

Futbol Antrenörlerinde Tutkunluk, Mükemmeliyetçilik ve Esenlik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Murat Madan^{1}, Cengiz Karagözoğlu²*

¹ İstanbul Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

² Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

*Sorumlu Yazar: muratmadan1@gmail.com

Gönderilme Tarihi: 18.04.2019 – Kabul Tarihi: 10.06.2019

Öz

Bu çalışmanın amacı, futbol antrenörlerinde tutkunluk, mükemmeliyetçilik ve esenlik arasındaki ilişkiyi araştırmaktır. Araştırmanın bir diğer amacı ise, bu kavramların; yaş, medeni durum, eğitim durumu, antrenörlük yılı, antrenörlük lisans düzeyi ve çalışılan lig türüne göre farklılaşp farklılaşmadığını ortaya koymaktır. Araştırmaya 2018-2019 futbol sezonunda İstanbul'da aktif olarak antrenörlüğü devam eden 320 futbol antrenörü ($x_{\text{yaş}} = 38,48 \pm 9,60$) gönüllü olarak katılmıştır. Veri toplama araçları olarak; “Kişisel Bilgi Formu”, “Tutkunluk Ölçeği”, “Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği” ve “Algılanan Esenlik Ölçeği” kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda futbol antrenörlerinin tutkunluk, mükemmeliyetçilik ve esenlik puanlarının; yaş, medeni durum, eğitim durumu, antrenörlük yılı, antrenörlük lisans düzeyi ve çalışılan lig türüne göre farklılaşmadığı bulunmuştur ($p > 0.05$). Yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonucunda, kendine yönelik mükemmeliyetçilik alt boyutunun esenliğin tüm alt boyutlarının yordayıcısı olduğu, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçiliğin; manevi ve sosyal esenliğin yordayıcısı olduğu, sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçiliğin; duygusal, manevi, sosyal, ve psikolojik esenliğin yordayıcısı olduğu, uyumlu tutkunluğun; duygusal, manevi, sosyal, entelektüel ve fiziksel esenliğin yordayıcısı olduğu, takıntılı tutkunluğun; esenliğin tüm alt boyutlarının yordayıcısı olduğu bulunmuştur ($p < 0.05$).

Anahtar kelimeler: Futbol Antrenörü, Tutkunluk, Mükemmeliyetçilik, Esenlik

Examination of the Relationship Among Passion, Perfectionism and Wellness in Football Coaches

Abstract

The aim of this study is to investigate the relationship among passion, perfectionism and wellness in football coaches. Another purpose of the study is to determine whether these concepts differed according to age, marital status, educational status, coaching year, coaching degree level and the type of league studied. 320 football coaches ($x_{\text{age}} = 38,48 \pm 9,60$) who were actively working in Istanbul participated in the study during the 2018-2019 football season. “Personal Information Form”, “The Passion Scale”, “The Multidimensional Perfectionism Scale” and “Perceived Wellness Survey” were used as data collection instruments. The results of the analyses showed that the passion, perfectionism and wellness scores of football coaches were not differentiated according to age, marital status, educational status, coaching year, coaching license level and the type of league ($p > 0.05$). As a result of the hierarchical regression analysis, the sub-dimension of self-oriented perfectionism is the predictor of all sub-dimensions of wellness, other-oriented perfectionism is the predictor of spiritual and social wellness, socially prescribed perfectionism is the predictor of emotional, spiritual, social, and physical wellness, harmonious passion is the predictor of emotional, spiritual, social, intellectual and physical wellness, obsessive passion is the predictor of all sub-dimensions of wellness ($p < 0.05$).

Keywords: Football Coach, Passion, Perfectionism, Wellness, Well-being

1. Giriş

Antrenörler, genel anlamda futbolcuların fiziksel, psikolojik ve sosyal kapasitelerinin geliştirilmesine yardımcı olan, bunun için bilimsel antrenman yöntemlerini uygulayan ve bununla ilgili özel eğitim ve öğretimini tamamlayan kişilerdir (Konter, 1996).

Egzersiz ve spor psikolojisi alanında son yıllarda pozitif psikoloji ile ilişkili kavramlar araştırmacılar tarafından ele alınıp, incelenmeye başlamıştır. Tutkunluk, mükemmeliyetçilik ve esenlik alan yazında sıklıkla ele alınıp incelenen kavramlardır. Türk Dil Kurumu'na bakıldığında esenlik kavramı, “esen olma durumu, sağlık, afiyet, sıhhat, selamet, hastalık karşıtı” şeklinde karşılık bulmaktadır (<http://www.tdk.gov.tr>, Erişim tarihi: 2 Nisan 2019). Literatüre bakıldığında ise, bu kavram “wellness” ya da “well-being” olarak kullanılırken, Türkçe kaynaklarda esenlik, iyi olma hali, zindelik, fiziksel uygunluk kelimelerini karşılıyor (Karagözoğlu, 2005). Diğer bir kavram olan mükemmeliyetçilik, gerçek dışı, normalden çok daha yüksek hedefler belirleme ve hedefler için gayret gösterme olarak tarif edilmiştir (Hollander, 1965). Tutkunluk ise, kişinin hoşlandığı ve önem verdiği aktiviteye zaman ve enerji harcayarak gösterdiği sağlam eğilim olarak tanımlanmıştır (Vallerand, Blanchard Mageau, Koestner, Ratelle, Léonard, Gayne ve Marsolais, 2003). Vallerand, Blanchard Mageau, Koestner, Ratelle, Léonard, Gayne ve Marsolais (2003). Tutkunluk kavramını, kişinin hoşlandığı ve önem verdiği aktiviteye zaman ve enerji harcayarak gösterdiği sağlam eğilim olarak tanımlanmıştır. Tutkunluk, aktiviteye katılımı gönüllü olarak bıraksa da gösterilen tutkunluğun türüne bağlı olarak olumlu ve olumsuz sonuçlara dayanak sağlamaktadır (Curran, Appleton, Hill ve Hall, 2011).

Futbol antrenörlüğü uğraşının her geçen gün önemi artmasına rağmen, bu alana katkı sağlayacak çok az çalışma olması da bu araştırmanın çıkış noktası olmuştur. Literatüre bakıldığında, futbol antrenörlerinin tutkunluk, mükemmeliyetçilik ve esenlik durumunun yer aldığı herhangi bir çalışma bulunmamaktadır. Bu bağlamda, bu kavramlar ve alt boyutları arasındaki ilişki ele alınmıştır. Bu çalışmanın amacını, futbol antrenörlerinin tutkunluk, mükemmeliyetçilik ve esenlik durumları arasındaki ilişkinin belirlenmesi oluşturmaktadır. Ayrıca, futbol antrenörlerinin tutkunluk düzeyleri, mükemmeliyetçilik düzeyleri ve esenlik düzeylerinin yaş, medeni hal, eğitim durumu, antrenörlük yılı, lisans düzeyi ve çalıştıkları lig düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemekte bu çalışmanın ikincil amacıdır.

2. Yöntem

Araştırma grubu olasılıksız örneklem yöntemlerinden uygun örneklem yöntemiyle belirlenmiştir. Çalışmaya 2018-2019 sezonunda İstanbul'da aktif olarak antrenörlük yapan üç yüz yirmi ($\bar{x}= 38.48\pm 9.60$) erkek futbol antrenörü gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmaya, kadın futbol antrenörü katılmamıştır. Futbol antrenörlerinin iki yüz dördü (%63.7) evli, yüz on altısı (%36.3) bekar. Eğitim durumuna bakıldığında, ilkökul mezunu olan on dördü (%4.4), lise mezunu olan yüz on altı (%36.3), üniversite mezunu olan yüz altmış (%50), yüksek lisans

ve doktora mezunu olan otuz (%9.4) olarak görülmektedir. Antrenörlük yılına bakıldığında, yüz yirmi biri (%37.81) 1-5 yıl arası, doksan beşi (%29.69) 6-10 yıl, elli yedisi (%17.84) 11-15 yıl, kırk yedisi (%14.66) 16 yıl ve üstü olarak görülmektedir. Futbol antrenörlerinin sahip olduğu lisans düzeyi dağılımına bakıldığında, yüz kırk biri (%44.1) TFF C, yüz on üçü (%35.3) UEFA B, otuz dördü (%10.4) UEFA ELİT A, otuz ikisi (%10.0) UEFA A ve UEFA PRO lisansa sahip olduğu görülmektedir. Son olarak futbol antrenörlerinin çalıştığı lig türüne bakıldığında, yirmi yedisi (%8.4) TFF 2.lig ve TFF 3.lig, 35'i (%10.9) Bölgesel Amatör lig, kırk üçü (%13.4) Süper Amatör lig, kırk biri (%12.8) 1. Amatör lig, otuz ikisi (%10) 2.Amatör lig ve yüz kırk ikisi (%44.4) Gençler ligi (U11,12,13,14,15,16,17,19, Akademi Ligleri ve U21 Ligi) görev aldığı görülmektedir.

