

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



GÜREŞ ANTRENÖRLERİNİN MESLEKİ TÜKENMİŞLİK
DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Serdal ÖZTÜRK

Tez Danışmanı

Doç. Dr. Zekeriya GÖKTAŞ

BALIKESİR - 2018

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

**GÜREŞ ANTRENÖRLERİNİN MESLEKİ TÜKENMİŞLİK
DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Serdal ÖZTÜRK

TEZ SINAV JÜRİSİ

Doç. Dr. Yağmur AKKOYUNLU
Dumlupınar Üniversitesi – Başkan

Doç. Dr. Zekeriya GÖKTAŞ
Balıkesir Üniversitesi - Üye

Dr. Öğr.Üyesi Nahit ÖZDAYI
Balıkesir Üniversitesi – Üye

Tez Danışmanı
Doç. Dr. Zekeriya GÖKTAŞ

BALIKESİR - 2018



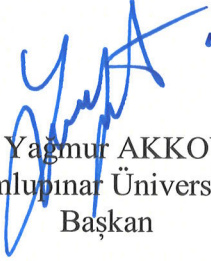
T.C.
BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

TEZ KABUL VE ONAY

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı çerçevesinde
yürütülmüş olan
“Güreş Antrenörlerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi”
başlıklı tez çalışması, aşağıdaki jüri tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul
edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi: 04 / 07 / 2018

TEZ SINAV JÜRİSİ


Doç.Dr. Yağmur AKKOYUNLU
Dumlupınar Üniversitesi
Başkan


Doç.Dr. Zekeriya GÖKTAŞ
Balıkesir Üniversitesi
Üye


Dr. Öğr. Üyesi Nahit ÖZDAYI
Balıkesir Üniversitesi
Üye

Yukarıdaki Yüksek Lisans Tezi, sınav jüri komisyonu tarafından imzalanarak
20.07.2018 tarihinde kabul edilmiştir.


Doç. Dr. Şahver Ege HİŞMİOĞULLARI
Enstitü Müdürü V.

BEYAN

Bu tez çalışmasının kendi çalışmam olduğunu, tezin planlanmasından yazımına kadar bütün aşamalarda patent ve telif haklarını ihlal edici etik dışı davranışımın olmadığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, bu tezde kullanılmış olan tüm bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi beyan ederim (04/07/2018)


Serdal ÖZTÜRK

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans bitirme tezım süresince kendimi sürekli geliőtirmem ve hep daha iyisini yapmam için beni motive eden, bilgi ve tecrübeleriyle çalışmama ışık tutan değerli danışman hocam Sayın Doç. Dr. Zekeriya GÖKTAŞ'a,

Tanıőtığımız andan itibaren bana inanan, yanımda olan ve maddi/manevi hiçbir desteğini esirgemeyen sevgili eşim Nesrin ÖZTÜRK'e, oğlum Onuralp ÖZTÜRK ve kızım Zeynep ÖZTÜRK'e, annem Fatma ÖZTÜRK'e, babam Mustafa ÖZTÜRK'e, kardeşim Erdal ÖZTÜRK'e, Yıldırım Beyazıt Anadolu Lisesi okul müdürü Arif ATAÇ'a, beden eğitimi zümresinden Mustafa KAÇAR'a, Ahmet Çağlar TÖTÖNCÜye, Reyhan LEBLEBİCİ'ye, sonsuz teşekkür ediyor, sabırları ve çalışmalarına verdikleri destekten dolayı minnetlerimi sunuyorum.

İÇİNDEKİLER

| | |
|---|-----|
| ÖZET | iii |
| ABSTRACT | iv |
| SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ | v |
| TABLolar DİZİNİ | vi |
| 1. GİRİŞ | 1 |
| 1.1. Araştırmanın Problemi | 1 |
| 1.1.1. Alt Problemler | 1 |
| 1.2. Sınırlılıklar | 3 |
| 1.3. Sayıtlar | 3 |
| 1.4. Hipotezler | 3 |
| 1.5. Araştırmanın Önemi | 5 |
| 1.6. Araştırmanın Amacı | 6 |
| 2. GENEL BİLGİLER | 7 |
| 2.1. Spor | 7 |
| 2.2. Sporun Tanımı ve Önemi | 7 |
| 2.3. Sporun Amaç ve Fonksiyonları | 8 |
| 2.4. Sporun Bireyler Üzerine Etkisi | 11 |
| 2.4.1. Sporun Sosyal Etkileri | 13 |
| 2.4.2. Sporun Fizyolojik Etkileri | 14 |
| 2.4.3. Sporun Psikolojik Etkileri | 15 |
| 2.5. Antrenör | 16 |
| 2.6. Tükenmişlik | 17 |
| 2.6.1. Tükenmişliğin Boyutları | 17 |
| 2.6.1.1. Duygusal Tükenme | 18 |
| 2.6.1.2. Duyarsızlaşma | 18 |
| 2.6.1.3. Düşük Kişisel Başarı Hissi | 19 |
| 2.6.2. Tükenmişliğin Nedenleri | 20 |
| 2.6.2.1. Çevresel Nedenler | 20 |
| 2.6.2.2. Bireysel (Kişisel) Nedenler | 20 |
| 2.6.3. Tükenmişliğin Belirtileri | 21 |
| 2.6.3.1. Fiziksel Belirtiler | 21 |
| 2.6.3.2. Psikolojik Belirtiler | 22 |

| | |
|--|-----------|
| 2.6.3.3. Davranışsal Belirtiler | 23 |
| 2.6.4. Tükenmişliğin Sonuçları | 24 |
| 2.6.4.1. İş Hayatı Üzerine Etkileri..... | 24 |
| 2.6.4.2. Kişi Üzerine Etkileri | 25 |
| 2.6.4.3. Aile Hayatı Üzerine Etkileri..... | 25 |
| 3. GEREÇ VE YÖNTEM | 27 |
| 3.1. Veri Toplama Araçları | 27 |
| 3.2. Maslach Tükenmişlik Envanteri Ölçeği (BMI)..... | 27 |
| 3.3. Kişisel Bilgi Formu | 28 |
| 3.4. Çalışmanın Yöntemi | 28 |
| 3.5. Çalışmanın Evreni ve Örneklemi | 29 |
| 3.6. Verilerin Toplanma Süreci | 29 |
| 3.7. Verilerin İstatistiksel Olarak Analiz Edilmesi | 29 |
| 4. BULGULAR | 30 |
| 4.1. Çalışmaya Dahil Olan Antrenörlerin Tanımlayıcı Bilgileri..... | 30 |
| 4.2. Çalışmaya Katılan Antrenörlerin Tükenmişlik Düzeyleri İle İlgili İstatistikleri..... | 33 |
| 4.3. Çalışmaya Katılan Antrenörlerin Ki Kare Testi Sonuçları | 35 |
| 4.4. Çalışmaya Katılan Antrenörlerin Ki Kare Testi Sonuçları | 39 |
| 4.5. Çalışmaya Katılan Antrenörlerin U Testi Sonuçları | 46 |
| 5. TARTIŞMA | 49 |
| 6. SONUÇ VE ÖNERİLER | 60 |
| KAYNAKLAR | 64 |
| EK-1. ÖZGEÇMİŞ | 79 |
| EK-2. KİŞİSEL BİLGİ FORMU | 80 |
| EK-3. TÜKENMİŞLİK ÖLÇEĞİ | 81 |
| EK 4- TÜRKİYE GÜREŞ FEDERASYONU ANKET İZİN FORMU | 82 |
| EK 5-ETİK KURUL KARAR RAPORU | 83 |

ÖZET

Güreş Antrenörlerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi

Çalışmanın amacı, güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeylerinin bazı değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koymaktır. Bu genel gaye doğrultusunda geliştirilen alt problemlere yanıt aranmıştır. Araştırmanın evrenini, Türkiye Güreş Federasyonunda yer alan tüm güreş antrenörleri oluştururken araştırmanın örneklemini ise federasyonda aktif olan antrenörlerden seçkisiz örnekleme yöntemi ile yansız ve random olarak seçilmiş 425 güreş antrenörü oluşturmaktadır. Araştırmada bilgi toplama aracı olarak Maslach Tükenmişlik Envanteri kullanılmıştır. Antrenörlerin demografik bilgilerini elde etmek için ise araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Kişisel bilgi formundan elde edilen nitel veriler araştırmacı tarafından yüzde değerleri dikkate alınarak yorumlanmış ve betimsel analiz yapılmıştır. Tükenmişlik envanterinden elde edilen nicel verilerin analizinde ise SPSS 23.0 programı kullanılmıştır. Bilgilerin analizinde, veriler normallik dağılım şartını sağlamadığından mesleki tükenmişlik düzeylerinin üzerinde etkili olan bağımsız değişkenlere göre farklılık Kruskal Wallis testi ve Mann Whitney U testi kullanılarak tespit edilmiş olup çalışmada yer alan iki sınıflamalı değişkenler arasındaki ilişki ise Ki-Kare (x^2) testi kullanılarak tespit edilmiş ve yorumlar buna yönelik yapılmıştır. Aynı zamanda güreş antrenörlerinin yaşları, medeni halleri, mesleki kıdemleri, eğitim durumları ve görev yaptıkları yer gibi değişkenler ile duygusal tükenmişlik, duyarsızlaşma ve kişisel başarıdan oluşan tükenmişlik envanterinin alt boyutları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Crosstab yapılmış, elde edilen neticeler karşılaştırılmış ve yorumlar buna göre yapılmıştır. Antrenörlerin eğitim durumları dikkate alındığında en yüksek duyarsızlaşma ve duygusal tükenme düzeyine sahip antrenörlerin lisans eğitim durumuna sahip oldukları, kişisel başarıları en yüksek olan antrenörlerin ise yüksek lisans eğitim durumuna sahip oldukları belirlenmiştir. Antrenörlerin görev yaptıkları yer incelendiğinde en yüksek duyarsızlaşma ve duygusal tükenmeye sahip antrenörlerin il merkezinde, en yüksek kişisel başarıya sahip antrenörlerin ise ilçede görev yaptıkları tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Duyarsızlaşma, duygusal tükenme, güreş antrenörü, kişisel başarı, mesleki tükenmişlik.

ABSTRACT

Examination of Occupational Exhaustion Levels of Wrestling Coaches

The aim of this study is to show whether the professional burnout levels of wrestling coaches vary according to some variables. Sub-problems developed in line with this general objective have been sought. The universe of the research is composed of all the wrestling coaches in the Turkish Wrestling Federation, the sample of the researches composed of 425 wrestling coaches, who are active in the federation, selected randomly and randomly with unselected sampling method. Maslach Burnout Inventory was used as data collection tool in the study. The personal information form was used to obtain the demographic information of the coaches developed by the researcher. The qualitative data obtained from the personal information form was interpreted by the researcher taking into account the percentage values and analyzed descriptively. In the analysis of the quantitative data obtained from the burnout inventory, the SPSS 23.0 program was used. Since the data did not satisfy the normality distribution condition in the analysis of the data, the difference according to the independent variables effecting the occupational burnout levels was determined using the Kruskal Wallis and Mann Whitney U test and Chi-square test was used to determine relationship between two variables and interpretations were made accordingly. At the same time, crosstab was used to determine the relationship between variables such as gender, age, marital status, educational level and place of employment of wrestling coaches, and emotional exhaustion, depersonalization, and personal achievement, and the results obtained were compared and interpretations were made accordingly. When the training situation of the coaches is taken into account it was determined that the coaches with the highest degree of desensitization and emotional exhaustion have a bachelor's degree, and that the coaches with the highest personal achievement have a master's degree. When the place where the coaches are working is examined, coaches with the highest levels of depersonalization and emotional exhaustion were found to be employed in the provincial center, coaches with the highest personal accomplishments were found to be employed in the district.

Keywords: Depersonalization, emotional exhaustion, wrestling coach, personal accomplishment, occupational exhaustion.

SİMGELER ve KISALTMALAR DİZİNİ

| | |
|-----|--|
| D | : Duyarsızlaşma |
| DT | : Duygusal Tükenme |
| KB | : Kişisel Başarı |
| MBI | : Maslach Tükenmişlik Ölçeği (Maslach Burnout Inventory - MBI) |



TABLolar DİZİNİ

Sayfa No

| | | |
|--------------------|---|----|
| Tablo 3.1. | Maslach Tükenmişlik Envanteri Alt Boyutları Derecelendirmesi.... | 28 |
| Tablo 4.1. | Çalışmaya Katılan Antrenörlerin ‘Demografik Bilgilerine’ Göre Dağılımları. | 30 |
| Tablo 4.2. | Güreş Antrenörlerinin Katıldığı Şampiyona ve Aldığı Derecelerin Dağılımı. | 32 |
| Tablo 4.3. | Güreş Antrenörlerinin Maslach Tükenmişlik Ölçeğinden Aldıkları Toplam Puanlara Göre Tükenmişlik Düzeyleri. | 33 |
| Tablo 4.4. | Güreş Antrenörlerinin Medeni Durumları ile Yaş Değişkeni Arasındaki Tükenmişlik Boyutlarının İncelenmesi. | 34 |
| Tablo 4.5. | Araştırmaya Katılan Güreş Antrenörlerinin Mesleklerini Sevme Durumları ile Çalışma Yılları Arasındaki İlişkinin Dağılımı (Ki-Kare Testi Sonuçları) | 35 |
| Tablo 4.6. | Araştırmaya Katılan Güreş Antrenörlerinin Meslekte Çalışma Yılları ile Aldığı Ücretlerin İhtiyaçlarını Karşılama Düzeyi Arasındaki İlişkinin Dağılımı (Ki-Kare Testi Sonuçları). | 36 |
| Tablo 4.7. | Araştırmaya Katılan Güreş Antrenörlerinin Meslekte Çalışma Yılları ile Alınan Başarıların Ödüllendirilme Durumu Arasındaki İlişkinin Dağılımı (Ki-Kare Testi Sonuçları). | 37 |
| Tablo 4.8. | Güreş Antrenörlerinin Görev Yapılan Yere Göre Memnuniyet Durumlarına İlişkin Görüşlerinin Dağılımı (Ki-Kare Testi Sonuçları)..... | 38 |
| Tablo 4.9. | Normallik Testi | 39 |
| Tablo 4.10. | Duyarsızlaşma Düzeyinin Antrenörlerin Eğitim Durumlarına Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu..... | 39 |
| Tablo 4.11. | Duygusal Tükenme Düzeyinin Antrenörlerin Eğitim Durumlarına Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu..... | 40 |
| Tablo 4.12. | Kişisel Başarı Düzeyinin Antrenörlerin Eğitim Durumlarına Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu | 40 |
| Tablo 4.13. | Duyarsızlaşma Düzeylerinin Antrenörlerin Görev Yaptıkları Yere Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu..... | 41 |

| | | |
|--------------------|--|----|
| Tablo 4.14. | Duygusal Tükenme Düzeyinin Antrenörlerin Görev Yaptıkları Yere Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu..... | 41 |
| Tablo 4.15. | Kişisel Başarı Puanlarının Antrenörlerin Görev Yaptıkları Yere Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu..... | 42 |
| Tablo 4.16. | Duyarsızlaşma Düzeyinin Antrenörlerin Mesleki Kıdemlerine Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu..... | 43 |
| Tablo 4.17. | Duygusal Tükenme Düzeyinin Antrenörlerin Mesleki Kıdemlerine Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu..... | 43 |
| Tablo 4.18. | Kişisel Başarı Düzeylerinin Antrenörlerin Mesleki Kıdemlerine Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu..... | 44 |
| Tablo 4.19. | Duyarsızlaşma Düzeyinin Antrenörlerin Yaşlarına Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu..... | 44 |
| Tablo 4.20. | Duygusal Tükenme Düzeyinin Antrenörlerin Yaşlarına Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu..... | 45 |
| Tablo 4.21. | Kişisel Başarı Puanlarının Antrenörlerin Yaşlarına Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu..... | 45 |
| Tablo 4.22. | Normallik Testi | 46 |
| Tablo 4.23. | Duyarsızlaşma Düzeyinin Antrenörlerin Medeni Durumlarına Göre U - Testi Sonucu..... | 46 |
| Tablo 4.24. | Duygusal Tükenme Düzeyinin Antrenörlerin Medeni Durumlarına Göre U - Testi Sonucu..... | 47 |
| Tablo 4.25. | Kişisel Başarı Düzeyinin Antrenörlerin Medeni Durumlarına Göre U - Testi Sonucu..... | 47 |

1. GİRİŞ

1.1. Araştırmanın Problemi

Bu çalışmada, Türkiye Güreş Federasyonunda yer alan güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri ile yaş, eğitim durumu, mesleki kıdem, görev yapılan yer ve medeni hal gibi bağımsız değişkenler arasında anlamlı bir fark var mıdır?

1.1.1. Alt Problemler

- Güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri antrenörlerin yaşına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- Medeni hal güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri üzerinde etkili midir?
- Güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri antrenörlerin mesleki kıdemlerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- Görev yapılan yer güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeylerini etkilemekte midir?
- Güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- Medeni hal güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma düzeylerini etkilemekte midir?
- Medeni hal güreş antrenörlerinin duygusal tükenme düzeylerini etkilemekte midir?
- Medeni hal güreş antrenörlerinin kişisel başarı puanlarını etkilemekte midir?

• Güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma düzeyleri antrenörlerin eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

• Güreş antrenörlerinin duygusal tükenme düzeyleri antrenörlerin eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

• Güreş antrenörlerinin kişisel başarı düzeyleri antrenörlerin eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

• Görev yapılan yer güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma düzeylerini etkilemekte midir?

• Görev yapılan yer güreş antrenörlerinin duygusal tükenme düzeylerini etkilemekte midir?

• Görev yapılan yer güreş antrenörlerinin kişisel başarı puanlarını etkilemekte midir?

• Güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma düzeyleri antrenörlerin mesleki kademelerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

• Güreş antrenörlerinin duygusal tükenme düzeyleri antrenörlerin mesleki kademelerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

• Güreş antrenörlerinin kişisel başarıları antrenörlerin mesleki kademelerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

• Güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma düzeyleri antrenörlerin yaşına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

• Güreş antrenörlerinin duygusal tükenmişlik düzeyleri antrenörlerin yaşına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

• Güreş antrenörlerinin kişisel başarı puanları antrenörlerin yaşına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

1.2. Sınırlılıklar

Bu araştırmanın çalışma evreni Türkiye Güreş Federasyonu'nda yer alan güreş antrenörlerinden sağlanan bilgiler sınırlıdır. Bu araştırmadan bulunan sonuçlar sadece araştırmanın örnekleminde mevcut olan katılımcılarla emsal özellik gösteren bireylerle genellenebilir.

Araştırma da Türkiye Güreş Federasyonu'nda yer alan güreş antrenörleri ile gerçekleştirildiğinden sadece Türkiye Güreş Federasyonunda aktif yer alan güreş antrenörleri ile sınırlıdır.

Bu araştırma Türkiye Güreş Federasyonu'nda yer alan erkek güreş antrenörleri ile sınırlıdır.

1.3. Sayıtlar

Bu araştırmada çalışmaya dahil olan güreş antrenörlerinin Maslach Tükenmişlik Envanteri Ölçeği'ni ve kişisel bilgi formunu doğruyu gösterecek şekilde içten yanıtladıkları kabul edilmiştir.

Maslach Tükenmişlik Envanteri Ölçeği'ni çalışmaya dahil olan güreş antrenörlerinin verdikleri cevapların etkilemeyeceği müsait bir mekan ve zamanda uygulandığı varsayılmıştır.

1.4. Hipotezler

Hipotez 1: Güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri ile yaşları arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

Hipotez 2: Güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri ile medeni halleri arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

Hipotez 3: Antrenörlerin mesleki kıdemleri arttıkça mesleki tükenmişlik düzeyleri de arttığından anlamlı bir ilişki vardır.

Hipotez 4: Güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeyi ile görev yaptıkları yer arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Hipotez 5: Eğitim durumu ile güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

Hipotez 6: Güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma düzeyleri ile medeni halleri arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

Hipotez 7: Güreş antrenörlerinin duygusal tükenme düzeyleri ile medeni halleri arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

Hipotez 8: Güreş antrenörlerinin kişisel başarı puanları ile medeni halleri arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

Hipotez 9: Antrenörlerin eğitim durumu ile duyarsızlaşma düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

Hipotez 10: Antrenörlerin eğitim durumu ile duygusal tükenme düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

Hipotez 11: Antrenörlerin eğitim durumu ile kişisel başarı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

Hipotez 12: Güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma düzeyleri ile görev yaptıkları yer arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Hipotez 13: Güreş antrenörlerinin duygusal tükenme düzeyleri ile görev yaptıkları yer arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Hipotez 14: Güreş antrenörlerinin kişisel başarı düzeyleri ile görev yaptıkları yer arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Hipotez 15: Antrenörlerin mesleki kıdemleri arttıkça duyarsızlaşma düzeyleri de artmaktadır.

Hipotez 16: Antrenörlerin mesleki kıdemleri arttıkça duygusal tükenme düzeyleri de artmaktadır.

Hipotez 17: Antrenörlerin mesleki kıdemleri arttıkça kişisel başarıları da artmaktadır.

Hipotez 18: Güreş antrenörlerinin yaşları ile duyarsızlaşma düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

Hipotez 19: Güreş antrenörlerinin yaşları ile duygusal tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

Hipotez 20: Güreş antrenörlerinin yaşları ile kişisel başarı puanları arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

1.5. Araştırmanın Önemi

Tükenmişlik, örgüt ve birey açısından ağır ve güvenilir neticeleri beraberinde getireceği için önlenmesi gereken bir durum olarak kabul edilmektedir (Ağaoğlu ve ark., 2004). Maslach ve Jackson (1981); tükenmişlik kavramını ‘duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarıda düşme hissi olarak üç alt boyuttan oluşmaktadır’ diye açıklayarak tükenmişlikle ilgili üç boyutu ortaya koyan teorisyenler olarak literatürde bulunmaktadır. Bu bağlamda mesleki tükenmişlik bireyde görünen bitkinlik, halsizlik, çaresizlik ve ümitsizlik duygularıyla beraber yaptığı mesleğe karşı gösterdiği olumsuz tutumu kapsayan bir sendromu ifade etmektedir.

Önceki senelerde ilgili araştırmaların daha fazla tükenmişliğin durumunu belirlemeye yönelik araştırmalar olarak literatürde yer aldığı görülürken son yıllarda daha geniş örneklem gruplarında ve çok boyutlu ölçme araçları kullanılarak yapılan araştırmalar yer aldığı görülmektedir. Son yıllarda hemen hemen her alanda mesleki tükenmişliği ölçmeye yönelik çalışmalar yapıldığı görülmektedir.

Mesleki tükenmişlik konusunda spor alanında yapılan güreş antrenörlerine yönelik çalışmaların yetersiz olması bu çalışmanın gerçekleştirilmesindeki en önemli etkidir. Bununla birlikte bu çalışma doğrudan Türkiye Güreş Federasyonunda yer alan güreş antrenörlerine yönelik yapılmış örnek bir çalışma niteliğinde olup güreş antrenörlerinde gözlenen tükenmişliğin demografik birtakım değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmaktadır.

Türkiye Güreş Federasyonunda aktif yer alan güreş antrenörleri ile yapılan bu araştırma güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeylerini belirlemeye yönelik yapılan bir çalışma olup, antrenörlerin mesleki tükenmişlik alt boyutlarında var olan duygusal tükenme düzeyleri, duyarsızlaşma düzeyleri ve kişisel başarılını ölçmeye yönelik bir çalışma olarak literatüre bu yönde katkı sağlamaktadır.

Bu bağlamda yapılan çalışmanın güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeylerini belirlemede öncü olacağı ve literatürde yer alan ilgili araştırmalara katkı sağlayacağı öngörülmektedir. Güreş antrenörleriyle yapılan bu çalışma, daha sonraki araştırmalara yol göstermesi açısından araştırmanın önemini vurgulamaktadır.

