hakkındaki düşüncenin karşısında farklı bir bakış açısı geliştirilmesine ve belki de yarışma yönelimlerinin farklı boyutlarıyla incelenmesine ihtiyaç duyulmuştur.

Bu doğrultuda raket sporları ile uğraşan bireylerin zihinsel enerjilerinin yarışma yönelimlerine odaklanma noktasındaki etkisi ve zihinsel enerjinin yarışma yönelimlerinde kullanılan bir yöntem olup olmadığı merak edilmektedir. Yapılan literatür taramasında, raket sporcularının atletik zihinsel enerjileri ile yarışma yönelimleri tercihlerini ele alan bir çalışmaya rastlanmamış olması bu çalışmanın özgünlüğünü ortaya koymaktadır. Dolayısıyla bu ilişkiler örgüsünde Türkiye'nin bazı bölgelerinde faal olarak raket sporları ile ilgilenen oyuncuların atletik zihinsel enerjileri ile yarışma yönelimlerinde karakterize edilen durumlarını incelemek hedeflenmiştir. Buradan yola çıkarak yapılan çalışma, lisanslı raket sporcularının (tenis, badminton ve masa tenisi) atletik zihinsel enerji düzeylerinin yarışma yönelimlerinin yordayıcısı olarak bir rolünün ve etkisinin olup olmadığını saptamayı amaçlamaktadır.

Yöntem

Araştırma Deseni

Bu araştırma, nicel yaklaşım yöntemlerinden biri olan ilişkisel tarama modeli ile yürütülmüştür. İlişkisel araştırmalar, iki ve daha fazla sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan bir araştırma yöntemidir (Karasar, 2005).

Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırma evrenini Türkiye'de bulunan raket sporları kulüplerindeki sporcular, örneklem grubunu ise Güneydoğu Anadolu Bölgesi ve İç Anadolu Bölgesinde faaliyet gösteren raket sporları kulüplerindeki sporcular oluşturmuştur.

Araştırma Grubu

Araştırma grubunu, tenis, badminton ve masa tenisi branşlarındaki farklı liglerin 2023-2024 sezonunda mücadele eden 17-31 yaş aralığındaki 69 kadın ve 146 erkek olmak üzere toplam 215 gönüllü raket sporcusu oluşturmuştur. Araştırma öncesinde kulüplerde görev yapan antrenörler aracılığıyla sporculara araştırma hakkında ayrıntılı bilgi verilip, Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu ile Veli Gönüllü Onam Formu gönderilmiş ve sporculara imzalatılmıştır.

Araştırmanın Etik Kurulu Onayı için 2023/5-6 sayılı ve 03/05/2023 tarihli Mardin Artuklu Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan yazılı onay alınmıştır.

Veri Toplama Teknikleri

Bu araştırmanın verileri, farklı lig düzeylerindeki kadın ve erkek raket sporcularına çevrimiçi olarak uygulanmış olan iki farklı ölçek ve kişisel bilgi formu ile toplanmıştır.

Atletik Zihinsel Enerji Ölçeği

"Atletik Zihinsel Enerji Ölçeği (AZEÖ)" sporcuların atletik zihinsel enerjilerine ilişkin algılarını belirlemek amacıyla Lu ve arkadaşları (2018) tarafından geliştirilmiş bir öz değerlendirme aracıdır. 6 dereceli likert tipi değerlendirmeye sahip ölçek 18 sorudan oluşmaktadır. 18 soruluk ölçek bünyesinde 3'er maddeden oluşan 6 alt boyutu barındırmaktadır. Bu alt boyutlar; Dinçlik (Vigor= 1., 2. ve 15. maddeler), Güven (Confidence= 3., 9., ve 13. maddeler), Motivasyon (Motivation= 4., 8., ve 16. maddeler), Yorulmama (Tireless= 7., 11., ve 12. maddeler), Konsantrasyon (Concentration= 5., 6., ve 10. maddeler) ve Sakinlik (Composed= 14., 17. ve 18. maddeler) olarak adlandırılmaktadır. Geliştirilen bu ölçeğin geçerlik güvenirlik katsayıları sırasıyla, 0.75; 0.82; 0.86; 0.89; 0.87; 0.90 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe uyarlamasının geçerlik ve güvenirlik çalışması ise Yıldız ve arkadaşları (2020) tarafından gerçekleştirilmiştir. Uyarlamada geçerlik güvenirlik katsayıları ise sırasıyla, 0.79; 0.78; 0.79; 0.83; 0.78; 0.80; toplam 0.91 olarak bulunmuştur. Ölçekte ters puanlanan madde bulunmamaktadır.

Yarışma Yönelimleri Ölçeği

Shields, Funk ve Bredemeier (2004) tarafından geliştirilen ve geçerliği ve güvenirliği yapılan "Yarışma Yönelimleri Ölçeği (YYÖ)" 12 madde ve 2 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek, çeşitli branşlarda yer alan (basketbol, futbol, güreş, voleybol, vb.) 17-31 yaş aralığındaki 124 erkek ve 114 kadın 238 Amerikalı üniversiteli sporcu üzerinde test edilmiştir. Ölçekte; 5 madde çatışma (2., 3., 6., 8. ve 12. maddeler), 6 madde ise iş birliği (1., 4., 7., 9. ve 11. maddeler) alt boyutunu oluşturmaktadır. Katılımcılardan yarışma ile ilgili yönelimlerini yansıtan ifadelerden kendilerine en uygun olanı Kesinlikle Katılmıyorum (1) ile Kesinlikle Katılıyorum (5) arasında değişen 5'li değerlendirme basamağına göre belirtmeleri istenmiştir. Geliştirilen bu ölçeğin geçerlik ve güvenirlik katsayıları çatışma alt boyutu için 0.77, işbirliği alt boyutu için 0.85 olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması ise Gözmen Elmas ve Aşçı (2021) tarafından yapılan geçerlik ve güvenirlik çalışması ile gerçekleştirilmiştir. Uyarlamada geçerlik güvenirlik katsayıları çatışma alt boyutu 0.90, işbirliği alt boyutu için 0.85 olarak bulunmuştur. Yapılan bu araştırmanın geçerlik güvenirlik katsayıları ise aşağıdaki tabloda belirtilmiştir (Tablo 1).

Ölçeklerin değerlendirilmesinde; araştırmanın amacına uygun olarak seçilmiş AZEÖ ve YYÖ'nün alt boyutlarındaki maddelerin toplam puanları baz alınmıştır.

Tablo 1. İç Tutarlılık Katsayıları

Ölçekler	Madde Sayısı	Cronbach's Alfa (α) Değeri
Atletik Zihinsel Enerji Ölçeği Alt Boyutları		
Dinçlik Alt Boyutu	3	0,63
Güven Alt Boyutu	3	0,71
Motivasyon Alt Boyutu	3	0,67
Yorulmama Alt Boyutu	3	0,84
Konsantrasyon Alt Boyutu	3	0,72
Sakinlik Alt Boyutu	3	0,81
Toplam	18	0,89
Yarışma Yönelimleri Ölçeği Alt Boyutları		
İş birliği Alt Boyutu	6	0,67
Çatışma Alt Boyutu	6	0,86
Toplam	12	0,71

Tablo 1'e göre, AZEÖ'nün 'Cronbach Alpha (α)' değeri 0.89 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlara göre; bu ölçeğin $\alpha > 0.8$ olması, ölçümlerin yüksek güvenilirliğe sahip olduğunu ortaya koymaktadır. YYÖ'nün α değerinin 0.71 olması ise yapılan ölçümlerin güvenilir olduğunu göstermektedir (Sipahi ve ark., 2010).

