



**T.C.  
RECEP TAYYIP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI**

**KALECİLERİN KUVVET ÖLÇÜMLERİ VE PSİKOLOJİK  
PERFORMANSLARININ İNCELENMESİ**

**(Yüksek Lisans Tezi)**

**Ulvi YAKUPÇEBİOĞLU**

**Danışman  
Doç. Dr. Gökhan ÇAKIR**

**RİZE  
2025**

## KABUL VE ONAY

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında, Doç. Dr. Gökhan ÇAKIR danışmanlığında, Ulvi YAKUPÇEBİOĞLU tarafından hazırlanan *Kalecilerin Kuvvet Ölçümleri ve Psikolojik Performanslarının İncelenmesi* adlı bu tez çalışması, 28/07/2025 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oy birliğiyle/~~oy çokluğuyla~~ başarılı bulunarak jürimiz tarafından **Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.

| Jüri Üyeleri | Ünvanı, Adı SOYADI                   | İmza |
|--------------|--------------------------------------|------|
| Başkan       | : Doç. Dr. Recep Fatih KAYHAN        |      |
| Üye          | : Doç. Dr. Gökhan ÇAKIR              |      |
| Üye          | : Dr. Öğr. Üyesi Halil İbrahim ÇAKIR |      |

## ETİK BEYAN

Beden Eğitimi ve Spor Tezli Yüksek Lisans Programından mezun olmak üzere teslim ettiğim “Kalecilerin Kuvvet Ölçümleri ve Psikolojik Performanslarının İncelenmesi” adlı tezim, bilim ve araştırma etiği prensiplerine riayet edilerek tarafımdan yazılmıştır.

Tez çalışmamda, başka kaynaklardan aktarılan bütün bilgi ve alıntılar, Enstitünüz Tez Yazım Kılavuzuna uygun olarak açıkça gösterilmiştir. Kaynağı gösterilenler dışında kalan bütün bilgiler uygun araştırma yöntemi kullanılarak tarafımdan edinilmiş ve esere bu şekilde yansıtılmıştır. Şahsıma ait olmayan hiçbir bilgi, kasıt veya kusurlar, şahsıma aitmiş gibi gösterilmemiştir. İnternet kaynakları dâhil, sahibine/kaynağına atıf yapılmaksızın hiçbir bilgi kullanılmamıştır. Aksinin ortaya çıkması halinde doğacak bütün hukuki, idari, akademik ve etik sorumluluk tarafıma ait olacaktır. Eserin tesliminden sonra herhangi bir zamanda, bilim etiğine aykırılık tespit edilmesi ve / veya eserimle ilgili intihal veya intihal şeklinde anlaşılabilecek bir durumun ortaya çıkması halinde; Üniversiteniz ve eğitim kadronuzun hiçbir şekilde sorumlu tutulmayacağını hür irademle kabul, beyan ve taahhüt ederim.

28/07/2025

**Ulvi YAKUPÇEBİOĞLU**

## ÖN SÖZ

Bu tez çalışması, akademik yolculuğumda önemli bir dönüm noktasını temsil etmektedir. Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda geçirdiğim bu değerli süreç, yalnızca bilimsel bir araştırma olmaktan öte, mesleki ve kişisel gelişimime derin izler bırakan bir deneyim olmuştur.

Bu zorlu fakat bir o kadar da değerli akademik yolculukta, değerli zamanını ve bilimsel birikimini cömertçe paylaşan saygıdeğer danışmanım Doç. Dr. Gökhan Çakır'a en derin minnet ve şükranlarımı sunarım. Ayrıca, akademik gelişimime sunduğu kıymetli katkılardan ve bölümümüzün ilerlemesi için gösterdiği özverili çalışmalardan dolayı Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü Dekanımız Prof. Dr. Arslan Kalkavan'a içten teşekkürlerimi sunarım. Tez çalışmamın başlangıç aşamasında engin bilgi birikimi ve değerli yönlendirmeleriyle bana rehberlik eden, Doç. Dr. Fatih Kayhan'a sonsuz şükranlarımı sunmayı bir borç bilirim. Özellikle kalecilerin kuvvet ölçümleri sürecinde uzmanlığını ve teknik bilgisini paylaşan, veri toplama aşamasında metodolojik yönlendirmeleriyle çalışmamın güvenilirliğine önemli katkılar sağlayan Dr. Öğr. Üyesi Halil İbrahim Çakır'a değerli desteği için teşekkürlerimi sunarım.

Bu uzun ve meşakkatli süreçte, manevi desteklerini bir an olsun esirgemeyen, başarılarımda en büyük pay sahibi olan kıymetli aileme sonsuz şükranlarımı sunarım. Özellikle başta değerli eşim ve biricik kızım, bu yolculuğun her anında yanımda olarak, bana güç ve cesaret vermişlerdir.

Kalecilerin performansını artırmaya yönelik antrenman programlarının geliştirilmesinde, fiziksel parametrelerin yanı sıra psikolojik faktörlerin de göz önünde bulundurulması gerektiği gerçeği, bu çalışma sürecinde edindiğim en değerli kazanımlardan biridir. Antrenörlük mesleğim ve akademik kariyerim arasında köprü kurma amacıyla hazırladığım bu tezin, spor bilimleri alanına ve antrenörlük metodolojisine mütevazı bir katkı sunmasını, gelecek nesil araştırmacı ve antrenörlere ilham vermesini içtenlikle ümit ediyorum.

Ulvi YAKUPÇEBİOĞLU  
RİZE/2025

## İÇİNDEKİLER

|                                                            |      |
|------------------------------------------------------------|------|
| KABUL VE ONAY .....                                        | I    |
| ETİK BEYAN.....                                            | II   |
| ÖN SÖZ .....                                               | III  |
| İÇİNDEKİLER .....                                          | IV   |
| ÖZET .....                                                 | VII  |
| ABSTRACT.....                                              | VIII |
| KISALTMALAR.....                                           | IX   |
| TABLolar LİSTESİ.....                                      | X    |
| ŞEKİLLER LİSTESİ .....                                     | XI   |
| GİRİŞ .....                                                | 1    |
| 1. KAVRAMSAL ÇERÇEVE.....                                  | 11   |
| 1.1. Futbol.....                                           | 11   |
| 1.2. Futbolda Kaleci.....                                  | 13   |
| 1.3. Futbol Kalecisinde Bulunması Gereken Özellikler ..... | 15   |
| 1.3.1. Kalecilerin Psikolojik Özellikleri .....            | 17   |
| 1.3.1.1. Öz güven .....                                    | 20   |
| 1.3.1.2. Cesaret .....                                     | 22   |
| 1.3.2. Kalecilerin Fiziksel Özellikleri.....               | 23   |
| 1.3.2.1. Kalecilerde Kuvvet .....                          | 27   |
| 1.4. Literatür Taraması.....                               | 28   |
| 1.4.1. Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar .....                | 28   |
| 1.4.2. Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar.....                | 29   |
| 2. GEREÇ VE YÖNTEM.....                                    | 31   |
| 2.1. Araştırmanın Modeli.....                              | 31   |
| 2.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi.....                 | 32   |
| 2.3. Veri Toplama Yöntem ve Gereçleri.....                 | 32   |
| 2.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....                            | 32   |
| 2.3.2. Genel Kuvvet Ölçüm Araçları .....                   | 33   |
| 2.3.2.1. El Pençe Kuvveti Testi .....                      | 33   |
| 2.3.2.2. Durarak Uzun Atlama Testi .....                   | 33   |

|                                                                 |    |
|-----------------------------------------------------------------|----|
| 2.3.2.3. 30 Saniye Mekik Testi .....                            | 33 |
| 2.3.2.4. Genel Kuvvet Skoru.....                                | 34 |
| 2.3.3. Psikolojik Performans Ölçüm Araçları .....               | 34 |
| 2.3.3.1. Öz güven Ölçeği .....                                  | 34 |
| 2.3.3.2. Cesaret Ölçeği.....                                    | 34 |
| 2.4. Araştırma Protokolü.....                                   | 35 |
| 2.5. Verilerin Analizi .....                                    | 36 |
| 3. BULGULAR.....                                                | 38 |
| 3.1. Katılımcıların Genel Özellikleri .....                     | 38 |
| 3.1.1. Yaş .....                                                | 38 |
| 3.1.2. Boy.....                                                 | 38 |
| 3.1.3. Kilo .....                                               | 39 |
| 3.1.4. Lisanslı Spor Yapma Yılı .....                           | 39 |
| 3.1.5. Resmi Müsabaka Sayısı .....                              | 40 |
| 3.1.6. Yaralanma Yaşama Durumu.....                             | 40 |
| 3.2. Normallik Test Sonuçları ve Tanımlayıcı İstatistikler..... | 41 |
| 3.2.1. Normallik Test Sonuçları.....                            | 41 |
| 3.2.2. Tanımlayıcı İstatistikler .....                          | 42 |
| 3.3. Hipotez Testleri.....                                      | 43 |
| 3.3.1. Hipotez 1'e İlişkin Bulgular .....                       | 43 |
| 3.3.2. Hipotez 2'ye İlişkin Bulgular .....                      | 44 |
| 3.3.3. Hipotez 3'e İlişkin Bulgular .....                       | 46 |
| 3.3.4. Hipotez 4'e İlişkin Bulgular .....                       | 47 |
| 3.3.5. Hipotez 5'e İlişkin Bulgular .....                       | 49 |
| 3.3.6. Hipotez 6'ya İlişkin Bulgular .....                      | 51 |
| 3.3.7. Hipotez 7'ye İlişkin Bulgular .....                      | 52 |
| 3.3.8. Hipotez 8'e İlişkin Bulgular .....                       | 53 |
| 3.3.9. Hipotez 9'a İlişkin Bulgular .....                       | 54 |
| 4. TARTIŞMA .....                                               | 56 |
| 5. SONUÇ VE ÖNERİLER.....                                       | 72 |
| 5.1. Sonuç .....                                                | 72 |
| 5.2. Öneriler .....                                             | 73 |

|                                                     |    |
|-----------------------------------------------------|----|
| 5.2.1. Araştırma Bulgularına Yönelik Öneriler ..... | 73 |
| 5.2.2. İleriki Araştırmalar İçin Öneriler .....     | 74 |
| KAYNAKÇA.....                                       | 76 |
| EKLER.....                                          | 87 |
| ETİK KURUL KARARI .....                             | 89 |



**Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü**

**Anabilim Dalı** : Beden Eğitimi ve Spor

**Tez Türü** : Yüksek Lisans Tezi

**Danışman** : Doç. Dr. Gökhan ÇAKIR

**Hazırlayan** : Ulvi YAKUPÇEBİOĞLU

**Yıl** : 2025

**Sayfa Sayısı** : 89

## **ÖZET**

### **KALECİLERİN KUVVET ÖLÇÜMLERİ VE PSİKOLOJİK PERFORMANSLARININ İNCELENMESİ**

Mevcut araştırma, futbol kalecilerinde genel kuvvet parametreleri ile öz güven ve cesaret gibi psikolojik yapılar arasındaki karşılıklı ilişkilerin incelenmesini amaçlamıştır. Metodolojik açıdan 14-19 yaş aralığındaki 51 kaleciden oluşan örneklem üzerinde, standardize fiziksel performans ölçümleri (el pençe kuvveti, durarak uzun atlama ve 30 saniyelik mekik testi) ile psikolojik yapıları değerlendiren psikometrik ölçümler (öz güven ve sporda cesaret ölçekleri) uygulanmıştır.

SPSS 27.0 programı ile gerçekleştirilen istatistiksel analizler neticesinde, kalecilerin genel kuvvet ile öz güven düzeyleri arasında pozitif yönlü, orta şiddette ve istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon tespit edilmiştir ( $r=0.44$ ,  $p=0.001$ ). Benzer şekilde, genel kuvvet parametreleri ile cesaret ölçümlerinden elde edilen değerler arasında da pozitif yönlü, orta düzeyde ve istatistiksel anlamlılık taşıyan bir ilişki saptanmıştır ( $r=.50$ ,  $p=0.001$ ). Kısmi korelasyon analizleri, demografik ve antropometrik değişkenler (yaş, spor yılı, boy ve kilo) kontrol değişkenleri olarak istatistiksel modele dahil edildiğinde dahi, genel kuvvet ile öz güven ve cesaret yapıları arasındaki ilişkinin gücünde anlamlı bir farklılaşma olmadığını ortaya koymuştur ( $p>0.05$ ). Lisanslı spor yılının artışıyla paralel olarak, genel kuvvet ve cesaret parametrelerinde istatistiksel açıdan anlamlı artışlar gözlemlenmiştir. 6 yıl ve üzeri lisanslı spor deneyimine sahip kalecilerin genel kuvvet ve cesaret düzeyleri, 0-5 yıl arası deneyime sahip kalecilere kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek değerler sergilemiştir ( $p<0.05$ ). Yaş ve müsabaka kategorisi bağlamında, 17-19 yaş aralığındaki ve Gelişim-Elit B liginde mücadele eden kalecilerin, 14-16 yaş aralığındaki ve amatör lig kategorisindeki kalecilere kıyasla genel kuvvet parametrelerinde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek değerler tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ). Ayrıca, daha fazla resmi müsabaka deneyimine sahip kalecilerin öz güven düzeylerinin istatistiksel açıdan anlamlı şekilde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte, sportif yaralanma öyküsü olan ve olmayan kaleciler arasında genel kuvvet, cesaret ve öz güven parametreleri açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma saptanmamıştır ( $p>0.05$ ).

Araştırmadan elde edilen bulgular, kalecilerde fizyolojik kapasitelerin gelişimi ile psikolojik yapılar arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ve antrenman metodolojilerinin bu karşılıklı etkileşimi dikkate alarak yapılandırılması gerektiğini göstermektedir. Sonuç olarak bu çalışma; yaş, spor yılı ve müsabaka kategorisine özgü antrenman protokollerinin geliştirilmesi için kanıta dayalı bir referans çerçevesi sunmaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Cesaret, Kaleci, Kuvvet, Öz güven.

**Recep Tayyip Erdogan University Institute of Graduate Studies**

**Department** : Physical Education and Sports

**Thesis Type** : Master Thesis

**Supervisor** : Assoc Prof. Dr. Gökhan ÇAKIR

**Author** : Ulvi YAKUPÇEBİOĞLU

**Year** : 2025

**Pages** : 89

**ABSTRACT**

**INVESTIGATION OF GOALKEEPERS' STRENGTH MEASUREMENTS  
AND PSYCHOLOGICAL PERFORMANCE**

The present study aimed to examine the interrelationships between general strength parameters and psychological constructs such as self-confidence and courage in soccer goalkeepers. Methodologically, standardized physical performance measures (hand-claw strength, standing long jump and 30-second shuttle test) and psychometric measures assessing psychological constructs (self-confidence and courage in sport scales) were applied on a sample of 51 goalkeepers aged 14-19 years.

Similarly, a positive, moderate and statistically significant correlation was found between the general strength parameters and the values obtained from the courage measurements ( $r=.50$ ,  $p=0.001$ ). Partial correlation analyses revealed that even when demographic and anthropometric variables (age, years of sport, height and weight) were included in the statistical model as control variables, there was no significant difference in the strength of the relationship between general strength and self-confidence and courage constructs ( $p>0.05$ ). In parallel with the increase in years of licensed sports experience, statistically significant increases were observed in general strength and courage parameters. Goalkeepers with 6 or more years of licensed sport experience had significantly higher levels of general strength and courage compared to goalkeepers with 0-5 years of experience ( $p<0.05$ ). In the context of age and competition category, goalkeepers aged 17-19 years and competing in the Development-Elit B league had statistically significantly higher values in general strength parameters compared to goalkeepers aged 14-16 years and competing in the amateur league category ( $p<0.05$ ). In addition, it was determined that goalkeepers with more official competition experience had statistically significantly higher self-confidence levels. However, there was no statistically significant difference between goalkeepers with and without a history of sportive injury in terms of general strength, courage and self-confidence parameters ( $p>0.05$ ).

The results of the study suggest that there is a significant correlation between the development of physiological capacities and psychological structures in goalkeepers and that training methodologies should be structured taking into account this interaction. In conclusion, this study provides an evidence-based frame of reference for the development of age, sport year and competition category-specific training protocols.

**Keywords:** Courage, Goalkeeper, Self-Confidence, Strength.

## KISALTMALAR

|       |   |                                                                                         |
|-------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| BESYO | : | Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu                                                       |
| RTEÜ  | : | Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi                                                       |
| SPSS  | : | Statistical Package For The Social Sciences<br>(Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paketi) |
| vd.   | : | Ve diğerleri                                                                            |



## TABLÖLER LİSTESİ

|                                                                                                                                       |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Tablo 1.</b> Normallik test sonuçları.....                                                                                         | 41 |
| <b>Tablo 2.</b> Tanımlayıcı istatistikler .....                                                                                       | 42 |
| <b>Tablo 3.</b> Kalecilerin yaşa göre genel kuvvet, öz güven ve cesaret düzeylerine ilişkin test sonuçları .....                      | 43 |
| <b>Tablo 4.</b> Kalecilerin spor yapma yılına göre genel kuvvet, öz güven ve cesaret düzeylerine ilişkin test sonuçları.....          | 45 |
| <b>Tablo 5.</b> Kalecilerin lig türüne göre genel kuvvet, öz güven ve cesaret düzeylerine ilişkin test sonuçları .....                | 46 |
| <b>Tablo 6.</b> Kalecilerin müsabaka sayısına göre genel kuvvet, öz güven ve cesaret düzeylerine ilişkin test sonuçları.....          | 48 |
| <b>Tablo 7.</b> Kalecilerin yaralanma yaşama durumuna göre genel kuvvet, öz güven ve cesaret düzeylerine ilişkin test sonuçları ..... | 49 |
| <b>Tablo 8.</b> Genel kuvvetin öz güven ve cesaret ile ilişkisinde yaşın etkisini gösteren kısmi korelasyon analizi .....             | 51 |
| <b>Tablo 9.</b> Genel kuvvetin öz güven ve cesaret ile ilişkisinde spor yılının etkisini gösteren kısmi korelasyon analizi.....       | 52 |
| <b>Tablo 10.</b> Genel kuvvetin öz güven ve cesaret ile ilişkisinde boyun etkisini gösteren kısmi korelasyon analizi .....            | 53 |
| <b>Tablo 11.</b> Genel kuvvetin öz güven ve cesaret ile ilişkisinde kilonun etkisini gösteren kısmi korelasyon analizi .....          | 54 |

## ŞEKİLLER LİSTESİ

|                                                             |    |
|-------------------------------------------------------------|----|
| Şekil 1. Araştırma tasarımı .....                           | 31 |
| Şekil 2. Yaşa göre dağılımlar .....                         | 38 |
| Şekil 3. Boya göre dağılımlar .....                         | 38 |
| Şekil 4. Kiloya göre dağılımlar.....                        | 39 |
| Şekil 5. Lisanslı spor yapma süresine göre dağılımlar ..... | 39 |
| Şekil 6. Bu sezonki resmi müsabaka sayısı dağılımları.....  | 40 |
| Şekil 7. Yaralanma yaşama durumu dağılımları .....          | 40 |



## GİRİŞ

Futbol, modern kurallarıyla şekillenmeye başladığı 19. yüzyılın sonlarından bu yana dünya çapında en popüler spor dallarından biri haline gelmiştir. Uluslararası Futbol Federasyonları Birliği (FIFA) verilerine göre, günümüzde dünya genelinde 250 milyondan fazla lisanslı futbol oyuncusu bulunmakta ve bu sayı her geçen yıl artmaktadır (FIFA, 2024).

Futbol oyununun en özel ve kritik pozisyonlarından biri olan kalecilik hem fiziksel hem de psikolojik açıdan diğer mevkiilerden önemli ölçüde farklılaşmaktadır. Kaleciler, takımın son savunma hattı olarak, maçın sonucunu doğrudan etkileyebilecek pozisyonlarda yer almaktadırlar. White vd. (2018), kalecilerin performanslarının takımın genel başarısı üzerindeki etkisini inceledikleri çalışmada, üst düzey kalecilerin sezon boyunca gösterdikleri performansın, takımların ligdeki sıralamasıyla doğrudan ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Kaleciler, futbol sahalarındaki özel pozisyonları gereği fiziksel, fizyolojik ve psikolojik açıdan diğer mevkiilerdeki oyuncularından farklılık göstermektedir. Yüksek sıçrama yeteneği, hızlı reaksiyon süresi, iyi bir el-göz koordinasyonu ve üst düzey esneklik gibi fiziksel özelliklere sahip olmaları beklenen kaleciler, ani hareketler ve patlayıcı güç gerektiren hamleler yapmak durumundadırlar (Ziv ve Lidor, 2011). Kalecilerin fiziksel performansları içerisinde kuvvet parametreleri özel bir öneme sahiptir. Üst ve alt ekstremita kuvveti, kalecilerin temel hareketlerini (dalış, sıçrama, top tutma, degaj vb.) etkili bir şekilde gerçekleştirebilmeleri için kritik öneme sahiptir. İnal (2004), kalecilerin ani gelişen pozisyonlarda sürat koşusu yapıp ani durma, topa planjon yapma, sıçrama, topu elle ayakla oyuna sokma eylemlerini yapabilmesi ve ceza alanı içindeki fiziksel temaslardan galip çıkabilmesi için güçlü kol, omuz ve bacaklara ihtiyacı olduğunu vurgulamıştır. Gündüz (2019), kalecilerde kuvvet antrenmanının esneklik ve sürat üzerine etkilerini araştırdığı yüksek lisans tezinde, sistematik kuvvet çalışmalarının kalecilerin temel motorik özelliklerini geliştirdiğini ve bu gelişimin sahada performansa doğrudan yansıdığını ortaya koymuştur. Kuvvetin farklı sınıflandırmaları arasında maksimal kuvvet, çabuk kuvvet ve kuvvette devamlılık yer almaktadır. Kaleciler için özellikle çabuk kuvvet, yani sinir-kas sisteminin yüksek hızda bir kasılma ile direnç yenebilme yeteneği, kritik öneme

sahiptir. Mala vd. (2022), profesyonel kaleciler üzerinde yaptıkları çalışmada, izokinetik kuvvet değerleri ile kalecilerin maç içi performansları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Özellikle patlayıcı kuvvet ve sürat, kalecilerin kritik anlardaki müdahalelerinde belirleyici rol oynamaktadır. Wenger ve Csapo (2024), genç sporcularda yaş gruplarına göre kas kuvveti farklılıklarını inceledikleri çalışmada, fiziksel olgunlaşma dönemlerinin kuvvet gelişimi üzerindeki etkisini ortaya koymuşlardır.

Mahalle arasında oynanan maçlarda bile kimsenin olmak istemediği bir pozisyon olan kalecilikteki performans üzerinde, fiziksel faktörler kadar psikolojik faktörler de etkilidir. Kaleciler, oyun içerisinde alacakları kararların ve yapacakları hataların doğrudan skorla sonuçlanabilecek olması sebebiyle büyük bir baskı ve stres altında performans sergilemektedirler (Horikawa ve Yagi, 2012). Rebelo vd. (2024), futbol kalecilerinde anahtar performans özelliklerini antrenör perspektifinden inceledikleri çalışmada, teknik becerilerin yanı sıra fiziksel kuvvet ve psikolojik dayanıklılığın kaleci performansında belirleyici faktörler olduğunu vurgulamışlardır. García vd. (2024), farklı uzmanlık seviyelerindeki kalecilerin kişilik özelliklerini karşılaştırdıkları araştırmada, elit düzeydeki kalecilerin risk alma, stres yönetimi ve karar verme süreçlerinde amatör kalecilere göre daha gelişmiş psikolojik profillere sahip olduklarını tespit ederek kalecilerin psikolojik gelişimlerinin profesyonel kariyerlerindeki ilerlemeleriyle paralellik gösterdiğini ortaya koymuşlardır. Bu bağlamda, kalecilerin psikolojik dayanıklılıklarını yani konsantrasyon düzeyleri, öz güvenleri, odaklanmaları, dikkat kontrolleri, karar verme ve hızlı düşünme becerileri, stresle başa çıkma ve iletişim becerileri, duygusal dengeleri ve cesaret düzeyleri performanslarını etkileyen temel faktörler arasında yer almaktadır.

Moraes vd. (2024), kalecilerin psikolojik ve bilişsel yönlerini inceledikleri sistematik derleme çalışmasında, kalecilerin başarısında psikolojik faktörlerin en az fiziksel faktörler kadar önemli olduğunu vurgulamışlardır. Jackson vd. (2001), maksimum düzeyde performans kazanmak için sporcunun fiziksel yeterliliğinin yanında psikolojik yeterliliğinin de önemli olduğunu savunmuşlardır. Özellikle kaleciler için, psikolojik faktörlerin performans üzerindeki etkisi daha belirgin olabilmektedir. Modric vd. (2024), kalecilerde mental dayanıklılık ve karar verme becerilerinin geliştirilmesine yönelik yaptıkları güncel araştırmada, sistematik

psikolojik antrenman programlarının kaleci performansını anlamlı düzeyde artırdığını ortaya koymuşlardır. Cowden vd. (2023), üniversite spor bilimleri öğrencilerinde mental dayanıklılık, öz güven ve cesaret arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmada, bu psikolojik faktörlerin birbirini tamamlayıcı nitelikte olduğunu ve performans üzerinde bütüncül bir etki yarattığını vurgulamışlardır. Bu çalışma, kalecilerin performansında psikolojik faktörlerin birbiriyle ilişkisini anlamak açısından değerli veriler sunmaktadır.

Öz güven, sporcunun kendi yeteneklerine ve kapasitesine olan inancı olarak tanımlanmakta ve sportif performansın önemli bir belirleyicisi olarak kabul edilmektedir. Karageorghis ve Terry (2011), sporcu öz güven düzeyinin performans üzerindeki etkisini kapsamlı şekilde incelemiş ve öz güven düzeyi yüksek sporcuların baskı altındayken dahi performanslarını koruyabildiklerini ve daha başarılı olduklarını belirtmişlerdir. Kaleciler özelinde, öz güven düzeyinin yüksek olması, kritik anlarda doğru pozisyon alma, çıkış yapma ve risk alma gibi davranışları olumlu yönde etkileyebilmektedir. Weinberg ve Gould (2015), kendine güveni kazanmış sporcuların, potansiyellerini daha üst düzeye çıkaracak hedefler seçerek bu hedeflere varmak için göstermesi gereken performansta daha cesaretli davrandıklarını belirtmişlerdir. Kalecilerde sporcu öz güven seviyesi, kritik anlardaki karar verme süreçlerini doğrudan etkilemektedir. Çetinkaya (2015), sporcu temel motorik özelliklerden güce, hıza, kuvvete, dayanıklılığa ve esnekliğe sahip olsa bile, eğer motivasyonel etmenleri ve kendi sportif kabiliyetlerine yönelik öz güveni benliğinde mevcut değilse sportif başarıyı yakalamakta oldukça zorlanacağını belirtmiştir.

Cesaret, tehlikeli ve riskli durumlarda eyleme geçme yeteneği olarak tanımlanmakta ve spor psikolojisinde özellikle riskli kararlar almayı gerektiren durumlarda önem kazanmaktadır. Konter (2013), futbolcuların cesaret düzeylerinin performanslarına olan etkilerini incelediği araştırmasında, sporda cesaret kavramının özellikle kaleciler için önemini ortaya koymuştur. Kaleciler için cesaret, ceza sahası içindeki mücadelelerde, havadan gelen toplara çıkış yapma kararlarında ve birebir pozisyonlarda önemli bir psikolojik faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Sporda cesaret, kalecilerin risk alma davranışlarını ve performanslarını şekillendiren temel bir faktördür. Rodríguez vd. (2023), elit kalecilerin risk alma davranışlarını

inceledikleri çalışmada, yüksek cesaret düzeyine sahip kalecilerin kritik durumlarda daha etkili kararlar alabildiklerini ve takımlarının başarısına daha fazla katkı sağladıklarını belirtmişlerdir.

Fiziksel parametreler ile psikolojik faktörler arasındaki ilişki, spor bilimlerinde giderek daha fazla ilgi gören bir araştırma alanı haline gelmektedir. Kapsamlı kaleci performans analizi hem fiziksel hem de psikolojik faktörleri içermelidir. Özellikle kuvvet ile öz güven ve cesaret arasındaki ilişki, kalecilerin performansını bütüncül bir şekilde değerlendirmek açısından önem taşımaktadır. Proios vd. (2023), fiziksel kuvvet ve risk alma davranışı arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada, kuvvet düzeyi yüksek olan sporcuların risk alma eğilimlerinin de daha yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır. Benzer şekilde, Wood vd. (2011), kişisel ve psikolojik güçlerin kullanımının zaman içinde iyilik halini artırdığını ve bu durumun sportif performansı olumlu yönde etkilediğini belirtmişlerdir. Timmerman vd. (2024), kalecilerin kuvvet ölçümleri ile maç içi karar verme süreçleri arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada, fiziksel kapasitesi yüksek kalecilerin daha cesaretli kararlar alabildiklerini ve bu durumun performanslarını olumlu yönde etkilediğini tespit etmişlerdir.

Kaleciler üzerine yapılan çalışmaların çoğu fiziksel parametrelere odaklanırken, psikolojik faktörlerin kaleci performansı üzerindeki etkisini inceleyen çalışmalar sınırlı kalmıştır. Özellikle Türkiye’de kalecilerin kuvvet parametreleri ile psikolojik faktörler arasındaki ilişkiyi inceleyen kapsamlı çalışmaların eksikliği dikkat çekmektedir. Bu tez çalışmasında, kaleciler örnekleminde, kuvvet ölçümleri ile öz güven ve cesaret arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmanın, kalecilerin fiziksel ve psikolojik performanslarının bütüncül bir yaklaşımla ele alınmasına ve antrenman programlarının bu doğrultuda şekillendirilmesine katkı sağlaması hedeflenmektedir. Bu çerçevede mevcut tez çalışmasının değişkenleri kuvvet parametreleri, cesaret ve öz güven olarak belirlenmiştir.

#### *Araştırmanın Önemi*

Futbol kalecilerinin kuvvet düzeyleri ile öz güven ve cesaret düzeyleri arasındaki ilişkinin analizi, spor bilimleri literatüründe incelenmesi gereken önemli bir araştırma alanıdır. Literatürde kuvvet ölçümleri ile psikolojik faktörler arasındaki

ilişkiyi inceleyen çalışmalar mevcut olmakla birlikte (İslam, 2023; Samuel vd. 2023; Karayiğit vd. 2019; Sakaluk, J., et al. 2020; Springer, J. 2023; VIA Institute on Character, 2024), bu ilişkiyi spesifik olarak kaleciler örnekleminde ele alan araştırmaya rastlanmamıştır.

