

T.C.
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**TAKIM VE BİREYSEL SPORLA UĞRAŞAN ANTRENÖRLERİN KENDİ
DUYGULARINI YÖNETME BECERİ DÜZEYLERİNİN
DEĞERLENDİRİLMESİ**

Asiye Aysun TOSUN

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN

Prof. Dr. Zeynep Filiz DİNÇ

ADANA / 2019

TEŞEKKÜR

Tezimin her aŐamasında bilgi, deneyim ve gürüŐleriyle destek olan değerli danıŐmanım Prof.Dr. Zeynep Filiz DİNÇ'e, Doç. Dr. Levent SANGÜN ve Dr. Öğrt. Üy. Fatma ÇEPIKKURT hocalarıma teşekkür ederim. İstatistiksel verilerin çözümlenmesi konusunda yardımcı olan Fahri ERYILMAZ'a, düzeltmelerinde yardımcı olan Dr. M. Emin BİLGİLİ'ye, hayatımdaki varlıklarıyla, sevgilerini ve desteklerini veren annem Behiye, babam Zeki, kardeŐim Aykut ÖRNEK'e ve aile dostumuz Takao HİNODE'ye, her zaman yanımda olan eŐim Mahmut TOSUN ve oğlum Yağız Alp'e teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

KABUL ONAY.....	ii
TEŞEKKÜR.....	iii
İÇİNDEKİLER	iv
TABLolar DİZİNİ	vii
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ	ix
ÖZET.....	x
ABSTRACT	xi
1. GİRİŞ.....	1
1.1. Araştırmanın Amacı	2
1.2. Araştırmanın Önemi ve Gerekçesi	2
1.3. Araştırmanın Hipotezleri.....	3
1.4. Sınırlılıklar	8
1.5. Tanımlar	9
2. GENEL BİLGİLER.....	10
2.1. Duygu Kavramı	10
2.2. Duyguların İşlevleri	12
2.3. Duyguların Sınıflandırılması	13
2.3.1. Olumlu Duygular	14
2.3.2. Olumsuz Duygular	15
2.4. Duyguların Bileşenleri	16
2.5. Duygu Yönetimi	17
2.5.1. Duygu Yönetiminin Tanımı.....	17
2.5.2. Duygu Yönetimi ve Duygusal Zeka	18
2.5.3. Duygu Yönetimi ve Duygu Düzenleme.....	20
2.5.4. Duygu Yönetimi ve Antrenörlük.....	21
3. GEREÇ VE YÖNTEM	22
3.1. Araştırma Modeli	22

3.2. Araştırma Grubu.....	22
3.3. Veri Toplama Araçları	23
3.4. Veri Toplama Süreci.....	24
3.5. Verilerin Analizi	25
4. BULGULAR	26
4.1. Demografik Bulgular	26
4.2. Hipotezlere Yönelik Bulgular	31
4.2.1. Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin Cinsiyet, Yaş ve Medeni Durumlarına Göre Duyguları Yönetme Beceri Düzeyleri İle İlgili Bulgular	39
4.2.2. Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin Eğitim Seviyelerine Göre Duyguları Yönetme Beceri Düzeyleri İle İlgili Bulgular	42
4.2.3. Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin Çalıştıkları Branşa Göre Duyguları Yönetme Beceri Düzeyleri İle İlgili Bulgular	44
4.2.4. Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin Meslek Kademelerine Göre Duyguları Yönetme Beceri Düzeyleri İle İlgili Bulgular	46
4.2.5. Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin Sosyo-Ekonomik Durumuna Göre Duyguları Yönetme Beceri Düzeyleri İle İlgili Bulgular	47
4.2.6. Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin Cinsiyet, Yaş ve Medeni Durumlarına Göre Duyguları Yönetme Beceri Düzeylerinin Alt Boyutları İle İlgili Bulgular	49
4.2.7. Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin Eğitim Seviyelerine Göre Duyguları Yönetme Beceri Düzeylerinin Alt Boyutları İle İlgili Bulgular	54
4.2.8. Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin Çalıştıkları Branşa Göre Duyguları Yönetme Beceri Düzeylerinin Alt Boyutları İle İlgili Bulgular	57
4.2.9. Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin Meslek Kademelerine Göre Duyguları Yönetme Beceri Düzeylerinin Alt Boyutları İle İlgili Bulgular	62
4.2.10. Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin Sosyo-Ekonomik Durumuna Göre Duyguları Yönetme Beceri Düzeylerinin Alt Boyutları İle İlgili Bulgular	64
5. TARTIŞMA.....	68

6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER.....	80
6.1. Sonuçlar	80
6.2. Öneriler	81
6.2.1. Uygulamaya Yönelik Öneriler.....	85
6.2.2. Araştırmaya Yönelik Öneriler	85
7. KAYNAKLAR.....	83
EKLER	86
EK-1. Duyguları Yönetme Becerileri Ölçeği	86
EK-2. Kişisel Bilgi Formu	88
EK-3. Ölçek Onay Yazışması.....	90
EK-4. Etik Beyan.....	92
ÖZGEÇMİŞ	93

TABLULAR DİZİNİ

<u>Tablo No</u>	<u>Sayfa No</u>
Tablo 1. Katılımcıların cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim seviyesi, antrenörlük yaptıkları süre ve çalıştıkları kuruma göre yüzde frekans dağılımları	27
Tablo 2. Katılımcıların çalıştıkları branşa göre yüzde frekans dağılımları	29
Tablo 3. Katılımcıların antrenörlük kademesine göre yüzde frekans dağılımları	30
Tablo 4. Katılımcıların aylık gelirlerine göre yüzde frekans dağılımları	30
Tablo 5. Katılımcıların yaşadıkları illere göre yüzde frekans dağılımları	31
Tablo 6. Katılımcıların çalıştıkları takım ve bireysel branşa göre yüzde frekans dağılımları	31
Tablo 7. Normallik Testi	37
Tablo 8. Ölçeğe yönelik güvenilirlik testi.....	37
Tablo 9. Takım ve bireysel branş antrenörleri ile tüm örnekleme ait DYBÖ puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin tanımlayıcı istatistik sonuçları.....	38
Tablo 10. Takım ve bireysel branş antrenörleri ile tüm örnekleme ait DYBÖ alt boyut puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin tanımlayıcı istatistik sonuçları.....	39
Tablo 11. Takım ve bireysel branş antrenörleri ile tüm örnekleme ait DYBÖ toplam puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları	40
Tablo 12. Takım ve bireysel branş antrenörleri ile tüm örnekleme ait DYBÖ toplam puanlarının yaşa göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları	41
Tablo 13. Takım ve bireysel branş antrenörleri ile tüm örnekleme ait DYBÖ toplam puanlarının medeni duruma göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları.....	42
Tablo 14. Takım ve bireysel branş antrenörleri ile tüm örnekleme ait DYBÖ toplam puanlarının eğitim seviyesine göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları.....	43
Tablo 15. Takım ve bireysel branş antrenörleri ile tüm örnekleme ait DYBÖ toplam puanlarının çalışılan branşa göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları	45
Tablo 16. Takım ve bireysel branş antrenörleri ile tüm örnekleme ait DYBÖ toplam puanlarının meslek kademesine göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları.....	47
Tablo 17. Takım ve bireysel branş antrenörleri ile tüm örnekleme ait DYBÖ toplam puanlarının sosyo-ekonomik göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları	49
Tablo 18. Takım branşı antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları.....	51
Tablo 19. Bireysel branş antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları.....	51
Tablo 20. Takım branşı antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının yaşa göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları.....	52
Tablo 21. Bireysel branş antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının yaşa göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları.....	53
Tablo 22. Takım branşı antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının medeni duruma	

göre karşılaştırılmasına ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları	54
Tablo 23. Bireysel branş antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının medeni duruma göre karşılaştırılmasına ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları	55
Tablo 24. Takım branşı antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının eğitim seviyesine göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları.....	56
Tablo 25. Bireysel branş antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının eğitim seviyesine göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları.....	57
Tablo 26. Takım branşı antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının çalıştıkları branşa göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları.....	59
Tablo 27. Bireysel branş antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının çalıştıkları branşa göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları.....	60
Tablo 28. Takım branşı antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının meslek kademesine göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları.....	63
Tablo 29. Bireysel branş antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının meslek kademesine göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları...	64
Tablo 30. Takım branşı antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının sosyo-ekonomik durumuna göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları.....	66
Tablo 31. Bireysel branş antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının sosyo-ekonomik durumuna göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları.....	67

SİMGELER ve KISALTMALAR DİZİNİ

BÇ:	Başa Çıkma.
DYBÖ:	Duyguları Yönetme Becerileri Ölçeği.
DYBÖTP:	Duyguları Yönetme Becerileri Ölçeği Toplam Puanı.
DYBÖP:	Duyguları Yönetme Becerileri Ölçeği puanı
DSOİE:	Duyguları Sözel Olarak İfade Edebilme.
DOGG:	Duyguları Olduğu Gibi Gösterebilme.
OBTK:	Olumsuz Bedensel Tepkileri Kontrol Edebilme.
ÖY:	Öfke Yönetimi.
SPSS :	Statistical Package For Social Sciences.
F:	Frekans.
n:	Örnekleme sayısı.
KWH :	Kruskal-Wallis H
MWU:	Mann-Whitney U
Sıra Ort.:	Sıra Ortalaması (Mean Rank).
Sıra Top.:	Sıra Toplamı (Sum of Ranks).
p:	Anlamlılık değeri.
SS:	Standart sapma.
\bar{x}:	Aritmetik ortalama.

ÖZET

Takım ve Bireysel Sporla Uğraşan Antrenörlerin Kendi Duygularını Yönetme Beceri Düzeylerinin Değerlendirilmesi

Bu araştırmanın amacı; takım ve bireysel spor antrenörlerinin, kendi duygularını yönetme beceri düzeylerinin belirlenmesi ve aralarında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olup olmadığının karşılaştırılmasıdır.

Bu tez çalışmasında `Tarama Modeli` kullanılmıştır. Çalışmanın örneklemini Adana, Gaziantep, Hatay, Mersin, Osmaniye'deki 70 takım sporu antrenörü ve 87 bireysel spor antrenörü olmak üzere toplam 157 antrenör oluşturmaktadır. Çalışmada yer alan antrenörlerin 103'ü erkek, 54'ü kadındır. Araştırmada veri toplamak amacı ile "Duyguları Yönetme Becerileri Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırma kapsamında elde edilen veriler SPSS 25 istatistik paket programı ile analiz edilmiştir. Yapılan normallik testi sonucunda, araştırma sorularına ait değişkenlerin analizinde non-parametrik testlerden Mann Whitney U ve Kruskal Wallis testleri uygulanmıştır.

Bu çalışmadan elde edilen sonuçlar; bireysel branş antrenörlerinin cinsiyet değişkeninde Başa Çıkma alt boyutunda ($p=0,03<0,05$) ve sosyo-ekonomik durum değişkeninde Duyguları Sözel Olarak İfade Etme alt boyutunda ($p=0,04<0,05$), takım branş antrenörlerinde ise yaş değişkeninde Başa Çıkma alt boyutunda ($p=0,05=0,05$), branş değişkeninde Öfke Yönetimi alt boyutunda ($p=0,01<0,05$) ve sosyo-ekonomik durum değişkeninde Başa Çıkma alt boyutunda ($p=0,02<0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı farklılık bulunmuştur. Bu çalışmadan elde edilen diğer sonuçlar; takım spor branşı antrenörlerinin duyguları yönetme becerisine ait ortalamasının, bireysel spor branşı antrenörlerinden yüksek olduğu, antrenörlerin genelinde ve bireysel branş antrenörlerinin yaş ile duyguları yönetme beceri düzeylerinin paralel bir şekilde artmakta olduğu, antrenörlerin genelinde evli olmanın, duygu yönetiminde daha becerikli olmayı sağladığı, antrenörlerin sosyo-ekonomik seviyesinin artması ile duyguları yönetme becerilerinin de arttığı sonuçları ortaya çıkmıştır.

Anahtar Sözcükler: Antrenör, Duygu Yönetimi, Takım ve Bireysel Spor Branşları.

ABSTRACT

Evaluation of Skill Levels of Team and Individual Sports Coaches to Manage Their Emotions

The purpose of this research; to determine the skill levels of team and individual sports coaches to manage their own emotions and whether there is a statistically significant difference between them.

In this thesis, the `Scanning Model` was used. The sample of the study consisted of 157 coaches, 70 team sports coaches and 87 individual sports coaches in Adana, Gaziantep, Hatay, Mersin, Osmaniye. 103 of the coaches in the study were male and 54 were female. In order to collect data, "Emotions Management Skills Scale" was used. The data obtained within the scope of the study were analyzed with SPSS 25 statistical package program. As a result of the normality test, Mann Whitney U and Kruskal Wallis tests, which are non-parametric tests, were applied in the analysis of the variables of the research questions.

The results obtained from this study; In the sub-dimension of The Ability To Cope With Problems in the gender variable of individual branch trainers ($p = 0.03 < 0.05$) and in the variable of The Ability To Express Emotions Verbally in the socio-economic status variable ($p = 0.04 < 0.05$), in the branch trainers age in the The Ability To Cope With Problems sub-dimension ($p = 0.05 = 0.05$), in the branch variable the Anger Management sub-dimension ($p = 0.01 < 0.05$) and in the socio-economic status variable The Ability To Cope With Problems sub-dimension ($p = 0.02 < 0.05$) statistically significant difference was found. Other results obtained from this study; It is observed that the average of the team sports branch coaches' ability to manage emotions is higher than the individual sports branch coaches, age and emotion skill levels of the coaches in general and individual branch coaches are increasing in parallel, as a result of the increase in the economic level of emotion management skills have increased results.

Keywords: Coach, Emotion Management, Team and Individual Sports Branches.

1. GİRİŞ

İnsan hayatı boyunca duygularını beraberinde taşımak mecburiyetindedir. Bu mecburiyet insanın, hayat görüşünü, kişisel moralini ve performansını anında değiştirme potansiyeli olan duygularını, doğru yönetebilme becerisini kazanması sayesinde, kendi faydasına döndürerek insanın maksimum seviyeye ulaşmasını sağlayabilir **(1)**. Günümüz kapitalist sisteminde etkili ve verimli çalışmak, iş hayatındaki en önemli değerlerden biridir **(2,3)**. İş hayatında ise bu etkili ve verimli çalışmayı sağlayan unsurlardan biri olan insan, duygularını sokakta bırakamayacağına göre insan duyguları iş yaşamında önemli bir değişken olarak karşımıza çıkmaktadır. İş hayatında insanlardan beklenti, duygularını kontrol etmesi ve verimi arttıracak yönlerde doğru iletmesidir. Eğitim ve öğretim yapılan kurumlarda insan unsuru yapılan işin temel taşı olduğundan, duyguların yönetilmesi insan unsurunun daha az olduğu sektörlere kıyasla çok daha büyük bir öneme sahip olmaktadır **(4)**.

Eğitim-öğretim kurumları sadece okullardan ibaret değildir. Spor kurumları da zamanla bir eğitim-öğretim kurumu haline gelmiştir ve branşa göre 3 ile 10 yaş arasındaki çocukların fiziksel, teknik ve zihinsel olarak eğitmektedirler. Profesyonel alana geçilse bile bu eğitim-öğretimin sürekli devam ettiği bir gerçektir. Micheal Jordan, Cristiano Ronaldo gibi yıldızlar her geçen yıl oyunlarında eksik olan bir veya birkaç şeyi giderdikleri ya da gidermeye çalıştıkları için spor hayatları boyunca durdurulması zor sporcular olmuşlardır. Bu da bize gösteriyor ki spor günümüzde sadece fiziksel rekabetten ibaret değildir, bunun ötesinde bir rekabet edilebilirliği sağlamak için ise çok farklı özellikler gerekmektedir. Sporun fiziksel yapısının yanına ilk başta teknik, daha sonra taktik, en son olarak da beşeri faktörler dahil olmuştur. Bu gelişimin son halkası olarak, en üst düzey sportif müsabaka veya yarışmalarda tüm bu faktörlerin birleşimine sahip olmak gerekliliği ortaya çıkmıştır. Bu kombinasyonu en iyi yöneten takım ya da sporcu zafere ulaşma imkanı bulmaktadır. Bu nedenle dünyanın en yetenekli sporcusu olsanız bile, işini iyi yapan bir antrenöre ihtiyaç duyacaksınız.

Antrenörlerin omzundaki yük, sadece saha içinde olan rekabetten ibaret değildir. Sportif başarının yanı sıra, sporcuların sportif gelişimi, kişisel gelişimi, temsil ettiği kulüp ve kulübü sevenlerin lideri olabilmek gibi iş tanımında yazmayan ancak antrenöre yüklenen sorumluluklar bulunmaktadır. Bu sorumlulukların fazlalığı ve ağırlığı ise antrenörün kendi duygusal durumuna önemli etkilerde bulunmaktadır. Bu etkileri minimize etmek isteyen antrenörler dünyanın genelinde, modern yönetim anlayışı gereği uzmanlaşma yoluna gitmekte ve teknik heyet olarak adlandırılan bir oluşum ile görev dağılımı yaparak iş yükünü hafifletip, çok daha verimli sonuçlar almaktadır. Ancak Türkiye'deki spor yönetim anlayışı buna izin ver(e)memekte, dolayısıyla iş yükü artan antrenörlerin verimi düşmektedir. Bu kadar ağır iş yüküne sahip olup, başarılı olan antrenörlerin ihtiyacı kendi duygularını yönetme becerisine sahip olmaktır. Bu beceri tek başına yeterli olmayacaktır. Ancak antrenörün işe olan tutkusunu, sevgisini, azmini devam ettirebilmek için bir gerekliliğe dönüşmektedir. Bu araştırma içinde bulunması amaçlanan antrenörlerin kendi duygularını yönetme beceri düzeylerinin belirlenmesi de bu gerekliliğin bilimsel fazıdır.

1.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı; takım ve bireysel spor antrenörlerinin, kendi duygularını yönetme beceri düzeylerinin belirlenerek, takım ve bireysel spor antrenörlerinin duygularını yönetme beceri düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olup olmadığının karşılaştırılmasıdır.

1.2. Araştırmanın Önemi ve Gerekçesi

Antrenörler, kendi spor branşında uzmanlaşmış ve bu uzmanlığını başkalarına aktarma yetisine sahip kişilerdir. Bu aktarım sırasında içsel ve dışsal faktörlerin etkisiyle, aktarımın kalitesi değişim göstermektedir. Yetkin antrenörler, bu değişen aktarım

kalitesinin üst ve alt sınırlarını belli bir seviyede tutmayı başarabilenlerdir. Bu başarımın sağlanmasında, duyguları kontrol edebilmek büyük önem taşımaktadır. Ergin Ataman 2019 Türkiye Basketbol Ligi finalinin yedinci ve karar müsabakasında, kendi karakterine uygun olmayan bir şekilde müsabakanın büyük bir kısmında oturmuştur. Müsabakadan iki gün sonra yaptığı röportajda, müsabaka öncesi ve sırasındaki stresinin, gerginliğinin, normalde yaptığı davranışları dönüştürerek müsabakadan atılmasına neden olacağını öngördüğü için kalkmadığını açıklamıştır (5). Ergin Ataman gibi Avrupa ve Türkiye’de çok önemli müsabakalara çıkmış bir antrenörün duygularını yönetme becerisini nasıl kullandığının önemli örneğidir. Antrenörlerin kendi duygularını yönetme beceri düzeylerinin belirlenmesinin önemi anlaşılmaktadır.

Ayrıca literatür taramasında; büro çalışanları ve öğretmen adayları gibi çeşitli meslek gruplarında duyguları yönetme becerileri ile ilgili çalışmalara rastlanırken; antrenörler açısından bu konu görüldüğü gibi, duyguların çoğu zaman tek başına ele alındığı, örneğin sadece stresle başa çıkma gibi çalışmaların yapıldığı görülmektedir. Bir antrenörün antrenman ortamında sporcuları ile etkin çalışabilmesi, daha kaliteli ilişkiler kurabilmesi ve bunları uygulayabilmesi için kendi duygularını tanıması ve yönetme becerisi konusunda yeterli olması önem taşımaktadır. Bunun içinde öncelikle antrenörlerin duygularını yönetme becerilerinin hangi düzeyde olduğu tespit edilmelidir. Belirlenen veriler doğrultusunda antrenörlere duyguları yönetme becerileri eğitim programının uygulanması düşünülebilir. Bu araştırma, bu bilgilerden hareketle, olumlu ve olumsuz duyguların birlikte ele alınarak takım ve bireysel spor antrenörlerinin duygularını yönetme becerilerinin hangi düzeyde olduğunun belirlenmesi açısından önemlidir.

1.3. Araştırmanın Hipotezleri

Bu araştırmanın amacı; takım ve bireysel spor antrenörlerinin, kendi duygularını yönetme beceri düzeylerinin belirlenerek, takım ve bireysel spor antrenörlerinin

duygularını yönetme beceri düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının karşılaştırılmasıdır. Bu amaç doğrultusunda cevapları aranacak hipotezler aşağıda sunulmuştur:

- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin cinsiyetlerine göre duyguları yönetme beceri düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin cinsiyet değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin "Duyguları Sözel Olarak İfade Edebilme" alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin cinsiyet değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin "Duyguları Olduğu Gibi Gösterebilme" alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin cinsiyet değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin "Olumsuz Beden Tepkilerini Kontrol Edebilme" alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin cinsiyet değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin "Başa Çıkma" alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin cinsiyet değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin "Öfke Yönetimi" alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin yaşlarına göre duyguları yönetme beceri düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin yaş değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin "Duyguları Sözel Olarak İfade Edebilme" alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.

- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin yaş değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Olduğu Gibi Gösterebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin yaş değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Olumsuz Beden Tepkilerini Kontrol Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin yaş değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Başa Çıkma” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin yaş değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Öfke Yönetimi ” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin medeni durumlarına göre duyguları yönetme beceri düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin medeni durum değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Sözel Olarak İfade Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin medeni durum değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Olduğu Gibi Gösterebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin medeni durum değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Olumsuz Beden Tepkilerini Kontrol Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin medeni durum değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Başa Çıkma” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.

- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin medeni durum değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Öfke Yönetimi ” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin eğitim seviyelerine göre duyguları yönetme beceri düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin eğitim seviyesi değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Sözel Olarak İfade Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin eğitim seviyesi değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Olduğu Gibi Gösterebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin eğitim seviyesi değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Olumsuz Beden Tepkilerini Kontrol Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin eğitim seviyesi değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Başa Çıkma” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin eğitim seviyesi değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Öfke Yönetimi ” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin çalıştıkları branşa göre duyguları yönetme beceri düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin çalıştıkları branşa değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Sözel Olarak İfade Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.

- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin çalıştıkları branşa değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Olduğu Gibi Gösterebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin çalıştıkları branşa değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Olumsuz Beden Tepkilerini Kontrol Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin çalıştıkları branşa değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Başa Çıkma” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin çalıştıkları branşa değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Öfke Yönetimi” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin meslek kademelerine göre duyguları yönetme beceri düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin meslek kademesi değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Sözel Olarak İfade Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin meslek kademesi değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Olduğu Gibi Gösterebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin meslek kademesi değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Olumsuz Beden Tepkilerini Kontrol Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin meslek kademesi değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Başa Çıkma” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.

- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin meslek kademesi değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Öfke Yönetimi ” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin sosyo-ekonomik durumuna göre duyguları yönetme beceri düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin sosyo-ekonomik değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Sözel Olarak İfade Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin sosyo-ekonomik değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Olduğu Gibi Gösterebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin sosyo-ekonomik değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Olumsuz Beden Tepkilerini Kontrol Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin sosyo-ekonomik değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Başa Çıkma” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin sosyo-ekonomik değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Öfke Yönetimi ” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.

1.4. Sınırlılıklar

Bu araştırma;

- Adana, Gaziantep, Hatay, Mersin, Osmaniye illerinde çalışan 157 takım ve bireysel spor branşı antrenörü ile sınırlıdır.

- Takım ve bireysel sporla uğraşan 157 antrenörün, duyguları yönetme becerilerinin belirlenmesi ve demografik değişkenlerin karşılaştırılması ile sınırlıdır.

1.5. Tanımlar

Antrenör: “İlgili spor dalında eğitim gördüğü kademedeki programları başarı ile tamamlayarak bulunduğu kademe için Genel Müdürlükten belge alan, sporcuları veya spor takımlarını ulusal ve uluslararası kural ve tekniklere uygun olarak yetiştirmek, yarışmalara hazırlanmalarını ve yarışmalarını, gelişmelerini takip etmek görev ve yetkisine haiz olan kişi” **(6)**.

Duygu: “Fizyolojik, bilişsel, motivasyonel ve deneyimsel sistemler dahil olmak üzere birçok psikolojik alt sistemin sınırlarını aşarak ortaya çıkardığı organize tepkiler” **(7)**.

Duygu Yönetimi: “Duygusal olarak iyi oluşa giden yolda kişilerin, sağlıklı bir şekilde onları sıkıntıya sokan duygularıyla baş etmelerini kolaylaştırmak ve bu doğrultuda bir takım beceriler kazandırmak” **(8)**.

2. GENEL BİLGİLER

Bu bölümde araştırmanın kavramsal çerçevesini oluşturacak duygunun tanımı, işlevleri, sınıflandırması, bileşenleri ve duygu yönetimiyle ilgili başlıklar yer almaktadır.

2.1. Duygu Kavramı

Duygu kavramı, bilim insanları tarafından farklı şekillerde tanımlanan ve hala ortak bir tanımda karar kılınmamış bir kavramdır. Bu bölüm içinde duygunun farklı tanımları verilecek ve bu tanımlardan duyguya ait temel ve ortak özellikler ortaya çıkarılarak bir tanım yapılmaya çalışılacaktır.

Türk Dil Kurumu, duygu kavramını 5 ayrı şekilde tanımlamıştır **(9)**:

- “Duyularla algılama, his.
- Belirli nesne, olay veya bireylerin insanın iç dünyasında uyandırdığı izlenim.
- Önsezi.
- Nesnelere veya olayları ahlaki ve estetik yönden değerlendirme yeteneği.
- Kendine özgü bir ruhsal hareket ve hareketlilik.” **(9)**

Bu tanımların son derece basit bir şekilde tasvir ettiği duygu kavramı için, insan öznelliğinin temel taşı olmasına dair bir çıkarım yapılabilir. Bu çıkarımımızı Ashforth ve Humphrey’de duygunun öznelliğini vurgulayarak desteklemektedir **(10)**.

Mayor ve Salovey, duyguyu “fizyolojik, bilişsel, motivasyonel ve deneyimsel sistemler dahil olmak üzere birçok psikolojik alt sistemin sınırlarını aşarak ortaya çıkardığı organize tepkiler” olarak tanımlamışlardır **(7)**. Bu tanım duygunun organize bir yapıya sahip olması, nedensellik sonucu ortaya çıkması ve birçok alt kontrol noktasını geçerek dışavurulduğunu belirtmesi açısından önemlidir.

Thoits, literatürdeki tanımlamalara ilişkin, yazar sayısı kadar tanım olduğunu vurgulamış ve duygunun bileşenlerine yönelik olanların duyguyu en iyi ifade eden tanımlar olduğunu ileri sürmüştür. Thoits duyguyu tanımlamada kullanacağı bileşenleri dört maddede sıralamıştır **(11)**.

- Uyarının veya bağlamın durumsal olması,
- Fizyolojik veya bedensel açıdan duyumlarda meydana gelen değişimler,
- Dışavurum esnasında serbest ya da engellenmiş olunması,
- İlk üç bileşenden birinin ya da daha fazlasının birleşmesi ile oluşan olgunun kültürel etiketi **(11)**.

Çeçen, duyguyu tanımlarken bireyin kişisel yaşantısı ve bu kişisel olma durumu neticesinde bireyin yoğun ilgi gösterdiği olaylar ile olan süreci ön plana çıkarmıştır **(12)**. Çoruk ise duygunun bir his olarak farkına varılması ile başlayan ve büyüyen, sonucunda da hem bilinç düzeyinde hem de bedensel düzeyde bir uyarılmışlığa ulaşılması ile sona eren bir hal olduğunu ifade etmiştir **(13)**. Bu iki tanımın ortak noktasına baktığımızda duygu, belli bir sürece sahip bir olgudur. Ancak Çeçen'in tanımında duygunun bütün süreci kapsadığı iddia edilirken, Çoruk sürecin sonunda ortaya çıkan ürünü duygu olarak nitelendirmektedir. Bu iki tanımın farklılığı bile duygunun tanımlanması konusundaki çeşitliliğin insandan insana, araştırmacıdan araştırmacıya değişebileceğini göstermektedir.

Kervancı'nın duyguyu tanımlaması ise şu şekildedir **(8)**; "Belli bir uyarın karşısında genellikle içsel olarak belirip davranışsal tepkilere yol açan yapılandırılmış hisler". Bu tanımda da uyarın tarafından başlatılan sürecin bireyin bilincinden dış dünyaya aktarılırken yapılandırıldığı belirtilmiştir. Ayrıca bu tanımın içeriği Thoits'in bileşenleri **(11)** ile örtüşmektedir.

Verilen tanımlara göre duygu; dışarıdan ya da içeriden, canlı ve cansız varlıklar tarafından gelen etkilerin, bireyin bilinç dünyasında bir tepkiye yol açması sonucunda, dışarı yansıtılacak bir güce ulaşması ile görünür hale gelen ya da bu güce ulaşamayarak

veya bu güce ulaşması engellenerek bilinç düzeyinde oluşan tepki ile sınırlı kalan bir his, hissin oluştuğu bir süreç, sürecin insanların algısında oluşturduğu bir olgu olarak tanımlanabilir. Bu tanım uzun ve karışık geliyorsa, Frijda çok daha yalın bir ifadeyle, duyguyu, temelinde zevk veya acı olan öznel deneyimler olarak özetlemiştir **(14)**.

2.2. Duyguların İşlevleri

Duyguyu tanımlarken kullandığımız his, süreç ve olgu kelimeleri duygunun çok katmanlı bir yapıda olduğunu göstermektedir. Bu katmanlı yapının insan yaşamında önemli işlevleri bulunmaktadır.

İnsanın sosyal bir varlık olmasından kaynaklanan, diğer canlı ve cansız varlıklarla olan sürekli iletişimi ve teması nedeniyle, duygularını etkileyecek çok fazla uyarana maruz kalması mümkündür. Uyarılar ile başlayan süreçte dışavurulan hisler, insanın diğer canlılarla olan iletişimini şekillendirmektedir. Şekillenen iletişimde gelişen tek veya çift taraflı duyu etkileşimi sırasında, insanın kendi davranışlarını yönlendiren, karşı tarafın tepkilerini algılayıp anlayarak iletişime devam etmeyi sağlayan, insanların davranış biçimlerini farklılaştıran işlevleri vardır **(12,15)**. Frijda bu farklılıkların oluşması konusunu, iletişim sırasındaki girdilerin ve çıktıların insandan insana değişmesi ile açıklamaktadır **(14)**.

Duyguların işlevleri iletişimle sınırlı değildir. İnsanın kişisel hedefine odaklandığı zamanlarda motivasyonunu yoğunlaştırdığı veya endişe ve korkuyla dolduğu anlarda, duyguların öznel işlevleri ortaya çıkmaktadır. İnsanın ihtiyacına göre ortaya çıkan duygular, uyum sağlama, güdülenme, yaşamı devam ettirme gibi farklı işlevlere sahiptir **(12,14,15)**.

Duyguların doğumdan itibaren davranışları şekillendirdiği düşünüldüğünde bazı olaylara karşı reaksiyon geliştiriyor olması kaçınılmaz bir duruma neden olmaktadır. Reaksiyon olarak geliştirilen davranışlar ise her yeni deneyimde, davranışlara özel güncellemelere yol açmakta ve kalıplaşmaktadır **(14,16)**. Ancak Leventhal ve Scherer'in

de belirttiği gibi bu kalıplar, saf refleks olarak görülmemelidir **(17)**. Oluşan duygu kalıpları refleksten farklı olarak, süreç içinde geliştiğinden çok daha güvenilir ve çok daha esnektir **(16,17)**.

Duyguların işlevlerinin temel başlıklarını iletişimi düzenleyici, kişisel ihtiyaçları karşılayıcı ve davranış kalıplaştırıcı olarak belirleyebiliriz. Özellikle davranışların kalıplaşması olumsuz bir ifade gibi gözükse de olumsuz duygular ile gelişebilecek olayları önlemede bir set görevi görmektedir.

2.3. Duyguların Sınıflandırılması

Duyguların sınıflandırılması da duygunun tanımlanması kadar geniş bir portföye sahiptir. Literatürde birçok farklı araştırmacı tarafından yapılan birçok sınıflandırma mevcuttur. Bu bölümde bu sınıflandırmalar anlatılacaktır.

Sayan, duyguların zihinde oluşma sürecine göre bir sınıflandırma yapmıştır. Birincil duygular ve ikincil duygular olarak yapılan bu ayırmada; birincil duygular anlık olaylara karşı verdiğimiz reaksiyonel duygular iken ikincil duygular, gerçekleşen durum sonrasında bilinç düzeyinde ölçülen ve bu ölçüm sonrasında verilen duygusal tepkimelerdir **(18)**.

Duyguların olumlu ve olumsuz olarak kategorize edilmesi literatürde çokça tercih edilen bir yaklaşımdır. Bu yaklaşımda duygular, dışavurum esnasında ortaya çıkan his ile anlaşılabilir. Eğer uyaran tarafından kişinin beklentilerine uygun bir etki geldiyse olumlu duygular ile tepki verilirken, uygun olmayan etkiler olumsuz duyguların yansıtılmasına neden olur **(19)**. Sloan ve Kring bu kategorileştirmeye alternatif olarak duygunun, tür, değer ve yoğunluk olarak sınıflandırılması gerektiğini belirtmiştir **(20)**.

Bazı araştırmacılar ise duyguları sınıflandırmada, “temel duyguları” esas almışlardır. Izard, sevgi, kaygı, depresyon, düşmanlık ve nefreti **(21)**; Goleman ise

mutluluk, öfke, şaşkınlık, üzüntü, tikslenme, empati, kaygı ve korkuyu **(22)** sınıflandırmada kategori olarak kullanmıştır.

Greenberg ve Safran psikolojik terapilerde müdahaleyi kolaylaştırmak amacıyla, duyguların ifade edilmesini dört geniş kategoride ele almayı önermişlerdir:

- Biyolojik uyumu sağlayan birincil duygusal tepkiler,
- İkincil reaktif duygusal tepkiler,
- Araçsal duygusal tepkiler,
- Öğrenilmiş, çevreye uyumsuz temel duygusal tepkiler **(16)**.

Biyolojik uyumu sağlayan birincil duygusal tepkiler, insan organizmasının anlık durumlara verdiği tepkiler hakkında olmakla birlikte, tepkinin o an için farkındalığının olmadığı tepkilerdir. İkincil reaktif duygusal tepkiler, çevreye verilen doğrudan tepkiler olmaması nedeniyle soruna neden olabilmektedir. Araçsal duygusal tepkiler, insanların diğer insanları etkilemek için geliştirdiği, ağlayarak sempati kazanmak gibi davranışlara neden olan tepkilerdir. Öğrenilmiş, çevreye uyumsuz temel duygusal tepkiler ise insan organizmasının kendi başına geliştirmedeği, çocuklukta yaşanan travmalar veya negatif çevresel etkileşimler sonucu ortaya çıkan tepkilerdir **(16)**.

Duyguların sınıflandırılması konusunda en çok tercih edilen yaklaşımın olumlu ve olumsuz duygular olduğunu söylemiştik. Bu iki kategoriyi daha ayrıntılı bir şekilde inceleyeceğiz.

2.3.1. Olumlu Duygular

Olumlu duyguları anlatacağsak, ilk iş hangi duyguların olumlu duygular olarak nitelendirebileceğimizi çözmemiz gerekmektedir. Olumlu duygular, insan organizmasında biyolojik etkilerini başlattığında, insanın yaşadığı durumdan ve bir önceki duygu durumundan daha iyiye gitme halini yansıtmalarını sağlayan bir fonksiyona sahiptir. Genelde insanlar bu durumu, mutlu olmak, mutluluk yaşamak olarak

adlandırmaktadır. Olumlu duygunun temelini de, mutluluk dediğimiz son derece öznel bir fenomen oluşturmaktadır.

Mutluluk gibi öznel bir fenomenin olumlu duyguların temel taşı olması nedeniyle, etrafında oluşan duygu kümesi de mutluluğu hedefe koyan alt boyutlar olarak nitelendirilebilir. Bu alt boyutların içinde umut, sevgi, haz, sevinç, güven, coşku, neşe, gibi duyguların bulunduğu uzun bir liste bulunmaktadır. Bu listedeki her duygu insanın beklentileri, kişilik özellikleri gibi etmenler ile birleşince mutluluğa ulaşmaya yardımcı olacaktır. Buradaki temel değişken duyguların mutluluğa katkısının miktarı ve yoğunluğudur.

Fredersickson olumlu duyguları dört başlıkta toplamıştır. Bu duyguları; neşe (joy), memnuniyet (contentment), merak (interest) ve sevgi (love) olarak belirtmiştir **(23)**. Olumlu duyguların etkisi konusunda ise 'Genişlet-İnşa Et' (Broaden-and-Build) teorisini öne sürmüştür. Geleneksel teori, olumlu duyguların insanın iyi oluş halini yansıttığını ve bazı durumlarda insan davranışlarına yön verdiğini belirtmiştir. Fredrickson'un teorisine göre, olumlu duygular geleneksel teorisinin belirttiklerine ek olarak, duygunun hissiyatının kısa sürmesine rağmen uzun vadeli olumlu etkilere sahip olduğunu belirtmiştir. Bu uzun vadeli etkiler kişisel gelişim ve sosyal gelişim noktalarında gözlemlenebilir **(24)**.

Olumlu duygular, içinde sevgi, haz, neşe, memnuniyet, güven gibi duyguların bulunduğu insanın iyi oluş halinin dışavurulmasını sağlayan, kısa süren ancak uzun vadeli olumlu etkilerinin kişinin kişisel gelişim ve sosyal gelişiminde gözlemlenebileceği duygular olarak özetlenebilir.

2.3.2. Olumsuz Duygular

Olumsuz duygular, insanın içsel ve dışsal faktörlerden gelen uyarınları, duruma ilişkin beklentilerle kıyaslayıp, durumu veya durumun sonucunu kötü bir şekilde algılaması ve bunun sonucunda duygu halinin kötüye gitme sürecinde ortaya çıkan bir olgudur. Duygu halinin kötüye gitmesi sonucu ortaya çıkan öfke, nefret, endişe, panik, düşmanlık, üzüntü, hayal kırıklığı, utanç gibi bazı temel duygu halleri vardır.

Olumlu duyguda mutluluğa ulaşmanın temel amaç olduğunu söylemiştik. Olumsuz duygularda ulaşmak istediğimiz yerine en çok kaçınmak istediğimiz duyguyu/duyguları temele almak gereklidir. Bununla birlikte kaçınma isteği uyandıran duyguları içsel ve dışsal olarak iki noktadan incelemek gerekir. İnsanların en çok kaçınmak istediği içsel duygu korku ve dışsal duygu ise öfke olarak nitelendirilebilir. Korku ve öfke, mutluluk ile zıt anlamda gibi görünmese (Zıt anlamlı olması da gerekmez), bu ikilikteki farklılık olumlu duyguda ulaşmak istenen, olumsuz duyguda kaçınılmak istenen duygunun temel alınmasıdır.

Korku ve öfkenin kaçınmak istenilen duygular olmasının nedeni, bu duyguların güçlenerek şiddete dönüşme eğilimlerinin olmasıdır. Korku daha uzun vadeli bir süreçten sonra şiddete dönüşürken, öfke çok daha hızlı bir şekilde şiddete dönüşmektedir. Bu bağlamda bu duyguların yöneltmesi de ekstra önem kazanmaktadır. Olumsuz duygular doğru yönlendirildiğinde kişiye bir motivasyon aracı ya da performans arttırma aracı olarak fayda sağlayabilir. Bunun tam tersi olumlu duygular için de geçerlidir. Örneğin, fazla güven duygusu yapılan işin eksik bir şekilde teslim edilmesine neden olabilmektedir.

Olumlu ve olumsuz duygulardan sonra duygu ile ilgili başka bir kavram olan duyguların bileşenlerine değineceğiz.

2.4. Duyguların Bileşenleri

Duyguların bileşenleri bilişsel, biyolojik ve davranışsal olarak üç başlığa ayrılmıştır. Bilişsel olması, düşünsel özellikleri yansıtması ile ilgilidir; biyolojik olması, insan organizması ile organizma içindeki yarattığı etkiler ile ilgilidir; davranışsal olması, duyguların dışavurumunun gerçekleşmesi ile ilgilidir **(8,25)**.

Goleman, bilişsel ögenin işleyişi sırasında akılcı ve duygusal zihinlerin uyumlu şekilde çalışması ve bilincin farklı düzeylerde kaynaşmasının çok önemli olduğunu belirtmiştir **(22)**.

Burada bir parantez açarak Goleman'ın akılcı ve duygusal zihin teorisini açıklamak gerekmektedir. Akılcı zihin, insan mantığını, neden-sonuç bağına kurmayı, düşünce üretmeyi, farkında olmayı temsil ederken; duygusal zihin, olayları nasıl algıladığımızı, çarpıcı benzerlikler aramayı, anlık tepkiler vermeyi temsil etmektedir. Goleman, bu iki zihnin uyumunu bozan şeyi ise tutku olarak tanımlamıştır. Böyle bir durumda ise duygusal zihnin üstünlük sağlamakta ve akılcı zihin geri plana düşmektedir **(22)**.

Bilişsel ögenin başlattığı zincir reaksiyonun sonraki durağı biyolojik ögedir. Bilişsel öge ile oluşan düşünceler, fiziksel tepkilere neden olduğunda biyolojik ögenin devreye girdiği anlaşılmaktadır **(8)**. Sözlü iletişim, jest ve mimikler, terleme, solunum, kalp atımı, kan basıncı gibi fiziksel değişimler ile duyguların gözlemlenebilir hali yani biyolojik ögesi karşımıza çıkmaktadır **(18)**.

Biyolojik ögelerin oluşması sonrası, davranışsal ögeler devreye girmektedir. Bütün bilişsel ve biyolojik ögelere tepki olarak, tüm sürecin sonunda meydana gelen, duyguyu dışarı yansıtma gerçekleşmektedir **(25,26)**.

2.5. Duygu Yönetimi

İnsanların duygularını farklı işlevler için kullanan varlıklar olduğunu ve bu işlevlerin kullanımı sırasında farklı bileşenlerden yardım aldığına değindik. Bütün bu süreç içinde direksiyonda oturan insanın, duygularını nasıl yönettiği bu bölümde açıklanacaktır.

2.5.1. Duygu Yönetiminin Tanımı

Çeşitçioğlu (2003) duygu yönetimini "Duygusal zihnin iktidara gelmemesi için gerekli tedbirleri alarak beyni akılcı zihnin yönetiminde tutmak, duyguları iyi tanıyarak onlarla etkili bir şekilde başa çıkma yolunda bilinçli bir çaba göstermek, daha önceden bilinçaltında bastırılmış olan duyguları zararsız hale getirmek, son olarak da anı yaşama

yetkisi kazanmak” şeklinde tanımlamaktadır. Barutçugil (2004) ise, duygu yönetimini “Güvene dayalı bir yönetim süreci olup, karar almada gerçek değerleri, hayaller ve hissi beklentilerden ayırt edebilme ve duyguları yansıtma biçimini kişilere zarar vermeden istenilen düzeyde yönlendirebilme” olarak tanımlamıştır **(8)**.

Kervancı duygu yönetimini şu şekilde tanımlamıştır **(8)**: “Duyguları yönetme, duygusal olarak iyi oluşa giden yolda kişilerin, sağlıklı bir şekilde onları sıkıntıya sokan duygularıyla baş etmelerini, kolaylaştırmayı ve bu doğrultuda bir takım beceriler kazandırmayı öngörmektedir.”

Töremen ve Çankaya (2008), duygu yönetimini “Çağımızda formal ilişkiler çerçevesinde sınırlı hale gelen, bireyler açısından duygusal doyumsuzluk içeren, rutinleşen ve giderek karmaşıklaşan örgüt içi ilişkilerde, önemli bir sosyal sermaye ve sinerji kaynağı” olarak tanımlamaktadır **(27)**.

Yukarıda verilen duygu yönetimi tanımlamaları, farklı bakış açılarına sahiptir. Duyguyu tanımlamada görülen zorluk, duygu yönetiminde de geçerlidir. Çünkü duygu öznel bir olgu olarak kabul görmekte, bununla beraber insanların süreç sonunda duygularını ifade etme şekillerini yansıtan duygu yönetimi ise olaydan olaya değişebilen öznel bir süreç olarak karşımıza çıkmaktadır. Bununla beraber, duygu yönetimi bir süreç olarak görülmekte ve bir beceri veya yetkinlik olarak nitelendirilmektedir.

2.5.2. Duygu Yönetimi ve Duygusal Zeka

“Duygu yönetimi bir duygusal zekâ yeteneğidir.” söyleminde bulunan Kervancı’ya göre, duyguları doğru yönetme becerisine doğru kullanabilmek için duygusal zekanın olgunlaşmış bir düzeyde olması gereklidir **(8)**. Bu bağlamda duygusal zeka hakkında temel bilgiler verilecek ve duygu yönetimi ile oluşturduğu ilişki tartışılacaktır.

