

## Curling Sporcularında Antrenöre Güven, Motivasyon ve Kaygı İlişkisi\*

Burak KARABABA<sup>1†</sup>, Muharrem Alparslan KURUDİREK<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimler Fakültesi, Erzurum.

<sup>2</sup> Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimler Fakültesi, Erzurum.

### Araştırma Makalesi

Gönderi Tarihi: 21/03/2024

Kabul Tarihi: 10/06/2024

Online Yayın Tarihi: 31/07/2024

### Öz

Bu çalışmanın amacı, curling sporcularında antrenöre güven, motivasyon ve kaygı ilişkisinin incelenmesidir. Çalışmaya, 106 erkek, 113 kadın olmak üzere toplam 219 curling sporcusu katılmıştır. Bu çalışmada verileri toplamak için 4 bölümden oluşan anket formundan yararlanılmıştır. Belirtilen anket formuna ait ilk bölümde kişisel bilgi formu, ikinci bölümde “antrenörlere güven ölçeği” kullanılmıştır. Ölçeğin Cronbach’s alpha değeri ,97 olarak tespit edilmiştir. Anket formunun üçüncü bölümünde “sporda güdülenme ölçeği-II” kullanılmıştır. Ölçeğin Cronbach’s alpha değeri ,79 olarak tespit edilmiştir. Anket formunun dördüncü bölümünde “Sürekli Kaygı Ölçeği”nden yararlanılmıştır. Ölçeğin Cronbach’s alpha değeri ,88 olarak tespit edilmiştir. Verilerin homojen dağılıma sahip olmaları nedeniyle parametrik istatistik yöntemlerinden yararlanılmıştır. Katılımcıların antrenöre güven, motivasyon ve kaygı düzeyleri arasındaki yordayıcı etkiyi ortaya koymak için korelasyon ve regresyon analizi yapılmıştır. Çalışmada veriler %95 güven aralığında işlenmiştir. Yapılan korelasyon analizi sonucunda katılımcıların antrenöre güven ve motivasyon düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü ve orta düzeyde; antrenöre güven ve kaygı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü ve düşük düzeyde korelasyon ilişkisi olduğu saptanmıştır. Buna göre katılımcıların antrenöre güven düzeyleri arttıkça motivasyonları artmaktadır ve katılımcıların antrenöre güven düzeyleri arttıkça kaygı düzeyleri azalmaktadır. Katılımcıların yaş değişkenine göre antrenöre güven, motivasyon ve kaygı ortalamalarının karşılaştırılması sonucunda kaygı alt boyutunda 18 ve altı, 24 ve üzeri yaş grubuna sahip olan katılımcıların 19-23 yaş aralığında olan katılımcılara göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek ortalamalara sahip oldukları görülmektedir. Bu çalışma doktora tezinden üretilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Antrenör, Antrenöre güven, Motivasyon, Kaygı

## The Relationship Between Trust in The Trainer, Motivation and Anxiety in Curling Athletes

### Abstract

This study aims to examine the relationship between trust in the coach, motivation, and anxiety in curling athletes. A total of 219 curling athletes, 106 men and 113 women, participated in the study. In this study, a survey form consisting of 4 parts was used to collect data. The personal information form was used in the first part of the specified survey form, and the "trust scale in coaches" was used in the second part. Cronbach's alpha value of the scale was determined as .97. In the third part of the survey form, motivation in sports scale-II was used. Cronbach's alpha value of the scale was determined as .79. In the fourth section of the survey form, the "Trait Anxiety Scale" was used. Cronbach's alpha value of the scale was determined as .88. Since the data had a homogeneous distribution, parametric statistical methods were used. Correlation and regression analysis were conducted to reveal the predictive effect between the participant's trust in the coach, motivation, and anxiety levels. In the study, data were processed within the 95% confidence interval. As a result of the correlation analysis, there was a statistically significant, positive and moderate difference between the participants' trust in the coach and motivation levels; It was determined that there was a statistically significant, negative, and low-level correlation between trust in the coach and anxiety levels. Accordingly, as the participants' level of trust in the coach increases, their motivation increases, and as the participants' level of trust in the coach increases, their anxiety levels decrease. As a result of comparing the averages of trust in the coach, motivation, and anxiety of the participants according to the age variable, it is seen that the participants in the age group of 18 and under and 24 and over have statistically significantly higher averages than the participants in the age group of 19-23 in the anxiety sub-dimension.

**Keywords:** Coach, Trust in the coach, Motivation, Anxiety

\* Bu çalışma, 2. yazar danışmanlığında tamamlanan “Curling Sporcularında Antrenöre Güven, Motivasyon ve Kaygı İlişkisi” Doktora tezinden türetilmiştir.

† Sorumlu Yazar: Burak Karababa, E-posta: burak.karababa@erzurum.edu.tr

## GİRİŞ

“Spor olgusu; dünyada her yaştan ve meslekten katılımcı ve izleyici bulan bir kavramdır” (Öztürk, 1997). Spordaki uluslararası başarılar toplum içerisinde çok önemli hale gelmiştir (Açıkada ve Ergen, 1990). Spor ortamında, iki faktör son derece önemlidir. Bu iki önemli faktörden biri sporcular diğeri ise antrenörlerdir. Sporcunun doğuştan sahip olduğu yetenekler başarısında etkili rol oynamaktadır. Ayrıca antrenör, sporcunun yeteneklerini şekillendiren ve ona yön veren kişidir (Amman ve ark., 2000). Sporcular, sportif kazanımlar elde etmeleri için yeteneklerine ve sıkı çalışmalarına ek olarak her zaman bir antrenörün yardımına ihtiyaç duyarlar (Başer, 1998). Bu açıdan bakıldığında yönetici kimliğine sahip olan ve sporun önemli bir parçası olarak görülen antrenörlere önemli derecede sorumluluklar verilmektedir. Antrenörler, “önerme, planlama, organize etme, motive etme, iletişim kurma ve kontrol etme işlevlerini yerine getirmenin yanı sıra yönlendirme ve yol gösterme” işlevlerini yerine getirirler. Antrenörler, sporcuların yönetim ve idaresinde çok aktif bir rol oynamakta ve müsabaka sırasında yukarıda belirtilen işlevleri yerine getirmektedir (İkizler, 2000). Antrenörlük süreci içerisinde antrenör ve sporcu ilişkisi sporcunun gelişimi açısından önem arz etmektedir (Jowett ve Cockerill, 2002). Iso-Ahola (1995) tarafından sunulan teorik çerçeve, spor performansının “kişisel (başa çıkma) ve kişilerarası (antrenör-sporcu ilişkisi)” unsurların sonucunda ortaya çıktığını önermektedir. Iso-Ahola'ya (1995) göre sporcu başarısını artırmak için kişisel ve kişiler arasın unsurların geliştirilmesi noktası önem arz etmektedir. Bu bağlamda değerlendirildiğinde; antrenörlük süreci, “bir sporcunun benlik saygısını ve performans başarılarını belirlemede” önemli olabilir (Jowett & Meek, 2000). Spor ortamında hem sporcu hem de antrenör birbirine bağımlı iki faktördür. Bu bağımlılık durumunu etkileyen faktörlerden birkaçı güven ve motivasyondur.

