

**НАЦИОНАЛНА СПОРТНА АКАДЕМИЯ „ВАСИЛ ЛЕВСКИ“**

---

**КАТЕДРА „ФУТБОЛ И ТЕНИС“**



**Ганчо Проданов Проданов**

**ИЗСЛЕДВАНЕ ВЪРХУ ОЧАКВАНИЯТА ЗА ТРЕНЬОРСКА  
ЕФЕКТИВНОСТ И СПЕЦИФИЧНИ ИЗТОЧНИЦИ НА УВЕРЕНОСТ  
ПРИ ТРЕНЬОРИ ПО ФУТБОЛ**

**А В Т О Р Е Ф Е Р А Т**

**на дисертационния труд за присъждане на образователната и научна  
степен „Доктор“ в професионално направление 7.6 „Спорт“, докторска  
програма „Теория и методология на спортната наука“**

**Научен ръководител:  
Проф. Татяна Янчева, ДН**

**София, 2020 г.**

Дисертационният труд е обсъден на вътрешна защита на 27.02.2020 г. и предложен за официална защита от Катедра „Футбол и тенис“ към Национална спортна академия „Васил Левски“. Трудът съдържа 159 стандартни страници, онагледен е с 38 таблици и 38 фигури. Използваната литература включва 165 източници, от които 49 на кирилица и 116 на латиница.

Защитата на дисертационния труд ще се състои на 07.05.2020г. от 14:00 часа в зала А-3, НСА „Васил Левски“, Студентски град.

*Забележка: Номерацията на таблиците и фигурите в автореферата съответства на тяхната номерация в дисертационния труд.*

## УВОД

Във футбола наред с технико–тактическата и физическа подготовка, основен фактор за успеха на даден отбор е психическата устойчивост и увереността в изпълнението на специфичните действия на играта. Много пъти футболните мачове се печелят не от по-технически и тактически построен отбор, а от този, който е по-мотивиран и вярва по-силно в успеха.

За да се случи всичко това, основна роля играят тренинговете. В повечето случаи тяхната работа е пренебрегната и в сянка за сметка на действията на футболистите. Но не трябва да се забравя, че голяма част от действията на футболистите са продиктувани от указания и инструкции на техните тренингове.

С избора си на поведение тренинговете могат да окрилят своите състезатели, но също така и да понижат тяхното желание за игра. Спортната среда има специфични изисквания и към тренинговете.

Футболната игра се откроява със своите атрактивни действия на терена, но същевременно те провокират множество емоции, които създават непрестанен натиск върху уменията на тренинговете за правилно разпознаване, самоконтрол и регулация.

От друга страна, усещанията на тренинговете за собствените способности и увереността в тях влияят върху техния избор на поведение и комуникация с футболистите.

В специализираната литература изследванията за ефективността на тренинговете също отстъпват за сметка на състезателите, но с течение на времето интересът в научните среди към източниците и влиянието на увереността върху избора на поведение от страна на тренинговете става все по-голям.

В настоящия дисертационен труд се опитваме да разкрием степента на увереност на тренинговете по футбол в своите способности да бъдат ефективни в учебно-тренировъчния и състезателен процес, уменията им да възприемат и

контролират емоциите, като същевременно избират най-подходящото поведение за управление на спортното-състезателната дейност и да разкрием специфичните източници на увереност при тренинговете.

## **Първа глава**

### **Постановка на проблема**

Изходните теоретични основи на изследването са представени в няколко параграфа.

**В първия и втория** се разглеждат появата и развитието на футболната игра и се разкрива нейната социално-психологическа характеристика.

Като родина на съвременната футболната игра се приема Англия. На 26 октомври 1863 г. се провежда Учредителната конференция в Лондон единадесет лондонски футболни клуба и училища се споразумяват и основават първата в света футболна асоциация (FA). До края на годината се издава и първи официален правилник по футбол (Harvey, 2005).

В България футболната игра е пренесена от Швейцарските учители по гимнастика (Митев, 2008). Най-големият успех на националния отбор по футбол на България е четвърто място на Световното първенство през 1994 г. (Пайташев, 2001).

Социалните ефекти от постигнатите резултати във футбола са свързани с високите очаквания от страна на зрителите за постоянни положителни резултати. Това обуславя повишени изисквания към представянето на футболистите (Янчева, 2006).

Редица автори разкриват силната привързаност и социалната значимост на играта за обществото през годините (Бърдаров, 2014).

Интензификацията и комерсиализацията в различните области на живот, включително и във футбола, изискват от спортистите и ръководителите

постоянно усъвършенстване на функционалните, техническите и психическите качества и тактически умения. Футболната игра се характеризира като спорт, изискващ победа при директни надигравания на противника в слабо предсказуема, с непрекъснато променящи се параметри среда (Симов, 2006).

Като цяло футболът има главна социална задача да радва и създава положителни емоции на хората, които го практикуват и наблюдават.

Една от психологическите характеристики на играта е продължителността на футболните срещи. Carling (2010) посочва, че един играч играе с топката средно 53 секунди за 90 мин., това е по-малко от 1% от игралното време (Carling, 2010). Имайки предвид това, запазването на концентрация за толкова дълго време поставя играчите в изключително трудно положение (Beswick, 2010). От друга страна футболната игра не е просто игра на движенията, но и съдържа голяма емоционалност. Това поражда изискване към играчите и треньорите за познаване на техники за контрол и регулация на емоциите и поведението. Поддържането и развиването на мотивация и увереност за постигане на положителни резултати във футболистите и треньорите е друго важно изискване към тяхната психика.

**В следващия параграф** се посочват социално-психологическите, педагогическите и личностните характеристики на треньора. Треньорът се нуждае от висока педагогическа, теоретична и практическа компетентност и специализирани знания в своята област. Съвременният треньор трябва да притежава и развива своя треньорска философия, защото тя му помага да взима правилни решения по време на критични ситуации в тренировките и състезанията, да поставя необходимите задачи за постигане на успех и развитие на състезателите (Burton & Raedeke, 2008).

Георгиев и Домусчиева-Роглева (1997) посочват три основни системи на взаимозависимост в социалните отношения между треньор и състезател, които са в основата на регулацията на междуличностните отношения: заплахата, интеграцията, обмен (Георгиев, Домусчиева-Роглева, 1997).

Според Августаски (2001) компетентността на треньора се изразява в това, той да бъде: (1) подготвен двигателно; (2) да е запознат с теоретичния материал; (3) да проявява творчество и научен подход (Августаски, 2001).

Beswick (2001, 2015) посочва, че важна предпоставка за успеха е треньорът правилно да се разбира със своите състезатели и да има умения да си обяснява причините за тяхното поведение (Beswick, 2001, 2015). Към професионално значимите психологически умения и качества на личността на треньора се включват: ясна визия за развитие, адекватна мотивация, лидерски умения, комуникативни умения, увереност, умение да създава ентузиазъм, емоционален контрол, психическа устойчивост, нравствени качества, волеви качества и интелект (Янчева, 2004).

**В четвъртия параграф** се представят социално-когнитивната теория и теорията за очакванията за Аз-ефективност, концептуалния модел за очакванията за треньорска ефективност и работния модел за треньорска ефективност.

Алберт Бандура създава теорията за Аз-ефективността, разработена в рамките на социално-когнитивната теория (Bandura, 1977, 1986). Очакванията за Аз-ефективност (Self-Efficacy Beliefs) могат да се дефинират като *„вярвания на хората за техните възможности да реализират определени нива на производителност, които упражняват влияние върху събития, които засягат техния живот“* (Bandura, 1994, p. 71).

През 1994 г. Feltz и колеги представят модел за треньорска ефективност, „който осигурява изходна рамка за изследване на отношенията между

очакванията за треньорска ефективност, треньорско поведение, мотивация и представяне на състезателите“ (Iancheva, 2012, p. 65). Моделът е в съответствие с концепцията на Bandura за Аз-ефективност (Bandura 1977, 1994).

Авторите дефинират очакванията за треньорска ефективност като: „степеня, до която треньорите смятат, че имат капацитета да повлияят на обучението и изпълнението на техните състезатели“ (Feltz et al., 1994, p. 765).

Моделът за треньорска ефективност е представен на таблица 3. В своя модел авторите включват четири дименсии – игрова стратегия, мотивация, техника, изграждане на характер. Те са дефинирани по следния начин (Feltz et al., 2008):

- *Игрова стратегия* – увереността на треньорите в техните способности по време на състезанието да доведат отбора си до успешно представяне.
- *Мотивация* – увереността на треньорите в техните способности да влияят на психологическите процеси и състояния на техните спортисти и да стимулират активността им.
- *Техника* – увереността на треньорите в техните способности за обучение и изграждане на технико-тактически умения и навици във футболистите.
- *Изграждане на характер* – увереността на треньорите в техните способности да влияят върху положителното отношение към спорта на техните спортисти.

Feltz и колеги (1999) поясняват, че очакванията за треньорска ефективност се повлияват от няколко източника, които могат да увеличат или намалят увереността на треньора. Те са свързани и с концепцията на Bandura за Аз-ефективност (Feltz et al., 1999).

**Таблица 3.** Концептуален модел на треньорската ефективност (Feltz et al., 1999)

Източници на информация	Основни дименсии на треньорската ефективност	Резултат
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Степен на треньорски опит/подготовка</li> <li>• Предишни успехи (съотношение победи/загуби)</li> <li>• Социална подкрепа</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Игрова стратегия</li> <li>❖ Мотивация</li> <li>❖ Техника</li> <li>❖ Изграждане на характер</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Треньорско поведение</li> <li>✓ Индивидуално/отборно изпълнение</li> <li>✓ Индивидуално/отборно ефективност</li> </ul>

В концептуален план очакванията за треньорска ефективност се считат за когнитивен медиатор между източници и резултати.

През 2002 Horn очертава взаимодействията между външни влияния, очаквания, вярвания и поведение на треньора, усещания и представяне на спортистите, като разработва Работен модел за треньорска ефективност (Working model of Coaching effectiveness) (Horn, 2002).

**В следващите параграфи** се представят психологическите променливи - спортна увереност, емоционална интелигентност и лидерски стилове на треньора и се посочват тяхната взаимовръзка с очакванията за треньорска ефективност.

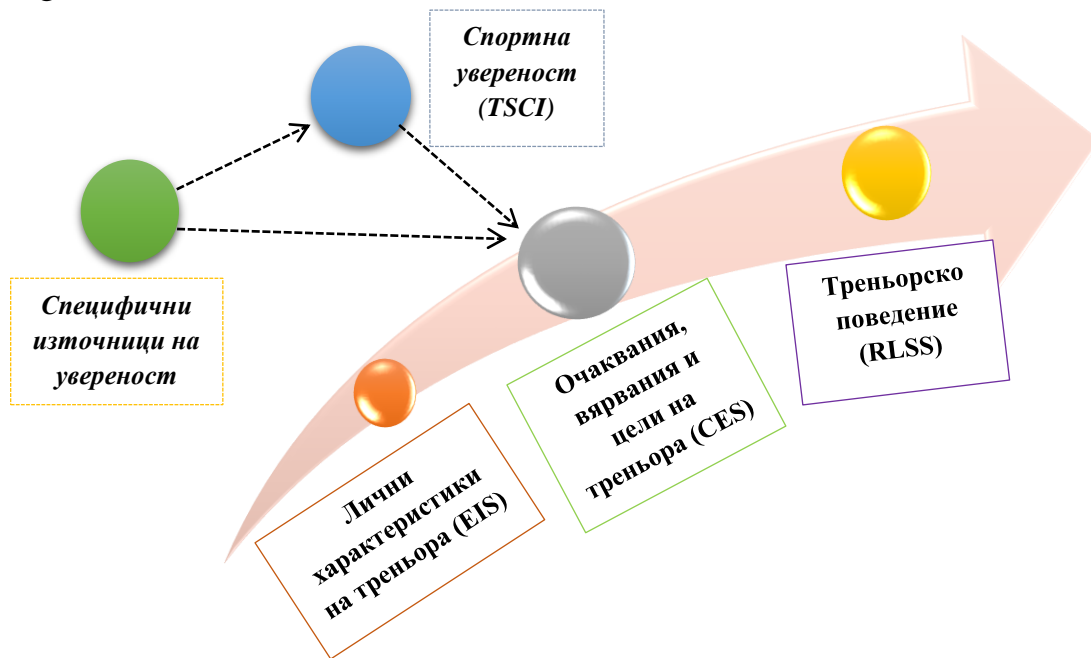
През 1986 г. Robin Vealey създава концептуален модел на спортната увереност. Моделът е първият специфичен за спорта подход към увереността в специализираната литература. Vealey определя спортната увереност като *„вярвания или степента на сигурност на хората относно способността им да бъдат успешни в спорта“* (Vealey, 1986, p. 222).

Salovey и Mayer (1990) създават първия концептуален модел за емоционална интелигентност, който представя успешното функциониране на хората в обществото. Авторите дефинират емоционалната интелигентност (ЕИ) като: *„способността да се наблюдават както собствените, така и на другите хора чувства и емоции, да се прави разлика между тях и да се*



използва тази информация за ръководство на мисленето и действията на човека“ (Salovey & Mayer, 1990, p.189).

Стилът на лидерство на всеки треньор е основен фактор, който влияе върху представянето на отделен състезател и отборът като цяло (Vincer & Loughhead, 2010).



Фиг. 11. Хипотетично-теоретичен модел на изследването

На база на литературния обзор в **последния параграф от първа глава** се представя хипотетично-теоретичният модел на изследването (фиг. 11).

Нашето изследване се базира върху предложението от Hwang и колеги (2013) модел за влиянието на ЕИ върху ЛС, с посредничество на ТЕ, но заедно с това ние разширяваме модела като поставим още две променливи. Считаме, че очакванията за треньорска ефективност се влияят от различни специфични източници на увереност и формираната у треньорите спортна увереност. Предполагаме, че взаимодействията на двете нови променливи с очакванията за треньорска ефективност ще разкрият нови хипотетични връзки и ще позволят по-задълбочено проучване на проблема.

## **Втора глава**

### **Методология на изследването**

#### **II.1. Работни хипотези на изследването**

На базата на направения литературен обзор, наблюденията ни в спортно-състезателната практика и изведения хипотетично-теоретичен модел на изследването изведохме следната основна **работна хипотеза**:

- Допускаме, че треньорската увереност и емоционалната интелигентност влияят върху очакванията за треньорска ефективност, а това влияе върху избора на треньорско поведение и лидерски стилове.

**Частните ни хипотези** са свързани със следните допускания:

- Допускаме, че треньорският стаж, спортно-състезателният опит като футболист и квалификацията на треньора влияят върху очакванията за треньорска ефективност.
- Допускаме, че спортната увереност на треньора влияе върху очакванията за треньорска ефективност.
- Допускаме, че съществуват специфични фактори, които влияят върху изграждането на спортната увереност на треньора.
- Допускаме, че съществуват взаимовръзки между емоционалната интелигентност и лидерския стил на треньора.

#### **II.2. Цел и задачи на изследването**

Целта на настоящото проучване е да се изследват очакванията за треньорска ефективност при треньори по футбол в България, да се разкрият специфичните източници, които влияят положително и негативно върху треньорската увереност и да се разкрият взаимовръзките между очакванията за треньорска ефективност, емоционална интелигентност и лидерски стилове на треньора.

За реализиране на така поставената цел изведохме следните задачи:

1. Да се изследват очакванията за тренировката ефективност при тренери по футбол с различен педагогически и състезателен опит, квалификация и възраст.
2. Да се проучи нивото на спортната увереност при тренери по футбол и влиянието ѝ върху очакванията за тренировката ефективност;
3. Да се изведат специфичните източници на увереност и влиянието им върху очакванията за тренировката ефективност;
4. Да се установят взаимовръзките между емоционалната интелигентност, тренировката ефективност и лидерските стилове при изследваните тренери по футбол.

### II.3. Обект на изследването

Обект на нашето изследване са 201 български тренери по футбол на възраст от 19 до 66 години с различна квалификация, тренировката стаж, спортен опит и ниво на работа (табл. 6).

**Таблица 6.** Изследвани лица, разделени по показатели

Показател		N	Показател		N
Възраст	20-25 годишни	27	Лиценз	„С“ лиценз	72
	26-30 годишни	34		„В“ лиценз	65
	31-35 годишни	50		„А“ лиценз	35
	36-40 годишни	46		“В” GK	16
	41-45 годишни	27		„ПРО“	13
	46-50 годишни	9		<b>Общо</b>	<b>201</b>
	над 51 години	8	Стаж като треньор	0-2 години	71
	<b>Общо</b>	<b>201</b>		3-6 години	68
Възраст на футболистите	6-9 годишни	23		7-10 години	37
	10-14 годишни	66		11-15 години	15
	15-18 годишни	49		над 15 години	10
	Мъже	45		<b>Общо</b>	<b>201</b>
	Не работят в момента	18	Опит като футболист	Аматорски	106
	<b>Общо</b>	<b>201</b>		Професионален	95
				<b>Общо</b>	<b>201</b>

За целите на изследването, треньорите бяха разделени на подгрупи по възраст (7 групи), възраст на футболистите, с които работят (5 групи),

притежаван лиценз (5 групи), стаж като треньор (5 групи) и опит като футболист (2 групи).

#### **II.4. Предмет на изследването**

Предмет на изследване са изведените на основата на теоретичният анализ психологически променливи, които влияят върху ефективността на треньорската дейност:

- Треньорска ефективност.
- Лидерски стилове на треньора.
- Специфични източници на увереност и спортна увереност.
- Емоционална интелигентност.

#### **II.4. Методика на изследването**

За осъществяването на целта и задачите на дисертационния труд използвахме следните методи:

**1. Теоретико – логичен анализ на литературни източници;**

**2. Експеримент, използвахме комплекса методика, която включва:**

❖ **Въпросник за изследване на очакванията за треньорска ефективност**, разработен от Feltz и колеги (1999), **Coaching efficacy scale (CES)**, адаптиран за български условия от Янчева (2012). Въпросникът включва четири подскали: игрова стратегия, мотивация, техника, изграждане на характер.

❖ **Въпросник за изследване на личностната спортна увереност**, разработен от Vealey (1986), **Trait Sport Confidence Inventory (TSCI)**, адаптиран за български условия от Желязкова-Койнова, Савчева (2008). Използвахме модифициран от нас вариант за треньори.

❖ **Въпросник за измерване на емоционалната интелигентност**, разработена от Nicola S. Schutte и колеги (1998), **The Schutte Self Report Emotional Intelligence Test (SSEIT)**, адаптиран за български условия от

Янчева, Проданов (2019). Използвахме два модела за интерпретация на въпросника – оригиналният модел, разработен от Schutte и колеги (1998) и предложения от Lane и колеги (2007). Вторият включва шест подскали: оценка на емоциите на другите, оценка на собствените емоции, регулиране на емоциите, социални умения, използване на емоциите, оптимизъм.

❖ **Ревизирана скала за оценяване на лидерството в спорта**, разработена от Zhang и колеги (1997), **Revised Leadership Scale for Sport (RLSS)**. Въпросникът има три форми. За целите на нашето изследване използвахме третата форма, която представя разбирането на треньора за неговото лично поведение. Въпросникът включва шест подскали: преподаване и инструктиране, демократично поведение, авторитарно поведение, социална подкрепа, положителна обратна връзка, съобразяване на ситуацията.

❖ **Специално разработена за целите на изследването методика за проучване на специфичните източници, които оказват положително и отрицателно влияние върху треньорската увереност** (Янчева, Проданов, 2017).

❖ **Математико-статистически методи**. За статистическата обработка на получените експериментални данни е използван програмен пакет SPSS 19.0. Използвани са следните статистически методи:

- Вариационен анализ;
- Сравнителен анализ - ANOVA;
- Корелационен анализ - Pearson;
- Регресионен анализ - Stepwise;

## **II.5. Организация на изследването**

Изследването и написването на научния труд премина през три основни етапа:

### **1. Предварителен етап на изследването (март 2017 г. – март 2018 г.).**

През този етап бяха реализирани следните дейности:

- Определяне на същността и обхвата на темата на дисертационния труд.
- Проучване на по литературните източници по проблема.
- Извеждане на предварителна работна хипотеза, на базата на проучените литературни източници.
- Съставяне на работен план за дисертационния труд и определяне на целта, задачите и етапите на изследването.