1.6. Araştırmanın Amacı

Güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi ve var olan mevcut durumun belirlenmesinin nihai amaç olduğu bu çalışmanın amacı; güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeylerinin birtakım değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koymaktır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Spor

Spor; kişinin sosyal uyumu, zihin ve vücut sağlığı, yarışma kazanma öğelerini içermekte, benliğin açığa çıkması ve gelişimi yönünden eğitimcilerin önerdikleri bir disiplin, toplumların çok beğendiği bir seyir, enerjiyi şekillendirebilmek ve dengeli, mücadelecı bir anlayış uyandırmak için idarecilerin kullandıkları bir metot, kişiye zevk ve doyum veren bir oyun güdüsünün, gelişkin kaidelere bağlanmış dışa vurum şeklidir (Sucan, 2012).

Din, dil, ırk, eğitim düzeyleri ve sosyal durumlarına bakılmaksızın aynı kaideler içerisinde bireyleri birleştiren , yarıştırabilen, farklı toplumlar arasında iletişimi sağlayabilen, bireylerin sosyal hayatına derinlemesine girebilen ve aynı zamanda sosyal yapıya göre şekillendirebilen bir olgudur (Bayraktar, 2003).

2.2. Sporun Tanımı ve Önemi

Spor, kişinin vücut ve ruh sağlığının geliştirilmesi, belli düzen doğrultusunda yarışma kuralları içinde mücadele etme, heyecan duyma, rekabet etme, üstün gelme ve gerçek anlamda başarı gücünün artırılması, bireysel açıdan en yüksek noktaya çıkarılması doğrultusunda gösterilen yoğun çabadır (Kılıçaslan, 2015).

Kişinin doğal çevresini, beşeri çevre haline dönüştürürken elde ettiği kabiliyetleri geliştiren, belirli nizamlar içinde araçlı veya araçsız, ferdi veya toplu olarak boş zaman etkinliği kapsamı içinde veya (Efek, 2015) tam zamanını alacak şekilde meslekleştirilerek yaptığı sosyalleştirici, toplumla bütünleştirici, ruh ve bedeni geliştiren, yarışmacı, dayanışmacı ve kültürel bir sonuçtur (Yaran, 2014).

Spor, maddi, toplumsal ve kültürel kalkınmanın elemanı olan bireyin vücut ve zihin sağlığını geliştirmek, benliğinin oluşumunu, karakter niteliklerinin gelişimini sağlamak, bireyin mücadele kuvvetini yükseltmekle birlikte belirli kurallara göre,

yarışma çerçevesi içerisinde mücadele etme, heyecan duyma, yarışmada üstün gelme maksadıyla yapılan çalışmalar olarak da tanımlanabilir (Bora, 2013).

Eğitmcilerin, şahsiyetin oluşumunu ve karakter niteliklerinin ilerlemesini sağlamak için önerdikleri disiplindir. İdarecilerin, enerjiyi şekillendirme ve yarışma bilinci oluşturmak için kullandıkları metottur (Kartal, 2012). Nizamlar çerçevesinde, küçük ve özel çevrelerde uygulanabildiği gibi büyük ve uluslararası organizasyonlar, kurumların bir parçası olarak uygulanan (Tokat, 2013) fiziksel egzersizler, oyunlar ve yarışmalar biçimindeki oluşumlar olarak ifade edilmektedir (Acar, 2015).

Spor, natürel bir olgu değildir. Birey tarafından meydana getirilmiş, yaratılmış, geliştirilmiş, düzenlenmiş, gerekli görüldüğünde baştan düzenlenecek ve geliştirilecek olan suni bir olgudur. Spor, bir kültür olayıdır. Sporun dayandığı aksiyon, maharet, kabiliyet, oyun yeteneği doğaldır (Okur, 2012).

Günümüzde spor, toplumsal bir olgu haline gelmiştir. Bu toplumsal olgunun kişinin psikolojik ve beden sağlığı üzerindeki etkisinin ehemmiyeti herkesçe bilinmektedir. Düzenli yapılan egzersizler adalelerin, kemiklerin, mafsalların, kalp-damar sistemi ve fonksiyonlarının en uygun şekilde çalışmasını sağlamasının yanında, kişinin sosyalleşme sürecinde de büyük öneme sahiptir. Sosyal olarak değerlendirildiğinde, yapılan spor organizasyonları toplumların birbirini tanımasını, dünya bireylerin yakınlaşmaları, ülke içerisinde milli birlik ve beraberlik gibi unsurların ön plana çıkmasında önemli bir etkidir (Eroğlu, 2012).

2.3. Sporun Amaç ve Fonksiyonları

Sporun gaye ve görevlerini bakıldığında genel olarak 4 grupta toplayabilmek mümkündür:

1. Bedensel gelişim,
2. Motor gelişim (sinir - kas gelişimi),
3. Zihni gelişim,
4. Sosyal gelişim.

Sporun bedensel gelişim maksadı, organizmanın işlevsel faaliyetini yükseltmeyi ve zinde bir yapı kazandırmayı ifade eder. Motor gelişim modelinin ilerlemesine de yine en çok yardımcı bedensel hareketler sağlamaktadır. Zihinsel gelişim gayesi, bilgi ve düşünceyle alakalıdır. Bedensel etkinlikler içerisinde yer alan nizamlar, taktikler, spor programlarındaki türlü hareketlerin yöntemlerinin öğrenilmesi, ayrıca sağlıklı yaşam, bedensel uygunluk ve bunların yaşantıdaki önemi gibi hususların öğrenilmesi ile de bilinçsel ilerlemeye etki eder. Bilinçsel gelişim, bilgi kavrama ve saklama ile ilgilidir. Bu vesileyle çocukların yorumlayabilme, değerlendirme, sonuca varma ve algılama becerileri gelişir. Sporun toplumsal ilerleme ile alakalı hedefleri hem kişisel hem de toplumsal açıdan önem taşır. Spor aktiviteleri vasıtasıyla kişilerin toplumsal bir çevre edinmeleri ve kendilerini gerçekleştirebilmeleri muhtemeldir (İmamoğlu, 1992).

Cazibesıyla ve görüntüsüyle spor, gerginlik ve çatışma sınırlarını zorlayarak, bireyler ve topluluklar arasında iletişim kurulmasına etki eder. Sportif etkinliklere katılan bireylerde dışa dönük kişilik gelişir. Spora arkadaşlar kazanmayı ve topluluk kaidelerine uymayı öğrenen bireyler, toplumda kurallara saygılı ve daha özgüveni yüksek bir birey olmanın yanında (Akçalar Öztürk, 2007) zihinsel sağlıkları açısından da ehemmiyet taşır. Spor yapan fertler, bireysel tecrübelerini, yaratıcılıklarını geliştirir ve sorumluluk bilincini kazanırlar. Yardımlaşma ve elbirliği yapma, arkadaşlarına değer verme gibi toplumsal davranışları da edinerek olumlu bir kişilik gelişimi sağlarlar (Gök, 2016).

Sporun diğer gayesi ve görevi ise şu şekilde özetlenebilir;

- Bireyin beden ve zihin sağlığını geliştirir.
- Kişinin ortaya çıkmamış özelliklerini ve yaratıcı taraflarını açığa çıkarır.
- Sporun zevkli bir toplumsal etkinlik olmasının yanı sıra, gelişmiş toplumlarda iktisadi bir sektör olarak büyük gelişme sağlar.
- Grup çalışmasını kolaylaştırır, beraberliğe ve karşılıklı yardımlaşmayı sağlar.

• Spor, toplumda bireyin yer kazanması ve bireyin toplumsal çevrelere adapte olmasına etki eden bir toplumsal aktivite olduğundan bireyin sosyalleşmesinde önemli rol oynar.

• Kişinin sonsuz gayesini engelleyerek telkin edici bir ruh dünyası geliştirir.

• Üretenlerde iş verimliliğini artırır ve boş vakitlerin istenilen bir şekilde geçirmesini sağlar.

• Spor, kişinin sınırlı alanından çıkarak farklı inanç ve düşüncelere sahip olan bireylerle görüşmesini, iletişim sağlamasını, etkilemesini ve tesir etmesini sağlar.

• Kişiyi toplumsal yaşam alanına çekerek insan özündeki başarı gereksinimine karşılık verir.

• Spor, sosyal bireylerin yetiştirilmesinde eğitimin bütün bir parçası olarak sosyalleşmek, bireyler arasında şartsız bir yakınlığın oluşması ile insancıl bir yakınlığı gerçekleştirebilir (Durmuş, 2015).

• Özellikle, engelli bireylerin topluma dahil edilmesinde beden eğitimi ve spor önemli bir görev sağlar.

• Spor, toplumun kişiye yüklediği asabiyet, sıkıntı ve gerilimleri atmasına ve ruhsal huzura kavuşmasına etki eder.

• Spor, kişinin kendi küçük dünyasından çıkararak farklı inanç ve düşüncede olan kişilerle karşılaşmasını, onlarla iletişim sağlanmasını, onlardan etkilenmesini ve onlara tesir etmesini sağlar.

• Spor, izleyici kişiler arasında da önemli sohbet, muhabbet ve bu anlamda yakınlığa katkı sağlar.

• Spor, kişiyi sosyal hayat alanına götürerek bireyin zihnindeki "başarma" gereksinimini gerçekleştirir.

• Spor, kişinin zihnindeki savaştı, kavgacı enerjiyi, barışçı, dostane bir ortama çekerek 'çatışmayı' karşılamaya' dönüştürür.

- Spor ve oyun, aslında önemli bir eğlenceye dönüştürmekte ve belirli bir zamana ayarlayarak geçici hale getirir (Çaha, 1999).

- Çocuk ve gençlerin eğlence, becerilerini geliştirme ve yeni beceriler kazanmalarını sağlar (Şirin, 2008).

Özetle sporun genel gayesi; tüm bireylerin sporla uğraşmasına yardımcı olarak, sıhhatli, mutlu, gayretli, moral değerleri yüksek, hareketli ve modern bir kitle oluşturmak ve bu kitleye karşı vazife ve sorumluluklarını bilen, vücut ve zihin sağlığı yerinde, olumlu, yaratıcı, üretken, ahlaklı, erdemli ve fazilet örneği nesiller büyütme ve toplumun tüm bireylerini hareketli, dinç, yüksek moralli ve mutlu tutmaktır (Gök, 2016).

Sonuç olarak spor, sağlıklı nesillerin yetiştirilmesi ve modern kitlelerin oluşturulmasında mühim bir vasıta. Özellikle, gençlerin ve çocuklar beden ve ruhen sıhhatli, toplumsal yönden gelişmiş birer şahsiyet edinmelerini, diğer yönden, yapıcı, yaratıcı, üretken, şahsiyetli, mütevazı, sağduyulu, hoşgörülü, ahlaklı, doğru davranışlı, öz güvenli, beşeri ilişkileri doğru model bir birey olarak gelişmesinde büyük katkılar sağlar (Yetim, 2005).

2.4. Sporun Bireyler Üzerine Etkisi

Bireylerin ve kitlelerin sıhhat ve mutluluğunun bir gayesi değil, aracı olan beden eğitimi ve spor etkinlikleriyle bireyler birden fazla özellik kazanmaktadır (Akçalar, 2007).

Kişi açısından spor, toplumsal hayattaki yaşam kalitesine katkıda bulunabilen, kişiye pozisyon kazandırabilen bir oluşumdur. Spor, kişinin fizyolojik ve ruhsal yönden sıhhatini önemli yönde etkileyen, toplumsal davranışlarını düzene koyan, motorik ve zihinsel belirli bir seviyeye ulaştıran pedagojik, biyolojik ve toplumsal bir olgudur. Bir diğer anlatımla spor, kişinin düşünce, ruhsal ve bedensel yapılanmasını bu nitelikler içinde iletişimi ve toplumsallaşmayı gerçekleştiren bir olgudur (Emamvırdı, 2013).

Spor, kişinin hareketli toplumsal çevrelere girmesini gerçekleştiren bir toplumsal faaliyet olması niteliğinden dolayı bireyin toplumsallaşmasında ehemmiyetli bir etkiye sahiptir. Çağdaş toplumlarda sporun çoğunlukla ortaklaşa bir etkinlik olduğu dikkate alındığında, sportif etkinlikler vasıtasıyla spor ile ilgilenen kişiler farklı birey kitleleri ile sosyal etkileşime girmektedir. Spor, kişinin kendi küçük alanından sıyrılarak farklı platformlarda, farklı bireylerin, inançlarından, fikirlerinden bireylerle iletişim içinde olmasının, kişilerden etkilenmesi ve kişileri etkilemesini gerçekleştirmektedir. Bu tarafı ile sporun, yeni arkadaşlık edinmesine, arkadaşlıklarının ilerlemesine ve toplumsal kaynaşmaya dayanak sağladığı söylene bilir. Spor yalnızca sporla uğraşanlar değil izleyiciler arasında da önemli bir muhabbet ve sohbet kaynağıdır (Küçük ve Koç, 2004).

Spor etkinlikleri ile kişilere birlikte aktivite yapabilme özelliği sağlar. Kişi yarışçı bir yapı, çalışma düzeni, cesaret ve mücadele karalılığı edinir. Galibiyet ve mağlubiyeti benimsemeyi, paylaşmayı, yardımlaşmayı, diğerlerinin fikir ve düşüncelerine saygı duymayı öğrenir. Birlikte çalışma neticesinde kişide sosyal mesuliyet bilinci gelişir. Toplumsal mesuliyet bilincinin gelişmesi neticesinde toplumda sosyalleşme süreci gerçekleşir (Şahan, 2007).

Günlük işlerini ve yaşantılarını randımanlı şekilde götürebilmeleri için güçlü, atik, elastik, hızlı ve dayanıklı olmaları gerekir. İyi ölçüler içinde gelişmiş kemik, adale yapısı ve iyi duruş alışkanlığı edindirir. Hastalıklara karşı mukavemet sağlar. Folklor, halk dansları, milli ve mahalli oyunlar, ritmik etkinliklerle alakalı kabiliyet ve kapasite edinmemizi sağlar. Fiziksel faaliyetlerle geçerli sıhhatli, yaşam tarzı özelliklerini edindirir. Kültürel haz ve duyarlılık kazandırır. Serbest zamanları değerlendirme davranış ve tutum kazanmamızı sağlar (Ulukan, 2012).

Spor alanı içinde kişinin bireysel kabiliyetlerini ve diğer bireylerin kabiliyetlerini anlamaya, denk şartlarda yarışmayı, mağlubiyeti kabullenerek diğer bireyleri tebrik edebilmeyi, kazandığı zaman sıradan davranabilmeyi, diğer bireylere yardımlaşmayı, doğayla ve vakitle rekabet ederek zamanını ve mücadelesini yararlı şekilde kullanmayı öğrenir (Yarımkaya, 2013).

Spor alanındaki etkileşim, hislerin boşalımı ve muhafazası için uygun imkân yaratır. Sportif faaliyetlere iştirak eden kişiler hareketler vasıtasıyla hislerini

gösterme imkânı bulur. Zıt davranışlar olarak bilinen saldırganlık, sinirlilik, çekingenlik, kıskanma gibi hislerin boşalmasını ve bu hislerin kontrolünü gerçekleştirir. Bu vesile ile uyum sağlama sürecine de olumlu etki gerçekleştirir. Bununla birlikte spor, nörovejetatif sinir sisteminde istendik etki gerçekleştirerek sistemin istikrarlı bir şekilde çalışmasına etki eder. Böylelikle fazla heyecanın, saldırganlık hissinin, asabiyet halinin giderilmesine etkili olur. Sporda edinilen başarılar, güven duygusunu artırır. Takım sporlarına iştirak etme, akranlarıyla kaynaşmayı sağlar (Kuru, 2003).

2.4.1. Sporun Sosyal Etkileri

Her çeşit spor faaliyetleri, sosyal bir deneyimdir. Sportif faaliyetlere iştirak eden kişiler, oyun ve hareketler vasıtasıyla hislerini açığa çıkarma olanağı bulur. Asabiyet, çekingenlik, kıskançlık gibi hislerin boşalmasını gerçekleştirir ve bu durumların kontrol altına alınması öğrenilir. Baskı durumundayken enerjiden kaçmanın yolu, oyun veya spor faaliyetlerine iştirak etmektedir. Spor faaliyetlerine iştirak etme, kişinin dış görünüşü de olduğu gibi, sosyal gelişmesine de etki eder. Sporun, kişiyi zinde sosyal çevrelere iştirakini gerçekleştiren toplumsal bir faaliyet olduğundan dolayı, bireyin sosyalleşmesinde ehemmiyetli bir etkiye sahip olduğu bir gerçektir (Filiz, 2010).

Çevremizdeki kültürel etkileşimi özendirme, toplumsal davranış ve ilişkileri istendik seviyeye ulaştırması, bireylerin serbest vakitlerini değerlendirme durumundan önemlilik arz eder. Spor, kültürün aracı olarak, bireylerin ve kitlelerin zihniyet ve hareketlerini biçimlendirmede ve farklı kültür elemanlarına tesir ederek ulusal nitelikler edindirmektedir. Spor etkinlikleri arasında sayılan vücut davranışları kitlesele davranışlara da etki etmektedir. Ayrıca spor birey ve kitle ilişkileri bağlamında ele aldığımız vakit sosyal birlikteliğe katkı sağlamaktadır. Özellikle ister birey isterse takımlar seviyesinde uluslararası yarışmalarda ülke bireylerini bir ortama getirerek kültürel özellikleri canlı tutmaktadır (Akgül, 2014).

Spor faaliyetleri gençlerin bedensel ve toplumsal kabiliyetlerini geliştirici imkânlar sağlar. Günümüzde bireyler günlük yaşantısının bayağı ve gerginlik dolu bir hayat ortamı hâline gelmesi kişileri başka yönlere itmiştir. Çağdaş kitlelerin en

fark edilebilir özelliği olan toplumsal değişim artan iş bölümü ile toplumsal birleşme arasındaki düzenin gerçekleşmesinde spor hareketli bir etkidir. Toplumların sosyal yapısı içinde uyuma ve çatışma örneklerinin yanı sıra, rahatsızlıklarının, sapma davranışların minimuma indirilmesi ve bu davranışların normlarla güçlendirilmesi huzursuzlukların minimuma indirilmesi ve bunların toplumun faydasına yöneltilmesinde spor önemli etkenlerden biridir (Dağlıoğlu, 2012).

2.4.2. Sporun Fizyolojik Etkileri

Şimdiki zamanda, sadece sporun sosyal yararları değil, aynı zamanda fizyolojik olarak kişilere çok faydalı etkileri de vardır. Ayrıca sıhhat açısından önemli olan sistemli spor yapma alışkanlığını edinme biçiminde ele alınabilir. Her geçen zaman sistemli yapılan fiziksel etkinlikler, sıhhat için önemini daha belirginleşmektedir. Sistemli spor faaliyetleri ile adalelerin, kemiklerin, eklemlerin, kalp-damar sistemi ve işlevlerinin düzgün şekilde çalışmasını sağlamaktadır (Uğurlu, 2012).

Kişilerin bedensel gelişimlerine etki etmek, sadece beden eğitimi ve spora has bir gayedir. Birey hareketli bir varlıktır. Hareket sisteminin temelini kaslar ve kemik yapısı meydana getirir. Hareket bu sistemlerin daha da kuvvetlenmesini sağlar. Yani, fiziksel faaliyetler, adale ve kemik yapısının gelişimi için zorunludur. Daha aktif bir organizma yapısı meydana getirir. Fiziksel ve zihinsel yorgunluklara karşı mukavemeti artırır. Şişmanlığı engeller ve vücut yağ oranını dengeler. Fiziksel aktiviteler geç yorulmayı, çabuk dinlenmeyi, iç salgı bezlerinin sistemli çalışmasını olumlu etki yapar. Kalp üzerinde istedik etkileri vardır. Kalp volümü artar, hipertrofi olur ve kalbi besleyen damarlar genişler (Küçük, 2012).

Bireyin daha enerjik bir organizmaya sahip olmasını sağlar. Düzenli spor yapan bireylerin bedensel ve zihinsel bitkinliklerine karşı kuvveti artar. Spor yapmak fazla kiloyu önler, bedenindeki yağ oranını azaltır. Fiziksel faaliyetlerde geç yorulmayı, çabuk dinlenmeyi, iç salgı bezlerinin sistemli çalışmasını sağlar, bedendeki kılcal damar miktarını artırır. Kalp üzerinde pozitif etkilere yol açar, kalp volümü artar, kalbi besleyen koroner damarlar genişler. Sporun kişilerdeki dayanıklılık, güç, sürat, hareketlilik, kabiliyet gibi motorik özellikleri geliştirme rolü

vardır. Bilhassa dayanıklılık sporu yapanlarda kalp ve şeker rahatsızlığı, hipertansiyon gibi rahatsızlıklar minimum düzeyde görülmektedir (Eyüboğlu, 2012).

Sporun kişiye fizyolojik etkileri arasında kişilerin motorik özelliklerinin daha iyi ilerleme göstermesi sıralanabilir. Dayanıklılık sporları yapanlarda koroner arter rahatsızlığı ve şeker rahatsızlığı çok az görülür. Dinamik olarak yapılan bütün vücut faaliyetlerinde, kişilerin fazla derecede yüklenme yapmaları adale kuvvetini geliştirmektedir. Adalelerde ortaya çıkan büyüme ile enerji stokların büyümesi ve kılcal damarlarının genişlemesi, kasın sağlamlılık özelliğini geliştirir. Bunun neticesi olarak kişilerin günlük yaşamlarında hemen yorulmalarının önüne geçilir ve kişilerin yaşantısı daha verimli hâle gelir (Alıncak, 2012).

2.4.3. Sporun Psikolojik Etkileri

Kişinin dahil olduğu bütün olaylarda ehemmiyetli bir psikolojik taraf vardır. Sporda psikolojik taraf, rekabeti ve sağlıklı yaşamayı hedef edinen bireyler üzerinde önemli bir faktördür (Erdoğan, 2015).

Bireyler, spor kanalıyla bir takım ya da bir gruba dâhil olarak sosyalleşir ve yalnızlık duygusundan uzaklaşırlar. Bir spor gurubuna taraf alarak o gurubun başarı veya başarısızlıklarıyla bir araya gelir ve gurubun başarısını kendine yansıtır. Tek başınayken heves göstermezken, grup halindeyken gösterilir. Bunun için psikiyatrisiler spor dallarına bir tür hastane olarak değerlendirmektedir (Dalkıran, 2014).

Rutin egzersiz faaliyetleri, depresyon ve anksiyeteyi azaltır, benlik duygunu toplumsal yetenekler neticesinde yaşam hissiyatını çoğaltır. Kişinin zihin sıhhati ve genel itibariyle mutlu olma seviyesi (azalan stres, artan özsaygı ve özgüven), bedensel faaliyetlere katılım yolu ile çoğaltılabilir. Aerobik egzersiz ruh sağlığını düzeltir, kontrol ve hakimiyet hissini gerçekleştirir, depresyonu minimuma indirir, kişilik duygusu, çeviklik ve kişisel saygıyı artırır (Arpa, 2014).

Kişiler günlük faaliyetlerinin sıradanlığından ve sıkıntısından önemli oranda spor neticesinde uzaklaşmakta ve spor ile uğraşarak kendilerine bedensel, ruhsal ve toplumsal yararlar katmaktadır. Ruhsal açıdan sporla uğraşan kişilerde spor zevk

alma ve mutlu etme hissi vermektedir. Asrımızın rahatsızlığı olarak isimlendirilen stresle mücadele etmede en mühim unsur şüphesiz spordur. Kişilerin günlük hayatlarında önlerine gelen sıradan yaşam tarzı ve anlayışını fiziksel etkinlik yolu ile ortadan kaldırmak olanaklıdır. Kişilerin rahatlaması ve gevşemesini gerçekleştirmenin yanı sıra kendilerini mutlu hissetmelerini ve bazı olayları gerçekleştirmiş olmalarının vermiş olduğu mutluluğu yaşamaları sağlanmış olur. Rutin egzersiz faaliyetleri, depresyon ve anksiyeteyi azaltır, kişilik imajı toplumsal etkinlikler ve neticesinde yaşam hazzını arttırır (Akça, 2012).