Hipotezler:

- H₀: Raket sporcularının atletik zihinsel enerjileri ile yarışma yönelimleri tercihleri arasında ilişki yoktur.
- H₁: Raket sporcularının atletik zihinsel enerjileri ile yarışma yönelimleri tercihleri arasında ilişki vardır.
- H₀: Raket sporcularının demografik özelliklerine göre atletik zihinsel enerji durumları yarışma yönelimlerini etkilemez.
- H₁: Raket sporcularının demografik özelliklerine göre atletik zihinsel enerji durumları yarışma yönelimlerini etkiler.

İstatistiksel Yöntem

Verilerin çözümlenmesinde (IBM SPSS V26.0 sürümü) istatistik paket programı kullanılmış ve tüm istatistiksel işlemlerde anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği basıklık ve çarpıklık katsayılarına bakılarak karar verilmiştir (Tablo 2). Tabachnick ve Fidell (2007), çarpıklık ve basıklık değerlerinin +1,500 ve -1,500 değerleri arasında olduğu durumlarda dağılımın normal dağılım olarak gerçekleştiğini kabul etmişlerdir.

Tablo 2. Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Ölçekler	Çarpıklık (Skewness)		Basıklık (Kurtosis)		Standart Hata
	N	Değer	Değer	Standart Hata	
Atletik Zihinsel Enerji Ölçeği Alt Boyutları					
Dinçlik Alt Boyutu	215	-,442	,166	-,039	,330
Güven Alt Boyutu	215	-,322	,166	,019	,319
Motivasyon Alt Boyutu	215	-,488	,166	,009	,330
Yorulmama Alt Boyutu	215	-,068	,166	-,013	,319
Konsantrasyon Alt Boyutu	215	-,040	,166	-,232	,330
Sakinlik Alt Boyutu	215	-,188	,166	-,137	,319
Yarışma Yönelimleri Ölçeği Alt Boyutları					
İşbirliği Alt Boyutu	215	-,803	,166	1,488	,330
Çatışma Alt Boyutu	215	,218	,166	-,581	,319

Araştırmada kullanılan ölçeklerde sporcuların demografik özelliklerine ait sorulardan elde edilen bilgiler; frekans (f), yüzde (%) dağılımları ve aritmetik ortalamaları kullanılarak değerlendirilmiştir. Kullanılan iki ölçeğin diğer bölümleri için veriler normal dağılım gösterdiğinden, iki grup arasındaki farkı belirlemede bağımsız örneklem t testi, ikiden fazla bağımsız değişkenler arasındaki farklılığı belirlemek için tek yönlü (one way) testi kullanılmıştır. Anova testi yapıldıktan sonra gruplar arası farkı belirlemede post-hoc (tukey) testi kullanılmıştır. Ayrıca araştırmaya katılan sporcuların atletik zihinsel enerji durumları ile yarışma yönelimleri arasındaki ilişkinin belirlenmesinde Pearson Correlation katsayısı kullanılmıştır

Bulgular

Araştırmaya katılan raket sporcularının atletik zihinsel ölçeği ile yarışma yönelimleri ölçeğinden elde edilen ortalama değerler tablolar halinde verilmiştir.

Tablo 3. Sporcuların Demografik Değişkenlere Göre Frekans ve Yüzde Dağılımları

Değişkenler	Kategoriler	N	%
Spor Branşı	Tenis	70	32,6
	Badminton	66	30,7
	Masa Tenisi	79	36,7
Cinsiyet	Kadın	69	32,1
	Erkek	146	67,9
Yaş (yıl)	17-20	38	17,7
	21-24	73	34,0
	25-28	39	18,1
	29-31	65	30,2
Öğrenim Durumu	Lise	30	14,0
	Önlisans	9	4,2
	Lisans	146	67,9
	Lisansüstü	30	14,0

Tablo 3'te çalışmaya katılan sporcuların demografik özelliklerine ilişkin frekans ve yüzde değerleri yer almaktadır. Branş değişkeninde % 32,6 (n=70)'sını tenis sporcuları, %30,7 (n=66)'sini badminton sporcuları ve %36,7 (n=79)'sini ise masa tenisi sporcuları oluşturmaktadır. Cinsiyet değişkenine bakıldığında; %32,1 (n=69)'ini kadın sporcular oluştururken, %67,9 (n=146)'unu erkek sporcular oluşturmaktadır. Yaş değişkenine bakıldığında; %17,7 (n=38)'sini 17-20 yaş aralığı, %34,0 (n=73)'ünü 21-24 yaş aralığı, %18,1 (n=39)'ini 25-28 yaş aralığı ve %30,2 (n=65)'sini 29-31 yaş aralığındaki sporcular oluşturmaktadır. Öğrenim durumu değişkenine bakıldığında; %14,0 (n=30)'ünü lise mezunu, %4,2 (n=9)'sini önlisans mezunu, %67,9 (n=146)'unu lisans mezunu ve %14,0 (n=30)'ünü lisansüstü mezunu olan sporcular oluşturmaktadır.

Tablo 4. Cinsiyet Değişkenine Göre Atletik Zihinsel Enerji Ölçeği ile Yarışma Yönelimleri Ölçeğinin Farklılığını Gösteren Analiz Sonuçları

Ölçekler	Cinsiyet	N	\bar{X}	S.S	t	p
Atletik Zihinsel Enerji Ölçeği Alt Boyutları						
Dinçlik Alt Boyutu	Kadın	68	8,31	1,35	1,642	,102
	Erkek	145	7,98	1,37		
Güven Alt Boyutu	Kadın	68	10,63	1,75	-0,79	,430
	Erkek	145	10,87	2,24		
Motivasyon Alt Boyutu	Kadın	68	12,47	1,62	0,923	,357
	Erkek	145	12,22	1,93		
Yorulmama Alt Boyutu	Kadın	68	10,15	2,42	1,889	,006*
	Erkek	145	9,41	2,74		
Konsantrasyon Alt Boyutu	Kadın	68	8,53	2,27	-0,616	,539

Sakinlik Alt Boyutu	Erkek	145	8,76	2,65	-1,521	,130
	Kadın	68	10,178	2,43		
	Erkek	145	10,70	2,28		
Yarışma Yönelimleri Ölçeği Alt Boyutları						
İşbirliği Alt Boyutu	Kadın	68	20,38	2,69	-1,182	,239
	Erkek	145	20,90	3,08		
Çatışma Alt Boyutu	Kadın	68	16,37	5,38	-0,08	,937
	Erkek	145	16,43	6,36		

*p<0.05

Tablo 4'te yapılan t testi sonucuna göre cinsiyet değişkeni incelendiğinde, atletik zihinsel enerji ölçeğinde dinçlik, güven, sakinlik, konsantrasyon ve motivasyon alt boyutlarının puanlarında anlamlı farklılığa rastlanmazken ($p>0.05$), yorulmama alt boyutunda anlamlı farklılığa rastlanılmıştır ($p<0.05$). Yorulmama alt boyutunda kadınların puanları erkeklere göre daha yüksek çıkmıştır. Yarışma yönelimleri puanlarında ise cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 5. Branş Değişkenine Göre Atletik Zihinsel Enerji Ölçeği ile Yarışma Yönelimleri Ölçeğinin Farklılığını Gösteren Analiz Sonuçları

