ÖZET KİTAPÇIĞI

II. Uluslararası Spor Psikolojisi Sempozyumu

11-12 EKİM 2001

Düzenleyen: **E.Ü.Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu**



Sayın Mehmet YORULMAZLAR,

II. Uluslararası Spor Psikolojisi Sempozyumu'na göstermiş olduğunuz ilgiye teşekkür ederiz. Sempozyum'a göndermiş olduğunuz "Futbolda Antrenörün Takımı Yönlendirme Teknikleri" isimli çalışmanız 3 kişiden oluşan "Sempozyum Bilim Jürisi" tarafından incelenmiş ve poster olarak sunulmasına karar verilmiştir. Bildirinizin tamamını disket veya e-posta ile bugüne kadar göndermediyseniz, 20 Eylül 2001 tarihine kadar göndermenizi rica ederim.

Sunum yer ve tarihiniz daha sonra size bildirilecektir veya http://besyo.ege.edu.tr adresimizden 15 Eylül 2001'den itibaren öğrenmeniz mümkün olacaktır.

Çalışmalarınızda başarılar diler, saygılar sunarım.

Yard.Doç.Dr. Süleyman MORALI
Sempozyum Başkan yardımcısı

II. ULUSLARARASI
SPOR PSIKOLOJISI SEMPOZYUMU

Sayın Mehmet YORULMAZLAR

11-12 Ekim 2001 tarihlerinde İzmir'de düzenlenen

II. Uluslararası Spor Psikolojisi Sempozyumu'na

katılımınızdan dolayı teşekkür ederiz.

Prof. Dr. Berrin DURMAZ
Sempozyum Baskanı

Yrd. Doç. Dr. Süleyman MORALI
Sempozyum Baskan Yardımcısı

Doç. Dr. Birol DOĞAN
Sempozyum Sekreteri

FUTBOLDA ANTRENÖRÜN TAKIMI YÖNLENDİRME TEKNİKLERİ

M.Yorulmazlar * H.C.İkizler*

*Marmara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

AMAÇ: Bu çalışmada, büyük bir mücadele ve rekabetin hüküm sürdüğü futbol arenasında başarının temel belirleyicilerinden teknik direktör ya da antrenörün takımı yönlendirmede kullandığı teknikler ve bu tekniklere etki eden faktörleri ortaya koymak amaçlanmıştır.

YÖNTEM: Tanımlayıcı araştırma modelinin kullanıldığı bu çalışmada konuyla ilgili literatür taranmış ve buralardan elde edilen bilgiler amaca uygun olarak yeniden derlenmiştir. Antrenörün kişiliği, çalışma yöntemi, sporcuların bireysel özellikleri, ortamın uygunluğu ve takımdan beklentiler gibi faktörlerin yönlendirme sürecine etkisi incelenmiştir.

BULGULAR ve SONUÇ: Sporcularını doğru bir şekilde yönlendirmeyi düşünen antrenörün bilimsel yöntemlere bağlı kalarak "Sorun çözmede yetenek arttırılması prensibi"nin ilkelerini tanıması ve duygusallıktan uzak bir iletişim kurmasının gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Antrenör, alanında yeterli bilgiye sahip olduğunu, hizmetlisinden yöneticisine kadar takım içindeki herkese karşı dürüst ve ayrıcalıktan uzak bir tutum sergilediğini ve yeniliklere açık olduğunu oyuncularına hissettirebilmelidir. Maç sırasında karşılaştıkları zorlukların üstesinden gelebilmeleri için futbolcuların "karar verme gücü" nü üst düzeye çıkarmanın yollarını ararken antrenör, her sporcu ve her olay için farklılık gösterebilen kendine özgü bir yöntem ve davranış biçimiyle ortaya yaklaşmalıdır.

