

## Hentbolcularda Yaralanma Kaygısı Düzeyinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi

Yunus Emre GÜLER<sup>1</sup>

### Özet

#### Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 22.07.2022  
Kabul Tarihi: 12.09.2022  
Online Yayın Tarihi:  
12.09.2022

#### Anahtar Kelimeler

Aktivite, Egzersiz, Kaygı,  
Performans, Yaralanma.

#### DOI:

10.55238/seder.1147358

Bu çalışmanın amacı, hentbolcularda yaralanma kaygısı düzeylerinin belirlenerek farklı değişkenler açısından spor yaralanması kaygı ölçeği alt boyut düzeylerinin karşılaştırılmasıdır. Lisanslı olarak hentbol oynayan ve çalışmaya dahil edilme kriterlerine uyan 164 kadın-erkek hentbolcu çalışmanın örneklem grubunu oluşturmuştur. Araştırma verileri demografik bilgi formu ve spor yaralanması kaygı ölçeği kullanılarak oluşturulan anket formu ile Google Doc ile online ortamda toplanmıştır. Verilerin analizinde öncelikli olarak verilere normallik analizleri uygulanmış ve verilerin normal dağılıma uyduğu belirlenmiştir. İki bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında Independent Sample T-Testi, ikiden fazla bağımsız grup arasında One-Way Anova testi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişki düzeyinin belirlenmesinde ise Pearson Korelasyon testi uygulanmıştır. Test sonuçlarında cinsiyet, sporculuk düzeyi ve yaralanma bölgesi açısından yaralanma kaygısı alt boyutlarında anlamlı fark görülürken ( $p<0,05$ ), yaş açısından alt boyutlarda anlamlı farka rastlanmamıştır ( $p>0,05$ ). Ayrıca yaralanma süresi ile yaralanma kaygısı alt boyutları arasında ilişki olduğu görülmüştür ( $p<0,05$ ). Sonuç olarak kadınların acı çekme kaygısının yüksek olduğu, erkeklerin sosyal desteği kaybetme kaygısının yüksek olduğu, profesyonel sporcuların hayal kırıklığına uğratma kaygısı ve yeniden yaralanma kaygısının yüksek olduğu, alt ekstremitte yaralanması yaşayan sporcuların zayıf algılanma kaygısı, sosyal desteği kaybetme kaygısı ve yeniden yaralanma kaygısının yüksek olduğu, yaralanma süresi fazla olanların sosyal desteği kaybetme kaygısının ve yeniden yaralanma kaygısının arttığı tespit edilmiştir.

## Investigation of Injury Anxiety Level in Handball Players in Terms of Different Variables

### Abstract

#### Article Info

Received: 22.07.2022  
Accepted: 12.09.2022  
Online Published:  
12.09.2022

#### Keywords

Activity, Exercise, Anxiety,  
Performance, Injury.

The aim of this study is to determine the injury anxiety levels in handball players and to compare the sports injury anxiety scale sub-dimension levels in terms of different variables. The sample group of the study consisted of 164 male-female handball players who played licensed handball and met the inclusion criteria of the study. Research data were collected online with Google Doc, with a questionnaire created using demographic information form and sports injury anxiety scale. In the analysis of the data, firstly, normality analyzes were applied to the data and it was given that the data conformed to the normal distribution. The Independent Sample T-Test was used to compare quantitative continuous data between two independent groups, and the One-Way Anova test between more than two independent groups. Pearson Correlation test was used to determine the level of relationship between variables. In the test findings, while there was a significant difference in the sub-dimensions of injury anxiety in terms of gender, level of athleticism and injury site ( $p<0,05$ ), no significant difference was found in the sub-dimensions in terms of age ( $p>0,05$ ). In addition, it was observed that there was a relationship between the duration of injury and the sub-dimensions of injury anxiety ( $p<0,05$ ). As a result, women's anxiety about suffering is high, men's anxiety about losing social support is high, professional athletes' anxiety about disappointment and re-injury is high, athletes who have lower extremity injuries have low perception anxiety, loss of social support and re-injury anxiety, it was determined that the anxiety of losing social support and the anxiety of re-injury increased in those with longer duration of injury.

<sup>1</sup>Istanbul Esenyurt Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu E-mail: yunusemregulerr@gmail.com, https://orcid.org/0000-0002-0270-7494

## Giriş

Spor faaliyetinde bulunurken oluşan her türlü fiziksel zarar, spor yaralanması olarak ifade edilir. Ayrıca spor yaralanması kavramı, spor faaliyetlerine katılmaya engel oluşturan durumlarda da kullanılmaktadır (Binnit ve Armangil, 2010). Bahsedilen yaralanma kavramı, tedavi edilebilen ya da kalıcı olarak oluşan bozuklukları içerirken, sporcuların antrenmanlara ve müsabakalara katılmasına engel olabilmektedir (Kılıç ve ark., 2014).