Psikolojik açıdan, spor yapan kişiler, mutlu olma ve mutlu etme duygusu yaşamaktadır. Günümüzün rahatsızlığı olan stres ile mücadele etmede en önemli etken nedensiz spordur. Kişilerin günlük faaliyetlerinde karşılaştıkları yorgunluk ve ruhsal tükenmişlikleri fiziksel etkinlik yaparak ortadan kaldırmak olanaklıdır. Spor, kişilerin psikolojik açıdan rahatlamasını sağlamanın yanında kendilerini mutlu hissetmelerini ve bir şeyleri gerçekleştirmiş olmanın vermiş olduğu mutluluğu yaşamalarını sağlanmış olur (Şahan, 2007).

2.5. Antrenör

Antrenör kelimesi, 14. yüzyılda Macar kökenli olan Sturdy'den gelmektedir. Bu kelime, o senelerde bireyleri arazilere, harp meydanlarına götüren vasıtalar için kullanılırdı. Sturdy'in bugünkü İngilizce manası ise 'güçlü, kuvvetli, dayanıklı, azimli' olarak Türkçe'ye çevrilebilir; hatta İngilizce'de antrenör anlamına gelen coach kelimesi 'yolcu otobüsü, yolcu vagonu' manasını da taşımaktadır (Biber, 2008).

Antrenörlük; sıradan ve özel olarak sporcu, spor ve antrenör ilişkisini etkileşimle biçimlendiren hem sanat, hem de bilim özelliği bulunduran bir meslektir (Sarı, 2013). Yüksek başarı seviyesinde çalışma ve hazırlama ilminin gerektirdiği formasyona sahip, vücut ve ruh sağlayıcı, beden eğitimi ve spor etkinliklerinde bulunanları çalıştıracak kuvvete sahip (Yücel, 2010) sporcuların ferdi ve grup olarak, uluslararası kaide ve tekniklere uygun olarak çalıştırılmasını gerçekleştiren, sporun temelini, teknik prensiplerini ve kaidelerini benimseten ve sınıfındaki yenilikleri takip eden (Erdoğan, 2011), kuramsal bilgileriyle, tecrübelerini harmanlayarak sporcuları kabiliyetlerine yaraşır şekilde yönlendiren, çalıştıran, müsabakalara hazırlayan, önderlik yapan bir spor bireyidir (Bektaş, 2014).

2.6. Tükenmişlik

Çağdaş zamanların ehemmiyetli fenomenlerinden biri olarak akılda kalan tükenmişlik (burn out), ilk önce 1970'lerde Amerika'da, müşteri faaliyetlerinde çalışan bireylerin yaşadığı mesleki stresi anlatmak üzere kullanılmıştır (Sütlü, 2013). Tükenmişliğin 'mesleki bir tehlike' olarak ilk açıklamalardan biri, ilk defa Freudenberger 1974 tarihinde tanımlamıştır. Freudenberger'e göre; tükenmişlik 'başarısız olma, yıpranma, enerji ve kuvvet kaybı, karşılanamayan istekler neticesinde kişinin iç kaynaklarında tükenme' durumudur (Aydın, 2007).

Tükenmişlik kavramı, Türk Dil Kurumu tarafından 'kuvvetini kaybetmiş olma, mücadele göstermeme durumu' şeklinde açıklanmaktadır (Boyar, 2011). Geniş manada 'özel olarak yaşanan, duygusal arzın çok olduğu ortamlarda uzun zaman çalışmaktan kaynaklanan, bedensel tahrip, çaresizlik, ümitsizlik hissi, hayal kırıklığı, negatif bir kişilik kavramının artması, işe, iş yerine, çalışanlara ve hayata karşı negatif davranışların artması gibi emarelerin eşlik ettiği bir vaziyet' olarak açıklanır (Dinç, 2008).

Tükenmişlik ile ilgili olarak günümüzde en geniş itibar gören tanım, bu konuda çalışan araştırmacılar arasında en mühim kişi olarak bilinen ve Maslach Tükenmişlik Envanterini geliştiren Christina Maslach'a aittir (Otacıoğlu, 2008). Maslach, tükenmişliği mesleği nedeniyle devamlı bireylerle çalışmak zorunda olan kişilerin, strese karşı vermiş oldukları kronikleşmiş tepki olarak açıklanmıştır (Adıgüzel, 2016).

2.6.1. Tükenmişliğin Boyutları

Tükenmişlik, devamlılık gösteren ve hayatın farklı etaplarında uğraş, iş ve yetki faaliyetlerinde yaşanabilen bir duygusal tepki olmaktadır (Yıldırım, 2007).

Maslach'a göre tükenmişlik; "Duygusal Tükenme (emotional exhaustion) (DT), Duyarsızlaşma (depersonalization) (D) ve Düşük Bireysel Başarı Hissi-Bireysel Başarısızlık (personel accomplishment) (KB)" şeklinde isimlendirilen 3 alt bileşenli bir belirtidir (Ilkım, 2013).

2.6.1.1. Duygusal Tükenme

Tükenmişliğin bu yönü çok fazla bireylerle sıklıkla ve yüz yüze birlikteliğin mecbur olduğu mesleklerde ortaya çıkmaktadır (Erkul, 2014).

Duygusal tükenme, kişisel stresten ortaya çıkmaktadır. Duygusal tükenme şu şekilde açıklanabilir: ‘Çalışanların bedensel ve duygusal açıdan kendilerini fazla halsiz ve zarar görmüş hissetmeleri.’ Tükenmişlik sendromu yaşayanlar, kendilerini en fazla duygusal tükenme ile açıklanmaktadır (Altın, 2015). Çalışanın duygusal ve fiziksel kaynakları minimuma indikçe kendisini çok fazla yorgun, bitkin ve tükenmiş hissetmeye başlamaktadır. Duygusal tükenme hissizlik ve alakada azalma ile neticelenmektedir (Oktar, 2015).

Kendine karşı güvensizlik, ümitsizlik, gerilim, öfkeli, aceleci olmak ve tedirgin olmak gibi olumsuz duyguların artmasıdır. Naziklik , hürmet ve arkadaşlık gibi olumlu hislerin minimuma inmesi olarak sayabiliriz (Gül, 2014).

Tükenmişlik sendromu hissedenler, kendilerini daha fazla duygusal tükenme ile açıklamaktadır. Tükenmişliğin üç boyutu içinde en fazla analiz edilen duygusal tükenme yönüdür. Fakat bu diğer iki durumun değersiz olduğu manasına gelmez. Bütünsel görüş açısı önemlidir ve bir boyuta odaklanmak onun yok edilmesi manasına gelir (Altın, 2015).

2.6.1.2. Duyarsızlaşma

Tükenmişliğin farklı emarelerinden birisi, duyarsızlaşmadır. Duyarsızlaşma, kişilerin çevresindekileri önemsememe ve görmezden gelmeleri olarak açıklanır (Terkeş, 2015). Bu boyut içerisinde bulunan çalışanlar, hem çalıştıkları örgüte ve iş arkadaşlarına, hem de hizmet verdikleri bireylere karşı daha mesafeli ve vurdumduymaz yaklaşımlar göstermelerine rağmen, bu durumdan herhangi bir rahatsızlık duymazlar (Koç, 2015).

Birey, işi dolayısıyla karşılaştığı bireylere ve işe karşı soğuk, ilgisiz, sert, bazen de insani olmayan eda içerisine girebilir. Fakat duygusal kaynakların azalmasına bağlı olarak dozu gittikçe artan bu negatif reaksiyonlar, karşı tarafa

küçümseyici ve kaba davranışlar, rica ve istekleri görmezden gelme, bireylere insan değil de eşya gibi davranma, örgüte umursamaz, mesafeli, hatta dalga geçer bir tavır alma, kişileri sınıflandırma, sert kurallarla iş yapma şeklinde kendini gösterebilir (Sönmezer, 2015).

Vurdumduymaz davranan birey, diğerlerinden uzaklaşır. Araya mesafe koymaktadır. Duygusal tükenmişliğe tepki olarak birey kendini korumaya almakta, fakat olumsuzluğu çalışma kapasitesini giderek yok etmektedir (Altın, 2015). Duyarsızlaşma itibar eksikliğine neden olur. Bununla beraber kişinin tek başına kalma arzusu çoğalır. Kişinin içinde olduğu stres ortamından gitmek istemesiyle ve kişilerden mesafeli kalmaya başlamasıyla duyarsızlaşma çoğalmaya başlar. Bu etki yüzünden birey hizmet verdiği kişilere negatif bir şekilde davrandığı, kişileri küçük düşürdüğü ve vurdumduymaz davrandığı, kişilerle alay ettiği görülmektedir. Duyarsızlaşmanın üç kademesi; alarm tepkisi, uyaran stres şeklinde açıklanmaktadır. Beden, böyle bir tepkide şok haline girer. Birey, bu durumla başa çıkabilmek için bedensel olarak faal davranışlarda bulunur. Direnç dönemi, kişinin içinde bulunduğu duruma karşı yaşadığı yükseliş veya düşüşleridir. Tükenme durumu, bireyde stres yaratan vakadan etkilenme düzeyi ile ilgilidir. Bu düzey ne kadar çok tükenme durumuyla karşılaşması artar (Çetin, 2015).

2.6.1.3. Düşük Kişisel Başarı Hissi

Bireysel başarı noksanlığı boyutu olarak da değerlendirilen “Bireysel Başarı Boyutu”; kişinin, meslek hayatındaki problemlerin üstesinden gelememeye başlaması ve kendisini problem çözmede eksik görmesi olarak açıklanmaktadır (Koç, 2015).

Bu durumda birey, kişisel başarısızlık hisleri ile doludur. Kişiler hakkında geliştirdiği negatif düşünce tarzı, bireyin kendisi hakkında olumsuz düşünmesine yol açabilir. Birey, bu düşünce ve olumsuz davranışları ile suçluluk duyar (Yakın, 2014). Diğer bireylerin kendini sevmediğine, ona güven duymadığına ve mesleği nedeniyle alakadar olduğu farklı bireylerle ilgilenmede eksik kaldığına dair bir his geliştirir ve bu his kendisi hakkında ‘başarısız’ hükmünü veririr. Böylece düşük bireysel başarı duygusunu yaşayan birey mesleğinde ilerleyemediğini hatta başarısız olduğunu düşünür (Gezer ve ark., 2009). Neticede birey, mesleğinde veya iletişimde

bulunduğu kişiler ile ilişkilerinde genel bir yetersizlik ve başarısızlık duymaya başlamıştır (Arı Sağlam ve Bal, 2008). Birey mesleğinde ilerleyemediğini, boşuna çalıştığını, vakit harcadığını düşünerek suçluluk ve yetersizlik hissine kapılmakta, kendisini biçare hissederek kabiliyetlerini sorgulamaya başlamakta ve bu durum kişisel başarıda düşüşe neden olmaktadır (Ardıç ve Polatçı, 2008).

2.6.2. Tükenmişliğin Nedenleri

Yapılan sayısız araştırma neticesinde kazanılan veriler ve konuyla alakalı çalışan araştırmacıların analizleri sonucunda kazanılan bilgiler doğrultusunda, tükenmişliğe tesir eden nedenler ele alındığında birden fazla nedenden söz edildiği görülmektedir. Bunlardan bir bölümü, kişilerin kendilerinden meydana gelen kişisel nedenler olarak ele alınırken, diğer bir kısmı ise kişinin dışında gerçekleşen bireyin yaşadığı çevreden meydana gelen örgütsel (çevresel) nedenler olarak değerlendirilir (Okutan ve ark., 2013).

2.6.2.1. Çevresel Nedenler

Tükenmişliğin çevresel sebepleri; iş görenin çalıştığı işin özellikleri, iş görenin işindeki rolü, çalışma saatleri, işten kaynaklanan stres, iş görenin kendisini geliştirme fırsatlarının gerçekleşmemesi, molalar, ücret, iş ortamı şartları, çalışan bireyler arasındaki münasebet, araç-gereç yetersizliği, ailevi sorunlar, maddi ve sosyal etkenler olarak ele alınabilir (Tanrıverdi, 2008).

Çalışanların yerine getirebilecekleri işler kısıtlıdır, keza oldukça çok olan iş yükü çalışanlarda daha fazla stres ve tükenmeye neden olur. Yerine getirebileceği iş yükü sınırı fazlasıyla aşıldığında çalışan birey tehlikeli tükenme sorunları ile yüz yüze kalır (Alkan, 2011).

2.6.2.2. Bireysel (Kişisel) Nedenler

Tükenmişlik sebepleri araştırırken bireysel nedenlerin önemli bir değişken olarak ele alındığı görülmektedir. Bireysel nedenler, bireyin tükenmişliğe yol açan örgütsel kaynaklı nedenlerden etkilenmesini hem azaltıcı hem de kuvvetlendirici bir duruma sahiptir (Sürücüoğlu, 2011). Aynı çalışma ortamında aynı şartlarda

çalışanların farklı seviyede tükenmişlik göstermelerinin nedeni bireylerin değişik kişilik özelliklerine sahip olması ve tükenmişliğe sebep olan farklı nedenleri farklı algulamaları ile anlatılabilir. Yapılan incelemelerde yaş, cinsiyet, medeni hali, çocuk sayısı, meslekte çalışma süresi ve eğitim seviyesi gibi demografik özelliklerle, işe karşı aşırı alaka, bireysel beklentiler, kişilik yapısı gibi birçok bireysel nedenlerin tükenmişliğe sebep olarak ortaya çıkmıştır (Okutan, 2010).

2.6.3. Tükenmişliğin Belirtileri

Tükenme, sakın ve gizlice başlamaktadır. Ortaya çıkışı çabuk olsa da tükenme hareketli bir sürecin ürünü olmaktadır. Birey; haftalar, aylar ve seneler boyunca hedeflemiş olduğu ideale ulaşmak için kendini zorlamaktadır. Bir gün, daha önce hiçbir ikazda bulunmadan ani bir belirti, kişiye tükendiğini göstermektedir (Ayvaz, 2015). Tükenme haline gelmeden az bir zaman önce, genellikle ya bir baskı, ya bir aile bireyinin hastalığı ya da ardarda gelen sınavlar, iş stresi gibi bazı çevresel şartlara rastlanır. Bazen herhangi bir durum meydana gelmeden aniden açığa çıkmaktadır. Tükenmiş bireyler zayıf taraflarını iyi saklayabilen, marifetli ve yetenekli oldukları için, yoğunlukla bu durumun ilk dönemlerinde içlerinde olup bitenlerin farkında olmamaktadırlar (Mumcu, 2014).

Yoğun bir tempo içinde çalışan, bütün çalışmada üzerine düşenin fazlasını yapmaya çalışan ve mesleğinde başarılı olmak isteyen bireylerde tükenmişlik duygusu gözlenebilir. Yoğun programla çalışan bireyler ara sıra yaşamın tahammül edilmez olduğu duygusunu hisseder. Bu duygu tükenmişlik belirtisi olarak açıklanabilir (Çatır, 2014).

Tükenme belirtileri; iş ortamındaki duygusal ve bireyler arası ilişkilerin stres verici niteliğe dönüşmesi ve kronikleşmesi ile açığa çıkar. Kişinin enerji kaynaklarının stres yapıcı şartlar altında azalmasını açıklayan tükenmişlik, mesleki yaşamının farklı aşamalarınsa meydana çıkabilir (Sümer, 2007).

2.6.3.1. Fiziksel Belirtiler

Tükenmişlik fiziksel manada öncelikle hafif belirtiler olarak kendisini ortaya çıkmaktadır. Bu işaretler; yorgunluk ve halsizlik hissi, baş ağrısı, sersemlik, uyku

sorunları şeklinde açıklanmaktadır (Şentürk, 2016). Tedbir alınmazsa devam eden süreçte; geçmeyen soğuk algınlıkları, kilo kaybı veya şişmanlık, solunum güçlüğü, ağrı ve sızılar, mide ve bağırsak rahatsızlıkları, yüksek tansiyon, kalp çarpıntısı ve cilt rahatsızlıkları oluşmaya başlayabilir. Bu gibi rahatsızlıklardan sürekli şikayet edilmesi durumunda, birey bu emareleri görmemezlikten gelmemeli, zaman geçmeden tedbir almalıdır. Çünkü bu çeşit belirtiler, tükenmişliğin belirtileri olabilir (Gökoğlan, 2010).

İş ortamındaki negatif yaşanmışlıklar ve bireyin kişilik yapısı neticesinde meydana gelen stresle vücutta düzeni sağlayan işlevler bozulabilir buna bağlı olarak fiziksel yapı da zarar görebilir (Tunç, 2014).

2.6.3.2. Psikolojik Belirtiler

Engellenmiş duygular ve asabiyet, tükenmişliğin belirgin psikolojik özelliklerindedir. Kişi, kendisini engellenmiş zanneder; zira hedeflerine ulaşmaktan alıkonulmuştur. Bireyler, kendilerine saygı ve itibar gösterilmediğine, ayrıca yaptıkları mesleğe önem verilmediğini düşündüklerinde, özsaygı ve yeterlilik duygusu tehdit altında girecektir. Bu manada, işleri konusunda kendilerini küçük düşürülmüş hisseden kişiler, etrafına karşı bir düşmanlık hissi de geliştirebilirler. Çalıştıkları yerde kendilerini bir yabancı gibi hisseden bu bireyler, hırsızlık ve sabotaj gibi yıkıcı misillemeler de bile bulunabilirler (Atken, 2007).

Duygularla alakalı belirtiler daha önce açığa çıkar ve daha basit tanınır. Yalnızlık, yardımsızlık, umutsuzluk duyguları, engellenmişlik, aile problemleri, uyku düzensizliği (Karayazı, 2008), depresyon, psikolojik rahatsızlıklar, asabiyet, agresiflik, daha cezalandırıcı olma, düşmanlık hissi geliştirme, korku ve kaygı (Dinç, 2008), diğer bireyleri eleştirme, insanlarla ilgilenmeme, düşük başarı hissi, hayal kırıklığı, sıkılma, depresyon, endişe, umutsuzluk, zayıf konsantrasyon, alınganlık, yabancılaşma ve tek başına kalma duygularını barındırır (Kutluay, 2011).

Tükenmişliğin psikolojik emareleri, diğerlerine nazaran daha az gözle görülür olsa da, dikkat edildiğinde hem kişi hem de etrafı tarafından kolaylıkla fark edilebilir. Engellenmişlik duygusu ve asabiyet, tükenmişliğin belirgin özelliklerindedir. Korku ve endişe (gerilim), tükenmişliği ortaya çıkaran hislerden

diğer ikisidir. Tükenmişlik; endişe, depresyon gibi ruhsal açıdan tehlikeli durumlara da yol açabilmektedir (Yüksel, 2011). Bununla birlikte:

- Kendini depresif hissetme,
- Derinlerde hissedilen öfke ve hayal kırıklığı duygusu,
- Zihinsel ve motor hareketlerde beceri zayıflığı,
- Konsantrasyon rahatsızlığı,

-Sebebi anlaşılamayan huzursuzluk veya tedirginlik duygusu gibi belirtiler yaşandığında kişinin başarıma arzusu yok olur. Bir şeyi başarmayla alakalı bireyin güveni ve takdiri azalır ve neticede tükenmişliğin farklı belirtileri ortaya çıkar. Bir kurumda bu semptomları yaşayanların sayısının çoğalmasında, örgütsel tükenmişlik konu olur ki, bunun da organizasyona maliyeti olağanüstü yüksektir. İnsanların strese olan kuvvet eşikleri ne kadar yüksekse, stresle alakalı rahatsızlıklara ve tükenmişliği geliştirmeye de o oranda kuvvetli olur. İş hayatında çalışanlar da tükenmişliğin gelişmesi, yaşanan hayal kırıklığı, engellenme ve hüsrana duygusu yaşamayla yakından alakalıdır (Sandıkcı, 2010).

2.6.3.3. Davranışsal Belirtiler

Davranışsal emareler, fiziksel ve psikolojik emarelere oranla diğer bireyler tarafından daha çabuk görülebilen tükenmişlik emareleridir (Ardıç ve Polatçı, 2008). Tükenmişliğin ciddi bir seviyeye ulaştığının habercisi olan davranışsal emareler, diğerlerine oranla daha kolay hissedilebilir (Dalkılıç, 2014).

Tükenmişlik yaşayan kişilerde görülen davranışsal emareleri şu şekilde sayılabilir: Çabuk asabiyet, bir anlık sinir atakları, devamlı yaşanan ağlamalar, her şeyi üstüne alma, yalnız kalma arzusu, çalışmak istememe (Çam, 1992), gecikmeler veya hiç gitmemeler, az ya da çok yemek yeme, aile kavgaları, sıkıntı, bireylerarası problemler, unutkanlık, kuruma yönelik alakanın yok olması (Gökkaya, 2014), çalışmaya yönelmede kuvvet, dalga geçici ve suçlayıcı olma, evlilikle alakalı problemler yaşama, adaptasyon eksikliği, unutkanlık, değişime kuvvet ve sertlik, müşteriye yanlış davranımlarda bulunma bunun neticesinde şikâyet miktarındaki artış, evraklarla alakalı yalan yanlış işlerde bulunma (Boyras, 2015), performansta azalma, çay arası ve öğle yemekleri zamanlarını arttırma, kötü yemek alışkanlıkları, düzensiz beslenme, bireysel başarısızlık duygusuyla psikiyatriste veya danışmana

müracaat etme, bireyler arası münasebetlerde kaidelere uyma zorlukları, kaza ve yaralanmalarda artma, ümitsizlik yardım isteme, gibi kendine, işine ve hayata karşı olumsuz davranışlardır (Karakuş, 2008). Bireylerle kısıtlı vakit geçirme, yavaşlık ve görev yerinde bulunmama, yetersiz kayıt tutma, acı ve dalga geçici söz, bireylere karşı şüpheyle yaklaşma, yaşam alanında ve işte konuşmaktan kaçınma, ara sıra gözyaşı ve duygusal patlama emareleri ortaya çıkan davranışlarını içermektedir (Pepe, 2008).

2.6.4. Tükenmişliğin Sonuçları

Tükenmişliğin neticelerini aynı zamanda imareleri olarak da düşünmek olanaklıdır. Tükenmişliğin neticeleri; tükenmişliğin kişi üzerindeki faktörleri, tükenmişliğin iş yaşamı üzerine faktörleri ve tükenmişliğin aile hayatı üzerindeki faktörleri şeklinde üç grupta sıralayabiliriz (Tunç, 2008).

2.6.4.1. İş Hayatı Üzerine Etkileri

Tükenmişliğin iş yaşamı üzerindeki faktörlerinden birisi de çalışanın iş doyumunu üzerindeki faktördür. Çalıştığı işten memnun olmayan ve örgüt çevresinde istediği sakin çalışma ortamını bulamayan kişide, yüksek seviyede moral ve motivasyon bozukluğu gözlemlenmektedir. Tükenme yaşayan kişiler bedenlerinde, yaptıkları işe devam sağlayabilecek enerjiyi hissedemediklerinden, bilgi birikimi ve tecrübelerine olan güvenlerini yitirdiklerinde iş yaşamlarından tümenden uzaklaşma eğilimi içerisinde bulunabilirler. Bu da alanında gelişmiş kişilerin örgütler açısından kaybı demektir ki, hem birey ve örgüt hem de ülke ekonomisi bu durumdan önemli ölçüde zarara uğramaktadır (Ardıç ve Polatçı, 2009).

