

Tenisçilerin Bilişsel Performans Belirleyicileri: İrade Kontrolü ve Konsantrasyon Arasındaki İlişkide Etkili Karar Vermenin Aracılık Rolü

Determinants of Cognitive Performance in Tennis Players: The Mediating Role of Effective Decision-Making in the Relationship Between Volitional Control and Concentration

Mehmet KARA, N. Şeyma KARA

*Correspondence:

Mehmet Kara
mehmetkara@mersin.edu.tr

¹Mersin Üniversitesi, Spor Bilimleri
Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor
Bölümü, Mersin/Türkiye
Orcid: 0000-0001-9454-5164
mehmetkara@mersin.edu.tr

²Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi,
Spor Bilimleri Fakültesi,
Rekreasyon Bölümü,
Hatay/Türkiye
Orcid: 0000-0003-0460-2263
nseymasar@gmail.com



<https://doi.org/10.5281/zenodo.23679520>

Received / Gönderim: 26.08.2026

Accepted / Kabul: 12.10.2026

Published / Yayın: 25.10.2026

Volume 3, Issue 3, October, 2026

Cilt 3, Sayı 3, Ekim, 2026

How to Cite This Article

APA 7

Kara, M. & Kara, N.Ş. (2026). Tenisçilerin Bilişsel Performans Belirleyicileri: İrade Kontrolü ve Konsantrasyon Arasındaki İlişkide Etkili Karar Vermenin Aracılık Rolü. *International Journal of Health, Exercise, and Sport Sciences*, 3(3), 1059-1075.

Vancouver

Kara M. & Kara N.Ş. Tenisçilerin Bilişsel Performans Belirleyicileri: İrade Kontrolü ve Konsantrasyon Arasındaki İlişkide Etkili Karar Vermenin Aracılık Rolü. *International Journal of Health, Exercise, and Sport Sciences*. 2026;3(3). 1059-1075.

Öz

Bu araştırmanın amacı, tenis sporcularında irade kontrolü, etkili karar verme ve konsantrasyon düzeyi arasındaki ilişkileri incelemek; bu ilişkide etkili karar vermenin aracılık rolünü test etmek ve konsantrasyon düzeyi puanlarının cinsiyet (kadın/erkek) ile spor psikoloğu desteği düzeyine göre nasıl farklılaştığını ortaya koymaktır. İlişkisel tarama modelinde yürütülen araştırmanın evrenini Türkiye'de aktif olarak tenis oynayan sporcular, örneklemi ise kolayda örnekleme yöntemi ile belirlenen toplam 691 tenis sporcusu oluşturmuştur (yaş aralığı = 12-45; $X_{\text{yaş}} = 21.87 \pm 6.04$). Veriler, Sporcularda İrade Kontrol Düzeyi Ölçeği, Sporda Etkili Karar Verme Ölçeği ve Sporcularda Algılanan Konsantrasyon Düzeyi Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Araştırma sonucunda, irade kontrolü, etkili karar verme ve konsantrasyon düzeyi arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunduğu belirlenmiştir ($r = .40-.74$, $p < .01$). Ayrıca etkili karar vermenin, irade kontrolü ile konsantrasyon düzeyi arasındaki ilişkide anlamlı ve kısmi bir aracılık rolü gösterdiği belirlenmiştir (dolaylı etki = .105, %95 GA [.078, .132], $p < .001$). Bununla birlikte, konsantrasyon düzeyi puanlarının spor psikoloğu desteği düzeylerine göre anlamlı biçimde farklılaştığı ($p < .001$) ve cinsiyet ile spor psikoloğu desteği etkileşimine bağlı olarak farklılık gösterdiği ($p < .05$) belirlenmiştir. Bulgular, daha yüksek spor psikoloğu desteği bildiren hem kadın hem de erkek sporcuların daha yüksek konsantrasyon düzeylerine sahip olduğunu; düşük destek düzeyinde erkeklerin, yüksek destek düzeyinde ise kadınların konsantrasyon puanlarının görece daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda, antrenörlerin ve uygulayıcıların sporcuların konsantrasyon becerilerini desteklemeye yönelik süreçlerde spor psikoloğu desteğini dikkate almaları önerilmektedir. Sonuç olarak, tenis sporcularında konsantrasyon düzeyinin irade kontrolü ve karar verme süreçleriyle anlamlı biçimde ilişkili çok boyutlu bir yapı olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Konsantrasyon, İrade kontrolü, Etkili karar verme, Tenis sporcuları, Spor psikoloğu desteği, Aracılık

Abstract

The aim of this study was to examine the relationships among volitional control, effective decision-making, and concentration level in tennis players; to test the mediating role of effective decision-making in this relationship; and to determine how concentration level scores vary according to gender (female/male) and level of sport psychologist support. The population of this correlational survey study consisted of athletes actively playing tennis in Türkiye, while the sample comprised 691 tennis players selected through convenience sampling (age range = 12-45 years; $M_{\text{age}} = 21.87 \pm 6.04$). Data were collected using the Volitional Control Level Scale for Athletes, the Effective Decision-Making in Sports Scale, and the Perceived Concentration Level in Athletes Scale. The results revealed positive and significant relationships among volitional control, effective decision-making, and concentration level ($r = .40-.74$, $p < .01$). In addition, effective decision-making had a significant partial mediating role in the relationship between volitional control and concentration level (indirect effect = .105, 95% CI [.078, .132], $p < .001$). Furthermore, concentration level scores differed significantly according to the level of sport psychologist support ($p < .001$) and the interaction between gender and sport psychologist support ($p < .05$). The findings indicated that both female and male athletes reporting higher levels of sport psychologist support had higher concentration levels; at low levels of support, male athletes had relatively higher concentration scores, whereas at high levels of support, female athletes had relatively higher scores. Accordingly, coaches and practitioners are advised to consider sport psychologist support when implementing strategies aimed at supporting athletes' concentration skills. In conclusion, concentration level in tennis players appears to be a multidimensional construct that is significantly associated with volitional control and decision-making processes.

Keywords: Concentration, Volitional control, Effective decision-making, Tennis players, Sport psychologist support, Mediation

<https://www.ijoss.org/Archive/v3-i3/ijoss-Volume3-issue3-09.pdf>

GİRİŞ

Sportif performansın, fiziksel yeterliliklerin yanı sıra zihinsel ve bilişsel süreçlerin de etkili olduğu çok boyutlu bir yapıya sahip olduğu ifade edilebilir. Spor ortamında performansa dayalı başarı ise sporcunun değişen koşullara uyum sağlaması, dikkatini uygun uyaranlara yöneltmesi ve hedefe yönelik davranışını sürdürebilmesiyle yakından ilişkilidir (Williams & Jackson, 2019). Bu doğrultuda, sporcunun dikkatini yönlendirme ve hedefe yönelik davranışını sürdürme kapasitesinin bir yansıması olarak konsantrasyon düzeyi, performansla yakından ilişkili temel psikolojik yapılardan biri olarak öne çıkmaktadır (Brimmell et al., 2024). Konsantrasyon düzeyi, sporcunun performans sürecinde dikkatini görevle ilişkili uyaranlara yönlendirebilmesi (Voss et al., 2010), dikkat dağıtıcı içsel ve dışsal unsurları kontrol altında tutabilmesi (Furley & Wood, 2016) ve bilişsel kaynaklarını performans gerekliliklerine uygun biçimde sürdürebilmesiyle ilişkilidir (Brimmell et al., 2024). Konsantrasyon yapısı, spor bilimlerinde Algısal-Bilişsel Performans Yaklaşımı çerçevesinde ele alınmakta olup, sporcunun çevresel bilgiyi algılama, işleme ve uygun tepkiyi üretme süreçleriyle doğrudan ilişkilidir (Mann et al., 2007; Williams & Jackson, 2019). Bu doğrultuda, etkili karar verme ve irade kontrolü, konsantrasyon düzeyiyle ilişkili temel bilişsel ve öz-düzenleyici süreçler arasında değerlendirilmektedir (Englert, 2016; Furley & Wood, 2016).

Konsantrasyon düzeyi ile ilişkili önemli bileşenlerden biri olan etkili karar verme, sporcularda dinamik ve zaman baskısı içeren durumlarda en uygun tepkiyi seçebilme becerisi olarak tanımlanmaktadır (Çetin & Kara, 2024). Bilişsel yük altında karar verme, sporcunun sınırlı dikkat ve işlem kapasitesi içerisinde çevresel bilgiyi hızlı ve doğru biçimde analiz ederek uygun eylemi seçebilmesini gerektirmektedir (Raab, 2012; Furley & Memmert, 2015; Coutinho et al., 2019). Literatürde, yüksek bilişsel yük koşullarında karar verme süreçlerinin dikkat, çalışma belleği ve algısal-bilişsel becerilerle yakından ilişkili olduğu belirtilmektedir (Furley & Memmert, 2015). Bu yönüyle karar verme, sporcunun dikkatini sürdürebilmesi ve uygun davranışı seçebilmesi açısından konsantrasyon düzeyi ile doğrudan ilişkili bir yapı olarak değerlendirilmektedir.

Konsantrasyon düzeyi ile ilişkili diğer bir temel bileşen olan irade kontrolü, sporcunun hedefe yönelik davranışlarını sürdürebilmesi, dikkatini düzenleyebilmesi ve anlık dürtülere karşı koyabilmesiyle ilişkili bir öz-düzenleme becerisi olarak tanımlanmaktadır (Englert, 2016). Müsabaka ya da antrenman ortamında irade kontrolü, özellikle baskı ve bilişsel yük altında sporcunun davranışlarını kontrol edebilmesi ve performansını sürdürebilmesiyle ilişkili önemli bir psikolojik süreç olarak değerlendirilmektedir (Englert, 2016; Duckworth et al., 2014). Literatürde, yüksek düzeyde irade kontrolüne sahip sporcuların dikkatlerini daha etkili yönlendirebildikleri ve görevle ilişkili süreçlerde daha istikrarlı performans sergiledikleri belirtilmektedir (Englert, 2016). Bu bağlamda, irade kontrolünün hem karar verme süreçleri hem de konsantrasyon düzeyi ile ilişkili temel psikolojik yapılardan biri olduğu görülmektedir.

Sporcularda konsantrasyon düzeyinin düzenlenmesi ve sürdürülebilmesinin dışsal destek mekanizmalarıyla ilişkili olduğu belirtilmektedir (Reinebo et al., 2023). Bu mekanizmalardan biri olan spor psikoloğu desteği, sporcuların dikkat kontrolü, duygu düzenleme ve stresle başa çıkma gibi bilişsel ve duygusal süreçlerini sistematik biçimde geliştirmeyi hedefleyen profesyonel müdahaleleri kapsamakta; bu yönüyle performansın sürdürülebilirliğinde önemli bir rol oynamaktadır (Weinberg & Gould, 2023). Özellikle dikkat kontrolü, stres yönetimi ve karar verme süreçlerine yönelik psikolojik müdahalelerin sporcuların konsantrasyon düzeyi ile olumlu yönde ilişkili olduğu belirtilmektedir (Birrer & Morgan, 2010). Bununla birlikte, literatürde kadın ve erkek sporcuların psikolojik destekten yararlanma biçimlerinin ve psikolojik destek ile

performans arasındaki ilişkilerin cinsiyete göre farklılaşabileceği ifade edilmektedir. Bu durum, spor psikoloğu desteği ile konsantrasyon düzeyi arasındaki ilişkinin cinsiyet değişkeni bağlamında ele alınmasının önemli olduğunu göstermektedir (Nicholls & Polman, 2007; Kaiseler et al., 2009).

Kuramsal açıdan irade kontrolü, sporcunun hedefe yönelik davranışlarını düzenleyerek dikkatini görev üzerinde sürdürmesine katkı sağlarken, bu öz-düzenleme kapasitesinin performans ortamındaki bilişsel seçimlere yansımaları etkili karar verme süreçleri üzerinden gerçekleşebilir (Englert, 2016; Furley & Memmert, 2015). Bu bağlamda etkili karar verme, irade kontrolünün sağladığı davranışsal ve bilişsel düzenlemenin uygun tepkinin seçilmesine aktarılmasını sağlayarak konsantrasyon düzeyinin sürdürülmesinde aracı bir mekanizma olarak değerlendirilebilir (Mann et al., 2007; Williams & Jackson, 2019). Buna karşın, mevcut literatürde irade kontrolü, etkili karar verme ve konsantrasyon düzeyi arasındaki ilişkilerin bütüncül bir model çerçevesinde ele alındığı ve bu ilişkilerde karar verme süreçlerinin aracılık rolünün incelendiği çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Ayrıca, bu değişkenlerin spor psikoloğu desteği ve cinsiyet bağlamında bütüncül olarak incelendiği çalışmaların yeterli görülmemesi, literatürde belirgin bir boşluğa işaret etmektedir.

Tenisin açık beceri (open-skill) gerektiren yapısı, sporcuların rakibin hareketleri ve topun değişen özellikleri gibi çevresel uyaranları sürekli değerlendirerek kısa süre içinde uygun kararlar vermelerini gerektirmektedir (Williams & Jackson, 2019; Öztürker et al., 2025). Ayrıca bireysel bir spor olması ve servis ile ralliler arasında kesintili bir oyun ritmi içermesi, tenisçilerin dikkatlerini yeniden düzenleme, davranışlarını kontrol etme ve hedefe

yönelik çabalarını sürdürme süreçlerinde irade kontrolünü önemli hâle getirmektedir (Englert, 2016; Ünver et al., 2023). Bu özellikler, konsantrasyon düzeyi, etkili karar verme ve irade kontrolü arasındaki ilişkilerin tenis sporcuları özelinde birlikte incelenmesini önemli hâle getirmektedir. Bu araştırma, söz konusu değişkenleri ayrı ayrı incelemek yerine, irade kontrolünün konsantrasyon düzeyiyle ilişkisinde etkili karar vermenin aracı rolünü tenis sporcuları özelinde bütüncül bir model içerisinde test etmesi bakımından önceki çalışmalardan ayrılmaktadır. Ayrıca spor psikoloğu desteği ve cinsiyetin konsantrasyon düzeyi bağlamında birlikte ele alınması, tenisçilerin bilişsel performans süreçlerinin hem bireysel hem de destekleyici faktörler açısından değerlendirilmesine katkı sağlamaktadır.

Bu kapsamda, bu çalışmada tenisçilerde irade kontrolü, etkili karar verme ve konsantrasyon düzeyi arasındaki ilişkiler aracılık modeli çerçevesinde incelenmiş; ayrıca konsantrasyon düzeyi puanlarının spor psikoloğu desteği ve cinsiyet değişkenlerine göre

farklılaşp farklılaşmadığı değerlendirilmiştir. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki hipotezler test edilmiştir:

H1. Tenisçilerin irade kontrolü, etkili karar verme ve konsantrasyon düzeyi puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler vardır.

H2. Etkili karar verme, tenisçilerin irade kontrolü ile konsantrasyon düzeyi arasındaki ilişkide anlamlı bir aracılık rolü göstermektedir.

H3. Tenisçilerin konsantrasyon düzeyi puanları, cinsiyet ve spor psikoloğu desteği düzeylerinin etkileşimine göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır.

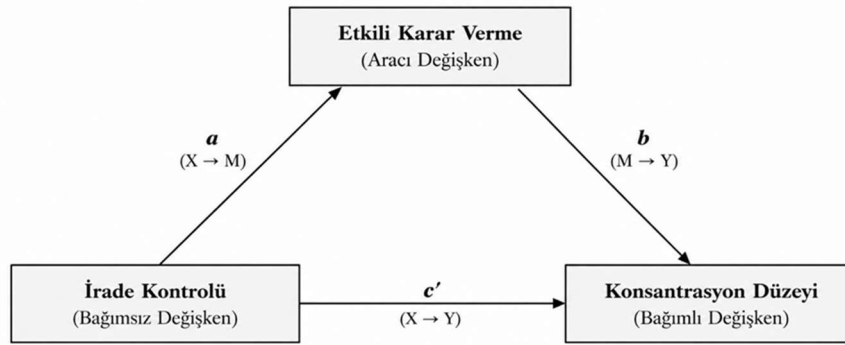
MATERYAL ve METOD

Bu bölümde, araştırmanın çalışma grubu, veri toplama araçları, araştırma süreci ve uygulanan analiz yöntemlerine ilişkin ayrıntılı bilgiler sunulmaktadır.

Araştırma Modeli

Veriler, Türkiye'nin farklı bölgelerinde tenisle ilgilenen kadın ve erkek katılımcılardan elde edilmiştir. Örneklem seçiminde olasılıksız örnekleme yöntemlerinden uygun (kolayda) örnekleme tekniği kullanılmıştır (Golzar et al., 2022). Çalışmada, değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla ilişkisel model benimsenmiş; ayrıca irade kontrolü ile konsantrasyon düzeyi arasındaki ilişkide etkili karar verme değişkeninin aracılık rolü analiz edilmiştir. Ek olarak, konsantrasyon düzeyi puanlarının cinsiyet ve spor psikoloğu desteği değişkenlerinin etkileşimine göre farklılaşp farklılaşmadığı değerlendirilmiştir

Şekil 1. Araştırmanın kavramsal modeli



Not. X = İrade kontrolü, M = Etkili karar verme, Y = Konsantrasyon düzeyi.

Etik Husus

Araştırma, Helsinki Deklarasyonu'nda belirtilen etik ilke ve standartlara uygun olarak yürütülmüş; etik kurul onayı Mersin Üniversitesi Spor Bilimleri Etik Kurulu'ndan 04.05.2026 tarih ve 039 sayılı karar ile alınmıştır. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayalı olarak gerçekleştirilmiş ve tüm katılımcılardan bilgilendirilmiş gönüllü onam alınmıştır. On sekiz yaşından küçük katılımcılar için ayrıca ebeveynlerinden veya yasal vasilerinden bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Çalışma sürecinde, dil düzenleme ve yazım

denetimi amacıyla yapay zekâ araçlarından sınırlı düzeyde yararlanılmış; çalışmanın tüm bilimsel içeriği ve yorumlanmasına ilişkin sorumluluk yazarlara aittir.

Çalışma Grubu

Araştırmanın evrenini Türkiye’de aktif olarak tenis oynayan sporcular oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Türkiye’nin farklı bölgelerinde aktif olarak tenis oynayan ve gönüllü katılım sağlayan 691 tenisçiden oluşmaktadır. Katılımcıların yaşları 12 ile 45 arasında değişmekte olup yaş ortalaması $\bar{X} = 21.87$ ($SS = 6.04$)’tir. Lisanslı spor deneyim süresi 2 ile 20 yıl arasında değişmekte olup ortalama $\bar{X} = 4.68$ ($SS = 3.25$)’tir. Katılımcıların %48.6’sı kadın ($n = 336$) ve %51.4’ü erkektir ($n = 355$). Spor psikoloğu desteği alma durumuna göre katılımcıların %40.5’i ($n = 280$) hiç destek almadığını, %33.4’ü ($n = 231$) nadiren destek aldığını ve %26.0’ı ($n = 180$) sık sık destek aldığını bildirmiştir. Sporculuk düzeyine göre katılımcıların %80.6’sı ($n = 557$) amatör, %19.4’ü ($n = 134$) profesyonel sporculardan oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada veri toplama aracı olarak üç farklı ölçek kullanılmıştır: Sporcularda Algılanan Konsantrasyon Düzeyi Ölçeği, Sporcularda İrade Kontrol Düzeyi Ölçeği ve Sporda Etkili Karar Verme Ölçeği.

Sporcularda Algılanan Konsantrasyon Düzeyi Ölçeği (Kara & Kara, 2026): Ölçek, sporcuların antrenman ve müsabaka süreçlerinde algıladıkları konsantrasyon düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiş olup, 7’li Likert tipinde 27 maddeden ve iki alt boyuttan (Odaklanma ve Dikkati Sürdürme; Baskı Altında Dikkat Kontrolü) oluşmaktadır. Faktör analizleri sonucunda iki faktörlü yapının doğrulandığı ve toplam varyansın %71.11’ini açıkladığı belirlenmiştir. Model uyum indeksleri kabul edilebilir düzeydedir ($\chi^2/df=4.46$; RMSEA=.080; SRMR=.023; CFI=.99). Cronbach’s Alpha katsayıları alt boyutlarda .97–.98, ölçeğin genelinde .99 olarak rapor edilmiştir. Mevcut çalışmada ölçeğin Cronbach’s Alpha katsayısı .96’dır.

Sporcularda İrade Kontrol Düzeyi Ölçeği (Kara et al., 2025): Ölçek, sporcuların zorlu koşullar altında kararlılık, öz disiplin ve motivasyonlarını sürdürebilme düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiş olup, 7’li Likert tipinde 15 maddeden ve üç alt boyuttan (İstikrar, Duygusal Kontrol, Fiziksel Kontrol) oluşmaktadır. Açıklayıcı faktör analizi sonucunda üç faktörlü yapının toplam varyansın %60.91’ini açıkladığı belirlenmiş, bu yapı doğrulayıcı faktör analizi ile doğrulanmıştır. Model uyum indeksleri kabul edilebilir düzeydedir ($\chi^2/df=4.46$; RMSEA=.075; CFI=.97; SRMR=.052). Cronbach’s Alpha katsayıları alt boyutlarda .75–.86, ölçeğin genelinde .90 olarak rapor edilmiştir. Mevcut çalışmada ölçeğin Cronbach’s Alpha katsayısı .98’dir.

Sporda Etkili Karar Verme Ölçeği (Çetin & Kara, 2024): Ölçek, sporcuların müsabaka ve antrenman ortamında etkili karar verme düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiş olup, 5’li Likert tipinde 15 maddeden ve iki alt boyuttan (İçsel Karar Verme, Dışsal Karar Verme) oluşmaktadır. Bu çalışmada modele uygunluğu nedeniyle yalnızca İçsel Karar Verme alt boyutu kullanılmıştır. Bu alt boyut, sporcuların alternatifleri değerlendirme, deneyimlerinden yararlanma ve dış etkenlerden bağımsız hareket edebilme düzeylerini yansıtmaktadır. Açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri sonucunda iki faktörlü yapının doğrulandığı ve toplam varyansın yaklaşık %54’ünü açıkladığı belirlenmiştir. Model uyum indeksleri kabul edilebilir düzeydedir ($\chi^2/df=2.8$; RMSEA=.068; CFI=.96; SRMR=.060). Cronbach’s Alpha katsayıları İçsel Karar Verme

için .85, Dışsal Karar Verme için .87 olarak rapor edilmiştir. Mevcut araştırmada kullanılan İçsel Karar Verme alt boyutuna ait Cronbach's Alpha katsayısı .90'dır. Bu araştırmada karar verme, sporcunun kendi bilişsel değerlendirmeleri ve öz-düzenleme süreçleri doğrultusunda gerçekleştirdiği seçimleri temsil eden bir mekanizma olarak ele alındığından, yalnızca İçsel Karar Verme alt boyutu modele dâhil edilmiştir. Dışsal Karar Verme alt boyutu ise dışsal yönlendirmelerle ilişkili karar süreçlerini yansıttığından, irade kontrolü ile konsantrasyon düzeyi arasındaki bireysel bilişsel mekanizmaya odaklanan mevcut modelin kapsamı dışında tutulmuştur.

Verilerin Analizi

Araştırmadan elde edilen verilerin analizinde Jamovi istatistik paket programı kullanılmıştır. Analizler öncesinde verilerin normal dağılıma uygunluğu çarpıklık ve basıklık değerleri ile Kolmogorov-Smirnov testi kullanılarak değerlendirilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkilerin belirlenmesinde Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. İrade kontrolünün konsantrasyon düzeyi üzerindeki etkisinde etkili karar vermenin aracılık rolü aracılık analizi ile test edilmiş ve dolaylı etkinin anlamlılığı 5.000 bootstrap yeniden örnekleme yöntemiyle elde edilen %95 güven aralıkları üzerinden değerlendirilmiştir. Ayrıca konsantrasyon düzeyi puanlarının cinsiyet ve spor psikoloğu desteği düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını ve bu iki değişkenin etkileşim etkisini incelemek amacıyla iki yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edilmiştir.

Tablo 1. Veri Toplama Araçlarına Ait Normallik Testi Sonuçları

	N	X	Çarpıklık	Basıklık	Kolmogorov-Smirnov		
					İstatistik	sd	p
Karar Verme	691	3.91	-.706	.882	.088	691	$p < .001$
Konsantrasyon Düzeyi	691	4.21	-.125	-.760	.048	691	$p < .001$
İrade Kontrolü	691	5.03	-.527	-.059	.082	691	$p < .001$

Not. $p < .001$ düzeyinde anlamlıdır.

Araştırmada kullanılan ölçme araçlarından elde edilen puanların dağılım özelliklerini belirlemek amacıyla, büyük örneklemelerde yaygın olarak tercih edilen Kolmogorov-Smirnov normallik testi uygulanmıştır (Field, 2024). Elde edilen sonuçlar, tüm değişkenlerin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde normal dağılımdan sapma gösterdiğini ortaya koymuştur ($p < .001$) (Field, 2024). Bununla birlikte, normallik testlerinin büyük örneklemelerde ($n > 300$) oldukça hassas olduğu ve küçük sapmaları dahi anlamlı gösterebildiği bilinmektedir (Tabachnick & Fidell, 2013). Bu nedenle, normalliğin değerlendirilmesinde çarpıklık ve basıklık değerleri de dikkate alınmıştır. Tablo 1 incelendiğinde, değişkenlere ait çarpıklık değerlerinin $-.706$ ile $-.125$, basıklık değerlerinin ise $-.760$ ile $.882$ aralığında olduğu görülmektedir. Bu değerlerin ± 2 kabul edilebilir sınırları içerisinde yer alması, büyük örneklemeler için önerilen kriterler doğrultusunda verilerin normal dağılım varsayımını sağladığını göstermektedir (Kim, 2013). Bu doğrultuda, araştırma verilerinin parametrik testlerin gerektirdiği normallik koşulunu sağladığı kabul edilmiş olup, doğrulayıcı faktör analizine (DFA) ilişkin bulgular Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2. Veri Toplama Araçları İçin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

	CMIN/DF (χ^2/df)	CFI	TLI	SRMR	RMSEA	p
Karar Verme	126/44=2.86	0.96	0.94	0.03	0.08	p < .001
Konsantrasyon Düzeyi	366/324=1.12	0.98	0.98	0.02	0.03	p < .001
İrade Kontrolü	665/187=3.55	0.94	0.92	0.04	0.08	p < .001

Tablo 2’de sunulan DFA bulguları incelendiğinde, tüm ölçme araçlarına ait model uyum değerlerinin genel olarak kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmektedir. Karar Verme Ölçeği için χ^2/df (2.86), CFI (.96), TLI (.94), SRMR (.03) ve RMSEA (.08) değerleri modelin kabul edilebilir uyum gösterdiğini ortaya koymaktadır. Konsantrasyon Düzeyi Ölçeği için χ^2/df (1.12), CFI (.98), TLI (.98), SRMR (.02) ve RMSEA (.03) değerleri oldukça iyi düzeyde model uyumuna işaret etmektedir. İrade Kontrolü Ölçeği için ise χ^2/df (3.55), CFI (.94), TLI (.92), SRMR (.04) ve RMSEA (.08) değerleri kabul edilebilir sınırlar içerisinde yer almaktadır. Bu bulgular, araştırmada kullanılan ölçme araçlarının doğrulayıcı faktör analizine göre yapı geçerliğini desteklediğini ve ölçüm modellerinin veriye uygunluk gösterdiğini ortaya koymaktadır (Hu & Bentler, 1999; Kline, 2023).

BULGULAR

Aracılık analizi öncesinde araştırma değişkenleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla korelasyon analizi gerçekleştirilmiş (Hayes, 2017) ve elde edilen sonuçlar Tablo 3’te sunulmuştur

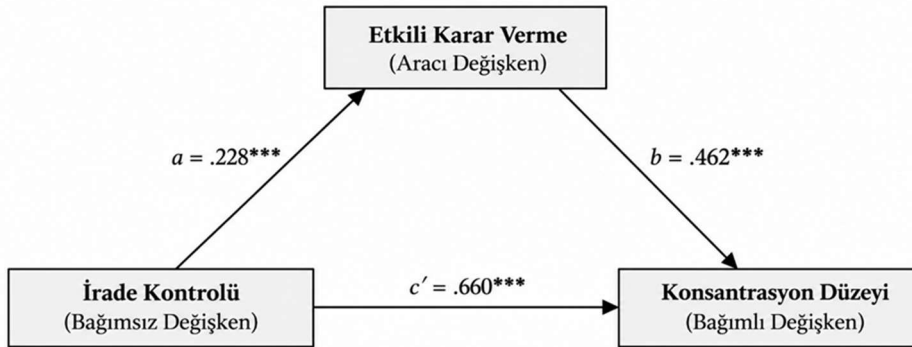
Tablo 3. Araştırma Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları

N=691	X	SS	1	2	3	Cronbach Alfa (α)
1-Karar Verme	3.91	0.80	1	.52**	.40**	0.90
2-Konsantrasyon Düzeyi	4.21	1.42		1	.74**	0.96
3-İrade Kontrolü	5.03	1.40			1	0.98

Not. **p < .01 düzeyinde anlamlıdır.

Tenisçilerin karar verme ile konsantrasyon düzeyi puanları arasında pozitif yönlü ve yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r = .52, p < .01$). Bu bulgu, daha yüksek karar verme puanlarının daha yüksek konsantrasyon düzeyi puanlarıyla ilişkili olduğunu göstermektedir. Öte yandan, karar verme ile irade kontrolü puanları arasında pozitif yönlü ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki ($r = .40, p < .01$), konsantrasyon düzeyi ile irade kontrolü puanları arasında ise pozitif yönlü ve yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki belirlenmiştir ($r = .74, p < .01$). Korelasyon katsayılarının .10–.29 arası düşük, .30–.49 arası orta ve .50 ve üzeri yüksek düzeyde ilişkiyi ifade ettiği belirtilmektedir (Cohen, 2013). Ayrıca, değişkenlere ait Cronbach’s Alpha güvenirlik katsayıları karar verme için .90, konsantrasyon düzeyi için .96 ve irade kontrolü için .98 olarak hesaplanmıştır. Bu değerler, ölçeklerin yüksek ve çok yüksek düzeyde güvenilirliğe sahip olduğunu göstermektedir (George & Mallery, 2024). Elde edilen bu bulgular doğrultusunda, değişkenler arasında anlamlı ilişkilerin bulunduğu görülmüş olup H1 hipotezi desteklenmiştir ($p < .01$). Bu doğrultuda, değişkenler arasındaki ilişkilerin aracılık modeli kapsamında incelenmesine yönelik oluşturulan yapısal model Şekil 2’de sunulmuştur.

Şekil 2. İrade Kontrolü İle Konsantrasyon Düzeyi Arasındaki İlişkide Etkili Karar Vermenin Aracılık Modeli



Şekil 2’de irade kontrolü, etkili karar verme ve konsantrasyon düzeyi arasındaki aracılık modeli ve modele ait yol katsayıları sunulmuştur. Modelde irade kontrolünden etkili karar vermeye uzanan a yolu, etkili karar vermeden konsantrasyon düzeyine uzanan b yolu ve irade kontrolünden konsantrasyon düzeyine uzanan doğrudan c' yolu gösterilmektedir. Aracılık modeline ilişkin doğrudan, dolaylı ve toplam etkilerin istatistiksel analiz sonuçları Tablo 4’te sunulmuştur.

Tablo 4. Modele Ait Aracılık Analizi Sonuçları

Yol / Etki	Etiket	Tahmin	SH	%95 GA Alt	%95 GA Üst	Z	p	Aracılık (%)
İrade Kontrolü → Etkili Karar Verme	a	0.228	0.019	0.189	0.267	11.4	< .001	—
Etkili Karar Verme → Konsantrasyon Düzeyi	b	0.462	0.044	0.374	0.549	10.3	< .001	—
İrade Kontrolü → Konsantrasyon Düzeyi (Doğrudan Yol)	c'	0.660	0.025	0.610	0.710	25.9	< .001	—
Dolaylı Etki	$a \times b$	0.105	0.013	0.078	0.132	7.67	< .001	13.7
Doğrudan Etki	c'	0.660	0.025	0.610	0.710	25.92	< .001	86.3
Toplam Etki	c	0.766	0.025	0.716	0.815	30.50	< .001	100.0

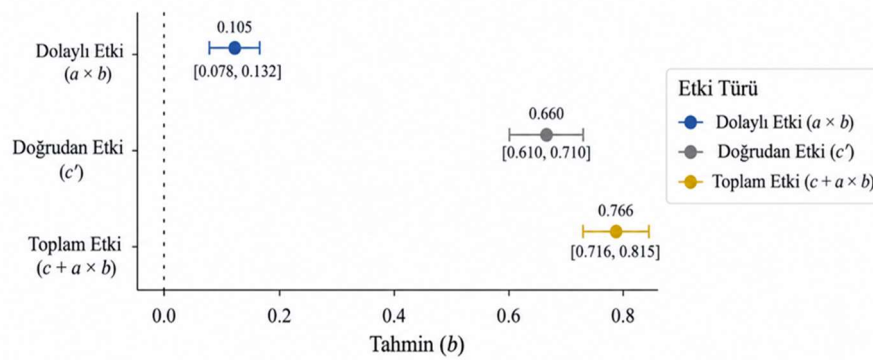
Not. SH = Standart Hata; GA = Güven Aralığı; a = İrade Kontrolü → Etkili Karar Verme yolu; b = Etkili Karar Verme → Konsantrasyon Düzeyi yolu; c' = doğrudan etki; $a \times b$ = dolaylı etki; c = toplam etki.