Spor dallarına göre, spor yaralanmaları farklılık gösterebilmektedir. Spor dallarının farklı bireysel ve çevresel nitelikleri, yapılan spor dalına göre kullanılan uzuvların farklı olması spor yaralanmalarının farklılık göstermesine neden olmaktadır (Bittencourt ve ark., 2016). Özellikle yakın temas içeren ve fiziksel mücadelesi yoğun olan spor dallarında hem içsel hem de dışsal travmanın daha fazla meydana gelmesi olasıdır (Covassin ve ark., 2014; Kabak ve ark., 2017). Spor yapan bireylerin yanı sıra özellikle sporcuların korkulu rüyası olan sakatlıklar, fiziksel ve psikolojik fonksiyonlarda olumsuz etkiler yaratabilmektedir. Bu nedenle sakatlıklar düzenli spor ve fiziksel aktivitenin önündeki tek engel olarak görülmektedir.

Hentbol; fiziksel, zihinsel, sosyal ve duygusal açıdan gelişime katkıda bulunan, dünyada her yaşta, her seviyede milyonlarca insanın oynadığı popüler spor dallarından biridir. Hentbol sporcularında çoğu spor aktivitesinde olduğu gibi çeşitli fiziksel ve psikolojik riskler altındadır. Bu spor dalında karşılıklı temas olduğu için fiziksel olarak yaralanma bu risk faktörlerden biridir. Bunun yanında yaralanma korkusu ve kaygısı çoğu sporcuyla tedirgin eden psikolojik etkenlerdendir. Temas sporları arasında olan çağdaş hentbol oyununda hız ve güç ön plandadır. Müsabakaların yoğunluğu ve rekabeti sporcuları potansiyel olarak yaralayıcı kuvvetlere maruz bırakabilir. Yaralanmaların çoğunun çeşitli fiziksel yöntemlerle önlenilebileceğine inanılsa da hiç şüphesiz yaralanmaya etki edecek psikolojik etkenler de vardır. Bu yüzden yaralanmanın psikolojik nedenlerini anlamakta önemlidir (Rex ve Metzler, 2016).

Aktivite yoğunluğu, yüksek seviyede fiziki performans, yoğun antrenman ve maç temposunun yanında rekabet, kazanma arzusu ve birçok psikolojik neden (stres, kaygı vb.) gibi iç ve dış faktörlerden kaynaklı çok sayıda spor yaralanması oluşmaktadır (Argut ve Çelik, 2018). Aktif sporcuların yaralanma sonrası uzun süreli iyileşme sürecinde aktif spor yaşantısına dönememe, tekrardan yaralanma, spordan uzaklaşma gibi psikolojik travmalar yaşadıkları belirtilmektedir (Kayhan ve ark., 2019; Mankad ve ark., 2009).

Ülkemizde ve dünyada spor yaralanmaları hakkında daha çok bilinçlenmek, kaygı düzeylerini en aza indirebilmek ve yaralanmaların önüne geçmek için sürekli araştırmalar yapılmaktadır. Kaygı seviyesinin belli bir seviyede olması sporcular için gerekli olsa da oluşan fazla kaygı durumu sporcuyla sınırlandırabilmektedir. Spor yaralanma kaygısı, sporcuların hem spor hayatında hem de psiko-sosyal açıdan gelecekteki yaşamlarında negatif etkiler oluşturabilmektedir. Sporcuların bu durum hakkında bilinçlendirilmesi ve üstesinden gelerek kontrol sağlaması, pozitif anlamda katkılar sağlayabilir. Sporcularda oluşan yeniden yaralanma korkusu, iyileşme sürecini olumsuz etkilerken, başarılı bir dönüşü engelleyebilir. Bu nedenle yaralanma korkusu olan sporcuların belirlenmesi, psikolojik bilgilendirmeler uygulanabilmesi açısından önemlidir Psikolojik bilgilendirmeler, rehabilitasyon sonuçlarını optimize edilmesini ve yaralanma korkusunun azalmasını sağlayabilir (Hsu ve ark., 2017). Ayrıca kaygı durumunun

nedenlerini, düzeyini ve sonuçlarını ortaya koymanın sporculara, antrenörlere ve spor yöneticilerine çözüm yollarında önemli katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle sporcuların kaygı düzeylerinin belirlenmesi ile psikolojik nedenli spor yaralanmalarının önüne geçilmesi bu çalışmanın hedefini oluşturmaktadır. Bu kapsamda çalışmamızın bu alanda literatüre katkı sağlaması ve kaynak olması beklenmektedir. Araştırmada çalışma grubunu kadın/erkek hentbolcuların oluşturması araştırmamızı özgün kılmaktadır.