3. Verileri Toplanma Araçları

Tutkunluk Ölçeği:

Tutkunluk Ölçeği, Vallerand ve ark. (2003) tarafından geliştirilmiştir. Türkçe'ye uyarlama çalışması ise Keleş (2013) tarafından yapılmıştır. Keleş (2013), güvenilirlik ve geçerlik çalışması için tutkunluk ölçeğini Ankara'daki üniversitelerin takım sporlarında mücadele eden 197 sporcuya uygulamıştır. Ölçeğin güvenilirliği Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı ile incelenmiştir. Tutkunluk Ölçeği için hesaplanan iç tutarlık katsayıları uyumlu tutkunluk alt boyutu için 0.83; takıntılı tutkunluk alt boyutu için 0.78 olarak tespit edilmiştir. Uyumlu tutkunluk ve takıntılı tutkunluk olmak üzere iki alt boyuttan oluşan tutkunluk ölçeği, uyumlu ve takıntılı tutkunluk için altışar madde ve tutkunluk seviyesini belirlemek için dört madde olmak üzere toplam on altı maddeden oluşmaktadır. Ölçek yedili likert tipindedir (Vallerand ve ark., 2003).

Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (ÇBMÖ):

Hewitt ve Flett (1989) tarafından mükemmeliyetçilik eğilimlerini değerlendirmek hedefiyle geliştirilen ÇBMÖ, Oral (1999) tarafından Türkçe'ye uyarlama çalışması yapılmıştır. Kırk beş maddenin yer aldığı ÇBMÖ kendi yönelimli, başkaları yönelimli ve sosyal olarak öngörülen mükemmeliyetçilik olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. ÇBMÖ'nün güvenilirlik çalışması Hewitt ve Flett (1991) tarafından yapılmış, ölçeğin iç tutarlık (Cronbach alfa) katsayıları; kendi yönelik mükemmeliyetçilik için 0.86 ve sosyal olarak öngörülen mükemmeliyetçilik için 0.87 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe formu için Oral (1999) tarafından yapılan güvenilirlik çalışmasında iç tutarlık (Cronbach alfa) katsayıları ölçeğin tamamı için 0.91, kendi yönelik mükemmeliyetçilik için 0.91 ve sosyal olarak öngörülen mükemmeliyetçilik için 0.73 olarak hesaplanmıştır.

Algılanan Esenlik Ölçeği

Algılanan Esenlik Ölçeği (Perceived Wellness Survey) bireylerin fiziksel, psikolojik, duygusal, entelektüel, sosyal ve manevi olmak üzere, altı esenlik alt boyutu algılarını ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçekte her boyut için altı madde vardır. Verilen cevaplar altı puanlı Likert ölçeğinde, tamamen katılıyorum (6) seçeneğinden hiç katılmıyorum (1) seçeneğine kadar değişim gösterir

(Memnun, 2006). Ölçeğin Türkçe'ye geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Memnun (2006) tarafından "Algılanan Esenlik Ölçeğinin (Perceived Wellness Scale) Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması ve Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Esenlik Algıları" isimli yüksek lisans tezinde yapılmıştır. Çalışma sonuçlarına göre, Cronbach Alpha katsayıları birinci uygulamada, 80.84; ikinci uygulamada ise, 82.33 olarak hesaplanmıştır.

Kişisel bilgi formu

Kişisel bilgi formu, bağımsız değişkenlere ait bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulmuştur. Burada katılımcıların; yaş, medeni hal, eğitim durumu, antrenörlük yılı, lisans düzeyi ve çalıştıkları lig düzeyini içeren bilgiler toplanmıştır.

Verilerin Toplanması

Tutkunluk Ölçeği, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Algılanan Esenlik Ölçeği ve kişisel bilgi formu 2018-2019 futbol sezonunda aktif olarak görev yapan futbol antrenörlerine yüz yüze görüşme yöntemi ve Google Forms ile oluşturulan online anket ile uygulanmıştır. Ayrıca, etik kurul onayı için Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu Başkanlığı'na başvuruda bulunulmuş ve çalışma için gerekli etik kurul onayı (Protokol No: 18.02.2019-57) alınmıştır.

Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistik, çoklu hiyerarşik regresyon analizi ve bağımsız örnekleme t testi kullanılmıştır. Öncelikle veri setinde hatalı veriler incelenmiş, gerekli düzeltmeler yapılmıştır. Daha sonra veri setine ilişkin normal dağılım durumu veya analiz sonuçlarını etkilemesi muhtemel durumlardan kaçınmak (Seçer, 2013) için ve veri setindeki kayıp ve boş veriler incelenmiş ve veri setinde herhangi kayıp ya da boş verinin olmadığı bulunmuştur. Bir sonraki adımda veri setindeki uç değerler ve çok değişkenli normallik varsayımının karşılanıp karşılanmadığı Mahalanobis uzaklık değerleri yardımıyla incelenmiş ve veri setinde herhangi bir uç değer bulunmamıştır. Analizlere geçilmeden önce verilerin normal dağılıp dağılmadığı, aritmetik ortalama, çarpıklık ve basıklık katsayıları gibi betimsel istatistikler (Kline, 2011) üzerinden incelenmiştir. Çoklu Hiyerarşik Regresyon Analizi bağımsız değişkenler olan futbol antrenörlerinin tutkunluk ve mükemmeliyetçilik düzeylerinin bağımlı değişken olan esenliği belirlemedeki rolünü test etmek amacıyla kullanılmıştır. Bu araştırmada yapılan çoklu hiyerarşik regresyon analizinde bağımlı değişken esenliğe ait her alt ölçek, bağımsız değişkenler olan yaş, medeni durum, eğitim durumu, antrenörlük yılı, sahip olunan lisans düzeyi ve çalıştığı lig türü kontrol değişkeni olarak modelin birinci adımında, mükemmeliyetçilik ikinci adımda ve tutkunluk ise modele üçüncü adımda dâhil edilmiştir. Futbol antrenörlerinin tutkunluk düzeylerinin, mükemmeliyetçilik düzeylerinin ve esenlik düzeylerinin medeni duruma göre karşılaştırılması amacı ile bağımsız örneklem t testi uygulanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 25.0 programından yararlanılmıştır.

4. Bulgular

Futbol antrenörlerinin tutkunluk, mükemmeliyetçilik ve esenlik düzeylerinin; yaş, medeni hal, eğitim durumu, antrenörlük yılı, lisans düzeyi ve çalıştıkları lig düzeyine göre farklılık göstermediği bulunmuştur ($p>0.05$). Ayrıca, futbol antrenörlerinin esenlik düzeylerinin alt boyutlarını yordayan değişkenleri belirlemek için birinci adımda çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği alt boyutları ve ikinci adımda tutkunluk ölçeği alt boyutları girilmiştir.

Tablo 4.1. Futbol Antrenörlerinin Esenlik Düzeylerinin Duygusal Esenlik Alt Boyutunun Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulguları

	B	t	p	R	R2	Düzeltilmiş R2	F
Model 1							
Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik	0.38	6.37	0.00				
Diğerlerine Yönelik Mükemmeliyetçilik	-0.04	-0.76	0.44	0.38	0.14	0.12	16.06*
Sosyal Düzene Yönelik Mükemmeliyetçilik	-0.22	-3.91	0.00				
Model 2							
Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik	0.39	6.11	0.00				
Diğerlerine Yönelik Mükemmeliyetçilik	-0.07	-1.28	0.20				
Sosyal Düzene Yönelik Mükemmeliyetçilik	-0.13	-2.11	0.04	0.42	0.17	0.15	5.78*
Uyumlu Tutkunluk	0.12	2.02	0.04				
Takıntılı Tutkunluk	-0.21	-3.22	0.01				

Modele birinci adımda girilen mükemmeliyetçilik düzeylerinin özgün katkısı model içerisinde anlamlıdır ve duygusal esenliğin açıklanmasına katkısı %11'dir ($R=0.38$; $R^2=0.14$; Düzeltilmiş $R^2=0.12$; ($F=16.06$, $p<0.05$)). Modele ikinci adımda girilen tutkunluk düzeylerinin özgün katkısı model içerisinde anlamlıdır ve duygusal esenliğin açıklanmasına katkısı %3'tür ($R=0.42$; $R^2=0.17$; Düzeltilmiş $R^2=0.15$; ($F=5.78$, $p<0.05$)). Yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonucunda, duygusal esenlik ile kendine yönelik mükemmeliyetçilik arasında pozitif ($\beta=0.38$, $p<0.05$), Sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik arasında negatif ($\beta=-0.22$, $p<0.05$) anlamlı ilişki bulunmuştur. Ayrıca, duygusal esenlik ile uyumlu tutkunluk arasında pozitif ($\beta=0.12$, $p<0.05$), takıntılı tutkunluk arasında negatif ($\beta=-0.21$, $p<0.05$) anlamlı ilişki bulunmuştur.