Ölçekler	Branşlar	N	X	S.S	F	P	A.F
Atletik Zihinsel Enerji Ölçeği Alt Boyutları							
Dinçlik Alt Boyutu	(A) Tenis	70	7,81	1,11	3,137	0,045*	B>A
	(B) Badminton	66	8,39	1,33			
	(C) Masa Tenisi	79	8,04	1,56			
	Toplam	215	8,0744	1,37			
Güven Alt Boyutu	(A) Tenis	70	10,76	1,67	,008	0,992	
	(B) Badminton	66	10,80	2,39			
	(C) Masa Tenisi	79	10,78	2,23			
	Toplam	215	10,78	2,11			
Motivasyon Alt Boyutu	(A) Tenis	70	11,91	1,81	3,517	0,031*	B>A
	(B) Badminton	66	12,74	1,73			
	(C) Masa Tenisi	79	12,22	1,93			
	Toplam	215	12,28	1,86			
Yorulmama Alt Boyutu	(A) Tenis	70	9,47	2,16	0,294	0,745	
	(B) Badminton	66	9,82	3,09			
	(C) Masa Tenisi	79	9,68	2,69			
	Toplam	215	9,65	2,66			
Konsantrasyon Alt Boyutu	(A) Tenis	70	7,96	2,75	4,758	0,01*	B>A
	(B) Badminton	66	9,26	2,34			

	(C) Masa Tenisi	79	8,77	2,37			
	Toplam	215	8,65	2,54			
Sakinlik Alt Boyutu	(A) Tenis	70	10,23	2,19	0,907	0,405	
	(B) Badminton	66	10,51	2,18			
	(C) Masa Tenisi	79	10,74	2,59			
	Toplam	215	10,50	2,34			
Yarışma Yönelimleri Ölçeği Alt Boyutları							
İşbirliği Alt Boyutu	(A) Tenis	70	20,88	2,68	0,25	0,779	
	(B) Badminton	66	20,74	2,91			
	(C) Masa Tenisi	79	20,54	3,23			
	Toplam	215	20,72	2,95			
Çatışma Alt Boyutu	(A) Tenis	70	13,41	5,64	14,409	0,000*	B>A/C>A
	(B) Badminton	66	17,53	5,62			
	(C) Masa Tenisi	79	18,09	5,79			
	Toplam	215	16,4	6,04			

*p<0.05

Tablo 5'te branş değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi incelendiğinde, atletik zihinsel enerji ölçeğinde dinçlik, motivasyon ve konsantrasyon alt boyutunda anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir (p<0.05). Gruplar arası farklılığı belirlemek üzere Post Hoc (Tukey) incelendiğinde ise dinçlik, motivasyon ve konsantrasyon alt boyutlarında badminton branşına sahip sporcuların ortalama puanlarının tenis sporcularına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Atletik zihinsel enerji ölçeğinin güven, yorulmama ve sakinlik alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı farklılık tespit edilmemiştir (p>0.05).

Tablo 5'te branş değişkenine göre yarışma yönelimleri ölçeğinde yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) incelendiğinde, iş birliği alt boyutunda istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmazken, çatışma alt boyutunda istatistiki açıdan anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p<0.05). Çalışma alt boyutunda gruplar arası farklılığı belirlemek için yapılan Post Hoc (Tukey) testi incelendiğinde ise badminton branşında bulunan sporcuların puanlarının tenis branşında bulunan sporculara göre daha yüksek puanda olduğu belirlenmişken, masa tenisi sporcularının puanlarının da tenis sporcularının ortalama puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 6. Yaş Değişkenine Göre Atletik Zihinsel Enerji Ölçeği ile Yarışma Yönelimleri Ölçeğinin Farklılığını Gösteren Analiz Sonuçları

Ölçekler	Yaş	N	X	S.S	F	p	A.F
Atletik Zihinsel Enerji Ölçeği Alt Boyutları							
Dinçlik Alt Boyutu	(A) 17-20	38	8,42	1,35	2,444	0,065	
	(B) 21-24	73	7,78	1,40			
	(C) 25-28	39	7,97	1,11			
	(D) 29-31	65	8,26	1,45			
	Toplam	215	8,07	1,37			
Güven Alt Boyutu	(A) 17-20	38	11,37	2,00	1,605	0,189	

	(B) 21-24	73	10,52	2,03			
	(C) 25-28	39	10,97	1,75			
	(D) 29-31	65	10,61	2,41			
	Toplam	215	10,78	2,11			
	(A) 17-20	38	12,95	1,50			
	(B) 21-24	73	11,81	1,79			
Motivasyon Alt Boyutu	(C) 25-28	39	12,28	1,54	3,466	0,017*	A>B
	(D) 29-31	65	12,43	2,16			
	Toplam	215	12,28	1,86			
	(A) 17-20	38	10,60	3,15			
	(B) 21-24	73	9,57	2,63			
Yorulmama Alt Boyutu	(C) 25-28	39	9,64	2,36	2,320	0,76	
	(D) 29-31	65	9,20	2,45			
	Toplam	215	9,65	2,66			
	(A) 17-20	38	9,31	2,41			
	(B) 21-24	73	8,89	2,47			
Konsantrasyon Alt Boyutu	(C) 25-28	39	7,28	2,54	5,282	0,002*	A>C
	(D) 29-31	65	8,83	2,44			
	Toplam	215	8,65	2,54			
	(A) 17-20	38	11,24	2,78			
	(B) 21-24	73	10,62	2,20			
Sakinlik Alt Boyutu	(C) 25-28	39	9,90	1,92	2,337	0,075	
	(D) 29-31	65	10,32	2,38			
	Toplam	215	10,51	2,34			
Yarışma Yönelimleri Ölçeği Alt Boyutları							
	(A) 17-20	38	20,60	2,94			
	(B) 21-24	73	20,51	2,81			
İşbirliği Alt Boyutu	(C) 25-28	39	21,41	2,21	,890	0,447	
	(D) 29-31	65	20,6	3,46			
	Toplam	215	20,72	2,95			
	(A) 17-20	38	18,76	5,74			
	(B) 21-24	73	17,15	5,47			
Çatışma Alt Boyutu	(C) 25-28	39	13,18	6,62	6,543	0,000*	A>C/B>C
	(D) 29-31	65	16,09	5,72			
	Toplam	215	16,39	6,04			

*p<0.05

Tablo 6’da yaş değişkeninde yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi incelendiğinde, atletik zihinsel enerji ölçeğinin dinçlik, güven, yorulmama ve sakinlik alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık rastlanmazken, motivasyon ve konsantrasyon alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p<0.05$). Gruplar arası farklılığı belirlemek üzere yapılan Post Hoc (Tukey) testi incelendiğinde motivasyon alt boyutunda 17-20 yaş aralığında olan sporcuların 21-24 yaş aralığında olan sporculara göre puanların anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Konsantrasyon alt boyutunda ise 17-20 yaş aralığında olan sporcuların 25-28 yaş aralığında bulunan sporculara göre puanlarının daha yüksek çıktığı saptanmıştır.

Tablo 6’da yaş değişkeninde yarışma yönelimleri ölçeğine yönelik yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi incelendiğinde ise iş birliği alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmazken, çatışma alt boyutunda istatistiki açıdan anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0.05$). Gruplar arası farklılığı belirlemek üzere çatışma alt boyutunda yapılan Post Hoc (Tukey) testine göre 17-20 yaş aralığında bulunan sporcuların puanları 25-28 yaş aralığından daha yüksek ve aynı zamanda çatışma alt boyutunda 21-24 yaş aralığında bulunan sporcuların 25-28 yaş aralığında olan sporculara göre daha yüksek düzeyde anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Tablo 7. Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Atletik Zihinsel Enerji Ölçeği ile Yarışma Yönelimleri Ölçeğinin Farklılığını Gösteren Analiz Sonuçları