Duygusal zeka kavramı, Mayer ve Salovey tarafından 1990 yılında literatüre bu isimle kazandırılmış ve “kişinin kendi duygularını ve başkalarının duygularını izleyebilme, aralarında ayrımcılık yapabilme ve bu bilgileri kişinin düşünce ve eylemlerini

yönlendirmek için kullanma becerisini içeren sosyal zekanın alt kümesi” olarak tanımlanmıştır (7). Daha sonra yapılan çalışmalar ışığında duygusal zekanın tanımı “duygular hakkında doğru bir akıl yürütme yeteneği ve düşünceyi geliştirmek için duyguları ve duygusal bilgileri kullanma yeteneğini içermektedir” şeklinde yenilenmiştir (28). Yapılan tanımlar ışığında duygu yönetiminin duygusal zekanın içerdiği yetenekleri verimli kullanma noktasında yardımcı olacağı düşünülmektedir. Bu yetenekleri doğru kullanmanın sağlayacağı verimlilik ile insanlar hem kişisel hem de sosyal açıdan hem kendi duygularını daha iyi ifade edebilecek hem de karşısındaki kişi ya da grubun duygularını daha iyi anlayabilecektir.

Duygusal zeka hakkında çeşitli modeller ortaya atılmıştır. Goleman ve Boyatzis tarafında oluşturulan modelin son versiyonu çok daha sade bir görünümde. Bu model öz farkındalık (duygusal öz farkındalık), öz yönetim (duygusal öz kontrol, uyumluluk, hedefe yönelme, olumlu bakış açısı), sosyal farkındalık (empati, organizasyonel farkındalık) ve ilişki yönetimi (etkileme, koç ve mentör, çatışma yönetimi, takım çalışması, ilham verici liderlik) başlıkları altında toplanmıştır (9). Bar-On’un ürettiği duygusal zeka modelinde beş başlık bulunmaktadır:

- Kişisel beceriler (kendine güven, öz saygı, kendini gerçekleştirme, bağımsızlık),
- Kişiler arası beceriler (kişiler arası ilişkiler, sosyal sorumluluk, empati),
- Uyumluluk (problem çözme, gerçeklik testi, esneklik),
- Stres yönetimi (strese dayanmak, dürtü, kontrol),
- Genel ruh hali (mutluluk, iyimserlik) (30).

İki modelinde temelinde kişisel ve sosyal duygusal becerilerin yattığı açıkça görülmektedir. Bu noktada devreye girmesi beklenen ise duygu yönetimi becerisidir. İçerik bakımından yansıtılacak duygu kişisel veya sosyal olduğunda bireyin durumu değerlendirip vereceği tepkiyi kontrol noktalarında uygun hale getirmesi, bu bağlamda da davranışa dönüştürmesi çok daha doğru bir iletişim imkanı sağlayacaktır.

2.5.3. Duygu Yönetimi ve Duygu Düzenleme

Literatürde son dönemde yer alan iki benzeşen kavramdan duygu düzenleme ve duygu yönetiminin ayrımını yapmak, duygu yönetiminin kapsamını anlamak açısından önemlidir.

Thompson duygu düzenlemeyi; “Duygu düzenleme, kişinin hedeflerine ulaşması için duygusal reaksiyonlarını, özellikle de yoğun ve geçici özelliklerini izlemek, değerlendirmek ve değiştirmekle görevli olan dışsal ve içsel süreçlerden oluşur.” şeklinde tanımlamıştır **(31)**.

Bu tanım duygu düzenlemenin, duygu yönetiminde olduğu gibi süreçlerin dahil olduğu bir yaklaşım olduğunu göstermektedir. Ancak buradaki fark duygunun ürün olarak ortaya çıkması sonrası duygu düzenlemenin devreye giriyor olmasıdır. Duygu yönetimi ise duyguyu oluşumundan dışavurumuna kadar olan daha geniş bir kapsamda ele almaktadır. Bu farklılığı en iyi açıklayan durum ise bu iki olgu üzerine yapılan ölçeklerin alt boyutlarında gizlidir. Duygu düzenleme ölçeğinde bulunan alt boyutları ‘içsel işlevsel’, ‘dışsal işlevsel’, ‘içsel işlevsel olmayan’ ve ‘dışsal işlevsel olmayan’ olmak üzere dört tanedir **(32)**. Duygu yönetiminin altboyutları ise ‘duyguları sözel olarak ifade edebilme,’ ‘duyguları olduğu gibi gösterebilme’, ‘olumsuz bedensel tepkileri kontrol edebilme’, ‘başa çıkma’ ve ‘öfkeyi yönetme’dir **(33)**. İki kavramın alt boyutları görüldüğü gibi; duygu düzenlemenin alt boyutları duyguların işlevselliğini ölçme odaklıyken iken, duygu yönetiminin alt boyutları duygunun gösterilme yöntemleri ve duyguyu dışavuruma ulaşmadan kontrol yöntemlerini ölçme amaçlıdır. Bu bağlamda duygu düzenleme kavramı, duyguyu pragmatik bir şekilde ele almakta ve duyguyu bir ürün gibi doğru şekilde pazarlamaya çalışmaktadır. Duygu yönetimi ise duygunun üretiminden tedarikine kadar çok daha geniş kapsamlı bir süreci ele almaktadır.

2.5.4. Duygu Yönetimi ve Antrenörlük

Antrenman, antrenör, antrenörlük kavramları birbirini tamamlamaktadır. Antrenman, genel anlamda bir işi yapmak için, işe başlamadan önce yapılan işe yönelik hazırlıktır. Sportif anlamda ise kondisyonel, zihinsel, teknik ve taktik açıdan performans öncesi, branşa özgü becerileri öğrenmek, geliştirmek ve keskinleştirmek amacıyla yapılan ön hazırlıktır. Bu işi yaptıran kişi antrenör, bu mesleğin adı da antrenörlüktür. Ancak antrenörlerden ve antrenörlükten beklenenler kesinlikle bu kadar basit değildir. Bensiz antrenörü açıklarken, rol modellikten, liderlik yapmaktan, kriz yönetiminden, sporcuların kişisel gelişimini sağlamaktan ve analitik düşünmekten söz etmektedir (34). Çok fazla meslek grubuna ait bu kadar fazla işi sadece tek bir antrenörün sırtına yüklemek, antrenörün verimini düşüreceği gibi antrenörün kendi duygusal durumunu riske sokacaktır. Ülkemizde genelde antrenörlük çok görevli bir iş olarak yapılsa da, bu işi ekip halinde yapmayı başarabilen antrenörler beceri düzeyleriyle kendilerini belli etmekte ve başarıya ulaşmaktadırlar. Fatih Terim, Ergin Ataman, Şenol Güneş gibi antrenörler bu mesleğin takım çalışması olduğunu bilen ve uygulama imkanı bulabilen birkaç şanslı kişi olarak dikkat çekmektedir. Ancak geri kalan antrenörler bir ekip kurma imkanı bulamamaktadır. O yüzden, özellikle Türkiye’de antrenörlerin duygularını yönetme becerilerinin üst seviyede olması bir mecburiyet halini almaktadır. Sporcuların farklı kişiliklerini, egolarını, beklentilerini takımın başarısı için yönlendirmek, sporcuların kişisel problemlerine yardımcı olmak, bunun yanında takımı seyreden insanlara hem güzel oyun izletmek hem de sonuca yönelik beklentilerini karşılamak kaygı ve stresi arttıracaktır. Bu tip olumsuz duyguların artışında antrenörün duygularını ne kadar doğru şekilde yönettiği başarı ile başarısızlık arasındaki çizgiyi belli edecektir.

3. GEREÇ VE YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeli, araştırmanın evreni ve örnekleme hakkında genel bilgiler, veri toplama araçları, veri toplama süreci ve veri analizi hakkında bilgiler yer almaktadır.

3.1. Araştırma Modeli

Bu tez çalışmasında betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modelleri, geçmişte olan ya da şu an olmakta olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımıdır. Araştırmaya konu olan durum, birey ya da nesne kendi koşulları içinde tanımlanmaya çalışılır. Herhangi bir etkileme, değiştirme amacı güdülmez. Bilinmek isteneni keşfetmek ve belirlemek temel hedeftir **(35)**. Yapılan literatür incelemesi ve ölçek yardımıyla toplanan veriler, bu modele dayanmaktadır.

3.2. Araştırma Grubu

Evren, araştırmanın kendine özgü sınıflandırılması ile belirlenen kümedir. Bu evrene genel evren de denilmektedir. Araştırma (çalışma) evreni, araştırmacı tarafından ulaşılabilecek, araştırmanın amacına uygun seçilen genel evrenin alt kümesidir. Örneklem, araştırma evreni içinden örnekleme yöntemleri ile seçilen, araştırmanın amacına uygun hedef kümedir **(35)**.

Bu tanımlar çerçevesinde bu araştırma için:

- Evren: Türkiye'deki takım ve bireysel spor antrenörleri,
- Araştırma Evreni: Adana, Gaziantep, Hatay, Mersin, Osmaniye'deki takım ve bireysel spor antrenörleri.

- Örneklem: Adana, Gaziantep, Hatay, Mersin, Osmaniye'deki 70 takım sporu antrenörü ve 87 bireysel spor antrenörü olmak üzere toplam 157 antrenör.

Çalışmada amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu örnekleme yönteminde gönüllülük esastır. Kişi ya da kişiler araştırmaya gönüllü olarak katılırlar. Gönüllü bireylerin anket ve ölçek veri toplama araçlarına daha samimi cevaplar verecekleri öngörüldüğü ve duyguların öznel bir konu olması nedeniyle bu yöntem tercih edilmiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak duyguları yönetme becerileri ölçeği ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Doküman olarak ise bilimsel yazılı kaynaklar (makale, kitap, tez vb.), internet bilgi kaynaklarından (dijital gazete, resmi kurum web sitesi vb.) yararlanılmıştır.

Araştırmada kullanılan ölçek, Çeçen tarafından geliştirilen geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmış olan "Duyguları Yönetme Becerileri Ölçeği"dir. Ölçek, 8'i olumlu, 20'si olumsuz toplam 28 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin puanlaması "bana hiç uygun değil", "bana uygun değil", "bana kısmen uygun", "bana çoğunlukla uygun" ve "bana tamamiyle uygun" yanıtlarına karşılık gelen 1-5 arası likert tipi değerlendirme ile yapılmaktadır. Ölçek puanlanırken olumsuz maddeler (1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 11, 13, 14, 15, 16, 18, 20, 22, 23, 24, 25, 27, 28) ters çevrilerek puanlanmaktadır. Ölçekten elde edilecek en düşük puan 28, en yüksek puan ise 140'tır. Sözel olarak ifade edebilme alt boyutunda alınabilecek en düşük puan 7, en yüksek puan 35'dir. Duyguları olduğu gibi ifade edebilme alt boyutunda alınabilecek en düşük puan 6, en yüksek puan 30'dur. Olumsuz bedensel tepkileri olduğu gibi gösterebilme alt boyutunda alınabilecek en düşük puan 4, en yüksek puan 20'dir. Başa çıkma alt boyutunda alınabilecek en düşük puan 4, en yüksek puan 20'dir. Öfke yönetimi alt boyutunda alınabilecek en düşük puan 3, en yüksek puan 15'dir. Ölçekten alınan toplam puanların yüksek olması, bireyin duyguları yönetme becerisinde yetkin olduğunu göstermektedir. Yapılan geçerlik çalışmalarında

faktör analizi tekniği kullanılarak Duyguları Yönetme Becerileri Ölçeği'nin duyguları sözel olarak ifade edebilme (3, 4, 7, 9, 23, 25, 27. maddeler), duyguları olduğu gibi gösterebilme (15, 16, 18, 20, 24, 28. maddeler), olumsuz bedensel tepkileri kontrol edebilme (1, 5, 11, 13. maddeler), başa çıkma (2, 17, 21, 26. maddeler) ve öfkeyi yönetme (6, 22, 14. maddeler) olmak üzere beş alt ölçeğinin olduğu belirlenmiştir. 8, 10, 12 ve 19. maddeler alt ölçek şeklinde puanlamaya dahil edilmemekte, serbest maddeler olarak toplam puan değerlendirilirken hesaplamalara dahil edilmektedir. Duyguları Yönetme Becerileri Ölçeği'nin Cronbach Alpha iç güvenirlilik katsayısı .83 olarak bulunmuştur. Alt ölçeklerde ise sırasıyla .79, .67, .65, .64 ve .62 olarak hesaplanmıştır **(33)**.

3.4. Veri Toplama Süreci

Duyguları Yönetme Becerileri Ölçeğini tez çalışmasında kullanmak için Sn. Çeçen'den e-mail yoluyla onay alınmıştır.

Veri toplama sürecinin nasıl devam ettiği, ölçek ile yapılan çalışmalarda oldukça önemlidir. Çünkü ölçeği dolduranlar genelde bu işi zaman kaybı olarak görmekte ya da ölçek ile elde edilen sonuçlara inanmamaktadırlar. Bu yüzden bu tip veri toplama süreçlerinde, gönüllü örnekleme yöntemi en verimli yöntemlerden biridir. Çünkü katılımcılar zaten gönüllü olduklarından, daha doğru ve daha samimi cevaplar vereceklerdir. Katılımcılara ölçek doldurma işlemi başlamadan önce gerekli bilgiler verilmiş, gerekli uyarılar yapılmıştır. Bununla birlikte tez çalışmasının amacı doğrultusunda, katılımcılar kendileri ile ilgili bilgiler vereceklerinden bu samimiyet daha da önem kazanmaktadır. Bu bağlamda cevapların dürüst bir şekilde verildiği varsayılmaktadır.

3.5. Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin analizinde SPSS 25.0 paket programından yararlanılmıştır.

Araştırma grubundaki bireylerin demografik bilgilerine ait bulguların yorumlanmasında tanımlayıcı istatistiklerden frekans ve yüzde değerlerinden yararlanılmıştır. Duyguları Yönetme Becerileri Ölçeğinden elde edilen puanların analizinde Mann Whitney U ve Kruskal Wallis testleri kullanılmıştır.



4. BULGULAR

Bu bölümde veri toplama araçları ile veri kaynaklarından elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Bulgular bölümü iki genel başlıktan oluşmaktadır. Birinci başlığın içeriğinde demografik bulgular aktarılmıştır. İkinci başlığın içeriğinde ise her araştırma sorusuna ait bulgular maddeye özel alt başlıklar halinde verilmiştir.

4.1. Demografik Bulgular

Bu bölümde araştırmada elde edilen demografik bulgular verilmiştir. Tablo 1’de katılımcıların cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim seviyesi, antrenörlük süresi ve çalıştıkları kuruma göre dağılımlarına ilişkin bulgular gösterilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim seviyesi, antrenörlük yaptıkları süre ve çalıştıkları kuruma göre yüzde frekans dağılımları

	Değişken	F	%		Değişken	F	%
Cinsiyet	Erkek	103	65,6	Medeni Durum	Evli	88	56,1
	Kadın	54	34,4		Bekar	69	43,9
Yaş	25 ve altı	27	17,2	Antrenörlük Süresi (Yıl)	5 ve altı	59	37,6
	26-35	72	45,9		6-10	42	26,8
	36 ve üstü	58	36,9		11-15	32	20,4
					16 ve üstü	24	15,3
Çalışılan Kurum	Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü	52	33,1	Eğitim Seviyesi	Lise ve Öncesi	25	15,9
	Federasyon	13	8,3		Meslek Yüksek Okulu	8	5,1
	Resmi Kurum Kulübü	17	10,8		Lisans	116	73,9
	Özel Kurum Kulübü	50	31,8		Lisansüstü	8	5,1
	Diğerleri	25	15,9				

Tablo 1’de görüldüğü gibi, katılımcıların 103’ü (% 65,6) erkek, 54’ü (% 34,4) kadın antrenörlerden oluşmaktadır.

Tablo 1’de görüldüğü gibi, katılımcıların 27’si (% 17,2) 25 yaş ve altı aralığında, 72’si (% 45,9) 26-35 yaş aralığında ve 58’i (% 36,9) 36 ve üstü yaştaadır.

Tablo 1’de görüldüğü gibi katılımcıların 88’i (% 56,1) evli, 69’u (% 43,9) bekaradır.

Tablo 1’de görüldüğü gibi, katılımcıların 59’u (% 37,6) 1-5 yıllık meslek tecrübesine sahip, 42’si (% 26,8) 6-10 yıl arası meslek tecrübesine sahip, 32’si (% 20,4) 11-15 yıllık bir antrenörlük geçmişine sahip, 24’ü (% 15,3) 16 yıl ve üstü süredir antrenörlük geçmişine sahiptir.

Tablo 1 görüldüğü gibi, katılımcıların 52’si (% 33,1) Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü’nde, 13’ü (% 8,3) federasyon bünyesinde, 17’si (% 10,8) resmi kurum kulübünde, 50’si (% 31,8) özel kurum kulübünde, 25’i (% 15,9) diğer spor ile ilgili yerlerde çalışmaktadır.

Tablo 1 görüldüğü gibi, katılımcıların 25’i (% 15,9) lise öncesi ve lise mezunu, 8’i (% 5,1) meslek yüksek okulu mezunu, 116’sı (% 73,9) lisans mezunu olmuş, 8’i (% 5,1) lisansüstü öğrenimi tamamlamıştır.

Tablo 2’de katılımcıların çalıştıkları branşlara göre dağılımları gösterilmiştir.

Tablo 2. Katılımcıların çalıştıkları branşlara göre yüzde frekans dağılımları

Branşlar	F	%
Atletizm	13	8,3
Cimnastik	19	12,1
Tekwando	8	5,1
Yüzme	16	10,2
Futbol	20	12,7
Karate	3	1,9
Masa Tenisi	5	3,2
Basketbol	24	15,3
Hentbol	9	5,7
Voleybol	17	10,8
Güreş	8	5,1
Boks	4	2,5
Halter	2	1,3
Bisiklet	2	1,3
Tenis	4	2,5
Diğer	3	1,9

Tablo 2’de görüldüğü gibi katılımcıların 13’ü (% 8,3) atletizm, 19’u (% 12,1) cimnastik, 8’i (% 5,1) tekwando, 16’sı (% 10,2) yüzme, 20’si (% 12,7) futbol, 3’ü (% 1,9) karate, 5’i (% 3,2) masa tenisi, 24’ü (% 15,3) basketbol, 9’u (% 5,7) hentbol, 17’si (% 10,8) voleybol, 8’i (% 5,1) güreş, 4’ü (% 2,5) boksör, 2’si (% 1,3) halter, 2’si (% 1,3) bisiklet, 4’ü (% 2,5) tenis ve 3’ü (% 1,9) diğer branşlarda çalışmaktadırlar.

Tablo 3'te katılımcıların sahip oldukları antrenörlük kademesine göre dağılımları gösterilmiştir.

Tablo 3. Katılımcıların antrenörlük kademesine göre yüzde frekans dağılımları

	Değişken	F	%
Antrenörlük Kademesi	1. Kademe	44	28,0
	2. Kademe	66	42,0
	3. Kademe	38	24,2
	4. Kademe	4	2,5
	5. Kademe	5	3,2

Tablo 3'te göre, katılımcıların 44'ü (% 28,0) 1. kademe antrenörlük belgesine, 66'sı (% 42,0) 2.kademe antrenörlük belgesine, 38'i (% 24,2) 3 kademe antrenörlük belgesine, 4'ü (% 2,5) 4. kademe antrenörlük belgesine, 5'i (% 3,2) 5. kademe antrenörlük belgesine sahiptir.

Tablo 4'te katılımcıların aylık gelirine göre dağılımları gösterilmiştir.

Tablo 4. Katılımcıların aylık gelirlerine göre yüzde frekans dağılımları

	Değişken	F	%
Aylık Gelir (TL)	300-600	9	5,7
	601-1000	28	17,8
	1001-2000	64	40,8
	2001 ve üstü	56	35,7

Tablo 4'te görüldüğü gibi, katılımcıların 9'u (% 5,7) 300-600 TL arasında bir gelire sahip, 28'i (% 17,8) 601-1000 TL arasında bir gelire sahip, 64'ü (% 40,8) 1001-2000 TL arasında bir gelire sahip, 56'sı (% 35,7) 2001 TL ve üstü gelire sahiptir.

Tablo 5'te katılımcıların yaşadıkları illere göre dağılımları gösterilmiştir.

Tablo 5. Katılımcıların yaşadıkları illere göre yüzde frekans dağılımları

	Değişken	F	%
Yaşadığı il	Adana	40	25,5
	Mersin	43	27,4
	Osmaniye	25	15,9
	Hatay	24	15,3
	Gaziantep	25	15,9

Tablo 5'e göre, katılımcıların 40'ı (% 25,5) Adana ilinde, 43'ü (% 27,4) Mersin ilinde, 25'i (% 15,9) Osmaniye ilinde, 24'i (% 15,3) Hatay ilinde, 25'i (% 15,9) Gaziantep ilinde yaşamaktadır.

Tablo 6'da katılımcıların çalıştıkları takım ve bireysel spor branşına göre dağılımları gösterilmiştir.

Tablo 6. Katılımcıların çalıştıkları takım ve bireysel branşa göre yüzde frekans dağılımları

	Değişken	F	%
Branş	Takım	70	44,6
	Bireysel	87	55,4

Tablo 6'da görüldüğü gibi, 70'i (% 44,6) takım sporu branşında, 87'si (% 55,4) bireysel spor branşında çalışmaktadırlar.

4.2. Hipotezlere Yönelik Bulgular

Bu tez çalışmasının cevap aradığı hipotezler aşağıda verilmiştir:

- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin cinsiyetlerine göre duyguları yönetme beceri düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin cinsiyet değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Sözel Olarak İfade Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin cinsiyet değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Olduğu Gibi Gösterebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin cinsiyet değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Olumsuz Beden Tepkilerini Kontrol Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin cinsiyet değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Başa Çıkma” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin cinsiyet değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Öfke Yönetimi ” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin yaşlarına göre duyguları yönetme beceri düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin yaş değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Sözel Olarak İfade Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.

- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin yaş değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Olduğu Gibi Gösterebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin yaş değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Olumsuz Beden Tepkilerini Kontrol Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin yaş değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Başa Çıkma” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin yaş değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Öfke Yönetimi ” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin medeni durumlarına göre duyguları yönetme beceri düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin medeni durum değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Sözel Olarak İfade Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin medeni durum değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Olduğu Gibi Gösterebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin medeni durum değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Olumsuz Beden Tepkilerini Kontrol Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin medeni durum değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Başa Çıkma” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.

- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin medeni durum değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Öfke Yönetimi ” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin eğitim seviyelerine göre duyguları yönetme beceri düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin eğitim seviyesi değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Sözel Olarak İfade Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin eğitim seviyesi değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Olduğu Gibi Gösterebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin eğitim seviyesi değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Olumsuz Beden Tepkilerini Kontrol Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin eğitim seviyesi değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Başa Çıkma” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin eğitim seviyesi değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Öfke Yönetimi ” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin çalıştıkları branşa göre duyguları yönetme beceri düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin çalıştıkları branşa değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Sözel Olarak İfade Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.

- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin çalıştıkları branşa değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Olduğu Gibi Gösterebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin çalıştıkları branşa değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Olumsuz Beden Tepkilerini Kontrol Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin çalıştıkları branşa değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Başa Çıkma” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin çalıştıkları branşa değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Öfke Yönetimi” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin meslek kademelerine göre duyguları yönetme beceri düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin meslek kademesi değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Sözel Olarak İfade Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin meslek kademesi değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Olduğu Gibi Gösterebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin meslek kademesi değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Olumsuz Beden Tepkilerini Kontrol Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin meslek kademesi değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Başa Çıkma” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.

- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin meslek kademesi değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Öfke Yönetimi ” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin sosyo-ekonomik durumuna göre duyguları yönetme beceri düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin sosyo-ekonomik değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Sözel Olarak İfade Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin sosyo-ekonomik değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Duyguları Olduğu Gibi Gösterebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin sosyo-ekonomik değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Olumsuz Beden Tepkilerini Kontrol Edebilme” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin sosyo-ekonomik değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Başa Çıkma” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.
- Takım ve bireysel spor antrenörlerinin sosyo-ekonomik değişkeni açısından duyguları yönetme beceri ölçeğinin “Öfke Yönetimi ” alt boyutuna ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.

Bu bölümün ilerleyen alt başlıkları altında yukarıda verilen araştırma sorularına dair veri toplama araçları ile toplanan bulgular verilmiştir. Veri analizini yapmadan önce verilerin normal dağılış gösterip göstermediğini görmek ve parametrik ya da nonparametrik testlerden hangilerini uygulayacağımızı öğrenmek için normallik testi yapılmıştır.

Tablo 7. Normallik Testi

Normallik Testi			
	Kolmogorov-Smirnov		
	Statistic	n	P
DYBÖ	.080	157	.017
DSOİE	.090	157	.004
DOGG	.106	157	.000
OBTKE	.106	157	.000
BÇ	.105	157	.000
ÖY	.098	157	.001

Tablo 7’de görüldüğü üzere normallik testinde örneklem sayısı 50’den fazla olduğu için Kolmogorov-Smirnov testine bakılmıştır. Bu tablodaki veriler görüldüğü gibi, eğer $p < 0.05$ ise, veriler anlamlı dağılım göstermemektedir. Hem Duyguları Yönetme Becerileri Ölçeği’nde hem de alt boyularında verilerin normal dağılım göstermediği saptanmıştır. Bu nedenle bu tez çalışmasında non-parametrik testler uygulanmıştır.

Tablo 8’de elde edilen verilere göre ölçeğe ait güvenilirlik katsayıları gösterilmiştir.

Tablo 8. Ölçeğe Yönelik Güvenirlik Testi

TEST	Madde Sayısı	Cronbach Alfa (α)
DYBÖ	28	.707
DSOİE	7	.554
DOGG	6	.405
OBTKE	4	.458
BÇ	4	.644
ÖY	3	.514

Tablo 8’de görüldüğü gibi, ölçeğin genel güvenilirlik katsayısı .71 olarak saptanmıştır. Alt boyutlarda ise DSOİE 0.55, DOGG 0.41, OBTKE 0.46, BÇ 0.64 ve ÖY 0.51

değerleri güvenilirlik katsayısı olarak bulunmuştur. Bu değer güvenilirlik değerlendirmesi açısından yeterlidir.

Tablo 9’da takım spor branşı antrenörü, bireysel spor branşı antrenörü ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeğine ilişkin tanımlayıcı istatistikler gösterilmiştir.

Tablo 9. Takım ve bireysel branş antrenörleri ile tüm örnekleme ait DYBÖ puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin tanımlayıcı istatistik sonuçları

DYBÖTP	Takım	Bireysel	Toplam
n	70	87	157
\bar{x}	102.07	98.28	99.97
SS	10.05	11.88	11.23
Min.	74.00	77.00	74.00
Max.	122.00	132.00	132.00

Tablo 9’da görüldüğü gibi, örneklemin tamamındaki antrenörlerin DYBÖTP $\bar{x}=99.97 \pm 11.23$ olarak saptanmıştır. Takım spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=102.07 \pm 10.05$, bireysel spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP ise $\bar{x}=98.28 \pm 11.88$ olarak çıkmıştır.

Tablo 10’da takım spor branşı antrenörü, bireysel spor branşı antrenörü ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeğinin alt boyutlarına ilişkin tanımlayıcı istatistikler gösterilmiştir.

Tablo 10. Takım ve bireysel branş antrenörleri ile tüm örnekleme ait DYBÖ alt boyut puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin tanımlayıcı istatistik sonuçları

		DSOİE	DOGG	OBTKE	BÇ	ÖY
Takım	n	70	70	70	70	70
	\bar{x}	25.73	22.24	13.57	14.67	11.24
	SS	4.35	3.41	3.15	2.99	2.51
	Min.	17.00	12.00	6.00	6.00	6.00
	Max.	35.00	28.00	20.00	20.00	15.00
Bireysel	n	87	87	87	87	87
	\bar{x}	24.45	21.37	13.80	13.93	10.82
	SS	4.37	3.71	2.95	3.51	2.66
	Min.	15.00	13.00	6.00	5.00	3.00
	Max.	35.00	30.00	20.00	20.00	15.00
Total	n	157	157	157	157	157
	\bar{x}	25.02	21.76	13.70	14.26	11.01
	SS	4.39	3.60	3.03	3.30	2.59
	Min.	15.00	12.00	6.00	5.00	3.00
	Max.	35.00	30.00	20.00	20.00	15.00

Tablo 10’da görüldüğü gibi, örneklemin tamamındaki antrenörlerin DSOİE alt boyutunda $\bar{x}=25.02 \pm 4.39$, DOGG alt boyutunda $\bar{x}=21.76 \pm 3.60$, OBTKE alt boyutunda $\bar{x}=13.70 \pm 3.03$, BÇ alt boyutunda $\bar{x}=14.26 \pm 3.30$, ÖY alt boyutunda $\bar{x}=11.01 \pm 2.59$ olarak saptanmıştır.

Takım spor branşı antrenörlerinin DSOİE alt boyutunda $\bar{x}=25.73 \pm 4.35$, DOGG alt boyutunda $\bar{x}=22.24 \pm 3.41$, OBTKE alt boyutunda $\bar{x}=13.57 \pm 3.15$, BÇ alt boyutunda $\bar{x}=14.67 \pm 2.99$, ÖY alt boyutunda $\bar{x}=11.24 \pm 2.51$, bireysel spor branşı antrenörlerinin DSOİE alt boyutunda $\bar{x}=24.45 \pm 4.37$, DOGG alt boyutunda $\bar{x}=21.37 \pm 3.71$, OBTKE alt boyutunda $\bar{x}=13.80 \pm 2.95$, BÇ alt boyutunda $\bar{x}=13.93 \pm 3.51$, ÖY alt boyutunda $\bar{x}=10.82 \pm 2.66$ olarak çıkmıştır.

4.2.1. Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin Cinsiyet, Yaş ve Medeni Durumlarına Göre Duyguları Yönetme Beceri Düzeyleri İle İlgili Bulgular

Bu bölümde takım spor branşı antrenörü, bireysel spor branşı antrenörü ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeği puanlarının cinsiyet, yaş ve medeni durum değişkenlerine ait değerler yer almaktadır.

Tablo 11'de takım spor branşı antrenörü, bireysel spor branşı antrenörü ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeği puanları cinsiyet değişkenine göre gösterilmektedir.

Tablo 11. Takım ve bireysel branş antrenörleri ile tüm örnekleme ait DYBÖ toplam puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları

DYBÖTP	Takım		Bireysel		Toplam	
	Erkek	Kadın	Erkek	Kadın	Erkek	Kadın
n	53	17	50	37	103	54
Sıra Ort.	34.11	39.82	47.45	39.34	81.72	73.81
Sıra Top.	1808.00	677.00	2372.50	1455.50	8417.50	3985.50
MWU	377.000		752.500		2500.50	
\bar{x}	101.43	104.05	99.86	96.14	100.67	98.63
SS	10.15	9.76	11.26	12.51	10.68	12.20
P	0.31		0.13		0.30	

p<0.05

Tablo 11'de görüldüğü gibi, antrenörler arasında cinsiyet değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.30 > 0.05$). Erkek antrenörlerin DYBÖTP $\bar{x}=100.67 \pm 10.68$, kadın antrenörlerin DYBÖTP $\bar{x}=98.63 \pm 12.20$ olarak çıkmıştır.

Takım spor branşı antrenörleri arasında cinsiyet değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.31 > 0.05$). Takım spor branşı erkek antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=101.43 \pm 10.15$, takım spor branşı kadın antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=104.05 \pm 9.76$ olarak çıkmıştır.

Bireysel spor branşı antrenörleri arasında cinsiyet değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.13 > 0.05$). Bireysel spor branşı erkek antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=99.86 \pm 11.26$, bireysel spor branşı kadın antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=96.14 \pm 12.51$ olarak çıkmıştır.

Tablo 12’de takım spor branşı antrenörü, bireysel spor branşı antrenörü ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeği puanlarının yaşa göre gösterilmektedir.

Tablo 12. Takım ve bireysel branş antrenörleri ile tüm örnekleme ait DYBÖ toplam puanlarının yaşa göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

DYBÖTP	Takım			Bireysel			Toplam		
	25 ve altı	26-35	36 ve üstü	25 ve altı	26-35	36 ve üstü	25 ve altı	26-35	36 ve üstü
n	10	31	29	17	41	29	27	72	58
Sıra Ort.	34.65	32.84	38.64	40.29	45.61	43.90	72.04	77.88	83.64
KWH	1.239			0.534			1.282		
\bar{x}	102.00	100.51	103.76	96.06	98.79	98.86	98.26	99.53	101.31
SS	8.35	11.54	8.84	9.62	11.84	13.28	9.47	11.66	11.45
P	0.53			0.76			0.52		

$p < 0.05$

Tablo 12’de görüldüğü gibi, antrenörler arasında yaş değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.52 > 0.05$). 25 yaş altı ve 25 yaş arasındaki antrenörlerin \bar{x} =DYBÖTP 98.26 ± 9.47 , 26-35 yaş arasındaki antrenörlerin DYBÖTP $\bar{x}=99.53 \pm 11.66$, 36 ve üstü yaştaki antrenörlerin DYBÖTP $\bar{x}=101.31 \pm 11.45$ olarak çıkmıştır.

Takım spor branşı antrenörleri için yaş grupları arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.76 > 0.05$). 25 yaş altı ve 25 yaş arasındaki takım spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=102.00 \pm 8.35$, 26-35 yaş arasındaki takım spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=100.51 \pm 11.54$, 36 ve üstü yaştaki takım spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=103.76 \pm 8.84$ olarak çıkmıştır.

Bireysel spor branşı antrenörleri için yaş grupları arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.53 > 0.05$). 25 yaş altı ve 25 yaş arasındaki bireysel spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=96.06 \pm 9.62$, 26-35 yaş arasındaki bireysel spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=98.79 \pm 11.84$, 36 ve üstü yaştaki bireysel spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=98.86 \pm 13.28$ olarak çıkmıştır.

Tablo 13'te takım spor branşı antrenörü, bireysel spor branşı antrenörü ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeği puanlarının medeni duruma göre karşılaştırılması gösterilmektedir.

Tablo 13. Takım ve bireysel branş antrenörleri ile tüm örnekleme ait DYBÖ toplam puanlarını medeni duruma göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

DYBÖTP	Takım		Bireysel		Toplam	
	Evli	Bekar	Evli	Bekar	Evli	Bekar
n	45	25	43	44	88	69
Sıra Ort.	36.83	33.10	46.58	41.48	83.82	72.85
Sıra Top.	1657.50	827.50	2003.00	1825.00	7376.50	5026.50
MWU	502.500		835.000		2611.500	
\bar{x}	102.70	100.93	99.78	96.82	101.27	98.31
SS	10.45	9.38	12.11	11.60	11.32	10.96
P	0.46		0.34		0.13	

$p < 0.05$

Tablo 13'te görüldüğü gibi, antrenörler arasında medeni durum değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.13 > 0.05$). Evli olan antrenörlerin DYBÖTP $\bar{x}=101.27 \pm 11.32$, bekar olan antrenörlerin DYBÖTP $\bar{x}=98.31 \pm 10.96$ olarak çıkmıştır.

Takım spor branşı antrenörleri arasında medeni durum değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.46 > 0.05$). Evli olan takım spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=102.70 \pm 10.45$, bekar olan takım spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=100.93 \pm 9.38$ olarak çıkmıştır.

Bireysel spor branşı antrenörleri arasında medeni durum değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.34 > 0.05$). Evli olan bireysel spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=99.78 \pm 12.11$, bekar olan bireysel spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=96.82 \pm 11.60$ olarak çıkmıştır.

4.2.2. Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin Eğitim Seviyelerine Göre Duyguları Yönetme Beceri Düzeyleri İle İlgili Bulgular

Bu bölümde takım spor branşı antrenörü, bireysel spor branşı antrenörü ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeği puanlarının eğitim seviyesi değişkeni bağlamındaki değerleri verilmiştir.

Tablo 14’te takım spor branşı antrenörü, bireysel spor branşı antrenörü ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeği puanları ve anlamlılık değerleri eğitim seviyesi değişkeni bağlamında sunulmuştur.

Tablo 14. Takım ve bireysel branş antrenörleri ile tüm örnekleme ait DYBÖ toplam puanlarını eğitim seviyesine göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

	DYBÖTP	n	Sıra Ort.	KWH	\bar{x}	SS	p
Takım	Lise ve Öncesi	9	17.89	7.774	93.33	8.78	0.051
	Meslek Yüksek Okulu	4	36.88		103.25	6.65	
	Lisans	54	38.26		103.44	9.84	
	Lisansüstü	3	36.83		101.98	12.15	
Bireysel	Lise ve Öncesi	16	41.34	0.348	96.87	10.80	0.95
	Meslek Yüksek Okulu	4	46.88		98.25	14.81	
	Lisans	62	44.73		98.75	12.34	
	Lisansüstü	5	41.10		97.00	9.87	

Toplam	Lise ve Öncesi	25	60.68	5.133	95.59	10.08	0.16
	Meslek Yüksek Okulu	8	85.25		100.75	10.96	
	Lisans	116	82.84		100.93	11.44	
	Lisansüstü	8	74.25		98.86	10.22	

p<0.05

Tablo 14'te görüldüğü gibi, antrenörler arasında eğitim seviyesine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.16 > 0.05$). Lise öncesi ve lise mezunu antrenörlerin DYBÖTP $\bar{x}=95.59 \pm 10.08$, meslek yüksek okulu mezunu antrenörlerin DYBÖTP $\bar{x}=100.75 \pm 10.96$, lisans mezunu antrenörlerin DYBÖTP $\bar{x}=100.93 \pm 11.44$, lisansüstü mezunu antrenörlerin DYBÖTP $\bar{x}=98.86 \pm 10.22$ olarak çıkmıştır.

Takım spor branşı antrenörleri arasında eğitim seviyesi değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.051 > 0.05$). Lise öncesi ve lise mezunu takım spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=93.33 \pm 8.78$, meslek yüksek okulu mezunu takım spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=103.25 \pm 6.65$, lisans mezunu takım spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=103.44 \pm 9.84$, lisansüstü mezunu takım spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=101.98 \pm 12.15$ olarak çıkmıştır.

Bireysel spor branşı antrenörleri arasında eğitim seviyesi değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.95 > 0.05$). Lise öncesi ve lise mezunu bireysel spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=96.87 \pm 10.80$, meslek yüksek okulu mezunu bireysel spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=98.25 \pm 14.81$, lisans mezunu bireysel spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=98.75 \pm 12.34$, lisansüstü mezunu bireysel spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=97.00 \pm 9.87$ olarak çıkmıştır.

4.2.3. Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin Çalıştıkları Branşa Göre Duyguları Yönetme Beceri Düzeyleri İle İlgili Bulgular

Bu bölümde takım spor branşı, bireysel spor branşı antrenörleri ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeği puanlarının branşlarına göre dağılımları yer almaktadır.

Tablo 15'te takım spor branşı, bireysel spor branşı antrenörleri ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeği puanları çalıştıkları branşa göre dağılımları gösterilmiştir.

Tablo 15. Takım ve bireysel branş antrenörleri ile tüm örnekleme ait DYBÖ toplam puanlarının çalışılan branşa göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

DYBÖTP		n	Sıra Ort.	KWH	\bar{x}	SS	P
Takım	Futbol	20	37.88	6.440	103.35	9.48	0.09
	Basketbol	24	36.29		102.30	10.03	
	Hentbol	9	19.83		93.77	10.40	
	Voleybol	17	39.88		104.63	9.06	
Bireysel	Atletizm	13	48.00	10.182	100.19	12.03	0.51
	Cimnastik	19	51.55		101.10	7.55	
	Tekwando	8	31.56		92.43	12.39	
	Yüzme	16	46.91		100.25	14.64	
	Karate	3	51.50		100.66	12.09	
	Masa Tenisi	5	24.60		88.80	10.63	
	Güreş	8	48.06		99.75	13.54	
	Boks	4	35.50		95.00	7.65	
	Halter	2	37.50		94.50	14.84	
	Bisiklet	2	24.75		89.31	1.85	
	Tenis	4	49.13		103.00	19.61	
	Diğer	3	32.17		93.33	6.65	
Toplam	Atletizm	13	78.92	22.763	100.19	12.03	0.08
	Cimnastik	19	83.00		101.10	7.55	
	Tekwando	8	49.75		92.43	12.39	
	Yüzme	16	77.75		100.25	14.64	
	Futbol	20	94.50		103.35	9.48	

	Karate	3	84.83		100.66	12.09
	Masa Tenisi	5	36.50		88.80	10.63
	Basketbol	24	90.75		102.30	10.03
	Hentbol	9	52.89		93.77	10.40
	Voleybol	17	97.47		104.63	9.06
	Güreş	8	80.63		99.75	13.54
	Boks	4	53.50		95.00	7.65
	Halter	2	58.75		94.50	14.84
	Bisiklet	2	33.00		89.31	1.85
	Tenis	4	83.38		103.00	19.61
	Diğer	3	48.00		93.33	6.65

p<0.05

Tablo 15'te görüldüğü gibi, antrenörler arasında çalıştıkları branşa göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.08 > 0.05$).

Takım spor branşı antrenörleri arasında çalıştıkları branş değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.09 > 0.05$). Futbol antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=103.35 \pm 9.48$, basketbol antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=102.30 \pm 10.03$, hentbol antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=93.77 \pm 10.40$, voleybol antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=104.63 \pm 9.06$ olarak çıkmıştır.

Bireysel spor branşı antrenörleri arasında çalıştıkları branş değişkeni bakıldığında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.51 > 0.05$). Atletizm antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=100.19 \pm 12.03$, cimnastik antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=101.10 \pm 7.55$, tekvando antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=92.43 \pm 12.39$, yüzme antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=100.25 \pm 14.64$, karate antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=100.66 \pm 12.09$, masa tenisi antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=88.80 \pm 10.63$, güreş antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=99.75 \pm 13.54$, boks antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=95.00 \pm 7.65$, halter antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=94.50 \pm 14.84$, bisiklet antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=89.31 \pm 1.85$, tenis antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=103.00 \pm 19.61$ ve diğer branş antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=93.33 \pm 6.65$ olarak çıkmıştır.

4.2.4. Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin Meslek Kademelerine Göre Duyguları Yönetme Beceri Düzeyleri İle İlgili Bulgular

Bu bölümde takım spor branşı antrenörü, bireysel spor branşı antrenörü ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeği puanlarının meslek kademesi değişkeni bağlamındaki değerleri yer almaktadır.

Tablo 16’da takım spor branşı antrenörü, bireysel spor branşı antrenörü ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeği puanları meslek kademesine göre dağılımları yer almaktadır.

Tablo 16. Takım ve bireysel branş antrenörleri ile tüm örnekleme ait DYBÖ toplam puanlarının meslek kademesine göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

	DYBÖTP	n	Sıra Ort.	KWH	\bar{x}	SS	p
Takım	1. Kademe	18	35.28	1.817	102.50	8.6	0.61
	2. Kademe	25	32.74		100.68	11.07	
	3. Kademe	24	39.50		103.63	10.37	
	4. Kademe	3	27.83		98.66	8.62	
Bireysel	1. Kademe	26	44.48	4.072	98.34	8.99	0.39
	2. Kademe	41	46.57		99.64	13.58	
	3. Kademe	14	34.68		93.85	10.52	
	4. Kademe	1	76.00		112.00	-	
	5. Kademe	5	40.10		96.40	13.68	
Toplam	1. Kademe	44	78.38	0.600	100.04	8.97	0.96
	2. Kademe	66	78.88		100.03	12.61	
	3. Kademe	38	80.61		100.02	11.34	
	4. Kademe	4	88.25		102.00	9.69	
	5. Kademe	5	66.50		96.40	13.68	

p<0,05

Tablo 16’ya bakıldığında, antrenörler arasında meslek kademesine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.96 > 0.05$). 1. Kademe antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=100.04 \pm 8.97$, 2. Kademe antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=100.03 \pm 12.61$, 3. Kademe antrenörlerin DYBÖTP $\bar{x}=100.02 \pm 11.34$, 4. Kademe antrenörlerin

DYBÖTP \bar{x} =102.00 \pm 9.69, 5. Kademe antrenörlerin DYBÖTP \bar{x} =96.40 \pm 13.68 olarak çıkmıştır.

Takım spor branşı antrenörlerinin sahip oldukları kademe bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.61 > 0.05$). 1. Kademe takım spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP \bar{x} =102.50 \pm 8.60, 2. Kademe takım spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP \bar{x} =100.68 \pm 11.07, 3. Kademe takım spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP \bar{x} =103.63 \pm 10.37, 4. Kademe takım spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP \bar{x} =98.66 \pm 8.62 olarak çıkmıştır.

Bireysel spor branşı antrenörlerinin sahip oldukları kademe bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.39 > 0.05$). 1. Kademe bireysel spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP \bar{x} =98.34 \pm 8.99, 2. Kademe bireysel spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP \bar{x} =99.64 \pm 13.58, 3. Kademe bireysel spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP \bar{x} =93.85 \pm 10.52, 4. Kademe bireysel spor branşı antrenörünün DYBÖTP \bar{x} =112.00, 5. Kademe bireysel spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP \bar{x} =96.40 \pm 13.68 olarak çıkmıştır.