TECHNİQUES OF TEAM ORİENTATİON OF SOCCER TRAİNERS

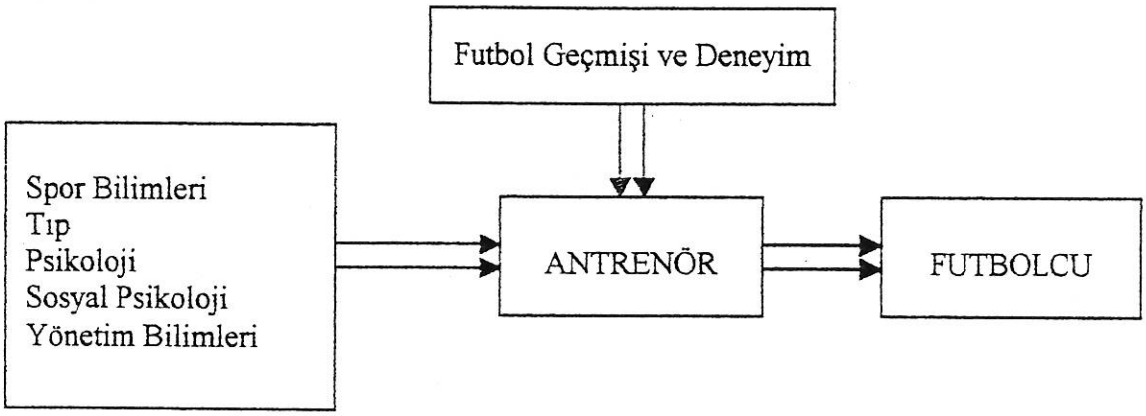
AIM: For success of soccer teams, the techniques for team orientation emloyed by the trainer play a crucial role. We evaluated these techniques and related factors.

METHODS: We used a descriptive model in this study and rewieved related research. We evaluated the impact of several factors on the process of orientation. Personality of the trainer, methods of training, individual characteristics of the athletes, adequacy of the environment and expecations of the team.

RESULT and CONCLUSION: It is established that for a good team orientation the trainer has to follow scientific guidelines, as "Enhancement of problemsolving capacity" and institute a non-emotinal communication. The trainer must emphasize honesty and equality, should be aware of new achievment in the field and present competent knowledge. The trainer must overcome hindvences in the match situations by enhancing the ability of his players for "decision making capacity". Also the trainer has to treat all situations and players by individually designed methods and behavior patterns.

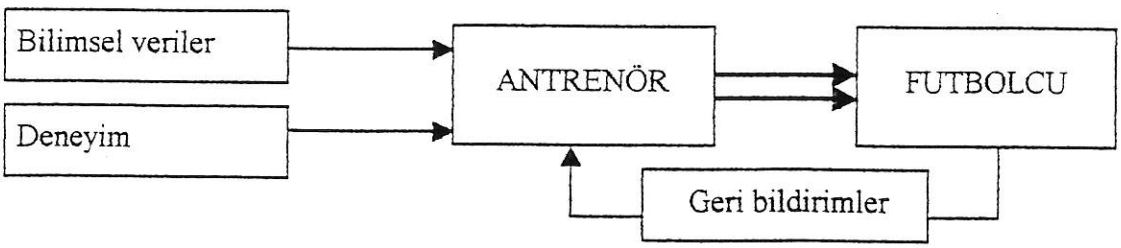
Bir futbolcunun başarılı bir maç çıkarabilmek için sadece kendi beceri ve yeteneklerine güvenerek sahaya çıkması, yetersiz ve eksik bir önkoşuldur. Teknik direktör ya / ya da antrenörden gelen yönlendirmeler olmaksızın elde edilen başarılı bir sonuç, tamamen dış faktörlere bağlı bir gelişmedir; tesadüflerin rol oynadığı bir süreçtir. Futbolda ve diğer sporlarda sporcuları yönlendiren, yöneten, motive eden ve bir anlamda onları çekip çeviren teknik direktör ya da antrenörün görev alanı, yabancı dildeki "coaching" kavramıyla tanımlanmıştır.

Bir antrenörün görevi yalnızca çalıştırmak ya da sporun nasıl yapıldığını göstermekle sınırlı değildir; o, sporla ilgili her türlü bilimsel disiplinin araştırmalarına kendi deneyimlerini de katmak yoluyla elde ettiği sonuçları, her durumun ve futbolcunun kendine özgü koşullarını da dikkate alarak sporcuya aktarması ve uygulaması gereken kişidir. Şekil 1'de antrenörün bilgi kaynakları ve konumu görülmektedir.



ŞEKİL 1. Antrenörün Bilgi Kaynakları ve Konumu

Futbolcularının maçtaki hareketlerini kendi önlem ve yönlendirmelerine bir cevap olarak alan antrenör, onlardan gelen geri bildirimleri ve kendi gözlemlerini de kullanarak yöntem ve uygulamalarında birtakım değişikliklere gidebilir. Buna göre yeniden şekillenen antrenör – futbolcu işbirliği şekil 2'de gösterilmiştir.



Şekil 2. Antrenör – Futbolcu İşbirliği

Antrenör sporcu işbirliğinin başarılı olması için antrenörlerin sahip olması gereken özellik ve nitelikler sıralanırken antrenörün kişiliği, yeterliği ve çalışma yönteminin çok önemli oldukları sıkça vurgulanmıştır (Başer 1998, Rauen 1999). Antrenörün yaşının da önemli olduğunu ileri sürenler ise, özellikle hem futbolla hem de insan ilişkileriyle ilgili yeterli bir deneyimin de kazanılması açısından, 40 yaşın üstünün uygun ve gerçekçi bir yaş olduğu görüşünde birleşmişlerdir (Schreyögg 1995).

Antrenörün kişiliği ve kişisel yeterlikleri: Eğitici, öğretici ve yol gösterici konumundaki antrenörün kişiliği ve kişisel yeterlikleri, futbolcunun ve takımın başarılı olmasında temel koşuldur. Aşağıda sıralanan yeterlik ve özelliklere sahip bir antrenörün sporcuların gözünde saygınlığı ve buna paralel olarak da hedeflediği başarıya ulaşma ihtimali artar.

-Antrenör, futbolla ilgili derin bir bilgi, deneyim ve kültüre sahip olmalıdır. Fakat bu yeterli olmaz, çünkü antrenörün sürekli kendini geliştirmesi, yeniliklere açık olması ve sporcunun da antrenörünün meslekî bilgisinden emin olması gerekir.

-Kendi güçlü ve zayıf yönlerine ilişkin gerçekçi tahliller yapabilmelidir.

-Kulüp yönetimiyle ilişkilerini sağlıklı tutup kendi yönetim deneyimlerinin doğruluğu ve geçerliliği konusunda diğer yönetici ve futbolcuları ikna edebilmelidir.

-Antrenörler, sadece açık ve anlaşılır mesajlar vermekte değil, sporculardan gelecek geri bildirimi anlayacak şekilde dikkatli dinleme konusunda da beceri sahibi olmalıdırlar (Martens 1998).

-İnsan psikolojisi ve grup dinamikleri hakkındaki bilgi ve deneyiminin yeterli olduğuna futbolcuları da ikna olmalıdır.

-Ayrım yapmadan tüm futbolcularına aynı derecede yakınlık ve ilgi göstermeli, kendini önyargılardan arındırmış olarak tarafsızlığını herkese hissettirmelidir.

-Kendisine ve sporcularına karşı dürüst olmalı ve inanılır bir imaj çizmeli, söyledikleri davranışları bir bütünlük arz etmelidir.

-Sporcusunun davranışlarını ve performansını değerlendirirken sadece onu anlamaya çalışmakla yetinmeyip aynı zamanda empatik bir yaklaşım da sergileyebilmelidir. Sporcunun hissetiklerini de değerlendirmeye almalı, ancak onun gibi hissebildiği zaman sporcusunu daha iyi anlayabileceğinin bilincinde olmalıdır (Karagözoğlu, İkizler 2000).

-Gereğinde risk almaktan kaçınmamalı, her türlü sonucun sorumluluğunu üstlenme ve yenilgilerin gerçek sebepleriyle yüzleşme cesaretini gösterebilmelidir. Hayal kırıklıklarına karşı dirençli olmalıdır.

-Yanlışlarını sorgulamalı, fakat doğru bildiğinden hemen vazgeçerek bir zayıflık tablosu çizme gibi bir başka yanlışın da içine girmemelidir.

-Otoritesinden kuşku duyulmasına fırsat vermemelidir.

-Antrenör, futbolcularına örnek olması gerektiğinin bilincinde olmalıdır.

-Sporcularının kusurlarını ve zayıf yönlerini, onlarla alay etmeden düzeltme yoluna gitmelidir.

Sporda Yönlendirme Teknikleri : İnsanı yönlendirebilmek için güdüleme değil, etkileşim olmalıdır. Etkileşim kişiyi tesirimiz altında bırakmaktadır. Güdüleme ise, kişiyi çeşitli şekillerde bilgilendirecek doğruyu göstermek demektir. Güdülemede birey kendi inisiyatifini kullanamaz, kendisini fikir veren diğer bireyin yönlendirmesine tâbi kılar. Oysa insanın herhangi bir konuda karar alabilmesi için kendi kendine o kararın doğru ve yerinde olduğunu kavraması gerekir. Bireyi yönlendiren kişi aradan çıktığı zaman, birey kendi kendisini yönlendirmede aciz kalır.

Görüldüğü gibi insanları yönlendirmede güdüleme yanlış bir yoldur. Ancak psiko-sosyal olgunluğa ulaşmış kimse için güdüleme zaman zaman faydalı olabilirse de, yine de birey olaylar karşısında kendi hür iradesiyle kararlar almak ister. Kendi düşüncelerine uymayan önerileri benimsemekte güçlük çeker.

Herhangi bir olay karşısında yaşanan sevinç ya da üzüntü herkes tarafından aynı ölçüde paylaşılmaz. İnsanların kalıtımsal özelliklerinin farklı olması, tepkilerimizin farklılaşması sonucunu doğurmaktadır. Bunun yanında, herkesin sosyal yaşantısının kendine özgü olması ile eğitim faktörü de tepkileri şekillendirir. Bu faktörler, insanları yönlendirmenin zorluğunu ortaya koymaktadır (Çakmaklı 1998).

Yukarıda sıralanan faktörler, insanı yönlendirirken bazı prensiplere uygun davranılması gerekliliğini ortaya koymaktadır. Her şeyden önce inceleme, tanı koyma, eylem planını hazırlama ve uygulama ile değerlendirme aşamalarından oluşan "bilimsel yöntemleri uygulama prensibi" hayata geçirilmelidir. Söz konusu prensibin aşamalarından bir aksama, değerlendirme bölümünde aksaklıkların meydana çıkmasına sebebiyet verir.

İkinci olarak da, "sorun çözmede yetenek arttırılması prensibi"ne uygun davranmak gerekir. Yönlendirmek istediğimiz kişiyi karşımıza alıp öğütler vermemiz çok yanlıştır, çünkü insanlar bundan pek hoşlanmazlar. Bu sebeple yönlendirme teknikleri denilen bilimsel kolaylıklar getirilmiştir. Futbolcusunu yönlendiren bir antrenörün göz önünde bulundurması gereken bu tekniklerden bazıları aşağıda sıralanmıştır:

-Sorunun çözümünü sorun sahibinin bulması gerekliliğine inanılmalıdır.

-Sorun sahibinin sorunu ne derece anlayıp anlamadığı incelenmelidir.

-Sorun sahibinin sorunu kavraması çok önemlidir. Örneğin, futbol müsabakası içinde yaptığı hatanın kendisinden kaynaklandığını bilmesi çok önemlidir.

-Bireyin kendisine güven duyması gerekir.

-İnsanlar tüm yönleriyle ve bir bütün olarak ele alınmalıdır.

-Sorun sahibi, çevrenin bir ürünü olarak değerlendirilmelidir.

-Meslek bilinci ile hareket edilmelidir.

-Eylemin bir esneklikle yapılması gerekir.

-Önyargısız olunmalıdır.

-Sorun kadar, sorun sahibinin üzerinde de odaklanılmalıdır.

-Sorun sahibinin girişkenliğine dayanılmalı ve güvenilmelidir.

-Kişi grup veya toplum nerede ise, oradan işe başlanması ve anlamlı bir hız ile hareket edilmesi gerekir.

-Sorun sahibinin niteliklerine ve gelişme düzeyine dikkat edilmelidir.

-Sorunların sorun sahibi tarafından belirlenmesine fırsat verilmelidir.

-Genellemelerden dolayı yanılgıya düşmemeye dikkat edilmelidir..

-Aksayan yönlerden çok, güçlü yönlerin üzerinde durulmalıdır.

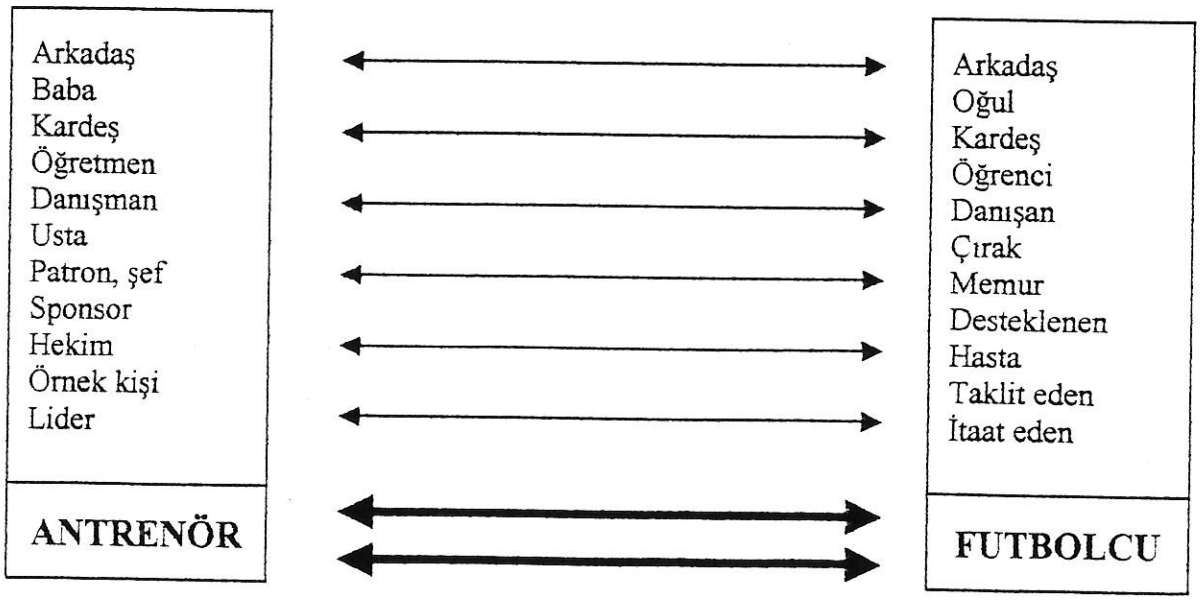
-Sorun sahibi yargılanmamalıdır.

-Kaynaklar bilinmelidir.

-Gizliliğe dikkat edilmelidir.

-Çevresel koşullar ve toplumsal güç dengeleri akılda tutulmalıdır.

Sporcuların yönlendirilmesinde bir diğer önemli nokta da, kendilerini psikolojik bir güvenlik içinde hissetmeleridir. Dış dünyadan gelecek saldırılara karşı silahlarımız vardır; ama, iç dünyadan gelen saldırılara karşı çoğu zaman savunmasız yakalanırız. Antrenör ve futbolcu arasındaki iletişim, psikolojik güvenliğin sağlanmasında en önemli araçtır.



ŞEKİL 3. Antrenör ve Futbolcu Arasındaki İletişimde Paylaşılan Roller

Bir futbolcunun kondisyon, teknik, taktik zekaya sahip olması ve oyun içinde hızlı bir şekilde karar vererek bunları anlık olarak uygulaması gerekmektedir. Bir futbolcu nasıl karar verirse versin, birtakım psikolojik faktörler bu kararda birlikte rol oynamaktadır. Futbol kendi özel yapısı itibariyle futbolcudan bazı psikolojik özellikler bekler (Başer 1994):

-İkili mücadeleleri kazanmak için hırs ve cesaret,

-Oyun düzenine sahip olmak ve bunu sürdürmek için yeterli zeka ve kültür.

-Gerekli şaşırtmaları yapabilecek motor beceri ve futbol zekası.

-Bu nitelikleri kazanmak ve geliştirmek için sabır, fedakarlık yapabilme özelliği ve mesleğini -ciddiye alma.

-Gerekli anlarda doğru ve isabetli kararlar verebilmek için iyi bir muhakeme yeteneği.

Bir antrenör, futbolcularını çalıştırırken ya da takımı kurarken bir yandan kondisyon, teknik ve taktik özelliklerini göz önünde bulundurmalı, öte yandan da performansa etki eden ve yukarıda anılan psikolojik faktörleri dikkate almalıdır. Yine de çoğu zamanlarda futbol antrenörlerinin meslek yaşantılarında karşılaştıkları en önemli yönlendirme problemlerinden birisi de, antrenörün sporcusunu anlamadaki zorluğudur. Çünkü bazı futbolcular normal yaşantılarındaki davranışları ile futbol yaşantılarındaki davranışları arasında uçurumlar vardır. Bu farkı çözebilmek ve sporcuyu anlayabilmek oldukça zor olabilmektedir (Başer 1994).

İki takımın futbolcularının teknik, taktik ve kondisyon açısından birbirlerine eşit olmaları durumunda yukarıda da sözü edilen psikolojik faktörler, galibiyeti ve başarıyı getiren koşullar olarak ön plana çıkmaktadır. Güney (1990), bu psikolojik faktörlerin yanında moral kondisyonun da oldukça önemli bir unsur olduğunu belirtmektedir. Moral kondisyon, futbolcunun karşılaştığı zorluklara karşı dayanabilmesi yolunda "karar verme gücü" 'nün üst düzeye çıkmasıdır. Futbolda moral kondisyonla ilgili sorunlar, her antrenörün kendine özgü davranış biçimleriyle çözülebilmektedir. Antrenörün, üstesinden gelemeyeceği sorunların olduğunu fark etmesi durumunda yapacağı en doğru iş, bir danışman ya da mentör gibi sorun gidericinin yardımına başvurmaktır (Biçer 2000).

Başarılı bir antrenörlüğün temel koşullarından birisi de, gerçek liderlik otoritesidir. Oyuncularını her yönden denetleyebilme, onlardan saygı görme ve müsabaka içinde ya da dışında futbolcuların birbirleriyle uyum içinde olmaları, antrenör otoritesinin göstergesidir. Bu otoriteyi kurmaya çalışırken antrenörler, futbolcularıyla kendi aralarında sevgi bağları oluşturmamayı da ihmal etmemelidirler (Özmen 1990). Futbolcuları birer robot ya da köle olarak gören bir yaklaşım, günümüzde iyi bir antrenörlük felsefesine sahip antrenörler tarafından da reddedilmektedir (Konter 1996).

SONUÇ ve DEĞERLENDİRME

Antrenör, sporla ilgili her türlü bilimsel disiplinin araştırmalarına kendi deneyimlerini de katmak yoluyla elde ettiği sonuçları, her durumun ve futbolcunun kendine özgü koşullarını da dikkate alarak sporcuya aktarması ve uygulaması gereken kişidir. Antrenör ve sporcu işbirliğinin başarılı olması için antrenörlerin sahip olması gereken özellik ve nitelikler sıralanırken antrenörün kişiliği, yeterliği ve çalışma yönteminin çok önemli oldukları gözükmektedir.

Sporcularını doğru bir şekilde yönlendirmeyi düşünen antrenörün bilimsel yöntemlere bağlı kalarak "Sorun çözmede yetenek artırılması prensibi"nin ilkelerini tanıması ve duygusallıktan uzak bir iletişim kurmasının gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Antrenör, alanında yeterli bilgiye sahip olduğunu, hizmetlisinden yöneticisine kadar takım içindeki herkese karşı dürüst ve ayrıcalıktan uzak bir tutum sergilediğini ve yeniliklere açık olduğunu oyuncularına hissettirebilmelidir. Maç sırasında karşılaştıkları zorlukların üstesinden gelebilmeleri için futbolcuların "karar verme gücü"nü üst düzeye çıkarmanın yollarını ararken antrenör, -her sporcu ve her olay için farklılık gösterebilen- kendine özgü bir yöntem ve davranış biçimiyle olaya yaklaşmalıdır.

Başarılı bir yönetim, mesleki ehliyet yanında öncelikle insani ilişkileri kapsar. Antrenörle futbolcuların yararlı ortaklık kurabilmeleri, karşılıklı bir güven ortamının yaratılmasına bağlıdır. Burada doğruluk, eşitlik, işbirliğine yatkınlık ve özellikle de futbolcunun antrenöre olan kişisel bağlılığı ve güveni önemlidir.

KAYNAKLAR

Başer E (1994). Futbolda Psikoloji ve Başarı. İstanbul, Yayınevi Yayıncılık.

Başer E (1998). Uygulamalı Spor Psikolojisi. Ankara, Bağırgan Yayımevi.

Biçer T (2000). Kazanmak Beyinde Başlar. İstanbul, Beyaz Yayınları.

Çakmaklı K (1998). Sporda Yönlendirme Teknikleri. M.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana bilim Dalı - Doktora Ders Notları.

Güney T (1990). Futbolun Perde Arkası. İstanbul.

İkizler HC, Karagözoğlu C (1997). Sporda Başarının Psikolojisi (3. Baskı). İstanbul, Alfa Basım Yayım.

Konter E (1996). Bir Lider Olarak Antrenör. İstanbul, Alfa Basım Yayım.

Martens R (1998). Başarılı Antrenörlük (çev.: T Büyükonat). İstanbul, Beyaz Yayınları.

Özmen Ö (1990). Futbol A Lisans El Kitabı. İstanbul, T.F.F. Yayınları, No:2.

Rauen C (1999). Coaching. Göttingen, Verlag für angewandte Psychologie.

Schreyögg A (1995). Coaching: Eine Einführung für Praxis und Ausbildung. Frankfurt a. M., Campus Verlag.