Ölçekler	Öğrenim Durumu	N	X	S.S	F	p	A.F
Atletik Zihinsel Enerji Ölçeği Alt Boyutları							
Dinçlik Alt Boyutu	(A) Lise	30	8,27	1,66	0,708	0,548	
	(B) Önlisans	9	7,67	0,71			
	(C) Lisans	146	8,10	1,37			
	(D) Lisansüstü	30	7,87	1,22			
	Toplam	215	8,07	1,37			
Güven Alt Boyutu	(A) Lise	30	11,2	2,20	0,874	0,455	
	(B) Önlisans	9	11	1			
	(C) Lisans	146	10,77	2,15			
	(D) Lisansüstü	30	10,33	2,06			
	Toplam	215	10,78	2,11			
Motivasyon Alt Boyutu	(A) Lise	30	12,67	1,69	0,901	0,422	
	(B) Önlisans	9	11,55	2,24			
	(C) Lisans	146	12,26	1,82			
	(D) Lisansüstü	30	12,23	2,08			
	Toplam	215	12,28	1,86			
Yorulmama Alt Boyutu	(A) Lise	30	10,8	3,09	2,586	0,054	
	(B) Önlisans	9	9,55	1,94			
	(C) Lisans	146	9,56	2,56			
	(D) Lisansüstü	30	9	2,61			
	Toplam	215	9,65	2,66			
Konsantrasyon Alt	(A) Lise	30	9,5	2,40	2,442	0,065	

Boyutu	(B) Önlisans	9	9	2,06			
	(C) Lisans	146	8,64	2,60			
	(D) Lisansüstü	30	7,77	2,27			
	Toplam	215	8,65	2,54			
	(A) Lise	30	11,03	2,87			
	(B) Önlisans	9	11,78	0,97			
Sakinlik Alt Boyutu	(C) Lisans	146	10,59	2,27	4,990	0,002*	A>D/B>D
	(D) Lisansüstü	30	9,17	1,89			
	Toplam	215	10,50	2,34			
Yarışma Yönelimleri Ölçeği Alt Boyutları							
İş birliği Alt Boyutu	(A) Lise	30	20,77	2,97			
	(B) Önlisans	9	20,67	2			
	(C) Lisans	146	20,66	3,09	0,094	0,963	
	(D) Lisansüstü	30	20,97	2,57			
	Toplam	215	20,71	2,95			
	(A) Lise	30	18,93	6,06			
Çatışma Alt Boyutu	(B) Önlisans	9	21,33	3,53			
	(C) Lisans	146	15,67	5,93	4,782	0,003*	A>C/B>C
	(D) Lisansüstü	30	15,9	5,97			
	Toplam	215	16,39	6,04			

*p<0.05

Tablo 7'de öğrenim durumu değişkeni için yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi incelendiğinde atletik zihinsel enerji ölçeğine ait dinçlik, güven, motivasyon, yorulmama, konsantrasyon alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunmazken, sakinlik alt boyutunda anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Gruplar arası farklılığı belirlemek üzere sakinlik alt boyutunda yapılan Post Hoc (Tukey) testine göre; lise mezunu olan sporcuların puanları lisansüstü mezunu olan sporculardan, önlisans mezunu olan sporcuların puanlarının ise lisansüstü mezunu olan sporculardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 8. Atletik Zihinsel Enerji İle Yarışma Yönelimleri Ölçekleri Alt Boyut Puanları Arasındaki İlişki

Atletik Zihinsel Enerji Ölçeği	Yarışma Yönelimleri Ölçeği		
	r değeri	1.İşbirliği Alt Boyutu	2.Çatışma Alt Boyutu
1. Dinçlik Alt Boyutu	r	,153*	,090
2. Güven Alt Boyutu	r	,219**	,183**
3. Motivasyon Alt Boyutu	r	,362**	,164*
4. Yorulmama Alt Boyutu	r	,074	,181**
5. Konsantrasyon Alt Boyutu	r	,042	,328**
6. Sakinlik Alt Boyutu	r	,156*	,273**

*p<0.05

Tablo 8 incelendiğinde yarışma yönelimleri ölçeğinin “iş birliği” alt boyut puanı ile atletik zihinsel enerji ölçeğinin “dinçlik” ($r=.153$, $p<0.05$), “güven” ($r=.219$, $p<0.01$), “motivasyon” ($r=.362$, $p<0.01$) ve “sakinlik”

($r = .156$, $p < 0.05$) alt boyut puanları arasında orta ve düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişkiler mevcutken, “yorulmama” ($r = .074$, $p > 0.05$) ve “konsantrasyon” ($r = .042$, $p > 0.05$) alt boyut puanları arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Yine Tablo 8 incelendiğinde yarışma yönelimleri ölçeğinin “çatışma” alt boyut puanı ile atletik zihinsel enerji ölçeğinin “güven” ($r = .183$, $p < 0.01$), “motivasyon” ($r = .164$, $p < 0.05$), “yorulmama” ($r = .181$, $p < 0.01$), “konsantrasyon” ($r = .328$, $p < 0.01$) ve “sakinlik” ($r = .273$, $p < 0.01$) alt boyut puanları arasında orta ve düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişkiler mevcutken, “dinçlik” ($r = .090$, $p > 0.05$) alt boyut puanları arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Tartışma

Raket sporcularının atletik zihinsel enerji durumlarının yarışma yönelimleri üzerindeki etkisini incelemek amacıyla yapılmış olan bu araştırmaya 215 raket sporcusu dâhil edilmiş ve bu sporcuların demografik değişkenleri ile birlikte sporculara uygulanan iki farklı ölçekten erişilen veriler analiz edilmiş ve ortaya çıkan sonuçlar literatürdeki bulgular ışığında tartışılmıştır.

Araştırmanın literatür taramasında farklı branşlardaki sporcuların atletik zihinsel enerji düzeylerinin incelendiği çalışmaların sayıca fazla olduğu ancak raket sporlarında mücadele eden sporculara yönelik yapılan çalışmaların çok daha az olması sebebiyle bu bölümde diğer spor branşlarıyla ilgili çalışmalara da yer verilmiştir.

Atletik Zihinsel Enerji Düzeylerinin Değerlendirilmesi

Araştırmada elde edilen bulgulara göre AEZÖ verilerinin analiz sonuçlarında; AZEÖ'nün yorulmama alt boyutunun cinsiyet değişkeninde (Tablo 4), motivasyon ve konsantrasyon alt boyutunun branş ve yaş değişkeninde (Tablo 5 - Tablo 6), sakinlik alt boyutunun ise öğrenim durumu değişkeninde (Tablo 7) istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir farklılaşma olduğu gözlenmiştir ($p < 0.05$).

Literatürde atletik zihinsel enerjinin bireysel ve takım sporlarında mücadele eden sporcular üzerinde birçok farklı parametreler ile ilgili hem ilişkisel hem de karşılaştırmalı çalışmalar yapıldığı gözlemlenmiştir. Bu çalışmalar; sporcuların yaşam stresi ve tükenmişlik (Chiou ve ark., 2020), yeme alışkanlığı (İlhan, 2020), sporda duygusal zeka (Yıldız, 2021), sporcu bilinçli farkındalık düzeyi (Öner, 2022), psikolojik beceri antrenmanı (Talash, 2023), eğilimsel umut düzeyi (Gülşen ve ark., 2021), performans düzeyi (Chuang ve ark., 2022; Karaca, 2024), sportif cesaret (İslam, 2022a), psikolojik beceri ile tutum (İslam, 2022b), sporcu demografik özellikleri (Tatlısu ve ark., 2022), sporda imgeleme (Kaplan ve Bozdağ, 2022), sporda tutku ve sporda cesaret (İslam ve Öztürk, 2023), bilişsel imgeleme (Pakyardım ve Karademir, 2023), uyku davranışları (Gülşen ve ark., 2023), spora başlama nedenleri ve beklentileri (Doğan, 2023) gibi parametreleri konu edinmiştir.

Tayvan'daki 14 farklı üniversitede 25 değişik bireysel ve takım sporu ile uğraşan ve iki örneklem grubu (230 üniversite öğrencisi ve 159 sporcu) ile yürütülmüş bir çalışmada, atletik zihinsel enerjinin sporcuların yaşam stresi-tükenmişlik ilişkisi üzerinde etkinin olup olmadığı incelenmiş ve AZE'nin yaşam stresi-tükenmişlik ilişkisinde stres-tükenmişlik duygusuna yönelik şiddeti aza indirmede olumlu bir güç olabileceği iddia edilmiştir (Chiou ve ark., 2020).

