

Takım Sporlarında İletişim Sürecini Etkileyen Faktörlerin Değerlendirilmesi

Burcu Fidel¹

Özet

İletişim, bireyler arasında bilgi, duygu ve düşüncelerin paylaşılmasını sağlayan süreçler bütünü olarak ifade edilebilir. Bu süreç, karşılıklı etkileşim ve geri bildirim mekanizmaları aracılığıyla hem bireysel hem de grup düzeyinde etkili olmaktadır. Spor bağlamında iletişim, sporcuların teknik, taktik ve psikolojik süreçleri yönetebilmesi için temel bir araç olarak değerlendirilmektedir. Antrenman ve müsabaka ortamlarında doğru ve açık iletişim, sporcuların motivasyonunu, performansını ve psikolojik dayanıklılığını doğrudan etkilemektedir. Takım sporlarında iletişim, takımın bütününe kapsayan bir dinamik olarak ele alınmaktadır.

Takım içi koordinasyon, rol paylaşımı ve stratejik uyum, etkili iletişim süreçleriyle desteklenmektedir. Sporcular ve liderler arasındaki etkileşim kalitesi, takımın kolektif performansı ve uyumu açısından belirleyici bir rol oynamaktadır. Takım sporlarında iletişimi etkileyen başlıca faktörler arasında liderlik tarzları, bireysel psikolojik özellikler, empati ve duygusal zekâ düzeyi, kültürel ve sosyal farklılıklar, çatışma yönetimi, geri bildirim süreçleri ve dijital iletişim araçlarının kullanımı yer almaktadır. Bu faktörlerin bilinçli şekilde yönetilmesi, iletişimin kalitesini artırmakta ve takım uyumunu desteklemektedir. Mevcut çalışma kapsamında sonuç olarak, takım sporlarında iletişimin çok boyutlu bir süreç olduğu, bireysel ve kolektif başarıyı doğrudan etkilediği ve performans, motivasyon ile psikolojik dayanıklılığı destekleyen temel bir unsur olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

İletişimin Tanımı ve Temel Süreçleri

İletişim, bireyler arasında bilgi, düşünce, duygu ve niyetlerin paylaşılması süreci olarak tanımlanmaktadır (Adler ve Elmhurst, 1996). Spor bağlamında iletişim, takım üyeleri arasında etkili iş birliği ve koordinasyon sağlamak,

1 MEB, Şahbağlı Ortaokulu, 0009-0005-2241-8584brcfdl01@gmail.com

performansı optimize etmek ve grup uyumunu güçlendirmek açısından kritik bir rol üstlenmektedir (Weinberg ve Gould, 2019). Dumangöz (2021)'e göre, genel olarak iletişim süreci, diğer kişilerle paylaşacak bilgi, duygu ve düşüncesi olan kaynağın, simgeler bütünü olarak ifade edilebilen iletiyi düzenleyerek, iletilmek istenenlerin hedefi olan alıcıya, iletinin gönderilmesini sağlayan bir kanal aracılığıyla ulaştırılmasını ifade etmektedir. Gönderici, iletmek istediği bilgiyi uygun biçimde kodlayarak mesaj haline getirir; mesaj, seçilen kanal aracılığıyla alıcıya ulaşır; alıcı ise mesajı çözümleyerek anlamlandırır ve geri bildirim verir (Berlo, 1960).

Şahin (2012)'e göre, iletişim sürecinin tamamlanması için ise doğru ileti kanalı ile mesajın hedefe ulaştırılması ve hedeften dönüt alınması da gerekmektedir. Spor takımlarında sözlü iletişim, talimat verme, motivasyon sağlama ve geri bildirim sağlama amacıyla yoğun biçimde kullanılmaktadır. Sözsüz iletişim ise beden dili, yüz ifadeleri, jest ve mimikler aracılığıyla takım üyelerinin duygusal durumlarını ve niyetlerini aktarmasını sağlamaktadır (Hall, 2011). Etkili iletişim, takım performansının ve iş birliğinin temel belirleyicilerinden biridir. Sporcular arasında açık, net ve güvene dayalı iletişim, hataların azalmasına, stratejik kararların doğru uygulanmasına ve grup uyumunun güçlenmesine katkı sağlamaktadır (Carron ve Brawley, 2000).