4.2.5. Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin Sosyo-Ekonomik Durumuna Göre Duyguları Yönetme Beceri Düzeyleri İle İlgili Bulgular

Bu bölümde takım spor branşı antrenörü, bireysel spor branşı antrenörü ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeği puanlarının sosyo-ekonomik durum değişkeni bağlamındaki değerleri verilmiştir.

Tablo 17'de takım spor branşı antrenörü, bireysel spor branşı antrenörü ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeği puanları ve anlamlılık değerleri sosyo-ekonomik durum değişkeni bağlamında sunulmuştur.

Tablo 17. Takım ve bireysel branş antrenörleri ile tüm örnekleme ait DYBÖ toplam puanlarının sosyo-ekonomik duruma göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

Aylık Net Gelir		n	Sıra Ort.	KWH	\bar{x}	SS	P
Takım	300-600 TL	6	38.83	2.046	103.66	11.87	0.56
	601-1000 TL	10	30.45		100.80	9.47	
	1001-2000 TL	27	33.00		100.29	11.39	
	2001 TL ve üstü	27	39.13		103.96	8.47	
Bireysel	300-600 TL	3	66.83	3.076	107.66	3.51	0.38
	601-1000 TL	18	47.00		98.72	11.33	
	1001-2000 TL	37	41.88		97.77	12.69	
	2001 TL ve üstü	29	42.48		97.68	11.71	
Toplam	300-600 TL	9	100.83	3.404	105.00	9.75	0.33
	601-1000 TL	28	76.80		99.46	10.57	
	1001-2000 TL	64	73.65		98.83	12.13	
	2001 TL ve üstü	56	82.71		100.71	10.67	

$p < 0.05$

Tablo 17’de görüldüğü gibi, takım ve bireysel spor branşı olan antrenörler arasında sosyo-ekonomik durumlarına göre DYBÖ puanları istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.33 > 0.05$). Aylık 300-600 TL arasında gelire sahip olan antrenörlerin DYBÖTP $\bar{x}=105.00 \pm 9.75$, 601-1000 TL arasında gelire sahip olan antrenörlerin DYBÖTP $\bar{x}=99.46 \pm 10.57$, 1001-2000 TL arasında gelire sahip olan antrenörlerin DYBÖTP $\bar{x}=98.83 \pm 12.13$, 2001 TL ve üzerinde gelire sahip olan antrenörlerin DYBÖTP $\bar{x}=100.71 \pm 10.67$ olarak çıkmıştır.

Takım spor branşı antrenörlerinin sosyo-ekonomik durumları karşılaştırıldığında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.56 > 0.05$). Aylık 300-600 TL arasında gelire sahip olan takım spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=103.66 \pm 11.87$, 601-1000 TL arasında gelire sahip olanların DYBÖTP $\bar{x}=100.80 \pm 9.47$, 1001-2000 TL arasında gelire sahip olanların DYBÖTP $\bar{x}=100.29 \pm 11.39$, 2001 TL ve üzerinde gelire sahip olanların DYBÖTP $\bar{x}=103.96 \pm 8.47$ olarak çıkmıştır.

Bireysel spor branşı antrenörlerinin DYBÖ puanları ile sosyo-ekonomik durumları karşılaştırılması sonucunda istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmamıştır ($p = 0.38 > 0.05$). Aylık 300-600 TL arasında gelire sahip olanların DYBÖTP $\bar{x}=107.66 \pm 3.51$, 601-1000 TL arasında gelire sahip olan bireysel spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=98.72 \pm 11.33$, 1001-2000 TL arasında gelire sahip olan bireysel spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=97.77 \pm 12.69$, 2001 TL ve üzerinde gelire sahip olan bireysel spor branşı antrenörlerinin DYBÖTP $\bar{x}=97.68 \pm 11.71$ olarak çıkmıştır.

4.2.6. Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin Cinsiyet, Yaş ve Medeni Durumlarına Göre Duyguları Yönetme Beceri Düzeylerinin Alt Boyutları İle İlgili Bulgular

Bu bölümde takım spor branşı antrenörü, bireysel spor branşı antrenörü ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının cinsiyet, yaş ve medeni durum değişkenlerine ait değerleri yer almaktadır.

Tablo 18’te takım spor branşı antrenörlerine ait duyguları yönetme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının cinsiyet değişkenine göre bulguları gösterilmektedir.

Tablo 18. Takım branşı antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları

Boyutlar	Cinsiyet	n	Sıra Ort.	Sıra Top.	\bar{x}	SS	MWU	p
DSOİE	Erkek	53	34.70	1839.00	25.58	4.25	408.000	0.55
	Kadın	17	38.00	646.00	26.21	4.74		
DOGG	Erkek	53	33.57	1779.00	21.86	3.29	348.000	0.15
	Kadın	17	41.53	706.00	23.41	3.63		
OBTKE	Erkek	53	34.76	1842.50	13.49	3.29	411.500	0.59
	Kadın	17	37.79	642.50	13.84	2.72		
BÇ	Erkek	53	34.80	1844.50	14.60	2.98	413.500	0.61
	Kadın	17	37.68	640.50	14.88	3.10		
ÖY	Erkek	53	36.16	1916.50	11.36	2.46	415.500	0.62
	Kadın	17	33.44	568.50	10.88	2.68		

$p < 0,05$

Tablo 18’de görüldüğü gibi, DYBÖ’ni oluşturan alt boyutlardan DSOİE ($p = 0.55 > 0.05$), DOGG ($p = 0.15 > 0.05$), OBTKKE ($p = 0.59 > 0.05$), BÇ ($p = 0.61 > 0.05$) ve ÖY ($p = 0.62 > 0.05$) alt boyutlarına ilişkin puanları takım spor branşı antrenörleri arasında cinsiyet değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık çıkmamıştır.

Tablo 19’da bireysel spor branşı antrenörlerine ait duyguları yönetme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının cinsiyet değişkenine göre bulguları gösterilmektedir.

Tablo 19. Bireysel branş antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları

Boyutlar	Cinsiyet	n	Sıra Ort.	Sıra Top.	\bar{x}	SS	MWU	p
DSOİE	Erkek	50	14.28	2064.00	24.07	4.03	789.000	0.24
	Kadın	37	47.68	1764.00	24.97	4.80		
DOGG	Erkek	50	47.32	2366.00	21.86	3.14	759.000	0.15
	Kadın	37	39.51	1462.00	20.70	4.33		
OBTKKE	Erkek	50	41.57	2078.50	13.62	2.85	803.500	0.29
	Kadın	37	47.28	1749.50	14.05	3.09		
BÇ	Erkek	50	48.89	2444.50	14.64	3.26	680.500	0.03
	Kadın	37	37.39	1383.50	12.97	3.65		
ÖY	Erkek	50	45.64	2282.00	10.96	2.68	843.000	0.47
	Kadın	37	41.78	1546.00	10.63	2.65		

$p < 0.05$

Tablo 19’da görüldüğü gibi, DYBÖ’ni oluşturan alt boyutlardan DSOİE ($p = 0.24 > 0.05$), DOGG ($p = 0.15 > 0.05$), OBTKKE ($p = 0.29 > 0.05$) ve ÖY ($p = 0.47 > 0.05$) alt boyutlarına ilişkin puanları bireysel spor branşı antrenörleri arasında cinsiyet değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık çıkmamıştır. BÇ ($p = 0.03 < 0.05$) alt boyutunda cinsiyet değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık çıkmıştır.

Tablo 20’de takım spor branşı antrenörlerine ait duyguları yönetme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının yaş değişkenine göre bulguları gösterilmektedir.

Tablo 20. Takım branşı antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının yaşa göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

Boyutlar	Yaş	n	Sıra Ort.	\bar{x}	SS	KWH	p
DSOİE	25 ve altı	10	40.55	27.10	3.87	0.746	0.68
	26-35	31	35.02	25.58	4.60		
	36 ve üstü	29	34.28	25.43	4.29		
DOGG	25 ve altı	10	35.70	22.50	2.71	1.413	0.49
	26-35	31	32.47	21.77	3.50		
	36 ve üstü	29	38.67	22.65	3.56		
OBTKE	25 ve altı	10	26.60	11.90	3.44	3.230	0.19
	26-35	31	34.50	13.51	3.26		
	36 ve üstü	29	39.64	14.21	2.79		
BÇ	25 ve altı	10	35.50	14.40	3.89	5.995	0.050
	26-35	31	29.32	13.74	3.14		
	36 ve üstü	29	42.10	15.75	2.11		
ÖY	25 ve altı	10	34.05	10.90	3.72	0.336	0.84
	26-35	31	34.42	11.16	2.51		
	36 ve üstü	29	37.16	11.46	2.04		

$p < 0.05$

Tablo 20’de görüldüğü gibi, DYBÖ’ni oluşturan alt boyutlardan DSOİE ($p = 0.68 > 0.05$), DOGG ($p = 0.49 > 0.05$), OBTKE ($p = 0.19 > 0.05$) ve ÖY ($p = 0.84 > 0.05$) alt boyutlarına ilişkin puanları takım spor branşı antrenörleri arasında yaş değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık çıkmamıştır. BÇ ($p = 0.050 = 0.05$) alt boyutunda yaş değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık çıkmıştır.

Tablo 21’de bireysel spor branşı antrenörlerine ait duyguları yönetme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının yaş değişkenine göre bulguları gösterilmektedir.

Tablo 21. Bireysel branş antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının yaşa göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

Boyutlar	Yaş	n	Sıra Ort.	\bar{x}	SS	KWH	p
DSOİE	25 ve altı	17	41.94	23.88	4.97	0.146	0.92
	26-35	41	44.32	24.48	3.99		
	36 ve üstü	29	44.76	24.75	4.64		
DOGG	25 ve altı	17	41.15	20.96	3.42	0.795	0.67
	26-35	41	42.87	21.14	3.47		
	36 ve üstü	29	47.28	21.93	4.24		
OBTKE	25 ve altı	17	35.03	12.70	3.23	5.842	0.054
	26-35	41	50.65	14.56	2.65		
	36 ve üstü	29	39.86	13.37	2.99		
BÇ	25 ve altı	17	40.29	13.70	2.11	0.465	0.79
	26-35	41	44.72	14.00	3.64		
	36 ve üstü	29	45.16	13.96	4.03		
ÖY	25 ve altı	17	39.03	10.21	2.82	0.913	0.63
	26-35	41	45.93	11.04	2.56		
	36 ve üstü	29	44.19	10.86	2.73		

p<0.05

Tablo 21’de görüldüğü gibi, DYBÖ’ni oluşturan alt boyutlardan DSOİE ($p = 0.92 > 0.05$), DOGG ($p = 0.67 > 0.05$), OBTKE ($p = 0.054 > 0.05$), BÇ ($p = 0.79 > 0.05$) ve ÖY ($p = 0.63 > 0.05$) alt boyutlarına ilişkin puanları bireysel spor branşı antrenörleri arasında yaş değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık çıkmamıştır.

Tablo 22’de takım spor branşı antrenörlerine ait duyguları yönetme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının medeni durum değişkenine göre bulguları gösterilmektedir.

Tablo 22. Takım branşı antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının medeni duruma göre karşılaştırılmasına ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları

Boyutlar	Medeni Durum	n	Sıra Ort.	Sıra Top.	\bar{x}	SS	MWU	p
DSOİE	Evli	45	34.40	1548.00	25.48	4.63	513.000	0.54
	Bekar	25	37.48	937.00	26.20	3.85		
DOGG	Evli	45	37.24	1676.00	22.42	3.73	484.000	0.33
	Bekar	25	32.36	809.00	21.92	2.78		
OBTKE	Evli	45	37.36	1681.00	13.91	3.04	479.000	0.30
	Bekar	25	32.16	804.00	12.96	3.31		
BÇ	Evli	45	37.74	1698.50	15.08	2.74	461.500	0.21
	Bekar	25	31.46	786.50	13.92	3.32		
ÖY	Evli	45	35.31	1589.00	11.26	2.36	554.000	0.91
	Bekar	25	35.84	896.00	11.21	2.79		

p<0.05

Tablo 22’de görüldüğü gibi, DYBÖ’ni oluşturan alt boyutlardan DSOİE ($p = 0.54 > 0.05$), DOGG ($p = 0.33 > 0.05$), OBTKE ($p = 0.30 > 0.05$), BÇ ($p = 0.21 > 0.05$) ve ÖY ($p = 0.91 > 0.05$) alt boyutlarına ilişkin puanları takım spor branşı antrenörleri arasında medeni durum değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık çıkmamıştır.

Tablo 23’te bireysel spor branşı antrenörlerine ait duyguları yönetme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının medeni durum değişkenine göre bulguları gösterilmektedir.

Tablo 23. Bireysel branş antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının medeni duruma göre karşılaştırılmasına ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları

Boyutlar	Medeni Durum	n	Sıra Ort.	Sıra Top.	\bar{x}	SS	MWU	p
DSOİE	Evli	43	44.62	1918.50	24.60	4.17	919.500	0.82
	Bekar	44	43.40	1909.50	24.31	4.60		
DOGG	Evli	43	48.62	2090.50	22.06	3.86	747.500	0.09
	Bekar	44	39.49	1737.50	20.69	3.47		
OBTKE	Evli	43	45.90	1973.50	14.00	2.78	864.500	0.48
	Bekar	44	42.15	1854.50	13.61	3.12		
BÇ	Evli	43	46.55	2001.50	14.13	3.87	836.500	0.35
	Bekar	44	41.51	1826.50	13.72	3.15		
ÖY	Evli	43	47.65	2049.00	11.24	2.55	789.000	0.17
	Bekar	44	40.43	1779.00	10.40	2.73		

p<0.05

Tablo 23'te görüldüğü gibi, DYBÖ'ni oluşturan alt boyutlardan DSOİE ($p = 0.82 > 0.05$), DOGG ($p = 0.09 > 0.05$), OBTKE ($p = 0.48 > 0.05$), BÇ ($p = 0.36 > 0.05$) ve ÖY ($p = 0.17 > 0.05$) alt boyutlarına ilişkin puanları bireysel spor branşı antrenörleri arasında medeni durum değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık çıkmamıştır.

4.2.7. Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin Eğitim Seviyelerine Göre Duyguları Yönetme Beceri Düzeylerinin Alt Boyutları İle İlgili Bulgular

Bu bölümde takım spor branşı antrenörü, bireysel spor branşı antrenörü ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının eğitim seviyesi değişkeni bağlamındaki değerleri verilmiştir.

Tablo 24'te takım spor branşı antrenörü, bireysel spor branşı antrenörü ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının eğitim seviyesi değişkenine göre bulguları gösterilmektedir.

Tablo 24. Takım branşı antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının eğitim seviyesine göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

Boyutlar	Eğitim Durumu	n	Sıra Ort.	\bar{x}	SS	KWH	p
DSOİE	Lise ve Öncesi	9	19.72	22.44	3.50	7.470	0.058
	Meslek Yüksek Okulu	4	48.25	28.00	2.16		
	Lisans	54	36.94	26.09	4.43		
	Lisansüstü	3	39.83	26.20	3.70		
DOGG	Lise ve Öncesi	9	26.39	20.33	4.18	3.075	0.38
	Meslek Yüksek Okulu	4	46.50	23.50	0.57		
	Lisans	54	36.19	22.48	3.30		
	Lisansüstü	3	35.83	22.00	4.58		
OBTKE	Lise ve Öncesi	9	38.83	14.22	3.76	7.135	0.06
	Meslek Yüksek Okulu	4	11.25	9.75	1.50		
	Lisans	54	37.29	13.87	2.88		
	Lisansüstü	3	25.67	11.44	4.71		
BÇ	Lise ve Öncesi	9	22.67	11.77	4.46	6.175	0.10
	Meslek Yüksek Okulu	4	38.63	14.75	3.30		
	Lisans	54	36.42	15.01	2.46		
	Lisansüstü	3	53.33	17.00	1.73		
ÖY	Lise ve Öncesi	9	36.11	11.33	2.44	0.352	0.95
	Meslek Yüksek Okulu	4	29.88	10.75	0.95		
	Lisans	54	35.89	11.28	2.66		
	Lisansüstü	3	34.17	11.00	1.73		

p<0.05

Tablo 24'te görüldüğü gibi, DYBÖ'ni oluşturan alt boyutlardan DSOİE ($p = 0.058 > 0.05$), DOGG ($p = 0.38 > 0.05$), OBTKE ($p = 0.06 > 0.05$), BÇ ($p = 0.10 > 0.05$) ve ÖY ($p = 0.95 > 0.05$) alt boyutlarına ilişkin puanları takım spor branşı antrenörleri arasında eğitim seviyesi değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık çıkmamıştır.

Tablo 25'te bireysel spor branşı antrenörlerine ait duyguları yönetme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının eğitim seviyesi değişkenine göre bulguları gösterilmektedir.

Tablo 25. Bireysel branş antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının eğitim seviyesine göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

Boyutlar	Eğitim Durumu	n	Sıra Ort.	\bar{x}	SS	KWH	p
DSOİE	Lise ve Öncesi	16	38.66	23.49	4.71	1.911	0.59
	Meslek Yüksek Okulu	4	34.63	23.00	5.29		
	Lisans	62	46.30	24.82	4.14		
	Lisansüstü	5	40.10	24.20	6.05		
DOGG	Lise ve Öncesi	16	38.25	20.43	3.93	2.025	0.56
	Meslek Yüksek Okulu	4	49.13	22.25	2.98		
	Lisans	62	45.90	21.66	3.62		
	Lisansüstü	5	34.80	20.00	4.84		
OBTKE	Lise ve Öncesi	16	37.25	13.12	2.72	4.516	0.21
	Meslek Yüksek Okulu	4	57.00	15.50	2.64		
	Lisans	62	46.13	14.00	3.04		
	Lisansüstü	5	28.80	12.20	2.16		
BÇ	Lise ve Öncesi	16	48.81	14.37	4.58	1.397	0.70
	Meslek Yüksek Okulu	4	34.75	12.50	4.12		

	Lisans	62	42.98	13.82	3.23		
	Lisansüstü	5	48.60	15.00	3.16		
ÖY	Lise ve Öncesi	16	47.75	11.00	3.65	1.239	0.74
	Meslek Yüksek Okulu	4	41.75	10.75	2.36		
	Lisans	62	42.47	10.70	2.44		
	Lisansüstü	5	52.80	11.80	2.38		

p<0.05

Tablo 25'te görüldüğü gibi, DYBÖ'ni oluşturan alt boyutlardan DSOİE ($p = 0.59 > 0.05$), DOGG ($p = 0.56 > 0.05$), OBTKİE ($p = 0.21 > 0.05$), BÇ ($p = 0.70 > 0.05$) ve ÖY ($p = 0.74 > 0.05$) alt boyutlarına ilişkin puanları bireysel spor branşı antrenörleri arasında eğitim seviyesi değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık çıkmamıştır.

4.2.8. Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin Çalıştıkları Branşa Göre Duyguları Yönetme Beceri Düzeylerinin Alt Boyutları İle İlgili Bulgular

Bu bölümde takım spor branşı, bireysel spor branşı antrenörleri ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının branşlarına göre dağılımları yer almaktadır.

Tablo 26'da takım spor branşı, bireysel spor branşı antrenörleri ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının branş değişkenine göre bulguları gösterilmektedir.

Tablo 26. Takım branşı antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının çalıştıkları branşa göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

Boyutlar	Branş	n	Sıra Ort.	\bar{x}	SS	KWH	p
DSOİE	Futbol	20	40.05	27.05	3.97	5.399	0.14
	Basketbol	24	32.90	25.00	3.61		
	Hentbol	9	23.61	23.18	3.77		
	Voleybol	17	40.12	26.58	5.44		
DOGG	Futbol	20	33.80	22.05	1.87	0.774	0.85
	Basketbol	24	37.29	22.33	4.51		
	Hentbol	9	31.56	21.77	3.99		
	Voleybol	17	37.06	22.58	2.91		
OBTKE	Futbol	20	29.45	12.65	3.06	3.717	0.29
	Basketbol	24	34.96	13.50	3.07		
	Hentbol	9	38.11	13.81	3.67		
	Voleybol	17	42.00	14.64	2.99		
BÇ	Futbol	20	32.93	14.45	3.08	3.159	0.36
	Basketbol	24	39.35	15.33	2.59		
	Hentbol	9	26.61	12.55	4.63		
	Voleybol	17	37.79	15.11	1.86		
ÖY	Futbol	20	44.73	12.35	2.49	10.033	0.01
	Basketbol	24	35.19	11.18	2.44		
	Hentbol	9	19.44	9.44	1.42		
	Voleybol	17	33.59	11.00	2.59		

p<0.05

Tablo 26'da görüldüğü gibi, DYBÖ'ni oluşturan alt boyutlardan DSOİE ($p = 0.14 > 0.05$), DOGG ($p = 0.85 > 0.05$), OBTKE ($p = 0.29 > 0.05$) ve BÇ ($p = 0.36 > 0.05$) alt boyutlarına ilişkin puanları takım spor branşı antrenörleri arasında branş değişkeni

bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık çıkmamıştır. ÖY ($p = 0.01 < 0.05$) alt boyutunda branş değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık çıkmıştır.

Tablo 27’de bireysel spor branşı antrenörlerine ait duyguları yönetme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının branş değişkenine göre bulguları gösterilmektedir.

Tablo 27. Bireysel branş antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının çalıştıkları branşa göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

Boyutlar	Branş	n	Sıra Ort.	\bar{x}	SS	KWH	p
DSOİE	Atletizm	13	38.69	23.61	4.23	11.132	0.43
	Cimnastik	19	53.76	26.21	4.99		
	Tekwando	8	40.00	23.75	3.65		
	Yüzme	16	42.94	24.18	4.57		
	Karate	3	61.00	27.00	2.64		
	Masa Tenisi	5	24.60	21.20	3.11		
	Güreş	8	43.13	24.00	3.89		
	Boks	4	27.75	22.00	1.15		
	Halter	2	55.75	26.50	3.53		
	Bisiklet	2	33.00	22.00	7.07		
	Tenis	4	48.38	26.00	6.63		
Diğer	3	54.50	26.00	2.00			
DOGG	Atletizm	13	49.81	22.07	2.75	10.618	0.47
	Cimnastik	19	51.13	22.47	2.56		
	Tekwando	8	31.25	19.05	4.66		
	Yüzme	16	42.75	21.43	4.35		
	Karate	3	47.67	21.66	5.13		

	Masa Tenisi	5	32.60	20.20	1.30		
	Güreş	8	39.50	20.50	4.20		
	Boks	4	56.13	23.00	3.55		
	Halter	2	36.25	20.50	3.53		
	Bisiklet	2	39.75	21.00	2.82		
	Tenis	4	55.00	23.00	6.63		
	Diğer	3	18,83	17,66	3,05		
OBTKE	Atletizm	13	43.81	13.76	2.71	7.791	0.73
	Cimnastik	19	36.39	12.78	3.18		
	Tekwando	8	55.50	15.00	3.70		
	Yüzme	16	39.63	13.37	2.87		
	Karate	3	62.67	15.66	1.52		
	Masa Tenisi	5	52.80	15.00	2.34		
	Güreş	8	38.44	13.37	3.24		
	Boks	4	43.75	13.75	2.21		
	Halter	2	40.50	13.00	5.65		
	Bisiklet	2	49.75	14.50	2.12		
	Tenis	4	55.63	15.50	3.10		
	Diğer	3	50.50	14.66	2.08		
BÇ	Atletizm	13	54.31	15.46	3.15	12.104	0.35
	Cimnastik	19	42.97	13.89	2.90		
	Tekwando	8	40.63	12.75	5.17		
	Yüzme	16	51.44	15.06	2.59		
	Karate	3	37.83	13.00	3.60		
	Masa Tenisi	5	23.70	10.80	3.89		

	Güreş	8	52.44	15.00	4.53		
	Boks	4	28.63	12.25	2.87		
	Halter	2	46.50	14.50	3.53		
	Bisiklet	2	20.50	11.00	2.82		
	Tenis	4	40.00	13.75	2.62		
	Diğer	3	32.50	12.00	4.58		
ÖY	Atletizm	13	44.42	10.66	3.30	14.902	0.18
	Cimnastik	19	49.34	11.52	2.48		
	Tekwando	8	36.38	9.87	2.53		
	Yüzme	16	49.97	11.50	2.28		
	Karate	3	30.50	9.33	2.08		
	Masa Tenisi	5	29.10	9.20	2.16		
	Güreş	8	58.69	12.37	2.38		
	Boks	4	31.25	9.50	2.08		
	Halter	2	12.50	7.00	2.82		
	Bisiklet	2	29.50	9.50	2.12		
	Tenis	4	31.88	10.00	3.36		
	Diğer	3	59.83	12.33	1.52		

p<0.05

Tablo 27’de görüldüğü gibi, DYBÖ’ni oluşturan alt boyutlardan DSOİE ($p = 0.43 > 0.05$), DOGG ($p = 0.47 > 0.05$), OBTK ($p = 0.73 > 0.05$), BÇ ($p = 0.35 > 0.05$) ve ÖY ($p = 0.18 > 0.05$) alt boyutlarına ilişkin puanları bireysel spor branşı antrenörleri arasında branş değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık çıkmamıştır.

4.2.9. Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin Meslek Kademelerine Göre Duyguları Yönetme Beceri Düzeylerinin Alt Boyutları İle İlgili Bulgular

Bu bölümde takım spor branşı antrenörü, bireysel spor branşı antrenörü ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının meslek kademesi değişkeni bağlamındaki değerleri yer almaktadır.

Tablo 28’de takım spor branşı antrenörü, bireysel spor branşı antrenörü ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının meslek kademesi değişkenine göre bulguları gösterilmektedir.

Tablo 28. Takım branşı antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının meslek kademesine göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

Boyutlar	Meslek Kademesi	n	Sıra Ort.	\bar{x}	SS	KWH	p
DSOİE	1. Kademe	18	38.44	26.55	4.01	2.676	0.44
	2. Kademe	25	32.48	25.12	4.10		
	3. Kademe	24	38.13	26.06	4.97		
	4. Kademe	3	22.00	23.33	3.05		
DOGG	1. Kademe	18	34.28	22.16	2.30	1.503	0.68
	2. Kademe	25	35.38	22.28	3.72		
	3. Kademe	24	38.04	22.70	3.31		
	4. Kademe	3	23.50	18.66	6.50		
OBTKE	1. Kademe	18	30.22	12.61	2.97	3.250	0.35
	2. Kademe	25	36.62	13.76	3.07		
	3. Kademe	24	39.69	14.26	3.39		
	4. Kademe	3	24.33	12.33	2.30		
BÇ	1. Kademe	18	36.64	15.00	2.37	0.814	0.84

	2. Kademe	25	33.04	14.20	3.62		
	3. Kademe	24	36.35	14.79	2.82		
	4. Kademe	3	42.33	15.66	2.51		
ÖY	1. Kademe	18	36.19	11.33	2.70	4.305	0.23
	2. Kademe	25	31.22	10.84	2.23		
	3. Kademe	24	36.90	11.30	2.67		
	4. Kademe	3	55.83	13.66	1.52		

p<0.05

Tablo 28'de görüldüğü gibi, DYBÖ'ni oluşturan alt boyutlardan DSOİE ($p = 0.44 > 0.05$), DOGG ($p = 0.68 > 0.05$), OBTKE ($p = 0.35 > 0.05$), BÇ ($p = 0.84 > 0.05$) ve ÖY ($p = 0.23 > 0.05$) alt boyutlarına ilişkin puanları takım spor branşı antrenörleri arasında meslek kademesi değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık çıkmamıştır.

Tablo 29'da bireysel spor branşı antrenörlerine ait duyguları yönetme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının meslek kademesi değişkenine göre bulguları gösterilmektedir.

Tablo 29. Bireysel branş antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının meslek kademesine göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

Boyutlar	Meslek Kademesi	n	Sıra Ort.	\bar{x}	SS	KWH	p
DSOİE	1. Kademe	26	40.31	23.73	4.44	2.575	0.63
	2. Kademe	41	43.85	24.46	4.43		
	3. Kademe	14	49.71	25.42	3.36		
	4. Kademe	1	72.50	29.00	-		
	5. Kademe	5	42.70	24.60	6.50		
DOGG	1. Kademe	26	41.12	21.09	2.65	3.620	0.46
	2. Kademe	41	46.32	21.78	3.99		
	3. Kademe	14	37.39	19.92	4.44		
	4. Kademe	1	73.50	25.00	-		
	5. Kademe	5	52.60	22.80	3.70		

OBTK	1. Kademe	26	38.96	13.03	3.36	1.944	0.74
	2. Kademe	41	47.29	14.19	2.84		
	3. Kademe	14	45.21	14.14	3.00		
	4. Kademe	1	45.00	14.00	-		
	5. Kademe	5	39.60	13.60	0.54		
BÇ	1. Kademe	26	49.69	14.73	2.83	8.186	0.08
	2. Kademe	41	45.73	14.07	3.92		
	3. Kademe	14	28.71	12.00	3.13		
	4. Kademe	1	71.00	17.00	-		
	5. Kademe	5	37.60	13.40	2.60		
ÖY	1. Kademe	26	45.75	11.02	2.20	7.169	0.12
	2. Kademe	41	48.27	11.29	2.70		
	3. Kademe	14	28.39	9.07	3.02		
	4. Kademe	1	58.50	12.00	-		
	5. Kademe	5	40.70	10.60	2.30		

p<0.05

Tablo 29’da görüldüğü gibi, DYBÖ’ni oluşturan alt boyutlardan DSOİE ($p = 0.63 > 0.05$), DOGG ($p = 0.46 > 0.05$), OBTKE ($p = 0.74 > 0.05$), BÇ ($p = 0.08 > 0.05$) ve ÖY ($p = 0.12 > 0.05$) alt boyutlarına ilişkin puanları bireysel spor branşı antrenörleri arasında meslek kademesi değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık çıkmamıştır.

4.2.10. Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin Sosyo-Ekonomik Durumuna Göre Duyguları Yönetme Beceri Düzeylerinin Alt Boyutları İle İlgili Bulgular

Bu bölümde takım spor branşı antrenörü, bireysel spor branşı antrenörü ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının sosyo-ekonomik durum değişkeni bağlamındaki değerleri verilmiştir.

Tablo 30’da takım spor branşı antrenörü, bireysel spor branşı antrenörü ve tüm örnekleme ait duyguları yönetme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının sosyo-ekonomik durum değişkenine göre bulguları gösterilmektedir.

Tablo 30. Takım branşı antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının sosyo-ekonomik durumuna göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

Boyutlar	Aylık Net Gelir (TL)	n	Sıra Ort.	\bar{x}	SS	KWH	p
DSOİE	300-600	6	33.00	26.00	6.09	0.124	0.98
	601-1000	10	36.30	26.00	3.91		
	1001-2000	27	35.30	25.35	5.04		
	2001 TL ve üstü	27	35.96	25.96	3.49		
DOGG	300-600	6	31.08	21.50	4.23	0.776	0.85
	601-1000	10	33.40	21.90	2.64		
	1001-2000	27	34.93	22.11	3.43		
	2001 TL ve üstü	27	37.83	22.66	3.59		
OBTKE	300-600	6	20.83	11.00	3.40	5.369	0.14
	601-1000	10	30.95	13.00	4.42		
	1001-2000	27	35.37	13.53	2.84		
	2001 TL ve üstü	27	40.57	14.40	2.62		
BÇ	300-600	6	55.58	17.66	2.65	9.427	0.02
	601-1000	10	28.75	13.70	2.90		
	1001-2000	27	30.39	13.85	2.82		
	2001 TL ve üstü	27	38.65	15.18	2.85		
ÖY	300-600	6	44.50	12.50	2.81	1.316	0.72
	601-1000	10	34.55	11.30	2.16		
	1001-2000	27	34.39	10.92	2.75		
	2001 TL ve üstü	27	34.96	11.27	2.34		

p<0.05

Tablo 30’da görüldüğü gibi, DYBÖ’ni oluşturan alt boyutlardan DSOİE ($p = 0.98 > 0.05$), DOGG ($p = 0.85 > 0.05$), OBTKKE ($p = 0.14 > 0.05$) ve ÖY ($p = 0.72 > 0.05$) alt boyutlarına ilişkin puanları takım spor branşı antrenörleri arasında sosyo-ekonomik durum değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık çıkmamıştır. BÇ ($p = 0.02 < 0.05$) alt boyutunda sosyo-ekonomik durum değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık çıkmıştır.

Tablo 31’de bireysel spor branşı antrenörlerine ait duyguları yönetme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının meslek kademesi değişkenine göre bulguları gösterilmektedir.

Tablo 31. Bireysel branş antrenörlerinin DYBÖ alt boyut puanlarının sosyo-ekonomik durumuna göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçlar

Boyutlar	Aylık Net Gelir (TL)	n	Sıra Ort.	\bar{x}	SS	KWH	p
DSOİE	300-600	3	82.83	32.00	1.73	7.840	0.04
	601-1000	18	45.97	24.77	4.26		
	1001-2000	37	42.27	24.13	4.84		
	2001 TL ve üstü	29	40.97	23.89	3.26		
DOGG	300-600	3	77.33	26.00	1.73	6.196	0.10
	601-1000	18	39.58	20.83	2.83		
	1001-2000	37	45.32	21.58	3.88		
	2001 TL ve üstü	29	41.60	20.96	3.90		
OBTKKE	300-600	3	17.33	9.66	4.04	3.530	0.31
	601-1000	18	45.61	14.00	3.34		
	1001-2000	37	44.65	13.81	3.00		
	2001 TL ve üstü	29	44.93	14.10	2.28		
BÇ	300-600	3	46.83	14.66	2.88	0.127	0.98
	601-1000	18	43.22	13.94	3.28		
	1001-2000	37	44.81	14.02	3.37		
	2001 TL ve üstü	29	43.16	13.72	3.99		
ÖY	300-600 TL	3	57.17	12.33	3.05	4.593	0.20
	601-1000 TL	18	48.94	11.16	3.25		
	1001-2000 TL	37	37.59	10.20	2.63		
	2001 TL ve üstü	29	47.74	11.24	2.16		

$p < 0.05$

Tablo 31’de görüldüğü gibi, DYBÖ’ni oluşturan alt boyutlardan DOGG ($p = 0.10 > 0.05$), OBTKKE ($p = 0.31 > 0.05$), BÇ ($p = 0.98 > 0.05$) ve ÖY ($p = 0.20 > 0.05$) alt boyutlarına ilişkin puanları bireysel spor branşı antrenörleri arasında sosyo-ekonomik durum değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık çıkmamıştır. DSOİE ($p = 0.04 < 0.05$) alt boyutunda sosyo-ekonomik durum değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık çıkmıştır.



5. TARTIŞMA

Sporun gelişmesinde önemli aktörlerden olan antrenörler, günümüzde çeşitlilik, etkililik, verimlilik konularında büyük bir gelişme göstermiştir. Bununla beraber, antrenörlerin tek görevi daha önce de söz ettiğimiz gibi taktik ve teknik öğretiminden oluşmamaktadır. Günümüz sporunda psikolojik faktörler çok daha büyük önem kazanmıştır. Fatih Terim'in oyunculara psikolojik katkısının önemi uzun zamandır "Çok iyi motive ediyor ya" başlığı altında övülmektedir. Ancak sadece motivasyon ya da sadece konsantrasyon ile başarı gelmesini beklemek, çok fazla değişkenin etkilediği spor müsabaka veya yarışmalarında, çölde kar yağmasını beklemek gibidir. İşte bu noktada birbirinden farklı duyguların olaya müdahil olduğunu anlamak gerekmektedir. Antrenörün görevi de hem kendi duygularını hem de sporcu/sporcularının duygularını doğru anlayıp, doğru yönlendirebilmektir. Ancak antrenör kendi duygularını doğru anlayıp, doğru yönlendiremezse, hem takımın dengesini bozabilme ihtimali ortaya çıkacaktır hem de oyuncularda özgüven kaybına ve dolayısıyla kaygı ve stresin artmasına neden olabilecektir. Bu çalışma, takım ve bireysel spor antrenörlerinin, kendi duygularını yönetme beceri düzeylerinin belirlenmesi ve bazı etken faktörlerin karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır. Bununla beraber ülkemizdeki spor psikolojisi literatürüne baktığımızda duyguları yönetme becerisi ile ilgili antrenörlerle herhangi bir çalışma yapılmamış olması bu çalışmanın önemini ortaya koymaktadır.

Takım spor branşı, bireysel spor branşı antrenörleri ve tüm antrenörlere ait duyguları yönetme becerileri ortalama puanları görüldüğü gibi elde edilen değerler sırasıyla $\bar{x}=102.07 \pm 10.05$, 98.28 ± 11.88 ve 99.97 ± 11.23 'tür. Bu değerlere göre takım spor branşı antrenörlerinin duyguları yönetme becerisine ait ortalaması, bireysel spor branşı antrenörlerinden yüksek bulunmuştur. Takım antrenörlerinin çok daha fazla sporcuyla etkileşime girmesi, sosyal iletişim seviyelerinin daha yüksek bir düzeyde olmasına sebep olabilmektedir. Bu nedenle kendi duygularını, farklı kişiliklere sahip ve duygularını farklı ifade eden insanlara karşı test etme imkanı bulmaktadırlar (36). Böylece takım spor branşı antrenörleri duygu yönetimi becerilerini girdikleri sosyal veya iş ortamlarındaki iletişimlerinde kullanarak, bireysel spor branşı antrenörlerine göre

daha fazla keskinleştirme imkanı bulmaktadır. Burada keskinleştirme olarak kastedilen, duygularını yönetme açısından bireyin daha fazla fırsat bulması, bu fırsatlardan yüksek verimle faydalanmasıdır. Ancak bir becerinin çok fazla keskinleştirilmesinin rehavete ve duyarsızlaşmaya neden olabileceği de göz ardı edilmemelidir.

Çalışmaya katılan antrenörler arasında cinsiyet değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı fark çıkmamıştır ($p > 0.05$). Bununla birlikte, takım spor branşı antrenörleri ($p > 0.05$) ve bireysel spor branşı antrenörleri ($p > 0.05$) cinsiyet değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı fark çıkmamıştır. Ortalama puanlar değerlendirildiğinde cinsiyet değişkeni bağlamında duyguları yönetme becerileri ölçeği puanı en yüksek olanlar, takım spor branşı kadın antrenörleri ($\bar{x} = 104.05 \pm 9.76$), en düşük olanlar ise bireysel spor branşı kadın antrenörleridir ($\bar{x}=96.14 \pm 12.51$). Karadağ'ın yaptığı araştırmada kadın kick boks antrenörlerinin erkek kick boks antrenörlerine kıyasla daha fazla şiddete eğilimli olduğu bulunmuştur **(37)**. Bireysel bir spor branşı olan kick boksta kadın antrenörlerin şiddete eğilimli çıkması da duygularını yönetememe becerilerini onaylamaktadır.

Bursa ilinde takım ve bireysel branşlarda antrenörlük yapan antrenörlerin ve ayrıca hakemlerin katıldığı başka bir araştırmada ise kadın antrenörlerin erkek antrenörlere kıyasla daha fazla empatik yaklaşıma sahip olduğu bulunmuştur **(38)**. Kadın antrenörlerin empatik yaklaşımlarının daha yüksek olması duygusal zekalarının daha gelişmiş olduğu şeklinde yorumlanabilir. Bizim çalışmamızdaki bulgulara göre ise erkek antrenörler kadın antrenörlere kıyasla daha yüksek duygu yönetimi becerisine sahiptir. Bu iki çalışmanın sonuçları örtüşmemektedir. İşmen'in lisans ve yüksek lisans öğrencileri ile yaptığı araştırmada, duygusal zeka cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermektedir. Ayrıca kadınlar erkeklere oranla duygusal zekanın üç alt boyutunda (kendi duygularını anlama, diğerlerinin duygularını anlama, duyguların manipülasyonu) ve toplam puanda daha yüksek puanlar almışlardır. Bu durum için günümüz Türk kültüründe varolan cinsiyet rolleri neden olarak belirtilmiştir **(39)**. Duygu yönetimi için ne kadar kişisel bir olgu olduğu söylene de bireyin yaşadığı kültürün çok önemli bir değişken olduğu unutulmamalıdır. Bursa ilinde yapılan araştırma ile Çukurova yöresinde yapılan bizim

araştırmamızın sonuçlarının örtüşmemesinin sebebi bu kültürel farklılık olabilir. Ayrıca araştırmaları tarihlerine göre değerlendirdiğimizde, 2001 ve 2004 yılında yapılmış araştırmalarda o dönemki cinsiyet rollerinin de etkisi ile kadınların daha duygu odaklı bulunması, 2019 yılında yapılan bu araştırmada ise erkeklerin duygu yönetiminde daha yüksek puanlar elde etmesi cinsiyetlere yüklenen rollerin zaman içerisinde değişmesi ile açıklanabilir.

Çalışmaya katılan antrenörlerin tamamında ($p > 0.05$), takım spor branşı antrenörleri ($p > 0.05$) ve bireysel spor branşı antrenörlerinde ($p > 0.05$) yaş değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı fark çıkmamıştır. Ortalama puanlar değerlendirildiğinde yaş değişkeni bağlamında duyguları yönetme becerileri ölçeği puanı en yüksek olanlar, 36 ve üstü yaştaki takım spor branşı antrenörleri ($\bar{x}=103.76 \pm 8.84$), en düşük olanlar ise 25 yaş altı ve 25 yaş arasındaki bireysel spor branşı antrenörleridir ($\bar{x}=96.06 \pm 9.62$). Burada dikkat çeken bir diğer detay, bireysel spor branşı antrenörlerinin yaşlarının artmasıyla ortalamalarının da artış göstermesidir. Yani bireysel spor branşı antrenörleri için yaş ile duyguları yönetme beceri düzeyleri paralel bir şekilde artmaktadır. Tüm örnekleme oluşturan antrenörlerin ortalamasına bakıldığında da benzer bir sonucun ortaya çıktığı görülmektedir. Adiloğulları, Görgülü ve Şenel araştırmalarında, 37 yaş ve üzerinde antrenörlerin duyguları değerlendirme, duyguları düzenleme, duygu kullanımı, sosyal beceriler ve iletişim becerileri alanlarında diğer yaş gruplarına kıyasla en yüksek değerlere ulaştıkları sonucuna ulaşmışlardır **(40)**. Bu iki araştırma ele alındığında yaşın artması ile duygusal zekanın da geliştiği böylece duygu yönetimi konusunda bireylerin daha becerikli bir konuma ulaştıkları söylenebilir. Ayrıca Adiloğulları, Görgülü ve Şenel araştırmalarında futbol antrenörlerinin duygusal zekasının artmasıyla iletişim becerilerinin de arttığı sonucuna ulaşmışlardır **(40)**. Afyon ve Işıkdemir'in araştırmasında, futbol antrenörlerinin iletişim becerileri yükseldikçe mesleki tükenmişliklerinin azaldığı, diğer yandan ise iletişim becerisi arttıkça yaşam tatmin düzeyinin ise azaldığı saptanmıştır **(41)**. Bu bulgular neticesinde ilerleyen yaş ve tecrübe ile hem duygusal zeka hem de duygu yönetimi becerisi üst seviyeye ulaşacaktır. Bu durumun da yüksek iletişim becerisine neden olduğu, böylece mesleki tükenmişliğin azaldığı buna karşın yaşam tatmin düzeyinin de azaldığı sonucuna varılabilir. Bu da düşük mesleki tükenmişlik

neticesinde çalışmaya daha çok zaman ayırmanın, bireyin kişisel ihtiyaçlarına daha az zaman ayırabilmesine neden olduğu şeklinde açıklanabilir.

Bu araştırma bulgularına göre, medeni durum değişkeninde antrenörlerin tamamında ($p > 0.05$), takım spor branşı antrenörleri ($p > 0.05$) ve bireysel spor branşı antrenörlerinde ($p > 0.05$) duyguları yönetme beceri düzeyi ile aralarında istatistiksel açıdan anlamlı fark çıkmamıştır. Ortalama puanlar değerlendirildiğinde medeni durum değişkeni bağlamında duyguları yönetme becerileri ölçeği puanı en yüksek olanlar, evli olan takım spor branşı antrenörleri ($\bar{x}=102.70 \pm 10.45$), en düşük olanlar ise bekar olan bireysel spor branşı antrenörlerdir ($\bar{x}=96.82 \pm 11.60$). Ayrıca hem takım branşlarında hem bireysel branşlarda hem de tüm örneklem içinde antrenörlük yapan katılımcılarda evli olanların bekar olanlara kıyasla, duygu yönetimi becerisi ortalamaları daha yüksek çıkmıştır. Adiloğulları, Görgülü ve Şenel, evli futbol antrenörleri duyguları değerlendirme, duyguları düzenleme, duygu kullanımı, sosyal beceriler ve iletişim becerileri alanlarında bekarlara göre daha yüksek sonuçlara ulaşmışlardır **(40)**. Kervancı'nın araştırmasında duyguları yönetebilme adına yapılan eğitimler sonrasında bekar bireyler evli bireylere göre daha fazla gelişim göstermişlerdir. Bu durumun başlıca nedeninin ise bekar bireylerin eğitim ile ulaştıkları seviyeye, evli bireylerin eğitim almadan önce zaten ulaşmış olması şeklinde yorumlandığı görülmüştür **(8)**. Öztürk'ün güreş antrenörleri ile yaptığı çalışmada ise evli antrenörlerin, bekar antrenörlere göre tükenmişlik ölçeğinin kişisel başarı alt boyutunda daha yüksek puanlara ulaştığı sonucu bulunmuştur. Yine aynı çalışmada, bekar antrenörlerin evli antrenörlere göre duyarsızlaşma alt boyutunda daha yüksek puanlara sahip olduğu bulunmuştur **(42)**. Üstün ve Topbaş'ın büro çalışanları ile yaptığı çalışmada, evli çalışanların bekar çalışanlara oranla daha az gelişim gösterdikleri kaydedilmiş, bekar çalışanların duyguları ifade etmede evli çalışanlara göre daha başarılı oldukları tespit edilmiştir **(43)**. Literatür ile karşılaştığımızda, spor alanında evli olmanın duygu yönetiminde daha becerikli olmayı sağladığı söylenebilir. Ancak Kervancı'nın araştırmasında olduğu gibi, doğru eğitim ile bekar antrenörlerin de bu beceriyi öğrenme ve evli antrenörlere bu beceri bağlamında yetişme imkanı bulunmaktadır.