Bu çalışmanın amacı hentbolcularda yaralanma kaygısı düzeylerinin belirlenerek farklı değişkenler açısından spor yaralanması kaygı ölçeği alt boyut düzeylerinin karşılaştırılmasıdır.

## **Materyal ve Yöntem**

### ***Araştırmanın Modeli***

Çalışmada, nicel araştırma yöntemlerinden, ilişkisel yöntem ve nedensel karşılaştırma yöntemi kullanılmıştır.

### ***Çalışma Grubu***

Bu çalışmanın evrenini, Türkiye Hentbol Federasyonu'nun düzenlemiş olduğu müsabakalara lisanslı olarak katılan kadın ve erkek sporcular oluşturmaktadır. Bu sporcular arasından çalışmaya gönüllü olarak katılan ve çalışmaya dahil edilme kriterlerine uyan 164 kadın-erkek hentbolcu örneklem grubunu oluşturmuştur.

Çalışmaya dahil edilme kriterleri;

- Gönüllü olmak,
- Lisanslı olmak,
- Çalışmaya katıldığı esnada herhangi bir yaralanma durumunun olmaması,
- Daha önce yaralanma geçirmiş olmak.

### ***Verilerin Toplanması***

Araştırmanın verilerinin toplanmasında demografik bilgi formu ve spor yaralanması kaygı ölçeği kullanılarak oluşturulan form kullanılmıştır. Oluşturulan form Google Doc kullanılarak online ortamda katılımcılara gönderilmiş ve geri dönüşler alınmıştır.

### ***Kişisel Bilgi Formu***

Kişisel bilgi formu; yaş, cinsiyet, spor yılı, sporculuk düzeyi ve yaralanma bölgesi gibi bilgileri içeren sorulardan oluşmuştur.

### ***Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği***

Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği; Rex ve Metzlerin (2016) tarafından geliştirilmiş ve Türkçe 'ye Caz, Kayhan ve Bardakçı (2019) tarafından uyarlanıp, geçerlik-güvenirlik çalışması yapılmıştır. Ölçek 5'li likert derecelendirmeye sahiptir. Toplam 6 alt boyut ve 19 maddeden oluşmaktadır. Puan ortalamasının yüksek çıkması kaygı düzeyinin yüksek olduğunu, düşük çıkması ise kaygı düzeyinin düşük olduğunu göstermektedir. Çalışmamızda katılımcıların Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği' ne vermiş oldukları cevapların Cronbach's Alpha iç tutarlılık katsayısı 0.858 olarak tespit edilmiştir.

### Verilerin Analizi

Verilerin analizinde IBM SPSS 25 lisanslı paket programı kullanılmıştır. Analizlerde anlamlılık düzeyi  $p < 0,05$  olarak belirlenmiştir. Tanımlayıcı istatistiklerde; frekans, yüzde, ortalama, standart sapma değerleri kullanılmıştır. Basıklık-Çarpıklık değerleri ile verilerin normal dağıldığı tespit edilmiş (Tabachnick ve Fidell, 2013) ve parametrik testlerden iki bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında Independent Sample T-Testi, ikiden fazla bağımsız grup arasında One-Way Anova testi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişki düzeyinin belirlenmesinde ise Pearson Korelasyon testi uygulanmıştır.

### Bulgular

Yapılan analizler sonucunda elde edilen istatistiksel bulgular bu kısımda yer almaktadır.

**Tablo 1.** Hentbolcuların tanımlayıcı istatistik test sonuçları

Değişken	Grup	n	%
Cinsiyet	Erkek	102	62,20
	Kadın	62	37,80
Yaş	20 yaş ve altı	59	35,98
	21-22 yaş	44	26,83
	23 yaş ve üstü	61	37,20
Spor Yılı	1-3 yıl	26	15,85
	4-6 yıl	30	18,29
	7-9 yıl	29	17,68
	10 yıl ve üstü	79	48,17
Sporculuk Düzeyi	Amatör	68	41,46
	Profesyonel	96	58,54
Daha Önce Yaralanma Bölgesi	Alt Ekstremitte	89	54,27
	Üst Ekstremitte	75	45,73