Tablo 4.2. Futbol Antrenörlerinin Esenlik Düzeylerinin Manevi Esenlik Alt Boyutunun Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulguları

	B	t	p	R	R2	Düzeltilmiş R2	F
Model 1							
Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik	0.33	6.14	0.00				
Diğerlerine Yönelik Mükemmeliyetçilik	0.26	4.99	0.00	0.53	0.28	0.26	36.22*
Sosyal Düzene Yönelik Mükemmeliyetçilik	-0.33	-6.45	0.00				
Model 2							
Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik	0.30	5.35	0.00				
Diğerlerine Yönelik Mükemmeliyetçilik	0.22	4.40	0.00				
Sosyal Düzene Yönelik Mükemmeliyetçilik	-0.21	-3.85	0.00	0.60	0.36	0.33	19.15*
Uyumlu Tutkunluk	0.28	5.25	0.00				
Takıntılı Tutkunluk	-0.27	-4.74	0.00				

Modele birinci adımda girilen mükemmeliyetçilik düzeylerinin özgün katkısı model içerisinde anlamlıdır ve manevi esenliğin açıklanmasına katkısı %25'dir ($R=0.53$; $R^2=0.28$; Düzeltilmiş $R^2=0.26$; ($F=36.22$, $p<0.05$). Modele ikinci adımda girilen tutkunluk düzeylerinin özgün katkısı model içerisinde anlamlıdır ve manevi esenliğin açıklanmasına katkısı %8'dir ($R=0.60$; $R^2=0.36$; Düzeltilmiş $R^2=0.33$; ($F=19.15$, $p<0.05$). Yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonucunda, manevi esenlik ile kendine yönelik mükemmeliyetçilik ($\beta=0.33$, $p<0.05$) ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik arasında pozitif ($\beta=0.26$, $p<0.05$), Sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik arasında negatif ($\beta=-0.33$, $p<0.05$) anlamlı ilişki bulunmuştur. Ayrıca, manevi esenlik ile uyumlu tutkunluk arasında pozitif ($\beta=0.28$, $p<0.05$), takıntılı tutkunluk arasında negatif ($\beta=-0.27$, $p<0.05$) anlamlı ilişki bulunmuştur.

Tablo 4.3. Futbol Antrenörlerinin Esenlik Düzeylerinin Sosyal Esenlik Alt Boyutunun Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulguları

	B	t	p	R	R2	Düzeltilmiş R2	F
Model 1							
Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik	0.27	4.80	0.00				
Diğerlerine Yönelik Mükemmeliyetçilik	0.16	3.00	0.00	0.50	0.25	0.23	31.93*
Sosyal Düzene Yönelik Mükemmeliyetçilik	-0.45	-8.62	0.00				

	B	t	p	R	R2	Düzeltilmiş R2	F
Model 2							
Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik	0.27	4.67	0.00				
Diğerlerine Yönelik Mükemmeliyetçilik	0.12	2.32	0.02				
Sosyal Düzene Yönelik Mükemmeliyetçilik	-0.33	-5.92	0.00	0.55	0.31	0.28	12.60*
Uyumlu Tutkunluk	0.18	3.26	0.00				
Takıntılı Tutkunluk	-0.27	-4.63	0.00				

Modele birinci adımda girilen mükemmeliyetçilik düzeylerinin özgün katkısı model içerisinde anlamlıdır ve sosyal esenliğin açıklanmasına katkısı %20'dir ($R=0.50$; $R^2=0.25$; Düzeltilmiş $R^2=0.23$; ($F=31.93$, $p<0.05$). Modele ikinci adımda girilen tutkunluk düzeylerinin özgün katkısı model içerisinde anlamlıdır ve sosyal esenliğin açıklanmasına katkısı %5'dir ($R=0.55$; $R^2=0.31$; Düzeltilmiş $R^2=0.28$; ($F=12.60$, $p<0.05$). Yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonucunda, sosyal esenlik ile kendine yönelik mükemmeliyetçilik ($\beta=0.27$, $p<0.05$) ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik arasında pozitif ($\beta=0.16$, $p<0.05$), Sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik arasında negatif ($\beta=-0.45$, $p<0.05$) anlamlı ilişki bulunmuştur. Ayrıca, sosyal esenlik ile uyumlu tutkunluk arasında pozitif ($\beta=0.18$, $p<0.05$), takıntılı tutkunluk arasında negatif ($\beta=-0.27$, $p<0.05$) anlamlı ilişki bulunmuştur.

Tablo 4.4. Futbol Antrenörlerinin Esenlik Düzeylerinin Sosyal Esenlik Alt Boyutunun Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulguları

	B	t	p	R	R2	Düzeltilmiş R2	F
Model 1							
Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik	0.33	5.84	0.00				
Diğerlerine Yönelik Mükemmeliyetçilik	0.07	1.18	0.24	0.47	0.22	0.19	26.12*
Sosyal Düzene Yönelik Mükemmeliyetçilik	-0.40	-7.39	0.00				
Model 2							
Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik	0.37	6.11	0.00				
Diğerlerine Yönelik Mükemmeliyetçilik	0.04	0.72	0.47				
Sosyal Düzene Yönelik Mükemmeliyetçilik	-0.32	-5.45	0.00	0.49	0.24	0.21	4.69*
Uyumlu Tutkunluk	0.03	0.49	0.62				
Takıntılı Tutkunluk	-0.19	-3.02	0.00				

Modele birinci adımda girilen mükemmeliyetçilik düzeylerinin özgün katkısı model içerisinde anlamlıdır ve psikolojik esenliğin açıklanmasına katkısı %19'dur ($R=0.47$; $R^2=0.22$; Düzeltilmiş $R^2=0.19$; ($F=26.12$, $p<0.05$). Modele ikinci adımda girilen tutkunluk düzeylerinin özgün katkısı model içerisinde anlamlıdır ve psikolojik esenliğin açıklanmasına katkısı %2'dir ($R=0.49$; $R^2=0.24$; Düzeltilmiş $R^2=0.21$; ($F=4.69$, $p<0.05$). Yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonucunda, psikolojik esenlik ile kendine yönelik mükemmeliyetçilik ($\beta=0.33$, $p<0.05$) ve sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik arasında negatif ($\beta= -0.40$, $p<0.05$) anlamlı ilişki bulunmuştur. Ayrıca, psikolojik esenlik ile takıntılı tutkunluk arasında negatif ($\beta= -0.19$, $p<0.05$) anlamlı ilişki bulunmuştur.

Tablo 4.5. Futbol Antrenörlerinin Esenlik Düzeylerinin Entelektüel Esenlik Alt Boyutunun Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulguları

	B	t	p	R	R2	Düzeltilmiş R2	F
Model 1							
Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik	0.40	6.69	0.00				
Diğerlerine Yönelik Mükemmeliyetçilik	-0.08	-1.13	0.18	0.38	0.14	0.12	15.20*
Sosyal Düzene Yönelik Mükemmeliyetçilik	-0.10	-1.86	0.07				
Model 2							
Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik	0.38	6.00	0.00				
Diğerlerine Yönelik Mükemmeliyetçilik	-0.10	-1.79	0.08				
Sosyal Düzene Yönelik Mükemmeliyetçilik	-0.03	-0.43	0.66	0.41	0.17	0.14	5.37*
Uyumlu Tutkunluk	0.15	2.64	0.01				
Takıntılı Tutkunluk	-0.17	-2.66	0.01				

Modele birinci adımda girilen mükemmeliyetçilik düzeylerinin özgün katkısı model içerisinde anlamlıdır ve entelektüel esenliğin açıklanmasına katkısı %8'dir ($R=0.38$; $R^2=0.14$; Düzeltilmiş $R^2=0.12$; ($F=15.20$, $p<0.05$). Modele ikinci adımda girilen tutkunluk düzeylerinin özgün katkısı model içerisinde anlamlıdır ve entelektüel esenliğin açıklanmasına katkısı %2'dir ($R=0.41$; $R^2=0.17$; Düzeltilmiş $R^2=0.14$; ($F=5.37$, $p<0.05$). Yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonucunda, entelektüel esenlik ile kendine yönelik mükemmeliyetçilik ($\beta=0.40$, $p<0.05$) anlamlı ilişki bulunmuştur. Ayrıca, entelektüel esenlik ile uyumlu tutkunluk arasında pozitif ($\beta=0.15$, $p<0.05$), takıntılı tutkunluk arasında negatif ($\beta= -0.17$, $p<0.05$) anlamlı ilişki bulunmuştur.

Tablo 4.6. Futbol Antrenörlerinin Esenlik Düzeylerinin Fiziksel Esenlik Alt Boyutunun Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulguları

	B	t	p	R	R2	Düzeltilmiş R2	F
Model 1							
Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik	0.38	6.49	0.00				
Diğerlerine Yönelik Mükemmeliyetçilik	-0.04	-0.64	0.52	0.39	0.16	0.13	16.86*
Sosyal Düzene Yönelik Mükemmeliyetçilik	-0.22	-4.04	0.00				
Model 2							
Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik	0.31	5.27	0.00				
Diğerlerine Yönelik Mükemmeliyetçilik	-0.08	-1.57	0.12				
Sosyal Düzene Yönelik Mükemmeliyetçilik	-0.08	-1.45	0.15	0.54	0.29	0.26	29.24*
Uyumlu Tutkunluk	0.39	7.05	0.00				
Takıntılı Tutkunluk	-0.30	-4.99	0.00				

Modele birinci adımda girilen mükemmeliyetçilik düzeylerinin özgün katkısı model içerisinde anlamlıdır ve fiziksel esenliğin açıklanmasına katkısı %13'tür ($R=0.39$; $R^2=0.16$; Düzeltilmiş $R^2=0.13$; ($F=16.86$, $p<0.05$). Modele ikinci adımda girilen tutkunluk düzeylerinin özgün katkısı model içerisinde anlamlıdır ve fiziksel esenliğin açıklanmasına katkısı %13'tür ($R=0.59$; $R^2=0.29$; Düzeltilmiş $R^2=0.26$; ($F=29.24$, $p<0.05$). Yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonucunda, fiziksel esenlik ile kendine yönelik mükemmeliyetçilik arasında pozitif ($\beta=0.38$, $p<0.05$), Sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik arasında negatif ($\beta= -0.22$, $p<0.05$) anlamlı ilişki bulunmuştur. Ayrıca, fiziksel esenlik ile uyumlu tutkunluk arasında pozitif ($\beta=0.39$, $p<0.05$), takıntılı tutkunluk arasında negatif ($\beta= -0.30$, $p<0.05$) anlamlı ilişki bulunmuştur.

5. Tartışma

Bu araştırmanın amacı, futbol antrenörlerinin tutkunluk, mükemmeliyetçilik ve esenlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Ayrıca, futbol antrenörlerinin yaş, medeni durum, eğitim durumu, antrenörlük yılı, sahip olunan lisans düzeyi ve çalıştığı lig türü durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemektir.

Futbol Antrenörlerinin tutkunluk düzeylerinin yaş açısından farklılaşıp farklılaşmadıklarını test etmeye yönelik yapılan analizlerde uyumlu tutkunluk ve takıntılı tutkunluk alt boyutlarında fark olmadığı bulunmuştur. Yapılan çalışmalarda uyumlu tutkunluk ve takıntılı tutkunluğun yaşa göre farklılaşmadığı bulunmuştur

(Güllü, 2018; Mageau ve ark., 2009; Lafreniere ve ark., 2012). Bulgulara göre, genç veya ilerlemiş yaşta olmanın aktiviteye tutkun olmada herhangi bir etkisi olmadığı söylenebilir. Futbol Antrenörlerinin mükemmeliyetçilik düzeylerinin yaş açısından farklılaşıp farklılaşmadıklarını test etmeye yönelik yapılan analizlerde kendine yönelik mükemmeliyetçilik, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ve sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik alt boyutlarında fark olmadığı bulunmuştur. Çalışmada elde edilen bulgulara paralel olarak, triatlon sporcularında yapılan bir çalışmada, mükemmeliyetçilik düzeylerinin yaşa göre farklılaşmadığı bulunmuştur (Stoeber ve ark., 2009). Bulgulara göre, genç veya ilerlemiş yaşta olmanın mükemmeliyetçilik düzeyine herhangi bir etkisi olmadığı söylenebilir. Futbol Antrenörlerinin esenlik düzeylerinin yaş açısından farklılaşıp farklılaşmadıklarını test etmeye yönelik yapılan analizlerde duygusal, manevi, sosyal, psikolojik, entelektüel ve fiziksel esenlik alt boyutlarında fark olmadığı bulunmuştur. Karagözoğlu'nun (2013) futbol hakemlerinde yaptığı bir çalışmada, esenlik durumunun yaşa göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Yapılan bir başka çalışmada, esenlik algısının yaşa göre farklılaşmadığı bulunmuştur (Deniz, 2017). Buradaki sonuçlar çalışmayı desteklemektedir. Bulgulara göre, genç veya ilerlemiş yaşta olmanın esenlik düzeyine herhangi bir etkisi olmadığı söylenebilir. Futbol Antrenörlerinin tutkunluk düzeylerinin medeni durum açısından farklılaşıp farklılaşmadıklarını test etmeye yönelik yapılan analizlerde uyumlu tutkunluk ve takıntılı tutkunluk alt boyutlarında fark olmadığı bulunmuştur. Forest, Mageau, Sarrazin ve Morin'in (2011) yaptığı çalışmada, medeni duruma göre tutkunluk düzeyinin farklılaşmadığı bulunmuştur. Buradaki bulgular, çalışmayı destekler niteliktedir. Bir başka deyişle, evli veya bekâr olmanın futbol antrenörlüğüne tutkun olmaya etkisi olmadığı söylenebilir. Futbol Antrenörlerinin mükemmeliyetçilik düzeylerinin medeni durum açısından farklılaşıp farklılaşmadıklarını test etmeye yönelik yapılan analizlerde kendine yönelik mükemmeliyetçilik, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ve sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik alt boyutlarında fark olmadığı bulunmuştur. Çalışmada elde edilen bulgularına paralel çalışmalar bulunmaktadır. Futbolcuların mükemmeliyetçilik özelliklerinin ve stres algılarının incelendiği bir çalışmada, mükemmeliyetçilik düzeyinin medeni duruma göre farklılaşmadığı bulunmuştur (Erdoğan, Topuz ve Bahadır, 2018). Bir başka deyişle, evli veya bekâr olmanın mükemmeliyetçilik düzeyine etkisi olmadığı söylenebilir. Futbol Antrenörlerinin esenlik düzeylerinin medeni durum açısından farklılaşıp farklılaşmadıklarını test etmeye yönelik yapılan analizlerde duygusal, manevi, sosyal, psikolojik, entelektüel ve fiziksel esenlik alt boyutlarında fark olmadığı bulunmuştur. Yapılan bir çalışmada, esenlik düzeyinin medeni duruma göre farklılaşmadığı bulunmuştur (Çakıcı, 2010). Futbol Antrenörlerinin tutkunluk düzeylerinin eğitim düzeyi açısından farklılaşıp farklılaşmadıklarını test etmeye yönelik yapılan analizlerde uyumlu tutkunluk ve takıntılı tutkunluk alt boyutlarında fark olmadığı bulunmuştur. Bu bulguya göre, futbol antrenörlerinin ilkökul mezunu olması veya doktora mezunu olmasının futbol antrenörlüğüne tutkun

olmasına bir etkisi bulunmamaktadır. Futbol Antrenörlerinin mükemmeliyetçilik düzeylerinin eğitim düzeyi açısından farklılaşıp farklılaşmadıklarını test etmeye yönelik yapılan analizlerde kendine yönelik mükemmeliyetçilik, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ve sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik alt boyutlarında fark olmadığı bulunmuştur. Çalışmada elde edilen bulgularına paralel çalışmalar bulunmaktadır. Futbolcuların mükemmeliyetçilik özelliklerinin ve stres algılarının incelendiği bir çalışmada, mükemmeliyetçilik düzeyinin eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı bulunmuştur (Erdoğan ve ark., 2018). Bu bulguya göre, futbol antrenörlerinin ilkökul mezunu olması veya doktora mezunu olmasının futbol antrenörlerinin mükemmeliyetçilik düzeyine bir etkisi bulunmamaktadır. Futbol Antrenörlerinin esenlik düzeylerinin eğitim düzeyi açısından farklılaşıp farklılaşmadıklarını test etmeye yönelik yapılan analizlerde duygusal, manevi, sosyal, psikolojik, entelektüel ve fiziksel esenlik alt boyutlarında fark olmadığı bulunmuştur. Deniz'in (2017) yaptığı çalışmada, esenlik düzeyinin eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Bu sonuç, çalışmadaki sonuca paraleldir. Bu bulguya göre, futbol antrenörlerinin ilkökul mezunu olması veya doktora mezunu olmasının futbol antrenörlerinin esenlik düzeyine bir etkisi bulunmamaktadır. Futbol Antrenörlerinin tutkunluk düzeylerinin antrenörlük yılı açısından farklılaşıp farklılaşmadıklarını test etmeye yönelik yapılan analizlerde uyumlu tutkunluk ve takıntılı tutkunluk alt boyutlarında fark olmadığı bulunmuştur. Güllü'nün (2018) tutkunluğun sporcu-antrenör ilişkisi üzerine etkisini incelediği çalışmada, tutkunluk düzeyinin farklı spor deneyime (yılına) sahip sporcularda farklılaşmadığı bulunmuştur. Buradaki sonuç, araştırmanın sonuçlarını desteklemektedir. Seksen altı müzisyen ve yüz kırk beş sporcuda yapılan bir çalışmada, tutkunluk düzeyinin deneyime göre farklılaşmadığı bulunmuştur (Mageau ve ark., 2009). Hakemlerde tutkunluğun incelendiği bir çalışmada deneyime göre tutkunluğun farklılaşmadığı bulunmuştur (Philippe ve ark., 2009). Bu çalışmalardaki bulgular da çalışmada elde edilen bulguları desteklemektedir. Kelecek ve arkadaşlarının (2015) yaptığı çalışmada, tutkunluk düzeyinin mesleki deneyime göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Sonuç olarak, futbol antrenörlüğüne yeni başlayan futbol antrenörlerinin veya yüksek deneyime sahip futbol antrenörlerinin tutkunluk düzeyinin deneyime göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Futbol Antrenörlerinin mükemmeliyetçilik düzeylerinin antrenörlük yılı açısından farklılaşıp farklılaşmadıklarını test etmeye yönelik yapılan analizlerde kendine yönelik mükemmeliyetçilik, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ve sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik alt boyutlarında fark olmadığı bulunmuştur. Çalışmada elde edilen bulgulara paralel olarak, triatlon sporcularında yapılan bir çalışmada, mükemmeliyetçilik düzeylerinin spor deneyimine göre farklılaşmadığı bulunmuştur (Stoeber ve ark., 2009). Sonuç olarak, futbol antrenörlüğüne yeni başlayan futbol antrenörleri ya da yüksek deneyime sahip futbol antrenörlerinin mükemmeliyetçilik düzeylerinin deneyime göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Futbol Antrenörlerinin esenlik düzeylerinin antrenörlük yılı

açısından farklılaşp farklılaşmadıklarını test etmeye yönelik yapılan analizlerde duygusal, manevi, sosyal, psikolojik, entelektüel ve fiziksel esenlik alt boyutlarında fark olmadığı bulunmuştur. Deniz'in (2017) yapmış olduğu çalışmada, esenlik düzeyinin deneyime göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Bu sonuç, çalışmadaki sonuca paraleldir. Bununla birlikte, Özen ve arkadaşlarının (2016) yapmış olduğu çalışmada spor yapma yılına göre esenlik algısının değişmediği bulunmuştur. Karagözoğlu'nun (2013) futbol hakemlerinin esenlik algılarını incelediği bir çalışmada, hakemlik yılının fiziksel ve manevi esenlik ile negatif ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu sonuç, çalışmada elde edilen sonuçları desteklemektedir. Sonuç olarak, futbol antrenörlüğüne yeni başlayan futbol antrenörlerinin ya da yüksek deneyime sahip futbol antrenörlerinin esenlik düzeyinin deneyime göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Futbol Antrenörlerinin tutkunluk düzeylerinin lisans düzeyi açısından farklılaşp farklılaşmadıklarını test etmeye yönelik yapılan analizlerde uyumlu tutkunluk ve takıntılı tutkunluk alt boyutlarında fark olmadığı bulunmuştur. Futbol antrenörlüğünde lisans düzeyinin ilerlemesi için belli liglerde bir süre çalışmak gerekmektedir. Buna göre, futbol antrenörlerinin lisansa göre tutkunluk eğilimleri antrenörlük yılında elde edilen sonuçlar ile benzer özellikler taşıması beklenen bir durumdur (Güllü, 2018; Mageau ve ark., 2009). Sonuç olarak, futbol antrenörlüğüne yeni başlayan futbol antrenörleri ile yüksek deneyime sahip futbol antrenörlerinin tutkunluk düzeyinin lisans düzeyine göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Futbol Antrenörlerinin mükemmeliyetçilik düzeylerinin lisans düzeyi açısından farklılaşp farklılaşmadıklarını test etmeye yönelik yapılan analizlerde kendine yönelik mükemmeliyetçilik, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ve sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik alt boyutlarında fark olmadığı bulunmuştur. Futbol antrenörlüğünde lisans düzeyinin ilerlemesi için belli liglerde bir süre çalışmak gerekmektedir. Buna göre, futbol antrenörlerinin lisansa göre mükemmeliyetçilik düzeylerinin antrenörlük yılında elde edilen sonuçlar ile benzer özellikler taşıması beklenen bir durumdur (Stoeber ve ark., 2009). Sonuç olarak, futbol antrenörlüğüne yeni başlayan futbol antrenörleri ile yüksek deneyime sahip futbol antrenörlerinin mükemmeliyetçilik düzeyinin lisans düzeyine göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Futbol Antrenörlerinin esenlik düzeylerinin lisans düzeyi açısından farklılaşp farklılaşmadıklarını test etmeye yönelik yapılan analizlerde duygusal, manevi, sosyal, psikolojik, entelektüel ve fiziksel esenlik alt boyutlarında fark olmadığı bulunmuştur. Çakıcı'nın (2010) yapmış olduğu çalışmada, esenlik düzeyinin unvana göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Bu bulgu, çalışmadaki sonuç ile paraleldir. Sonuç olarak, futbol antrenörlüğüne yeni başlayan futbol antrenörleri ile yüksek deneyime sahip futbol antrenörlerinin esenlik düzeyinin lisans düzeyine göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Futbol Antrenörlerinin tutkunluk düzeylerinin lig türü açısından farklılaşp farklılaşmadıklarını test etmeye yönelik yapılan analizlerde uyumlu tutkunluk ve takıntılı tutkunluk alt boyutlarında fark olmadığı bulunmuştur. Buna göre, gençler liginde ya da TFF 2.lig'te çalışan futbol antrenörlerinin tutkunluk düzeyi lig türüne göre

farklılaşmamaktadır. Philippe ve arkadaşlarının (2009) yapmış olduğu çalışmada tutkunluk düzeyinin lig türüne göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Tutkunluk ve psikolojik uyumun incelendiği bir çalışmada, tutkunluk düzeyinin lig türüne göre farklılaşmadığı bulunmuştur (Amiot, Vallerand ve Blanchard, 2006). Bu bulgular, çalışmada bulunan sonuçları desteklemektedir. Futbol Antrenörlerinin esenlik düzeylerinin lig türü açısından farklılaşp farklılaşmadıklarını test etmeye yönelik yapılan analizlerde duygusal, manevi, sosyal, psikolojik, entelektüel ve fiziksel esenlik alt boyutlarında fark olmadığı bulunmuştur. Memnun'un (2006) yapmış olduğu çalışmada, görev adına kademeye göre esenlik algılarının değişmediği bulunmuştur. Bu sonuç, araştırmanın sonucunu desteklemektedir. Buna göre, gençler liginde ya da TFF 2.lig'te çalışan futbol antrenörlerinin esenlik düzeyi lig türüne göre farklılaşmamaktadır. Futbol antrenörlerinin kendine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri ile duygusal esenlik düzeyleri arasında pozitif anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu bulguya göre, kendileri için yüksek standartlar belirleyen, yapabileceklerinin farkında olan ve öz güven sahibi olan mükemmeliyetçi futbol antrenörlerinin duygusal esenlik düzeylerinin yüksek çıkması öngörülebilir bir durumdur. Futbol antrenörlerinin sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri ile duygusal esenlik düzeyleri arasında negatif anlamlı ilişki bulunmuştur. Sosyal düzene yönelik mükemmeliyet bireylerin, toplum tarafından belirlenmiş kurallara mükemmel şekilde uymayı ve diğerlerinin buna sürdürmesini beklemektedir. Futbol antrenörleri için ise çalıştığı futbol kulübü ve federasyon gibi kurumların belirlediği kurallara mükemmel şekilde uymayı kapsadığı söylenebilir. Ancak, bu beklentinin kimi zaman karşılanamadığı durumlar olabilmektedir. Bu durumda futbol antrenörlerinin iç dünyası sarsılmakta ve duygusal dengesi bozulmaktadır şeklinde yorumlanabilir. Araştırmanın sonuçlarını literatür de desteklemektedir. Gaudreau ve Verner-Fillion'un (2012) yapmış olduğu çalışmada, kendine yönelik mükemmeliyetçi sporcuların esenliğin tüm alt boyutlarında yüksek puanlar elde ettiği görülmüştür. Bununla birlikte, sosyal düzene mükemmeliyetçi sporcuların esenliğin tüm alt boyutlarında düşük puanlar aldığı gözlemlenmiştir. Bununla birlikte, Miquelon, Vallerand, Grouzet ve Cardinal'ın (2005) yapmış olduğu çalışmada kendisine yönelik mükemmeliyetçilik ile esenlik arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Buradaki sonuçlar da çalışmanın sonuçlarını desteklemektedir. Futbol antrenörlerinin uyumlu tutkunluk düzeyleri ile duygusal esenlik düzeyleri arasında pozitif anlamlı ilişki olması öngörülebilir durumdur. Uyumlu tutkunluğa sahip futbol antrenörleri yaptığı iş ile uyum içindedir ve yaptığı işten zevk almaktadır. Bu nedenle, duygusal esenliğe olumlu katkı sağlaması beklenen bir durumdur. Çalışmada elde edilen sonuçlardan biri de takıntılı tutkunluk ile duygusal esenlik arasında negatif anlamlı ilişki olduğu yönündedir. Futbol antrenörlüğüne takıntılı tutkun olan antrenörler, yaptığı ile karşı kontrol edilemeyen bir isteğe sahip olabilir. Duygusal esenlik ise, duyguların farkında olmayı ve duygularını kontrol edebilmeyi içermektedir. Bu durumda da takıntılı tutkunluk ile duygusal esenlik arasında negatif ilişki olması öngörülebilir bir durumdur. Rousseau ve

Vallerand'ın (2008) yapmış olduğu araştırmada, uyumlu tutkunluk ile esenlik arasında pozitif, takıntılı tutkunluk ile esenlik arasında negatif ilişki bulunmuştur. Ayrıca, Bonneville-Roussy ve Vallerand'ın (2018), Philippe ve arkadaşları'nın (2009), Vallerand ve arkadaşları'nın (2007), Forest ve arkadaşları'nın (2011), Carpentier, Mageau, Vallerand (2011) yapmış olduğu çalışmalarda da uyumlu tutkunluk ile esenlik arasında pozitif, takıntılı tutkunluk ile negatif ilişki bulunmuştur. Bu bulgular da çalışmanın sonuçlarını desteklemektedir.

Kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ile manevi esenlik arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Manevi esenliğe sahip futbol antrenörleri hayat amacını bilen, kendini gerçekleştirmek için farkındalığa sahip olan bireylerdir. Kendine yönelik mükemmeliyetçi futbol antrenörleri de sürekli en iyisini yapmaya ve en sonuçları almaya, başarılı olmaya gayret eden ve hedeflerini belirlemiş bireylerdir. Bu nedenle, kendine yönelik mükemmeliyetçi yönelimin manevi esenliği pozitif etkilediği söylenebilir. Bunun yanı sıra, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçi futbol antrenörleri de ekip arkadaşlarının ve futbolcuların da kendileri gibi herhangi bir işi en iyi şekilde yapmasını beklemektedir. Dolaylı olarak, diğerlerinin de başarılı olmasını beklemektedir. Bu durumu da diğerleri için hayat amacı sahip olmayı ve kendini gerçekleştirmelerini arzulamak, onlar için beklentiye girmek olarak yorumlanabilir. Futbol antrenörlerinin de başarıları, çalıştırdığı takımının alacağı sonuçlara yani başkalarının çabalarına bağlı olduğu için diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ile manevi esenlik arasında pozitif ilişki olması beklenen bir durumdur. Sosyal düzene mükemmeliyetçilik ile manevi esenlik arasında negatif anlamlı ilişki bulunmuştur. Futbol antrenörlerinin sosyal normlara mükemmel şekilde uymaya çalışmasının, onlar üstünde baskı yarattığı ve manevi esenliği düşürdüğü şeklinde yorumlanabilir. Araştırmanın sonuçlarını literatür de desteklemektedir. Gaudreau ve Verner-Fillion'un (2012) yapmış olduğu çalışmada, kendine yönelik mükemmeliyetçi sporcuların esenliğin tüm alt boyutlarında yüksek puanlar elde ettiği görülmüştür. Bununla birlikte, sosyal düzene mükemmeliyetçi sporcuların esenliğin tüm alt boyutlarında düşük puanlar aldığı gözlemlenmiştir. Bununla birlikte, Miquelon, Vallerand, Grouzet ve Cardinal'ın (2005) yapmış olduğu araştırmada kendisine yönelik mükemmeliyetçilik ile esenlik arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Buradaki sonuçlar da çalışmanın sonuçlarını desteklemektedir. Manevi esenlik, uyumlu tutkunluk ile pozitif, takıntılı tutkunluk ile negatif anlamlı ilişkilidir. Amaçları doğrultusunda hareket eden, onları gerçekleştirmek için çabalayan futbol antrenörlerinin uyumlu tutkunluk düzeyinin yüksek çıkması beklenen bir durumdur. Bunun da manevi esenliği arttırdığı şeklinde yorumlanabilir. Bununla birlikte, futbol antrenörlüğüne takıntılı tutkunluk olan antrenörlerin yaptığı işe oldukça fazla zaman harcadığı ve yaşamdaki diğer aktiviteleri ihmal ettiği söylenebilir. Böylece, takıntılı tutkunluk ile manevi esenliğin negatif ilişkili olması öngörülebilir bir durumdur. Rousseau ve Vallerand'ın (2008) yapmış olduğu araştırmada, uyumlu tutkunluk ile esenlik arasında pozitif, takıntılı tutkunluk ile esenlik arasında negatif ilişki bulunmuştur. Ayrıca, Bonneville-Roussy ve Vallerand'ın (2018), Philippe ve arkadaşları'nın (2009), Vallerand ve arkadaşları'nın (2007), Forest ve arkadaşları'nın (2011), Carpentier, Mageau, Vallerand (2011) yapmış olduğu çalışmalarda da uyumlu tutkunluk ile esenlik arasında pozitif, takıntılı tutkunluk ile negatif ilişki bulunmuştur. Bu bulgular da çalışmanın sonuçlarını desteklemektedir.

Vallerand ve arkadaşları'nın (2007), Forest ve arkadaşları'nın (2011), Carpentier, Mageau, Vallerand (2011) yapmış olduğu çalışmalarda da uyumlu tutkunluk ile esenlik arasında pozitif, takıntılı tutkunluk ile negatif ilişki bulunmuştur. Bu bulgular da çalışmanın sonuçlarını desteklemektedir.

Kendisine yönelik mükemmeliyetçilik literatürde pozitif bir özellik olarak öne çıkmaktadır. Bu yönetime sahip futbol antrenörleri, her zaman daha iyisini yapmak için çabalayan bireyler olarak değerlendirilmektedir. Psikolojik esenlik ise, tüm yönleriyle iyimserlik eğilimidir. Bu tarz mükemmeliyetçilik eğilimine sahip futbol antrenörlerinin çabaları doğrultusunda her zaman en iyi sonucu alacağı, en performansı ortaya koyacağı düşüncesi psikolojik esenliği pozitif yordama nedenini açıklamaktadır. Diğer yandan, sosyal düzene mükemmeliyetçilik ile psikolojik esenlik negatif ilişkilidir. Futbol antrenörleri, bir grup futbolcu ve teknik ekip ile çalışmaktadır. Futbol antrenörleri kimi zaman futbolculardan ve teknik ekibinden ulaşılması güç hedefleri gerçekleştirmelerini beklemektedir. Ancak, bu belirlenen hedeflere ulaşılması kimi zaman karşılık bulamamaktadır. Futbol antrenörlerinin bu beklentileri yeterince karşılanmadığında, psikolojik esenlikleri düşmektedir şeklinde yorumlanabilir.

Araştırmanın sonuçlarını literatür de desteklemektedir. Gaudreau ve Verner-Fillion'un (2012) yapmış olduğu çalışmada, kendine yönelik mükemmeliyetçi sporcuların esenliğin tüm alt boyutlarında yüksek puanlar elde ettiği görülmüştür. Bununla birlikte, sosyal düzene mükemmeliyetçi sporcuların esenliğin tüm alt boyutlarında düşük puanlar aldığı gözlemlenmiştir. Bununla birlikte, Miquelon, Vallerand, Grouzet ve Cardinal'ın (2005) yapmış olduğu araştırmada kendisine yönelik mükemmeliyetçilik ile esenlik arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Buradaki sonuçlar da çalışmanın sonuçlarını desteklemektedir. Literatürde yer alan diğer çalışmalarda da pozitif mükemmeliyetçilik ile psikolojik esenlik arasında pozitif, negatif mükemmeliyetçilik ile psikolojik esenlik arasında negatif ilişki bulunmuştur (Geranmayepour ve Besharat, 2010; Kanten ve Yesiltas, 2015). Buradaki sonuçlar da çalışmadaki sonuçlar ile benzerlik göstermektedir.

Son olarak, psikolojik esenlik ile takıntılı tutkunluk negatif anlamlı ilişkilidir. Futbol antrenörlüğüne takıntılı tutkun olan antrenörler, takımının aldığı kötü sonuçlardan sonra kendisini fazlasıyla kötü hissedebilirler. Bu durumda da futbol antrenörlerinin genel olarak takımına bakış açısı olumsuz dönüşebilir ve iyimserlik eğilimini kaybedebilir şeklinde yorumlanabilir. Rousseau ve Vallerand'ın (2008) yapmış olduğu araştırmada, uyumlu tutkunluk ile esenlik arasında pozitif, takıntılı tutkunluk ile esenlik arasında negatif ilişki bulunmuştur. Ayrıca, Bonneville-Roussy ve Vallerand'ın (2018), Philippe ve arkadaşları'nın (2009), Vallerand ve arkadaşları'nın (2007), Forest ve arkadaşları'nın (2011), Carpentier, Mageau, Vallerand (2011) yapmış olduğu çalışmalarda da uyumlu tutkunluk ile esenlik arasında pozitif, takıntılı tutkunluk ile negatif ilişki bulunmuştur. Bu bulgular da çalışmanın sonuçlarını desteklemektedir.

Kendisine yönelik mükemmeliyetçi futbol antrenörlerinin kendini geliştirme arzusu, yeni bilgiler, deneyimler

kazanmaya teşvik eder. Bu bireyler okurlar, incelerler ve en iyisini yapmaya gayret ederler. Bununla bağlantılı olarak, kendine yönelik mükemmeliyetçi yönelimine sahip futbol antrenörlerinin entelektüel esenlik puanlarının yüksek çıkması öngörülebilir bir durumdur. Araştırmanın sonuçlarını literatür de desteklemektedir. Gaudreau ve Verner-Fillion'un (2012) yapmış olduğu çalışmada, kendine yönelik mükemmeliyetçi sporcuların esenliğin tüm alt boyutlarında yüksek puanlar elde ettiği görülmüştür. Bununla birlikte, sosyal düzene mükemmeliyetçi sporcuların esenliğin tüm alt boyutlarında düşük puanlar aldığı gözlemlenmiştir. Bununla birlikte, Miquelon, Vallerand, Grouzet ve Cardinal'ın (2005) yapmış olduğu çalışmada kendisine yönelik mükemmeliyetçilik ile esenlik arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Buradaki sonuçlar da çalışmanın sonuçlarını desteklemektedir. Yapılan bir çalışmada pozitif mükemmeliyetçilik ile genel esenlik arasında pozitif, negatif mükemmeliyetçilik ile negatif ilişki olduğu bulunmuştur (Ram, 2005). Buradaki sonuçlar da çalışmanın sonuçlarını desteklemektedir.

Uyumlu tutkunluk yönelimi görülen futbol antrenörleri, yaptığı işi otonom olarak içselleştirir. Birey, aktivite ile uyum içindedir. Aktivitenin gerektirdiği bilgi, beceri ve diğer gereklilikleri keyifle yerine getirebilir. Bu durumun da entelektüel esenlik ile arasındaki pozitif ilişkiyi açıklayabileceği söylenebilir. Ayrıca, takıntılı tutkunluk ile entelektüel esenlik arasındaki negatif ilişki vardır. Takıntılı tutkunlukta birey, dışsal veya çevresel faktörlerden etkilenerek aktiviteyi içselleştirir. Takıntılı tutkunluğa sahip futbol antrenörleri, antrenörlüğün gerekliliği olan yeterince ilgi, bilgi ve merak konularının eksik kaldığı şekilde yorumlanabilir. Bu negatif ilişkinin nedeni bu şekilde yorumlanabilir. Rousseau ve Vallerand'ın (2008) yapmış olduğu çalışmada, uyumlu tutkunluk ile esenlik arasında pozitif, takıntılı tutkunluk ile esenlik arasında negatif ilişki bulunmuştur. Ayrıca, Bonneville-Roussy ve Vallerand'ın (2018), Philippe ve arkadaşları'nın (2009), Vallerand ve arkadaşları'nın (2007), Forest ve arkadaşları'nın (2011), Carpentier, Mageau, Vallerand (2011) yapmış olduğu çalışmalarda da uyumlu tutkunluk ile esenlik arasında pozitif, takıntılı tutkunluk ile negatif ilişki bulunmuştur. Bu bulgular da çalışmanın sonuçlarını desteklemektedir.

Kendine yönelik mükemmeliyetçi futbol antrenörleri, her konu da en iyisini yapmaya çalıştığı gibi fiziksel sağlıklarına da oldukça dikkat ederler. Bu nedenle, kendine yönelik mükemmeliyetçi futbol antrenörlerinin fiziksel esenliğe sahip olması beklenen bir durumdur. Araştırmanın sonuçlarını literatür de desteklemektedir. Gaudreau ve Verner-Fillion'un (2012) yapmış olduğu çalışmada, kendine yönelik mükemmeliyetçi sporcuların esenliğin tüm alt boyutlarında yüksek puanlar elde ettiği görülmüştür. Bununla birlikte, sosyal düzene mükemmeliyetçi sporcuların esenliğin tüm alt boyutlarında düşük puanlar aldığı gözlemlenmiştir. Bununla birlikte, Miquelon, Vallerand, Grouzet ve Cardinal'ın (2005) yapmış olduğu çalışmada kendisine yönelik mükemmeliyetçilik ile esenlik arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Buradaki sonuçlar da çalışmanın sonuçlarını desteklemektedir. Yapılan bir çalışmada pozitif mükemmeliyetçilik ile genel esenlik arasında

pozitif, negatif mükemmeliyetçilik ile negatif ilişki olduğu bulunmuştur (Ram, 2005). Buradaki sonuçlar da çalışmanın sonuçlarını desteklemektedir.

Uyumlu tutkunluğa sahip futbol antrenörleri, yaptığı işe büyük bir ilgi alaka ve sevgi duyar. Bu tutkunluk yönelimi, bireyin hayatı ile uyumludur. Birey, fiziksel sağlığına da oldukça dikkat eder. Bununla bağlantılı olarak, uyumlu tutkunluğa sahip bireylerin fiziksel esenlik puanlarının yüksek olması beklenen bir durumdur. Takıntılı tutkunluğa sahip futbol antrenörleri, antrenörlük mesleği ile hayatındaki diğer aktiviteler ile çatışma yaşamaktadır. Bu, antrenörlüğe olması gerekenden daha fazla ilgi gösterdiği ve zaman harcadığı, sağlığını ve kişisel bakımlarını ihmal etme olasılığını arttırdığı şeklinde yorumlanabilir. Rousseau ve Vallerand'ın (2008) yapmış olduğu çalışmada, uyumlu tutkunluk ile esenlik arasında pozitif, takıntılı tutkunluk ile esenlik arasında negatif ilişki bulunmuştur. Ayrıca, Bonneville-Roussy ve Vallerand'ın (2018), Philippe ve arkadaşları'nın (2009), Vallerand ve arkadaşları'nın (2007), Forest ve arkadaşları'nın (2011), Carpentier, Mageau, Vallerand (2011) yapmış olduğu çalışmalarda da uyumlu tutkunluk ile esenlik arasında pozitif, takıntılı tutkunluk ile negatif ilişki bulunmuştur. Bu bulgular da çalışmanın sonuçlarını desteklemektedir.

6. Sonuç

Futbol antrenörlerinin tutkunluk, mükemmeliyetçilik ve esenlik düzeylerinin yaşa, medeni duruma, eğitim durumuna, antrenörlük yılına, lisans düzeyine ve lig türene göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Futbol antrenörlerinin tutkunluk ve mükemmeliyetçilik düzeylerinin duygusal esenliği belirlemedeki rolü incelendiğinde; kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile duygusal esenlik arasında pozitif, sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik ile duygusal esenlik arasında negatif, uyumlu tutkunluk ile duygusal esenlik arasında pozitif, takıntılı tutkunluk ile duygusal esenlik arasında negatif anlamlı ilişki vardır. Futbol antrenörlerinin tutkunluk ve mükemmeliyetçilik düzeylerinin manevi esenliği belirlemedeki rolü incelendiğinde; kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile manevi esenlik arasında pozitif, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ile manevi esenlik arasında pozitif, sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik ile manevi esenlik arasında negatif, uyumlu tutkunluk ile manevi esenlik arasında pozitif, takıntılı tutkunluk ile manevi esenlik arasında negatif anlamlı ilişki vardır. Futbol antrenörlerinin tutkunluk ve mükemmeliyetçilik düzeylerinin manevi esenliği belirlemedeki rolü incelendiğinde; kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile manevi esenlik arasında pozitif, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ile manevi esenlik arasında pozitif, sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik ile manevi esenlik arasında negatif, uyumlu tutkunluk ile manevi esenlik arasında pozitif, takıntılı tutkunluk ile manevi esenlik arasında negatif anlamlı ilişki vardır. Futbol antrenörlerinin tutkunluk ve mükemmeliyetçilik düzeylerinin sosyal esenliği belirlemedeki rolü incelendiğinde; kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile sosyal esenlik arasında pozitif, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ile sosyal esenlik

arasında pozitif, sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik ile sosyal esenlik arasında negatif, uyumlu tutkunluk ile sosyal esenlik arasında pozitif, takıntılı tutkunluk ile sosyal esenlik arasında negatif anlamlı ilişki vardır. Futbol antrenörlerinin tutkunluk ve mükemmeliyetçilik düzeylerinin psikolojik esenliği belirlemedeki rolü incelendiğinde; kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile psikolojik esenlik arasında pozitif, sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik ile psikolojik esenlik arasında negatif, takıntılı tutkunluk ile psikolojik esenlik arasında negatif anlamlı ilişki vardır. Futbol antrenörlerinin tutkunluk ve mükemmeliyetçilik düzeylerinin entelektüel esenliği belirlemedeki rolü incelendiğinde; kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile entelektüel esenlik arasında pozitif, uyumlu tutkunluk ile entelektüel esenlik arasında pozitif, takıntılı tutkunluk ile entelektüel esenlik arasında negatif anlamlı ilişki vardır. Futbol antrenörlerinin tutkunluk ve mükemmeliyetçilik düzeylerinin fiziksel esenliği belirlemedeki rolü incelendiğinde; kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile fiziksel esenlik arasında pozitif, uyumlu tutkunluk ile fiziksel esenlik arasında pozitif, takıntılı tutkunluk ile fiziksel esenlik arasında negatif anlamlı ilişki vardır.

Kaynaklar

- Amiot C, Vallerand RJ, Blanchard CM. (2006). Passion and psychological adjustment: A test of the personenvironment fit hypothesis. *Personality and Social Psychology Bulletin* 32(2), 220–229.
- Bonneville-Roussy A, Vallerand RJ. (2018). Passion at the heart of musicians' well-being. *Psychology of Music*.
- Curran T, Appleton PR, Hill AP, Howard K, Hall HK. (2013) The mediating role of psychological need satisfaction in relationships between types of passion for sport and athlete burnout. *Journal of Sports Sciences* 31, 597-606.
- Çakıcı, Z. (2010). Esenlik ve Akademik Tükenmişlik İlişkisi: İstanbul'daki Vakıf Üniversiteleri Üzerine Bir Araştırma. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Carpentier J, Mageau GA, Vallerand RJ. (2011) Ruminations and Flow: why do people with a more harmonious passion experience higher well-being? *Journal of Happiness Studies*, 13(3), 501–518.
- Deniz, U. (2017). Ergenlik Dönemindeki Futbolcuların Esenlik Algıları ve Özsaygı Düzeylerinin Performanslarına Etki Eden Değişkenlere Göre İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Erdoğan Ç, Topuz R, Bahadır Z. (2018). Examination of football players' perfectionism features and subjective stress perceptions. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 20 (3), 283-291.
- Forest J, Mageau GA, Sarrazin C, Morin EM. (2011). "Work is my passion": The different affective, behavioural, and cognitive consequences of harmonious and obsessive passion toward work. *Canadian Journal of Administrative Sciences /Revue Canadienne Des Sciences de l'Administration*, 28(1), 27–40.
- Gaudreau P, Verner-Filion, J. (2012). Dispositional perfectionism and well-being: A test of the 2×2 model of perfectionism in the sport domain. *Sport, Exercise and Performance Psychology*, (1), 29-43.
- Geranmayepour S, Besharat MA. (2010). Perfectionism and mental health. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 643-647.
- Güllü S. (2018). Sporcuların antrenör-sporcu ilişkisi ile sportmenlik yönelimleri üzerine bir araştırma. *Sportmetre*, 16(4),190-204.
- Hollander MH. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6, 94–103.
- Kanten P, Yesiltas M. (2015). The effects of positive and negative perfectionism on work engagement, psychological well-being and emotional exhaustion. *Procedia Economics and Finance*, 23, 1367-1375.
- Karagözoğlu C. (2013). The perceived wellness prole of Turkish football referees. *International Journal of Academic Research Part B*, 5(4), 272-275.
- Kelecek S, Altıntaş A, Kara FM, Aşçı H. (2015). Fitness liderlerinin iş ve yaşam doyumunun belirlenmesinde tutkunluğun rolü: Ankara ili örneği. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*, 26 (1), 9–17.
- Kline RB. (2011). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*. Guilford Press, New York.
- Konter E. (1996) *Bir Lider Olarak Antrenör*, Alfa Basım Yayım Dağıtım, İstanbul.
- Lafrenière MAK, St-Louis AC, Vallerand RJ, Donahue EG. (2012). On the relation between performance and life satisfaction: the moderating role of passion. *Self and Identity*, 11(4), 516–530.
- Mageau GA, Vallerand RJ, Charest J, Salvy SJ, Lacaille N, Bouffard T, Koestner R. (2009). On the development of harmonious and obsessive passion: The role of autonomy support, activity specialization, and identification with the activity. *Journal of Personality*, 77(3), 601-646.
- Özen G, Doğan H, Konar N. (2016). Tekerlekli sandalye basketbolcularının esenlik algısı ve yaşam doyumunu düzeyinin incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, (1), 15-29.
- Philippe FL, Vallerand RJ, Lavigne GL. (2009). Passion does make a difference in people's lives: a look at well-being in passionate and non-passionate individuals. *Applied Psychology: Health and Well Being*, 1, 3-22.
- Rousseau FL, Vallerand RJ. (2008). An examination of the relationship between passion and subjective well-being in older adults. *International Journal of Aging and Human Development*, 66, 195–211.
- Stoeber J, Uphill MA, Hotham S. (2009). Predicting race performance in triathlon: The role of perfectionism, achievement goals and personal goal setting. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31, 211-245.
- Vallerand RJ, Blanchard C, Mageau GA, Koestner R, Ratelle C, Léonard M, Gayne M, Marsolais J. (2003). Les passions de l'ame: on obsessive and harmonious passion. *Journal of personality and social psychology*, 85(4), 756-767.
- Vallerand RJ, Mageau GA, Elliot AJ, Dumais A, Demers MA, Rousseau F. (2008). Passion and performance

attainment in sport. *Psychology of Sport and Exercise*. 9(3), 373-392.