İlhan (2020)'ın çalışmasında, 335 tenis oyuncusunun atletik mental enerji ile beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişkisi araştırılmış, atletik zihinsel enerjide erkek tenisçilerin güven ve sakinlik alt boyutlarında cinsiyete göre anlamlı farklılık rastlandığı ancak diğer alt boyutlarda anlamlı farklılıklara rastlanmadığı tespit edilmiştir. Alan yazından farklı olarak bu çalışmada cinsiyet değişkeninde AZEÖ'nün sadece yorulmama alt boyutunda anlamlı farklılık gözlemlenmiştir. Dolayısıyla mevcut çalışma bu yönüyle alan yazını desteklememektedir. Alan yazındaki çalışma tenisçiler üzerinde yapılmış olsa da sporcuların beslenme alışkanlıklarının dikkate alınmış olmasının, mevcut çalışmada ise demografik özelliklere göre değerlendirme yapılmış olmasının bu farklılığa neden olduğu düşünülmektedir.

Profesyonel futbol liglerinde oynayan 334 futbolcunun gönüllü olarak katıldığı çalışmada, duygusal zekânın, atletik zihinsel enerji üzerinde dolaylı etkisi olduğu belirtilerek, bu etkinin antrenör/sporcu ilişkisi üzerindeki etkisi eşitlik modellemesi kullanılarak araştırılmıştır. Araştırma sonucunda hem duygusal zekanın hem de

antrenör/sporcu ilişkisinin atletik zihinsel enerji üzerinde etkisi olduğu dolayısıyla kurulan bu teorik modelin doğrulandığı rapor edilmiştir (Yıldız, 2021).

Öner (2022), 402 profesyonel futbolcuların atletik zihinsel enerjileri ile bilinçli farkındalık içerikleri ve ayrırcı niteliği ortaya koyulan akış yaşantısının etkisini belirlemek amacıyla yapmış olduğu çalışmada, işe yoğunlaşma ve denge ekseninde akış belirleyicilerinin dinçlik, güven, motivasyon, sakinlik ve farkındalık olduğu bildirilmiştir.

Futbol oyuncularını üzerinde yapılan bir başka çalışmada iki farklı araştırma modeli bir arada kullanılmış ve kadın futbol oyuncularını deney ve kontrol grubu olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Araştırmaya katılan kadın futbol oyuncularına 8 hafta süresince psikolojik beceri antrenmanı programını uygulanmış ve ön test–son test verileri karşılaştırılmıştır. Uygulanan psikolojik beceri antrenmanlarında deney grubunun ön test son test karşılaştırmaları incelendiğinde AZEÖ'nün dinçlik, güven ve motivasyon alt boyutları üzerinde anlamlı farklılık olduğu rapor edilirken, AZEÖ güven, motivasyon ve sakinlik alt boyutlarında deney grubunun puanlarının kontrol grubuna göre daha yüksek düzeyde anlamlı farklılık olduğu bildirilmiştir (Talaslı, 2023).

Aktif olarak spor yapan bireylerin umut düzeylerinin atletik zihinsel enerjiye etkisinin incelendiği bir çalışmada, atletik zihinsel enerji ile umut alt boyutlarından farklı yollarla düşünme ve sporcularda harekete geçirici düşünme boyutları arasında orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu bildirilmiştir. Bu sonuçtan yola çıkarak; AZE'nin sporda başarı üzerinde etkisi olmasının yanı sıra zihinsel enerjinin umut kavramıyla da ilişkili olduğu vurgulanmıştır (Gülşen ve ark., 2021). Mevcut çalışmada ise AZEÖ'nün alt boyutlarından biri olan motivasyonun yarışma yönelimleri üzerinde önemli bir etkisi olduğu belirlenmiştir.

AZEÖ ile sporcu performanslarının değerlendirildiği farklı çalışma örneklerine bakıldığında; bedensel engelli masa tenişi oyuncularının atletik zihinsel enerjileri ile performansları arasındaki ilişki incelenmiş, bu sporcuların katılmış oldukları müsabakaların öncesinde zihinsel enerji-performans ilişkisinin kanıtlandığı ifade edilmiştir (Chuang ve ark., 2022). AZEÖ ile sporcuların performans düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği ve 124 oryantiring sporcusunun katıldığı bir başka çalışmada ise sporcuların zihinsel enerji düzeyleri ile yarışma dereceleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bildirilmiştir. Ayrıca sporcuların yarışma performansları üzerinde zihinsel enerjinin küçük bir oranda da olsa etkisi olduğu ve sporda zihinsel enerjiyi artıracak uygulamaların oryantiring yapan sporcuların performanslarına olumlu katkı sağlayabildiği ifade edilmiştir (Karaca, 2024). Literatürdeki sonuçlar değerlendirildiğinde, AZE'nin birçok spor branşındaki aktif sporcuların yarışma performansları üzerinde olumlu etkileri olduğu görülmüştür.

AZE'nin performans üzerindeki etkisini incelemeye yönelik olarak 247 güreşçinin katılımı ile yapılmış bir çalışmada da, atletik zihinsel enerjinin spor performansı üzerinde etkisi olduğu belirtilmiştir (İslam, 2022a). Aynı araştırmacının farklı lig düzeylerinde ve mevkilerde oynayan 237 kadın futbolcunun dâhil edildiği bir diğer çalışmada ise futbolcuların atletik zihinsel enerjilerinin psikolojik becerilere pozitif yönde etkisi olduğu ve yine kadın futbolcuların bu branşa olan tutumlarının atletik zihinsel enerjilerini pozitif yönde etkilediği raporlanmıştır (İslam, 2022b). Farklı disiplinlerdeki sporcular ve spor branşlarının alt yapısını oluşturan yapısal özellikler ve zihinsel hazırlık süreçleri, sporcuların müsabaka sırasındaki performansları üzerinde değişik etkiler yaratmaktadır dolayısıyla mevcut çalışma ile alan yazındaki bulgular arasında farklılık görülmesi muhtemel bir durumdur.

Tatlısu ve ark. (2022)'nin 159 elit boks sporcusu ile gerçekleştirdikleri çalışmada, atletik zihinsel enerji ölçeğinde cinsiyet ve öğrenim durumu değişkenlerinde anlamlı farklılığa rastlanılmadığı bildirilmiştir. Bu çalışmanın aksine yapılan bu araştırmada cinsiyet değişkeninde yorulmama, öğrenim durumu değişkeni ile sakinlik alt boyutu puanlarında anlamlı farklılıklar olduğu ortaya çıkmıştır. Mevcut araştırma bu yönüyle alan yazındaki araştırmanın bulgularıyla benzerlik taşımamaktadır. Bazı demografik değişkenler baz alındığında; boks yapan sporcuların uygulamada teknik-taktik açıdan farklı zihinsel süreçlerden geçmesi ve disiplinler arası yapısal farklılıklardan kaynaklı alan yazındaki bulguların aksine bu çalışmadaki sporcuların uygulamadaki zihinsel hazırlık süreçlerinin başka bir boyutta yansımaya yol açtığı düşünülmektedir.