\*Tanımlayıcı istatistik, n: Kişi sayısı, %: Yüzde

Çalışmada yer alan hentbolcuların; 102' si (%62,20) erkek, 62'si (%37,80) kadındır. Hentbolcuların 59' u (%35,98) 20 yaş ve altında, 44' ü (%26,83) 21-22 yaş arasında, 61' i (%37,20) 23 yaş ve üstündedir. 26' sı (%15,85) 1-3 yıl arasında, 30' u (%18,29) 4-6 yıl arasında, 29' u (%17,68) 7-9 yıl arasında, 79' u (%48,17) 10 yıl ve üstü spor geçmişine sahiptir. Sporcuların 68' i (%41,46) amatör, 96' sı (%58,46) profesyoneldir. 89' u (%54,27) alt ekstremiteden yaralanma yaşamışken, 75' i (%45,73) üst ekstremiteden yaralanma yaşamıştır.

**Tablo 2.** Hentbolcuların cinsiyetleri açısından yaralanma kaygısı ölçeği alt boyut düzeyleri

Alt Boyutlar	Cinsiyet	n	Ortalama	Ss	df	t	p
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	Erkek	102	2,62	0,84	162	0,456	0,649
	Kadın	62	2,56	0,76			
Zayıf Algılanma Kaygısı	Erkek	102	1,96	0,87		-1,171	0,243
	Kadın	62	2,13	1,04			
Acı Çekme Kaygısı	Erkek	102	3,29	0,78		-1,884	<b>0,031*</b>
	Kadın	62	3,52	0,73			
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	Erkek	102	2,67	1,13		1,020	0,309
	Kadın	62	2,48	1,14			
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	Erkek	102	2,15	0,96		1,674	<b>0,046*</b>
	Kadın	62	1,90	0,86			
Yeniden Yaralanma Kaygısı	Erkek	102	3,46	0,80		1,443	0,151
	Kadın	62	3,27	0,83			

\*Independent T-Test, n: Kişi sayısı, Ss: Standart sapma, p: Anlamlılık düzeyi

Tablo 2' de hentbolcuların cinsiyete göre yaralanma kaygısı alt boyut düzeyleri arasındaki fark Independent Samples T-test analizi kullanılarak incendi. Test sonuçlarında hentbolcuların cinsiyetleri açısından acı çekme kaygısı ve sosyal desteği kaybetme kaygısı alt boyutlarında anlamlı fark olduğu görüldü ( $p<0,05$ ).

**Tablo 3.** Hentbolcuların yaşları açısından yaralanma kaygısı ölçeği alt boyut düzeyleri

Alt Boyutlar	Yaş	n	Ortalama	Ss	sd	f	p
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	20 yaş ve altı	59	2,74	0,79	2-161	1,520	0,222
	21-22 yaş	44	2,47	0,89			
	23 yaş ve üstü	61	2,56	0,76			
Zayıf Algılanma Kaygısı	20 yaş ve altı	59	2,19	0,96		1,415	0,246
	21-22 yaş	44	1,96	0,97			
	23 yaş ve üstü	61	1,91	0,90			
Acı Çekme Kaygısı	20 yaş ve altı	59	3,33	0,81		0,789	0,456
	21-22 yaş	44	3,31	0,86			
	23 yaş ve üstü	61	3,48	0,65			
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	20 yaş ve altı	59	2,63	1,22		0,354	0,703
	21-22 yaş	44	2,48	0,99			
	23 yaş ve üstü	61	2,66	1,16			
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	20 yaş ve altı	59	2,03	1,05	0,025	0,975	
	21-22 yaş	44	2,08	0,79			
	23 yaş ve üstü	61	2,05	0,91			
Yeniden Yaralanma Kaygısı	20 yaş ve altı	59	3,41	0,88	1,206	0,302	
	21-22 yaş	44	3,23	0,92			
	23 yaş ve üstü	61	3,48	0,64			

\*One-Way Anova Test, n: Kişi sayısı, Ss: Standart sapma, p: Anlamlılık düzeyi

Tablo 3' te hentbolcuların yaşa göre yaralanma kaygısı alt boyut düzeyleri arasındaki fark One-Way Anova analizi kullanılarak incendi. Test sonuçlarında hentbolcuların yaşları açısından yaralanma kaygısı ölçeğinin tüm alt boyutlarında anlamlı fark olmadığı görüldü ( $p>0,05$ ).