İş hayatında bireyin işe vaktinde gelmemesi, işyerinden geç çıkması, sık sık rapor alması, olumlu eleştirileri olumsuz değerlendirilmesi, işte yapılan yenilikleri kabul etmeme, işten uzaklaşma arzusu gibi hareketler tükenmişliğin emarelerini göstermektedir. Fakat bu hareketleri hayata geçiremediği durumda bireyler isteksiz olarak işe devamlılık, hizmet verilen bireylere karşı olumsuz davranış ve tutumlar, bireylerarası kavgaların ortaya çıkması ve dikkat eksikliğinin yaşanması gibi davranış ve tutumlar ortaya çıkmaktadır (Bahar, 2006).

İşini ciddiye alan kişi bu durumunu yaptığı işe yansır. Yapılan işte noksanlıklara neden olur. Bireyler arasında çatışmalara sebep olabilir. Adil olmayan çalışma zamanlarına sebep olur. Örgütte çalışma işleyişini bozar. Diğer çalışanların iş sorumluluğunun artmasına sebep olur. İstenilen verim ortaya çıkmaz (Yerlikaya, 2015).

2.6.4.2. Kişi Üzerine Etkileri

Tükenmişlik yaşayan bireyler, hedeflerine gitmeleri engellendiği için öfke, duyabilmekte ve bunun bir neticesi olarak bireylere karşı olumsuz tepkiler verebilmekte, işlerine karşı vurdumduymaz davranabilmektedirler. Düşmanlık duygusu tükenmişlik yaşayan bireylerde görülebilen farklı bir arzudur. Bununla birlikte, tükenmişlik yaşayan bireyler işleri üzerinde kontrollerinin olmadığını algıladıkları, iş çevresini belirsiz ve tehdit edici olarak algıladıkları için genellikle tehlike ve endişe arzuları da yaşayabilmektedirler (Aydoğan, 2008).

Tükenmişlik yaşayan kişilerin yaşadığı manevi yorgunluk yanında fiziksel yorgunluğu da getirmektedir (Erkul, 2014). Çok fazla stres baskısı ortamında kişilerde manevi ve fiziksel olarak tükenme ortaya çıkabilir. Duygusal ve fiziksel yorgunluk bireyin hayattan soğumasına, enerjisinin yok olmasına, gagesiz bir hale gelmelerine neden olmaktadır. Böylece birey kronik baş ağrıları, uykusuzluk, bitkinlik, dikkat dağınıklığı, bıkmaya duygusu, unutkanlık, depresyon, karar verme endişesi yaşama, ani davranışlarda bulunma, aşırı asabiyet hali gibi davranışlar ortaya çıkmaktadır (Yetimoğlu, 2014).

2.6.4.3. Aile Hayatı Üzerine Etkileri

Tükenmişlik hem kişiler hem de örgütler açısından önemli neticeleri olan bir kavramdır. Kişilerin baştan içsel olarak yaşadıkları bazı imareler ve durumlar belli bir zaman sonra aile ve iş yaşamına da etkilemektedir (Yakar, 2015).

Tükenmişlik sendromu çalışanın aile yaşamı da negatif etkilemektedir. Manevi açıdan bitkin olan kişi, özel yaşamında sinirli, huzursuz ve fiziksel olarak bitkindir. Çalışanın karşılaştığı bu durum neticesinde meydana çıkan rahatsızlıklar

aile krizlerine, ciddi evlilik sorunlarına sebep olabilir. Özel yaşamındaki bu huzursuzlukların, işteki stresten ortaya çıktığı için genelde anlaşılmaz. ‘Artık birbirimizi sevmiyoruz galiba!’ gibi neticeler çıkarılabilir. Bu da, ayrılma veya boşanma gibi ciddi neticelere kadar gidebilir (Tanrıverdi, 2008).



3. GEREÇ ve YÖNTEM

3.1. Veri Toplama Araçları

Araştırmada, veri toplama aracı olarak Maslach Tükenmişlik Envanteri (BMI) kullanılmıştır. Antrenörlerin demografik bilgilerini elde etmek için ise araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

3.2. Maslach Tükenmişlik Envanteri Ölçeği (BMI)

Ölçek, Maslach ve Jackson (1981) tarafından geliştirilmiştir. Ergin (1992) tarafından Türkçe'ye çevrilen envanterin 235 kişilik (doktor, hemşire, öğretmen, avukat, polis vb.) bir grupta ön denemesi yapılmış, bu gruptan elde edilen verilerin analizi sonucunda envanterde bazı değişiklikler yapılmıştır. Özgün formu “hiçbir zaman, yılda birkaç kere, ayda bir, ayda birkaç kere, haftada bir, haftada birkaç kere, her gün” şeklinde 7 basamaklı cevap seçeneklerinden oluşmaktadır. Türkçe uyarlaması ise ‘hiçbir zaman, çok nadir, bazen, çoğu zaman, her zaman’ şeklinde 5 basamaklı cevap seçeneklerinden oluşmaktadır.

Duygusal Tükenme (DT): Emotional exhaustion alt ölçeği, kişinin mesleği ya da işi tarafından tüketilmiş ve aşırı yüklenilmiş olma duygularını tanımlar ve 9 maddeden oluşmaktadır (Maslach Tükenmişlik Envanteri Maddeleri: 1.2.3.6.8.13.14.16.20).

Duyarsızlaşma (D): Depersonalization alt ölçeği, kişinin hizmet verdiklerine karşı, bireylerin kendilerine özgü birer varlık olduklarını dikkate almaksızın duygudan yoksun biçimde davranmalarını tanımlar ve 5 maddeden oluşmaktadır (Maslach Tükenmişlik Envanteri Maddeleri: 5.10.11.15.22).

Kişisel Başarı (KB): Personal accomplishment kişisel başarı alt ölçeği, insanlarla çalışan bir kimsede yeterlilik ve başarıyla üstesinden gelme duygularını

tanımlar ve 8 maddeden oluşmaktadır (Maslach Tükenmişlik Envanteri Maddeleri: 4.7.9.12.17.18.19.21).

Ölçeğin Güvenilirliği ve Geçerliği: Ölçeğin güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları Ergin (1992) ve Çam (1992) tarafından yapılmıştır; 552 doktor ve hemşireden elde edilen verilerin 3 alt boyuta ilişkin Cronbach alfa kat sayıları Duygusal Tükenme .83, Duyarsızlaşma .65, Kişisel Başarı .72'dir. Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin tekrar test, tekrar güvenilirlik kat sayıları ise Duygusal Tükenme .83, Duyarsızlaşma .72, Kişisel Başarı .67'dir. Çam (1992), yapmış olduğu güvenilirlik çalışmasında Duygusal Tükenme .89, Duyarsızlaşma .71, Kişisel Başarı .72 olarak bulmuştur. Tablo 3.1.' de gösterilmiştir.

Tablo 3.1. Maslach Tükenmişlik Envanteri Alt Boyutları Derecelendirmesi.

| | Yüksek | Orta | Düşük |
|---------------------------|---------------|-------------|--------------|
| Duygusal Tükenme : | 18 ve üzeri | 12- 17 | 0- 11 |
| Duyarsızlaşma : | 10 ve üzeri | 6- 9 | 0- 5 |
| Kişisel Başarı : | 0- 21 | 22- 25 | 26 ve üzeri |

3.3. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından oluşturulan 'Kişisel Bilgi Formu' güreş antrenörlerinin demografik özelliklerini tespit etmek için kullanılmıştır. Bu formun içinde Türkiye Güreş Federasyonu'nda yer alan güreş antrenörlerin medeni durum, yaş, eğitim durumu, mesleki kıdem, görev yaptığı yer, görev yapılan yerden memnun olma durumu, antrenörlük mesleğine yönelik tutum, çalıştırılan yaş grubu, alınan ücretin yeterliliği, alınan başarı karşısındaki maddi ve manevi ödüllendirme ve antrenörlük süresince çalıştırılan sporcuların başarı durumları ile ilgili bilgi alıcı sorular bulunmaktadır.

3.4. Çalışmanın Yöntemi

Bu araştırmada, Türkiye Güreş Federasyonu'nda yer alan güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeylerinin bazı değişkenler açısından

incelenmesi amaçlanmıştır. Güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesine yönelik yapılan araştırma; problem belirleme, literatür taraması, veri toplama, veri analizi ve raporlama basamaklarından oluşan bir tasarımı içermektedir.

3.5. Çalışmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini, Türkiye Güreş Federasyonu'nda yer alan tüm güreş antrenörleri oluştururken araştırmanın örneklemini ise bu federasyonda aktif olan antrenörlerden seçkisiz örnekleme yöntemi ile yansız ve random olarak seçilmiş 425 güreş antrenörü oluşturmaktadır.

3.6. Verilerin Toplanma Süreci

Araştırmaya katılan Türkiye Güreş Federasyonu'nda yer alan güreş antrenörlerine 'Maslach Tükenmişlik Envanteri Ölçeği' ve 'Kişisel Bilgi Formu' gerekli izinler alınarak bizzat araştırmacı tarafından uygulanmıştır; 425 güreş antrenörü çalışmaya katılmıştır. Verilerin elde edilmesi için SPSS 23 paket programından faydalanılmıştır.

3.7. Verilerin İstatistiksel Olarak Analiz Edilmesi

Verilerin analizinde, veriler normallik dağılım şartını sağlamadığından, mesleki tükenmişlik düzeylerinin üzerinde etkili olan bağımsız değişkenlere göre farklılık Kruskal Wallis testi ve Mann Whitney U-Testi kullanılarak tespit edilmiş ve çalışmada yer alan iki sınıflamalı değişkenler arasındaki ilişki ise Ki-kare (χ^2) Testi kullanılarak saptanmış ve yorumlar buna yönelik yapılmıştır. İstatistiksel testlerde, anlamlılık düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

Aynı zamanda güreş antrenörlerinin yaşları, medeni halleri, mesleki kıdemleri, eğitim durumları ve görev yaptıkları yer gibi değişkenler ile duygusal tükenmişlik, duyarsızlaşma ve kişisel başarıdan oluşan tükenmişlik envanterinin alt boyutları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Crosstab yapılmıştır.

4. BULGULAR

Güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeylerinin araştırılmasına yönelik yapılan bu çalışmada, katılımcılara yöneltilen anket formu arasında, antrenörlerin demografik özelliklerini ölçmeye yönelik sorular da yer almaktadır. Bu bölümde, amaca yönelik bahsi geçen sorular sırasıyla değerlendirilmiştir.

4.1. Çalışmaya Dahil Olan Antrenörlerin Tanımlayıcı Bilgileri

Tablo 4.1. Çalışmaya katılan antrenörlerin ‘demografik bilgilerine’ göre dağılımları.

| Değişkenler | | N | % |
|--|-----------------|-----|-----|
| Cinsiyet | Erkek | 425 | 100 |
| | Kadın | 0 | 0 |
| Yaş | 21 – 26 | 50 | 12 |
| | 27 – 32 | 106 | 25 |
| | 33 – 38 | 120 | 28 |
| | 39 yaş ve üzeri | 149 | 35 |
| Medeni Hal | Bekar | 113 | 27 |
| | Evli | 312 | 73 |
| Görev Yaptığınız Yerleşim Yeri | İlçe | 186 | 44 |
| | İl Merkezi | 119 | 28 |
| | Büyükşehir | 120 | 28 |
| Görev Yapılan Yerleşim Yerinden Memnuniyet Durumu | Evet | 333 | 78 |
| | Hayır | 28 | 7 |
| | Kısmen | 64 | 15 |

Tablo 4.1. Çalışmaya katılan antrenörlerin ‘demografik bilgilerine’ göre dağılımları (devam).

| Değişkenler | | N | % |
|--|----------------|-----|----|
| Eğitim Durumu | Lise | 147 | 35 |
| | Lisans | 243 | 57 |
| | Yüksek Lisans | 35 | 8 |
| | Doktora | 0 | 0 |
| Antrenörlük Mesleğinde Çalışma Yılı | 1-5 | 152 | 36 |
| | 6-10 | 118 | 28 |
| | 11-15 | 112 | 26 |
| | 16 yıl ve üstü | 43 | 10 |
| Antrenörlüğü Sevme Durumu | Evet | 398 | 94 |
| | Hayır | 4 | 1 |
| | Kısmen | 23 | 5 |
| Çalıştırılan Yaş Grupları | 10-15 | 226 | 53 |
| | 16-17 | 117 | 27 |
| | 18-20 | 50 | 12 |
| | 20 yaş ve üstü | 32 | 8 |
| Alınan Ücretin İhtiyaçları Karşılama Durumu | Evet | 113 | 27 |
| | Hayır | 141 | 33 |
| | Kısmen | 171 | 40 |
| Alınan Başarı Karşılığında Ödüllendirilme Durumu | Evet | 29 | 7 |
| | Hayır | 330 | 78 |
| | Kısmen | 66 | 15 |

Tablo 4.1.’de, güreş antrenörlerinin demografik bilgileri incelendiğinde araştırmaya katılan katılımcıların %100’ünün erkek olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda yapılan çalışmada cinsiyet faktörüne yönelik herhangi bir inceleme yapılmadığından doğrudan erkek katılımcılar üzerinden diğer faktörler değerlendirilmiş, analizlerde cinsiyet kontrol değişkeni olarak varsayılmıştır. Katılımcıların yaş grupları incelendiğinde %35’inin 39 yaş ve üzeri, %28’inin 33-38 yaş, %25’inin 27-32 yaş ve %12’sinin ise 21-26 yaş aralığında olduğu ve katılımcıların %73’ünün evli %27’sinin ise bekar olduğu tespit edilmiştir. Çalışmaya

katılan antrenörlerin %44'ü ilçede, % 28'i büyükşehirde ve yine %28'i il merkezinde görev yapmaktadır. Katılımcıların görev yapılan yerleşim yerinden memnuniyet durumu incelendiğinde; katılımcıların %78'inin kendilerine yöneltilen soruya 'evet', %15'inin 'kısmen', %7'sinin ise 'hayır' yanıtını verdiği tespit edilmiştir. Antrenörlerin eğitim durumları incelendiğinde %57'sinin lisans, %35'inin lise, %8'inin yüksek lisans eğitim durumuna sahip olduğu belirlenmiştir. Güreş antrenörlerinin mesleki kıdemlerine bakıldığında; katılımcıların %36'sının 1-5 yıl, %28'inin 6-10 yıl, % 26'sının 11-15 yıl ve % 10'unun ise 16 yıl ve üstü kıdeme sahip olduğu görülmüştür. Katılımcıların antrenörlüğü sevme durumlarına bakıldığında %94'ünün 'evet', %5'inin 'kısmen', %1'inin ise 'hayır' cevabını verdiği tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan güreş antrenörlerinin %53'ünün 10-15 yaş, %27'sinin 16-17 yaş, % 12'sinin 18-20 yaş ve %8'inin 20 yaş ve üstü sporcuları çalıştırdıkları görülmüştür. Araştırmaya katılan antrenörlerin alınan ücretin ihtiyaçlarını karşılama durumları değerlendirildiğinde; katılımcıların %40'ının 'kısmen', %33'ünün 'hayır', %27'sinin ise 'evet' cevabını verdiği bulunmuştur. Katılımcıların alınan başarı karşılığında ödüllendirilme durumları incelendiğinde; katılımcıların %78'i 'hayır', %15'i 'kısmen', %7'si ise 'evet2 cevabını vermişlerdir.

Tablo 4.2. Güreş antrenörlerinin katıldığı şampiyona ve aldığı derecelerin dağılımı.

| Şampiyona | Antrenörlük Yapılan Sürede Çalıştırılan Sporcuların Başarı Durumları | | | | | | | | | | | |
|------------------|--|-----|-------|----|-------|-----|-------|----|-------|----|------------|----|
| | Dereceler | | | | | | | | | | | |
| | 1'lik | | 2'lik | | 3'lük | | 4'lük | | 5'lik | | 6 ve üzeri | |
| | N | % | N | % | N | % | N | % | N | % | N | % |
| Bölgesel | 299 | 70 | 186 | 44 | 171 | 41 | 98 | 23 | 94 | 22 | 38 | 9 |
| Türkiye | 211 | 50 | 168 | 40 | 221 | 52 | 92 | 22 | 111 | 26 | 62 | 15 |
| Avrupa | 45 | 11 | 39 | 9 | 62 | 15 | 14 | 3 | 34 | 8 | 22 | 5 |
| Dünya | 24 | 6 | 43 | 10 | 34 | 8 | 6 | 1 | 16 | 4 | 9 | 2 |
| Olimpiyat | 2 | 0,5 | 4 | 1 | 2 | 0,5 | - | - | - | - | - | - |

Güreş antrenörlerinin görev yaptığı sürede çalıştırdıkları sporcuların aldığı başarılar değerlendirilmiş ve elde edilen bulgulara Tablo 4.2.'de yer verilmiştir.

Çalışmaya katılan antrenörlerinin bölgesel, Türkiye, Avrupa, Dünya ve Olimpiyat olmak üzere 5 şampiyonaya katıldığı görülmüştür. Bu şampiyonalardan alınan derecelere bakıldığında; antrenörlerin genel olarak bölgesel ve Türkiye şampiyonalarında Avrupa, Dünya ve Olimpiyat şampiyonalarından daha başarılı oldukları tespit edilmiştir. Antrenörlerin bölgesel ve Türkiye dereceleri incelendiğinde; bölgesel şampiyonada % 70'inin 1.'lik, % 44'ünün 2.'lik, % 41'inin 3.'lük; Türkiye şampiyonasında ise % 52'sinin 3.'lük, % 50'sinin 1.'lik, % 40'nın ise 2.'lik derecelerine sahip oldukları görülmüş olup, diğer şampiyonalara oranla daha fazla başarı elde ettikleri tespit edilmiştir.

4.2. Çalışmaya Katılan Antrenörlerin Tükenmişlik Düzeyleri ile İlgili İstatistikleri

Tablo 4.3. Güreş antrenörlerinin Maslach Tükenmişlik Ölçeği'nden aldıkları toplam puanlara göre tükenmişlik düzeyleri.

| Tükenmişlik | N | X | Ss | Tükenmişlik Düzeyi |
|-------------------------|-----|------|-----|--|
| <i>Duygusal Tükenme</i> | 425 | 2.20 | .63 | 0-11 puan: Düşük 12-17 puan: Orta 18 ve üzeri puan: Yüksek |
| <i>Duyarsızlaşma</i> | 425 | 1.63 | .55 | 0-5 puan: Düşük 6-9 puan: Orta 10 ve üzeri puan: Yüksek |
| <i>Kişisel Başarı</i> | 425 | 2.87 | .38 | 26 ve üzeri puan: Düşük 22-25 puan: Orta 0-21 puan: Yüksek |

Tablo 4.3.'de görüldüğü gibi güreş antrenörlerinin tükenmişlik düzeyleri duygusal tükenme ve duyarsızlaşma boyutlarında düşük iken, kişisel başarı boyutunda yüksektir.

Tablo 4.4. Güreş antrenörlerinin medeni durumları ile yaş değişkeni arasındaki tükenmişlik boyutlarının incelenmesi.

| Değişkenler | Medeni Durum | Seviye | Yaş | | | |
|----------------------|--------------|--------|-------|-------|-------|-------|
| | | | 21-26 | 27-32 | 33-38 | 39+ |
| Duygusal Tükenmişlik | Bekâr | Düşük | 77,3 | 0,0 | 23,5 | 0,0 |
| | | Orta | 76,0 | 51,1 | 12,0 | 7,4 |
| | | Yüksek | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| | Evli | Düşük | 22,7 | 100,0 | 76,5 | 100,0 |
| | | Orta | 24,0 | 48,9 | 88,0 | 92,6 |
| | | Yüksek | 0,0 | 0,0 | 100,0 | 100,0 |
| Duyarsızlaşma | Bekar | Düşük | 73,7 | 31,4 | 8,2 | 5,7 |
| | | Orta | 89,3 | 52,2 | 15,4 | 9,3 |
| | | Yüksek | 0,0 | 100,0 | 0,0 | 0,0 |
| | Evli | Düşük | 26,3 | 68,6 | 91,8 | 94,3 |
| | | Orta | 10,7 | 47,8 | 84,6 | 90,7 |
| | | Yüksek | 100,0 | 0,0 | 100,0 | 100,0 |
| Kişisel Başarı | Bekar | Düşük | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| | | Orta | 100,0 | 80,0 | 0,0 | 16,7 |
| | | Yüksek | 76,6 | 39,3 | 12,6 | 6,8 |
| | Evli | Düşük | 0,0 | 100,0 | 0,0 | 100,0 |
| | | Orta | 0,0 | 20,0 | 100,0 | 83,3 |
| | | Yüksek | 23,4 | 60,7 | 87,4 | 93,2 |

Güreş antrenörlerinin medeni hal ile yaşları dikkate alındığında; tükenmişlik alt boyutlarından duygusal tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkilere bakıldığında; 21-26 yaş ve 33-38 yaş arası bekar antrenörlerin düşük ve orta duygusal tükenmişliğe; 27-32 yaş arası ve 39 yaş ve üstü bekar antrenörlerin orta duygusal tükenmişliğe sahip olduğu görülmektedir. 21-26 yaş arası ve 33-38 yaş arası evli antrenörlerin ise düşük ve orta duygusal tükenmişliğe sahip olduğu görülmektedir. Analiz sonuçları ayrıca 33-38 yaş arası ve 39 yaş ve üstü evli antrenörlerin aynı yaş grubundaki bekar antrenörlere göre daha yüksek duygusal tükenmişliğe sahip olduğunu göstermektedir. Duyarsızlaşmada ise; 21-26, 33-38 yaş arası ve 39 yaş ve üstü bekar antrenörler düşük ve orta duyarsızlaşmaya sahip iken 27-32 yaş arası

evli antrenörler de düşük ve orta duyarsızlaşmaya sahiptir. Ayrıca 27-32 yaş arası bekar antrenörlerin duyarsızlaşma seviyeleri, aynı yaş aralığında yer alan evli antrenörlere göre daha yüksek çıkmıştır. Analiz sonuçlarına göre; 21-26 yaş arası evli antrenörler aynı yaş grubundaki bekar antrenörlere göre, 33-38 yaş arası evli antrenörler aynı yaş grubundaki bekar antrenörlere göre, 39 yaş ve üstü evli antrenörler de aynı yaş grubundaki bekar antrenörlere göre yüksek duyarsızlaşmaya sahiptir (Tablo 4.4.).

Analiz sonuçları incelendiğinde; tüm yaş gruplarındaki bekâr antrenörlerin kişisel başarı seviyeleri orta ve yüksek iken, 21-26 yaş ve 33-38 yaş arası evli antrenörlerin de kişisel başarı seviyeleri orta yüksek çıkmıştır. Ancak 27-32 yaş arası ve 39 yaş ve üstü evli antrenörlerde ise kişisel başarı seviyeleri, aynı yaş grubundaki bekâr antrenörlere göre düşük çıkmıştır.

4.3. Çalışmaya Katılan Antrenörlerin Ki-kare (χ^2) Testi Sonuçları

Tablo 4.5. Araştırmaya katılan güreş antrenörlerinin mesleklerini sevme durumları ile çalışma yılları arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).

| Antrenörlük Mesleğinde Çalışma Yılı | Antrenörlüğü Sevme Durumu | | | | | | | | T-Test Değeri | p |
|---|---------------------------|------|-------|-----|--------|------|--------|------|------------------|------|
| | Evet | | Hayır | | Kısmen | | Toplam | | | |
| | N | % | N | % | N | % | N | % | | |
| 1-5 yıl | 146 | 36,7 | 0 | 0 | 6 | 26,1 | 152 | 35,8 | 19,98 | .003 |
| 6-10 yıl | 109 | 27,4 | 4 | 100 | 118 | 27,8 | 118 | 27,8 | | |
| 11-15 yıl | 100 | 25,1 | 0 | 0 | 12 | 52,2 | 112 | 26,4 | | |
| 16 ve üstü | 43 | 10,8 | 0 | 0 | 43 | 10,1 | 43 | 10,1 | | |
| Toplam | 398 | 100 | 4 | 100 | 23 | 100 | 425 | 100 | | |

$$\chi^2=19.98 \quad sd=6 \quad p=.003$$

Güreş antrenörlerinin antrenörlüğü severek yapmalarına ilişkin görüşlerinin, mesleki kıdemlerine göre farklılık gösterip göstermediği, mesleki kıdemleriyle ilişkili olup olmadığına ilişkin ki-kare testi sonuçları Tablo 4.5.'e göre incelendiğinde; mesleğe yeni başlayan antrenörlerin 6-10 yıl, 11-15 yıl ve 16+ yıl kıdeme sahip antrenörlere göre mesleklerini daha severek yaptıkları tespit edilmiştir. Antrenörlerin mesleklerini severek yapmalarına ilişkin görüşlerinin mesleki kıdemleriyle ilişkili görüşlerinde gözlenen bu farkın anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$).

