

Orjinal Araştırma (AR)
Original Research (AR)

Yüzme Antrenörlerinin İletişim ve Liderlik Becerilerinin İncelenmesi: Ege Örneği

***Investigation of Communication And Leadership Skills of Swimming Coaches:
Aegean Case***

Sermin Ağralı Ermiş
s.agrali.ermis@adu.edu.tr
0000-0002-9653-233X
Yeşim Kıvanç
yesimkivanc4@gmail.com
0009-0002-9062-7618

Makale Geçmişi:

Başvuru tarihi:
28 Ocak 2025
Düzeltilme tarihi:
1 Nisan 2025
Kabul tarihi:
17 Nisan 2025

**Anahtar
Kelimeler:**

Antrenör, İletişim,
Liderlik,
Yüzme

Öz

Bu çalışmada, yüzme antrenörlerinin iletişim ve liderlik becerilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışma grubunu Ege Bölgesi'nde çeşitli kulüplerde görev yapan 165 kadın ve 157 erkek olmak üzere toplam 322 yüzme antrenörü oluşturmuştur. Katılımcılara dijital yöntemler kullanılarak oluşturulan anket formları ulaştırılmıştır. Araştırmada Kişisel Bilgi Formu, İletişim Becerileri Ölçeği ve Öz Liderlik Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma tarama modelinde yapılan kesitsel bir çalışmadır. Araştırma sonuçlarına göre, antrenörlerin iletişim becerileri ve öz liderlik düzeylerinin cinsiyet, yaş ve öğrenim durumu gibi demografik değişkenlere göre anlamlı farklılık gösterdiği; ancak ikamet edilen il değişkeninin bu beceriler üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı belirlenmiştir. Araştırma sonuçları, yüzme antrenörlerinin iletişim becerileri ve öz liderlik düzeylerinin cinsiyet, yaş ve eğitim durumuna göre farklılık gösterdiğini, ancak ikamet edilen ilin bu değişkenler üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığını ortaya koymuştur.

Abstract

Article history:

Received:
28 January 2025
Adjustment:
1 April 2025
Accepted:
17 April 2025

Keywords:

Coach,
Communication,
Leadership,
Swimming

The aim of this study was to examine the communication and leadership skills of swimming coaches. The study group consisted of 322 swimming coaches, 165 female and 157 male, working in various clubs in the Aegean Region. Survey forms created using digital methods were delivered to the participants. Personal Information Form, Communication Skills Scale and Self-Leadership Scale were used in the study. The study was a cross-sectional study conducted in the screening model. According to the results of the study, it was determined that the communication skills and self-leadership levels of the coaches differed significantly according to demographic variables such as gender, age and education status; however, the variable of the province of residence did not have a significant effect on these skills. The results of the study revealed that the communication skills and self-leadership levels of the swimming coaches differed according to gender, age and education status; however, the province of residence did not have a significant effect on these variables.

Giriş

Spor, insanlık tarihi boyunca varlığını sürdüren, insanların yaşam mücadelesiyle birlikte ortaya çıkmış ve yüzyıllar boyunca sürekli olarak değişip gelişen bir olgudur. Günümüzde spor, bireyler için farklı anlamlar taşıyabilir; kimi için bir yaşam tarzı, kimi için eğlence aracı ya da profesyonel bir meslek alanı olarak görülmektedir (Yüksel, 2020). Sporun iyileştirici gücü, yapılan araştırmalarda sürekli olarak ortaya konulmakta ve bu yönüyle bireylerin hem fiziksel hem de psikolojik sağlığına önemli katkılar sunduğu görülmektedir (Dereceli vd., 2023). Sosyal bir olgu olarak sporun merkezinde insanın yer alması, liderlik ve liderlerin sahip olduğu özelliklerin önemini bir kez daha vurgulamaktadır (Ağralı Ermiş ve Dereceli, 2023).

Antrenörler, bireysel ve takım sporcularını uluslararası kurallar ve bilimsel yöntemler doğrultusunda yetiştiren, sporu ve sporun teknik yönlerini öğreten spor eğitimcileridir (Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü, 2015). Aynı zamanda sporcuların en yüksek performansa ulaşmalarına destek olan profesyoneller olarak tanımlanmaktadır. Bu bağlamda antrenörler; sporcuların fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal yeteneklerini geliştirmek ve onları müsabakalara en iyi şekilde hazırlamak amacıyla çalışan uzman kişiler olarak kabul edilmektedir (Türksoy, 2020).

İyi bir antrenör, sporcuların beklentilerine yanıt vermeye hazır olan, antrenörlük yeteneklerini sürekli geliştiren, takım performansını artıran, aynı zamanda iyi bir rol model ve rehber olma özelliklerine sahip birey olmalıdır (Anshel, 2003). Bu nitelikler, sporcuların kişilik özelliklerini daha iyi tanımaya yardımcı olarak, onların farklı koşullara uyum sağlama ve başarıya ulaşma ihtimalini artırır. Çünkü antrenör ve sporcu arasındaki etkileşim, sporun her seviyesinde kritik bir öneme sahiptir ve sporcuların potansiyellerini en üst düzeye çıkarmalarını destekler (Toros ve Duvan, 2011). Ayrıca, antrenörlerin sporcular üzerindeki etkisi, iletişim becerileriyle doğrudan ilişkilidir: etkili iletişim, sporcuların motivasyonlarını artırarak performanslarını geliştirmelerine katkı sağlar (Korkut, 2005).

Antrenörlerin etkili iletişim becerilerine sahip olması, sporcuların performanslarını, gelişim süreçlerini, motivasyonlarını, iş birliği düzeylerini ve duygusal ihtiyaçlarına yanıt verme kapasitelerini doğrudan olumlu etkiler. Bu nedenle, antrenörlerin iletişim becerilerini geliştirmeye ve sporcuları daha iyi anlamaya yönelik çaba göstermesi büyük önem taşır (Cranmer ve Myers, 2015).

Bireysel veya takım olarak başarıya ulaşmada, belirli davranış stratejilerinin ve bireysel eğitimin uygulanması, öz liderlik kavramı ile açıklanmaktadır (Serinkan, 2012). Öz liderlik, bireyin kendi içsel davranışlarını düzenleyen bir standart sistem olarak tanımlanır. Bu süreçte bireyler, kendi otokontrol mekanizmalarını kullanarak hedeflerine uygun bir şekilde hareket eder ve elde ettikleri sonuçları doğrudan etkiler. Kişi, belirli hedeflere ulaşmak amacıyla kendini motive ederek, davranışlarını yönlendirip öz yönetimini geliştirebilir. Bu süreçte birey, düşüncelerini ve davranışlarını etkileyerek kendi liderlik tarzını oluşturur ve bu tarzı benimser (Erdoğan, 2019).

Mevcut literatürde, antrenörlerin iletişim ve liderlik becerilerinin sporcular üzerindeki etkilerini ele alan çalışmalar bulunmasına rağmen, yüzme antrenörleri özelinde iletişim ve öz liderlik becerilerinin birlikte incelendiği araştırmalar sınırlıdır. Bu nedenle, bu çalışmada yüzme antrenörlerinin iletişim ve öz liderlik becerilerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Çalışma, antrenörlerin iletişim ve liderlik becerilerini geliştirmeye yönelik stratejiler belirlemeye katkı sunarak, spor bilimleri alanındaki mevcut literatüre önemli bir katkı sağlamayı hedeflemektedir.

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada, yüzme antrenörlerinin iletişim ve liderlik becerileri, çeşitli demografik değişkenler açısından incelenmiştir. Araştırmada, belirli değişkenlerin tek bir zamanda ölçülerek verilerin toplandığı ve analiz edildiği kesitsel tarama modeli tercih edilmiştir (Büyüköztürk, 2014). Kesitsel araştırma modeli, belirli bir zaman diliminde veri toplayarak, bu veriler üzerinden değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesine olanak tanır.

Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini 2024 yılında Ege Bölgesi'nde aktif olarak antrenörlük yapan yüzme antrenörleri oluşturmaktadır.

Tablo 1. Antrenörlerin Sosyo-Demografik Özellikleri

Değişken	Düzyey	n	%
Yaş	18-25	72	22,3
	26-35	114	35,4
	36-45	90	28,0
	46 ve üzeri	46	14,3
Cinsiyet	Kadın	165	51,2
	Erkek	157	48,8
Antrenörlük Yapılan Branşın Daha Önce Yapılması	Evet	186	57,8
	Hayır	136	42,2
Antrenörlük Süresi	0-5 yıl	98	30,4
	6-10 yıl	112	34,8
	11-15 yıl	70	21,7
	16 yıl ve üzeri	42	13,1
Öğrenim Durumu	Lise	31	9,6
	Lisans	240	74,5
	Yüksek Lisans	51	15,8
Toplam		322	100,0

Tablo verilerine göre, çalışmaya katılan 322 antrenörün yaş dağılımı incelendiğinde, en büyük grubu %35,4 (n=114) ile 26-35 yaş aralığındaki antrenörler oluştururken, bunu %28,0 (n=90) ile 36-45 yaş, %22,3 (n=72) ile 18-25 yaş ve %14,3 (n=46) ile 46 yaş ve üzeri grupları takip etmektedir. Bu dağılım, genç ve orta yaş gruplarındaki antrenörlerin meslekte daha yoğun olarak yer aldığını göstermektedir. Cinsiyet dağılımına bakıldığında, katılımcıların %51,2'sinin (n=165) kadın, %48,8'inin (n=157) ise erkek olduğu görülmektedir. Bu bulgu, yüzme antrenörlüğü mesleğinde cinsiyet dengesinin büyük ölçüde korunduğunu ortaya koymaktadır. Antrenörlerin %57,8'inin (n=186) daha önce kendi branşlarında spor yapmış olması, mesleki deneyimlerinin büyük ölçüde sporculuk geçmişine dayandığını göstermektedir. Buna karşın, %42,2'si (n=136) daha önce branşında spor yapmadan antrenörlük mesleğine yönelmiştir, bu durum sporculuk geçmişinin antrenörlük mesleğine geçişte belirleyici ancak zorunlu bir kriter olmadığını göstermektedir. Antrenörlük süresi bakımından, en büyük grubu %34,8 (n=112) ile 6-10 yıl deneyime sahip antrenörler oluştururken, bunu %30,4 (n=98) ile 0-5 yıl, %21,7 (n=70) ile 11-15 yıl ve %13,1 (n=42) ile 16 yıl ve üzeri deneyime sahip antrenörler takip etmektedir. Bu bulgu, araştırma grubunda görece deneyimli antrenörlerin daha fazla yer aldığını ortaya koymaktadır. Öğrenim durumu açısından değerlendirildiğinde, katılımcıların büyük bir çoğunluğunun %74,5 (n=240) ile lisans mezunu olduğu, %15,8'inin (n=51) yüksek lisans ve %9,6'sının (n=31) lise mezunu olduğu görülmektedir.

Araştırma Yayın Etiği

Çalışmamızda herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır. Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulunun 07.09.2023 tarih ve 21347915-050.04.04-414389 sayılı kararı ile çalışma onayı alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmadaki veriler; Kişisel Bilgi Formu, İletişim Becerileri Ölçeği ve Öz Liderlik Ölçeği ile toplanmıştır. Araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, katılımcılar hakkında bilgi toplamak amacı ile araştırmada inceleme konusu olan bağımsız değişkenlerle alakalı sorulardan oluşmaktadır. "Kişisel Bilgi Formu" yaş, cinsiyet, yaşanan şehir, öğrenim durumu, antrenörlük süresi, antrenörlüğü yapılan branşın daha önce yapıp yapılmadığı şeklinde toplam 6 sorudan oluşmaktadır.

Araştırmada veri toplama aracı olarak Akkuzu ve Akkaya (2014) tarafından geliştirilen "İletişim Becerileri Ölçeği" gerekli izinler alınarak uygulanmıştır. İlgili araştırmacılar tarafından yapılan geçerlik ve güvenirlik çalışmasında ölçek maddelerinin iletişimin duyuşsal, bilişsel ve davranışsal alanları kapsayan ve bu alanlardaki bütün boyutları ölçmeye yönelik geniş kapsamlı geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu ortaya koyulmuştur. Toplam 36 maddeden oluşan ölçeğin "yeterlik, engel, beden dili ve değer verme" olmak üzere dört alt boyutu bulunmaktadır. Ölçeğin tamamından alınabilecek en düşük puan 36, en yüksek puan 180'dir. Ölçeğin alt boyutlarında yeterlik boyutundan alınabilecek en düşük puan 12, en yüksek puan 60; engel boyutundan alınabilecek en düşük puan 13, en yüksek puan 65; beden dili

boyutundan alınabilecek en düşük puan 5, en yüksek puan 25; değer verme boyutundan alınabilecek en düşük puan 6, en yüksek puan 30 puandır. Ölçekten elde edilecek puanlar arttıkça iletişim becerileri düzeyinin de arttığı sonucuna ulaşılabilir.

Araştırma kapsamında Tabak ve diğerleri (2013) öz liderlik ölçeğinin Türkçeye uyarlaması çalışması sonucunda; ölçekle ilgili yapılan modellemeye göre: Öz Liderlik Ölçeği 3 boyutlu, 8 alt ölçekli ve 29 maddeden oluşan bir ölçek elde edilmiştir. Araştırma konusuna yönelik olarak geçerlilik ve güvenilirlik testi yapılan bu ölçek veri toplama aracı olarak kullanılmıştır.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Verilerin çözümlenmesinde SPSS 25.0 paket programı kullanılmış olup, %95 güven aralığında değerlendirilmiştir. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, Bağımsız örneklem t testi, One-Way ANOVA, Pearson Korelasyon testi ve regresyon analizi uygulanmıştır.

Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, Bağımsız örneklem t testi, One-Way ANOVA, Pearson Korelasyon testi ve regresyon analizi uygulanmıştır.

Bulgular

Tablo 2. Ölçeklere ilişkin tanımlayıcı değerler

Boyutlar	N	Ort.	S	Çarpıklık	Basıklık	Min	Max
Yeterlik	322	8.83	1.25	-0.317	-0.606	5.00	10.00
Engel	322	21.49	7.86	0.407	-0.381	13.00	39.00
Beden Dili	322	22.27	2.61	-0.247	-1.203	15.00	25.00
Değer Verme	322	26.75	3.03	-0.287	-0.880	16.00	30.00
İletişim Becerileri (Toplam)	322	123.63	6.55	0.001	0.058	107.00	148.00
KHBBPHE	322	31.15	3.45	-0.625	-0.087	18.00	35.00
KÖ	322	12.61	1.98	-0.429	-0.536	7.00	15.00
KKK	322	12.81	1.93	-0.541	-0.522	7.00	15.00
DFD	322	18.09	1.98	-0.841	0.273	11.00	20.00
KC	322	12.63	2.79	-0.229	-0.093	5.00	20.00
KG	322	18.08	1.90	-0.568	-0.549	12.00	20.00
KHB	322	9.04	1.14	-1.228	1.253	5.00	10.00
DÖÜDO	322	9.08	0.96	-0.651	-0.379	6.00	10.00
Öz Liderlik (Toplam)	322	123.52	11.86	-0.529	-0.040	79.00	145.00

*KHBBPHE: Kendine Hedef Belirleyerek Başarılı Performans Hayal Etme *DÖÜDO: Doğal Ödüller Üzerinde Düşünceyi Odaklama

Tablo 2’de kullanılan ölçme araçlarının puanlarının dağılımına yer verilmiştir. Tablodaki bulgulara göre, katılımcıların İletişim Becerileri Ölçeği’nden elde etikleri ortalama değerler 123.63±6.55 olarak belirlenmiştir. İkinci ölçme aracı olan Öz Liderlik Ölçeği’ ne bakıldığında elde edilen değerlerin 123.52±11.86 olduğu görülmektedir. Ölçme araçlarından alınan puanların çarpıklık ve basıklık değerlerine bakıldığında verilerin “-1.5 ile +1.5” aralığında yer aldığı görülmüştür. Bu sebeple verilerin analiz aşamasında parametrik testlerden faydalanılmıştır.

Tablo 3. İletişim Becerileri Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Farklılaşması

Değişken	Cinsiyet	N	Ort.	S	Sd	t	p
Yeterlik	Kadın	165	8,58	1,28	320	-3.858	0.00
	Erkek	157	9,10	1,15			
Engel	Kadın	165	23,12	7,70	320	3.896	0.00
	Erkek	157	19,78	7,69			
Beden Dili	Kadın	165	21,92	2,59	320	-2.474	0.01
	Erkek	157	22,64	2,60			
Değer Verme	Kadın	165	26,26	3,08	320	-2.994	0.00
	Erkek	157	27,26	2,90			
İletişim Becerileri (Toplam)	Kadın	165	122,55	6,83	320	-3.050	0.00
	Erkek	157	124,75	6,06			

Analizler, katılımcıların cinsiyetine göre *İletişim Becerileri Ölçeği geneli* ($t = -3.050$, $p < 0.05$) ile *Yeterlik* ($t = -3.858$, $p < 0.05$), *Engel* ($t = 3.896$, $p < 0.05$), *Beden Dili* ($t = -2.474$, $p < 0.05$) ve *Değer Verme* ($t = -2.994$, $p < 0.05$) alt boyutlarından elde edilen puanların anlamlı olarak farklılaştığını göstermektedir.

Tablo 4. Öz Liderlik Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Farklılaşması

Değişken	Cinsiyet	N	Ort.	S	Sd	t	p
KHBBPHE	Kadın	165	30,97	3,43	320	-0.955	0.34
	Erkek	157	31,34	3,48			
KÖ	Kadın	165	12,56	1,81	320	-0.418	0.67
	Erkek	157	12,66	2,15			
KKK	Kadın	165	12,78	1,83	320	-0.216	0.82
	Erkek	157	12,83	2,03			
DFD	Kadın	165	17,93	2,06	320	-1.511	0.13
	Erkek	157	18,26	1,89			
KC	Kadın	165	13,02	2,67	320	2.616	0.00
	Erkek	157	12,21	2,86			
KG	Kadın	165	17,81	1,93	320	-2.618	0.00
	Erkek	157	18,36	1,84			
KHB	Kadın	165	8,96	1,16	320	-1.280	0.20
	Erkek	157	9,12	1,12			
DÖÜDO	Kadın	165	9,00	0,95	320	-1.603	0.11
	Erkek	157	9,17	0,96			
Öz Liderlik (Toplam)	Kadın	165	123,07	11,99	320	-0.696	0.48
	Erkek	157	123,99	11,74			

Analizler, katılımcıların cinsiyetine göre *Öz Liderlik Ölçeği geneli* ($t = -0.696$, $p > 0.05$) ile *Kendine Hedef Belirleyerek Başarılı Performans Hayal Etme* ($t = -0.955$, $p > 0.05$), *Kendini Ödüllendirme* ($t = -0.418$, $p > 0.05$), *Kendi Kendine Konuşma* ($t = -0.216$, $p > 0.05$), *Düşünce ve Fikirlerini Değerlendirme* ($t = -1.511$, $p > 0.05$), *Kendine Hatırlatıcılar Belirleme* ($t = -1.280$, $p > 0.05$) ve *Doğal Ödüller Üzerinde Düşünceyi Odaklama* ($t = -1.603$, $p > 0.05$) boyutlarından almış oldukları puanların anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir. Ancak *Kendini Cezalandırma* ($t = 2.616$, $p < 0.05$) ve *Kendini Gözlemleme* ($t = -2.618$, $p < 0.05$) alt boyutlarından alınan puanların anlamlı olarak farklılaştığı tespit edilmiştir.

Tablo 5. İletişim Becerileri Ölçeği Puanlarının Yaşa Göre Farklılaşması

Yaş	N	r	p
Yeterlik	322	.220	0.00
Engel	322	-.208	0.00
Beden Dili	322	.118	0.03
Değer Verme	322	.150	0.00
İletişim Becerileri (Toplam)	322	.135	0.01

Analizler, katılımcıların yaşa göre *İletişim Becerileri Ölçeği geneli* ($r = .135$; $p < 0.05$), *Yeterlik* ($r = .220$; $p < 0.05$), *Engel* ($r = -.208$; $p < 0.05$), *Beden Dili* ($r = .118$; $p < 0.05$) ve *Değer Verme* ($r = .150$; $p < 0.05$), alt boyutlarından elde edilen puan ortalamalarının anlamlı olarak farklılaştığını göstermektedir. Diğer bir ifadeyle yaş değişkenine göre Engel boyutunda, negatif yönlü anlamlı bir ilişki görülürken, Yeterlik, Beden Dili ve Değer Verme boyutlarında pozitif yönde bir ilişki görülmektedir.

Tablo 6. Öz Liderlik Ölçeği Puanlarının Yaşa Göre Farklılaşması

Yaş	N	r	p
KHBBPHE	322	-.014	0.80
KÖ	322	-.153	0.00
KKK	322	-.103	0.06
DFD	322	.044	0.43
KC	322	-.158	0.00
KG	322	.100	0.07
KHB	322	.032	0.57
DÖÜDO	322	.071	0.20
Öz Liderlik (Toplam)	322	-.052	0.35

Analizler, katılımcıların yaşa göre *Öz Liderlik Ölçeği geneli* ($r = -.052$; $p > 0.05$), *Kendine Hedef Belirleyerek Başarılı Performans Hayal Etme* ($r = -.014$; $p > 0.05$), *Kendi Kendine Konuşma* ($r = -.103$; $p > 0.05$), *Düşünce ve Fikirlerini Değerlendirme* ($r = .044$; $p > 0.05$), *Kendini Gözlemleme* ($r = .100$; $p > 0.05$), *Kendine Hatırlatıcılar Belirleme* ($r = .032$; $p > 0.05$) ve *Doğal Ödüller Üzerinde Düşünceyi Odaklama* ($r = .071$; $p > 0.05$) alt boyutlarından elde edilen puanların anlamlı olarak farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Ancak *Kendini Ödüllendirme* ($r = -.153$; $p < 0.05$) ile *Kendini Cezalandırma* ($r = -.158$; $p < 0.05$) boyutlarındaki puan ortalamaları yaşa göre negatif yönde anlamlı olarak ilişki göstermektedir.

Tablo 7. İletişim Becerileri Ölçeği Puanlarının Öğrenim Durumuna Göre Farklılaşması

Boyutlar	Faktör	KT	sd	KO	F	p	AF
Yeterlik	Gruplar arası	51,129	2	25,565	18,103	0.00	
	Gruplar içi	450,473	319	1,412			
	Toplam	501,602	321				
Engel	Gruplar arası	1225,624	2	612,812	10,490	0.00	
	Gruplar içi	18634,873	319	58,417			
	Toplam	19860,497	321				
Beden Dili	Gruplar arası	153,596	2	76,798	11,981	0.00	
	Gruplar içi	2044,804	319	6,410			
	Toplam	2198,401	321				
Değer Verme	Gruplar arası	224,542	2	112,271	13,104	0.00	
	Gruplar içi	2733,076	319	8,568			
	Toplam	2957,618	321				
İletişim Becerileri (Toplam)	Gruplar arası	772,860	2	386,430	9,472	0.00	
	Gruplar içi	13014,162	319	40,797			
	Toplam	13787,022	321				

Analizler, katılımcıların öğrenim durumuna göre İletişim Becerileri Ölçeği ($F_{2,319}= 9.472$, $p<0.05$) ile *Yeterlik* ($F_{2,319}= 18.103$, $p<0.05$), *Engel* ($F_{2,319}= 10.490$, $p<0.05$), *Beden Dili* ($F_{2,319}= 11.981$, $p<0.05$) ve *Değer Verme* ($F_{2,319}= 13.104$, $p<0.05$) alt boyutlarındaki puan ortalamalarının anlamlı olarak farklılaştığını göstermektedir.

Gruplar arası farklılığı belirlemek için yapılan Tukey testi sonuçlarına göre;

- Yeterlik alt boyutunda eğitim durumu yüksek lisans (Ort: 9.56, Ss: 0.87) olan katılımcılar ile lisans (Ort: 8.79, Ss: 1.29) ve lise (Ort: 7.96, Ss: 0.70) olan katılımcılar arasında yüksek lisans lehine farklılık tespit edilmiştir.
- Engel boyutuna bakıldığında; eğitim durumu lise (Ort: 26.64, Ss: 6.17) olan katılımcılar ile lisans (Ort: 21.42, Ss: 7.78) ve yüksek lisans (Ort: 18.68, Ss: 7.75) olan katılımcılar arasında lise lehine farklılık tespit edilmiştir.
- Beden dili boyutuna bakıldığında; eğitim durumu yüksek lisans (Ort: 22.54, Ss: 2.70) olan katılımcılar ile lisans (Ort: 22.49, Ss: 2.61) ve lise (Ort: 20.16, Ss: 1.12) olan katılımcılar arasında yüksek lisans lehine farklılık tespit edilmiştir.
- Değer verme boyutuna bakıldığında; eğitim durumu yüksek lisans (Ort: 27.52, Ss: 3.25) olan katılımcılar ile lisans (Ort: 26.90, Ss: 3.00) ve lise (Ort: 24.29, Ss: 1.32) olan katılımcılar arasında yüksek lisans lehine farklılık tespit edilmiştir.
- Ölçek geneli bakıldığında ise; eğitim durumu yüksek lisans (Ort: 125.94, Ss: 5.85) olan katılımcılar ile lisans (Ort: 123.65, Ss: 6.48) ve lise (Ort: 119.61, Ss: 6.43) olan katılımcılar arasında eğitim durumu yüksek lisans olan katılımcıların lehine farklılık tespit edilmiştir.

Tablo 8. Öz Liderlik Ölçeği Puanlarının Öğrenim Durumuna Göre Farklılaşması

Boyutlar	Faktör	KT	sd	KO	F	p
KHBBPHE	Gruplar arası	20,328	2	10,164	.849	0.42
	Gruplar içi	3819,908	319	11,975		
	Toplam	3840,236	321			
KÖ	Gruplar arası	12,533	2	6,267	1,595	0.20
	Gruplar içi	1253,715	319	3,930		
	Toplam	1266,248	321			
KKK	Gruplar arası	7,540	2	3,770	1,011	0.36
	Gruplar içi	1189,904	319	3,730		
	Toplam	1197,444	321			
DFD	Gruplar arası	27,225	2	13,613	3,500	0.03
	Gruplar içi	1240,790	319	3,890		
	Toplam	1268,016	321			
KC	Gruplar arası	44,912	2	22,456	2,910	0.06
	Gruplar içi	2462,109	319	7,718		
	Toplam	2507,022	321			
KG	Gruplar arası	29,443	2	14,722	4,134	0.01
	Gruplar içi	1136,122	319	3,562		
	Toplam	1165,565	321			
KHB	Gruplar arası	9,238	2	4,619	3,558	0.03
	Gruplar içi	414,154	319	1,298		
	Toplam	423,391	321			
DÖÜDO	Gruplar arası	4,118	2	2,059	2,230	0.10
	Gruplar içi	294,618	319	.924		
	Toplam	298,736	321			
Öz Liderlik (Toplam)	Gruplar arası	365,750	2	182,875	1,302	0.27
	Gruplar içi	44810,598	319	140,472		
	Toplam	45176,348	321			

Gruplar: 1: Lise, 2: Lisans, 3: Yüksek Lisans

Analizler, katılımcıların öğrenim durumuna göre *Öz Liderlik Ölçeği geneli* ($F_{2,319}= 1.302$, $p>0.05$) ile *Kendine Hedef Belirleyerek Başarılı Performans Hayal Etme* ($F_{2,319}= 0.849$, $p>0.05$), *Kendini Ödüllendirme* ($F_{2,319}= 1.595$, $p>0.05$), *Kendi Kendine Konuşma* ($F_{2,319}= 1.011$, $p>0.05$), *Kendini Cezalandırma* ($F_{2,319}= 2.910$, $p>0.05$) ve *Doğal Ödüller Üzerinde Düşünceyi Odaklama* ($F_{2,319}= 2.230$, $p>0.05$) alt boyutlarındaki puan ortalamalarının anlamlı olarak farklılaşmadığını göstermektedir. Ancak *Düşünce ve Fikirlerini Değerlendirme* ($F_{2,319}= 3.500$, $p<0.05$), *Kendini Gözlemleme* ($F_{2,319}= 4.134$, $p<0.05$), *Kendine Hatırlatıcılar Belirleme* ($F_{2,319}= 3.558$, $p>0.05$) alt boyutlarından elde edilen puan ortalamalarının anlamlı olarak farklılaştığı tespit edilmiştir.

Gruplar arası farklılığı belirlemek için yapılan Tukey testi sonuçlarına göre;

- Düşünce ve Fikirlerini Değerlendirme alt boyutunda eğitim durumu lisans (Ort: 18.23, Ss: 1.92) olan katılımcılar ile lise (Ort: 17.25, Ss: 1.67) olan katılımcılar arasında lisans lehine farklılık tespit edilmiştir.
- Kendini Gözlemleme boyutuna bakıldığında; eğitim durumu lisans (Ort: 18.19, Ss: 1.85) olan katılımcılar ile lise (Ort: 17.16, Ss: 1.67) olan katılımcılar arasında lisans lehine farklılık tespit edilmiştir.

- Kendine Hatırlatıcılar Belirleme boyutuna bakıldığında ise; eğitim durumu lisans (Ort: 9.12, Ss: 1.10) olan katılımcılar ile lise (Ort: 8.54, Ss: 1.12) olan katılımcılar arasında lisans lehine farklılık tespit edilmiştir.

Tablo 9. İletişim Becerileri Ölçeği Puanlarının Antrenörlük Süresine Göre Farklılaşması

Antrenörlük Süresi			
	N	r	p
Yeterlik	322	.255	0.00
Engel	322	-.272	0.00
Beden Dili	322	.153	0.03
Değer Verme	322	.206	0.00
İletişim Becerileri (Toplam)	322	.145	0.01

Analizler, katılımcıların antrenörlük süresine göre *İletişim Becerileri Ölçeği geneli* ($r = .145$; $p < 0.05$), *Yeterlik* ($r = .255$; $p < 0.05$), *Engel* ($r = -.272$; $p < 0.05$), *Beden Dili* ($r = .153$; $p < 0.05$) ve *Değer Verme* ($r = .206$; $p < 0.05$), alt boyutlarından elde edilen puan ortalamalarının anlamlı olarak farklılaştığını göstermektedir. Diğer bir ifadeyle antrenörlük süresi değişkenine göre Engel boyutunda negatif yönlü anlamlı bir ilişki görülürken, Yeterlik, Beden Dili ve Değer Verme boyutlarında pozitif yönde bir ilişki görülmektedir.

Tablo 10. Öz Liderlik Ölçeği Puanlarının Antrenörlük Süresine Göre Farklılaşması

Antrenörlük Süresi			
	N	r	p
KHBBPHE	322	.003	0.95
KÖ	322	-.168	0.00
KKK	322	-.071	0.20
DFD	322	.070	0.21
KC	322	-.205	0.00
KG	322	.138	0.01
KHB	322	.071	0.20
DÖÜDO	322	.076	0.17
Öz Liderlik (Toplam)	322	-.040	0.47

Analizler, katılımcıların antrenörlük süresine göre *Öz Liderlik Ölçeği geneli* ($r = -.040$; $p > 0.05$), *Kendine Hedef Belirleyerek Başarılı Performans Hayal Etme* ($r = .003$; $p > 0.05$), *Kendi Kendine Konuşma* ($r = -.071$; $p > 0.05$), *Düşünce ve Fikirlerini Değerlendirme* ($r = .070$; $p > 0.05$), *Kendine Hatırlatıcılar Belirleme* ($r = .071$; $p > 0.05$) ve *Doğal Ödüller Üzerinde Düşünceyi Odaklama* ($r = .076$; $p > 0.05$) alt boyutlarından elde edilen puanların anlamlı olarak farklılaşmadığını göstermektedir. Ancak *Kendini Ödüllendirme* ($r = -.168$; $p < 0.05$) ile *Kendini Cezalandırma* ($r = -.205$; $p < 0.05$) ve *Kendini Gözlemleme* ($r = .138$; $p < 0.05$) boyutlarındaki puan ortalamaları antrenörlük süresine göre anlamlı olarak ilişki göstermektedir.

Tablo 11. İletişim Becerileri Ölçeği Puanlarının Antrenörlük Yapılan Branşı Daha Önce Yapma Durumuna Göre Farklılaşması

Değişken	AYBDÖY	N	Ort.	S	Sd	t	p
Yeterlik	Evet	186	9,55	0,92	320	16.375	0.00
	Hayır	136	7,85	0,91			
Engel	Evet	186	17,13	6,85	320	-15.285	0.00
	Hayır	136	27,46	4,54			
Beden Dili	Evet	186	23,30	2,51	320	9.294	0.01
	Hayır	136	20,86	2,03			
Değer Verme	Evet	186	28,17	2,64	320	11.750	0.00
	Hayır	136	24,80	2,39			
İletişim Becerileri (Toplam)	Evet	186	126,10	5,56	320	8.832	0.00
	Hayır	136	120,24	6,29			

Analizler, katılımcıların antrenörlük yapılan baranşı daha önce yapma durumuna göre *İletişim Becerileri Ölçeği geneli* ($t = 8.832$, $p < 0.05$) ile *Yeterlik* ($t = 16.375$, $p < 0.05$), *Engel* ($t = -15.285$, $p < 0.05$), *Beden Dili* ($t =$

9.294, $p < 0.05$) ve *Değer Verme* ($t = 11.750$, $p < 0.05$) alt boyutlarından elde edilen puanların anlamlı olarak farklılaştığını göstermektedir.

Tablo 12. Öz Liderlik Ölçeği Puanlarının Antrenörlük Yapılan Branşı Daha Önce Yapma Durumuna Göre Farklılaşması

Değişken	AYBDÖY	N	Ort.	S	Sd	t	p
KHBBPHE	Evet	186	31,80	3,49	320	4.044	0.00
	Hayır	136	30,26	3,20			
KÖ	Evet	186	12,68	2,20	320	0.774	0.44
	Hayır	136	12,51	1,64			
KKK	Evet	186	12,93	2,12	320	1.300	0.19
	Hayır	136	12,64	1,62			
DFD	Evet	186	18,47	1,95	320	4.074	0.00
	Hayır	136	17,58	1,91			
KC	Evet	186	11,90	2,87	320	-5.678	0.00
	Hayır	136	13,61	2,36			
KG	Evet	186	18,66	1,79	320	6.750	0.00
	Hayır	136	17,30	1,77			
KHB	Evet	186	9,24	1,13	320	3.697	0.00
	Hayır	136	8,77	1,10			
DÖÜDO	Evet	186	9,34	0,91	320	5.957	0.00
	Hayır	136	8,72	0,92			
Öz Liderlik (Toplam)	Evet	186	125,05	11,90	320	2.737	0.00
	Hayır	136	121,42	11,52			

**** $p < 0.01$, *** $p < 0$.**

Analizler, katılımcıların antrenörlük yapılan branşı daha önce yapma durumuna göre *Öz Liderlik Ölçeği geneli* ($t = 2.737$, $p < 0.05$) ile *Kendine Hedef Belirleyerek Başarılı Performans Hayal Etme* ($t = 4.044$, $p < 0.05$), *Düşünce ve Fikirlerini Değerlendirme* ($t = 4.074$, $p < 0.05$), *Kendini Cezalandırma* ($t = -5.678$, $p < 0.05$) ve *Kendini Gözlemleme* ($t = 6.750$, $p < 0.05$), *Kendine Hatırlatıcılar Belirleme* ($t = 3.697$, $p < 0.05$) ve *Doğal Ödüller Üzerinde Düşünceyi Odaklama* ($t = 5.957$, $p < 0.05$) boyutlarından almış oldukları puanların anlamlı bir şekilde farklılaştığını göstermektedir. Ancak *Kendini Ödüllendirme* ($t = 0.774$, $p > 0.05$) ve *Kendi Kendine Konuşma* ($t = 1.300$, $p > 0.05$) alt boyutlarından alınan puanların anlamlı olarak farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Üniversite öğrencilerinin spora katılım davranışları ile depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri arasındaki ilişkinin yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, fiziksel aktivite düzeyi değişkenlerine göre incelediğimiz çalışmamızda aşağıda belirtilen sonuçlara ulaşılmıştır.

Katılımcıların spora katılım motivasyonları ile yaş değişkeni arasında uygulanan Kruskal Wallis H testi sonucunda ölçek toplam puanında ve hiçbir alt boyutta istatistiksel yönden anlamlı farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir. Yalçın vd., (2017), çalışmalarında yaşın başarı ve takım ruhu motivasyonları üzerinde pozitif etkisi olduğu sonucuna ulaşırken çalışmamızda ise yaşın, spora katılım motivasyonunda anlamlı bir farklılık yaratmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Her iki çalışmada da yaş değişkeni ele alınmış, fakat farklı sonuçlara ulaşılmıştır. Yapılan iki çalışmada da spora katılım motivasyonu ana konu olmuş, fakat birinde alt boyutlarda farklılaşma görülürken diğerinde anlamlı bir farklılaşma tespit edilmemiştir. Bu farkın nedeni olarak, farklı örneklem gruplarının kullanılması veya ölçüm yöntemlerinin farklılığından olduğu düşünülebilir. Farklı çalışmalar incelendiğinde, araştırmamızın bulgularını destekleyen literatürdeki benzer sonuçlara rastlanmaktadır (Şirin, 2008; Tekkurşun Demir ve İlhan 2019; Aydın vd., 2024; Kaya Altun, 2024).

Katılımcıların depresyon, anksiyete, stres düzeyleri ile yaş değişkeni arasında uygulanan Kruskal Wallis H testi sonucunda sadece anksiyete boyutunda istatistiksel yönden anlamlı farklılaşma olduğu tespit edilmiştir. Farkın kaynağını belirlemek için yapılan analizde 18-20 yaş aralığı öğrencilerin anksiyete düzeylerinin 24 yaş ve üstü öğrencilerden yüksek olduğu tespit edilmiştir. Çeker vd., (2013), spora katılımın yaş faktörüne bağlı olarak azaldığını ifade etmektedir. Çeker vd., (2013), çalışmasında yaşı, spora katılım üzerine etkili bir faktör olarak değerlendirirken; çalışmamızda yaş, psikolojik durumlar

(özellikle anksiyete) üzerindeki etkisiyle ilişkilendiriliyor. Çeker ve diğerlerinin, çalışması sporla ilgili bir davranışsal sonuç üzerinde duruyorken, çalışmamız ise psikolojik sonuçlara odaklanıyor. İki çalışma yaş faktörünü incelese de, biri spora katılım, diğeri ise psikolojik faktörlerle ilişki kuruyor. Alanyazın incelendiğinde çalışmamız ile benzer sonuçlara ulaşan çalışmalar mevcutken (Cicioğlu vd., 2019; Kalkavan vd., 2021; Şimşek vd., 2024), farklı sonuçlara ulaşan çalışmaların da varlığından söz edebiliriz (Taşdemir ve Demirkan, 2022; Babaoğlu ve Özdenk, 2017).

Katılımcıların spora katılım motivasyonlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılaşp farklılaşmadığını tespit etmek amacıyla uygulanan Mann Whitney U testi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir. Yılmaz ve Yanık (2024)'ın Lise Öğrencilerinin Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu ve Katılım Engellerinin İncelenmesi çalışmasında çalışmamızla benzer sonuca ulaşmış olsalar da genel anlamda fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu açısından cinsiyetler arasında anlamlı bir fark tespit edilmemesine rağmen, alt boyutlar incelendiğinde "bireysel nedenler" alt boyutunda kadın öğrencilerin lehine anlamlı bir farklılık olduğu gözlemlenmiştir. Bu, özellikle bireysel motivasyonlarda kadınların daha yüksek düzeyde bir katılım motivasyonu sergileyebileceğini ortaya koymaktadır. İki çalışmanın sonucunda cinsiyetin genel spor katılım motivasyonu üzerinde büyük bir etkisi olmadığını, ancak alt boyutlar bazında bazı farklılıkların gözlenebileceğini vurgulamaktadır. Alanyazında çalışmamız ile benzer bulgulara ulaşan çalışmalar mevcuttur (Bozdağ ve Özbek, 2020; Hazar vd., 2017). Sonuç olarak; cinsiyetin spor katılım motivasyonu üzerindeki etkilerinin karmaşık ve çok boyutlu bir yapıya sahip olduğunu, genel değerlendirmeler yerine alt boyutların da dikkate alınmasının daha sağlıklı sonuçlar verebileceği söylenebilir.

Katılımcıların depresyon, anksiyete, stres düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılaşp farklılaşmadığını tespit etmek amacıyla uygulanan Mann Whitney U testi sonucunda tüm alt boyutlarda kadın katılımcıların lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma olduğu tespit edilmiştir. Tunç ve Yapıcı (2019), tıp fakültesinde öğrenim gören kadın öğrencilerin stres düzeylerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Benzer şekilde, çalışmamızda katılımcıların depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin tüm alt boyutlarda kadın katılımcıların lehine istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma olduğu tespit edilmiştir. Her iki çalışma kadınların psikolojik stres düzeylerinde erkeklere kıyasla daha yüksek değerlere sahip olduğunu göstermektedir. Literatürde çalışmamızın bulgularını destekleyen ve desteklemeyen çalışmaların varlığından söz edilebilir (Şimşek vd., 2024; Savcı ve Aysan, 2014; Hancıoğlu, 2017; Beiter vd., 2015; Şahin vd., 2022; Gökbulut ve Bilen, 2024).

Katılımcıların spora katılım motivasyonları ile sınıf değişkeni arasında uygulanan Kruskal Wallis H testi sonucunda beceri gelişimi, eğlence, hareket/aktif olma, enerji harcama ve motivasyon toplam puanlarında istatistiksel yönden anlamlı farklılaşma olduğu tespit edilmiştir. Farkın kaynağını belirlemek için yapılan analiz sonucu beceri gelişimi ve hareket/aktif olma boyutlarında 4. sınıf öğrenci puanlarının 2. sınıf öğrencilerinden yüksek olduğu, eğlence alt boyutunda 1. sınıf ve 4. sınıf öğrenci puanlarının 3. sınıf öğrencilerinden yüksek olduğu, enerji harcama ve motivasyon toplam puanlarında 4. sınıf öğrenci puanlarının 3. sınıf öğrencilerinden yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuç bize sınıf düzeyi yükseldikçe öğrencilerin spora katılım motivasyonlarının arttığını göstermektedir. Bu artışın nedeni büyük olasılıkla üniversite son sınıf öğrencilerinin spor becerilerine daha fazla önem vermiş olduklarını, boş zamanlarını değerlendirme isteklerinin fazla olduğunu ve fiziksel aktivitenin genel sağlığa olan faydaları konusunda artan farkındalıklarıyla ilgili olduğunu düşündürebilir. Akyayla vd., (2024)'ün lise öğrencileri ile yapmış oldukları çalışmalarında 9. sınıf öğrencilerinin, fiziksel aktivitelere katılım motivasyonlarının özellikle aileden kabul görme isteği ile daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu sonuç, ailelerin gençlerin spora katılım düzeyleri üzerindeki etkisini göstermektedir. Bu çalışmada üst sınıflarda, özellikle kariyer odaklı eğitim süreçleri ve ders çalışmaya verilen önem sebebiyle, fiziksel aktiviteye katılım düzeyinin daha düşük olabileceği öne sürülmüştür. Bu iki çalışmayı karşılaştırdığımızda yaş ve eğitim düzeyine bağlı olarak spora katılım motivasyonlarının farklılaşabileceği yargısına ulaşılabilir. Üniversite öğrencilerinin spora katılıma daha fazla seviyede motive olmaları, lise öğrencilerinin ise aile baskısı hissetmeleri nedeniyle spora katılmaları bu iki grup arasında spor katılım motivasyonlarındaki temel farklılıkları ortaya koymaktadır.

Katılımcıların depresyon, anksiyete, stres düzeyleri ile sınıf değişkeni arasında uygulanan Kruskal Wallis H testi sonucunda istatistiksel yönden anlamlı farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir. Şimşek vd., (2024), Tayşi vd., (1994), Mumcu, (2019), Doğan vd., (1994) ve Sümer, (2008) çalışmamız sonuçlarına benzer sonuçlara ulaşmışlardır. Lo (2002) çalışmasında, üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyleri arttıkça stres düzeylerinin azaldığı sonucuna ulaşmıştır. Bu bulgu, bizim ulaştığımız sonuçlardan farklıdır. Bunun

nedeni olarak Lo' nun çalışmasını yaptığı dönemdeki eğitim sistemi ile günümüz eğitim sisteminde yaşanan farklılıklar gösterilebilir.

Katılımcıların spora katılım motivasyonları ile fiziksel aktivite düzeyi değişkeni arasında uygulanan Kruskal Wallis H testi sonucunda beceri gelişimi, eğlence, takım üyeliği/ruhu, hareket/aktif olma, yarışma ve motivasyon toplam puanlarında istatistiksel yönden anlamlı farklılaşma olduğu tespit edilmiştir. Farkın kaynağını belirlemek için yapılan analiz sonucu beceri gelişimi alt boyutunda sedanter ve düşük düzey fiziksel aktiviteye sahip öğrenci puanlarının yüksek düzey fiziksel aktiviteye sahip öğrencilerden yüksek olduğu, takım üyeliği/ruhu, yarışma ve motivasyon toplam puanlarında sedanter öğrenci puanlarının yüksek düzey fiziksel aktiviteye sahip öğrencilerden yüksek olduğu, hareket/aktif olma alt boyutunda sedanter öğrenci puanlarının orta düzey ve yüksek düzey fiziksel aktiviteye sahip öğrencilerden yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak incelemiş olduğumuz bu değişken fiziksel aktivite düzeyinin, spora katılım motivasyonları üzerindeki etkilerini anlamak açısından önemli bilgiler sunmaktadır. Literatürde benzer bulgulara rastlanmamıştır. Rastlanmamış olması bulgularımızın özgün ve yenilikçi olduğunu gösterir. Ayrıca, fiziksel aktivite düzeyinin motivasyon unsurları üzerindeki etkilerini daha iyi anlamak için daha geniş kapsamlı ve farklı gruplarda yapılacak araştırmalar, bu bulguların genelleştirilebilirliğine ve geçerliliğinin artırılmasında katkı sağlayacaktır.

Katılımcıların depresyon, anksiyete, stres düzeyleri ile fiziksel aktivite düzeyi değişkeni arasında uygulanan Kruskal Wallis H testi sonucunda istatistiksel yönden anlamlı farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir. Bu sonuç bize katılımcıların fiziksel aktivite düzeyindeki değişikliklerin, depresyon, anksiyete ve stres seviyelerinde belirgin bir farklılığa yol açmadığı sonucunu göstermektedir. Sonuç olarak, fiziksel aktivite düzeyinin depresyon, anksiyete ve stres üzerindeki etkilerinin daha iyi anlaşılabilmesi için, bu değişkenlerin daha ayrıntılı ve kapsamlı bir şekilde araştırılması ve incelenmesi büyük önem taşımaktadır. Daha geniş örneklem grupları ile yapılacak uzun vadeli araştırmalar, bu ilişkiyi daha derinlemesine incelemeye olanak sağlayabilir.

Gelecekte yapılacak olan çalışmalarda, yaş gruplarının psikolojik durumlar üzerindeki etkilerini daha detaylı bir şekilde incelemek faydalı olabilir. Özellikle genç yaş gruplarında anksiyete düzeylerini etkileyen faktörler araştırılabilir. Cinsiyet farklılıklarının depresyon, anksiyete ve stres üzerindeki etkilerini daha iyi anlamak amacıyla, cinsiyete dayalı daha geniş kapsamda çalışmalar yapılması önerilmektedir. Üniversite öğrencilerinin spora katılım motivasyonlarını etkileyen faktörler arasında sınıf düzeyinin rolünü daha iyi anlamak için, uzun vadeli ve geniş örneklem gruplarını kapsayan çalışmalar yapılabilir. Özellikle, üst sınıf öğrencilerinin motivasyonlarındaki artışın sebepleri araştırılabilir. Fiziksel aktivite düzeyinin spora katılım motivasyonları üzerindeki etkilerini daha ayrıntılı incelemek için, farklı demografik bilgilerin (egzersiz türü, egzersiz süresi ve egzersizin yoğunluğu) göz önünde bulundurulduğu çalışmalar yapılabilir. Bu tür çalışmalar, fiziksel aktivitenin motivasyon unsurları üzerindeki etkilerini daha iyi anlamamıza yardımcı olabilir.

Bu öneriler, mevcut bulgular ışığında spora katılım motivasyonları ve depresyon, anksiyete ve stres arasındaki ilişkileri daha iyi anlamak ve ilgili literatüre katkı sağlamak amacıyla yapılabilecek araştırma ve uygulama alanlarına katkı sağlamayı amaçlamaktadır.

"Bu çalışmada herhangi bir çıkar çatışması mevcut değildir; araştırma tasarımı, veri toplama, istatistiki analiz ve makale hazırlama süreci ÇD, ED, NC ve FK tarafından gerçekleştirilmiştir; çalışma için Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan 25.03.2024 tarih ve 31906847/050.04-10 izin alınmıştır."

Kaynakça

- Abakay, U. (2010). *Futbolcu-antrenör iletişiminin farklı statülerdeki futbolcuların başarı motivasyonu ile ilişkisi* (Doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı). Ankara.
- Abakay, U., & Kuru, E. (2009). Coach communication scale in football: A study of validity and reliability. *Ovidius University Annals Series Physical Education and Sport, Science Movement and Health*, 9(1), 183-186.
- Abakay, U., & Kuru, E. (2013). Kadın futbolcularda antrenörle iletişim düzeyi ve başarı motivasyonu ilişkisi. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 12(1).
- Acar, V. (2009). *Öğretmen adaylarının iletişim becerileri* (Yüksek lisans tezi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı).

- Ağralı Ermiş, S., ve Dereceli, E. (2023). Farklı liglerde oynayan basketbolcuların liderlik yönelimleri (Ege bölgesi örneği). *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 11-20.
- Akçam, A., Kanbay, Y., & Işık, E. (2019). Hemşirelik öğrencilerinin iletişim becerilerinin değerlendirilmesi. *Artvin Çoruh Üniversitesi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(2), 74-92.
- Akkuzu, N., & Akkaya, N. (2014). Development and validity-reliability study of Communication Skills Scale for student teachers: Suggestion of an alternative model. *Turkish Studies*, 9 (8), 111-132. doi: 10.7827/TurkishStudies.7212
- Akyol, P.F. (2019). Farklı fakültelerdeki öğrencilerin iletişim becerilerinin karşılaştırılması. *Spor Eğitim Dergisi*, 3(3), 71-77.
- Akyüz, Ö., & Karavelioğlu, M.B. (2022). Spor bilimleri fakültesinde okuyan aktif sporcuların liderlik özelliklerinin belirlenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 8(1), 231-245.
- Alkaya, Y. (2004). *Lise öğrencilerinin iletişim ve empati becerilerinin sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir).
- Anshel, M.H. (2003). *Sport Psychology: From Theory to Practice* (4th ed.). San Francisco, CA: Benjamin Cummings.
- Arıcan, H.Ö.B. (2021). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri: Sporcular ve sedanterler. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(2), 70-78.
- Arslantaş, C.C., & Pekdemir, I. (2007). Dönüşümcü liderlik, örgütsel vatandaşlık davranışı ve örgütsel adalet arasındaki ilişkileri belirlemeye yönelik görgül bir araştırma. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 1, 261-286.
- Aspegren, K. (1999). Teaching and learning communication skills in medicine-a review with quality grading of articles. *Medical Teacher*, 21(6), 565-570.
- Bayrak, E., & Nacar, E. (2015). Profesyonel takım sporlarında görev yapan antrenörlerin iletişim beceri düzeylerinin araştırılması. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(14), 391-405.
- Cansoy, R. (2015). *Türkiye’de ortaöğretim okullarındaki öğrencilerin gençlik liderlik özelliklerinin incelenmesi* (Doktora tezi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü). Eskişehir.
- Cranmer, G.A., & Myers, S.C. (2015). Sports teams as organizations: A leader-member exchange perspective of player communication with coaches and teammates. *Communication & Sport*, 3(1), 100-118.
- Çevik, D.B. (2011). Müzik Öğretmeni Adaylarının İletişim Becerileri. *Gazi University Journal of Gazi Educational Faculty (GUJGEF)*, 31(1),
- Dereceli, Ç., Dereceli, E., & Yıldız, T. (2023). Spor Yapan ve Spor Yapmayan Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Kişisel Uyum Düzeyleri ile Liderlik Yönelimlerinin Karşılaştırılması. *Uluslararası Dağcılık ve Tırmanış Dergisi*, 6(2), 38-51.
- Fraser-Thomas, J.L., Côté, J. & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: An avenue to foster positive youth development. *Phys. Educ. Sport Pedagog.* 10, 19-40
- Görür, D. (2001). Lise Öğrencilerinin İletişim Becerilerini Değerlendirmelerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Adana.
- Günay, K. (2003). Sınıf Yönetiminde Öğretmenlerin İletişim Becerilerinin Değerlendirilmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana, Türkiye.
- Holt, N.L. & Neely, K.C. (2011). Positive youth development through sport: A review. *Rev. Iberoam. Psicol. Ejerc. Deporte* 2011, 6, 299-316.
- Jones, D., & Rudd, R. (2008). Transactional, Transformational, Or Laissez-Faire Leadership: An Assessment of College Of Agriculture Academic Program Leaders'(deans) Leadership Styles. *Journal of Agricultural Education*, 49(2), 88-97.
- Kabaş, S.S. (2015). *Öğretmen algılarına göre ortaokul müdürlerinin dönüşümsel ve etkileşimsel liderlik stilleri ile öğrencilerin TEOG sınavı başarıları arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Akdeniz Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- Karabacak, K., Nalbant, D., & Topçuoğlu, P. (2015). Examination of teacher candidates' problem-solving skills according to several variables. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 174, 3063-3071.
- Karademir, T., & Türkçapar, Ü. (2016). Bireysel ve takım sporcularından iletişim becerilerinin incelenmesi. *Journal of Physical Education and Sports Sciences*, 18(4), 67-80.
- Kılıçgil, E., Bilir, P., Özdiñç, Ö., Eroğlu, K., Eroğlu, B. (2009). İki Farklı Üniversitenin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Becerilerinin Değerlendirilmesi, *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1): 19-28.

- Koçyiğit, M., Erdoğan, M., Mustafa, U. (2018). Çınar. Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklerle Sosyalleşme Düzeylerinin İletişim Becerileri Ve Duygusal Zekâları Üzerine Etkisi. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 6(2), 2018: 966-988. Erişim Adresi: dergipark.org.tr/en/download/article-file/558775
- Korkut, F. (1997). Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerilerinin Değerlendirilmesi, IV. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi Bildirileri, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir, 208-218.
- Korkut, F. (2005). Yetişkinlere yönelik iletişim becerileri eğitimi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28, 143-149.
- Koser, İ.E. ve Barut, Y. (2020). Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri, Problem Çözme Becerileri ve Bağlanma Stilleri İlişkisi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15(23), 1765-1789.
- Laidlaw, T.S., Kaufman, D.M., Macleod, H., Zanten, S., Simpson, D., & Wrixon, W. (2006). Relationship of resident characteristics, attitudes, prior training and clinical knowledge to communication skills performance. *Medical Education*, 40, 18-25.
- Miranda, S.R. (2019). Preferred leadership styles by gender. *Journal of Management Development*, 38(7), 604-615. <https://doi.org/10.1108/JMD-01-2019-0034>
- Ocak, G., & Erşen, Z.B. (2015). Öğretmen Adaylarının İletişim Becerileri Algılarının İncelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*; Sayı 33; 1-19.
- Onay, M., & Heptazeler, O. (2014). Kadın ve erkek yöneticilerin liderlik davranışları arasındaki farklar. *Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 6(2), 73-85.
- Özbey, Ö. (2019). *Türkiye Olimpik Hazırlık Merkezlerinde görev yapan antrenörlerin liderlik ve iletişim beceri düzeylerinin sporcular tarafından değerlendirilmesi* (Yüksek lisans tezi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara).
- Özçetin, S., & Atalay, H. (2023). Spor bilimleri fakültesindeki öğrencilerin liderlik özelliklerinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 65, 95-113. <https://doi.org/10.21764/maeuefd.890775>
- Özer, D. (2011). *Etkili iletişim becerilerinin sosyal ortama uyum sağlamadaki işlevi*, Fırat Üniversitesi uygulaması (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Elazığ).
- Özerbaş, M. A., & Bulut, M. (2007). Öğretmen adaylarının algıladıkları iletişim becerisi düzeylerinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(1), 123-135. Erişim adresi: dergipark.org.tr/en/download/article-file/1495939
- Özsarı, A., & Yıldız, K. (2020). Gençlik kampı liderlerinin takım çalışmasına yatkınlıklarının incelenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 25(3), 187-197.
- Öztürk, Ö.T., Soyutürk, M., Ada, E.N.D., & Çamlıyer, H. (2011). Üniversite Takımlarında Sporcu Olan Öğrencilerle Spor Yapmayan Öğrencilerin İletişim Becerisi Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 22(2), 43-53.
- Pehlivan, K.B. (2005). Öğretmen adaylarının kişisel algıları doğrultusunda bir çalışma. *İlköğretim Online*, 4(2).
- Pelit, E., Karaçor, M., & Kılıç, İ. (2018). Duygusal zekânın iletişim becerilerine etkisi: turizm öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20(1), 85-107.
- Sağ, S. (2024). Dövüş sporcularının algılarına göre antrenör iletişim becerisinin sporcudaki sürekli öfke-öfke ifade tarzı ile ilişkisi.
- Saygıdeğer, A. (2004). *Benlik saygısı düzeyleri farklı genel lise öğrencilerinin bazı kişisel özelliklerine göre iletişim becerilerine ilişkin algılarının incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü). Eskişehir.
- Selağzı, S., & Çepikkurt, F. (2015). Antrenör ve sporcu iletişim düzeylerinin belirlenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(1), 11-18.
- Sungur, S.A. (2018). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri algısı ile kişilerarası ilişki boyutları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Selçuk İletişim*, 11(2), 126-138.
- Şahin, M., & Bezci, Ş. (2004). Gençlik ve Spor Bakanlığı gençlik kamplarında görev yapan kamp liderlerinin bazı demografik değişkenlere göre liderlik becerilerinin incelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(1), 43-58.
- Şeker, A. (2000). *Sınıf öğretmenlerinin iletişim becerileri ile sınıf atmosferi arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya).
- Tabak, A., Sigrî, Ü. ve Türköz, T. (2013). Öz Liderlik Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması çalışması. *Bilig Türk Dünyası Sosyal Bilimler Dergisi*, 67, 213-246.
- Tekeli, Ö. (2018). *Elit düzey kadın ve erkek voleybolcular ile basketbolcuların iletişim becerilerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü). Balıkesir.

- Temel, E. (2016). *Dönüşümcü liderlik ve psikolojik güçlendirme arasındaki ilişkide örgütsel özdeşleşmenin aracılık rolü: Nazilli'deki kamu kurumlarında bir uygulama* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Tepeköylü, Ö., Soytürk, M., & Çamlıyer, H. (2009). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu (BESYO) öğrencilerinin iletişim becerisi algılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(3), 115-124.
- Terry, P. (1984). The coaching preferences of elite athletes competing at Universiade '83. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences*, 9, 201-208.
- Toros, T., & Duvan, A. (2011). Eskrimcilerde algılanan antrenörlük davranışı, kolektif yeterlik ve hedef yönelimleri arasındaki ilişki. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1).
- Tunçbilek, B. (2013). *Dönüştürücü ve etkileşimci liderlik niteliklerinin özendirme üzerindeki rolü* (Yayımlanmamış doktora tezi, Başkent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Tutuk, A., Al, D., & Doğan, S. (2002). Hemşirelik öğrencilerinin iletişim becerisi ve empati düzeylerinin belirlenmesi. *CÜ Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*, 6(2), 36-41.
- Türetgen, İ.Ö., Ballı, E., & Artan, İ.E. (2007). *Lider ortaya çıkışında cinsiyet ve kişiliğin etkisinin yapıyı harekete geçirme türü görevde incelenmesi*. Psikoloji Çalışmaları, 37(2), 19-50.
- Türksoy, A. (2020). *Futbolda liderlik ve antrenörlük*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Ulukan, H., Kartal, A., Zengin, S., Abanoz, E., & Parlak, N. (2017). Investigation of communication levels of university students doing sports and do not sport Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin iletişim düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 14(3), 2317-2325.
- Uygun, K., & Arıkan, A. (2019). Sosyal bilgiler öğretmen adaylarının iletişim becerilerinin incelenmesi. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim (TEKE) Dergisi*, 8(4),
- Yıldırım, C. (2000). *Gençlik ve Spor Bakanlığı, gençlik liderlerinin öğrenilmiş güçlük, liderlik ve karar verme özelliklerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü). Kocaeli.
- Yılmaz, E., & Aktuğ, S. (2011). *Uzaktan eğitimde çevrimiçi ders veren öğretim elemanlarının uzaktan eğitimde etkileşim ve iletişim üzerine görüşleri*. In M. Akgül et al. (Eds.), Akademik Bilişim (pp. 501-512).
- Yılmaz, İ. (2008). *Sporcu Algıları Çerçevesinde Farklı Spor Branşlarındaki Antrenörlerin Liderlik Davranış Analizleri ve İletişim Beceri Düzeyleri*, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, Ankara, 109.
- Yılmaz, M., Üstün, A., & Odacı, H. (2009). Okul öncesi öğretmen adaylarının iletişim becerileri düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Giresun Üniversitesi Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(1), 8-19.
- Yüksel, M. (2020). Sporun sosyal hareketlilik üzerindeki rolü. *Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 10(3), 919-930.