**Tablo 4.** Hentbolcuların sporculuk düzeyleri açısından yaralanma kaygısı ölçeği alt boyut düzeyleri

Alt Boyutlar	Sporculuk Düzeyi	n	Ortalama	Ss	df	t	p
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	Amatör	68	2,56	0,68	162	-0,502	0,616
	Profesyonel	96	2,63	0,89			
Zayıf Algılanma Kaygısı	Amatör	68	2,06	0,98		0,394	0,694
	Profesyonel	96	2,00	0,92			
Acı Çekme Kaygısı	Amatör	68	3,43	0,75		0,680	0,497
	Profesyonel	96	3,34	0,78			
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	Amatör	68	2,22	0,94		-3,746	0,000*
	Profesyonel	96	2,87	1,18			
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	Amatör	68	1,99	0,97		-0,782	0,435
	Profesyonel	96	2,10	0,90			
Yeniden Yaralanma Kaygısı	Amatör	68	3,19	0,93		-2,595	0,010*
	Profesyonel	96	3,52	0,69			

\*Independent T-Test, n: Kişi sayısı, Ss: Standart sapma, p: Anlamlılık düzeyi

Tablo 4' te hentbolcuların sporculuk düzeylerine göre yaralanma kaygısı alt boyut düzeyleri arasındaki fark Independent Samples T-test kullanılarak incendi. Test sonuçlarında hentbolcuların sporculuk düzeyleri açısından hayal kırıklığına uğratma kaygısı ve yeniden yaralanma kaygısı alt boyutlarında anlamlı fark olduğu görüldü ( $p<0,05$ ).

**Tablo 5.** Hentbolcuların yaralanma bölgesi açısından yaralanma kaygısı ölçeği alt boyut düzeyleri

Alt Boyutlar	Yaralanma Bölgesi	n	Ortalama	Ss	df	t	p
<b>Yeteneğini Kaybetme Kaygısı</b>	Alt Ekstremit	89	2,53	0,80	162	-1,267	0,207
	Üst Ekstremit	75	2,69	0,82			
<b>Zayıf Algılanma Kaygısı</b>	Alt Ekstremit	89	2,18	1,03		2,399	<b>0,017*</b>
	Üst Ekstremit	75	1,84	0,79			
<b>Acı Çekme Kaygısı</b>	Alt Ekstremit	89	3,42	0,80		0,822	0,412
	Üst Ekstremit	75	3,32	0,73			
<b>Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı</b>	Alt Ekstremit	89	2,61	1,21		0,088	0,930
	Üst Ekstremit	75	2,59	1,04			
<b>Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı</b>	Alt Ekstremit	89	2,20	0,95		2,212	<b>0,028*</b>
	Üst Ekstremit	75	1,88	0,88			
<b>Yeniden Yaralanma Kaygısı</b>	Alt Ekstremit	89	3,51	0,86		2,053	<b>0,041*</b>
	Üst Ekstremit	75	3,25	0,74			

\*Independent T-Test, n: Kişi sayısı, Ss: Standart sapma, p: Anlamlılık düzeyi

Tablo 5’ te hentbolcuların yaralanma bölgelerine göre yaralanma kaygısı alt boyut düzeyleri arasındaki fark Independent Samples T-test kullanılarak incelendi. Test sonuçlarında hentbolcuların yaralanma bölgeleri açısından zayıf algılanma kaygısı, sosyal desteği kaybetme kaygısı ve yeniden yaralanma kaygısı alt boyutlarında anlamlı fark olduğu görüldü ( $p<0,05$ ).

**Tablo 6.** Hentbolcuların yaralanma süreleri ile yaralanma kaygısı ölçeği alt boyutları arasındaki ilişki

Değişken	Değer	Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	Zayıf Algılanma Kaygısı	Acı Çekme Kaygısı	Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	Yeniden Yaralanma Kaygısı
Yaralanma Süresi (Hafta)	r	0,028	0,000	0,006	0,127	<b>,180*</b>	<b>,170*</b>
	p	0,720	0,997	0,935	0,105	<b>0,021</b>	<b>0,030</b>

\*Pearson Korelasyon Testi, n: Kişi sayısı, Ss: Standart sapma, p: Anlamlılık düzeyi

Tablo 6’ da hentbolcuların yaralanma sürelerine göre yaralanma kaygısı alt boyut düzeyleri arasındaki ilişki Pearson Korelasyon testi kullanılarak incelendi. Test sonuçlarında hentbolcuların yaralanma süreleri ile sosyal desteği kaybetme kaygısı ve yeniden yaralanma kaygısı alt boyutları arasında pozitif ilişki olduğu görüldü ( $p<0,05$ ).