Sporda İletişimin Takım Performansına Etkileri

Takım sporlarında iletişim, bireysel yeteneklerin koordinasyonu ve kolektif stratejilerin etkin biçimde uygulanması açısından merkezi bir rol üstlenmektedir. Etkili iletişim, sporcuların birbirleriyle uyumlu hareket etmelerini sağlamakta, hata olasılığını azaltmakta ve takım performansının sürekliliğini desteklemektedir (Carron ve diğerleri, 1998). Sözlü iletişim, antrenörün taktiksel talimatlarını iletme, geri bildirim sağlama ve motivasyonu sürdürme işlevini görmektedir. Sözsüz iletişim ise beden dili, mimikler ve jestler aracılığıyla sporcuların duygusal durumlarını ve niyetlerini ifade etmelerine olanak tanımakta, takım içi uyumu güçlendirmektedir (Hall, 2011). Takım üyeleri arasında güvene dayalı bir iletişim ortamı, yüksek baskı ve stres koşullarında dahi performansın istikrarını korumaya katkı sağlamaktadır (Eys, 2014). İletişim kalitesi, liderlik biçimi, takım kültürü ve grup normları gibi faktörlerden doğrudan etkilenmektedir. Destekleyici ve açık bir iletişim ortamı, sporcuların öz-yeterlik algısını ve motivasyon düzeylerini artırmakta, performans dalgalanmalarını azaltmakta ve uzun vadeli sportif başarıya katkı sunmaktadır (Weinberg ve Gould, 2019). Bu nedenle, takım sporlarında iletişim stratejilerinin bilinçli ve planlı şekilde yönetilmesi, hem bireysel hem de takım performansının geliştirilmesinde kritik bir unsur olarak değerlendirilmektedir.

Takım İçi İletişim Dinamikleri

Takım sporlarında iletişim, grup içi koordinasyon, rol dağılımı ve ortak hedeflere ulaşma sürecini destekleyen çok boyutlu bir yapı olarak değerlendirilmektedir (Carron ve diğerleri, 2005). Takım üyeleri arasındaki etkili iletişim, hem performans hem de psikososyal uyum açısından kritik bir belirleyici olarak öne çıkmaktadır. İletişim biçimleri, sözlü ve sözsüz olmak üzere iki ana kategoride incelenmektedir. Sözlü iletişim, talimat iletme, geri bildirim sağlama ve motivasyonu artırma işlevlerini yerine getirirken, sözsüz iletişim beden dili, jest ve mimikler aracılığıyla duygusal durumların paylaşılmasını sağlamaktadır (Hall, 2011). Takım içinde açık ve güvene dayalı iletişim ortamı, sporcuların birbirlerini daha iyi anlamalarına, hatalardan öğrenmelerine ve stratejilerin etkin biçimde uygulanmasına olanak tanımaktadır. Takım içi iletişim dinamikleri, rol dağılımı ve grup normları tarafından şekillendirilmektedir. Sporcuların takım içindeki görevleri, liderlerin belirlediği roller ve grup beklentileri, iletişimin niteliğini doğrudan etkilemektedir (Eys ve Carron, 2001). Ayrıca, grup içi uyum ve bağlanma düzeyi yüksek olan takımlarda, bilgi ve duygu paylaşımı daha etkili olmakta, çatışmalar daha kolay çözülmekte ve performans sürekliliği desteklenmektedir.

İletişim Tarzının Sporcu Performansı Üzerindeki Etkileri

Takım sporlarında iletişim tarzları, sporcuların motivasyonunu, performansını ve takım uyumunu doğrudan etkilemektedir. Liderler ve antrenörler tarafından benimsenen iletişim biçimi, takım içi etkileşimin kalitesini belirlemekte ve sporcuların psikolojik durumlarını şekillendirmektedir (Chelladurai ve Saleh, 1980). Direktif iletişim tarzı, hızlı karar alınması gereken durumlarda etkilidir ancak aşırı kullanımı sporcuların bağımsız düşünme yetilerini sınırlandırabilir. Destekleyici ve demokratik iletişim tarzları, sporcuların kendilerini ifade etmelerini teşvik etmekte ve takım içi uyum ile iş birliğini artırmaktadır (Jowett ve Cockerill, 2003). Etkili iletişim tarzları, sporcuların öz- yeterlik algısını güçlendirmekte, stres ve baskı altında performansın sürekliliğine katkı sağlamaktadır (Weinberg ve Gould, 2019). Bu bağlamda, antrenörlerin ve takım liderlerinin iletişim tarzlarını durum ve sporcu ihtiyaçlarına göre esnek biçimde yönetmeleri, takım performansının sürdürülebilirliği açısından kritik bir rol oynamaktadır.

