



Examination of relationship between communication skills, burnout levels and life satisfaction levels of football coaches

Futbol antrenörlerinin iletişim becerileri, tükenmişlik düzeyleri ve yaşam tatminleri arasındaki ilişkinin incelenmesi

Yakup Akif Afyon¹
Erhan Işıkdemir²

Abstract

The purpose of this study is to examine the relationship between burnout levels, communication skills and life satisfaction levels of football coaches. A survey was applied to 120 football coaches who attended to Football Coach Development Seminar that was held in July 2012 in Muğla and 80 surveys were evaluated after removing 40 incorrect surveys. As a result, a negative relationship ($r=-.293$, $p<.05$) was determined between communication skills and emotional burnout levels of football coaches. A positive relationship ($r=.280$, $p<.05$) was found between coaches' life satisfaction levels and the variable of age and a negative relationship ($r=-.275$, $p<.05$) was found between coaches' life satisfaction levels and their education levels. In addition, a negative relationship ($r=-.295$, $p<.05$) was observed between football coaches'

Özet

Bu çalışmanın amacı, futbol antrenörlerinin tükenmişlik düzeyleri, iletişim becerileri ve yaşam tatminleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Muğla ilinde 2012 Temmuz ayında düzenlenen Futbol Antrenör Gelişim Seminerine katılan 120 antrenöre, anket uygulaması yapılmış, hatalı 40 anket çıkartılarak, 80 anket değerlendirmeye alınmıştır. Sonuç olarak; futbol antrenörlerinin iletişim becerileri ile duygusal tükenmişlik düzeyleri arasında negatif ($r=-.293$, $p<.05$) bir ilişki saptanmıştır. Antrenörlerin yaşam tatmin düzeyleri ile yaş değişkeni arasında pozitif ($r=.280$, $p<.05$), eğitim durumları arasında ise negatif bir ilişki ($r=-.275$, $p<.05$) bulunmuştur. Ayrıca futbol antrenörlerinin iletişim becerileri ile yaşam tatmin düzeyleri arasında negatif ($r=-.295$, $p<.05$) bir ilişki vardır. Bu sonuçlar bize, antrenörlerin iletişim becerilerinin yükseldikçe mesleki tükenmişliklerinin azaldığını, yaşam

¹ Asst. Prof. Dr., Muğla Sıtkı Koçman University, School of Physical Education and Sport, Turkey, yafyon@mu.edu.tr

² BSc., Muğla Sıtkı Koçman University, School of Physical Education and Sport, Turkey, erhanisikdemir@gmail.com

communication skills and life satisfaction levels. These results show us that the higher communication skills of coaches decrease their occupational burnout levels but increase their life satisfaction levels.

Keywords: Coach; communication; burnout; life satisfaction

tatmin düzeylerinin ise arttığını göstermektedir.

Anahtar kelimeler: Antrenör; iletişim; tükenmişlik; yaşam tatmini

[\(Extended English abstract is at the end of this document\)](#)

Giriş

Futbol, günümüzde spor denilince akla büyük kitlelerin ilgi odağı olarak ilk akla gelendir. İnsanların gün geçtikçe futbola olan ilgilerinin artması, futbolu bilerek oynayan oyuncuların yetişmeye başlamasının yanında, bu oyunun özelliklerinin ilgi çekici olmasından kaynaklanmaktadır.

Futbol, oynanması kolay ve zevkli bir spor branşı olması sebebiyle psikolojik, sosyal, fiziki ve pedagojik değerleriyle gençliğin en sevdiği oyun haline gelmiştir. Futbol güncel hayat içerisinde oldukça önemli bir yer edinmiştir. Bu yerini de hızlı bir şekilde geliştirerek devam etmektedir. Dünyanın değişik ülkelerinde farklı futbol ekolleri vardır. Her ekol kendine özgü özellikleriyle futbola değişik zevkler katmaktadır.

Antrenör teknisyen olarak gerekli bilgileri, bilimin ışığında sporcunun başarısı için kullanan, daha sonra bu bilgileri spor becerileri ve stratejiler ile birleştiren ve farklı mizaçlardaki insanlara uygulayabilen kişi olarak tanımlanırken, antrenörün iyi bir organizatör, etkili bir yönetici, motivatör ve sporcuya bağımsızlığını, yeterliliğini kazandıran bir eğitimci olması gerektiği de belirtilmiştir (Charman ve Ark., 2001).

Buna göre bir teknisyen olarak antrenör alanı ile ilgili gerekli bilgilere sahip ve bu bilgileri bilimin ışığında takımın başarısı için kullanarak, spor becerileri ve stratejileri ile birleştirerek farklı mizaçtaki insanlara uygulayabilen kişi olarak değerlendirilebilir. Bu özelliklerinin yanında antrenör iyi bir organizatör, etkili lider, motivatör ve sporcuya bağımsızlığını, yeterliliğini kazandıran eğitimci olması gerekir (Dolaşır, 2006). Yapılmış olan bu çalışmada antrenör terimi futbol antrenörlüğü belgesine sahip olan ve kurslara katılan antrenörleri tanımlamak amacı ile kullanılmıştır.

Genel manada antrenörlük; sporcu, spor yöneticileri, medya, seyirci ve antrenör arasındaki etkileşime dayanan basit ve özel olarak sporcu, spor ve antrenör arasındaki etkileşimle şekillenen hem bilim, hem de sanat özelliği taşıyan bir meslek olarak tanımlanabilir (Konter, 1996).

Bu roller itibarı ile spor alanında da antrenörün liderlik becerileri, sporcu iletişimde, motivasyon arttırmada, öğretilmeye çalışılan kondüsyonel, koordinatif, teknik, taktik ve psikolojik becerilerde önemini açıkça ortaya koyar (Konter, 1996).

Bir grup içinde yer alan antrenörlerin etkili liderlik becerisi sergilemeleri sporcuların fiziksel, sosyal, duygusal ve zihinsel kapasitelerini sıhhatli bir şekilde gerçekleştirebilmelerinde önemli rol oynamaktadır. Nitekim antrenörlerinin grup üyelerini etkileme yeteneği, gerek antrenör-sporcu iletişimde ve gerekse istendik motivasyon düzeyine ulaşmada, öğretilmeye çalışılan kondüsyonel, koordinatif, teknik, taktik ve psikolojik becerilerde açıkça ortaya çıkmaktadır (Donuk, 2006).

İletişim, duygu, düşünce ve bilgilerin akla gelebilecek her türlü yolla başkalarına aktarılmasıdır. İletişimi bir süreç olarak ele alındığında tanımlama; simgeler aracılığı ile bilgi, fikir, tutum ve duygu iletişimin işi olacaktır. İletişimde gönderici ve alıcı taraflar bulunur. Taraflar birbirleri ile etkileşim halindedir (Göğer, 1995).

İletişim, yaşama başladığı andan itibaren, diğer insanlarla ve çevresiyle etkileşim halinde olan insanın kendisini tanımlamasında ve ifade etmesinde toplumsal yapının temel taşı olarak önemli rol oynar. İnsanoğlu, iletişim sayesinde diğerlerini ve çevresini etkilerken, varlığını sürdürebilmek için belli kurallar ve değerler üreterek örgütlenmiş toplumsal ve kültürel kurumlar oluşturmuştur. Bunun yanında, iletişim aracılığı ile geleneğini ve kültürel kimliklerini koruma aynı zaman da yeni düşünce ve değerleri de yaygınlaştırma şansı bulur (Lazar, 2001).

İletişim ve spor, toplumsal yaşamı belirleyen temel olgulardandır. İletişim olgusu, bireyselliği gereği toplumsallığı sağlayan bir insan etkinliğidir. Bireyin olduğu kadar, toplumun var oluşunun gerçekleşmesi yine iletişimle sağlanır. Spor ise, toplumsal yaşamın olmazsa olmaz bir ögesi olarak karşımıza çıkmaktadır. Toplumun gündelik yaşamında doğrudan yer alan spor etkinlikleri her yaş ve cinse seslenebilecek bir nitelik taşımaktadır. Çeşitli dallarda yapılan spor etkinlikleri, aynı zamanda da toplumsal etkileşime de katkı sağlamaktadır (Lazar, 2001).

İzleyen ve liderlerin başarılarının büyük ölçüde güçlü ve sağlam yapılandırılmış iletişim becerisine bağlı olduğu, başka bir ifade ile iletişimde ne kadar becerili olunursa o kadar başarılı olunabileceği vurgulanmaktadır (Yukelson ve ark., 1983). Bu nedenle başarılı bir antrenör ve etkin bir lider, olabilmek içinde antrenörün ilişki içinde olduğu ve karşılaştığı sayısız durumlar göz önüne alındığında iyi bir iletişim becerisine sahip olması gerektiği söylenebilir (Konter, 1996).

Antrenör ve sporcu iletişimi iki insan arasında gerçekleşen iki insan arasındaki iletişim türüne girmektedir. Bu bağlamda kişiler arası iletişim, hazır bulunduğu anlarda, partnerlerin her birinin davranışları üzerinde karşılıklı etkileşimi kapsamaktadır. Takım içerisinde lider konumunda olan kişi çoğunlukla takım atmosferinden sorumludur ve takımın başarısında önemli rol oynar. Bu kişi bir takım içerisinde genellikle antrenördür. Takım içerisindeki atmosferden sorumlu olan antrenörlerin, takımın başarısını sağlamak için mutlaka sporcuların birbirleri ile ve kendileriyle olan ilişkilerini çok iyi ayarlamalı ve bu konuda çok hassas davranmalıdır (Lazar, 2001).

Antrenörler sporcularına yaklaşımlarında, sporcu ile sağlıklı ve verimli bir işbirliği kurabilmeyi amaçlamalıdır. Zira antrenörlerin sergileyeceği tutum ve davranışlar, kuracak oldukları iletişim bağı, sporcunun istenilen performansı göstermesinde katkıda bulunan veya negatif yönde etki gösteren psikolojik faktörlerin ortadan kalkmasına sebep olan etkili bir yöntem şeklindedir (Lazar, 2001).

Antrenörler, sporcuları ile olan iletişimde iletmek istedikleri düşünceleri (duygu, fikirler ve niyetler) iletme uygun bir mesaja dönüştürülmeli ve bunu bir kanaldan gerçekleştirmelidir. Eğer sporcu mesajın içeriğini ya da niyetini anlar ise kendi içinde onu yorumlar ve buna göre tepki gösterir. Antrenör davranışları sporcuları olumlu ya da olumsuz yönde etkiler. Daha fazla hırs ve taktik veren, dolayısıyla iyi iletişim kuran antrenörlerin takımları daha başarılıdır (Harter, 1978).

Antrenör sporcu arasındaki etkili iletişim bağının kurulması, etkili iletişim becerilerinin kullanılması, hem bireysel performansı hem de takım performansını yükselten önemli bir etken olarak karşımıza çıkmaktadır. İletişim kavramı spor alanı içerisinde sporcu performansından elde edilecek değerler açısından incelenmesi gereken bir konudur. (Lazar, 2001).

Sonuç olarak, iletişim süreci insan davranışını değiştirmek, kişiler ve gruplar arası ilişkileri geliştirmek, örgütte bir haberleşme ağı kurmak ve koordinasyon sağlamak amacıyla kullanılır (Taymaz, 2000). İletişimde başarılı olan antrenörlerin işlerinde daha başarılı olabileceği yadsınamaz bir gerçektir. Çünkü tüm yönetim süreçlerinin temelinde yer alması nedeniyle insan davranışlarını etkileyen önemli bir elemandır (Kaya, 1999). Etkili bir iletişimi gerçekleştirmeden etkili bir yönetimi gerçekleştirmek de zordur.

Tükenmişlik iş yaşamında yoğun baskı sonucu gelişebilen fiziksel ve duygusal bir çöküntü halidir. Çeşitli araştırmacıların söylediği gibi tükenmişlik düzeyi arttıkça iş doyumunu düşer ve tükenmişlik yaşayan kişi, depresyon, anksiyete sonucunda ruhsal veya bedensel sağlığını yitirebilir. Tükenmişlik çoğunlukla insanlarla yüz yüze çalışanlar mesleklerde bireylerin karşılaştıkları insanlara

karşı duyarsızlaşmaları, duygusal yönden kendilerini tükenmiş hissetmeleri ve kişisel başarı yetersizlik duygularında azalma şeklinde kendini gösteren bir sendromdur. Antrenörlerinde bu olumsuzluklarla karşı karşıya kaldıkları iş hayatında hem kendilerinden kaynaklanan hem de sporcu ve yöneticilerden kaynaklanan sorunlarla uğraştıkları açıkça ortadadır. Bu baskı ve stres altında antrenörlerin ne denli zor bir görevi yerine getirmeye çalıştıkları aşikârdır (Güven, 1996).

Tükenmişlik sendromu fiziksel, duygusal ve zihinsel bulgu ve belirtiler içerir. Fiziksel tükenmişlik belirtileri; kronik yorgunluk, güçsüzlük, enerji kaybı, yıpranma, hastalıklara daha hassas olma, sık baş ağrıları, bulantı, kas krampları, bel ağrısı, uyku bozuklukları gibi değişik sorun ve yakınmaları içerir. Duygusal tükenmişlik bulguları depresif duygulanım, desteksiz, güvensiz hissetme, ümitsizlik, evde gerilim ve tartışma artışı, kızgınlık, sabırsızlık, huzursuzluk gibi negatif duygulanımlarda artış, nezaket, saygı ve arkadaşlık gibi pozitif duygulanımlarda azalma içermektedir. Zihinsel tükenmişlik bulguları doyumsuzluk, kendine, işine ve genel olarak yaşama karşı negatif tutumlar içerebilir. Sonuçta işi bırakma, savsaklama gibi davranışlar görülebilir (Ersoy ve ark., 2001).

Bu araştırmanın temel amacı antrenörlerin sporcuları ve çevreyle olan ilişki düzeyleri, iletişim becerileri, tükenmişlik ve yaşam tatminlerindeki farklılıkları ortaya koymaktır.

Yöntem

Araştırmada anket modeli kullanılmıştır. Antrenörlerin iletişim becerileri, tükenmişlik düzeyleri ve yaşam tatmin düzeyleri ölçeklerden toplanan veriler ile incelenmeye çalışılmıştır.

Bu çalışmanın evrenini Muğla Bölgesinde Türkiye Futbol Antrenörleri Derneğine üye olan ve iki yılda bir zorunlu gelişim seminerine katılan değişik kategorilerdeki (Teknik Direktör ve Pro Lisans hariç) erkek futbol antrenörleri oluşturmaktadır. Seminere katılan 120 antrenöre üç ölçeğin (“İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği, Korkut (1996)”; “Maslach Tükenmişlik Envanteri, Ergin(1992)”; “Yaşam Doyum Ölçeği, Yetim (1993)”) birlikte olduğu anket formları seminer başlamadan dağıtılmış, seminer sonunda toplanmıştır. 40 anket eksik ve hatalı doldurulduğundan değerlendirmeye alınmamıştır. Böylelikle çalışmanın örneklemini 80 antrenör olmuştur.

Antrenörlerin iletişim düzeylerini belirlemek için; Korkut (1996) tarafından geliştirilen ve geçerlilik (.86) ve güvenilirlik (.78) testleri yapılmış ve “İletişim Becerileri Değerlendirme Formu” kullanılmıştır. Ölçek 25 sorudan oluşan 5’li likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin derecelendirilmiş seçenekleri “her zaman (5), sıklıkla (4), bazen (3), nadiren (2), hiçbir zaman (1)” şeklindedir. Bu ölçekte her hangi bir alt boyut bulunmamakta ve birey kendi iletişim becerisini değerlendirmektedir

(Göğer, 1995). İletişim ölçeğinde sorular; antrenörlerin ilişki içerisinde bulunduğu gruplara karşı nasıl bir tavır sergilediği ve aldığı geri bildirimlerdir. Aynı zamanda karşı tarafın sorunlarına karşı nasıl bir tutum sergilediğine yöneliktir.

Yaşam tatmin düzeylerinin belirlenmesi için Diener ve ark.(1985) tarafından geliştirilen, Köker (1991) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan “Yaşam Doyum Ölçeği” uygulanmıştır. Yaşam doyumunu ölçmek için geliştirilen bu ölçek “hiç katılmıyorum” dan”, “tamamen katılıyorum” a kadar değişen 5 maddelik bir ölçektir. Ölçekten alınan puan yükseldikçe yaşam doyumunun yükseldiğine işaret eder. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması, Köker (1991) ve Yetim (1993) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin güvenilirlik değeri Yetim tarafından çalışmasında Cronbach alfa değeri (0.86) olarak bildirilmiştir. (Köker, 1991).

Tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesi içinse, Maslach ve Jakson (1981) tarafından geliştirilip; Ergin(1992) tarafından Türkçe uyarlaması yapılmış “Maslach Tükenmişlik Envanteri” uygulanmıştır. Maslach’ın adıyla literatüre geçen Tükenmişlik Envanteri yedi dereceli Likert tipi bir ölçek olup bu ölçme aracı toplam 22 madde ve üç alt ölçekten oluşmaktadır. Bu alt ölçeklerden duygusal tükenme alt ölçeği 9 maddeden, duyarsızlaşma alt ölçeği 5 maddeden ve kişisel başarısızlık alt ölçeği de toplam 8 maddeden oluşmaktadır.

Ergin (1992) tarafından Türkçe’ye çevrilen envantere bazı değişikliklere gidilerek özgün formunda yedi dereceli olan cevap seçeneklerinin “0 hiçbir zaman”, “4 her zaman” olarak ölçeğin beş dereceli olarak düzenlenmesine karar verilmiş ve eğitici formunda da bu beş dereceli olan hali kullanılmaktadır. iç tutarlık katsayısı duygusal tükenme (DT), duyarsızlaşma (DY) ve kişisel başarı (KB) alt ölçekleri için sırasıyla (.83), (.65) ve (.72) bulunmuştur.

Tükenmişlik envanteri ile antrenöre işinden, çevresinden ve bulunduğu durumdan ne derece hoşnut olduğuna yönelik birbirine ters orantılı sorular yöneltilmiştir.

Çalışmanın istatistiksel analizinde, antrenörlerin demografik özelliklerinin aritmetik ortalamaları (X) ile standart sapmaları (ss) alınmış, veriler parametrik ve normal bir dağılım gösterdiği için Pearson Korelasyon analizi uygulanarak antrenörlerin iletişim becerileri, tükenmişlik düzeyleri ve yaşam tatminleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Anlamlılık düzeyi ise istatistiksel olarak $p < .05$ düzeyinde kabul edilmiştir.

Bulgular

Tablo 1. Antrenörlerin demografik özellikleri

Demografik özellikler		F	%
Medeni Durum	Bekar	12	15,0
	Evli	68	85,0
Yaş	40 yaş üzeri	47	59
	40 yaş altı	33	41
Eğitim Durumu	İlköğretim	44	55,0
	Lise	34	42,5
	Üniversite	2	2,5
Toplam		80	100

Tablo 2. Antrenörlerin iletişim becerileri, yaşam tatminleri ve tükenmişlik ilişkileri*

	İletişim Becerileri	Yaşam Tatmini	Duygusal Tükenmişlik	Duyarsızlaşma	Kişisel Başansızlık	Yaş
Yaşam tatmini	-,295**					
Duygusal Tükenmişlik	-,293**	-,102				
Duyarsızlaşma	-,0114	0,079	,463**			
Kişisel Başansızlık	0,115	-,053	0,039	-,053		
Yaş	0,019	,280**	0,048	0,065	0,133	
Eğitim Durumu	0,157	-,275**	-,0193	-,037	-,0119	-,525**

*Pearson korelasyon analizi, ** $p < ,05$

Sonuçlar

Bu çalışmada, Türkiye Futbol Federasyonuna bağlı, Muğla Bölgesi Amatör Futbol Antrenörleri Derneğinde kayıtlı bulunan futbol antrenörlerinin iletişim, tükenmişlik ve yaşam tatmin düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmamızın bulgularına göre çalışmamıza katılan 120 futbol antrenörü içersinden değerlendirmeye aldığımız 80 futbol antrenörünün verdiği bilgilerden elde ettiğimiz değerler kapsamında, antrenörlerin iletişim becerileri ile duygusal tükenmişlik düzeyleri arasında negatif korelasyon ($r = -.293$), yaşam tamin düzeyleri ile yaş değişkeni arasında pozitif korelasyon ($r = .280$),

eğitim durumları arasında negative korelasyon ($r=-.275$), iletişim düzeyleri ile yaşam tatmin düzeyleri arasında negative korelasyon saptanmıştır ($r=-.295$).

Elde ettiğimiz sonuçlar neticesinde; iletişim beceri düzeyleri yüksek olan antrenörlerin duygusal tükenmişlik düzeyleri daha düşük olduğunu söyleyebiliriz.

Sonuçlardan bir diğeri ise, yaş değişkenine bağlı olarak yaşam tatmin düzeyinde ortaya çıkan pozitif gelişimdir. Antrenörlerde yaş ilerledikçe yaşadıkları hayattan aldıkları haz, mutluluk, tatminkarlık düzeylerinin de arttığını görmekteyiz.

Aşan ve Erenler'in 2008'de yaptıkları çalışmada, iş ve yaşam tatmini arasında bir ilişki olduğu ortaya konmakla birlikte "cinsiyet" değişkeni açısından bir farklılığa rastlanmamıştır.

Gündoğar ve arkadaşlarının 2007'de üniversite öğrencilerine yönelik yaptıkları çalışmada ise ülkemizdeki eğitim sistemindeki bir üniversite programına yerleşebilmiş olmak önemli bir engeli aşmak gibi görünse de, gencin ilgi alanlarına tam olarak uymayan bir eğitime devam ediyor olması, yaşam doyumunu olumsuz yönde etkilemekte olduğu sonucu çıkmıştır.

Sporcularıyla karşılaştığı olumsuz durumlarda duygu ve düşüncelerini ifade eden antrenörler duygusal yönden kendileri üzerinde oluşan negatif baskıyı dağıtarak, bu durumdan pozitif kazanımlar elde ederek sorunları ve sıkıntıları daha kolay, anlaşılabilir bir tutum içerisinde çözümlenebileceklerini düşünebiliriz.

Biber ve arkadaşlarının 2010'da yaptıkları çalışmada Türkiye liglerinde görev yapan futbol antrenörlerinin antrenörlük süresi, medeni durum ile tükenmişliğin üç alt boyutu arasındaki farkın anlamlı olduğu bulunurken, öğrenim durumları ile tükenmişlik düzeyleri arasında sadece duyarsızlaşma boyutundaki farkın anlamlı olduğu bulunmuştur. Antrenörlerin meslekte karşılaştıkları sorunlar ve çatışmalarla baş edebilmeleri için seminer programlarında sık sık tükenmişlik ve stres konularına ve bunları önleme yollarına yer verilmesi gerektiği vurgulanmıştır.

Yiğit ve arkadaşlarının 2011'de yaptıkları çalışmada ise emniyet personelinin iş doyumları ile yaşam doyumları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Tutuk ve arkadaşlarının 2002'de yaptıkları çalışmada öğrencilerin algıladıkları iletişim becerisi ve empatik eğilim puan ortalamalarının orta düzeyde olduğu belirlenmiş, eğitim yılı arttıkça her iki ölçek puan ortalamalarının arttığı saptanmıştır. Elde edilen bulgular hemşirelik eğitiminin geliştirilmesi yönünden tartışılmıştır.

Ünal ve arkadaşlarının 2001'de hekimlerin tükenmişlik ve iş doyum düzeylerinin yaşam doyumu üzerine yapmış oldukları çalışmada, bireyin iş doyumunu arttıracak ve tükenmeyi azaltacak spor, düzenli egzersiz gibi etkinliklere katılması, yaşam doyumuna ve mutluluğuna katkıda bulunacağını söylemişlerdir.

Antrenörlerimize yönelik olarak geçmişte yapılan çalışmalarda, ulaştığımız sonucu destekleyici kaynaklar bulunamamıştır. Bu alanda farklı branşta antrenörlere daha fazla çalışma yapılması öngörülebilir.

Ulaştığımız çalışma içerisinde ilgi çeken önemli bir sonucumuz da antrenörlerimizin eğitim seviyelerinin artmasına bağlı olarak yaşam tatmin düzeylerinin düştüğü yönündedir. Kendilerini donanımlı, yaptığı işe yönelik eğitimini tamamladığını düşünen antrenörlerin buldukları yerle yetinmemesi veya beğenmemesi çalışma öncesinde de düşünülebilir bir sonuçtur. Eğitim düzeyi yükseldikçe her bireyin hayata bakışı, hedeflerinin farklılık göstereceğini düşünerekten bu yönde bir sonucun olağan olduğunu düşünebiliriz.

Çalışma sonucunda elde edilen verilerin değerlendirilmesi sonucunda antrenörlerin iletişim düzeyleri arttıkça, yaşam tatmin düzeyleri düştüğü saptanmıştır. Yapılan literatür taramaları sonucunda, ulaştığımız sonucu destekleyen yeterli düzeyde kaynağa ulaşılamamıştır. Bu alana yönelik olarak daha farklı çalışmalar yapılarak bu bulgu desteklenebilir.

Muğla bölgesi antrenörlerini baz alarak yapılan bu çalışma farklı illerde ve farklı bölgelerde daha fazla örneklem grubuyla yapılarak tükenmişlik, yaşam tatmin ve iletişim düzeylerinin farklı parametreler ile ilişkilendirilerek incelenmesi araştırmacılara önerilebilir.

Kaynaklar

- Aşan Ö., Erenler E., (2008). İş tatmini ve yaşam tatmini ilişkisi, *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, C.13, S.2 s.203-216, Isparta.
- Biber E., Ersoy A., Acet M., Küçük V., (2010). Türk futbol antrenörlerinin tükenmişlik düzeylerinin değerlendirilmesi, *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 12 (2): 134-143, Konya.
- Charman, R., Drotter, S. ve Noel, J.(2001) " *The leadership pipeline*". San Francisco: Jossey-Bass Publishing Company, USA.
- Diener, R. A., Emmons R. J. L. ve Griffin S., (1985). *Satisfaction with Life Scale Rating Form*, <http://www.tbims.org/combi/swls/swlsrat.html>: 1985.
- Dolasır S., (2006). *Antrenörlük Etiği ve İlkeleri*. Gazi Kitapevi, Ankara.
- Donuk B., (2006). Türkiye profesyonel futbol ligleri antrenörlerinin liderlik tarzlarının incelenmesi ve bir model yaklaşım. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Ergin C., (1992). Doktor ve hemşirelerde tükenmişlik ve maslach tükenmişlik envanterinin uygulanması. *7.Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları El Kitabı*, (143-154) Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara.

- Ersoy, F., Yıldırım C, Edirne T. (2001). Tükenmişlik (staffburnout) sendromu. *Sürekli Tıp Eğitim Dergisi*; 10 (2) 11-17.
- Göger İ., (1995). *İletişim ve İletişim Teknikleri: Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı İş Teftiş Kurulu Başkanlığı Yayınları*, Ankara
- Güven Ö., (1996). 12-16 yaş grubu sporcuların müsabaka motivasyonu ve antrenör davranışları konusunda karşılaştıkları bazı sorunlar. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*; 1 (1):29-40, Ankara.
- Gündoğar D., Gül S.S., Uskun E., Demirci S., Keçeci D., (2007). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordayan etkenlerin incelenmesi, *Klinik Psikiyatri*;10:14-27.
- Harter S., (1978). *Effectance Motivation Reconsidered*. Human Development. 1978; 21 (1):34-64., USA.
- Kaya Y.K., (1999). *Eğitim Yönetimi; Kuram ve Türkiye'deki Uygulama*. 7.Baskı. Bilgi Yayıncılık; Ankara.
- Korkut F., (1996). İletişim becerilerini değerlendirme ölçeğinin geliştirilmesi: Güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(7): 18-23.
- Köker S., (1991). Normal ve sorunlu ergenlerde yaşam doyumunu düzeyinin araştırılması. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Konter E. (1996). *Bir Liderlik Olarak Antrenör*. Alfa Basım Yayın Dağıtım, İstanbul.
- Lazar J., (2001). *"İletişim Bilimi"*. Çev: Anık C. 1. Baskı. Vadi Yayınları. Ankara.
- Maslach C., ve Leiter M. P., (1997). *The Truth About Burnout*, San Fransisco: Josseyass Inc, USA.
- Taymaz H., (2000). *Okul Yönetimi*. 5.Baskı. Pegem A Yayıncılık, Ankara.
- Tutuk A., Al D., Doğan S., (2002). Hemşirelik öğrencilerinin iletişim becerisi ve empati düzeylerinin belirlenmesi. *C. Ü. Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*, 2002, 6 (2), Sivas.
- Ünal S., Karlıdag R., Yologlu S., (2001). Hekimlerde tükenmişlik ve iş doyumunu düzeylerinin yaşam doyumunu düzeyler ile ilişkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 4:113-118, Malatya.
- Yetim U., (1993) Life satisfaction: A study based on the organization of personal projects. *Soc Indic Res*, 29 :277-289.
- Yiğit R., Dilmaç B., Deniz M. E., (2011). İş ve yaşam doyumunu: Konya Emniyet Müdürlüğü alan araştırması, *Polis Bilimleri Dergisi*, Cilt:13, (3).
- Yukelson D., Weinberg R., Richardson P., Jackson A., (1983). Interpersonal attraction and leadership within collegiate sport teams. *Journal of Sport Behavior*; 6 (1): 28-36.

[Extended English abstract](#)

When it comes to sports, the focus of attention of many people is the football because it always comes to mind at first. As well as increasing interest of people for football from day to day, the reason that all the people are interested in football are because of the fact that this game has intriguing features and new and conscious football players who know how to play this game began to take place in this branch of sports.

Football is an easy sport to play and enjoyable branch that it became the most favorite game of youth due to psychological, social, physical and educational values. The coach is defined as the person who uses the necessary information for the success of the athlete under the light of science as a technician, then combines this information with sports skills and strategies and applies all these to people with different humors and it was noted that a coach has to be an organizer and an effective manager and a motivator and also an educator who gives the athlete, their independence and adequacy. (Charman et al., 2001).

Effective leadership skills of coaches who are members of a group have great importance on physical, social, emotional and intellectual capacities of athletes and their performances of using these skills. Indeed, coaches' ability to influence the members of groups has a great importance on communication between coach-athlete and also in reaching the desired level of motivation and conditional, coordinative, technical, tactical and psychological skills which are tried to be taught. (Donuk, 2006).

Communication is the transfer of emotions, feelings, thoughts, opinions and all kinds of information to the others by using every kind of ways and methods. When the communication was dealt as a process, information, opinion, attitude and emotion via icons will also be included in communication. There are sending and receiving parties in communication. Parties are in an interaction with each other. (Göğer, 1995).

It is emphasized that the achievements and successes of leaders are largely due to their strong and robust structured communication skills, in other words, they will have the success level which will be determined according to their skills. (Yukelson et al., 1983). For this reason, a successful coach and an effective leader have to have good communication skills when numerous situations are taken into consideration. (Konter, 1996).

Communication between coach and athlete is a type and branch of communication between two different persons. The person who carries the position of leadership is usually responsible for the team atmosphere and often plays an important role in the team's success. Coaches who are responsible for the team atmosphere should adjust the relationship between athletes and relationship between themselves and athletes very well to provide success and should act very sensitive in this issue. (Lazar, 2001).

The process of communication is used to change the human behavior, improve the relationship between individuals and groups, establish a communication network in the organization and provide coordination (Taymaz, 2000). It is an undeniable fact that coaches with good communication skills have the opportunity of being more successful in their jobs. Because, this is an important and crucial element that affects the human behavior because of the reason that it takes place on the basis of all management processes (Kaya, 1999). It is difficult to create an effective management without creating an effective communication.

Burnout is a state of physical and emotional breakdown which may emerge as a result of intense pressure in occupational life. As said by several researchers, increasing burnout level decreases the job satisfaction, and person with burnout may be subject to depression and mental and physical health problems as a result of anxiety. Burnout is a syndrome resulting the fact that people usually lose their sensitivity to other people especially in occupations required to meet with lots of people as a necessity of their occupation, they feel themselves emotionally exhausted and show inability in their personal accomplishments. It is so clear that they are involved and face with many problems occurred because of themselves, athletes and executives in their occupational life. This pressure and stress prove that coaches try to fulfill a very difficult task under such hard conditions and situations. (Güven, 1996).

Burnout syndrome includes physical, emotional and mental signs and symptoms. Physical symptoms of burnout include various problems and complaints such as chronic fatigue, weakness, loss of energy, exhaustion, being more sensitive to diseases, frequent headaches, nausea, muscle cramps, back pain and sleep disorders. It leads to an increase in negative effects such as depression, feeling insecure and without support, despair, anger, impatience, restlessness and increase in tender and discussions at home which are also known as emotional burnout findings and a reduction in positive effects such as courtesy, respect and friendship. The findings of mental burnout may include dissatisfaction and negative attitudes for self, job and life in general. As a result, behaviors such as quitting or neglecting job may be observed. (Ersoy et al., 2001).

The main purpose of this research is to reveal differences between the coaches' relationship levels with their athletes and environment, communication skills, burnout and life satisfaction. Survey model was used for the research. Communication skills, burnout levels and life satisfaction levels of coaches were tried to be analyzed with the data collected from the scales.

Male football coaches in various categories (except Master Technical Directors and Coaches and Pro Licenced) who participated in mandatory development seminar that is held in every two years and members of the Turkish Football Coaches Association in the Muğla region constitutes the population of this study. The survey forms including both three scales ("Communication Skills Rating Scale, Korkut (1996)"; "Maslach Burnout Inventory, Ergin (1992)";

Life Satisfaction Scale, Yetim (1993)") were distributed to 120 coaches who had participated in the seminar and these forms were collected from them at the end of the seminar. 40 survey forms were missing and invalid that they had not been evaluated. Thus, the study sample was consisting of 80 coaches.

Arithmetic means of demographical characteristics of coaches (X) were calculated and standard deviation value (ss) were found in accordance with the data and relationship between communication skills, burnout levels and life satisfaction levels of coaches by using Pearson Correlation Analysis because of the reason that the obtained data showed parametric and normal distribution. The significance level was adopted in the level of $p < .05$ statistically.

According to the findings of our research, negative correlation ($r = -.293$) was found between communication skills and emotional burnout levels of coaches; positive correlation ($r = .280$) was found between life satisfaction levels and variable of age of coaches; negative correlation was found ($r = -.275$) between their life satisfaction levels and education levels and negative correlation was found between ($r = -.295$) their communication levels and life satisfaction levels. As a result of obtained results, we can say that coaches with high communication skills can be said to have lower levels of emotional burnout.

Another significant result of the study is that when coaches' education levels increase, their life satisfaction levels decrease. It is a considerable result that coaches who think that they are equipped and completed their occupational education do not satisfy with their current position and want to go further. We can think that this thought is usual because the perspective of each individual on life may differ when he/she gets higher education.

As a result, it was determined that when communication levels of coaches increase, their life satisfaction levels decrease. As a result of literature search, we could not find enough amounts of sources to support our result. This finding may be supported by conducting different studies in this field.