## Tartışma ve Sonuç

Hentbolcularda yaralanma kaygısı düzeylerinin belirlenerek farklı değişkenler açısından spor yaralanması kaygı ölçeği alt boyut düzeylerinin karşılaştırıldığı bu çalışmada;

Hentbolcuların cinsiyetleri açısından acı çekme kaygısı ve sosyal desteği kaybetme kaygısı düzeylerinde anlamlı fark olduğu, acı çekme kaygısı ortalamalarının kadın hentbolcularda daha yüksek, sosyal desteği kaybetme kaygısı ortalamalarının ise erkek hentbolcularda daha yüksek olduğu belirlendi. Bu sonucun nedeni olarak, kadınların acı eşliğinin daha düşük olması ve erkeklerin yaptıkları işlerde çevrelerinden onaylanma beklentileri gösterilebilir.

Literatürde yer alan benzer bir çalışma incelendiğinde Tanyeri (2019), erkek sporcuların sosyal desteği kaybetme kaygısının kadın sporculara göre anlamlı şekilde yüksek olduğunu tespit etmiştir. Adar (2021)’in güreşçilerin yaralanma kaygısını incelediği çalışmada da cinsiyet açısından zayıf algılanma kaygısı ve hayal kırıklığına uğratma kaygısı boyutlarında anlamlı fark olduğu belirlenmiştir. Yapılan farklı

çalışmalarda ise cinsiyetin yaralanma kaygısını etkilemediği görülmüştür (Karayol ve Eroğlu, 2020; Meeuwisse ve ark., 2003; Stevenson, 2000).

Hentbolcuların yaşları açısından yeniden yaralanma kaygısı düzeylerinde anlamlı fark olmadığı belirlendi. Bu durumun yaralanma kaygısının, her yaştaki her sporcuda oluşabileceğinden kaynaklandığı düşünülebilir.

Çalışmamıza benzer olarak Kayhan ve ark. (2019), kadın sporcuların yaralanma kaygılarını çeşitli değişkenlere göre incelemiş ve yaş açısından yaralanma kaygılarında anlamlı fark olmadığı görülmüştür. Egermann ve ark. (2003)'da uzun mesafe triatloncu'larda yaralanma analizleri hakkında yaptıkları çalışmada yaşa göre yaralanma kaygısı üzerinde anlamlı fark olmadığını bildirmiştir. Çalışmamızdan farklı olarak Armağan (2021) kadın sporcularda yaralanma kaygı düzeyini incelediği çalışmasında yaş açısından hayal kırıklığına uğratma ve acı çekme kaygılarında anlamlı fark olduğunu bildirmiştir. Benzer olarak Namlı ve Buzdağlı (2020) aktif sporcuların yaralanma sonrası kaygı düzeylerini incelediği çalışmasında, Arıkan ve ark. (2020) üniversite adaylarının spor yaralanma kaygı düzeylerini incelediği çalışmasında yaş değişkeni ile yeniden yaralanma kaygısı alt boyutu arasında anlamlı fark bulmuşlardır.

Hentbolcuların sporculuk düzeyleri açısından hayal kırıklığına uğratma kaygısı ve yeniden yaralanma kaygısı düzeylerinde anlamlı fark olduğu, iki alt boyutta da profesyonel sporcuların ortalamalarının daha yüksek olduğu belirlendi. Bu durumun nedeninin, profesyonel sporcuların hentboldan bir kazanç elde etmesinden ve asıl mesleklerinin hentbol olmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

Çalışmamıza benzer olarak Adar (2021)'ın güreşçilerin yaralanma kaygısını incelediği çalışmada sporcu düzeyi açısından yeteneğini kaybetme ve yeniden yaralanma kaygısı boyutlarında anlamlı fark olduğu belirlenmiştir ve milli sporcuların daha fazla kaygı yaşadığı görülmüştür. Çetindemir ve Cihan (2019) profesyonel ve amatör sporcularda, sporcu yaralanması kaygı durumları arasında anlamlı bir fark gözlemlemiştir. Çalışmamızdan farklı olarak Kayhan ve ark. (2019), kadın sporcuların yaralanma kaygısını çeşitli değişkenlere göre incelediği çalışmalarında, çalışmaya katılan amatör ve profesyonel sporcuların yaralanma kaygıları seviyelerinde bir fark ortaya çıkmadığı tespit edilmiştir. Jansen ve ark. (2019)'da amatör düzeydeki futbolcularda sporcu yaralanmalarını inceledikleri çalışmada, amatör ve profesyonel sporcuların kaygı düzeylerinin aynı seviyede olduğunu bildirmiştir.

Hentbolcuların yaralanma bölgeleri açısından zayıf algılanma kaygısı, sosyal desteği kaybetme kaygısı ve yeniden yaralanma kaygısı düzeylerinde anlamlı fark olduğu, üç alt boyutta da alt ekstremiteden yaralanma yaşayanların ortalamalarının daha yüksek olduğu belirlendi.