Tablo 4.6. Araştırmaya katılan güreş antrenörlerinin meslekte çalışma yılları ile aldığı ücretlerin ihtiyaçlarını karşılama düzeyi arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).

| Antrenörlük Mesleğinde Çalışma Yılı | Alınan Ücretin İhtiyaçları Karşılama Durumu | | | | | | | | t-est Değeri | p |
|---|---|-------|-------|-------|--------|-------|--------|-----|-----------------|------|
| | Evet | | Hayır | | Kısmen | | Toplam | | | |
| | N | % | N | % | N | % | N | % | | |
| 1-5 yıl | 31 | 20,40 | 41 | 27 | 80 | 52,60 | 152 | 100 | 21,23 | .002 |
| 6-10 yıl | 31 | 26,30 | 38 | 32,20 | 49 | 41,50 | 118 | 100 | | |
| 11-15 yıl | 36 | 32,10 | 46 | 41,10 | 30 | 26,80 | 112 | 100 | | |
| 16 ve üstü | 15 | 34,90 | 16 | 37,20 | 12 | 27,90 | 43 | 100 | | |
| Toplam | 113 | 26,60 | 141 | 33,20 | 171 | 40,20 | 425 | 100 | | |

$$x^2=21.23 \quad sd=6 \quad p= .002$$

Güreş antrenörlerinin antrenörlük mesleğinden aldıkları ücretin ihtiyaçlarını karşılama düzeyine ilişkin görüşlerinin, mesleki kıdemlerine göre farklılık gösterip göstermediği araştırılmış ve elde edilen bulgular doğrultusunda iki değişken arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Analiz sonuçlarına göre Tablo 4.6. incelendiğinde; güreş antrenörlerinin antrenörlük mesleğinden aldıkları ücretin ihtiyaçlarını karşılama düzeyine ilişkin görüşlerinin mesleki kıdemleriyle ilişkili olup olmadığına ilişkin ki-kare testi sonuçları incelendiğinde antrenörlerin aldıkları ücretlerin ihtiyaçlarını karşılamadığı sonucuna ulaşılmıştır. Antrenörlerin büyük bir

kısmı meslekten aldıkları ücretin ihtiyaçlarını karşılama konusunda kendilerine yöneltilen soruya ‘kısmen’ cevabını vermiştir. Yapılan ki-kare analizine göre; farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla sonuçlar arasında karşılaştırma yapılmıştır. Yapılan karşılaştırma sonucunda göreve yeni başlayan 1-5 yıl ve 6-10 yıl kıdeme sahip güreş antrenörlerinin antrenörlük mesleğinden aldıkları ücretin ihtiyaçlarını karşılama düzeyine ilişkin net bir tutumları olmadığı görülürken, 11-15 yıl ile 16 yıl ve üstü kıdeme sahip güreş antrenörlerinin ise antrenörlük mesleğinden aldıkları ücretin ihtiyaçlarını karşılamadığını düşündükleri tespit edilmiştir.

Tablo 4.7. Araştırmaya katılan güreş antrenörlerinin meslekte çalışma yılları ile alınan başarıların ödüllendirilme durumu arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).

| Antrenörlük Mesleğinde Çalışma Yılı | Alınan Başarıların Ödüllendirilme Durumu (maddi - manevi) | | | | | | | | t-Test Değeri | P |
|---|---|------|-------|------|--------|------|--------|-----|---------------|------|
| | Evet | | Hayır | | Kısmen | | Toplam | | | |
| | N | % | N | % | N | % | N | % | | |
| 1-5 yıl | 10 | 6,6 | 114 | 75 | 28 | 18,4 | 152 | 100 | 15,184 | .019 |
| 6-10 yıl | 5 | 4,2 | 87 | 73,7 | 26 | 22 | 118 | 100 | | |
| 11-15 yıl | 12 | 10,7 | 92 | 8,21 | 8 | 7,1 | 112 | 100 | | |
| 16 ve üstü | 2 | 47 | 37 | 86 | 4 | 9,3 | 43 | 100 | | |
| Toplam | 29 | 6,8 | 330 | 77,6 | 66 | 15,5 | 425 | 100 | | |

$$x^2=15.184 \quad sd=6 \quad p=.019$$

Tablo 4.7.’de görüldüğü üzere; güreş antrenörlerinin aldıkları başarıların karşılığında yeterli şekilde ödüllendirilme düzeyine ilişkin görüşlerinin, mesleki kademelerine göre farklılık gösterip göstermediği araştırılmış ve elde edilen bulgular doğrultusunda iki değişken arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Analiz sonuçlarına göre güreş antrenörlerinin aldıkları başarıların karşılığında yeterli şekilde ödüllendirilme düzeyine ilişkin görüşlerinin mesleki kademeleriyle ilişkili olup olmadığına ilişkin ki-kare testi sonuçları incelendiğinde

antrenörlerin anlamlı farklılaşmaya sebep olacak büyük bir çoğunluğu kendilerine yöneltilen soruya “hayır” cevabını verdiği tespit edilmiştir. Yapılan ki-kare (χ^2) analizine göre; farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla sonuçlar arasında karşılaştırma yapılmıştır. Yapılan karşılaştırma sonucunda 1-5 yıl, 6-10 yıl ve 16 yıl ve üstü kıdeme sahip güreş antrenörleri aldıkları başarılar karşısında yeterli derecede ödüllendirilmediklerini düşünürken, 11-15 yıl kıdeme sahip güreş antrenörleri aldıkları başarılar karşısında yeterli derecede ödüllendirildiklerini düşünmektedirler.

Tablo 4.8. Güreş antrenörlerinin görev yapılan yere göre memnuniyet durumlarına ilişkin görüşlerinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).

| Görev Yapılan Yer | Görev Yapılan Yerleşim Yerinden Memnun Olma Durumu | | | | | | | | T-test Değeri | P |
|-------------------|--|------|-------|-----|--------|------|--------|-----|---------------|------|
| | Evet | | Hayır | | Kısmen | | Toplam | | | |
| | N | % | N | % | N | % | N | % | | |
| İlçe | 150 | 80,6 | 8 | 4,3 | 28 | 15,1 | 186 | 100 | 62,73 | .180 |
| İl Merkezi | 97 | 87,5 | 8 | 6,7 | 14 | 11,8 | 119 | 100 | | |
| Büyükşehir | 86 | 71,7 | 12 | 10 | 22 | 18,3 | 120 | 100 | | |
| TOPLAM | 333 | 78,4 | 28 | 6,6 | 64 | 15,1 | 425 | 100 | | |

$$\chi^2=62.73 \quad sd=4 \quad p=.180$$

Güreş antrenörlerinin görev yaptıkları yer ile görev yaptıkları yerleşim yerinden memnun olma durumları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan ki-kare testi sonuçlarına göre Tablo 4.8. incelendiğinde; antrenörlerin görev yaptıkları yer ile memnuniyet durumları arasında herhangi bir anlamlı ilişki olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$).

Tablo 4.9. Normallik Testi.

| Tests of Normality | | | | | | |
|--------------------|---------------------------------|-----|------|--------------|-----|------|
| | Kolmogorov-Smirnov ^a | | | Shapiro-Wilk | | |
| Tükenmişlik Ort. | Statistic | df | Sig. | Statistic | df | Sig. |
| | ,070 | 425 | ,000 | ,979 | 425 | ,000 |

a. Lilliefors Significance Correction.

Araştırma Sorusu: Güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma düzeyleri antrenörlerin eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

Hipotez: Antrenörlerin eğitim durumu ile duyarsızlaşma düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

Yöntem: Araştırma sorusunda bağımlı değişken duyarsızlaşma düzeyi iken, bu değişken ile ilişkili olup olmadığı incelenen değişken ya da faktör güreş antrenörlerinin eğitim durumudur. Tablo 4.9.' da farklı eğitim durumuna sahip antrenörlerin duyarsızlaşma düzeylerinin karşılaştırılmasında veriler normallik varsayımını karşılamadığından ve az sayıda denekten oluşan tek faktörlü gruplar arası deneysel çalışmalarda grupların bir değişkene ait puanları arasında gözlenen farkın anlamlılığını test etmek amaçlandığından Kruskal Wallis testi kullanılmıştır.

4.4. Çalışmaya Katılan Antrenörlerin Ki-kare (χ^2) Testi Sonuçları

Tablo 4.10. Duyarsızlaşma düzeyinin antrenörlerin eğitim durumlarına göre Kruskal Wallis testi sonucu.

| Eğitim Durumu | n | Sıra Ort. | sd | χ^2 | p |
|---------------|-----|-----------|----|----------|------|
| Lise | 147 | 216,04 | 2 | 9,878 | ,007 |
| Lisans | 243 | 203,81 | | | |
| Yüksek Lisans | 35 | 264,06 | | | |

$p < .05$

Analiz sonuçları, güreş antrenörlerinin eğitim durumları ile duyarsızlaşma düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, çalışmaya

katılan antrenörlerin duyarsızlaşma düzeyi ölçeğinden aldıkları puanların, antrenörlerin eğitim durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaştığını göstermektedir ($p < .05$). Tablo 4.10.'da görüldüğü üzere; bu bulgu, antrenörlerin eğitim durumlarının duyarsızlaşma düzeylerini değiştirmekte farklı etkilere sahip olduğunu gösterir. Eğitim durumlarının ortalamaları dikkate alındığında, en yüksek duyarsızlaşma düzeyine sahip antrenörlerinin yüksek lisans mezunu olduğu görülürken en düşük duyarsızlaşma düzeyine sahip antrenörlerin ise lisans mezunu olduğu görülmektedir.

Tablo 4.11. Duygusal tükenme düzeyinin antrenörlerin eğitim durumlarına göre Kruskal Wallis testi sonucu.

| Eğitim Durumu | n | Sıra Ort. | sd | χ^2 | p |
|----------------------|-----|-----------|----|----------|------|
| <i>Lise</i> | 147 | 204,21 | 2 | 5,538 | ,063 |
| <i>Lisans</i> | 243 | 211,80 | | | |
| <i>Yüksek Lisans</i> | 35 | 258,23 | | | |

$p > .05$

Tablo 4.11.'de yer alan analiz sonuçları, güreş antrenörlerinin eğitim durumları ile duygusal tükenme düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığını göstermektedir. Bu bulgu, çalışmaya katılan antrenörlerin duygusal tükenme düzeyi ölçeğinden aldıkları puanların, antrenörlerin eğitim durumunu etkilemediğini göstermektedir ($p > .05$). Bu bulgu, antrenörlerin eğitim durumlarının duygusal tükenme düzeylerini değiştirmekte herhangi bir etkiye sahip olmadığını göstermektedir.

Tablo 4.12. Kişisel başarı düzeyinin antrenörlerin eğitim durumlarına göre Kruskal Wallis testi sonucu.

| Eğitim Durumu | n | Sıra Ort. | sd | χ^2 | p |
|---------------|-----|-----------|----|----------|------|
| Lise | 147 | 211,67 | 2 | 1,234 | ,540 |
| Lisans | 243 | 215,38 | | | |
| Yüksek Lisans | 35 | 202,09 | | | |

$p > .05$

Analiz sonuçları, güreş antrenörlerinin eğitim durumları ile kişisel başarı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığını göstermektedir. Tablo 4.12.'ye göre; bu bulgu, çalışmaya katılan antrenörlerin kişisel başarı düzeyi ölçeğinden aldıkları puanların, antrenörlerin eğitim durumları üzerinde etkili olmadığını göstermektedir ($p > .05$).

Tablo 4.13. Duyarsızlaşma düzeylerinin antrenörlerin görev yaptıkları yere göre Kruskal Wallis Testi sonucu.

| Görev Yapılan Yer | n | Sıra Ort. | Sd | χ^2 | p |
|-------------------|-----|-----------|----|----------|------|
| İlçe | 186 | 204,41 | 2 | 6,040 | ,049 |
| İl Merkezi | 119 | 233,43 | | | |
| Büyükşehir | 120 | 206,05 | | | |

$p < .05$

Analiz sonuçları, güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma düzeyleri ile görev yaptıkları yer arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, görev yapılan yerin antrenörlerin duyarsızlaşma düzeylerini etkilediğini, duyarsızlaşma düzeyi üzerinde görev yapılan yerin belirleyici bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Çalışmaya katılan antrenörlerin duyarsızlaşma düzeyleri dikkate alındığında; antrenörlerin görev yapılan yer antrenörlerin duyarsızlaşma düzeylerini anlamlı bir şekilde değiştirmektedir ($p < .05$). Farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek adına, sıra ortalamaları dikkate alındığında, Tablo 4.13.'e göre; en yüksek duyarsızlaşmaya sahip antrenörlerin il merkezinde görev yaptıkları en az duyarsızlaşmaya sahip antrenörlerin ise ilçede görev yaptıkları görülmektedir.

Tablo 4.14. Duygusal tükenme düzeyinin antrenörlerin görev yaptıkları yere göre Kruskal Wallis Testi sonucu.

| Görev Yapılan Yer | n | Sıra Ort. | sd | χ^2 | p |
|-------------------|-----|-----------|----|----------|------|
| İlçe | 186 | 196,76 | 2 | 5,802 | ,055 |
| İl Merkezi | 119 | 226,00 | | | |
| Büyükşehir | 120 | 225,28 | | | |

$p > .05$

Tablo 4.14.'deki analiz sonuçları, güreş antrenörlerinin duygusal tükenme düzeyi ile görev yapılan yer arasında anlamlı bir ilişki olmadığını göstermektedir. Bu bulgu, görev yapılan yerin antrenörlerin duygusal tükenme düzeyini etkilemediğini, çalışmaya katılan antrenörlerin tükenmişlik envanterinin alt boyutu olan duygusal tükenme düzeyinden aldıkları puanların, antrenörlerin görev yaptıkları yere göre anlamlı bir şekilde değişmediğini göstermektedir ($p > .05$).

Tablo 4.15. Kişisel başarı puanlarının antrenörlerin görev yaptıkları yere göre Kruskal Wallis testi sonucu.

| Görev Yapılan Yer | n | Sıra Ort. | Sd | χ^2 | p |
|-------------------|-----|-----------|----|----------|------|
| İlçe | 186 | 223,95 | 2 | 8,421 | ,015 |
| İl Merkezi | 119 | 204,55 | | | |
| Büyükşehir | 120 | 204,41 | | | |

$p < .05$

Analiz sonuçları, güreş antrenörlerinin kişisel başarı puanları ile görev yaptıkları yer arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, görev yapılan yerin antrenörlerin kişisel başarı puanlarını etkilediğini, kişisel başarı puanları üzerinde görev yapılan yerin belirleyici bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Çalışmaya katılan antrenörlerin tükenmişlik envanterinin alt boyutu olan kişisel başarı düzeyinden aldıkları puanlar dikkate alındığında; antrenörlerin kişisel başarı puanları antrenörlerin görev yaptıkları yere göre anlamlı bir şekilde değişmektedir ($p < .05$). Tablo 4.15.'e göre; farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek adına antrenörlerin kişisel başarı puanlarının sıra ortalamaları dikkate alındığında ilçede görev yapan antrenörlerin il merkezi ve büyükşehirde görev yapan antrenörlere göre daha yüksek kişisel başarıya sahip oldukları tespit edilmiştir.

Tablo 4.16. Duyarsızlaşma düzeyinin antrenörlerin mesleki kıdemlerine göre Kruskal Wallis testi sonucu.

| Mesleki Kıdem | n | Sıra Ort. | sd | x ² | p |
|---------------|-----|-----------|----|----------------|------|
| 1-5 | 152 | 220,52 | 3 | 5,671 | ,129 |
| 6-10 | 118 | 211,94 | | | |
| 11-15 | 112 | 217,51 | | | |
| 16 ve üstü | 43 | 177,58 | | | |

p> .05

Tablo 4.16. incelendiğinde, analiz sonuçlarına göre; çalışmaya katılan antrenörlerin duyarsızlaşma düzeylerinin antrenörlerin mesleki kıdemlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir (p> .05).

Tablo 4.17. Duygusal tükenme düzeyinin antrenörlerin mesleki kıdemlerine göre Kruskal Wallis testi sonucu.

| Mesleki Kıdem | n | Sıra Ort. | sd | x ² | p |
|---------------|-----|-----------|----|----------------|------|
| 1-5 | 152 | 186,65 | 3 | 11,910 | ,008 |
| 6-10 | 118 | 223,14 | | | |
| 11-15 | 112 | 236,25 | | | |
| 16 ve üstü | 43 | 217,74 | | | |

p< .05

Analiz sonuçları, antrenörlerin mesleki kıdemleri ile duygusal tükenme düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Sonuçlar, çalışmaya katılan antrenörlerin duygusal tükenme düzeylerinin antrenörlerin mesleki kıdemlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığını ve mesleki kıdemlerin duygusal tükenme düzeyi üzerinde etkili olduğunu göstermektedir (p< .05). Farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek adına, Tablo 4.17. incelenmiş ve sıra ortalamaları dikkate alındığında; en düşük duygusal tükenme düzeyine sahip antrenörlerin 1-5 yıl mesleki kıdeme sahip oldukları, en yüksek duygusal tükenme

düzeyine sahip antrenörlerin ise 11-15 yıl mesleki kıdeme sahip oldukları tespit edilmiştir.

Tablo 4.18. Kişisel başarı düzeylerinin antrenörlerin mesleki kıdemlerine göre Kruskal Wallis testi sonucu.

| Mesleki Kıdem | n | Sıra Ort. | sd | x ² | p |
|---------------|-----|-----------|----|----------------|------|
| 1-5 | 152 | 221,13 | 3 | 6,023 | ,111 |
| 6-10 | 118 | 200,72 | | | |
| 11-15 | 112 | 213,68 | | | |
| 16 ve üstü | 43 | 216,19 | | | |

p> .05

Tablo 4.18.'e göre; çalışmaya katılan antrenörlerin kişisel başarılarının antrenörlerin mesleki kıdemlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir (p> .05).

Tablo 4.19. Duyarsızlaşma düzeyinin antrenörlerin yaşlarına göre Kruskal Wallis testi sonucu.

| Yaş Aralığı | n | Sıra Ort. | sd | x ² | p |
|-------------|-----|-----------|----|----------------|------|
| 21-26 | 50 | 221,66 | 3 | 4,611 | ,203 |
| 27-32 | 106 | 226,69 | | | |
| 33-38 | 120 | 214,59 | | | |
| 39 ve üstü | 149 | 199,07 | | | |

p> .05

Tablo 4.19.'a göre; analiz sonuçları, çalışmaya katılan antrenörlerin mesleki tükenmişlik düzeyi ölçeğinin, duyarsızlaşma alt boyutundan aldıkları puanların, antrenörlerin yaşlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir (p> .05).

Tablo 4.20. Duygusal tükenme düzeyinin antrenörlerin yaşlarına göre Kruskal Wallis testi sonucu.

| Yaş Aralığı | n | Sıra Ort. | sd | x ² | p |
|-------------|-----|-----------|----|----------------|------|
| 21-26 | 50 | 139,00 | 3 | 32,409 | ,000 |
| 27-32 | 106 | 218,35 | | | |
| 33-38 | 120 | 253,00 | | | |
| 39 ve üstü | 149 | 201,82 | | | |

p< .05

Tablo 4.20. incelendiğinde; çalışmaya katılan antrenörlerin mesleki tükenmişlik düzeyi ölçeğinin duygusal tükenme alt boyutundan aldıkları puanların, antrenörlerin yaşlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaştığını göstermektedir (p<.05). Yaş gruplarının sıra ortalamaları dikkate alındığında, en yüksek duygusal tükenmişliğe sahip antrenörlerin 33-38 yaş aralığında olduğu, bunu sırasıyla 27-32 yaş, 39 ve üstü ve 21-26 yaş aralığındaki antrenörlerinin izlediği görülmektedir.

Tablo 4.21. Kişisel başarı puanlarının antrenörlerin yaşlarına göre Kruskal Wallis testi sonucu.

| Yaş Aralığı | n | Sıra Ort. | sd | x ² | p |
|-------------|-----|-----------|----|----------------|------|
| 21-26 | 50 | 225,43 | 3 | 12,038 | ,007 |
| 27-32 | 106 | 194,05 | | | |
| 33-38 | 120 | 222,29 | | | |
| 39 ve üstü | 149 | 214,83 | | | |

p<.05

Tablo 4.21. sonuçlarına göre; çalışmaya katılan antrenörlerin mesleki tükenmişlik düzeyi ölçeğinin kişisel başarı alt boyutundan aldıkları puanların, antrenörlerin yaşlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaştığını göstermektedir (p<.05). Yaş gruplarının sıra ortalamaları dikkate alındığında en yüksek kişisel başarı puanına 21-26 yaş arası antrenörlerin sahip olduğu ve bunu sırasıyla 33-38 yaş arası ve 39+ antrenörlerin sahip olduğu en düşük kişisel başarı puanına ise 27-32 yaş arası antrenörlerin sahip olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4.22. Normallik Testi.

| Tests of Normality | | | | | | |
|--------------------|---------------------------------|-----|------|--------------|-----|------|
| | Kolmogorov-Smirnov ^a | | | Shapiro-Wilk | | |
| Tükenmişlik_Ort | Statistic | df | Sig. | Statistic | df | Sig. |
| | ,070 | 425 | ,000 | ,979 | 425 | ,000 |

a. Lilliefors Significance Correction

Araştırma Sorusu: Medeni hal, güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma düzeylerini etkilemekte midir?

Hipotez: Güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma düzeyleri ile medeni halleri arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

Yöntem: Araştırma sorusunda bağımlı değişken mesleki tükenmişlik envanterinin alt boyutlarından olan kişisel başarı iken, bu değişken ile ilişkili olup olmadığı incelenen değişken ya da faktör güreş antrenörlerinin medeni durumudur. Medeni durum faktöründe Bekar ve Evli olmak üzere iki düzey vardır. Tablo 4.22.' de farklı medeni durumlarda olan güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma düzeylerinin karşılaştırılmasında veriler normallik varsayımını karşılamadığından ve iki ilişkisiz grubun ilgilenilen değişken bakımından evrende benzer dağılımlara sahip olup olmadığını test etmek amaçlandığından Mann Whitney U-Testi kullanılmıştır.