Duyguları yönetme becerisi antrenörlerin tamamında ($p > 0.05$) takım spor branşı antrenörleri ($p > 0.05$) ve bireysel spor branşı antrenörlerinde ($p > 0.05$) eğitim seviyesi değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı fark çıkmamıştır. Ortalama puanlar değerlendirildiğinde eğitim durumu değişkeni bağlamında duyguları yönetme becerileri ölçeği puanı en yüksek olanlar, lisans mezunu takım spor branşı antrenörleri ($\bar{x}=103.44 \pm 9.84$), en düşük olanlar ise lise mezunu takım spor branşı antrenörleridir ($\bar{x}=93.12 \pm 9.37$). Elde edilen bulgular görüldüğü gibi, eğitim seviyesi arttıkça duyguları yönetme beceri düzeyleri de artış göstermektedir. Bununla birlikte, lisans mezunu takım ve bireysel branş antrenörlerinin ortalamaları görüldüğü gibi, lisans mezunu takım antrenörlerinin duyguları yönetme beceri ortalamaları bireysel branştaki meslektaşlarına göre daha yüksek çıkmıştır. Öztürk'ün güreş antrenörleri ile yaptığı çalışmada, eğitim düzeyi arttıkça tükenmişlik düzeyinin duyarsızlaşma alt boyutunda artış saptanmıştır **(42)**. Öztürk'ün çalışması ile bulgularımız örtüşmüyor gibi görünse de duyguları yönetme becerisinin çok fazla keskinleştirilmesinin duygusal bir duyarsızlaşmaya yol açabilme ihtimali göz ardı edilmemelidir.

Çalışmaya katılan antrenörlerin tamamında ($p > 0.05$) takım spor branşı antrenörleri ($p > 0.05$) ve bireysel spor branşı antrenörlerinde ($p > 0.05$) çalışılan branş değişkeni bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı fark çıkmamıştır. Ortalama puanlar değerlendirildiğinde çalışılan branş değişkeni bağlamında duyguları yönetme becerileri ölçeği puanı en yüksek olanlar voleybol antrenörleri ($\bar{x}=104.63 \pm 9.06$), en düşük olanlar ise masa tenisi antrenörleridir ($\bar{x}=88.80 \pm 10.63$). Takım spor branşları kendi aralarında en yüksek ortalamadan en düşük ortalamaya doğru, voleybol antrenörleri, futbol antrenörleri, basketbol antrenörleri ve hentbol antrenörleri olarak sıralanmışlardır. Özellikle hentbol antrenörlerinin ortalaması, futbol, basketbol ve voleybola kıyasla 9 puanın üzerinde bir oranda düşük çıkmıştır. Bireysel spor branşları kendi aralarında en yüksek ortalamadan en düşük ortalamaya doğru tenis antrenörleri, cimnastik antrenörleri, karate antrenörleri, yüzme antrenörleri, atletizm antrenörleri, güreş antrenörleri, boks antrenörleri, halter antrenörleri, tekvando antrenörleri ve masa tenisi antrenörleri olarak sıralanmışlardır. Antrenörler ve hakemler ile yapılan bir çalışmada, empati ortalamaları branşlara göre en yüksekten en düşüğe doğru; eskrim,

atletizm, hentbol, voleybol, tenis, yüzme, basketbol, güreş ve masa tenisi olarak sıralanmıştır. En düşük empati ortalamasına sahip antrenörlerin masa tenisi antrenörleri olduğu saptanmıştır **(38)**. Masa tenisinde çok çabuk karar vermek hatta çoğu zaman refleks ile tepki vermek gerektiği için çok daha otomatik, bir bakıma da robot gibi hareket etmek gerekmektedir. Bu nedenle hem empatik yaklaşımda hem de duyguları yönetme becerileri konusunda masa tenisi antrenörlerinin düşük puan alması anlaşılabilir. Atletizm antrenörlerine yönelik yapılan bir araştırmada ise, atletizm antrenörlerinin tükenmişlik düzeyleri düşük çıkmıştır **(44)**. Literatürdeki örneklerde de görüldüğü gibi birçok bireysel spor branşında, antrenörlerin duygusal anlamda sıkıntı yaşadıkları bulunmuştur. Bireysel spor branşlarında sporcu ile birebir iletişimde bulunan antrenör, en çok zamanını sporcusu ile geçirmektedir. Dolayısıyla sporcusunun entelektüel seviyesi ve iletişim becerisi ne kadar yüksek ise hem sporcu hem de antrenör birbirlerini yukarı taşıyacaklardır. Ancak terazinin dengesi bazen sporcu tarafından bazen de antrenör tarafından bozulduğu için bireysel spor branşı antrenörlerinin duygu yönetimi takım spor branşındaki meslektaşlarına göre daha zayıf kalmaktadır.

Bu çalışmanın bulguları görüldüğü gibi ise antrenörlerin tamamında ($p > 0.05$), takım spor branşı antrenörleri ($p > 0.05$) ve bireysel spor branşı antrenörlerinde ($p > 0.05$) sahip olunan kademe ile duyguları yönetme beceri düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark çıkmamıştır. Ortalama puanlar değerlendirildiğinde meslek kademesi değişkeni bağlamında duyguları yönetme becerileri ölçeği puanı en yüksek olanlar, 3. Kademe takım spor branşı antrenörleri ($\bar{x}=103.63 \pm 10.37$), en düşük olanlar ise 3. Kademe bireysel spor branşı antrenörleridir ($\bar{x}=93.85 \pm 10.52$). Tüm örnekleme oluşturan antrenörlerin ortalamaları görüldüğü gibi, meslek kademesinde ilerlemenin antrenörün kişisel duygularını yönetme becerisine olumlu ya da olumsuz bir katkısı olmadığını ortaya koymaktadır. Bu durumun nedeni olarak, antrenörlük seminerlerinde bu yönde bir bilgilendirme yapılmadığı ya da yapılan bilgilendirmelerin yetersiz kalındığı varsayımında bulunulabilir. Literatürde yer alan bir çalışmada, mesleki kademenin artması ile güreş antrenörlerin duygusal tükenme düzeylerinde artış olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte, güreş antrenörlerinin meslekte kademelerinin artmasıyla, mesleğe yönelik olumlu duygularının azalmakta olduğu bulunmuştur **(42)**. Dolayısıyla literatürdeki

sonuçlar ile bizim sonuçlarımız karşılaştırıldığında, antrenörlük kademesinde ilerlemenin antrenörlerin duygusal durumlarını olumsuz yönde etkilemekte olduğu sonucu çıkarılabilir. Ancak antrenörlük kademesi arttıkça daha üst seviyede rekabete dahil olunduğu, baskının, stresin, sorumluluğun arttığı unutulmamalıdır. Ayrıca sahip olunan antrenörlük kademesi özelinde en yüksek ortalama ve en düşük ortalamaya sahip antrenörlerin 3. Kademe belgeye olması ve aynı kademedeki antrenörlerden takım antrenörlerinin bireysel antrenörlere kıyasla daha yüksek ortalamalara sahip olması takım antrenörlerinin duygu yönetimindeki becerisini daha net göstermektedir. Eğitim açısından, temel antrenörlük bilgileri aynı oranda olan bu iki grubun bu denli farklı sonuçlar elde etmesi daha önce de değindiğimiz takım antrenörlerinin sosyal iletişim becerilerini daha fazla insana karşı test etmesinin kazanımları ile açıklanabilir.

Sosyo-ekonomik durum açısından, çalışmaya katılan antrenörlerin tamamında ($p > 0.05$), takım spor branşı antrenörleri ($p > 0.05$) ve bireysel spor branşı antrenörlerinin ($p > 0.05$) duyguları yönetme beceri düzeyleri ile arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark çıkmamıştır. Ortalama puanlar değeriendirildiğinde sosyo-ekonomik durum değışkeni bağlamında duyguları yönetme becerileri ölçeği puanı en yüksek olanlar, 300-600 TL arasında gelire sahip olan bireysel spor branşı antrenörleri ($\bar{x}=107.66 \pm 3.51$), en düşük olanlar ise 2001 TL ve üzerinde gelire sahip olan bireysel spor branşı antrenörleridir ($\bar{x}=97.68 \pm 11.71$). Takım branşında ise 300-600 TL gelire sahip olanlar ile 2001 TL ve üzerinde gelire sahip olan antrenörler yakın ve diğer gelir seviyelerine oranla daha yüksek ortalamalara sahiptir. Bireysel branşlarda ise duyguları yönetme becerisi ölçeğinin, olumsuz beden tepkilerini kontrol edebilme alt boyutuna benzer sonuçlar elde eden Aykın ve çerez'in araştırmasında, 2001 TL ve üstü gelire sahip olan kick boks antrenörlerinin iş doyumunu düzeyi, daha düşük gelire sahip antrenörlere kıyasla daha yüksektir **(45)**.

Ballıkaya'nın antrenörlerin stresle başa çıkma yöntemlerini araştırdığı tezinde, bireysel spor branşında duygu odaklı başa çıkma tarzı kullanılırken, takım spor branşlarında kendine güvenli başa çıkma tarzı kullandıkları ortaya çıkmıştır **(46)**. Duygu odaklı başa çıkma, sorun ile yüzleşmeden kaçınan, sorunun sebep olduğu duyguları

ortadan kaldırma amacı güden bir tarz **(47)** olması nedeniyle, bu çalışmada elde edilen duygu yönetiminde zorlanan bireysel branş antrenörleri ile Ballıkaya'nın örneklemini arasında benzerlik bulunmaktadır.

Temel, antrenörlerin antrenörlük fonksiyonlarını etkili ve verimli bir şekilde yerine getirebilmesi için sahip olması gereken özellikleri dört başlıkta toplamıştır:

- Entelektüel özellikler,
- Sosyal özellikler,
- Psikolojik özellikler,
- Karaktere ilişkin özellikler **(48)**.

Bu özelliklerden maksimum verimin alınması için antrenörün kendi ruh halinin üst seviyede olması gereklidir. Çalışmamız neticesinde elde edilen sonuçlar takım antrenörlüğünün daha yüksek duyguları yönetme becerisi ortalamasına sahip olduğunu göstermektedir. Yakın dönem spor tarihimize baktığımızda hem kadın hem erkek kulüp basketbol takımlarımızın hem de kadın voleybol takımlarımızın üst düzey başarılarla imza attığı görülmektedir. Çalışmamızın örnekleminde bu başarılarla ulaşan antrenörler olmasa da daha düşük seviyede antrenörlük yapan aynı branş antrenörlerinin en azından duygu yönetiminde yüksek seviyede olduğunun bulunması, branşta ulaşılan ulusal ve uluslararası başarıların branş içi rekabeti olağan bir şekilde arttırdığını söyleyebiliriz. Ulaşılan yüksek rekabet ortamının, genellikle spor branşının gelişmesine yol açacağından antrenörlerde bu rekabet ortamında tutunabilmek için daha yüksek standartlarda çalışacaklar. Standartların artması ile branşın sezonluk başarıların dışında, dünya üzerinde bir ekol olmasına yol açacağı düşünülebilir.

Güllü ve Şahin'in antrenörlerin öç alma eğilimleri ile ilgili yaptığı araştırmada, antrenörlerin öç alma eğilimleri affetmeye oranla yüksek çıkmıştır. Hatta antrenörlerin kesinlikle intikam alma hedefinde oldukları bulunmuştur **(49)**. Spor içinde duyguların önemli bir rol oynadığı yadsınamaz. Derbilerin çok daha çekişmeli geçmesinin temel nedenlerinden biri de budur. Ancak intikam gibi güçlü bir olumsuz duyguya bu kadar değer verilmesi az önce söz ettiğimiz rekabet ortamının yaratılmasında yanlış duyguların

öne çıkarılmasına neden olacaktır. Bu da toplum nezdinde sporda şiddet sorununa yol açabilecek bir zincirleme reaksiyona sebebiyet verebilir. Çünkü sporcular sahneye çıktıklarında genelde antrenörlerinin kendilerine yansıttığı duyguları göstermektedirler. Sahnedeki sporcuları izleyen seyirciler de sporcudan yansıyan duyguyu içselleştirmektedir. Dolayısıyla intikam, öfke , nefret gibi olumsuz duyguları doğru yönlendirmesi gereken antrenörlerin, kendi duygularını doğru yönetebilmesi ile spor ortamlarındaki gerginliğin önüne geçebilme potansiyelleri oldukça yüksektir.

Güllü ve Şahin'in 2019 yılında antrenörlerin duygusal emek ve tükenmişlik düzeyleri ile ilgili yaptığı araştırmada, antrenörlerin duygularını samimi bir şekilde ifade ettiklerini ve mesleklerine karşı fazla duyarlı olmaları nedeniyle mükemmeliyetçiliğe ulaşarak, kendilerini başarısız hissetmelerine neden olduğu sonucuna ulaşılmıştır (50). Güllü ve Şahin'in 2016 ve 2019 yılları yaptıkları çalışmaların sonuçları birleştirildiğinde, başarısızlık hisseden bireylerin başarıya ulaşanları kıskanması, bunun sonucunda öç almaya kadar gidebilmesi, duyguları yönetme becerisinde var olan sıkıntıları göz önüne sermektedir. Spor doğası gereği rekabetten uzaklaşmayacaktır. Dolayısıyla burada değişmesi gereken sporun aktörleridir. Bu aktörler arasındaki en önemli ve en değerli parçalardan biri olan antrenörlerin rekabetin gerginliğini kulüp veya kişisel çıkarlar yerine Fair-Play doğrultusunda manipüle etmeleri gerekmektedir. Bunu da ancak güçlü bir kişilik ve bu kişiliği doğru yansıtacak duygu yönetimi becerisi ile başarabilecekleri söylenebilir.

DYBÖ'nin alt boyutlarını incelediğimizde, DSOİE, DOGG, BÇ ve ÖY alt boyutlarında takım branşı antrenörleri, bireysel antrenörlerden daha yüksek puan almışlardır. Bireysel antrenörlerin daha yüksek puan aldığı tek alt boyut OBTKÉ'dir. Demografik değişkenlere göre değerlendirdiğimizde; bireysel branş antrenörlerinin cinsiyet değişkeninde BÇ alt boyutunda ($p=0,03<0,05$) ve sosyo-ekonomik durum değişkeninde DSOİE alt boyutunda ($p=0,04<0,05$), takım branş antrenörlerinde ise yaş değişkeninde BÇ alt boyutunda ($p=0,05=0,05$), branş değişkeninde ÖY alt boyutunda ($p=0,01<0,05$) ve sosyo-ekonomik durum değişkeninde BÇ alt boyutunda ($p=0,02<0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmıştır.

DSOİE alt boyutuna ait bulguları cinsiyet değişkeni bağlamında incelersek, hem takım hem de bireysel branşlarda kadın antrenörler erkeklere oranla daha yüksek puanlar almışlardır. En yüksek puanı ise takım branşındaki kadınlar almıştır. Yaş değişkenine baktığımızda DSOİE alt boyutunda, 20-25 yaş aralığındaki takım branş antrenörleri diğer meslektaşlarına göre en yüksek ortalamayı elde etmişken, aynı yaş aralığındaki bireysel branş antrenörleri ise en düşük ortalamayı elde etmiştir. Bununla birlikte takım antrenörlerinde yaş ile birlikte DSOİE alt boyutunda ortalamalar düşerken, bireysel antrenörlerde yaş ile birlikte DSOİE alt boyutundaki ortalamalar yükselmektedir. Medeni durum değişkeninde, takım branşında bekar antrenörler, bireysel branşlarda ise evli antrenörler DSOİE alt boyutunda daha yüksek ortalamalara sahiptirler. Lisans mezunu takım antrenörleri, bireysel branşlardaki meslektaşlarına kıyasla DSOİE alt boyutunda daha yüksek ortalamalara sahiptir. Branşlara baktığımızda DSOİE alt boyutunda takım branşında futbol antrenörleri, bireysel branşlarda cimnastik antrenörleri daha yüksek ortalamalara sahiptir. Sahip olunan kademe bağlamında DSOİE alt boyutunda, takım antrenörleri kademe atladıkça azalan bir eğilim gösterirken, bireysel antrenörler kademe ile doğru orantılı bir şekilde artan bir eğilim göstermektedir. Sosyo-ekonomik durum ile DSOİE alt boyutu görüldüğü gibi, bireysel antrenörlerde gelir arttıkça ortalamalar düşüş göstermektedir. Takım branşında ise ortalamalar birbirine oldukça yakın olsa da düşük gelire sahip antrenörler yine duygularını daha rahat ifade eden grup olarak göze çarpmaktadır.

DOGG alt boyutunun cinsiyet değişkeni bulgularına baktığımızda, takım antrenörlerinde kadınlar, bireyselde ise erkekler daha yüksek ortalamalara sahiptir. Hem takım hem bireysel branşlarda erkeklerin aynı ortalamaya sahip olması dikkat çekicidir. Yaş değişkenine baktığımızda bireysel antrenörlerin yaşın artması ile DOGG alt boyutunda ortalama bazında artış gösterdiği bulunmuştur. Bununla beraber hem takım hem de bireysel branşlarda en yüksek ortalamaya sahip yaş grubu 36 ve üstü olarak bulunmuştur. Medeni durum değişkeninde evli antrenörlerin DOGG alt boyutunda bekar alt boyutunda daha yüksek ortalamalara sahip olduğu tespit edilmiştir. Eğitim seviyeleri görüldüğü gibi, lisans mezunları arasında takım branşındaki antrenörler, bireyseldekilere oranla duygularını daha samimi bir şekilde göstermektedir. Branş değişkeninde, hentbol

antrenörleri diğer takım branşlarındaki meslektaşlarına göre, duygularını olduğu gibi göstermede sorun yaşamaktadırlar. DOGG alt boyutu ile meslek kademesi değişkeni karşılaştırıldığında, 1. kademe, 2. kademe ve 3. kademelerde takım branşlarındaki antrenörler, bireysel branştakilere oranla daha yüksek ortalamalara sahiptirler. Sosyo-ekonomik duruma göre DOGG alt boyutunda, takım branşı antrenörlerinin gelirleri arttıkça daha düşük ortalamalara sahip olduğu bulunmuştur.

OBTKE alt boyutunda cinsiyet değişkeni bağlamında, ortalamalar çok yakın olsa da kadın bireysel branş antrenörleri diğer meslektaşlarına kıyasla yüksek ortalamalara sahip olduğu bulunmuştur. Takım antrenörleri yaşları ilerledikçe, bedensel tepkilerini daha iyi kontrol edebildiği bulunmuştur. Bununla beraber bu konuda en iyi yaş grubu 26-35 yaş arasındaki bireysel branş antrenörleridir. Hem takım hem de bireysel branşlarda evli antrenörler bekar antrenörlere kıyasla OBTKKE alt boyutunda daha yüksek ortalamalara ulaşmışlardır. OBTKKE alt boyutunda branş değişkeni kapsamında, futbol antrenörleri diğer takım branşı antrenörlerine göre en düşük ortalamaya sahiptir. Sahip olunan kademeye göre OBTKKE alt boyutunda, takım antrenörlerinin kademe ilerlemesinin bu alt boyut özelinde paralel bir şekilde arttığı bulunmuştur. OBTKKE alt boyutunda sosyo-ekonomik duruma göre yapılan karşılaştırmada, hem takım hem de bireysel antrenörlerde gelirin artması ile daha yüksek ortalamalara ulaşıldığı bulunmuştur. Ayrıca bireysel branşlarda her alt boyutta en yüksek ortalamaya sahip olan 300-600 TL gelire sahip antrenörlerin, bu alt boyutta en düşük ortalamaya sahip olması önemli bir bulgudur.

BÇ alt boyutu özelinde cinsiyet değişkeni görüldüğü gibi, erkek bireysel branş antrenörleri kadın meslektaşlarına göre duygularıyla çok daha iyi başa çıkmaktadırlar. Bu durum takım branşlarında ise kadın antrenörler lehinedir. 26-35 yaş aralığındaki takım branşı antrenörlerinin, takım branşındaki diğer yaş gruplarına kıyasla duyguları ile başa çıkma konusunda daha zayıf kaldıkları bulunmuştur. Hem takım hem de bireysel branşlarda BÇ alt boyutunda evli antrenörler bekarlar ile karşılaştırıldığında daha yüksek ortalamalara sahiptir. Eğitim seviyelerine bakıldığında, takım branşlarındaki antrenörler arasında BÇ alt boyutu ile eğitim seviyesi olumlu ilişki içindedir. Atletizm antrenörleri BÇ

alt boyutunda tüm branşlar içinde en yüksek ortalamaya sahiptir. Örneklem sayılarının yüksek olduğu 1. kademe, 2. kademe ve 3. kademe antrenörlere bakıldığında, bireysel branş antrenörlerinin BÇ alt boyutundaki ortalamaları kademe ile olumsuz ilişki içindedir. Takım branşındaki en düşük ve en yüksek gelire sahip iki grubun BÇ alt boyutunda orta seviyedeki gelire sahip olanlara kıyasla duyguları çok daha iyi başa çıktığı bulunmuştur.

ÖY alt boyutunu cinsiyet değişkeni özelinde incelediğimizde, erkek takım ve bireysel branş antrenörleri, kadınlara kıyasla öfke yönetiminde daha başarılıdırlar. Takım branşlarındaki antrenörlerde yaş ile ÖY alt boyutu arasında olumlu bir ilişki bulunmuştur. Bekar olan bireysel antrenörler, öfke yönetimi konusunda en düşük ortalamaya sahip oldukları bulunmuştur. Futbol antrenörleri takım branşında, güreş antrenörleri ise bireysel branşlarda öfkelerini en iyi yöneten antrenör grupları olarak bulunmuştur.

Sevimli, Bilir ve Sangün'ün yaptığı çalışma (51) ile bu çalışmayı hem DYBÖTP hem de alt boyutlar bağlamında karşılaştırdığımızda, antrenörlük öğrenimi gören öğrencilerin, antrenörlük mesleği yapan kişilere kıyasla hem DYBÖTP hem de alt boyutlar da daha düşük değerler elde ettiği görülmüştür. Bu iki veri arasındaki farkı yorumlarsak; spor alanında teorik bilgi bireye bir yere kadar beceri ve ilerleme sağlayabiliyor, ancak uygulama ile bu beceriler çok daha keskin hale gelebiliyor. Bu da spordaki uygulama olgusunun önemini ortaya koymaktadır.

6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Bu araştırma içinde elde edilen sonuçlar ve bu sonuçların dayandığı öneriler aşağıda maddeler halinde verilmiştir.

6.1. Sonuçlar

Bu araştırmanın amacı; takım ve bireysel spor antrenörlerinin, kendi duygularını yönetme beceri düzeylerinin belirlenmesi ve aralarında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olup olmadığının karşılaştırılmasıdır. Bu bağlamda elde edilen sonuçlar;

- Bireysel branş antrenörlerinin cinsiyet değişkeninde, Başa Çıkma alt boyutunda ($p=0,03<0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmıştır.
- Bireysel branş antrenörlerinin sosyo-ekonomik durum değişkeninde, Duyguları Sözel Olarak İfade Edebilme alt boyutunda ($p=0,04<0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmıştır.
- Takım branş antrenörlerinin yaş değişkeninde, Başa Çıkma alt boyutunda ($p=0,05=0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmıştır.
- Takım branş antrenörlerinin branş değişkeninde, Öfke Yönetimi alt boyutunda ($p=0,01<0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmıştır.
- Takım branş antrenörlerinin sosyo-ekonomik durum değişkeninde, Başa Çıkma alt boyutunda ($p=0,02<0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı farklılık çıkmıştır.
- Takım spor branşı antrenörlerinin duyguları yönetme becerisine ait ortalaması, bireysel spor branşı antrenörlerinden yüksektir.
- Bireysel branş antrenörlerinde yaş ile duyguları yönetme beceri düzeyi ve alt boyutları arasında doğru orantılı olarak bir artış vardır.

- Takım ve bireysel spor branşlarında evli olmak, duygu yönetiminde ve duyguları sözel olarak ifade edebilme alt boyutu hariç diğer dört alt boyutta daha becerikli olmayı sağlamaktadır.
- Bireysel spor branşı antrenörlerinin sosyo-ekonomik seviyesinin artması ile duyguları yönetme beceri düzeyleri düşmektedir.
- Bireysel spor branşı antrenörlerinin sosyo-ekonomik seviyesinin artması ile olumsuz bedensel tepkileri kontrol edebilme alt boyut haricindeki diğer dört alt boyutun doğru orantılı olarak arttığı saptanmıştır.

6.2. Öneriler

6.2.1. Uygulamaya Yönelik Öneriler

- * Antrenörlerin duygusal becerilerini arttıracak seminerler düzenlenebilir.
- * Antrenörlerin iş yükünün paylaşılması ve doğru iş dağılımının yapılması hususunda hem kulüpler hem de federasyonlar tarafından idari anlamda çalışmalar yapılabilir.
- * Antrenörlere yönelik duygu yönetimi odaklı uzun dönemli (en az 1 yıl süren) deneysel araştırmalar yapılmalı, bu araştırmalar nitel yöntemlerle desteklenmelidir.

6.2.2. Araştırmaya Yönelik Öneriler

- * Araştırmanın örneklemini genişletilmelidir.
- * Araştırmanın amacına yönelik farklı illerde aynı ölçek kullanılarak benzer araştırmalar yapılabilir.

- * Takım spor branşı antrenörlerinin bireysel spor branşı antrenörlerinin duygu yönetme beceri düzeyleri ile problem çözme becerisi üzerine etkisi araştırılabilir.
- * Antrenörlük öğrenimi gören öğrencilere daha fazla saha çalışması imkanı sunulması sağlanabilir.



7. KAYNAKLAR

1. **Akın M.** İşletmelerde duygusal zekânın üst kademe yöneticiler ile astlar arasındaki çatışmalar üzerindeki etkileri (Kayseri'deki büyük ölçekli işletmelerde bir uygulama). Doktora Tezi. Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı, Eskişehir, **2004**.
2. **Saklı AR.** Kapitalist gelişim sürecinde Fordizm Ve Post-Fordizm. Ankara. (Çevrimiçi) [Http://www.Sakli.info/Fordizm](http://www.Sakli.info/Fordizm). Pdf, **2010**, 05-12.
3. **İlhan S.** Yeni kapitalizm ve meslek olgusunun değişen anlamları üzerine. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, **2015**; 21: 313-328.
4. **Akçay C, Çoruk A.** Çalışma yaşamında duygular ve yönetimi: Kavramsal bir inceleme. *Eğitimde Politika Analizi Dergisi*, **2012**; 1(1): 3-25.
5. Erişim Adresi: <https://www.ntvspor.net/basketbol/galatasaray-a-baskan-olacagim-5d0f2b888783b216a81e6744> Erişim Tarihi: 24.06.2019.
6. Antrenör Eğitim Yönetmeliği. Erişim Adresi: <http://sporegitim.sgm.gov.tr/Sayfalar/2873/2859/Yonetmelikler.aspx> Erişim Tarihi: 10/06/2019.
7. **Salovey P, Mayer JD.** Emotional intelligence. *Imagination, Cognition And Personality*, **1990**; 9(3): 185-211.
8. **Kervancı F.** Büro çalışanlarının duygu yönetimi yeterlilik düzeylerinin geliştirilmesinde duygu yönetimi eğitimi programının etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Büro Yönetimi Eğitimi Anabilim Dalı, Ankara, **2008**.
9. TDK. Erişim Adresi: <http://sozluk.gov.tr/> Erişim Tarihi: 11.06.2019.
10. **Ashforth BE, Humphrey RH.** Emotion in the workplace: A reappraisal. *Human relations*, **1995**; 48(2): 97-125.
11. **Thoits PA.** The sociology of emotions. *Annual review of sociology*, **1989**; 15(1): 317-342.
12. **Çeçen AR.** Duygular insan yaşamında neden vazgeçilmez ve önemlidir?. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, **2002**; 9(9): 164-170.
13. **Çoruk A.** Yönetim süreçleri açısından yöneticilerin duygu yönetimi davranışları. Doktora Tezi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Çanakkale, **2012**.
14. **Frijda NH.** The laws of emotion. *American psychologist*, **1988**; 43(5): 349.
15. **Tetik S, Akkaya B.** Üniversite gençlerinin duygu yönetimi becerileri üzerine bir araştırma. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, **2018**; 7(4): 99-121.
16. **Greenberg LS, Safran JD.** Emotion in psychotherapy. *American psychologist*, **1989**; 44(1): 19-29.
17. **Leventhal H, Scherer K.** The relationship of emotion to cognition: A functional approach to a semantic controversy, *Cognition and Emotion*, **1987**; 1(1): 3-28.
18. **Sayan FÖ.** İnsan duygularının ses işleme ve hata yönetiminde kullanılması. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, **2002**.

19. **Carver CS, Scheier MF.** Origins and functions of positive and negative affect: a control-process view. *Psychological review*, **1990**; 97(1): 19-35.
20. **Sloan DM, Kring AM.** Measuring changes in emotion during psychotherapy: Conceptual and methodological issues. *Clinical Psychology: Science and Practice*, **2007**; 14(4): 307-322.
21. **Izard CE.** Basic emotions, relations among emotions, and emotion-cognition relations. *Psychological Review*, **1992**; 99(3): 561-565. doi:10.1037/0033-295x.99.3.561.
22. **Goleman D.** *Duygusal zeka neden IQ'dan daha önemlidir?*. (Çeviren: B. Seçkin Yüksel). İstanbul: Varlık Yayınları, **2007**.
23. **Fredrickson BL.** What good are positive emotions?. *Review Of General Psychology*, **1998**; 2(3): 300-319.
24. **Fredrickson BL.** The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, **2001**; 56(3): 218-226.
25. **Ortony A, Turner TJ.** What's basic about basic emotions?. *Psychological Review*, **1990**; 97(3): 315-331.
26. **Mesquita B, Frijda NH.** Cultural variations in emotions: a review. *Psychological Bulletin*, **1992**; 112(2): 179-204.
27. **Töremen F, Çankaya İ.** Yönetimde etkili bir yaklaşım: Duygu yönetimi. *Kuramsal Eğitim Bilim Dergisi*, **2008**; 1(1): 33-47.
28. **Mayer JD, Roberts RD, Barsade SG.** Human abilities: Emotional intelligence. *The Annual Review of Psychology*, **2008**, 59: 507-536.
29. **Goleman D, Boyatzis R.** Emotional Intelligence Has 12 Elements. Which Do You Need To Work On. *Harvard Business Review*, **2017**; 84(2): 1-5.
30. **Bar-On R.** The Bar-On Model Of Emotional-Social Intelligence (Esi). *Psicothema*, **2006**; 18: 13-25.
31. **Thompson RA.** Emotion Regulation: A Theme In Search Of Definition. *Monographs Of The Society For Research In Child Development*, **1994**; 59(2/3): 25-52.
32. **Duy B, Yıldız MA.** Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği'nin Türkçe'ye Uyarlanması. *Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi*, **2014**; 41(5): 23-35.
33. **Çeçen AR.** Duyguları yönetme becerileri ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi*, **2006**; 26(3): 101-113.
34. **Bensiz A.** Amatör futbolcuların algılarına göre antrenörlerin liderlik özelliklerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın, **2016**.
35. **Karasar N.** *Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar, ilkeler, teknikler*. 26. Baskı, Ankara: Nobel. **2014**.
36. **Bayrak E.** Profesyonel takım sporlarında görev yapan antrenörlerin iletişim beceri düzeylerinin araştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Elazığ, **2015**.
37. **Karadağ M.** Kickboks antrenörlerinin şiddete eğilim düzeylerinin incelenmesi. *Turkish Studies*, **2018**; 13(10): 447-456.

38. **Öztürk F, Koparan Ş, Haşıl N, Efe M, Özkaya G.** Antrenör ve hakemlerin empati durumlarının araştırılması. *Sportmetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, **2004**; 2(1): 19-25.
39. **İşmen AE.** Duygusal zeka ve problem çözme. *Eğitim Bilimleri Dergisi*, **2001**; 13(13): 111-124.
40. **Adiloğulları İ, Görgülü R, Şenel E.** Does Emotionally Intelligent Coach Predict Better Communication Skills In Your Football Team?. *International Journal Of Sport Exercise And Training Sciences*, **2019**; 5(1), 46-57. Doi: 10.18826/Useeabd.534341
41. **Afyon YA, Işıkdemir E.** Futbol Antrenörlerinin İletişim Becerileri, Tükenmişlik Düzeyleri Ve Yaşam Tatminleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *International Journal Of Human Sciences*, **2013**; 10(1): 1705-1716.
42. **Öztürk S.** Güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Balıkesir, **2018**.
43. **Üstün FK, Topbaş E.** Büro çalışanlarının duygu yönetme becerilerinin geliştirilmesinde duygu yönetimi eğitimi programının etkisi: Deneysel bir çalışma. *Journal Of Human Sciences*, **2014**; 11(1): 1126-1148.
44. **Kırımoğlu H, Tatlıcı M.** Atletizm antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, **2008**; 2(1): 34-47.
45. **Aykın A, Çerez H.** Kick boks antrenörlerinin iş doyumu düzeylerinin incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, **2019**; 3 (1): 1-9. Retrieved From <http://Dergipark.Org.Tr/Seder/issue/42512/433255>
46. **Ballıkaya E.** Antrenörlerin stresle başa çıkma tarzları. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Mersin, **2009**.
47. **Karahan FT, Eplikoç H.** Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzlarının sosyal beceri düzeylerine ve mutluluk algılarına göre incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, **2007**; 40(2): 41-61.
48. **Temel V.** Konya iline ait bireysel ve takım sporu antrenörlüğü yapan bireylerin liderlik tarzlarının karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı. Karaman, **2010**.
49. **Güllü S, Şahin S.** Antrenörlerin intikam (öç alma) davranışlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Journal Of International Social Research*, **2016**; 9 (47): 863-871.
50. **Güllü S, Şahin S.** Antrenörlerde duygusal emek ve tükenmişlik ilişkisinin incelenmesi. *OPUS–Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, **2019**; 10(17):332-354. DOI: 10.26466/opus.515620
51. **Sevimli D, Bilir FP, Sangün L.** Analysis of physical education and sport students' emotion management skills. *Journal of Physical Education & Sports Science/Bedens Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, **2016**; 10(2): 193-204.

EKLER

EK-1. Duyguları Yönetme Becerileri Ölçeği

Sayın Antrenör,

Aşağıda yaşadığınız **olumlu** (sevgi, mutluluk vb.) ve **olumsuz** (öfke, kaygı, utanma, üzüntü vb.) duygularınızla ilişkili 28 madde verilmiştir. Her maddeyi okuyarak yaşantınıza uygunluk durumunu işaretleyiniz. Her bir madde için cevaplar **Bana Hiç Uygun Değil (1)**, **Bana Uygun Değil (2)**, **Bana Kısmen uygun (3)**, **Bana Çok Uygun (4)**, **Bana Tamamıyla Uygun (5)** şeklindedir. Bunlardan size en uygun seçeneği karşısındaki boşluğa **(x)** işareti koyarak yanıtlayınız. Çalışmanın daha sağlıklı yürütülebilmesi için boş madde bırakmamaya özen gösteriniz.

Cevaplarınız **gizli** tutulacaktır. Doğru ve içten cevap vermeniz araştırmanın değerini arttıracaktır.

	Bana Hiç Uygun Değil	Bana Uygun Değil	Bana kısmen Uygun	Bana Çok Uygun	Bana Tamamıyla Uygun
1. Öfkelendiğim zaman başkalarından çok, kendime zarar veririm.					
2. Olumsuz duygularıyla genelde iyi bir biçimde başa çıkabildiğime inanıyorum.					
3. Yakın hissettiğim birisine dahi duygularımı açıklamak benim için zordur.					
4. Duygusal olarak yakın kişilere (anne-baba, sevgili, kardeş, arkadaş v.b) seni seviyorum demekte zorlanıyorum.					
5. Olumsuz duygular yaşadığım, vücudumda birtakım belirtiler (baş ağrısı, tansiyon, mide ağrısı, kalp çarpıntısı v.b) ortaya çıkar.					
6. Çok kolay öfkelenen biriyim.					
7. Yeniden dünyaya gelsem duygularımı daha rahat ifade eden biri olmak isterdim.					
8. Olumsuzda olsa duygularımı kabul etmekte güçlük çekmem.					
9. Yakın çevremdeki kişiler duygularımı rahatça ifade edemediğimi söylerler.					

10. Yaşadığım olumlu ve olumsuz olaylar karşısında bedenimdeki değişimlere ve neler hissettiğime yeterince kulak veririm.					
11. Çevremdeki insanların psikolojik durumlarından duygusal olarak çok çabuk etkilenirim.					
12. Sohbet ettiğim insanlardan herhangi birisinin bana ilgi duyduğunu hemen fark edebilirim.					
13. Çok az kaygılandığımda bile uyku düzenim bozulur.					
14. Öfkelendiğimde çevremdeki eşyalara/nesnelere zarar veririm.					
15. Gerçek duygularımı daha çok içimde saklar dışarıya farklı görünmeye çabalarım.					
16. Bir kişi ya da olayla ilgili olumlu duygularımdan çok olumsuz duygularımı ifade ederim.					
17. Yaşadığım olayları mantığım ve duygularımı göz önüne alarak değerlendiririm.					
18. Benim için başkalarının duyguları benimkinden daha değerli ve önemlidir.					
19. Bazı duygularım bana acı verse bile onların beni geliştirdiğini düşünüyorum.					
20. Kendimi gerçekten mutlu hissettiğimde bile kolaylıkla üzgünmüş gibi davranırım.					
21. Kaygılı ve gergin olsam bile soğukkanlılığımı korumakta oldukça başarılıyım.					
22. Öfkemi ifade ederken karşımdakini kırarım/incitirim.					
23. Kendi duygularımdan söz ederken karşımdakilerin yüzüne bakmakta zorluk çekerim.					
24. Herkes tarafından sevilmem gerektiğine inanıyorum.					
25. Duygusal olarak yakın hissettiğim insanlara bile kolaylıkla dokunamam.					
26. Beni olumsuz etkileyen bir olay sonrasında o anki aşırı tepkilerimi kontrol edebilirim.					
27. Duygularımı yalın ve anlaşılır bir biçimde ifade etmekte güçlük çekerim.					
28. Gerçek duygularımı açıkladığımda karşımdakinin bana acıyacağını düşünürüm.					

EK-2. Kişisel Bilgi Formu

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sayın Antrenör,

Bu çalışma takım ve bireysel sporla uğraşan antrenörlerin duygularını yönetme beceri düzeylerinin değerlendirilmesi amacıyla yapılmaktadır. Bu bölümde kişisel bilgilerle ilgili sorular bulunmaktadır. Lütfen size uygun olan seçeneği (X) şeklinde işaretleyiniz. Araştırmaya verdiğiniz destek için teşekkür ederim.

Asiye Aysun TOSUN

Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Lisans Öğrencisi

1) Cinsiyetiniz?

Erkek Kadın

2) Yaşınız?

20-25 26-35 36-üstü

3) Medeni haliniz?

Evli Bekâr

4) Eğitim durumunuz?

Ortaokul Lise Meslek Yüksek Okulu Lisans Yüksek Lisans Doktora

5) Kaç yıldır antrenörlük yapmaktasınız?

1-5 6-10 11-15 16-üstü

6) Nerede çalışmaktasınız?

↑
 Gençlik Spor İl Müdürlüğü
 Federasyon
 Resmi Kurum Kulübü
 Özel Kurum Kulübü
 Diğerleri

7) Hangi branşta antrenörlük yapmaktasınız?

Atletizm Futbol Basketbol Boks
 Jimnastik Karate Hentbol Halter
 Tekwando Ekstrim Voleybol Bisiklet
 Yüzme Masa Tenisi Güreş Judo

Diğer:

8)Antrenörlük kademeniz nedir?

1. Kademe 2. Kademe 3. Kademe 4. Kademe 5. Kademe

9)Ortalama aylık geliriniz ne kadardır?

300-600 601-1000 1001-2000 2001 ve üstü

10)Hangi ilde yaşamaktasınız?



EK-3. Ölçek Onay Yazışması

Sevgili Hocam,
Çok teşekkür ederim ilginize. Zaman Ayırıp cevap yazmanız beni mutlu etti. Çok Naziksiniz. Keşke daha önce yollarımızı keşseydi. Dilek Hocama en kısa zamanda ulaşacağım. Sağlıkla mutlulukla kalın. İyi çalışmalar.

Date: Wed, 13 Feb 2013 23:03:29 +0200
From: arcecen@cu.edu.tr
To: cisilaysun@hotmail.com
Subject: Re: Doktora Tezi

Merhaba,
Ben Çukurova Üniversitesinden ayrıldım ancak tezime çukurova üniversitesi kütüphanesinden elde edebilirsiniz. Ayrıca beden eğitimi bölümündeki Dilek sevimli hocamız da aynı konuda çalışıyordu. Onunla irtibata geçebilirsiniz. Paylaşmak istediğiniz başka konular olursa ihtiyaç duyarsanız tekrar irtibat kurabilirsiniz. Kolay gelsin.

Doç.Dr. A.Rezan ÇEÇEN-EROĞUL
Muğla Üniv. Eğitim Fak. PDR Anabilim Dalı

-----Original Message-----
From: <cisilaysun@hotmail.com>
To: <arcecen@cu.edu.tr>
Date: Wed, 6 Feb 2013 13:24:38 +0200
Subject: Doktora Tezi

Sayın Hocam,
Ben Asiye Aysun Tosun. Çukurova Üniversitesi beden eğitimi ve spor bölümünde yüksek lisans öğrencisiyim. Doktora teziniz hakkında bende takım ve bireysel spor antrenörlerinin duyu yönetim becerileri hakkında tez yazmak istiyorum.Bu konu hakkındaki tecrübelerinizden faydalanmak isterim.Tabi Ki sizde uygun görürseniz.Rahatsız ettiysem özür dilerim.İyi günler.

Gonderen-IP: 213.43.93.236
Gonderen-Email: cisilaysun@hotmail.com

Çukurova Üniversitesi - Eğitim Fakültesi

ETİK BEYANI

Çukurova Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesini okuduğumu ve anladığımı ve Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde ve ortaya çıkan sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Tez olarak sunduğum bu çalışmanın özgün olduğunu,

bildirir, aksi bir durumda bu konuda hakkımda yapılacak tüm yasal işlemleri ve aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim. 20/08/2019

Asiye Aysun Tosun

Kayıtlı olunan Program : Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı
Tezin Konusu : Takım ve Bireysel Sporla Uğraşan Antrenörlerin Duygularını Yönetme Beceri Düzeylerinin Değerlendirilmesi

Tezin Türü : Yüksek Lisans : Doktora:

Danışmanın Adı-Soyadı :Zeynep Filiz DİNÇ
Danışmanın İletişim Bilgileri
Telefon :0534 520 33 39
E-Posta : zdinc@cu.edu.tr

Öğrencinin İletişim Bilgileri
Telefon : 0505 821 27 27
E-Posta : cisilaysun@hotmail.com
Adresi :
Toros m. Gündüz Tekin
Onay sk.Mehmet Torunlar
Apt. K:1 D:1

Bu belgenin Lisansüstü eğitim tezleri savunmaya alınmadan önce öğrenci tarafından doldurulup imzalanarak Enstitü Müdürlüğüne teslim edilmesi gerekmektedir.

ÖZGEÇMİŞ

1981 yılında Adana'da doğdu. 1989 yılında Artistik Cimnastik sporuna başlayıp, 1992 yılında Adana Maliye Spor Kulübünde yarışmalara katılarak dereceler elde etti. İlk, orta ve lise öğrenimini Adana'da tamamladı. 2003 yılında Niğde Üniversitesi Eğitim Fakültesi Sınıf Öğretmenliği Bölümü'nden mezun oldu. 2006-2009 yılları arasında Diyarbakır'ın Çermik İlçesi'nde sınıf öğretmenliği görevinde bulundu. 2011 yılında Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsünde Beden Eğitimi Ve Spor Ana Bilim Dalında Yüksek Lisans eğitimine başladı. 2009-2013 yılları arasında Adana'nın Ceyhan İlçesi'nde, 2013-2015 yılları arasında Adana'nın Doğankent Mahallesi'nde sınıf öğretmenliği görevinde bulundu. 2014 yılında Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Eğitim Yönetimi, Teftişi, Planlaması ve Ekonomisi Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Programından mezun oldu. 2015 yılında eğitimini tamamlayıp alan değiştirerek Yavuzlar Ortaokulu'na Özel Eğitim Öğretmeni olarak atanmış ve halen orada görev yapmaktadır. 2016 yılında yaptığı çalışmalar sonucu Adana İlinde "Fark Oluşturan Öğretmen" olarak seçilerek Çankaya Köşkü'ne ve Beştepe'ye davet edildi.