Bayındır (2021) güreşçilerin yaralanma kaygısını incelediği çalışmada, yaralanma bölgesi açısından zayıf algılanma kaygısı boyutunda anlamlı fark olduğunu bildirmiştir. Bunun nedeninin yaralanma yaşamış sporcunun rakibine karşı kendini daha güçsüz hissetmesinden ve endişe duymasından kaynaklandığı düşünülebilir. Yapılan çalışmalarda, diz ve ayak bileği yaralanmalarının (%65) daha yoğunlukta olduğu tespit edilirken (Emery ve ark., 2007), temas sporlarında yaralanma riskinin yüksek olduğu, ayak bileği ve dizlerin en sık yaralanan vücut bölgeleri olduğu belirlenmiştir (Pasanen ve ark., 2017).

Hentbolcuların yaralanma süreleri ile sosyal desteği kaybetme kaygısı ve yeniden yaralanma kaygısı düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülürken, yaralanma süresi arttıkça sosyal desteği kaybetme kaygısının ve yeniden yaralanma kaygısının arttığı belirlendi.

Çalışmamıza benzer olarak Namlı ve Buzdağlı (2020) sporcuların yaralanma sonrası spordan uzak kalma sürelerine göre hayal kırıklığına uğratma ve sosyal desteği kaybetme kaygısı düzeylerinde anlamlı bir fark saptamıştır. Bu sonucun nedeni olarak sporcuların yaralanma sırası ve tedavi sonrasındaki kaygı durumlarının sahalara yeniden dönebilme ya da dönememe ihtimali sebebiyle yükselmesi gösterilebilir.

Mankad ve ark. (2009), sakatlanan sporcuların uzun dönem iyileşme sürecinde sporcu kimliklerinden yoksun kalma, bir daha oynayamama, yeniden sakatlanma gibi önemli duygusal travmalar yaşadıklarını; bu travmalar nedeniyle depresifleşme ve kaygılı olmanın doğal karşılanması gerektiğini belirtmişler; ayrıca sporcuların tedavi sürecinde yaşadıkları bu karmaşık duygular nedeniyle takım ve antrenman çevresinden, sosyal ortamdaki uzak durma eğiliminde olduklarını bildirmişlerdir.

Sonuç olarak hentbolcuların cinsiyeti, sporculuk düzeyi, yaralanma bölgesi ve yaralanma süresi onların spor yaralanması kaygıları üzerinde farklılıklara neden olmaktadır. Ölçekte yer alan alt boyutlardaki farklılaşmanın daha çok acı çekme kaygısı, hayal kırıklığına uğratma kaygısı, sosyal desteği kaybetme kaygısı, yeniden yaralanma kaygısı ve zayıf algılanma kaygısı boyutlarında olduğu görülmüştür. Kadınların acı çekme kaygısının yüksek olduğu, erkeklerin sosyal desteği kaybetme kaygısının yüksek olduğu, profesyonel sporcuların hayal kırıklığına uğratma kaygısı ve yeniden yaralanma kaygısının yüksek olduğu, alt ekstremitelerde yaralanması yaşayan sporcuların zayıf algılanma kaygısı, sosyal desteği kaybetme kaygısı ve yeniden yaralanma kaygısının yüksek olduğu, yaralanma süresi fazla olanların sosyal desteği kaybetme kaygısının ve yeniden yaralanma kaygısının arttığı belirlendi. Kaygının sportif başarıyı etkilediği düşünüldüğünde, sporcuların kaygı düzeylerini etkileyen bu değişkenlerin göz önünde bulundurulmasının sportif başarı açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

## Öneriler

- Kaygı düzeyinin önceden belirlenmesi ile yaralanma kaygı seviyesi yüksek olan sporculara spor psikologları bireysel ya da takım halinde destek verebilir
- Spor hekimleri tarafından sporculara yapılacak bilgilendirmeler ile sporcuların kaygı düzeyi düşürülerek psikolojik nedenli spor yaralanmalarının önüne geçilebilir.

**Çıkar Çatışması:** Çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır

## Kaynaklar

- Adar, Y. (2021). *Güreş sporcularının yaralanma kaygılarının farklı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Trakya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Edirne.
- Argut, S. K., & Çelik, D. (2018). Genç sporcularda spora bağlı yaralanmalara neden olan faktörler. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 122-127.
- Arıkan, G., ve Çimen, E. (2020). *Üniversite adaylarının spor yaralanma kaygı düzeylerinin incelenmesi*. *Avrasya Spor Bilimleri Araştırmaları*, 5 (2), s.118-127.



