

**Derleme / Review**

## **ANTRENÖR-SPORCU ARASINDAKİ İLETİŞİM SÜRECİ VE OLUMLU İLETİŞİMİN SAĞLANMASI**

**Murat TERLEMEZ<sup>1</sup>, Turgay BİÇER<sup>2</sup>**

### **ÖZET**

Bu araştırmanın amacı antrenör-sporcu arasındaki iletişimin olumlu etkilerini incelemektir. Bu bağlamda iletişimin doğru ve kabul edilebilir kurallarının tam anlamıyla yerine getirilmesinde, antrenör-sporcu iletişimi açısından olumlu bir iletişimin sağlanması ve iletişim engellerinin aşılması adına hangi yolların izlenmesi gerektiği konuları incelenmiştir. Bu araştırma literatür taraması ve alanyazı analiz yöntemi kullanılarak gerçekleştirilen derleme türüne giren bir çalışmadır. Araştırmaya dahil edilen alanyazında, iletişimin sağlanması noktasında bireyler arası çatışmalara yol açan iletişim engellerinin, hem iletişimin kalitesine etki etmekte olduğu hem de bireylerin birbirlerini anlama ve uzlaşma konusunda olumsuz etkilere neden olduğu görülmektedir. Antrenörde olması gereken iletişim becerileri, antrenöre önemli bir katkı sağlamakta ve grubun yönetilmesinde büyük yere sahiptir. Ayrıca antrenör-sporcu iletişiminde takım ve bireysel sporlar antrenörleri, sporcuların cinsiyeti ve statüsü gibi etmenler, sağlanacak olan olumlu iletişimi etkilemektedir. Bu hususlar göz önünde bulundurulduğunda, antrenör ile sporcu arasındaki iletişimin doğru biçimde yönetilmesi için antrenöre büyük iş düşmektedir. Yani antrenör-sporcu iletişiminde, takımdaki bireyleri antrenörün kendi iletişim gücü ile yönetmesi önemli yer tutmaktadır. Çalışmada elde edilen bulgular çerçevesinde antrenörün, sporcuları anlayabilme, kendini anlatabilme ve uzlaşma noktasında iletişimi oluşturan öğeleri kullanması gerektiği kaçınılmaz olup sonuç olarak ise antrenör ve sporcu arasındaki olumlu iletişim sürecinin başlaması için iletişim engellerinin aşılmasının önemli olduğu görülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Sporda iletişim, iletişim engelleri, olumlu iletişim

### **IMPORTANCE OF COACH-ATHLETE COMMUNICATION AND ENSURING CONSTRUCTIVE COMMUNICATION**

### **ABSTRACT**

The aim of this research is to examine the positive effects of communication between the coach and the athlete. In this context, the issues that should be followed in order to fully fulfill the correct and acceptable rules of communication, to ensure a positive communication in terms of coach-athlete communication and to overcome communication barriers were examined. This research is a review type that is carried out using literature review and literature analysis method. In the literature included in the research, it is seen that communication barriers that cause conflicts between individuals at the point of communication both affect the quality of communication and cause negative effects on individuals' understanding and reconciliation. The communication skills that the coach should have make an important contribution to the coach and have a great place in the management of the group. In addition, factors such as team and individual sports trainers, the gender and status of the athletes affect the positive communication to be provided in the coach-athlete communication. Considering these issues, the coach has a great job to manage the communication between the coach and the athlete correctly. In other words, in coach-athlete communication, the management of the individuals in the team by the coach's own communication power has an important place. Within the framework of the findings obtained in the study, it is inevitable that the coach should use the elements that make up the communication at the point of understanding the athletes, expressing himself and reconciling, and as a result, it is seen that it is important to overcome the communication barriers in order to start the positive communication process between the coach and the athlete.

<sup>1</sup> Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı,  
Spor Yönetim Bilimleri Bilim Dalı

muratterlemz@gmail.com, ORCID: 0000-0003-2305-061X

<sup>2</sup> İstanbul Gedik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Programı  
turgay.bicer@gedik.edu.tr, ORCID: 0000-0002-0343-5101

**Keywords:** Communication in sports, communication barriers, positive communication

## 1. GİRİŞ

İyi bir iletişim için, kişiler aynı zamanda iyi bir dinleyici olmalıdır. Bir kişi kendi sorunlarını anlatırken, karşısındakine sorunlarını anlatarak cevap verirse, iletişim bu noktada doğru gerçekleşmez. Bu bağlamda, empati, önemli bir iletişim becerisi olarak karşımıza çıkar. İletişim kurulan kişiye karşı uyarılarda bulunulup kendi hayatımızdan örnekler ile konuyu saptırmamak gerekmektedir. İyi bir iletişim kurmak isteniyorsa mutlaka olumlu düşünülmesi ve karşı tarafa gerçekler söylenerek yapıcı olunmalıdır. İyi bir iletişimin diğer önemli yanı ise güven olarak tanımlanır. İletişim kurulma aşamasında karşı tarafa güven vermek iyi bir iletişimde ilk adım olarak görülür. Ayrıca iyi bir iletişim kurmak için saygı da duyulması gerekir. İnsanlar, saygı duymadıkları kişilerle iletişim sürecini başlatmaktan kaçınırlar ya da başlattıkları bu süreci etkili bir biçimde sürdüremezler. Kısaca iletişim sürecini tamamlamak, birtakım engellere takılmadan, iletişim kurallarını uygulamaktan geçer. Bu iletişim kuralları uygulanırken, takımları başarılı veya başarısız kılan en büyük faktörlerden başında takım ruhu ve takım birlikteliği olduğunun unutulmaması gerekmektedir. Biçer, (2006)'e göre, iletişim becerileri ile birlikte hareket eden, uyum derecesi yüksek, birbirlerini kabul eden, birbirlerini tamamlayan, birbirlerinin başarısı için çalışan takımlar, her zaman başarının mimarı olarak tanımlanmaktadır. Son yıllara baktığımızda araştırmacılar, çalışmalarında antrenör-sporcu ilişkisine fazlasıyla vurgu yapmaktadırlar (Yılmaz ve ark., 2009; Tepeköylü ve ark., 2009, 2011; Abakay ve Kuru 2011; Abakay, 2010; Bayrak ve Nacar, 2015; Tepeköy ve Soytürk, 2019). Başarıyı etkileyen kavramların içerisinde bulunan iletişimde gerekli olan kural, yöntem, uygulama ve önerilerin, Antrenör-sporcu iletişimde de dikkate alınarak, engelleri en aza indirmek birinci amaç olmaktadır.

## 2. GEREÇ VE YÖNTEM

Antrenör-sporcu arasındaki iletişimin olumlu yönde ilerlemesi, gerekli iletişim becerilerinin sağlanması noktasında uygulanması gereken beceri ile davranışlarının ele alındığı ve çeşitli etmenlerin iletişime ne derece etki ettiği konusundaki inceleme problem cümleleri yardımıyla gerçekleştirilmiştir. Yöntemi ise literatür taramasından ibarettir. Problem cümleleri aşağıdaki gibidir;

- Antrenör-sporcu arasındaki iletişimin sağlıklı biçimde gerçekleşmesi için uygulanması gereken beceri ve davranışlar nelerdir?
- Antrenörde bulunması gereken iletişim becerilerinin takıma katkıları nelerdir?
- Sporcu cinsiyeti, statüleri farklılıkları iletişim becerilerinin düzeyleri farklılık göstermekte midir ve sporcu algılarına göre bireysel ve takım sporları antrenörlerinin iletişim beceri düzeyleri arasında fark var mıdır?

## 3. BULGULAR

### İletişim Kavramı

İletişimi birkaç tanım ile ifade etmek gerekirse; iletişim, iki sistem arasında oluşan her türlü bilgi alışverişi olarak tanımlanabilir (Dökmen, 1996). İletişim, kişinin kendisinde oluşan dengesizlik durumunu düzene

sokmak için, duyduğu gereksinimini kodlaması ve dışarıya ileti vermesi ile başlayan süreçtir (Gordon, 1993). İletişim, bilgilerin, düşüncelerin, duyguların sözlü ve sözsüz biçimde kişiden kişiye veya gruptan gruba aktarılma, iletilme süreci olarak belirtilir (Güçlü, 2003). Bir başka tanımda ise iletişim, insanlar arasındaki duygu ve düşünce alışverişi olarak aktarılmaktadır (Cüceloğlu, 1997). Gürgen, (1997), belli bir toplumda insanın öncelikle kendisinde var olan kuralları öğrenerek değer ve inançları benimsemesi ve bunlara uygun olarak kendisine verilen rolleri gerçekleştirmesinin yani kısacası toplumsallaşmasının, ancak iletişimle gerçekleşeceğini söylemektedir. Kumbasar, (2016)'a göre en basit tanımıyla iletişim; durum, düşünce ve duyguların karşılıklı alışverişi olarak tanımlanmaktadır.

### İletişim Süreçleri

Steinberg, (2007)'e göre iletişim süreci, belirli amaçlar doğrultusunda birlikte çalışan birbiriyle ilişkili ve birbirine bağlı birden fazla öğeyi içermektedir. Bu süreçteki öğeler; gönderici, alıcı, mesaj, kanal, geri bildirim olarak sıralanır.

Kumbasar, (2016) gönderici ögesi için, mesajı gönderenin kişi olduğu bu kişinin çoğu zaman mesajın kaynağı da olduğunu belirtir. Gönderici iletişim sürecindeki "Kim" sorusuna verilen cevabın karşısındaki kişi olup, gönderici iletişim sürecinde mesajı zihninde tasarlayarak kodlayan da kişidir. İletişim sürecinin odağındaki kişi olarak iletişimin kaynağıdır. Okay, (2012) alıcı ögesini, "Mesajı alan kişi veya grup olduğunu, iletişimi etkilemeyi amaçladığı kişi veya kişilerdir" olarak açıklar. Gürgen, (1997) mesajı, "Kaynağın ileteceği duygu, düşünce ya da bilgi mesajın içeriğini oluşturur" diye tanımlar. Kanal, iletişim sürecinde mesajın göndericiden alıcıya ulaşmasını sağlayan araçtır (Bolat, 1996). Ergeneli, (2006)'ye göre geribildirim ise, alıcının mesajı deşifre ederek sembollerin taşıdığı anlamları çözdükten sonra, mesajı yeniden iletişim sürecine sokması olarak tanımlanır.

### İletişimin Temel Kuralları

İletişimin sağlıklı biçimde oluşması için, bazı kuralların dikkate alınması gerekmektedir. İyi bir dinleyici olarak ve bunu belli ederek, yargılamaktan kaçınmak, eleştirmemek, konuşmaları yarıda kesmemek ve dinlerken başka uğraşlara dalmamak gerekmektedir. Kişileri karar verme noktasında zorlamayarak, rahatsız olmalarını engellemek gerekir. Fazlasıyla konuşarak kişiler hakkında yorumlar getirmeden, savunmaya geçmeden sabırlı bir biçimde dinlemeye zaman ayrılmalı ve sorularla anlamaya çalışılmalıdır. Gerekirse geri bildirimde bulunulmalıdır. Konunun iyice dinlenip anlaşılmasıyla birlikte gerçekçi bir yaklaşımla önerilerde bulunulmalıdır. Göz teması iletişimde olmazsa olmaz bir kural olup, bu konuya fazlasıyla dikkat etmek gerekir. Bir konu, tavır ve davranış karşısında inatlaşmayıp tartışmamak, saldırgan bir tavır gerçekleştirmeyerek empati kurmaya çalışılmalıdır (Bütün, 2019). İyi bir iletişim için olmazsa olmaz altın kurallar vardır. Doğal, empatik, kabul edici, saygılı, açık ve net olunmalıdır. Tutarlı olarak, ortak ihtiyaca yönelik olmak, güven verici tavır sergilemek, problemi eleştirebilmek ve gerçekleri doğru bir dille aktarmak olarak sıralanabilir (Doğan, 2019). İyi bir dinleyici olmak için yapılması gerekenlere gelince ise öncelikle iyi bir bilgi birikimin dinlemeden geçtiği bilinmektedir. Ön hazırlık yapılarak, ortamın dinlemeye müsait bir hazırlığa büründürülmesi önemli bir

detaydır. Disiplinli bir dinleme ile anlamının sağlanması, söylenenlerin anlaşılması, kavranması ve aktarılması sürecinin bilinmesiyle bu alışkanlıklarının kazanılması önemli bir nokta olarak göze çarpmaktadır. Konuşmanın akışı içinde konulardan kopulmaması, konuya veya konulara dikkatle yaklaşılması, dinlerken notların alınması, yerinde ve zamanında soruların sorulmasının bilinmesi gerekmektedir. Çetin (2013)'e göre, kişi karşısındaki kişinin anlattıklarını dikkatli bir şekilde dinleyerek, yargılamadan, eleştirmeden duygu ve düşüncelerini anlamaya çalışarak yaklaşımda bulunmalıdır. Kişi, konuşma esnasında anlaşılmayanlar hakkında tahminde bulunmak yerine, ne söylediğini anlamak için tekrar etmesini istemeli, iletişim halinde olunan kişinin anlattıkları hakkında tahminlerde bulunmak yerine onun bakış açısından anlamaya çalışmalıdır. Karşısındaki kişinin anlattıklarını sorgulamadan kabul etmeli, anlattıklarıyla aynı fikirde olmasa bile saygı göstermeli ve konuşma esnasında merak edilen soruları değil de karşıdaki kişiyi anlamaya yönelik sorular sormalıdır. Bütün (2019)' a göre olumlu iletişim için gerekli davranışlar; bireyin kendini karşı tarafa doğru ve rahat bir biçimde açabilmesi, kendini tanıması iletişimde ne derece başarılı ve becerikli olduğu ile alakalıdır. Empati kurma becerisinin de yüksek olması olumlu iletişim için önemlidir. Empati kurma becerisi bireyin, karşısındaki kişinin içinde bulunduğu durumları göz önünde bulundurarak davranışına yön vermesi ile ilgilidir. Empatik iletişimle saygı ve sevgi sağlanmış olur. İletişimi kolaylaştıran, kişinin davranışları üzerindeki etkisi ve davranışlarıyla ilgili duygularından oluşan iletilerin karşı tarafa gönderilerek anlaşılmayı amaçlayan beden dili ise olumlu iletişime fazlasıyla katkı sağlar. Bir başka olumlu iletişim davranışı ise etkin dinlemedir. Etkin dinleme, konuşan kişinin anlattıklarını önemseyip, anlayarak kavramak ve değerlendirmek karşı tarafa ulaşıldığına dair geri bildirim vermeyle alakalıdır.

### İletişim Engelleri ve Örnekleri

Gordon, (2001) iletişim halinde iken iletişim sürecini zora sokacak ve olumsuz sonuçlar doğuracak hatalar ile iletişim engellerini aşağıdaki şekilde sıralamıştır:

**Emir vermek:** Karşı tarafa duyguların önemsiz mesajı vermeye neden olur. Zorlayarak sunulan bir çözüm yolu olarak tanımlanmaktadır. Boyun eğici ve isyânkar davranışlara yol açan bir engeldir. Benlik değerini düşüren bir engel olarak da karşımıza çıkmaktadır. Örnek: "Söylediklerimi yaz", "Hemen buraya geliyorsun".

**Ahlak dersi vermek:** Otorite ile zorunluluğun gücü karşı tarafa kullanılır. Bazı sosyal normlara, dini otoritelere ve ahlak kurallarına dayandırılarak yapılan iletişim engelidir. Örnek: "Gelen misafirlere hoş geldin demelisin".

**Öğüt vermek ve çözüm önerileri getirmek:** Karşı tarafın kendi sorunlarını çözemeyeceğine dair yeteneğe sahip olmadığını dile getiren düşünceyle ortaya çıkan iletişim engelidir. Örnek: "O işyerinden acilen kurtulman lazım yoksa üzölmeye devam edeceksin".

**Yargılamak, suçlamak, eleştirmek ve aynı düşüncede olmamak:** Çocukların daha çok etkilendiği bu durumda, kişinin benlik saygısına saldırı olarak görülür. Eleştiri üst seviyededir. Örnek: "Yine yanlış

yoldasın, her zaman aynı yanlışlara devam ediyorsun”, “Söylediklerine katılmıyorum, yanlış buluyorum”, “O konuda tam bilgili olduğumu düşünmüyorum”.

**Övmek ve her zaman aynı düşünceye sahip olmak:** Aşırı övgü kişide öz benliğine uymayacak derece etki yaratır. Birey övgüye alışır ve sonucunda her zaman övülme ihtiyacı duyarak kendini mutsuz hisseder. Örnek: “Haklısın, o adam çok kötü birine benziyor”. Bu örnekte, bireyin karşısındaki ile aynı düşünceye sahip olduğu görülmektedir.

**İsim takmak ve alay etmek:** Tüm bireyler ve çocuklar üzerinde, fazlasıyla benlik saygısına zarar verilmiş olunur. Birey, kendini ve diğer bireyleri tanımakta zorlanır ve kendine bakışını değiştirir. Benlik değeri zedelenince karşılık verme eğilimi göstererek iletişim engeline ortak olmuş olur.

**Her daim avutmak:** Sorunlar yokmuşçasına kabul edilip, avutma eğilimine gidilmektedir. Böylece sorun çözümü gerçekleşmeyip ertelenmiş olur. Örnek: “Sıkma canını her şey daha güzel olacak”.

**Soru sormak, sorgulamak ve sınamak:** Karşı tarafa güvensizlik tutumu sergileyen bir tavidir. Şüpheli ve rahatsız bir ortam oluşur.

**Konuyu saptırmak, oyalamak ve sözünden dönmek:** Karşı taraf sorunlarını ciddi bir dil ile aktarıırken karşısındaki alaycı bir tavır takınır. Böylece birey dışlandığını ve dikkate alınmadığını düşünür.

**Tehdit etmek:** Emir vermeye benzeyen bu engel, emirden sonra karşı taraftaki bireyin vereceği cevabı etkileyip, kısıtlayan cümleleri içerir. Cezayı veya koşulu ön plana koyarak çözüm yolu aranmaktadır. Örnek: “Beni dinlemezsen bir daha konuşmam”, İsteddiğimi gerçekleştirmezsen senin için hiç iyi olmaz”.

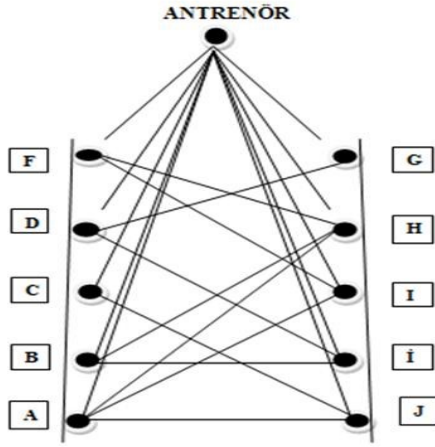
**Nutuk çekmek, öğretme ve mantıklı fikirler önerme:** Bir şeyler öğretmeye çalışmak, mantıklı yaklaşımlar ile öneriler getirmek bireyde bilgisiz ve mantıksız olduğu duygusunu harekete geçirir.

### **Antrenör-Sporcu İletişimi**

Oyuncu gruplarının ve antrenörlerinin başarılarının, büyük ölçüde sağlam ve güçlü bir iletişim becerisine bağlı olduğu, iletişim bakımından ne kadar becerili hale gelirse o kadar başarılı olunabileceği söylenmektedir (Yukelson, Weinberg, Richardson, Jackson, 1983). Bu söyleme göre başarı sahibi bir antrenör olabilmek için, ilişki içinde olduğu grupta karşılaştığı durumlar ne olursa olsun iyi bir iletişim becerisini sergilemelidir. İyi bir iletişimci olmak için antrenörlerin, mesajları iletebilmeleri, iletilen mesajları anlayabilme konusunda kendilerini geliştirmeleri ve yalnızca anlaşılmayı değil anlamayı da göz önünde bulundurarak çaba göstermeleri gerekmektedir (Gibson, Ivancevich, Donnelly, Hill, 1997).

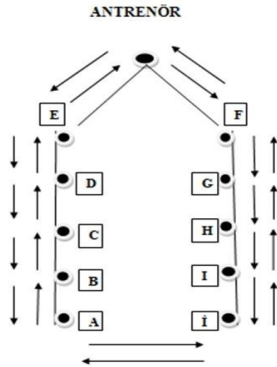
### **Antrenörlükte İletişim Modelleri**

**Şebeke Modeli:** Bütün sporcular karşılıklı olarak ilişki içerisindedirler. Eşit bir şekilde arkadaşlarıyla ve antrenörüyle iletişim kurabilirler. Ayrıca antrenörün de tüm sporcu gruplarıyla iletişim kurmasına olanak sağlayan modeldir (Türkmen, 1992).



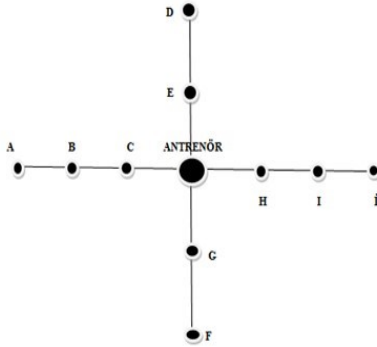
#### Şebeke Modeli

**Çember Modeli:** Bu modelde takımdaki sporcuların iletişimdeki olan şansları eşittir. Eşit bir şekilde antrenörü ve arkadaşlarıyla iletişim kurma hakkına sahiptirler (Usluata, 1991). Grup içindeki her oyuncuya eşit şekilde söz hakkı verilmesi, görüş, düşünce, öneri ve eleştirilerin dikkate alınmasını sağlayan modeldir (Review, 2000).



#### Çember Modeli

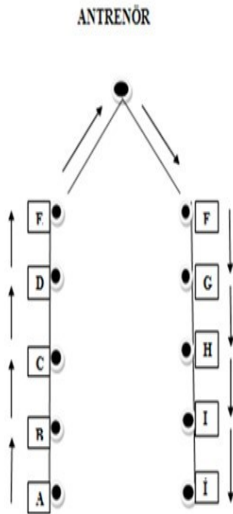
**Tekerlek Modeli:** Bu modelde sporcu sadece antrenörüyle iletişim kurabilir. Sporcu arkadaşlarıyla iletişim kuramaz. Antrenör-sporcu ilişkisine dayanan bir modeldir. Bilgi kaynağı ve iletişimi başlatan antrenör olarak göze çarpar (Kabadayı, 2010).



### Tekerlek Modeli

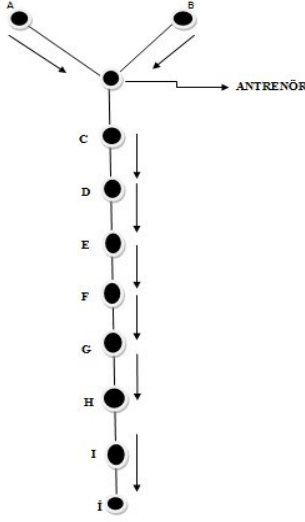
**Ara Modeller:** Ara model ikiye ayrılır bunlar;

Zincir Modeli: En az iki sporcunun kendi arasında ve daha sonraları iletişim ağını genişletme çabasına bağlı olarak tüm katılım sağlayanlara dönük iletişimdendir. Başarı bireysellikten ziyade grubu oluşturan sporcuların performanslarının bileşkesine bağlıdır (Yumlu, 1997).



### Zincir Model

Y Modeli: Antrenör-sporcu ve sporcuların kendi aralarındaki iletişimi kısıtlayan bir modeldir. A ve B sporcuları antrenör ile iletişime sıkı bir biçimde girerken, i sporcusu yalnızca I ile, C sporcusu hem antrenör ile hem de D sporcusuyla iletişim imkanına sahiptir. Ancak bu durumda grupta dengesizlik baş gösterecektir. Antrenör hem A, hem B hem de C sporcusuyla ilgilendiği için diğer sporcularla ilgilenemeyecektir (Yumlu, 1997).



#### Y Modeli

#### **Antrenörde Bulunması Gereken İletişim Becerileri**

Antrenörün, birey ve grup ile sağlıklı iletişim kurabilmesi için kendisinde bulunması gereken iletişim becerileri vardır. Etkileyici konuşma becerisi bunların başında gelir. Antrenör, izleyicilerini ne kadar etkilerse başarı düzeyi de o derecede artmaktadır. İkna kabiliyetinin belli bir derecede olmasının yanı sıra iyi bir dinleyici olma becerisi de antrenörde bulunması gereken iletişim becerilerindedir. Antrenörün diğer becerileri; olaylara empatik ve olumlu yaklaşım odaklı olma, geribildirim becerisi sergileme, eğitici-bilgilendirici tavır içinde olma ve beden dilini iyi kullanma olarak sıralanabilir (Martens, 1998).

#### **Antrenörlere Sporcu İletişimi ile Uygulamaya Yönelik Öneriler**

Antrenörlere sporcularıyla ilişkilerinde kolaylık sağlayacak önerileri aşağıdaki gibi sıralayabiliriz;

- Olumlu şeyler üzerinde durmaları gerektiği ve olumsuz şeyler üzerine dürüst davranılmalı,
- İyi olan performansını güçlendirmek için övgüyü kullanmalı,
- Anlaşılması kolay kelimeler kullanmalı,
- Sporcularla her çalışmada konuşmanın ihmal edilmemesi,
- Sporcuların isimleriyle hitap edilmeli,
- Sabırlı olunmalı,
- Kısa ve öz cümleler kullanılmalı,
- Beden dili ihmal edilmemeli (Hannula, 2007).

#### **4. TARTIŞMA VE SONUÇ**

Yukelson (1983), etkili iletişim becerilerinin çalıştıkları kişilerle sürekli iletişim halinde olmaları gereken antrenör, sporcu, spor yöneticisi ve spor psikologlarında bulunabilecek güçlü araçlardan biri olduğunu belirtmiştir.



Martens (1990), iletişim esnasında bir antrenörün mutlaka geliştirilmesi gereken sekiz önemli iletişim becerisi sıralamıştır. Bunlar; saygı ve değer verme, pozitif yaklaşım, bilgilendirmesi yüksek mesajlar verme, tutarlılık, dinleme becerisi, sözel olmayan iletişime önem verme, güçlendirme ve pekiştirme ilkelerini bilme, sportif becerileri öğretmede bilgi ve deneyim.

Ansel ve Orlick, antrenör ve sporcu iletişimi ile ilgili yaptıkları çalışmada, iyi bir iletişim için antrenörlerin, dürüst, pozitif, yapıcı ve sempatik olma, alınacak kararlarda takımın düşüncesini önemseme gibi olumlu davranış özellikleri göstermelerinin önemine vurgu yapmışlardır.

Bloom (1997), antrenörün iletişim becerilerinin bir enerji açığa çıkardığını ve bunun “antrenörlük sürecinde” bütün faktörleri etkilediği ve daha etkili iletişim özellikleri gösterdiğini belirtmiştir. Antrenörlerle çalışan sporcuların, içinde buldukları aktivite, antrenman ve müsabakalarda daha iyi gelişme gösterdikleri, keyifle katıldıkları, başarılı olma ve kendilerini gerçekleştirmede bütün potansiyellerini ortaya çıkartabildikleri sonucuna ulaşmıştır.

Antrenör-sporcu iletişimi ile ilgili Türkiye’de yapılan çalışmalara bakacak olursak; Yılmaz, Çimen ve Bektaş (2009), “sporcu algılamalarına göre bireysel ve takım sporu antrenörlerinin iletişim beceri düzeylerinin karşılaştırılması” adlı çalışmalarında bireysel ve takım sporlarında antrenörlerin sporcu algıları çerçevesinde iletişim beceri düzeylerinin tespit edilerek karşılaştırılmasının amaçlandığı araştırmada, antrenörlerin, bireysel ya da takım sporu antrenörü olmasına göre iletişim becerileri değerlendirildiğinde; bireysel spor antrenörlerinin takım sporu antrenörlerine göre iletişim becerilerinin yüksek olduğu ve aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulgularda görülmüştür.

Camire, Trudel ve Forneis (2009), lise türü okullarda öğrencilerin (sporcuların) okul planında yer alan spor programlarına katılımlarında, antrenörleriyle iletişimlerini oldukça iyi düzeyde algıladıklarını belirtmişlerdir. Bulgular sporcu cinsiyetine göre değerlendirildiğinde ise okul takımlarındaki kadın sporcuların antrenörlerinin iletişim becerilerini erkeklere göre daha iyi algıladıkları görüldüğü belirlenmiştir.

Literatüre bakıldığı zaman çoğu inceleme sonucunda genel olarak kadınların iletişim becerilerinin erkeklere göre daha iyi olduğu görülmektedir (Tepeköylü, Soytürk ve Çamlıyer, 2009; Tepeköylü Öztürk, Soytürk, Daşdan Ada ve Çamlıyer, 2011). Kadınların iletişimde daha sıcak ve girişken oldukları gözlemlenmektedir.

Abakay ve Kuru (2011), profesyonel ve amatör futbolcuların antrenörleriyle olan iletişim beceri düzeylerini statü farklılığına göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemişler. Futbolculara uygulanan iletişim ölçeğinden çıkan sonuç ile iletişim düzeylerinin futbolcuların statülerine paralel olarak artış gösterdiği bulunmuştur. Abakay (2010), yaptığı diğer bir çalışmada ise antrenörle çalışma süresinin artmasıyla birlikte iletişim düzeyinin de arttığı sonucuna ulaşmıştır.

Bayrak ve Nacar (2015)’da gerçekleştirdikleri çalışmalarında, antrenör iletişim becerilerinin kadın sporcular tarafından daha iyi düzeyde algılandığı bulgusuna ulaşmışlar. Kassing ve Infate (1999),

sadece erkek sporcular üzerinde yaptıkları çalışmalarında ise sporcuların antrenörlerinin iletişim tarzlarını saldırgan bir tarz olarak algıladıkları bulgusuna varmışlardır.

Tepeköylü ve Soytürk (2019), gerçekleştirdikleri çalışmada sporcu algılarına göre antrenörlerin iletişim becerilerini araştırmışlar. Araştırma bulgularına göre liselerde okul takımlarında sporcu olan öğrenciler takımlarını çalıştıran beden eğitimi öğretmeni veya antrenörlerinin iletişim becerilerini oldukça iyi düzeyde algıladıkları bulgularda ortaya çıkmıştır.

İyi ve etkili bir iletişimin, gerekli olan kurallar bütününün tam anlamı ile uygulanmasıyla gerçekleştiği görülmektedir. İletişimde karşımıza çıkan engellerin, olumlu bir iletişime katkı sağlamadığı gibi bireylerarası çatışmaya da yol açtığı gözlemlenmektedir. Konuşmalar karşısında dinleme becerimizin olmayışı veya eksik oluşu da iletişimin engelleri olarak görülmektedir. İletişimin tam anlamıyla gerçekleşmesi için davranışların, doğruların ve uyulması gereken kurallar bütününün eksiksiz yerine getirilmesi gerektiği gözlemlenmiştir. Olumlu iletişim için gereken konulara değinilmiş olup, gerekli olan kurallar açıklanmıştır. Bu kurallar bütününü, iyi bir iletişime açılan kapı olarak görülmekte ve gelişmekte olan iletişime de katkı sağladığı gözlemlenmektedir. Antrenör-sporcu iletişimine geldiğimizde ise antrenörün sporcularına yaklaşımı önemli bir yer tutmaktadır. Takım ve bireysel olarak antrenör-sporcu iletişimi ne kadar sağlam ve güçlü olursa başarının da kaçınılmaz olduğu görülmektedir. Antrenörde olması gereken iletişim becerileri, grup içi iletişimin sağlıklı ilerlemesine olanak sağladığı gibi, amaç ve hedeflere ulaşmada da önemli bir yer tuttuğu gözlemlenmiştir. İletişim becerilerinden yola çıkarak, yapılan araştırmalar çerçevesinde antrenörün sporcusuyla sürekli iletişim halinde olması gerektiği, sporcusuna dürüst, yapıcı olması, ismiyle hitap etmesi, onlara önemli olduklarını hissettirmesi ve kararlara ortak ettirilmesi olumlu iletişimi sağladığı ortaya çıkmaktadır. Bireysel spor antrenörlerinin olumlu iletişim adına, takım sporları antrenörlerine oranla iletişim düzeyleri daha yüksek çıktığı görülmüştür. Bu iletişim becerileri, bireysel spor antrenörleri tarafından daha çok sergilenebilmektedir. Yine bir başka sonuç ise antrenörlerinin iletişim becerilerini, erkek sporculara oranla kadın sporcular daha iyi düzeyde algılamaktadırlar. Bir dikkat çeken sonuçta ise, sadece erkek sporculardan oluşan örneklem grubunda erkeklerin, antrenörlerinin agresif tavır sergiledikleri konusundaki algılamaları olmuştur.

Olumlu bir iletişim için; grup içinde iletişim becerileri bilinmeli, benimsenmeli ve daima antrenörün iletişim becerileri konusunda gelişime açık olması önerilebilir. Ayrıca antrenörler, sporculara tek tek değer vermeli, saygı duymalı, onlarla her daim konuşmalı, isimleri ile hitap etmeli ve beden diliyle onlara yakın durmaları önerilebilir. Takım sporları antrenörü ile bireysel sporlar antrenörünün arasındaki iletişim beceri düzeylerinin derinlemesine araştırılması, cinsiyet değişkenine göre algılanan antrenör iletişim becerilerinin araştırmalarca desteklenmesi gerekmektedir. Araştırmacıların, antrenör-sporcu iletişiminin daha sağlıklı ilerlemesi için bulunan sonuçları yeni çalışmalarla desteklemesi ve araştırmacılara takım-bireysel antrenör, cinsiyet, statü gibi etkenlerin çoğaltılmasına ön ayak etmeleri önerilebilir. İncelemedeki bilgilerin daha sağlıklı bir iletişime olanak sağlayacağı, bireyin iletişim engellerinin ortadan

kaldırılarak, olumlu iletişime doğru adımlar atacağı ve bu kurallar bütünüünün yarar sağlayacağı beklenmektedir.

## KAYNAKLAR

- Abakay U, (2010). Futbolcu Antrenör İletişiminin Farklı Satatülerdeki Futbolcuların Başarı Motivasyonu İlişkisi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, Ankara.
- Abakay U, Kuru E, (2011). Profesyonel ve Amatör Futbolcuların Antrenörleri ile Olan İletişim Farklılıklarının Karşılaştırılması, Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 13 (1): 125-131.
- Bayrak E ve Nacar E, (2015). Profesyonel Takım Sporlarında Görev Yapan Antrenörlerin İletişim Beceri Düzeylerinin Araştırılması. Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi, 3(14), 391-405.
- Biçer T, (2006). Şampiyonluğun Psikolojisi, Beyaz Yayınları, İstanbul.
- Bloom G. A, (1997). Characteristics, Strategies and Knowledge of Expert Team Sport Coaches. Ph D.Diss., University of Ottawa, Ontario, Canada.
- Bolat S, (1996). Eğitim örgütlerinde İletişim - Hacettepe Eğitim Fakültesi Uygulaması. Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi, 12/75-80, Ankara.
- Bütün A, (2019). Olumlu İletişim, Ankara Üniversitesi Açık Ders Malzemeleri, Ankara.
- Camire M, Trudel P ve Forneis T, (2009). High school athletes' perspectives on support, communication, negotiation and life skill development. Qualitative Research in Sport and Exercise, 1(1), 72-88.
- Cüceloğlu D, (1997). Yeniden İnsan İnsana, Remzi Kitabevi, Ankara.
- Çetin İ, (2013). "İletişimde İyi Bir Dinleyici Olma Yolları" başlıklı makalenin tüm hakları tüm hakları yazarı Psk. İlksen Çetin'e aittir ve makale yazarı tarafından TavsiyeEdiyorum.com kütüphanesinde yayınlanmıştır.
- Doğan A, (2019). İletişim Nedir? Etkili İletişim Nasıl Kurulur? İstanbul İşletme Enstitüsü, İstanbul.
- Dökmen U, (1996). İletişim Çatışmaları ve Empati, Sistem Yayıncılık, İstanbul.
- Ergeneli A, (2006). Örgüt ve İnsan, Hacettepe Üniversitesi Yayınları, s.156, Ankara.
- Erkan M, (2002). Sporda İletişimin Önemi ve Takım Performansına Etkisi Üzerine Bir Araştırma. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi.
- Gibson J.L, Ivancevich J.M, Donnelly J.H, (1997). Organazitions; Behavior Structure Processes. 9th ed. Boston: Irwin Mc Graw-Hill.
- Gordon T, (1993). Etkili Öğretmenlik Eğitimi, Çeviri: E. Aksoy, B. Özkan, Yapa Yayınları, İstanbul.
- Gordon T, (2001). Etkili Ana baba Eğitiminde Uygulamalar, Sistem Yayıncılık.
- Güçlü N, (2003). Sınıf Yönetimi, Editör: Leyla Küçükahmet, Nobel Yayınları, Ankara.
- Gürgeç H, (1997). Örgütlerde İletişim Kalitesi, Der Yayınları, ss. 9-10-20, İstanbul.
- Hannula D, (2007). Bir Yüzme Antrenörlüğü Felsefesi Geliştirme, www.turyad.com.
- Kabadayı Ş, (2010). Hentbol Antrenörlerinin İletişim Becerilerinin Değerlendirilmesi (Hentbol Süper Lig Örneği), Doktora Tezi: Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İletişim Anabilim Dalı, Eskişehir.
- Kassing J.W ve Infante D.A, (1999). Aggressive Communication in the Coach-athlete relationship. Communication Research Reports, 16(2), 110-120.
- Körük E, Biçer T, Donuk B, (2003). Amatör Futbol Antrenörlerinin Liderlik Davranış Tipleri Kullandıkları Motivasyon Tekniklerinin Belirlenmesi, İ.Ü. Spor Bilimleri Dergisi, 11(3), 53-57.
- Kumbasar B, (2016). Sağlık İletişimi: Sağlık Kurumlarında İletişim Yaklaşımları, Der'in Yayınları, Ankara.
- Martens R, (1990). Successful Coaching. Second Edition, Leisure Pres, Champaing, II iinois.
- Martens R, (1998). Başarılı Antrenörlük (Çeviri: Tuncer Büyükonat), 1. Baskı, İstanbul, Beyaz Yayıncılık.

- Mc Quail, Denis ve Sven Windahl, (1997), Kitle İletişim Modelleri, Çeviren: K. Yumlu, İmge Kitabevi Yayınları, Ankara.
- Okay A, (2012). Sağlık İletişimi, Der'in Yayınları, İstanbul.
- Review HB, (2000), Etkin İletişim, MESS Yayın, No:325, İstanbul.
- Steinberg S, (2007). An Introduction to Comunication Studies, South Africa:Juta & Co.
- Tepeköylü Ö, Sotürk M ve Çamlıyer H, (2009). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu (BESYO) Öğrencilerinin İletişim Becerisi Algılarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 7(3), 115-124.
- Tepeköylü Ö, Soytürk M, Daşdan Ada N ve Çamlıyer H, (2011). Üniversite Takımlarında Sporcu Olan Öğrencilerle Spor Yapmayan Öğrencilerin İletişim Becerisi Düzeylerinin Karşılaştırılması. Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 22(2), 43-53.
- Tepeköylü Ö, Soytürk M, (2019). Sporcu Algılarına Göre Antrenör İletişim Becerileri, Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi, 8(1), 576-583.
- Türkmen İ, (1992). Etkin İletişim Modeli, Milli Produktivite Yayınları, s.480, Ankara.
- Yılmaz İ, Çimen Z ve Bektaş F, (2009). Sporcu Algılamalarına Göre Bireysel ve Takım Sporcu Antrenörlerinin İletişim Beceri Düzeyleri. Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 11(4), 52-57.
- Yukelson D, Weinberg R, Richardson P, Jackson A, (1983). Interpersonal Attraction And Leadership with in Collegiate Sport Teams. Journal of SportBehavior 6 (1): 28–36.