### **2. Основен етап на изследването (март 2018 г. – март 2019 г.).**

Изпълнени дейност в този етап:

- Подготовка и подбор на методики, необходим за провеждане на изследването.
- Провеждане на същинското изследване.
- Написване на първа и втора глава от дисертационния труд.

### **3. Заключителен етап (март 2019 г. – март 2020 г.), който включи:**

- Обработка и интерпретация на резултатите от проведеното проучване, чрез използване на математико-статистически методи. Подготовка на таблици и фигури за онагледяване на получените резултати;
- Написване на трета глава и изваждане на основните изводи от проведеното изследване.
- Представяне на дисертационния труд за обсъждане пред катедрата.
- Подготовка за провеждане на вътрешна защита на дисертационния труд.

## **Трета глава**

### **Анализ на получените резултати**

#### **III.1. Анализ на резултатите от изследването на очакванията за треньорска ефективност**

Резултатите от вариационния анализ от изследването на очакванията за треньорска ефективност (табл. 7) сочат, че средната възраст на изследваните треньори е 35,11 години, а стажът им като треньор е средно 5.34 години, докато опитът като футболист е по-дълъг от този на треньор – 10,16 години.

Получените данни по отношение на отделните подскали за очаквания за треньорска ефективност са сравнително близки.

Изследваните треньори имат най-високи средни стойности по подskalите мотивация ( $M = 7,95$ ) и техника ( $M = 7,94$ ) т.е. треньорите по футбол са най-уверени в способностите си да влияят върху активността на своите футболисти. Това е много интересен факт, предвид това, че в повечето случаи след загуба на техния отбор треньорите отдават причината именно на слабата мотивация и липсата на желание от страна на футболистите. Подскалата техника се изразява в увереността на треньорите да изграждат технико-тактически умения и навици във футболистите си. Тя е ключова за специфичното обучение в детско-юношеския футбол.

Средните стойности за увереността на треньорите в способността си да влияят на позитивните нагласи на състезателите си се нарежда на трето място – подскала изграждане на характер ( $M = 7,76$ ).

Резултатите показват, че с най-ниски стойности е подскалата, която е може би най-важна във футбола – игрова стратегия ( $M = 7,29$ ). Очакванията за треньорска ефективност по отношение на игровата стратегия са свързани с увереността на треньорите да изготвят тактическия план за даден футболен

мач, да се намесват адекватно по време на игра и да ръководят отделните футболисти и отбора до положителни резултати. Полученият резултат е тревожен, предвид факта, че футболът е игра, в която първоначалната тактика на отбора за дадена среща може да се измени само за няколко секунди в хода на срещата (получаване на червен картон, контузия на ключов футболист, промяна в тактическата постройка на противника и др.). А това, че треньорите се чувстват най-неуверени в най-фундаменталната част от треньорската си професия е тревожно. Предполагаме, че една от причините за този резултат е, че треньорите осъзнават значимостта на тази задача и огромното влияние, което имат върху състезателите. Възможно е това да поражда страх от провал и неувереност в тях.

**Таблица 7.** Резултати от вариационния анализ на данните за очакванията за треньорска ефективност на всички треньори (N=201).

	<b>X<sub>min</sub></b>	<b>X<sub>max</sub></b>	<b>M</b>	<b>SD</b>
<b>Възраст</b>	19	66	35.11	8.37
<b>Опит като футболист</b>	0*	20	10.16	5.97
<b>Стаж като треньор</b>	0**	28	5.34	4.88
<b>Мотивация</b>	4.1	9	7.95	0.85
<b>Игрова стратегия</b>	4.7	9	7.29	0.91
<b>Техника</b>	6	9	7.94	0.70
<b>Изграждане на характер</b>	4.8	9	7.83	0.92
<b>Общо треньорска ефективност</b>	5.4	9	7.76	0.70

\* Посочените години са за опит като професионален футболист.

\*\* Бивши професионални футболисти имат право да участват в курсове на Българска треньорска школа по футбол без да имат треньорски опит.

Подобни резултати са получени и в други проучвания сред треньори по футбол (Gencer, 2011; Caliskan & Baydar, 2016; Проданов, Янчева, 2017; Iancheva & Prodanov, 2018), а в други се различават (Duarte, 2014).

Една от задачите на нашето изследване беше да установим влиянието на различни фактори (възраст на треньора, опит като футболист, притежаван



лиценз, стаж като треньор и възраст на състезателите, с които работят в момента) върху очакванията за треньорска ефективност.

Резултатите от сравнителния анализ, в зависимост от притежавания лиценз разкри статистически значими различия по подskalата игрова стратегия ( $F= 2,650$ ;  $p=,035$ ).

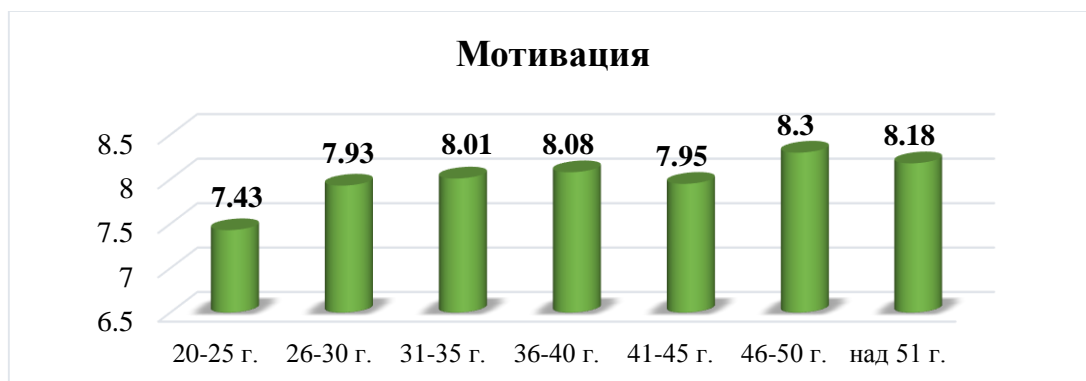
С най-високи стойности (фиг. 12) са треньорите, които притежават по-високи лицензи („А“ и „ПРО“). Нашите данни потвърждават твърденията в специализираната литература за влиянието на треньорското образование върху треньорската ефективност (Malete & Feltz, 2000; Lee et al., 2002; Sullivan et al., 2012).



**Фиг. 12.** Средни стойности за подskalата игрова стратегия при треньори с различен лиценз

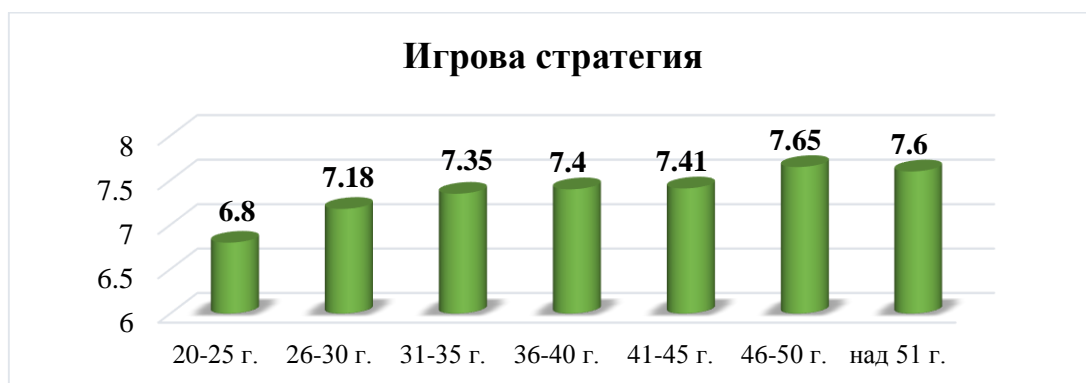
При анализа на литературни източници не открихме изследвания за влиянието на възрастта на треньора върху компонентите на треньорската ефективност.

Сравнителният анализ разкри, че има статистически значими различия по подskalата мотивация ( $F=2,272$ ;  $p=,038$ ). Най-младите треньори по футбол (фиг. 13) оценяват своите способности за мотивиране и поддържане на активността на футболистите най-ниско ( $M=7,44$ ) за разлика от по-възрастните ( $M=8,18$ ).



**Фиг. 13.** Средни стойности по подskalата мотивация при треньори от различна възраст

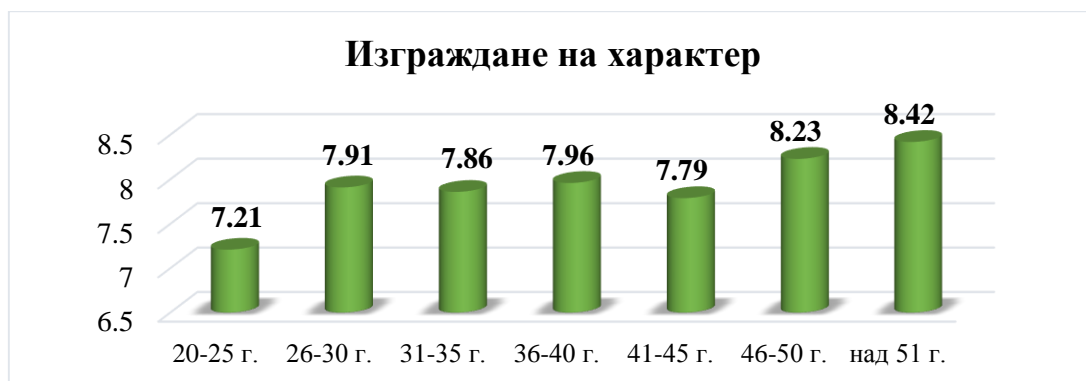
Резултатите разкриват значителни различия и по подskalата. Данните разкриват (фиг. 14), че увереността в уменията за ръководене и взимане на правилни тактически решения по време на мач се влияят от възрастта на треньорите. Отново по-младите треньори имат най-ниски средни стойности ( $M=6,80$ ), за разлика от треньорите на възраст между 45-50 години ( $M=7,65$ ).



**Фиг. 14.** Средни стойности по подskalата игрова стратегия при треньори от различна възраст

Значими различия (фиг. 15) са установени и по отношение на увереността на треньорите в техните способности да влияят на позитивното отношение на футболистите към спорта ( $F=3,282$ ;  $p=,004$ ). Прави впечатление, че най-младите треньори са с най-ниски оценки ( $M=7,21$ ), за разлика от най-възрастните ( $M=8,42$ ). Интересно е, че не се наблюдава същата положителна зависимост на покачване на стойностите заедно с възрастта. Треньорите във възрастовия интервал от 41 до 45 години имат вторите най-ниски оценки

( $M=7,79$ ). Данните показват, че след покачване на стойностите следва лек спад и отново покачване. Може да предпологаеме, че в дадени периоди трениорите губят част от своята увереност поради натрупване на психическа умора, която се формира от естеството на непрестанно напрежение в играта, но с течение на времето те съумяват да намерят нови психически механизми, за да ги преодоляват.



**Фиг. 15.** Средни стойности по подskalата изграждане на характер при трениори от различна възраст

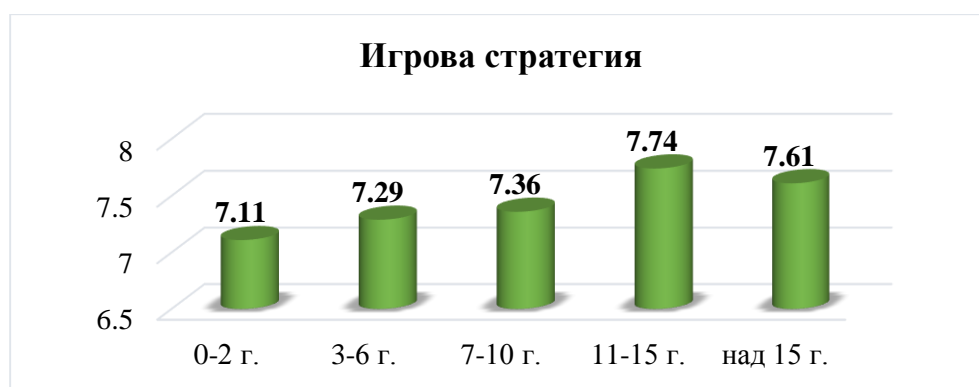
Сравнителния анализ разкри статистически значими различия ( $F=3,350$ ;  $p=,004$ ) при общата трениорска ефективност (фиг. 16). Отново по-младите трениори имат най-ниски стойност ( $M=7,26$ ) за разлика от най-възрастните (между 45-50 годишни –  $M=8,09$ ; над 51 години –  $M=8,03$  ).



**Фиг. 16.** Средни стойности по общата трениорска ефективност при трениори от различна възраст

Получените данни ни дават основание да считаме, че възрастта на треньорите оказва значимо влияние върху тяхната увереност. На база на нашите резултати може да предположим, че треньорите в средна и зряла възраст са по-уверени в своите способности, докато по-младите се нуждаят от време, за да натрупат увереност.

Сравнителният анализ на резултатите разкри статистически значими различия по показателя треньорски стаж на две от подskalите: игрова стратегия ( $F=2,035$ ;  $p=,091$ ) и изграждане на характер ( $F=2,028$ ;  $p=,092$ ).



**Фиг. 17.** Средни стойности по подskalата игрова стратегия при треньори с различен треньорски стаж

Треньорите, които имат стаж до 2 години се чувстват най-слабо уверени в способностите си по време на мач да взимат правилни решения и да разпознават слабите и силни страни на противниковия отбор ( $M=7,11$ ) за разлика от треньорите, които имат над 15 години опит в професията ( $M=7,61$ ). С натрупване на треньорски опит нивата на увереност се покачват (фиг. 17).

Нашите резултати подкрепят изнесените резултати в литературата за влиянието на стажа като треньор върху очакванията за треньорска ефективност (Feltz et al, 1999; Chase et al., 2005).

Налице са значими различия по отношението на увереността в способностите на треньорите да влияят върху положителното отношение към играта на футболистите спрямо треньорския стаж (фиг. 18). Най-ниски нива

имат тренъорите с опит до 2 години ( $M=7,66$ ). С най-висок резултат са тренъорите 11-15 години стаж ( $M=8,12$ ). Данните разкриват, че повишаването на стойностите по тази подскала не е праволинейно. Отново, както и при възрастта на тренъора имаме вълнообразно покачване.



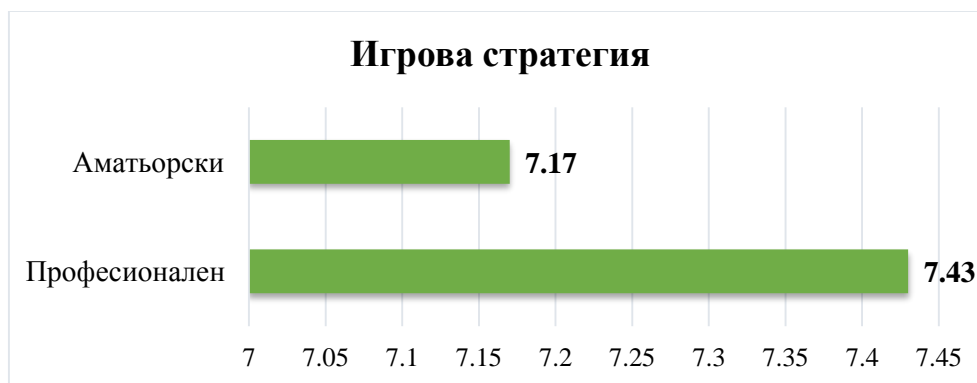
**Фиг. 18.** Средни стойности по подскалата изграждане на характер при тренъори с различен тренъорски стаж

Сравнителния анализ на данните разкри статистически значими различия по подската игрова стратегия ( $F=4,061$ ;  $p=,045$ ), спрямо опита като футболист.

Тренъорите, които са бивши професионални футболисти ( $M=7,43$ ) се чувстват по-уверени в способностите си да ръководят отборите си и да взимат правилни решения по време на мач (фиг. 19) в сравнение с тези, които имат само аматьорски стаж ( $M=7,17$ ). Предполагаме, че възможността през годините да участва професионално в тренировъчна и състезателна дейност, помага на тренъорите да се чувстват по-уверени в своите способности.

Нашите данни се различават от получените на Kowalski (2007). Авторът установява, че тренъорите с професионален опит имат по-високи стойности по подскалата техника от тези с аматьорски.

Сравнителният анализ не разкри никакви статистически значими различия спрямо възрастта на състезателите. Нашите данни се различават от изнесеното в литературата за влиянието на групата, с която работят тренъорите (Gencer, 2011).



**Фиг. 19.** Средни стойности по подskalата игрова стратегия при треньори с различен състезателен опит

### **III.2. Анализ на резултатите от изследването на спортната увереност**

Резултатите от вариационния анализ на получените данни за личностна спорта увереност сочат, че средната стойност на изследваните треньори е 89.32. Получените резултати са сходни с публикуваните данни в специализираната литература в изследвания на състезатели (Желязкова-Койнова, Савчева, 2008; Rather & Singh, 2017).

Сравнителният анализ разкри статистически значими различия по два от факторите – притежаван лиценз ( $F=3,727$ ;  $p=,017$ ) и възраст на футболистите ( $F=2,164$ ;  $p=,074$ ).

На фиг. 20 са показани средните стойности за личностна спортна увереност между треньорите с различен лиценз. С най-високи стойности са треньорите с „А“ и „ПРО“ лиценз.



**Фиг. 20.** Средни стойности за личностна спортна увереност при треньори с различен лиценз

Предполагаме, че с увеличаване на степента на знанията и умения, свързани със спецификата на професията се повишава личностната спортна увереност на треньорите.



**Фиг. 21.** Средни стойности за личностна спортна увереност при треньори, които работят с футболисти от различни възрастови групи

Анализът показва статистически значими различия между треньорите спрямо възрастта на футболистите (фиг. 21). С най-високи стойности на спортна увереност са треньорите, които в момента не работят. С най-ниски нива са треньорите, които работят с деца между 6 и 9 години. Данните показват праволинейно покачване на нивата на спортна увереност с повишаване на възрастта на футболистите, с които работят.

**Таблица 13.** Резултати от корелационния анализ на данните за очакванията за треньорска ефективност и личностна спортна увереност

		М	ИС	Т	ИХ	ОТЕ	СУ
Мотивация	p	1					
Игрова стратегия	p	,634**	1				
Техника	p	,666**	,655**	1			
Изграждане на характер	p	,562**	,458**	,461**	1		
Общо ТЕ	p	,864**	,837**	,819**	,771**	1	
Спортна увереност	p	,424**	,521**	,478**	,429**	,559**	1
	Sig.	,006	,001	,001	,010	,000	

\*\*p <0.01 level (2-tailed)

\*p <0.05 level (2-tailed)

Забележка: М – Мотивация; ИС – Игрова стратегия; Т – Техника; ИХ – Изграждане на характер; ОТЕ – Общо треньорска ефективност; СУ – Спортна увереност; p – Pearson correlation.

Сравнителният анализ не разкри значими различия спрямо възрастта на треньора и опита като футболист.

На таблица 13 са представени получените резултати от корелационния анализ. Данните показват, че съществуват положителни корелационни връзки между всички компоненти на треньорска ефективност с личностната спортна увереност.

Използвахме стъпков регресионен анализ, като в ролята на независима поставихме личностната спортна увереност, а като зависими поставихме компонентите на треньорската ефективност.

Резултатите от регресионния анализ разкриват (табл. 14), че има значителна регресионна зависимост между СУ и четирите подскаки на ТЕ.

Повишаването на нивата на личностна спортна увереност стимулират увеличаването на увереността в способностите за мотивация ( $\beta=.400^{**}$ ), взимане на правилни тактически решения по време на мач ( $\beta=.455^{**}$ ), обучение и изграждане на технико-тактически умения и навици ( $\beta=.470^{**}$ ) и положително отношение към спорта ( $\beta=.378^{**}$ ).

**Таблица 14.** Резултати от регресионния анализ

Показател	Спортна увереност			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Мотивация	.400**	2.893	.006	.141
Игрова стратегия	.455**	3.387	.001	.189
Техника	.470**	3.533	.001	.203
Изграждане на характер	.378**	2.711	.010	.124
Обща треньорска ефективност	.515***	3.987	.000	.249

Забележка: \* $p<0.5$ , \*\* $p<0.1$ , \*\*\* $p<0.001$

Получените резултати показват, че очакванията на треньорите за техните способности да бъдат успешни в спорта стимулира увеличаването на общата треньорска ефективност ( $\beta=.515^{***}$ ).



Нашите данни разкриват, че личностната спортна увереност може надеждно да прогнозира нивата на тренировката ефективност.

### **III.3. Анализ на резултатите от изследването на специфичните източници на увереност**

За да проучим специфичните източниците на увереност, които влияят положително или негативно върху тренировките по футбол използвахме специално разработена методика (Проданов, Янчева, 2017).

Вариационният анализ на специфичните източници, които дават увереност на тренировките разкри, че най-силно влияние оказват увереността на техните състезатели, че ще спечелят дадена среща ( $M=4.32$ ), взаимното желание за усъвършенстване и постигане на положителни резултати ( $M=4.30$ ), както и силната мотивация на футболистите ( $M=4.21$ ) и правилното използване на индивидуалните качества на състезателите ( $M=4.17$ ). Значим за спортната практика е и установеният факт, че колективната увереност ( $M=4.13$ ) и сплотеността между тренировкия екип и състезателите ( $M=4.15$ ) повишават сигурността на тренировките за постигане на успехи. Тези данни разкриват положителна реципрочна връзка между мотивацията и увереността на тренировките с тези на футболистите.

Друг интересен факт е, че възможността за използване на компютърни технологии преди и по време на мач, е с най-ниска значимост за увереността на тренировките –  $M=3.30$ . Този факт заслужава внимание, предвид технологичната еволюция в спорта и в частност във футбола. Възможностите, които технологиите предлагат: заснемане и анализ на качествата на отделни футболисти и футболни срещи, въвеждането и систематизиране на данни от тренировъчната и състезателна дейност, анимиране и визуално представяне на упражнения и игровия план на собствения отбор и противник са само част от

възможностите, които предоставят компютърните технологии, за да подпомогнат работата на треньорите, а от там и да повишат тяхната увереност.

Нашите резултати поставят проблема за необходимостта за информиране и представяне на треньорите на възможностите и предимствата на компютърните технологии в тяхната работата, а и поставят въпроса за стимулиране на професионалната активност на треньорите в тази посока.

Проучването разкри, че едни от най-слабо влияещите положителни фактори са името на клуба ( $M=3.53$ ), в който работят, домакинската подкрепа ( $M=3.51$ ) и предишен успех ( $M=3.51$ ).

Вариационният анализ на получените данни за специфичните източници, които влияят негативно върху увереността на треньорите разкрива, че те са предимно от спортно-технически характер. Наличието на контузени и наказани футболисти ( $M=3.74$ ) и липсата на пълноценна подготовка за дадена среща ( $M=3.74$ ) повлияват негативно върху увереността на треньорите. Голяма част от изследваните треньори работят в детско-юношеския футбол. Получените от нас резултати насочват вниманието към търсене на възможности и повишаване на компетентността по отношение на управлението на мотивацията и активността на подрастващите футболисти и липсата на постоянство и желание за усъвършенстване.

Лошите материално-технически условия за провеждане на тренировъчна и състезателна дейност ( $M=3.53$ ), както и моментната форма на футболистите ( $M=3.40$ ) оказват негативно влияние върху увереността на треньорите.

Тези резултати разкриват известни специфики. Треньорите посочват като най-силно влияещи негативно върху тяхната увереност външни фактори – състоянието и мотивацията на футболистите и наличната материална база, докато фактори като липсата на увереност ( $M=2.60$ ) и опита като треньор ( $M=2.82$ ), слабия емоционален контрол по време на среща ( $M=2.74$ ) и

невъзможността за създаване на самокритичност у футболистите ( $M=3.06$ ), са най-слабо посочвани.

### **III.4. Анализ на резултатите от изследването на емоционалната интелигентност**

Получените резултати от вариационния анализ от изследването на емоционалната интелигентност (табл. 15) показват, че изследваните треньори имат най-високи нива по подskalата оптимизъм ( $M=4.12$ ), т.е. треньорите имат положителни очаквания за бъдещите резултати – спортни, социални и др. Способностите на треньорите да се опитват да променят емоциите на другите хора и да демонстрират съпричастност безвъзмездно е следващата подскала – социални умения ( $M=4.01$ ). Резултатите по останалите подскали на ЕИ са много близки: регулиране на собствените емоции ( $M=3.92$ ) или използваните стратегии за отражение и преоценка на емоциите и възприятията за емоционална стабилност, използване на емоциите ( $M=3.94$ ) – осъзнаване на влиянието на емоциите върху редица различни резултати на изпълнението и оценка на собствените емоции ( $M=3.88$ ).

**Таблица 15.** Резултати от вариационния анализ на данните за емоционална интелигентност

	<b>X<sub>min</sub></b>	<b>X<sub>max</sub></b>	<b>M</b>	<b>SD</b>
<b>Оценка на емоциите на другите</b>	1	5	3.63	0.62
<b>Оценка на собствените емоции</b>	2.1	5	3.88	0.60
<b>Регулиране на емоциите</b>	2.4	5	3.92	0.55
<b>Социални умения</b>	2.4	5	4.01	0.52
<b>Използване на емоциите</b>	2.4	5	3.94	0.54
<b>Оптимизъм</b>	2.5	5	4.12	0.62
<b>Общо ЕИ</b>	94	165	128.89	13.72

Вариационният анализ разкри, че с най-ниски стойности е подskalата, характеризираща способността на треньорите да оценяват емоционалните състояния, преживени от другите – оценка на емоциите на другите ( $M=3.63$ ).

Нашите резултати се разминават с публикуваните в литературата (Vaughan & Laborde, 2017).

Средната стойност за общата ЕИ е 128.89. Получените данни са сходни с резултати на други автори, изследвали състезатели (Zizzi et. el., 2003; Vaughan & Laborde, 2017).

Използвахме сравнителен анализ, за да проверим съществуват ли статистически значими разлики по изследваните факторите.

Спрямо притежавания лиценз установихме статистически значими различия по подskalите оценка на собствените емоции ( $F=3,491$ ;  $p=,017$ ) и оптимизъм ( $F=2,726$ ;  $p=,046$ ). Нашите резултати потвърждават твърденията в специализираната литература за влиянието на треньорското образование върху компонентите на емоционална интелигентност (Adiloğullari et al., 2019).

Сравнителният анализ разкри статистически значими различия спрямо възрастта на треньора по няколко подskали на емоционалната интелигентност – оценка на емоциите на другите ( $F=3,050$ ;  $p=,007$ ), използване на емоциите ( $F=2,704$ ;  $p=,015$ ), оптимизъм ( $F=2,090$ ;  $p=,057$ ) и общо ЕИ ( $F=3,123$ ;  $p=,006$ ).

По отношение на общата емоционална интелигентност са налице статистически значими различия спрямо възрастта на треньорите. Нашите данни се разминава с получените от Adiloğullari и колеги (2019).

Установихме статистически значими различия спрямо стажа като треньор само по подskалата оценка на емоциите на другите ( $F=4,193$ ;  $p=,003$ ). Нашите данни се различават от изнесените в литературата (Adiloğullari et al., 2019).

Влиянието на опита като футболист разкри статистически значими различия по подskalите оценка на собствените емоции ( $F=4,164$ ;  $p=,043$ ); регулиране на емоциите ( $F=3,117$ ;  $p=,079$ ) и социални умения ( $F=3,222$ ;  $p=,074$ ).

Нашите данни са сходни с получените от Vaughan и Laborde (2017).

Сравнителният анализ не разкри статистически значими различия спрямо възрастта на състезателите.

Резултатите от корелационния анализ разкриват, че съществуват положителни корелационни връзки между подскали на ТЕ и на ЕИ (табл. 20).

Установена е корелационна зависимост между оптимизъм и мотивация ( $r=311$ ;  $p=0.000$ ). Предполагаме, че колкото по-положителни очаквания за бъдещето имат треньорите, толкова и по-уверени са в способностите си да мотивират своите състезатели. Оптимизмът е в корелационна връзка и с общата треньорска ефективност. Подскалата мотивацията корелира с подскалите социални умения ( $r=198$ ;  $p=0.006$ ), регулация на емоциите ( $r=209$ ;  $p=0.004$ ), оценка на емоциите на другите ( $r=173$ ;  $p=0.017$ ) и оценка на собствените емоции ( $r=160$ ;  $p=0.029$ ). Тези резултати са сходни с получените от Thelwell и колеги, (2008).

**Таблица 20.** Резултати от корелационния анализ на данните за очаквания за треньорска ефективност и емоционална интелигентност.

		<b>М</b>	<b>ИС</b>	<b>Т</b>	<b>ИХ</b>	<b>ОЕД</b>	<b>ОСЕ</b>	<b>РЕ</b>	<b>СУ</b>	<b>ИЕ</b>	<b>О</b>
<b>М</b>	p	1									
<b>ИС</b>	p	,634**	1								
<b>Т</b>	p	,666**	,655**	1							
<b>ИХ</b>	p	,562**	,458**	,461**	1						
<b>ОЕД</b>	p	,173*	,177*	,206**	,238**	1					
<b>ОСЕ</b>	p	,160*	,222**	,205**	,106	,096	1				
<b>РЕ</b>	p	,209**	,271**	,286**	,135	,177*	,575**	1			
<b>СУ</b>	p	,198**	,247**	,181*	,159*	,291**	,530**	,523**	1		
<b>ИЕ</b>	p	,106	,197**	,170*	,151*	,455**	,398**	,373**	,544**	1	
<b>О</b>	p	,311**	,292**	,297**	,222**	,278**	,462**	,405**	,531**	,550**	1

\*\*p <0.01 level (2-tailed)

\*p <0.05 level (2-tailed)

Забележка: **М** – Мотивация; **ИС** – Игрова стратегия; **Т** – Техника; **ИХ** – Изграждане на характер;; **ОЕД** – Оценка на емоциите на другите; **ОСЕ** – Оценка на собствените емоции; **РЕ** – Регулиране на емоциите; **СУ** – Социални умения; **ИЕ** – Използване на емоциите; **О** – Оптимизъм; **p** – Pearson correlation.

Корелационният анализ разкри, че по-високите нива на увереността на треньорите за взимане на правилни решения по време на мач има корелационни връзки с всички подскали на емоционалната интелигентност – оценка на собствените емоции ( $r=222$ ;  $p=0.002$ ), регулиране на емоциите ( $r=271$ ;  $p=0.000$ ), социални умения ( $r=247$ ;  $p=0.001$ ), използване на емоциите

( $r=197$ ;  $p=0.007$ ), оптимизъм ( $r=292$ ;  $p=0.007$ ) и оценка на емоциите на другите ( $r=177$ ;  $p=0.015$ ).

Увереността на треньорите в техните способности за изграждане на технико-тактически умения и навици на футболистите корелира с подскалите оценка на емоциите на другите ( $r=206$ ;  $p=0.005$ ), оценка на собствените емоции ( $r=205$ ;  $p=0.005$ ), регулиране на емоциите ( $r=286$ ;  $p=0.000$ ), оптимизъм ( $r=297$ ;  $p=0.000$ ), социални умения ( $r=181$ ;  $p=0.013$ ) и използване на емоциите ( $r=170$ ;  $p=0.013$ ). Предполагаме, че по-високите нива на разпознаване и преоценка на собствените емоции и тези на околните, позволяват на треньорите да бъдат по-уверени в способностите си да обучават футболистите. От друга страна позитивните нагласи и вярата в бъдещите положителни резултати корелират с по-високи нива на подскалата техника.

Нашите резултати потвърждават публикуваното в специализираната литература (Mallett, 2005).

Корелационният анализ разкри, че подскалата изграждане на характер има положителна корелация само със способността да се оценят емоционалните състояния, преживени от другите ( $r=238$ ;  $p=0.001$ ), вярата в позитивни бъдещи резултати ( $r=222$ ;  $p=0.002$ ), социалните умения ( $r=181$ ;  $p=0.013$ ) и използване на емоциите ( $r=151$ ;  $p=0.038$ ).

Нашите данни се различават от получените резултати на Thelwell и колеги (2008).

Установихме положителна корелационна зависимост между общата треньорска ефективност и общата емоционална интелигентност ( $r=360$ ;  $p=0.000$ ). Повишаването на нивата на емоционалната интелигентност е свързано с увеличаване на общата треньорска ефективност. Нашите данни затвърждават публикуваното в специализираната литература за влиянието на общите нива на ЕИ върху тези на ТЕ (Afkhami et al., 2011).

За да разкрием по-задълбочено връзката между емоционалната интелигентност и тренировката ефективност използвахме стъпков регресионен анализ. Данните сочат, че всички подскали и общата ЕИ имат регресионна зависимост с подскалите на тренировката ефективност и с общата ТЕ.

Таблица 21. Резултати от регресионния анализ

Показател	Оценка на емоциите на другите			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Изграждане на характер	.238**	3.346	.001	.052
Обща тренировката ефективност	.238**	3.343	.001	.052

Забележка: \* $p < 0.5$ , \*\* $p < 0.1$ , \*\*\* $p < 0.001$ .

При първия модел (табл. 21) в роля на независима поставихме оценка на емоциите на другите, а като зависими компонентите на тренировката ефективност. Резултатите, показват че повишаването на способностите за разпознаване на емоционалните състояния на другите води до увеличаване на увереността на тренировките за изграждане на позитивна нагласа към спорта ( $\beta = .238^{**}$ ) и общите нива на тренировката ефективност ( $\beta = .238^{**}$ ).

Таблица 22. Резултати от регресионния анализ

Показател	Оценка на собствените емоции			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Игрова стратегия	.222**	3.108	.002	.040
Техника	.205**	2.850	.005	.037

Забележка: \* $p < 0.5$ , \*\* $p < 0.1$ , \*\*\* $p < 0.001$ .

Следващият модел (табл. 22) представя регресионната зависимост между оценка на собствените емоции като независима и подскалите на тренировката ефективност като зависими променливи. Анализът разкри значителна положителна регресионна зависимост с увереността на тренировките да ръководят отбора си към постигане на успех ( $\beta = .222^{**}$ ) и обучението и изграждането на технико-тактически умения и навици ( $\beta = .205^{**}$ ). Нашите резултати потвърждават изнесеното в специализираната литература, че

оценката на собствените емоции се свързва с подskalата техника (Thelwell et al., 2008).

**Таблица 23.** Резултати от регресионния анализ

Показател	Регулиране на емоциите			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Игрова стратегия	.271***	3.836	.000	.068
Техника	.268***	4.066	.000	.082
Обща тренировъчна ефективност	.263***	3.710	.000	.064

Забележка: \* $p < 0.5$ , \*\* $p < 0.1$ , \*\*\* $p < 0.001$ .

Третият модел (табл. 23) представя зависимостта между регулация на емоциите и тренировъчната ефективност. Резултатите, показват че повишаването на нивата и използването на стратегиите, които могат да променят емоционалните състояния, включително отражение и преоценка на емоциите във важни ситуации, възприятия за емоционална стабилност и използване на стратегии като визуализация и търсене на подкрепа от другите водят до увеличаване нивата на увереност по подskalите игрова стратегия ( $\beta = .271^{***}$ ), техника ( $\beta = .268^{***}$ ) и общата тренировъчна ефективност ( $\beta = .263^{***}$ ).

**Таблица 24.** Резултати от регресионния анализ

Показател	Социални умения			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Игрова стратегия	.247**	3.479	.001	.056

Забележка: \* $p < 0.5$ , \*\* $p < 0.1$ , \*\*\* $p < 0.001$ .

На таблица 24 е представена регресионната зависимост между социалните умения, като независима и подskalите на тренировъчна ефективност като зависими. Анализът разкри значителна положителна регресионна зависимост. Високите стойности на способността да се променят емоциите на други хора чрез общи стратегии повишават увереността на тренировките да взимат правилни тактически решения в критични ситуации по време на мач ( $\beta = .247^{**}$ ).



Таблица 25. Резултати от регресионния анализ

Показател	Използване на емоциите			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Игрова стратегия	.179**	2.734	.007	.033

Забележка: \* $p < 0.5$ , \*\* $p < 0.1$ , \*\*\* $p < 0.001$ .

Резултатите разкриват зависимост и между използване на емоциите и игрова стратегия (табл. 25). Резултатите, показват че повишаването на осъзнаването на влиянието на емоциите върху резултатите от изпълнението увеличава и увереността на треньорите за изготвяне и следване на тактическия план ( $\beta = .179^{**}$ ).

Анализът разкри значителни положителни регресии (табл. 26) между вярата на треньорите в бъдещи успехи с всички компоненти на треньорската ефективност.

Таблица 26. Резултати от регресионния анализ

Показател	Оптимизъм			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Мотивация	.311***	4.460	.000	.092
Игрова стратегия	.292***	4.162	.000	.080
Техника	.297***	4.248	.000	.084
Изграждане на характер	.222**	3.100	.002	.044
Общо треньорска ефективност	.336***	4.871	.000	.113

Забележка: \* $p < 0.5$ , \*\* $p < 0.1$ , \*\*\* $p < 0.001$ .

Предвид спецификата на футболната игра, в която крайният успех изисква време, повишаването на положителните нагласи на треньорите за бъдещи успехи стимулират увеличаването на тяхната увереност да влияят върху активността на футболистите ( $\beta = .311^{***}$ ), да ръководят отбора по време на футболна среща ( $\beta = .292^{***}$ ), да обучават и изграждат технико-тактически умения и навици ( $\beta = .297^{***}$ ) и да влияят върху позитивното отношение към спорта ( $\beta = .222^{***}$ ). Всичко това води и до повишаване на общите нива на треньорска ефективност ( $\beta = .336^{***}$ ).

Анализът разкри значителна регресионна връзка между общата емоционална интелигентност и всички подскали на треньорската ефективност.

Данните показват (табл. 27), че увеличаването на общите нива на емоционална интелигентност води до повишаване нивата на мотивация ( $\beta=.286^{***}$ ), игрова стратегия ( $\beta=.338^{***}$ ), техника ( $\beta=.316^{***}$ ), изграждане на характер ( $\beta=.272^{***}$ ) и общо треньорска ефективност ( $\beta=.360^{***}$ ).

Нашите данни затвърждават твърденията, че общата ЕИ е силен предиктор на общата ТЕ (Afkhami et al., 2011).

Таблица 27. Резултати от регресионния анализ

Показател	Общо ЕИ			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Мотивация	.286***	4.067	.000	.077
Игрова стратегия	.338***	4.897	.000	.109
Техника	.316***	4.536	.000	.095
Изграждане на характер	.272***	3.849	.000	.069
Общо треньорска ефективност	.360***	5.269	.000	.130

Забележка: \* $p<0.5$ , \*\* $p<0.1$ , \*\*\* $p<0.001$ .

Получените резултати от корелационния и регресионния анализ, кореспондират с изнесеното в специализираната литература за силната връзка между емоционалната интелигентност и очакванията за треньорска ефективност (Thelwell et al., 2008; Afkhami et al., 2011; Hwang et al., 2013).

### III.5. Анализ на резултатите от изследването на лидерските стилове

Вариационният анализ на получените данните от изследването на лидерските стилове (табл. 28) разкрива, че с най-високи стойности е подскалата преподаване и инструктиране ( $M = 4.18$ ) т.е. изследваните треньори предпочитат най-често поведение, чрез което по време на тренировъчния процес да съблюдават и дават насоки и да правят корекции за представянето на отбора по време на тренировка и футболен мач. Следва

скалата съобразяване на ситуацията ( $M = 4.14$ ) – да се съобразяват с какви възможности разполагат играчите им и да променят натоварванията и трудностите, свързани с отделните игрови елементи. Треньорите по-рядко избират поведение, което да е насочено към оценяване на успехите и насърчаване на играчите (положителна обратна връзка  $M = 4.04$ ) и да дават съвети на футболистите в личен план (социална подкрепа  $M=4$ ). Изследваните треньори по-често използват авторитарно поведение ( $M = 3.6$ ), в сравнение с демократично поведение ( $M = 3.48$ ).

**Таблица 28.** Резултати от вариационния анализ на данните за лидерски стилове (N=201)

	$X_{min}$	$X_{max}$	$M$	$SD$
<b>Преподаване и инструктиране</b>	2.7	5	4.18	0.51
<b>Демократично поведение</b>	1.6	5	3.45	0.69
<b>Авторитарно поведение</b>	2.3	5	3.60	0.58
<b>Социална подкрепа</b>	2.5	5	4	0.52
<b>Положителна обратна връзка</b>	2.6	5	4.04	0.50
<b>Съобразяване на ситуацията</b>	2.6	5	4.14	0.43

Получените данни от нашето изследване и публикуваните резултати в специализираната литература, показват сходства (Burdette, 2008; Milek et al., 2011), но и известни различия (Gioldasis et al., 2013).

Сравнителният анализ установи статистически значими различия по част от изследваните показатели.

Налице са статистически значими различия спрямо притежаван лиценз по подскалата преподаване и инструктиране ( $F=3,584$ ;  $p=,015$ ). Треньорите, които притежават „А“ и „ПРО“ лиценз ( $M=4.39$ ;  $M=4.38$ ), предпочитат да използват повече обяснения, демонстрации и да правят корекции на футболистите по време на тренировки и мачове, за разлика от тези по-нисък лиценз „С“ ( $M=4.05$ ).

Сравнителният анализ на данните разкри значими различия по две от подскалите – авторитарно поведение ( $F=2,186$ ;  $p=,058$ ) и положителна обратна

вързка ( $F=2,160$ ;  $p=,060$ ). С най-високи стойности по подskalата авторитарно поведение са треньорите, които в момента не работят ( $M=3.96$ ), а с най-ниски треньорите, които работят с мъжки отбори ( $M=3.44$ ). От друга страна треньорите, които работят с деца и юноши са по-склонни да оценяват, окуражават и насърчават младите футболисти, да постигат положителни резултати, за разлика на треньорите, които работят с мъже.

Сравнителният анализ в зависимост от стажа като треньор разкри статистически значими различия по подskalата демократично поведение ( $F=2,917$ ;  $p=,023$ ). По-неопитните треньори ( $M=3.55$ ) и тези с над 15 г. стаж ( $M=3.53$ ) предпочитам да се допитват до футболистите при вземането на решения, за разлика от тези с 11-15 г. стаж ( $M=3.04$ ).

Не бяха разкри статистически значими различия по другите подскали. Нашите данни се различават с изнесеното в специализираната литература (McCormack, 2007; Gioldasis et al., 2013).

Данните от сравнителния анализ спрямо опита като футболист показват, че статистически значими различия има по подskalата преподаване и инструктиране ( $F=4,609$ ;  $p=,033$ ). Треньорите, които са били професионални футболисти предпочитат да проявяват повече поведение, насочено към даване на насоки и да правят корекции по време на тренировъчна и състезателна дейност ( $M=4.21$ ), спрямо треньорите с аматьорски опит ( $M=4.11$ ).

Сравнителният анализ не разкри статистически значими различия по подskalите в зависимост от възрастта на треньорите. Тези данни се различат от изнесеното в специализираната литература, че по-младите футболни треньори предпочитам да взимат решенията авторитарно, а по-възрастните демократично (Gioldasis et al., 2013).

Направеният корелационен анализ между компонентите на очакванията за треньорска ефективност и лидерските стилове разкри положителни

корелационни връзки (табл. 33). Нашите данни са сходни с публикуваните от Sullivan и колеги (2012).

**Таблица 33.** Резултати от корелационния анализ на данните за очаквания за тренировърска ефективност и лидерски стилове.

		<b>М</b>	<b>ИС</b>	<b>Т</b>	<b>ИХ</b>	<b>ОТЕ</b>	<b>ПИ</b>	<b>ДП</b>	<b>АП</b>	<b>СП</b>	<b>ПОВ</b>	<b>СС</b>
<b>М</b>	r	1										
<b>ИС</b>	r	,634**	1									
<b>Т</b>	r	,666**	,655**	1								
<b>ИХ</b>	r	,562**	,458**	,461**	1							
<b>ОТЕ</b>	r	,864**	,837**	,819**	,771**	1						
<b>ПИ</b>	r	,235**	,348**	,350**	,178*	,330**	1					
<b>ДП</b>	r	,077	,123	,051	,133	,121	-,149*	1				
<b>АП</b>	r	,096	,087	,122	,122	,127	,019	,491**	1			
<b>СП</b>	r	,271**	,296**	,269**	,230**	,322**	,309**	,485**	,274**	1		
<b>ПОВ</b>	r	,180*	,264**	,220**	,178*	,259**	,327**	,456**	,262**	,572**	1	
<b>СС</b>	r	,271**	,317**	,331**	,358**	,385**	,390**	,435**	,434**	,531**	,472**	1

\*\*p < 0.01 level (2-tailed)

\*p < 0.05 level (2-tailed)

**Забележка:** **М** – Мотивация; **ИС** – Игрова стратегия; **Т** – Техника; **ИХ** – Изграждане на характер; **ОТЕ** – Общо тренировърска ефективност; **ПИ** – Преподаване и инструкции; **ДП** – Демократично поведение; **АП** – Авторитарно поведение; **СП** – Социална подкрепа; **ПОВ** – Позитивна обратна връзка; **СС** – Съобразяване на ситуацията; **r** – Pearson correlation.

Получените данни показват, че увереността на тренировърите в техните способности да влияят върху психологическите процеси и активността на футболистите корелират с подскалите преподаване и инструктиране ( $r=235$ ;  $p=0.001$ ), социална подкрепа ( $r=271$ ;  $p=0.000$ ), съобразяване на ситуацията ( $r=271$ ;  $p=0.000$ ), позитивна обратна връзка ( $r=180$ ;  $p=0.014$ ).

Тренировърите с по-високи нива на подскалата мотивация предпочитат да използват повече насоки и да дават корекции по време на спортно-състезателна дейност, да дават съвети в личен план на футболистите и да съобразяват натоварванията с възможностите на играчите. Предполагаме, че тренировърите предпочитат поведение, в което да бъдат по-близки с футболистите, за да влияят върху тяхната мотивация.

Установихме, че увереността на тренировърите да ръководят и да взимат правилни тактически решения по време на мач имат корелационна зависимост с подскалите на лидерски стилове – преподаване и инструктиране ( $r=348$ ;

$p=0.000$ ), съобразяване на ситуацията ( $r=317$ ;  $p=0.000$ ), положителна обратна връзка ( $r=264$ ;  $p=0.000$ ) и социална подкрепа ( $r=296$ ;  $p=0.000$ ).

Данните от корелационния анализ установиха корелации между подskalата техника с предпочитанията на треньорите да участват пълноценно в тренировъчния и състезателен процес ( $r=350$ ;  $p=0.000$ ), като се съобразяват с нивото на футболистите ( $r=331$ ;  $p=0.000$ ). Треньорите, които се чувстват по-уверени да изграждат технико-тактически умения избират да дават лични съвети към играчите ( $r=269$ ;  $p=0.000$ ) и да оценяват техните успехи ( $r=220$ ;  $p=0.000$ ).

Треньорите, които се чувстват по-уверени да влияят върху позитивните нагласи към спорта, имат корелационни връзки с подskalите съобразяване на ситуацията ( $r=358$ ;  $p=0.000$ ), социална подкрепа ( $r=230$ ;  $p=0.002$ ), преподаване и инструктиране ( $r=178$ ;  $p=0.014$ ) и позитивна обратна връзка ( $r=178$ ;  $p=0.015$ ).

Корелационният анализ разкри положителни корелационни връзки между общата треньорска ефективност и лидерските стилове – преподаване и инструкции ( $r=330$ ;  $p=0.000$ ), социална подкрепа ( $r=322$ ;  $p=0.000$ ), позитивна обратна връзка ( $r=259$ ;  $p=0.000$ ) и съобразяване на ситуацията ( $r=385$ ;  $p=0.000$ ).

Нашите данни затвърждават изнесените данни за корелационната зависимост между очакванията за треньорска ефективност и лидерските стилове (Feltz et al., 1999; Sullivan & Kent, 2003; Myers et al., 2005).

За да разкрием по-задълбочено връзката между очакванията за треньорска ефективност и лидерските стилове използвахме стъпков регресионен анализ.

**Таблица 34.** Резултати от регресионния анализ

Показател	Мотивация			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Преподаване и инструктиране	.235**	3.299	.001	.050
Социална подкрепа	.271***	3.844	.000	.069
Съобразяване на ситуацията	.271***	3.842	.000	.069

Забележка: \* $p<0.5$ , \*\* $p<0.1$ , \*\*\* $p<0.001$ .

При първия модел (табл. 34) в роля на независима поставихме мотивацията, а като зависими поскалите на лидерските стилове.

Резултатите показват, че увеличаването на увереността в способностите на треньорите да влияят върху психологическите процеси и активността на футболистите води до повишаване на склонностите на треньорите да съобразяват натоварванията спрямо качествата на футболистите ( $\beta=.271^{***}$ ) и да общуват с тях извън терена ( $\beta=.271^{***}$ ). По-високите стойности на подскалата мотивация стимулират поведение, насочено към даване на повече корекции и насоки в спортно-състезателна дейност ( $\beta=.235^{***}$ ).

Таблица 35. Резултати от регресионния анализ

Показател	Игрова стратегия			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Преподаване и инструктиране	.348***	5.054	.000	.116
Социална подкрепа	.296***	4.223	.000	.083
Положителна обратна връзка	.264***	3.734	.000	.065
Съобразяване на ситуацията	.317***	4.565	.000	.096

Забележка: \* $p<0.5$ , \*\* $p<0.1$ , \*\*\* $p<0.001$ .

Следващият модел (табл. 35) разкри значителна положителна регресионна зависимост между игровата стратегия и подскалите преподаване и инструкции ( $\beta=.348^{***}$ ), социална подкрепа ( $\beta=.296^{***}$ ), положителна обратна връзка ( $\beta=.269^{***}$ ) и съобразяване на ситуацията ( $\beta=.317^{***}$ ).

Таблица 36. Резултати от регресионния анализ

Показател	Техника			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Преподаване и инструктиране	.350***	5.089	.000	.122
Социална подкрепа	.269***	3.813	.000	.068
Положителна обратна връзка	.220**	3.076	.002	.043
Съобразяване на ситуацията	.331***	4.790	.000	.110

Забележка: \* $p<0.5$ , \*\* $p<0.1$ , \*\*\* $p<0.001$ .

Резултатите от третия модел (табл. 36) показват, че по-високите стойности по подскалата техника стимулират поскалите преподаване и

инструктиране ( $\beta=.350^{***}$ ), съобразяване на ситуацията ( $\beta=.331^{***}$ ), социална подкрепа ( $\beta=.269^{***}$ ) и положителна обратна връзка ( $\beta=.220^{**}$ ).

Установихме регресионната зависимост (табл. 37) между изграждане на характер и подskalите съобразяване на ситуацията ( $\beta=.358^{***}$ ) и социална подкрепа ( $\beta=.230^{**}$ ).

Таблица 37. Резултати от регресионния анализ

Показател	Изграждане на характер			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Социална подкрепа	.230**	3.218	.002	.048
Съобразяване на ситуацията	.358***	5.225	.000	.123

Забележка: \* $p<0.5$ , \*\* $p<0.1$ , \*\*\* $p<0.001$ .

Резултатите разкриват значителна регресионна зависимост между общата тренировърска ефективност и на лидерските стилове (табл. 38). Тези данни кореспондират с твърденията на Sullivan и Kent (2003).

Таблица 38. Резултати от регресионния анализ

Показател	Общо тренировърска ефективност			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Преподаване и инструктиране	.330***	4.773	.000	.104
Социална подкрепа	.322***	4.642	.000	.099
Положителна обратна връзка	.259***	3.658	.000	.062
Съобразяване на ситуацията	.358***	5.686	.000	.144

Забележка: \* $p<0.5$ , \*\* $p<0.1$ , \*\*\* $p<0.001$ .

Получените резултати от корелационния и регресионния анализ затвърждават изнесените твърдение в специализираната литература за възможностите на тренировърската ефективност да се използва като надежден предиктор на лидерските стилове на поведение (Feltz et al., 1999; Sullivan & Kent, 2003; Feltz et al., 2005; Hwang et al., 2013).



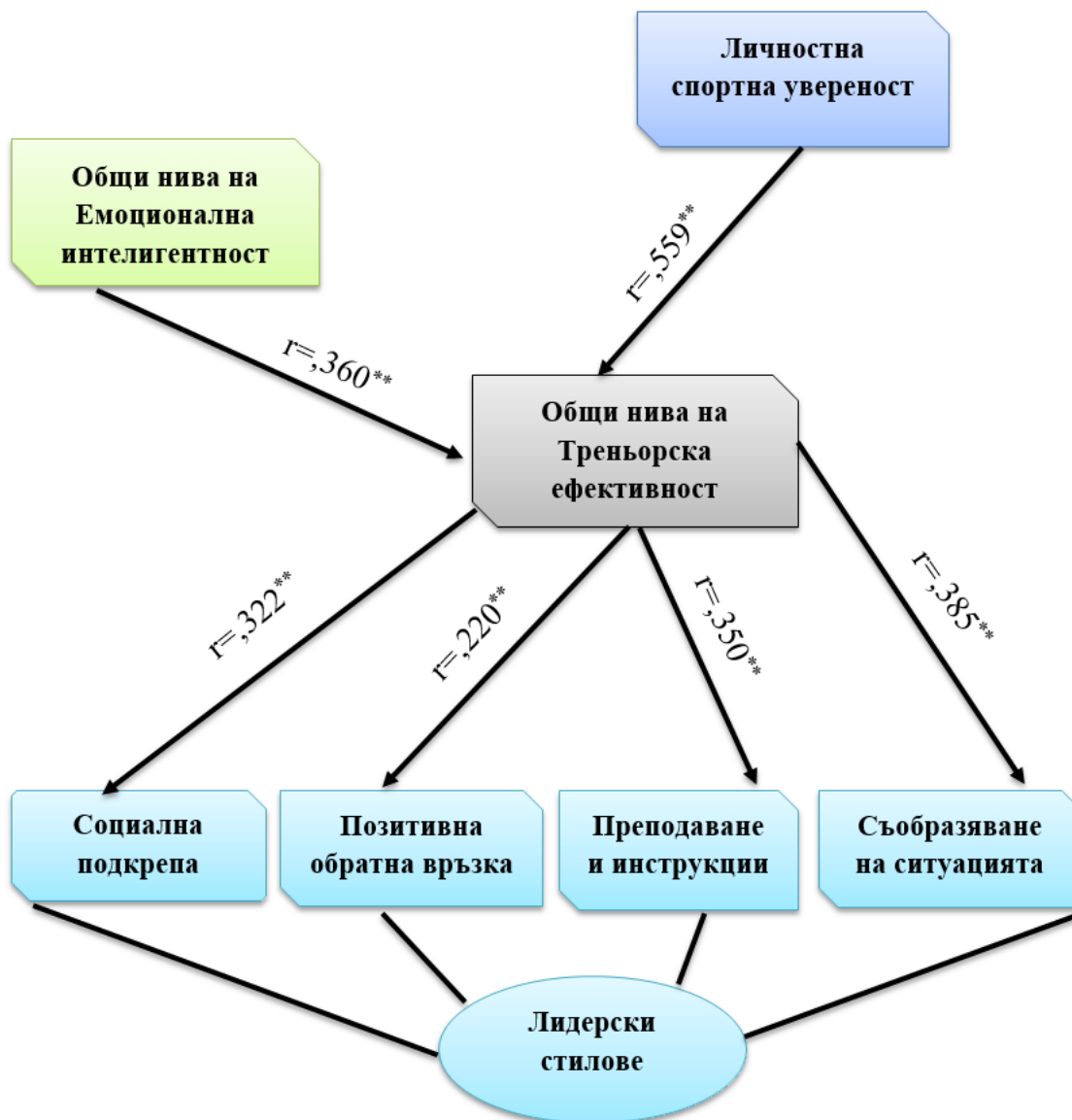
### **III.6. Проверка на хипотетично-теоретичния модел на изследването**

Получените резултати от изследването на трениорите по футбол ни позволяват да проверим хипотетично-теоретичния модел на изследването.

Нашите данни кореспондират с изнесените твърдения в специализираната литература, че по-високите нива на общата емоционална интелигентност стимулират увеличаването на общите нива на очакванията за трениорска ефективност. От своя страна трениорската ефективност може надеждно да прогнозира лидерските стилове на поведение (Hwang et al., 2013; Mehrparvar & Moosav, 2016; Teques et al., 2019). Получените резултати затвърждават тези становища.

Анализите на получените резултати разкриха значителни положителни зависимости между личностната спортна увереност и общата трениорска ефективност.

В заключение установените взаимовръзки между емоционалната интелигентност, личностната спортна увереност, трениорската ефективност и лидерските стилове потвърждават нашия хипотетично-теоретичен модел (фиг. 38).



**Фиг. 38.** Финален модел на изследването

**Забележка:** Посочените резултати са коефициентите на корелация между променливите при ниво на статистическа значимост  $*p<0.05$ ,  $**p<0.01$ .

## Изводи и препоръки

Направеният теоретичен анализ и получените резултати от изследването ни дават основание да изведем **следните изводи**:

1. Изследваните треньори по футбол имат най-високи очаквания за треньорска ефективност по отношение на подskalите мотивация, техника и изграждане на характер, а най-ниски по подskалата игрова стратегия, която е фундаментална за футболната игра. Нашите резултати подкрепят данни от други изследвания на треньори в България и Турция, но се различават с тези в Португалия.

2. Установени са статистически значими различия по подskатала игрова стратегия. Треньорите, с по-голям стаж в професията, възраст, по-висок лиценз и опит като професионални футболисти се чувстват по-уверени в способностите си да водят отбора си по време на футболна среща към успех и да взимат критични тактически решения в игрова обстановка.

3. Резултатите разкриха значителна връзка между спортна увереност и очакванията за треньорска ефективност. По-високите нива на личностна увереност стимулират общата треньорска ефективност.

4. Анализът на специфичните фактори, които дават увереност на треньорите разкриват положителна реципрочна връзка между мотивацията и увереността на треньорите с тези на футболистите. От друга страна резултатите показват, че възможността за използване на предимствата на компютърните технологии в спортно-състезателната дейност има най-слабо влияние върху увереността им.

5. Най-силно негативно влияние върху увереността на треньорите оказват предимно външни фактори – състоянието и мотивацията на футболистите, липсата на пълноценна подготовка за дадена среща и наличната материална база. Докато факторите като липсата на увереност, опита като треньор, слабия

емоционален контрол по време на среща и невъзможността за създаване на самокритичност у футболистите са най-слабо посочвани.

6. Установихме значителни корелационни и регресионни взаимовръзки между емоционалната интелигентност, очакванията за тренировъчна ефективност и лидерските стилове на поведение. По-високите нива на емоционалната интелигентност повишават и могат да предсказват тренировъчната ефективност. Моделът за тренировъчна ефективност от своя страна може надеждно да прогнозира тренировъчното поведение. Нашите данни потвърждават изнесените в специализираната литература.

7. Получените данни потвърдиха нашия хипотетично-теоретичен модел на изследването, както и поставянето на личностната спортна увереност към модела на тренировъчна ефективност на Horn (2002) и модифицирания модел на Hwang и колеги (2013), като психологически конструкт пряко влияещ върху очакванията за тренировъчна ефективност.

На базата на направения теоретичен анализ, получените резултати и обобщени изводи, можем да изведем **следните препоръки**:

1. В подготовката на тренировъчните кадри е нужно да се наблегне повече върху знанията и уменията им по отношение на тактическата подготовка. По този начин тренировъците по футбол биха придобили по-голяма увереност и стабилност в техните способности за водене на отбора към успех по време на мачовете.

2. Провеждане на допълнителни семинари с тренировъците по футбол за представяне и овладяване на техники и стратегии за повишаване на техните емоционални способности и емоционалния контрол.

3. Да се отделя повече време и внимание за запознаване и обучение на тренировъците с най-новите компютърните технологии и практическото им приложение в тяхната професия.

## **ПРИНОСИ В ДИСЕРТАЦИОННИЯ ТРУД**

1. Направено е мащабно изследване в рамките на България сред 201 треньори по футбол от различна възраст, опит като футболист, притежаван лиценз, стаж като треньор и възраст на футболистите, с които работят в момента по отношение на треньорската ефективност, спортната увереност, емоционалната интелигентност и лидерските стилове.

2. Проведеният сравнителен анализ очертава спецификата и динамиката на треньорската ефективност, емоционалната интелигентност, спортна увереност и лидерските стилове при треньорите с различен лиценз, възраст, възраст на футболистите, треньорски и състезателен опит.

3. Изведени са основните специфични източници, които влияят положително и негативно върху треньорската увереност при треньорите по футбол.

4. Изследването разкри възможности за прогнозиране на треньорската ефективност чрез емоционалната интелигентност и спортната увереност.

5. Установени са силни взаимовръзки между изследваните психологически променливи, като на тази база е предложен модифициран модел за треньорска ефективност.

### Списък с публикации по темата на дисертационния труд

1. **Проданов, Г., Янчева, Т.** (2017). Изследване върху очакванията за треньорска ефективност и специфични източници на треньорска увереност при треньора по футбол. *Личност. Мотивация. Спорт. том.21*, НСА Прес, С. с.62-68.
2. **Iancheva, T., & Prodanov, G.** (2018). Influence of Emotional intelligence on coaching efficacy expectations among football coaches. *Journal of Applied Sports Sciences*, Vol. 02, 59–72.
3. **Iancheva, T., & Prodanov, G.** (2019). Emotional intelligence and leadership style among bulgarian football coaches. *Journal of Applied Sports Sciences*, Vol. 02, 63–76.

**NATIONAL SPORTS ACADEMY “VASSIL LEVSKI”**

---

**DEPARTMENT „FOOTBALL AND TENNIS“**



**Gancho Prodanov Prodanov**

**RESEARCH ON COACHING EFFICACY EXPECTATIONS AND  
SPECIFIC SOURCES OF SELF-CONFIDENCE AMONG FOOTBALL  
COACHES**

**ABSTRACT OF PhD THESIS**

**For receiving the award Educational and scientific degree "Doctor" in  
Code of professional field: 7.6 “Sports”, PhD Programme “Theory and  
Methodology of Sports Science”**

**Scientific adviser:  
Prof. Tatiana Iancheva, DSc**

**Sofia, 2020**

The PhD thesis was discussed and allowed to be defended during an extended session of the Department of football and tennis at NSA "Vasil Levski", which was held on the 27<sup>th</sup> February 2020. The full volume of the dissertation is 159 pages. The text of the dissertation includes 38 tables and 38 figures. The list of references contains 165 titles (49 in Cyrillic and 116 in Latin).

The defense of the PhD thesis will be held on the 7<sup>th</sup> of May 2020 at 14:00 pm in NSA "Vassil Levski", Studentski grad.

*Note: The numbering of the tables and the figures in the abstract of PhD thesis is in correspondence with the numbering in the PhD thesis.*



## **Introduction**

In football including the technical-tactical and physical preparation the main factor for one team to be successful is the mental stability and confidence in the implementation of specific actions in the game. In many cases the football matches are won not because of the technical and tactical building of the team but because of the motivation and faith in the success.

In order the above to be completed the coaches play a major role. In most cases their work is neglected and they are in the shadows because of the actions of the football players. It should be remembered that most of the football players' actions are dictated by the indications and instructions of their coaches.

The coaches' behavior can stimulate their players in order to perform excellently but also to decrease the level of their willingness for the game. The sport field has specific requirements for the coaches as well.

The football game is distinguished with its attractive actions on the field however, they provoke a lot of emotions which create a constant pressure on the coaches' abilities to recognise them correctly, to keep self control and regulation.

On the other hand, the coaches' feelings for their personal abilities and confidence is linked to their choice of behaviour and communication with the football players.

In the specialized literature research for the coaches' efficacy are one step behind for those connected with the players, but nowadays the interest in the scientific field for the influence in the confidence of the choice for the behaviour of the coaches is increased.

In the current PhD thesis the goal is to reveal the level of confidence in the football coaches' abilities to be effective in the training and competitive process, their abilities to perceive and control their emotions, in meantime they have chose

the most appropriate behaviour for the governing of the sports racing activities and to show the specific sources for the coaches' confidence.

## **First Chapter**

### **Literature Review**

The external theoretical research basis is presented in a couple of paragraphs.

**In the first and second** it is reviewed the appearance and development of the football game and it reveals the social and psychological characteristics of the game.

The country where football originated from is England. On the 26<sup>th</sup> of October 1863 the Constitutive Conference in London was held, where eleven football clubs and schools have agreed to set up the first in the world Football Association (FA). At the end of the year the first official regulations for football was published (Harvey, 2005) .

In Bulgaria, the football game has been brought from the gymnastic Switzerland teachers (Mitev, 2008). The biggest success of the Bulgarian national football team is the fourth place in the World Cup in 1994 (Paitashev, 2001).

The social effects of the achieved results in football are linked to the high expectations of the viewers in order for the results to be constantly positive. This determines the high expectations of the performance of the football players (Iancheva, 2006).

A number of authors reveal the strong relationship and the social importance of the game to the community across the years (Burdarov, 2014).

The intensification and commercialization in the different fields of life, including football, requires from the players and managers to constantly perfect the functions, technical and psychological quality and tactical abilities. The football game is characterised like a sport, requiring a win, this is accomplished with direct

outplayings of the opponent in a low predictable, with constantly changing parameters in the area (Simov, 2006).

Generally, football has a main social task to give joy and create positive emotions in the people who practice and watch this sport.

One of the psychological characteristics of the game is the duration of the football games. Carling (2010), states that one player plays with the ball for 53 seconds for 90 minutes on average, this is less than 1 % from the playing time (Carling, 2010). Having considered this, keeping the concentration for such a long time puts the players in a very difficult situation (Beswick, 2010). On the other hand, the football game is not just a game of movements, it also contains a lot of emotions. This creates a requirement for the players and coaches for being familiar with the techniques of control and regulation of the emotions and behaviour. The maintenance and development of the motivation and confidence for achieving positive results for the players and coaches is another important requirement for their mentality.

In the next paragraph are stated the social - psychological, educational and personal characteristics of the coach. The coach needs a high educational, theoretical and practical competence and specialised knowledge in his / hers field. The modern coach has to possess and develop his / her coaching philosophy because this helps him / her to take the correct decisions in critical situations during the training and competition, to place the needed tasks in order to fulfil the success and development of the players (Burton & Raedeke, 2008).

Georgiev and Domuschieva - Rogleva (1997) state three basic systems of the interdependence in the social relationship between the coaches and athletes, which are in the base of the regulation for interpersonal relationship: threat, integration, exchange (Georgiev, Domuschieva - Rogleva, 1997).

According to Avgustaki (2001) the coach's competency is expressed in the following: (1) prepared physically; (2) to be familiar with the theoretical material; (3) to express creativity and scientific approach (Avgustaki, 2001).

Beswick (2001, 2015), states that the main reason for the success of the coaches is to be in good terms with its athletes, also the coach has to have the ability to explain the reasons for their behaviour (Beswick, 2001, 2015). The meaningful professional psychological abilities and qualities of the coach include: a pure vision of development, adequate motivation, leadership abilities, communicative abilities, confidence, the ability to create enthusiasm, emotional control, psychological stability, moral qualities, strong - willed qualities and intellect (Iancheva, 2004).

**In the fourth paragraph** it is presented the social - cognitive theory and the theory for the expectations for self-efficacy, the conceptual model for the expectations for the coaching efficacy and the working model for it.

Albert Bandura created the Self-Efficacy theory developed in the frames of social-cognitive theory (Bandura, 1977, 1986). The beliefs of the Self-Efficacy can be defined as: *"the beliefs of the people and their capabilities to produce designated levels of performance that exercise the influence over events that affect their lives"* (Bandura, 1994, p. 71).

Feltz et al. (1994) presents a coaching efficacy model which *"provides a basic framework for studying the relations between coaching efficacy expectations, coaching behavior, motivation and athletes' performance"* (Iancheva, 2012, p. 65). Thus, the authors developed a conceptual framework, which was formulated in Bandura's works (1977, 1994).

The authors define coaching efficacy as *"the degree to which coaches believe they have the capacity to influence the training and performance of their athletes"* (Feltz et al., 1994, p. 765).

The concept of coaching efficacy is presented in table 3. In the model the authors included four dimensions: game strategy, motivation, teaching technique, character building. They are defined as follows (Feltz et al., 2008):

- Game strategy efficacy - the confidence that the coaches have in their own abilities to coach during competition and lead their team to successful performance.
- Motivation efficacy - the confidence of the coaches in their ability to affect the psychological skill and states of their athletes and to stimulate their activities.
- Technique efficacy - is the confidence of the coaches in their instructional, diagnostic skills to build technical and tactical skills and habits of the football players.
- Character building efficacy - the confidence of the coaches in their ability to influence the personal development and positive attitude towards the sport in their players.

Feltz et al. (1999), explains that the expectations of the coaching efficacy is influenced by a couple of sources which can increase or decrease the confidence in the coach. They are linked and with the conception of Bandura for self-efficacy (Feltz et al., 1999).

**Table 3.** Conceptual Model of Coaching Efficacy (Feltz et al. 1999)

Sources of Coaching efficacy	Coaching efficacy dimensions	Outcomes
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Extent of coaching experience/preparation</li> <li>● Prior success (won-lost record)</li> <li>● Social support</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Game strategy</li> <li>● Motivation</li> <li>● Technique</li> <li>● Character building</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Coaching behaviour</li> <li>● Player/team satisfaction</li> <li>● Player/team performance</li> <li>● Player/team efficacy</li> </ul>

In the conceptual plan the expectations of the coaching efficacy are esteemed for cognitive mediator between the sources and results.

In 2002 Horn outlined the relationship between the external influences, expectations, beliefs and behaviour of the coach, feelings and presentation for the players, so he has developed the Working model of Coaching effectiveness (Horn, 2002).

In the following paragraphs are presented the psychological variables - confidence in the sport, emotional intelligence and leadership styles for the coaches, also their relationship is stated in relation to the coaching efficacy.

In 1986 Robin Vealey created a conceptual model for sports confidence. The model is the first specified for the sports connected with the confidence in the specialised literature. Vealey defines the sports confidence like “*the confidence or the degree of security for the people regarding their abilities to be successful in the sports*” (Vealey, 1986, p. 222).

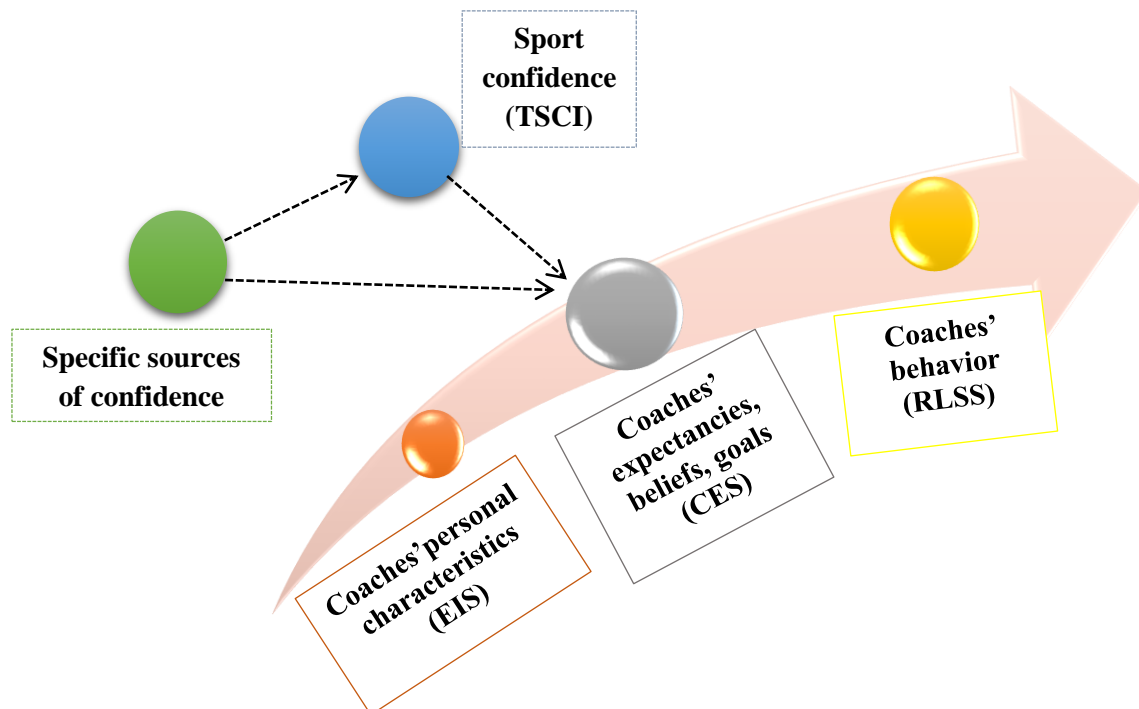
Salovey and Mayer (1990) created the first conceptual model for emotional intelligence which presents the successful functioning of the people in the society. The authors define the emotional intelligence as: “*the ability of observation of the personal and the other people's feelings and emotions, it is important to differentiate them and to use this information for managing the thinking and actions of the person*” (Salovey & Mayer, 1990, p. 189).

The leadership style of every coach is the main factor which influences on the performance of a separate athlete or the team as all (Vincer & Loughhead, 2010).

Using the literature review in the last paragraph of the first chapter it is presented as the hypothetical structural model of the research (figure 11).

Our research is based on the suggestions of Hwang et al. (2013), the model presents the influence of EI on LS, including CE, with all this we broaden the model when we add another two variables. We believe that the expectations for the coaching efficacy are influenced from different specific sources for the confidence and the formed in the coaches sports confidence. We assume that the relationships

between the two new variables with the expectations of the coaching efficacy will show new hypothetical relationships and they will allow a deeper research related to the problem.



**Figure 11.** Hypothetical structural model of the research

## **Second chapter**

### **Methodology of the research**

#### **II.1. Working hypothesis for the research**

Using the completed literature review, our observations in the racing sports practice and the hypothetical structural model of the research, we accumulated the following basic hypothesis:

- Assuming that the coaches' confidence and emotional intelligence have an influence on the coaching efficacy expectations, this is linked with the choice of the coaching behaviour and leadership styles.

The private hypothesis are linked to the following conclusions:

- Assuming that the coaches' experience, the racing sports experience like a football player and his / hers accomplishments have an impact on the expectations for the coaching efficacy.
- Assuming that the coach's sports confidence has an impact on the expectations of the coaching efficacy.
- Assuming that the specific factors have an impact on the building of the coach's confidence in the sports.
- Assuming that there are relationships between the emotional intelligence and leadership style of the coach.

## **II.2. Aim and tasks of the research**

The aim of the current study is to research the expectations of the coaching efficacy in the football in Bulgaria, to reveal the specific sources which have positive or negative impact on the coach's confidence and reveal the relationships in the coaching efficacy expectations, emotional intelligence and leadership styles for the coaches.

In order to realize the settled aim we used the following tasks:

1. Researching the coaching efficacy expectations related to the football coaches who have different experience as a coach and a player, qualification and age.
2. Investigating the level of sports confidence in the football coaches and their influence on the coaching efficacy expectations.
3. Using specified sources of confidence and their impact on the coaching efficacy expectations.
4. Establishing the relationships between the emotional intelligence, coaching efficacy and leadership styles within the investigated football coaches.



### II.3. Object of the research

The object of the study are 201 Bulgarian football coaches aged between 19 and 66 years with different qualifications, experience as a coach, sports experience and level of work (table 6).

For the purpose of the research the coaches were divided in subgroups based on the age (7 groups), the age of the football players which they worked with (5 groups), possessing licence (5 groups), experience as coach (5 groups) and experience as football player (2 groups).

**Table 6.** Respondents, divided in subgroups

		N			N
<b>Age of the coaches</b>	20-25 ages	27	<b>Level of qualification - licence</b>	„C“ licence	72
	26-30 ages	34		„B“ licence	65
	31-35 ages	50		„A“ licence	35
	36-40 ages	46		“B” GK	16
	41-45 ages	27		„PRO“ licence	13
	46-50 ages	9		<b>Total</b>	<b>201</b>
	Over 51 ages	8	<b>Experience as coach</b>	0-2 years	71
	<b>Total</b>	<b>201</b>		3-6 years	68
<b>Age of the football players</b>	6-9 years old	23		7-10 years	37
	10-14 years old	66		11-15 years	15
	15-18 years old	49		Over 15 years	10
	Male	45		<b>Total</b>	<b>201</b>
	Coaches, who are not coaching at the moment	18	<b>Experience as football player</b>	Amateur	106
	<b>Total</b>	<b>201</b>		Professional	95
				<b>Total</b>	<b>201</b>

### II.4. Subject of the research

The subject of the study is based on the theoretical analysis of the physiological variables which have an impact on the effectiveness of the coach's activity:

- Coaching efficacy expectations
- Leadership styles

- Specific sources of confidence and sports confidence.
- Emotional intelligence.

#### **II.4. Methodology of the research**

In order to complete the aim and the tasks for the current study the following methods were used:

1. **Theoretical and logical analysis of the literature sources;**
2. **Experiment where it was used the complex methodology which includes:**

❖ **Coaching Efficacy Scale** (CES; Feltz et al., 1999) adapted in Bulgarian by Iancheva (2012). CES includes four subscale: Game strategy, Motivation efficacy, Character building efficacy, Teaching technique efficacy.

❖ **Trait Sport Confidence Inventory** (TSCI; Vealey, 1986) adapted in Bulgarian by Zhelyazkova - Koynova, Savcheva (2008). We used a modified version for the coaches.

❖ **The Schutte Self Report Emotional Intelligence Test** (SSEIT; Schutte et al., 1998) adapted in Bulgarian by Iancheva, Prodanov (2019). We used two models to interpret the questionnaire - the original model developed by Schutte and colleagues (1998) and suggestions by Lane and colleagues (2007). The second includes six subscales: appraisal of others' emotions, appraisal of own emotions, regulation of emotions, social skills and utilization of emotions, optimism.

❖ **Revised Leadership Scale for Sport** (RLSS; Zhang et. al., 1997). The questionnaire has three forms. For the purposes of our study, we used the third form, which measures coaching behavior through his / hers self-perception. RLSS includes six subscales: Training and instruction behavior; Democratic behavior; Autocratic behavior; Social support behavior; Positive feedback behavior; Situational consideration behavior.

❖ **Specially designed for the purpose of the research, the methodology for examining the specific sources which cause a positive or negative impact on the coach's confidence** (Iancheva, Prodanov, 2017).

3. **Mathematical and statistical methods.** The programme pack SPSS 19.0 was used for the statistical processing of the received experimental data. The following statistical methods were used:

- Variational analysis;
- Comparative analysis - ANOVA;
- Correlation analysis - Pearson;
- Regression analysis - Stepwise;

## **II.5. Organisation of the research**

The study and the writing of the scientific work included three basic stages:

1. **Preliminary stage of the research** ( March 2017 - March 2018). During this period the following activities were realised:

- Defining the nature and range of the topic in the PhD thesis.
- Receiving the literature sources related to the problem.
- Developing the preliminary working hypothesis on the basis of the received literature sources.
- Composing the working plan of the PhD thesis and defining the aim, tasks and phases of the study.

2. **The basic phase of the research** ( March 2018 - March 2019). Completed activity in this phase:

- Preparing and selecting the methodologies needed for the conducting of the study.
- Conducting the actual study.
- Writing the first and second chapter of the PhD thesis.

3. **Conclusion phase** ( March 2019 - March 2020) includes:

- Processing and interpreting the results of the actual study while using the mathematical and statistical methods. Preparing the tables and figures for the explanation of the received results;
- Writing the third chapter and using the basic conclusions for the actual study.
- Presenting the PhD thesis for the discussion in front of the department.
- Preparing the conduction of the internal protection of the PhD thesis.

## **Third chapter**

### **Analysing the results**

#### **III.1. Analysing the results of the research for the coaching efficacy expectations**

The results of the variational analysis from the research of the coaching efficacy expectations (table 7) shows that the average age for the examined coaches is 35,11 years, the average coach's experience is 5.34 years, while the experience of the football players is longer than the one of the coaches - 10,16 years.

The received data related to the separate subscales for the coaching efficacy expectations are relatively close.

The examined coaches have the highest average results in the subscales motivation efficacy ( $M = 7,95$ ) and technique efficacy ( $M = 7,94$ ), this means that the football coaches are the most confident in their abilities to influence the activity of their players. This is a very interesting fact that in most of the cases after a loss the coaches state that the reason is the low motivation and the lack of desire in the football players. The subscale technique efficacy represents the confidence in the

players to build the technical and tactical abilities and habits in its players. This includes the specific education in the junior football team.

The average values for the coaches' confidence in the ability to influence the positive attitudes in the athletes- are in the third place - subscale Character building efficacy ( $M = 7,76$ ).

The results show that the lowest values are the subscale which is probably the most important in the football – game strategy efficacy ( $M = 7,29$ ). The coaching efficacy expectations in relation to the game strategy which is connected to the coaches' confidence to prepare a tactical plan for a particular football match, to intervene adequately during the game and to manage the separate players and team in order to lead to positive outcomes. The received result is disturbing taking into account that the football is a game where the initial tactic for a particular match can change in a couple of seconds during the actual match (receiving a red flag, injury of a key player, changing in the opponents' team tactic and others). It is because the coaches are feeling more confident in the most fundamental part of their profession that is disturbing. Supposing that one of the reasons for this result is that the coaches realize the importance of the task and its huge influence on the players. It is possible that this can create a fear of failure and uncertainty in them.

**Table 7.** Coaching efficacy expectations - Descriptive statistics of study variables (N=201)

	<b>X<sub>min</sub></b>	<b>X<sub>max</sub></b>	<b>M</b>	<b>SD</b>
<b>Age</b>	19	66	35.11	8.37
<b>Experience as a football player</b>	0*	20	10.16	5.97
<b>Experience as a coach</b>	0**	28	5.34	4.88
<b>Motivation efficacy</b>	4.1	9	7.95	0.85
<b>Game strategy efficacy</b>	4.7	9	7.29	0.91
<b>Technique efficacy</b>	6	9	7.94	0.70
<b>Character building efficacy</b>	4.8	9	7.83	0.92
<b>Total coaching efficacy</b>	5.4	9	7.76	0.70

\* The years shown are for the experience of a professional football player.

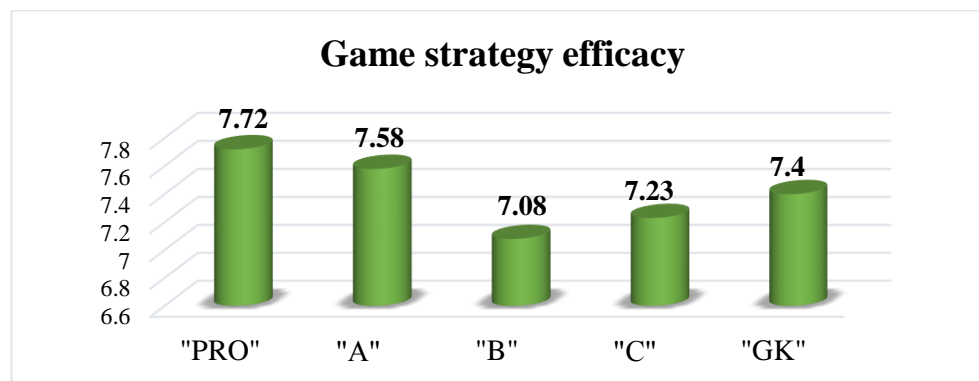
\*\* Former professional football players have the right to participate in the courses of the Bulgarian Football Coaching School without having coaching experience.

Similar results are received and in other research amongst the football coaches (Gencer, 2011; Caliskan & Baydar, 2016; Prodanov, Iancheva, 2017; Iancheva & Prodanov, 2018), others are different (Duarte, 2014).

One of the tasks of this study was to establish the influence of the different factors (age of the coaches, the football players' experience, the possessed licence, the coaching experience and the athletes' age whom they work with now) about the coaching efficacy expectations.

The results of the comparative analysis in relation to the licence owned are showing the statistical difference in the subscale of the game strategy efficacy ( $F = 2,650$ ;  $p = 0,35$ ).

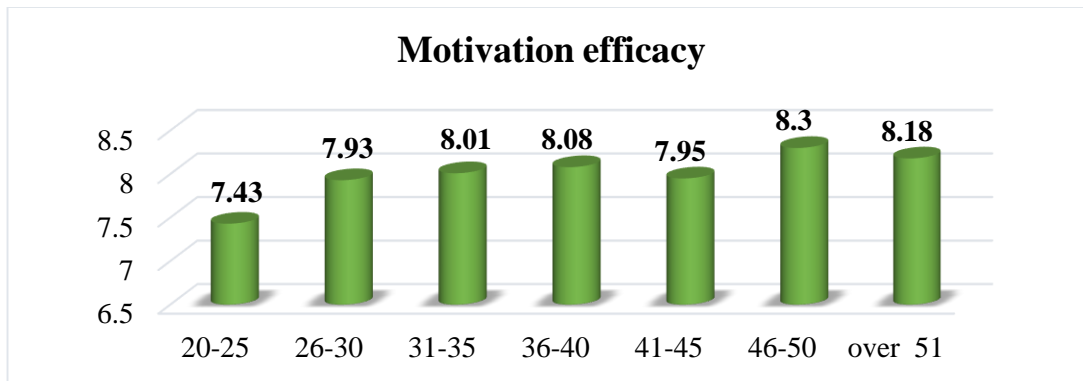
The highest results (figure 12) are related to the coaches who possess higher licences ("A" and "PRO"). Our data confirm the statements in the specialised literature for the influence of the coaches' education on the coaching efficacy (Malete & Feltz, 2000; Lee et al., 2002; Sullivan et al., 2012).



**Figure. 12.** Mean values of subscale game strategy efficacy (factor - level of qualification)

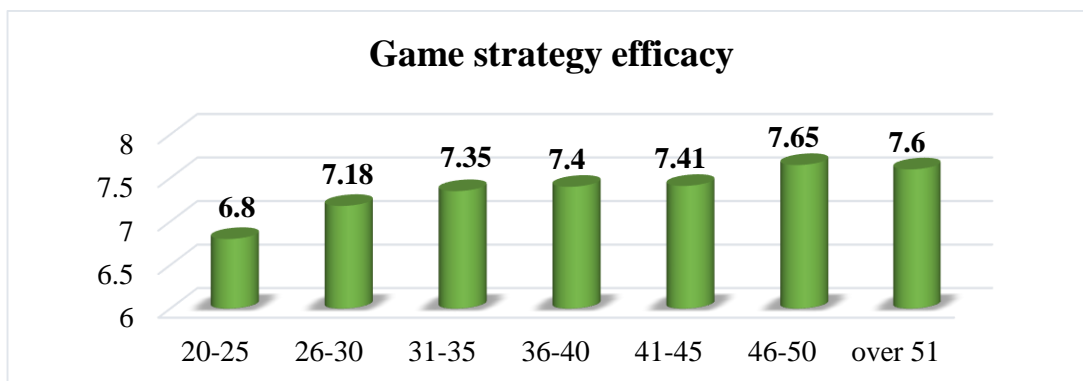
In the analysis of the literature sources it was found that the research for the influence of the coaches' age for the components of the coaching efficacy.

The comparative analysis proves that there are statistically significant differences in the motivation efficacy subscale ( $F=2,272$ ;  $p=,038$ ). The youngest football coaches (figure 13) grade their abilities for motivating and maintaining the activity the lowest ( $M = 7,44$ ) in comparison with the older ( $M = 8,18$ ).



**Figure. 13.** Mean values of subscale motivation efficacy (factor - age of coaches)

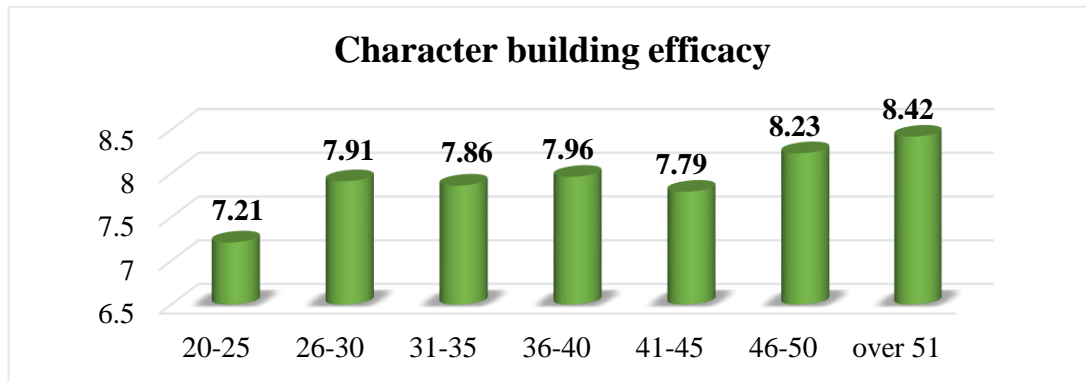
The results show significant differences on the subscale as well. The details reveal (figure 14) that the confidence in the abilities to manage and take the correct tactical decisions during the match have an influence on the age of the coaches. Again the youngest coaches have the lowest average values ( $M = 6,80$ ) in comparison with the coaches aged between 45 and 50 years ( $M = 7,65$ ).



**Figure. 14.** Mean values of subscale game strategy efficacy (factor - age of coaches)

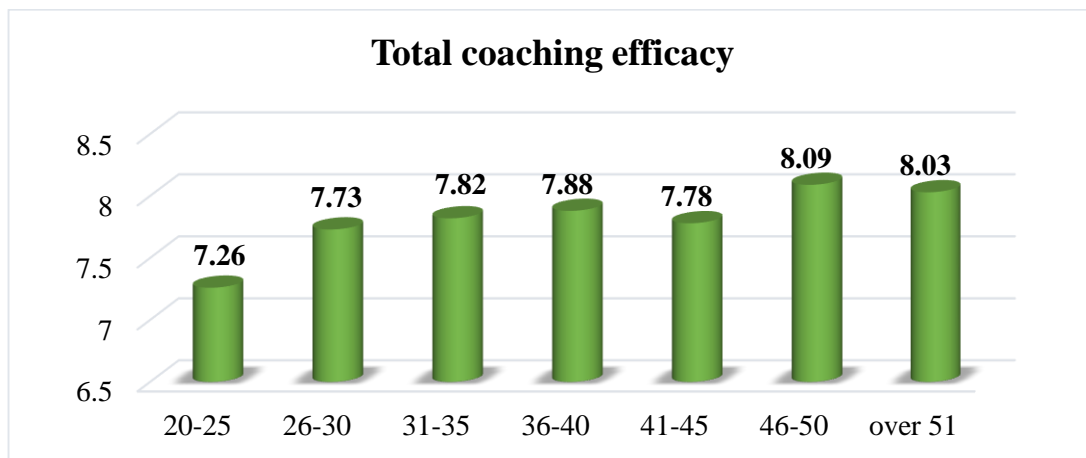
The significant differences (figure 15) are established and in relation with coaches' confidence in their abilities to influence on the football players positive attitude towards the sport ( $F=3,282$ ;  $p=,004$ ). Having the impression that the youngest coaches are with the lowest grades ( $M = 7,21$ ) in comparison with the oldest ( $M = 8,42$ ). It is interesting that it is not observed the same positive relation to increasing the values as the age. The coaches in the age between 41 and 45 have the second lowest grades ( $M = 7,79$ ). The data shows that after the values increase there is a low decrease followed by an increase. We can assume that in these given

periods the coaches lose part of their confidence because of the build up of psychological fatigue which is formulated due to the constant tension in the game but when the time passes they are able to find new psychological mechanisms in order to overcome them.



**Figure. 15.** Mean values of subscale character building efficacy (factor - age of coaches)

The comparative analysis states the significant statistical differences ( $F=3,350$ ;  $p=,004$ ) in the total coaching efficacy (figure 16). Again the younger coaches have the lowest values ( $M = 7,26$ ) in comparison with the oldest (between 45-50 years –  $M=8,09$ ; above 51 years –  $M=8,03$ ).



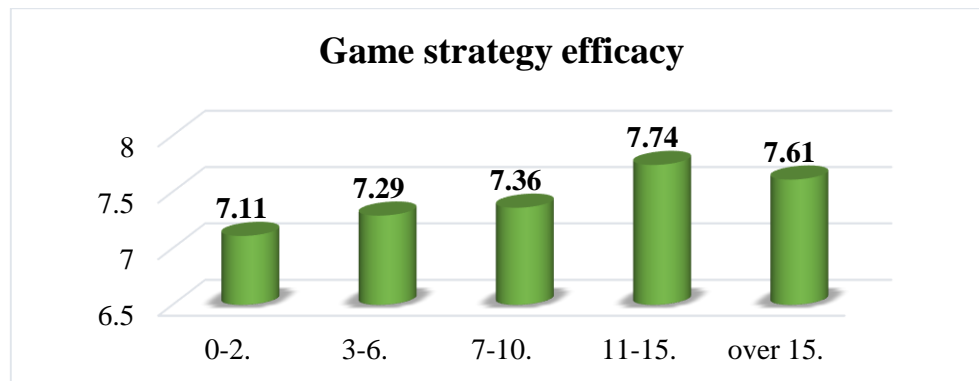
**Figure. 16.** Mean values of total coaching efficacy (factor - age of coaches)

The received data gives us the reason that the age of the coaches has a significant influence on their confidence. On the basis of our results we can suggest



that the coaches in the middle and mature age are more confident in their abilities in comparison with the younger coaches who need time to build their confidence.

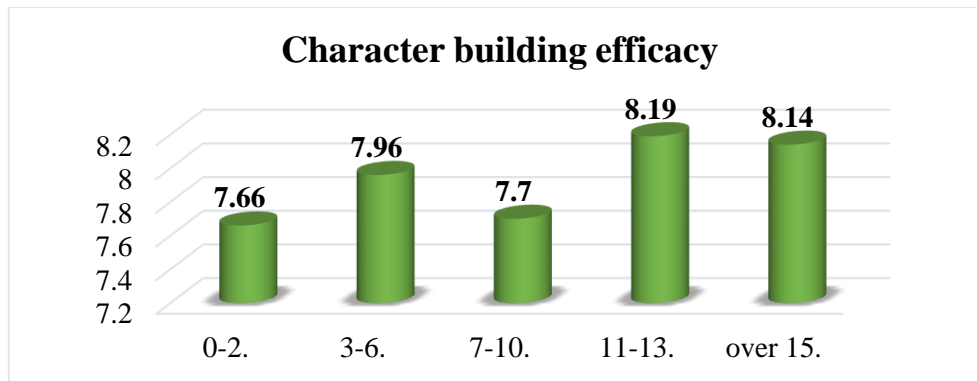
The comparative analysis of the results showed the significantly statistical differences using the indicator of the coaching experience in two of the subscales: game strategy efficacy ( $F=2,035$ ;  $p=,091$ ) and building character efficacy ( $F=2,028$ ;  $p=,092$ ).



**Figure. 17.** Mean values of subscale game strategy efficacy (factor - experience as a coach)

The coaches who have experience to 2 years feel least confident in their abilities during a football match in order to take the correct decisions and to recognise the weak and strong sides of the opponent's team ( $M=7,11$ ) in contrast with the coaches who have experience in this field for more than 15 years ( $M=7,61$ ). When building up the coaching experience the levels of confidence increase (figure 17). Our results back up the stated ones in the literature connected with the influence of the experience of the coach compared to the coaching efficacy expectations (Feltz et al, 1999; Chase et al., 2005).

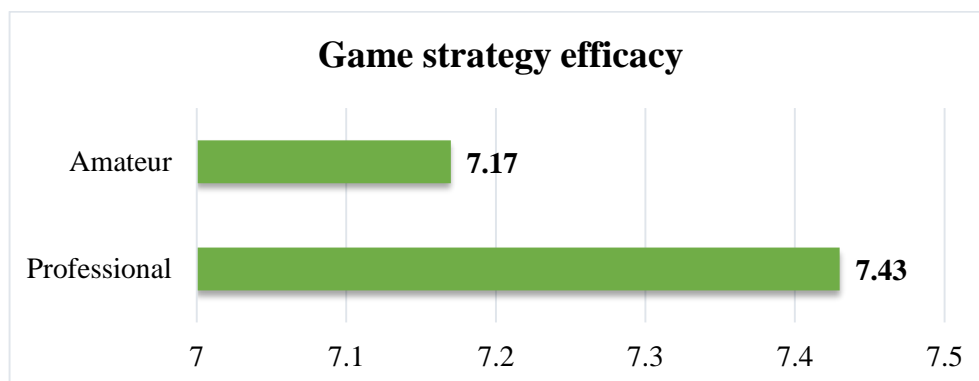
There are significant differences connected with the confidence in the coaches' abilities that influences the positive relation to the players game against the coaching experience (figure 18). The lowest levels have coaches with experience to 2 years ( $M=7,66$ ). The highest results have the coaches with experience between 11 and 15 years ( $M=8,12$ ). The details show that the increase in the values in this subscale is not correct. Again the coach's age has a wavy increase.



**Figure. 18.** Mean values of subscale character building efficacy (factor - experience as a coach)

The comparative analysis for the data revealed the statistically significant differences in the subscale of the game strategy efficacy ( $F=4,061$ ;  $p=,045$ ) against the coaching experience.

The coaches who were previous professional football players ( $M = 7,43$ ) feel more confident in their abilities to lead their teams and take the correct decisions during the match (figure 19) in comparison with the ones who are amateurs ( $M = 7,17$ ). We assume that the opportunity during the years to professionally participate in training and competing activity, this is helping the coaches to feel more confident in their abilities.



**Figure. 19.** Mean values of subscale game strategy efficacy (factor - experience as a football player)

Our data differs from the Kowalski's (2007). The author establishes that the coaches with professional experience have higher values in the subscale than the ones that have an amateur experience.

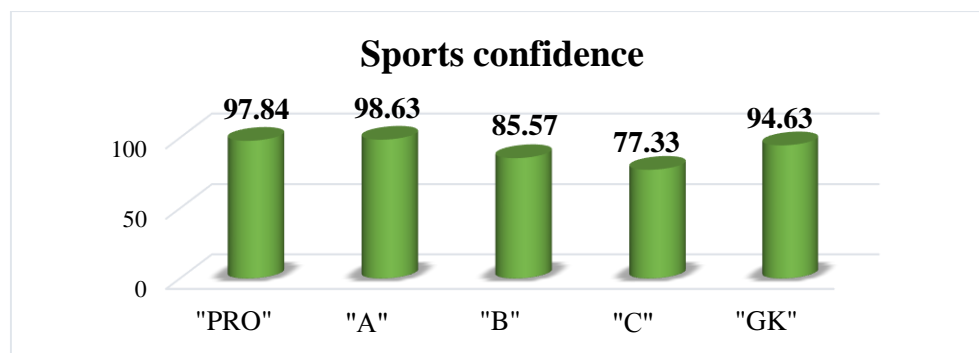
The comparative analysis did not show any significantly statistical differences against the athletes' age. Our data differs from the one in the literature connected to the influence of the group with which the coaches work (Gencer, 2011).

### **III.2. Analysis of the results of the research for the sports confidence**

The results from the variational analysis of the received results for the trait sports confidence state that the average value of the examined coaches is 89.32. The received results are similar to the published data in the specialised literature in the research of the athletes (Zhelyazkova - Koynova, Slavcheva, 2008; Rather & Singh, 2017).

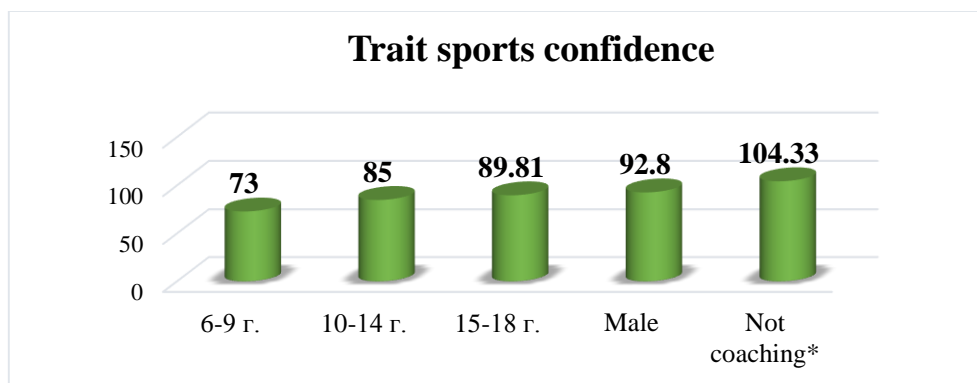
The comparative analysis showed the statistically significant differences in two of the factors - the possessed licence ( $F=3,727$ ;  $p=,017$ ) and the age of the football players ( $F=2,164$ ;  $p=,074$ ).

On figure 20 are shown the average values of the sports confidence between the coaches with different licences. The highest values are the coaches with "A" and "PRO" licence.



**Figure 20.** Mean values of trait sport confidence (factor - level of qualification)

Assuming that with the increase of the knowledge and abilities connected with the specification of the profession the trait sports confidence in the coaches is increasing.



Note: \*Coaches, who are not coaching at the moment

**Figure 21.** Mean values of trait sport confidence (factor - the age of the football players)

The analysis shows the statistically significant differences between the coaches against the football players' age (figure 21). The highest value belongs to the coaches' sports confidence who currently are not working. The lowest value belongs to the coaches who work with children aged between 6 and 9. The data shows the rectilinear increase of the values of the sports confidence which result in the age increase of the football players which they work with.

The comparative analysis did not show the significant differences against the age of the coach and the football player experience.

**Table 13.** Bivariate correlation – Coaching efficacy and Trait sports confidence

		ME	GSE	TE	CBE	TCE	TSC
Motivation efficacy	p	1					
Game strategy efficacy	p	,634**	1				
Technique efficacy	p	,666**	,655**	1			
Character building efficacy	p	,562**	,458**	,461**	1		
Total coaching efficacy	p	,864**	,837**	,819**	,771**	1	
Trait sport confidence	p	,424**	,521**	,478**	,429**	,559**	1
	Sig.	,006	,001	,001	,010	,000	

\*\*p <0.01 level (2-tailed)

\*p <0.05 level (2-tailed)

Notes: **ME** – Motivation efficacy; **GSE** – Games strategy efficacy; **TE**- Technical efficacy; **CBE** - Character building efficacy; **TCE** – Total coaching efficacy; **TSC** – Trait sport confidence; **p** – Pearson correlation.

On table 13 are shown the received results from the correlation analysis. The data shows that there are positive correlation relationships between all of the components of the coaching efficacy with trait sports confidence.

We used the regression analysis step by step, in the role of the independent we placed the trait sports confidence; for the dependents we used the components of the coaching efficacy.

The results from the regression analysis show (table 14) that there is a significant regression dependence between SU and the four sub - scales of TE. The increasing of the levels of the trait sports confidence stimulates the increase in the confidence in the abilities of the motivation ( $\beta=.400^{**}$ ), taking the correct tactical decisions during the match ( $\beta=.455^{**}$ ), educating and building the technical and tactical abilities and habits ( $\beta=.470^{**}$ ) and the positive attitude towards the sport ( $\beta=.378^{**}$ ).

**Table 14.** Results of the regression analysis

Dependent variables	Trait sports confidence			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Motivation efficacy	.400**	2.893	.006	.141
Game strategy efficacy	.455**	3.387	.001	.189
Technique efficacy	.470**	3.533	.001	.203
Character building efficacy	.378**	2.711	.010	.124
Total coaching efficacy	.515***	3.987	.000	.249

Note: \* $p<0.5$ , \*\* $p<0.1$ , \*\*\* $p<0.001$

The received results show that the expectations of the coaches' abilities to be successful in the sport stimulates the increase in the common coaching efficacy ( $\beta=.515^{***}$ ).

Our results show that the trait sports confidence can reliably predict the levels of the coaching efficacy.

### **III.3. Analysis of the results of the research of specialised sources of confidence**

In order to study the specific sources of the confidence which have a positive or negative impact on the football coaches, thus a specialised methodology was used (Prodanov, Iancheva, 2017).

The variational analysis of the specified sources that are connected with the coaches' confidence shows that the strongest influence have the confidence of their athletes that they will win a certain game ( $M=4.32$ ), the common desire for perfecting and accomplishing positive results ( $M=4.30$ ), it is also included the strong motivation of the football players ( $M=4.21$ ) and the correct usage of the individual athletes' abilities ( $M=4.17$ ). An important thing for the sports practice is the established fact that the team's confidence ( $M=4.13$ ) and the solidarity between the coaches and athletes ( $M=4.15$ ) increase the safety of the coaches in order to achieve success. This data shows the positive reciprocal relation between the motivation and confidence of the coaches and the players.

Another interesting fact is the possibility of using the computer technologies before and during a match, is with the lowest value for the coaches' confidence -  $M=3.30$ . This fact deserves attention taking into account the technological evolution in the sports and particularly in football. The possibilities that the technologies suggest: filming and analysing the qualities of the separate football players and meetings, introducing and systemizing the data of the training and competing activity, animation and visual presentation of the activities and gaming plan for their own team and the one of the opponents are only part of the possibilities, which provide the computer technologies in order to help the coaches in their work, also there is an increase in their confidence.

Our results set the problem of the necessity to inform and present to the coaches possibilities and advantages of the computer technologies in their work, and this raises the question for stimulating the professional activity of the coaches.

The research reveals that one of the positive factors that have the lowest impact are the name of the club ( $M=3.53$ ), in which they work, the domestic support ( $M=3.51$ ) and previous success ( $M=3.51$ ).

The variational analysis of the received data for the specific sources affects negatively on the coaches' confidence thus it is solved that they are mainly from sports and technical character. The presence of injured and punished football players ( $M=3.74$ ) and the lack of the complete preparation for a particular meeting ( $M=3.74$ ) have a negative impact on the coaches' confidence. Big part of the examined coaches work with junior football players. The received results direct the attention towards the finding of possibilities and increasing the competence regarding the motivation management and the activity of the junior football players, and the lack of perseverance and desire to perfectionism.

The bad technical material conditions for the conduction of the training and competing activity ( $M=3.53$ ), as well as the momentary form of the football players ( $M=3.40$ ) have a negative impact on the coaches' confidence.

These results show certain specifics. The coaches show the strong negative influence on their confidence related to the outside factors - the condition and motivation of the football players and the existing material base, while factors like lack of confidence ( $M=2.60$ ) and the coaching experience ( $M=2.82$ ), the weak emotional control during a match ( $M=2.74$ ) and the inability to create self - criticism in the football players ( $M=3.06$ ), are the least mentioned.

### **III.4. Analysis of the results of the research of emotional intelligence**

The received results from the variational analysis of the emotional intelligence research (table 15) shows that the examined coaches have the highest levels of optimism in the subscale ( $M=4.12$ ), this means that the coaches have positive expectations for the future results - sports, social and others. The coaches' abilities to try to change the emotions of the other people and demonstrate empathy is the next subscale – social skill ( $M=4.01$ ). The results of the other subscales of EI are

significantly close: regulation of emotions (M=3.92) or using strategies for reflecting and re-evaluating the emotions and perceptions of emotional stability, utilization of emotions (M=3.94) - realizing the influence of the emotions on a lot of different results connected to the implementation and appraise own emotions (M=3.88).

The variational analysis shows that the lowest values in the subscale characterise the coaches' abilities to evaluate the emotional states which are experienced by others – appraise others' emotions (M=3.63).

Our results differ from the published ones in the literature (Vaughan & Laborde, 2017).

**Table 15.** Emotional Intelligence – Descriptive statistics of study variables (N=201)

	<b>X<sub>min</sub></b>	<b>X<sub>max</sub></b>	<b>M</b>	<b>SD</b>
<b>Appraise others' emotions</b>	1	5	3.63	0.62
<b>Appraise own emotions</b>	2.1	5	3.88	0.60
<b>Regulation of emotions</b>	2.4	5	3.92	0.55
<b>Social skill</b>	2.4	5	4.01	0.52
<b>Utilization of emotions</b>	2.4	5	3.94	0.54
<b>Optimism</b>	2.5	5	4.12	0.62
<b>Total Emotional Intelligence</b>	94	165	128.89	13.72

The average value for the total EI is 128.89. The received data is similar with the results from the other authors which examined athletes (Zizzi et. al., 2003; Vaughan & Laborde, 2017).

We used the comparative analysis in order to check if there are statistically significant differences on the examined factors.

Against the owned licence we established statistically significant differences in the subscales of the appraise own emotions (F=3,491; p=,017) and optimism (F=2,726; p=,046). Our results confirm the claims in the specialised literature that influences the coach's education on the emotional intelligence's components (Adiloğullari et al., 2019).



The comparative analysis shows the statistically significant variables against the coaches' age in some subscales of the emotional intelligence - appraise others' emotions ( $F=3,050$ ;  $p=,007$ ), utilization of emotions ( $F=2,704$ ;  $p=,015$ ), optimism ( $F=2,090$ ;  $p=,057$ ) and the total EI ( $F=3,123$ ;  $p=,006$ ).

In relation to the common emotional intelligence there are statistically significant variables against the coaches' age. Our data differ from the one of Adiloğullari and colleges (2019).

We established the statistically significant variables against the coaching experience included only in the subscale appraise others' emotions ( $F=4,193$ ;  $p=,003$ ). Our data differ from the one in the literature (Adiloğullari et al., 2019).

The impact of the experience as a football player shows the statistically significant differences in the subscales of appraise own emotions ( $F=4,164$ ;  $p=,043$ ); regulation of emotions ( $F=3,117$ ;  $p=,079$ ) and social skill ( $F=3,222$ ;  $p=,074$ ).

Our data is similar to the one of Vaughan и Laborde (2017).

The comparative analysis did not show statistically significant differences against the athletes' age.

The results from the correlation analysis state that there are positive correlation relationships between the subscales of TE and EI (table 20).

The established correlation dependence between the optimism and motivation efficacy ( $r=311$ ;  $p=0.000$ ). We are assuming that as much more positive the coaches' expectations are for the future, they are more confident in their abilities to motivate their athletes. The optimism is a correlation relationship with the total coaching efficacy. The motivation efficacy subscale correlates with the subscales of social skill ( $r=198$ ;  $p=0.006$ ), regulation of emotions ( $r=209$ ;  $p=0.004$ ), appraise others' emotions ( $r=160$ ;  $p=0.029$ ). These results are similar to the ones of Thelwell and colleges (2008).

**Table 20.** Bivariate correlation – Coaching efficacy and Emotional intelligence

		<b>M</b>	<b>GSE</b>	<b>TE</b>	<b>CBE</b>	<b>AO TE</b>	<b>AO WE</b>	<b>RE</b>	<b>SS</b>	<b>UE</b>	<b>O</b>
<b>M</b>	p	1									
<b>GSE</b>	p	,634**	1								
<b>TE</b>	p	,666**	,655**	1							
<b>CBE</b>	p	,562**	,458**	,461**	1						
<b>AO TE</b>	p	,173*	,177*	,206**	,238**	1					
<b>AO WE</b>	p	,160*	,222**	,205**	,106	,096	1				
<b>RE</b>	p	,209**	,271**	,286**	,135	,177*	,575**	1			
<b>SS</b>	p	,198**	,247**	,181*	,159*	,291**	,530**	,523**	1		
<b>UE</b>	p	,106	,197**	,170*	,151*	,455**	,398**	,373**	,544**	1	
<b>O</b>	p	,311**	,292**	,297**	,222**	,278**	,462**	,405**	,531**	,550**	1

\*\*p <0.01 level (2-tailed)

\*p <0.05 level (2-tailed)

Notes: **ME** – Motivation efficacy; **GSE** – Games strategy efficacy; **TE**- Technical efficacy; **CBE** - Character building efficacy; **AOTE** – Appraise others' emotions; **AOWE** – Appraise own emotions; **RE** – Regulation of emotions; **SS** – Social skill; **UE** – Utilization of emotions; **O** – Optimism; **p** – Pearson correlation.

The correlation analysis show that the highest levels of the coaching' confidence in taking the correct decisions during a match have correlative relations with all others subscales of the emotional intelligence - appraise own emotions ( $r=222$ ;  $p=0.002$ ), regulation of emotions ( $r=271$ ;  $p=0.000$ ), social skill ( $r=247$ ;  $p=0.001$ ), utilization of emotions ( $r=197$ ;  $p=0.007$ ), optimism ( $r=292$ ;  $p=0.007$ ) and appraise others' emotions ( $r=177$ ;  $p=0.015$ ).

The coaches' confidence in their abilities to build technical and tactical skills and habits of the football players correlate with the subscales - appraise others' emotions ( $r=206$ ;  $p=0.005$ ), appraise own emotions ( $r=205$ ;  $p=0.005$ ), regulation of emotions ( $r=286$ ;  $p=0.000$ ), optimism ( $r=297$ ;  $p=0.000$ ), social skill ( $r=181$ ;  $p=0.013$ ) and the utilization of emotions ( $r=170$ ;  $p=0.013$ ). We assume that the highest levels of the recognising and reassessing the personal emotions and the ones to the people around, this allows the coaches to be more confident in their abilities to train the football players. On the other hand, the positive attitudes and hope in the future positive results correlate with higher levels in the technical efficacy subscale.

Our results confirm the ones in the specialised literature (Mallett, 2005).

The correlation analysis show that the subscale character building efficacy has a positive correlation only with the ability to evaluate the emotional states which are overcome by others ( $r=238$ ;  $p=0.001$ ), the belief in the positive future results ( $r=222$ ;  $p=0.002$ ), social skill ( $r=181$ ;  $p=0.013$ ) and utilization of emotions ( $r=151$ ;  $p=0.038$ ).

Our data differ from the received results of Thelwell and colleges (2008).

We established a positive correlative relation between the total coaching efficacy and the total emotional intelligence ( $r=360$ ;  $p=0.000$ ). The increasing levels of emotional intelligence is connected with the increasing total coaching efficacy. Our data confirm that the published in the specialised literature common levels of EI has an influence on the TE's levels (Afkhami et al., 2011).

In order to reveal in details the relationship between the emotional intelligence and coaching efficacy we used the regression analysis. The data shows that all of the subscales and the total EI have a regression relation with subscales of the coaching efficacy and the total TE.

**Table 21.** Results of the regression analysis

Dependent variables	Appraise others' emotions			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Character building efficacy	.238**	3.346	.001	.052
Total coaching efficacy	.238**	3.343	.001	.052

Note: \* $p<0.5$ , \*\* $p<0.1$ , \*\*\* $p<0.001$ .

In the first model (table 21) in the role of independence we chose the appraise others' emotions, while for dependent components we used the coaching efficacy. The results conclude that the increasing abilities to recognise the emotional states of the people leads to the increasing coaches' confidence to build positive attitude towards the sport ( $\beta=.238^{**}$ ) and the common levels of the coaching efficacy ( $\beta=.238^{**}$ ).

**Table 22.** Results of the regression analysis

Dependent variables	Appraise own emotions			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Game strategy efficacy	.222**	3.108	.002	.040
Technique efficacy	.205**	2.850	.005	.037

Note: \* $p < 0.5$ , \*\* $p < 0.1$ , \*\*\* $p < 0.001$ .

The next model (table 22) shows that the regression relation between the appraise own emotions like an independence, and the subscales of the coaching efficacy like variable dependencies. The analysis shows a significantly positive regressive relation with the coaches' confidence to manage the team in order to achieve success ( $\beta = .222^{**}$ ), and the education, and building the technical and tactical abilities and habits ( $\beta = .205^{**}$ ). Our results confirm the ones in the specialized literature that appraise own emotions is connected with the technique efficacy subscale (Thelwell et al., 2008).

**Table 23.** Results of the regression analysis

Dependent variables	Regulation of emotions			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Game strategy efficacy	.271***	3.836	.000	.068
Technique efficacy	.268***	4.066	.000	.082
Total coaching efficacy	.263***	3.710	.000	.064

Note: \* $p < 0.5$ , \*\* $p < 0.1$ , \*\*\* $p < 0.001$ .

The third model (table 23) presents the relation between the regulation of emotions and the coaching efficacy. The results shows that the increasing levels and the strategies usage, which can change the emotional states including the reflection and reevaluation of the emotions in the important situations, the perceptions of the emotional stability and the usage of the strategies as a visualization and searching for the support of the others lead to increasing levels in the confidence of the game

strategy efficacy subscale ( $\beta=.271^{***}$ ), the technique efficacy ( $\beta=.268^{***}$ ) and total coaching efficacy ( $\beta=.263^{***}$ ).

**Table 24.** Results of the regression analysis

Dependent variables	Social skill			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Game strategy efficacy	.247**	3.479	.001	.056

Note: \* $p<0.5$ , \*\* $p<0.1$ , \*\*\* $p<0.001$ .

On table 24 it is shown the regressive relation between the social skill like an independent and the coaching efficacy subscales like dependent. The analysis shows a significantly positive regressive relation. The highest values of the ability to change the others emotions using common strategies increase the coaches' confidence to take the correct tactical decision in critical situations during a match ( $\beta=.247^{**}$ ).

**Table 25.** Results of the regression analysis

Dependent variables	Utilization of emotions			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Game strategy efficacy	.179**	2.734	.007	.033

Note: \* $p<0.5$ , \*\* $p<0.1$ , \*\*\* $p<0.001$ .

The results show the relations between utilization of emotions and the game strategy efficacy (table 25). The results present that the increasing realization of the influence of the emotions on the results of the implementation increase the confidence of the coaches to prepare and follow the tactical plan ( $\beta=.179^{**}$ ).

**Table 26.** Results of the regression analysis

Dependent variables	Optimism			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Motivation efficacy	.311***	4.460	.000	.092
Game strategy efficacy	.292***	4.162	.000	.080
Technique efficacy	.297***	4.248	.000	.084
Character building efficacy	.222**	3.100	.002	.044
Total coaching efficacy	.336***	4.871	.000	.113

Note: \* $p<0.5$ , \*\* $p<0.1$ , \*\*\* $p<0.001$ .

The analysis shows the significantly positive regressions (table 26) between the coaches' belief in the future successes in all of the components of the coaching efficacy.

Considering the specifics of the football game, where the final success requires time, the increase of the positive attitudes of the coaches in the future successes stimulates the increase of their confidence to influence on the football players' activity ( $\beta=.311^{***}$ ), to manage the team during the football meeting ( $\beta=.292^{***}$ ), to educate and build technical and tactical abilities and habits ( $\beta=.297^{***}$ ) and to influence the positive attitude towards the sport ( $\beta=.222^{***}$ ). Everything leads to the increase of the common levels of the coaching efficacy ( $\beta=.336^{***}$ ).

The analysis shows the significant regressive relation between the total emotional intelligence and all of the subscales of the coaching efficacy.

The data shows (table 27) that the increase in the common levels of the emotional intelligence lead to an increase in the levels of the motivation efficacy ( $\beta=.286^{***}$ ), game strategy efficacy ( $\beta=.338^{***}$ ), technique efficacy ( $\beta=.316^{***}$ ), character building efficacy ( $\beta=.272^{***}$ ) and the total coaching efficacy ( $\beta=.360^{***}$ ).

Our data confirms the statements that the total EI is a strong prediction of the total TE (Afkhami et al., 2011).

**Table 27.** Results of the regression analysis

Dependent variables	Total EI			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Motivation efficacy	.286***	4.067	.000	.077
Game strategy efficacy	.338***	4.897	.000	.109
Technique efficacy	.316***	4.536	.000	.095
Character building efficacy	.272***	3.849	.000	.069
Total coaching efficacy	.360***	5.269	.000	.130

Note: \* $p<0.5$ , \*\* $p<0.1$ , \*\*\* $p<0.001$ .

The results of the correlative and regressive analysis corresponds with the ones in the specialised literature connected with the strong relation between the emotional

intelligence and the coaching efficacy expectations (Thelwell et al., 2008; Afkhami et al., 2011; Hwang et al., 2013).

### **III.5. The analysis of the research's results of the leadership style**

The variational analysis of the received data from the research of the leadership styles (table 28) shows that the highest values has the subscale training and instruction behavior ( $M = 4.18$ ), this includes the examined coaches which often prefer the attitude where during the training process they can observe, give directions and make corrections of the team's performance during the training and the football match. The next subscale is situational consideration behavior ( $M = 4.14$ ) – taking into account what possibilities the players have and to change the loads and the difficulties connected to the separate gaming elements. The coaches seldomly chose a behaviour that is directed to the evaluation of the successes, and giving directions of the players (positive feedback behavior  $M = 4.04$ ), and giving advice to the football players in personal plan (social support behavior  $M=4$ ). The examined coaches often use authoritarian behaviour ( $M = 3.6$ ), in comparison with the democratic behaviour ( $M = 3.48$ ).

**Table 28.** Leadership style - Descriptive statistics of study variables (N=201)

	<b>X<sub>min</sub></b>	<b>X<sub>max</sub></b>	<b>M</b>	<b>SD</b>
<b>Training and instruction behavior</b>	2.7	5	4.18	0.51
<b>Democratic behavior</b>	1.6	5	3.45	0.69
<b>Autocratic behavior</b>	2.3	5	3.60	0.58
<b>Social support behavior</b>	2.5	5	4	0.52
<b>Positive feedback behavior</b>	2.6	5	4.04	0.50
<b>Situational consideration behavior</b>	2.6	5	4.14	0.43

The results from our research and the published results in the specialised literature have similarities (Burdette, 2008; Milek et al., 2011), but also differences (Gioldasis et al., 2013).

The comparative analysis established statistically significant differences on part of the examined indicators.

We can see statistically significant differences against the possessed licence subscale training and instruction behavior ( $F=3,584$ ;  $p=,015$ ). The coaches which posses “A” and “PRO” licence ( $M=4.39$ ;  $M=4.38$ ), prefer to use more explanations, demonstration and making corrections to the football players during the trainings and matches, in comparison with the ones that have licence “C” ( $M=4.05$ ).

The comparative analysis of the data shows significant differences in two of the subscales—autocratic behavior ( $F=2,186$ ;  $p=,058$ ) and positive feedback behavior ( $F=2,160$ ;  $p=,060$ ). The highest values in the subscale are the coaches with authoritarian behaviour that do not work at the moment ( $M=3.96$ ), while the lowest values are the coaches who work in male teams ( $M=3.44$ ). On the other hand the coaches who work with children and juniors are more willing to evaluate, support and encourage the young football players to achieve positive results in comparison with the coaches who work with males.

The comparative analysis in relation to the experience as a coach shows the statistically significant differences in the subscale democratic behavior ( $F=2,917$ ;  $p=,023$ ). The less experienced coaches ( $M=3.55$ ) and the ones with more than 15 years experience ( $M=3.53$ ) prefer to ask the football players when decisions are being made, than the coaches with experience between 11 and 15 years ( $M=3.04$ ).

Statistically significant differences were not revealed in the other subscales. Our data differs from the one in the specialised literature (McCormack, 2007; Gioldasis et al., 2013).

The data from the comparative analysis against the experience as a football player shows that the statistically significant differences are in the training and instruction behavior ( $F=4,609$ ;  $p=,033$ ). The coaches who were not professional football players prefer to express more behavior towards giving directions and



making corrections during the training and competing (M=4.21), compared to the coaches who are amateurs (M=4.11).

The comparative analysis did not show statistically significant differences in the sub - scales in relation the coaches' age. This data is different from the one in the specialised literature, that the younger coaches prefer to take authoritarian decisions while the older democratically (Gioldasis et al., 2013).

The completed correlative analysis between the components of the coaching efficacy expectations and leadership styles showed positive correlative relations (table 33). Our data is similar to the published form Sullivan and colleagues (2012).

**Table 33.** Bivariate correlation – Coaching efficacy and Leadership style

		<b>M</b>	<b>GSE</b>	<b>T</b>	<b>CBE</b>	<b>TCE</b>	<b>TIB</b>	<b>DB</b>	<b>AB</b>	<b>SSB</b>	<b>PFB</b>	<b>SCB</b>
<b>M</b>	p	1										
<b>GSE</b>	p	,634**	1									
<b>TE</b>	p	,666**	,655**	1								
<b>CBE</b>	p	,562**	,458**	,461**	1							
<b>TCE</b>	p	,864**	,837**	,819**	,771**	1						
<b>TIB</b>	p	,235**	,348**	,350**	,178*	,330**	1					
<b>DB</b>	p	,077	,123	,051	,133	,121	-,149*	1				
<b>AB</b>	p	,096	,087	,122	,122	,127	,019	,491**	1			
<b>SSB</b>	p	,271**	,296**	,269**	,230**	,322**	,309**	,485**	,274**	1		
<b>PFB</b>	p	,180*	,264**	,220**	,178*	,259**	,327**	,456**	,262**	,572**	1	
<b>SCB</b>	p	,271**	,317**	,331**	,358**	,385**	,390**	,435**	,434**	,531**	,472**	1

\*\*p <0.01 level (2-tailed)

\*p <0.05 level (2-tailed)

Notes: **ME** – Motivation efficacy; **GSE** – Games strategy efficacy; **TE**- Technical efficacy; **CBE** - Character building efficacy; **TCE** – Total coaching efficacy; **TIB**- Training and instruction behavior; **DB**- Democratic behavior; **AB**- Autocratic behavior; **SSB**- Social support behavior; **PFB**- Positive feedback behavior; **SCB**- Situational consideration behavior; **p** – Pearson correlation.

The results show that the coaches' confidence in their abilities on the psychological processes and the activity of the football players correlate with the subscales for training and instruction (r=235; p=0.001), social support (r=271; p=0.000), situational consideration (r=271; p=0.000), positive feedback (r=180; p=0.014).

The coaches with the higher levels in the motivation efficacy subscale prefer to use more directions and to give corrections during the sports - competing activity, to give advice to the football players' personal life and to take into account the level of

tiredness in relation to the abilities of the players. We suggest that the coaches prefer a behaviour in which they can be closer to the football players in order to influence their motivation.

We established that the coaches' confidence to manage and take correct tactical decisions during the match have a correlative dependence with subscales of the leadership style - training and instruction ( $r=348$ ;  $p=0.000$ ), situational consideration ( $r=317$ ;  $p=0.000$ ), positive feedback ( $r=264$ ;  $p=0.000$ ) and social support ( $r=296$ ;  $p=0.000$ ).

The information from the correlative analysis established correlations between the subscale technique efficacy with the coaches' preferences to participate in the training and competing process ( $r=350$ ;  $p=0.000$ ), while taking into account the football players' level ( $r=331$ ;  $p=0.000$ ). The coaches who are more confident in developing technical and tactical abilities chose to give personal advice to the players ( $r=269$ ;  $p=0.000$ ) and evaluate their successes ( $r=220$ ;  $p=0.000$ ).

The coach who feel more confident to influence on the positive attitudes towards the sport, have correlative relations with the subscales situational consideration ( $r=358$ ;  $p=0.000$ ), social support ( $r=230$ ;  $p=0.002$ ), training and instruction ( $r=178$ ;  $p=0.014$ ) and positive feedback ( $r=178$ ;  $p=0.015$ ).

The correlative analysis show the positive correlative relations between the total coaching efficacy and leadership styles - training and instruction ( $r=330$ ;  $p=0.000$ ), social support ( $r=322$ ;  $p=0.000$ ), positive feedback ( $r=259$ ;  $p=0.000$ ) and situational consideration ( $r=385$ ;  $p=0.000$ ).

Our data confirm that the published data for the correlative relations between the coaching efficacy expectations and leadership styles (Feltz et al., 1999; Sullivan & Kent, 2003; Myers et al., 2005).

In order to share in detail the relation between the coaching efficacy expectations and leadership styles we used a regressive analysis.

**Table 34.** Results of the regression analysis

Dependent variables	Motivation efficacy			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Training and instruction	.235**	3.299	.001	.050
Social support	.271***	3.844	.000	.069
Situational consideration	.271***	3.842	.000	.069

Note: \*p<0.5, \*\*p<0.1, \*\*\*p<0.001.

In the first model (table 34) the role of the independent is the motivation efficacy while for the dependents we used the subscales of the leadership styles.

The results show the increase in the confidence in the coaches abilities influence on psychological processes and the football players' activity, leads to an increase in the coaches' inclinations to taking into account the levels of stress against the football players' qualities ( $\beta=.271***$ ) and to communicate with them outside the pitches ( $\beta=.271***$ ). The higher levels of the motivation subscale stimulate a behaviour in direction to giving more corrections and directions in sports - competing activity ( $\beta=.235***$ ).

**Table 35.** Results of the regression analysis

Dependent variables	Game strategy efficacy			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Training and instruction	.348***	5.054	.000	.116
Social support	.296***	4.223	.000	.083
Positive feedback	.264***	3.734	.000	.065
Situational consideration	.317***	4.565	.000	.096

Note: \*p<0.5, \*\*p<0.1, \*\*\*p<0.001.

The next model (table 35) shows the significantly positive regressive relation between game strategy efficacy and subscales training and instruction ( $\beta=.348***$ ), social support ( $\beta=.296***$ ), positive feedback ( $\beta=.269***$ ) and situational consideration ( $\beta=.317***$ ).

**Table 36.** Results of the regression analysis

Dependent variables	Technique efficacy			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Training and instruction	.350***	5.089	.000	.122
Social support	.269***	3.813	.000	.068
Positive feedback	.220**	3.076	.002	.043
Situational consideration	.331***	4.790	.000	.110

Note: \* $p < 0.5$ , \*\* $p < 0.1$ , \*\*\* $p < 0.001$ .

The results from the third model (table 36) show that the higher values in the technique efficacy subscale stimulate the subscales training and instruction ( $\beta = .350^{***}$ ), situational consideration ( $\beta = .331^{***}$ ), social support ( $\beta = .269^{***}$ ) and positive feedback ( $\beta = .220^{**}$ ).

We established a regressive relation (table 37) between character building efficacy and the subscales situational consideration ( $\beta = .358^{***}$ ) and social support ( $\beta = .230^{**}$ ).

**Table 37.** Results of the regression analysis

Dependent variables	Character building efficacy			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Social support	.230**	3.218	.002	.048
Situational consideration	.358***	5.225	.000	.123

Note: \* $p < 0.5$ , \*\* $p < 0.1$ , \*\*\* $p < 0.001$ .

The results show a significant regressive relation between the total coaching efficacy and leadership styles (table 38). This data corresponds with the one of Sullivan and Kent (2003).

**Table 38.** Results of the regression analysis

Dependent variables	Total coaching efficacy			$\Delta R^2$
	$\beta$	t	Sig.	
Training and instruction	.330***	4.773	.000	.104
Social support	.322***	4.642	.000	.099
Positive feedback	.259***	3.658	.000	.062
Situational consideration	.358***	5.686	.000	.144

Note: \* $p < 0.5$ , \*\* $p < 0.1$ , \*\*\* $p < 0.001$ .

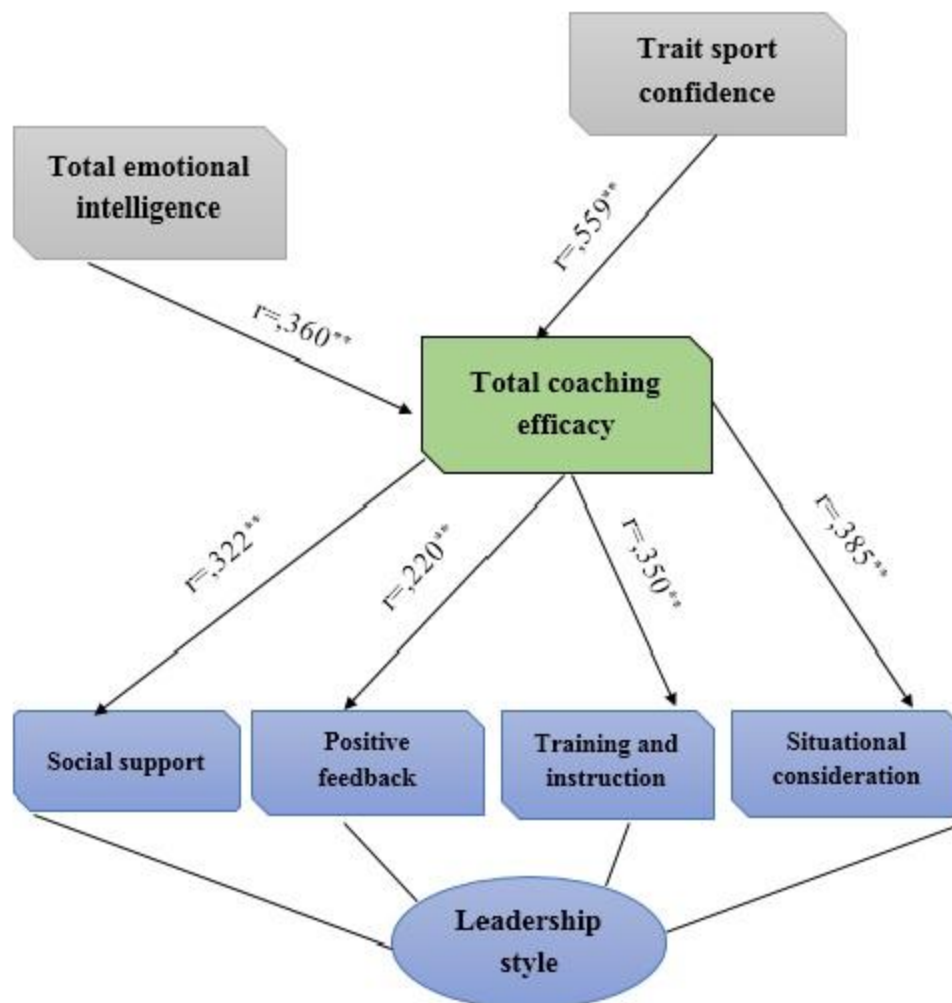
The received results from the correlative and regressive analysis confirm the ones in the specialised literature for the possibilities of the coaching efficacy, thus it can be used as a reliable predictor for the coaching leadership styles (Feltz et al., 1999; Sullivan & Kent, 2003; Feltz et al., 2005; Hwang et al., 2013).

### **III.6. Verification of the hypothetical structural model of the research**

Our received data corresponds with the one in the specialised literature, it shows that the highest levels of the total emotional intelligence stimulate the common levels of the coaching efficacy expectations. On one hand, the coaching efficacy can reliably predict the coaching leadership styles (Hwang et al., 2013; Mehrparvar & Moosavi, 2016; Teques et al., 2019). The received results confirm these positions.

The analysis of the received results showed significantly positive relations between the trait sports confidence and the total coaching efficacy.

In conclusion, we established relationships between the emotional intelligence, the trait sports confidence, the coaching efficacy and the leadership style confirm our hypothetical theoretical model (figure 38).



**Figure 38.** Final model of the study

Note: The reported results are the correlation coefficients between the variables at the level of statistical significance \*  $p < 0.05$ , \*\*  $p < 0.01$ .

## **Conclusions and recommendations**

The complete theoretical analysis and the received results from the research provide a basis where we conclude the following:

1. The examined football coaches have the highest coaching efficacy expectations in relation to the subscales of motivation efficacy, technique efficacy and character building efficacy, but the lowest are in the subscales of the game strategy efficacy which is fundamental for the football game. Our results back up the data from the other researches of the coaches in Bulgaria and Turkey, but are different from the ones from Portugal.

2. The established statistically significant differences in the subscale game strategy efficacy. The coaches with the highest experience in the profession, age, higher licence and experience as a professional football player are more confident in their abilities to lead the team during the football meeting towards the success, and also taking critically tactical decisions in the game.

3. The results show a significant relation between the sports confidence and the coaching efficacy expectations. The higher levels of personal confidence stimulate the total coaching efficacy.

4. The analysis of the specific factors which give confidence of the coaches are showing the positive reciprocal relation between motivation and confidence of the coaches compared to the ones of the football players. On the other hand, the results show that the possibility of the use of the advantages of the computer technologies in the sports - competing activity have the lowest influence in their confidence.

5. The strongest negative influence on the coaches' confidence have the outside factors - the condition and motivation of the football players, the lack of the complete preparation for a particular meeting and the current materials base. While the factors as the lack of confidence, the coaching experience, the low emotional control during

the meeting and the inability to create self - criticism in the football players is the lowest indicated ones.

6. We established a significantly correlative and regressive relationship between the emotional intelligence, the coaching efficacy expectations and the coaching leadership styles. The higher levels of emotional intelligence increase and predict the coaching efficacy. The model of the coaching efficacy can predict coaching behaviour. Our data confirm the ones in the specialised literature.

7. The received data confirm our hypothetical structural model of the research, as well as putting the trait sports confidence towards the Horn's model of the coaching effectiveness (2002) and the modified model of Hwang and colleges (2013), as a psychological construct which directly influences the coaching efficacy expectations.

In conclusion to the completed theoretical analysis, the received analysis and the generalized conclusions, we can state the following:

1. In the preparation of the future coaches it is needed to concentrate more on their knowledge and abilities in relation to the tactical preparation. In this case the football coaches can achieve bigger confidence and stability in their abilities to manage the team towards success during the matches.

2. Conducting additional seminars with the football coaches to present and control techniques and strategies to increase the techniques of emotional abilities and emotional control.

3. To spare more time and attention for recognising and educating the coaches with the newest computer technologies and the practical application in their profession.



## **Contributions to the PhD thesis**

1. A large - scale research was made in Bulgaria amongst 201 football coaches from different age, experience as a football players, the possessed licence, experience as coaches and the age of the football players, which they work with at the moment in relation to the coaching efficacy, sports confidence, emotional intelligence and leadership styles.

2. The conducted comparative analysis describes the specifics and dynamics of the coaching efficacy, emotional intelligence, sports confidence and leadership styles of the coaches with different licence, age, football players' age, coaching and competitive experience.

3. The basic specific sources are taken out, they influence positively or negatively on the football coaches' confidence.

4. The research showed the opportunities for predicting the coaching efficacy through emotional intelligence and sports confidence.

5. Strong relationships are established between the examined psychological variables, also on this was suggested a modified model for the coaching efficacy.

## **List of publications relating to the Dissertation**

1. **Prodanov, G., Iancheva, T.** (2017). Research on the coaching efficacy expectations and specific sources of the coaches' confidence in the football. *Personality. Sport. Volume 21*, NSA Press, 62-68.
2. **Iancheva, T., & Prodanov, G.** (2018). Influence of Emotional intelligence on coaching efficacy expectations among football coaches. *Journal of Applied Sports Sciences*, Vol. 02, 59–72.
3. **Iancheva, T., & Prodanov, G.** (2019). Emotional intelligence and leadership style among bulgarian football coaches. *Journal of Applied Sports Sciences*, Vol. 02, 63–76.