



**ANTRENÖRLERİN DUYGULARINI İFADE
ETMEDE ÇEŞİTLİ DEMOGRAFİK
ÖZELLİKLERİN ETKİSİNİN İNCELENMESİ**

Tuba TATLISU

**Yüksek Lisans Tezi
Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı
Doç. Dr. Öztürk AĞIRBAŞ
2021
(Her Hakkı Saklıdır)**

T.C.
BAYBURT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**ANTRENÖRLERİN DUYGULARINI İFADE ETMEDE ÇEŞİTLİ DEMOGRAFİK
ÖZELLİKLERİN ETKİSİNİN İNCELENMESİ**

(Investigation of the Effects of Various Demographic Features
in Expressing Trainers' Emotions)

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Tuba TATLISU

Danışman: Doç. Dr. Öztürk AĞIRBAŞ

2. Danışman: Doç. Dr. İzzet UÇAN

Bayburt
Haziran, 2021

KABUL VE ONAY TUTANAĞI

Doç. Dr. Öztürk AĞIRBAŞ ve Doç. Dr. İzzet UÇAN'ın danışmanlıklarında, 192223008 numaralı Tuba TATLISU tarafından hazırlanan ‘Antrenörlerin Duygularını İfade Etmede Çeşitli Demografik Özelliklerin Etkisinin İncelenmesi’’ adlı bu çalışma 10.06.2021 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalında Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan : Doç. Dr. Eser AĞGÖN

İmza:

Jüri Üyesi : Doç. Dr. Öztürk AĞIRBAŞ

İmza:

Jüri Üyesi : Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Ali CEYHAN

İmza:

Bu tezin Bayburt Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliği'nin ilgili maddelerinde belirtilen şartları yerine getirdiğini onaylarım.

...../...../.....

Doç. Dr. Fatih GÜRBÜZ

Enstitü Müdürü

ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum ‘‘Antrenörlerin Duygularını İfade Etmede Çeşitli Demografik Özelliklerin Etkisinin İncelenmesi’’ başlıklı çalışmanın tarafımdan bilimsel etik ilkelere uyularak yazıldığını ve yararlandığım eserleri kaynakçada gösterdiğimi beyan ederim.

[Faint, large, stylized watermark text reading 'YÜKSEK LİSANS TEZİ' is visible in the background.]

10 / 06 / 2021

İmza

Tuba TATLISU

TEŞEKKÜR

Tez çalışmam süresince tecrübelerini paylaşan yardımlarını ve desteğini esirgemeyen değerli danışmanım Doç. Dr. Öztürk AĞIRBAŞ' a ve yüksek lisans eğitimim ve tez sürecim boyunca bilgi, birikim ve deneyimleri ile bana sürekli destek olan kıymetli ikinci danışmanım Doç. Dr. İzzet UÇAN' a şükranlarımı sunar, teşekkürü bir borç bilirim.

Son olarak çalışmalarım boyunca beni yalnız bırakmayan koşulsuz destek sağlayan yol arkadaşım ' ya sonsuz teşekkür eder ve kızımız 'yı daima çok seveceğimizi söylemek isterim.

ÖZ
YÜKSEK LİSANS TEZİ
ANTRENÖRLERİN DUYGULARINI İFADE ETMEDE
ÇEŞİTLİ DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERİN ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Tuba TATLISU

Haziran 2021, 54 sayfa

Bu araştırmanın amacı, antrenörlerin duygularını ifade etmede çeşitli demografik özelliklerin etkisini incelemektir.

Araştırmaya çeşitli spor branşında aktif antrenörlük yapan 134 kadın ve 405 erkek olmak üzere toplam 539 kişi gönüllü olarak katıldı. King ve Emmons (1990, s. 864) tarafından geliştirilip Kuzucu (2006) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Duyguları İfade Ölçeği (DİÖ)" kullanıldı. Elde edilen veriler SPSS 25.0 istatistik paket programında, 'Bağımsız Örneklem T Testi' ve çoklu grup karşılaştırmalarında 'Tek Yönlü Varyans Analizi' testleri ile analiz edildi. Sonuçlar .05 anlamlılık düzeyinde yorumlandı.

Duyguların ifadesi ölçeği analiz sonuçlarına göre; "Yakınlık İfadesi" alt boyutunda, evlilerin bekârlardan, 10 yıl ve üzeri sporculuk süresine sahip olanların 1-3 yıl olanlardan, 1-4 yıl arası aktif antrenörlük yapanların 1 yıldan az olanlardan, "Olumlu Duygu" alt boyutunda kadınların erkeklerden, 25-31 yaşındakilerin 32 yaş ve üzerindekiilerden, kamuda çalışanların özeldekilerden, "Olumsuz Duygu" alt boyutunda erkeklerin kadınlardan, lisansüstü eğitime sahip olanların lise ve altı eğitime sahip olanlardan, evlilerin bekârlardan, "Toplam Duygu İfade" de ise ön lisans-lisans ve lisansüstü mezunu antrenörlerin lise ve altı eğitim düzeyine sahip olanlardan, 8476 TL ve üzeri maddi gelire sahip olanların 2825 TL ve altı geliri olanlardan ve özelde çalışanların kamuda çalışanlara göre anlamlı derecede daha yüksek değerlere oldukları tespit edildi ($P<.05$).

Araştırmada eğitim, gelir ve çalışma alanı duyguları ifadenin tüm boyutlarında en etkili demografik özellikler iken, cinsiyet, yaş ve medeni durum ise duyguları ifadenin farklı boyutlarında etkili değişkenler olduğu sonuçlarına ulaşıldı.

Anahtar Kelimeler: Antrenör, duygu, duyguları ifade, spor.

ABSTRACT
MASTER'S DISSERTATION
INVESTIGATION OF THE EFFECTS OF VARIOUS DEMOGRAPHIC FEATURES IN
EXPRESSING TRAINERS' EMOTIONS

Tuba TATLISU

June 2021, 54 pages

This research examines the effects of various demographic characteristics on how trainers express their emotions.

539 (134 women and 405 men) active trainers in various branches participated in study. The "Emotional Expression Scale" which was developed by King and Emmons (1990, s. 864) and adapted into Turkish by Kuzucu (2006) were used. Data analysed in SPSS 25.0 statistics program with "Independent Sample T " and "One-Way Analysis of Variance" tests. The results were interpreted at .05 significance level.

According to the analysis results for the Expression of Emotion Scale, the study showed in terms of the "Affinity Expression" that the married people had higher values than singles, those with 10 or more years of sports experiences had higher values than those with 1-3 years of sports experiences and those with 1-4 years of active coaching experience had higher values those with less than 1 year; "Positive Emotion" that the women had higher values than the men, 25-31 years olds had higher values than those aged 32 and over, public employees had higher values than private sector ones; "Negative Emotion" that men had higher values than women, the those with master degrees had higher values than those with high school or less educational levels, married people had higher values singles; "Total Expression of Emotions" that the trainers with associate, bachelor and master degrees had higher values than those with high school or less educational levels, people with an income of 8476 TL and above had higher values those with an income of 2825 TL and less, and public employees had higher values than private sector ones ($P<.05$).

In the study, it was concluded that while education, income and work area are the most effective demographic features in all dimensions of expressing emotions, gender, age and marital status are effective variables in different dimensions of expressing emotions.

Keywords: Coach, emotion, expressing emotions, sport.

İÇİNDEKİLER

ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI	i
TEŞEKKÜR	ii
ÖZ	iii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER.....	v
TABLolar DİZİNİ	viii
KISALTMALAR VE SİMGELER DİZİNİ	ix

BİRİNCİ BÖLÜM

Giriş	1
Araştırmanın Konusu, Amacı ve Önemi.....	1
Araştırmanın Problemi.....	1
Araştırmanın Alt Problemleri.....	1
Araştırmanın Sınırlılıkları.....	2
Varsayımlar	2

İKİNCİ BÖLÜM

Kuramsal Çerçeve ve Alan Yazın Derleme.....	3
Spor	3
Antrenör.....	4
Antrenörün karakterine uygun özellikler	4
Antrenör tipleri	5
Aşırı disiplinli otoriter antrenör tipi	5
Uysal ve iyi huylu antrenör tipi	5
Gergin ve hareketli antrenör tipi.....	5
Gevşek antrenör tipi	5

Uygulamada antrenör tipleri.....	5
Antrenörün görevleri.....	6
Türkiye’de antrenör eğitimi.....	7
Antrenörlük Kademeleri ve Görev Tanımları	8
İletişim	9
İletişim ve spor	9
İletişim ve antrenör.....	10
Duygu.....	11
Duyguların insan yaşamındaki önemi	12
Duygu türleri.....	12
Olumlu duygu	12
Olumsuz duygu.....	13
Duygu ve cinsiyet kavramı.....	14
Duyguların ifade edilmesi	14
Duyguları ifade etme yolları	16

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

Yöntem	17
Araştırma Modeli.....	17
Araştırma Grubu	17
Veri Toplama Araçları	17
Verilerin Analizi	18

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

Bulgular.....	19
----------------------	-----------

BEŞİNCİ BÖLÜM

Tartışma ve Sonuç	27
Kaynakça.....	35

Ekler	41
EK- 1. Etik Kurul Raporu.....	41
EK- 2. Veri Toplama Araçları	43
Ek- 3. Antrenörlük Eğitimi Çekirdek Eğitim Müfredat Programı	45
Özgeçmiş	54



TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo 1. <i>Katılımcıların Demografik Özellikleri</i>	199
Tablo 2. <i>Duyguları İfade Ölçeği Tanımlayıcı İstatistik, Normallik ve Güvenirlik Analiz Sonuçları</i>	20
Tablo 3. <i>Antrenörlerin Cinsiyet Değişkenine Göre Duyguları İfade Değerlerinin Karşılaştırması</i>	21
Tablo 4. <i>Antrenörlerin Yaş Değişkenine Göre Duyguları İfade Değerlerinin Karşılaştırması</i>	21
Tablo 5. <i>Antrenörlerin Eğitim Düzeylerine Göre Duyguları İfade Değerlerinin Karşılaştırması</i>	22
Tablo 6. <i>Antrenörlerin Medeni Durum Değişkenine Göre Duyguları İfade Değerlerinin Karşılaştırması</i>	22
Tablo 7. <i>Antrenörlerin Gelir Düzeylerine Göre Duyguları İfade Değerlerinin Karşılaştırması</i> ..	23
Tablo 8. <i>Antrenörlerin Spor Türü Değişkenine Göre Duyguları İfade Değerlerinin Karşılaştırması</i>	23
Tablo 9. <i>Antrenörlerin Branşta Spor Sürelerine Göre Duyguları İfade Değerlerinin Karşılaştırması</i>	24
Tablo 10. <i>Antrenörlerin Görev Yerlerine Göre Duyguları İfade Değerlerinin Karşılaştırması</i> ...	24
Tablo 11. <i>Antrenörlük Kademelerine Göre Duyguları İfade Değerlerinin Karşılaştırması</i>	25
Tablo 12. <i>Antrenörlükte Aktif Görev Sürelerine Göre Duyguları İfade Değerlerinin Karşılaştırması</i>	26

KISALTMALAR VE SİMGELER DİZİNİ

%	: Yüzde
DiÖ	: Duyguları İfade Ölçeği
F	: One Way ANOVA Test Değeri
N	: Örnek Sayısı
P	: İstatistiksel Anlamlılık Düzeyi
Ss	: Standart Sapma
t	: Independent Student T Test Değeri
TDK	: Türk Dil Kurumu
$\bar{X}$	: Ortalama Değer

BİRİNCİ BÖLÜM

Giriş

Bu bölümde araştırmanın konusu, amacı ve önemi, amacı, araştırmanın problemi ve araştırmanın alt problemleri, araştırmanın sınırlılıkları ile varsayımlara ait bilgilere yer verilmiştir.

Araştırmanın Konusu, Amacı ve Önemi

Günümüzde spor sadece insanların fiziki ve sağlık açısından güçlenmesi için sürdürülen bir faaliyet olmaktan daha ileri gitmiştir. Spor sadece bireyleri değil ülkeleri hatta toplumları dahi etkileyen özel bir anlam kazanmıştır. Ülkelerin tanıtımı için önemli bir araç olmaya başlayan sporda, tanıtımın etkili olabilmesi için başarının yüksek olması gereklidir. Sportif başarının gerçekleşmesi sadece yetenekli sporculara bağlı değil, etkili bir spor politikası, güçlü ekonomik destekler, liyakatli yöneticiler, yetenekli, becerikli ve iletişimi güçlü antrenörlere de bağlıdır. Bir antrenörün bilgisini ve tecrübesini aktarabilmesi için iletişimi becerilerini ön plana çıkaracak olan duygularını ifade edebilmesinin de önemi büyüktür.

Bu araştırma antrenörlerin duygularını ifade edebilmelerinin, sporcu performansını etkilediği varsayımından yola çıkılarak, spor literatürüne katkı sağlayacağı düşünülerek, antrenörlerin duygularını ifade etme düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelemek amacıyla tasarlandı.

Literatürde konu ile ilgili başka araştırma olmaması araştırmanın önemini de ortaya koymaktadır. Araştırma aşağıdaki problem ve alt problemler üzerine kuruldu.

Araştırmanın Problemi

Antrenörlerin duygularını ifade etmede çeşitli demografik özelliklerin etkisi var mıdır?

Araştırmanın Alt Problemleri

- ✓ Antrenörlerin duygularını ifade etmede cinsiyet değişkenine göre fark var mıdır?
- ✓ Antrenörlerin duygularını ifade etmede yaş faktörü değişkenine göre fark var mıdır?
- ✓ Antrenörlerin duygularını ifade etmede eğitim durumu değişkenine göre fark var mıdır?
- ✓ Antrenörlerin duygularını ifade etmede medeni durum değişkenine göre fark var mıdır?
- ✓ Antrenörlerin duygularını ifade etmede gelir düzeyi değişkenine göre fark var mıdır?

- ✓ Antrenörlerin duygularını ifade etmede spor türü değişkenine göre fark var mıdır?
- ✓ Antrenörlerin duygularını ifade etmede branşta sporculuk süresi değişkenine göre fark var mıdır?
- ✓ Antrenörlerin duygularını ifade etmede çalışma alanı değişkenine göre fark var mıdır?
- ✓ Antrenörlerin duygularını ifade etmede antrenörlük kademeleri değişkenine göre fark var mıdır?
- ✓ Antrenörlerin duygularını ifade etmede antrenörlük süresi değişkenine göre fark var mıdır?

Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırma;

- ✓ Antrenörlerle,
- ✓ Duyguları ifade etme konusuyla,
- ✓ Alt problemlerde sunulan demografik özellikler ile sınırlıdır.

Varsayımlar

- ✓ Bu araştırmaya katılan antrenörlerin gerçek görüşlerini yansıttığı,
- ✓ Araştırmacı tarafından geliştirilen demografik özelliklerin, konuyla tam ve yeterli düzeyde alakalı olduğu,
- ✓ Antrenörlerin sorularına içtenlikle ve tarafsız bir şekilde cevap verdikleri varsayılmıştır.

İKİNCİ BÖLÜM

Kuramsal Çerçeve ve Alan Yazın Derleme

Spor

İngilizler rahatlama, gevşeme ve eğlendirme anlamına gelen desport sözcüğünün ilk hecesini kısaltarak 17. Yüzyıldan sonra oyalanma ve zaman geçirme anlamında olan “sport” olarak kullanmıştır (Şentürk, 2007, s. 25-41). Türkiye’de uluslararası dil etkileşiminden etkilenecek “sport” “sözcüğünü spor olarak kullanmaya başlamıştır (Alpman, 1972; Atasoy, & Kuter, 2005; Balcıoğlu, 2003). Erkal ve arkadaşları (1998, s. 17-123.) ise sporun belli kuralları olan, araçlı veya araçsız yapılabilen, kişilerin mesleklaştırdığı, fiziki geliştiren, rekabet duygusunu oluşturan ve yardımlaşmayı sağlayan kültürel bir olgu olarak tanımlamışlardır. Spor kişilerde yaşama arzusu, çabuk karar verme, iradeli olma, ruhsal ve sosyal gelişimlerine de katkıda bulunma gibi öğeleri kazandırır. Sporun geleneksel bilinen anlamına bakıldığında; bedenin tamamı ile hareket halinde olup, kendine has kurallara dayanan bireysel veya kitlesel uygulanan, genel de yarışma amacı içeren, eğlendirirken eğiten bir uğraştır (Selçuk, 1987; Doğan, 2019). Spor, kişilerin psikolojik, bilişsel, kişisel, toplumsal ve fiziki gelişime yardımcı olan, sağlıklı gençler yetiştiren toplumsal dayanışmayı sağlayan ve birçok sosyal faaliyeti içeren önemli bir güçtür. Günümüzde en yaygın hastalıklardan olan stres ile başa çıkmada bir savunma aracı olan spor dikkate alınmaktadır. Ayrıca günlük hayatın monotonluğundan spor sayesinde kurtulabiliriz (Baumann, 1994; Yamen, 1999; Amman, 2000; Zorba, Babayiğit, Saygın, İrez, & Karacabey, 2004; Özdevecioğlu, & Yalçın, 2010; Yetim, 2011). Keten (1993) spor için belirli kurallar içerisinde sistemli olduğunu, adil olduğunu ve yarışmaya dönük olduğundan bahsetmiştir. Dayanışma ortamı yaratmak, ekip çalışmalarını kolaylaştırmak, bireysel özgüveni artırmak, kişinin toplumdaki yerini bulması için spor oldukça önemlidir. Ülkelerin spor alanındaki başarıları, gelişmişlik düzeylerini artıracak bilindiği için spor ve sporcu eğitime daha fazla önem göstermesi gerekmektedir (Yetim, Tolukan, & Şahin, 2015; Gök, 2016).

Genel olarak sporu; bireyi tanımlayıcı tüm özelliklerinin gelişimine yardımcı olan bir bilim dalı olarak ifade edebiliriz.