Tablo 4 incelendiğinde, irade kontrolü ile etkili karar verme arasındaki a yolunun pozitif yönlü ve anlamlı olduğu görülmektedir ($b = .228$, $Z = 11.4$, $p < .001$). Bu bulgu, daha yüksek irade kontrolü puanlarının daha yüksek etkili karar verme puanlarıyla ilişkili olduğunu göstermektedir. Benzer şekilde, etkili karar verme ile konsantrasyon düzeyi arasındaki b yolunun pozitif yönlü ve anlamlı olduğu belirlenmiştir ($b = .462$, $Z = 10.3$, $p < .001$). Bu bulgu, daha yüksek etkili karar verme puanlarının daha yüksek konsantrasyon düzeyi puanlarıyla ilişkili olduğunu göstermektedir. İrade kontrolü ile konsantrasyon düzeyi arasındaki doğrudan c' yolunun da pozitif yönlü ve anlamlı olduğu belirlenmiştir ($b = .660$, $Z = 25.9$, $p < .001$). Bununla birlikte, irade kontrolü → etkili karar verme → konsantrasyon düzeyi yoluna ilişkin dolaylı etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir ($b = .105$, $Z = 7.67$, $p < .001$, %95 GA [.078, .132]). Dolaylı etkinin toplam etki içerisindeki

payı %13.7 iken, doğrudan etkinin payı %86.3 olarak hesaplanmıştır. Bu bulgular, irade kontrolü ile konsantrasyon düzeyi arasındaki ilişkinin büyük ölçüde doğrudan olduğunu, bununla birlikte etkili karar vermenin de bu ilişkide anlamlı bir kısmi aracılık rolü gösterdiğini ortaya koymaktadır.

Doğrudan ve dolaylı etkilerin birlikte anlamlı bulunması, modelde kısmi aracılığa işaret etmektedir (Hayes, 2017). Ayrıca dolaylı etkiye ilişkin %95 güven aralığının sıfırı içermemesi [.078, .132], aracılık modelindeki dolaylı etkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu desteklemektedir (Zhao et al., 2010). Bu doğrultuda, etkili karar vermenin irade kontrolü ile konsantrasyon düzeyi arasındaki ilişkide kısmi bir aracılık rolü gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgular doğrultusunda H2 hipotezi desteklenmiştir. Elde edilen aracılık modeline ilişkin doğrudan, dolaylı ve toplam etki tahminleri ile %95 güven aralıkları Şekil 3'te sunulmuştur.

Şekil 3. Aracılık Modeline Ait Etki Tahminleri ve Güven Aralıkları



Şekil 3'te aracılık modeline ait doğrudan, dolaylı ve toplam etkilere ilişkin tahmin değerleri ve %95 güven aralıkları gösterilmektedir. Bulgular, doğrudan etkiye ilişkin katsayının dolaylı etkiye ilişkin katsayıdan daha yüksek olduğunu ve modelde kısmi aracılık bulunduğunu göstermektedir. Ayrıca konsantrasyon düzeyi puanlarının cinsiyet ve spor psikoloğu desteği düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla gerçekleştirilen iki faktörlü ANOVA sonuçları Tablo 5'te sunulmuştur

Tablo 5. Konsantrasyon Düzeyi Puanlarının Cinsiyet ve Spor Psikoloğu Desteğine Göre İki Faktörlü ANOVA Sonuçları

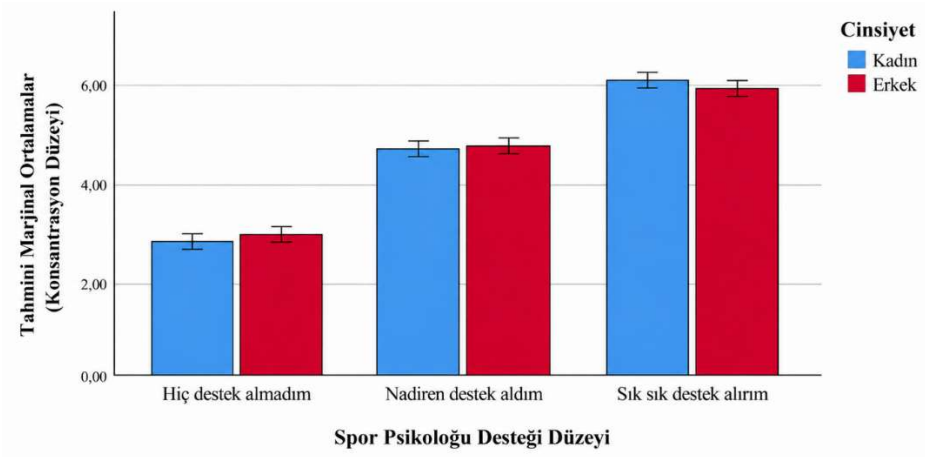
Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Kısmi (ηp²)	eta-kare
Cinsiyet	.329	1	.329	.924	.337	.001	
SPD	1117.943	2	558.971	1569.44	< .001	.821	
Cinsiyet × SPD	2.829	2	1.415	3.972	.019	.011	
Hata	243.968	685	.356				
Toplam	13677.370	691					

Not. SPD = Spor Psikoloğu Desteği.

Tablo 5'te sunulan iki faktörlü varyans analizi sonuçlarına göre, konsantrasyon düzeyi puanlarının cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı görülmektedir ($F(1,685) = .924$, $p = .337$, $\eta p^2 = .001$). Buna karşın, konsantrasyon düzeyi puanlarının spor psikoloğu desteği düzeylerine göre anlamlı biçimde farklılaştığı belirlenmiştir ($F(2,685) = 1569.44$, $p < .001$, $\eta p^2 = .821$). Daha yüksek spor psikoloğu desteği bildiren

sporcuların daha yüksek konsantrasyon düzeyi puanlarına sahip olduğu görülmüştür. Ayrıca cinsiyet ile spor psikoloğu desteği arasındaki etkileşimin anlamlı olduğu belirlenmiştir ($F(2,685) = 3.972$, $p = .019$, $\eta^2 = .011$). Bu sonuç, spor psikoloğu desteği düzeylerine göre gözlenen konsantrasyon puanı farklılıklarının cinsiyete göre sınırlı düzeyde değiştiğini göstermektedir. Bu bulgular doğrultusunda H3 hipotezi desteklenmiştir. Konsantrasyon düzeyi puanlarının cinsiyet ve spor psikoloğu desteği düzeyine göre değişimini gösteren tahmini marjinal ortalamalar ise Şekil 4'te sunulmuştur.

Şekil 4. Cinsiyet ve Spor Psikoloğu Desteği Düzeyine Göre Konsantrasyon Düzeyi Puanlarının Tahmini Marjinal



Not. Hata çubukları ± 1 standart hatayı göstermektedir.

Şekil 4'te cinsiyet ve spor psikoloğu desteği düzeylerine göre konsantrasyon düzeyi puanlarına ilişkin tahmini marjinal ortalamalar incelendiğinde, daha yüksek spor psikoloğu desteği bildiren hem kadın hem de erkek sporcuların daha yüksek konsantrasyon puanlarına sahip olduğu görülmektedir. Düşük destek düzeyinde konsantrasyon puanlarının daha düşük, yüksek destek düzeyinde ise daha yüksek olduğu dikkat çekmektedir. Bununla birlikte, spor psikoloğu desteği düzeylerine göre gözlenen konsantrasyon puanı farklılıklarının cinsiyete göre sınırlı düzeyde değiştiği ve özellikle yüksek destek düzeyinde gruplar arasında küçük farklılaşmaların ortaya çıktığı görülmektedir. Bu bulgular, spor psikoloğu desteği düzeyi ile konsantrasyon düzeyi arasındaki ilişkinin cinsiyete göre sınırlı düzeyde farklılaşabildiğini göstermektedir.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu araştırmada tenisçilerde irade kontrolü, etkili karar verme ve konsantrasyon düzeyi arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Ayrıca etkili karar vermenin aracılık rolü ile konsantrasyon düzeyi puanlarının spor psikoloğu desteği ve cinsiyete göre farklılaşma durumu değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgular, tenis gibi yüksek dikkat, hızlı karar verme ve öz düzenleme gerektiren performans ortamlarında bilişsel ve psikolojik süreçlerin birbiriyle ilişkili olduğunu göstermektedir (Seidel-Marzi et al., 2026). Ulaşılan

sonuçlar, Öz-Düzenleme Yaklaşımları ve Algısal-Bilişsel Performans Kuramı çerçevesinde değerlendirildiğinde, araştırma hipotezlerinin desteklendiğini ortaya koymaktadır.

Tenisçilerde irade kontrolü, etkili karar verme ve konsantrasyon düzeyi arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Bu durum, daha yüksek irade kontrolü düzeylerinin daha yüksek karar verme ve konsantrasyon düzeyleriyle ilişkili olduğuna işaret etmektedir. Bu sonuç, sporcunun dikkatini hedefe yönlendirmesi ve davranışlarını sürdürebilmesinin önemini vurgulayan Öz-Düzenleme Kuramı ile uyumludur (Baumeister et al., 2007; Englert, 2016). Aynı zamanda bulgular, algılama, dikkat, bilgi işleme ve tepki seçme süreçlerini birbiriyle ilişkili biçimde ele alan Algısal-Bilişsel Performans Yaklaşımıyla da aynı doğrultudadır (Mann et al., 2007; Williams & Jackson, 2019). Tenis gibi açık beceri gerektiren sporlarda çoklu uyaranların eş zamanlı değerlendirilmesi gerektiğinden (Öztürker et al., 2025), karar verme ile konsantrasyon arasındaki güçlü ilişki performansın doğasıyla uyumludur. Nitekim elit sporcular üzerinde yapılan meta-analiz çalışmaları, spor deneyimi ile dikkat kontrolü ve karar verme süreçleri arasında ilişkiler bulunduğunu (Voss et al., 2010) ve yürütücü işlevlerin hızlı ve doğru karar verme ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Seidel-Marzi et al., 2026).

Konsantrasyon düzeyi ile irade kontrolü arasındaki güçlü ilişki, bu iki yapının performans sürecinde birbiriyle yakından ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda, irade kontrolünün dikkat düzenleme ve davranışı sürdürme kapasitesiyle ilişkili olması (Hagger et al., 2026), dikkat dağıtıcı uyaranlar karşısında konsantrasyonun sürdürülmesiyle ilişkili önemli bir psikolojik süreç olarak değerlendirilmektedir (Englert, 2016). Nitekim elit sporcular üzerinde yürütücü işlevleri inceleyen meta-analiz bulguları, öz-düzenleme ve inhibisyon süreçlerinin dikkat kontrolü ve performans sürekliliği ile güçlü biçimde ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Voss et al., 2010). Benzer şekilde, tenis sporcuları üzerinde gerçekleştirilen çalışmalar da dikkat ve konsantrasyon becerilerinin tenis performansıyla yakından ilişkili olduğunu göstermektedir (Ünver et al., 2023).

Karar verme ile irade kontrolü arasındaki ilişkinin orta düzeyde bulunması, bu iki yapının ilişkili olmakla birlikte farklı psikolojik süreçleri temsil ettiğini göstermektedir. Karar verme daha çok bilişsel değerlendirme ve uygun tepkiyi seçme süreçleriyle ilişkiliyken (Kara et al., 2026), irade kontrolü davranışı sürdürme ve öz düzenleme kapasitesiyle ilişkilidir (Inzlicht et al., 2021). Sporcularda karar verme süreçlerini inceleyen çalışmalar, bu sürecin sezgisel ve analitik bileşenler içerdiğini ve dikkat, deneyim ile yürütücü işlevlerle ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Seidel-Marzi et al., 2026; Raab, 2012). Ayrıca açık beceri sporcuları üzerinde yapılan araştırmalar, karar verme performansının öz kontrolün yanı sıra algısal-bilişsel beceriler ve çevresel bilgi işleme süreçleriyle de ilişkili olduğunu göstermektedir (Williams & Jackson, 2019). Bu doğrultuda irade kontrolü, karar verme süreçleriyle ilişkili önemli değişkenlerden biri olarak değerlendirilebilir. Genel olarak değerlendirildiğinde, tenisçilerde irade kontrolü, etkili karar verme ve konsantrasyon düzeyi arasındaki pozitif ilişkiler, bu yapıların performans bağlamında birbiriyle ilişkili olduğunu ortaya koymakta ve H1 hipotezini desteklemektedir.

Çalışmanın bir diğer önemli sonucu, etkili karar verme değişkeninin irade kontrolü ile konsantrasyon düzeyi arasındaki ilişkide anlamlı bir kısmi aracılık rolü gösterdiğini ortaya koymaktadır. Bu sonuç, tenisçilerde irade kontrolü ile konsantrasyon düzeyi arasındaki ilişkinin hem doğrudan hem de etkili karar verme üzerinden dolayı bir yol içerdiğine işaret etmektedir. Öz-Düzenleme Kuramı açısından değerlendirildiğinde, bireyin hedefe yönelik davranışlarını sürdürebilmesi bilişsel değerlendirme süreçleri ile öz-kontrol mekanizmalarının eş zamanlı kullanımıyla ilişkilendirilmekte (Baumeister et al., 2007) ve bu süreçlerin performansın sürekliliğiyle ilişkili olduğu belirtilmektedir (Englert, 2016). Elde edilen bulgu, algılama, dikkat, bilgi işleme ve uygun tepkiyi seçme süreçlerini birbiriyle ilişkili biçimde ele alan Algısal-Bilişsel Performans Yaklaşımıyla da uyumludur (Williams & Jackson, 2019). Bu yaklaşıma göre sportif performans; algılama, dikkat, karar verme ve tepki seçme gibi birbiriyle ilişkili süreçleri içermektedir (Mann et al., 2007). Nitekim sporcularda yürütücü işlevleri inceleyen çalışmalar, karar verme süreçlerinin dikkat kontrolü ve bilişsel esneklik ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Seidel-Marzi et al., 2026). Bu bağlamda karar verme, irade kontrolü ile konsantrasyon arasındaki ilişkide istatistiksel olarak anlamlı bir aracı değişken olarak değerlendirilebilir. Araştırmada elde edilen kısmi aracılık bulgusu, karar verme süreçleri ile performans arasındaki dolaylı ilişkileri ele alan çalışmalarla paralellik göstermektedir (Furley & Memmert, 2015; Raab, 2012). Bununla birlikte, dolaylı ilişkinin sınırlı düzeyde bulunması, aracılık örüntüsünün bağlama ve spor türüne göre farklılaşabileceğini düşündürmektedir (Seidel-Marzi et al., 2026). Genel olarak değerlendirildiğinde, etkili karar verme değişkeninin irade kontrolü ile konsantrasyon düzeyi arasındaki ilişkide kısmi bir aracılık rolü gösterdiği görülmekte ve H2 hipotezi desteklenmektedir.

Diğer taraftan, araştırmada tenisçilerin konsantrasyon düzeyi puanlarının spor psikoloğu desteği düzeylerine göre anlamlı biçimde farklılaştığı ve bu farklılaşmanın cinsiyete göre sınırlı düzeyde değiştiği belirlenmiştir. Daha yüksek spor psikoloğu desteği bildiren hem kadın hem de erkek sporcuların daha yüksek konsantrasyon puanlarına sahip olduğu; ancak destek düzeylerine göre gözlenen bu farklılığın büyüklüğünün cinsiyete göre sınırlı düzeyde değişebildiği görülmüştür. Bu durum, spor psikoloğu desteği düzeyi ile konsantrasyon düzeyi arasındaki ilişkinin cinsiyete göre farklılaşabileceğine işaret etmektedir. Spor psikoloğu desteği düzeylerine göre gözlenen konsantrasyon puanı farklılıkları, psikolojik beceri antrenmanları ile dikkat kontrolü ve bilişsel performans arasındaki ilişkileri ortaya koyan araştırmalarla uyumludur. Örneğin, genç futbolcular üzerinde gerçekleştirilen bir çalışmada spor psikoloğu desteğinin karar verme performansı ve bilişsel süreçlerle ilişkili olduğu bildirilmiştir (Kara et al., 2026). Futbol ve tenis, yapısal olarak farklı spor dalları olmakla birlikte, her ikisi de değişen çevresel uyaranların hızlı biçimde değerlendirilmesini, dikkat kontrolünün sürdürülmesini ve kısa sürede uygun kararların verilmesini gerektiren algısal-bilişsel talepler içermektedir (Mann et al., 2007; Williams & Jackson, 2019). Bu ortak bilişsel gereklilikler, futbolcularda bildirilen bulguların tenisçilerde elde edilen mevcut sonuçlarla birlikte değerlendirilmesine kuramsal bir zemin sağlamaktadır. Benzer şekilde, Birrer ve Morgan (2010) psikolojik beceri antrenmanlarının dikkat kontrolü ve performansın sürdürülmesi açısından önemine dikkat çekerken, Weinberg ve Gould (2023) zihinsel antrenman uygulamalarının konsantrasyon ve stres yönetimiyle yakından

ilişkili olduğunu vurgulamaktadır. Bu bulgular, spor psikoloğu desteği ile konsantrasyon düzeyi arasında mevcut araştırmada belirlenen pozitif ilişkiyi destekleyen bir çerçeveye sunmaktadır.

Cinsiyet açısından değerlendirildiğinde, kadın ve erkek tenisçilerin konsantrasyon düzeyi puanları arasında tek başına anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bununla birlikte, spor psikoloğu desteği ile cinsiyet arasındaki etkileşimin anlamlı olması, destek düzeylerine göre konsantrasyon puanlarında gözlenen farklılıkların kadın ve erkek sporcularda aynı büyüklükte olmadığını göstermektedir. Şekil 4'te görüldüğü üzere, düşük ve orta destek düzeylerinde erkek sporcuların konsantrasyon puanları kadın sporculara göre görece daha yüksekken, yüksek destek düzeyinde bu örüntü tersine dönmüş ve kadın sporcuların puanları görece daha yüksek bulunmuştur. Bu örüntü, artan spor psikoloğu desteğinin konsantrasyon düzeyine yansımalarının kadın sporcularda görece daha belirgin olabileceğine işaret etmekle birlikte, etkileşime ilişkin düşük etki büyüklüğü ($\eta^2 = .011$) nedeniyle söz konusu cinsiyet farklılığı temkinli değerlendirilmelidir. Bu sonuç, kadın ve erkek sporcuların başa çıkma stratejileri ve stres değerlendirme süreçlerinin bazı yönlerden farklılaşabildiğini bildiren çalışmalarla birlikte değerlendirilebilir (Nicholls & Polman, 2007; Kaiseler et al., 2009). Ancak mevcut araştırmanın ilişkisel ve kesitsel yapısı dikkate alındığında, bu bulgu kadın ya da erkek sporcuların spor psikoloğu desteğinden daha fazla yararlandığı şeklinde nedensel olarak yorumlanmamalıdır.

Algısal-Bilişsel Performans Yaklaşımı açısından dikkat, bilgi işleme, karar verme ve tepki seçme gibi bilişsel süreçler sportif performans bağlamında birbiriyle ilişkili yapılar olarak ele alınmaktadır (Mann et al., 2007; Williams & Jackson, 2019). Tenis gibi hızlı karar verme ve dikkat sürekliliği gerektiren sporlarda bu süreçlerin önemi daha da belirginleşmektedir. Bu çerçevede, mevcut araştırmada daha yüksek spor psikoloğu desteği bildiren tenisçilerin daha yüksek konsantrasyon düzeyi puanlarına sahip olması, psikolojik destek ile konsantrasyon arasındaki pozitif ilişkiye işaret etmektedir. Ayrıca bu ilişkinin cinsiyete göre sınırlı düzeyde farklılaşabildiği görülmüştür. Bu bulgular doğrultusunda H3 hipotezi desteklenmiştir.

Sonuç olarak, tenisçilerin irade kontrolü, etkili karar verme ve konsantrasyon düzeyi arasında anlamlı ilişkiler bulunduğu ve etkili karar vermenin irade kontrolü ile konsantrasyon düzeyi arasındaki ilişkide kısmi bir aracılık rolü gösterdiği belirlenmiştir. Ayrıca konsantrasyon düzeyi puanlarının spor psikoloğu desteği düzeylerine göre anlamlı biçimde farklılaştığı ve bu farklılaşmanın cinsiyete göre sınırlı düzeyde değişebildiği ortaya konmuştur. Bu bulgular, tenisçilerde bilişsel ve psikolojik süreçlerin birbiriyle ilişkili olduğunu göstermekte ve spor psikoloğu desteğinin konsantrasyon düzeyi bağlamında dikkate alınması gereken önemli bir değişken olduğuna işaret etmektedir. Uygulama açısından bulgular, antrenörlerin tenisçilerin dikkat kontrolü ve karar verme becerilerini destekleyen uygulamalara antrenman süreçlerinde yer vermelerinin; spor psikologlarının ise irade kontrolü, karar verme ve konsantrasyon düzeyini birbiriyle ilişkili süreçler olarak ele almalarının önemine işaret etmektedir. Tenis sporcuları açısından da bu bilişsel ve psikolojik becerilerin antrenman sürecinin bir parçası olarak ele alınması, performansın psikolojik boyutunun daha bütüncül biçimde değerlendirilmesine katkı sağlayabilir.

SINIRLILIKLAR VE ÖNERİLER

Bu araştırma bazı sınırlılıklar içermektedir. Öncelikle çalışma kesitsel ve ilişkisel bir araştırma tasarımına sahip olduğundan, değişkenler arasındaki ilişkiler nedensel olarak yorumlanamaz. Ayrıca örneklem, kolayda örnekleme yöntemi ile belirlenen tenis sporcularından oluştuğu için elde edilen bulguların genellenebilirliği sınırlıdır. Verilerin öz-bildirim (self-report) ölçekler aracılığıyla toplanmış olması, sosyal beğenirlik yanlılığı ve bireysel algı farklılıkları gibi ölçüm hatalarını beraberinde getirebilir. Bununla birlikte, araştırmada yalnızca içsel karar verme boyutunun kullanılması, karar verme yapısının tüm yönleriyle ele alınmasını sınırlandırmış olabilir. Son olarak, spor psikoloğu desteği değişkeni sıklık düzeyine göre kategorik olarak değerlendirilmiş olup, bu desteğin içeriği, süresi ve niteliği gibi önemli özellikler detaylı biçimde incelenmemiştir.

Gelecek araştırmalar için bazı öneriler sunulabilir. Öncelikle, boylamsal ve deneysel araştırma tasarımlarının kullanılması, değişkenler arasındaki olası nedensel ilişkilerin daha güçlü biçimde değerlendirilmesine olanak sağlayabilir. Ayrıca, öz-bildirim ölçeklerine dayalı ölçümlerin sınırlılıklarını azaltmak amacıyla gelecekteki araştırmalarda karar verme ve konsantrasyon süreçleri Stroop ve Flanker gibi bilgisayar tabanlı nörobilişsel testler ile göz izleme (eye-tracking) gibi nesnel ölçüm araçları kullanılarak desteklenebilir. Farklı spor branşlarından ve daha temsili örneklemelerden veri toplanarak bulguların genellenebilirliği artırılabilir. Karar verme sürecinin hem içsel hem de dışsal boyutlarıyla birlikte ele alınması, modelin daha kapsamlı değerlendirilmesine olanak tanıyacaktır. Ayrıca spor psikoloğu desteğinin yalnızca sıklığı değil, içerik, yöntem ve uygulama süresi gibi boyutlarının da incelenmesi önerilmektedir. Uygulama açısından, antrenörlerin ve saha uygulayıcılarının dikkat kontrolü, karar verme ve öz-düzenleme becerilerini antrenman süreçlerine entegre etmeleri; özellikle maç koşullarını yansıtan, bilişsel yükün ve yorgunluğun arttığı durumlarda hızlı ve doğru karar vermeyi gerektiren uygulamalara yer vermeleri önerilmektedir. Bu tür uygulamaların sporcuların konsantrasyon düzeyi ve sportif performansı üzerindeki etkilerinin deneysel araştırmalarla incelenmesi de alana katkı sağlayabilir.

Kısaltmalar / Abbreviations

DFA — Confirmatory Factor Analysis (Doğrulamalı Faktör Analizi)
CFI — Comparative Fit Index (Karşılaştırmalı Uyum İndeksi)
TLI — Tucker-Lewis Index (Tucker-Lewis İndeksi)
RMSEA — Root Mean Square Error of Approximation (Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü)
SRMR — Standardized Root Mean Square Residual (Standardize Edilmiş Hata Kareleri Ortalamasının Karekökü)
SPD — Sport Psychologist Support (Spor Psikoloğu Desteği)
GA / CI — Confidence Interval (Güven Aralığı)
SH / SE — Standard Error (Standart Hata)
SS / SD — Standard Deviation (Standart Sapma)
X — Mean (Ortalama)
N — Total Number of Participants (Toplam Katılımcı Sayısı)
n — Sample Size (Örneklem Büyüklüğü)
F — F Test Statistic (F Test İstatistiği)
Z — Z Test Statistic (Z Test İstatistiği)
p — Significance Value (Anlamlılık Değeri)
 η^2 — Partial Eta Squared (Kısmi Eta Kare)
% — Percentage (Yüzde)

Beyanlar / Declarations

Etik Onay ve Katılım Onayı / Ethics approval and consent to participate

Bu çalışmanın hazırlanma ve yazım sürecinde "Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi" kapsamında bilimsel, etik ve alıntı kurallarına uyulmuştur. Toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamış ve bu çalışma başka bir akademik yayın ortamına değerlendirilmek üzere gönderilmemiştir. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları, Mersin Üniversitesi Spor Bilimleri Etik Kurulu tarafından incelenmiş ve etik açıdan uygun bulunmuştur (Karar tarihi: 04.05.2026, Karar No: 2026/039). Makale ile ilgili doğabilecek her türlü etik ihlal durumunda sorumluluk yazarlara aittir.

During the preparation and drafting of this manuscript, full compliance was maintained with the principles of scientific integrity, research ethics, and appropriate citation practices, in accordance with the "Directive on Scientific Research and Publication Ethics of Higher Education Institutions." The collected data were neither manipulated nor falsified, and the manuscript has not been submitted to any other academic publication venue for evaluation. The data collection instruments employed in this study were reviewed and deemed ethically appropriate by the Sports Sciences Ethics Committee of Mersin University (Decision Date: May 4, 2026; Decision No.: 2026/039). The authors assume full responsibility for any ethical violations that may arise in connection with this manuscript.

Veri Ve Materyal Erişilebilirliği / Availability of data and material

Bu çalışmanın bulgularını destekleyen veriler, makul bir talep üzerine sorumlu yazardan temin edilebilir. Veri setine yalnızca akademik amaçlarla erişim sağlanacak olup verilerin herhangi bir şekilde kullanılması durumunda özgün çalışmaya atıfta bulunulması ve katılımcıların gizliliğinin korunması gerekmektedir.

The data that support the findings of this study are available from the corresponding author upon reasonable request. The dataset will be accessible only for academic purposes, and any use of the data will recognize the original study and maintain the confidentiality of the participants.

Çıkar Çatışması / Competing interests

Yazar, bu çalışmada sunulan araştırmayı etkileyebilecek herhangi bir mali çıkar çatışmasının veya kişisel ilişkisinin bulunmadığını beyan etmektedir.

The author declares that there are no known competing financial interests or personal relationships that could have appeared to influence the work reported in this paper.

Yazar Katkıları / Authors' Contribution Statement

Yazar, araştırmanın tüm aşamalarını yürütmüş, çalışmanın içeriğini eleştirel bir bakış açısıyla gözden geçirmiş ve makalenin nihai hâlini onaylamıştır.

The author conducted all stages of the study, critically reviewed the content, and approved the final version of the manuscript.

Fon Desteği / Funding

Bu çalışma, kamu, özel veya kâr amacı gütmeyen sektörlerdeki fon sağlayıcı kurumlardan herhangi bir özel destek almamıştır.

This research received no external funding.

Teşekkür / Acknowledgements

None.

References / Kaynaklar

- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The strength model of self-control. *Current Directions in Psychological Science*, 16(6), 351–355. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00534.x>
- Birrer, D., & Morgan, G. (2010). Psychological skills training as a way to enhance an athlete's performance in high-intensity sports. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 20(Suppl. 2), 78–87. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2010.01188.x>
- Brimmell, J., Edwards, E. J., & Vaughan, R. S. (2024). Executive function and visual attention in sport: A systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 17(2), 1278–1311. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2022.2145574>
- Cohen, J. (2013). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Routledge.
- Coutinho, D., Gonçalves, B., Travassos, B., Abade, E., Wong, D. P., & Sampaio, J. (2019). Effects of pitch spatial references on players' positioning and physical performances during football small-sided games. *Journal of Sports Sciences*, 37(7), 741–747. <https://doi.org/10.1080/02640414.2018.1523671>

- Çetin, M. Ç., & Kara, M. (2024). Sporda etkili karar verme ölçeği (SEKVÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Gazi Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 29(1), 40–52. <https://doi.org/10.53434/gbesbd.1377855>
- Duckworth, A. L., Gendler, T. S., & Gross, J. J. (2014). Self-control in school-age children. *Educational Psychologist*, 49(3), 199–217. <https://doi.org/10.1080/00461520.2014.926225>
- Englert, C. (2016). The strength model of self-control in sport and exercise psychology. *Frontiers in Psychology*, 7, 314. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00314>
- Field, A. (2024). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics* (6th ed.). SAGE Publications.
- Furley, P., & Memmert, D. (2015). Creativity and working memory capacity in sports: Working memory capacity is not a limiting factor in creative decision making amongst skilled performers. *Frontiers in Psychology*, 6, 115. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00115>
- Furley, P., & Wood, G. (2016). Working memory, attentional control, and expertise in sports: A review of current literature and directions for future research. *Journal of Applied Research in Memory and Cognition*, 5(4), 415–425. <https://doi.org/10.1016/j.jarmac.2016.05.001>
- George, D., & Mallery, P. (2024). *IBM SPSS statistics 29 step by step: A simple guide and reference* (18th ed.). Routledge.
- Golzar, J., Noor, S., & Tajik, O. (2022). Convenience sampling. *International Journal of Education & Language Studies*, 1(2), 72–77.
- Hagger, M. S., Sas, S. V., Balla, J., Benoit, T. Z., Majeed, R., Primoceri, P., Smith, S. R., & Hamilton, K. (2026). Trait self-control and health behavior: Meta-analysis and test of a mediational model. *Health Psychology*, 45(7), 713–735. <https://doi.org/10.1037/hea0001588>
- Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford publications.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Inzlicht, M., Werner, K. M., Briskin, J. L., & Roberts, B. W. (2021). Integrating models of self-regulation. *Annual review of psychology*, 72(1), 319–345. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-061020-105721>
- Kaiseler, M., Polman, R., & Nicholls, A. (2009). Mental toughness, stress, stress appraisal, coping and coping effectiveness in sport. *Personality and individual differences*, 47(7), 728–733. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.06.012>
- Kara, M., Genç, M., Talaghir, L. G., Bençea, C. C., Olaru, B. S., & Ivan, P. (2026). Cognitive Tendencies Influencing Decision-Making in Young Footballers and the Role of Psychological Support. *Behavioral Sciences*, 16(2), 205. <https://doi.org/10.3390/bs16020205>
- Kara, N. S., & Kara, M. (2026). The Perceived Concentration Level in Athletes Scale (PCLAS): A Validity and Reliability Study. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 13(1), 1–20. <https://doi.org/10.70736/spjses.329>
- Kara, N. Ş., Uzun, N. B., & Lekeşiz, G. (2025). Willpower Level Scale for Athletes (WLSA): A Reliability and Validity Study. *Gazi Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 30(3), 74–84. <https://doi.org/10.53434/gbesbd.1694904>
- Kim, H. Y. (2013). Statistical notes for clinical researchers: assessing normal distribution (2) using skewness and kurtosis. *Restorative dentistry & endodontics*, 38(1), 52. <https://doi.org/10.5395/rde.2013.38.1.52>
- Kline, R. B. (2023). *Principles and practice of structural equation modeling*. Guilford publications.
- Mann, D. T., Williams, A. M., Ward, P., & Janelle, C. M. (2007). Perceptual-cognitive expertise in sport: A meta-analysis. *Journal of sport and exercise psychology*, 29(4), 457–478. <https://doi.org/10.1123/jsep.29.4.457>
- Nicholls, A. R., & Polman, R. C. (2007). Coping in sport: A systematic review. *Journal of sports sciences*, 25(1), 11–31. <https://doi.org/10.1080/02640410600630654>
- Öztürker, C., Şahan, A., & Erman, K. A. (2025). Impact of mental fatigue on tennis players' attention and groundstroke performance. *Frontiers in Psychology*, 16, 1544785. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1544785>
- Raab, M. (2012). Simple heuristics in sports. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 5(2), 104–120. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2012.654810>
- Reinebo, G., Alfonsson, S., Jansson-Fröjmark, M., Rozental, A., & Lundgren, T. (2023). Effects of psychological interventions to enhance athletic performance: A systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine (Auckland, NZ)*, 54(2), 347. <https://doi.org/10.1007/s40279-023-01931-z>
- Seidel-Marzi, O., Amatriain-Fernández, S., & Cañal-Bruland, R. (2026). Are core executive functions predictive of decision-making in sport? A scoping review. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24(3), 510–533. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2025.2454949>
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Pearson.

- Ünver, Ş., Kaplan, A., Arslan, H., & Şimşek, E. (2023). Does tennis training improve attention? New approach. *Children*, 10(4), 728. <https://doi.org/10.3390/children10040728>
- Voss, M. W., Kramer, A. F., Basak, C., Prakash, R. S., & Roberts, B. (2010). Are expert athletes 'expert' in the cognitive laboratory? A meta-analytic review of cognition and sport expertise. *Applied cognitive psychology*, 24(6), 812-826. <https://doi.org/10.1002/acp.1588>
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2023). *Foundations of sport and exercise psychology*. Human kinetics.
- Williams, A. M., & Jackson, R. C. (Eds.). (2019). *Anticipation and decision making in sport* (Vol. 612). London, UK: Routledge.
- Zhao, X., Lynch Jr, J. G., & Chen, Q. (2010). Reconsidering Baron and Kenny: Myths and truths about mediation analysis. *Journal of consumer research*, 37(2), 197-206. <https://doi.org/10.1086/651257>.

Disclaimer / Publisher's Note

The statements, opinions, and data contained in all publications are solely those of the individual author(s) and contributor(s) and do not necessarily reflect the views of **IJOSS** and/or the editor(s). **IJOSS** and/or the editor(s) disclaim responsibility for any injury to people or property resulting from any ideas, methods, instructions, or products referred to in the content. **IJOSS** remains neutral with regard to jurisdictional claims in published maps and institutional affiliations.