“Güven, bir tarafın diğeri taraftan kişisel olarak fayda sağlayacağına veya en azından suistimal edilmeyeceğine veya zarar görmeyeceğine dair olumlu bir beklentiye sahip olma özelliği” olarak tanımlanır (Metzen, 2024; Rousseau ve ark., 1998; Tencerová ve ark., 2024). Antrenör ve sporcu arasındaki ilişkinin kalitesi yüksek performans gösterilmesi noktasında önemli görülmektedir (Yıldız, 2011). Antrenör-sporcu ilişkisi; “bağlılık (commitment), yakınlık (closeness) ve tamamlayıcılık (complementarity)” şeklinde üç boyut olarak ele alınmaktadır. “Bağlılık boyutu”, karşılıklılık olmaksızın bağlılığı, ilişkinin devamlılığını, ilişki arzusunu ve olumlu niyeti tanımlamaktadır. “Yakınlık boyutu, duygusal bir biçimde karşılıklı bağımlılık ve güveni, hoşlanmayı ve karşılıklı saygıyı ifade eder”. “Tamamlayıcılık boyutu, ekip çalışmasını, karşılıklı yardımlaşmayı ve iş birliğini geliştiren etkileşim sürecini ifade eder” (Philippe ve Seiler, 2006). Sporda yüksek düzeyde performans göstermek ve başarılı olabilmenin anahtarı, geleceğe yönelik hedefler planlamak ve planlanan hedeflere ulaşabilmek için kendi teknik ve yöntemlerini kullanan antrenöre sahip olunması gerekmektedir. Sporcular ile sürekli vakit geçiren, onları tanıma fırsatı bulan ve ihtiyaçlarını karşılayan kişi antrenördür. Sporcular antrenörleri tarafından kaliteli bir şekilde çalıştırılmanın dışında iyi bir kişiliğe sahip olmasını istedikleri belirtilmektedir. Karşılıklı olarak iletişim halinde olmanın yanında sportif performansının yanı sıra birçok kişisel problemleri noktasında da yanında olmasını istemektedirler (Çalışkan, 2001; Güzel, 2008; Yücel, 2010). Motivasyon ise “Organizmayı davranışa yönelten, bu davranışların düzenliliğini ve sürekliliğini belirleyen, davranışa yön ve amaç veren çeşitli iç ve dış etkenler ve işleyişini garanti eden mekanizmalar olarak” ifade

edilebilir (Aydın, 2001; Zhang ve ark., 2024). Lorimer ve Jowett (2009) antrenör-sporcu ilişkisinin performansı arttırmanın yanı sıra sporcu memnuniyeti, algılanan beceri ve motivasyon üzerinde de ciddi etkiler yaptığını ifade etmişlerdir.

Spor yarışmalarında kaygıdan tamamen uzak kalmak imkansızdır. Çünkü spor karşılaşmaların doğasında kaygı bulunmaktadır. Sinirlilik ve kalp atım sayısının artması gibi durumlar performansın yükselmesine etki etmekte fakat belli bir süre sonra performansı kötü anlamda etkileyebilmektedir. Kaygı, endişe ve korku gibi durumlar sportif performansı önemli derecede etkiler. Antrenörler sporcularının bu tarz durumları en hasarsız biçimde atlatabilmeleri için spor psikologlarından birtakım yardımlar alarak sporcularına stres durumları ile başa çıkabilmelerine yönelik eğitimler vermelidirler (Beisecker ve ark., 2024; Cerit ve ark., 2013; Pan ve ark., 2024). Sporcunun fiziksel ve duygusal olarak müsabakalara hazır olmasında antrenörün sporcusunu motive etmesi büyük önem arz etmektedir. Antrenörün sporcu üzerindeki olumlu etkisi sporcunun motive olmasına ve kaygı gibi olumsuz duygulardan uzaklaşmasına yardımcı olur (Kardaş, 2018).

Antrenör, sporculara ilgili spor dalında teknik ve taktikler öğreten, onları yetiştiren, yeteneklerini keşfeden ve sporcuları müsabakalara hazır hale getirmek için uygun plan ve programı çizen kişi şeklinde tanımlanmaktadır (Genç, 1998; Otte ve ark., 2024). Antrenör, iyi bir öğretici, taktikçi ve sporcularına ihtiyaç duydukları başarı motivasyonunu sağlayan kişi olarak tanımlanmaktadır (Donuk, 2007). Antrenör, sporcularını müsabakalara ve hedeflere başarıyla hazırlayan kişi şeklinde ifade edilmektedir (Karşlıoğlu, 2016). Antrenör hakkında yukarıda yapılan tanımlardan da anlaşıldığı üzere sporun ana unsurudur. Antrenörün bilgi, birikim ve donanımı ne kadar fazlaysa sporcunun da bilgi, birikim ve tecrübesi o kadar fazladır. Sporcuların istenilen seviyeye gelebilmelerinin temel koşulu deneyimli, yetenekli, farklı seviyelerde antrenman yaptırabilen, kendini geliştirmiş antrenörlere sahip olmaktan geçmektedir. Farklı spor branşlarında yetiştirilecek antrenörlerin, söz konusu spor dalının özellikleri göz önüne alınacak şekilde bir model çerçevesinde yetiştirilmesi ve profesyonel olarak geliştirilmesi bir gerekliliktir. Bundan dolayı temel ilkeleri ile bilimsel imkanlardan yararlanarak yetişmiş bir antrenör aynı zamanda sporcularını da optimum şekilde yetiştirir (Sevim ve ark., 2001).

“Motivasyon, organizmayı davranışa yönelten, bu davranışların düzenliliğini ve sürekliliğini belirleyen, davranışa yön ve amaç veren çeşitli iç ve dış etkenler ve işleyişini garanti eden mekanizmalar olarak” ifade edilebilir (Aydın, 2001; Dweck, 2024). “Sporcuların yüksek yoğunluklu ve sürekli antrenmanlara uzun süre katılmalarını sağlayan gücü, motivasyon teorileri arasında önemli bir yer tutan Başarı Motivasyonu Teorisi” ile açıklanır. Bu teori, bireylerin bir fiziksel aktiviteye neden katıldıklarını, zor bir aktiviteyi gerçekleştirmek için neden bu kadar çaba sarf ettiklerini ve uzun süre devam ettiklerini açıklar (Tiryaki, 2000). Bir sporcuyu motive etmek ve motive tutmak sanıldığı kadar kolay olmayabilir. İhtiyaçlar kişiden kişiye farklılık gösterir. Bir sporcunun motivasyon düzeyini ve başarısını doğrudan etkileyen birçok faktör vardır. “Sporcunun sosyal iletişimi (aile ve arkadaş çevresi), gelir düzeyi, antrenörü ve takım arkadaşları ile olan bağı başarısını etkileyen faktörler arasındadır” (Özgün ve ark., 2017).

Bu çalışmanın önemi curling sporcularında antrenöre güven motivasyon ve kaygı ilişkisini inceleyen bir çalışma yapılmamış olmasıdır. Günümüzde antrenör-sporcu ilişkisi konusu giderek daha fazla ilgi görmekte ve bu konuyla ilgili çalışmaların sayısının arttığı ve

bu konuda daha fazla çalışma yapıldığı fark edilmektedir. Bu çalışma da onlardan biri olarak değerlendirilebilir. Konuya ilgi, antrenör-sporcu ilişkisinin sporcuların performansı açısından çok önemli bir faktör olarak görülmesinden kaynaklanmaktadır (Jowett, 2007; Jowett ve Cockerill, 2003). Bu çalışmada curling sporcularında antrenöre güven, motivasyon ve kaygı ilişkisinin incelenmesi ile gelecekte bu konularda yapılacak çalışmalara yol göstermek hedeflenmektedir. Literatürde konu başlıklarının ayrı ayrı ele alındığı çalışmalara rastlanmıştır, fakat konu başlıklarının bir arada olduğu herhangi bir çalışmaya rastlanmamış olması bu çalışmanın gerekliliğini ortaya koymaktadır. Buradan hareketle curling sporcularının antrenörlerine güven düzeyleri, motivasyon ve kaygı ilişkisi belirlenmek istenmiştir.

## METHOD

### Araştırma Modeli

Bu çalışmada, “nicel araştırma yöntemlerinden biri olan ilişkisel tarama” yönteminden faydalanılmıştır. “İlişkisel tarama”, iki veya daha çok sayıdaki değişkenin aralarındaki değişim varlığı ile derecesini belirleme amacıyla kullanılmaktadır (Karasar, 2007).

### Evren-Örneklem

Araştırmanın evrenini 2022-2023 yılında Türkiye’de Curling sporu yapan sporcular oluşturmaktadır. Örneklem grubu ise söz konusu sporcular içerisinde rastgele örneklem yöntemi kullanılarak seçilen toplam “219” katılımcıdan oluşmaktadır.

### Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada 4 bölümden oluşan anket formundan yararlanılmıştır. Belirtilen anket formuna ait ilk bölümde kişisel bilgi formu, ikinci bölümde antrenöre güven ölçeği, üçüncü bölümde sporda güdülenme ölçeği ve dördüncü bölümde sürekli kaygı ölçeği kullanılmıştır.

#### *Antrenöre Güven Ölçeği*

Katılımcıların antrenörlerine güven düzeylerini belirlemek amacıyla Zhang ve Chelladurai (2013) tarafından geliştirilen ve Doğru (2020) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “antrenörlere güven ölçeği” kullanılmıştır. Ölçekte sekiz alt boyuttan oluşan toplamda 24 madde bulunmaktadır. Ölçek 7’li likert şeklinde ve ölçekte herhangi bir olumsuz ifade yer almamaktadır. Ölçeğe ait alt boyutlar; Güven; 1,2; Eşitlikçi tutum; 3, 4, 5; Yardımseverlik; 6, 7, 8; Doğruluk; 9, 10, 11, 12; Uzmanlık; 13, 14, 15, 16, 17; Adanmışlık/Bağlılık; 18, 19; İş birliğine hazır olma; 20, 21; Performans; 22, 23, 24. maddelerden oluşmaktadır. “Cronbach’s alpha” değeri ,97 olarak tespit edilmiştir (Doğru, 2020).

**Sporda Güdülenme Ölçeği-II:** Katılımcıların motivasyon düzeylerinin belirlenmesi amacı ile sporda güdülenme ölçeği-II (SGÖ-II) kullanılmıştır. Ölçek “Pelletier ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş (2013), Öcal ve Sakallı (2018) tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır”. Söz konusu araştırma, madde-faktör ilişkilerine dair elde edilen verilere odaklanmıştır. Ölçek 7’li likert (1=Hiç uygun değil, 7=Bütünüyle uygun) şeklindedir. Ölçek 6 alt boyut toplamda 18 maddeden

oluşmaktadır. Alt boyutlar şu şekildedir; İçsel güdülenme (9,11,15), özümseme (10,14,17), özdeşim (4,6,13), içe atım (1,5,7), dışsal düzenleme (2,3,18) ve güdülenmeme (8,12,16) boyutlarından oluşmaktadır. “Cronbach’s alpha” değeri ,79 olarak tespit edilmiştir (Öcal ve Sakallı, 2018).

**Sürekli Kaygı Ölçeği:** Katılımcıların sürekli kaygılarını ölçmek için Spielberger ve arkadaşları (1970) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Öner ve Le Compte (1983) tarafından yapılan “Sürekli Kaygı Ölçeği”nden yararlanılmıştır. Bu ölçek sporcular tarafından doldurulduğu zaman sporculardan genellikle nasıl hissettiklerini düşünmeleri istenir. Ölçekte belirtilen duygu ve davranışların önem derecesine göre “1 (hiçbir zaman) ile 4 (her zaman)” arasında puanlanması istenmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 20, en yüksek puan 80 olarak ifade edilmektedir. Ölçekten alınabilecek yüksek puan durumlarında kaygı düzeyinin de yüksek olduğu ifade edilmektedir. “Cronbach’s alpha” değeri ,88 olarak tespit edilmiştir (Öner ve Le Compte, 1983).

### **Araştırma Yayın Etiği**

Etik kurul kararı “Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Dekanlığı tarafından 27.03.2023 tarihinde düzenlenen E-70400699-000-2300101329 sayılı kararı” ile alınmıştır.

### **Verilerin Toplanması**

Curling sporcularında antrenöre güven, motivasyon ve kaygı ilişkisini ortaya koymak düşüncesiyle başlayan bu çalışma ilgili etik kurul kararı alındıktan sonra ve gerekli anket uygulama izni alındıktan sonra uygulanmıştır. Anket uygulama izni alındıktan sonra sporcular ile görüşülerek gönüllü olarak katılmak isteyen sporculara belirtilen anketler uygulanmıştır. Anket uygulandıktan sonra anket verilerinin analizleri yapılarak çalışma tamamlanmıştır.

### **Verilerin Analizi**

Çalışmanın sonucundaki ortaya çıkan değerler elektronik ortama (SPSS) aktarımı yapılmıştır. Katılımcıların kişisel bilgilerini analiz etmek için betimleyici istatistik yöntemlerinden yararlanılmıştır. Yapılan normallik dağılımı analizi sonucunda, verilerin normal dağılıma sahip olmaları nedeniyle parametrik istatistik yöntemlerinden yararlanılmıştır. Buna göre cinsiyet ve antrenörünüzle çalışma süreniz gibi ikili gruplardan oluşan değişkenlerde T-Testi analizi uygulanmıştır. Katılımcıların antrenöre güven, motivasyon ve kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin tespiti için ise “Spearman Korelasyon Analizi” uygulanmıştır. Katılımcıların antrenöre güven ve motivasyon; antrenöre güven ve kaygı düzeyleri arasındaki yordayıcı etkiyi ortaya koymak için regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizi %1 anlamlılık seviyesine göre değerlendirilmiştir. Analizlerde alt boyutlu ölçeklerde değerlendirmeler toplam puanlar üzerinden yapılmıştır. Tüm ölçekler toplam puan üzerinden değerlendirmeye uygundur.

**BULGULAR****Tablo 1.** Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre antrenöre güven, motivasyon ve kaygı düzeylerinin karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	S	t	p																			
<b>Antrenöre Güven</b>	Kadın	113	4.34	.724	1.307	.192																			
	Erkek	106	4.21	.766			<b>Motivasyon</b>	Kadın	113	3.86	.526	.997	.320	Erkek	106	3.79	.495	<b>Kaygı</b>	Kadın	113	2.79	.742	-1.069	.286	Erkek
<b>Motivasyon</b>	Kadın	113	3.86	.526	.997	.320																			
	Erkek	106	3.79	.495			<b>Kaygı</b>	Kadın	113	2.79	.742	-1.069	.286	Erkek	106	2.91	.813								
<b>Kaygı</b>	Kadın	113	2.79	.742	-1.069	.286																			
	Erkek	106	2.91	.813																					

\*p &lt;.05

Tablo 1 incelendiğinde katılımcıların cinsiyet değişkenine göre antrenöre güven, motivasyon ve kaygı ortalamaları karşılaştırılması sonucunda anlamlı farklılık görülmemektedir. Fakat kaygının aksine; antrenöre güven ve motivasyonda kadınların erkeklere göre yüksek sıra ortalamaları görülmektedir.

**Tablo 2.** Katılımcıların antrenörünüzle çalışma süreniz değişkenine göre antrenöre güven, motivasyon ve kaygı düzeylerinin karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Antrenörünüzle çalışma süreniz	N	$\bar{X}$	S	t	p																			
<b>Antrenöre Güven</b>	0-4 yıl	160	4.22	.813	-1.582	.115																			
	5 yıl ve üzeri	59	4.40	.501			<b>Motivasyon</b>	0-4 yıl	160	3.62	.519	-.206	.837	5 yıl ve üzeri	59	3.84	.491	<b>Kaygı</b>	0-4 yıl	160	2.89	.780	1.364	.174	5 yıl ve üzeri
<b>Motivasyon</b>	0-4 yıl	160	3.62	.519	-.206	.837																			
	5 yıl ve üzeri	59	3.84	.491			<b>Kaygı</b>	0-4 yıl	160	2.89	.780	1.364	.174	5 yıl ve üzeri	59	2.73	.766								
<b>Kaygı</b>	0-4 yıl	160	2.89	.780	1.364	.174																			
	5 yıl ve üzeri	59	2.73	.766																					

\*p &lt;.05

Tablo 2 incelendiğinde katılımcıların antrenörünüzle çalışma süreniz değişkenine göre antrenöre güven, motivasyon ve kaygı ortalamaları karşılaştırılması sonucunda anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Fakat kaygının aksine; antrenöre güven ve motivasyon boyutunda 0-4 yıl arası cevabı verenlerin 5 yıl ve üzeri cevabı veren katılımcılara göre sıra ortalamaları daha yüksektir.

**Tablo 3.** Katılımcıların antrenöre güven, motivasyon ve kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik korelasyon tablosu

		1	2	3
<b>1-Antrenöre Güven</b>	r	1		
	p	-		
	n	219		
<b>2- Motivasyon</b>	r	.311**	1	
	p	.000	-	
	n	219	219	
<b>3- Kaygı</b>	r	-.259**	.018	1
	p	.000	.789	-
	n	219	219	219

Tablo 3 incelendiğinde yapılan korelasyon analizi sonucunda katılımcıların antrenöre güven ve motivasyon arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü ve orta düzeyde;

antrenöre güven ve kaygı arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü ve düşük düzeyde korelasyon ilişkisi görülmektedir. Buna göre katılımcıların antrenöre güven düzeyleri arttıkça motivasyonları artmaktadır ve katılımcıların antrenöre güven düzeyleri arttıkça kaygı düzeyleri azalmaktadır.

**Tablo 4.** Katılımcıların antrenöre güven ve motivasyon düzeyleri arasındaki regresyon analizi sonuçları

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken: Motivasyon		
	Beta	t	Sig.
Antrenöre Güven	.311	15.198	0.000**
R <sup>2</sup>		.097	
F		23.274	

Tablo 4’ te R<sup>2</sup> değerine bakıldığında antrenöre güvenin motivasyonu % .097’lik bir açıklama gücüyle anlamlı bir şekilde ifade edilmiştir. Bu sonuç antrenöre güvenin motivasyonu yordayıcı bir yapıda olduğunu göstermektedir. Bireylerin antrenörlerine güven düzeyleri motivasyonlarını artırmada istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde bir etkiye sahiptir.

**Tablo 5.** Katılımcıların antrenöre güven ve kaygı düzeyleri arasındaki regresyon analizi sonuçları

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken: Kaygı		
	Beta	T	Sig.
Antrenöre Güven	-.259	13.502	0.000**
R <sup>2</sup>		.067	
F		15.656	

Tablo 5’te R<sup>2</sup> değerine bakıldığında antrenöre güvenin kaygıyı % .067’lik bir açıklama gücüyle anlamlı bir şekilde yordamıştır. Bu sonuç antrenöre güvenin kaygıyı yordayıcı bir yapıda olduğunu göstermektedir. Bireylerin antrenörlerine güven düzeyleri kaygı düzeylerini azaltmada istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönde bir etkiye sahiptir.

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Çalışmanın bu bölümünde Curling sporcularında antrenöre güven, motivasyon ve kaygı ilişkisinin incelenmesi amacıyla “antrenöre güven”, “motivasyon” ve “kaygı” ölçeğinden elde edilen veriler tartışılmıştır. Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre antrenöre güven, motivasyon ve kaygı ortalamalarının karşılaştırılmasında anlamlı farklılık görülmemektedir. Fakat kaygının aksine; antrenöre güven ve motivasyonda kadınların erkeklere göre daha yüksek sıra ortalamalarına sahip oldukları görülmektedir. Yiğit (2021) tarafından futbolcuların antrenörlerine güven düzeylerinin incelenmesi için yapılan analizler sonucunda antrenöre güven konusunda hem kadın katılımcıların hemde erkek katılımcıların benzer düşüncelere sahip oldukları görülmektedir. Yücel (2010) çalışmasında antrenör sporcu ilişkisi (yakınlık ve güven duygusu boyutunda) ile cinsiyet değişkeni arasında kadın sporcuların erkek sporculara göre daha yüksek ortalamalara sahip oldukları görülmektedir. Literatür incelendiğinde katılımcıların cinsiyet değişkenine göre motivasyon düzeyleri arasında istatistiksel olarak

anlamli farklılığın olmadığı çalışmalar bulunmaktadır (Cirit, 2021; Kirazlı, 2022; Kökver, 2022; Oruç, 2018; Susuz, 2022; şah, 2022; Tirfilli, 2021; Tozkar, 2019; nl, 2022). Literatürde kadınların erkeklere göre ve erkeklerin kadınlara göre istatistiksel olarak anlamli farklılıkların olduğu çalışmalarda bulunmaktadır (Duman, 2018; Navruz, 2018). Literatür incelendiğinde katılımcıların cinsiyet değişkenine göre kaygı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamli farklılığın olmadığı çalışmalar bulunmaktadır (Acar, 2019; Aksu, 2018; Başaran ve ark., 2009; Beyaztaş, 2019; Boz, 2019; Civan ve ark., 2010; olak, 2020; Gürsoy, 2006; İşlek, 2018; Kaplan, 2018; Karakaya ve ark., 2006; Kurudirek, 2018; Navruz, 2018; Tektaş, 2014; Yıldırım, 2017). Literatürde kadınların erkeklere göre ve erkeklerin kadınlara göre istatistiksel olarak anlamli farklılıkların olduğu çalışmalarda bulunmaktadır (Akgün ve ark., 2007; Erdul, 2005; Satılmış, 2021).

Katılımcıların antrenörünüzle çalışma süreniz değişkenine göre antrenöre güven, motivasyon ve kaygı ortalamalarının karşılaştırılmasında anlamli farklılık görülmemektedir. Fakat kaygının aksine antrenöre güven ve motivasyon boyutunda 5 yıl ve üzeri cevabı verenlerin 0-4 yıl cevabı veren katılımcılara göre daha yüksek sıra ortalamalarına sahiptirler. Selağzı ve Çepikkurt (2015)'nin ne sürdükleri bir yaklaşım göre aynı antrenörle çalışma süresi arttıka "bağlılık" alt boyutunda pozitif yönde istatistiksel olarak anlamli bir ilişki görülmektedir. Abakay ve Kuru (2011) antrenör iletişimi konusunda aynı antrenörle çalışma süresini de değerlendirdiği çalışmalarında amatör futbolcular arasında bir fark yokken profesyonel futbolcularda 0-2 yıldır birlikte çalışanların diğer iki gruptan (3-5; 6 yıl ve üzeri) daha düşük ortalamaya sahip oldukları görülmektedir. Demirci (2020)'nin çalışmasında aynı antrenörle 3 yıldan daha fazla süre çalışan katılımcıların daha yüksek düzeyde ortalamalara sahip oldukları görülmektedir. Kökver'in (2022) tenisçiler üzerine yaptığı bir araştırmada aynı antrenörle uzun süre çalışan katılımcıların başarıya yaklaşma güdülerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Tirfilli'nin (2021)'nin tenis antrenörleri üzerine yaptığı bir araştırmada aynı antrenörle uzun süre çalışan katılımcıların istatistiksel olarak daha yüksek ortalamalara sahip oldukları görülmektedir. Abakay ve Kuru'nun (2013) yaptığı çalışmada antrenörle iletişimlerde anlamli farklılığın nedeni olarak, birlikte geçirilen zamandaki artış iki tarafında birbirlerini tanıma düzeylerinde artış meydana getirdiği ve bu nedenle ilişkinin yakınlığının arttığını ne sürmektedirler. Literatür incelendiğinde katılımcıların antrenörünüzle çalışma süreniz değişkenine göre motivasyon düzeyleri arasında anlamli farklılığın olduğu çalışmalar bulunmaktadır. Aynı antrenörle daha uzun süre çalışan katılımcıların daha yüksek motivasyon düzeylerine sahip oldukları görülmektedir (Kökver, 2022; Tirfilli, 2021). Literatürde aynı antrenörle daha kısa süre çalışan katılımcıların daha yüksek motivasyon düzeylerine sahip olduğu çalışma bulunmaktadır (Demir, 2018). Aynı antrenörle daha az süre çalışanların, antrenörleri ile iletişim düzeyleri geçirilen srenin az olmasından kaynaklı iletişimin tam anlamıyla sağlanamaması birtakım aksaklıklar oluşturur. Bu durum sporcunun memnuniyetinde azalma meydana getirir. Sporcunun kaygı düzeyinde artış meydana gelir ve bu durum sportif performansa olumsuz şekilde yansımaktadır (Yiğit, 2021).

Yapılan korelasyon analizi sonucunda, katılımcıların motivasyon düzeyleri ile kaygı düzeyleri arasında anlamli düzeyde ilişki olmadığı ve yapılan regresyon analizi sonucunda ilişkinin çok düşük olması nedeniyle R2 değerı hesaplanmamıştır. Literatür incelendiğinde katılımcıların motivasyon düzeyleri ile kaygı düzeyleri arasında anlamli ilişkinin olmadığı



çalışmalar bulunmaktadır (Kolayış ve ark., 2015; Kumartaşlı ve ark., 2020). Katılımcıların antrenöre güven ve motivasyon düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü ve orta düzeyde; antrenöre güven ve kaygı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü ve düşük düzeyde ilişki saptanmıştır. Buna göre katılımcıların antrenöre güven düzeyleri arttıkça motivasyonları artmaktadır ve katılımcıların antrenöre güven düzeyleri arttıkça kaygı düzeyleri azalmaktadır. Antrenöre güven ile motivasyon arasındaki yordayıcılığı ortaya koymak için yapılan regresyon analizi sonucunda kurulan regresyonun %1 anlamlılık düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Analizlerde R2 değerine bakıldığında antrenöre güvenin motivasyonu %0.097'lik bir açıklama gücüyle anlamlı bir şekilde yordamıştır. Bu sonuç antrenöre güvenin motivasyonu yordayıcı bir yapıda olduğunu göstermektedir. Bireylerin antrenörlerine güven düzeyleri motivasyonlarını artırmada istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde etkiye sahip olduğu görülmektedir. Antrenöre güven ile kaygı arasındaki yordayıcılığı ortaya koymak için yapılan regresyon analizi sonucunda kurulan regresyonun %1 anlamlılık düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Analizlerde R2 değerine bakıldığında antrenöre güvenin kaygıyı % .067'lik bir açıklama gücüyle anlamlı bir şekilde ifade edilmiştir. Bu sonuç antrenöre güvenin kaygıyı yordayıcı bir yapıda olduğunu göstermektedir. Bireylerin antrenörlerine güven düzeyleri kaygı düzeylerini azaltmada istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönde etkiye sahip olduğu görülmektedir. Tamamen kaygısız ve tepkisiz durumda olmak sportif yarışmaların doğasına aykırıdır. Çünkü sportif faaliyetlerin içerisinde kaygı tamamen karşılaşmaların doğasının bir sonucudur. Kaygının bedensel olarak gösterimi kaslarda meydana gelen gerilmeler ve sinirlilik gibi sonuçlar sportif performansın artmasına neden olsada, zaman geçtikçe sportif performansın azalmasına yol açmaktadır. Sportif performans üzerinde kaygı ve korku gibi unsurlar önemli düzeyde tehdit oluşturmaktadır. Antrenörler, sporcuları bu durumlarda daha az etkilenmeleri için yetkinlikleri dahilinde veya spor psikologlardan destek alarak bunu gerçekleştirmelidirler (Cerit ve ark., 2013). Sporcuların fiziksel ve duygusal olarak sportif yarışmalar için hazır olmasında antrenörlerin sporcularını motive etmesi önemli bir etkidir. Antrenörün sporcu üzerindeki olumlu etkisi sporcunun motive olmasına ve kaygı gibi olumsuz duygulardan uzaklaşmasına yardımcı olur (Kardaş, 2018; Sridana ve ark., 2024). Antrenör-sporcu arasında kurulan olumlu bir ilişki, sporcuların bireysel ve sosyal gelişimleri noktasında büyük oranda fayda sağlar, antrenörlere olan güven derecesinin sporda motivasyonunu etkilediği bilinmektedir (Gao ve ark., 2024; Güllü, 2018). Navruz (2018)'un takım sporlarında mücadele eden öğrenciler üzerine yaptığı bir araştırmada katılımcıların motivasyonları arttıkça kaygı düzeyleri azalmaktadır. İnkaya (2018)'nın yüzücüler üzerine yaptığı bir araştırmada antrenörle daha fazla iletişim halinde ve karşılıklı güven içerisinde olan sporcuların kaygı boyutlarında azalma olduğu görülmektedir. Kanada'da gerçekleşen ve antrenöre olan bağlılık ve antrenör davranışları arasındaki ilişkileri ele alan bir çalışmaya göre antrenör-sporcu ilişkisinin bağlılık boyutu sportif performansı etkileyen önemli bir etkidir. Antrenöre bağlılık hissi olan sporcular daha fazla çaba göstermekte ve performansları artmaktadır (Rezania ve Gurney, 2014). Lorimer ve Jowett (2009) ise antrenör-sporcu ilişkisinin performansı arttırmanın yanı sıra sporcu memnuniyeti, algılanan beceri ve motivasyon üzerinde de ciddi etkiler yaptığını ifade etmişlerdir. Sporcu ve kulüp hedeflerinin gerçekleştirilmesi için sporcuların performanslarını artıracak şekilde motive edilmesi antrenörlerin üzerine düşen önemli görevlerden biridir (Can ve ark., 2009; Fan ve ark., 2023). Düşük bir başarının

nedenlerinden bir sporcunun motivasyonun düşük olmasından kaynaklanmaktadır (Divjak ve Rupel, 2022; Ural, 2008). Antrenörün sporcu iletişimde, motivasyon arttırmada ve psikolojik becerilerde önemini açıkça ortaya koymada etkisi büyüktür (Terlemez, 2019). Antrenör davranışlarının sporcunun motivasyonu ve göstereceği sportif performans arasında büyük bir bağlantı olduğundan söz edilmektedir. Sporcuların psikolojik ve fiziksel özelliklerinin gelişimi için antrenör-sporcu iletişimi önem arz etmektedir (Jowett ve Cockerill, 2003; Karafil ve Ulaş, 2023). Çünkü sporcuların performansının zirvesine ulaşmak, sportif başarıya imza atmak, becerilerinde gelişim sağlamak ve motivasyonlarını artırarak sürdürmek için antrenör-sporcu iletişimi son derece önemlidir (Rhind ve ark., 2012). Antrenör ve sporcu iletişiminin iyi olması zihinsel ve duygusal bir uyum sağlar ve bu da sportif performansın artmasını sağlar. Bu uyumun sağlanması noktasında; antrenörlerin sporcularını ikna edebilmesi, motive edebilmesi ve doğru geri bildirimde bulunmalıdır. Bunlarda tamamen antrenörün iletişim yöntemiyle yakından ilişkilidir (Lyle, 2005). Antrenör davranışları ile sporcu motivasyonu arasındaki ilişkiyi konu alan birçok araştırma antrenör davranışlarına dikkat çekmektedir (Amorose ve Anderson, 2007; Vallerand ve Losier, 1999). Antrenörlerin spor ortamındaki davranışları sporcuların motivasyonunu önemli ölçüde etkileyecek bir ortam meydana getirmektedir (Treasure ve Roberts, 1998). Antrenörler başarılı performans gösteren sporculara anında geri bildirimde buldukları zaman yüksek düzeyde motivasyon puanına sahip oldukları, bu durumun tersine yönelik hareket sergileyen antrenörlerin sporcularının motivasyon puanlarının düşük olduğu görülmektedir (Black ve Weiss, 1992). Sporcu için büyük motivasyon kaynaklarından biri antrenörlerinden aldıkları pekiştiricilerdir (Kalkan ve İhsan, 2021). Sporcunun iyi tanınması, sporcunun güdülenmesi noktasında antrenörlere doğru seçenekler sunacaktır. Sporcunun doğru yönlendirilmesi noktasındaki kullanılacak tekniklerinin rahatça belirlenmesine olanak sağlar. Bu yüzden antrenörlerin sporcularını iyi tanıma ve motivasyon (güdüleme) kavramına önem vermeleri gerekmektedir. Antrenörlerin davranışları sporcular açısından çok önemlidir. Olumlu bir davranış tarzının benimsenmesi sporcunun güven duymasını ve motivasyonunun artmasını sağlayarak sportif başarı açısından olumlu sonuçlar elde etmesini sağlar. Demokratik bir yönetim tarzı benimseyen antrenörler sporcuların güvenini kazanarak, başarı motivasyonlarını arttırabileceği belirtilmektedir. Yakın bir antrenör-sporcu ilişkisi çalışma ortamındaki ilişkilerin gelişmesine ve her iki taraf için oluşan güven ortamı sayesinde hem antrenörün hem de sporcunun başarısında etkin bir rol oynadığı ifade edilmektedir. Antrenör davranışları sporcuların motivasyonlarında olumlu etkiler oluşturduğu, sporcuların yeterliliklerini algılamaları, motivasyon, kaygı gibi psikolojik süreçlerin doğru yönetilmesi noktasında önemli bir husus olarak belirtilmektedir (Abakay, 2010; Harter, 1978; Jakobek ve Ljubotina, 2022; Kulikov, 2001; Kuter ve Öztürk, 1997; Mageu ve Vallerand, 2003; Meyer, 1997; Yıldız, 2004; Yurdakul, 2007). “Antrenör-sporcu iletişiminin yüksek olması sporcuların başarı motivasyonu düzeylerini pozitif yönde etkilemekte ve kaygı gibi olumsuz duygulardan ise uzaklaşmasına yardımcı olur” (Abakay, 2010; Kardaş, 2018). Bu pozitif yöndeki etki sportif performansın yükseltilmesi noktasında önem arz etmektedir (Abakay, 2010).

## ÖNERİLER

Federasyonlar veya kulüpler tarafından sporcuların motivasyonlarını artıracak ve kaygı düzeylerinin azalmasına yönelik çalışmalar yapılabilir. Sporcuların motivasyonlarını artırabilecek koşulların ortaya çıkartılması için çalışmalar yapılabilir. Aynı şekilde kaygı düzeylerinin gerekli düzeylerde tutulabilmesi için çalışmalar yapılabilir. Sporcuların normal hayatlarında motivasyonlarına ve kaygı düzeylerine nelerin etki edebileceği noktasında araştırmalar yapılabilir. Federasyonlarda veya kulüplerde motivasyon ve kaygı gibi konularda sporculara yardımcı olabilecek uzmanlar bulundurulabilir veya var ise uzman sayısı artırılabilir. Sporcuların sportif başarıları noktasında ne gibi unsurların daha çok etkili olduğu konusunda araştırmalar yapılabilir. Böylesine atılacak adımlar dahilinde sporcuların sportif başarılarını artırmaları daha kolay olabilir, verimlilik ve sporcunun aidiyet duygusu gibi konularda gelişim sağlanacağı düşünülmektedir. Motivasyon gibi olumlu ve kaygı gibi olumsuz durumların iyileştirilip geliştirilmesi noktasında seminerler verilmelidir. Sportif branşlarda motivasyon ve kaygı gibi durumlara sebep olan faktörleri belirlemeye yönelik çalışmalar yürütülmelidir. Bu çalışmada, curling sporcularında antrenöre güven düzeyinin motivasyon ve kaygı ile ilişkisini ortaya koymak hedeflenmiştir. Gelecekteki çalışmalarda, antrenöre güven düzeyi üzerinde etkisi olabilecek diğer psikolojik faktörlerin etkisi incelenebilir.

**Çıkar Çatışması:** Çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır. Çalışma Atatürk Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Koordinasyon Birimi tarafından maddi anlamda desteklenmektedir. Bu çalışma doktora tezinden üretilmiştir.

**Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:** Araştırma Dizaynı BK ve MAK, İstatistik analiz MAK; Makalenin hazırlanması, BK, MAK; Verilerin Toplanması BK tarafından gerçekleştirilmiştir.

### Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler

**Kurul Adı:** Atatürk Üniversitesi Rektörlüğü Spor Bilimleri Fakültesi Dekanlığı

**Tarih:** 27/03/2023

**Sayı/Karar No:** E-70400699-000-2300101329/ Karar 28

## KAYNAKLAR

- Abakay, U. (2010). *Futbolcu-antrenör iletişiminin farklı statülerdeki futbolcuların başarı motivasyonu ile ilişkisi*. Doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Abakay, U., & Kuru, E. (2011). Profesyonel ve amatör futbolcuların antrenörleri ile olan iletişim düzeyi farklılıklarının karşılaştırılması. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 13(1), 125-131.
- Abakay, U., & Kuru, E. (2013). Kadın futbolcularda antrenörle iletişim düzeyi ve başarı motivasyonu ilişkisi. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 12(1), 20-33.
- Acar, K. (2019). *Takım ve bireysel sporcuların iletişim becerileri ve kaygı düzeylerinin çatışma eğilimi ile ilişkisinin incelenmesi*. Doktora tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Açıkada, C., & Ergen, E. (1990). *Bilim ve spor*. Tek Ofset Matbaacılık.
- Akgün, A., Gönen, S., & Aydın, M. (2007). İlköğretim fen ve matematik öğretmenliği öğrencilerin kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(20), 283-299.
- Aksu, O. (2018). *Karate sporcularının sürekli kaygı düzeyleri, duygusal zekâ ve kişilik özelliklerinin çeşitli değişkenlere göre belirlenmesi*. Yüksek Lisans tezi, Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Amman, T., İkizler H.C., & Karagözoğlu C. (2000). *Sporla sosyal bilimler*. Alfa Yayınları.
- Amorose, A. J., & Anderson-Butcher, D. (2007). Autonomy-supportive coaching and self-determined motivation in high school and college athletes: A test of self-determination theory. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(5), 654-670. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.11.003>
- Aydın, A. (2001). *Gelişim ve öğrenme psikolojisi*. Alfa Yayınları.
- Başaran, M. H., Taşgın, Ö., Sanioğlu, A., & Taşkın, A. K. (2009). Sporcularda durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21, 533-542.
- Başer, E. (1998). *Uygulamalı spor psikolojisi*. Sporsal Kuram Dizisi, Bağırhan Yayinevi.
- Beisecker, L., Harrison, P., Josephson, M., & DeFreese, J. D. (2024). Depression, anxiety and stress among female student-athletes: A Systematic review and meta-analysis. *British journal of sports medicine*, 58 278-285. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2023-107328>
- Beyaztaş, E. (2019). *İstanbul'da görev yapan futbol hakemlerinin müsabaka öncesi ve müsabaka sonrası kaygı düzeylerinin analizi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Black, S. J., & Weiss, M. R. (1992). The relationship among perceived coaching behaviors, perceptions of ability, and motivation in competitive age-group swimmers. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14(3), 309-325. <https://doi.org/10.1123/jsep.14.3.309>
- Boz, E. (2019). *Elit karate sporcularında imgeleme ve kaygı ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Can, Y., Güven, H., Soyer, F., Demirel, M., Bayansalduz, M., & Şahin, K. (2009). Elit taekwondo sporcularında aile-antrenör-kulüp desteği ve başarı motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(2), 240-252.
- Cerit, E., Gümüldağ, H., Evli, F., Şahin, S., & Bastık, C. (2013). Elit kadın basketbol oyuncularının yarışma öncesi kaygı düzeyleri ile performansları arasındaki ilişki. *Sport Sciences*, 8(1), 26-34.
- Cirit, Ö. (2021). *Takım sporu ve bireysel spor yapan sporcuların batıl inanç düzeylerinin başarı motivasyonuna olan etkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.

- Civan, A., Arı, R., Görücü, A., & Özdemir, M. (2010). Bireysel ve takım sporcularının müsabaka öncesi ve sonrası durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(1), 193-206.
- Çalışkan, G. (2001). *Liderlik açısından antrenör davranışlarının sporcu performansı üzerine etkisinin değerlendirilmesi*. Yüksek lisans tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.
- Çolak, D. (2020). *Judo yapan öğrenciler ile yapmayan öğrencilerin kaygı düzeylerinin karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi, Bartın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Bartın.
- Demir, M. (2018). *Yüzme antrenörlerinin iletişim becerileri ile yüzücülerin motivasyon düzeylerindeki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Isparta.
- Demirci, S. (2020). *14-17 Yaş arası sporcularda antrenör-sporcu ilişkisi kalitesinin ahlaki karar alma ve saldırgan davranışları belirlemedeki rolü*. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Divjak, M., & Rupel, V. P. (2022). Motivation, learning strategies, and satisfaction of online students: A Comparison of low and high achievers. *Journal of Contemporary Educational Studies/Sodobna Pedagogika*, 73(1), 180-194.
- Doğru, Z. (2020). Adaptation of the trust in the coach scale into Turkish: Validity and reliability study. *Ambient Science*, 7(1), 227-231. <https://doi.org/10.21276/ambi.2020.07.sp1.ta12>
- Donuk, B. (2007). *Liderlik ve spor*. Ötüken Yayınları.
- Duman, N. (2018). *Sporcularda başarı motivasyonu ve özerk benlik yönetimi ilişkisinde antrenörün sporculara yönelik öğretimsel liderlik davranışlarının rolü*. Yüksek lisans tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Dweck, C. S. (2024). Personal perspectives on mindsets, motivation, and psychology. *Motivation Science*, 10(1), 1-8. <https://doi.org/10.1037/mot0000304>
- Erdul, G. (2005). *Üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişki*. Doktora tezi, Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Fan, F., Chen, Y., Guo, L., Ding, C., & Shi, H. (2023). How relationship-maintenance strategies influence athlete burnout: Mediating roles of coach-athlete relationship and basic psychological needs satisfaction. *Frontiers in Psychology*, 13, 1104143. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1104143>
- Gao, Z., Chee, C. S., Norjali Wazir, M. R. W., Wang, J., Zheng, X., & Wang, T. (2024). The role of parents in the motivation of young athletes: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 14, 1291711. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1291711>
- Genç, D.A. (1998). *Spor hukuku*. Alfa Yayınları.
- Güllü, S. (2018). Sporcuların antrenör-sporcu ilişkisi ile sportmenlik yönelimleri üzerine bir araştırma. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(4), 190- 204. <https://doi.org/10.33689/spormetre.482295>
- Gürsoy, F. (2006). Farklı sosyo ekonomik düzeydeki ergenlerin benlik tasarım düzeyleri ile kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15(2), 183-190.
- Güzel, İ. (2008). *Amatör sporcuların antrenörlerinden beklentileri üzerine bir araştırma*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Harter, S. (1978). Effectance motivation reconsidered: Toward a developmental model. *Human Development*, 21(1), 34-64. <https://doi.org/10.1159/000271574>
- Iso-Ahola, S. E. (1995). Intrapersonal and interpersonal factors in athletic performance. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 5(4), 191-199. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.1995.tb00035.x>

- İkizler, H.C. (2000). *Sporda sosyal bilimler*. Alfa Basım Dağıtım, s.164-170.
- İnkaya, E. (2018). *Yüzme antrenörlerinin iletişim becerilerinin, yüzücülerin performans kaygısına etkisi*. Yüksek lisans tezi, Bahçeşehir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- İşlek, Y. (2018). *Spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin işsizlik ile ilgili kaygıların depresyon ve kaygı düzeyleri ile ilişkisi açısından incelenmesi (Akdeniz Bölgesi örneği)*. Yüksek lisans tezi, Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Jakobek, V., & Ljubotina, D. (2022). The Relation between Coaching Behaviour, Motivational Climate and Intrinsic Motivation in Youth Football Players. *Psihologijske teme*, 31(2), 235-258. <https://doi.org/10.31820/pt.31.2.2>
- Jowett, S. (2007). Coach-athlete relationships ignite sense of groupness. *Group Dynamics Advances in Sport and Exercise Psychology: Contemporary Themes*, 63-77.
- Jowett, S., & Cockerill, I. (2002). Incompatibility in the coach-athlete relationship. *Solutions in Sport Psychology*, 16-31.
- Jowett, S., & Cockerill, I. M. (2003). Olympic medallists' perspective of the athlete-coach relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 4(4), 313-331. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00011-0](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00011-0)
- Jowett, S., & Meek, G. (2000). The Coach-athlete relationship in married couples: An exploratory content analysis. *The Sport Psychologist*, 14(2), 157-175. <https://doi.org/10.1123/tsp.14.2.157>
- Kalkan, T., & İhsan, S. (2021). Antrenör davranışları: Kuramsal yaklaşımlar, antrenörün sporcuya etkisi ve öneriler. *Egzersiz ve Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 41-54.
- Kaplan, H. (2018). *Yüzme Türkiye şampiyonasına katılan bedensel engelli sporcuların kaygı düzeylerinin araştırılması*. Yüksek lisans tezi, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.
- Karafil, A. Y., & Ulaş, M. (2023). An Evaluation of Athletes' Opinions on Communication Barriers Caused by Coaches in the Interpersonal Communication Process. *Physical Culture and Sport. Studies and Research*, 102(1), 28-40. <https://doi.org/10.2478/pcssr-2024-0003>
- Karakaya, I., Coşkun, A., & Ağaoğlu, B. (2006). Yüzücülerin depresyon, benlik saygısı ve kaygı düzeylerinin değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7(3), 162-166.
- Karasar, N. (2007). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler*. Nobel yayın dağıtım.
- Kardaş, N. T. (2018). 13-16 yaş arası altyapı futbolcularının müsabaka dönemindeki durumluk kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 5(2), 109-117.
- Karshoğlu, A. (2016). *İçinde yer alanlar ve yer almak isteyenler için futbolda mantalite*. Yağız Yayınları.
- Kirazlı, S. (2022). *Takım ve bireysel spor ile uğraşan sporcuların spora katılım motivasyonlarının incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Yozgat Bozok Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yozgat.
- Kolayış, H., İhsan, S., & Özge, K. (2015). Takım sporlarıyla uğraşan kadın sporcuların imgeleme, güdülenme ve kaygı puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), 129-136. [https://doi.org/10.1501/Sporm\\_0000000277](https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000277)
- Kökver, F. (2022). *Tenissilerde iletişim becerileri ve başarı motivasyonu ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Kulikov, N. A. (2001). *Developing effective coach-athlete relationships: Approaches used by successful collegiate head coaches of combined gender sports*. Master thesis, California State University, Fresno.

- Kumartaşlı, M., Erbaş, İ., Yılmaz, E., & Koçyiğit, B. (2020). Atletizmde yurt içi ve yurt dışı müsabakalardaki elit atletlerin başarı motivasyonu ve anksiyete düzeylerinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(4), 456-467. <https://doi.org/10.31680/gaunjss.806396>
- Kurudirek, M. İ. (2018). *Buz hokeyi oyuncularında batıl inanç ve kaygı ilişkisinin incelenmesi*. Doktora tezi, Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Kuter, M., & Öztürk, F. (1997). *Antrenör ve sporcu el kitabı*. Bağırğan Yayınevi.
- Lorimer, R., & Jowett, S. (2009). Empathic accuracy in coach–athlete dyads who participate in team and individual sports. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(1), 152-158. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.06.004>
- Lyle, J. (2005). *Sports coaching concepts: A Framework for coaches' behaviour*. Routledge.
- Mageau, G. A., & Vallerand, R. J. (2003). The Coach–athlete relationship: A Motivational model. *Journal of Sports Science*, 21(11), 883-904. <https://doi.org/10.1080/0264041031000140374>
- Metzen, H. (2024). Objectivity, shared values, and trust. *Synthese*, 203(2), 1-19. <https://doi.org/10.1007/s11229-024-04493-3>
- Meyer, J. L. (1997). *Leadership perceptions and achievement motivation in sport*. Gonzaga University.
- Navruz, A. (2018). *Seçili takım sporlarında mücadele eden lise öğrencilerinin müsabaka öncesi durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin motivasyon düzeylerine olan etkisinin incelenmesi (Ankara İli Ölçekli)*. Yüksek lisans tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Isparta.
- Oruç, N. (2018). *Üniversiteler arası 1., 2. ve süper lig tenis müsabakalarına katılan sporcuların spora özgü başarı motivasyon düzeyinin bazı değişkenlere göre incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Otte, F., Davids, K., Rothwell, M., Wood, M. A., & De-Mountfort, J. (2024). Coach to learn and learn to coach: synergising performance and development in the athlete-coach-environment learning system. *Sports Coaching Review*, 1-25. <https://doi.org/10.1080/21640629.2024.2330195>
- Öcal, K., & Sakallı, D. (2018). Sporda güdülenme ölçeği-ı'nın türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *International Journal of Sports Exercise and Training Sciences*, 4(1), 38-49.
- Öner, N., & Le Compte, A. (1983). *Durumluk ve sürekli kaygı envanteri el kitabı*. Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Özgün, A., Yaşartürk, F., Ayhan, B., & Bozkuş, T. (2017). Hentbolcuların spora özgü başarı motivasyonu ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (UKSAD)*, 3(2), 83-94.
- Öztürk, F. (1997). *Üniversite gençliğinin futbolda takım tutma durumlarının karşılaştırılması*. Uluslararası Spor Psikolojisi Sempozyumu, 51, Mersin.
- Pan, Y., Yu, X., & Yue, Y. (2024). Anxiety and sportsmanship in adolescent athletes: the multiple mediating effects of athlete burnout and exercise cognition. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1-16. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2024.2312439>
- Pelletier, L.G., Rocchi, M.A., Vallerand, R.J., Deci, E.L., & Ryan, R.M. (2013). Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Psychology of Sport and Exercise*, 14(3), 329-341. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.12.002>
- Philippe R.A., & Seiler R. (2006). Closeness, co-orientation and complementarity in coach–athlete relationships: What male swimmers say about their male coaches. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(2), 159-171. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2005.08.004>
- Rezania, D., & Gurney, R. (2014). Building successful student-athlete coach relationships: Examining coaching practices and commitment to the coach. *SpringerPlus*, 3(1), 380-387. <https://doi.org/10.1186/2193-1801-3-383>

- Rhind, D. J., Jowett, S., & Yang, S. X. (2012). A Comparison of athletes' perceptions of the coach-athlete relationship in team and individual sports. *Journal of Sport Behavior*, 35(4), 433- 452.
- Rousseau, D. M., Sitkin, S. B., Burt, R. S., & Camerer, C. (1998). Not so different after all: A cross-discipline view of trust. *Academy of Management Review*, 23(3), 393-404. <https://doi.org/10.5465/amr.1998.926617>
- Satılmış, Ş. (2021). *Mücadele sporları ile uğraşan sporcuların imgeleme, güdülenme ve kaygı düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Aksaray Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aksaray.
- Selağzı, S., & Çepikkurt, F. (2015). Antrenör ve sporcu iletişim düzeylerinin belirlenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(1), 11-18.
- Sevim, Y., Tuncel, F., Erol, E., & Sunay, H. (2001). *Antrenör eğitimi ve ilkeleri*. Gazi Kitapevi.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1970). *Manual for the state-trait anxiety inventory*. Consulting Psychologists Press.
- Sridana, R., Tomoliyus, T., Sukanti, E. R., Prabowo, T. A., & Abrori, R. B. (2024). The Effect of coaching style on performance of athletes through anxiety as mediating variable in adolescent swimmers. *Retos*, 55, 241-248.
- Susuz, Y.E. (2022). *Üniversitelerin spor takımlarında yarışan öğrencilerin spora özgü başarı motivasyon düzeyleri ve genel öz yeterliliklerinin belirlenmesi*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Şah, A. (2022). *Antrenör-sporcu ilişkisi ve motivasyon düzeylerinin sporcu kimliği üzerine etkisi: muay thai sporcuları örneği*. Yüksek lisans tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Tektaş, N. (2014). Üniversite mezunlarının kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 31(1), 243-253.
- Tencerová, J., Kaššaiová, Z., & Uhrecký, B. (2024). What do you mean by trust? The free associations of the word "Trust". *Human Affairs*, 34(2) 204-223. <https://doi.org/10.1515/humaff-2023-0110>
- Terlemez, M. (2019). Antrenörlerin davranış özellikleri, ilke ve çalışma yöntemleri. *Anadolu Akademi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(3), 19-28.
- Tirfilli, M. (2021). *Tenis antrenörlerinin bir liderlik özelliği olan iletişim becerilerinin tenisçilerin motivasyonları üzerindeki etkisi*. Yüksek lisans tezi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Çanakkale.
- Tiryaki, İ. (2000). *Spor psikolojisi, kavramlar ve uygulama*. Eylül Kitap ve Yayınevi.
- Tozkar, E. (2019). *Sporcu öğrencilerin beden eğitimi ve spor öğretmenlerine yönelik liderlik gücü algısı ile sporda başarı motivasyonu ve takım uyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Treasure, D. C., & Roberts, G. C. (1998). Relationship between female adolescents' achievement goal orientations, perceptions of the motivational climate, belief about success and sources of satisfaction in basketball. *International Journal of Sport Psychology*, 29(3), 211-230.
- Ural, O. (2008). *Futbolda takım performansına etki eden motivasyonel faktörlerin belirlenmesine yönelik bir uygulama (Gençlerbirliği Spor Kulübü örneği)*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ünlü, Ü. (2022). *Profesyonel voleybolcuların imgeleme ve başarı motivasyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Trabzon Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Trabzon.
- Vallerand, R. J., & Losier, G. F. (1999). An integrative analysis of intrinsic and extrinsic motivation in sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 11(1), 142-169. <https://doi.org/10.1080/10413209908402956>



- Yıldırım Araz, G. (2017). *Spor yapan bireylerin kaygı düzeyleri, saldırganlık eğilimleri ve yaklaşma-uzaklaşma tepkilerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Trakya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Edirne.
- Yıldız S. (2011). Relationship between leader-member exchange and burnout in professional footballers. *Journal of Sports Sciences*, 29(14), 1493-1502. <https://doi.org/10.1080/02640414.2011.605165>
- Yıldız, Ö. (2004). *Takım sporlarında iletişimin performans verimine etkisinin araştırılması*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yiğit, B. (2021). *Futbolcuların antrenörlerine güven düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans Tezi, Hitit Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çorum.
- Yurdakul, R. (2007). *Büyükçekmece ilçesi orta öğretim kurumları yöneticilerinin liderlik özelliklerinin çalışanların motivasyonlarına etkisi*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yücel, M. G. (2010). *Antrenör-sporcu ilişkisini etkileyen faktörler (güreş örneği)*. Yüksek lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Zhang, Z., & Chelladurai, P. (2013). Antecedents and consequences of athlete's trust in the coach. *Journal of Sport and Health Science*, 2(2), 115-121. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2012.03.002>
- Zhang, Z., Lv, J., Jiang, T., Chen, X., & Luo, Y. (2024). Motivation matters: Autonomous motivation sustains the happiness from prosocial behavior. *Motivation Science* 10(2),100-109. <https://doi.org/10.1037/mot0000319>