Antrenör

Antrenör bir spor dalında, sporculara eğitim vermekle yükümlü, onların sağlıklı yetişmelerine katkı sağlayan kişiler olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2019). Whitmore (2010, s. 83-84) ise antrenörleri sporcunun var olan potansiyelini üst seviyelere çıkarması için yönlendiren ve destekleyen kişi olarak tanımlamaktadır. Sürekli gelişim içerisinde olan antrenörler, bilgi birikimli, sorumluluk duygusuna sahip, hatalarından ders çıkaran, lider ruhlu kimselerdir (Krause, 1988, s. 338-343). Sporcunun kişisel beceri yeteneği ne düzeyde olursa olsun daima bir antrenöre ihtiyaç duyar (Öğretici, & Karcılılar, 2005, s. 80). Sevim (2003, s. 27) antrenörü, sporcuyu kondisyon, teknik ve taktik, sosyolojik ve psikolojik yönden önceden belirlenmiş amaca uygun şekilde en üst verimliliğe ulaştıran kişi olarak tanımlamıştır. Bir başka tanımda antrenör sportif uygulamalarda antrenmanı düzenleyip yaptıran sporcuyu yönlendiren, teknik, taktik, psikolojik ve kondisyon yönünden sporcunun gelişimini hedef alan ve bu gelişimin sürekli hale gelmesini için çaba gösteren kişi olarak tanımlanmıştır (Sunay, & Uyar, 2017, s.283-309).

Antrenörün karakterine uygun özellikler.

Antrenörlerin sporcu ve etrafındakilere güven verebilmesi için bazı karakteristik özelliklere sahip olması gerekmektedir. Etrafına güven veren antrenörün yapmış olduğu görevi başarabilmesi için belirtilen karakteristik özelliklerde olması gerekmektedir Buna göre bir antrenör (İsen, & Batmaz, 2002, s. 49);

- ✓ Akıl ve duygu arasında dengeyi sağlamalı,
- ✓ Değişken koşullara, ortamlara ve değişik kişilikteki insanlara uyum gösterebilmeli,
- ✓ Dikkatli olmalı,
- ✓ Aşırı riske girmemeli,
- ✓ Girişken olmalı,
- ✓ Hafızası güçlü olmalı,
- ✓ Dinamik olmalı,
- ✓ Tertipli ve düzenli olmalı,
- ✓ Dosya ve arşivleme sistemi içinde çalışmalı ve her şeyi kayıt altına almalı,
- ✓ İşleri acillik durumuna göre sıraya koyarak yürütmeli,
- ✓ Her işe gereken önemi vermelidir.

Antrenör tipleri.

Antrenörler sahip oldukları çeşitli özelliklere göre aşırı disiplinli otoriter antrenör, uysal ve iyi huylu antrenör, gergin ve hareketli antrenör ile gevşek antrenör olmak üzere dört farklı tipte incelenmektedir (Sevim, Tuncel, Erol, & Sunay, 2001, s. 4-10).

Aşırı disiplinli otoriter antrenör tipi.

Bu tip antrenörler genelde deneyim sahibi olmayan genç antrenörler olarak bilinir. Onlar için bulunduğu ortamı yönetmek oldukça önemlidir. Etrafindakilere pek güven duymazlar. Bulunduğu ortamdaki kontrol ellerinden gittiğinde aşırı stres ve kaygı duyarlar. Başarılı olma heyecanı ile dolu, sert görünümlü, itaat edilmesini isteyen ve uygulamada ceza yöntemini kullanan antrenör tipidir. Fanatizmin olduğu branşlarda oyuncuların saygınlığını ve hayranlığını kazanabilir. Planlı hareket ederler ve hata yapan sporcuya karşı tavır alırlar (Sevim, & ark., 2001).

Uysal ve iyi huylu antrenör tipi.

Bu tipe sahip antrenörler sempatik ve sevimli olurlar. Sporcuları ile olan ilişkisi saygı ve sevgiye dayanır. Onların sorunları ile ilgilenmekten mutluluk duyar. Girişkenlerdir. İletişimi güçlüdür. Tüm sporculara zaman ayırmayı birebir görüşmeyi tercih eder. Sporcularda iyi huyu nedeni ile onunla iletişim kurmakta güçlük çekmezler (Sevim, & ark., 2001)

Gergin ve hareketli antrenör tipi.

Bu antrenörler otoriter tipteki antrenörlere benzerlik gösterirler. Ama aralarında bazı farklılıklar vardır. Huzursuz tiplerdir. Etraflarına pek güven vermezler (Sevim, & ark., 2001).

Gevşek antrenör tipi.

Çevresinde olana bitene boyun eğebilen, rahat tavırlar takınan ve ciddi tavırları bile güven vermeyen antrenör tipleridir. Düşüncelerini karşı tarafa belirtmeyen, pasif ve yansız davranan bir kişiliğe sahiptirler. Bu karakter özellikleri sporcuya ve takıma karşı ilgisizliğini göstermektedir. Sporcular iyi hazırlanmadıklarını bildiklerinden dolayı sadece danışman gözüyle bakarlar (Sevim, & ark., 2001).

Uygulamada antrenör tipleri.

Konter (1996) uygulamada üç tip antrenör olduğundan bahsetmiştir. Bunlar:

Otoriter antrenör.

Sert bir yapıya sahip olan, her zaman belirli kuralları olan, sporcuları sürekli koyduğu kurallara uymaları için ikaz eden, sporcuya inisiyatif kullanımına izin vermeyen ve ilkelerinden pek taviz vermek istemeyen antrenör tipidir.

Demokratik antrenör.

Bu tip antrenörler kendi stilleri vardır ancak sporcuları ilede kararlarını paylaşırlar. Bu antrenörler sporcuların karar almayı öğrendikleri zaman sağlıklı bir birey olacaklarına inanırlar. Olumsuz kaygılara sahip değildirler. Kontrolü yavaş yavaş sporcuya bırakma gayretindedirler (Konter, 1996).

Her iki özelliği dengeleyen antrenör.

Disiplinli ama sporcular ile sürekli iletişim halinde olan, sporcuların özel hayatları ile yakından ilgilenen, sosyal açıdan bilgiler aktararak onların güvenliğini kazanan antrenör tipidir.

Antrenörün görevleri.

İngiltere’de antrenör strateji birliği antrenörün rollerini gözlemci, motive edici, organizatör, destekleyici, araştırmacı, danışman ve yönlendirici şeklinde tanımlamaktadır. Türksoy (2010) ise çalışmasında bu rollerin yerine getirilirken antrenörde olması gerekli becerilerden şu şekilde bahsetmiştir; sporcu ve antrenör arasında önemli bir iletişim olmalıdır, antrenör farklı öğrenme prensipleri edinmelidir, sporcuya sürekli uyarılarda bulunup sakatlığa engel olmalı, performansın ne yönde ilerlediğini çeşitli testler ile takip etmeli, enerji sistemlerini öğrenip beslenme konusunda sporcuya tavsiyelerde bulunmalı ve sporcunun becerilerini görüp yeni beceriler kazanması yönünde ona yardımcı olmalıdır. Tabiki bunların yanı sıra sporcu, yönetici ve profil bakımından antrenörden beklenen bazı etik davranışlar vardır. Özbek (1999) bu davranışları şu şekilde sıralamıştır;

- ✓ Yasaklı maddeleri spor ortamından uzak tutmak
- ✓ Sporcularına fiziksel veya sözlü şiddette bulunmamak
- ✓ Rakip takıma küçük düşürücü konuşma yapmamak
- ✓ Sporcuları ile duygusal yakınlıktan kaçınmak
- ✓ Sporcularına hoşgörülü davranmak
- ✓ Sporcuların düşüncelerine değer vermek
- ✓ Sporcular arasında herhangi bir ayrım yapmamak
- ✓ Disiplinli ve dürüst olmayı sporcuya aşılamalı
- ✓ Sporcularını ve kendini şikeye karşı korumak

- ✓ Taraftarı ve sporcuları tahrik edecek davranışlardan kaçınmalı.

Antrenörler aynı zamanda sporculara ahlaki ve etik davranışı aşlamak zorundadır (Stewart, 2014).

Antrenörler kendileri için sporu amaç edinen kişilerin spor konusunda eğitim alan yöneticisidir ve bu amaçla onlara yönlendiricilik yapar (Terry, 1991). Antrenörler sporcularının müsabakalardaki motivasyonunu antrenmanlarda da sağlayıp, bireysel yapılan çalışmalarla bu olgunun güçlendirilmesini sağlamakla görevlidir (Günay, Yüce, & Çolakoğlu, 2001). Antrenör, çalıştığı kulübün veya takımın sporcularının hedeflerine ulaşabilmesi için liderlik görevini üstlenir. Verilen bu görevi yerine getirirken de bilgisini, becerisini ve tecrübeleri ile oluşturduğu antrenman programlarını takımına ve sporcusuna iletir (Bompa, 1994). Antrenörlük karşılıklı etkileşim ve bu iletişim ile birlikte çalıştırdığı kişileri etkileme ve yönlendirme yaptırabilen bir liderlik davranışıdır (Türksoy, 2003). Branşlarda başarılı sporcuların devam etme niyetlerinin süreklilik arz etmesi antrenörlerin sporcu ile olan iletişimin ve ona etkisinin sonucu ortaya çıkmaktadır (Weiss, & Williams, 2004; Smoll, Smith, Barnett, & Everett, 1993). İnsanların ikili ilişkilerinin yoğun bir biçimde olduğu yerlerde görev yapan antrenörlerin insan ilişkilerini kolaylaştırabilme yeteneğinde olmaları gerekmektedir (Tepeköylü, Soytürk, & Çamlıyer, 2009). Başarılı antrenörlerin ortak özellikleri, sporcu ile çevresindekilerin duygularını anlayabilmesi ve kendi duygularını karşısındakilere aktarabilme becerisine sahip olabilmesidir (Şimşek, Sunay, & Bal, 2020).

Türkiye’de antrenör eğitimi.

Yapılan spor branşında başarıyı yakalamak ve sporcunun istediği seviyeye ulaşabilmesi için ilgili alanda kendini yetiştirmiş, yetenekli, becerikli ve bilgili antrenörler ile çalışmaları şarttır. Çeşitli spor branşlarında eğitim verilecek adayların istenilen spor branşının ön koşulları belirlenerek geliştirilmesi mecburiyet halini almaktadır. Bu mecburiyetten ötürü bilimsel anlamda farklı kaynaklar kullanılarak yetiştirilen antrenörler sporcularını da almış oldukları eğitim sayesinde iyi yetiştireceklerdir (Sevim, Tuncel, Erol, & Sunay, 2001, s. 4-10). Türkiye’de antrenör eğitimi vermekte yükümlü kurumlar; Gençlik ve Spor Bakanlığı, ilgili federasyonlar, spor eğitimi veren yükseköğretim kurumlarıdır. Temel eğitim veren organlardan olan beden eğitimi alanındaki spor yüksekokulları ve spor fakülteleri antrenörlük eğitimi bölümlerinin en temel amacı; bireysel veya takım sporlarının çeşitli branşlarında uygulama ve teori kısmında uzmanlaşmış, temel eğitim ve performans sporcuları çalıştırabilecek düzeyde bilimsel çalışmalar ile yaptıkları işleri destekleyen antrenörler yetiştirmektir (Erdoğan, 2011).

Yükseköğretim kurumlarında antrenörlük müfredatları birbirlerinden farklı iken, 2020-2021 eğitim öğretim yılı itibari ile bütün üniversitelerde antrenörlük eğitim programlarının

standartlaştırılması için ‘‘Antrenörlük Eğitimi Çekirdek Eğitim Programı’’ uygulanmaya başlanmıştır. Bu programda antrenörlerin duygularını ifadelerini geliştireceğini düşündüğümüz ‘‘sporda iletişim becerileri’’ dersi zorunlu olarak, ‘‘sporda iletişim ve halkla ilişkiler’’ dersi ise seçmeli ders olarak yer almaktadır. Programın tamamı Ek-3 ‘te verilmiştir.

Antrenörlük kademeleri ve görev tanımları.

Gençlik ve Spor Bakanlığı’nın resmî gazete de 14 Aralık 2019 cumartesi günü 30978 sayılı antrenör eğitimi yönetmeliğinde ilgili spor dalında antrenörlük belgesine sahip olanların kademe ve görev tanımları aşağıdaki gibi belirtilmiştir:

- ✓ Yardımcı antrenör (birinci kademe): Üst kademe antrenör nezaretinde spor faaliyetine katılanlara yardımcı olmak.
- ✓ Temel antrenör (ikinci kademe): Minikler ve yıldızlar kategorisinde antrenmanı planlamak, uygulamak ve değerlendirmek.
- ✓ Kıdemli antrenör (üçüncü kademe): Tüm yaş kategorilerinde ve milli takımlarda antrenmanı planlamak, uygulamak, değerlendirmek ve sporcunun kariyer planlamasına yardımcı olmak.
- ✓ Başantrenör (dördüncü kademe): Tüm yaş kategorilerinde ve milli takımlarda orta vadeli antrenman programlarını planlamak, uygulamak, değerlendirmek, analiz etmek, güncellemek ve sporcuların kariyer planlanmasında yardımcı olmak.
- ✓ Teknik direktör (beşinci kademe): Tüm yaş kategorilerinde ve milli takımlarda koordinatörlük yapmak, orta ve uzun vadeli antrenman programları planlamak, uygulanmasını sağlamak, denetlemek, değerlendirmek, analiz etmek ve stratejiler geliştirmek, istenildiğinde Bakanlığa ve ilgili federasyona rapor hazırlamak ve sporcuların kariyer planlamasına yardımcı olmak.

Antrenör eğitim programı kademeleri arasında geçiş işlemleri için gerekli olan zorunlu haller;

(1) Temel eğitim sınavına katılıp başarılı olan adaylar için temel eğitim sınav sonuçlarının geçerlilik süresi dört yıl olarak belirlenmiştir. Adaylar, temel eğitim sınav sonuçları geçerlilik süresi boyunca temel eğitimden muaf olup aynı kademedeki uygulama eğitimine ve daha alt kademedeki uygulama eğitimine katılabilir.

(2) Adayların herhangi bir kademedeki uygulama eğitimine katılabilmeleri için ilgili kademe veya daha üst kademedeki temel eğitimi tamamlayarak yapılacak sınavda başarılı olmaları gerekir.

(3) Uygulama eğitimi;

a) Yardımcı antrenör (birinci kademe) uygulama eğitimi; birinci kademe temel eğitimi tamamlayarak yapılacak sınavda başarılı olup antrenörlüğe başlayacaklara,

b) Temel antrenör (ikinci kademe) uygulama eğitimi; yardımcı antrenörlük belgesine sahip, belge tarihi üzerinden en az bir yıl geçen antrenörlere,

c) Kıdemli antrenör (üçüncü kademe) uygulama eğitimi; temel antrenörlük belgesine sahip, belge tarihi üzerinden en az iki yıl geçen ve temel antrenörlük belgesine sahip olduktan sonra en az iki gelişim seminerine katıldığını belgeleyen antrenörlere,

ç) Başantrenör (dördüncü kademe) uygulama eğitimi; kıdemli antrenörlük belgesine sahip, belge tarihi üzerinden en az iki yıl geçen ve kıdemli antrenörlük belgesine sahip olduktan sonra en az iki gelişim seminerine katıldığını belgeleyen antrenörlere,

d) Teknik direktör (beşinci kademe) uygulama eğitimi; başantrenörlük belgesine sahip, belge tarihi üzerinden en az iki yıl geçen ve başantrenörlük belgesine sahip olduktan sonra en az iki gelişim seminerine katıldığını belgeleyen antrenörlere, yönelik düzenlenen eğitimdir (Resmi gazete, 2019).

İletişim

İletişim kişilerin karşılıklı düşüncelerini bilgilerini ve duygularını ses, simge veya görüntü kullanarak iletmesi olarak tanımlanabilir (Doğan, 2005, s. 70). İletişim neredeyse hayatın her alanında kullanılan önemli bir parçası haline gelmiştir. Spor alanında da sporcular ve eğitimciler arasında gerekli olan önem verilmektedir (Bender, 2000, s. 16). İletişimin etkili ve verimli bir şekilde gerçekleşmesi için karşı tarafın duygu ve düşüncelerini algılama ve hissetme oldukça önemlidir. İletişim sürecinde karşı tarafı anlama onların duyguları ile özdeşleşerek daha net görme duyarlılığı kazandırır (Demiray, 2003, s. 90).

İletişim ve spor.

Kişiler arası en önemli araçlardan olan iletişim sosyal bilimler kapsamında incelenmektedir. Spor bilimlerinde de yer alan bu olgu sosyal bilimlerde olduğu gibi insanı kapsamaktadır. Kendi başına bir sistem olan spor antrenör, aile ve sporcu, dernekler, federasyonlar, hakemler ve yöneticiler gibi kişi veya grupları bir araya toplayan ortamlar yaratır. Sağlıklı bir iletişim için spor ortamında etkili bir iletişim becerisine sahip olunmalı ve ikili ilişkilere önem verilmelidir (Konter, 1998; Dumangöz, 2019). İletişim sporda üç boyutlu olarak bilinmektedir. Bunlardan ilki yalnız mesajı almanın olmadığı aynı zamanda mesaj göndermek olduğu, antrenör kendini ifade edecek açık ve net mesajların yanında sporcudan gelen geri bildirimi doğru kodlamak için iyi bir dinleyici olmalıdır. İkinci boyut olarak iletişimde sadece sözel ifadelerin yer almadığı aynı zamanda birbirlerini dikkatlice izlemeleri yani sözsüz iletişime de önem verdikleri görülmektedir. Üçüncü son boyutta ise iletişim duygu ve içerik olarak iki

şekilde incelenmektedir. Aslında mesajın özü içeriktir nasıl hissedildiği ise duygudur. İletişim sözsüz olduğu zaman duyguları sözlü olduğu zaman ise içeriği ifade eder (Martens, 1998, s. 82).

İletişim ve antrenör.