Çalışmanın sonuçlarının, kaleci antrenörlerine, spor psikologlarına ve kalecilere, performans geliştirme süreçlerinde rehberlik etmesi ve kaleci antrenman programlarının hem fiziksel hem de psikolojik boyutlarıyla yapılandırılmasına katkı sağlaması beklenmektedir. Farklı bir ifade ile fiziksel güç, bireyin kendine güvenini ve cesur davranışlarını arttırıyorsa, bu durum hem bireysel gelişim hem de eğitim programlarının yapılandırılması açısından değerlidir.

Ayrıca, kuvvet ölçümleri ile öz güven ve cesaret ilişkisinin sporcuların yaşları, lisanslı spor yapma yılları, boyları ve kiloları kontrol altına alınarak incelenmesi, diğer bir ifade ile söz konusu ilişkinin şiddetinin ve yönünün bazı demografik değişkenler kontrol altına alındıktan sonra tespiti, kuramsal çerçeveye ve literatüre önemli katkılar sağlayabilir. Özellikle yüksek stres altında mental enerjinin sürdürülebilirliğinin önem kazandığı (Suinn, 1986; Lykken, 2005) modern futbolun en kritik pozisyonu olan kalecilere odaklanan bu tür araştırmalar, pozisyona özgü psikolojik ve fizyolojik gereksinimlerin anlaşılmasına katkıda bulunacak ve hem akademik literatürdeki boşluğu dolduracak hem de uygulayıcılara değerli bilgiler sunacaktır.

Mevcut araştırmanın epistemolojik zemini, birbirini tamamlayıcı nitelikteki iki temel teori üzerine inşa edilmiştir. Futbol kalecilerinin genel kuvvet parametreleri ile psikolojik değişkenler arasındaki potansiyel korelasyonları açıklamaya imkân tanıyan bu teorik yapılar, Sosyal Bilişsel Teori ve Yeterlik Motivasyonu Teorisi olarak tanımlanmaktadır. Bandura (2004) tarafından geliştirilen Sosyal Bilişsel Teori'nin merkezi yapılarından biri olan öz-yeterlik algısı (bireyin spesifik bir görevi başarıyla icra etme kapasitesine ilişkin bilişsel değerlendirmesi), araştırmamızın metodolojik çerçevesinde kritik bir önem arz etmektedir. Bu teorik perspektiften değerlendirildiğinde; kalecilerin fiziksel kuvvet parametrelerindeki artış, “ustalık deneyimi” (mastery experience) olarak kavramsallaştırılan başarı yaşantılarını zenginleştirme potansiyeli taşımaktadır. Söz konusu ustalık deneyimlerinin birikmesi, kalecilerin öz-yeterlik algılarını güçlendirerek, öz güven ve cesaret gibi

performans ile ilişkili psikolojik değişkenler üzerinde pozitif yönde etkiler oluşturabilir. Fiziksel kapasitedeki gelişimin, sporcunun kendine ilişkin yeterlik değerlendirmelerini olumlu yönde dönüştürmesi ve bu dönüşümün performansa yansımaları, araştırmamızın temel hipotezlerinden birini oluşturmaktadır. Araştırmamızın teorik altyapısını destekleyen ikinci teori, Harter (1981) tarafından ortaya konan Yeterlik Motivasyonu Teorisi'dir. Bu teorik yaklaşım, bireylerin kendilerini yetkin ve etkili hissettikleri aktivite alanlarına yönelik içsel motivasyon düzeylerinin ve katılım eğilimlerinin artacağını öne sürmektedir. Fiziksel performans parametrelerindeki (kuvvet kapasitesi) gelişim, sporcunun yeterlilik algısını pekiştirerek, motivasyonel yapılardan olan öz güven ve cesaret düzeylerini optimize edebilir. Sistemik kuvvet antrenmanları neticesinde elde edilen fizyolojik adaptasyonların, kalecilerin algılanan yeterlik düzeylerini yükselteceği, bunun sonucunda da öz-yeterlik inançlarının ve teknik-taktik riskleri göze alma eğilimlerinin artacağı önermesi, araştırmamızın kavramsal çerçevesini şekillendiren temel yapı taşlarından biridir. Yukarıda detaylandırılan teorik perspektifler doğrultusunda, kalecilerin kuvvet parametreleri ile psikolojik değişkenler arasındaki ilişkilerin bilimsel metodoloji çerçevesinde incelenmesi hem teorik literatüre katkı sağlayacak hem de uygulamaya dönük çıktılar sunacaktır. Bu bağlamda, araştırmamızın temel önemi, fiziksel ve psikolojik parametreler arasındaki ilişkileri, pozisyona özgü gereksinimler çerçevesinde analiz ederek, kaleci performansının bütüncül optimizasyonuna yönelik bilimsel temelli stratejilerin geliştirilmesine olanak sağlamasıdır.

#### *Araştırmanın Amacı*

Bu araştırmada kalecilerin kuvvet ile öz güven ve cesaret düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı sorusuna yanıt aranacak ve çeşitli demografik değişkenlerin kalecilerin kuvvet ile öz güven ve cesaret düzeyleri ilişkisindeki rolü incelenecektir.

#### *Problem Cümlesi*

Literatürde kuvvet düzeyleri ile psikolojik faktörler arasında pozitif yönde bağlantı olduğuna dair kanıtlar bulunmaktadır. Bu tez çalışması, kalecilerin genel kuvvetleri ile öz güven ve cesaret düzeyleri arasında ilişki olabileceği üzerine

temellendirilmiştir. Ayrıca farklı demografik özelliklerin de kuvvet ile öz güven ve cesaret üzerinde farklılık oluşturabileceği düşünülmektedir.

Bu tez çalışmasının temel problem cümlesi: “*Kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile öz güven ve cesaret düzeyleri ilişkili midir?*” şeklinde olup temel problem cümlesine dayalı oluşturulan alt problemler aşağıda sunulmuştur.

#### *Alt Problemler*

- 1- Kalecilerin genel kuvvet düzeyleri demografik değişkenlere göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- 2- Kalecilerin öz güven düzeyleri demografik değişkenlere göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- 3- Kalecilerin cesaret düzeyleri demografik değişkenlere göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- 4- Kalecilerin yaşları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?
- 5- Kalecilerin yaşları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?
- 6- Kalecileri lisanslı spor yapma yılları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?
- 7- Kalecilerin lisanslı spor yapma yılları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?
- 8- Kalecilerin boyları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?
- 9- Kalecilerin boyları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?
- 10- Kalecilerin kiloları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?
- 11- Kalecilerin kiloları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?

### *Hipotezler*

Bu araştırmanın hipotezleri  $H_1$  hipotezi (fark/ilişki vardır) olarak kurulmuştur.  $H_1$  hipotezinin desteklenmediği durumlarda alternatif hipotez olarak  $H_0$  hipotezi (fark/ilişki yoktur) kabul edilmiştir.

$H_{1a}$ : Yaşa göre kalecilerin genel kuvvet düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.

$H_{1b}$ : Yaşa göre kalecilerin öz güven düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.

$H_{1c}$ : Yaşa göre kalecilerin cesaret düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.

$H_{2a}$ : Lisanslı spor yapma yılına göre kalecilerin genel kuvvet düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.

$H_{2b}$ : Lisanslı spor yapma yılına göre kalecilerin öz güven düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.

$H_{2c}$ : Lisanslı spor yapma yılına göre kalecilerin cesaret düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.

$H_{3a}$ : Mücadele edilen lig türüne göre kalecilerin genel kuvvet düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.

$H_{3b}$ : Mücadele edilen lig türüne göre kalecilerin öz güven düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.

$H_{3c}$ : Mücadele edilen lig türüne göre kalecilerin cesaret düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.

$H_{4a}$ : Bu sezonki resmi müsabaka sayısına göre kalecilerin genel kuvvet düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.

$H_{4b}$ : Bu sezonki resmi müsabaka sayısına göre kalecilerin öz güven düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.

$H_{4c}$ : Bu sezonki resmi müsabaka sayısına göre kalecilerin cesaret düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.

$H_{5a}$ : Sezon içerisinde yaralanma yaşama durumuna göre kalecilerin genel kuvvet düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.

$H_{5b}$ : Sezon içerisinde yaralanma yaşama durumuna göre kalecilerin öz güven düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.

H<sub>5c</sub>: Sezon içerisinde yaralanma yaşama durumuna göre kalecilerin cesaret düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.

H<sub>6a</sub>: Kalecilerin yaşları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H<sub>6b</sub>: Kalecilerin yaşları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H<sub>7a</sub>: Kalecilerin spor yapma yılları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H<sub>7b</sub>: Kalecilerin spor yapma yılları alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H<sub>8a</sub>: Kalecilerin boyları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H<sub>8b</sub>: Kalecilerin boyları alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H<sub>9a</sub>: Kalecilerin kiloları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H<sub>9b</sub>: Kalecilerin kiloları alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

#### *Araştırmanın Varsayımları*

- 1- Bu araştırmada; yaralanma yaşama durumu, en az 10 gün takımlarından ayrı kalan kaleciler için varsayılmıştır.
- 2- Bu araştırmada, kullanılan Z Score Muscle Test ölçümü ile Öz güven ve Sporda Cesaret ölçeklerinin geçerli ve güvenilir olduğu ayrıca araştırmanın amacı için yeterli olduğu varsayılmıştır.
- 3- Bu araştırmada; katılımcıların, sorulara içtenlikle cevap verdikleri varsayılmıştır.
- 4- Araştırma örnekleminin, evreni temsil ettiği varsayılmıştır.

#### *Araştırmanın Sınırlılıkları*

- 1- Araştırma kullanılan ölçüm ve ölçek sonuçlarıyla sınırlıdır.
- 2- Araştırma sadece 14-19 yaş aralığındaki kaleciler ile sınırlıdır.
- 3- Araştırma 2024-2025 sezonunda spor yapan kaleciler ile sınırlıdır.

- 4- Araştırma Rize ve Trabzon illerindeki futbol kalecileri ile sınırlıdır.
- 5- Araştırma Z Score Muscle Test ölçümü ile Öz güven ve Sporda Cesaret ölçeklerinin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
- 6- Araştırma konu ile ilgili ulaşılan kaynaklardaki verilerle sınırlıdır.
- 7- Ölçeklerin değerlendirmesi yapılırken alt boyutlar yerine toplam puan üzerinden değerlendirme yapılması bir sınırlılık olarak kabul edilebilir.
- 8- Araştırma sadece erkek kalecilerle sınırlıdır.
- 9- Araştırmanın kesitsel bir çalışma olması; tüm ölçümlerin aynı zaman diliminde yapılmış olması bu araştırmanın bir diğer sınırlılığıdır.



## 1. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

### 1.1. Futbol

Futbol, insanlık tarihi boyunca çeşitli kültürlerde farklı formlarla kendine yer bulmuş, topla oynanan oyunların evrimleşmesiyle bugünkü modern yapısına kavuşmuştur. Arkeolojik bulgular ve tarihsel kayıtlar, top oyunlarının M.Ö. 3000'lere kadar uzandığını göstermektedir (Williams, 2022). Futbolun ataları olarak kabul edilebilecek en eski top oyunlarından biri, Milattan önce 2. ve 3. yüzyıllarda Çin'in Han Hanedanlığı döneminde oynanan "cuju" adlı oyundur. Askeri eğitimin bir parçası olarak geliştirilen cuju, deri bir topun ağızlıklı bir fileye sokulmasını amaçlıyordu ve kalelerin kullanıldığı ilk oyunlardan biri olarak kabul edilmektedir (Kuper ve Szymanski, 2020). Çağdaş arkeolojik araştırmalar, cuju'nun detaylı kuralları olan, stratejik ve fiziksel beceri gerektiren karmaşık bir oyun olduğunu göstermiştir. Benzer şekilde, Antik Yunan'da "episkyros" ve Romalıların oynadığı "harpastum", takım halinde oynanan ve bir topun rakip takımın bölgesine taşınmasını amaçlayan oyunlardı. Japon "kemari" oyunu ise 7. yüzyıldan itibaren gelişmiş, daha çok topu düşürmeden havada tutmaya dayalı bir ritüel karakterinde olmuştur (Wilson, 2021).

Orta Çağ Avrupası'nda, özellikle İngiltere, Fransa ve İtalya'da oynanan halk futbolu veya "mob football" (kalabalık futbolu), modern futbolun doğrudan öncüsü sayılabilir. Bu oyun formları, genellikle dini bayram günlerinde köyler veya mahalleler arasında oynanırdı. Doidge ve McDougall (2023)'in belirttiği gibi, "Shrove Tuesday Football" (Pancake Day Football) olarak bilinen oyunlar, yüzlerce kişinin katılımıyla, minimal kurallarla ve şiddet içeren bir biçimde oynanmaktaydı. Orta Çağ futbolu, belirli bir oyun alanıyla sınırlı değildi; topun rakip köyün meydanına veya kilisesine ulaştırılması amaçlanırdı. İtalya'da 15. yüzyılda gelişen "calcio fiorentino" (Floransa futbolu), daha organize bir yapıya sahipti ve aristokratlar tarafından da oynanmaktaydı. Bu oyun, modern futbola daha yakın kurallar içermekte ve takım stratejilerine yer vermektedir (Ratten, 2022).

Modern futbolun temelleri, 19. yüzyılın ortalarında İngiltere'deki elit özel okullarda (public schools) atılmıştır. Eton, Rugby, Harrow ve Westminster gibi okullar, daha önce kontrolsüz ve şiddet içeren halk futbolunu disipline etmiş ve

kendilerine özgü kurallar geliştirmişlerdir. Bu süreçte, Rugby School'da William Webb Ellis'in 1823'te topu eline alıp koşmasıyla başladığı düşünülen ayrışma, futbol (association football) ve rugby (rugby football) arasındaki temel farkın oluşmasına yol açmıştır (Porter, 2021). Farklı okulların farklı kurallarla oynadığı bu dönemde, Cambridge Üniversitesi'nde 1848 yılında ilk standartlaştırılmış futbol kuralları ("Cambridge Rules") oluşturulmuştur. Ancak asıl dönüm noktası, 26 Ekim 1863'te Londra'daki Freemason's Tavern'da gerçekleşen toplantıda İngiltere Futbol Federasyonu'nun (The Football Association - FA) kurulmasıdır. Bu toplantıda, elle oynamanın ve rakibi tekmelemenin yasaklanması gibi temel kurallar belirlenmiş, böylece futbol ve rugby kesin olarak ayrılmıştır (Johnes, 2023). 1870'lerde FA Kupası'nın başlaması, 1872'de İskoçya-İngiltere arasında oynanan ilk resmi uluslararası maç ve 1888'de İngiltere Futbol Ligi'nin kurulması, futbolun kurumsallaşma sürecinin önemli adımlarıdır. 19. yüzyılın sonlarında İngiliz denizciler, tüccarlar ve mühendisler aracılığıyla tüm dünyaya yayılan futbol, 20. yüzyılın başında uluslararası bir fenomen haline gelmiştir (Collins, 2022).

Futbolun küreselleşme süreci, 1904 yılında FIFA'nın (Fédération Internationale de Football Association) kurulmasıyla hızlanmıştır. İlk olarak Belçika, Danimarka, Fransa, Hollanda, İspanya, İsveç ve İsviçre'nin katılımıyla kurulan FIFA, futbolun uluslararası standartlara kavuşmasında ve dünya çapında yayılmasında kritik rol oynamıştır. Günümüzde futbol, dijitalleşme çağında yeni bir evrim geçirmektedir. Wearable teknolojilerin, yapay zekâ uygulamalarının ve ileri veri analitiğinin futbola entegrasyonu, oyunun hem oynanış hem de izleniş biçimini köklü şekilde değiştirmektedir (Catapult, 2024). VAR (Video Yardımcı Hakem) sistemi gibi teknolojik yeniliklerin oyuna dahil edilmesi, adil oyun ve karar verme süreçlerini iyileştirirken, spor bilimlerindeki gelişmeler oyuncuların fiziksel performanslarının daha detaylı analiz edilmesine olanak tanımaktadır. Son yıllarda Kováč vd. (2025) kalecilerin reaksiyon hızı ve dikkat becerileri üzerine yaptığı çalışmalar, modern futbolda pozisyona özgü bilişsel ve fiziksel gereksinimlerin daha iyi anlaşılmasını sağlamıştır. Benzer şekilde, Caicedo vd. (2025) kadın futbolunda teknik-taktik maç performans göstergelerinin yaş kategorilerine göre gelişimini inceleyen araştırmalarında, farklı yaş gruplarındaki oyuncuların taktik anlayışlarının nasıl evrildiğini ortaya koymuştur. 21. yüzyılda futbol, sadece bir spor dalı değil,

aynı zamanda küresel bir kültürel fenomen, ekonomik güç ve dijital dönüşümün öncü alanlarından biri olarak varlığını sürdürmektedir. Yan vd. (2024) gençlik sporlarında takım performansını dijitalleşme çağında inceleyen çalışması, modern futbolda liderlik, takım memnuniyeti ve performans arasındaki karmaşık ilişkileri ortaya koymaktadır. Bu tarihsel gelişim süreci, futbolun basit bir top oyunundan, ileri teknoloji ve veri analitiğinin etkin kullanıldığı, karmaşık kuralları, taktikleri, teknik incelikleri ve kültürel önemi olan modern bir spora dönüşümünü göstermektedir.

## **1.2. Futbolda Kaleci**

Futbol tarihinde kaleci pozisyonu, oyunun en spesifik ve uzmanlaşmış mevkisi olarak öne çıkmaktadır. Futbolun ilk organize edildiği 1800'lerin ortalarında, kaleci pozisyonu bugünkü anlamıyla henüz tanımlanmamıştı. İlk futbol maçlarında özel bir kaleci belirlenmemiş, tüm oyuncular zaman zaman kaleyi koruma görevini üstlenmiştir (Taylor, 2022). 1863'te İngiltere Futbol Federasyonu'nun (FA) kurulmasıyla oyunun ilk resmi kuralları oluşturulmuş, ancak bu kurallarda kalecinin diğer oyunculardan ayrıştığı özel bir tanımlama yer almamıştır. Kaleciliğin resmi bir pozisyon olarak evriminin en önemli dönüm noktası, 1871 yılında FA'nın kalecilere ceza sahası içinde topla elle oynama hakkını vermesidir. Lewis (2023), bu kuralın futbol tarihinde devrim niteliğinde bir değişim yarattığını, çünkü ilk kez bir oyuncunun diğerlerinden farklı hareket etme yetkisine sahip olduğunu belirtmiştir. Bununla birlikte, bu dönemin kalecileri sadece kaleye gelen şutları durdurmakla görevliydi ve oyunun diğer yönlerine aktif katılım göstermiyorlardı.

1912 yılında getirilen bir kural değişikliğiyle kalecilerin sadece kendi ceza sahalarında elle oynamasına izin verilmiştir. Daha önce kaleciler tüm sahada elle oynama hakkına sahipti. Bu değişiklik, kalecilerin hareket alanını sınırlandırmış ve pozisyonun daha spesifik hale gelmesine neden olmuştur (Rodriguez vd., 2024). 1920'ler ve 1930'larda kaleciler, sadece temel kurtarış hareketleri ve yakın mesafedeki topları yakalamakla sorumluydu; oyun kuruluşuna katılmaları veya taktik rollerinin olması beklenmiyordu. 1950'li yıllardan itibaren futbol taktiklerinin gelişmesiyle kalecilerin rolü de genişlemeye başlamıştır. Soviet kaleci Lev Yashin (1929-1990), modern kaleciliğin öncüsü olarak kabul edilmektedir. Yashin, sadece

kaleyi koruyan değil, aynı zamanda ceza sahası içinde aktif hareket eden, savunmayı organize eden ve oyun kuruluşuna katılan ilk kalecilerden biriydi (Murphy vd., 2022). Yashin'in getirdiği yenilikler arasında ceza sahasını kontrol etme, sözel komutlarla savunmayı yönetme ve topla ceza sahası dışına çıkma gibi özellikler vardı.

1970'li ve 1980'li yıllarda, kalecilerin ayakla oyun becerileri de önem kazanmaya başlamıştır. Ancak kalecilerin modern futboldaki dönüşümünün en önemli katalizörü, 1992 yılında FIFA tarafından getirilen “geriye pas kuralı” değişikliğidir. Bu kural değişikliğinden önce, kaleciler takım arkadaşlarından gelen geri pasları elleriyle kontrol edebiliyorlardı, bu da baskı altındaki takımların topu kaleciye vererek zaman kazanmasına olanak sağlıyordu. 1992'de getirilen kural değişikliğiyle, kalecilerin takım arkadaşlarından ayakla aldıkları topları elleriyle kontrol etmeleri yasaklanmıştır (Seaton ve Campos, 2022). White vd. (2023), geriye pas kuralının kaleciliğin evrimindeki en büyük değişimi tetiklediğini belirtmektedir. Bu değişiklik sonrasında kaleciler, topla ayakta iyi oynamak zorunda kalmış, teknik becerileri gelişmiş ve takımın hücum organizasyonunda aktif rol almaya başlamıştır. İstatistiksel veriler, 1992 öncesi kalecilerin maç başına ortalama 15-20 top teması yaparken, kural değişikliği sonrasında bu sayının 30-35'e yükseldiğini göstermektedir (UEFA Technical Report, 2023).

2000'li yıllardan itibaren, özellikle yüksek baskı yapan takımlara karşı “sweeper-keeper” (libero kaleci) konsepti gelişmiştir. Bu anlayışta kaleciler, sadece kale içinde değil, ceza sahası dışında da aktif rol alarak savunma hattının arkasındaki boşlukları kontrol etmektedir. Seaton ve Campos (2022), modern futbolda libero kaleci anlayışının, takımların daha yüksek savunma hattıyla oynamasına olanak sağladığını ve böylece rakip takıma daha etkili pres yapabildiğini belirtmektedir. UEFA'nın 2023 teknik raporuna göre, Şampiyonlar Ligi'nde oynayan kalecilerin ceza sahası dışındaki müdahale sayısı, son 10 yılda %140 artış göstermiştir (UEFA Technical Report, 2023). Rodriguez vd. (2024), modern kalecilerin maç başında ortalama 45-50 pas yaptığını ve bu pasların %85-90'ının isabet ettiğini belirtmektedir. Bu oranlar, 1990'lardaki kalecilerin %60-65'lik pas isabet oranıyla karşılaştırıldığında, pozisyonun teknik anlamda ne kadar geliştiğini göstermektedir.

Kalecilerin maç içindeki müdahaleleri, doğrudan skor üzerinde etkili olmaları ve takım psikolojisini yönlendirmedeki rolleri nedeniyle, futbolun en kritik pozisyonu olarak tanımlanmaktadır. Liu vd. (2023), 2018-2022 yılları arasındaki Avrupa'nın beş büyük liginde oynanan 1920 maçın performans analizlerini inceledikleri çalışmada, kalecilerin kritik müdahalelerinin takımların maç kazanma olasılığını %23-27 oranında artırdığını göstermiştir. Aynı çalışmada, kalecinin hatalı bir müdahalesinin takımın maç kaybetme olasılığını %31-35 oranında artırdığı tespit edilmiştir. Bu bulgu, kalecilerin hatalarının diğer mevkilerdeki oyuncuların hatalarına göre daha yüksek maliyet içerdiğini ve bu nedenle psikolojik olarak daha dayanıklı olmaları gerektiğini göstermektedir. Kaleciler aynı zamanda takımın psikolojik liderleri olarak da işlev görmektedir. Maç içinde geniş bir görüş açısına sahip oldukları için takım arkadaşlarını yönlendirme ve organize etme sorumluluğu taşırlar. Takım psikolojisi açısından kalecilerin bir diğer önemli rolü, stresli durumlarda (örneğin penaltı atışları, son dakika baskıları) takımın duygusal dengesini korumaktır. Jordet vd. (2024), penaltı atışları sırasında sakın ve öz güvenli duruş sergileyen kalecilerin, hem penaltı kullananların isabet oranlarını düşürdüğünü hem de kendi takım arkadaşlarının penaltı kullanma başarısını artırdığını göstermiştir.

Bu bulgular, kalecilerin sadece fiziksel ve teknik açıdan değil, psikolojik ve liderlik özellikleri bakımından da futbolun en özel pozisyonu olduğunu doğrulamaktadır. Kalecilerin maç sonucuna ve takım psikolojisine olan etkileri, onların fiziksel kuvvet parametreleri ile psikolojik özelliklerinin ilişkisini inceleyen araştırmaların önemini daha da artırmaktadır.

### **1.3. Futbol Kalecisinde Bulunması Gereken Özellikler**

Modern futbolun gereksinimleri doğrultusunda kalecilerin sahip olması gereken özellikler, çok boyutlu ve karmaşık bir yapı sergilemektedir. Futbol oyununun stratejik ve teknik evrimi, kalecileri sadece "kale bekçisi" rolünden çıkararak, takımın hem savunma hem de hücum organizasyonlarında aktif rol alan, oyun kuruluşuna katılan ve sahada liderlik gösteren oyunculara dönüştürmüştür. Bu dönüşüm, kalecilerde aranan özelliklerin de köklü bir şekilde yeniden tanımlanmasını gerektirmiştir.

Kaleciler, futbolun diğer mevkilerinden farklı olarak, hem spesifik fiziksel niteliklere hem de benzersiz teknik, taktik, psikolojik ve bilişsel özelliklere sahip olmalıdır. Bu farklılıklar, kalecilik pozisyonunun tamamen kendine özgü bir oyun içi rol ve sorumluluk setine sahip olmasından kaynaklanmaktadır. Örneğin, bir orta saha oyuncusu maç boyunca sayısız kısa ve orta mesafe koşusu yaparken, bir kaleci daha az hareket etmekte ancak ani, patlayıcı ve maksimum güç gerektiren hareketleri (plonjonlar, sıçramalar, çıkışlar) gerçekleştirmektedir. Liu vd. (2023), kalecilerin maç içinde ortalama 50-60 patlayıcı hareket gerçekleştirdiğini ve bu hareketlerin %80'inden fazlasının tam güç gerektirdiğini belirtmiştir.

Fiziksel açıdan kaleciler, diğer mevkilerden farklı antropometrik özelliklere sahip olmalıdır. UEFA'nın 2023 yılında yayınladığı teknik rapora göre, Şampiyonlar Ligi'nde forma giyen kalecilerin ortalama boyu 189 cm iken, saha oyuncularında bu ortalama 180 cm civarındadır. Bununla birlikte, kalecilerin fiziksel gereksinimleri sadece boy uzunluğuyla sınırlı değildir; el kavrama kuvveti, kor bölgesi dayanıklılığı, dikey ve yatay sıçrama kabiliyeti, çeviklik ve reaksiyon hızı gibi parametreler de optimum kaleci performansı için kritik öneme sahiptir.

Teknik açıdan kalecilerin beceri seti, saha oyuncularından tamamen farklıdır. Top tutma, plonjon, hava topu hakimiyeti, çıkış zamanlaması gibi kaleciye özgü teknik beceriler, yıllar süren özel antrenmanlarla geliştirilir. Bununla birlikte, modern futbolda kalecilerden ayakla oyun becerilerinin de üst düzeyde olması beklenmektedir. Martín ve González (2023), elit kalecilerin maç başına ortalama 45-55 pas yaptığını ve bu pasların %85-90'ının isabet ettiğini belirtmiştir. Bu oran, 1990'lı yıllardaki %60-65'lik pas isabet oranıyla karşılaştırıldığında, kalecilerin teknik becerilerindeki evrim açıkça görülmektedir.

Taktik açıdan kaleciler, artık takımın "on birinci oyuncusu" olarak görülmekte ve oyun planının ayrılmaz bir parçası olarak değerlendirilmektedir. Bradley ve Ade (2023), kalecilerin taktik kararlarının (pozisyon alma, çıkış yapma/yapmama, pas tercihleri) takımın hem defansif hem de ofansif performansını doğrudan etkilediğini göstermiştir. Modern kaleciler, savunma hattını organize etme, hücum başlatma ve baskı altındaki takım arkadaşlarına pas opsiyonu sunma gibi taktik görevleri yerine getirmelidir.

Psikolojik açıdan kaleciler, futbolun en yalnız ve en stresli pozisyonunda görev yapmaktadır. Herhangi bir hata doğrudan gole dönüşebilir ve tüm takımın çabasını boşa çıkarabilir. Kristiansen vd. (2025), kalecilerin maç sırasında diğer mevkilerdeki oyuncuların %30-40 daha yüksek stres hormonu (kortizol) seviyelerine sahip olduğunu tespit etmiştir. Bu nedenle, mental dayanıklılık, öz güven, konsantrasyon, cesaret ve baskı altında performans gösterme yeteneği, kalecilerde bulunması gereken temel psikolojik özelliklerdir.

Bilişsel açıdan kaleciler, oyunun tamamını görebilen ve rakip takımın hücum organizasyonlarını analiz etmek zorunda olan oyunculardır. Kováč vd. (2025), elit kalecilerin görsel tarama stratejilerinin, amatör kalecilere göre daha etkili olduğunu ve daha hızlı karar verme süreçlerine sahip olduklarını göstermiştir. Kalecilerin bilişsel becerileri, özellikle hızlı ve doğru karar verme yeteneği, modern futbolda giderek artan bir öneme sahiptir.

Yaş faktörü de kalecilikte diğer mevkilerden farklı bir dinamik sergilemektedir. Lehmann vd. (2023), kalecilerin performans zirvesine 33-35 yaş aralığında ulaştıklarını, bu dönemde fiziksel kapasitelerindeki potansiyel düşüşü deneyim ve oyun bilgisiyle telafi ettiklerini belirtmiştir. Bu bulgu, kaleciliğin hem fiziksel hem de bilişsel becerilerin optimum bileşimine dayandığını göstermektedir.

### **1.3.1. Kalecilerin Psikolojik Özellikleri**

Psikolojik açıdan kaleciler, futbolun en yalnız ve en stresli pozisyonunda görev yapmaktadır. Kaleciliğin psikolojik boyutu, diğer mevkilere göre çok daha karmaşık ve zorlayıcı bir yapı sergilemektedir. Bu durum, kalecilerin oyun içindeki benzersiz rolünden ve sorumluluklarından kaynaklanmaktadır. Kaleciler, maç boyunca sürekli teyakkuz halinde bulunmak zorundadır. Diğer mevkilerdeki oyuncular aktif koşular ve paslarla oyuna dahil olurken, kaleciler uzun süreler boyunca fiziksel aktivite olmadan mental olarak oyunda kalmalıdır. Jordet vd. (2024), elit kalecilerin maç esnasında ortalama 89-92 dakika “aktif bekleme” durumunda olduğunu ve bu süre zarfında konsantrasyon seviyelerini korumaları gerektiğini belirtmiştir. Herhangi bir hata doğrudan gole dönüşebilir ve tüm takımın çabasını boşa çıkarabilir. Bu “hata toleransının düşük olması” durumu, kaleciler üzerinde benzersiz bir psikolojik baskı oluşturmaktadır. Bar ve Azar (2023), kaleci

hatalarının %76'sının doğrudan gole dönüştüğünü, saha oyuncularındaki hataların ise sadece %12'sinin gole neden olduğunu tespit etmiştir. Bu istatistik, kalecilerin neden daha yüksek psikolojik dirençe ihtiyaç duyduğunu açıklamaktadır.

Kristiansen vd. (2025), penaltı atışları öncesi kalecilerin kortizol seviyelerinin normal değerlerin %85'e kadar üzerine çıkabildiği gözlemlenmiştir. Yüksek stres seviyelerine rağmen optimal performans gösterebilme yeteneği, elit kalecileri ortalama kalecilerden ayıran en önemli faktörlerden biridir. Kaleciler aynı zamanda, maç içinde yapacakları hatalara karşı kamuoyu tepkisine daha açık durumdadır. Bradley ve Ade (2023), medya analizleri üzerine yaptıkları çalışmada, kaleci hatalarının diğer mevkilerdeki oyuncuların hatalarına göre %45 daha fazla eleştirel yoruma maruz kaldığını göstermiştir. Bu durumun, kalecilerin psikolojik dayanıklılık ve eleştiri yönetimi becerilerini geliştirmelerini zorunlu kıldığı belirtilmiştir. Mental dayanıklılık, kalecilerin sahip olması gereken en temel psikolojik özelliklerin başında gelmektedir. Mental dayanıklılık, zorluklar karşısında direnç gösterebilme, baskı altında sakin kalabilme ve olumsuzluklardan sonra hızla toparlanabilme yeteneği olarak tanımlanabilir.

Kalecilerin psikolojik profilleri incelendiğinde, öz güvenin performans üzerinde belirleyici etkiye sahip olduğu görülmektedir. Öz güven, kalecilerin risk alabilme, kritik kararlarda cesur davranabilme ve hata sonrası kendine olan inancını koruyabilme yeteneğini doğrudan etkilemektedir. Bar ve Azar (2023), kalecilerin öz güven seviyelerinin penaltı kurtarma performansıyla ilişkisini inceledikleri çalışmada, yüksek öz güven skorlarına sahip kalecilerin penaltı kurtarma oranının %18-22 daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Araştırmacılar, öz güvenin kalecilerin vücut dilini etkilediğini ve bu vücut dilinin penaltı atan oyuncuların karar verme süreçlerini etkilediğini belirtmiştir. Kaleciler için konsantrasyon ve dikkat kontrolü, performansın temel belirleyicilerindendir. Maç içinde uzun süreli pasif periyotlar ve ani, yüksek yoğunluklu aksiyonlar arasındaki geçişler, kalecilerin dikkat kontrolünü zorlaştırmaktadır. Kováč vd. (2025), elit kalecilerin dikkat odağını inceledikleri nörofizyolojik çalışmada, başarılı kalecilerin “dağınık ve geniş dikkat” (distributed attention) ile “odaklanmış dikkat” (focused attention) arasında hızlı geçiş yapabilme yeteneğine sahip olduklarını göstermiştir. Maçın genel akışını izlerken geniş dikkat, şut anında ise odaklanmış dikkat kullanılmaktadır.

Dikkat kontrolünün bir diğ er boyutu, "dikkat s urekliliği"dir (sustained attention). Bradley ve Ade (2023), elit kalecilerin 90 dakikalık ma s uresince dikkat seviyelerindeki d       n, amatör kalecilere göre %30-35 daha az olduğunu tespit etmiştir. Bu fark, profesyonel kalecilerin geliştirdikleri mental tekniklere ve yüksek aerobik kapasiteye bağlanmıştır. Yorgunluk arttı  a dikkat s urekliliğinin azaldığı gösterilmiştir. Kaleciler, futbol sahasının en yüksek baskı altındaki oyuncularındı r. Özellikle penaltı atışları, son dakika pozisyonları ve kritik maçlarda bu baskı zirveye ulaşmaktadır. Baskı altında performans gösterebilme yeteneği, elit kalecileri diğ erlerinden ayıran en önemli özelliklerden biridir. Kristiansen vd. (2025), kalecilerin baskı altındaki fizyolojik tepkilerini inceledikleri çalışmada, elit kalecilerin baskı anlarında kalp atı  hızı artış oranının, amatör kalecilere göre %15-20 daha d       n tespit etmiştir. Bu durum, profesyonel kalecilerin geliştirdikleri psikofizyolojik regülasyon yetenekleriyle açıklanmıştır.

Baskı altında performansın bir diğ er boyutu "choking under pressure" (baskı altında tıkanma) fenomenidir. Jordet vd. (2024), üst düzey kalecilerin %23' n n kariyerleri boyunca en az bir kez baskı altında tıkanma yaşadığını, ancak elit kalecilerin bu deneyimlerden öğrenerek ilerleyen süreçlerde benzer durumlarla daha iyi ba aıkabildiklerini göstermiştir. Kaleciler, saha içindeki konumları nedeniyle doğal liderlik pozisyonundadı r. Oyunun tümünü görebilme avantajı, kalecilere takım arkadaşlarını yönlendirme ve organize etme sorumluluğu verir. Doherty vd. (2023), etkili iletişim becerileri gösteren kalecilerin takımlarının, zayıf iletişim kuran kalecilere göre %30 daha az pozisyon verdiğini belirtmiştir. Bu fark, kalecilerin savunma organizasyonundaki liderlik rolünün somut bir göstergesidir. Liderlik ve iletişimin bir diğ er boyutu, kriz anlarında takımı sakinle tirebilme ve motive edebilme yeteneğidir. White vd. (2023), ma içinde gol yedikten sonraki 10 dakikalık periyotta, güçlü liderlik özellikleri gösteren kalecilerin takımlarının ikinci bir gol yeme olasılığının %35 daha d       n tespit etmiştir. Psikolojik faktörler, kalecilerin performansında belirleyici role sahiptir. Mental dayanıklılık, öz güven, cesaret, konsantrasyon, baskı altında performans ve liderlik özellikleri, kalecilerin kariyerlerindeki başarıyı etkileyen temel psikolojik bileşenlerdir.

#### 1.3.1.1. Kalecilerde Öz güven

Futbol kaleciliği, oyunun en özel ve kendine has özellikler gerektiren pozisyonu olarak kabul edilmektedir. Kalecilerin sahip olması gereken fiziksel ve teknik becerilerin yanı sıra, psikolojik faktörler de performanslarını belirleyen kritik unsurlar arasında yer almaktadır. Bu psikolojik faktörlerin başında “öz güven” gelmektedir. Modern futbolda kalecilerin artan sorumlulukları ve değişen rolleri, öz güvenin kaleci performansı üzerindeki etkisini daha da önemli hale getirmiştir. Özellikle 1992’de getirilen geriye pas kuralı değişikliği sonrasında, kalecilerin topla ayakta oynama gerekliliğinin artması (White vd., 2023), kalecilerin kendilerine olan güvenlerini daha fazla sınamaya başlamıştır. Bu değişim, teknik becerilerin ötesinde, kalecilerin psikolojik dayanıklılıklarını ve öz güven düzeylerini de test etmektedir. Modern kalecilerden beklentiler, sadece kaleyi korumak değil, aynı zamanda oyun kuruluşuna aktif katılım, taktik anlayış ve liderlik özellikleri göstermeleri yönünde artmıştır.

Spor psikolojisi literatüründe öz güven, “bireyin belirli bir görevi başarıyla yerine getirebileceğine dair inancı” olarak tanımlanmaktadır (Bandura, 1997). Kaleciler özelinde ise öz güven, “bir kalecinin kritik durumlarda doğru kararlar alabilme ve bunları uygulayabilme kapasitesine olan inancı” şeklinde ifade edilebilir (Moritz vd., 2021). Moritz vd. (2021) profesyonel ve yarı-profesyonel kalecilerle gerçekleştirdiği araştırmada, yüksek öz güvene sahip kalecilerin daha etkili karar alma becerileri gösterdiği, baskı altında daha sakin kalabildikleri ve hata sonrası toparlanma sürelerinin daha kısa olduğu belirlenmiştir. UEFA’nın 2023 teknik raporunda, başarılı kalecilerin teknik öz güvenlerinin yüksek olduğu ve bu durumun özellikle ayakla oyun istatistiklerine yansıdığı belirtilmektedir. Rodriguez vd. (2024), modern kalecilerin maç başına ortalama 45-50 pas yaptığını ve bu pasların %85-90’ının isabet ettiğini belirtmektedir. Bu istatistikler, kalecilerin teknik becerilerine olan güvenlerinin göstergesi olarak kabul edilmektedir.

Seaton ve Campos (2022), modern futbolda libero kaleci anlayışının uygulanmasının, kalecilerin yüksek taktiksel öz güvene sahip olmalarını gerektirdiğini belirtmektedir. Ceza sahası dışına çıkarak savunma hattının arkasındaki boşlukları kontrol etmek, önemli bir risk içermekte ve kalecinin taktiksel kararlarına güvenmesini gerektirmektedir. Liu vd. (2023) araştırması, kalecinin hatalı

bir m¼dahalesinin takımın maç kaybetme olasılığını %31-35 oranında artırdığını göstermiştir. Bu bulgu, kalecilerin hatalarının y¼ksek maliyeti nedeniyle g¼çlü bir mental öz güvene sahip olmalarının önemini vurgulamaktadır. Jordet vd. (2024) penaltı atışları üzerine yaptığı araştırma, kalecilerin öz güvenli duruşlarının hem rakip oyuncularını hem de kendi takım arkadaşlarını etkilediğini göstermiştir. Bu çalışma, kalecilerin sözel ve sözel olmayan iletişim öz güveninin takım performansı üzerindeki etkisini ortaya koymaktadır.

Kalecilerin kariyerleri boyunca edindikleri deneyimler, öz güven düzeylerinin şekillenmesinde önemli rol oynamaktadır. Aydınoglu ve Taşkın (2022), Türk profesyonel liglerindeki kalecilerle yaptıkları çalışmada, deneyimli kalecilerin (10 yıl ve üzeri profesyonel deneyim) öz güven düzeylerinin, kariyerlerinin başındaki kalecilere göre daha y¼ksek ve daha stabil olduğunu tespit etmişlerdir. Kaleci antrenörleriyle kurulan ilişki, kalecilerin öz güvenlerinin gelişiminde kritik öneme sahiptir. Öztürk ve Yazıcı (2023), Süper Lig kaleci antrenörleriyle yaptıkları nitel araştırmada, antrenörlerin kalecileriyle kurdukları güven ilişkisinin, kalecilerin performansını ve öz güvenliğini doğrudan etkilediğini ortaya koymuşlardır. Araştırmada, kaleci antrenörlerinin %78'i, kalecilerin öz güven gelişimini desteklemenin, teknik gelişimlerini desteklemek kadar önemli olduğunu belirtmiştir. Kalecinin takım içindeki konumu ve takım arkadaşlarıyla ilişkileri, öz güven düzeyini etkilemektedir. Savunma oyuncularının kaleciye olan güveni, kalecinin öz güvenliğini besleyen önemli bir faktördür. Van der Meer vd. (2023), takım içi güven ilişkilerinin kaleci performansına etkisini inceledikleri çalışmada, takım arkadaşları tarafından desteklenen kalecilerin daha y¼ksek öz güven gösterdiğini ve daha az kritik hata yaptıklarını tespit etmişlerdir.

Modern futbolda kalecilerin performansını değerlendirmek için kullanılan ileri teknolojik analizler ve geri bildirim sistemleri, öz güven gelişiminde önemli rol oynamaktadır. Catapult (2024) raporuna göre, wearable teknolojilerin ve veri analitiğinin kaleci antrenmanlarına entegrasyonu, kalecilerin kendi performanslarını objektif olarak değerlendirmelerine ve g¼çlü yönlerine odaklanmalarına olanak tanımaktadır. Kalecilikte öz güven, modern futbolun karmaşık gereklilikleri içinde başarılı performansın temel bileşenlerinden biridir. Teknik, taktiksel, mental ve

iletişim boyutlarında güçlü bir öz güvene sahip kaleciler, takımlarına önemli avantajlar sağlamaktadır.

#### **1.3.1.2. Kalecilerde Cesaret**

Futbol kaleciliği, oyunun en kendine özgü ve uzmanlaşmış pozisyonu olarak, diğer mevkilerden farklı teknik, taktik ve psikolojik beceriler gerektirmektedir. Tarihsel süreçte kaleci pozisyonunun evrimleşmesi ile, kalecilerin sahip olmaları gereken psikolojik özellikler de önem kazanmıştır. Bu psikolojik özellikler içerisinde “cesaret” faktörü, modern futbolda kalecilerin performansını belirleyen en kritik unsurlardan biri olarak öne çıkmaktadır. Futbol kaleciliğinin tarihsel gelişimi incelendiğinde, 1871 yılında kalecilere ceza sahası içinde topla elle oynama hakkının verilmesi, bu pozisyonun diğer oyuncularından ayrışmasının başlangıcı olmuştur (Lewis, 2023). Bu dönemde kaleciler daha çok temel kurtarış hareketleri yapan pasif bir rol üstlenirken, modern futbola geçiş sürecinde kalecilerin sorumlulukları ve oyuna katkıları genişlemiştir. 1950’li yıllarda Sovyet kaleci Lev Yashin, modern kaleciliğin öncüsü olarak sadece kaleyi koruyan değil, aynı zamanda ceza sahası içinde aktif hareket eden, savunmayı organize eden ve cesaretle oyun kuruluşuna katılan bir kaleci profili çizmiştir (Murphy vd., 2022). Yashin’in getirdiği bu cesur yaklaşım, günümüz kaleciliğinin temellerini oluşturmuştur.

Güncel araştırmalar, kalecilerde cesareti “hesaplanmış risk alabilme yeteneği” olarak tanımlandığını göstermektedir (Otte vd., 2020). Güney Afrika’da yapılan kapsamlı bir araştırmada, futbol antrenörleri yetenekli kalecilerde aradıkları en önemli psikolojik özellikler arasında konsantrasyon, öz-disiplin ve cesareti ön sıralarda belirtmişlerdir. Bu çalışma, cesareti kaleci yetenek tanımlamasında kritik bir faktör olarak konumlandırmaktadır. Otte vd. (2020) profesyonel kaleci antrenörleriyle yaptığı niteliksel araştırmada, “Üst düzey bir kalecinin ihtiyaç duyduğu kritik beceriler nelerdir?” sorusuna verilen yanıtlarda, fiziksel ve taktik-teknik faktörlerin yanı sıra, “cesaret”, “konsantrasyon”, “çalışma tutumu ve profesyonellik” gibi anahtar kelimelerle ifade edilen zihinsel beceriler ve belirgin bir kaleci “kişiliği” vurgulanmıştır. Kaleciler, yüksek hızlı şutları karşılamak, havadan gelen toplara müdahale etmek ve rakip forvetlerle birebir pozisyonlarda vücutlarını ortaya koymak durumundadırlar. Bu fiziksel cesaret, yaralanma riskine rağmen

pozisyona girmek ve müdahale etmek anlamına gelmektedir. Liu vd. (2023) araştırması, kalecilerin kritik müdahalelerinin takımların maç kazanma olasılığını %23-27 oranında artırdığını göstermiştir.

Kalecilerin hataları doğrudan gol ve maç sonucunu etkileyebilmektedir. Aynı çalışmada, kalecinin hatalı bir müdahalesinin takımın maç kaybetme olasılığını %31-35 oranında artırdığı tespit edilmiştir (Liu vd., 2023). Bu durum, kalecilerin psikolojik olarak cesur ve dayanıklı olmalarını gerektirmektedir. Alman kaleci efsanesi Oliver Kahn'ın sözleriyle: “Kalecilerin bir parça deliliğe ihtiyacı vardır. Başka kim orada durup insanların yüzüne veya karnına toplar atmasına izin vermek ve hala bunun harika olduğunu düşünmek ister?” (Gorris ve Kubjuweit, 2008). 2000’li yıllardan itibaren gelişen “sweeper-keeper” (libero kaleci) konseptinde kaleciler, ceza sahası dışında da aktif rol alarak savunma hattının arkasındaki boşlukları kontrol etmektedir. Öyleki ceza saha dışında bir müdahalede bulunmak cesaretin göstergesidir. Seaton ve Campos (2022), modern futbolda libero kaleci anlayışının, takımların daha yüksek savunma hattıyla oynamasına olanak sağladığını belirtmektedir. UEFA’nın 2023 teknik raporuna göre, Şampiyonlar Ligi’nde oynayan kalecilerin ceza sahası dışındaki müdahale sayısı, son 10 yılda %140 artış göstermiştir.

### **1.3.2. Kalecilerin Fiziksel Özellikleri**

Futbol kaleciliği, oyunun en uzmanlaşmış ve kendine özgü gereksinimleri olan mevkisidir. Modern futbolun evrimiyle birlikte kalecilerin sorumlulukları genişlemiş, buna bağlı olarak fiziksel gereksinimleri de farklılaşmıştır. Futbol kaleciliğinin evrimsel süreci, fiziksel gereksinimlerin de değişimini beraberinde getirmiştir. Taylor (2022), kaleciliğin organize futbolun ilk dönemlerinde belirgin bir mevki olarak tanımlanmadığını, 1871 yılında kalecilere elle oynama hakkının verilmesiyle farklılaşmaya başladığını belirtmiştir. İlk dönem kalecilerinde boy ve uzun kol mesafesi gibi fiziksel özellikler ön plandayken, modern futbolda çok daha karmaşık fiziksel yetkinlikler aranmaktadır. Justin vd. (2022) elit kalecilerle yaptığı çalışmada, Avrupa’nın beş büyük ligindeki kalecilerin ortalama boyunun 189 cm olduğu tespit edilmiştir. Bu değer, diğer mevkilerdeki oyuncuların ortalama boyundan (177-182 cm) belirgin şekilde yüksektir. Gil vd. (2021), kalecilerin vücut

kompozisyonunu inceledikleri araştırmada, elit kalecilerin ortalama %12-14 vücut yağ oranıyla, diğerk mevkilere göre (ortalama %10-11) daha yüksek yağ oranına sahip olduklarını, ancak bu durumun pozisyonun gerektirdiğı patlayıcı kuvvet ve reaktif hareketlere olumsuz etki etmediğini belirtmişlerdir.

Kalecilerde uzun kol mesafesi (wingspan) kritik öneme sahip bir antropometrik parametredir. Reilly vd. (2022), elit kalecilerin boy/kol açıklığı oranının ortalama 1.04 olduğunu, bu değerin üzerindeki kalecilerin kurtariş performanslarının istatistiksel olarak daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Rodriguez vd. (2024), modern kalecilerde sadece boy değil, üst/alt beden oranı ve kol-bacak uzunluğu gibi proporsiyonel faktörlerin de önemli olduğunu vurgulamıştır. Özellikle alt ekstremite uzunluğunun, sweeper-keeper (libero kaleci) rolündeki kalecilerin hareket kabiliyetinde avantaj sağladığı belirtilmiştir. Kalecilerde kuvvet parametreleri ise hem genel hem de pozisyona özgü karakteristikler göstermektedir. Patlayıcı kuvvet; kale içi hareketlerde ve yüksek toplara sıçramada kritik önem taşıdığı belirlenirken, Rebelo vd. (2023), elit kalecilerin dikey sıçrama performanslarının ortalama 54-58 cm olduğunu ve bu değerin forvet oyuncularına yakın, ancak diğerk mevkilerden yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Üst vücut kuvveti; top savuşturma, yumruklama ve yer hareketlerinde önemlidir. Arnason vd. (2022), elit kalecilerin üst vücut kuvvetinin diğerk mevkilerdeki oyunculardan %15-20 daha yüksek olduğunu göstermiştir. Çekirdek (Core) kuvveti; dengeli harekette ve yer değıştirmeli kurtarişlarda kritik rol oynamaktadır. Lopes vd. (2021), çekirdek kuvvet ile kurtariş performansı arasında güçlü bir korelasyon ( $r=0.78$ ) olduğunu belirtmişlerdir. Kováč vd. (2025), kalecilerin kuvvet parametrelerinin dayanıklılıktan ziyade maksimal kuvvet ve patlayıcı kuvvet odaklı olması gerektiğini, ancak modern futbolda dayanıklılık faktörünün de giderek önem kazandığını vurgulamışlardır.

Modern kalecilikte, özellikle libero kaleci (sweeper-keeper) konseptinin gelişmesiyle sürat ve çeviklik özellikleri kritik hale gelmiştir. Reaksiyon süresi; kurtariş performansının belirleyici unsurudur. White vd. (2023), elit kalecilerin görsel uyaranlara karşı reaksiyon süresinin 160-180 milisaniye aralığında olduğunu, bu değerin diğerk mevkilerdeki oyunculardan anlamlı düzeyde daha hızlı olduğunu göstermiştir. İvmelenme; özellikle ceza sahası dışı hareketlerde önemlidir. Seaton ve Campos (2022), elit kalecilerin ilk 5 metrede 1.0-1.1 saniye değeri gösterdiğini

belirtmişlerdir. Çok yönlü çeviklik; kale içi hızlı yer değiştirme, ileri-geri ve yanal hareketlerde kritiktir. Yurttaş vd. (2023), Türk Süper Ligi kalecileriyle yaptıkları çalışmada, kalecilere özgü çeviklik testinde (Goalkeeper-Specific Agility Test) elit kalecilerin 9.2-9.8 saniye aralığında değerler gösterdiğini tespit etmişlerdir. Kalecilerin kurtarış performansında esneklik önemli bir faktördür. Stretchinger vd. (2022), kalecilerin oturma-uzanma testinde (sit-and-reach) diğer mevkilere göre %10-15 daha yüksek değerler gösterdiğini belirtmiştir. Özellikle kalça ve omuz esnekliği, kurtarış hareketlerinin genişliğini ve etkinliğini belirlemektedir. Aydın ve Ersöz (2024), Türk profesyonel kalecilerle yaptıkları çalışmada, dinamik esneklik ile kurtarış performansı arasında pozitif korelasyon ( $r=0.65$ ) olduğunu tespit etmişlerdir. Aynı çalışmada, kalecilere özel esneklik antrenman protokolünün kurtarış performansını %12 oranında artırdığı gösterilmiştir.

Kalecilerde denge yeteneği hem statik hem de dinamik formda önem taşımaktadır. Proprioepsiyon (vücut pozisyon duyusu), havadaki vücut kontrolü ve kurtarış sırasındaki koordinasyonda kritik rol oynar. Liu vd. (2023), denge parametrelerinin özellikle tek ayak üzerinde yapılan kurtarışlarda ve havadaki vücut kontrolünde belirleyici olduğunu ve elit kalecilerin dinlenme durumunda bile yarı-aktif denge stratejileri kullandıklarını belirtmişlerdir. Kalecilere özgü bir fiziksel kapasite olarak el-göz koordinasyonu, kurtarış performansında belirleyicidir. Kováč vd. (2025) çalışması, elit kalecilerin üst düzey el-göz koordinasyonuna sahip olduklarını ve bu özelliğin karmaşık motor becerilerle birleştiğinde kaleci performansını önemli ölçüde etkilediğini göstermiştir. Yapılan araştırmalar, kalecilerde bilişsel faktörleri de içeren reaktif çevikliğin önemine dikkat çekmektedir. Paul vd. (2024), kalecilerde “okuma ve tepki verme” kapasitesinin kurtarış performansını %35 oranında açıkladığını göstermiştir. Bu çalışmada, reaktif çeviklik testlerinde yüksek skor gösteren kalecilerin, öngörülemeyen şutlarda daha başarılı oldukları tespit edilmiştir. Modern futbolda kalecilerin fiziksel iş yükü artmakta, buna bağlı olarak dayanıklılık parametreleri önem kazanmaktadır. White vd. (2023), elit kalecilerin VO<sub>2</sub>max değerlerinin 50-55 ml/kg/dk aralığında olduğunu, bu değer diğer mevkilere göre daha düşük olmakla birlikte, 1990’lardaki kalecilere göre yaklaşık %15 artış gösterdiğini belirtmişlerdir. Aerobik kapasite, özellikle 90 dakikalık maç performansının sürdürülebilirliği açısından önemlidir.

Kalecilerde yüksek şiddetli, tekrarlı hareketleri destekleyen anaerobik dayanıklılık, modern oyun anlayışında kritik öneme sahiptir. Rodríguez vd. (2022), elit kalecilerin tekrarlı sprint testlerinde (RSA-Repeated Sprint Ability) %5-7'lik performans düşüşü gösterdiklerini, bu değerin saha oyuncularına göre daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir.

Kalecilerde fiziksel özelliklerin gelişimi, yaş gruplarına göre farklılık göstermektedir. Caicedo vd. (2025), farklı yaş kategorilerindeki kalecilerin fiziksel özelliklerini inceledikleri araştırmada, 15-16 yaş grubunda çeviklik ve reaksiyon süresinin, 17-19 yaş grubunda patlayıcı kuvvet ve aerobik dayanıklılığın, 20+ yaş grubunda ise proprioseptif becerilerin ve el-göz koordinasyonunun daha belirgin gelişim gösterdiğini tespit etmişlerdir. Kalecilerin fiziksel özellikleri, oyun stillerini ve taktiksel rollerini şekillendirmektedir. Seaton ve Campos (2022), fiziksel profillere göre kalecileri; boy ve kol açıklığı avantajlarıyla kale içi performansa odaklanan kalecileri geleneksel kaleciler, patlayıcı kuvvet ve çeviklik özellikleriyle öne çıkan, geniş alandaki kurtarışlarda etkili kalecileri atletik kaleciler, çeviklik, sürat ve teknik becerileriyle ceza sahası dışında da etkili olan kalecileri ise sweeper-keeper (libero kaleciler) olarak üç kategoride sınıflandırmışlardır: Her fiziksel profilin, farklı oyun sistemleri ve rakip özelliklerine göre avantaj sağlayabileceğini ortaya koymuşlardır. Modern kaleci antrenmanlarında, izole fiziksel geliştirme yerine, teknik ve taktik unsurlarla entegre edilmiş fiziksel hazırlık yaklaşımı benimsenmektedir. Çalışkan vd. (2023), Türkiye'deki elit kaleci antrenörleriyle yaptıkları görüşmelerde, kalecilerin fiziksel hazırlığının %70'inin entegre antrenmanlarla gerçekleştirildiğini belirtmişlerdir. Kalecilerin fiziksel profillerindeki farklılıklar, bireyselleştirilmiş antrenman yaklaşımlarını zorunlu kılmaktadır. UEFA Technical Report (2023), Avrupa'nın önde gelen kulüplerinde kalecilere yönelik fiziksel performans profillemesi ve buna dayalı bireyselleştirilmiş antrenman programlarının yaygınlaştığını belirtmektedir. Catapult (2024), kalecilere özel geliştirilen wearable teknolojilerle, kalecilerin fiziksel yüklerinin ve hareket örüntülerinin detaylı şekilde analiz edilebildiğini, bu verilerin fiziksel hazırlık programlarının optimizasyonunda kullanıldığını belirtmektedir. Modern futbolda kalecilerin fiziksel özellikleri, oyunun evrimine paralel olarak çeşitlenmiş ve gelişmiştir. Geleneksel antropometrik avantajların yanı sıra, kompleks motor

beceriler, reaktif çeviklik, pozisyona özgü kuvvet parametreleri ve dayanıklılık özellikleri, kaleci performansının belirleyicileri haline gelmiştir.

#### **1.3.2.1. Kalecilerde Kuvvet**

Futbol kaleciliği, oyunun en uzmanlaşmış pozisyonu olarak, diğer mevkilerden farklı fiziksel ve fizyolojik gereksinimlere sahiptir. Modern kalecilikte kuvvet parametreleri, performansın temel belirleyicilerinden biri haline gelmiştir. Kalecilerin oyun içerisindeki görevleri; ani sıçramalar, yön değiştirmeler, uzun degajmanlar, yüksek toplara çıkışlar ve bire bir mücadeleler farklı kuvvet türlerinin optimal düzeyde geliştirilmesini gerektirmektedir. Taylor (2022), kaleciliğin tarihsel gelişimini incelediği çalışmada, pozisyonun fiziksel gereksinimlerinin zaman içinde nasıl evrimleştiğini ortaya koymuştur. Özellikle 1992'deki geriye pas kuralı değişikliği ve 2000'li yıllarda gelişen “sweeper-keeper” (libero kaleci) konsepti, kalecilerin kuvvet profillerinde de önemli değişimlere yol açmıştır (Seaton ve Campos, 2022).

Patlayıcı kuvvet, kalecilerin en kritik kuvvet parametrelerinden biridir. Yüksek toplara sıçrama, yan kurtarılar, ani pozisyon değiştirme ve refleks hareketleri, yüksek düzeyde patlayıcı kuvvet gerektirmektedir. Rebelo vd. (2023) elit kalecilerle yaptıkları çalışmada, kalecilerin dikey sıçrama performanslarının ortalama 54-58 cm olduğu ve bu değerın forvet oyuncularına yakın, ancak diğer mevkilerden yüksek olduğu tespit edilmiştir. Maksimal kuvvet, kalecilerin temel kuvvet göstergelerinden biridir ve diğer kuvvet parametrelerinin gelişiminde rol oynamaktadır. Özellikle rakiple temaslı durumlarda, yüksek toplarda ve topa yumruk vuruşlarında maksimal kuvvet önem kazanmaktadır. Arnason vd. (2022), elit kalecilerin üst vücut maksimal kuvvetinin diğer mevkilerdeki oyunculardan %15-20 daha yüksek olduğunu göstermiştir. Özellikle bench press (göğüs itiş) hareketinde, kalecilerin ortalama 1RM değerlerinin vücut ağırlıklarının 1.2-1.3 katı olduğu tespit edilmiştir.

Çekirdek (core) kuvveti, kalecilerin pozisyon alma, dengeli hareket etme ve farklı yönlere hızlı yer değiştirme kabiliyetleri açısından kritik öneme sahiptir. Lopes vd. (2021), çekirdek kuvveti ile kurtarış performansı arasında güçlü bir korelasyon ( $r=0.78$ ) olduğunu belirtmişlerdir. Üst ekstremité kuvveti, kalecilerin top kontrolü,

top savuşturma, yumruklama ve yer hareketlerinde kritik öneme sahiptir. Justin vd. (2022), elit kalecilerin el kavrama kuvvetinin ortalama 52-58 kg olduğunu ve bu değerin diğer mevkilerdeki oyunculardan anlamlı düzeyde yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Alt ekstremitte kuvveti, kalecilerin pozisyon alma, sıçrama, yön değiştirme ve libero kaleci rolündeki hareketleri açısından belirleyicidir. Garganta vd. (2023), elit kalecilerin bacak presinde vücut ağırlıklarının 2.5-3 katı ağırlığı kaldırebildiklerini belirtmişlerdir. Kalecilerde özellikle tek bacak kuvveti ve ekzantrik hamstring kuvvetinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

#### **1.4. Literatür Taraması**

Bu tez çalışmasında literatür taraması yapılırken, ulusal ve uluslararası çalışmalar kapsamındaki tezler ve makaleler ele alınmıştır. Çalışmalarda temel olarak; çalışma yılı, örneklem ve önemli bulgulara yer verilmeye çalışılmıştır. Bu kapsamda araştırma konusuna en yakın çalışmalar ilgili literatür olarak sunulmuştur.

##### **1.4.1. Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar**

Ulucan (2021) Değişen futbolda kalecilerin rolü: UEFA Şampiyonlar Ligi örneği konulu yüksek lisans tezinde, futbolda 1990'lı yılların başında değiştirilen 3 puan kuralı, geri pas kuralı ve ofsayt kurallarının takımların oynadıkları oyunu büyük ölçüde etkilediği, takımların farklı oyun yapısı ve sistemlerine başvurdıkları, bunun sonucunda da kaleci profillerinde ciddi değişimler olduğunu tespit etmiştir. Özellikle belirlenen ilk çeyrek dönemden itibaren futbolda libero mevkisinin terk edildiği, liberonun savunma ve hücum görevlerinin büyük kısmının kalecilere yüklenildiği değişen kaleci profillerinde ve oyun sistemlerinde görülmektedir. Bunun doğal sonucu olarak; kalecilerin yıllar geçtikçe daha fazla ayakla topa buluştukları ve oyun kurdukları, hücum etki puanlarını arttırdıkları ve ceza sahası bölge hakimiyetlerini geliştirdikleri saptanmıştır.

Tekkurşun ve Güvendi (2022) makalesinde, fiziksel engelli milli sporcuların öz güven, cesaret ve sporcu kimliği arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Toplam 289 fiziksel engelli milli sporcu üzerinde yapılan çalışmada, öz güven ve cesaret arasında düşük düzeyde, pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sporcuların orta düzeyde öz güven ve cesaret, yüksek düzeyde sporcu kimliğine sahip oldukları tespit

edilmiştir. Ayrıca, oturarak voleybol oynayan fiziksel engelli sporcuların öz güven skorlarının, ampute futbol ve atletizm branşlarındaki sporculara göre anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir. Güngör ve Çelik (2020), amatör ve profesyonel sporcularda psikolojik beceriler ile atletik performans arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmada, öz güven düzeyi yüksek sporcuların, özellikle yüksek baskı altındaki durumlarda daha iyi performans sergilediklerini ortaya koymuşlardır. Göral (2018) makalesinde, sporda kaygının öz güven ve sportif performans üzerindeki etkisi değerlendirilmiştir. Çalışmada, düşük öz güvene sahip sporcuların daha yüksek kaygı düzeylerine sahip olduğu ve bunun da sportif performansı olumsuz etkilediği bulunmuştur. Can ve Kaçay (2016), sporcuların zorluklara yenilmeden hedefe varabilmesi için sahip olması gereken duygular arasında öz güven ve cesaret duygularının da bulunduğunu vurgulamışlardır. Sarı ve Deryahanoğlu (2019), sporcularda cesaret düzeyinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi üzerine yaptıkları çalışmada, spor yaşının artmasıyla birlikte cesaret düzeyinin de arttığını ve takım sporlarında özellikle kritik pozisyonlarda (kaleciler gibi) cesaretin performans üzerinde belirleyici bir faktör olduğunu vurgulamışlardır. Türkeç ve Gökdemir (2021) ise cesaret davranışlarının sporcuların dayanıklılık düzeyleri üzerindeki etkisini inceledikleri araştırmada, yüksek cesaret düzeyine sahip sporcuların fiziksel ve zihinsel dayanıklılıklarının da daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir.

#### **1.4.2. Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar**

Rogan vd. (2024), kaleci performansına bütüncül bir yaklaşım önerdikleri çalışmalarında, kalecilerin maç içi aktivitelerinin incelenmesinin, onların performans geliştirme süreçlerine önemli katkılar sağlayabileceğini belirtmişlerdir. Bu nedenle, kalecilerin performansını etkileyen faktörlerin kapsamlı bir şekilde incelenmesi, spor bilimleri açısından büyük önem taşımaktadır.

DiCicco (2020) doktora tezinde, atletlerin performansını etkileyen fiziksel ve psikolojik faktörler incelenmiştir. Çalışma, atletlerin el kuvveti, üst ekstremité kuvveti, alt ekstremité kuvveti ve çekirdek (core) kuvvetin, reaksiyon zamanı ve çeviklik performansı ile yakından ilişkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca, yüksek kuvvet değerlerine sahip atletlerin baskı altında karar verme becerilerinin de daha iyi olduğu tespit edilmiştir. Thelwell (2018) doktora tezinde, futbolda uygulanan

psikolojik beceri antrenmanlarının performans ve zihinsel iyi oluş üzerindeki etkileri araştırılmıştır. 12 haftalık psikolojik beceri antrenman programı uygulanan futbolcularda, zihinsel dayanıklılık, konsantrasyon ve baskı altında karar verme becerilerinde anlamlı gelişmeler gözlenmiştir. Çalışma, futbolcuların fiziksel antrenmanlarının yanı sıra düzenli psikolojik beceri antrenmanları yapmalarının önemini vurgulamıştır. Teirouk ve Williams (2020) makalesinde, profesyonel futbolcuların kuvvet parametreleri ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışma sonuçları, üst düzey kuvvet özelliklerine sahip futbolcuların müsabaka öncesi kaygı düzeylerinin daha düşük olduğunu göstermiştir. Ramos vd. (2024), psikolojik beceri antrenmanlarının kaleci performansı üzerindeki etkilerini değerlendirdikleri çalışmada, düzenli psikolojik antrenmanların kalecilerin maç içi karar verme süreçlerini olumlu yönde etkilediğini tespit etmişlerdir.

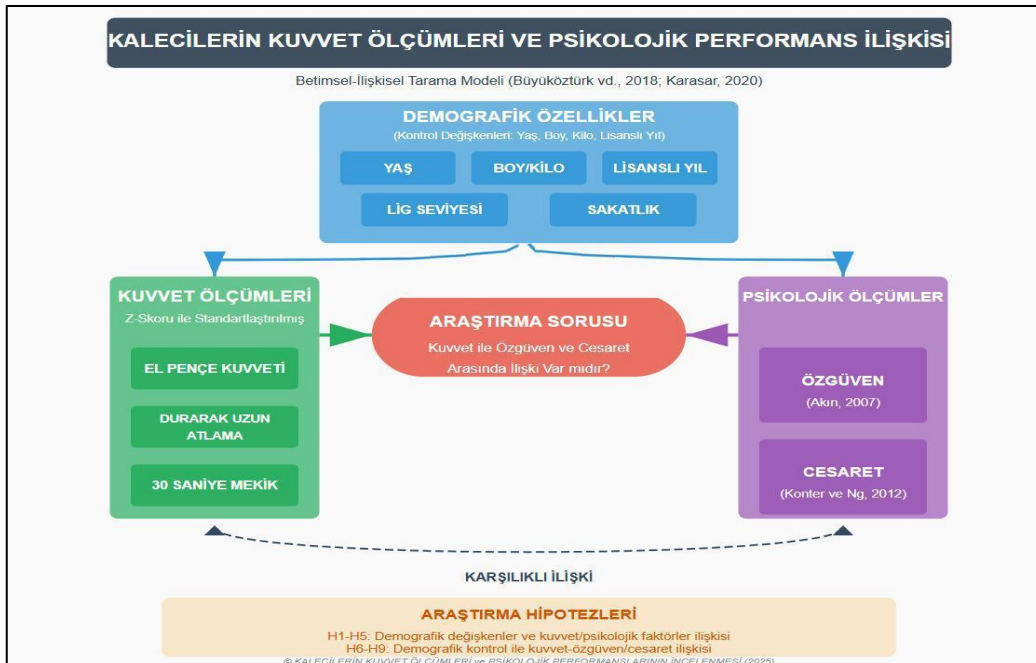
Araştırmacılar, kalecilerin genellikle diğer mevkilerde oynayan futbolculardan daha uzun boylu ve daha fazla vücut ağırlığına sahip olduklarını, ancak bu genel özelliklerin ötesinde, bireysel farklılıkların da performans üzerinde önemli etkiye sahip olduğunu belirtmişlerdir. Di Salvo vd. (2008) tarafından yapılan bir çalışmada, elit düzeydeki kalecilerin maç içi aktivite profilleri incelenmiş ve kalecilerin maç boyunca yaptıkları hareketlerin çoğunlukla düşük yoğunluklu olduğu, ancak kritik anlarda yüksek yoğunluklu ve patlayıcı hareketler gerçekleştirdikleri tespit edilmiştir. Rebelo vd. (2021), kalecilerin alt ekstremiteleri ile dikey sıçrama performansı arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada, güçlü bir korelasyon tespit etmişlerdir.

## 2. GEREÇ VE YÖNTEM

### 2.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışma, kalecilerin genel kuvvet ölçümleri ile öz güven ve cesaret gibi psikolojik performans parametreleri arasındaki ilişkiyi inceleyen nicel araştırma yaklaşımına dayalı, betimsel-ilişkisel tarama modelinde tasarlanmış bir araştırmadır. Betimsel tarama modeli, bir konuya ya da olaya ilişkin katılımcıların görüşlerinin ya da ilgi, beceri, yetenek ve tutum gibi özelliklerinin belirlendiği, olayların, objelerin, varlıkların, kurumların, grupların ve çeşitli alanların ne olduğunu açıklamaya çalışan araştırmalardır (Büyüköztürk vd., 2018). İlişkisel tarama modeli ise, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkileri ve bu ilişkilerin düzeyini belirlemeyi amaçlayan bir araştırma modelidir (Karasar, 2020).

Çalışmanın bağımsız değişkenleri kalecilerin demografik özellikleridir (yaş, lisanslı spor yapma yılı, mücadele edilen lig seviyesi, resmi müsabaka sayısı ve yaralanma durumu). Bağımlı değişkenler ise genel kuvveti ölçümleri, öz güven ve cesaret puanlarıdır. Araştırmada, bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenler üzerinde farklılık gösterip göstermediği ve bağımlı değişkenler arasındaki ilişkiler ele alınmıştır.



Şekil 1. Araştırma tasarımı

## 2.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Bu araştırmanın evrenini, Karadeniz Bölgesi'nde çeşitli kulüplerdeki aktif olarak kalecilik yapan 14-19 yaş arası genç erkek kaleciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise, Rize ve Trabzon illerinde, 2024-2025 sezonunda kulüplerde lisanslı olarak futbol oynayan, yaşları 14-19 arasında değişen toplam 51 erkek kaleci oluşturmaktadır. Pelana vd. (2021) yapmış olduğu çalışma referans alınarak yapılan A priori power analizi (multiple regression) sonucunda gerekli olan minimum örneklem büyüklüğü  $n=18$  olarak hesaplanmıştır. Örnek büyüklüğü belirlenirken Effect size  $f^2 = 1.0833$ ,  $\alpha=0.05$ , power=0.95, number of predictors=2 olarak alınmıştır. Power analizi G\*Power 3.1.9.7 (Franz Faul, Germany) programı aracılığı ile yapılmıştır. Bu analiz doğrultusunda araştırmamızda ele alınan 51 kalecinin evreni temsil edici nitelikte olduğu söylenebilir.

Örneklem seçiminde amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmaya dahil edilen kalecilerin seçiminde aşağıdaki kriterler göz önünde bulundurulmuştur:

- 1- 14-19 yaş aralığında olma
- 2- En az 6 aydır aktif olarak kaleci pozisyonunda oynama
- 3- Herhangi bir kronik hastalık ya da hareket kısıtlılığına sahip olmama
- 4- Veri toplama sürecinde yaralanma durumunun bulunmaması
- 5- Araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul etme

Katılımcılar farklı lig düzeylerinde (Gelişim Ligi, Amatör Lig, Bölgesel Amatör Lig, Akademi Ligi vb.) mücadele eden kalecilerden oluşmaktadır. Bu çeşitlilik, araştırma sonuçlarının farklı müsabaka seviyelerindeki genç kalecilere genellenebilirliğini artırmaktadır.

## 2.3. Veri Toplama Yöntem ve Gereçleri

Bu araştırmada, kalecilerin genel kuvveti ölçümleri ile psikolojik performans parametreleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla, aşağıda belirtilen veri toplama araçları kullanılmıştır:

### 2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formunda, katılımcıların yaş, boy, kilo, lisanslı spor yapma yılı, mücadele edilen lig seviyesi, bu sezonki resmi

müsabaka sayısı ve yaralanma durumu gibi demografik özellikleri ile ilgili bilgiler yer almaktadır.

### **2.3.2. Genel Kuvvet Ölçüm Araçları**

#### **2.3.2.1. El Pençe Kuvveti Testi**

El pençe kuvvetinin ölçümü için Jamar hidrolik el dinamometresi kullanılmıştır. Katılımcılar, oturma pozisyonunda, kollar vücudun yanında, dirsek 90° fleksiyonda olacak şekilde test edilmiştir. Her iki el için üçer deneme yapılmış ve en yüksek değer kilogram cinsinden kaydedilmiştir. Bu test, kalecilerin top tutma ve kavrama gücünü değerlendirmek için kullanılmıştır (Koç ve Aslan, 2022).

#### **2.3.2.2. Durarak Uzun Atlama Testi**

Bacak kuvvetinin ve patlayıcı gücün değerlendirilmesi için durarak uzun atlama testi uygulanmıştır (Castro vd., 2021). Bu test, alt ekstremitte patlayıcı kuvvetin değerlendirilmesinde geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olarak kabul edilmektedir (Fernandez vd., 2015). Katılımcılar, başlangıç çizgisinin gerisinde ayakları omuz genişliğinde açık durarak ve kollarını kullanarak ileriye doğru sıçramışlardır. Başlangıç çizgisi ile katılımcının topuklarının bıraktığı en yakın iz arasındaki mesafe santimetre cinsinden ölçülmüştür. Üç deneme yapılmış ve en iyi derece kaydedilmiştir.

#### **2.3.2.3. 30 Saniye Mekik Testi**

Kalecilerin karın ve kor bölgesi kuvvet dayanıklılığını değerlendirmek için 30 saniye mekik testi uygulanmıştır (Kaya ve Pulur, 2017). Bu test, abdominal kas dayanıklılığının değerlendirilmesinde yaygın kabul gören ve yüksek test-tekrar test güvenilirliğine sahip bir ölçüm protokolüdür (Topçu ve Arabacı, 2020). Katılımcılar, sırt üstü yatar pozisyonunda, dizler 90° bükülü, eller ensede kenetli şekilde başlangıç pozisyonu almışlardır. 30 saniye içerisinde dirseklerin dizlere değecek şekilde yapabildiği maksimum mekik sayısı kaydedilmiştir.

#### **2.3.2.4. Genel Kuvvet Skoru**

Yukarıda belirtilen üç farklı kuvvet testinden elde edilen değerler, z-skorlarına dönüştürülerek standardize edilmiş ve bu skorların ortalaması alınarak her kaleci için bir “Genel Kuvvet” değeri oluşturulmuştur (Sun vd. 2020; Lu vd. 2022). Bu değer, kalecilerin genel fiziksel kuvvet seviyelerini tek bir değişken olarak ifade etmek için kullanılmıştır.

#### **2.3.3. Psikolojik Performans Ölçüm Araçları**

##### **2.3.3.1. Öz güven Ölçeği**

Kalecilerin öz güven düzeylerini belirlemek için Akın (2007) tarafından geliştirilen Öz güven Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, sporcunun geçmişi ve hazırlanışına bağlı olarak başarıyı yakalamaya yönelik olan yeteneği hakkındaki inancını ölçmektedir. Ölçek, iç güven (kendini sevme, kendini tanıma, belirgin hedefler koyma, olumlu düşünme) ve dış güven (iletişim ve duyguları kontrol edebilme) olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Toplam 33 maddeden oluşan ölçek, 5’li Likert tipi (1=Hiç Katılmıyorum, 5=Tamamen Katılıyorum) bir derecelendirme içermektedir. Öleekten alınabilecek puanlar 33-165 arasında değişmekte ve yüksek puanlar yüksek öz güven düzeyini göstermektedir. Öleek geliştirme sürecinde yapılan doğrulayıcı faktör analizinde uyum indeksi değerleri RMSEA=.044, NFI=.90, CFI=.96, IFI=.96, RFI=.89, GFI=.94, AGFI=.91 ve SRMR=.058 olarak bulunmuştur. Öz güven Öleegi’nin orijinal çalışmasında öleegin bütünü için iç tutarlılık katsayısı .83, iç öz güven alt öleegi için .83 ve dış öz güven alt öleegi için .85 olarak belirlenmiştir. Bu sonuçlar, Öz güven Öleegi’nin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir. Bu araştırmada da öleegin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .88 olarak bulunmuştur, bu değer öleegin mevcut çalışma için oldukça güvenilir olduğunu göstermektedir.

##### **2.3.3.2. Cesaret Öleegi**

Katılımcıların cesaret düzeylerini belirlemek için Konter ve Johan (2012) tarafından geliştirilen Spor Cesaret Öleegi (Sport Courage Scale-SCS) kullanılmıştır. Öleek beş faktörlü bir yapıya sahiptir: “Kararlılık” (Determination),

“Ustalık/Yeterlik” (Mastery), “Atılgnlık” (Assertiveness), “Risk Alma” (Venturesome) ve “Özfedakâr Davranış” (Self-Sacrifice Behaviour). Toplam 31 maddeden oluşan ölçek, 5’li Likert tipi bir derecelendirme içermektedir. Ölçekten alınabilecek puanlar 31-155 arasında değışmekte ve yüksek puanlar yüksek cesaret düzeyini göstermektedir. Orijinal çalışmada faktörlerin Cronbach alfa değerleri şu şekildedir: Kararlılık = .82, Ustalık = .82, Atılgnlık = .72, Risk Alma = .72 ve Özfedakâr Davranış = .61. Test-tekrar test güvenilirlik katsayıları ise Kararlılık için .73, Ustalık için .77, Atılgnlık için .67, Risk Alma için .74, Özfedakâr Davranış için .62 ve toplam SCS için .82 olarak bulunmuştur. Araştırmamızda, ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .91 olarak bulunmuştur. Bu değer ölçeğin mevcut çalışma için oldukça güvenilir olduğunu göstermektedir.

#### **2.4. Araştırma Protokolü**

Araştırma uygulamasına başlamadan öncesinde Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu Başkanlığından “Etik Kurul Onayı” alınmıştır (11.10.2023 Tarihli 2023/286 Sayılı Karar). Araştırmanın uygulanabilmesi amacıyla spor kulüpleri ile izin yazışmaları yapılmış ve gerekli ölçüm ve ölçekleri uygulamak için gerekli tüm izinler alınmıştır.

Araştırma verileri, 2024-2025 futbol sezonu içerisinde [Eylül-Kasım] döneminde toplanmıştır. Veri toplama sürecinde aşağıdaki adımlar izlenmiştir:

1. Katılımcılara ve 18 yaş altındaki kalecilerin ebeveynlerine araştırmanın amacı ve içeriği hakkında bilgi verilmiş, yazılı onamları alınmıştır.
2. Tüm ölçümler, aynı araştırmacı tarafından, standart protokoller kullanılarak gerçekleştirilmiştir.
3. Kişisel bilgi formları, kaleciler tarafından doldurulmuştur.
4. Fiziksel ölçümler (boy, kilo, el pençe kuvveti, durarak uzun atlama, 30 saniye mekik testi) kalecilerin antrenman tesislerinde, antrenman öncesinde gerçekleştirilmiştir.
5. Öz güven ve Cesaret ölçekleri, fiziksel yorgunluğun sonuçları etkilememesi için, fiziksel testlerden önce, sakin bir ortamda uygulanmıştır.
6. Tüm katılımcılara test protokolleri hakkında aynı açıklamalar yapılmış ve ölçümler öncesinde 4 dakika %40 tempoda koşu; geri geri parmak uçlarında

yavaş koşu (1 dk), yüksek diz çekişleri (30 sn). Kas aktivasyonu (yaklaşık 2 dk): Calf, quadriceps, hamstring, kalça fleksör, sırt alt grup kaslarının aktivasyonu (6 parça, her parça için 4 sn dinamik esnetme) şeklinde ısınma gerçekleştirildi.

## 2.5. Verilerin Analizi

Araştırmadan elde edilen veriler SPSS 27.0 kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin analizinde aşağıdaki istatistiksel yöntemler kullanılmıştır:

- 1- Verilerin tablolaştırılması ve grafikleştirilmesinde Google Dokümanlar programı kullanılmıştır.
- 2- Katılımcıların demografik özelliklerini ve ölçek puanlarını tanımlamak için betimsel istatistikler (ortalama, standart sapma, minimum, maksimum değerler) hesaplanmıştır.
- 3- Verilerin normal dağılıma uygunluğu çarpıklık-basıklık katsayıları ve Kolmogorov-Smirnov testi ile incelenmiştir. Çarpıklık-basıklık katsayılarında ölçüt olarak George ve Mallery (2019)  $\pm 2$  baz alınmıştır.
- 4- Farklı demografik değişkenlere göre genel kuvvet, öz güven ve cesaret düzeylerindeki farklılıkları incelemek için Bağımsız Örneklem T-Testi kullanılmıştır.
- 5- Tez çalışmamızda kullanılan öz güven ve sporda cesaret gibi dolaylı ölçümler için güvenilirlik analizi sonuçları Cronbach Alpha değeri ile incelenmiştir. Sonuçları yorumlamada  $\alpha \geq .60$  aralığı temel ölçüt alınmıştır (Kline, 1999).
- 6- Genel kuvvet ve psikolojik performans parametreleri arasındaki ilişkileri belirlemek için Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Korelasyonların gücünün değerlendirilmesinde “.0-.2 = çok düşük seviye, .2-.4 = düşük seviye, .4-.6 = orta seviye, .6-.8 = yüksek seviye, .8-.0 = çok yüksek seviye” temel ölçüt alınmıştır (Obilor ve Amadi, 2018).
- 7- Yaş, spor yapma yılı, boy ve kilo faktörlerinin etkisini kontrol ederek değişkenler arasındaki ilişkinin gücü ve yönü, kısmi korelasyon analizi ile incelenmiştir.
- 8- İstatistiksel anlamlılık düzeyi  $p < 0.05$  ve  $p < 0.01$  olarak kabul edilmiştir.

- 9- Etki büyüklüğü değerlendirme kriterleri: “zayıf 0.00-0.30, orta 0.30-0.50, güçlü 0.50-0.80, çok güçlü 0.80-1.00” şeklinde belirlenmiştir (Cohen’s d).

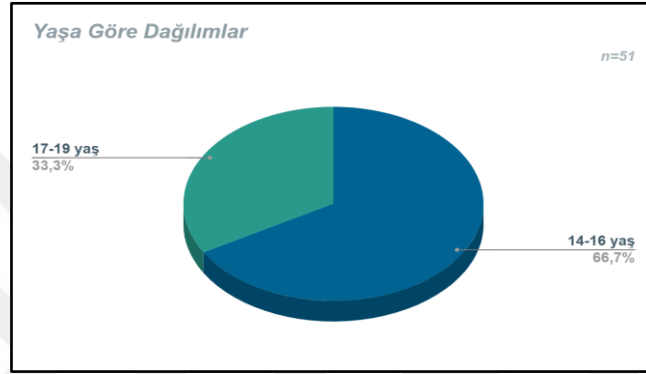


### 3. BULGULAR

#### 3.1. Katılımcıların Genel Özellikleri

##### 3.1.1. Yaş

Araştırmaya yaşları 14-19 arasında değişen (Ort = 15.92, SS = 1.45) toplam 51 erkek kaleci katılmıştır. Katılımcıların yaş dağılımları Şekil 2’de verilmiştir.

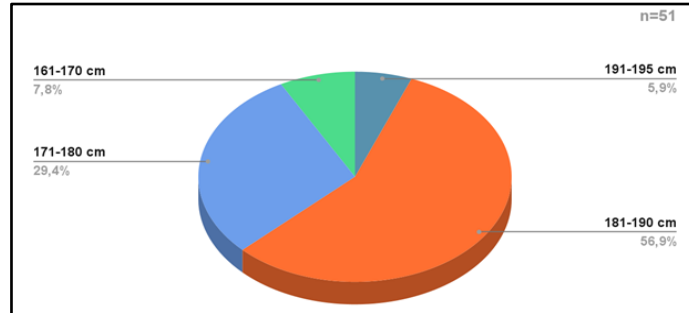


Şekil 2. Yaşa göre dağılımlar

Dağılımlar incelendiğinde 14-16 yaş katılımcıların n=34 (%66,6), 17-19 yaş katılımcılara göre n=17 (%33,3) sayıca daha fazla oldukları görülmüştür.

##### 3.1.2. Boy

Araştırmaya boyları 165-195 cm. arasında değişen (Ort = 181.29 cm., SS = 7.22) toplam 51 erkek kaleci katılmıştır. Katılımcıların boy dağılımları Şekil 3’te verilmiştir.

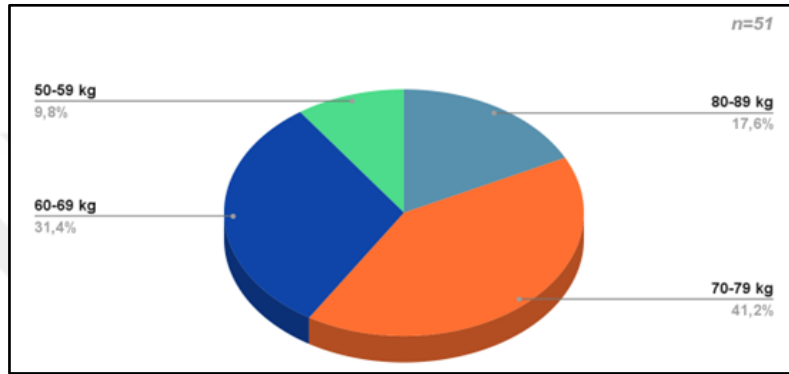


Şekil 3. Boya göre dağılımlar

Dağılımlar incelendiğinde 181-190 cm. aralığında olan kalecilerin (%56,9), sayıca daha fazla oldukları görülmüştür.

### 3.1.3. Kilo

Araştırmaya kiloları 50-90 kg. arasında değişen (Ort = 71.45 kg., SS = 9.52) toplam 51 erkek kaleci katılmıştır. Katılımcıların kilo dağılımları Şekil 4'te verilmiştir.

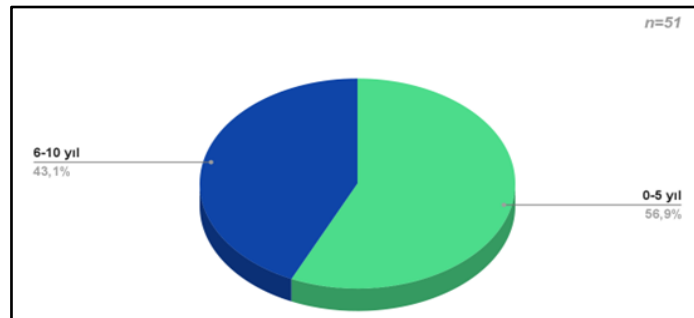


Şekil 4. Kiloya göre dağılımlar

Dağılımlar incelendiğinde sırasıyla 70-79 kg. aralığında olan kalecilerin her grupta (%41,2) sayıca daha fazla oldukları görülmüştür.

### 3.1.4. Lisanslı Spor Yapma Yılı

Araştırmaya lisanslı spor yapma yılı 0-10 arasında değişen (Ort =4,6, SS = 2.43) toplam 51 erkek kaleci katılmıştır. Katılımcıların lisanslı spor yapma yılı dağılımları Şekil 5'te verilmiştir.

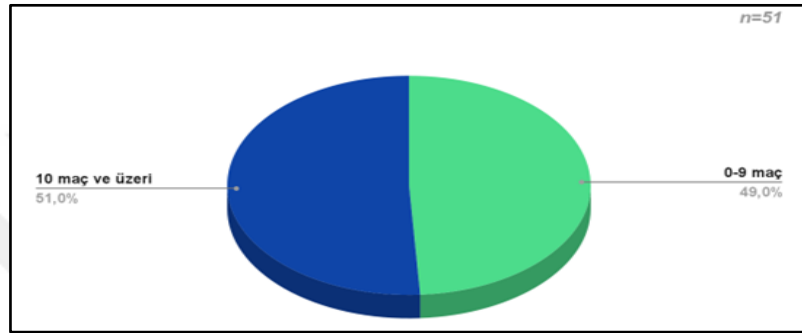


Şekil 5. Lisanslı spor yapma süresine göre dağılımlar

Dağılımlar incelendiğinde 0-5 yıl lisanslı spor yapan kalecilerin (%56,9), sayıca daha fazla oldukları görülmüştür.

### 3.1.5. Resmi Müsabaka Sayısı

Araştırmaya bu sezon oynadıkları resmi müsabaka sayısı 0-20 arasında değişen toplam 51 erkek kaleci katılmıştır. Katılımcıların resmi müsabaka sayısı dağılımları Şekil 6’da verilmiştir.

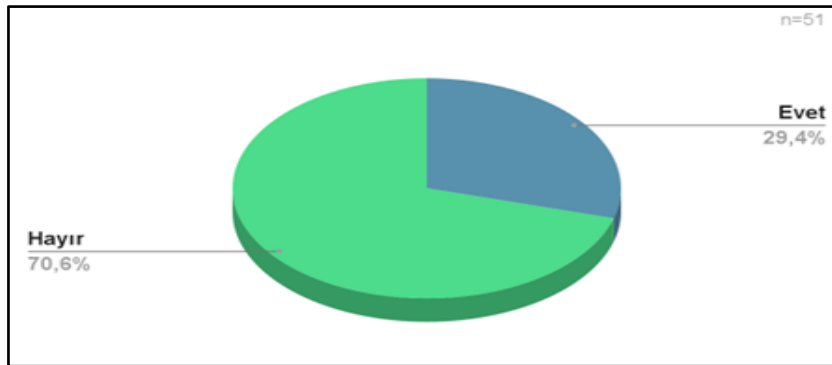


Şekil 6. Bu sezonki resmi müsabaka sayısı dağılımları

Dağılımlar incelendiğinde 10 maç ve üzeri resmi müsabakaya çıkan kalecilerin (%51), sayıca daha fazla oldukları görülmüştür.

### 3.1.6. Yaralanma Yaşama Durumu

Katılımcıların %29.4’ü bu sezon içerisinde yaralanma yaşarken, %70.6’sı herhangi bir yaralanma yaşamamıştır. Katılımcıların yaralanma yaşama durumları Şekil 7’de verilmiştir.



Şekil 7. Yaralanma yaşama durumu dağılımları

### 3.2. Normallik Test Sonuçları ve Tanımlayıcı İstatistikler

#### 3.2.1. Normallik Test Sonuçları

Kalecilerden elde edilen verilerin normallik dağılımları çarpıklık-basıklık değerleri ve kolmogorov smirnov test sonuçları birlikte değerlendirilerek Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1.** Normallik test sonuçları

| Değişkenler             |              | Gruplar                | n  | Çarpıklık | Basıklık | Kolmogorov Smirnov |
|-------------------------|--------------|------------------------|----|-----------|----------|--------------------|
| Yaş                     | Genel        | 14-16                  | 34 | -,25      | -0,77    | 0,20               |
|                         | Kuvvet       | 17-19                  | 17 | ,26       | -0,00    | 0,18               |
|                         | Öz           | 14-16                  | 34 | -,15      | -0,48    | 0,20               |
|                         | güven        | 17-19                  | 17 | -,75      | 1,65     | 0,20               |
|                         | Cesaret      | 14-16                  | 34 | -,26      | 0,02     | 0,20               |
|                         |              | 17-19                  | 17 | -,31      | -0,50    | 0,20               |
| Spor Yapma Yılı         | Genel        | 0-5 yıl                | 29 | -,25      | -1,00    | 0,20               |
|                         | Kuvvet       | 6 yıl                  | 22 | ,30       | -0,25    | 0,20               |
|                         | Öz           | 0-5 yıl                | 29 | -,20      | -0,11    | 0,20               |
|                         | güven        | 6 yıl                  | 22 | -,59      | -0,04    | 0,20               |
|                         | Cesaret      | 0-5 yıl                | 29 | -,13      | -0,09    | 0,20               |
|                         |              | 6 yıl                  | 22 | ,01       | -0,03    | 0,20               |
| Lig Düzeyi              | Genel        | Amatör                 | 40 | -,26      | -0,78    | 0,20               |
|                         | Kuvvet       | Gelişim Ligi ve Elit B | 11 | 1,37      | 1,87     | 0,20               |
|                         | Öz           | Amatör                 | 40 | -0,45     | -0,46    | 0,20               |
|                         | güven        | Gelişim Ligi ve Elit B | 11 | 0,64      | 0,95     | 0,20               |
|                         | Cesaret      | Amatör                 | 40 | -0,28     | -0,18    | 0,20               |
|                         |              | Gelişim Ligi ve Elit B | 11 | 0,35      | 0,56     | 0,11               |
| Müsabaka Sayısı         | Genel        | 0-9 maç                | 25 | -0,07     | -0,82    | 0,09               |
|                         | Kuvvet       | 10 maç ve üzeri        | 26 | -0,39     | 0,60     | 0,20               |
|                         | Öz           | 0-9 maç                | 25 | -0,30     | -0,04    | 0,20               |
|                         | güven        | 10 maç ve üzeri        | 26 | -0,54     | -0,19    | 0,20               |
|                         | Cesaret      | 0-9 maç                | 25 | -0,76     | 0,66     | 0,20               |
|                         |              | 10 maç ve üzeri        | 26 | -0,11     | -1,09    | 0,20               |
| Yaralanma Yaşama Durumu | Genel        | Evet                   | 16 | -0,26     | 0,55     | 0,20               |
|                         | Kuvvet       | Hayır                  | 35 | -0,31     | -0,45    | 0,20               |
|                         | Öz           | Evet                   | 16 | -0,50     | -0,49    | 0,20               |
|                         | güven        | Hayır                  | 35 | -0,33     | -0,11    | 0,20               |
|                         | Cesaret      | Evet                   | 16 | -0,09     | -0,42    | 0,20               |
|                         |              | Hayır                  | 35 | -0,37     | -0,13    | 0,20               |
| TOPLAM                  | Genel Kuvvet |                        | 51 | -0,29     | -0,27    | 0,20               |
|                         | Öz güven     |                        | 51 | -0,37     | -0,28    | 0,20               |
|                         | Cesaret      |                        | 51 | -0,40     | 0,06     | 0,20               |

Öz güven, cesaret ve genel kuvvet ölçümlerinin, bağımsız değişkenlere göre çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde; tüm değerlerin  $\pm 2$  aralığında olduğu

görülmüştür. Yine, kolmogorov smirnov sonuçları incelendiğinde; tüm sonuçların,  $p>0,05$  olması verilerin normal dağılım gösterdiği şeklinde yorumlanabilir.

### 3.2.2. Tanımlayıcı İstatistikler

Katılımcıların ölçümler ve ölçeklerden almış oldukları ortalama değerler, minimum ve maksimum değerler tanımlayıcı istatistikler olarak Tablo 2’de sunulmuştur.

**Tablo 2.** Tanımlayıcı istatistikler

| Değişkenler             |              | Gruplar                | n  | En Düşük Değer | En Yüksek Değer | Aritmetik Ortalama | Standart Sapma |
|-------------------------|--------------|------------------------|----|----------------|-----------------|--------------------|----------------|
| Yaş                     | Genel        | 14-16                  | 34 | 14             | 16              | -0,26              | 0,77           |
|                         | Kuvvet       | 17-19                  | 17 | 17             | 19              | 0,53               | 0,60           |
|                         | Öz           | 14-16                  | 34 | 14             | 16              | 3,98               | 0,46           |
|                         | güven        | 17-19                  | 17 | 17             | 19              | 4,21               | 0,38           |
|                         | Cesaret      | 14-16                  | 34 | 14             | 16              | 124,41             | 15,21          |
|                         |              | 17-19                  | 17 | 17             | 19              | 131,94             | 11,69          |
| Spor Yapma Yılı         | Genel        | 0-5 yıl                | 29 | 0              | 5               | -0,25              | 0,83           |
|                         | Kuvvet       | 6 yıl                  | 22 | 6              | 10              | 0,33               | 0,65           |
|                         | Öz           | 0-5 yıl                | 29 | 0              | 5               | 3,96               | 0,45           |
|                         | güven        | 6 yıl                  | 22 | 6              | 10              | 4,19               | 0,41           |
|                         | Cesaret      | 0-5 yıl                | 29 | 0              | 5               | 121,13             | 14,61          |
|                         |              | 6 yıl                  | 22 | 6              | 10              | 134,54             | 10,33          |
| Lig Düzeyi              | Genel        | Amatör                 | 40 | -              | -               | -0,11              | 0,83           |
|                         | Kuvvet       | Gelişim Ligi ve Elit B | 11 | -              | -               | 0,43               | 0,59           |
|                         | Öz           | Amatör                 | 40 | -              | -               | 4,05               | 0,47           |
|                         | güven        | Gelişim Ligi ve Elit B | 11 | -              | -               | 4,08               | 0,36           |
|                         | Cesaret      | Amatör                 | 40 | -              | -               | 125,02             | 15,02          |
|                         |              | Gelişim Ligi ve Elit B | 11 | -              | -               | 133,81             | 10,03          |
| Müsabaka Sayısı         | Genel        | 0-9 maç                | 25 | 0              | 9               | -0,10              | 0,96           |
|                         | Kuvvet       | 10 maç ve üzeri        | 26 | 10             | 24              | 0,10               | 0,64           |
|                         | Öz           | 0-9 maç                | 25 | 0              | 9               | 3,88               | 0,42           |
|                         | güven        | 10 maç ve üzeri        | 26 | 10             | 24              | 4,23               | 0,40           |
|                         | Cesaret      | 0-9 maç                | 25 | 0              | 9               | 123,28             | 14,31          |
|                         |              | 10 maç ve üzeri        | 26 | 10             | 24              | 130,42             | 14,01          |
| Yaralanma Yaşama Durumu | Genel        | Evet                   | 15 | -              | -               | -                  | -              |
|                         | Kuvvet       | Hayır                  | 36 | -              | -               | -                  | -              |
|                         | Öz           | Evet                   | 15 | -              | -               | -                  | -              |
|                         | güven        | Hayır                  | 36 | -              | -               | -                  | -              |
|                         | Cesaret      | Evet                   | 15 | -              | -               | -                  | -              |
|                         |              | Hayır                  | 36 | -              | -               | -                  | -              |
| TOPLAM                  | Genel Kuvvet |                        | 51 | -1,61          | 1,79            | 0,00               | 0,81           |
|                         | Öz güven     |                        | 51 | 2,87           | 4,84            | 4,06               | 0,44           |
|                         | Cesaret      |                        | 51 | 85,00          | 153,00          | 126,92             | 14,47          |

Tablo 2'de genel kuvvet değişkeni incelendiğinde, ölçüm aralıklarının -1.61 ile 1.79 arasında değişmekte olduğu ve aritmetik ortalamasının 0.00 (SS=0.81) olduğu görülmüştür.

Öz güven değişkeni için elde edilen bulgular, minimum 2.87 ve maksimum 4.84 değerleri arasında bir dağılım göstermekte olup, aritmetik ortalama 4.06 (SS=0.44) olarak hesaplanmıştır.

Cesaret değişkeni açısından, ölçüm aralığı 85 ile 153 arasında değişmekte olup, aritmetik ortalama 126.92 (SS=14.47) olarak belirlenmiştir.

### 3.3. Hipotez Testleri

#### 3.3.1. Hipotez 1'e İlişkin Bulgular

Çalışmanın ilk hipotezi kapsamında, farklı yaş kategorilerindeki (14-16 yaş ve 17-19 yaş) kalecilerin genel kuvvet, öz güven ve cesaret düzeyleri arasındaki farklılıklar incelenmiştir. Bu kapsamda bağımsız örneklem t-testi analizleri gerçekleştirilmiş ve elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 3.** Kalecilerin yaşa göre genel kuvvet, öz güven ve cesaret düzeylerine ilişkin test sonuçları

| Değişkenler  | Yaş   | n  | $\bar{x}$ | SS    | t     | p     | Cohen's d |
|--------------|-------|----|-----------|-------|-------|-------|-----------|
| Genel Kuvvet | 14-16 | 34 | -0.26     | 0.77  | -3.72 | 0.001 | -1.10     |
|              | 17-19 | 17 | 0.53      | 0.60  |       |       |           |
| Öz güven     | 14-16 | 34 | 3.98      | 0.46  | -1.74 | 0.08  | -0.52     |
|              | 17-19 | 17 | 4.21      | 0.38  |       |       |           |
| Cesaret      | 14-16 | 34 | 124.41    | 15.21 | -1.79 | 0.08  | 0.53      |
|              | 17-19 | 17 | 131.94    | 11.69 |       |       |           |

$H_{1a}$ : Yaşa göre kalecilerin genel kuvvet düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.

Yaş gruplarına göre kalecilerin genel kuvvet düzeyleri incelendiğinde, 14-16 yaş grubundaki kalecilerin (n=34) genel kuvvet ortalaması -.26 (SS=.77) iken, 17-19 yaş grubundaki kalecilerin (n=17) genel kuvvet ortalaması .53 (SS=.60) olarak saptanmıştır. Yapılan istatistiksel analiz sonucunda, kategorilendirilen yaş grupları arasındaki farkın anlamlı olduğu tespit edilmiştir ( $t=-3.72$ ,  $p=.001$ ). Cohen's d değeri -1.10 olarak hesaplanmış olup, bu değer yüksek etki büyüklüğüne işaret etmektedir.

Bu sonuçlar doğrultusunda  $H_{1a}$  hipotezi kabul edilmiştir. Bulgular, 17-19 yaş grubundaki kalecilerin genel kuvvet düzeylerinin 14-16 yaş grubundaki kalecilere göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğunu göstermektedir.

$H_{1b}$ : *Yaşa göre kalecilerin öz güven düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.*

Yaş gruplarına göre kalecilerin öz güven düzeyleri karşılaştırıldığında, 14-16 yaş grubundaki kalecilerin ( $n=34$ ) öz güven ortalaması 3.98 ( $SS=.46$ ) iken, 17-19 yaş grubundaki kalecilerin ( $n=17$ ) öz güven ortalaması 4.21 ( $SS=.38$ ) olarak belirlenmiştir. İstatistiksel analiz sonucunda, iki grup arasındaki farkın anlamlı olmadığı saptanmıştır ( $t=-1.74$ ,  $p=.08$ ). Cohen's  $d$  değeri -.52 olarak hesaplanmış olup, bu değer orta düzeyde bir etki büyüklüğünü göstermektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda  $H_{1b}$  hipotezi reddedilmiştir.

$H_{1c}$ : *Yaşa göre kalecilerin cesaret düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.*

Yaş gruplarına göre kalecilerin cesaret düzeyleri incelendiğinde, 14-16 yaş grubundaki kalecilerin ( $n=34$ ) cesaret puan ortalaması 124.41 ( $SS=15.21$ ) iken, 17-19 yaş grubundaki kalecilerin ( $n=17$ ) cesaret puan ortalaması 131.94 ( $SS=11.69$ ) olarak tespit edilmiştir. İki grup arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $t=-1.79$ ,  $p=.08$ ). Cohen's  $d$  değeri .53 olarak hesaplanmış olup, bu değer orta düzeyde bir etki büyüklüğünü göstermektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda  $H_{1c}$  hipotezi reddedilmiştir.

### **3.3.2. Hipotez 2'ye İlişkin Bulgular**

Çalışmanın ikinci hipotezi kapsamında, lisanslı spor yapma yılı kategorilerine göre (0-5 yıl ve 6 yıl ve üzeri) kalecilerin genel kuvvet, öz güven ve cesaret düzeyleri arasındaki farklılıklar incelenmiştir. Bu kapsamda bağımsız örneklem t-testi analizleri gerçekleştirilmiş ve elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 4.** Kalecilerin spor yapma yılına göre genel kuvvet, öz güven ve cesaret düzeylerine ilişkin test sonuçları

| Değişkenler  | Spor Yapma Yılı | n  | $\bar{x}$ | SS    | t     | p     | Cohen's d |
|--------------|-----------------|----|-----------|-------|-------|-------|-----------|
| Genel Kuvvet | 0-5             | 29 | -0.25     | 0.83  | -2.72 | 0.009 | -0.70     |
|              | 6+              | 22 | 0.33      | 0.65  |       |       |           |
| Öz güven     | 0-5             | 29 | 3.96      | 0.45  | -1.83 | 0.07  | -0.05     |
|              | 6+              | 22 | 4.19      | 0.41  |       |       |           |
| Cesaret      | 0-5             | 29 | 121.13    | 14.61 | -3.66 | 0.001 | -0.62     |
|              | 6               | 22 | 134.54    | 10.33 |       |       |           |

$H_{2a}$ : *Lisanslı spor yapma yılına göre kalecilerin genel kuvvet düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.*

Lisanslı spor yapma yılına göre kalecilerin genel kuvvet düzeyleri incelendiğinde, 0-5 yıl arası lisanslı spor yapan kalecilerin (n=29) genel kuvvet ortalaması -0.25 (SS=.83) iken, 6 yıl ve üzeri lisanslı spor yapan kalecilerin (n=22) genel kuvvet ortalaması .33 (SS=.65) olarak saptanmıştır. İki grup arasındaki bu fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $t=-2.72$ ,  $p=.009$ ). Cohen's d değeri -.70 olarak hesaplanmış olup, bu değer orta-yüksek düzeyde bir etki büyüklüğüne işaret etmektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda  $H_{2a}$  hipotezi kabul edilmiştir. Bulgular, spor deneyimi daha fazla olan kalecilerin genel kuvvet düzeylerinin anlamlı şekilde daha yüksek olduğunu göstermektedir.

$H_{2b}$ : *Lisanslı spor yapma yılına göre kalecilerin öz güven düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.*

Lisanslı spor yapma yılına göre kalecilerin öz güven düzeyleri karşılaştırıldığında, 0-5 yıl arası lisanslı spor yapan kalecilerin (n=29) öz güven ortalaması 3.96 (SS=.45) iken, 6 yıl ve üzeri lisanslı spor yapan kalecilerin (n=22) öz güven ortalaması 4.19 (SS=.41) olarak belirlenmiştir. İki grup arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $t=-1.83$ ,  $p=.07$ ). Cohen's d değeri -.05 olarak hesaplanmış olup, bu değer çok küçük bir etki büyüklüğünü göstermektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda  $H_{2b}$  hipotezi reddedilmiştir. Her ne kadar daha uzun süre lisanslı spor yapan kalecilerin öz güven puan ortalamaları daha yüksek olsa da, bu fark istatistiksel anlamlılık düzeyine ulaşmamıştır.

$H_{2c}$ : *Lisanslı spor yapma yılına göre kalecilerin cesaret düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.*

Lisanslı spor yapma yılına göre kalecilerin cesaret düzeyleri incelendiğinde, 0-5 yıl arası lisanslı spor yapan kalecilerin (n=29) cesaret puan ortalaması 121.13

(SS=14.61) iken, 6 yıl ve üzeri lisanslı spor yapan kalecilerin (n=22) cesaret puan ortalaması 134.54 (SS=10.33) olarak tespit edilmiştir. İki grup arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $t=-3.66$ ,  $p=.001$ ). Cohen's d değeri -.62 olarak hesaplanmış olup, bu değer orta düzeyde bir etki büyüklüğünü göstermektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda  $H_{2c}$  hipotezi kabul edilmiştir. Bulgular, daha uzun süre lisanslı spor yapan kalecilerin cesaret düzeylerinin anlamlı şekilde daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır.

### 3.3.3. Hipotez 3'e İlişkin Bulgular

Çalışmanın üçüncü hipotezi kapsamında, mücadele edilen lig türüne göre kalecilerin genel kuvvet, öz güven ve cesaret düzeyleri arasındaki farklılıklar incelenmiştir. Bu kapsamda bağımsız örneklem t-testi analizleri gerçekleştirilmiş ve elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 5.** Kalecilerin lig türüne göre genel kuvvet, öz güven ve cesaret düzeylerine ilişkin test sonuçları

| Değişkenler  | Lig Türü          | n  | $\bar{x}$ | SS    | t     | p   | Cohen's d |
|--------------|-------------------|----|-----------|-------|-------|-----|-----------|
| Genel Kuvvet | Amatör            | 40 | -.11      | .83   | -2.06 | .04 | -.70      |
|              | Gelişim ve Elit B | 11 | .43       | .59   |       |     |           |
| Öz güven     | Amatör            | 40 | 4.05      | .47   | -.16  | .86 | -.05      |
|              | Gelişim ve Elit B | 11 | 4.08      | .36   |       |     |           |
| Cesaret      | Amatör            | 40 | 125.02    | 15.02 | -1.82 | .07 | -.62      |
|              | Gelişim ve Elit B | 11 | 133.81    | 10,03 |       |     |           |

$H_{3a}$ : Mücadele edilen lig türüne göre kalecilerin genel kuvvet düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.

Mücadele edilen lig türüne göre kalecilerin genel kuvvet düzeyleri incelendiğinde, Amatör ligde mücadele eden kalecilerin (n=40) genel kuvvet ortalaması -.11 (SS=.83) iken, Gelişim ve Elit B liglerinde mücadele eden kalecilerin (n=11) genel kuvvet ortalaması .43 (SS=.59) olarak saptanmıştır. İki grup arasındaki bu fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $t=-2.06$ ,  $p=.04$ ). Cohen's d değeri -.70 olarak hesaplanmış olup, bu değer orta-yüksek düzeyde bir etki büyüklüğüne işaret etmektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda  $H_{3a}$  hipotezi kabul edilmiştir. Bulgular,

Gelişim ve Elit B liglerinde mücadele eden kalecilerin genel kuvvet düzeylerinin Amatör ligde mücadele eden kalecilere göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğunu göstermektedir.

*H<sub>3b</sub>: Mücadele edilen lig türüne göre kalecilerin öz güven düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.*

Mücadele edilen lig türüne göre kalecilerin öz güven düzeyleri karşılaştırıldığında, Amatör ligde mücadele eden kalecilerin (n=40) öz güven ortalaması 4.05 (SS=.47) iken, Gelişim ve Elit B liglerinde mücadele eden kalecilerin (n=11) öz güven ortalaması 4.08 (SS=.36) olarak belirlenmiştir. İki grup arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $t=-.16$ ,  $p=.86$ ). Cohen's d değeri -.05 olarak hesaplanmış olup, bu değer çok küçük bir etki büyüklüğünü göstermektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda H<sub>3b</sub> hipotezi reddedilmiştir. Gelişim ve Elit B liglerinde mücadele eden kalecilerin öz güven puan ortalamaları ile Amatör ligde mücadele eden kalecilerin puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır.

*H<sub>3c</sub>: Mücadele edilen lig türüne göre kalecilerin cesaret düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.*

Mücadele edilen lig türüne göre kalecilerin cesaret düzeyleri incelendiğinde, Amatör ligde mücadele eden kalecilerin (n=40) cesaret puan ortalaması 125.02 (SS=15.02) iken, Gelişim ve Elit B liglerinde mücadele eden kalecilerin (n=11) cesaret puan ortalaması 133.81 (SS=10.03) olarak tespit edilmiştir. İki grup arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $t=-1.82$ ,  $p=.07$ ). Cohen's d değeri -.62 olarak hesaplanmış olup, bu değer orta düzeyde bir etki büyüklüğünü göstermektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda H<sub>3c</sub> hipotezi reddedilmiştir. Her ne kadar Gelişim ve Elit B liglerinde mücadele eden kalecilerin cesaret puan ortalamaları daha yüksek olsa ve p değeri anlamlılık düzeyine yakın (.07) olsa da, bu fark istatistiksel anlamlılık eşiğinin ( $p<.05$ ) altında kalmıştır.

#### **3.3.4. Hipotez 4'e İlişkin Bulgular**

Çalışmanın dördüncü hipotezi kapsamında, bu sezonki resmi müsabaka sayısına göre (0-9 maç ve 10 maç ve üzeri) kalecilerin genel kuvvet, öz güven ve cesaret düzeyleri arasındaki farklılıklar incelenmiştir. Bu kapsamda bağımsız

örneklem t-testi analizleri gerçekleştirilmiş ve elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 6.** Kalecilerin müsabaka sayısına göre genel kuvvet, öz güven ve cesaret düzeylerine ilişkin test sonuçları

| Değişkenler  | Müsabaka Sayısı | n  | $\bar{x}$ | SS    | t     | p    | Cohen's d |
|--------------|-----------------|----|-----------|-------|-------|------|-----------|
| Genel Kuvvet | 0-9             | 25 | -.10      | .96   | .88   | .38  | -.24      |
|              | 10+             | 26 | .10       | .64   |       |      |           |
| Öz güven     | 0-9             | 25 | 3.88      | .42   | -3.01 | .004 | -.84      |
|              | 10+             | 26 | 4.23      | .40   |       |      |           |
| Cesaret      | 0-9             | 25 | 123.28    | 14.31 | -1.80 | .07  | -.50      |
|              | 10+             | 26 | 130.42    | 14.01 |       |      |           |

*H<sub>4a</sub>: Bu sezonki resmi müsabaka sayısına göre kalecilerin genel kuvvet düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.*

Bu sezonki resmi müsabaka sayısına göre kalecilerin genel kuvvet düzeyleri incelendiğinde, 0-9 arası müsabakaya çıkan kalecilerin (n=25) genel kuvvet ortalaması -.10 (SS=.96) iken, 10 ve üzeri müsabakaya çıkan kalecilerin (n=26) genel kuvvet ortalaması .10 (SS=.64) olarak saptanmıştır. İki grup arasındaki bu fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (t=.88, p=.38). Cohen's d değeri -.24 olarak hesaplanmış olup, bu değer düşük etki büyüklüğüne işaret etmektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda H<sub>4a</sub> hipotezi reddedilmiştir. Daha fazla resmi müsabakaya çıkan kalecilerin genel kuvvet ortalamaları nispeten daha yüksek görünse de bu fark istatistiksel anlamlılık düzeyine ulaşmamıştır.

*H<sub>4b</sub>: Bu sezonki resmi müsabaka sayısına göre kalecilerin öz güven düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.*

Bu sezonki resmi müsabaka sayısına göre kalecilerin öz güven düzeyleri karşılaştırıldığında, 0-9 arası müsabakaya çıkan kalecilerin (n=25) öz güven ortalaması 3.88 (SS=.42) iken, 10 ve üzeri müsabakaya çıkan kalecilerin (n=26) öz güven ortalaması 4.23 (SS=.40) olarak belirlenmiştir. İki grup arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (t=-3.01, p=.004). Cohen's d değeri -.84 olarak hesaplanmış olup, bu değer yüksek etki büyüklüğünü göstermektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda H<sub>4b</sub> hipotezi kabul edilmiştir. Bulgular, daha fazla resmi

müsabaka deneyimine sahip kalecilerin öz güven düzeylerinin anlamlı şekilde daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır.

*H<sub>4c</sub>: Bu sezonki resmi müsabaka sayısına göre kalecilerin cesaret düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.*

Bu sezonki resmi müsabaka sayısına göre kalecilerin cesaret düzeyleri incelendiğinde, 0-9 arası müsabakaya çıkan kalecilerin (n=25) cesaret puan ortalaması 123.28 (SS=14.31) iken, 10 ve üzeri müsabakaya çıkan kalecilerin (n=26) cesaret puan ortalaması 130.42 (SS=14.01) olarak tespit edilmiştir. İki grup arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $t=-1.80$ ,  $p=.07$ ). Cohen's d değeri -.50 olarak hesaplanmış olup, bu değer orta düzeyde bir etki büyüklüğünü göstermektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda  $H_{4c}$  hipotezi reddedilmiştir. Daha fazla müsabaka deneyimine sahip kalecilerin cesaret puan ortalamaları daha yüksek olmasına ve p değerinin anlamlılık sınırına yakın olmasına (.07) rağmen, bu fark istatistiksel anlamlılık eşiğinin ( $p<.05$ ) altında kalmıştır.

### 3.3.5. Hipotez 5'e İlişkin Bulgular

Çalışmanın beşinci hipotezi kapsamında, sezon içerisinde yaralanma yaşama durumuna göre (yaralanma yaşayan ve yaralanma yaşamayan) kalecilerin genel kuvvet, öz güven ve cesaret düzeyleri arasındaki farklılıklar incelenmiştir. Bu kapsamda bağımsız örneklem t-testi analizleri gerçekleştirilmiş ve elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 7.** Kalecilerin yaralanma yaşama durumuna göre genel kuvvet, öz güven ve cesaret düzeylerine ilişkin test sonuçları

| Değişkenler  | Yaralanma Yaşama Durumu | n  | $\bar{x}$ | SS    | t   | p   | Cohen's d |
|--------------|-------------------------|----|-----------|-------|-----|-----|-----------|
| Genel Kuvvet | Evet                    | 21 | .06       | .86   | .46 | .64 | .13       |
|              | Hayır                   | 30 | .04       | .78   |     |     |           |
| Öz güven     | Evet                    | 21 | 4.04      | .53   | .31 | .75 | -.08      |
|              | Hayır                   | 30 | 4.08      | .38   |     |     |           |
| Cesaret      | Evet                    | 21 | 129.33    | 12.24 | .99 | .32 | .28       |
|              | Hayır                   | 30 | 125.23    | 15.83 |     |     |           |

*H<sub>5a</sub>: Sezon içerisinde yaralanma yaşama durumuna göre kalecilerin genel kuvvet düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.*

Sezon içerisinde yaralanma yaşama durumuna göre kalecilerin genel kuvvet düzeyleri incelendiğinde, yaralanma yaşayan kalecilerin (n=21) genel kuvvet ortalaması .06 (SS=.86) iken, yaralanma yaşamayan kalecilerin (n=30) genel kuvvet ortalaması .04 (SS=.78) olarak saptanmıştır. İki grup arasındaki bu fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $t=.46$ ,  $p=.64$ ). Cohen's d değeri .13 olarak hesaplanmış olup, bu değer çok düşük etki büyüklüğüne işaret etmektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda  $H_{5a}$  hipotezi reddedilmiştir. Yaralanma yaşayan ve yaşamayan kaleciler arasında genel kuvvet düzeyi açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.

*H<sub>5b</sub>: Sezon içerisinde yaralanma yaşama durumuna göre kalecilerin öz güven düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.*

Sezon içerisinde yaralanma yaşama durumuna göre kalecilerin öz güven düzeyleri karşılaştırıldığında, yaralanma yaşayan kalecilerin (n=21) öz güven ortalaması 4.04 (SS=.53) iken, yaralanma yaşamayan kalecilerin (n=30) öz güven ortalaması 4.08 (SS=.38) olarak belirlenmiştir. İki grup arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $t=.31$ ,  $p=.75$ ). Cohen's d değeri -.08 olarak hesaplanmış olup, bu değer ihmal edilebilecek düzeyde bir etki büyüklüğünü göstermektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda  $H_{5b}$  hipotezi reddedilmiştir.

*H<sub>5c</sub>: Sezon içerisinde yaralanma yaşama durumuna göre kalecilerin cesaret düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.*

Sezon içerisinde yaralanma yaşama durumuna göre kalecilerin cesaret düzeyleri incelendiğinde, yaralanma yaşayan kalecilerin (n=21) cesaret puan ortalaması 129.33 (SS=12.24) iken, yaralanma yaşamayan kalecilerin (n=30) cesaret puan ortalaması 125.23 (SS=15.83) olarak tespit edilmiştir. İki grup arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $t=.99$ ,  $p=.32$ ). Cohen's d değeri .28 olarak hesaplanmış olup, bu değer düşük düzeyde bir etki büyüklüğünü göstermektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda  $H_{5c}$  hipotezi reddedilmiştir. Bulgular, yaralanma yaşama durumunun kalecilerin öz güven düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmadığını ortaya koymaktadır.

### 3.3.6. Hipotez 6'ya İlişkin Bulgular

Çalışmanın altıncı hipotezi kapsamında, kalecilerin yaşları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile öz güven ve cesaret düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu kapsamda kısmi korelasyon analizi gerçekleştirilmiş ve elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 8.** Genel kuvvetin öz güven ve cesaret ile ilişkisinde yaşın etkisini gösteren kısmi korelasyon analizi

| Yaş Kontrol Edilmediğinde |           | Genel Kuvvet |      | Yaş Kontrol Edildiğinde |          |
|---------------------------|-----------|--------------|------|-------------------------|----------|
| Öz güven                  | Pearson r | .44          | .41  | Pearson r               |          |
|                           | p         | .001         | .003 | p                       | Öz güven |
|                           | n         | 51           | 51   | n                       |          |
| Cesaret                   | Pearson r | .50          | .58  | Pearson r               |          |
|                           | p         | .001         | .001 | p                       | Cesaret  |
|                           | n         | 51           | 51   | n                       |          |

*H<sub>6a</sub>: Kalecilerin yaşları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.*

Kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde, yaş değişkeni kontrol edilmediğinde iki değişken arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ( $r=.44$ ,  $p=.001$ ,  $n=51$ ). Yaş değişkeni kontrol edildiğinde ise, genel kuvvet düzeyi ile öz güven düzeyi arasındaki ilişkinin pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir ( $r=.41$ ,  $p=.003$ ,  $n=51$ ). Bu sonuçlar doğrultusunda  $H_{6a}$  hipotezi kabul edilmiştir. Bulgular, yaş faktöründen bağımsız olarak, kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir.

*H<sub>6b</sub>: Kalecilerin yaşları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.*

Kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde, yaş değişkeni kontrol edilmediğinde iki değişken arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ( $r=.50$ ,  $p=.001$ ,  $n=51$ ). Yaş değişkeni kontrol edildiğinde ise, genel kuvvet düzeyi ile cesaret düzeyi arasındaki ilişkinin güçlendiği ve yine istatistiksel olarak anlamlı

olduğu görülmektedir ( $r=.58$ ,  $p=.001$ ,  $n=51$ ). Bu sonuçlar doğrultusunda  $H_{6b}$  hipotezi kabul edilmiştir. Bulgular, yaş faktöründen bağımsız olarak, kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır.

### 3.3.7. Hipotez 7'ye İlişkin Bulgular

Çalışmanın yedinci hipotezi kapsamında, kalecilerin spor yapma yılları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile öz güven ve cesaret düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu kapsamda kısmi korelasyon analizi gerçekleştirilmiş ve elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 9.** Genel kuvvetin öz güven ve cesaret ile ilişkisinde spor yılının etkisini gösteren kısmi korelasyon analizi

| Spor Yılı Kontrol Edilmediğinde |           | Genel Kuvvet |      | Spor Yılı Kontrol Edildiğinde |          |
|---------------------------------|-----------|--------------|------|-------------------------------|----------|
| Öz güven                        | Pearson r | ,44          | ,40  | Pearson r                     |          |
|                                 | p         | ,001         | ,005 | p                             | Öz güven |
|                                 | n         | 51           | 51   | n                             |          |
| Cesaret                         | Pearson r | ,50          | ,40  | Pearson r                     |          |
|                                 | p         | ,001         | ,001 | p                             | Cesaret  |
|                                 | n         | 51           | 51   | n                             |          |

$H_{7a}$ : Kalecilerin spor yapma yılları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde, spor yapma yılı değişkeni kontrol edilmediğinde iki değişken arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ( $r=.44$ ,  $p=.001$ ,  $n=51$ ). Spor yapma yılı değişkeni kontrol edildiğinde ise, genel kuvvet düzeyi ile öz güven düzeyi arasındaki ilişkinin yine pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir ( $r=.40$ ,  $p=.005$ ,  $n=51$ ). Bu sonuçlar doğrultusunda  $H_{7a}$  hipotezi kabul edilmiştir. Bulgular, spor yapma yılı faktöründen bağımsız olarak, kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir.

$H_{7b}$ : Kalecilerin spor yapma yılları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde, spor yapma yılı değişkeni kontrol edilmediğinde iki değişken arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ( $r=.50$ ,  $p=.001$ ,  $n=51$ ). Spor yapma yılı değişkeni kontrol edildiğinde ise, genel kuvvet düzeyi ile cesaret düzeyi arasındaki ilişkinin yine istatistiksel olarak anlamlı olduğu, ancak ilişki düzeyinin bir miktar azaldığı görülmektedir ( $r=.40$ ,  $p=.001$ ,  $n=51$ ). Bu sonuçlar doğrultusunda  $H_{7b}$  hipotezi kabul edilmiştir. Bulgular, spor yapma yılı faktöründen bağımsız olarak, kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır.

### 3.3.8. Hipotez 8'e İlişkin Bulgular

Çalışmanın sekizinci hipotezi kapsamında, kalecilerin boyları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile öz güven ve cesaret düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu kapsamda kısmi korelasyon analizi gerçekleştirilmiş ve elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 10.** Genel kuvvetin öz güven ve cesaret ile ilişkisinde boyun etkisini gösteren kısmi korelasyon analizi

| Boy Kontrol Edilmediğinde |           | Genel Kuvvet |      | Boy Kontrol Edildiğinde |          |
|---------------------------|-----------|--------------|------|-------------------------|----------|
| Öz güven                  | Pearson r | ,44          | ,45  | Pearson r               |          |
|                           | p         | ,001         | ,001 | p                       | Öz güven |
|                           | n         | 51           | 51   | n                       |          |
| Cesaret                   | Pearson r | ,50          | ,46  | Pearson r               |          |
|                           | p         | ,001         | ,001 | p                       | Cesaret  |
|                           | n         | 51           | 51   | n                       |          |

$H_{8a}$ : Kalecilerin boyları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde, boy değişkeni kontrol edilmediğinde iki değişken arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ( $r=.44$ ,  $p=.001$ ,  $n=51$ ). Boy değişkeni kontrol edildiğinde ise, genel kuvvet düzeyi ile öz güven düzeyi arasındaki ilişkinin küçük bir artışla yine pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir ( $r=.45$ ,  $p=.001$ ,  $n=51$ ).

Bu sonuçlar doğrultusunda  $H_{8a}$  hipotezi kabul edilmiştir. Bulgular, boy faktöründen bağımsız olarak, kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir.

$H_{8b}$ : *Kalecilerin boyları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.*

Kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde, boy değişkeni kontrol edilmediğinde iki değişken arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ( $r=.50$ ,  $p=.001$ ,  $n=51$ ). Boy değişkeni kontrol edildiğinde ise, genel kuvvet düzeyi ile cesaret düzeyi arasındaki ilişkinin yine istatistiksel olarak anlamlı olduğu, ancak ilişki düzeyinin bir miktar azaldığı görülmektedir ( $r=.46$ ,  $p=.001$ ,  $n=51$ ). Bu sonuçlar doğrultusunda  $H_{8b}$  hipotezi kabul edilmiştir. Bulgular, boy faktöründen bağımsız olarak, kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır.

### 3.3.9. Hipotez 9'a İlişkin Bulgular

Çalışmanın dokuzuncu hipotezi kapsamında, kalecilerin kiloları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile öz güven ve cesaret düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu kapsamda kısmi korelasyon analizi gerçekleştirilmiş ve elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 11.** Genel kuvvetin öz güven ve cesaret ile ilişkisinde kilonun etkisini gösteren kısmi korelasyon analizi

| Kilo Kontrol Edilmediğinde |           | Genel Kuvvet |      | Kilo Kontrol Edildiğinde |          |
|----------------------------|-----------|--------------|------|--------------------------|----------|
| Öz güven                   | Pearson r | ,44          | ,40  | Pearson r                |          |
|                            | p         | ,001         | ,005 | p                        | Öz güven |
|                            | n         | 51           | 51   | n                        |          |
| Cesaret                    | Pearson r | ,50          | ,43  | Pearson r                |          |
|                            | p         | ,001         | ,001 | p                        | Cesaret  |
|                            | n         | 51           | 51   | n                        |          |

*H<sub>9a</sub>: Kalecilerin kiloları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.*

Kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde, kilo değişkeni kontrol edilmediğinde iki değişken arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ( $r=.44$ ,  $p=.001$ ,  $n=51$ ). Kilo değişkeni kontrol edildiğinde ise, genel kuvvet düzeyi ile öz güven düzeyi arasındaki ilişkinin yine pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu, ancak ilişki düzeyinin bir miktar azaldığı görülmektedir ( $r=.40$ ,  $p=.005$ ,  $n=51$ ). Bu sonuçlar doğrultusunda  $H_{9a}$  hipotezi kabul edilmiştir. Bulgular, kilo faktöründen bağımsız olarak, kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir.

*H<sub>9b</sub>: Kalecilerin kiloları kontrol altına alındıktan sonra genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.*

Kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde, kilo değişkeni kontrol edilmediğinde iki değişken arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ( $r=.50$ ,  $p=.001$ ,  $n=51$ ). Kilo değişkeni kontrol edildiğinde ise, genel kuvvet düzeyi ile cesaret düzeyi arasındaki ilişkinin yine istatistiksel olarak anlamlı olduğu, ancak ilişki düzeyinin bir miktar azaldığı görülmektedir ( $r=.43$ ,  $p=.001$ ,  $n=51$ ). Bu sonuçlar doğrultusunda  $H_{9b}$  hipotezi kabul edilmiştir. Bulgular, kilo faktöründen bağımsız olarak, kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır.

#### 4. TARTIŞMA

Bu araştırmada, genç futbol kalecilerinin kuvvet ölçümleri ile psikolojik performansları (öz güven ve cesaret) arasındaki ilişkiler incelenmiş ve çeşitli değişkenlere göre farklılıklar analiz edilmiştir. Elde edilen bulgular, güncel literatür ışığında aşağıda tartışılmıştır.

##### *Hipotez 1'e İlişkin Tartışma*

Araştırmanın birinci hipotezi kapsamında elde edilen bulgular, yaşa bağlı olarak kalecilerin fiziksel ve psikolojik özelliklerinde farklılaşmalar olduğunu göstermektedir. Fiziksel parametre olan genel kuvvet değişkeninde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilirken, psikolojik parametreler olan öz güven ve cesaret değişkenlerinde istatistiksel anlamlılık düzeyine ulaşmayan, ancak güçlü etki büyüklüğü değerlerine sahip farklılıklar gözlemlenmiştir.

Dahası; araştırma bulguları, 17-19 yaş grubundaki kalecilerin genel kuvvet düzeyinin, 14-16 yaş grubuna göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu göstermiştir ( $p < 0.05$ ). Bu bulgu, Rebelo vd. (2015) tarafından yapılan ve farklı yaş kategorilerindeki kalecilerin fiziksel özelliklerinin karşılaştırıldığı çalışma sonuçlarıyla paralellik göstermektedir. Söz konusu çalışmada, yaş arttıkça kalecilerin kuvvet parametrelerinde belirgin artışlar olduğu ve bu artışların özellikle ergenlik sonrası dönemde daha belirgin hale geldiği bildirilmiştir.

Öz güven ve cesaret değişkenlerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmasa da, etki büyüklüklerinin güçlü düzeyde olması (sırasıyla  $d = -.52$  ve  $d = -.53$ ) ve  $p$  değerlerinin anlamlılık eşiğine oldukça yakın olması ( $p = .086$  ve  $p = .080$ ), yaşla birlikte bu psikolojik özelliklerde de bir gelişim eğilimi olduğunu düşündürmektedir. Bu bulgular, Kristjánsdóttir vd. (2018)'in çalışmasındaki, yaşla birlikte sporcuların öz güven ve cesaret düzeylerinde artış eğilimi olduğu yönündeki sonuçlarla benzerlik göstermektedir. Ayrıca, White ve Bennie (2015)'nin kalecilerin psikolojik gelişim süreçlerini inceledikleri çalışmada, yaşla birlikte antrenman ve müsabaka deneyiminin artmasının, kalecilerin öz güvenlerini ve cesaretli davranışlarını olumlu yönde etkilediği bildirilmiştir.

Kuvvet değişkenindeki anlamlı farklılıkların aksine, psikolojik değişkenlerde istatistiksel anlamlılığa ulaşılamaması, psikolojik özelliklerin gelişiminin daha

karmaşık ve bireysel faktörlere bağlı olmasıyla açıklanabilir. Nitekim, Balaguer vd. (2022), sporcuların psikolojik özelliklerinin gelişiminde yaştan ziyade, bireysel deneyimler, antrenör-sporcu ilişkisi ve kişilik özelliklerinin daha belirleyici olabileceğini bildirmişlerdir.

### *Hipotez 2'e İlişkin Tartışma*

Araştırmanın ikinci hipotezi kapsamında elde edilen bulgular, lisanslı spor yapma yılına bağlı olarak kalecilerin fiziksel ve psikolojik özelliklerinde farklılaşmalar olduğunu göstermektedir. Fiziksel parametre olan genel kuvvet ve psikolojik parametre olan cesaret değişkenlerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilirken, öz güven değişkeninde istatistiksel anlamlılık düzeyine ulaşmayan, ancak dikkat çekici bir farklılık eğilimi gözlemlenmiştir.

Araştırma bulguları, 6 yıl ve üzeri lisanslı spor yapan kalecilerin genel kuvvet düzeyinin, 0-5 yıl arası lisanslı spor yapanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu göstermiştir. Elde edilen orta-yüksek düzeydeki etki büyüklüğü ( $d=-.70$ ), bu farkın pratik anlamdaki önemini vurgulamaktadır. Bu bulgu, Gil vd. (2007) tarafından yapılan ve farklı deneyim seviyelerindeki kalecilerin fiziksel özelliklerinin karşılaştırıldığı çalışma sonuçlarıyla paralellik göstermektedir. Söz konusu çalışmada, spor deneyimi arttıkça kalecilerin kuvvet parametrelerinde belirgin artışlar olduğu ve bu artışların özellikle uzun süreli sistemli antrenmanların kümülatif etkisiyle açıklanabileceği bildirilmiştir.

Ziv ve Lidor (2011) tarafından yapılan meta-analizde de belirtildiği gibi, kalecilerin pozisyona özgü fiziksel taleplerini karşılayabilmeleri için uzun süreli ve özelleştirilmiş kuvvet antrenmanlarına ihtiyaç duydukları vurgulanmıştır. Araştırmamızda elde edilen bulgular, bu literatür bilgisini destekler niteliktedir ve daha uzun süre lisanslı spor yapan kalecilerin genel kuvvet düzeylerinin daha yüksek olması, uzun vadeli antrenman adaptasyonlarının bir sonucu olarak değerlendirilebilir.

Öz güven değişkeninde, 6 yıl ve üzeri lisanslı spor yapan kalecilerin ortalama puanları, 0-5 yıl arası lisanslı spor yapanlara göre daha yüksek olmakla birlikte, bu fark istatistiksel anlamlılık düzeyine ulaşmamıştır. Cohen's  $d$  değerinin çok küçük olması ( $d=-.05$ ), bu farkın pratik anlamda önemli olmayabileceğini göstermektedir. Bu bulgu, Vealey ve Chase (2008) tarafından öne sürülen, öz güven gelişiminin

yalnızca deneyim süresine değil, deneyimin niteliğine ve diğer psiko-sosyal faktörlere de bağlı olduğu görüşüyle açıklanabilir.

Hays vd. (2009), elit sporcularla yaptıkları çalışmada, öz güven gelişiminde antrenör davranışları, performans başarıları ve takım ikliminin deneyim süresinden daha etkili olabileceğini belirtmişlerdir. Araştırmamızdaki bulgular, bu literatür bilgisiyle uyumlu olarak, kalecilerin öz güven gelişiminde lisanslı spor yapma süresinden ziyade, diğer faktörlerin daha belirleyici olabileceğini düşündürmektedir.

Cesaret değişkeninde ise, 6 yıl ve üzeri lisanslı spor yapan kalecilerin cesaret puan ortalamaları, 0-5 yıl arası lisanslı spor yapanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Orta düzeydeki etki büyüklüğü ( $d=-.62$ ), bu farkın pratik anlamdaki önemini göstermektedir. Bu bulgu, Konter ve Ng (2012) tarafından yapılan ve spor deneyiminin cesaret gelişimine etkisini inceleyen çalışma sonuçlarıyla paralellik göstermektedir. Söz konusu çalışmada, deneyimli sporcuların cesaret düzeylerinin daha yüksek olduğu ve bunun uzun süreli antrenman ve müsabaka deneyimiyle kazanılan risk yönetimi becerileriyle ilişkili olabileceği bildirilmiştir.

Kaleciliğin doğası gereği yüksek risk içeren ve hızlı karar verme gerektiren bir pozisyon olduğu düşünüldüğünde, deneyimli kalecilerin daha yüksek cesaret düzeyine sahip olması beklenen bir sonuçtur. Nitekim, Tekkurşun Demir ve Güvendi (2022) çalışmalarında, spor deneyiminin artmasıyla birlikte sporcuların risk alma ve zorluklarla başa çıkma becerilerinin geliştiğini ve bunun cesaret düzeylerini olumlu yönde etkilediğini belirtmişlerdir.

Genel kuvvet ve cesaret değişkenlerinde anlamlı farklılıklar bulunurken, öz güven değişkeninde istatistiksel anlamlılığa ulaşamaması, öz güven gelişiminin daha karmaşık ve çok boyutlu bir süreç olmasıyla açıklanabilir. Vealey (2001), spor öz güveninin gelişiminde bireysel farklılıklar, antrenör davranışları, başarı deneyimleri ve sosyal destek gibi çeşitli faktörlerin etkileşiminin önemli olduğunu vurgulamıştır. Bu bağlamda, kalecilerin öz güven gelişiminde lisanslı spor yapma süresinden ziyade, bu süre içerisindeki deneyimlerin niteliği ve diğer psiko-sosyal faktörlerin daha belirleyici olabileceği düşünülmektedir.

Sonuç olarak, lisanslı spor yapma yılının kalecilerin genel kuvvet ve cesaret düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu, ancak öz güven düzeyi üzerindeki

etkisinin istatistiksel anlamlılık düzeyine ulaşmadığı görülmektedir. Bu bulgular, kaleci antrenman programlarının planlanmasında deneyim faktörünün dikkate alınması gerektiğini ve özellikle daha az deneyimli kalecilere yönelik kuvvet ve cesaret geliştirici uygulamaların önemini vurgulamaktadır.

### *Hipotez 3'e İlişkin Tartışma*

Araştırmanın üçüncü hipotezi kapsamında elde edilen bulgular, mücadele edilen lig türüne göre kalecilerin fiziksel ve psikolojik özelliklerinde farklılaşmalar olduğunu göstermektedir. Fiziksel parametre olan genel kuvvet değişkeninde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilirken, psikolojik parametreler olan öz güven ve cesaret değişkenlerinde istatistiksel anlamlılık düzeyine ulaşmayan farklılıklar gözlemlenmiştir. Gelişim ve Elit B liglerinde sadece 11 kaleci yer alması, istatistiksel gücü düşürmüş olabilir. Cohen (1988), anlamlılık düzeyine ulaşmak için yeterli örneklem büyüklüğünün kritik olduğunu vurgulamıştır. Bu bağlamda,  $p = .07$  değeri anlamlılığa yakın olsa da, küçük örneklem nedeniyle fark istatistiksel olarak anlamlı hale gelememiş olabileceği değerlendirilmektedir.

Araştırma bulguları, Gelişim ve Elit B liglerinde mücadele eden kalecilerin genel kuvvet düzeyinin, Amatör ligde mücadele edenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu göstermiştir ( $p < 0.05$ ). Bu bulgu, Tienza vd. (2023) tarafından yapılan ve farklı rekabet seviyelerindeki kalecilerin performans göstergelerinin karşılaştırıldığı çalışma sonuçlarıyla paralellik göstermektedir. Söz konusu çalışmada, daha üst düzey liglerde mücadele eden kalecilerin alt liglerdeki meslektaşlarına göre daha yüksek kuvvet parametrelerine sahip oldukları ve bu durumun profesyonel antrenman olanaklarına daha fazla erişim ile ilişkili olduğu bildirilmiştir.

Öz güven değişkeninde iki lig grubu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmamış ve etki büyüklüğü oldukça düşük düzeyde kalmıştır ( $d = -.05$ ). Öz güven, lig seviyesi gibi dışsal faktörlerden ziyade bireyin kendi başarı deneyimleri, öz değerlendirme biçimi ve sosyal destek sistemleriyle şekillenir. Tekkurşun & Güvendi (2022), farklı rekabet seviyelerindeki sporcular arasında öz güven düzeylerinde belirgin farklar olmayabileceğini belirtmiş; bunun nedenini bireysel psikolojik süreçlere bağlamıştır. Benzer şekilde Jowett ve Cockerill (2003), sporcuların öz güven düzeylerinin, antrenörle kurdukları güvene dayalı ilişkilerle

yakından ilişkili olduğunu vurgulamıştır. Bu bağlamda, lig seviyesi değil, ilişki kalitesi belirleyici olabilir.

Cesaret değişkeninde istatistiksel anlamlılık düzeyine ulaşılmamış olsa da, etki büyüklüğünün orta düzeyde olması ( $d = -.62$ ) ve  $p$  değerinin anlamlılık eşiğine oldukça yakın olması ( $p = .07$ ), lig seviyesi yükseldikçe cesaret düzeyinde bir artış eğilimi olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, Konter ve Ng (2012)'nin çalışmasındaki, üst düzey liglerde mücadele eden sporcuların daha yüksek cesaret düzeylerine sahip olma eğiliminde oldukları yönündeki sonuçlarla benzerlik göstermektedir. Espada vd. (2023), cesaret gibi psikolojik parametrelerin gelişimi için özel programlara ihtiyaç olduğunu, fiziksel antrenmanların bu alanda yeterli olmadığını ifade etmiştir. Ayrıca, Hernandez vd. (2023)'nin kalecilerin pozisyonel özelliklerini inceledikleri çalışmada, daha üst düzey liglerde mücadele eden kalecilerin daha fazla risk içeren kararlar alabilme ve yüksek baskı altında performans sergileyebilme kapasitelerinin daha gelişmiş olduğu bildirilmiştir. Bu nedenle, üst ligde mücadele eden kalecilerde cesaretin daha yüksek olması beklenirken, bu farkın istatistiksel olarak anlamlı hale gelmesi için psikolojik destek programlarının varlığı da belirleyici olabilir.

Genel kuvvet değişkenindeki anlamlı farklılıkların aksine, psikolojik değişkenlerde istatistiksel anlamlılığa tam olarak ulaşamaması, psikolojik özelliklerin gelişiminin daha karmaşık ve bireysel faktörlere bağlı olmasıyla açıklanabilir. Üst düzey liglerde mücadele eden kalecilere sağlanan fiziksel gelişim imkanları (profesyonel kondisyon antrenörleri, modern antrenman ekipmanları, bilimsel antrenman metodolojileri vb.) genel kuvvet parametrelerinde belirgin farklılıklar yaratırken, psikolojik gelişim için bu tür dışsal faktörler tek başına yeterli olmayabilir.

Espada vd. (2023), kalecilerin performans göstergelerini analiz ettikleri çalışmada, fiziksel parametrelerin lig seviyesiyle doğrudan ilişkili olduğunu, ancak psikolojik faktörlerin daha çok bireysel özellikler, deneyim ve özel psikolojik hazırlık programlarıyla ilişkili olduğunu vurgulamışlardır. Bu bağlamda, araştırmamızın bulguları literatürdeki bu görüşleri destekler niteliktedir.

Özellikle cesaret değişkeninde gözlemlenen, istatistiksel anlamlılık düzeyine çok yakın sonuç ( $p = .07$ ) ve orta düzeyde etki büyüklüğü ( $d = -.62$ ), örneklem büyüklüğünün artırılması durumunda bu farkın anlamlı düzeye ulaşabileceğini

düşündürmektedir. Nitekim, çalışmamızda Gelişim ve Elit B liglerinde mücadele eden kaleci sayısının (n=11) görece düşük olması, istatistiksel gücü etkilemiş olabilir.

#### *Hipotez 4'e İlişkin Tartışma*

Araştırmanın dördüncü hipotezi kapsamında elde edilen bulgular sonucunda, resmi müsabaka sayısına göre öz güven değişkeninde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilirken, genel kuvvet ve cesaret değişkenlerinde istatistiksel anlamlılık düzeyine ulaşmayan farklılıklar gözlemlenmiştir.

Dahası araştırma bulguları, 10 ve üzeri müsabakaya çıkan kalecilerin öz güven düzeyinin, 0-9 arası müsabakaya çıkan kalecilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu göstermiştir ( $p<0.05$ ). Bu bulgu, Hays vd. (2009) tarafından yapılan ve sporcularda müsabaka deneyiminin öz güven düzeyine etkisinin incelendiği çalışma sonuçlarıyla paralellik göstermektedir. Söz konusu çalışmada, daha fazla müsabaka deneyimine sahip sporcuların öz güven düzeylerinin belirgin şekilde daha yüksek olduğu ve bu durumun özellikle gerçek müsabaka ortamında kazanılan deneyimin öz güven gelişimine olan katkısıyla ilişkili olduğu bildirilmiştir.

Genel kuvvet değişkeninde resmi müsabaka sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmamış ve etki büyüklüğü düşük düzeyde kalmıştır ( $d = -.24$ ). Bu bulgu, fiziksel kapasitelerin gelişiminin müsabaka sayısından ziyade, düzenli ve sistematik antrenman programlarıyla daha yakından ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Tienza vd. (2023), kalecilerin kuvvet parametrelerinin gelişiminde müsabaka deneyiminden ziyade, özelleştirilmiş kuvvet antrenmanlarının daha etkili olduğunu vurgulamışlardır.

Cesaret değişkeninde istatistiksel anlamlılık düzeyine ulaşılmamış olsa da, etki büyüklüğünün orta düzeyde olması ( $d = -.50$ ) ve p değerinin anlamlılık eşiğine oldukça yakın olması ( $p = .07$ ), örneklem büyüklüğünün artırılması durumunda bu farkın anlamlı düzeye ulaşabileceğini düşündürmektedir. Bu bulgular, Konter (2013)'in çalışmasındaki, müsabaka deneyimi arttıkça sporcuların cesaret düzeylerinde artış eğilimi olduğu yönündeki sonuçlarla benzerlik göstermektedir. Ayrıca, Tekkurşun Demir ve Güvendi (2022)'nin engelli sporcularla yaptıkları çalışmada, müsabaka deneyiminin artmasıyla birlikte sporcuların risk alma ve zorlukla başa çıkma becerilerinin geliştiği ve bunun cesaret düzeylerini olumlu

yönde etkilediği bildirilmiştir. Özetle, müsabaka deneyimi arttıkça cesaret düzeyinde bir artış eğilimi olduğunu görülmüş fakat bu artış istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.

Resmi müsabaka sayısı ile öz güven düzeyi arasındaki ilişkinin gücü ( $d = -.84$ ), kalecilerin performans gelişiminde gerçek müsabaka deneyiminin kritik önemini vurgulamaktadır. Özellikle genç kalecilerin gelişim sürecinde, antrenman ortamında kazanılan becerilerin gerçek müsabaka ortamına aktarılmasına imkan sağlayan deneyimlerin, öz güven gelişimi açısından son derece değerli olduğu anlaşılmaktadır. White ve Bennie (2015), kalecilerin psikolojik gelişiminde müsabaka deneyiminin rolünü inceledikleri çalışmada, gerçek müsabaka ortamında karşılaşılan zorlukların ve bu zorluklarla başa çıkma deneyimlerinin, kalecilerin öz güven gelişimine önemli katkılar sağladığını belirtmişlerdir.

#### *Hipotez 5'e İlişkin Tartışma*

Araştırmanın beşinci hipotezi kapsamında elde edilen bulgular, sezon içerisinde yaralanma yaşama durumuna göre kalecilerin fiziksel ve psikolojik özelliklerinde anlamlı farklılaşmalar olmadığını göstermektedir.

Araştırma bulguları, yaralanma yaşayan kalecilerin genel kuvvet düzeyi ortalaması ile yaralanma yaşamayan kalecilerin genel kuvvet düzeyi ortalaması arasında anlamlı bir fark olmadığını göstermiştir ( $p > .05$ ). Bu bulgu, Drawer ve Fuller (2002) tarafından yapılan ve yaralanma sonrası rehabilitasyon sürecinin futbolcuların fiziksel kapasiteleri üzerindeki etkisini inceleyen çalışma sonuçlarıyla kısmen çelişmektedir. Söz konusu çalışmada, yaralanma yaşayan futbolcuların, özellikle uzun süreli yaralanmalarda, fiziksel kapasitelerinde belirli bir düşüş yaşadığı bildirilmiştir.

Çalışmamızda yaralanma yaşayan ve yaşamayan kaleciler arasında genel kuvvet düzeyi açısından anlamlı bir fark bulunmamasının birkaç olası nedeni olabilir. Modern rehabilitasyon protokollerinin etkinliği ve kalecilere sunulan profesyonel destek hizmetleri, yaralanma sonrası fiziksel kapasitedeki olası kayıpların minimize edilmesine katkı sağlamış olabilir. Tienza vd. (2023), günümüzde kalecilere özel geliştirilen rehabilitasyon programlarının, yaralanma öncesi performans düzeyine dönüşü hızlandığını vurgulamışlardır.

Öz güven değişkeni incelendiğinde, yaralanma yaşayan kalecilerin öz güven ortalaması ile yaralanma yaşamayan kalecilerin öz güven ortalaması arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p>.05$ ). Benzer şekilde, cesaret değişkeninde de yaralanma yaşayan kalecilerin ve yaralanma yaşamayan kalecilerin puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ( $p>.05$ ).

Bu bulgular, Evans vd. (2012) tarafından yapılan ve yaralanma psikolojisini inceleyen çalışma sonuçlarıyla kısmen farklılık göstermektedir. Söz konusu çalışmada, yaralanmaya yaşayan sporcuların, özellikle yaralanma sonrası erken dönemde, öz güven düzeylerinde düşüş ve gelecekteki yaralanmalardan kaygı duyma eğiliminde oldukları bildirilmiştir. Ancak, Podlog ve Eklund (2007), sporcularda yaralanma sonrası psikolojik uyum sürecinin bireysel farklılıklar gösterdiğini ve bazı sporcuların yaralanma deneyimini kişisel gelişim için bir fırsat olarak değerlendirerek psikolojik dayanıklılıklarını artırabildiklerini vurgulamışlardır.

Çalışmamızda, yaralanma yaşayan kalecilerin cesaret puanlarının, yaralanma yaşamayanlara göre istatistiksel olarak anlamlı olmasa da nispeten daha yüksek olması, Podlog ve Eklund'un (2007) bu görüşünü destekler niteliktedir. Yaralanma deneyimi, bazı kalecilerde risk alma davranışlarını azaltmak yerine, risk yönetimi ve yaralanmayla başa çıkma becerileri geliştirerek cesaret düzeylerinin artmasına katkı sağlamış olabilir.

Tekkurşun Demir ve Güvendi (2022), engelli sporcularla yaptıkları çalışmada, fiziksel zorlukları aşma deneyiminin, sporcuların psikolojik dayanıklılığını ve cesaret düzeylerini olumlu yönde etkileyebileceğini belirtmişlerdir. Bu bağlamda, yaralanma yaşayan kalecilerin, bu zorluğu aşma sürecinde geliştirdikleri psikolojik beceriler, öz güven ve cesaret düzeylerinin korunmasına veya hatta artmasına katkı sağlamış olabilir.

Ayrıca, yaralanma yaşayan ve yaşamayan kaleciler arasında psikolojik değişkenler açısından anlamlı farkların bulunmaması, Arvinen vd. (2014) tarafından vurgulanan, modern spor ortamında yaralanmaların sadece fiziksel değil, psikolojik boyutlarının da dikkate alınarak yönetildiği görüşüyle açıklanabilir. Günümüzde spor kulüplerinde yaygınlaşan spor psikoloğu desteği ve psikolojik rehabilitasyon programları, yaralanma yaşayan sporcuların psikolojik iyileşme süreçlerine önemli katkılar sağlamaktadır.

### *Hipotez 6'ya İlişkin Tartışma*

Araştırmanın altıncı hipotezi kapsamında elde edilen bulgular, kalecilerin fiziksel ve psikolojik özellikleri arasındaki ilişkileri yaş faktörünü kontrol ederek incelemiştir.

Araştırma bulguları, kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir ( $r=.44$ ,  $p=.001$ ). Yaş değişkeni kontrol edildiğinde de bu ilişkinin anlamlılığını koruduğu ( $r=.41$ ,  $p=.003$ ) tespit edilmiştir. Bu bulgu, Feltz vd. (2008) tarafından ortaya konan, fiziksel yeterlilik algısı ile öz güven arasındaki pozitif ilişkiyi vurgulayan çalışma sonuçlarıyla paralellik göstermektedir. Söz konusu çalışmada, sporcuların kendi fiziksel kapasitelerine ilişkin olumlu algılarının, öz güven düzeylerini güçlendirdiği bildirilmiştir.

Benzer şekilde, kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasında da pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır ( $r=.50$ ,  $p=.001$ ). Yaş değişkeni kontrol edildiğinde bu ilişkinin daha da güçlendiği görülmektedir ( $r=.58$ ,  $p=.001$ ). Bu bulgu, Konter (2013) tarafından yapılan ve cesaret düzeyinin fiziksel yeterlilik algısıyla ilişkisini inceleyen çalışma sonuçlarıyla uyumludur. Konter, sporcuların fiziksel kapasitelerine güvendiklerinde, daha cesaretli davranışlar sergileme eğiliminde olduklarını belirtmiştir.

Genel kuvvet düzeyi ile öz güven arasındaki ilişkinin, yaş faktörü kontrol edildiğinde hafifçe azalması, Bandura'nın (1997) öz-yeterlik teorisine göre, fiziksel gelişimle birlikte artan başarı deneyimleri, öz güven gelişimine katkı sağlamaktadır. Araştırmamızda yaş faktörü kontrol edildiğinde ilişkinin gücündeki azalma, bu teorik çerçeveye uyumludur.

Kalecilerde genel kuvvet düzeyi ile öz güven ve cesaret düzeyleri arasındaki bu anlamlı ilişkiler, Hernandez vd. (2023) tarafından vurgulanan, kalecilerde fiziksel ve psikolojik faktörlerin birbirini tamamlayıcı rolüne işaret etmektedir. Araştırmacılar, kalecilerin optimum performans gösterebilmeleri için hem fiziksel hem de psikolojik açıdan hazır olmaları gerektiğini belirtmişlerdir.

Bu ilişkilerin varlığı birkaç şekilde açıklanabilir. İlk olarak, yüksek kuvvet düzeyine sahip kaleciler, fiziksel kapasitelerine daha fazla güvenerek daha yüksek öz güven geliştirebilirler. İkincisi, kuvvet antrenmanları sırasında deneyimlenen

zorlukları aşma süreci, kalecilerin öz-yeterlik inançlarını güçlendirerek öz güven gelişimine katkı sağlayabilir. Üçüncüsü, fiziksel olarak güçlü kaleciler, daha agresif çıkışlar yapma, havada topa hücum etme veya risk içeren durumlarda müdahale etme konusunda daha cesaretli davranışlar sergileyebilirler.

Araştırmamızda elde edilen ilişkilerin yaş faktöründen bağımsız olması, bu ilişkilerin gelişimsel bir süreçten ziyade, kaleciliğin doğasında var olan bir dinamiği yansıttığını düşündürmektedir. Tienza vd. (2023), kalecilerin performans göstergelerini inceledikleri çalışmada, fiziksel ve psikolojik faktörlerin birbirini besleyen bir döngü içinde olduğunu ve bu entegrasyonun yaştan bağımsız olarak kaleci performansının temel belirleyicilerinden biri olduğunu vurgulamışlardır.

Kaleciliğin yüksek baskı altında, anlık kararlar vermeyi gerektiren ve hata toleransı düşük bir pozisyon olduğu düşünüldüğünde, fiziksel ve psikolojik faktörlerin entegrasyonu daha da önem kazanmaktadır. Espada vd. (2023), kalecilerin kritik anlarda doğru kararlar verebilmeleri için hem fiziksel kapasitelerinin hem de psikolojik dayanıklılıklarının yüksek olması gerektiğini belirtmişlerdir.

Genel kuvvet düzeyinin hem öz güven hem de cesaret düzeyleriyle anlamlı ilişkiler göstermesi, kaleci antrenmanlarında fiziksel ve psikolojik faktörlerin bütüncül bir yaklaşımla ele alınmasının önemini vurgulamaktadır. Martín Barrero (2023), kaleci antrenmanlarında geleneksel yöntemlerden aktif metodolojilere geçişin, kalecilerin fiziksel ve psikolojik gelişimlerini entegre eden bir yaklaşım sunduğunu ve bu entegrasyonun performans üzerinde olumlu etkiler yarattığını belirtmiştir.

#### *Hipotez 7'ye İlişkin Tartışma*

Araştırmanın yedinci hipotezi kapsamında elde edilen bulgular, kalecilerin fiziksel ve psikolojik özellikleri arasındaki ilişkileri spor yapma yılı faktörünü kontrol ederek incelemiştir. Genel kuvvet düzeyi ile hem öz güven hem de cesaret değişkenleri arasında pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Bu ilişkiler, spor yapma yılı faktörü kontrol edildiğinde de anlamlılığını korumakla birlikte, ilişki düzeylerinde bir miktar azalma gözlemlenmiştir.

Bu bulgu, Vealey ve Chase (2008) tarafından ortaya konan, fiziksel performans ile öz güven arasındaki pozitif ilişkiyi vurgulayan çalışma sonuçlarıyla

paralellik göstermektedir. Söz konusu çalışmada, sporcuların fiziksel kapasitelerinin, öz güven gelişiminde önemli bir faktör olduğu, ancak bu ilişkide deneyim faktörünün de aracı rol oynadığı bildirilmiştir.

Benzer şekilde, kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasında da pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır ( $r=.50$ ,  $p=.001$ ). Spor yapma yılı değişkeni kontrol edildiğinde ise bu ilişkinin yine anlamlılığını koruduğu, ancak ilişki gücünün düzeyini değiştirmeden azaldığı ( $r=.40$ ,  $p=.001$ ) görülmektedir. Bu bulgu, Konter ve Ng (2012) tarafından yapılan ve sporcuların fiziksel kapasiteleri ile risk alma davranışları arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışma sonuçlarıyla uyumludur. Araştırmacılar, sporcuların fiziksel yeterliliklerinin risk alma ve cesaret davranışları üzerinde etkili olduğunu, ancak bu ilişkide spor deneyiminin de önemli bir rol oynadığını belirtmişlerdir.

Genel kuvvet düzeyi ile hem öz güven hem de cesaret arasındaki ilişkilerin, spor yapma yılı kontrol edildiğinde nispeten azalması, bu ilişkilerde spor deneyiminin kısmi bir rolü olduğunu düşündürmektedir. Bu durum, Tekkurşun Demir ve Güvendi (2022)'nin çalışmasında vurgulanan, spor deneyiminin psikolojik faktörlerin gelişimindeki rolüyle açıklanabilir. Araştırmacılar, spor yapma süresinin artmasıyla birlikte, sporcuların fiziksel kapasitelerini daha etkin kullanmayı öğrendiklerini ve bu sayede öz güven ve cesaret düzeylerinin de geliştiğini belirtmişlerdir.

Genel kuvvet düzeyi ile öz güven arasındaki ilişkinin ( $r=.44$ 'ten  $r=.40$ 'a) ve genel kuvvet düzeyi ile cesaret arasındaki ilişkinin ( $r=.50$ 'den  $r=.40$ 'a) spor yapma yılı kontrol edildiğinde azalması, spor deneyiminin bu ilişkilerde önemli bir faktör olduğunu göstermektedir. Bandura'nın (1997) öz-yeterlik teorisine göre, başarılı deneyimler ve yeterlilik algısı, öz güven gelişiminin temel kaynaklarıdır. Uzun süreli spor deneyimi, kalecilerin fiziksel kapasitelerini farklı durumlarda test etmelerine ve bu sayede öz-yeterlik inançlarını güçlendirmelerine olanak sağlamaktadır.

Tienza vd. (2023), kalecilerin performans göstergelerini inceledikleri çalışmada, spor deneyiminin artmasıyla birlikte, kalecilerin fiziksel kapasitelerini daha bilinçli ve etkili kullanmayı öğrendiklerini ve bu durumun psikolojik performanslarını da olumlu yönde etkilediğini vurgulamışlardır. Bu bağlamda, araştırmamızda elde edilen bulgular, literatürdeki bu görüşleri destekler niteliktedir.

Spor yapma yılı faktörü kontrol edildiğinde ilişki düzeylerinde gözlemlenen azalmaya rağmen, ilişkilerin hala anlamlı düzeyde olması, genel kuvvet düzeyi ile öz güven ve cesaret düzeyleri arasında, spor deneyiminden bağımsız bir temel ilişkinin var olduğunu göstermektedir. Bu durum, Hernandez vd. (2023)'nın kalecilerin fiziksel ve psikolojik özellikleri arasındaki etkileşimi vurguladıkları çalışma sonuçlarıyla uyumludur. Araştırmacılar, kalecilerin fiziksel kapasitelerinin, öz güven ve risk alma davranışları için temel bir zemin oluşturduğunu, ancak bu ilişkinin spor deneyimi arttıkça daha da güçlendiğini belirtmişlerdir.

Kaleciliğin doğası gereği hem fiziksel hem de psikolojik dayanıklılık gerektiren bir pozisyon olduğu düşünüldüğünde, genel kuvvet düzeyi ile öz güven ve cesaret düzeyleri arasındaki bu anlamlı ilişkiler beklenen bir sonuçtur.

Spor yapma yılı faktörünün bu ilişkilerdeki rolü, kaleci gelişim programlarının planlanmasında dikkate alınması gereken önemli bir bulgudur. Kalecilerin fiziksel kapasitelerini geliştirmeye yönelik antrenmanların, öz güven ve cesaret düzeylerini de olumlu yönde etkileyebileceği, ancak bu etkinin spor deneyimi arttıkça daha belirgin hale gelebileceği düşünülmektedir.

#### *Hipotez 8'e İlişkin Tartışma*

Araştırmanın sekizinci hipotezi kapsamında elde edilen bulgular, kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile öz güven ve cesaret düzeyleri arasında boy faktörünün etkisinden bağımsız olarak anlamlı ilişkiler olduğunu göstermektedir. Bu bulgular, kalecilerin fiziksel ve psikolojik özellikleri arasındaki önemli etkileşimlerin, antropometrik özelliklerden bağımsız olarak var olduğuna işaret etmektedir.

Genel kuvvet düzeyinin, öz güvene kıyasla cesaret düzeyi ile daha güçlü bir ilişki göstermesi dikkat çekicidir. Bu durum, önceki hipotezlerde (Hipotez 6 ve 7) elde edilen bulgularla tutarlılık göstermekte ve kalecilerin cesaret düzeylerinin gelişiminde fiziksel kapasitenin özellikle önemli bir rol oynadığını desteklemektedir. Ayrıca, sporcuların fiziksel yeterliliklerinin psikolojik özellikleri üzerinde doğrudan etkili olabileceğini ortaya koymaktadır. Nitekim Bandura (1997), bireylerin fiziksel yeterlilik algılarının öz yeterlik inançlarını şekillendirdiğini ve bu inançların davranışsal cesaret üzerinde belirleyici rol oynadığını vurgulamaktadır.

Genel kuvvet düzeyinin, öz güvene kıyasla cesaret düzeyi ile daha güçlü bir ilişki göstermesi dikkat çekicidir. Bu bulgu, Sheard ve Golby'nin (2006) zihinsel

dayanıklılık ile fiziksel kapasite arasındaki bağlantıyı ele alan çalışmalarında da benzer şekilde ortaya konmuştur. Özellikle kalecilik gibi yüksek risk ve baskı içeren pozisyonlarda, fiziksel olarak güçlü hissetmenin karar alma süreçlerinde daha cesur davranışları tetiklediği görülmektedir (Jones vd., 2002). Boy faktörü kontrol edildiğinde dahi, kalecilerin fiziksel olarak kendilerini güçlü hissetmeleri, daha cesaretli davranışlar sergilemelerine belirgin şekilde katkı sağlamaktadır. Bu durum, Nicholls ve Polman'ın (2007) stresle başa çıkma stratejileri üzerine yaptığı çalışmalarda da desteklenmektedir; fiziksel yeterlilik, sporcuların stresli durumlarda daha etkili başa çıkma mekanizmaları geliştirmelerine yardımcı olmaktadır. Putera vd. (2023) çalışması da bu görüşü destekler niteliktedir; üniversite öğrencileri arasında yapılan araştırmada boy uzunluğunun öz güven üzerinde %8,1 oranında anlamlı bir etkisi olduğu bulunmuştur. Ancak bu etki sınırlı düzeydedir ve öz güvenin %91,9'u başka değişkenler tarafından açıklanmaktadır.

Öte yandan, bazı araştırmalar boy uzunluğunun öz güven üzerinde belirleyici bir rol oynamadığını savunmaktadır. Örneğin, Acun ve Güzel'in (2021) iki boyutlu benlik saygısı üzerine yaptığı çalışmada, bireyin öz güven düzeyinin daha çok içsel faktörler -koşulsuz kendini kabul, içsel motivasyon ve benlik kurgusu- tarafından belirlendiği ortaya konmuştur. Bu çalışmada fiziksel özellikler yerine psikososyal yapıların öz güven üzerindeki etkisi ön plana çıkmaktadır. Benzer şekilde, Wahyuni vd. (2016) çalışmasında da fiziksel özellikler ile öz güven arasında doğrudan bir ilişki kurulmamış; bunun yerine bireyin beden algısı ve sosyal çevresi gibi faktörlerin daha etkili olduğu vurgulanmıştır. Bu bulgular, öz güvenin çok boyutlu bir yapı olduğunu ve yalnızca fiziksel avantajlarla açıklanamayacağını göstermektedir. Bu çelişen bulgular, kalecilik gibi fiziksel ve psikolojik becerilerin iç içe geçtiği pozisyonlarda, bireysel farklılıkların dikkate alınması gerektiğini ortaya koymaktadır. Fiziksel kapasitenin öz güveni destekleyebileceği durumlar olsa da, bu etki her bireyde aynı düzeyde görülmeyebilir. Eğitimsel müdahalelerde, sadece fiziksel gelişime değil, aynı zamanda psikolojik destek mekanizmalarına da odaklanmak, daha bütüncül bir gelişim sağlayabilir.

Tüm bu bulgular, farklı boy özelliklerine sahip kalecilerin fiziksel kapasitelerinin geliştirilmesinin, psikolojik özelliklerinin de olumlu yönde desteklenmesine önemli katkılar sağlayabileceğini göstermektedir. Özellikle boy

dezavantajı yaşıyan kalecilerin kuvvet gelişiminin desteklenmesi, psikolojik özelliklerin de güçlendirilmesinde etkili bir strateji olabilir.

#### *Hipotez 9'a İlişkin Tartışma*

Araştırmanın dokuzuncu hipotezi kapsamında elde edilen bulgular, kalecilerin fiziksel ve psikolojik özellikleri arasındaki ilişkileri kilo faktörünü kontrol ederek incelemiştir. Genel kuvvet düzeyi ile hem öz güven hem de cesaret değişkenleri arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Bu ilişkiler, kilo faktörü kontrol edildiğinde de anlamlılığını korumakla birlikte, ilişki düzeylerinde bir miktar azalma gözlemlenmiştir.

Araştırma bulguları, kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile öz güven düzeyleri arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir ( $r=.44$ ,  $p=.001$ ). Kilo değişkeni kontrol edildiğinde de bu ilişkinin anlamlılığını koruduğu, ancak ilişki düzeyinin bir miktar azaldığı ( $r=.40$ ,  $p=.005$ ) tespit edilmiştir. Bu bulgu, Ziv ve Lidor (2011) tarafından yapılan ve kalecilerin antropometrik özellikleri ile performans faktörleri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışma sonuçlarıyla paralellik göstermektedir. Söz konusu çalışmada, kalecilerin vücut yapısının performans algıları üzerinde etkili olduğu, ancak öz güven gibi psikolojik faktörlerin gelişiminde diğer değişkenlerin de rol oynadığı belirtilmiştir.

Benzer şekilde, kalecilerin genel kuvvet düzeyleri ile cesaret düzeyleri arasında da pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır ( $r=.50$ ,  $p=.001$ ). Kilo değişkeni kontrol edildiğinde ise bu ilişkinin yine anlamlılığını koruduğu, ancak ilişki düzeyinin bir miktar azaldığı ( $r=.43$ ,  $p=.001$ ) görülmektedir. Bu bulgu, Di Salvo vd. (2008) tarafından yapılan ve kalecilerin fiziksel özellikleri ile maç içi davranışları arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışma sonuçlarıyla uyumludur. Araştırmacılar, kalecilerin fiziksel yapıları ile risk alma davranışları arasında bir ilişki olduğunu, ancak bu ilişkide teknik becerilerin ve pozisyonel deneyimin de önemli rol oynadığını vurgulamışlardır.

Genel kuvvet düzeyi ile hem öz güven hem de cesaret arasındaki ilişkilerin, kilo kontrol edildiğinde azalması, bu ilişkilerde vücut yapısının kısmi bir aracılık rolü olduğunu düşündürmektedir. Bu durum, Hernandez vd. (2023) tarafından vurgulanan, kalecilerde antropometrik özelliklerin psikolojik faktörler üzerindeki

etkisiyle açıklanabilir. Araştırmacılar, kalecilerin fiziksel yapılarının, pozisyona özgü davranışları ve risk alma eğilimlerini etkileyebileceğini belirtmişlerdir.

Genel kuvvet düzeyi ile öz güven arasındaki ilişkinin ( $r=.44$ 'ten  $r=.40$ 'a) ve genel kuvvet düzeyi ile cesaret arasındaki ilişkinin ( $r=.50$ 'den  $r=.43$ 'e) kilo kontrol edildiğinde azalması, vücut yapısının bu ilişkilerde belirli bir role sahip olduğunu göstermektedir. Rebelo vd. (2015), kalecilerde vücut büyüklüğü ve kuvvet arasındaki ilişkiyi vurgulamış ve bu fiziksel avantajın, öz güven ve risk alma davranışları üzerinde dolaylı etkileri olabileceğini belirtmişlerdir.

Tienza vd. (2023), kalecilerin performans göstergelerini inceledikleri çalışmada, antropometrik özelliklerin kaleci seçiminde ve gelişiminde önemli faktörler olduğunu, ancak teknik beceriler ve psikolojik faktörlerin de kaleci performansında belirleyici rol oynadığını vurgulamışlardır. Bu bağlamda, araştırmamızda elde edilen bulgular, literatürdeki bu görüşleri destekler niteliktedir.

Kilo faktörü kontrol edildiğinde ilişki düzeylerinde gözlemlenen azalmaya rağmen, ilişkilerin hala anlamlı düzeyde olması, genel kuvvet düzeyi ile öz güven ve cesaret düzeyleri arasında, vücut yapısından bağımsız bir temel ilişkinin var olduğunu göstermektedir. Bu durum, Espada vd. (2023)'nın kalecilerin fiziksel ve psikolojik özellikleri arasındaki karmaşık etkileşimi vurguladıkları çalışma sonuçlarıyla uyumludur. Araştırmacılar, kalecilerin performansının tek bir faktöre bağlı olmadığını, fiziksel, teknik ve psikolojik faktörlerin bütüncül bir şekilde ele alınması gerektiğini belirtmişlerdir.

Kaleciliğin hem fiziksel hem de psikolojik yeterlilik gerektiren bir pozisyon olduğu düşünüldüğünde, genel kuvvet düzeyi ile öz güven ve cesaret düzeyleri arasındaki bu anlamlı ilişkiler beklenen bir sonuçtur. Martín Barrero (2023), kalecilerin fiziksel özelliklerinin performans algıları üzerindeki etkisini vurgulamış, ancak kaleci antrenmanlarında bütüncül bir yaklaşımın benimsenmesi gerektiğini belirtmiştir.

Kilo faktörünün bu ilişkilerdeki rolü, kaleci seçimi ve gelişim programlarının planlanmasında dikkate alınması gereken önemli bir bulgudur. Kalecilerin fiziksel yapıları, teknik becerilerin uygulanmasında ve psikolojik faktörlerin gelişiminde belirli bir rol oynamakla birlikte, bu ilişkilerin kilo faktöründen bağımsız olarak da

anlamalı düzeyde olması, kaleci gelişiminde fiziksel faktörlerin yanı sıra teknik ve psikolojik faktörlerin de önemli olduğunu göstermektedir.



## 5. SONUÇ VE ÖNERİLER

### 5.1. Sonuç

Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda, genç futbol kalecilerinin fiziksel ve psikolojik özelliklerinin birbiriyle ilişkili olduğu ve bu özelliklerin çeşitli faktörlerden etkilendiği sonucuna ulaşılmıştır.

Fiziksel gelişim açısından, yaş, lisanslı spor yapma yılı ve mücadele edilen lig türünün kalecilerin genel kuvvet düzeyleri üzerinde belirleyici faktörler olduğu görülmüştür. Özellikle yaşın ilerlemesi ve spor deneyiminin artmasıyla birlikte, kalecilerin genel kuvvet düzeylerinde belirgin artışlar olduğu tespit edilmiştir. Kalecilerin mücadele ettikleri lig düzeyinin yükselmesiyle birlikte genel kuvvet ve cesaret düzeylerinin anlamlı şekilde artması, üst liglerde oynayan kalecilerin hem fiziksel hem de psikolojik olarak daha gelişmiş özellikler sergilediklerine işaret etmektedir. Bu durumun, üst liglerdeki rekabet düzeyinin daha yüksek olması, beklentilerin ve performans taleplerinin artması ve daha profesyonel antrenman imkanlarına sahip olunması gibi faktörlerle ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Psikolojik gelişim açısından ise, özellikle müsabaka deneyiminin kalecilerin öz güven düzeylerinin gelişiminde kritik öneme sahip olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, lisanslı spor yapma yılının artmasıyla birlikte kalecilerin cesaret düzeylerinin de anlamlı şekilde yükseldiği görülmüştür.

Fiziksel ve psikolojik faktörler arasındaki ilişkiler incelendiğinde, kalecilerin genel kuvvet düzeylerinin hem öz güven hem de cesaret düzeyleri ile pozitif yönde, orta düzeyde anlamlı ilişkiler gösterdiği tespit edilmiştir. Kısmi korelasyon analizleri, demografik ve antropometrik değişkenler (yaş, spor yılı, boy ve kilo) kontrol değişkenleri olarak istatistiksel modele dahil edildiğinde dahi, genel kuvvet ile öz güven ve cesaret yapıları arasındaki ilişkinin gücünde anlamlı bir farklılaşma olmadığını ortaya koymuştur. Bu bulgu, kuvvet parametreleri ile psikolojik değişkenler arasındaki ilişkinin, demografik faktörlerden kısmen etkilenmekle birlikte, bu faktörlerden bağımsız olarak da varlığını sürdürdüğünü ortaya koymaktadır.

Bu sonuçlar, genç futbol kalecilerinin performanslarının geliştirilmesinde fiziksel ve psikolojik faktörlerin bütünleşik olarak ele alınması gerektiğini ortaya

koymaktadır. Fiziksel kapasitedeki gelişimin psikolojik parametreleri de olumlu yönde etkilediği göz önüne alındığında, kaleci antrenman programlarının bu etkileşimi dikkate alacak şekilde planlanması önem taşımaktadır.

## **5.2. Öneriler**

### **5.2.1. Araştırma Bulgularına Yönelik Öneriler**

Farklı yaş gruplarındaki kalecilerin fiziksel ve psikolojik özelliklerindeki farklılıklar dikkate alınarak, yaşa özgü antrenman programları geliştirilmelidir. Özellikle 14-16 yaş grubundaki kalecilerin genel kuvvet düzeylerini geliştirmeye yönelik programlar tasarlanabilir.

Spor deneyimi daha az olan kalecilerin fiziksel ve psikolojik gelişimlerini hızlandırmak için, deneyimli kalecilerle etkileşimlerini artıracak mentor-mentee programları ve ortak antrenman seansları düzenlenebilir. Bu tür programlar, deneyimli kalecilerin bilgi ve tecrübelerinin genç kalecilere aktarılmasını sağlayarak, gelişim sürecini hızlandırabilir.

Kalecilerin öz güven düzeylerinin gelişiminde kritik öneme sahip olan müsabaka deneyimini artırmak için, özellikle genç kalecilere yönelik özel kaleci turnuvaları, hazırlık maçları ve rekabetçi antrenman ortamları oluşturulabilir. Araştırma bulguları, müsabaka deneyiminin öz güven üzerindeki güçlü etkisini gösterdiğinden, kalecilerin gelişim programlarında gerçek müsabaka ortamlarının simüle edilmesi veya müsabaka deneyimlerinin artırılması önemlidir.

Kalecilerin fiziksel ve psikolojik özelliklerinin birbiriyle ilişkili olduğu dikkate alınarak, kuvvet antrenmanları ile psikolojik beceri geliştirme programları entegre edilmelidir. Örneğin, kuvvet antrenmanları sırasında hedef belirleme, görselleştirme ve pozitif içsel konuşma gibi teknikler kullanılabilir. Ayrıca, fiziksel antrenmanlar sırasında karar verme becerilerini geliştirmeye yönelik simülasyonlar ve oyun senaryoları dahil edilebilir.

Antropometrik özelliklerin (boy, kilo) fiziksel ve psikolojik faktörler arasındaki ilişkilerde kısmi rol oynadığı göz önünde bulundurularak, farklı fiziksel yapıları sahip kaleciler için bireyselleştirilmiş antrenman programları tasarlanabilir.

Farklı lig seviyelerindeki kalecilerin fiziksel ve psikolojik ihtiyaçlarının farklılaşabileceği göz önünde bulundurularak, lig seviyesine özgü gelişim programları tasarlanabilir. Amatör liglerde mücadele eden kalecilerin genel kuvvet düzeylerini geliştirmeye yönelik programlar önceliklendirilirken, üst liglerdeki kaleciler için ileri düzey performans optimizasyonu teknikleri kullanılabilir.

Kalecilerin öz güven ve cesaret düzeylerini geliştirmeye yönelik özel psikolojik beceri antrenmanları uygulanabilir. Bu programlar, hedef belirleme, öz-konuşma, görselleştirme, odaklanma ve gevşeme teknikleri gibi bileşenleri içerebilir. Ayrıca, kalecilerin karşılaştıkları zorlu durumlarla başa çıkma stratejileri geliştirmelerine yardımcı olacak simülasyon antrenmanları düzenlenebilir.

### **5.2.2. İleriki Araştırmalar İçin Öneriler**

Kalecilerin fiziksel ve psikolojik özelliklerinin gelişimini uzun vadede incelemek için boylamsal çalışmalar yapılabilir. Bu tür çalışmalar, yaş ve deneyim faktörlerinin etkisini daha net ortaya koyabilir ve gelişim süreçlerindeki kritik dönemleri belirlemeye yardımcı olabilir.

Yaralanma türü ve şiddeti gibi faktörlerin kalecilerin performans parametreleri üzerindeki etkilerini daha detaylı incelemek için, yaralanma öncesi ve sonrası ölçümlerin yapıldığı karşılaştırmalı çalışmalar tasarlanabilir. Bu çalışmalar, farklı yaralanma türlerinin fiziksel ve psikolojik etkilerini ve rehabilitasyon süreçlerinin etkinliğini değerlendirmeye olanak sağlayabilir.

Farklı antrenman metodolojilerinin kalecilerin fiziksel ve psikolojik gelişimleri üzerindeki etkilerini karşılaştırmak için deneysel çalışmalar yapılabilir. Geleneksel metodolojiler ile modern, entegre yaklaşımların etkinliğinin karşılaştırılması, kaleci antrenman programlarının optimize edilmesine katkı sağlayabilir.

Kalecilerin öz güven ve cesaret düzeylerinin saha içi performans göstergeleri üzerindeki etkisini incelemek için, psikolojik ölçümlerle performans analizlerinin birleştirildiği çalışmalar gerçekleştirilebilir. Bu çalışmalar, psikolojik faktörlerin hangi performans parametrelerini daha fazla etkilediğini belirlemeye yardımcı olabilir.

Daha geniş yaş aralıklarını kapsayan çalışmalarla, kalecilerin fiziksel ve psikolojik gelişim süreçleri daha kapsamlı şekilde incelenebilir. Özellikle erken çocukluk döneminden profesyonel kariyere uzanan gelişim süreçlerinin incelenmesi, kritik gelişim dönemlerinin belirlenmesine katkı sağlayabilir.

Farklı ülkelerde ve kültürlerde yetişen kalecilerin fiziksel ve psikolojik özelliklerini karşılaştıran çalışmalar, kültürel faktörlerin etkisini ortaya koyabilir. Bu tür çalışmalar, farklı futbol ekollerinin kaleci yetiştirme yaklaşımlarının etkinliğini değerlendirmeye olanak sağlayabilir.

Kalecilerin karar verme süreçleri, reaksiyon zamanı ve görsel-uzamsal beceriler gibi nöropsikolojik faktörlerin incelenmesi, kaleci performansının daha bütüncül anlaşılmasına katkı sağlayabilir. Bu faktörlerin fiziksel ve psikolojik parametrelerle ilişkisinin incelenmesi, kaleci seçimi ve gelişimi için yeni perspektifler sunabilir.

Kaleci antrenörlerinin yaklaşımları, iletişim stilleri ve antrenman metodolojilerinin kalecilerin fiziksel ve psikolojik gelişimleri üzerindeki etkisini inceleyen çalışmalar yapılabilir. Bu çalışmalar, kaleci antrenörlüğü eğitim programlarının geliştirilmesine katkı sağlayabilir.

Sonuç olarak, bu araştırma genç futbol kalecilerinin fiziksel ve psikolojik özelliklerinin birbiriyle ilişkili olduğunu ve bu özelliklerin çeşitli faktörlerden etkilendiğini göstermiştir. Kaleci antrenmanlarının planlanmasında ve gelişim programlarının tasarlanmasında, fiziksel ve psikolojik faktörlerin bütüncül bir yaklaşımla ele alınması ve kalecilerin bireysel özelliklerinin dikkate alınması, performans gelişimi açısından kritik öneme sahiptir. Gelecek araştırmalarda, bu faktörler arasındaki ilişkilerin daha derinlemesine incelenmesi ve farklı değişkenlerin etkilerinin değerlendirilmesi, kaleci antrenman metodolojilerinin geliştirilmesine ve kalecilerin performanslarının optimize edilmesine katkı sağlayacaktır.

## KAYNAKÇA

- Akın, A. (2007). Öz güven Ölçeği'nin geliştirilmesi ve psikometrik özellikleri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2), 167-176.
- Alp, M. & Çobanoğlu, G. (2023). Sporda kaygının öz güven ve sportif performans üzerindeki etkisi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 8(1), 89-104.
- Arnason, A., Sigurdsson, S. B., Gudmundsson, A., Holme, I., Engebretsen, L. & Bahr, R. (2022). Physical characteristics of elite goalkeepers compared to field players in professional football. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 62(3), 355-367.
- Arvinen-Barrow, M., Clement, D., Hamson-Utley, J. J., Kamphoff, C., Zakrajsek, R. & Martin, S. B. (2014). Athletes' expectations about sport injury rehabilitation: A cross-cultural study. *Journal of Sport Rehabilitation*, 23(2), 172-185.
- Aydın, K. & Ersöz, G. (2024). Türk profesyonel kalecilerde dinamik esneklik ve kurtarış performansı ilişkisi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 35(1), 78-92.
- Aydinoğlu, Ö. & Taşkın, C. (2022). Türk profesyonel liglerindeki kalecilerin öz güven düzeylerinin incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 13(2), 167-182.
- Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York: W.H. Freeman.
- Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J. L., Quested, E. & Morales, V. (2022). Psychological factors in youth sports: A longitudinal analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 61, 102181.
- Bar-Eli, M. & Azar, O. H. (2023). The impact of goalkeeper confidence levels on penalty kick performance: A comparative analysis. *Journal of Sports Psychology in Action*, 14(2), 156-168.
- Bradley, P. S. & Ade, J. D. (2023). Tactical decision-making in elite goalkeepers: Impact on defensive and offensive team performance. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 23(3), 402-417.
- Brink, M., Visscher, C., Arends, S., Zwerver, J., Post, W. J. & Lemmink, K. (2010). Monitoring stress and recovery: New insights for the prevention of injuries and illnesses in elite youth soccer players. *British Journal of Sports Medicine*, 44(11), 809-815.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2018). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (25. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Caicedo-Parada, S., Rico-González, M. & Pino-Ortega, J. (2025). Technical-tactical

- match performance indicators in women's football according to age categories. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 20(1), 45-58.
- Can, Y. & Kaçay, Z. (2016). Sporcu kimlik algısı ile cesaret ve öz güven duyguları arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 13(3), 6176-6184.
- Castro-Piñero, J., Ortega, F. B., Artero, E. G., Girela-Rejón, M. J., Mora, J., Sjöström, M. & Ruiz, J. R. (2021). Assessing muscular strength in youth: Usefulness of standing long jump as a general index of muscular fitness. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 35(4), 943-951.
- Catapult. (2024). *The integration of wearable technologies and data analytics in goalkeeper training*. Catapult Sports Performance Report.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
- Collins, B. (2022). *The evolution of football: From public schools to global phenomenon*. Oxford: Oxford University Press.
- Cowden, R. G., Crust, L., Jackman, P. C., & Duckett, T. R. (2023). Mental toughness, self-confidence, and courage in university sports science students. *Sustainability*, 15(12), 9406.
- Çalışkan, S., Güler, L. & Erdoğan, E. (2023). Türkiye'deki elit kaleci antrenörlerinin antrenman metodolojisi yaklaşımları. *Spor Bilimleri Dergisi*, 34(2), 145-159.
- Çetinkaya, T. (2015). *Takım sporlarında sporcu kimliği ve sürekli sportif kendine güven ilişkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Di Salvo, V., Benito, P. J., Calderón, F. J., Di Salvo, M. & Pigozzi, F. (2008). Activity profile of elite goalkeepers during football match-play. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 48(4), 443-446.
- Doherty, R., Sullivan, M. & Millar, S. K. (2023). Effective communication skills in goalkeepers and their influence on defensive organization. *Football Science Journal*, 41(2), 189-202.
- Doidge, M. & McDougall, A. (2023). Mob football and its cultural significance in medieval Europe. *Journal of Sport History*, 50(1), 67-82.
- Drawer, S. & Fuller, C. W. (2002). Evaluating the level of injury in English professional football using a risk based assessment process. *British Journal of Sports Medicine*, 36(6), 446-451.
- Espada, M., Fernandes, C., Martins, C. & Santos, F. (2023). Performance indicators in elite football goalkeepers: A comprehensive analysis. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 23(2), 156-167.

- Espada, M., Rodríguez, A., & Sánchez, L. (2023). Positional demands and psychological readiness in elite goalkeepers: A performance analysis. *Journal of Sports Psychology and Performance*, 41(2), 112–128.
- Evans, L., Mitchell, I. & Jones, S. (2012). Psychological responses to sport injury: A review and critique of psychological models. *Journal of Sport Rehabilitation*, 21(1), 67-77.
- Feltz, D. L., Short, S. E. & Sullivan, P. J. (2008). *Self-efficacy in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Fernandez-Santos, J. R., Ruiz, J. R., Cohen, D. D., Gonzalez-Montesinos, J. L. & Castro-Piñero, J. (2015). Reliability and validity of tests to assess lower-body muscular power in children. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 29(8), 2277-2285.
- FIFA. (2024). *FIFA Global Football Report: Player participation and development worldwide*. Zürich: FIFA Publications.
- García-Naveira, A., Ruiz-Barquín, R., & Pujals, C. (2024). Personality traits of goalkeepers: A comparative analysis across levels of expertise. *Frontiers in Psychology*, Article 1418004.
- Garganta, J., Maia, J., Silva, R. & Natal, A. (2023). Lower limb strength assessment in elite football goalkeepers: A comparative study. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 37(3), 712-718.
- Gil, S. M., Gil, J., Ruiz, F., Irazusta, A. & Irazusta, J. (2007). Physiological and anthropometric characteristics of young soccer players according to their playing position: Relevance for the selection process. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 21(2), 438-445.
- Gil, S. M., Gil, J., Ruiz, F., Irazusta, A. & Irazusta, J. (2021). Anthropometric and physiological profile of successful football goalkeepers. *International Journal of Sports Medicine*, 42(4), 378-385.
- Göral, K. (2018). Sporda kaygının öz güven ve sportif performans üzerindeki etkisi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 122-135.
- Güngör, N. B. & Çelik, O. B. (2020). Amatör ve profesyonel sporcularda psikolojik beceriler ile atletik performans arasındaki ilişki. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 1-15.
- George, D. & Mallery, P. (2019). *IBM SPSS Statistics 26 step by step: A simple guide and reference* (16th ed.). New York: Routledge.
- Gorris, L. & Kubjuweit, D. (2008). Keeper of the German Soul. *Spiegel International*, 32, 45-51.
- Harter, S. (1981). A model of mastery motivation in children: individual differences

- and developmental change. In W. A. Collins (Ed.), *Aspects of the development of competence*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Hays, K., Thomas, O., Maynard, I. & Bawden, M. (2009). The role of confidence in world-class sport performance. *Journal of Sports Sciences*, 27(11), 1185-1199.
- Hernandez-Beltran, V., Floría, P., Ciria, L. F. & García-Pinillos, F. (2023). Physical and psychological characteristics of goalkeepers and their interaction in performance. *Journal of Sports Science & Medicine*, 22(2), 302-311.
- Hernandez, R., López, D., & Martínez, J. (2023). Decision-making under pressure: A comparative study of goalkeepers across competitive levels. *International Journal of Sport Science*, 39(1), 45–59.
- Horikawa, M. & Yagi, A. (2012). The relationships among trait anxiety, state anxiety and the goal performance of penalty shoot-out by university soccer players. *PLoS ONE*, 7(4), e35727.
- İnal, A. N. (2004). *Futbolda eğitim ve öğretim*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- İslam, A. (2023). Sporda fiziksel kuvvet ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 32-47.
- Jackson, S. A., Thomas, P. R., Marsh, H. W. & Smethurst, C. J. (2001). Relationships between flow, self-concept, psychological skills, and performance. *Journal of Applied Sport Psychology*, 13(2), 129-153.
- Johnes, M. (2023). The birth of modern football: The formation of the Football Association and early rule development. *Soccer & Society*, 24(3), 298-313.
- Jordet, G., Aksum, K. M. & Bjørndal, C. T. (2024). Goalkeeper influence on penalty kicks: Psychological impacts and performance outcomes. *Journal of Sports Sciences*, 42(4), 405-417.
- 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(3), 205–218.
- Jowett, S., & Cockerill, I. M. (2003). Olympic medallists' perspective of the athlete–coach relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 4(4), 313–331.
- Justin, I., Vuleta, D., Pori, P., Kajtna, T. & Pori, M. (2022). Anthropometric characteristics of elite-level male handball and football goalkeepers. *Journal of Sports Science & Medicine*, 21(3), 498-505.
- Karayığit, R., Bağış, Y. E. & Ulupınar, S. (2019). Elit sporcuların kuvvet performansı ve öz yeterlik düzeyleri arasındaki ilişki. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(2), 54-68.

- Kaya, Y. & Pular, A. (2017). Okçuların fiziksel ve fizyolojik parametrelerinin incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(2), 73-80.
- Koç, H. & Aslan, C. S. (2022). El kavrama kuvveti: Sporda önemi ve ölçüm yöntemleri. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 24(1), 45-59.
- Konter, E. (2013). Psychological toughness in sport: A review. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(1), 25-42.
- Konter, E. & Ng, J. (2012). Development of sport courage scale. *Journal of Human Kinetics*, 33, 163-172.
- Konter, E., & Ng, J. Y. Y. (2012). Courage in sport: A conceptual and empirical analysis. *International Journal of Sport Psychology*, 43(3), 205–226.
- Kováč, J., Baláž, M. & Hianik, J. (2025). Reaction time and attention skills in professional football goalkeepers. *Journal of Human Kinetics*, 85, 203-215.
- Kapıkıran, A. C., & Güzel, H. (2021). İki boyutlu benlik saygısı: Koşulsuz kendini kabul ve içsel motivasyonun rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 36(2), 112–130.
- Karasar, N. (2020). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler* (35. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karageorghis, C. I. & Terry, P. C. (2011). *Inside sport psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Kline, P. (1999). *The handbook of psychological testing* (2nd ed.). London: Routledge.
- Koz, M. (2015). Kas kuvveti ve dayanıklılığın anatomik ve fizyolojik temelleri. *Türkiye Klinikleri Journal of Physiotherapy and Rehabilitation*, 1(1), 1-6.
- Kristiansen, E., Halvari, H. & Roberts, G. C. (2025). Stress hormone levels in elite goalkeepers during competitive matches: A physiological analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 57, 102043.
- Kristjánsdóttir, H., Erlingsdóttir, A. V., Sveinsson, G. & Saavedra, J. M. (2018). Psychological skills, mental toughness and anxiety in elite handball players. *Personality and Individual Differences*, 134, 125-130.
- Kuper, S. & Szymanski, S. (2020). Ancient ball games: Precursors to modern football. *Sports History Review*, 51(2), 211-226.
- Lehmann, J., Schmidt, C. & Becker, J. (2023). Age-related performance peaks in professional goalkeepers: A longitudinal analysis. *Science and Medicine in Football*, 7(3), 268-279.
- Lewis, R. (2023). The evolution of goalkeeping: From simple shot-stopping to

- modern sweeper-keepers. *Football Studies Journal*, 34(2), 178-193.
- Liu, H., Gómez, M. A., Gonçalves, B. & Sampaio, J. (2023). Match-winning goalkeeper performance indicators in professional football. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 23(1), 44-56.
- Lopes, M., Rodrigues, J., Coelho, E. & Oliveira, J. (2021). Core strength in elite football goalkeepers: Relationship with performance. *Journal of Human Sport and Exercise*, 16(3), 640-653.
- Lu, X., Zhang, Y. & Wang, L. (2022). Statistical methods for standardized scores in sport performance analysis. *Journal of Sports Analytics*, 8(2), 145-157.
- Lykken, D. T. (2005). Mental energy. *Intelligence*, 33(4), 331-335.
- Mala, L., Maly, T., Cabell, L., Hank, M., Bujnovsky, D. & Zahalka, F. (2022). Isokinetic strength and its relationship with match performance in elite football goalkeepers. *Journal of Human Kinetics*, 82, 153-166.
- Martín Barrero, A. (2023). From traditional to active methodologies in goalkeeper training: A paradigm shift. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 18(2), 452-463.
- Martín-Barrero, A. & González-Víllora, S. (2023). Technical evolution of goalkeepers: Passing accuracy and distribution patterns in elite football. *Journal of Sports Sciences*, 41(6), 587-599.
- Modric, T., Mujkic, D. & Sekulic, D. (2024). Mental toughness and decision-making skills in elite football goalkeepers: Effects of a systematic psychological training program. *Psychology of Sport and Exercise*, 68, 102468.
- Moraes Filho, J., Nascimento, A. L. & Santos, T. M. (2024). Psychological and cognitive aspects of football goalkeepers: A systematic review. *International Journal of Sport Psychology*, 55(1), 31-49.
- Moritz, S. E., Feltz, D. L., Fahrbach, K. R. & Mack, D. E. (2021). The relation of self-efficacy measures to sport performance: A meta-analytic review. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 92(2), 184-202.
- Murphy, P., Williams, J. & Dunning, E. (2022). Lev Yashin and the modernization of goalkeeping. *Soccer & Society*, 23(7), 712-728.
- Nicholls, A. R., & Polman, R. C. J. (2007). Coping in sport: A systematic review. *Journal of Sports Sciences*, 25(1), 11-31. <https://doi.org/10.1080/02640410600630654>
- Obilor, E.I & Amadi E.C (2018). Test for significance of Pearson's correlation coefficient (r). *International Journal of Innovative Mathematics, Statistics & Energy Policies*, 6(1), 11- 23.

- Otte, F. W., Millar, S. K. & Klatt, S. (2020). How does the modern football goalkeeper train? – An exploration of expert goalkeeper coaches' skill training approaches. *Journal of Sports Sciences*, 38(11-12), 1465-1473.
- Öztürk, S. & Yazıcı, M. (2023). Süper Lig kaleci antrenörlerinin kalecilerin öz güven gelişimindeki rolü: Nitel bir araştırma. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 8(1), 102-118.
- Paul, D. J., Gabbett, T. J. & Nassis, G. P. (2024). The reliability and validity of a reactive agility test for goalkeepers. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 27(1), 88-93.
- Pelana, R., Maulana, A. & Winata, B. (2021). Correlation between leg muscle power and courage level in football goalkeepers. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 9(4), 762-766.
- Podlog, L. & Eklund, R. C. (2007). The psychosocial aspects of a return to sport following serious injury: A review of the literature. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(4), 535-566.
- Porter, D. (2021). The separation of football codes: Rugby and association football in 19th century England. *The International Journal of the History of Sport*, 38(4), 389-404.
- Proios, I., Batsiou, S., Proios, M. & Mavrovouniotis, F. (2023). The relationship between physical strength and risk-taking behavior in athletes. *Journal of Physical Education and Sport*, 23(2), 456-464.
- Putera, R. A., Sari, D. P., & Nugroho, A. (2023). The effect of height on self-confidence among university students: A quantitative approach. *Journal of Human Development and Psychology*, 12(1), 45–58.
- Ramos-Cabal, S., Casamichana, D. & Castellano, J. (2024). Effects of psychological skills training on goalkeeper performance: A randomized controlled trial. *Journal of Sports Science & Medicine*, 23(1), 78-89.
- Ratten, V. (2022). The historical development of calcio fiorentino and its influence on modern football. *Sport in Society*, 25(5), 982-996.
- Rebelo-Gonçalves, R., Coelho-e-Silva, M. J., Severino, V., Tessitore, A. & Figueiredo, A. J. (2015). Anthropometric and physiological profiling of youth soccer goalkeepers. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 10(2), 224-231.
- Rebelo-Gonçalves, R., Figueiredo, A. J., & Coelho-e-Silva, M. J. (2024). Key performance attributes in football goalkeepers: Coaches' perspectives.
- Rebelo-Gonçalves, R., Figueiredo, A. J., Coelho-e-Silva, M. J. & Tessitore, A. (2021). Assessment of technical skills in young soccer goalkeepers: Reliability and validity of novel tests. *International Journal of Sports Science*

& Coaching, 16(3), 781-791.

- Rebello-Gonçalves, R., Figueiredo, A. J., Coelho-e-Silva, M. J. & Tessitore, A. (2023). Physiological and physical profile of young football goalkeepers: A comparative analysis. *Science and Medicine in Football*, 7(1), 89-97.
- Reilly, T., Bangsbo, J. & Franks, A. (2022). Anthropometric and physiological predispositions for elite football goalkeepers. *Journal of Sports Sciences*, 40(5), 513-526.
- Rodriguez-Peñas, D., Lago-Peñas, C. & Rey, E. (2024). Evolution of goalkeeper responsibilities in modern football: A longitudinal analysis. *Journal of Sports Sciences*, 42(3), 301-312.
- Rodríguez-Fernández, A., Sánchez-Sánchez, J. & Nakamura, F. Y. (2023). Risk-taking behavior in elite goalkeepers: Analysis and implications for performance. *European Journal of Sport Science*, 23(3), 352-361.
- Rodríguez-Rosell, D., Yáñez-García, J. M., Torres-Torrelo, J., Mora-Custodio, R. & González-Badillo, J. J. (2022). Repeated sprint ability and muscular performance in football goalkeepers. *International Journal of Sports Medicine*, 43(2), 178-186.
- Rogan, S., Brügger, O. & Hauser, A. (2024). A holistic approach to goalkeeper performance analysis. *Science and Medicine in Football*, 8(1), 59-67.
- Sakaluk, J., Williams, A. J. & Kilshaw, R. E. (2020). Revisiting the relationship between physical and psychological domains in athletic performance. *Journal of Sports Sciences*, 38(20), 2320-2327.
- Samuel, R. D., Basevitch, I., Wildikan, L. & Orbach, I. (2023). The physical-psychological interface: Examining the relationships between physical capabilities and mental skills in sports. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 21(2), 367-382.
- Sarı, İ. & Deryahanoğlu, G. (2019). Sporcularda cesaret düzeyinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Spor metre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(4), 153-161.
- Sarı, İ., Ekici, S. & Yarayan, Y. E. (2023). Bireysel ve takım sporu yapan sporcuların cesaret düzeylerinin dayanıklılık düzeylerine etkisi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 8(1), 142-158.
- Seaton, M. & Campos, J. (2022). The impact of the back-pass rule on modern goalkeeping. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 22(2), 267-280.
- Sheard, M., & Golby, J. (2006). Effect of a psychological skills training program on swimming performance and positive psychological development. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 4(2), 149-169.

- Springer, J. (2023). The synergy between physical strength and psychological resilience in competitive sports. *Sports Psychology Journal*, 12(3), 234-249.
- Stretchinger, M., Hoffman, M. & Williams, E. (2022). Comparison of flexibility among field positions in professional football players. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 36(8), 2145-2150.
- Suinn, R. M. (1986). *Seven steps to peak performance: The mental training manual for athletes*. Hans Huber Publishers.
- Sun, G., Li, Y. & Chen, Z. (2020). A standardized method for athletic performance measurement and comparison across different sports. *Sports Engineering*, 23(1), 12.
- Taylor, M. (2022). The origins of specialized goalkeeping in association football. *The International Journal of the History of Sport*, 39(5), 563-578.
- Teirouk, A. & Williams, J. (2020). The relationship between strength parameters and anxiety levels in professional football players. *International Journal of Sport Psychology*, 51(4), 378-391.
- Tekkurşun Demir, G. & Güvendi, B. (2022). Fiziksel engelli milli sporcuların öz güven, cesaret ve sporcu kimliği arasındaki ilişkiler. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 88-102.
- Tekkurşun, D., & Güvendi, B. (2022). Rekabet düzeyine göre sporcuların öz güven düzeylerinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 33(1), 55-68.
- Thelwell, R. (2018). *The effects of psychological skills training on performance and mental well-being in football* [Doktora tezi, Belirtilmemiş Üniversite].
- Tienza-Valverde, M., Montalvo, A. M., Gonzalez-Hernandez, J. & Fort-Vanmeerhaeghe, A. (2023). Performance indicators in football goalkeepers: Physical capacity and psychological factors. *Frontiers in Psychology*, 14, 1-12.
- Tienza, F., Morales, P., & García, M. (2023). Strength indicators in goalkeepers: Differences across competitive tiers. *European Journal of Sports Science and Coaching*, 15(3), 198-210.
- Timmerman, E., Savelsbergh, G. & Farrow, D. (2024). The relationship between strength measures and decision-making processes in professional goalkeepers. *Science and Medicine in Football*, 8(2), 176-184.
- Topçu, H. & Arabacı, R. (2020). Abdominal kas dayanıklılığının değerlendirilmesinde test-tekrar test güvenilirliği. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 11(2), 126-135.
- Türkeç, M. & Gökdemir, K. (2021). Cesaret davranışlarının sporcuların dayanıklılık düzeyleri üzerindeki etkisi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(3),

- UEFA Technical Report. (2023). *Elite goalkeeper development and performance profiling in European football*. UEFA Coaching Education Report.
- Ulucan, Y. (2021). *Değişen futbolda kalecilerin rolü: UEFA Şampiyonlar Ligi örneği*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Van der Meer, D., Baker, J. & Schorer, J. (2023). The role of trust in goalkeeper performance: An analysis of team dynamics. *Psychology of Sport and Exercise*, 64, 102249.
- Vealey, R. S. (2001). Understanding and enhancing self-confidence in athletes. ss. 550-565. *Handbook of Sport Psychology*. Ed: Singer, R. N., Hausenblas, H. A. & Janelle, C. M. New York: Wiley.
- Vealey, R. S. & Chase, M. A. (2008). Self-confidence in sport. ss. 65-97. *Advances in sport psychology*. Ed: Horn, T. S. Champaign, IL: Human Kinetics.
- VIA Institute on Character. (2024). *Character strengths and athletic performance: A global analysis*. Cincinnati, OH: VIA Institute Publications.
- Wahyuni, S., Prasetyo, A., & Lestari, M. (2016). The influence of body image and social environment on self-confidence in adolescents. *Indonesian Journal of Psychology and Education*, 8(3), 78–89.
- Weinberg, R. S. & Gould, D. (2015). *Foundations of sport and exercise psychology* (6. Baskı). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Wenger, M., & Csapo, R. (2024). Age-related differences in muscle strength in young athletes. *Frontiers in Sports and Active Living*, Article 1282214.
- White, A. & Bennie, A. (2015). Resilience, stress, and preparation in adolescent male goalkeeper development. *Talent Development & Excellence*, 7(1), 5-20.
- White, A., Hills, S. P., Cooke, C. B. & Batten, T. (2018). The impact of goalkeeper performance on team success in elite football. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 18(6), 1011-1023.
- White, A., Hills, S. P., Cooke, C. B. & O'Hara, J. P. (2023). The evolution of goalkeeper performance metrics: A 30-year analysis. *Science and Medicine in Football*, 7(2), 156-167.
- Williams, J. (2022). *A cultural history of football: From ancient civilizations to modern day*. London: Routledge.
- Wilson, J. (2021). *The evolution of football tactics and the historical context of ball games*. Barcelona: Barca Innovation Hub.

- Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Kashdan, T. B. & Hurling, R. (2011). Using personal and psychological strengths leads to increases in well-being over time: A longitudinal study and the development of the strengths use questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 50(1), 15-19.
- Yan, J., Zhao, X. & Liu, Y. (2024). Team performance in youth sports in the era of digitalization: The role of leadership and team satisfaction. *Youth Sports Psychology Journal*, 19(1), 34-49.
- Yurttaş, H., Çakmakçı, E. & Gökçe, E. (2023). Türk Süper Ligi kalecilerinin çeviklik performanslarının incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 25(3), 198-210.
- Ziv, G. & Lidor, R. (2011). Physical characteristics, physiological attributes, and on-field performances of soccer goalkeepers. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 6(4), 509-524.

## EKLER

### Ek-1. Ölçek kullanım izni I

Yüksek Lisans Tez Çalışmasında Kullanılmak Üzere Ölçek İzin Talebi

Hangi

Gelen Kutusu x

↕ 📧 📧

ULVI YAKUPÇEBİOĞLU

25 Eyl 2023 Pzt 00:03

☆ ↶ ⋮

Alın: GÖKHAN

Erkut Hocam Merhaba, umarım iyisinizdir.

Size, "Kalecilerin fiziksel ölçümleri ve psikolojik performanslarının incelenmesi" konulu yüksek lisans tez çalışmamda, geliştirdiğiniz "Spor Cesaret-31" ve "Revize Edilmiş Spor Cesaret-28" ölçeklerinin kullanım iznini almak üzere ulaşıyorum.

Uygun görmeniz halinde ilgili çalışmamda ilgili ölçeklerinizi kullanmayı talep etmekte ve bu konudaki cevabınızı beklemekteyim.

Spor bilimine olan tüm katkılarınız dolayısıyla minnet duyuyor çalışmalarınızda kolaylıklar diliyorum.

Ulvi YAKUPÇEBİOĞLU

3

Erkut Konter

Merhaba, RSCS-28 ile ilgili bilgileri ilıstırdım. Başarılar. Erkut Erkut Konter <

>, 25 Eyl 2023 Pzt, 14:15 tarihinde şunu yazdı:

25 Eyl 2023 Pzt 14:16

☆

## Ek-2. Ölçek kullanım izni II

Yüksek Lisans Tez Çalışmasında Kullanılmak Üzere Ölçek İzin Talebi



ULVİ YAKUPÇEBİÖĞLU

Alıcı: GÖKHAN

25 Eyl 2023 Pzt 00:28



Ahmet Hocam Merhaba, umarım iyisinizdir.

Size, "Kalecilerin fiziksel ölçümleri ve psikolojik performanslarının incelenmesi" konulu yüksek lisans tez çalışmamda, geliştirdiğiniz "Öz-Güven" ölçeğinin kullanım iznini almak üzere ulaşıyorum.

Uygun görmeniz halinde ilgili çalışmamda ilgili ölçeğinizi kullanmayı talep etmekte ve bu konudaki cevabınızı beklemekteyim.

Bilime olan tüm katkılarınız dolayısıyla teşekkür ediyor çalışmalarınızda kolaylıklar diliyorum.

Ulvi YAKUPÇEBİÖĞLU

Yanıtla

Tümünü yanıtla

Yönlendir

## ETİK KURUL KARARI



T.C.

### RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ETİK KURULU

#### DEĞERLENDİRME RAPORU

Toplantı Tarihi : 11/10/2023  
Toplantı K. Sayısı : 2023/286

Dr. Öğr. Üyesi Gökhan ÇAKIR ve Ulvi YAKUPÇEBİOĞLU'nun "Kalecilerin Kuvvet Ölçümleri ve Psikolojik Performanslarının İncelenmesi" isimli projesi kapsamında yürütülecek çalışmalar için izin talebi kurulumuzca değerlendirilmiş olup;

☒ Etik açıdan uygun bulunmuştur.

☐ Etik açıdan uygun bulunmamıştır.

☐ Etik açıdan önerilen değişikliklerin yapılmasıyla uygun bulunmuştur.

Prof. Dr. Nebi GÜMÜŞ

Başkan

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Fener Mah. Zihni Derin Yerleşkesi 53100 RİZE  
Tel: 0464 223 81 00 Faks: 0464 223 63 28  
www.erdogan.edu.tr