- Armağan, P. (2021). *Kadın sporcularda yaralanma kaygı düzeyinin ve başa çıkma stratejilerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Trakya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Edirne.
- Bayındır, O. (2021). *Elit genç güreşçilerin spor yaralanması kaygı düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Hitit Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Çorum.
- Binnet, M., & Armangil, M. (2010). Spor yaralanmalarında kavramlar. *Türkiye Klinikleri*, 3(1), 528.
- Bittencourt, N. F., Meeuwisse, W. H., Mendonça, L. D., Nettel-Aguirre, A., Ocarino, J. M., & Fonseca, S. T. (2016). Complex systems approach for sports injuries: moving from risk factor identification to injury pattern recognition—narrative review and new concept. *British Journal of Sports Medicine*, 50(21), 1309-1314.
- Caz, Ç., Kayhan, R. F., & Bardakçı, S. (2019). Spor Yaralanması Kaygı Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Spor Hekimliği Dergisi*, 54 (1), 52-63.
- Çetindemir, A., Cihan, H. (2019). Genç futbolcuların sakatlanma kaygılarının oynadıkları mevki ve takım statüsü (amatör-profesyonel) bakımından incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 3 (2), 52-57.
- Covassin, T., Crutcher, B., Bleecker, A., Heiden, E.O., Dailey, A., Yang, J. (2014). Postinjury anxiety and social support among collegiate athletes: a comparison between orthopaedic injuries and concussions. *Journal of Athletic Training*, 49(4), 462-468.
- Egermann, M., Brocai, D., Lill, C. A., Schmitt, H. (2003). Analysis of injuries in long-distance triathletes. *International Journal of Sports Medicine*, 24 (4), 271-276.
- Emery, C. A., Rose, M. S., McAllister, J. R., Meeuwisse, W. H. (2007). A prevention strategy to reduce the incidence of injury in high school basketball: a cluster randomized controlled trial. *Clinical Journal of Sport Medicine*, 17 (1), 17-24.
- Hsu, C. J., Meierbachtol, A., George, S. Z., & Chmielewski, T. L. (2017). Fear of reinjury in athletes: implications for rehabilitation. *Sports Health*, 9(2), 162-167.
- Jansen, P., Lehmann, J., Fellner, B., Huppertz, G., Loose, O., Achenbach, L., Krutsch, W. (2019). Relation of injuries and psychological symptoms in amateur soccer players. *BMJ Open Sport & Exercise Medicine*, 5 (1), e000522.
- Kabak, B., Karanfilci, M., & Karakuyu, N. (2017). Güreş ve judo spor dallarında görülen spor yaralanmalarının karşılaştırılması. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 107-122.
- Karayol, M, Yavuz Eroğlu, S. (2020). Takım ve bireysel sporlarla ilgilenen sporcuların spor yaralanması kaygı durumlarının incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 4 (1), 137-144.
- Kayhan, R. F., Yapıcı, A., & Üstün, Ü. D. (2019). Kadın sporcuların yaralanma kaygılarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(1), 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.
- Mankad, A., Gordon, S., & Wallman, K. (2009). Perceptions of emotional climate among injured athletes. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 3(1), 1-14.

- Meeuwisse, W. H., Sellmer, R., Hagel, B. E. (2003). Rates and risks of injury during intercollegiate basketball. *The American Journal of Sports Medicine*, 31 (3), 379-385.
- Namlı, S., Buzdağlı, Y. (2020). Aktif sporcuların yaralanma sonrası kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 25 (4), 469-480.
- Pasanen, K., Ekola, T., Vasankari, T., Kannus, P., Heinonen, A., Kujala, U. M., & Parkkari, J. (2017). High ankle injury rate in adolescent basketball: A 3-year prospective follow-up study. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 27(6), 643-649.
- Rex, C. C., & Metzler, J. N. (2016). Development of the sport injury anxiety scale. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 20(3), 146-158.
- Stevenson, M. R., Hamer, P., Finch, C. F., Eliot, B., Kresnow, M. J. (2000). Injuries in Western Australia sport, age, and sex specific incidence of sports. *British Journal of Sports Medicine*, 34, 188-194.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics*. Northridge CA: California State University.
- Tanyeri, L. (2019). Farklı branş sporcularında yaralanma kaygısının incelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 13 (19), 577-591.

### Makale Alıntısı

Güler, Y.E. (2022). Hentbolcularda Yaralanma Kaygısı Düzeyinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi [Investigation of Injury Anxiety Level in Handball Players in Terms of Different Variables], *Spor Eğitim Dergisi*, 6 (2), 99-108.



Bu eser Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır.