

Üniversite Adaylarının Spor Yaralanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi*

Investigation of Sports Injury Anxiety Levels of University Candidates

Gökhan ARIKAN** ID
Erkan ÇİMEN*** ID

Öz

Çalışmanın amacı, özel yetenek sınavı ile üniversite başvuran adayların spor yaralanma kaygısının demografik değişkenler açısından incelenmesidir. Şanlıurfa Harran Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'na başvuruda bulunan farklı illerde ikamet eden ve farklı branşlara sahip 209'si erkek, 112'ü kadın olmak üzere toplam 321 aday araştırmaya katılmıştır. Bu çalışmada veri toplama aracı olarak "Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği" ile ve "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır; Ölçek 6 alt boyutu sahiptir ve toplam 19 maddeden oluşmaktadır. Spor yaralanma kaygısının farklı değişkenlere göre değişimi belirlemek için bağımsız örneklem t-testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Gruplar arası farkın hangi gruplardan kaynaklandığını saptamak için ise, Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır.

Araştırma sonucunda, sigara kullanma değişkeni açısından, spor yaralanması kaygı ölçeğinin yeteneğini kaybetme kaygısı, hayal kırıklığına uğratma kaygısı ve sosyal desteği kaybetme kaygısı, zayıf algılama kaygısı alt boyutu ile istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,05$). Yaş değişkeni açısından, yeteneğini kaybetme kaygısı alt boyutu ile istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,05$). Cinsiyet değişkeni açısından, acı çekme kaygısı, hayal kırıklığı kaygısı, sosyal desteği kaybetme kaygısı ile istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,05$). Fiziksel aktivite değişkeni çoklu karşılaştırma sonucuna göre, sosyal desteği kaybetme kaygısı ve yeniden yaralanma kaygısı boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ölçek toplam puan boyutu açısından değerlendirildiği zaman, araştırma sonuçlarına göre, spor yaralanma kaygı düzeyi ortalama puanının üniversiteye hazırlanan adaylar için düşük olduğunu göstermektedir. Bu düşük kaygı düzeyinin sınava hazırlanma ve üniversiteye girmeyi arzu etme güdüsü ile ilgili olabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Üniversite, kaygı, sporcu, yaralanma, aday, özel yetenek

* Bu makale 25-27 Eylül 2020 tarihleri arasında İstanbul'da düzenlenen V. Uluslararası Egzersiz ve Spor Psikolojisi Kongresi adlı etkinlikte sözlü bildiri olarak sunulmuş ve özeti kongre bildiri özet kitabında basılmış "Üniversite Adaylarının Spor Yaralanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi" başlıklı bildirinin tamamlanmış halidir."

** Dr. Öğretim Üyesi, Harran Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu arikangokhan@harran.edu.tr

*** Öğr. Gör., Süleyman Demirel Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, erkancimen@sdu.edu.tr

Abstract

The aim of the study is to examine the sports injury anxiety of the candidates who applied to university with a special aptitude test in terms of demographic variables. şanlıurfa Harran University consists of 321 candidates, 209 male and 112 female, residing in different provinces and having different branches, who have applied to the school of physical education and sports. In this study, Sports Injury Anxiety Scale" and "Personal Information Form" were used as data collection tools; The scale has 6 sub-dimensions and consists of 19 items in total. In order to determine whether the sports injury anxiety differentiates according to the variables of the candidates, the independent sample t-test and the one-way analysis of variance result from the statistical difference between the groups; Tukey HSD multiple comparison test was conducted.

According to the results obtained in the evaluation of the scale scores, in terms of the smoking variable, the Sports Injury Anxiety scale was statistically analyzed with the anxiety of losing ability, disappointing anxiety and anxiety of loss social support, Significant differences were determined ($p < 0.05$). In terms of the age variable, statistically significant differences were found with the anxiety about loss of ability sub-dimension ($p < 0.05$). In terms of gender variable, statistically significant differences were found with suffering anxiety, disappointing anxiety, anxiety of losing social Support ($p < 0.05$). According to the results of multiple comparisons of the physical activity variable, statistically significant differences were found in the anxiety of losing social support and re-injury anxiety dimensions ($p < 0.05$). When the scale is evaluated in terms of total score dimension, according to the results of the research, it shows that the average score of sports injury anxiety level is low for the candidates preparing for university. It is thought that this low anxiety level may be related to the motivation to prepare for the exam and desire to enter the university.

Keywords: University, anxiety, athlete, injury, candidate, special ability.

GİRİş

Geçmişten günümüze kadar süregelen insanoğlunun sporda kazanma ve sporu bir yaşam biçimi olarak kabul etmesi birçok spor dallarına yönelmesi ve bir spor dalında yoğunlaşarak üst düzey başarı isteyen sporcuların sayısı giderek artmaktadır. Sporcular bu amaca ulaşmak için yüksek stresli yoğunluğu, sıklığı ve süresi artan egzersizlere içine girmektedirler. Bu durum aynı zamanda amatör ruhla spor yapan sporcuları ve bireyleri de kapsamaktadır. Dolayısıyla sporu bireylerin sağlıklı yaşamın önemli şartlarından birisi olarak görölmektedir. Aynı zamanda yadsınmaz diğer bir gerçeklik, spor esnasında meydana gelen yaralanmalardır. Sportif etkinliklerde veya müsabaka sırasında oluşan sporcuda kalıcı veya geçici her türlü yaralanmanın genel adıdır.

Sportif etkinlikler sonucu vücudumuzda yaralanmalar veya farklı sebeplerden dolayı hasarlar oluşabilmektedir (Kılıç ve ark, 2014). Dünya Sağlık Örgütü (WHO)'nün kullandığı özörlü sınıflandırması içinde bozulma kavramına dayanan, spora iştirak ile alakalı sağlık problemleri spor yaralanmaları diye adlandırmaktadır (Who, 2001). Bir başka ifadeyle, sportif yaralanmalarda etiyolojik yönden, vücut fonksiyonlarının yitirilmesi veya sportif etkinlik anında güç aktarımından dolayı yapının sapması diye adlandırılmaktadır (Timpka ve ark, 2014).

Terim olarak Spor yaralanmaları, vücudun genelinde veya bir bölümünde, anormal bir güçle karşılaşması neticesinde, vücut dokularının dayanma sınırının geçilmesiyle meydana gelen hasarlanma düzeyini kapsar. Dolayısıyla bu tanıma bakıldığında spor travmaları ve yaralanması, sporla uğraşmayan bireylerde bile meydana gelebilmektedir (Diniz ve Ketenci, 2000, İmren,2010, Erol ve Karahan, 2006, Uslu, 2005). Spor yaralanmalarının birçok sebepleri arasında bedensel yorgunluk

ve anormal yüklenme, sporcunun geçmiş ve tamamen iyileşmemiş yaralanmaları, soğuk etkisi, fazla kas gerilmesi ve enfeksiyon rahatsızlıklarına bağlı etkenler yüzünden kas ve eklem sertlikleri kas zayıflamaları, kaslar arası kuvvet dengesizliği, araç ve malzemenin yetersiz olması, vücudun hazır durumda olmaması, eksik ısınma problemi, yapılan spor branşının sporcuya uygun olmaması, hatalı teknikler, eksik psikolojik hazırlık, aşırı hırs rekabetin olması, müsabık sporlar ve hastalık faktörler gösterilebilir (Uslu, 2005). Bunun yanı sıra sporcularda yaralanma kaygısı ve bir daha spor aktivitelerine katılamama korkusu ağır basmaktadır. Araştırmacılarından bazıları, kaygı seviyesi üst düzey olan sporcuların, kaygı seviyesi alt düzeyde olan sporculara göre daha yoğun yaralanmalarla maruz kalma ihtimalinin çok fazla olduğunu bulmalarına karşın, araştırmacıların bazıları da sportif yaralanma ile kaygı arasında anlamlı farklılık ya da bir ilişki bulamadıklarını bildirmişlerdir (Steffen ve ark, 2009; Sibold ve ark, 2011). Bu sebeple spor yaralanmaları ile kaygı durumu arasında bir ilişkinin araştırılması ve analiz edilmesi gerektiği anlaşılmaktadır (Johnson ve ark, 2014). Literatür incelendiğinde, Aydoğan (2014) yaptığı çalışmada sporcuların yaralanma ve tedavi sonrası kaygı düzeylerinin arttığını, Özder (2010) yaptığı araştırmasında sporcuların sakatlandıkları zaman en fazla atletik yeteneklerini kaybetme kaygısı taşıdıklarını, Tanyeri (2019) yaptığı çalışmada erkek sporcuların yaralanma kaygı düzeylerini fiziksel temas gerektiren branşlarda rakibine daha sert müdahalelerde bulduklarından dolayı daha yüksek tespit ettiklerini, Lök ve ark. (2008) yaptığı çalışmada beden eğitimi özel yetenek sınavına giren adaylarda durumluluk kaygı düzeyi orta derece olduğu bilgileri mevcuttur. Bu bilgiler ışığında sunulan bu çalışmanın amacı, özel yetenek sınavı ile üniversiteye başvuran adayların spor yaralanma kaygısının, demografik değişkenler açısından incelenmesidir.

YÖNTEM

Araştırma Grubu: Çalışmanın evrenini, Türkiye'nin farklı şehirlerinde ikamet eden ve özel yetenek sınavı ile öğrenci alan üniversitelerin beden eğitimi ve spor öğretmenliği, Antrenörlük eğitimi, bölümlerine hazırlanan, spor branşına sahip olan ve sporcukimliği olmayan Harran üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksekokulu adaylarını kapsamaktadır.

Örnekleme ise; Şanlıurfa Harran Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokuluna başvuruda bulunan farklı illerde ikamet eden ve takım sporlarından 114 aday bireysel sporlardan 71 aday veya sporcukimliği olmayan 136 adayın 209'si erkek, 112'ü kadın olmak üzere toplam 321 katılımcıdan oluşmaktadır.

Veri Toplama Aracı: Caz, ve ark., (2019) tarafından Türk toplumuna uyarlanan Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği (SYKÖ) ve araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği, altı alt boyut ve 19 maddeden oluşmaktadır. Bu boyutlar; "Yeteneğini Kaybetme Kaygısı", "Zayıf Algılanma Kaygısı", "Acı Çekme Kaygısı", "Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı", "Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı" "Yeniden Yaralanma Kaygısı" olarak ölçekte yer almıştır.

Beşli Likert tipinde olan bu ölçekte (1: kesinlikle katılmıyorum – 5: kesinlikle katılıyorum) arasında puanlanan tüm sorular olumlu olarak yer verilmiştir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 95 iken

ve en düşük puan ise 19 puandır. Ölçeğin başında yer alan “Kişisel bilgi formu” ise; Yaş, cinsiyet, spor branşı, sigara kullanma alışkanlığı, haftada kaç gün antrenman yaptığı, hangi ilde ikamet ettiği, sorularından oluşmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık düzeyinin bir ölçütü olarak Cronbach α katsayısı da dikkate alınmıştır. SYKÖ için Cronbach α iç tutarlılık katsayısı 0.870 olarak hesaplanmıştır. Aynı şekilde; Cronbach α katsayısı hayal kırıklığına uğratma kaygısı faktörü için 0.876, sosyal desteği kaybetme kaygısı faktörü için 0.812, acı çekme kaygısı faktörü için 0.780, yeteneğini kaybetme kaygısı faktörü için ise 0.724 olarak hesaplandı. Bu değerlere göre ölçeğin yüksek iç tutarlılığa ve dolayısıyla yüksek güvenilirliğe sahip olduğu söylenebilir. Yapılan bu çalışmada ise; Cronbach α katsayısı SYKÖ ölçeği için 0.876 tespit edilmiştir.

Verilerin Toplanması

Araştırmadan önce spor yaralanmaları kaygı ölçeği kullanma izni için e posta yoluyla ölçek kullanım izni alınmıştır. Verilerin toplanması ise pandemi süreci de göz önünde bulunarak “Google form” üzerinden oluşturulan online form toplama aracılığı ile adaylardan toplanmıştır. Oluşturulan bu form başta adayların bağlı olduğu çalıştırıcılar aracılığı ile alt guruplara dağıtılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde üniversite özel yetenek sınavına girecek adaylara ait bulgular, yaş, cinsiyet, sigara kullanma durumu, spor türü, haftalık antrenman sayısı ile ilgili spor yaralanma kaygısına ait istatistiksel analizler tablolarına yer verilmiştir.

Tablo 1. Spor yaralanması kaygı (SYKÖ) puan dağılımı

Özellik	n	Min	Maks	Ort	Ss	Çarpıklık	Basıklık
Spor Yaralanması Kaygı	321	1	4,68	2,17	,692	,136	,271

Tablo 1 incelendiğinde SYKÖ kapsamında sporculardan toplanan veriler analiz edilmiş ve aldıkları puanların aritmetik ortalaması 2,17 olarak tespit edilmiştir. Bu sonuç, sporcuların yaralanma kaygılarının düşük olduğunu göstermektedir. Normallik açısından incelendiği zaman ise; Çarpıklık (,136) ve Basıklık (,271) katsayıları ile verilerin normal bir dağılıma sahip olduğu görülmektedir.

Tablo 2. SYKÖ puanlarının yaşa göre t test sonuçları

Ölçek ve Alt Boyutları	Yaş	n	Ort.	Ss.	t	p
Acı Çekme	18-22	264	3,01	1,14	2,053	,624
Kaygısı	23 ve üstü	57	2,92	1,08		
Hayal Kırıklığına	18-22	264	2,13	1,16	1,577	,506
Uğratma Kaygısı	23 ve üstü	57	2,02	1,07		
Sosyal Desteği	18-22	264	1,51	,74	,113	,146

Kaybetme Kaygısı	23 ve üstü	57	1,68	,95		
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	18-22	264	1,73	,84	2,369	,022
	23 ve üstü	57	2,03	1,03		
Yeniden Yaralanma Kaygısı	18-22	264	2,65	,99	2,350	,227
	23 ve üstü	57	2,82	1,01		
Zayıf Algılanma Kaygısı	18-22	264	1,74	,90	2,369	,606
	23 ve üstü	57	1,67	,97		

Tablo 2, SYK ölçeğinin yaşa göre incelendiği zaman 18-22 yaş aralığı ile 23 yaş ve üstü adayların ölçek alt boyutlarından “Yeteneğini Kaybetme Kaygısı”, alt boyutu açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tablo 3. SYKÖ puanlarının cinsiyete göre t-testi sonuçları

Ölçek ve Alt Boyutları	Cinsiyet	N	Ort.	Ss.	t	p
Acı Çekme Kaygısı	Erkek	209	2,85	1,08		
	Kadın	112	1,17	1,17	3,10	,002
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	Erkek	209	2,29	1,21		
	Kadın	112	1,79	,94	3,75	,000
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	Erkek	209	1,63	,81		
	Kadın	112	1,37	,68	2,91	,004
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	Erkek	209	1,84	,92		
	Kadın	112	1,68	,80	1,55	,121
Yeniden Yaralanma Kaygısı	Erkek	209	2,72	1,01		
	Kadın	112	2,60	,97	1,03	,301
Zayıf Algılanma Kaygısı	Erkek	209	1,75	,88		
	Kadın	112	1,69	,97	,55	,579

Tablo 3, kadın ve erkek katılımcıların SYK ölçeğine ait, acı çekme kaygısının, istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,01$).

Tablo 4. SYKÖ puanlarının sigara içme durumuna göre t-testi sonuçları

Ölçek ve Alt Boyutları	Sigara İçme					
		N	Ort.	Ss.	t	p
Acı Çekme Kaygısı	Evet	91	2,971	1,179		
	Hayır	230	3,007	1,121	-259	0,79
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	Evet	91	2,192	1,113		
	Hayır	230	2,088	1,169	,723	0,47

Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	Evet	91	1,718	0,861	2,475	0,14
	Hayır	230	1,480	0,742		
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	Evet	91	1,978	1,033	2,378	0,18
	Hayır	230	1,719	0,812		
Yeniden Yaralanma Kaygısı	Evet	91	2,758	1,080	,839	0,40
	Hayır	230	2,654	0,967		
Zayıf Algılanma Kaygısı	Evet	91	2,000	1,038	3,312	0,01
	Hayır	230	1,630	0,841		

Tablo 4 incelendiğinde, Adayların sigara kullanma durumlarına göre SYK ölçeğinin yeteneğini kaybetme, hayal kırıklığına uğratma, sosyal desteği kaybetme ve yeniden yaralanma kaygısı, olarak anlamlı fark oluşmamıştır ($p>0.05$) Ancak, zayıf algılanma kaygısı alt boyutu ile ölçeğin toplam puanında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tablo 5. SYKÖ puanlarının spor türüne göre Anova sonuçları

Ölçek ve Alt Boyutları	Branş	N	Ort.	Ss.	F	p	Anlamlı Fark
Acı Çekme Kaygısı	Takım Sporları	114	2,98	1,11	,125	,883	----
	Bireysel Sporlar	71	3,06	1,24			
	Lisans Yok	136	2,98	1,11			
Hayal Kırıklığına Uğratma	Takım Sporları	114	2,29	1,16	2,53	,081	----
	Bireysel Sporlar	71	2,13	1,18			
	Lisans Yok	136	1,97	1,12			
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	Takım Sporları	114	1,69	0,93	5,07	,007	B≥L, T≥B
	Bireysel Sporlar	71	1,62	0,73			
	Lisans Yok	136	1,39	0,64			
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	Takım Sporları	114	1,78	0,97	2,57	,078	----
	Bireysel Sporlar	71	1,99	0,96			
	Lisans Yok	136	1,70	0,76			
Yeniden Yaralanma Kaygısı	Takım Sporları	114	1,79	0,89	,161	,851	----
	Bireysel Sporlar	71	2,71	0,99			
	Lisans Yok	136	2,70	1,00			
Zayıf Algılanma Kaygısı	Takım Sporları	114	2,65	1,01	1,55	,212	----
	Bireysel Sporlar	71	1,71	0,84			
	Lisans Yok	136	1,90	1,19			

Tablo 5 incelendiği zaman adayların sosyal desteği kaybetme kaygısında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,01$). Bu farkın takım sporları yapanlar lehinde olduğu görülmüştür.

Tablo 6. SYKÖ Puanlarının haftalık antrenman gün sayısına göre Anova sonuçları

Ölçek ve Alt Boyutları	Haftalık Antrenman Gün Sayısı	N	Ort.	Ss	F	p	Anlamlı Fark
Acı Çekme Kaygısı	1-2 gün	25	3,040	1,094	,277	,758	----
	3-4 gün	78	3,072	1,160			
	5-7 gün	218	2,964	1,135			
Hayal Kırıklığına Uğratma	1-2 gün	25	2,173	1,110	,134	,875	----
	3-4 gün	78	2,164	1,137			
	5-7 gün	218	2,095	1,167			
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	1-2 gün	25	1,680	0,761	3,15	,044	----
	3-4 gün	78	1,714	0,895			
	5-7 gün	218	1,473	0,734			
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	1-2 gün	25	1,960	0,813	1,13	,324	1-2 \geq 3-4
	3-4 gün	78	1,876	0,952			3-4 \geq 5-7
	5-7 gün	218	1,743	0,870			
Yeniden Yaralanma Kaygısı	1-2 gün	25	1,792	0,971	4,13	,017	----
	3-4 gün	78	2,917	0,996			
	5-7 gün	218	2,575	0,990			
Zayıf Algılanma Kaygısı	1-2 gün	25	2,684	0,707	,010	,990	----
	3-4 gün	78	1,748	0,906			
	5-7 gün	218	1,731	0,942			

Tablo 6 incelendiği zaman adayların yeteneğini kaybetme kaygısında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Bu farkın Haftada 1-2 gün fiziksel antrenman yapanlar lehinde olduğu görülmüştür.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Spor yaralanmaları sporcuların veya sporcu kimliği olmadan egzersiz yapan bireylerinde zaman içerisinde karşılaşılacağı ve sık görülen bir durumdur. Bu yaralanmaların bazıları uzun süreli tedavi gerektirirken bazıları ise kısa süreli tedavi gerektirebilir. İyileşme süreci sonrasında sporcuların yeniden yaralanma kaygı durumlarını etkilediği görülmüştür. Aynı zamanda cinsiyet değişkeni açısından incelendiği zaman, kadın ve erkek adayların yaralanma kaygı düzeylerinin farklı alt boyutlarda erkek sporcular lehine anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Benzer sonuçların olduğu araştırmalar da görülmüştür (Zurita-Ortega ve ark.2019; Tanyeri 2019;). Diğer bir araştırmada kadın katılımcıların “Acı Çekme Kaygısı” boyutunda erkek katılımcılara göre daha düşük düzeyde olduğunu belirlenmiştir. Yaş değişkeninde ise; “hayal kırıklığına uğratma kaygısı” alt boyutunda 18-24 yaş ile 25-34 yaş arasında 18-24 yaş lehine anlamlı fark olduğu görülmüştür. Bu sonuç yaş arttıkça

hayal kırıklığına uğratma kaygısının arttığını göstermektedir (Yalçınkaya ve ark. 2020). Bu çalışmada ise yaş değişkeni açısından incelendiği zaman 23 yaş ve üstü adayların yeteneğini kaybetme kaygısı açısından 18-22 yaş aralığındaki diğer adaylara göre anlamlı fark tespit edilmiştir. Yaş ilerledikçe kaygı durumlarının yükseldiği söylenebilir. Benzer bir çalışmada benzer sonuç görülmüştür Karabulut ve Var 2019'e göre biyolojik yaş arttıkça durumluk kaygı seviyesinde düşüş görüldüğünü belirtmiştir.

Çalışmada adayların sigara içme durumu incelendiği zaman; Yeteneğini Kaybetme Kaygısı”, “Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı” ve “Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı”, “Yeniden Yaralanma kaygısı”, “Zayıf Algılanma Kaygısı”nın da sigara içenlerin puanlarında artış olduğu tespit edilmiştir. Sigara içme durumuna ilişkin çalışmalarda artan anksiyeteye sahip kişilerin sigara içmeye daha yatkın olduklarını belirtmektedir (Doğan ve mevsim 2020).

Işıktaş ve ark. (2019) sigara içen ve içmeyen bireylerin stres karşısındaki tutumları, stresle başa çıkma becerileri ve anksiyete düzeyleri arasındaki ilişkiyi tespit etmek için yaptığı araştırmada; Sigara içen katılımcıların kendine güvenli yaklaşım ve iyimser yaklaşım puanlarının azaldığı, çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım puanları arttığı görülmüştür. Diğer çalışmalarda ise (Şahin 1995; Öz, 2017; Kelleci ve ark. 2012) yapmış oldukları çalışmada güvenli yaklaşım ve iyimser yaklaşım puanlarının azalması; çaresiz ve boğun eğici durumların puanları ise arttığı sonucunun desteklendiği görülmüştür.

Bu araştırmada ise, takım sporları yapanların “Sosyal desteği Kaybetme Kaygısı” anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu durum, takım oyuncularının müsabaka dönemi, antrenman dönemi boyunca takım ruhunu benimsemesi ve aidiyet duygusunun yerleşmesi olarak görülebilir. Sporunu düzenli bir şekilde yapmanın sosyal davranışları olumlu yönde etkilediğini belirtmiştir (Özcan ve Yıldırım 2011). Takım Sosyal davranışı kazanımında olan sporcuların yaralanma sonrası sosyal desteği kaybetme kaygısını açıklamaktadır. Karayol ve Eroğlu (2020)’ göre bu durum; takım sporu ile uğraşanların bazı alt boyutlarda kaygı durumlarının artmasının, sporcunun takım arkadaşlarına ispat etme algısı ve mevcut konumunu kaybetme korkusundan olabileceğini belirtmiştir. Kayhan ve ark., (2019) “kadın sporcuların yaralanma kaygılarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi” konulu araştırmada bireysel spor yapan katılımcıların “yeteneğini kaybetme kaygısı” alt boyutunda anlamlı farklılık tespit etmiştir.

Haftada 1-2 gün fiziksel antrenman yapanlar ile 3-4 gün ve üstü antrenman yapanların “Yeteneğini Kaybetme Kaygısı” puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Bunun az antrenman veya azalan antrenman sayısının adayların kendilerini güçsüz, hazır olmama veya yüksek olmayan kondisyon özelliklerin daha geriye gitme düşüncesi olarak görülebilir.

Öneriler

Yapılacak çalışmalarda spor yaralanmasına ait demografik formlar içerisine katılımcının varsa yaralanma hikayesine ilişkin sorulara yer verilmesi ile bu alanda çalışacak araştırmacılar için faydalı olacağı düşünülmektedir. Nitekim yurt içi ve yurt dışı araştırmalarda spor yaralanma kaygısı ile

ilişkili uzun süreli yaralanma öyküsü bulunan sporculara yönelik nitel araştırmalara yer verilmesi alan yazına katkı sağlayacaktır.

KAYNAKLAR

- Aydoğan., Z. (2014). Sakatlık sırasında ve tedavi sonrasında sporculardaki psikolojik değişiklikler. *Yüksek Lisans Tezi*, Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara
- Caz, Ç., Kayhan, R. F., Bardakçı, S. (2019). Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması. *Spor Hekimliği Dergisi/Turkish Journal of Sports Medicine*. Vol. 54 Issue 1, p52-63.
- Diniz, F., & Ketenci, A., (2000). *Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon, Nobel Tıp Kitabevi*, s.592
- Doğan, L., Mevsim, V. (2020) *Anksiyete, Depresyon Ve Sigara Bağımlılığı. Türkiye Klinikleri J Intern Med.* ;5(1):22-6 Doi: 10.5336/İntermed.2019-70326
- Erol, B., Karahan, M., (2006). "Çocuklarda Spor Yaralanmaları", *Türkiye Klinikleri J Pediatr Sci*, 2(4):89-97
- İmren, G.A., (2010). Kahramanmaraş Bölgesindeki Ortaöğretim Düzeyindeki Sporcuların Spor Yaralanmalarında İlk Yardım, Fizik Tedavi Ve Rehabilitasyon Uygulamalarındaki Görüşlerinin İncelenmesi, *Yüksek Lisans Tezi*, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kahramanmaraş
- İşıktaş, S, Karafistan, M, Ayaz, D, Yılmaz, A. (2019). Sigara İçen Ve İçmeyen Bireylerin Stresle Başa Çıkma Tutumları Açısından Karşılaştırılması. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 1 (2), 102-107. DOI: 10.35365/ctjpp.19.1.12
- Johnson, U., Tranaeus, U. ve Ivarsson, A. (2014). Current status and future challenges in psychological research of sport injury prediction and prevention: a methodological perspective. *Revista de Psicologia del Deporte*, 23; 401-409.
- Karabulut, E. O., ve Sevde, M. V. Taekwondocuların Durumluk ve Sürekli Kaygılarının Müsabaka Performansı ve Yaralanma Durumu ile İlişkisi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 47-54.
- Karayol, M., & Eroğlu, S., Y. (2020). Takım ve Bireysel Sporlarla İlgilenen Sporcuların Spor Yaralanması Kaygı Durumlarının İncelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 4 (1), 137-144.
- Kayhan, R.F., Yapıcı, A., Üstün, D.Ü. (2019). Kadın Sporcuların Yaralanma Kaygılarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6 (SI1), 276-287
- Kılıç, B., Yücel, A.S., Gümüşdağ, H., Kartal, A. & Korkmaz, M., (2014). Spor yaralanmaları üst ekstremitte yaralanmaları kapsamında omuz yaralanmaları ve tedavi yöntemleri. *SSTB Int Ref Acad J Sports Health Medical Science*,12(4):1-26.
- Lök, S., İnce A., Lök, N., (2008). Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu Özel Yetenek Sınavına Girecek Adayların Kaygı Durumlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. Cilt2, Sayı2.
- Özcan, G, Yıldırım, S., (2011). Lisanslı Olarak Takım Sporü ve Bireysel Spor Yapan ile Spor Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11 (2), 111-135.
- Özder., R, (2010). Dünya askeri pentatlon şampiyonasına katılan erkek sporcuların yaşadıkları sakatlıklar ve sakatlığa bağlı kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Sibold, J., Howard, A. ve Zizzi, S. (2011). A comparison of psychological and orthopedic data in injured college athletes: a novel application of hurdle regression. *Athletic Insight*, 3/2, 153-164.

- Steffen, K., Pensgaard, A. ve Bahr, R. (2009). Self-reported psychological characteristics as risk factors for injuries in female youth football. *Scandinavian Journal of Medicine Science in Sports*, 19, 442-451.
- Tanyeri., L (2019). Farklı Branş Sporcularında Yaralanma Kaygısının İncelenmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi* ISSN:2528-9527 E-ISSN: 2528-9535 Cilt Volume:13 Sayı Issue :19
- Timpka, T., Jacobsson J, Bickenbach J, (2014). What is sport injury? *Sports Med.*; 44:423-8
- Uslu, T., (2005). “*Spor yaralanmalarına giriş*”, (Erişim; 27-09-2020). [https://www.turanuslu.com.tr/ tr/article/desc/1291/spor-yaralanmalarina-giris.html](https://www.turanuslu.com.tr/tr/article/desc/1291/spor-yaralanmalarina-giris.html)
- Yalçınkaya, A., Demirci, M., ve Kızılyar, N.G. (2020). Beden Eđitimi ve Spor Yůksekokulu đrencilerinin Spor Yaralanmalarındaki Kaygı Důzeylerinin İncelenmesi. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 43-51
- Zurita-Ortega F, Chacón-Cuberos R, Cofre-Bolados C, Knox E, Muros JJ (2019) Correction: Relationship of resilience, anxiety and injuries in footballers: Structural equations analysis. *PLoS ONE* 14(2): e0212083. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0212083>
- World Health Organization. (2001). *International Classification of Functioning, Disability, and Health (ICF)*. Geneva: World Health Organization,