Farklı kayak disiplinlerinde yarışan 303 kayakçı üzerinde yapılan bir çalışmada, atletik zihinsel enerji ölçeğinin sakinlik alt boyutunda istatistiksel açıdan anlamlı farklılık bulunmuş ve takım sporuyla uğraşan sporcuların sakinlik düzeylerinin bireysel spor yapanlara oranla daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Kaplan ve Bozdağ, 2022). Ancak literatürden farklı olarak mevcut çalışma bireysel sporlarla uğraşan sporcular üzerine yapılmış ve

bu sporcuların sakinlik puanlarında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Dolayısıyla mevcut çalışmada ortaya çıkan sonuçlar alan yazındaki sonuçlarla benzerlik göstermemektedir. Bu sonuçlara göre, uygulamada kayak gibi farklı disiplinlerdeki branşlara ait zihinsel enerjinin içerdiği duyuşsal bileşenler ile bu çalışmadaki sporcuların duyuşsal ve yapısal özellikleri arasında farklılıklar görülmesi beklenen bir durumdur.

Kayakçıların yer aldığı başka bir çalışmada ise 226 aktif kayak sporcusunun spora olan tutkuları ile spor cesaretleri arasındaki ilişkisi üzerinde atletik zihinsel enerjilerinin etkisi incelenmiş ve araştırma sonucunda sporcuların atletik zihinsel enerjilerinin, bu spora karşı tutku ve cesaret düzeylerinde aracılık etkisinin olduğu saptanmıştır. Dolayısıyla bu amaçla kurulan teorik model araştırmacılar tarafından doğrulanmış ve hem spor tutkularının hem de cesaretlerinin atletik zihinsel enerji düzeylerine pozitif yönde etkisi olduğu rapor edilmiştir (İslam ve Öztürk, 2023).

Pakyardım ve Karademir (2023), 81 taekwondo hakeminin atletik zihinsel enerji ve bilişsel imgeleme düzeylerini inceledikleri çalışmada, hakemlere ait değişkenlerde anlamlı farklılaşma olduğu gözlemlenmiştir. Aynı zamanda AZEÖ'nün toplam puanı ile bilişsel imgeleme ölçeğinin toplam puanları arasında yüksek düzeyde bir ilişki olduğu da bildirilmiştir. Gülşen ve arkadaşları (2023) çalışmalarında, sporcuların uyku davranışları ile atletik zihinsel enerji arasındaki ilişkiyi incelemiş ve araştırma sonucunda uyku davranışları üzerinde zihinsel enerjinin önemli bir rol oynadığını ifade etmişlerdir.

Yüzücülerin katıldığı farklı bir çalışmada 211 performans yüzücüsünün atletik zihinsel enerji düzeyleri ile spora başlama nedenleri ve beklentileri arasındaki ilişkisi araştırılmış ve AZEÖ kavramının sporcuların performansları üzerinde önemli bir etkisinin olduğu vurgulanmıştır. Araştırma sonucunda cinsiyet değişkeninde; erkek yüzücülerin sakinlik alt boyutu ortalama puanlarının kadın yüzücülere göre yüksek düzeyde anlamlı çıktığı belirtilmiştir (Doğan, 2023). Mevcut çalışmada alan yazından farklı olarak cinsiyet değişkeni açısından AZEÖ'nün yalnızca yorulmama alt boyutunda anlamlı farklılık belirlendiği ve kadın sporcuların puanlarının erkek sporculara oranla daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Dolayısıyla mevcut çalışma alan yazını destekler nitelikte değildir. Bunun nedeninin mevcut araştırmada sporcu performanslarının değerlendirilmemiş olmasının yanı sıra raket sporları için yüksek yoğunlukta motor koordinasyonuna ihtiyaç duyulması hasebiyle sporcular üzerinde AZEÖ'nün yorulmama parametresinin daha etkili olduğu düşünülmektedir.

Yarışma Yönelimleri Tercihlerinin Değerlendirilmesi

Yarışma yönelimleri ölçeği ile elde edilen verilerin analiz sonuçlarına bakıldığında; raket sporcularının branş (Tablo 5), yaş (Tablo 6) ve öğrenim durumu (Tablo 7) değişkenlerine göre yalnızca çatışma alt boyutu puanlarında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşma olduğu gözlenmiştir ($p < 0.05$). İlgili literatür incelendiğinde; yarışma yönelimlerinin, sporda başarı motivasyonu (Saki, 2023) ve mükemmeliyetçilik, psikolojik beceriler, spor yaralanma kaygısı ve taktiksel beceriler (Öner, 2023) üzerinde etkisi olduğunu raporlayan araştırma sonuçlarına rastlanılmıştır.

Saki (2023)'nin çalışmasında, farklı branşların takım sporlarında oynayan 319 sporcunun yarışma yönelimlerinin başarı motivasyonları üzerindeki etkisi araştırılmış, YYÖ'nün iş birliği ve çatışma alt boyutları ile başarı motivasyonu arasında orta düzeyde pozitif yönlü bir ilişki olduğu bildirilmiştir. Araştırmada sonucunda; sporcuların yarışma sırasında rekabet duygusuyla rakibe karşı koyma ve takım olarak birlikte hareket etme eğilimlerinin motivasyonu arttırdığı iddia edilmiştir. Literatürle benzer şekilde mevcut çalışmada da raket sporcularının iş birliği ve çatışma alt boyutları ile motivasyon alt boyutu arasında orta düzeyde ve pozitif yönde bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Ortaya çıkan sonuçlara göre hem bireysel hem de takım sporlarında mücadele eden sporcuların yarışma içerisindeki rekabet duygusu ve kazanma güdüsüyle hareket etme eğilimlerinin, motivasyon artışına yardımcı olduğu söylenebilir.

Yarışma yönelimleri ile mükemmeliyetçilik ve psikolojik-taktiksel beceriler arasındaki ilişkinin incelendiği ve 450 profesyonel takım sporcusunun katılımıyla gerçekleştirilen bir araştırmada, sporcuların mükemmeliyetçiliğinin ve psikolojik-taktiksel becerilerin bazı alt boyutları ile yarışma yönelimlerinin iş birliği ve çatışma alt boyutlarının pozitif ilişkili olduğu belirtilmiştir (Öner, 2023).

Atletik Zihinsel Enerjileri ile Yarışma Yönelimleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Araştırmada elde edilen verilerin ilişki analizlerine bakıldığında; yarışma yönelimleri ölçeğinin iş birliği alt boyutu ile atletik zihinsel enerji ölçeğinin dinçlik ($r=.153$), güven ($r=.219$) yorulmama ($r=.074$), konsantrasyon ($r=.042$) ve sakinlik ($r=.156$) alt boyutları ile arasında zayıf düzeyde pozitif yönde bir ilişki bulunurken, motivasyon ($r=.362$) alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Yarışma yönelimleri ölçeğinin bir diğer alt boyutu olan çatışma alt boyut puanı ile atletik zihinsel enerji ölçeğinin güven ($r=.183$), motivasyon ($r=.164$), yorulmama ($r=.181$) ve sakinlik ($r=.273$, $p<0.01$) alt boyutları arasında da zayıf düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki gözlenirken, konsantrasyon ($r=.328$) alt boyutu arasında ise orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit gözlenmiştir.

Sonuç

Araştırmada raket sporcularının, atletik zihinsel enerji alt boyutları ile yarışma yönelimleri alt boyutları arasındaki en yüksek ilişkinin motivasyon alt boyutu ile iş birliği alt boyutu arasında ve konsantrasyon ile çatışma alt boyutu arasında olduğu ortaya çıkmıştır. Buna göre raket sporcularının motivasyonları arttıkça işbirlikleri, konsantrasyonları arttıkça çatışma düzeylerinin arttığı söylemek mümkündür.

Araştırma kapsamında, atletik zihinsel enerjinin yarışma içerisindeki iş birliği ve çatışma ilişkisini öngörmede olumlu bir güç olabileceğine dair kanıtların bulunduğu ileri sürülebilir. Dolayısıyla bu çalışma, atletik zihinsel enerjinin yarışma yönelimleri tercihleri çerçevesinde pozitif etkilerini ortaya çıkarmıştır. Ayrıca AZEÖ ve YYÖ'nün bazı alt boyutları ile branş, yaş ve öğrenim durumu değişkenleri arasında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular neticesinde, bireysel sporlarda mücadele eden sporcuların yarışma içerisinde bir taraftan rakiple mücadele etme ve birlikte hareket etme eğilimi sergiledikleri diğer taraftan zihinsel enerjilerinin olumlu etkilerine odaklanarak hareket ettikleri söylenebilir.