Sanal ve Dijital İletişim Araçlarının Takım İletişimindeki Rolü

Günümüzde takım sporlarında iletişim, yalnızca yüz yüze etkileşimle sınırlı kalmamaktadır. Antrenman ve maç süreçlerinde kullanılan dijital platformlar, sporcular ve teknik ekip arasındaki koordinasyonu artırmakta ve bilgi akışını hızlandırmaktadır (García- Sánchez ve diğerleri, 2020). Video analiz, çevrim

içi tartışma grupları ve mobil uygulamalar, stratejik planlamanın paylaşılmasını, geri bildirim sağlanmasını ve takım içi etkileşimin sürekliliğini desteklemektedir. Dijital iletişim araçları, özellikle yoğun antrenman dönemlerinde veya uzaktan çalışma gerektiren koşullarda takım uyumunu sürdürmek açısından kritik öneme sahiptir. Bu araçların etkin kullanımı, sporcuların görev ve sorumluluklarını daha iyi anlamalarını sağlamakta ve hatalı uygulamaların önüne geçmektedir (Lusher ve Robins, 2013). Ancak aşırıya kaçan dijital iletişim, yüz yüze etkileşimdeki duygu aktarımını sınırlayabilir ve yanlış anlamalara yol açabilmektedir. Bu nedenle, dijital ve doğrudan iletişim yöntemlerinin dengeli biçimde kullanılması gerekmektedir.

Liderlik ve İletişim İlişkisi

Takım sporlarında liderlik, sporcuların motivasyonunu artıran ve takım uyumunu sağlayan bir süreç olarak değerlendirilmektedir (Jowett ve Cockerill, 2003). Liderler, antrenörler ve takım kaptanları aracılığıyla mesaj iletmek, stratejik talimatları paylaşmak ve geri bildirim sağlamak suretiyle takım performansını yönlendirmektedir. Antrenörlerin iletişim tarzları, takım içi etkileşimin niteliğini doğrudan etkilemektedir. Açık, net ve destekleyici iletişim, sporcuların güven duygusunu artırmakta, rol belirsizliklerini azaltmakta ve psikolojik dayanıklılığı güçlendirmektedir (Chelladurai ve Saleh, 1980). Liderlerin sporcularla kurduğu bireysel ilişkilerin kalitesi, takım bağlarını güçlendirmekte ve iletişim süreçlerinin etkinliğini artırmaktadır (Jowett ve Ntoumanis, 2004). Takım kaptanları, liderlik rolü kapsamında takım içi koordinasyonu sağlamak, motivasyonu desteklemek ve grup normlarını pekiştirmek için iletişim becerilerini kullanmaktadır. Etkin iletişim, çatışmaların çözülmesini kolaylaştırmakta ve yüksek baskı altında performansın sürdürülmesine katkı sağlamaktadır (Weinberg ve Gould, 2019). Liderlik ve iletişim arasındaki ilişki, takım performansı ve uyumun temel belirleyicilerinden biridir. Etkili liderlik, stratejik yönlendirme sağlarken takımın psikolojik iklimini iyileştirmekte ve iletişim süreçlerini güçlendirmektedir.

Takım İçi Çatışma ve İletişim Arasındaki İlişki

Takım sporlarında iletişim eksiklikleri veya hatalı iletişim, grup içi çatışmaların ortaya çıkmasına zemin hazırlamaktadır. Çatışma, sporcular arasında görev, rol, strateji veya kişisel farklılıklardan kaynaklanan anlaşmazlıkları ifade etmekte ve iletişim süreçlerini doğrudan etkilemektedir (Deutsch, 1973). Takım içi çatışmalar, özellikle iletişimin şeffaf olmadığı durumlarda performans üzerinde olumsuz etkiler yaratmaktadır. Sporcular, yanlış anlamalar veya yetersiz geri bildirimler nedeniyle kaygı ve stres yaşayabilmekte ve takım hedeflerine odaklanmakta güçlük çekebilmektedir (Carron ve diğerleri, 2005). Bununla

birlikte, etkili çatışma yönetimi ve açık iletişim stratejileri, sporcuların fikirlerini ifade etmesini kolaylaştırmakta ve çözüm odaklı davranışların gelişmesine katkı sağlamaktadır (Jehn ve Mannix, 2001). Liderlerin ve antrenörlerin çatışma anlarındaki iletişim tarzları, takımın psikolojik iklimini şekillendirmektedir. Açık, net ve yapıcı iletişim, anlaşmazlıkların büyümesini engellemekte ve takım içi uyumu desteklemektedir. Aynı zamanda, sporcuların duygusal farkındalık ve empati düzeyleri, çatışmaların etkilerini azaltan önemli bireysel faktörler olarak öne çıkmaktadır (Gould ve Maynard, 2009).

Bireysel Psikolojik Özelliklerin İletişime Etkisi

Takım sporlarında bireysel psikolojik özellikler, sporcuların iletişim süreçlerine doğrudan etki etmektedir. Kişilik yapısı, öz-yeterlik algısı, duygusal düzenleme kapasitesi ve psikolojik dayanıklılık, sporcuların mesaj iletme ve alma biçimlerini şekillendiren temel faktörler arasında yer almaktadır (McCrae ve Costa, 2008).

Kişilik özellikleri, bireylerin takım içi etkileşimlerdeki tutumlarını belirlemektedir. Araştırmacılara göre, dışadönük ve uyumlu kişilik yapısına sahip sporcular, grup içi iletişime daha aktif katılım göstermekte, geri bildirim almaya ve vermeye daha açık olmaktadır (Jowett ve Cockerill, 2003). Öz-yeterlik algısı yüksek sporcular, belirsizlik ve baskı altında bile net ve etkili iletişim kurabilmekte, takım arkadaşlarını yönlendirme ve motive etme becerilerini daha etkin kullanabilmektedir (Bandura, 1997). Duygusal düzenleme becerileri, sporcuların stres ve kaygı durumlarında iletişimin kalitesini korumasını sağlamaktadır.

Duyguların farkında olma ve uygun biçimde ifade edebilme yetisi, takım içi çatışmaların önlenmesine ve iş birliğinin artırılmasına katkı sunmaktadır (Gross, 2002). Ayrıca, psikolojik dayanıklılık düzeyi yüksek sporcular, olumsuz durumlar ve performans baskısı altında iletişim süreçlerini sürdürebilmekte ve takım hedeflerine odaklanabilmektedir (Fletcher ve Sarkar, 2012).

Kültürel ve Sosyal Faktörlerin Takım İletişimine Etkisi

Takım sporlarında bireylerin kültürel ve sosyal geçmişleri, iletişim süreçlerinin niteliğini belirleyen önemli faktörler arasında yer almaktadır. Farklı değer sistemleri, normlar ve iletişim stilleri, sporcuların takım içi etkileşimlerini doğrudan etkilemekte ve grup uyumuna katkı sağlamaktadır (Ryba ve diğerleri, 2016).

Sporcuların yaş, cinsiyet, etnik köken ve sosyal çevre farklılıkları, iletişim tarzlarının çeşitlenmesine neden olmaktadır. Kültürel olarak farklı sporcular, geri bildirim alma ve verme biçimleri, çatışma çözme yöntemleri ve liderlik

beklentileri bakımından değişiklik göstermektedir (Schinke ve diğerleri, 2013). Bu farklılıkların farkında olmak, antrenörlerin ve liderlerin iletişim stratejilerini uyarlamalarını ve takım bütünlüğünü güçlendirmelerini sağlamaktadır.

Sosyal etkileşimler ve grup normları da takım içi iletişimin kalitesini belirlemektedir. Takımın sosyal yapısı, sporcular arasında güven ve iş birliği düzeyini etkileyerek, etkili iletişim ve koordinasyonu desteklemektedir (Cruickshank ve Collins, 2012). Takım üyeleri arasındaki güçlü sosyal bağlar, zorlu antrenman ve müsabaka dönemlerinde iletişimin sürdürülmesine ve performansın istikrarlı biçimde devam etmesine katkı sağlamaktadır.

İletişimde Empati ve Duygusal Zekâ

Takım sporlarında empati ve duygusal zekâ, etkili iletişimin temel belirleyicilerindendir. Empati, sporcuların ve liderlerin, takım arkadaşlarının duygularını anlaması ve uygun biçimde yanıt vermesi yeteneğini ifade etmektedir. Bu yetenek, geri bildirim süreçlerinin kalitesini artırmakta ve çatışmaların yapıcı biçimde çözülmesine olanak sağlamaktadır (Meyer ve Allen, 1997). Duygusal zekâ, bireylerin kendi duygularını ve başkalarının duygularını tanıma, anlama ve yönetme becerilerini kapsamaktadır. Yüksek duygusal zekaya sahip sporcular, stres ve baskı altında dahi etkili iletişim kurabilmekte ve takımın psikolojik iklimine olumlu katkı sunmaktadır (Mikolajczak ve diğerleri, 2009). Ayrıca, duygusal farkındalık ve empati düzeyi yüksek sporcular, takım arkadaşlarının motivasyonunu artırmakta, güven ortamını güçlendirmekte ve takım bütünlüğünü desteklemektedir. Empati ve duygusal zekâ, liderlerin iletişim stratejilerini uyarlamalarını da kolaylaştırmaktadır. Antrenörler, sporcuların duygusal tepkilerini dikkate alarak talimat ve geri bildirimlerini optimize edebilmekte ve takım performansını maksimize edebilmektedir (Lane ve diğerleri, 2012). Bu bağlamda, takım sporlarında empati ve duygusal zekanın geliştirilmesi, iletişim etkinliğini artıran ve kolektif başarıyı destekleyen kritik bir unsurdur.

Takım Sporlarında İletişim Problemleri

Takım sporlarında iletişim problemleri, hem bireysel performansı hem de kolektif başarıyı olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Etkin olmayan iletişim, yanlış anlamalar, çatışmalar ve takım içi uyumsuzluk gibi sorunlara yol açmakta, sporcuların motivasyon ve öz- yeterlik algılarını zayıflatmaktadır (Weinberg ve Gould, 2019). İletişim problemleri, genellikle liderlik eksiklikleri, rol belirsizlikleri ve grup normlarının net olmamasından kaynaklanmaktadır (Chelladurai ve Saleh, 1980). Antrenörlerin talimatlarının yetersiz veya karmaşık iletilmesi, sporcuların stratejileri doğru uygulamasını engellemekte ve performans dalgalanmalarına sebep olmaktadır.

Takım içi ilişkilerde güvensizlik, sporcuların geri bildirim vermekten veya almaktan kaçınmasına yol açmakta ve takım uyumunu zayıflatmaktadır (Carron ve diğerleri, 2005). Bireysel psikolojik özellikler de iletişim problemlerini etkileyen önemli bir faktördür. Duygusal düzenleme eksikliği, düşük psikolojik dayanıklılık ve yetersiz öz-yeterlik algısı, sporcuların stresli durumlarda iletişim kurmasını zorlaştırmaktadır (Gross, 2002; Fletcher ve Sarkar, 2012). Bu durum, takım içi koordinasyonun bozulmasına ve stratejik hataların artmasına neden olmaktadır.

Performans Baskısı Altında İletişim

Takım sporlarında kritik maçlar veya yüksek baskılı antrenman dönemlerinde iletişim süreçleri önemli ölçüde etkilenmektedir. Yüksek performans beklentileri, sporcuların stres ve kaygı düzeylerini artırmakta ve iletişim kalitesini bozabilmektedir (Hanton ve Fletcher, 2005). Baskı altında yanlış anlamalar, görev karmaşası ve geri bildirim eksiklikleri artmakta, takım içi uyum ve koordinasyon zayıflamaktadır. Bu durum, özellikle yeni veya deneyimsiz sporcular için belirginleşmekte ve performans dalgalanmalarına yol açmaktadır. Antrenörlerin ve takım liderlerinin bu dönemde uyguladıkları net ve destekleyici iletişim stratejileri, stresin olumsuz etkilerini azaltmakta ve sporcuların görevlerine odaklanmalarını sağlamaktadır (Gould ve Maynard, 2009). Ayrıca, sporcuların duygusal farkındalık ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri, baskı altında iletişim süreçlerini sürdürebilmelerinde belirleyici bir rol oynamaktadır.

Performans baskısı altındaki etkili iletişim, hata yönetimi ve stratejik uyumu artırmanın yanı sıra sporcuların motivasyon ve özgüvenlerini koruyarak takımın kolektif başarısını desteklemektedir. Bu bağlamda, iletişim becerilerinin geliştirilmesi ve baskı altında uygulama stratejilerinin benimsenmesi, takım sporlarında başarı için kritik bir faktör olarak değerlendirilmektedir.

Geri Bildirim ve Takım Gelişimi

Takım sporlarında geri bildirim, sporcuların performanslarını değerlendirme, hatalarını düzeltme ve stratejileri geliştirme sürecinde kritik bir araç olarak kabul edilmektedir. Etkili geri bildirim, hem bireysel hem de kolektif performansı artırmakta ve takımın sürekli gelişimini desteklemektedir (Carless ve Boud, 2018). Geri bildirim süreci, sporcuların motivasyonunu güçlendirmekte ve özgüvenlerini artırmaktadır. Yapıcı ve zamanında verilen geri bildirim, sporcuların kendilerini değerlendirme yeteneklerini geliştirmekte ve takım içi uyumu desteklemektedir (Smith ve Smoll, 2002).

Takım gelişimi açısından geri bildirim, sosyal öğrenme ve iş birliği süreçlerini de etkilemektedir. Sporcular, birbirlerinin performansını gözlemleyerek ve karşılıklı geri bildirim vererek, takım içi dayanışmayı artırmakta ve ortak hedeflere ulaşmada daha etkili olmaktadır. Liderlerin geri bildirim stratejilerini bilinçli biçimde uygulamaları, takımın uzun vadeli gelişimini destekleyen temel bir faktör olarak değerlendirilmektedir (Jowett ve Cockerill, 2003).

SONUÇ

Mevcut bölüm kapsamında, takım sporlarında iletişim süreçlerini etkileyen psikolojik, sosyal ve kültürel faktörleri kapsamlı bir biçimde incelemiştir. Yapılan alanyazın incelenmeleri neticesinde etkili iletişimin takım uyumu, motivasyon, performans ve psikolojik dayanıklılık üzerinde belirleyici bir rol oynadığı görülmüştür. Antrenörlerin iletişim tarzları, liderlik yaklaşımları, empati ve duygusal zekâ düzeyi, sporcuların birbirleriyle etkileşim kalitesini şekillendirmekte ve takım içi koordinasyonu desteklemektedir. Çatışma yönetimi, geri bildirim süreçleri, kültürel farklılıkların anlaşılması ve dijital iletişim araçlarının doğru kullanımı, takım performansını sürdürülebilir biçimde destekleyen kritik unsurlar olarak öne plana çıkmaktadır. Sporcuların bireysel psikolojik özellikleri, duygusal farkındalıkları ve stres yönetimi becerileri, baskı altındaki iletişimin etkinliğini belirlemekte ve takım uyumunun korunmasına katkı sağlamaktadır. Tüm bunlardan hareketle, antrenörler ve takım liderlerinin iletişim stratejilerini esnek ve sporcuların ihtiyaçlarına uygun biçimde yönetmeleri, hem bireysel hem de kolektif başarıyı arttırdığı ifade edilebilir.

Kaynakça

- Adler, R. B. ve Elmhorst, J. M. (1996). *Communicating at work: Principles and practices for business and the professions*. New York: McGraw-Hill.
- Berlo, D. K. (1960). *The process of communication: An introduction to theory and practice*. New York, NY: Holt, Rinehart & Winston.
- Eys, M. (2014). *Group dynamics in exercise and sport psychology* (pp. 1-384). M. R. Beauchamp, & M. A. Eys (Eds.). New York, NY: Routledge.
- Carless, D., ve Boud, D. (2018). The development of student feedback literacy: Enabling uptake of feedback. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 43(8), 1315–1325.
- Carron, A. V., Brawley, L. R. ve Widmeyer, W. N. (1998). The measurement of cohesiveness in sportgroups
- Carron, A. V., Brawley, L. R., ve Widmeyer, W. N. (2005). The conceptualization of cohesion in sport groups. In J. M. Williams (Ed.), *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance* (5th ed., pp. 258–270). New York, NY: McGraw-Hill.
- Carron, A. V., ve Brawley, L. R. (2000). Cohesion: Conceptual and measurement issues. *Small Group Research*, 31(1), 89–106.
- Chelladurai, P., ve Saleh, S. D. (1980). Dimensions of leader behavior in sports: Development of a leadership scale. *Journal of Sport Psychology*, 2(1), 34–45.
- Cruikshank, A., ve Collins, D. (2012). Culture change in elite sport performance teams: Examining and advancing effectiveness in the new era. *Journal of Applied Sport Psychology*, 24(3), 338–355.
- Deutsch, M. (1973). *The resolution of conflict: Constructive and destructive processes*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Dumangöz, P. D. (2021). Spor bilimleri alanında yapılan iletişim araştırmalarına ilişkin bir değerlendirme. *İletişim Çalışmaları Dergisi*, 7(3), 425-452.
- Eys, M. A., ve Carron, A. V. (2001). Role ambiguity, task cohesion, and task self-efficacy. *Small Group Research*, 32(3), 356–373.
- Fletcher, D., ve Sarkar, M. (2012). A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(5), 669–678.
- García-Sánchez, J. N., Santos, F., ve Gómez, F. (2020). Digital communication in team sports: Effects on coordination and performance. *Journal of Sports Sciences*, 38(12), 1372–1381.
- Gould, D., ve Maynard, I. (2009). Psychological preparation for the Olympic Games. *Journal of Sports Sciences*, 27(13), 1393–1408.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281–291.
- Hall, J. A. (2011). *Nonverbal communication* (2nd ed.). Berlin: De Gruyter Mouton.

- Hanton, S., ve Fletcher, D. (2005). Organizational stress in competitive sport: More than we bargained for? *International Journal of Sport Psychology*, 36(4), 273–283.
- Jehn, K. A., ve Mannix, E. A. (2001). The dynamic nature of conflict: A longitudinal study of intragroup conflict and group performance. *Academy of Management Journal*, 44(2), 238–251.
- Jowett, S., ve Cockerill, I. M. (2003). Olympic medallists' perspective of the athlete–coach relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 4(4), 313–331.
- Jowett, S., ve Ntoumanis, N. (2004). The coach–athlete relationship questionnaire (CART-Q): Development and initial validation. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 14(4), 245–257.
- Lane, A. M., Beedie, C. J., Jones, M. V., Uphill, M., ve Devonport, T. J. (2012). The BASES expert statement on emotion regulation in sport. *Journal of Sports Sciences*, 30(11), 1189–1195.
- Lusher, D., ve Robins, G. (2013). The social networks of sport teams: Understanding interaction and cohesion. *International Review for the Sociology of Sport*, 48(2), 215–231.
- Meyer, J. P., ve Allen, N. J. (1997). *Commitment in the workplace: Theory, research, and application*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Mikolajczak, M., Luminet, O., Leroy, C., ve Roy, E. (2009). Psychometric properties of the Emotional Intelligence Scale. *Personality and Individual Differences*, 47(3), 277–282.
- Ryba, T. V., Stambulova, N. B., Si, G., ve Schinke, R. J. (2016). ISSP position stand: Culturally competent research and practice in sport and exercise psychology. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14(1), 3–16.
- Schinke, R. J., McGannon, K. R., Battocchio, R. C., ve Wells, G. D. (2013). Acculturation in elite sport: A thematic analysis of immigrant athletes and coaches. *Journal of Sports Sciences*, 31(15), 1676–1686.
- Smith, R. E., ve Smoll, F. L. (2002). *Way to go, coach: A parent and coach guide to youth sport*. Boston, MA: WCB/McGraw-Hill.
- Şahin, N. (2012). Elit düzeyde takım sporu ve bireysel spor yapan iki grubun iletişim becerilerinin karşılaştırılması. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10(1), 13–16.
- Weinberg, R. S., ve Gould, D. (2019). *Foundations of sport and exercise psychology* (7th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.