4.5. Çalışmaya Katılan Antrenörlerin Mann Whitney U-Testi Sonuçları

Tablo 4.23. Duyarsızlaşma düzeyinin antrenörlerin medeni durumlarına göre Mann Whitney U - testi sonucu.

| Medeni Durum | n | Sıra Ort. | Sıra Toplamı | U | p |
|--------------|-----|-----------|--------------|-----------|------|
| Bekar | 113 | 234,36 | 26483,00 | 15214,000 | ,013 |
| Evli | 312 | 205,26 | 64042,00 | | |

$p < .05$

Güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma düzeylerinin antrenörlerin medeni durumlarına göre değerlendirmesini içeren Mann Whitney U-testi sonuçları incelenmiş ve elde edilen bulgular değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 4.23.'de değerlendirilmiştir; güreş antrenörlerinin medeni durumlarına göre duyarsızlaşma düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<.05$). Sıra ortalamaları dikkate alındığında bekar olan güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma düzeylerinin, evli olan güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma düzeylerinden daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 4.24. Duygusal tükenme düzeyinin antrenörlerin medeni durumlarına göre Mann Whitney U - testi sonucu

| Medeni Durum | n | Sıra Ort. | Sıra Toplamı | U | p |
|--------------|-----|-----------|--------------|-----------|------|
| Bekar | 113 | 192,75 | 21780,50 | 15339,500 | ,040 |
| Evli | 312 | 220,33 | 68744,50 | | |

$p<.05$

Güreş antrenörlerinin duygusal tükenme düzeylerinin antrenörlerin medeni durumlarına göre değerlendirmesini içeren Mann Whitney U-testi sonuçları, Tablo 4.24.'de verilmiştir. Buna göre güreş antrenörlerinin medeni durumlarına göre duygusal tükenme düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ($p<.05$). Sıra ortalamaları dikkate alındığında evli olan güreş antrenörlerinin duygusal tükenme puanları, bekar olan güreş antrenörlerinin duygusal tükenme puanlarından daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 4.25. Kişisel başarı düzeyinin antrenörlerin medeni durumlarına göre Mann Whitney U - testi sonucu.

| Medeni Durum | n | Sıra Ort. | Sıra Toplamı | U | p |
|--------------|-----|-----------|--------------|-----------|------|
| Bekar | 113 | 199,07 | 22494,50 | 16053,500 | ,012 |
| Evli | 312 | 218,05 | 68030,50 | | |

$p<.05$

Güreş antrenörlerinin kişisel başarı düzeylerinin antrenörlerin medeni durumlarına göre değerlendirmesini içeren Mann Whitney U-testi sonuçları Tablo 4.25.'de verilmiştir. Buna göre güreş antrenörlerinin medeni durumlarına göre kişisel başarı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ($p<.05$). Sıra ortalamaları dikkate alındığında evli olan güreş antrenörlerinin kişisel başarı puanları, bekar olan güreş antrenörlerinin kişisel başarı puanlarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.



5. TARTIŞMA

Güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeylerini belirlemeye yönelik yapılan bu çalışmadan elde edilen bulgular değerlendirilmiş ve bu bulgulardan yola çıkılarak bir takım sonuçlara ulaşılmıştır.

Güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeylerini tespit etmeye yönelik yapılan araştırmada katılımcıların demografik bilgilerini ve mesleki tükenmişlik düzeylerini ölçmeye yönelik bir anket formu yönlendirilmiş, katılımcıların görüşleri alınmıştır. Elde edilen veriler analiz edilmiş ve analiz sonuçlarına bulgular başlığında yer verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre, çalışmaya katılan güreş antrenörlerinin hepsi erkek olup çalışma erkek güreş antrenörleri üzerinde gerçekleştirilmiştir. Bu nedenle cinsiyetin antrenörlerin mesleki tükenmişlik düzeylerine etkisini belirlemeye yönelik herhangi bir çalışma yapılmamış ve çalışmada cinsiyet kontrol değişkeni olarak varsayılmıştır.

Araştırmaya katılan antrenörlerin yaşlarına bakıldığında %35'inin 39 yaş ve üzeri, %28'inin 33-38 yaş arasında; %73'ünün evli, %27'sinin bekâr olduğu görülmüştür. Görev yapılan yerleşim yerlerine bakıldığında antrenörlerin %44'ü ilçe merkezinde, %28'inin il ve büyükşehirlerde görev yaptığı; görev yapılan yerleşim yerinden memnuniyet durumlarına bakıldığında büyük çoğunluğunun (%78) memnun olduğu; eğitim durumları incelendiğinde %57'sinin lisans, %35'inin ise lise mezunu olduğu tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan antrenörlerin meslekte çalışma yıllarına bakıldığında %36'sının 1-5 yıl, %28'inin 6-10 yıl, %26'sının 11-15 yıl, %10 ise 16 yıl ve üzeri antrenörlük yaptıkları görülmüştür. Biber'in (2008) yaptığı çalışma ile yapılan çalışma paralellik göstermektedir. Araştırmaya katılan antrenörlerin mesleklerini sevme durumlarına bakıldığında %94'ünün evet şeklinde görüş bildirdiği; çalıştırdıkları yaş grupları incelendiğinde; %53'ünün 10-15 yaş, %27'sinin 16-17 yaş, %12'sinin 18-20 yaş ve %8'inin 20 yaş ve üstü sporcuları çalıştırdıkları görülmüştür. Antrenörlerin aldıkları ücretlerin ihtiyaçlarını karşılama

durumları incelendiğinde kısmen ve hayır cevapları birlikte değerlendirildiğinde %73'ünün memnun olmadığı görülmüştür. Aynı sonuç antrenörlerin alınan başarıdan ödüllendirilme durumuna bakıldığında %78'inin hayır şeklinde cevap verdikleri tespit edilmiştir (Tablo 4.1.). Bu durum, antrenörlerin ücret ve ödüllendirilmede yeteri kadar tatmin olmadıklarını göstermektedir.

Güreş antrenörlerinin katıldığı şampiyona ve aldığı derecelerin dağılımına bakıldığında antrenörlerin genel olarak Bölgesel ve Türkiye Şampiyonalarında Avrupa, Dünya ve Olimpiyat Şampiyonalarından daha başarılı oldukları tespit edilmiştir (Tablo 4.2.). Ulusal müsabakalarda yapılan derecelerin uluslararası müsabakalarda yer almaması; uluslararası müsabakaların zorluk derecesinin yüksek olduğunun bir göstergesi olabilir.

Tablo 4.3.'de görüldüğü gibi güreş antrenörlerinin tükenmişlik düzeyleri duygusal tükenme ($\bar{x}=2.20$) ve duyarsızlaşma ($\bar{x}=1.63$) boyutlarında düşük iken, kişisel başarı ($\bar{x}=2.87$) boyutunda yüksektir. Kelgökmen ve ark. (2016)'nın beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin tükenmişlik düzeylerini belirlemeye yönelik yaptığı çalışmadan elde ettikleri sonuçlar incelendiğinde; tükenmişlik düzeylerinin duygusal tükenme ($\bar{x}=11.25$) ve duyarsızlaşma ($\bar{x}=4.15$) boyutunda düşük, kişisel başarı ($\bar{x}=7.66$) boyutunda ise yüksek olduğu görülmektedir: bu yönüyle yapılan çalışma, güreş antrenörlerine yönelik yaptığımız bu çalışmayı destekler niteliktedir.

Güreş antrenörlerinin medeni hal ile yaşları karşılaştırılmış elde edilen bulgular doğrultusunda, duygusal tükenme ve duyarsızlaşma düzeylerine bakıldığında; 21-26 yaş ve 33-38 yaş arası bekâr ve evli antrenörlerin düşük ve orta duygusal tükenmişliğe; 27-32 yaş arası ve 39 yaş ve üstü bekâr antrenörlerin orta duygusal tükenmişliğe sahip olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca 33-38 yaş arası ve 39 yaş ve üstü evli antrenörlerin aynı yaş grubundaki bekâr antrenörlere göre daha yüksek duygusal tükenme ve duyarsızlaşmaya sahip olduğu bulunmuştur. 27-32 yaş arası bekâr antrenörlerin duyarsızlaşma seviyeleri aynı yaş aralığında yer alan evli antrenörlere göre daha yüksek çıkmıştır. Tüm yaş gruplarındaki bekâr antrenörlerin kişisel başarı seviyeleri orta ve yüksek ancak 27-32 yaş arası ve 39 yaş ve üstü evli antrenörlerde ise kişisel başarı seviyeleri aynı yaş grubundaki bekâr antrenörlere göre düşük bulunmuştur (Tablo 4.4.). Elde edilen bulgular değerlendirildiğinde bekâr

antrenörlerin evli antrenörlere göre daha yüksek duyarsızlaşma düzeyine sahip oldukları tespit edilmiştir. Bu bulgu, medeni durumun güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma düzeylerini değiştirmekte etkili olduğunu göstermektedir. Elde dilen bulgular medeni durumun güreş antrenörlerinin duygusal tükenme ve kişisel başarılarını değiştirdiği ve etkilediği söylenebilir.

Güreş antrenörlerinin antrenörlüğü severek yapmalarına ilişkin görüşlerinin mesleki kıdemleriyle ilişkili olup olmadığına ilişkin ki-kare testi sonuçları incelendiğinde; mesleğe yeni başlayan antrenörlerin 6-10 yıl, 11-15 yıl ve 16+ yıl kıdeme sahip antrenörlere göre mesleklerini daha severek yaptıkları tespit edilmiştir. (Tablo 4.5.). Bu durum uzun süre hizmet veren güreş antrenörlerinin meslek heyecanını kaybetmeleri, performans düşüklüğü yaşamaları, çeşitli sorunlardan ötürü bitkinlik duymaları, fiziksel duygusal anlamda tükenmişlik yaşamaları ile açıklanabilir. Biber (2008) ve Tümkaya'nın (2000) yapmış oldukları çalışma sonuçları yaptığımız çalışmayı destekler niteliktedir. Bu bağlamda antrenörlerin meslekte kıdemleri arttıkça mesleklerine yönelik sevgilerinin azaldığı söylenebilir.

Güreş antrenörlerinin antrenörlük mesleğinden aldıkları ücretin ihtiyaçlarını karşılama düzeyine ilişkin görüşlerinin, mesleki kıdemlerine göre farklılık gösterip göstermediği araştırılmıştır. Bu durum antrenörlerin aldıkları ücretlerin ihtiyaçlarını karşılama durumları kısmen ve hayır cevapları birlikte değerlendirildiğinde %73'ünün memnun olmadığı görülmüştür. Antrenörlerin aldıkları ücretlerin ihtiyaçlarını karşılamadığı sonucuna ulaşılmıştır (Tablo 4.6.). Ki-kare analizine göre; farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla sonuçlar arasında karşılaştırma yapılmıştır. Yapılan karşılaştırma sonucunda göreve yeni başlayan 1-5 yıl ve 6-10 yıl kıdeme sahip güreş antrenörlerinin antrenörlük mesleğinden aldıkları ücretin ihtiyaçlarını karşılama düzeyine ilişkin net bir tutumları olmadığı görülürken, 11-15 yıl ile 16 yıl ve üstü kıdeme sahip güreş antrenörlerinin ise antrenörlük mesleğinden aldıkları ücretin ihtiyaçlarını karşılamadığını düşündükleri tespit edilmiştir. Bu durum, meslekte kıdemli güreş antrenörleri aldıkları ücretin ihtiyaçlarını karşılamadıklarını düşünürken, göreve yeni başlayan güreş antrenörleri ise kıdemli antrenörlere göre aldıkları ücretin ihtiyaçlarını kısmen karşıladığını düşünmektedir.

Güreş antrenörlerinin aldıkları başarıların karşılığında yeterli şekilde ödüllendirilme düzeyine ilişkin görüşlerinin mesleki kıdemleriyle ilişkili olup olmadığına ilişkin ki-kare testi sonuçları incelendiğinde 1-5 yıl, 6-10 yıl ve 16 yıl ve üstü kıdeme sahip güreş antrenörleri aldıkları başarılar karşısında yeterli derecede ödüllendirilmediklerini düşünürken, 11-15 yıl kıdeme sahip güreş antrenörleri aldıkları başarılar karşısında yeterli derecede ödüllendirildiklerini düşünmektedirler. (Tablo 4.7.)

Güreş antrenörlerinin görev yaptıkları yer ile görev yaptıkları yerleşim yerinden memnun olma durumları arasında herhangi bir anlamlı ilişki olmadığı tespit edilmiştir ($p > .05$). Analiz sonuçları incelendiğinde görev yapılan yerin, görev yapılan yerleşim yerinden memnun olma durumu üzerinde herhangi bir etkiye sahip olmadığı söylenebilir (Tablo 4.8.).

Güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma düzeylerinin antrenörlerin eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğinin irdelendiği, antrenörlerin eğitim durumu ile duyarsızlaşma düzeyleri arasındaki anlamlı ilişkinin belirlenmeye çalışıldığı Tablo 4.9.'da yapılan normallik testine göre; veriler normallik varsayımını karşılamadığından ve az sayıda denekten oluşan tek faktörlü gruplar arası deneysel çalışmalarda grupların bir değişkene ait puanları arasında gözlenen farkın anlamlılığını test etmek amacıyla non-parametrik testlerle analizler tamamlanmıştır.

Katılımcıların eğitim düzeylerine göre duyarsızlaşma düzeyleri incelendiğinde en yüksek duyarsızlaşma düzeyine sahip antrenörlerin yüksek lisans mezunu olduğu görülürken (264.06), en düşük duyarsızlaşma düzeyine sahip antrenörlerin lisans mezunu olduğu görülmektedir (203.81) (Tablo 4.10.). Türkman (2017), Büyükler Türkiye Güreş Şampiyonası'na katılan güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeylerinin sosyo-demografik özelliklerine göre değerlendirilmesi çalışmasındaki duyarsızlaşma boyutunda anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu çalışma, yaptığımız çalışmayı desteklemektedir. Duyusal tükenme boyutunda güreş antrenörlerinin eğitim durumlarının etkili olmadığı tespit edilmiştir (Tablo 4.11.). Yapılan diğer çalışmalara bakıldığında Sezgin (2010); üniversite hastanelerinde çalışan başmüdür ve müdürlere yapmış olduğu çalışmada duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı bakımından eğitim durumuna göre karşılaştırıldığında

istatistiksel yönden anlamlı bir farkın olmadığını tespit etmiştir. Sezgin'in yapmış olduğu bu çalışma duygusal tükenme boyutunda yaptığımız bu çalışmayı desteklemektedir. Elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde öğrenim düzeyindeki farklılığın antrenörlerin duygusal tükenme düzeyleri üzerinde belirleyici herhangi bir etkinliğe sahip olmadığı, duygusal tükenme düzeyi ile antrenörlerin eğitim durumları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı söylenebilir. Güreş antrenörlerinin eğitim durumları ile kişisel başarı düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiş ve anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir (Tablo 4.12.). Elde edilen bulgular değerlendirildiğinde antrenörlerin eğitim durumlarının kişisel başarı düzeyleri üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olmadığı tespit edilmiştir. Cihan (2011) ve Yılmaz (2013)'da yaptıkları çalışmada Beden Eğitimi Öğretmenlerinin tükenmişlik boyutu ile eğitim durumu değişkenine ait bulgular incelendiğinde duygusal tükenme, kişisel başarı ve duyarsızlaşma alt boyutlarında anlamlı bir farkın olmadığı tespit edilmiştir. Kale (2007) çalışmasında eğitim durumu değişkeninin tükenmişlik düzeyi alt boyutlarında tükenmişliği etkilemediğini belirtmiştir. Bu bulgu çalışmamızı duygusal tükenme ve kişisel başarı alt boyutlarında desteklerken duyarsızlaşma alt boyutunda bulgularımızla örtüşmemektedir.

Araştırmaya katılan antrenörlerin, duyarsızlaşma düzeylerinin, antrenörlerin görev yaptıkları yere göre Kruskal Wallis testi sonucuna göre anlamlı bir fark tespit edilmiştir. En yüksek duyarsızlaşmaya sahip antrenörlerin il merkezinde (233,43) görev yaptıkları, en az duyarsızlaşmaya sahip antrenörlerin ise ilçede (204,41) görev yaptıkları ortaya çıkmaktadır (Tablo 4.13.). Bu sonuç, görev yapılan yerin antrenörlerin duyarsızlaşma düzeylerini etkilediğini, duyarsızlaşma düzeyi üzerinde görev yapılan yerin belirleyici bir etkiye sahip olduğu söylenebilir.

Elde edilen bulgular görev yapılan yerin antrenörlerin duygusal tükenme düzeyini etkilemediğini, çalışmaya katılan antrenörlerin duygusal tükenme düzeyinden aldıkları puanların, antrenörlerin görev yaptıkları yere göre anlamlı bir şekilde değişmediğini göstermektedir (Tablo 4.14.).

Çalışmaya katılan antrenörlerin kişisel başarı puanlarının antrenörlerin görev yaptıkları yere göre Kruskal Wallis testi sonucu anlamlı bir fark tespit edilmiş $p < .05$ ilçede görev yapan antrenörlerin il merkezi ve büyükşehirde görev yapan antrenörlere göre, il merkezinde görev yapan antrenörlerin de büyükşehirde görev

yapan antrenörlere göre daha yüksek kişisel başarıya sahip oldukları tespit edilmiştir (Tablo 4.15.).

İlgili literatür incelendiğinde; Soyer ve arkadaşlarının (2009) beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki tükenmişlik düzeylerinin çeşitli faktörler açısından incelenmesine yönelik çalışmasında öğretmenlerin görev yerlerine bağlı olarak duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Ayrıca Tuna ve Çimen'in (2013) beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik düzeylerinin incelenmesine yönelik yaptıkları çalışma sonuçlarına göre duygusal tükenme alt boyutunda ilde görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin ilçedekilere göre daha fazla tükenmişlik yaşadığını tespit etmiştir. Literatür bulguları bu yönüyle çalışmayı desteklemez iken Kale'nin (2007) yaptığı çalışmada görev yapılan yerleşim yerine bağlı olarak tükenmişlik düzeyleri arasında herhangi bir farklılık tespit edilmemiştir. Bu yönüyle literatür bulguları bu çalışmayı kısmen destekler niteliktedir.

Çalışmaya katılan antrenörlerin duyarsızlaşma düzeylerinin antrenörlerin mesleki kıdemlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($p > .05$) (Tablo 4.16.). Bu bulgu, antrenörlerin mesleki kıdemlerinin duyarsızlaşma düzeylerini değiştirmekte herhangi bir etkiye sahip olmadığını göstermektedir. İlgili literatür incelendiğinde mesleki kıdem değişkeninin tükenmişlik üzerinde etkili olmadığı ile ilgili araştırma bulguları bulunmaktadır. Mesleki kıdem değişkeninin tükenmişliği etkilemediğini Peker (2002) ve Çavuşoğlu (2005) çalışmalarında belirtmiştir. Araştırmaya katılan antrenörlerin mesleki kıdemleri ile duygusal tükenme düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Sonuçlar, çalışmaya katılan antrenörlerin duygusal tükenme düzeylerinin antrenörlerin mesleki kıdemlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığını ve mesleki kıdemın duygusal tükenme düzeyi üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. En düşük duygusal tükenme düzeyine sahip antrenörlerin 1-5 yıl mesleki kıdeme sahip oldukları en yüksek duygusal tükenme düzeyine sahip antrenörlerin ise 11-15 yıl mesleki kıdeme sahip oldukları tespit edilmiştir (Tablo 4.17.). Bu bulgu, antrenörlerin mesleki kıdemlerinin duygusal tükenme düzeylerini değiştirmekte anlamlı bir etkiye ve farklılaşmaya sahip olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda mesleki kıdem arttıkça antrenörlerin duygusal tükenme düzeylerinin de belirli oranlarda arttığı

görülmektedir. Erdemoğlu Şahin (2007) Ankara ili ilköğretim ve ortaöğretim okulları öğretmenlerine yaptığı çalışmada duygusal tükenmişlik düzeyi en fazla 26 yıl ve üzeri mesleki kıdeme sahip olan öğretmenlerin olduğunu tespit etmiştir. Doğan (2016)'ın çalışmasında, tükenmişlik ölçeğinin tüm alt boyutları ile mesleki kıdem arasında anlamlı bir fark saptamıştır. Yaptığı çalışmada elde edilen bu bulgulara göre, araştırma grubunun mesleki kıdemleri arttıkça buna paralel olarak duygusal tükenmişlik düzeyleri de artmaktadır. Doğan (2016)'ın çalışması, araştırmayı desteklemektedir.

Araştırmaya katılan antrenörlerin kişisel başarılarının, antrenörlerin mesleki kıdemlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir (Tablo 4.18.). Bu bulgu, antrenörlerin mesleki kıdemlerinin kişisel başarılarını değiştirmekte herhangi bir etkiye sahip olmadığını gösterir. Yapılan analizler sonucunda elde edilen veriler değerlendirildiğinde antrenörlerin kişisel başarı düzeyleri üzerinde mesleki kıdemlerinin belirleyici bir etkiye sahip olmadığı tespit edilmiştir. Mesleki kıdem değişkeninin tükenmişlik alt boyutlarından sadece düşük kişisel başarı hissi alt boyutunda farklılaşmalar yarattığını, Izgar (2003) yapmış olduğu çalışmada belirtmiştir. Bu sonuç elde ettiğimiz sonuç ile zıtlık göstermektedir. İlgili literatür incelendiğinde güreş antrenörlerinin tükenmişlik düzeyleri üzerinde kıdem değişkeninin etkisine ilişkin farklı sonuçlar olduğu görülmektedir. Kale (2007), Gençay (2007) ve Vurgun ve ark. (2006) mesleki kıdeme bağlı olarak beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki tükenmişlik düzeyi alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit etmemişlerdir. Özkan (2007) yaptığı çalışmada; öğretmenlerin kıdemlerine göre kişisel başarı alt boyutunda tükenmişlikleri dikkate alındığında en çok tükenmişlik yüzdesine sahip olanların %42 ile 0-5 yıl arası hizmet süresine sahip olan öğretmenler olduğunu, daha sonra sırayla; %36 ile 6-10 yıl arası, %29 ile 11-15 yıl arası ve %17 ile 16 yıl ve üzerinde hizmet süresine sahip olan öğretmenler geldiğini belirtmiştir. Kelgökmen ve ark. (2007); duyarsızlaşma alt boyutunda 1-10 yıl mesleki kıdeme sahip öğretmenlerin diğer gruplarda bulunan öğretmenlere göre tükenmişliği daha yüksek yaşadıklarını, duygusal tükenme ve kişisel başarı alt boyutlarında ise anlamlı bir farklılığa rastlanmadığını belirtmiştir.

Araştırmaya katılan antrenörlerin duyarsızlaşma düzeylerinin antrenörlerin yaşlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir (Tablo 4.19.). Bu

bulgu, antrenörlerin yaşları ile duyarsızlaşma düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığını göstermektedir. Aydın (2004) ve Kale (2007) çalışmalarında beden eğitimi öğretmenlerinin yaş değişkenlerinin tükenmişlik düzeyleri üzerinde etkili olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Bu yönüyle Aydın (2004) ve Kale'nin (2007) yapmış oldukları çalışmalar çalışmayı kısmen destekler niteliktedir. Literatürdeki bu çalışmalardan yola çıkarak bu araştırma ile zıtlık gösteren ya da alt boyutlarda farklılık gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Yapılan bu çalışmada yaş değişkeninin duygusal tükenme ve kişisel başarıda farklılık göstermesinin bireysel farklılıklardan kaynaklanabileceği veya yaşam koşulları ile de ilgili olabileceği düşünülmektedir.

Duygusal tükenme düzeylerinin, antrenörlerin yaşlarına göre, Kruskal Wallis testi sonucunda anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0.05$). En yüksek duygusal tükenmişliğe sahip antrenörlerin 33-38 yaş aralığında olduğu (253,00), bunu sırasıyla 27-32 yaş (218,35), 39+ ve 21-26 yaş (139,00) aralığındaki antrenörlerinin izlediği görülmektedir (Tablo 4.20). Taşğın (2004) yaptığı çalışmada yaşlara göre mesleki tükenmişlik alt boyutlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediğini tespit etmiştir. Doğan'ın (2016) taekwando antrenörlerinin iş doyumu ve tükenmişlik düzeylerinin incelenmesine yönelik yaptığı çalışmada; yaş değişkeni incelendiğinde, duygusal tükenmişlik alt boyutun anlamlılık gösterdiği tespit edilmiştir. Doğan (2016)'ın elde ettiği bulgulara göre; antrenörlerin yaş düzeyleri arttıkça duygusal tükenmişlik düzeylerinin de arttığını tespit etmiştir. Bu bulgu çalışmamızı kısmen destekler niteliktedir. Türkman (2017)'ın yaptığı çalışmada; duygusal tükenmişlik boyutunda en yüksek skorun $21,63 \pm 5,62$ ile 31-35 yaş grubuna, en düşük skorun ise $19,48 \pm 6,10$ ile 26-30 yaş grubuna ait olduğunu tespit etmiştir.

Çalışmaya katılan antrenörlerin kişisel başarı puanlarının antrenörlerin yaşlarına göre; Kruskal Wallis testi sonucu anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($p<0.05$). Antrenörlerin kişisel başarı düzeyleri incelendiğinde, en yüksek kişisel başarı puanına 21-26 yaş arası (225,43) antrenörlerin sahip olduğu tespit edilmiş olup, bunu sırasıyla 33-38 yaş arası (222,29) ile 39 ve üstü (214,83) antrenörlerin sahip olduğu, en düşük kişisel başarı puanına ise 27-32 yaş arası (194,05) antrenörlerin sahip olduğu tespit edilmiştir (Tablo 4.21.). Bu bulgu, antrenörlerin yaşları ile kişisel başarı puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ve antrenörlerin yaşlarının kişisel başarı puanlarını değiştirmekte farklı etkilere sahip olduğunu göstermektedir. İlgili literatür

incelendiğinde bu araştırma ile zıtlık gösteren ya da alt boyutlarda farklılık gösteren çalışmalar bulunmaktadır. İlkim (2013)'ın Türkiye'deki güreş hakemlerinin iş doyumu ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin çeşitli faktörler açısından incelenmesine yönelik yaptığı çalışmada; yaş değişkeni ile hakemlerin kişisel başarı düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığını tespit etmiştir. Bu sonuç bizim çalışmamız ile örtüşmemektedir. Yapılan bu çalışmada yaş değişkeninin kişisel başarıda farklılık göstermesinin bireysel farklılıklardan kaynaklanabileceği veya yaşam koşulları ile de ilgili olabileceği düşünülmektedir. Kurtlar (2009) yaptığı çalışmada; yaşa göre beden eğitimi öğretmenlerinin her 3 alt boyut açısından da tükenmişlik düzeylerinde anlamlı bir farklılaşma saptamamıştır. Baysal (1995) lise ve dengi okul öğretmenlerinde meslekte tükenmişliğe etki eden faktörleri incelediği araştırma sonucuna göre yaş ile tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuştur. Özellikle öğretmenlerin ilk 5 yılında daha yüksek tükenmişliğe sahip olduklarını saptamıştır. Araştırma sonuçlarına göre tükenmişlik ile yaş değişkenine ait literatürde farklı bulgular yer almaktadır. Genel olarak bakıldığında, Baysal (1995)'ın araştırması, çalışmamızı destekler niteliktedir.

Güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma düzeyleri ile medeni halleri arasındaki ilişkinin belirlenmeye çalışıldığı Tablo 4.22 irdelendiğinde iki alt boyuta sahip medeni durum faktörüne ait veriler normallik varsayımını karşılamadığından ve iki ilişkisiz grubun ilgilenilen değişken bakımından evrende benzer dağılımlara sahip olup olmadığını test etmek amaçlandığından non-parametrik testlerle analizler tamamlanmıştır.

Araştırmaya katılan antrenörlerin duyarsızlaşma düzeylerinin medeni durumları dikkate alındığında, Mann Whitney U - testi sonucuna göre anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Bekar olan güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma düzeylerinin (234,36), evli olan güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma düzeylerinden (205,26) daha yüksek olduğu görülmektedir (Tablo 4.23.). Biber (2008) tarafından futbol antrenörlerine yapılan çalışmada futbol antrenörlerinin medeni durumları ile tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Evli antrenörlerin Duygusal Tükenmişlik ($9,78 \pm 5,757$) ve Duyarsızlaşma ($3,60 \pm 3,288$) düzeyleri ile bekar antrenörlerin Duygusal Tükenmişlik ($9,21 \pm 5,123$) ve Duyarsızlaşma ($3,67 \pm 3,338$) düzeyleri düşük çıkarken, boşanmış

antrenörlerin Duygusal Tükenmişlik (14,80±3,994) ve Duyarsızlaşma (9,0±2,582) düzeyleri yüksek bulunmuştur. Özkan (2007) çalışmasında Duyarsızlaşma alt boyutunda; evli beden eğitimi öğretmenlerinin %67'sinin, bekar beden eğitimi öğretmenlerinin %56'sının tükenmişlik yaşadığı sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde medeni durum değişkenine göre tükenmişlik düzeylerini inceleyen çalışmalar farklılık göstermektedir.

Çalışmaya katılan antrenörlerin duygusal tükenme düzeyinin antrenörlerin medeni durumlarına göre Mann Whitney U-testi sonucu anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($p<0.05$). Evli olan güreş antrenörlerinin duygusal tükenme puanları (220,33), bekar olan güreş antrenörlerinin duygusal tükenme puanlarından (192,75) daha yüksek olduğu görülmektedir (Tablo 4.24.). Çolak (2017)'in yaptığı çalışmada; evli katılımcıların duygusal tükenme düzeylerinin bekar olanlara göre anlamlı biçimde daha yüksek olduğu bulunmuştur ($p<0.05$). Doğan'ın (2016) yaptığı çalışmada medeni duruma bakıldığında duygusal tükenmişlik alt boyutu anlamlılık göstermiştir. Özkan (2007), çalışmasında duygusal tükenme alt boyutunda evli beden eğitimi öğretmenlerinin %66'sının tükenmişlik yaşadığı ve bekar beden eğitimi öğretmenlerinin daha az tükenmişlik yaşadığı sonucuna ulaşmıştır. Bu bulgu çalışmamızla paralellik göstermektedir.

Araştırmaya katılan antrenörlerin kişisel başarı düzeyinin antrenörlerin medeni durumlarına göre Mann Whitney U - testi sonucu anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($p<0.05$). Evli olan güreş antrenörlerinin kişisel başarı puanları (218,05), bekar olan güreş antrenörlerinin kişisel başarı puanlarından (199,07) daha yüksek olduğu görülmektedir (Tablo 4.25.). Budak ve Sürgevil (2005) yapmış oldukları çalışmada; medeni durumun tükenmişliğin hiçbir boyutunda farklılaşma yaratmadığını tespit etmişlerdir; dolayısıyla Budak ve Sürgevil (2005)'in yapmış olduğu çalışma sonuçları, bulgularımızla örtüşmemektedir. İlgili literatür incelendiğinde İlkım (2013) Türkiye' deki güreş hakemlerinin iş doyum ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin çeşitli faktörler açısından incelenmesine yönelik yaptığı çalışmasında bekar güreş hakemlerinin puan ortalamalarının duygusallık ve duyarsızlık boyutunda en yüksek olduğunu, kişisel başarı boyutunda ise evli güreş hakemlerinin puanlarının en yüksek olduğunu tespit etmiştir. Buna göre İlkım (2013)'in yapmış olduğu çalışma duyarsızlaşma ve duygusal tükenme alt

boyutlarında çalışmamız ile örtüşmezken kişisel başarı alt boyutunda çalışmamızı kısmen destekler niteliktedir. Yılmaz (2013) yaptığı çalışma sonuçlarına göre tükenmişlik ile medeni durum değişkenine ait bulgular incelendiğinde; duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı bir farkın olmadığı tespit etmiştir.



6. SONUÇ ve ÖNERİLER

Güreş antrenörlerinin mesleki tükenmişlik düzeylerini belirlemeye yönelik yapılan bu çalışmada elde edilen bulgular değerlendirilmiş ve bu bulgulardan yola çıkılarak bir takım sonuçlara ulaşılmıştır.

Güreş antrenörlerinin medeni durumlarının antrenörlerin duyarsızlaşma, duygusal tükenme ve kişisel başarı düzeylerine etkisini ölçmek amacıyla yapılan analiz sonuçlarına göre medeni durumun antrenörlerin mesleki tükenmişlik düzeyi alt boyutları üzerinde etkili olduğu görülmektedir. Güreş antrenörlerinin medeni durumu ve duygusal tükenme düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki tespit edildiğinden medeni durumun güreş antrenörlerinin duyarsızlaşma, duygusal tükenme ve kişisel başarı düzeylerini değiştirmekte etkilidir, denilebilir. Kişisel başarı düzeyi sıra ortalamaları dikkate alındığında bekar antrenörlerin evli antrenörlere göre daha az kişisel başarıya sahip oldukları, evli antrenörlerin daha yüksek kişisel başarı puanına sahip oldukları, evliliğin kişisel başarıda önemli bir etkiye sahip olduğu ve evliliğin kişisel başarıyı artırdığını söyleyebiliriz.

Katılımcıların eğitim durumları ile duyarsızlaşma düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiş ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Yüksek lisans mezunu olan antrenörlerin en yüksek duyarsızlaşmaya, lisans mezunu olan antrenörlerin ise en düşük duyarsızlaşmaya sahip olduğu belirlenmiştir. Bu durumda antrenörlerin öğrenim düzeyleri arttıkça duyarsızlaşma düzeyleri de anlamlı bir şekilde artmıştır. Öğrenim düzeyindeki artışın antrenörlerin duyarsızlaşma düzeylerini etkilediği söylenebilir. Araştırmaya katılan güreş antrenörlerinin eğitim durumları ile duygusal tükenme ve kişisel başarı düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiş ve anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde öğrenim düzeyindeki farklılığın antrenörlerin duygusal tükenme ve kişisel başarı düzeyleri üzerinde belirleyici herhangi bir etkiye sahip olmadığı söylenebilir.

Elde edilen bulgular doğrultusunda; görev yapılan yer, antrenörlerin duygusal tükenme düzeyleri üzerinde belirleyici bir etkiye sahip değilken, duyarsızlaşma düzeyleri ve kişisel başarı düzeyleri ise görev yapılan yer değişkenine bağlı olarak anlamlı bir şekilde değişmektedir. En yüksek duyarsızlaşmaya, il merkezinde görev yapan antrenörler; en düşük duyarsızlaşmaya ise ilçede görev yapan antrenörler sahiptir. Bulgular sonucunda, görev yapılan yer ilçe merkezi gibi küçük bir yerleşim alanı olduğunda, antrenörler daha az duyarsızlaşma düzeyine sahipken, görev yapılan yer il merkezi gibi büyük bir yerleşim alanı olduğunda, duyarsızlaşma düzeyinin artmakta olduğu görülmüştür. Ayrıca ilçede görev yapan antrenörlerin en yüksek kişisel başarı puanına sahip oldukları görülmektedir. Bu durumda antrenörlerin görev yaptıkları yer nüfus, gelişmişlik düzeyi büyüklük olarak arttıkça kişisel başarı puanları azalmaktadır diyebiliriz. Sonuç olarak görev yapılan yer kişisel başarı üzerinde zıt bir etkiye sahiptir ve kişisel başarıyı negatif yönde etkilemektedir.

Katılımcıların duyarsızlaşma düzeyi ve kişisel başarı düzeyi üzerinde antrenörlerin mesleki kıdemlerinin etkisi araştırılmış ve anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Araştırmaya katılan güreş antrenörlerinin duygusal tükenme düzeyi üzerinde antrenörlerin mesleki kıdemlerinin etkisi araştırılmış ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla sıra ortalamaları incelendiğinde mesleki kıdem arttıkça antrenörlerin duygusal tükenme düzeylerinde de artış olduğu görülmektedir.

Çalışmaya katılan antrenörlerin demografik bilgileri ele alındığında; katılımcıların büyük bir çoğunluğunun 39 yaş ve üzerinde olduğu, yaş aralığı azaldıkça antrenör sayısının da azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu durumda güreş antrenörlerinin belirli bir yaştan sonra antrenörlük mesleğini tercih ettikleri söylenebilir. Ancak elde edilen bulgular dikkate alındığında antrenörlerin duyarsızlaşma puanları ile yaşları arasında anlamlı bir fark tespit edilemediğinden duyarsızlaşma düzeyleri ile ilgili yaş faktörüne bağlı olarak yorum yapılamamaktadır. Ayrıca antrenörlerin duygusal tükenmişlik düzeyleri dikkate alındığında göreve yeni başlayan genç antrenörlerin kıdemli antrenörlerden daha düşük seviyede duygusal tükenmişliğe sahip oldukları söylenebilir. Çalışmaya katılan antrenörlerden elde edilen bulgular dikkate alındığında antrenörlerin kişisel

başarı puanlarının antrenörlerin mesleğine yeni başladıklarında en yüksek düzeyde olduğunu bu düzeyin yaş ilerledikçe azaldığını söyleyebiliriz.

Güreş antrenörlerinin mesleki kıdemleri ile mesleklerine duydukları sevgiye ilişkin görüşleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan ki-kare analizi sonucunda güreş antrenörlerinin meslekte kıdemleri arttıkça mesleklerine yönelik sevgilerinin azaldığı tespit edildiğinden mesleki kıdem ile mesleğe yönelik görüşleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu söylenebilir.

Antrenörlerin mesleki kıdemleriyle antrenörlük mesleğinden aldıkları ücretin ihtiyaçlarını karşılama düzeyine ilişkin görüşleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan ki-kare analiz sonuçlarına göre antrenörlerin aldıkları ücretlerin ihtiyaçlarını karşılamadığı düşünüldüğü sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmaya katılan güreş antrenörlerinin mesleki kıdemleri ile antrenörlerin aldıkları başarılar karşısında ödüllendirilme düzeylerine ilişkin görüşleri arasındaki ilişki incelenmiş anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Göreve yeni başlayan antrenörlerin ödüllendirilmelerinin daha az olduğunu düşündükleri, meslekte kıdeme sahip antrenörlerin ödüllendirilmelerinin daha çok olduğunu düşündükleri söylenebilir.

Güreş antrenörlerinin görev yaptıkları yerleşim yeri ile antrenörlerin görev yaptıkları yerleşim biriminden memnun olma durumlarına yönelik görüşleri arasındaki ilişki araştırılmış ve anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Görev yapılan yerin, görev yapılan yerden memnun olma durumu üzerinde farklılaşmaya sebep olacak anlamlı bir etkiye sahip olmadığı, iki değişken arasında anlamlı bir ilişki olmadığı söylenebilir.

Araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda, bu alanda çalışan araştırmacılara aşağıda belirtilen önerilerde bulunulabilir:

- Bu araştırma, Türkiye Güreş Federasyonu'nda yer alan erkek güreş antrenörleri ile sınırlı olup bir sonraki çalışmada kadın güreş antrenörleri ile çalışılabilir.

- Bu araştırma Türkiye Geneline uygulanan bir araştırma olup bir sonraki çalışmada daha spesifik uygulanan bir araştırma ile daha detaylı ve derinlemesine incelenebilir.

- Araştırmada elde edilen sonuçlar doğrultusunda, antrenörlerin aldıkları başarılar karşısında ödüllendirilmeleri sağlanıp mesleki tükenmişlik düzeylerinin tekrar incelenmesi ve araştırılması üzerinde çalışılabilir.

- Bu çalışma, sadece güreş antrenörleri üzerinde yapılmıştır; farklı branşlardaki antrenörlere de uygulanıp farklılıklar ele alınabilir.

- Antrenörlerden istenilen verimi alabilmek için sağlıklı bir iş ortamı sağlanmalı ve tükenmişliği önleyici önlemler alınmalıdır.

- Antrenörler, yaptıkları iş karşılığında takdir ve motive edilmelidirler.

- Antrenörler için düzenlenen kurs ve seminerlerde tükenmişlik, stres ve kaygı konularına ağırlık verilmeli ve bunları önleyici önlemler üzerinde önemle durulmalıdır.

KAYNAKLAR

Acar B. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Okul Spor Faaliyetlerinin Organizasyonu ve Katılım Sorunları ile İlgili Görüşlerinin Değerlendirilmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Burdur: Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, 2015.

Adıgüzel İ. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Sınıf Yönetimi Becerileri ile Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişki. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sınıf Eğitimi Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Rize: Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, 2016.

Ağaoğlu E, Ceylan M, Kasım E, Madden T. Araştırma Görevlilerinin Kendi Tükenmişlik Düzeylerine İlişkin Görüşleri. XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı, Malatya, 2004.

Akça Şelale N. Özel Spor Merkezlerine Üye Olan Bireylerin Spora Yönelme Nedenleri ve Beklentilerinin Gerçekleşme Düzeyleri. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi, 2012.

Akçalar Öztürk S. Ortopedik Engellilerin Sosyalleşmesine Sporun Etkisi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek lisans tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi, 2007.

Akgül H. Popüler Spor Kültürü ve Din. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi, 2014.

Akten S. Rehber Öğretmenlerin Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Edirne: Trakya Üniversitesi, 2007.

Alıncak F. Ferdi ve Takım Sporlarıyla Uğraşan Bireylerin Strese Karşı Koyabilme Düzeylerinin Karşılaştırması. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep: Gaziantep Üniversitesi, 2012.

Alkan E. Yıldırma (mobbing) Davranışlarının Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Tükenmişliği Üzerine Etkisi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir: Balıkesir Üniversitesi, 2011.

Altın V. Hastane ve Sağlık Kurumları Yönetimi Bilim Dalı Tükenmişlik Sendromu ve Denizli Devlet Hastanesi Hemşireleri Örneği. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Yönetimi Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Beykent Üniversitesi, 2015.

Ardıç K, Polatçı S. Tükenmişlik sendromu akademisyenler üzerinde bir uygulama (GOÜ örneği). *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 2008, 10(2):69-96.

Arı Sağlam G, Bal E. Tükenmişlik kavramı: Birey ve örgütler açısından önemi. *Yönetim ve Ekonomi*, 2008, 15(1):131-148.

Arpa DK. Ortaöğretimdeki Erkek Sporcuların Karate ve Taekwando Branşına Yönelme Nedenleri ve Beklentileri (İstanbul İli/Üsküdar İlçe Örneği). Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Haliç Üniversitesi, 2014.

Aydoğan O. İş Stresinin Tükenmişlik ve Örgütsel Bağlılıkla İlişkisi: Kamu Sektöründe Bir Uygulama. Kara Harp Okulu Savunma Bilimleri Enstitüsü, Savunma Yönetimi Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Kara Harp Okulu, 2008.

Aydın K. Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Tükenmişlik Düzeyleri ve Tükenmişliği Etkileyen Bazı Faktörlerin İncelenmesi (Aksaray İl Örneği). Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, 2004.

Aydın S. İş Hayatında Tükenmişlik ve Eminönü İlçesi Banka Çalışanları Üzerinde Bir Uygulama. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: İstanbul Üniversitesi, 2007.

Ayvaz U. Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Tükenmişlik Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi (İstanbul İli Kadıköy ve Ataşehir İlçeleri Örneği). Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Yeditepe Üniversitesi, 2015.

Bahar E. Tükenmişlik Sendromu, Otel İşletmelerinde Ön Büro Çalışanlarında Bir Uygulama. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Turizm İşletmeciliği Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Adnan Menderes Üniversitesi, 2006.

Bayraktar C, Sosyal yapı özelliklerinin spora etkisi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2003, 17(1):19-36.

Baysal A. Lise ve Dengi Okul Öğretmenlerinde Meslekte Tükenmişliğe Etki Eden Faktörler. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Doktora Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, 1995.

Bektaş, Z. İstanbul Büyük Şehir Belediyesi Spor A.Ş.'de Çalışan Antrenörlerin Liderlik Tutum Davranışlarının İncelenmesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi, 2014.

Biber E. Türk Futbol Antrenörlerinin Tükenmişlik Düzeylerinin Değerlendirilmesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi, 2008.

Bora MV. Beden Eğitimi Öğretmeni ve Sporcu Öğrenciler Arasındaki İletişimin, Sportif Başarı Motivasyonu İlişkisi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Şanlıurfa: Harran Üniversitesi, 2013.

Boyar E. Türkiye'de Muhasebe Meslek Mensuplarının Mesleki Tükenmişlik Durumlarının Araştırılması. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı. Doktora Tezi, Sakarya: Sakarya Üniversitesi, 2011.

Boyraz S. Öğretmenlerin Çatışma Yönetim Stratejileri ile Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Sabahattin Zaim Üniversitesi, 2015.

Budak G, Sürgevil O. Tükenmişlik ve tükenmişliği etkileyen örgütsel faktörlerin analizine ilişkin akademik personel üzerinde bir uygulama. *D.E.Ü.İ.İ.B.F. Dergisi*, 2005, 20(2):95-108

Cihan BB. Farklı İllerde Çalışan İlköğretim Okullarında Görevli Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi ve Karşılaştırılması. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, 2011.

Çam O. Tükenmişlik Envanterinin Geçerlik ve Güvenirliğinin Araştırılması. 7.Ulusal Psikoloji Kongresi, Bilimsel Çalışmalar. Bayraktar R, Dağ İ (editörler), Ankara, 1992.

Çaha Ö. Spora yaslanarak bir nefes almak. *Düşünen Siyaset Dergisi*, 1999, 1(2):115-120.

Çatır V. İkili Öğretim Yapan İlköğretim Kurumlarında (İlkokul-Ortaokul) Görevli Yöneticilerin Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri İle Örgütsel Bağlılıkları Arasındaki İlişki. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Yeditepe Üniversitesi, 2014.

Çavuşoğlu İ. Endüstri Meslek Liselerinde Çalışan Öğretmenlerin Tükenmişlik Düzeyleri ile Bazı Kişisel Değişkenler Arasındaki İlişki (Bolu İli Örneği). Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Bolu: Abant İzzet Baysal Üniversitesi, 2005.

Çetin C. Öğretmenlerin Örgütsel Adalet Algısı ve Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişki (İstanbul İli Kâğıthane İlçesi Örneği). Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Yeditepe Üniversitesi, 2015.

Çolak Y. İlkokul ve Ortaokullarda Görev Yapan Yönetici ve Öğretmenlerin Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep: Gaziantep Üniversitesi, 2017.

Dağlıoğlu T. İlköğretim Öğrencilerinin Yaz Spor Okullarında Yüzme Sporuna Yönelme Nedenleri ve Beklentileri (Gaziantep İli Örneği). Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep: Gaziantep Üniversitesi, 2012.

Dalkılıç O. Çalışma Yaşamında Tükenmişlik Sendromu: Tükenmişlikle Mücadele Teknikleri. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2014:36.

Dalkıran A. Ortaokul Öğrencilerinin Spor Branşlarına Göre Kişilik Özelliklerinin İncelenmesi (Osmaniye Örnekleme). Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Aksaray: Aksaray Üniversitesi, 2014.

Dinç, K. İlyardım Mesleklerinde Tükenmişlik Sendromu. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İnsan Kaynakları Yönetimi ve Kariyer Danışmanlığı Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi, 2008.

Doğan M. Tekvando Antrenörlerinin İş Doyumu ve Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi, 2016.

Durmuş G. Gençlerin Tenis Spor Dalını Seçmelerinde Motivasyonu Etkileyen Unsurlar. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Bahçeşehir Üniversitesi, 2015.

Erdemoğlu Şahin, D. Öğretmenlerin Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri (Ankara İli İlköğretim ve Ortaöğretim Okulları Örneği). Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Yönetimi ve Denetimi Bilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi, 2007.

Efek E. Ali Boyacıoğlu'nun Burdur Sporuna Etkileri. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Burdur: Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, 2015.

Emamvırdı R. Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda Öğrenim Gören Öğrencilerinin Sağlıkla İlgili Yaşam Kalitesinin İncelenmesi (Gazi Üniversitesi Örneği). Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, 2013.

Erdoğan BS. Türkiye'deki Antrenör Eğitiminin İlkel ve Yapısal Problemlerinin İncelenmesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi, 2011.

Erdoğan S. 10-14 Yaş Arası Futbolcuların Kondisyonel Test ve Antropometrik Ölçüm Deđerlerinin Karşılaştırılması, Ankara İli Örneği. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, 2015.

Ergin C. Doktor ve hemşirelerde tükenmişlik ve Maslach Tükenmişlik Ölçeğinin Uyarlanması. VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları. *Türk Psikologlar Derneđi Yayını*, 1992:143-154.

Erkul, A. Meslek Lisesi Öğretmenlerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeyi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Yönetimi ve Planlaması Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Bahçeşehir Üniversitesi, 2014.