Sporcu ve antrenörlerin arasındaki iletişimin güçlü olması için antrenörde bazı becerilerin olması gerekmektedir. Bu beceriler; empati kurabilme, etkili beden dili kullanabilme, geribildirimde bulunabilme, iletişimde pozitif yaklaşım, dinleyebilme, etkileyici konuşma yapabilme, ikna kabiliyeti gibi becerileri antrenör etkin kullandığı sürece antrenör sporcu arasındaki iletişim büyük oranda fayda sağlayacaktır. Antrenörler iletilen mesajları doğru bir şekilde almak ve tekrar cevap verebilmek için iletişim becerilerini en yüksek seviyeye çıkarmak zorundadırlar. Tabi bu tek taraflı değil sporcunun da antrenörü algılama yeteneği yeterli olmalıdır. Karşılıklı iletişimin güçlü olması için antrenör itibarını da kendi içerisinde muhafaza etmesi gerekmektedir. İtibar artırmak için bazı yöntemlerden söz edebiliriz. Bunlar; (Ivancevich, & ve ark.. 2005; Martens, 1998; Ulukan, 2012).

- ✓ Sporcular ile işbirliği yapmak,
- ✓ Güvenilir olabilme,
- ✓ Her koşulda dürüst olmak,
- ✓ Samimi olabilmek,
- ✓ Olumlu davranmak,
- ✓ Spor bilgisinin yeterli olup olmadığı konusunda dürüst davranmak,
- ✓ Geri bildirimi etkin kullanma,
- ✓ Mesaj iletilme sürecini izleyebilmek,
- ✓ Bilgi akışını düzenleyebilme,
- ✓ Karşılıklı güven duygusunu artırabilme,
- ✓ Empati kurabilme,
- ✓ Etkili dinleyebilme,
- ✓ Etkili zamanlayabilme,
- ✓ Dili sadeleştirebilme.

Performansın istenilen seviyelere gelmesi sadece antrenmanla değil antrenör, yönetici, sporcu ve aile gibi katılımcıların arasındaki iletişim bağınında güçlü olması gerekmektedir. Sporcuların kendilerini gelişim aşamasında en önemli faktör antrenörlerdir. Çünkü başarı ve başarısızlık genelde antrenörden kaynaklanmaktadır. Bu nedenle antrenörler kendilerini tek düzeyde geliştirmekten çok bir çok alanda gelişim için çaba göstermelidirler ve bunlar içerisinde en önemlilerinden birisi olan psikoloji alanına hakim olmalıdır (Karagözoğlu, 2006, s. 70).

Duygu

Psikolojinin son dönemlerde özellikle üzerinde durduğu, insan davranışlarını açıklayabilme ve bunları anlamaya çalışan alanlardan biri de duygudur. Duygular insanların varoluşundan gelmektedir (Greenberg, 2010, s. 1-12). Duyguların en belirleyici özellikleri ise kişinin kendine özgü olmasıdır. Bu tanıma göre kişinin duygu durumu tıpkı parmak izi gibi yalnızca kendine ait olduğunu söylemek mümkündür. Bazı bilim adamları duygunun insanın çevresine uyumunu sağlama işlevine dikkat çekmektedir (Ekman, 1993; Darwin, & Prodger 1998; Yavuz, 2009). Kişinin duygu durumu, fiziki ve sağlıklı olarak ne durumda bulunduğu dair algılarına şekil vermektedir. Duygular, hayata bir nebze anlam katmaya yardımcı olur, hayatımızı renklendirir ve bizim insani tarafımızın ortaya çıkmasını sağlarlar (İnanç, Bilgin, & Atıcı, 2012; Padar, 2015).

Duygu sözcüğü latineden ‘emote’ yani hareketlilik anlamına gelmekte olan kelimeden türetilmiştir ve duygu kişinin yaşadığı yoğun bir his ve buna karşılık olarak ortaya çıkan düşünceler bütünüdür (Goleman, 1998, s. 18). Mayer ve arkadaşlarına (2001, s. 232-242) göre duygu ve tecrübe organize bir şekilde çalışan kavramlardır. Bir başka düşünürü göre ise kişinin birine veya herhangi bir şeye karşı göstermiş olduğu yoğun hisleridir (Çakar, & Arbak, 2004, s. 23-48). Bir başka tanımda ise duygunun uyaranların yapmış olduğu etki ile başladığını ve duygusal deneyimler ile son bulan bir tepkiye karşılık vücutta geliştirilen fizyolojik belirtilerin yorumlanmasıdır (Crooks, & Stain, 1991; Kuyumcu, & Güven, 2012). Duygu genel olarak kişiyi topluma ve bulunduğu doğayla uyum içerisinde olmasına yardımcı olur (Dökmen, 1995, s. 153-156).

Bireylerin yaşamlarında yaşadıkları çeşitli duygular bulunmaktadır. Bunlar olumlu ve olumsuz duygular olabilir. Olumlu duygular aktarıldığında performansın yüksek olması aynı şekilde olumsuz duyguların aktarıldığında ise performansın düştüğü görülmektedir. Başarılar arttıkça olumlu duygular rahatlıkla ifade edilebilmektedir. Tam tersi durumda başarısızlıklar arttıkça olumsuz duyguları da ifade getirmek daha kolay olmaktadır. Duygular genelde bireylerin yaşamlarına yön verir ve olumlu olduklarında hayata olumlu özellikler katar. Bireyin duyguları nasıl yaşayacağı ve duygularını ne kadar ifade edebileceği sosyal ve kültürel çevrede şekillenmektedir. Duyguları hissedebilmek için biyolojik olarak insanlar yeterli donanıma sahiptirler. Mesela kişinin kalp atım hızı heyecanlandığında artmaktadır. Duygular aslında beyinde başlar ve sinir sistemi aracılığı ile bedene yansımaları olur (WEB1). Bebekler doğumlarından ikinci haftadan sonra yüz hareketlerini taklit edebilir ve sonraki iletişim becerileri bu taklit becerisine dayanır (Gallese, 2003, s. 171-180). Sergilenen yüz ifadesi kültürlerde değişiklik gösterebilir. Ama birçok duygu ifadesi ise kültürler farklı olsa bile benzerlikler taşımaktadır. Bu benzerliğin

nedeninin doğuştan gelen yüzsel etki programının varlığında yatar (Ekman, & Friesen, 1986, s. 159-168).

Duygu ifadelerinin kullanım amacı iki fonksiyonludur. Bunlardan birincisi bilgi vermek, ikincisi ise karşı tarafa duygu uyandırmaktır. Bazı yüz ifade şekilleri ve ses tonları karşı tarafa duygu ve niyet hakkında bilgi belirtmektedir. (Keltner, & Anderson, 2000, s. 187-192). İkinci fonksiyona değinecek olursak yaşanan duygusal olay ve ortamlar karşı tarafta bir cevap oluşturacaktır. Örneğin yakınlaşma isteği ortaya çıkarır, aşırı kızgınlık ifadesi ise korku tepkisini ortaya çıkaracaktır. Diğer bir duygu ifade yolu ise sestir. Her zaman olmasada inleme acıyı, çılgılık korkuyu, iç çekme korkuyu, gülme keyifli olduğunu gösterir. Sesin titremesi kederli oluşu ve keskin olması öfkeli oluşa işaretler. Bütün bunlara rağmen, birçok duygunun sadece çıkarılan seslere bakılarak ayırt edilmesi oldukça güçtür. Duygu iletiminde beden hareketleride bir araç olarak kullanılmaktadır. Bazen bilinçli bazende bilinçsiz olarak el kol hareketlerimiz duygularımızı ifade etmektedir. İfade edilen bu mesajlar sosyal ortamlarda ve kültürlere göre, yaşa ve cinsiyete göre değişiklik gösterebilir. Sonuç olarak gösterilen duygu ifadesi karşı tarafın duygu durumunu ve davranışlarını da etkileyen bir uyarandır (Morgan, 1999; Bachorowski, & Owren, 2001; Rottenberg, & Vaughan, 2008).

Duyguların insan yaşamındaki önemi.

Duygular insan yaşamın bir parçası olan hem bir histir hem de bir sezgidir. Yönlendirici özelliği ile yaşananlara anlam katarlar ve kişinin iç dünyasını yansıtır. Duygular kontrol altına alınmadığında ise yaşamı olumsuz etkileyebilirler. Bazıları koşullanmalarla ortaya çıkan, tetikleyicileri bulunan duygular, düşünceler ile sürekli etkileşim halindedirler. Sadece bugünle alakalı değil aynı zamanda geçmişte kalanların etkisiyle de iç içe yaşanır. Duygular insanları belli şekilde davranmaları için motive ederken, insan ilişkilerini de etkileyen unsurlardandır (Web1).

Duygu türleri.

Duygular, olumu ve olumsuz duygu olarak sınıflandırılırlar.

Olumlu duygu.

Bilim adamlarına göre kişiler dünyaya büyük bir duygusal kapasite ile gelmektedirler. Bilinen bu kapasitenin artırılması için farklı deneyimler yaşaması, güvenli bir sosyal çevrede yaşaması ve ikili ilişkilere yakın olmalıdır. Kişiye rahatsızlık veren konuları sözlü veya yazılı ifade etmesi, negatif düşüncelerini azalttığı, olumlu duygularında artışa sebep olduğu ve fiziki iyileşmeye yardımcı olduğu üzerine araştırma sonuçları mevcuttur. Ayrıca bilinmesi gereken bir

husus olarak duygularını kontrol altına alamayan ve duygularını bilinçli yönetemeyen liderlerin, başarılı olması da çok zordur (Lepore, Ragan, & Jones. 2000., Mendolia, & Kleck, 1993; Ada, 2009; İnanç, Bilgin, & Atıcı, 2012). Olumlu duyguların bazıları şunlardır (Web1);

- ✓ Mutluluk ve neşeli olmak: Neşeli olmak yüksek performans durumlarında ortaya çıkan en temel duygulardan biridir. Bu durumda yaptıklarından keyif aldığından dolayı mutlulukta kendiliğinden gelmektedir. Yaşamda küçük başarıları fark etmek hayattan keyif almaya katkı sağlayacaktır.
- ✓ Takdir edildiğini hissetmek: İnsanın temel ihtiyaçlarından biride bu duygudur. Bir başkasının takdir etmesi kişiyi motive edeceğinden dolayı daha fazla performans sergileyip daha fazla başarılı oldukları görülmektedir. Bu duygu durumu enerji düzeyini tetikleyerek performansı yükseltmektedir.
- ✓ Rahatlamış hissetmek: Bu durum kişiye performansında olumlu katkı yapan durumlar arasındadır. Stresi azaltıp fiziksel ve zihinsel becerileri ortaya koymaya yarayan bir durumdur.
- ✓ Kendini güvende hissetmek ve güven duymak: Kendini güvende hissetmek ve başarıya inanmak performansı olumlu yönde etkiler. Başarıyı getiren en iyi duygulardan biridir. Güvende olduğunu hissettiği için becerileri ortaya çıkarmakta zorlanmaz.
- ✓ Gurur duyma: Kişinin kendi ile gurur duyması özgüveni geliştirir ve buda başarıya odaklanmayı güçlendirir. Bu sebepten ötürü kişi kendine değer vermeli ve hatta kendini şımartması performansı artırmakla kalmayacak, yaşama isteğini artırıp başarılı olmasına sebep olacaktır.
- ✓ Coşkulu olma: belli bir görevi tamamlamak için isteğin coşkuya dönmesi performansını arttırıcı etkenlerden biridir. Coşkulu olmak işlerden keyif almayı, güvende hissetmeyi ve mutlu olmayı sağlayacak bir duygudur.

Olumsuz duygu.

Olumsuz duygu, genelde içerisinde negatif duyguları barındıran karşısındakine ve kendisine psikolojik olarak kötü etki bırakan bir duygu durumudur. Olumsuz duyguların bazıları şunlardır (Goleman, 1999; WEB1);

- ✓ Korku: Kontrol kaybedildiğinde ve içerisinde bulunulan durum kontrolden çıktığı zaman yaşanan bir duygu durumudur.
- ✓ Kaygı: Sonuçların belirsizleştiği ve beklentilerin karşılanmadığı durumlarda becerilerin eksikliğinin hissedilmesi halinde yaşanan olumsuz duygudur.

- ✓ Öfke: Bu durum davranışsal ve sözlü olarak ifade edilen bir duygudur. Aşağılanma, korku ve yetersizlik gibi duyguların ifade edilmemesi halinde ortaya çıkar ve performansı olumsuz olarak etkileyen bir duygu durumudur.
- ✓ Hayal kırıklığı: Performansın düşmesi sonucu özgüvenin de etkileneceği bir durumdur.
- ✓ Üzüntü: Beklentinin gerçekleşmediği durumlarda ortaya çıkan bir duygu durumudur. bu durum motivasyonu düşüreceğinden dolayı performansıda olumsuz yönde etkileyecektir.
- ✓ Depresyon: Yoğun üzüntünün olduğu dönemlerde ortaya çıkan duygu durumudur. Bu durumda çaresizlik ve isteksizlik özgüvende eksiklik oluşturup kısır bir döngüye sebep olacaktır.
- ✓ Yalnızlık: Kişilerin kendilerini diğerlerinden uzaklaştırdıkları ve ikili ilişkiyi pek tercih etmedikleri durumlarda kendilerini yalnızlık duygusu içerisine sokabilirler. Performansın düşmesi halinde birey kendini bir grubun parçası olarak görmez ve yalnız kalma isteği artar. Bu olumsuz duygu kişiyi daha fazla aşağı çekerek performansını olduğundan daha kötü duruma iter.
- ✓ Utanç: Kişi performansını sergilerken becerisizliğinden dolayı küçük düştüğünü hissetmesi duygusu yaşanır. Bu duyguyu farklı etkileşimler ile beslememek utanç duygusunu artıracaktır.

Duygu ve cinsiyet kavramı.

Literatürde erkeklerin ve otoriter pozisyonundaki kişilerin olumlu olan duygularını genelde ifade edemediğini ve olumsuz duygularını yani öfke gibi Duyguları İfade konusunda herhangi bir tereddüt yaşamadan anında belirtildiği söylenmektedir (Dökmen, 1995, s. 153-156). Eisenberg, & Delaney (1993, s. 106) yaptıkları çalışmada erkeklerin ve kadınların duygularını fizyolojik bakımdan aynı oranlarda hissettiklerini ama belirtilen duyguların dışarıya yansıtma ve ortaya çıkarmakta erkeklerin kadınlara oranla daha az paylaşım yapmaya meyilli oldukları sonucunu tespit etmişlerdir. Bu durumun ortaya çıkmasında şefkat, üzüntü, empati ve acı gibi duyguların kadınlara özgü olarak algılanması ve erkeklerin daha küçük yaşlarından itibaren bu duygularını dışa vurmamaları yönünde aldıkları sosyal baskılardan kaynaklanmaktadır (Feldman, & ark., 2000, s. 1027-1035).

Duyguların İfade Edilmesi

Yaşanan duyguların sonrasında, başkaları tarafından görülebilen sözlü veya tepkisel davranış halleridir. (Gross, & John, 1997, s. 435). Sözel olarak veya mimikler ile duyguların karşdakine aktarılmasına duyguları ifade denilmektedir (Kuyumcu, & Güven, 2012, s. 589-607).

İnsanlar çeşitli duygularını farklı davranış hareketleri ile ortaya koyarlar. Bu davranış hareketlerinin en önemlilerden bir tanesi duygu ifadesinin yüze olan yansımasıdır. Birçok insan duygularını ifade ederken sözel ifade etmekten çok değişik yollarla ifade etmeyi tercih ederler. Jest ve mimiklerimiz yani yüz ifadelerimiz bireyin hissettikleri ile ilgili birtakım ipuçları verebilmektedir. Yüz ifadesi kişinin o anki duygularını büyük oranda yansıtmaktadır (Konrad, & Hendl, 2003, s. 41). Duyguları İfade konusunda yapılan bir araştırmada kişilerin psikolojik iyi olma halleri ile pozitif duygu ortalamalarının yüksek anlamda olduğunu tespit etmişlerdir (Kuzucu, 2011, s. 779-792). Bazı düşünürlerin görüşlerine göre birtakım duyguların yüz mimikleri evrensel olduğu tespit edilmiştir (Ekman, & Friesen, 1986, s. 159-168). Her temel duygunun bir karşılığı olarak kişiye özel kendini ifade edici yüz ifadeleri ve fizyolojik tepkiler gibi ifadeler mevcuttur. Bu gibi motorik hareketler duygulara, ifade kalite özelliğini verir (Izard, 1990, s. 626-635). James (2007) bu görüşün psikolojideki ilk temsilcilerindendir. Onun görüşüne göre ağladığımız için üzgün olduğumuz, vurduğumuz için kızgın olduğumuz, titrediğimiz için ise korkmuş hissedeceğimizi belirtmektedir. Bu tür uyarıcıyı algıladığımızda, belli bir duygunun tecrübe edilmesini beraberinde getirmektedir. Duygu, kişinin beyninin uyarıcı girdisi ile tepki çıktısının tam olarak arasında olmalıdır (Cannon, 1927, s. 106-124). Duyguları İfade şekli kültüre göre değişmektedir, çünkü duygusal ifadeler kültürlerin içinde sürekli gelişmektedir (Keltner, & Anderson, 2000, s. 187-192). Duygular kültürden bağımsız olarak değerlendirilmez. Sosyal çevre ele alınmadan bir duygunun olumlu veya olumsuz olarak değerlendirilmesi doğru olmayacaktır (Eid, & Diener, 2009, s. 169-202). Duygu dışavurumu kişilerin birbirleri arasında olan iletişimin devam etmesinde bazı önemli rollere sahiptir (Wearden, Tarrier, Barrowclough, Zastowny, & Rahill, 2000). Duygu ifadesinin iki fonksiyonu bilinmektedir. Bunlardan birincisi; bilgi vermek amacı ile ikincisi ise karşı tarafa duygu uyandırma amaçlıdır. (Keltner, & Anderson, 2000, s. 187-192). Literatürde, Duyguları İfade, kişilerin ihtiyaç ve beklentilerini iletmek istediği kanala bir yol olarak tanımlanmaktadır. (Ölçer, Fişş, Berkem, & Karadağ, 2010, s. 44-49). İnsanın vücudunda duyguların nasıl kendini gösterdiği konusuna bakıldığında, insanın duygusal yapısının iki temel unsuru olan duyguları ifade edebilme ve fark edebilme kavramları ortaya çıkmaktadır. Sözel ifade ederek ve mimikler ile duyguları karşısındakine aktarılmasına duyguları ifade denilmektedir (Kuyumcu, & Güven, 2012, s. 589-607). King ve Emmons'a (1990, s. 864) göre duyguların sözle, hareketle veya mimikler aracılığı ile ifade edilmesi psikolojik ve fiziksel sağlık için önemlidir. Yaşadığı pozitif ve negatif duygularını ifade edemeyen kişiler, birçok fiziksel ve psikolojik sorun yaşama riski altındadırlar Diğer taraftan çevre ve kişi için en uygun yolun, duyguların topluma uyum sağlayarak ortaya çıkması olarak görülmektedir (Köknel, 1997; Yavuzer, 2000). Duygu ifadeleri; iletişim içinde olan kişilerin birbirlerini nasıl hissettiğini karşı tarafa bilgisini vermektedir. Bazı duygular kişileri birbirlerine yakınlaştırma ve uzaklaştırma niteliklerine

sahiptir. İnsanları yaklaştıran duygular; sempatiklik, sevinç, sıkılğanlık vb. duygular olurken, uzaklaştıran duygular ise öfke, tiksınme, keder ve endişe, olarak görölmektedir (Adler, 2000; Ekman, 1993).

Duyguları ifade etme yolları.

Vücut hareketleri ve duruşların bazı duygu durumlarını yansıttığı bazı araştırmacılar tarafından tartışılmaktadır. Spesifik duyguların vücut hareketleri ile ifade edilebildiğı gibi bazı araştırmacılar da hareket davranışlarının duygunun miktarı hakkında bir gösterge olabileceğini ancak duygunun kendisini ifade etmediğini ileri sürmektedir. Üzüntü, keder, korku, sevinç, öfke, suçluluk, gurur, umutsuzluk ve mutluluk gibi duyguların aktörler tarafından canlandırıldığı ve bu vücut hareketlerinin var olduğı bulunmuştur (Wallbott, 1998, s. 879-896). Dijital çağın büyümesi ile birlikte yapılan emojiler, kullanılan karakterler ve çoklu noktalama işaretleri ile birlikte duygu ifadesi sanal ortamda da yer bulmaktadır. Bilgisayarlar ile kurulan iletişimde daha az duygu barındırdığı tezi çürütölmüş oldu (Derks, Fischer, & Bos, 2008; Harris, & Paradice, 2007). Dans etmek duygu ifadesinin sözel olmayan bir yoludur. Mutlu olduğunda dans ederken ritmin biraz daha hızlı olmasını istemek ya da üzüntülü olduğunuzda ritmin daha yavaş olmasını istemek sergilenen hareketlerden belli olmaktadır (Levy, 1988; Van, Maes, & Hargreaves, 2013).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

Yöntem

Bu araştırma Bayburt Üniversitesi etik kurulunun 29/01/2021 tarihli ve 2021/25 karar sayılı izni ile gerçekleştirilmiştir.

Araştırma Modeli

Bu araştırma antrenörlerin duygularını ifade etmede çeşitli demografik özelliklerin etkisini inceleyen, nicel bir araştırma olup, araştırma modellerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Literatürde yapılan araştırmada iki değişken arasındaki ilişkinin derecesinin ölçülmesi istendiğinde ilişkisel tarama modelinin kullanılabileceği belirtilmektedir (Christensen, Johnson, & Turner, 2015, s. 408-409).

Araştırma Grubu

Bu araştırma kamuda ya da özel kulüpte çeşitli spor branşlarında aktif antrenörlük yapan 134 kadın, 405 erkek toplamda 539 antrenörden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veriler araştırmacı tarafından belirlenen “Demografik Özellikler” ile “Duyguları İfade Ölçeği” kullanılarak toplanmıştır.

Duyguları İfade Ölçeği (DİÖ): Bu ölçek 1990 yılında King, & Emmons tarafından geliştirilmiştir. Genel duygu ifadelerini ölçmek amacı ile kullanılan ölçeğin Türkçe 'ye uyarlaması Kuzucu (2006) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek olumlu, olumsuz ve yakınlık duygularını ifade eden orijinalinde 16 maddeli uyarlama sonucunda 15 madde ve 7'li likert tipi olarak oluşturulan ve derecelendirmeye dayalı bir ölçektir. Ölçek bireylerin birbirlerine karşı olan olumlu veya olumsuz duyguları hakkında bilgi vermektedir. Türkçeye adaptesi için ölçeğe yapılan geçerlilik analizi sonucunda orijinal model doğrulayıcı faktör analizi ile doğrulanmadığı tespit edilmiştir. Maddeler orijinal modeldeki faktörlere göre dağılımda farklılık göstermiştir. Orijinal ölçekte 1. 6. 7. 8. ve 12. maddeler yakınlık faktöründe yer almaktayken, ölçeğin Türkçe 'ye uyarlamasında 1. 3. 6. 7. 8. ve 16. maddeler yakınlık faktöründe yer almıştır. Benzer şekilde orijinal ölçekte 3. 4. 9. 11. 13. 15. 16. maddeler olumlu duygu faktöründe yer almaktayken ölçeğin

Türkiye uyarlamasında 4. 9. 11.13. ve 15. maddeler olumlu duyguda yer almıştır. Negatif duygu faktörünün maddelerinde bir farklılık olmamıştır. Orijinal ölçekte olumlu duyguda yer alan iki madde (3. ve 16.) ölçeğin Türkçe ‘ye uyarlamasında yakınlık faktöründe yer almıştır. Bu maddeler ölçekte kişiler arası iletişimde fiziksel teması içeren maddelerdir. Söz konusu maddelerin, orijinal çalışmada olumlu duygu boyutunda yer almasına rağmen, anlamsal olarak yakınlık boyutuyla doğrudan ilişkili oldukları göz önünde bulundurulduğunda, bu faktör dağılımının Türk kültürüne daha uygun bir yapı ortaya koyduğu söylenebilir. Ayrıca faktör dağılımlarına göre en fazla yüke sahip olan 12. madde ölçekten çıkartılmıştır. Ölçeğin puanlaması, her madde 1 ile 7 arasında cevaplanır. Verilen 1 cevabı kişinin o madde de belirtilen soruya kesinlikle katılmadığını, soruya verilen 7 cevabının ise kişinin maddeye kesinlikle katıldığını belirtmektedir. (Kuzucu, 2006).

Çeşitli spor branş antrenörlerine internet platformu (Google Forms) üzerinden oluşturulan form aracılığı ile veri toplama işlemi gerçekleştirildi. Araştırmada yalnızca eksiksiz doldurulan formlar değerlendirmeye alındı.

Verilerin Analizi

SPSS 25.0 paket programı ile analizleri yapılmıştır. Çalışmada elde edilen veriler üzerinde verilerin normal dağılım gösterdiği tespit etmek için Skewness ve Kurtosis değerleri incelendi ve verilerin normal bir dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Skewness ve Kurtosis değerlerinin -2 ile +2 arasında olması durumunda parametrik analizlerin kullanılmasının uygun olduğu belirtilmektedir (George, & Mallery, 2010, s. 19-20). Ayrıca farklı bir kaynakta verilerin normal dağılım göstermesi çarpıklık ve basıklık değerlerinin -3 ile +3 arasında olmasına bağlı olduğunu belirtmiştir (Shao, 2002, s. 121-143).

Antrenörlerin duygularını ifade etmede; cinsiyet, medeni durum, yapmış olduğu spor türü ve çalışma alanı değişkenine göre anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek için ‘bağımsız örneklem T testi’ (Independent Samples t Test) kullanılmıştır. Duyguları İfade; yaş, eğitim durumu, gelir düzeyi, branşta sporculuk süresi, antrenörlük kademesi ve aktif antrenörlük süresi değişkenlerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla ‘tek yönlü varyans analizi’ ile birlikte anlamlı farklılıkları tespit etmek için posthoc testlerinden Tukey testi kullanılmıştır. İstatistiksel sonuçlar yorumlanırken anlamlılık düzeyi .05 olarak alınmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

Bulgular

Tablo 1. *Katılımcıların Demografik Özellikleri*

Değişkenler	Grup	N	%
Cinsiyet	Erkek	405	75.1
	Kadın	134	24.9
Yaş	18-24 Yaş	70	13
	25-31 Yaş	147	27.3
	32 Yaş ve Üzeri	322	59.7
Eğitim Durumu	Lise ve altı	106	19.7
	Ön lisans ve lisans	318	59
	Lisansüstü	115	21.3
Medeni Durumu	Evli	237	44
	Bekâr	302	56
Gelir Düzeyi	2.324 TL ve altı	124	23
	2.325 TL – 8475 TL arası	295	54.7
	8476 TL ve üzeri	120	22.3
Yapılan Spor Türü	Takım sporu	109	20.2
	Bireysel spor	430	79.8
Branşta Sporculuk Süresi	1-3 Yıl arası	97	18
	4-6 Yıl arası	98	18.2
	7-9 Yıl arası	67	12.4
	10 Yıl ve üzeri	277	51.4
Çalışma Alanı	Kamu	287	53.2
	Özel	252	46.8
Antrenörlük Kademesi	1.Kademe yardımcı antrenör	153	28.4
	2.Kademe antrenör	188	34.9
	3.Kademe kıdemli antrenör	150	27.8
	4.Kademe baş antrenör	36	6.7
	5.Kademe teknik direktör	12	2.2
Aktif Olarak Antrenörlük Süresi	1 Yıldan az	89	16.5
	1-4 Yıl arası	176	32.7
	5-9 Yıl arası	184	34.1
	10 Yıl ve üzeri	90	16.7
TOPLAM		539	100

Tablo 1 incelendiğinde antrenörlerin cinsiyetlerine göre 405'inin erkek ve 134'ünün kadın; yaşlarına göre 70'inin 18-24, 147'sinin 25-31 ve 322'sinin 32 yaş ve üzeri; eğitim durumlarına göre 106'ının lise ve altı, 318'inin ön lisans ve lisans ve 115'inin lisansüstü mezunu; medeni durumlarına göre 237'sinin evli ve 302'sinin bekâr olduğu; aile gelir düzeylerine göre 124'ünün 2825 TL ve altı, 295'inin 2826-8475 TL arası ve 120'sinin 8476 TL ve üzeri gelir elde ettiği; spor türüne göre 109'unun takım sporu ve 430'unun bireysel sporla ilgilendiği; sporculuk sürelerine göre 97'sinin 1-3 yıl arası, 98'inin 4-6 yıl arası, 67'sinin 7-9 yıl arası ve 277'sinin 10 yıl ve üzeri olduğu; görev yerlerine göre 287'ssinin kamuda ve 252'sinin özel sektörde çalıştığı; antrenörlük kademelerine göre 153'ünün 1. kademe yardımcı antrenör, 188'inin 2. kademe antrenör, 150'sinin 3. kademe kıdemli antrenör, 36'sının 4. kademe baş antrenör ve 12'sinin 5. kademe teknik direktör olduğu; aktif olarak antrenörlük görev sürelerine göre 89'unun 1 yıldan az, 176'sının 1-4 yıl arası, 184'ünün 5-9 yıl arası ve 90'ının 10 yıl ve üzeri olduğu görülmektedir.

Tablo 2. *Duyguları İfade Ölçeği Tanımlayıcı İstatistik, Normallik ve Güvenirlik Analiz Sonuçları*

Duyguları İfade	N	Minimum	Maximum	$\bar{X}$	Ss	Skewness	Kurtosis	Cronbach's alpha
Yakınlık İfadesi	539	10	42	28.57	5.38	-.250	.125	.612
Olumlu Duygu İfadesi	539	5	35	21.20	5.22	-.125	-.063	.705
Olumsuz Duygu İfadesi	539	4	28	19.9	4.72	-.564	.030	.694
Duyguları İfade Toplam	539	26	97	69.74	11.20	-.452	.424	.718

Tablo 2'de ortalama değerler ölçek likert puanlamasına göre incelendiğinde, antrenörlerin duygularını ifade ederken yakınlık kurmada puanlarının orta derecelerde (28.57) olduğu, olumlu (21.20) ve olumsuz duygularını ifade (19.9) konusunda ortalamadan yüksek olduğu ve antrenörlerin duyguları ifade toplamında da (69.74) puanların ortalamadan yüksek olduğu, normallik analiz sonuçlarına bakıldığında tüm değerlerin -1 ile +1 aralığında olduğu ve literatürde belirtilen normal dağılım koşulları sağladığı, güvenirlik analiz sonuçlarına bakıldığında ise yakınlık ifadesi alt boyutunun Cronbach's Alpha değerinin .612, olumlu duygu ifadesi alt boyutunun .705, olumsuz duygu ifadesinin .694 olduğu ve genel duyguları ifade toplamında Cronbach's Alpha değerinin .718 olduğu görülmektedir ve bu sonuçlar çalışmanın güvenirliliğinin yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir.

Tablo 3. *Antrenörlerin Cinsiyet Değişkenine Göre Duyguları İfade Değerlerinin Karşılaştırması*

Duyguları İfade	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	t	P
Yakınlık İfadesi	Erkek	405	28.62	5.33	.408	.684
	Kadın	134	28.41	5.57		
Olumlu Duygu İfadesi	Erkek	405	20.65	5.12	-4.34	.000*
	Kadın	134	22.88	5.19		
Olumsuz Duygu İfadesi	Erkek	405	20.28	4.76	2.81	.005*
	Kadın	134	18.97	4.46		
Duyguları İfade Toplam	Erkek	405	69.57	11.28	-.616	.538
	Kadın	134	70.26	10.99		

* P<.05

Tablo 3'e bakıldığında erkek ve kadın antrenörlerin "Olumlu Duygu İfadesi" (.000) ve "Olumsuz Duygu İfadesi" (.005) değerleri arasında anlamlı farklılık var iken (P<.05). "Yakınlık İfadesi" (.684) alt boyutu ve Duyguları İfade Toplamında (.538) gruplar arasında herhangi bir anlam olmadığı görülmektedir (P>.05).

Tablo 4. *Antrenörlerin Yaş Değişkenine Göre Duyguları İfade Değerlerinin Karşılaştırması*

Duyguları İfade	Yaş	N	$\bar{X}$	Ss	F	P	Tukey
Yakınlık İfadesi	18-24	70	27.48	5.83	1.65	.193	-
	25-31	147	28.70	4.85			
	32 Yaş ve üzeri	322	28.75	5.50			
Olumlu Duygu İfadesi	18-24 (a)	70	21.62	5.56	5.55	.004*	b>c (.001)
	25-31 (b)	147	22.29	4.89			
	32 Yaş ve üzeri (c)	322	20.62	5.22			
Olumsuz Duygu İfadesi	18-24	70	18.81	5.23	2.39	.092	-
	25-31	147	20.06	4.31			
	32 Yaş ve üzeri	322	20.16	4.76			
Duyguları İfade Toplam	18-24	70	67.92	12.13	2.00	.135	-
	25-31	147	71.06	9.88			
	32 Yaş ve üzeri	322	69.53	11.53			

* P<.05

Tablo 4 incelendiğinde antrenörlerin yaş değişkenine göre "Olumlu Duygu İfadesi" (.004) alt boyutundaki sonuç anlamlı iken (P<.05), "Yakınlık İfadesi" (.193) ve "Olumsuz Duygu İfadesi" (.092) alt boyutunda ve duyguları ifade toplamında (.135) herhangi bir anlamlı fark olmadığı görülmektedir (P>.05).

Tablo 5. *Antrenörlerin Eğitim Düzeylerine Göre Duyguları İfade Değerlerinin Karşılaştırması*

Duyguları İfade	Eğitim Düzeyi	N	$\bar{X}$	Ss	F	P	Tukey
Yakınlık İfadesi	Lise ve altı (a)	106	26.89	5.86	8.25	.000*	a<b (.003)
	Ön lisans ve lisans (b)	318	28.70	5.30			a<c (.000)
	Lisansüstü (c)	115	29.76	4.80			
Olumlu Duygu İfadesi	Lise ve altı (a)	106	19.52	5.01	7.31	.001*	a<b (.001)
	Ön lisans ve lisans (b)	318	21.50	5.06			a<c (.001)
	Lisansüstü (c)	115	21.95	5.56			
Olumsuz Duygu İfadesi	Lise ve altı (a)	106	19.06	5.18	4.95	.007*	a<c (.006)
	Ön lisans ve lisans (b)	318	19.87	4.48			
	Lisansüstü (c)	115	21.02	4.76			
Duyguları İfade Toplam	Lise ve altı (a)	106	65.49	11.21	12.40	.000*	a<b (.000)
	Ön lisans ve lisans (b)	318	70.07	11.13			a<c (.000)
	Lisansüstü (c)	115	72.74	10.29			b<c (.026)

* P<.05

Tablo 5 incelendiğinde. Antrenörlerin eğitim düzeylerine göre “Yakınlık İfadesi” (.000), “Olumlu Duygu İfadesi” (.001), “Olumsuz Duygu İfadesi” (.007) alt boyutlarında ve duyguları ifade toplamında (.000) anlamlı farklılıkların olduğu görülmektedir (P<.05).

Tablo 6. *Antrenörlerin Medeni Durum Değişkenine Göre Duyguları İfade Değerlerinin Karşılaştırması*

Duyguları İfade	Medeni Durum	N	$\bar{X}$	Ss	t	P
Yakınlık İfadesi	Evli	237	29.19	5.31	2.37	.018*
	Bekâr	302	28.08	5.40		
Olumlu Duygu İfadesi	Evli	237	20.76	5.29	-1.74	.082
	Bekâr	302	21.55	5.15		
Olumsuz Duygu İfadesi	Evli	237	20.47	4.68	2.26	.024*
	Bekâr	302	19.55	4.71		
Duyguları İfade Toplam	Evli	237	70.43	10.87	1.27	.203
	Bekâr	302	69.19	11.45		

* P<.05

Tablo 6 incelendiğinde antrenörlerin medeni durum değişkenine göre “Yakınlık İfadesi” (.018) ve “Olumsuz Duygu İfadesi” (.024) alt boyutlarında fark anlamlı iken (P<.05), “Olumlu Duygu İfadesi” (.082) ve Duyguları İfade Toplamına bakıldığında (.203) değişkenler arasında anlamlı fark olmadığı görülmektedir (P>.05).

Tablo 7. *Antrenörlerin Gelir Düzeylerine Göre Duyguları İfade Değerlerinin Karşılaştırması*

Duyguları İfade	Gelir Düzeyi	N	$\bar{X}$	Ss	F	P	Tukey
Yakınlık İfadesi	2825 TL ve altı (a)	124	27.79	5.48	3.02	.049*	a<c (.015)
	2826-8475 TL (b)	295	28.53	5.32			
	8476 TL ve üzeri (c)	120	29.48	5.34			
Olumlu Duygu İfadesi	2825 TL ve altı (a)	124	21.58	5.07	.655	.520	-
	2826-8475 TL (b)	295	20.98	5.19			
	8476 TL ve üzeri (c)	120	21.38	5.47			
Olumsuz Duygu İfadesi	2825 TL ve altı (a)	124	19.00	4.64	5.14	.006*	a<c (.001)
	2826-8475 TL (b)	295	19.96	4.76			
	8476 TL ve üzeri (c)	120	20.93	4.54			
Duyguları İfade Toplam	2825 TL ve altı (a)	124	68.38	11.28	3.03	.049*	a<c (.017)
	2826-8475 TL (b)	295	69.47	11.43			
	8476 TL ve üzeri (c)	120	71.80	10.35			

* P<.05

Tablo 7 incelendiğinde antrenörlerin gelir düzeylerine göre “Yakınlık İfadesi” (.049), “Olumsuz Duygu İfadesi” (.006) ve Duyguları İfade Toplamında (.049) sonuçlar anlamlı iken (P<.05), “Olumlu Duygu İfadesi” (.520) alt boyutunda anlamlı fark olmadığı görülmektedir.

Tablo 8. *Antrenörlerin Spor Türü Değişkenine Göre Duyguları İfade Değerlerinin Karşılaştırması*

Duyguları İfade	Spor Türü	N	$\bar{X}$	Ss	t	P
Yakınlık İfadesi	Takım Sporları	109	29.27	5.66	1.52	.129
	Bireysel Sporlar	430	28.39	5.30		
Olumlu Duygu İfadesi	Takım Sporları	109	20.36	5.40	1.88	.059
	Bireysel Sporlar	430	21.42	5.16		
Olumsuz Duygu İfadesi	Takım Sporları	109	20.44	5.15	1.21	.225
	Bireysel Sporlar	430	19.83	4.60		
Duyguları İfade Toplam	Takım Sporları	109	70.09	12.30	.362	.717
	Bireysel Sporlar	430	69.65	10.92		

Tablo 8 incelendiğinde antrenörlerin spor türü değişkenine göre “Yakınlık İfadesi” (.129), “Olumlu Duygu İfadesi” (.059) ve “Olumsuz Duygu İfadesi” (.225) alt boyutları ile duyguları ifade toplamında (.717) anlamlı farklılığın olmadığı görülmektedir (P>.05).

Tablo 9. *Antrenörlerin Branşta Spor Sürelerine Göre Duyguları İfade Değerlerinin Karşılaştırması*

Duyguları İfade	Spor Süresi	N	$\bar{X}$	Ss	F	P	Tukey
Yakınlık İfadesi	1-3 Yıl (a)	97	27.52	5.45	2.57	.050*	a<d (.012)
	4-6 Yıl (b)	98	28.01	5.71			
	7-9 Yıl (c)	67	28.64	4.52			
	10 Yıl ve üzeri (d)	277	29.12	5.39			
Olumlu Duygu İfadesi	1-3 Yıl (a)	97	21.13	5.34	.893	.444	-
	4-6 Yıl (b)	98	21.92	5.61			
	7-9 Yıl (c)	67	20.67	5.26			
	10 Yıl ve üzeri (d)	277	21.11	5.03			
Olumsuz Duygu İfadesi	1-3 Yıl (a)	97	19.46	4.88	.924	.429	-
	4-6 Yıl (b)	98	19.57	4.40			
	7-9 Yıl (c)	67	20.35	4.44			
	10 Yıl ve üzeri (d)	277	20.17	4.84			
Duyguları İfade Toplam	1-3 Yıl (a)	97	68.12	11.57	1.01	.384	-
	4-6 Yıl (b)	98	69.51	11.30			
	7-9 Yıl (c)	67	69.67	9.66			
	10 Yıl ve üzeri (d)	277	70.41	11.38			

* P<.05

Tablo 9 incelendiğinde antrenörlerin branşta spor sürelerine göre “Yakınlık İfadesi” (.050) alt boyutunda sonuçlar anlamlı iken (P<.05), “Olumlu Duygu İfadesi” (.444) ve “Olumsuz Duygu İfadesi” (.429) alt boyutları ile duyguları ifade toplamında (.384) anlamlı fark olmadığı görülmektedir (P>.05).

Tablo 10. *Antrenörlerin Görev Yerlerine Göre Duyguları İfade Değerlerinin Karşılaştırması*

Duyguları İfade	Çalışma alanı	N	$\bar{X}$	Ss	t	P
Yakınlık İfadesi	Kamu	287	28.18	5.34	-1.78	.075
	Özel	252	29.01	5.41		
Olumlu Duygu İfadesi	Kamu	287	20.47	5.20	-3.54	.000*
	Özel	252	22.05	5.13		
Olumsuz Duygu İfadesi	Kamu	287	20.18	4.61	1.20	.230
	Özel	252	19.69	4.83		
Duyguları İfade Toplam	Kamu	287	68.84	11.59	-1.98	.047*
	Özel	252	70.76	10.68		

* P<.05

Tablo 10 incelendiğinde antrenörlerin görev yerlerine göre “Olumlu Duygu İfadesi” (.000) alt boyutunda ve duyguları ifade toplamında (.047) fark anlamlı iken ($P<.05$); “Yakınlık İfadesi” (.075) ve “Olumsuz Duygu İfadesi” (.230) alt boyutları incelendiğinde gruplar arasında anlamlı fark olmadığı görülmektedir ($P>.05$).

Tablo 11. *Antrenörlük Kademelerine Göre Duyguları İfade Değerlerinin Karşılaştırması*

Duyguları İfade	Kademe	N	$\bar{X}$	Ss	F	P	Tukey
Yakınlık İfadesi	1.Kademe	153	28.18	5.81	2.29	.050*	b>c (.021) e>c (.040)
	2.Kademe	188	29.22	5.21			
	3.Kademe	150	27.86	4.75			
	4.Kademe	36	28.94	5.54			
	5.Kademe	12	31.16	7.95			
Olumlu Duygu İfadesi	1.Kademe	153	22.11	4.81	3.05	.017*	a>b (.040)
	2.Kademe	188	20.94	5.23			a>c (.049)
	3.Kademe	150	20.93	5.57			a>e (.002)
	4.Kademe	36	21.19	4.55			b>e (.20)
	5.Kademe	12	17.33	5.69			c>e (.021) d>e (.26)
Olumsuz Duygu İfadesi	1.Kademe	153	19.54	5.17	1.19	.314	-
	2.Kademe	188	20.30	4.33			
	3.Kademe	150	19.65	4.73			
	4.Kademe	36	21.00	4.16			
	5.Kademe	12	20.50	5.74			
Duyguları İfade Toplam	1.Kademe	153	69.84	11.74	.859	.488	-
	2.Kademe	188	70.47	10.22			
	3.Kademe	150	68.44	11.63			
	4.Kademe	36	71.13	10.99			
	5.Kademe	12	69.00	14.30			

* $P<.05$

Tablo 11 incelendiğinde antrenörlük kademelerine göre “Yakınlık İfadesi” (.050) ve “Olumlu Duygu İfadesi” (.017) alt boyutlarında fark anlamlı iken ($P<.05$), “Olumsuz Duygu İfadesi” (.314) alt boyutunda ve Duyguları ifade toplamında (.488) anlamlı fark olmadığı görülmektedir ($P>.05$).

Tablo 12. *Antrenörlükte Aktif Görev Sürelerine Göre Duyguları İfade Değerlerinin Karşılaştırması*

Duyguları İfade	Görev Süresi	N	$\bar{X}$	Ss	F	P	Tukey
Yakınlık İfadesi	1 yıldan az (a)	89	27.31	5.24	3.330	.019*	b>a (.002)
	1-4 yıl arası (b)	176	29.46	5.41			
	5-9 yıl arası (c)	184	28.43	5.35			
	10 yıl ve üzeri (d)	90	28.37	5.34			
Olumlu Duygu İfadesi	1 yıldan az (a)	89	21.88	5.30	1.199	.309	-
	1-4 yıl arası (b)	176	21.38	5.55			
	5-9 yıl arası (c)	184	21.07	5.08			
	10 yıl ve üzeri (d)	90	20.47	4.71			
Olumsuz Duygu İfadesi	1 yıldan az (a)	89	19.69	4.32	.756	.519	-
	1-4 yıl arası (b)	176	19.92	4.96			
	5-9 yıl arası (c)	184	20.33	4.71			
	10 yıl ve üzeri (d)	90	19.51	4.64			
Duyguları İfade Toplam	1 yıldan az (a)	89	68.89	10.97	1.121	.340	-
	1-4 yıl arası (b)	176	70.77	11.35			
	5-9 yıl arası (c)	184	69.84	10.86			
	10 yıl ve üzeri (d)	90	68.36	11.81			

* P<.05

Tablo 12 incelendiğinde antrenörlerin aktif görev sürelerine göre “Yakınlık İfadesi” (.019) alt boyutunda fark anlamlı iken (P<.05), “Olumlu Duygu İfadesi” (.319) ve “Olumsuz Duygu İfadesi” (.519) alt boyutları ile Duyguları ifade toplamında (.340) anlamlı fark olmadığı görülmektedir (P>.05).

BEŞİNCİ BÖLÜM

Tartışma ve Sonuç

Diğer meslek gruplarında olduğu gibi antrenörlerde etkili ve verimli olabilmek için duygularında mesleklerinin bir parçası olarak ortaya koyabilmektedir. Ancak diğerlerinden farklı olarak antrenörlerin duygusu birlikte çalıştığı sporcu, yönetici ve hatta seyirci davranış ve performanslarını etkileyebilir. Bu nedenle antrenörlerin duygularını ifade edebilmeleri son derece önemlidir. Spor bilimlerinde antrenörlerin duyguları ifadesini çeşitli değişkenler üzerine inceleyen bu araştırma antrenörlük mesleğinin gelişiminin ilerlemesi yanı sıra spor bilimleri literatürüne de önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

Yapılan bu araştırmada cinsiyet değişkenine göre bakıldığında kadın antrenörlerin “olumlu duygu ifadesi” değerlerinin erkek antrenörlerden anlamlı derece yüksek olduğu sonucuna ulaşıldı (tablo 3). Bu sonuç kadın antrenörlerin yapısı gereği erkek antrenörlerden daha duygusal ve daha yapıcı bir kişiliğe sahip olduğu varsayıldığından kaynaklandığı düşünülmektedir. Caprara ve arkadaşları (2006, s. 30) ergen kadınların pozitif duygularını erkeklerin ise negatif duygularını yönetme yeterliliklerinin daha yüksek olduğunu bildirmiştir. Hayes (1999) kadınlar erkeklere oranla pozitif duygularını göstermeye, negatif duygularını baskılamaya daha eğilimli olduğunu tespit etmiştir. Yemez ve Karaca (2019, s. 1167-1193) “anlık duygu durumu ve mutluluğun plansız satın almaya etkisi” başlıklı araştırmalarında, kadınların olumlu duygu ifadelerinin erkeklerden anlamlı derecede yüksek olduğu bildirilmişlerdir. Yalçın’ın (2010) üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu araştırmada, cinsiyet değişkenine göre duyguları ifade ölçeğinin yakınlık ve olumlu duygu alt boyutlarında kız öğrencilerin erkek öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğunu bildirmiştir. King ve Emmons, (1990, s. 864) yaptıkları araştırmada duyguları ifade anlamında cinsiyet boyutunda anlamlı farklılığın olduğunu, erkeklerin duygularını kadınlardan daha fazla sınırlandığı ve kadınların duygularını açığa vurmada daha rahat davrandığı sonucuna ulaşmıştır. Kaşıkçı (2019) ergenlerin duygu ifadesi konulu yüksek lisans tezinde, duyguları ifade ölçeği puanları cinsiyet açısından kadınlar lehine istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğunu bildirmiştir. Eisenberg ve Delaney (1993, s. 106) yapmış oldukları çalışmada genel olarak duyguları ifadede erkeklerin duygularını daha gizli yaşadıkları, kadınların ise daha fazla dışa dönük yaşamaya meyilli olduklarını tespit etmişlerdir. Sevinç (2019) üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile duyguları ifade ve düşünme ihtiyacı arasındaki ilişki başlıklı yapmış olduğu araştırmada duyguları ifade ile cinsiyet arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşmış ve bu farkın ise kadın öğrencilerin lehine yüksek olduğunu ifade etmiştir. Ekşi

(2017) üniversite öğrencilerine yapmış olduğu çalışma neticesinde eğitiminden önce ve sonra belirlenen duygularını ifade edebilme ölçeği ortalama puanlarının cinsiyete göre farklılık gösterdiği ve bu farkın kadınların duygularını erkeklerden daha iyi ifade edebildiğini belirtmiştir. Literatürdeki mevcut araştırmalar bu araştırma sonuçlarını destekler niteliktedir. Diğer bir alt boyut olan “Olumsuz Duygu İfadesi” değerlerinin cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde ise erkekler lehine anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edildi (Tablo 3). Mičková (2015, s. 55-58) lise öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmasında erkeklerin olumlu ve olumsuz duygu ifadelerinin kadınlardan anlamlı derecede yüksek olduğunu ve bunun nedeni olarak kadınların duygularını ifade ederken ebeveynlerini incitebileceklerinden kaynaklanabileceğini bildirmiştir. Literatür incelendiğinde Varol (2018) kişilerarası ilişkiler psikoterapisi eğitimi almanın subjektif mutluluk, empati, duyguları ifade ve yakın ilişkilerde yaşantılar üzerindeki etkisini incelediği çalışmada, katılımcıların duygularını ifade etmelerinde cinsiyet düzeyinde anlamlı farkın olduğunu tespit etmiştir. Katılımcıların duygularını ifade etmelerinde tespit edilen anlamlı farkın ise erkek katılımcılardan kaynaklandığı sonucuna ulaşmıştır. Araştırma sonucundan farklı olarak Şipit (2019) yapmış olduğu yetişkin bireylerde bağlanma stillerinin duyguları İfade şekilleri ve empatik eğilim yeteneklerine etkileri başlıklı çalışmada cinsiyet ile duyguları ifade ölçeği arasında anlam olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Yapılan diğer bir çalışma sonucunda Yıldırım (2017) cinsiyet değişkeninin duyguları ifade etme konusunda anlamlı bir fark oluşturmadığı belirtilmiştir. Atay (2018) yapmış olduğu çalışmada duyguları ifade etmede cinsiyete göre anlamlı farklılık olmadığını tespit etmiştir. Literatürde aynı sonuca ulaşan farklı bir çalışma ise Arslan’ın (2016) üniversite öğrencilerinin duygularını ifade etme, öznel iyi oluş ve anne babalarının tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi konusundaki araştırmasında duyguları ifade değerlerinin cinsiyet değişkeninde istatistiksel olarak farklı olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Yapılan bu çalışmada duyguları ifade anlam düzeyi yaş değişkenine göre incelendi ve olumlu duygu ifade düzeyinde 25-31 yaş grubundaki antrenörlerin 32 yaş ve üzeri antrenörlerden almış oldukları puanların yüksek olduğu tespit edildi (tablo 4). Yaşı daha fazla olan antrenörlerin duygularını daha iyi ifade etmelerinin sebebi olarak, yaşam tecrübesi olabileceği düşünülmektedir. Literatürde antrenörlerin duygularını ifade düzeylerinin yaş değişkenine göre inceleyen bir çalışma bulunmamakla birlikte alanda Belemir ve Küçüğü (2019, s. 7-17) antrenör davranışlarını sporcuların algısına göre incelemiş ve sporcular tarafından algılanan olumlu antrenör davranışlarında en yüksek ortalama puan değerlerine göre yaşları 18-25 arasında değişen antrenörlerde olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bulmuş olduğumuz verilerin aksine alanda farklı sonuçlar elde edilmiş çalışmalarda yer almaktadır. Sevinç (2019) üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile duyguları ifade ve düşünme ihtiyacı arasındaki ilişki başlıklı yapmış olduğu

çalışmasında yaş değişkeni ile duyguları ifade düzeyi arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Bu durumun üniversite öğrencilerinin yakın yaşlarda olabileceğinden dolayı araştırmamızdan farklı bir sonuç olarak ortaya çıktığı düşünülmektedir. Arslan'ın (2016) üniversite öğrencilerinin duygularını ifade etme, öznel iyi oluş ve anne babalarının tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi konulu çalışmasında yaş değişkeninde anlamlı bir farkın olmadığını saptamıştır. Ekşi (2017) üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu araştırmada yaş değişkenine göre olumsuz duyguları ifade edebilme ortalamalarının anlamlı bir farklılık göstermediğini belirlemiştir. Atay (2018) ergenlerde aileden algılanan duygu dışı vurumunun duyguları ifadeye ve psikososyal uyuma etkisi başlıklı araştırmada ergenlerde duyguları ifade ölçeğinin alt boyutları ve toplam puanlarının yaşlara göre farklılık gösterse de istatistiksel olarak anlamlı olmadığı sonucunu bulmuştur. Şipit (2019) yapmış olduğu çalışmasında yetişkinlerin duygularını ifade etmede yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Yıldırım (2017) yapmış olduğu araştırmada yaş grup ortalamalarının duyguları ifade ölçeği skorlarının istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı sonucunu tespit etmiştir. Yemez ve Karaca (2019, s. 1167-1193) da araştırmalarında yaş değişkeninin duyguları ifade etme alt boyutlarının hiçbirinde anlamlı bir fark oluşturmadığını bulmuşlardır.

Araştırmada eğitim düzeylerine göre duyguları ifade ölçeğindeki “yakınlık ifadesi” alt boyutunda sınıf düzeyine göre anlamlı sonuçlar olduğu ve bu anlamın lise ve altı mezuniyete sahip kişilerin ön lisans, lisans ve lisansüstü mezunlarına göre iletişim halinde iken temastan kaçındıkları tespit edilmiştir (tablo 5). Diğer alt boyutumuz olumlu duyguları ifade düzeyinde anlamlı sonuçlar tespit edilmiş ve lise ve altı mezunlarının ön lisans, lisans ve lisansüstü okuyan antrenörlere oranla olumlu duygularını ifade edemedikleri sonucuna ulaşılmıştır. Olumsuz duygu ifadesi alt boyutunda yine anlamlı sonuca ulaşılmış ve lisansüstü mezuniyete sahip antrenörlerin lise ve altı mezuniyete sahip antrenörlere göre olumsuz duygularını rahatlıkla ifade ettikleri tespit edilmiştir. Genel olarak duyguları ifade toplamına baktığımızda lise ve altı mezuniyete sahip antrenörlerin ön lisans, lisans ve lisansüstü mezuniyete sahip antrenörlere oranla duygularını ifade etmede güçlük çektiği ve kişisel gelişimin kendini ifade etmede önemli olduğu sonucuna ulaşmaktayız. Literatürde antrenörlerin duyguları ifade konusunda araştıran bir çalışmaya rastlamamakla birlikte farklı alanlarda araştırmalar mevcuttur. Duyguları ifadeyi eğitim düzeyi bakımından inceleyen Yıldırım (2017), eğitim düzeyi lisansüstü olanların duyguları ifade ölçeği değerlerinin diğer eğitim düzeyi mezunlarına göre anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Araştırmamızı destekleyen bu sonuç ile birlikte eğitim düzeyindeki ilerlemelerde duyguları daha iyi ifade edebilmenin nedeni olarak, eğitim ortamlarında daha çok yer almaktan ve bu ortamlarda bireylerin duygusal olarak etkilendiğinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Ekşi (2017) bir dönem boyunca

verilen pozitif psikoloji dersinin öğrencilerin mutluluklarına ve duygularını ifade etmelerine olan etkisinin incelenmesi üzerine yaptığı araştırmada duyguları ifade ölçeği ile eğitim kademeleri ön lisans ve lisans değişkenine göre yapmış olduğu analizler incelendiğinde; duyguları ifade etmenin eğitim değişkenine göre istatistiki açıdan herhangi bir anlam göstermediğini belirlemiştir. Bu durumun ön lisans ve lisansın birbirlerine yakın ve benzer eğitim ortamları olmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

Diğer bir değişkenimiz olan antrenörlerin medeni durumlarına göre duyguları ifade alt boyutlarından yakınlık ifadesinde anlamlı sonuçlar ortaya çıkmıştır (tablo 6). Bu sonuçlar incelendiğinde evli olan antrenörlerin bekâr olanlara oranla ikili iletişimde yakın temas kurdukları bunun nedeni ise evde eşleri veya çocukları ile iletişim kurarken sürekli yakın temasta olmalarından dolayı olduğu düşünülmektedir. Olumsuz duygu ifade alt boyutunda yine anlamlı sonuçlar tespit edildi. Evli antrenör adaylarının bekar olanlara göre olumsuz duygularını rahatlıkla ifade ettikleri görülmekte ve antrenörlerin ailesi ile sürekli bir iletişimde olmalarından dolayı duygularını ifade konusunda zorlanmadıkları düşünülmektedir. Literatürde bizi destekleyen çalışmalar yer almaktadır. Yeşil (2018) üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu araştırmada duyguları ifade ölçeği puanlarının evli olanların, bekârlara oranla istatistiksel olarak anlamlı olduğu sonucuna ulaşmıştır. Duyguları ifade ölçeğinin diğer bir alt boyutu olan olumlu duyguları ifadede ise evli ve bekâr antrenörler arasında herhangi bir anlamlı sonuca rastlanmamıştır. Literatürde araştırmamızdan farklı bir sonuç olarak Yemez ve Karaca (2019, s. 1167-1193) medeni durum konusunda bekârların olumlu duygu ifadelerinin evlilerden anlamlı derecede yüksek olduğunu bildirmişlerdir. Araştırmamızdan farklı bulunan bu sonucun, çalışılan grup farklılığından kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir. Yine araştırmamızdan farklı bir sonuç olarak Usta (2016) çalışmasında bekâr akademisyenlerin evlilerden daha çok olumsuz duygu yaşadığı bildirilmiştir. Bu durumun ise mesleki farklılıklardan kaynaklandığını düşünülmektedir.

Antrenörlerin duygularını ifade etmede etkili olan bir diğer değişkenimiz gelir düzeylerine göre “yakınlık ifadesi” alt boyutunda anlamlı farkların olduğu ve bu farkında gelir düzeyinin azalması ile antrenörlerin yakın davranmaktan kaçındıkları, gelir düzeyi yüksek olanların karşısındakine daha yakın davranışlar ile duygularını ifade ettikleri sonucuna ulaşılmıştır (tablo 7). Olumsuz duygu ifadesi alt boyutunda anlamlı farklar olduğu ve gelir düzeyi yüksek olan antrenörlerin göre olumsuz duygularını daha yüksek bir seviyede ifade ettikleri tespit edilmiştir. Duyguları ifade toplamı incelendiğinde yine anlamlı sonuçlar olduğu ve gelir düzeyi arttıkça duyguları ifade değerlerinin de artırdığı şeklindedir. Yeşil’in (2018) yaptığı araştırma bu araştırmayı destekler nitelikte olup, katılımcıların gelir düzeyi yüksek olanların orta ve düşük olanlara göre duyguları ifade değerlerinin istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu

görülmektedir. Atay (2018) ergenler üzerinde yaptığı bir araştırmada duyguları ifade ölçeğini toplam puanlarının aile ekonomik durumu iyi olanlarda daha yüksek olduğu sonucuna ulaşsa da istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığını tespit etmiştir. Bu sonuç ta araştırma sonucumuzu kısmen desteklemektedir. Gelir düzeyinin duyguları ifade konusundaki etkisinin, daha çok gelire sahip olmanın insanların daha farklı ortamlara daha sık ve rahatlıkla katılabileceği ve böylece duygularını daha fazla paylaşılabileceğinden kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmamızda spor türü değişkenine göre “yakınlık ifadesi”, “olumlu duygu ifadesi”, “olumsuz duygu ifadesi” alt boyutlarında ve duyguları ifade toplamında gruplar arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir (tablo 8). Bu sonuçlar antrenörlerin duygularını ifade etme durumlarında branşlarının herhangi bir fark ortaya koymadığı sonucunu göstermektedir. Literatürde antrenörlerin spor türü değişkenine göre duygularını ifade etmesini araştıran bir çalışmaya rastlanmamıştır. Araştırma konusuna yakın olarak Sümer (2019) sporcular üzerinde yaptığı araştırmasında, sürekli optimal performans duygu durumlarını incelemiş ve bireysel ya da takım sporu ile ilgilenenler arasında fark olmadığını bildirmiştir. Benzer sonuçlar Russell (2001, s. 83-105) ile Sharp ve arkadaşları (2007, s. 251-269) tarafından yapılan çalışmalarda da bildirilmiştir. Duyguları ifadeyi iletişimin bir bölümü olarak düşündüğümüzde benzer bir sonuca da Ulukan’ın (2012) araştırmasında rastlanmaktadır. Bahsi geçen araştırmada spor türü ile sporcuların iletişim becerileri arasında anlamlı farkın olmadığı bildirilmiştir.

Antrenörlerin branşta spor sürelerine göre “yakınlık ifadesi” alt boyutunda anlamlı farkın olduğu tespit edildi. 10 yıl ve üzeri süre kendi branşında sporculuk yapan antrenörlerin 1-3 yıl arası olanlara göre duygularını ifade ederken yakınlaşmayı tercih ettikleri tespit edilmiştir (tablo 9). Bu sonucun ortaya çıkmasında, sporculukta geçen süre içerisinde antrenörlerin daha fazla sportif iletişim ortamında yer almasının iletişim ortamlarını çeşitlendirmiş olabileceği ve buna bağlı olarak duygularını daha yakın bir şekilde ifade edebilecekleri düşünülmektedir. Literatürde antrenörlerin branşta spor sürelerine göre duygularını ifade etmesini araştıran çalışmaya rastlanmamakla beraber, Seçkin Ağırbaş ve arkadaşlarının (2020, s. 25-36) antrenörlerin iletişim becerileri konusunda yapmış oldukları araştırmada, çalışma süresi fazla olan antrenörlerin diğerlerine göre iletişim becerilerinin de anlamlı derecede yüksek olduğu bildirilmiştir. “Olumlu duygu ifadesi” ve “olumsuz duygu ifadesi” alt boyutlarında ve duyguları ifade toplamında ise gruplar arasında herhangi bir anlamlı fark olmadığı tespit edilmiştir. Alanda yapılan diğer bir çalışmada Koç (2020) boks antrenörlerinin antrenörlükte geçirdikleri süre ile iletişim becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı bildirilmiştir.

Yapılan çalışmada çalışma alanı değişkenine göre “olumlu duygu ifadesi” alt boyutunda anlamlı sonuçlar tespit edildi (tablo 10). Bulmuş olduğumuz bu sonuçlara göre özel sektörde

antrenörlük yapanlar kamuda antrenörlük yapanlara göre olumlu duygularını daha rahat ifade ettikleri tespit edildi. Duyguları ifade toplamında alınan değerler incelendiğinde anlamlı sonuçlar olduğu ve bu sonuçlara göre özel sektörde antrenörlük yapanların kamuda antrenörlük yapanlara göre duygularını daha iyi ifade ettikleri anlaşılmaktadır. Literatürde antrenörlerin görev yerlerine göre duygularını ifade etmelerini araştıran bir çalışmaya rastlanmamakla birlikte Koç (2020) boks antrenörlerinin iletişim düzeylerini incelediği çalışmada görev yerleri ile iletişim becerileri arasında anlamlı fark olmamakla beraber iletişim becerisi en yüksek olanlar sözleşmeli antrenörler iken en düşük olanların ise kadrolu antrenörler olduğunu bildirmiştir. Seçkin Ağırbaş ve arkadaşları (2020, s. 25-36) tarafından yapılan diğer bir araştırmada kamuda çalışan antrenörlerin iletişim değerlerinin özel kurum/kulüplerde çalışan antrenörlere göre anlamlı derecede düşük olduğu belirtilmiştir. Literatürde araştırma konumuzla ilgili bir başka araştırma sonucu bulunmamasına rağmen, duyguları ifadenin iletişimle alakası dikkate alındığında, bu araştırmaların çalışmamızı desteklediği varsayılmaktadır. Kamuda çalışan antrenörlerin gelirleri ve iş koşulları sabit iken, özel sektörde çalışan antrenörlerin gelirleri genellikle önceki deneyimlerine ve çalıştıkları süre içerisinde gösterdikleri performanslarına göre belirlenmektedir. Dahası özel sektör antrenörlerinin iş anlaşmaları da performansa göre sonlandırılabilir. Bu durumun ortaya koyduğu baskı da düşünüldüğünde özel sektör antrenörlerinin etkili bir performans için gerekli koşullara daha fazla önem vermesi gerekmektedir. Bunlardan birisi de iletişim ve iletişimi etkileyebilecek duygu ifadesidir. Araştırmada bu şekilde sonuçlanmasında bu durumun etkili olabildiği düşünülmektedir.

Yine bu araştırmada, antrenörlük kademeleri değişkenine göre “yakınlık ifadesi” alt boyutu sonuçlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir (tablo 11). Bu anlamlı farklılık incelendiğinde 2. kademe antrenörlerin ve 5. kademe teknik direktörlerin 3. kademe kıdemli antrenörlere göre duygularını ifade etmede yakın teması tercih ettikleri sonucuna ulaşılmıştır. Alan yazı incelendiğinde antrenörlerin kademelerine göre duygularını ifade etme boyutunda araştıran çalışmaya rastlanmamakla birlikte Koç (2020) yılında yapmış olduğu çalışmada antrenörlerin iletişim becerisi ile antrenörlük kademesi arasında yapılan analizler sonucu herhangi bir anlam bulunmamakla birlikte en yüksek iletişim becerisinin ikinci kademe ve beşinci kademe olduğu sonucunu tespit etmiştir. Diğer alt boyut olan “olumlu duygu ifadesi” sonuçlarına göre yine anlamlı sonuçlar tespit edildi ve 1. kademe antrenörlerin 2. kademe antrenör ve 3. kademe kıdemli antrenörlere göre; ayrıca 2. kademe antrenör, 3. kademe kıdemli antrenör ve 4. kademe baş antrenörlerin 5. kademe teknik direktörlere göre olumlu duygularını ifade etmede daha rahat oldukları sonucu tespit edilmiştir. Bulmuş olduğumuz sonuçlara göre 5. kademe teknik direktörler olumlu duygularını ifade etmede diğer kademedeki antrenörlere göre biraz daha çekingen yada

otoriter oldukları düşünülmektedir. “olumsuz duygu ifadesi” alt boyutunda ve duyguları ifade toplamında gruplar arasında anlam olmadığı görülmektedir. Literatür incelendiğinde antrenörlerin kademelerine göre duygularını ifade şekillerini araştıran çalışmaya rastlanmamakla birlikte Koç’un (2020) araştırmasındaki sonuçlarla benzerlik olduğu görülmektedir.

Araştırmada aktif görev süresi değişkenine göre “yakınlık ifadesi” alt boyutunda anlamlı sonuçlar bulunmuştur (tablo 12). Bu sonuçlar doğrultusunda alt boyut incelendiğinde 1-4 yıl arası antrenörlük yapanların 1 yıldan az antrenörlük yapanlara göre duygularını ifade ederken iletişimde daha yakın temas içerisinde oldukları, bununda yeni başlayan antrenörlerin karşısındaki bireyleri daha az tanıdıklarından dolayı olduğu düşünülmektedir. Diğer alt boyutlarımız “olumlu duygu ifadesi” ve “olumsuz duygu ifadesinde ve duyguları ifade toplamında gruplar arasında anlam farkının olmadığı görülmektedir. Yapmış olduğumuz tarama sonucunda duyguları ifade durumunda aktif görev süresi değişkenine göre literatürde herhangi bir kaynağa rastlanmamakla birlikte Koç (2020) çalışmasında boks antrenörlerinin antrenörlükte geçirdikleri süre ile iletişim becerileri arasında anlamlı fark olmadığını tespit etmiş olsa da antrenörlükte çalışılan süre arttıkça iletişim beceri düzeyinin de arttığı sonucuna ulaşmıştır.

Araştırma sonucunda antrenörlerin;

- ✓ cinsiyetlerine göre “olumlu duygu ifadesi” ve “olumsuz duygu ifadesi” alt boyutunda,
- ✓ yaşlarına göre “olumlu duygu ifadesi” alt boyutunda,
- ✓ eğitim düzeylerine göre “yakınlık ifadesi”, “olumlu duygu ifadesi” ve “olumsuz duygu ifadesi” alt boyutlarında ve duyguları ifade toplamında,
- ✓ gelir düzeylerine göre “yakınlık ifadesi”. “olumsuz duygu ifadesi” ve duyguları ifade toplamında,
- ✓ medeni durumlarına göre “yakınlık ifadesi” ve “olumsuz duygu ifadesi” alt boyutlarında,
- ✓ branşta sporculuk sürelerine göre “yakınlık ifadesi” alt boyutunda,
- ✓ görev yerlerine göre “olumlu duygu ifadesi” alt boyutunda ve duyguları ifade toplamında,
- ✓ aktif görev sürelerine göre “yakınlık ifadesi” alt boyutunda,
- ✓ antrenörlük kademelerine göre “yakınlık ifadesi” ve “olumlu duygu ifadesi” alt boyutlarında gruplar arasında anlamlı farklılıklar olduğu,
- ✓ spor türü değişkenine göre hiçbir alt boyutta gruplar arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark olmadığı sonuçlarına ulaşıldı.

Bu araştırma genel olarak değerlendirildiğinde, özellikle eğitim ve gelir düzeylerinin duyguları ifadede öncelikli etkili demografik faktörler olduğu, bunların yanında cinsiyet, yaş,

medeni durum, çalışma alanı ve antrenörlük kademlerinin de çeşitli duyguları ifade boyutları üzerinde etkili olduğu sonuçları ortaya çıkarmıştır. Antrenörlerin duygularını ifadelerine yönelik yapılan ilk araştırma olması, bu sonuçların önemini bir kez daha ortaya koymaktadır.

Araştırmamız çeşitli branşlardaki antrenörlerin demografik özellikleri ile sınırlı olduğundan, duygularını ifadeleri etkileyebilecek farklı değişkenlerin branşlara göre ayrı ayrı incelenebileceği gibi sporcular üzerinde de araştırmalar yapılmasını önerilir.



KAYNAKÇA

- Ada, S. (2009). *Beden eğitimi öğretmenlerinin duygusal zekâ düzeyleri ve yetkinliklerinin belirlenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 239236)
- Adler, A. (2000). *İnsan Tabiatını Tanıma*. İstanbul, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 5. Baskı.
- Alpman, C. (1972). *Eğitimin bütünlüğü içinde beden eğitimi ve çağlar boyunca gelişimi*. İstanbul, Millî Eğitim Basımevi, 176.
- Amman, M. T. (2000). *Spor sosyolojisi*. Ed: HC İkizler, *Sporda Sosyal Bilimler*, İstanbul, Alfa Basım.
- Arslan, S. (2016). *Üniversite öğrencilerinin duygularını ifade etme, öznel iyi oluş ve anne babalarının tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 441310)
- Atasoy, B., & Kuter, F. Ö. (2005). Küreselleşme ve spor. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 11-22.
- Atay, N. (2018). *Ergenlerde aileden algılanan duygu dışı vurumunun duyguları ifadeye ve psikososyal uyuma etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi. İstanbul. Türkiye
- Bachorowski, J. A., & Owren, M. J. (2001). Not all laughs are alike: Voiced but not unvoiced laughter readily elicits positive affect. *Psychological science*, 12(3), 252-257.
- Balcıoğlu, İ. (2003). *Sporun sosyolojisi ve psikolojisi*. İstanbul, Bilge Yayıncılık.
- Baumann, S. (1994). *Uygulamalı Spor Psikolojisi*, H.C. İkizler ve A. O. Özcan (Çev.). İstanbul: Alfa Yayınları.
- Belemir, Ç. İ. K., & Küçük, V. (2019). Sporcular tarafından algılanan antrenör davranışlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Eurasian Research in Sport Science*, 4(1), 7-17.
- Bender, P. U. (2000). *İçten Liderlik*, İmren Kalyoncu ve Fatma Can Akbaş (çev), İstanbul, Hayat Yayıncılık. s. 16.
- Bompa, T. (1994). *Theory and Methodology of Training: The key to athletic performance* 3rd ed. Dubuque: Kendall/ Hunt Publishing Company.
- Cannon, W. B. (1927). The James-Lange theory of emotions: A critical examination and an alternative theory. *The American journal of psychology*, 39(1/4), 106-124.
- Caprara, G. V., Steca, P., Gerbino, M., Paciello, M., & Vecchio, G. M. (2006). Looking for adolescents' well-being: Self-efficacy beliefs as determinants of positive thinking and happiness. *Epidemiologia e Psichiatria Sociale*, 15(1), 30.
- Christensen, L. B., Johnson, R. B., & Turner, L. A. (2015). *Araştırma yöntemleri desen ve analiz* (Çev. Edt: Ahmet Aypay). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Crooks, R. L., & Stein, J. (1991). *Psychology: Science, Behavior and Life*. Fort Worth: Holt, Rinehart and Wiston.
- Çakar, U., & Arbak, Y. (2004). Modern yaklaşımlar ışığında değişen duygu-zeka ilişkisi ve duygusal zeka. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(3), 23-48.
- Darwin, C., & Prodger, P. (1998). *The expression of the emotions in man and animals*. Oxford University Press, USA.
- Demiray, U. (2003). *Meslek Yüksek Okulları İçin Genel İletişim*. Ankara, Pegem Yayıncılık, s. 90

- Derks, D., Fischer, A. H., & Bos, A. E. (2008). The role of emotion in computer-mediated communication: A review. *Computers in human behavior*, 24(3), 766-785.
- Doğan, O. (2005). *Spor psikolojisi*. 2. Baskı. Adana, Nobel Kitabevi, s.70.
- Doğar, Y. (2019). *Türkiye’de spor yönetimi*. Ankara: Gece Kitaplığı.
- Dökmen, Ü. (1995). *İletişim Çatışmaları ve Empati*. İstanbul: Sistem Yayıncılık, 2.Baskı,153-156.
- Dumangoz, P. D. (2019). *Spor ve İletişim. İçinde S.B. Çavuşoğlu (Ed.), Spor Yönetiminde Temel Alanlar*. İstanbul: Nobel Yayıncılık; 3-20.
- Eid, M., & Diener, E. (2009). Norms for experiencing emotions in different cultures: Inter-and intranational differences. In *Culture and well-being* (pp. 169-202). Springer, Dordrecht.
- Eisenberg, S., & Delaney, J. D. (1993). *Psikolojik Danışma Süreci*, Çeviren: N. Ören, M, Takkaç. İstanbul, Milli Eğitim Basımevi. s. 106.
- Ekman, P. (1993). Facial expression and emotion. *American psychologist*, 48(4), 384.
- Ekman, P., & Friesen, W. V. (1986). A new pan-cultural facial expression of emotion. *Motivation and emotion*, 10(2), 159-168.
- Ekşi, K. (2017). *Bir dönem boyunca verilen pozitif psikoloji dersinin öğrencilerin mutluluklarına ve duygularını ifade etmelerine olan etkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi’nden edinilmiştir. (Tez No. 485468)
- Erdoğan, B. S. (2011). *Türkiye'deki antrenör eğitiminin ilkesel ve yapısal problemlerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi’nden edinilmiştir. (Tez No. 303168)
- Erkal, M., Güven, Ö., & Ayan, D. (1998). *Sosyolojik Açıdan Spor*, İstanbul, Der Yayınları, s. 17-123.
- Feldman, B. L., Lane, R. D., Sechrest, L., & Schwartz, G. E. (2000). Sex Differences İn Emotional Awareness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26 (9), 1027-1035.
- Gallese, V. (2003). The roots of empathy: the shared manifold hypothesis and the neural basis of intersubjectivity. *Psychopathology*, 36(4), 171-180.
- George, D., & Mallery, P. (2010). SPSS for Windows step by step. A simple study guide and reference (10. Baskı). GEN, Boston, MA: *Pearson Education, Inc.*
- Goleman, D. (1998). *İş başında duygusal zekâ*. İstanbul, Varlık Yayınları, s. 18.
- Goleman, D. (1999). *Duygusal Zekâ*. B., S. Yüksel (Çev.) İstanbul, Varlık Yayınları.
- Gök, Y. (2016). *Türkiye'nin gençlik ve spor alanındaki kamu diplomasisi etkinliği*. (Doktora Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi’nden edinilmiştir. (Tez No. 431816)
- Greenberg, L. S. (2010). Emotion-focused therapy: An overview. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(33), 1-12.
- Gross, J. J., & John, O. P. (1997). Revealing feelings: facets of emotional expressivity in self-reports, peer ratings, and behavior. *Journal of personality and social psychology*, 72(2), 435.
- Günay, M., Yüce, D., & Çolakoğlu, T. (2001). *Futbol Antrenmanlarının Bilimsel Temelleri*, 2. Baskı. Ankara, Gazi Kitabevi.
- Harris, R. B., & Paradice, D. (2007). An investigation of the computer-mediated communication of emotions. *Journal of Applied Sciences Research*, 3(12), 2081-2090.

- Hayes, J. G. (1999). *Managing the expression of emotions* (Doctoral dissertation), Illinois State University).
- Ivancevich, J. M., Gibson, J. L., & Donnelly, J. H. (2005). *Organizations: behavior, structure, processes*. McGraw-Hill/Irwin.
- Izard, C. E. (1990). The substrates and functions of emotion feelings: William James and current emotion theory. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 16(4), 626-635.
- İnanç, B. Y., Bilgin, M., & Atıcı, M. K. (2012). *Gelişim psikolojisi: çocuk ve ergen gelişimi*: Ankara, Pegem Akademi.
- İsen, G., & Batmaz, V. (2002). *Ben ve toplum: sosyal psikoloji*. Ankara, Om Yayınevi, s.49.
- James, W. (2007). *The principles of psychology*. Harvard: *Harvard University*.
- Karagözoğlu, C. (2006). *Sporda psikolojik destek*. İstanbul, Morpa Kültür Yayınları, s. 70.
- Kaşıkcı, N. B. (2019). *Ergenlerde sosyal medya kullanımı ile dissosiyasyon ve duygu ifadesi arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, Türkiye.
- Keltner, D., & Anderson, C. (2000). Saving face for darwin: the functions and uses of embarrassment. *Current Directions in Psychological Science*, 9(6), 187-192.
- Keten, M. (1993). *Türkiye’de spor*, 2. Baskı. İstanbul, Polat Ofset.
- King, L. A., & Emmons, R. A. (1990). Conflict over emotional expression: Psychological and physical correlates. *Journal of personality and social psychology*, 58(5), 864.
- Koç, A. (2020). *Boks antrenörlerinin iletişim becerileri ve liderlik tarzlarının incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi’nden edinilmiştir. (Tez No. 645456)
- Konrad, S., & Hendl, C. (2003). *Duygularla Güçlenmek*, (Çev.) Taştan, M., Hayat Yayıncılık, İstanbul.
- Konter, E. (1996). *Bir lider olarak antrenör*. 1. Baskı. İstanbul, Alfa Basım Yayım Dağıtım, 26-36.
- Konter, E. (1998). *Sporda Psikolojik Hazırlığın Teori ve Pratiği*. 13. Baskı, Ankara, Bağırhan Yayınevi,
- Köknel, Ö. (1997). *Kaygıdan kişiliğe mutluluk*. İstanbul, Altın Kitaplar Yayınevi.
- Krause J. R. F. (1988). Rising fracture toughness from the bending strength of indented alumina beams. *Journal of the American Ceramic Society*, 71(5), 338-343.
- Kurumu, T. D. (2019). *Türk Dil Kurumu (TDK) Türkçe sözlüğü*.
- Kuyumcu, B., & Güven, M. (2012). Türk ve İngiliz üniversite öğrencilerinin duygularını fark etmeleri ve ifade etmeleri ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32(3), 589-607.
- Kuzucu, Y. (2006). *Duyguları fark etmeye ve ifade etmeye yönelik bir psiko-eğitim programının, üniversite öğrencilerinin duygusal farkındalık düzeylerine, duyguları ifade eğilimlerine, psikolojik ve öznel iyi oluşlarına etkisi*. (Doktora Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi’nden edinilmiştir. (Tez No. 205150)
- Kuzucu, Y. (2011). *Duyguları İfade Etme Ölçeğinin Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları*. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 19(3), 779-792.
- Lepore, S. J., Ragan, J. D., & Jones, S. (2000). Talking facilitates cognitive–emotional processes of adaptation to an acute stressor. *Journal of personality and social psychology*, 78(3), 499.

- Levy, F. (1988) *Dance Movement Therapy – A Healing Art*, The American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance, Reston, VI
- Martens, R. (1998). *Başarılı antrenörlük* (T. Büyükonat, Çev.). İstanbul, Beyaz Yayınları, s. 82.
- Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R., & Sitarenios, G. (2001). Emotional intelligence as a standard intelligence. *Emotio*, 1, ss. 232-242.
- Mendolia, M., & Kleck, R. E. (1993). Effects of talking about a stressful event on arousal: Does what we talk about make a difference?. *Journal of personality and social psychology*, 64(2), 283.
- Miřková, Z. (2015). Adolescence and manifestation emotions in the family. *Ad Alta: Journal of Interdisciplinary Research*, 5(1), 55-58.
- Morgan, C. (1999). *Psikolojiye giriş* (Çev. Ed. Sirel Karakaş), Ankara, Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü Yayınları, Yayın No:1 Meteksan A.Ş.
- Öğretici, H., & Karcılılar, A. (2005). *Morpa spor ansiklopedisi*, İstanbul, Morpa Kültür Yayınları, s. 80.
- Ölçer, S., Fişş, N. P., Berkem, M., & Karadağ, B. (2010). Astımlı çocukların benlik saygıları ve annelerinin duygu dışavurum düzeylerinin değerlendirilmesi. *Turkish Pediatrics Archive*, 45(2), 44-49.
- Özbek, O. (1999). Sporda etik dışı davranış alanları ve etik ilkeler, *Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(4), 38-50
- Özdevecioğlu, M., & Yalçın, Y. (2010). Spor tatmininin sporcuların stres ve saldırganlık düzeyleri üzerindeki etkisi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 63-76.
- Padar, P. (2015). *Türkçe 'de duygu anlatan kelimelerin afekt kavramı bağlamında tespiti* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, İstanbul. Türkiye.
- Resmî gazete, (2019) Gençlik ve Spor Bakanlığı'nın 30978 sayılı antrenör eğitimi yönetmeliği.
- Rottenberg, J., & Vaughan, C. (2008). Emotion expression in depression: emerging evidence for emotion context-insensitivity. in emotion regulation, Boston, Springer, 125-39.
- Russell, W.D. (2001). An examination of low state occurrence in college athletes. *Journal of Sport Behavior*, 24(1), 83-105.
- Seçkin Ağırbaş, İ., Erel, S., & Belli, E. (2020). Antrenörlerin öz yeterlilikleri ile iletişim becerileri ilişkisi, *Anatolia Sport Research*, 1(1):25-36.
- Selçuk, H. (1987). *Beden eğitimi temel bilgileri*. İstanbul Ders Kitapları Anonim Şirketi, İstanbul, Eko Matbaası, 10-13.
- Sevim, Y. (2003). *Antrenör eğitim ilkeleri*. Ankara, Nobel Yayınevi, s. 27.
- Sevim, Y., Tuncel, F., Erol, E., & Sunay, H. (2001). *Antrenör eğitimi ve ilkeleri*. 2.Baskı, Ankara, Gazi Kitabevi. s. 4-10.
- Sevinç, H. (2019). *Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile Duyguları İfade ve düşünme ihtiyacı arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul, Türkiye.
- Shao, A. T. (2002). *Marketing Research: An Aid to Decision Making.*: Melissa Acuna.
- Sharp, E. H., Coatsworth, J. D., Darling, N., Cumsille, P., & Ranieri, S. (2007). Gender differences in the self-defining activities and identity experiences of adolescents and emerging adults. *Journal of Adolescence*, 30(2), 251-269.

- Smoll, F. L., Smith, R. E., Barnett, N. P., & Everett, J. J. (1993) Enhancement of children's self-esteem through social support training for youth sport coaches, *Journal of Applied Psychology*, 78(4), 602-610.
- Stewart, C. C. (2014). Sportmanship, gamesmanship, and the implications for coach education, strategies, *A journal for Physical and Sport Educators*, Routledge, 27(5),3-7.
- Sunay, H., & Uyar, Y. (2017). *Antrenörlük eğitimi (Türkiye'de ve Dünyada 'da)* . Hakan Sunay (Editor). *Spor Bilimlerine Giriş*. Ankara: Gazi Kitabevi. s.283-309.
- Sümer, K. (2019). *Antrenör iletişim becerileri ile sporcuların sürekli optimal performans duygu durumları arasındaki ilişkinin sporcu algılarına göre incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Pamukkale Üniversitesi, Denizli, Türkiye.
- Şentürk, Ü. (2007). Popüler Bir Kültür Örneği Olarak Futbol. *C.Ü. Sosyal Bilimler Dergisi Mayıs Cilt : 31 No:1 Ss. 25-41*
- Şimşek, Ö. C., Sunay, H., & Bal, E. (2020). Antrenörlerin duygusal zekâ seviyelerinin incelenmesi (ankara ili örneği). *Electronic Turkish Studies*. 15(2), 1359-1373.
- Şipit, G. (2019). *Yetişkin bireylerde bağlanma stillerinin duyguları ifade etme şekilleri ve empatik eğilim yeteneklerine etkileri*. (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 535553)
- Tepeköylü, Ö., Soytürk, M., & Çamlıyer, H. (2009). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu (besyo) öğrencilerinin iletişim becerisi algılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(3), 115-124.
- Terry, P. (1991). The psychology of the coach-athlete relationship. *Bull S (ed.) Sport psychology, a self-help guide*. Marlborough, Crowood.
- Türksoy Işım, A., & Şarkıcı, T. (2003). 12-14 yaş futbolcuların antrenörlerinden algıladıkları ve tercih ettikleri lider davranışları ile ilgili sporcu tatmini. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*. 11(3), 200-203.
- Ulukan H. (2012). *İletişim Becerilerinin takım ve bireysel sporculara olan etkisi*. Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 320277)
- Usta, I. (2016). *Liderlik davranışının çalışanların öznel iyi oluşları ve işe yabancılaşmaya etkisi: Bir alan araştırması (Doktora Tezi)*. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 431356)
- Van Dyck, E., Maes, P. J., Hargreaves, J., Lesaffre, M., & Leman, M. (2013). Expressing induced emotions through free dance movement. *Journal of Nonverbal Behavior*, 37(3), 175-190.
- Varol, C. (2018). *Kişilerarası ilişkiler psikoterapisi eğitimi almanın subjektif mutluluk, empati, duyguları ifade ve yakın ilişkilerde yaşantılar üzerindeki etkisinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, Türkiye.
- Wallbott, H. G. (1998). Bodily expression of emotion. *European journal of social psychology*, 28(6), 879-896.
- Wearden, A. J., Tarrier, N., Barrowclough, C., Zastowny, T. R., & Rahill, A. A. (2000). A review of expressed emotion research in health care. *Clinical psychology review*, 20(5), 633-666.
- WEB1- <https://psikolojik.gen.tr/duygular.html> (Erişim Tarihi: 01.05.2021)
- Weiss, M. R., & Williams, L. (2004). *The why of young sport involvement: a developmental perspective on motivational processes*. in m. r. weiss (ed.), *developmental sport and*

- exercise psychology: a lifespan perspective*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology. 223-268.
- Whitmore, J. (2010). Coaching for performance-growing human potential and purpose, *NHRD Network Journal*, 3(2), 83-84.
- Yalçın, S. B. (2010). *Üniversite öğrencilerinin duygularını ifade edebilmelerinin aleksitimi ve psikolojik ihtiyaçlarına göre incelenmesi*. (Doktora Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 278536)
- Yamen, E. (1999) *Sporda taraftarlığın farklı toplumsal gruplara göre karşılaştırmalı olarak incelenmesi (Sivas örnekleme)* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 79928)
- Yavuz, F. K. (2009). *Duygusal şemalar ve Leahy duygusal şema ölçeği'nin Türkçe uyarlaması, geçerlik ve güvenirliği*. Uzmanlık Tezi, Ankara Dış kapı Yıldırım Beyazıt Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Psikiyatri Ana Bilim Dalı. Ankara
- Yavuzer, N. (2000). *İletişim ve etkili yaşam kültürü, çocuklarımız için eğitim sohbetleri*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Yemez, İ., & Karaca, Ş. (2019). Anlık duygu durumu ve mutluluğun plansız satın almaya etkisi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 11(18), 1167-1193.
- Yeşil, H. (2018). *Bağlanma, somatizasyon ve duyguları ifade arasındaki ilişkilerin incelenmesi üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, Türkiye.
- Yetim, A. A. (2011). *Sosyoloji ve Spor*. Ankara: Berikan Yayınevi. s.171.
- Yetim, A., Tolukan, E., & Şahin, M. Y. (2015). Spor tesisi yöneticilerinin dönüşümcü liderlik davranış özelliklerinin incelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 3(3), 133-147.
- Yıldırım, Ş. (2017). *Görücü usulü evlenen ve flört ederek evlenen çiftlerin duygusal farkındalık ve duyguları ifade etme düzeylerinin evlilik doyumuna etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 468462)
- Zorba, E., Babayiğit, G. İ., Saygın, Ö., İrez, G., & Karacabey, A. (2004). 65-68 Yaş arasındaki yaşlılarda 10 haftalık antrenman programının bazı fiziksel uygunluk parametrelerine etkisinin araştırılması, *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi*, 18(49), 229-234.

EKLER

EK- 1. Etik Kurul Raporu



T.C.
BAYBURT ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Etik Kurulu

Sayı : E-51694156-050.99-4858
Konu : Etik Kurul Kararı

4858

08/02/2021

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 19.01.2021 tarihli ve E-93265200-730.08.03-2350 sayılı yazınız.

İlgi yazınız gereği Üniversitemiz Etik Kurulu 29.01.2021 tarihinde toplanmış olup, yapılan toplantı sonucu Bayburt Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü'nün yazısına istinaden, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda görevli Dr. Öğr. Üyesi İzzet UÇAN'ın danışmanlığını yürüttüğü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencilerinden 192223008 numaralı Tuba TATLISU'nun "Antrenatörlerin Duygularını İfade Etme Düzeylerinin Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi" başlıklı araştırma tez çalışmasında araştırma grubuna online olarak uygulayacağı anket formu için gerekli olan Etik Kurulu Onayı ile ilgili yapılan başvuru Bayburt Üniversitesi Etik Kurulunca uygun bulunmuş olup, karar aslı ekte sunulmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Prof.Dr. Mutlu TÜRKMEN
Etik Kurulu Başkanı

Ek: Etik Kurul Kararı (1 Sayfa)

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu :BEA93KJ2E Pin Kodu :53691
Kep Adresi:bayuni@hs01.kep.tr

Belge Takip Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/bayburt-universitesi-ebys>

Bilgi için: Nuri TURAN
Unvanı: Avukat



Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır..



**T.C.
BAYBURT ÜNİVERSİTESİ
ETİK KURULU KARARI**

Karar Sayısı : 2021/25

**Karar Tarihi : 29/01/2021
Oturum Sayısı : 03**

Üniversitemiz Etik Kurulu tarafından, Bayburt Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü'nün 19.01.2021 tarihli ve E-93265200-730.08.03-2350 sayılı yazısına istinaden, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda görevli Dr. Öğr. Üyesi İzzet UÇAN'ın danışmanlığını yürüttüğü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencilerinden 192223008 numaralı Tuba TATLISU'nun "Antrenatörlerin Duygularını İfade Etme Düzeylerinin Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi" başlıklı araştırma tez çalışmasında araştırma grubuna online olarak uygulayacağı anket formu Üniversitemiz Etik Kurulunca incelenmiş olup, toplantıya katılan kurul üyelerince araştırmanın etik ilkelerine uygun olduğuna oy birliğiyle karar verilmiştir.



Prof. Dr. Mutlu TÜRKMEN
Kurul Başkanı

EK- 2. Veri Toplama Araçları

Değerli antrenör;

Bu araştırma, Bayburt Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalında, Bayburt Üniversitesi Etik Kurulunun 08/02/2021 tarih ve E-51694156-050.99-4858 sayılı onayıyla, Doç. Dr. Öztürk AĞIRBAŞ ve Doç. Dr. İzzet UÇAN'ın danışmanlıklarında ‘Antrenörlerin Duygularını İfade Etmede Çeşitli Demografik Özelliklerin Etkisinin İncelenmesini amaçlayan Yüksek Lisans Tezi olarak tasarlandı. Katılımın gönüllülük esasına dayanmakta olduğunu ve elde edilecek verilerin yukarıda ifade edilen bilimsel araştırma dışında herhangi bir yerde kullanılmayacağını taahhüt ederim.

Tuba TATLISU
Yüksek Lisans Öğrencisi

1. Bölüm: Kişisel Bilgi Formu

Spor Türü	☐ Takım	☐ Bireysel	
Yaş	☐ 18 - 24	☐ 25 – 31	☐ 32 Yaş ve üzeri
Cinsiyet:	☐ Kadın	☐ Erkek	
Eğitim Durumu:	☐ Lise ve altı	☐ Ön lisans ve lisans	☐ Lisansüstü
Aile Gelir Düzeyi:	☐ 2825 TL ve altı	☐ 2826 TL - 8475 TL	☐ 8476 TL ve üzeri
Branşınızda Sporculuk Süresi	☐ 1-3 Yıl	☐ 4-6 Yıl	☐ 7-9 Yıl ☐ 10 Yıl ve üzeri
Medeni Durumu	☐ Evli	☐ Bekâr	
Çalışma alanı	☐ Kamu	☐ Özel	
Antrenörlük Kademesi	☐ 1	☐ 2	☐ 3 ☐ 4 ☐ 5
Antrenörlük Süresi	☐ 1 Yıldan az	☐ 1-4-Yıl	☐ 5-9 Yıl ☐ 10 Yıl ve üzeri

2. Bölüm: Duyguları İfade Ölçeği

	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Pek Katılmıyorum	Kararsızım	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. İnsanlara sık sık onları sevdiğimi söylerim.							
2. Öfkeli olduğum zaman genellikle çevremdeki insanlar bunu anlar.							
3. Sohbet esnasında genellikle arkadaşlarıma dokunurum							
4. Çok gülerim.							
5. İnsanlar yüz ifadelerime bakarak ne hissettiğimi söyleyebilirler							
6. İnsanlar ne zaman benim için güzel şeyler yapsa, utandığımı hissedirim ve minnettarlığımı göstermekte zorlanırım.							
7. Birilerinden gerçekten hoşlandığımda, bunu bilirler.							
8. Yanlış bir şey yaptığımda özür dilerim.							
9. Televizyon seyretmek veya kitap okumak beni güldürebilir.							
10. Halka açık bir yerde birisine öfkelendiğimde, öfkelendiğimi diğerleri anlarlar.							
11. Sık sık gözlerim yaşarına ya da yanaklarım ağrıyınca kadar gülerim.							
12. Yalnızken, geçmişten bir şeyler hatırlayarak kendi kendime gülebilirim.							
13. İşler istediğim gibi gitmediğinde, memnuniyetsizliğimi her zaman ifade ederim.							
14. Gülüşüm yumuşak ve kontrollüdür.							
15. Birini sevdiğimi ona sarılarak veya dokunarak gösteririm. .							

Ek- 3. Antrenörlük Eğitimi Çekirdek Eğitim Müfredat Programı**I. YARIYIL (GÜZ)**

DERSİN ADI	T	U	AKTS	Türü
Atatürk İlkeleri ve İnkılap Tarihi I	2	0	2	Z
Türk Dili I	2	0	2	Z
Yabancı Dil I	2	0	3	Z
Spor Bilimine Giriş	2	0	4	Z
Temel Hareket Eğitimi	2	1	5	Z
Atletizm	1	2	5	Z
Antrenörlük Eğitimi ve İlkeleri	2	0	4	Z
Sporcu Sağlığı ve İlk Yardım	2	2	5	Z
Üniversite Yaşamına Uyum	0	2	-	Z/S
I. YARIYIL TOPLAMI	15	7	30	

II. YARIYIL (BAHAR)

DERSİN ADI	T	U	AKTS	Türü
Atatürk İlkeleri ve İnkılap Tarihi II	2	0	2	Z
Türk Dili II	2	0	2	Z
Yabancı Dil II	2	0	3	Z
Gelişim ve Öğrenme	2	0	4	Z
Yüzme	1	2	5	Z
Temel Cimnastik	1	2	5	Z
Anatomi	2	0	5	Z
Antrenörlük Etiği ve Sporda Çocuk Koruma	2	2	4	Z
Kamp (Yaz/Kış)	0	2	-	Z / S
II. YARIYIL TOPLAMI	14	8	30	

III. YARIYIL (GÜZ)

DERSİN ADI	T	U	AKTS	Türü
Egzersiz Fizyolojisi I	2	1	3	Z
Sporda Yönetim ve Organizasyon	2	0	3	Z
Psikomotor Gelişim ve Öğrenme	2	0	3	Z
Eğitsel Oyunlar	2	1	3	Z / S
Sporda Öğretim Yöntemleri	2	0	3	Z
Kinesiyoloji	2	0	3	ZS
Spor Masajı	1	1	2	S
Seçmeli Bireysel Sporlar I	1	2	5	S
Seçmeli Takım Sporları I	1	2	5	S
III. YARIYIL TOPLAMI	15	7	30	

* Seçmeli Dersler Üniversiteler Tarafından Belirlenecektir.

IV. YARIYIL (BAHAR)

DERSİN ADI	T	U	AKTS	Türü
Egzersiz Fizyolojisi II	2	1	5	Z
Sporda Beslenme	2	0	3	Z
Spor Yaralanmaları ve Rehabilitasyon	2	0	3	Z
Sporda Yaş ve Cinsiyet Faktörü	2	0	3	Z / S
Spor Sosyolojisi	2	0	3	Z
Seçmeli Teorik Ders I	2	0	3	S
Seçmeli Bireysel Sporlar II	1	2	5	S
Seçmeli Takım Sporları II	1	2	5	S
IV. YARIYIL TOPLAMI	14	5	30	

* Seçmeli Dersler Üniversiteler Tarafından Belirlenecektir.

V. YARIYIL (GÜZ)

DERSİN ADI	T	U	AKTS	Türü
Antrenman Bilimi I	2	2	5	Z
Spor Psikolojisi	2	0	3	Z
Çocuk ve Spor	2	0	3	Z
Sporda Beceri Öğrenimi	2	0	3	Z
Ergojenik Yardım ve Dopingle Mücadele	2	0	3	Z / S
Seçmeli Teorik Ders II	2	0	3	S
Seçmeli Bireysel Sporlar III	1	2	5	S
Uzmanlık Alan Eğitimi I	2	2	5	ZS
V. YARIYIL TOPLAMI				

* Seçmeli Dersler Üniversiteler Tarafından Belirlenecektir.

VI. YARIYIL (BAHAR)

DERSİN ADI	T	U	AKTS	Türü
Antrenman Bilimi II	2	2	3	Z
Sporda Yetenek Seçimi	2	0	3	Z
Bilimsel Araştırma Teknikleri	2	0	3	Z
Biyomekanik	2	0	3	Z/S
Fiziksel Uygunluk	2	1	3	Z
Sporda İletişim Becerileri	2	0	2	Z / S
Seçmeli Teorik Ders III	2	0	3	S
Seçmeli Bireysel Sporlar IV	1	2	5	S
Uzmanlık Alan Eğitimi II	2	2	5	ZS
VI. YARIYIL TOPLAMI				

* Seçmeli Dersler Üniversiteler Tarafından Belirlenecektir.

VII. YARIYIL (GÜZ)

DERSİN ADI	T	U	AKTS	Türü
Spor Analizi ve İstatistik	2	0	3	Z
Sporda Performans Ölçüm ve Değerlendirme	2	1	3	Z
Sporda Teknik Taktik Öğretim İlkeleri	2	0	3	Z / S
Uzmanlık Dalı Antrenörlük Uygulaması I	2	4	7	ZS
Seçmeli Teorik Ders IV	2	0	3	S
Uzmanlık Alan Eğitimi III	2	2	5	ZS
Üniversite Ortak Seçmeli Dersi	1	1	3	S
Araştırma Projesi I	2	0	3	Z / S
VII. YARIYIL TOPLAMI	15	8	30	

* Seçmeli Dersler Üniversiteler Tarafından Belirlenecektir.

VIII. YARIYIL (BAHAR)

DERSİN ADI	T	U	AKTS	Türü
Kondisyon Antrenmanı ve Yöntemleri	2	0	3	Z
Sporda Ölçme ve Değerlendirme	2	0	3	Z
Egzersiz ve Yaşam Koçluğu	2	0	3	Z / S
Uzmanlık Dalı Antrenörlük Uygulaması II	2	4	7	ZS
Seçmeli Teorik Ders V	2	0	3	S
Uzmanlık Alan Eğitimi IV	2	2	5	ZS
Üniversite Ortak Seçmeli Dersi	1	2	3	S
Araştırma Projesi II	2	0	3	Z / S
VIII. YARIYIL TOPLAMI	15	8	30	

* Seçmeli Dersler Üniversiteler Tarafından Belirlenecektir.

Teorik: 120 ; Uygulama: 56; Toplam Saat: 176; Toplam AKTS; 240

Z: Zorunlu; S: Seçmeli; ZS: Ders zorunlu branş seçmeli;

Z/S: Dersin seçmeli veya zorunlu olması ilgili üniversiteye bağlı

SEÇMELİ TAKIM SPORLARI*

DERSİN ADI
Basketbol
Futbol
Hentbol
Korfbol
Korumalı Futbol
Voleybol

SEÇMELİ BİREYSEL SPORLAR DERSLERİ *

DERSİN ADI	DERSİN ADI
Aikido	Judo
Artistik cimnastik	Kano
Atıcılık	Karate
Badminton	Kayak
Binicilik	Kick Boks
Bisiklet	Kung-fu
Bocce	Kürek
Boks	Masa Tenisi
Bowling	Muay-tai
Buz hokeyi	Okçuluk
Buz Pateni	Oryantring
Dağcılık	Pilates
Dart	Ritim Eğitimi ve Dans
Doğa sporları	Sportif Ritmik Cimnastik (Kadın)
Eskrim	Step-Aerobik

Futsal	Taekwondo
Goalboll	Tenis
Gösteri Cimnastiğı	Vücut Geliştirme ve Fitness
Güreş	Wushu
Halter	Yelken ve Rüzgâr Sörfü
İzcilik	

UZMANLIK ALAN EĞİTİMİ DERSLERİ *

DERSİN ADI	DERSİN ADI
Aikido	Kano
Artistik Cimnastik	Karate
Atıcılık	Kayak
Atletizm	Kick Boks
Badminton	Korfbol
Basketbol	Korumalı futbol
Binicilik	Kung-fu
Bisiklet	Kürek
Bocce	Masa Tenisi
Boks	Muay-tai
Bowling	Okçuluk
Buz hokeyi	Oryantring
Buz Pateni	Pilates
Dağcılık	Ritmik Cimnastik (Sadece Kadınlar)
Dart	Spor Masajı

Doğa sporları	Step-Aerobik
Eskrim	Taekwondo
Futbol	Tenis
Goalboll	Voleybol
Güreş	Vücut Geliştirme ve Fitness
Halter	Wushu
Hentbol	Yelken ve Rüzgar Sörfü
İzcilik	Yüzme
Judo	

** Seçmeli dersler, Üniversitelerin imkânları ve Gençlik ve Spor Bakanlığı Antrenör Eğitim Yönetmeliğinde atıf yapılan, dersin öğretim elamanı ile ilgili yeterliklere göre belirlenecek, ekleme ve çıkarma yapılabilmektedir.*

SEÇMELİ ALAN TEORİK DERSLERİ**

DERSİN ADI	DERSİN ADI
Antrenman Planlamasında Güncel Yaklaşımlar	Spor Tarihi
Antrenman Uygulaması ve Alan Testleri	Spor Tarihi ve Türk Spor Teşkilatı
Cankurtaranlık Eğitimi	Spor Tesisleri Planlama ve İşletmesi
Çocuklar İçin Antrenörlük	Spor ve Siyaset Paradoksu
Düzeltilici Egzersizler	Spor Yönetiminde Motivasyonel Yaklaşımlar
Egzersiz Biyokimyası	Sporda Ekonomi
Egzersiz Reçetesi ve Uygulamaları	Sporda Etik Değerler
Engellilerde Egzersiz	Sporda İletişim ve Halkla İlişkiler
Fair Play	Sporda İnsan Kaynakları Yönetimi

Fitness Uygulamalarında Yeni Trendler	Sporda Müsabaka Analizi
Grup Dinamiği ve Liderlik	Sporda Performans Monitörizasyonu
Kadın ve Egzersiz	Sporda Performans Testleri ve Değerlendirilmesi
Karşılaştırmalı Antrenör Eğitim Programları	Sporda Projeler
Mesleki İngilizce	Sporda Psikolojik Yardım Becerileri
Motivasyon Teknikleri ve Hedef Belirleme	Sporda Saha ve Malzeme Bilgisi
Örgütsel Davranış	Sporda Sosyal Güvenlik
Özel Kurum ve Kuruluşlarda Spor Yönetimi	Sporda Toplam Kalite Yönetimi
Rekreasyon	Sporun Sosyal Psikolojisi
Spor Animatörlüğü	Yaş Gelişimi ve Basamakları
Spor Endüstrisi ve Pazarlama	Yaşlılık ve Egzersiz
Spor Hukuku	Yerel Yönetimler ve Spor
Spor Kültür ve Felsefesi	

ÜNİVERSİTE ORTAK SEÇMELİ DERSLER**

DERSİN ADI	DERSİN ADI
Arkoloji	Müzik
Bağlama	Radio Program Yapım Yönetim Teknikleri
Dans	Radio Spor Program Uygulamaları
Drama	Resim
Gazetecilikte Yapım Süreçleri	Seramik Cam İşlemesi
Geleneksel Türk Sanatları	Tekstil Tasarım
Gitar	Tiyatro

Grafik Tasarım	Türk Halk Müziği
Heykel	Türk Sanat Müziği
İnternet Gazeteciliği	Tv’ de Spor Haber Program
İşaret Dili	Yapımı
Medya Okuryazarlığı	Web Tasarımı



ÖZGEÇMİŞ

İlk, orta ve lise öğrenimini Denizli ilinde tamamlayıp eğitim hayatına 2009 yılında Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Spor Bilimleri Bölümünde devam etti. 2017-2018 yılları arasında Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliğinde pedagojik formasyon eğitimi aldı. Eğitim hayatı boyunca birçok spor branşında sporculuk yaptı. Çeşitli antrenörlük belgelerine sahiptir. Yüzme branşında Karabük ve Erzurum illerinde 3.Kademe Kıdemli Antrenör olarak görev yaptı.