Öneriler

Literatürde farklı branştaki sporcuların atletik zihinsel enerji düzeylerinin araştırıldığı birçok çalışmaya rastlanılmış ancak AZE'nin raket sporlarında mücadele eden sporcular üzerindeki etkisinin araştırıldığı çok fazla çalışmaya rastlanılmamıştır. Dolayısıyla mevcut çalışmanın bu yönüyle literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Nicel bir araştırma yöntemi kullanılarak tasarlanan bu çalışma dışında, nitel ve nicel yaklaşımlar bir arada kullanılarak karma desende bir araştırma kurgulanarak atletik zihinsel enerji ile farklı spor branşları ve sporculara yönelik farklı parametreler arasındaki ilişkinin yönü değerlendirilebilir. Ayrıca zihinsel enerji-yarışma yönelimleri ilişkisinin ampute sporcular ya da farklı yaş grupları üzerinde incelenmesi gibi birtakım kriterler göz önünde bulundurulduğunda gelecekte yapılacak olan çalışmalar için çok yönlü pratiklerim yürütülmesi önerilmektedir. Böylelikle daha fazla araştırmanın, sporda atletik zihinsel enerji ile yarışma yönelimleri ilişkisinin olumlu etkilerini keşfedeceği umulmaktadır.

Kaynakça

- Aslan, K., Gelen N.K., Saygın, Ö., & Aslan, H.G. (2021). Gün zamanının raket sporcularında algısal-bilişsel özellikler üzerine etkisi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(2).
- Brich, Q. Casals, M. Crespo, M. Reid, M., & Baiget, E. (2024). Quantifying hitting load in racket sports: A scoping review of key technologies. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 19, 519-532. doi: 10.1123/ijsp.2023-0385
- Cádiz Gallardo, M.P., Pradas de la Fuente, F., Moreno-Azze, A., & Carrasco Páez, L. (2023). Physiological demands of racket sports: a systematic review. *Front Psychol*, 14, 295. doi:10.3389/fpsyg.2023.1149295
- Chiou, S-S., Hsu, Y., Chiu, Y-H., Chou, C-C., Gill, D.L., & 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. doi: 10.3389/fpsyg.2019.03007

- Chuang, W.-C., Lu, F.J.H., Gill, D.L., & Fang, B.-B. (2022). Pre-competition mental energy and performance relationships among physically disabled table tennis players. *PeerJ*, 14, 10:e13294. doi: 10.7717/peerj.13294.
- Dayıcan, Y., & Demiray, E. (2021). Türkiye masa tenisi liglerinde oynayan sporcuların liderlik yönelimleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 257-268.
- Doğan, G. (2023). *Performans yüzücülerinin atletik zihinsel enerji düzeyleri ile spora başlama nedenleri ve beklentileri arasındaki ilişkilerin araştırılması*. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Rekreasyon Anabilim Dalı, Muğla.
- Funk, C.D., Shields, D.L., & Bredemeier, B.L. (2016). Contesting orientations, self-determined motivation, and sportspersonship: further validation of the contesting orientations scale. *Psychology of Sport and Exercise*, 27:66-77.
- Gözmen Elmas, A., & Aşçı, F.H. (2021). Yarışma yönelimleri ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 13(3).
- Gül, M. (2021). Tenis Oyununda Beceri Öğretimi. Tüm Boyutlarıyla Tenis “Akademik Bakış”. Gazi Kitabevi. (Ed.: Dr. Pero Dumangöz, Dr. Şeniz Karagöz). ISBN: 978-625-8494-01-3. Ankara. (sf:114).
- Gülşen, D.B.A., Eryücel, M.E., Turna, B., Yıldız, M., & Eryücel, S. (2021). Are dispositional hope levels in athletes a predictor of athletic mental energy? *Progress in Nutrition*, Vol. 23, Supplement 1: e2021135. doi: 10.23751/pn.v23iS1.11413
- Gülşen, D.B.A., Yarayan, Y.E., & Yıldız, A.B. (2023). Atletik zihinsel enerjiyi uyku davranışları bağlamında tahmin etme. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(1), 265-275.
- Hulteen, R.M., Smith, J.J., Morgan, P.J., Barnett, L.M., & Hallal, P.C. (2017). Global participation in sport and leisure-time physical activities: a systematic review and meta-analysis. *Prev Med*, 95, 14–25. doi:10.1016/j.yjmed.2016.11.027
- İslam, A. (2022a). The effect of athletic mental energy on wrestlers’ sports courage and attitudes toward wrestling. *Physical Education of Students*, 26(5), 247-255. doi: 10.15561/20755279.2022.0504
- İlhan, A. (2020). The relationship between athletic mental energy and eating behaviors in tennis players. *Progress in Nutrition*, 22(4). doi: 10.23751/pn.v22i4.11004
- İslam, A., & Öztürk, M.E. (2023). Kayak sporcularının zihinsel enerjileri ile tutkularına göre cesaretleri. *Sportmetre The Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 21(1), 148-163.
- İslam, A. (2022b). Kadın futbolcuların psikolojik becerileri ile tutumlarına göre zihinsel enerjileri. *ODÜ Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi ODÜSOBİAD*, 13(1), 1243-1262. doi: 10.48146/odusbadiad.1206721
- Kaplan, E., & 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/10.38021/asbid.1162677
- Karaca, R. (2024). Oryantiring sporcularının atletik zihinsel enerjileri ile performans düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sivas Cumhuriyet University Journal of Sport Sciences*, 5(1):1-7.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi*. 15. Baskı. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Lees, A. (2003). Science and the major racket sports: A review. *J Sports Sci*, 21: 707–732.
- Lu, F.J., Gill, D.L., Yang, C., Lee, P.F., Chiu, Y.H., Hsu, Y.W., & Kuan, G. (2018). Measuring athletic mental energy (AME): instrument development and validation. *Frontiers in Psychology*, 9, 2363. doi: 10.3389/fpsyg.2018.02363
- Lykken, D.T. (2005). Mental energy. *Intelligence*, 33(4), S331-335. doi: 10.1016/j.intell.2005.03.005.
- O’Donoghue, P., Reid, M., & Girard, O. (2015). *Racket sports*. In: McGarry T, O’Donoghue P, Sampaio J, eds. *Handbook of Sports Performance Analysis*. Routledge International Handbooks; 404–414.

- Öner, Ç. (2022). The determinative role of athletic mental energy and mindfulness in the flow experience of football players. *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 7(20), 2052-2085. doi: [10.35826/ijetsar.527](https://doi.org/10.35826/ijetsar.527)
- Öner, Ç. (2023). *Mükemmeliyetçilik, psikolojik-taktiksel beceriler, yarışma yönelimleri ve spor yaralanma kaygısı arasındaki ilişkiler*. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Pakyardı, C., & Karademir, T. (2023). Taekwondo hakemlerinin atletik zihinsel enerji ve bilişsel imgeleme düzeylerinin incelenmesi. *Kabramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(3), 1158-1171. doi: 10.33437/ksusbd.1338881
- Pluim, B.M., Jansen, M.G.T., Williamson, S., & et al. (2023). Physical demands of tennis across the different court surfaces, performance levels and sexes: a systematic review with meta-analysis. *Sports Med*, 53(4), 807–836. doi:10.1007/s40279-022-01807-8
- Reilly, T. (1990). The Racquet Sports. *Physiology of Sports*, 337–369.
- Saki, Ü. (2023). Takım sporcularında yarışma yönelim tercihlerinin başarı motivasyonlarına etkisi. *International Journal of Eurasia Social Sciences (IJOESS)*, 14(53), 1128-1137.
- Sarıyar Sezan, C. (2023). *Selim Surrı Tarcan'ın "Sporcu Neler Bilmeli" Adlı Eseri*, Editör: Serdar Geri, Gece Kitaplığı, Ankara.
- Shields, D.L., Funk, C.D., & Bredemeier, B.L. (2015). Contesting orientations: measure construction and the prediction of sportpersonship. *Psychology of Sport and Exercise*, 20, 1-10.
- Shields, D.L., & Bredemeier, B.L. (2011). Contest, competition, and metaphor. *Journal of the Philosophy of Sport*, 38, 27-38.
- Shields, D.L., Funk, C.D., & Bredemeier, B.L. (2016a). The contesting theory of competition: evidence from metaphor priming, *Journal of Sport Behavior*, 39(4), 446-466.
- Shields, D.L., Funk, C.D., & Bredemeier, B.L. (2016b). The moral frameworks and foundations of contesting orientations, *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 38, 117-127.
- Shields, D.L., Funk, C.D., & Bredemeier, B.L. (2018a). Can contesting orientations predict grittier, more self-controlled athletes? *The Journal of Positive Psychology*, 13(5), 440- 448.
- Shields, D.L., Funk, C.D., & Bredemeier, B.L. (2018b). Relationships among moral and contesting variables and prosocial and antisocial behavior in sport. *Journal of Moral Education*, 47(1):17-33.
- Starzak, M., Niżnikowski, T., Biegajło, M., Nogal, M., Arnista, W.L., Mastalerz, A., & et al. (2024). Attentional focus strategies in racket sports: A systematic review. *PLOS ONE*, 19(1), e0285239. doi:10.1371/journal.pone.0285239
- Şahinler, Y. (2021). Tenis sporcularının demografik değişkenler açısından zekâ türlerinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(2), 76-92.
- Tabachnick, B.G., & Fidell, L.S. (2007). *Using multivariate statistics*. (5th ed.). New York: Allyn and Bacon.
- Talış, B. (2023). *8 haftalık psikolojik beceri antrenman programının zihinsel dayanıklılık, duygudurum profili ve atletik zihinsel enerji üzerine etkisi*. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Tatlısu, B., Ozan, M., Uçan, İ., & Kan, E. (2022). Elit Boksörlerde farklı değişkenlerin atletik zihinsel enerji düzeylerine etkisinin incelenmesi. *Anatolia Sport Research*, 3(1), 1-13.
- Vealey, R.S. (1986). Conceptualization of sport-confidence and competitive orientation: preliminary investigation and instrument development. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 8(3), 221-46.

- Yıldız, A.B. (2021). *Futbolcularda duygusal zekânın atletik zihinsel enerjiye etkisinde antrenör – sporcu ilişkisinin aracılık rolü*. Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri Programı, Doktora Tezi, Ankara.
- Yıldız, A.B., Yarayan, Y.E., Yılmaz, B., & Garry, K.U.A.N. (2020). Atletik zihinsel enerji ölçeğinin Türkçeye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(3), 108-119.

EXTENDED SUMMARY

It is a matter of curiosity whether mental energy, which is a psychological process that helps to motivate people to concentrate their attention during the activity in racket sports played with a very high sense of competition, has an effect on the sense of competition and winning the game. While athletes competing in various fields and categories of sports experience some physical and physiological changes, they also face affective and cognitive situations in different dimensions. It is expected that athletes with a certain potential are aware of their mental energy or transform this energy into a positive effect on their performance in competitions or competitions. Therefore, the aim of this study is to examine the athletic mental energy of players who are actively interested in racket sports and their conditions characterized in their competition orientation.

In this respect, the aim of this study was to determine the effect of athletic mental energy on competition orientations in individuals engaged in different racket sports.

The study was conducted with 215 volunteer racket athletes (69 female and 146 male) in the age group of 17-31 years in the branches of court tennis, badminton and table tennis. The data obtained were applied to racket athletes and two different scales were used to determine the athletes' perceptions of their athletic mental energy: the "Athletic Mental Energy Scale (AMES)" developed by Lu et al. (2018) and the "Competition Orientations Scale (COS)" developed by Shields, Funk, and Bredemeier (2004) and adapted into Turkish by Gözmen Elmas and Aşçı (2021). The data of the study were analyzed with SPSS 26 package program and the significance level was accepted as $p < 0.05$. Descriptive statistics and reliability analysis of the data were performed and t test was used to determine the difference between variables in normally distributed data, and One-Way Anova and Post-Hoc test (Tukey HSD) test were used to determine the difference between groups. In determining the relationship between athletes' athletic mental energy states and competition orientation, Pearson Correlation test was applied to parametric data. The α -value of the AASEQ was found to be 0.89 and the α -value of the ACEQ was found to be 0.71, and these values revealed that the measurements had high reliability.

When the frequency and percentage values related to the demographic characteristics of the athletes were analyzed; 32,6% (n=70) of the athletes were court tennis athletes, 30,7% (n=66) were badminton athletes and 36,7% (n=79) were table tennis athletes. Regarding the gender variable, 32,1% (n=69) were female athletes and 67,9% (n=146) were male athletes. Regarding the age variable; 17,7% (n=38) were between 17-20 years old, 34,0% (n=73) were between 21-24 years old, 18,1% (n=39) were between 25-28 years old and 30,2% (n=65) were between 29-31 years old. Regarding the education level variable; 14,0% (n=30) were high school graduates, 4,2% (n=9) were associate degree graduates, 67,9% (n=146) were undergraduate graduates and 14,9% (n=30) were postgraduate graduates.

In the analysis of the athletic mental energy scale data, it was determined that there was a statistically significant difference in the motivation and concentration scores of the athletes' branch and age variables, in the non-fatigue scores of the gender variable and in the calmness scores of the education status variable ($p < 0.05$). In the analysis of the competition orientation scale data, it was determined that there was a statistically significant difference in the scores of the conflict sub-dimension of the racket athletes' branch, age and education status variables ($p < 0.05$). In correlation analyses; vigor, confidence, motivation and calmness sub-dimensions are positive determinants of cooperation sub-dimension, while concentration, motivation, calmness and non-fatigue sub-dimensions are positive determinants of conflict sub-dimension.

In the study, the highest relationship between the sub-dimensions of athletic mental energy and competition orientations of racket athletes was found to be between motivation sub-dimension and cooperation sub-dimension and between concentration and conflict sub-dimension. According to this result, it is possible to say that as the motivation of racket athletes increases, their cooperation increases, and as their concentration increases, their conflict levels increase. Within the scope of the research, it can be said that there is evidence that athletic mental energy may be a positive force in predicting the relationship between cooperation and conflict in competition. Therefore, this study revealed the positive effects of athletic mental energy within the framework of competition orientation preferences. Additionally, it was revealed that there were significant

differences between some sub-dimensions of AZÖ and YYÖ and the variables of branch, age and education level.

As a result of the data obtained, it can be interpreted that athletes competing in individual sports tend to defeat the opponent and appreciate the opponent in the competition on the one hand, and on the other hand, they act under the positive influence of their mental energy.

Apart from this study, which was designed using a quantitative research method, a mixed design study using both qualitative and quantitative approaches can be designed to evaluate the direction of the relationship between athletic mental energy and different parameters for sports branches and athletes. In addition, in future studies, it is recommended to conduct multidimensional studies by considering different criteria such as examining the relationship between mental energy and competition orientations on different sports branches and amputee athletes. Thus, it is hoped that more studies will explore the positive effects of the relationship between athletic mental energy and competition orientations in sport.