Eroğlu E. Türkiye'de 1990-2010 Yılları Arasında Spor Yönetiminde Meydana Gelen Gelişmeler. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Malatya: İnönü Üniversitesi, 2012.

Eyüboğlu E. Spor Yapan ve Yapmayan 12-14 Yaş Arası Ergenlerin Öz Yeterlik Düzeylerinin Karşılaştırılması. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Haliç Üniversitesi, 2012.

Filiz Z. Üniversite öğrencilerinin sosyalleşmesinde spora katılımın değerlendirilmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2010, 4(3):192-203.

Gençay ÖA. Beden eğitimi öğretmenlerinin iş doyumu ve mesleki tükenmişliklerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 2007, 15(2):765-780.

Gezer E, Yenel F, Ahan H. Öğretim elemanlarının tükenmişlik düzeyleri ile sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişki. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2009, 2(6):243-250.

Gök M. Ortaöğretimde Aktif Spor Yapan ve Yapmayan Öğrencilerin Sosyalleşme Düzeylerinin İncelenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, 2016.

Gökkaya E. Rotasyona Uğrayan Okul Yöneticilerinde İş Doyumu ve Tükenmişlik (Kayseri İli Örneği). Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Kayseri: Erciyes Üniversitesi, 2014.

Gökoğlan K. Muhasebe ve Finansman Bilim Dalı Kamu İç Denetçilerinde Tükenmişlik Sendromu Üzerine Bir Araştırma. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Niğde: Niğde Üniversitesi, 2010.

Gül B. Tükenmişlik Ölçekleri ve Erzincan Üniversitesi Örneği. Fen Bilimleri Enstitüsü, İstatistik Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi. Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi, 2014.

Ilkım TY. Türkiye'deki Güreş Hakemlerinin İş Doyumu ve Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Çeşitli Faktörler Açısından İncelenmesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Malatya: İnönü Üniversitesi, 2013.

Izgar H. *Okul Yöneticilerinde Tükenmişlik*. 2. Baskı. Ankara: Nobel Yayınları, 2003:72-74.

İmamoğlu AF. Beden eğitimi ve sporun Türk sporu üzerindeki yeri, *Eğitim Dergisi*, 1992, 1(2): 45-65.

Kale F. Beden Eğitimi Öğretmenlerinin İş Doyumu ve Tükenmişlik Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Niğde: Niğde Üniversitesi, 2007.

Karakuş G. Özel İlköğretim ve Ortaöğretim Kurumlarında Çalışan Öğretmenlerin Tükenmişlik Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, 2008.

Karayazı, T. Uluslararası Müsabakalarda Görev Yapan Öğretmenlerin Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Yeditepe Üniversitesi, 2008.

Kartal B. Farklı Branşlarda Spor Yapan ve Spor Yapmayan Öğrencilerin Çoklu Zekâ Kuramına Göre Karşılaştırılması. Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi, 2012.

Kelgökmen AH, Saçlı Uzunöz F, Demirhan G. Beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik düzeylerinin saptanması ve karşılaştırılması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 2016, 24 (3): 1503-1516.

Kelgökmen AH, Saçlı F, Demirhan G. İlköğretim okullarında görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik düzeylerinin saptanması ve karşılaştırılması. 5.Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Adana, 2-3 Kasım 2007.

Kılıçaslan U. Spor Lisesi ile Diğer Liselerde Öğrenim Gören Öğrencilerin Bazı Motorik Özelliklerinin Karşılaştırılması: Trabzon İli Örneği. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi, 2015.

Koç M. İlköğretim Öğretmenlerinin Tükenmişlik Düzeyleri İle Sinizm Arasındaki İlişki (Ağrı İli, Patnos İlçesi Örneği). Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Yeditepe Üniversitesi, 2015.

Kurtlar C. Engelli okullarında görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik düzeyleri üzerine bir araştırma (Marmara Bölgesi Örneği). Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya: Sakarya Üniversitesi, 2009.

Kuru E. Farklı statüdeki beden eğitimi bölümü öğrencilerinin kişilik özellikleri. *G.Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2003, 23(1):175-191.

Kutluay M. Yönetim ve Organizasyon Bilim Dalı İşgören Kişilik Özelliklerinin İş Tatmini ve Tükenmişlik Üzerine Etkileri ve Bankacılık Sektöründe Bir Uygulama. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi. Niğde: Niğde Üniversitesi, 2011.

Küçük S. Ortaöğretim Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri ile Spora Katılımları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi, 2012.

Küçük V, Koç H. Psiko-sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2004, 10:131-141.

Mumcu L. Beden Eğitimi Öğretmenlerinin İş Doyumu ve Tükenmişlik Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi, 2014.

Oktar M. Engelli Bireylerle Çalışanlarda Algılanan Örgütsel Destek ve Tükenmişlik Düzeyinin İş Tatmini Üzerindeki Etkisi: İstanbul İli, Beykoz İlçesi Örneği. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyal Hizmet Enstitüsü Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Yalova: Yalova Üniversitesi, 2015.

Okur K. Sporda Psiko-Sosyal Alanlar Sporcuların Kazanmaya Yönelik Algılarının İncelenmesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, 2012.

Okutan E. Kişilik Özelliklerinin Tükenmişliğe Etkisi: Bir Örnek Olay İncelemesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkileri Anabilim Dalı. Doktora Tezi, Sakarya: Sakarya Üniversitesi, 2010.

Okutan E, Yıldız Ş, Konuk F. İş hayatında tükenmişlik sendromu: Finans ve muhasebe çalışanlarının tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesine ilişkin bir çalışma. *Çankırı Karatekin Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 2013, 3(2):1-17.

Otacıoğlu S.G. Müzik öğretmenlerinde tükenmişlik sendromu ve etkileyen faktörler. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2008, 9(15):103- 116.

Özkan ŞY. Niğde İlinde Görevli Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Araştırılması. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Niğde: Niğde Üniversitesi, 2007.

Pepe Ş. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi, 2008.

Peker R. İlköğretim okullarında görev yapan öğretmenlerin mesleki tükenmişliklerine etki eden faktörler. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2002, 15(1):305-318.

Sandıkçı E. Stresin Tükenmişlik Boyutları Üzerindeki Etkisi: Diyarbakır'da Öğretmenler Üzerinde Bir Araştırma. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Kayseri: Erciyes Üniversitesi, 2010.

Sarı İ. Güreşçilerin Motivasyonu ve Özyeterlikleri ile Antrenörlerin Liderlik Davranışlarının İlişkisi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Doktora Tezi, Kocaeli: Kocaeli Üniversitesi, 2013.

Sezgin A. Üniversite Hastanelerinde Çalışan Başmüdür ve Müdürlerin İş Doyumu ile Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesine Yönelik Bir Araştırma. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: İstanbul Üniversitesi, 2010.

Soyer F, Can Y, Kale F. Beden eğitimi öğretmenlerinin iş tatmini ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin çeşitli faktörler açısından incelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2009, 3(3):259-271.

Sönmezer B. Öğretmenlerin Tükenmişlik ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin İncelenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Kayseri: Erciyes Üniversitesi, 2015.

Sucan S. Ferdi ve Takım Sporcularının Yaşam Kalitesinin Psikolojik Performans Üzerindeki Etkisi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Anabilim Dalı. Doktora Tezi, Kayseri: Erciyes Üniversitesi, 2012.

Sümer S. Milli Eğitim Bakanlığı Taşra Teşkilatı Yöneticilerinin Tükenmişlik Düzeyi (İstanbul İli Örneği). Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Yıldız Teknik Üniversitesi, 2007.

Sürücüoğlu H. Okul Yöneticilerinde Tükenmişlik (Kütahya İl Merkezi Örneği). Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi, 2011.

Sütlü, S. Sağlık çalışanlarında Duygusal Zeka ve Tükenmişlik İlişkisi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Yönetimi Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Beykent Üniversitesi, 2013.

Şahan H. Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Sürecinde Spor Aktivitelerinin Rolü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Halkla İlişkiler ve Tanıtım Anabilim Dalı. Doktora Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi, 2007.

Şentürk Z. Öğretmen Adaylarının Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi. Fen Bilimleri Enstitüsü, İlköğretim Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Kırşehir: Ahi Evran Üniversitesi, 2016.

Şirin EF. Futbolcu kızların (12-15 yaş) spora katılım motivasyonlarının belirlenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2008, 6(1): 1-7.

Tanrıverdi L. İlköğretim Müfettişlerinin İş Tatmini ile Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi (İstanbul İli Örneği). Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Yeditepe Üniversitesi, 2008.

Taşgın Ö. Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü Merkez ve Taşra Örgütü Yöneticilerinin Tükenmişlik Düzeylerinin İş Doyum Düzeylerine Etkisi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Doktora Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi, 2004.

Terkeş N. Öğretmenlerin Örgütsel Adalet Algısı ve Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişki (İstanbul İli Kâğıthane İlçesi Örneği). Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Yeditepe Üniversitesi, 2015.

Tokat S. Beden Eğitimi Öğretmenleri ve Okul Yöneticilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersinin Etkinliği Üzerine Görüşlerinin İncelenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, 2013.

Tuna M, Çimen Z. Ankara’da görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 2013, 4(2):60-78.

Tunç H. Örgüt Çalışanlarının Tükenmişlik Düzeylerinin Araştırılması: MEB Balıkesir İli Örneği. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Türk Hava Kurumu Üniversitesi, 2014.

Tunç T. Doktor ve Hemşirelerde Tükenmişlik ile Rol Çatışması ve Rol Belirsizliği Arasındaki İlişki: Bir Üniversite Hastanesi Örneği. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya: Sakarya Üniversitesi, 2008.

Tümkiye S. Akademik Tükenmişlik Ölçeğinin Geliştirilmesi. *Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2000, 19: 128-133.

Türkman MA. Büyükler Türkiye Güreş Şampiyonasına Katılan Güreş Antrenörlerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Değerlendirilmesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Hareket ve Antrenman Bilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Gelişim Üniversitesi, 2017.

Uğurlu MF. Üniversite Öğrencilerinin Sportif Faaliyetlere Katılım Düzeyi ile Sosyal Uyum ve İletişim Becerilerinin İncelenmesi (Adıyaman İli Örneği). Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep: Gaziantep Üniversitesi, 2012.

Ulukan H. İletişim Becerilerinin Takım ve Bireysel Sporculara Olan Etkisi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Karaman: Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi, 2012.

Vurgun N, Dorak F, Çetinkalp ZK. The determination of physical education teachers’ life satisfaction and burnout levels in private and public schools. 9th International Sport Sciences Congress, Muğla, 3-5 November 2006.

Yakar S. Turizm İşletmelerinde Duygusal Emek ve Tükenmişlik İlişkisi: Otel İşletmelerine Yönelik Bir Araştırma. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Turizm İşletmeciliği Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, 2015.

Yakın G. İstanbul Dr. Lütfi Kırdar Eğitim ve Araştırma Hastanesinde Çalışan Sağlık Personellerinin (Hemşire, Ebe, Sağlık Memuru ve Acil Tıp Teknisyeni) Depresyon ve Tükenmişlik Düzeyinin Değerlendirilmesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Yönetimi Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Beykent Üniversitesi, 2014.

Yaran M. Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinde Uyku ve Yaşam Kalitesinin İncelenmesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi, 2014.

Yerlikaya Ö. Hastane ve Sağlık Kurumları Yönetimi Bilim Dalı Çalışma Hayatında Tükenmişlik (Edirne 112 Acil Sağlık Çalışanları Örneği). Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Yönetimi Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Beykent Üniversitesi, 2015.

Yetim AA. *Sosyoloji ve Spor*. İstanbul, Morpa, 2005:137.

Yetimoğlu Hİ. Öğretmenlerin Yıldırma Yaşama Düzeyleri ile Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Yeditepe Üniversitesi, 2014.

Yıldırım S. Anaokulu Öğretmenlerinde Tükenmişlik Düzeyi ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişki. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Yeditepe Üniversitesi, 2007.

Yılmaz T. Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Tükenmişlik Düzeyleri (Ordu İli Uygulaması), Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, 2013.

Yücel M. Spor Yönetim Bilimleri Programı Antrenör-Sporcu İlişisini Etkileyen Faktörler (Güreş Örneği), Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, 2010.

Yüksel ÜG. Ege Bölgesindeki Tıp Fakültelerinin Anesteziyoloji ve Reanimasyon Anabilim Dallarında Görevli Araştırma Görevlisi Doktorlarda Tükenmişlik Düzeyinin Sosyo-Demografik Değişkenlerle İlişkisi. Tıp Fakültesi, Anesteziyoloji ve Reanimasyon Anabilim Dalı. Uzmanlık Tezi, İzmir: Ege Üniversitesi, 2011.



EK-1. ÖZGEÇMİŞ

| KİŞİSEL BİLGİLER | |
|----------------------------|---|
| Adı Soyadı | : Serdal ÖZTÜRK |
| Doğum tarihi | : 04.06.1976 |
| Doğum yeri | : Bursa |
| Medeni hali | : Evli |
| Uyruğu | : T.C. |
| Adres | : Akçağlayan Mah.,507 Sok., 26/4 Yıldırım / BURSA |
| Tel | : 5054024388 |
| E-mail | : albayrak1616@hotmail.com |
| EĞİTİM | |
| Lise | : Mimar Sinan E.M.L (1990-1993) |
| Lisans | : Marmara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu (1993-1997) |
| Yüksek lisans | : Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı (2014- devam ediyor) |
| YABANCI DİL BİLGİSİ | |
| İngilizce | : YDS: 30 |

EK-2. KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sevgili Antrenörler, bu anket güreş antrenörlerinin mesleki çalışmalarını üzerine yapılacak olan bilimsel bir araştırma için kullanılacaktır. Bu çalışmaların verimli olabilmesi için anket sorularını özenle doldurmanızı diler, ilgi ve desteğinizden dolayı teşekkür ederiz.

Lütfen soruların karşısındaki seçeneklerden sizin için en uygununu (x) işareti şeklinde işaretleyiniz.

Serdal ÖZTÜRK

- 1 Cinsiyet
 Bayan Erkek
- 2 Yaşınız
 21-26 27-32 33-38 39 ve üstü
- 3 Medeni haliniz
 Bekâr Evli Boşanmış
- 4 Antrenörlük mesleğinde kaç yıldır çalışıyorsunuz?
 1-5 6-10 11-15 16 ve üstü
- 5 Görev yaptığınız yer?
 İlçe İl merkezi Büyükşehir
- 6 Antrenörlüğü severek mi yapıyorsunuz?
 Evet Hayır Kısmen
- 7 Eğitim durumunuz
 Lise Lisans Y.Lisans Doktora
- 8 Görev yaptığımız yerleşim yerinden memnun musunuz?
 Evet Hayır Kısmen
- 9 Hangi yaş gurubunu çalıştırıyorsunuz?
 10-15 16-17 18-20 20 yaş ve üstü
- 10 Antrenörlükten aldığımız ücret ihtiyaçlarımızı karşılayacak düzeyde mi?
 Evet Hayır Kısmen
- 11 Antrenörlük yaptığımız sürede çalıştırdığımız sporcuların aldığı başarılar nelerdir?
Şampiyona Bölgesel Türkiye Avrupa Dünya Olimpiyat
 1.'lik 1.'lik 1.'lik 1.'lik 1.'lik
 2.'lik 2.'lik 2.'lik 2.'lik 2.'lik
 3.'lük 3.'lük 3.'lük 3.'lük 3.'lük
Derece 4.'lük 4.'lük 4.'lük 4.'lük 4.'lük
 5.'lik 5.'lik 5.'lik 5.'lik 5.'lik
 Diğer... Diğer... Diğer.... Diğer... Diğer....
- 12 Aldığımız başarıların karşılığında yeterli şekilde (maddi, manevi) ödüllendiriliyor musunuz?
 Evet Hayır Kısmen

EK-3. TÜKENMİŞLİK ÖLÇEĞİ

| | | Hiçbir zaman | Çok Nadir | Bazen | Çoğu zaman | Her zaman |
|----|---|--------------|-----------|-------|------------|-----------|
| 1 | İşimden soğuduğumu hissediyorum. | () | () | () | () | () |
| 2 | İş dönüşü kendimi ruhen tükenmiş hissediyorum. | () | () | () | () | () |
| 3 | Sabah kalktığımda bir gün daha bu işi kaldıramayacağımı hissediyorum. | () | () | () | () | () |
| 4 | İşim gereği karşılaştığım insanların ne hissettiğini hemen anlarım. | () | () | () | () | () |
| 5 | İşim gereği karşılaştığım bazı kimseleri sanki insan değilmiş gibi davrandığımı hissediyorum. | () | () | () | () | () |
| 6 | Bütün gün insanlarla uğraşmak benim için gerçekten çok yıpratıcı. | () | () | () | () | () |
| 7 | İşim gereği karşılaştığım insanların sorunlarına en uygun çözüm yollarını bulurum. | () | () | () | () | () |
| 8 | Yaptığım işten yıldığımı hissediyorum. | () | () | () | () | () |
| 9 | Yaptığım iş sayesinde insanların yaşamına katkıda bulunduğuma inanıyorum. | () | () | () | () | () |
| 10 | Bu işte çalışmaya başladığımdan beri insanlara karşı sertleştim. | () | () | () | () | () |
| 11 | Bu işin beni giderek katılaştırmasından korkuyorum. | () | () | () | () | () |
| 12 | Çok şeyler yapabilecek güçteyim. | () | () | () | () | () |
| 13 | İşimin beni kısıtladığını biliyorum. | () | () | () | () | () |
| 14 | İşimde çok fazla çalıştığımı hissediyorum. | () | () | () | () | () |
| 15 | İşim gereği karşılaştığım insanlara ne olduğu umurumda değil. | () | () | () | () | () |
| 16 | Doğrudan doğruya insanlarla çalışmak bende çok fazla stres yapıyor. | () | () | () | () | () |
| 17 | İşim gereği karşılaştığım insanlarla aramda rahat bir hava yaratıyorum. | () | () | () | () | () |
| 18 | İnsanlarla yakın bir çalışmadan sonra kendimi canlanmış hissediyorum. | () | () | () | () | () |
| 19 | Bu işte birçok kayda değer başarı elde ettim. | () | () | () | () | () |
| 20 | Yolun sonuna geldiğimi hissediyorum. | () | () | () | () | () |
| 21 | İşimdeki duygusal sorunlara serinkanlılıkla yaklaşırım. | () | () | () | () | () |
| 22 | İşim gereği karşılaştığım insanların bazı problemlerini sanki ben yaratmışım gibi davrandıklarını hissediyorum. | () | () | () | () | () |

EK-4. TÜRKİYE GÜREŞ FEDERASYONU ANKET İZİN FORMU



TÜRKİYE GÜREŞ FEDERASYONU BAŞKANLIĞI
TURKISH WRESTLING FEDERATION

SAYI : TGF/516
KONU :

17.02.2015

BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
(Öğrenci İşleri Daire Başkanlığına)

İlg:22.05.2015 tarih ve 27183868/300 sayılı yazınız.

Üniversitenizin Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı yüksek lisans programı öğrencisi Serdal ÖZTÜRK'ün "Güreş Antrenörlerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi" başlıklı yüksek lisans tezi ile ilgili anket uygulayabilmesi için izin talebi federasyonumuz tarafından uygun görülmüştür.

Gereğini bilgilerinize arz ederim.

Yusuf AÇIKALIN
Güreş Federasyonu Genel Sekreteri V.

Güreş Federasyonu Bşk. Mithatpaşa cd. Süleyman Sırrı sk. No:3 Kat:8 Yenisehir
Kızılay/ANKARA Tel : 0312-310 70 47 – 310 09 95 Faks : 0312-311 96 77

EK-5. ETİK KURUL KARAR RAPORU

BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU KARAR FORMU

| | | |
|----------------------|------------------|---|
| ETİK KURUL BİLGİLERİ | ETİK KURULUN ADI | BALIKESİR ÜNİV. TIP FAKÜLTESİ KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU |
| | AÇIK ADRESİ | Çağış Yerişkesi, Uşak yolu üzeri, 10145 BALIKESİR |
| | TELEFON | 0266 612 14 61/1122 |
| | FAKS | 0266 612 14 59 |
| | E-POSTA | etik.bautip@gmail.com |

| | | | |
|-------------------------------|---|--|---------------------------------------|
| ARAŞTIRMANIN AÇIK ADI | | ““Güreş Antrönerlerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi”” | |
| BAŞVURU BİLGİLERİ | SORUMLU ARAŞTIRMACININ UNVANI/ADI/SOYADI | Doç.Dr.Zekeriya GÖKTAŞ | |
| | SORUMLU ARAŞTIRMACININ UZMANLIK ALANI | Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı | |
| | SORUMLU ARAŞTIRMACININ BULUNDUĞU MERKEZ | Balıkesir Üniversitesi | |
| | DESTEKLEYİCİ | | |
| ARAŞTIRMAYA KATILAN MERKEZLER | | TEK MERKEZ <input checked="" type="checkbox"/> | ÇOK MERKEZLİ <input type="checkbox"/> |
| DEĞERLENDİRİLEN BELGELER | Belge Adı | | Açıklama |
| | BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU | <input checked="" type="checkbox"/> | |
| | ARAŞTIRMA BROŞÜRÜ | <input type="checkbox"/> | |
| | ARAŞTIRMA BÜTÇESİ | <input type="checkbox"/> | |
| | YILLIK BİLDİRİM | <input type="checkbox"/> | |
| DİĞER: | <input type="checkbox"/> | | |
| KARAR BİLGİLERİ | Karar No:2017/130 | Tarih: 29/11/2017 | |
| | Yukarıda bilgileri verilen başvuru dosyası ile ilgili belgeler araştırmanın/çalışmanın gerekçe, amaç, yaklaşım ve yöntemleri dikkate alınarak incelenmiş uygun bulunmuş olup araştırmanın/çalışmanın başvuru dosyasında belirtilen merkezlerde gerçekleştirilmesinde etik ve bilimsel sakınca bulunmadığına toplantıya katılan etik kurul üye tam sayısının oybirliği ile karar verilmiştir. Klinik Araştırmalar Hakkında Yönetmelik kapsamında yer alan araştırmalar/çalışmalar için Türkiye İlaç ve Tıbbi Cihaz Kurumu'ndan izin alınması gerekmektedir. | | |

| Unvanı/Adı/Soyadı | Uzmanlık Alanı | Kurumu | Cinsiyet | Araştırma ile İlişki | Katılım * | İmza |
|----------------------------|--------------------------|--|--|--|---|------|
| Doç. Dr. Fuat EREL | Göğüs Hastalıkları | Balıkesir Üniversitesi | E <input checked="" type="checkbox"/> K <input type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/> | |
| Doç.Dr. Gülten ERKEN | Fizyoloji | Balıkesir Üniversitesi | E <input type="checkbox"/> K <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/> | |
| Yrd.Doç.Dr. Elif AKSÖZ | Tıbbi Farmakoloji | Balıkesir Üniversitesi | E <input type="checkbox"/> K <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/> | |
| Yrd.Doç.Dr. F. Bahar SUNAY | Histoloji ve Embriyoloji | Balıkesir Üniversitesi | E <input type="checkbox"/> K <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/> | |
| Yrd.Doç.Dr. Eyüp AVCI | Kardiyoloji | Balıkesir Üniversitesi | E <input checked="" type="checkbox"/> K <input type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/> | |
| Uzm.Dr. Mehmet ÇALIŞKAN | Halk Sağlığı | Balıkesir KEAS Organize Sanayii | E <input checked="" type="checkbox"/> K <input type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/> | |
| Av. Erman ARDA | Avukat | Serbest | E <input checked="" type="checkbox"/> K <input type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/> | |
| Ecz. Hüsnü KUNDAKÇI | Eczacı | BAÜ Sağlık Uyg. ve Araştırma Hastanesi | E <input checked="" type="checkbox"/> K <input type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/> | |
| Serhat ALDEMİR | | BEST A.Ş. | E <input checked="" type="checkbox"/> K <input type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/> | |

*:Toplantıda Bulunma

Etik Kurul Başkanının:

Unvanı, Adı Soyadı: Doç.Dr. Fuat EREL
İmza: