


Spor Bilimleri Fakültesi Adaylarının Spor Yaralanması Kaygıları İle Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerilerinin İncelenmesi

Aydiner Birsin YILDIZ 

DOI: <https://doi.org/10.38021/asbid.1147442>

ORJİNAL ARAŞTIRMA

Ankara Yıldırım Beyazıt
Üniversitesi,
Spor Bilimleri Fakültesi,
Ankara/Türkiye

Öz

Bu araştırmanın amacı Spor Bilimleri Fakültesi adaylarının bazı özelliklerinin tanımlanması ve spor yaralanması kaygısı ile sportif sorunlarla başa çıkma becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmada kullanılan veriler, kolay ulaşılabilir örneklem yöntemi temelinde gönüllülük esasıyla çalışma grubunu oluşturan 889 (281 kadın, 608 erkek) adaydan elde edilmiştir. Adaylarının tamamı 2021-2022 eğitim-öğretim yılı için özel yetenek sınavlarına girmişlerdir. Tarama modelinde yürütülmüş betimsel bu araştırmada kullanılan veriler Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği ve Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Envanteri aracılığıyla elde edilmiştir. Sonuçlara göre spor geçmişine sahip erkek amatör sporcuların Spor Bilimleri Fakültesi adayları arasında oransal üstünlüğe sahip olduğu, adayların hazırlanma koşullarında ise bireysel ya da kurs ile hazırlanma oranının birbirine yakın olduğu belirlenmiştir. Erkek adayların sportif sorunlarla başa çıkma becerilerinin kadın adaylara kıyasla daha yüksek olduğu söylenebilirken kadın adayların özellikle fiziksel unsurları içeren yaralanma kaygı düzeylerinin yüksek olduğu ifade edilebilir. Ayrıca adayların spor yaralanma kaygılarının orta düzeyde, sportif sorunlarla başa çıkma becerisi algılarının ise yüksek olduğu söylenebilir. Sporculuk geçmişi olan ve profesyonel seviyede spor yapan adayların rakiplerine kıyasla sportif sorunlarla başa çıkma becerilerinin yüksek, spor yaralanması kaygılarının ise düşük olduğu ifade edilebilir.

Anahtar kelimeler: Spor Bilimleri, Spor Yaralanması, Sportif Sorunlarla Başa Çıkma, Spor Yaralanması Kaygısı

Sorumlu Yazar: Aydiner
Birsin YILDIZ
aydinerbirsinyildiz@hotmail.com

Investigation of Sports Injury Anxiety and Athletic Coping Skills of the Candidates of the Faculty of Sports Sciences

Abstract

The aim of this research is to reveal some descriptive characteristics of the Sports Science Faculty candidates and to examine the relationship between sports injury anxiety and their ability to athletic coping skills. Easily accessible sampling method was used in the research. The study group consisted of 889 (281 female, 608 male) student candidates. All of the candidates took the special talent exams for the 2021-2022 academic year. This research is a descriptive research conducted in the scanning model. The data were obtained through the Sports Injury Anxiety Scale and the Coping with Sports Problems Inventory. According to the results obtained, male amateur athletes with a sports background have a proportional advantage among the candidates of the faculty of sports sciences. In the preparation conditions of the candidates, it was determined that the rate of individual or course and preparation was close to each other. It was determined that male candidates' ability to cope with sportive problems was higher than female candidates. In addition, it can be stated that female candidates have high levels of injury anxiety, especially involving physical elements. In addition, it can be said that the sports injury anxiety of the candidates is moderate level, and the perception of the ability to cope with sports problems is high. It can be stated that the candidates who have a history of sportsmanship and who play sports at a professional level have higher coping skills with sports problems and lower anxiety about sports injuries compared to their competitors.

Keywords: Athletic Coping Skills, Sport Sciences, Sports Injury, Sports Injury Anxiety

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi:
23.07.2022

Kabul Tarihi:
27.08.2022

Online Yayın Tarihi:
28.09.2022

Giriş

Spor Bilimleri Fakültelerinin birçoğu programlarının ihtiyaçları doğrultusunda öğrencilerinin belirli bir düzeyde yetenekli olması gerekliliği üzerine Eğitim, Güzel Sanatlar, Mimarlık Fakülteleri ve Konservatuarlar gibi öğrenci alımlarında merkezi sınava ek olarak aday öğrenciler içerisindeki en yeteneklileri belirleyebilmek amacıyla bazı uygulamalı sınavlar yapmaktadır (Tolukan ve Yılmaz, 2014; Peker, 2003; Önder, 1990). Spor bilimleri fakülteleri için yapılan bu sınavlarda adayların psiko-motor yeteneklerini ölçen testlerden yararlanılmaktadır (İnce vd., 2004). Bu testler genellikle kısa süreli olsa da yüksek performans gerektirmektedir. Adaylar uzun ve yoğun bir hazırlığın sonrasında en iyi performanslarını sergileyerek sınavı kazanmak için çabalamaktadır (Koç vd., 2018). Bahsi geçen bu koşullar da zaman zaman spor yaralanmalarına ortam oluşturabilmektedir.

Spor yaralanması; spor veya egzersiz kaynaklı dokularda oluşan kalıcı ya da geçici hasar olarak tanımlanmaktadır (Engebretsen vd., 2012). Spor yaralanmaları dışsal ve/veya içsel kaynaklı olarak gerçekleşmektedir. Dışsal kaynaklar genel olarak sporcuya dışarıdan etki ederek sakatlığa neden olan rakip, zemin gibi faktörleri ifade etmektedir. İçsel kaynaklar ise sporcuya ilişkin yaş, cinsiyet, yaralanma geçmişi ve psikolojik durum gibi unsurlardır (Caz vd., 2019). Spor gibi yüksek yaralanma riski bulunan fiziksel aktiviteler için sadece fizyolojik risk faktörlerinin değil, aynı zamanda yaralanma duyarlılığının altında yatan psikososyal mekanizmaları da iyice anlamak önemlidir (Johnson, 2011).

Spor yaralanmalarına neden olabilecek psikolojik durumların içerisinde kaygının önemli bir yer tuttuğu bilinmektedir (Caz vd., 2019; Li vd., 2017; Da Silva ve Pereira, 2017; Petrie vd., 2014; Ivarson vd., 2013; Sibold vd., 2011; Johnson ve Ivarson, 2011; Junge, 2010; Ivarson ve Johnson, 2010; Steffen vd., 2009; Rogers ve Landers, 2005; Junge, 2000; Williams ve Andersen, 1998; Andersen ve Williams, 1988). Ayrıca yaralanma kaygısının yaralanmayı öngördüğü belirtilmektedir (Christakou vd., 2022; Paterno vd., 2018). Bu kapsamda özellikle önleyici bir bakış açısıyla spor yaralanma kaygısı üzerine araştırmaların yapılması önemlidir.

Spor yaralanma kaygısı; “yaralanmanın mümkün ve/veya muhtemel görüldüğü spor durumlarında bilişsel veya somatik kaygı ile yanıt verme eğilimi” olarak tanımlanmaktadır (Budak vd., 2020). Spor yaralanma kaygısı sporcularda durumluk, sürekli ve müsabaka kaygısı ile sportif performansın önemli bir belirleyicisi olabilir. Bu bağlamda belirlenmesi ve optimum düzeyde tutulabilmesi için sahip olunan psikolojik beceriler önemli hale gelmektedir (Erdoğan ve Gülşen, 2020, Yarayan ve İlhan, 2018; Yıldız vd., 2015). Çünkü psikolojik faktörler ile yaralanma ve yaralanma hassasiyetinin ilişkili olduğu bilinmektedir (Şenışık ve Köyapasioğlu, 2021; Hanson vd., 1992; Smith, Smoll ve Ptacek, 1990; Williams, Tonymon ve Wadsworth, 1986).

Sporcular sportif faaliyetlerin doğası gereği korku, acı, güven eksikliği, başarısızlık korkusu veya ağrı, yorgunluk, kararsızlık ve bitkinlik gibi birçok stres kaynağıyla karşı karşıya kalmaktadır. Bu stres kaynaklarının üstesinden gelememeleri ise başarısızlığa neden olmaktadır (Lazarus, 2000). Bu kapsamda kaygının performansı olumsuz yönde etkileyecek seviyelere ulaşmamasına adına başa çıkma tekniklerinden yararlanılmalıdır (Şirinkan vd., 2011). Başa çıkma teknikleri, çok boyutlu bir öz-düzenleme yapısı olarak tanımlanmaktadır. Stresli durumları yönetmek için kullanılan davranışsal ve bilişsel mekanizmalardaki sürekli adaptasyonu temsil etmektedir. Davranışsal mekanizma, stres kaynağını ortadan kaldırma amaçlı faaliyetleri, bilişsel mekanizma ise duygusal düzenleme girişimlerini ifade etmektedir (Lazarus ve Folkman, 1987). Stres kaynağını her zaman ortadan kaldırmak mümkün olamayacağı için psikolojik zorluklarla başa çıkma yeteneklerini ifade eden bilişsel mekanizmalar önemlidir. Bu kapsamda araştırmada Spor Bilimleri Fakültesi öğrenci adaylarının bazı tanımlayıcı özelliklerinin ortaya konulması ve spor yaralanması kaygıları ile sportif sorunlarla başa çıkma becerileri arasındaki ilişkilerin incelenmesini amaçlanmıştır. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda alanyazına katkı sağlanması ve önerilerde bulunulması hedeflenmektedir.

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Rektörlüğü Etik Kurul Koordinatörlüğü tarafından verilen 05.02.2021 tarih ve 21 sayılı izin doğrultusunda, “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde tarama modelinde yürütülmüş betimsel bir araştırmadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan veriler kişisel bilgi formu, Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği (SYKÖ) ve Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri (SSBÇE) aracılığıyla toplanmıştır. SYKÖ, Rex ve Meltzler (2016) tarafından geliştirilmiş, Caz, Kayhan ve Bardakçı (2019) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek hayal kırıklığına uğratma, sosyal desteği kaybetme, zayıf algılanma, yeteneğini kaybetme, acı çekme ve yeniden yaralanma kaygıları olarak isimlendirilen alt boyutları olan toplam 21 maddelik ve 5’li likert yapıda olan bir ölçektir. SSBÇE ise Smith vd., (1995) tarafından hazırlanarak Özcan ve Günay (2017) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Zihinsel hazırlık, konsantrasyon, kaygıdan uzak olma, baskı altında yüksek performans, zorlukla baş etme, güven ve başarı güdüsü ve antrenörlük durumu olarak isimlendirilen alt boyutları olan ölçek, 28 maddeden oluşmaktadır ve 4 dereceli likert yapıdadır.

Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında elde edilen yanıtların iç tutarlılıkları Cronbach Alpha katsayısı ($C\alpha$) ile belirlenmiştir. Elde edilen verilerin dağılımlarının değerlendirilmesi amacıyla grafikler, çarpıklık ile basıklık değerleri incelenmiş ve verilerin normal dağılım gösterdiği değerlendirilmiştir. Bu doğrultuda bağımsız gruplar t-testi ile tek yönlü varyans analizi yapılmış ve Pearson korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Yapılan tüm analizler “ $p<.05$ ” anlamlılık düzeyine tabi olarak SPSS 26 paket programı aracılığıyla yapılmıştır.

Tablo 1

Araştırmada Kullanılan Yanıtlara İlişkin Bazı Tanımlayıcı Bilgiler

Boyut	Min	Maks	Ort	Ss	Çarpıklık	Basıklık	$C\alpha$
Spor Yaralanması Kaygısı	19.00	75.00	43.17	11.38	.109	-.379	.875
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	3.00	15.00	7.011	3.13	.492	-.656	.859
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	3.00	15.00	5.36	2.35	1.030	.829	.812
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	3.00	14.00	5.66	2.25	.639	-.028	.708
Yeniden Yaralanma Kaygısı	4.00	20.00	10.77	3.38	-.034	-.322	.617
Zayıf Algılanma Kaygısı	3.00	15.00	5.68	2.40	.871	.444	.681
Acı Çekme Kaygısı	3.00	15.00	8.69	2.61	-.222	-.307	.741
S. Sorunlarla Başa Çıkma Becerisi	46.00	102.00	75.77	10.98	-.133	-.383	.876
Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık	4.00	16.00	11.42	2.37	.015	-.413	.722
Baskı Altında Yüksek Performans	4.00	16.00	9.92	3.09	.298	-.693	.799
Güven ve Başarı Güdüsü	3.00	12.00	9.83	1.88	-.677	-.201	.740
Kayıdan Uzak Olma	3.00	12.00	8.19	2.22	-.488	-.310	.734
Antrenörlük Durumu	4.00	16.00	13.42	2.20	-.707	.001	.630
Zorlukla Baş Etme	4.00	16.00	11.29	2.79	-.010	-.658	.819
Konsantrasyon	4.00	16.00	11.69	2.41	-.013	-.623	.722

Çalışma Grubu

Araştırmada kullanılan veriler, kolay ulaşılabilir örneklem yöntemi temelinde gönüllülük esasıyla çalışma grubunu oluşturan 281’i kadın (%31.6), 608’i erkek (%68.4) toplam 889 adaydan elde edilmiştir. Adaylarının tamamı 2021-2022 eğitim-öğretim yılı için özel yetenek sınavlarına girmişlerdir. Çalışma grubunu oluşturan 889 adaydan 412’si (%46.3) sınavlara kurs ile hazırlanırken 477’si (%53.7) bireysel olarak hazırlanmıştır. Bu adaylardan 752’si (%84.6) Spor Bilimleri Fakülteleri için ilk kez, 112’si (%12.6) ikinci, 25’i (%2.8) ise üçüncü kez özel yetenek sınavına girmişlerdir. Çalışma grubunu oluşturan 889 adaydan 275’inin (%30.9) sporculuk geçmişi bulunmazken; 614’ü (%69.1) sporculuk geçmişine sahiptir. Sporculuk geçmişi bulunan 614 adayın 515’i (57.9) amatör seviyede, 99’u (%11.1) profesyonel seviyede spor yapmaktadır. Sporculuk geçmişine sahip adaylardan 238’i (%26.8) futbol, 84’ü (%9.4) voleybol, 48’i (5.4) basketbol, 27’si (%3.0) atletizm, 25’i (%2.9) taekwondo, 21’i (%2.4) kick boks, 20’si (%2.2) hentbol, 20’si (2.2) güreş, 15’i (%1.7) vücut geliştirme ve fitness, 14’ü (%1.6) karate, 13’ü (%1.5) boks, 12’si (%1.3) judo, 11’i (%1.2) yüzme, 10’u (1.1) çim hokeyi, 9’u (%1.0) badminton, 8’i (0.9) masa tenisi, 7’si (%0.8) muay-thai, 7’si (%0.8) halk oyunları ve 6’sı (%0.7) wushu branşlarında spor yapmaktadır. Ayrıca adayların 56’sı (%6.3) Spor Lisesi, 307’si (%34.5) Anadolu Lisesi, 230’u (%25.9) Düz Lise,

167'si (%18.8) Meslek Lisesi, 37'si (%4.2) İmam Hatip Lisesi, 28'i (%3.1) Açık Öğretim Lisesi, 21'i (%2.4) Özel Lise, 20'si (%2.2) Teknik Lise, 15'i (%1.7) Temel Lise ve 8'i (%0.9) Fen Lisesinden mezun olmuştur. Çalışma grubuna ait bilgiler aşağıda tablo olarak da verilmiştir (Tablo 2).

Tablo 2

Araştırmada Kullanılan Yanıtlara İlişkin Bazı Tanımlayıcı Bilgiler

Özellik	Seviye/Tür	n	%
Cinsiyet	Kadın	281	31.6
	Erkek	608	68.4
Sporculuk Geçmişi	Yok	275	30.9
	Var	614	69.1
Sporculuk Seviyesi	Amatör	515	57.9
	Profesyonel	99	11.1
Sınava Hazırlanma	Kurs	412	46.3
	Bireysel	477	53.7
Özel Yetenek Sınavlarına Giriş Sayısı	İlk Kez	752	84.6
	İkinci Kez	112	12.6
	Üçüncü Kez	25	2.8
Mezun Olunan Lise Türü	Spor Liseleri	56	6.3
	Anadolu Liseleri	307	34.5
	Düz Liseler	230	25.9
	Meslek Liseleri	167	18.8
	İmam Hatip Liseleri	37	4.2
	Açık Öğretim Liseleri	28	3.1
	Özel Liseler	21	2.4
	Teknik Liseler	20	2.2
	Temel Liseler	15	1.7
	Fen Liseleri	8	0.9
Yapılan Spor Branşı	Amerikan Futbolu	4	.4
	Atletizm	27	3.0
	Badminton	9	1.0
	Basketbol	48	5.4
	Boks	13	1.5
	Çim Hokeyi	10	1.1
	Fitness	15	1.7
	Futbol	238	26.8
	Güreş	20	2.2
	Halk Oyunları	7	.8
	Hentbol	20	2.2
	Judo	12	1.3
	Karate	14	1.6
	Kick Boks	21	2.4
	Masa Tenisi	8	.9
	Muay Thai	7	.8
	Taekwondo	35	3.9
Tenis	5	.6	
Voleybol	84	9.4	
Wushu	6	.7	
Yüzme	11	1.2	
Spor Yapmıyorum	275	30.9	

Bulgular

Tablo3

Cinsiyet Değişkeni Açısından Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	\bar{X}	SS	t	p
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	Kadın	281	5.68	2.24	.197	.844
	Erkek	608	5.65	2.25		
Zayıf Algılanma Kaygısı	Kadın	281	5.54	2.40	-1.24	.215
	Erkek	608	5.74	2.39		
Acı Çekme Kaygısı	Kadın	281	9.11	2.61	3.30	.001
	Erkek	608	8.49	2.59		
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	Kadın	281	6.69	3.02	-2.08	.038
	Erkek	608	7.15	3.16		
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	Kadın	281	5.19	2.33	-1.39	.163
	Erkek	608	5.43	2.36		
Yeniden Yaralanma Kaygısı	Kadın	281	10.74	3.18	-1.60	.873
	Erkek	608	10.78	3.46		
Spor Yaralanması Kaygısı	Kadın	281	42.96	11.30	-3.76	.707
	Erkek	608	43.26	11.42		
Hedef Belirleme	Kadın	281	11.11	2.25	-2.69	.007
	Erkek	608	11.56	2.40		
Konsantrasyon	Kadın	281	11.45	2.39	-1.94	.052
	Erkek	608	11.79	2.41		
Baskı Altında Yüksek Performans	Kadın	281	8.87	2.95	-7.06	.000
	Erkek	608	10.40	3.03		
Zorlukla Baş Etme	Kadın	281	10.90	2.91	-2.82	.005
	Erkek	608	11.46	2.71		
Güven ve Başarı Gütüsü	Kadın	281	9.62	1.99	-2.26	.024
	Erkek	608	9.93	1.83		
Antrenörlük Durumu	Kadın	281	13.60	2.05	1.74	.082
	Erkek	608	13.33	2.26		
Kaygıdan Uzak Olma	Erkek	281	8.16	2.26	-2.52	.801
	Kadın	608	8.20	2.19		
S. Sorunlarla Baş Etme Beceleri	Erkek	281	73.73	10.48	-3.79	.000
	Kadın	608	76.71	11.07		

Tablo 3'te katılımcıların cinsiyet değişkeni açısından karşılaştırılmasına yönelik yapılan t-testi sonuçları verilmiştir. Test sonuçları incelendiğinde kadın adayların acı çekme kaygısı puanlarının, erkek adaya kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek olduğu görülmektedir ($t=3.30$; $p<0.05$). Hayal kırıklığına uğratma kaygısı ($t=-2.08$; $p<0.05$), hedef belirleme ($t=-2.69$; $p<0.05$), baskı altında yüksek performans ($t=-7.06$; $p<0.05$), zorluklarla baş etme ($t=-2.82$; $p<0.05$), güven ve başarı güdüsü ($t=-2.26$; $p<0.05$) ile sportif sorunlarla baş etme becerileri puanları ($t=-3.79$; $p<0.05$) açısından ise erkek adayların kadın adaya kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek puanlara sahip oldukları belirlenmiştir.

Tablo 4

Sporculuk Geçmişini Değişkeni Açısından Bağımsız Gruplar T-testi Sonuçları

	Geçmiş	N	\bar{X}	SS	t	p
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	Yok	275	5.99	2.44	2.94	.003
	Var	614	5.51	2.14		
Zayıf Algılanma Kaygısı	Yok	275	6.04	2.64	2.91	.004
	Var	614	5.51	2.26		
Acı Çekme Kaygısı	Yok	275	8.96	2.73	2.03	.042
	Var	614	8.57	2.54		
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	Yok	275	7.07	2.98	.392	.696
	Var	614	6.98	3.19		
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	Yok	275	5.40	2.32	.358	.720
	Var	614	5.33	2.36		
Yeniden Yaralanma Kaygısı	Yok	275	10.97	3.30	1.18	.237
	Var	614	10.68	3.41		
Spor Yaralanması Kaygısı	Yok	275	44.44	11.89	2.23	.026
	Var	614	42.60	11.10		
Hedef Belirleme	Yok	275	11.10	2.30	-2.69	.007
	Var	614	11.56	2.38		
Konsantrasyon	Yok	275	11.26	2.42	-3.54	.000
	Var	614	11.87	2.38		
Baskı Altında Yüksek Performans	Yok	275	9.48	2.87	-2.99	.003
	Var	614	10.12	3.16		
Zorlukla Baş Etme	Yok	275	10.89	2.64	-2.79	.005
	Var	614	11.46	2.84		
Güven ve Başarı Güdüsü	Yok	275	9.54	1.88	-3.05	.002
	Var	614	9.96	1.87		
Antrenörlük Durumu	Yok	275	13.46	2.14	.352	.725
	Var	614	13.40	2.22		
Kaygıdan Uzak Olma	Yok	275	7.89	2.30	-2.71	.007
	Var	614	8.32	2.16		
S. Sorunlarla Baş Etme Becerileri	Yok	275	73.64	10.19	-3.89	.000
	Var	614	76.72	11.18		

Tablo 4'te katılımcıların sporculuk geçmişi değişkeni açısından karşılaştırılmasına yönelik yapılan t-testi sonuçları verilmiştir. Test sonuçları incelendiğinde sporculuk geçmişine sahip adayların yeteneğini kaybetme kaygısı ($t=2.94$; $p<0.05$), zayıf algılanma kaygısı ($t=2.91$; $p<0.05$), acı çekme kaygısı ($t=2.03$; $p<0.05$) puanlarının sporculuk geçmişi olmayan adaylara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek olduğu görülmektedir. Öte yandan sporculuk geçmişine sahip adayların hedef belirleme ($t=-2.69$; $p<0.05$), konsantrasyon ($t=-3.54$; $p<0.05$), baskı altında yüksek performans ($t=-2.99$; $p<0.05$), zorlukla baş etme ($t=-2.79$; $p<0.05$), güven ve başarı güdüsü ($t=-3.05$; $p<0.05$), kaygıdan uzak olma ($t=-2.71$; $p<0.05$) ve sportif sorunlarla baş etme becerileri ($t=-3.89$; $p<0.05$) açısından sporculuk geçmişine sahip olmayan adaylara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek puanlara sahip oldukları belirlenmiştir.

Tablo 5

Sporculuk Seviyesi Değişkeni Açısından Bağımsız Gruplar T-testi Sonuçları

	Seviye	N	\bar{X}	SS	t	p
Yeteneğini	Amatör	515	5.53	2.14	.705	.481
Kaybetme Kaygısı	Profesyonel	99	5.37	2.17		
Zayıf Algılanma	Amatör	515	5.60	2.25	2.36	.018
Kaygısı	Profesyonel	99	5.02	2.26		
Acı Çekme Kaygısı	Amatör	515	8.61	2.53	.987	.324
	Profesyonel	99	8.34	2.59		
Hayal Kırıklığına	Amatör	515	6.97	3.16	-.124	.901
Uğratma Kaygısı	Profesyonel	99	7.02	3.38		
Sosyal Desteği	Amatör	515	5.35	2.31	.488	.626
Kaybetme K.	Profesyonel	99	5.23	2.63		
Yeniden Yaralanma	Amatör	515	10.85	3.39	2.92	.004
Kaygısı	Profesyonel	99	9.76	3.36		
Spor Yaralanması	Amatör	515	42.95	11.00	1.80	.071
Kaygısı	Profesyonel	99	40.75	11.47		
Hedef Belirleme	Amatör	515	11.45	2.36	-2.72	.007
	Profesyonel	99	12.16	2.43		
Konsantrasyon	Amatör	515	11.84	2.39	-.877	.381
	Profesyonel	99	12.07	2.33		
Baskı Altında	Amatör	515	10.10	3.14	-.338	.736
Yüksek Performans	Profesyonel	99	10.22	3.26		
Zorlukla Baş Etme	Amatör	515	11.50	2.83	.803	.422
	Profesyonel	99	11.25	2.90		
Güven ve Başarı	Amatör	515	9.89	1.88	-1.91	.056
Güdüsü	Profesyonel	99	10.29	1.83		
Antrenörlük	Amatör	515	13.39	2.24	-.387	.699
Durumu	Profesyonel	99	13.48	2.13		
Kaygıdan Uzak	Amatör	515	8.23	2.19	-2.74	.007
Olma	Profesyonel	99	8.81	1.89		
S. Sorunlarla Baş	Amatör	515	76.42	11.18	-.153	.126
Etme Becerileri	Profesyonel	99	78.30	11.14		

Tablo 5'te katılımcıların sporculuk seviyesi değişkeni açısından karşılaştırılmasına yönelik yapılan t-testi sonuçları verilmiştir. Test sonuçları incelendiğinde amatör sporcu olan adayların zayıf algılanma kaygısı ($t=2.36$; $p<0.05$) ile yeniden yaralanma kaygısı ($t=2.92$; $p<0.05$) puanlarının profesyonel sporculara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek oldukları görülürken; hedef belirleme ($t=-2.72$; $p<0.05$) ile kaygıdan uzak olma ($t=-2.74$; $p<0.05$) puanlarının ise anlamlı biçimde daha düşük olduğu belirlenmiştir.

Tablo 6

Hazırlanma Şekli Değişkeni Açısından Bağımsız Gruplar T-testi Sonuçları

	Hazırlanma	N	\bar{X}	SS	t	p
Yeteneğini	Kurs	412	5.51	2.09	-1.82	.068
Kaybetme Kaygısı	Bireysel	477	5.79	2.378		
Zayıf Algılanma	Kurs	412	5.61	2.34	-.812	.417
Kaygısı	Bireysel	477	5.74	2.46		
Acı Çekme Kaygısı	Kurs	412	8.28	2.64	-4.48	.000
	Bireysel	477	9.05	2.54		
Hayal Kırıklığına	Kurs	412	6.82	2.99	-1.71	.087
Uğratma Kaygısı	Bireysel	477	7.18	3.24		
Sosyal Desteği	Kurs	412	5.44	2.38	.990	.323
Kaybetme Kaygısı	Bireysel	477	5.28	2.33		
Yeniden Yaralanma	Kurs	412	10.54	3.41	-1.92	.055
Kaygısı	Bireysel	477	10.97	3.34		
Spor Yaralanması	Kurs	412	42.20	11.10	-2.38	.017
Kaygısı	Bireysel	477	44.01	11.56		
Hedef Belirleme	Kurs	412	11.24	2.32	-2.09	.036
	Bireysel	477	11.57	2.40		
Konsantrasyon	Kurs	412	11.83	2.28	1.66	.096
	Bireysel	477	11.56	2.51		
Baskı Altında	Kurs	412	10.03	3.06	1.00	.317
Yüksek Performans	Bireysel	477	9.82	3.11		
Zorlukla Baş Etme	Kurs	412	11.52	2.71	2.39	.017
	Bireysel	477	11.07	2.84		
Güven ve Başarı	Kurs	412	9.97	1.79	2.09	.037
Güdüsü	Bireysel	477	9.71	1.95		
Antrenörlük	Kurs	412	13.25	2.20	-2.12	.034
Durumu	Bireysel	477	13.56	2.19		
Kaygıdan Uzak	Kurs	412	8.34	2.09	1.89	.059
Olma	Bireysel	477	8.06	2.31		
S. Sorunlarla Baş	Kurs	412	76.21	10.61	1.12	.262
Etme Becerileri	Bireysel	477	75.38	11.28		

Tablo 6’da katılımcıların özel yetenek sınavlarına hazırlanma şekilleri açısından karşılaştırılmasına yönelik yapılan t-testi sonuçları verilmiştir. Test sonuçları incelendiğinde bireysel olarak sınava hazırlanan adayların acı çekme kaygısı ($t=-4.48$; $p<0.05$), spor yaralanması kaygısı ($t=-2.38$; $p<0.05$), hedef belirleme ($t=-2.09$; $p<0.05$) ve antrenörlük durumu ($t=-2.12$; $p<0.05$) puanlarının kurs ile hazırlanan adaylara kıyasla anlamlı bir biçimde daha yüksek oldukları görülürken; zorlukla baş etme ($t=2.39$; $p<0.05$) ile güven ve başarı güdüsü ($t=-2.12$; $p<0.05$) puanlarının ise anlamlı bir biçimde daha düşük oldukları belirlenmiştir.

Tablo 7

Spor Yaralanması Kaygısı ve Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerisi Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Katsayısı Değerleri

		Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerisi	
Spor Yaralanması Kaygısı	r	-.388**	
	p	.000	
	n	889	

**p<.001

Spor yaralanma kaygısı ile sportif sorunlarla başa çıkma becerisi arasındaki Pearson Korelasyon Katsayı değerleri incelendiğinde aralarında negatif yönlü orta düzeyde ($r=-.388$; $p<0.01$) bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu ilişki, sportif sorunlarla başa çıkma becerisi yaşanacak bir değişimin spor yaralanması kaygısı üzerinde bir değişime etki edeceğini ortaya koymaktadır (Büyüköztürk, 2004).

Tartışma

Spor Bilimleri Fakülteleri tarafından her yıl yapılan öğrenci alımlarında öğrenci adayları içerisindeki en yetenekli öğrencilerin belirlenmesi amaçlanmaktadır (Parlakkılıç, 2017; Eroğlu vd., 2011). Bu nedenle sınav sistemleri ve uygulamalarını geliştirmek amacıyla sürekli değerlendirmelere ihtiyaç vardır. Bu kapsamda öğrenci adaylarının da durumlarına yönelik araştırmalar yapılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir. Bu bakış açısıyla Spor Bilimleri Fakültesi öğrenci adaylarının spor yaralanması kaygısı ile sportif sorunlarla başa çıkma becerileri cinsiyet değişkeni açısından karşılaştırılmıştır. Elde edilen sonuçlar incelendiğinde kadın adayların acı çekme kaygısı puanlarının, erkek adaylara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek, hayal kırıklığına uğratma kaygısının ise daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Alanyazın incelendiğinde kadınların erkeklere kıyasla daha yüksek kaygı düzeylerine sahip olduğuna yönelik sonuçlarla karşılaşmak mümkündür (Yıldız ve Algün Doğu, 2022; Tuğlu vd., 2007). Ünver vd. (2020) de benzer şekilde kadın sporcuların daha yüksek acı çekme ve yeniden yaralanma kaygı düzeyine sahip olduğuna yönelik sonuçlar elde etmiştir. Fakat alanyazın incelendiğinde alternatif sonuçların da raporlandığı görülmektedir. Yalçınkaya vd. (2020), erkeklerin acı çekme kaygısının kadınlara kıyasla anlamlı bir biçimde daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Tanyeri (2019), çok branşlı değerlendirme yaptığı çalışmada erkek sporcuların kadın sporculara kıyasla daha yüksek yeteneğini kaybetme, hayal kırıklığına uğratma, sosyal desteği kaybetme ve spor yaralanması kaygısına sahip olduğunu saptamıştır. Bayındır (2021) ise yeniden yaralanma kaygısı açısından erkeklerin kadınlara kıyasla daha yüksek kaygı düzeyine sahip olduğunu raporlamıştır. Arıkan ve Çimen, (2020) çalışma sonuçlarında da acı çekme, hayal kırıklığına uğratma ve sosyal desteği kaybetme kaygıları açısından erkeklerin anlamlı bir biçimde daha yüksek kaygıya sahip olduklarını belirlemiştir. Ekin ve Bülbül (2020) de erkeklerin zayıf

algılanma, sosyal desteği kaybetme ve spor yaralanması kaygılarının kadınlara kıyasla anlamlı bir biçimde daha yüksek olduğunu belirlemişlerdir. Öte yandan Karayol ve Eroğlu (2020), Namlı ve Buzdağlı (2020), Meeuwisse vd. (2003) ve Stevenson vd., (2000) ise cinsiyetin spor yaralanması kaygısı açısından bir belirleyici olmadığını raporlamıştır. Cinsiyet değişkeni dikkate alınarak hayal kırıklığına uğratma kaygısı, hedef belirleme, baskı altında yüksek performans, zorluklarla baş etme, güven ve başarı güdüsü ile sportif sorunlarla baş etme becerileri puanları açısından da adayların farklılaştığı ve erkek adayların kadın adaylara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek puanlara sahip oldukları belirlenmiştir. Çalışma sonuçlarımızla benzer şekilde Sivrikaya ve Ozan (2020), futbolcular örnekleminde araştırmasını yürütmüş ve endişelerden kurtulma boyutunda erkek sporcuların lehine anlamlı farklılık tespit etmişlerdir. Fakat Yılmaz (2022) ve Yılmaz (2021) çalışmalarında ise kadınların baskı altında yüksek performans ve sportif sorunlarla başa çıkma becerilerinin anlamlı bir biçimde daha yüksek olduğu tespit etmiştir. Ayrıca Hızıroğlu (2022), cinsiyetin sportif sorunlarla başa çıkma becerilerine bir etkisi olmadığını raporlamıştır. Bu bilgilerden hareketle cinsiyetin spor yaralanması kaygısı ve sportif sorunlarla başa çıkma becerileri açısından bir belirleyici olup olmadığına yönelik bir yargıya varmak adına daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğu ifade edilebilir. Nitekim elde edilmiş sonuçlar incelendiğinde çalışma grubunun farklılıklarından kaynaklı olarak sonuçların farklılaştığı görülmektedir.

Öğrenci adayları sporculuk geçmişi değişkeni açısından da karşılaştırılmış ve sporculuk geçmişine sahip olmayan adayların yeteneğini kaybetme, zayıf algılanma ve acı çekme kaygısı puanlarının sporculuk geçmişi olan adaylara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek olduğu görülmüştür. Elde edilen bu sonucun, sporculuk geçmişi olmayan adayların deneyimsizlikleri neticesinde özel yetenek sınavlarında yaşanabilecek olumsuzluklara karşı kendilerini hazırlayamamalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Fakat alanyazın incelendiğinde Ekin ve Bülbül (2020) ile Budak vd., (2020)'nin yapmış olduğu çalışmaların spor yaşı yüksek sporcuların yeteneğini kaybetme kaygılarının spor yaşı daha az sporculara kıyasla anlamlı şekilde yüksek olduğu sonuçlarıyla karşılaşılmaktadır. Bilinmektedir ki sportif faaliyetlerde yaralanma riski oldukça yüksektir. Araştırmanın sınırlılıkları içerisinde bu bilgiye sahip olunamasa da sporculuk geçmişi olan bireylerin spor yaralanması yaşamış olma olasılığının oldukça yüksek olduğu değerlendirilebilir. Bu bağlamda sporculuk geçmişine sahip olunması ile geçmişte yaralanma geçirmiş olma ihtimalinin paralellik taşıdığına dair bir değerlendirme yapılabilir. Bu kapsamda incelendiğinde Tanyeri (2019)'nin yapmış olduğu ve geçmişte yaralanma geçirmiş sporcuların, geçirmemiş sporculara kıyasla daha yüksek zayıf algılanma, acı çekme, sosyal desteği kaybetme, yeniden yaralanma ve spor yaralanması kaygısı puanlarına sahip olduğuna yönelik sonuçlarıyla da karşılaşılmaktadır. Nitekim Lazarus (2000) da yaralanma deneyimi ile kaygısının paralellik içinde olduğunu belirtmektedir.

Yaralanma deneyimi yaşayan birey ile deneyimlememiş bireyin aynı seviyede tehdit algılamasının mümkün olmadığı ifade edilmektedir. Cassidy (2006) da bu görüşü ve bulguları destekler sonuçlar raporlamıştır. Bu bağlamda olumsuz bir deneyim olan yaralanmanın deneyimlenmesi ile ona dair kaygı taşınması beklenmektedir fakat araştırma sonuçları bu bakış açısıyla ters düşmektedir. Bu durumun ise sporculuk geçmişi olmayan adayların genel kaygı düzeylerinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Nitekim kaygı başarısızlık, yetersizlik algısı ve belirsizlikler gibi unsurları içermektedir (Cüceloğlu, 1991). Sporculuk geçmişi olmayan adaylar için de Spor Bilimleri Fakültelerinin özel yetenek sınavları bir belirsizlik olarak değerlendirilebilir. Bu belirsizlik değerlendirmesi de bir yetersizlik algısına dönüşerek sonuçlarımıza yansımış olabilir. Sportif sorunlarla baş etme becerileri, hedef belirleme, konsantrasyon, baskı altında yüksek performans, zorlukla baş etme, güven ve başarı güdüsü, kaygıdan uzak olma açısından kıyaslandığında ise sporculuk geçmişine sahip adayların, sporculuk geçmişine sahip olmayan adaylara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek puanlara sahip oldukları belirlenmiştir. Alanyazında endişelerden kurtulma puanlarının deneyim ile arttığı bildirilmektedir (Çağlar, 2021). Karademir vd. (2021) erkek voleybolcularda sporculuk deneyiminin sportif sorunlarla başa çıkma adına etkili bir unsur olduğunu raporlamıştır. Bu bağlamda spor yaralanması kaygısının aksine deneyimin sportif sorunlarla baş etme becerileri ile paralel bir ilişki içinde olduğu ve onu geliştirici bir unsur olduğu ifade edilebilir.

Öğrenci adayları sporculuk seviyesi açısından karşılaştırıldığında ise amatör sporcu olan adayların zayıf algılanma ile yeniden yaralanma kaygısı puanlarının profesyonel sporculara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Çetindemir ve Cihan (2019) araştırma sonuçlarıyla benzerlik içerisinde amatör sporcuların, profesyonel sporculara kıyasla sakatlık kaygısı ölçeğinden almış oldukları puanların anlamlı olarak daha yüksek olduğunu raporlamışlardır. Bayındır (2021) ise ulusal ve uluslararası başarılarla sahip güreşçileri karşılaştırmış ve sporcuların kaygı düzeylerinin farklılaşmadığını raporlamıştır. Bu bilgilerden hareketle sonuçların branş farklılıklardan etkilendiği düşünülebilir. Ayrıca sporculuk seviyesinin genel kaygı ile ters yönlü bir ilişki içerisinde olacağı öngörülebilir. Nitekim başarılı sporcuların fiziksel zorluklarla birlikte psikolojik zorlukların da üstesinden gelmesi gerekmektedir. Adayların hedef belirleme ile kaygıdan uzak olma puanlarında ise profesyonel sporcuların amatör sporculara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Yılmaz (2022), a milli sporcuların b ve c milli sporculara kıyasla daha yüksek hedef belirleme, konsantrasyon, zorlukla ve sportif sorunlarla başa çıkma becerilerine sahip olduğunu tespit etmiştir. Güvendi (2020), milli güreşçilerin baskı altında iyi performans gösterebilme becerilerinin daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Kruger vd. (2010) ile Goudas vd. (1998) de deneyimli sporcuların daha az deneyimli sporculara kıyasla daha olumlu bir psikolojik profil sergileyebildiğiyle hedef belirleme, konsantrasyon ve öz güvenlerinin daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur.

Şahinler (2021) de milli sporcuların milli olmayan sporculara kıyasla anlamlı bir biçimde farklılaştığını raporlamıştır. Bu araştırmaların da ışığında sporculuk seviyesi ile sportif sorunlarla baş etme becerilerinin paralellik içerisinde olduğu ve psikolojik becerilerin deneyim ile gelişebileceği söylenebilir.

Araştırma kapsamında ayrıca öğrenci adayları özel yetenek sınavlarına hazırlanma şekilleri açısından karşılaştırılmış ve bireysel olarak sınava hazırlanan adayların acı çekme kaygısı, spor yaralanması kaygısı, hedef belirleme ve antrenörlük durumu puanlarının kurs ile hazırlanan adalara kıyasla anlamlı bir biçimde daha yüksek olduğu görülmüştür. Alanyazında Namlı ve Buzdağlı (2020) ile Tanyeri (2019)'nin takım sporcularıyla bireysel sporcuların kaygı düzeyi açısından farklılaşmadıklarını raporladığı sonuçlar bulunsa da Kayhan vd. (2019) kadın sporcularla yapmış olduğu araştırmada bireysel spor yapan katılımcıların yetenek kaybı kaygısının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ek olarak Karayol ve Eroğlu (2019) da bireysel sporcuların acı çekme ve yeniden yaralanma kaygılarının anlamlı biçimde daha yüksek olduğunu raporlamıştır. Bu bilgilerden hareketle olumsuz duyguların ve psikolojik zorlukların fiziksel zorluklarda olduğu gibi destek alınarak üstesinden daha kolay gelinebileceği ifade edilebilir. Fakat Arıkan ve Çimen (2020)'in takım sporcularının sosyal desteği kaybetme kaygılarının anlamlı bir biçimde daha yüksek olduğunu raporladığı araştırma sonuçları dikkate alındığında, bir gruba ait olan takım sporcularının, olası yaralanma sonrasında takımdan ayrı kalma ihtimaline bağlı olarak sosyal desteği kaybetme kaygılarına sahip olabileceği de dikkate alınmalıdır. Sportif sorunlarla başa çıkma becerileri değerlendirildiğinde ise zorlukla baş etme ile güven ve başarı güdüsü puanlarında ise kurs ile hazırlanan adayların anlamlı bir biçimde daha yüksek puanlara sahip oldukları belirlenmiştir. Takım sporcularının rahatlatma becerisi ve aktivasyon stratejilerinin bireysel sporculara göre daha baskın olduğu belirtilmektedir (Yılmaz, 2022). Dachen (2012) tarafından takım ve bireysel sporcuların sportif sorunlarla başa çıkma becerileri bakımından farklılaştığı raporlanmıştır. Zorlukla baş etme yetisine sahip birey “durum ne kadar kötüye giderse gitsin olumlu ve istekli olmayı öğrenmiştir. İşler kızışmaya başladığında sakin ve kontrollü davranır.” Ayrıca güven ve başarı güdüsü yüksek bireyler “kendine güvenmeyi ve olumlu yönde motive olmayı öğrenmiştir. Bu kişiler sürekli ellerinden gelenin en iyisini yapar.” (Özcan ve Günay, 2017). İşte tanımlaması yapılan bu becerilerin algılanan sosyal destekle pekiştirilebileceği ve karşılaşılan sportif sorunlarla başa çıkma sürecinin bir arada hareket edilen bir takım, bir grup ile desteklenebileceği söylenebilir.

Araştırma kapsamında son olarak spor yaralanma kaygısı ile sportif sorunlarla başa çıkma becerisi arasındaki ilişkiye yönelik Pearson Korelasyon Katsayı hesaplanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre değişkenler arasında negatif yönlü orta düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu ilişki, sportif sorunlarla başa çıkma becerisinde yaşanacak bir değişimin spor yaralanması kaygısı üzerinde bir

değişime etki edeceğini anlamını taşımaktadır. Bu ilişki, sportif sorunlarla başa çıkma becerilerinin geliştirilmesi ile spor yaralanması kaygı düzeyinin düşürülebileceği olarak yorumlanabilir.

Araştırma kapsamında elde edilen bulgular ışığında spor geçmişine sahip erkek amatör sporcuların Spor Bilimleri Fakültesi adayları arasında oransal üstünlüğe sahip olduğu, adayların hazırlanma koşullarında ise bireysel ya da kurs ile hazırlanma oranının birbirine yakın olduğu belirlenmiştir. Erkek adayların sportif sorunlarla başa çıkma becerilerinin kadın adaylara kıyasla daha yüksek olduğu söylenebilirken kadın adayların özellikle fiziksel unsurları içeren yaralanma kaygı düzeylerinin yüksek olduğu ifade edilebilir. Ayrıca adayların spor yaralanma kaygılarının orta düzeyde, sportif sorunlarla başa çıkma becerisi algılarının ise yüksek olduğu söylenebilir. Sporculuk geçmişi olan ve profesyonel seviyede spor yapan adayların rakiplerine kıyasla sportif sorunlarla başa çıkma becerilerinin yüksek, spor yaralanması kaygılarının ise düşük olduğu ifade edilebilir. Fakat elde edilen bu sonuçların, sportif sorunlarla başa çıkma becerileri ile spor yaralanması kaygısı arasındaki ters yönlü ilişkiden kaynaklanıyor olabileceği dikkate alınmalıdır.

Bu bilgilerden hareketle araştırmacılara, sonraki araştırmalarda boylamsal ve neden-sonuç ilişkilerine dair kanıtların ortaya konabildiği araştırma dizaynlarını tercih etmeleri önerilmektedir. Özel yetenek sınavı düzenleyen Spor Bilimleri Fakülteleri için öğrenci adaylarının profillerine dair kanıtlar ortaya konulmuş olup, özel yetenek sınavlarının belirlenmesinde bu profilin değerlendirilmesi ve adayların kaygı düzeylerinin sınav performanslarını etkilememesine destek olabilecek uygulamalar yapmaları önerilmektedir. Spor Bilimleri Fakülteleri için özel yetenek sınavlarına girecek öğrenci adaylar için ise sportif performansın önünde önemli bir engel olan kaygı düzeylerini kontrol edebilmeleri adına sportif sorunlarla başa çıkma becerilerini geliştirmeye yönelik çalışmalar yapmalarının yanı sıra özellikle sporculuk geçmişi olmayan ya da amatör seviyede spor yapan adayların bir kurs ya da grup aracılığıyla sınav hazırlıklarını yapmaları önerilmektedir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Rektörlüğü Etik Kurul Koord.

Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 05.02.2021

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası:21

Destek ve Teşekkür Beyanı

Sınav streslerine rağmen vakit ayırıp, özveriyle araştırmaya destek veren öğrenci adaylarına teşekkür ediyorum, geri kalan hayatlarında başarılar diliyorum.

Kaynakça

- Andersen, M. B., ve Williams, J. M. (1988). A model of stress and athletic injury prediction and prevention. *J. Of Sport and Exercise Psychology*, 10(3), 294-306.
- Anıkan, G., ve Çimen, E. Üniversite adaylarının spor yaralanma kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Eurasian Research in Sport Science*, 5(2), 118-127.
- Bayındır, O. (2021). *Elit genç güreşçilerin spor yaralanması kaygı düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans tezi, Hitit Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Çorum.
- Budak, H., Sanioglu, A., Keretli, Ö., Durak, A., ve Barış, Ö. Z. (2020). Spor yaralanmasının kaygı üzerindeki etkileri. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 38-47.
- Büyüköztürk, Ş. (2004). *Veri analizi el kitabı*. Pegem A Yayıncılık.
- Cassidy, C. M. (2006). *Development of a measure of sport injury anxiety: The sport injury appraisal scale*. Doctoral Dissertation, University of Tennessee, Knoxville.
- Caz, Ç., Kayhan, R. F., ve Bardakçı, S. (2019). Spor yaralanması kaygı ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Spor Hekimliği Dergisi/Turkish Journal of Sports Medicine*, 54(1), 52-63.
- Christakou, A., Stavrou, A.N., Psychountaki, M., ve Zervas, Y. (2022) Re-injury worry, confidence and attention as predictors of a sport re-injury during a competitive season, *Research in Sports Medicine*, 30(1), 19-29, Doi: [10.1080/15438627.2020.1853542](https://doi.org/10.1080/15438627.2020.1853542)
- Cüceloğlu, D. (1991). İnsan ve davranışı. Remzi Kitabevi.
- Çağlar, G. (2021). *Kafkas halk oyunları sporcularının psikolojik beceri ve kaygı düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Kafkas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kars.
- Çetindemir, A., ve Cihan, H. (2019). Genç futbolcuların sakatlanma kaygılarının oynadıkları mevki ve takım statüsü (amatör-profesyonel) bakımından incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 3(2), 52-57.
- Da Silva, M. V., ve Pereira, B. (2017). Bio mechanics of lower limb injuries. In injuries and health problems in football. Springer.
- Dachen, J. (2012). Test of performance strategies among college going; athletes: Differences a crosstype of sports and gender. *International Journal of Behavioral Socialand Movement Sciences*, 1(4), 139-147.
- Ekin, H., ve Bülbül, R. (2020). Badminton oyuncularının spor yaralanması kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Ulusal Kinesyoloji Dergisi*. 1(1), 1-10.
- Engelbrechtsen, L., Laprade, R., Mccrory, P., ve Meeuwisse, W. (2012). The IOC manual of sports injuries: an illustrated guide to the management of injuries in physical activity. John Wiley & Sons. Doi:10.1002/9781118467947
- Erdoğan, B. S., ve Gülşen, D. B. A. (2020). Spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören sporcuların zihinsel antrenman düzeylerinin belirlenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 219-228. Doi: 10.38021/asbid.753967
- Eroğlu, A., Ünlü, H., Eroğlu, I., ve Yılmaz, B. (2011). Beden eğitimi öğretmeni ve beden eğitimi öğretmen adaylarının eğitsel internet kullanımına yönelik yeterliklerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 13(1), 132-135.
- Goudas, M., Theodorakis, Y., ve Karamousalidis, G. (1998). Psychological skills in basketball: Preliminary study for development of a Greek form of the Athletic Coping Skills Inventory-28. *Perceptual and Motor Skills*, 86(1), 59-65.
- Güvendi, Y. (2020). *Milli güreşçilerin psikolojik becerilerinin tükenmişlik düzeyleri ile ilişkisi*. Yüksek Lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Hanson, S.J., McCullagh, P., ve Tonymon, P. (1992). The relationship of personality characteristics, life stress, and coping resources to athletic injury. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 14(3), 262-272.
- Hızıroğlu, U. C. (2022). *Spor faaliyetlerine katılan lise öğrencilerinin sportif sorunlarla başa çıkma becerileri ile akademik güdülenmeleri ve akademik başarıları arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek Lisans tezi. Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Enstitüsü, İstanbul.
- Ivarsson, A., Johnson, U., ve Podlog, L., (2013). Psychological predictors of injury occurrence: a prospective investigation of professional Swedish soccer players. *J Sport Rehabil*, 22(1), 19-26.

- Ivarsson, A., ve Johnson, U., (2010) Psychological factors a predictors of injuries among senior soccer players: a prospective study. *J Sports Sci Med*, 9(2), 347-52.
- İnce, G., Zülkadiroğlu, Z., ve Budak, D. B. (2004). Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu özel yetenek sınavı adaylarının I. ve II. hak sonuçlarının karşılaştırılması. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1) 5-10.
- Johnson, U., ve Ivarsson, C. (2011). Psychological predictors of sport injuries among junior soccer players. *Scand J Med Sci Sports*, 21(1), 129-36.
- Johnson, U. (2011). Athletes' experiences of psychosocial risk factors preceding injury, *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 3(1), 99-115. Doi: 10.1080/19398441.2011.547690
- Junge, A. (2010). The influence of psychological factors on sport injuries. *American Journal of Sport Medicine*, 28(sup 5), 10-15.
- Karademir, T., Var, L., Pakyardım, C., ve Paksoy, S. M. (2021). *Türk elit erkek voleybol sporcularında sportif sorunlarla başa çıkma becerileri ile şiddet eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. 1.Uluslararası Spor ve Sosyal Bilimlere Multidisipliner Yaklaşım Kongresi, (ss. 116-124). İstanbul, Türkiye.
- Karayol, M., ve Eroğlu, S. Y. (2020). Takım ve bireysel sporlarla ilgilenen sporcuların spor yaralanması kaygı durumlarının incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(1), 137-144.
- Kayhan, R. F., Yapıcı, A., ve Üstün, D. Ü. (2019). Kadın sporcuların yaralanma kaygılarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(1), 276-287.
- Kerr, G., ve Minden, H. (1988). Psychological factors related to the occurrence of athletic injuries, *Sport and Exercise Psychology*, 10, 167-173.
- Kirişçi, İ. (2011). *Takım Sporunu Yapan Bireylerde Görülen Sakatlık Türleri ve Bu Sakatlıkların Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi (Bursa Örneği)*. Yüksek Lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Koç, Y., Terzioğlu, E. A., ve Kayalar, F. (2018). Examination of individual achievement motivation and general self-efficacy of candidates entering into special talent exam in physical education and sports sciences. *Journal of Sports and Performance Researches*, 9(2), 64-73.
- Kruger, P., Potgieter, J., Malan, D., ve Steyn, F. (2010). Prior experience, cognitive perceptions and physiological skills of senior South African rugby players. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 32(1), 69-84.
- Lazarus, R. S. (2000). How emotions influence performance in competitive sports. *The Sport Psychologist*, 14(3), 229-252.
- Lazarus, R.S., ve Folkman, S. (1984). Stress, appraisal and coping. Guilford Press.
- Li, H., Moreland, J. J., Peek-Asa, C., ve Yang, J. (2017). Preseason anxiety and depressive symptoms and prospective injury risk in collegiate athletes. *The American Journal of Sports Medicine*, 45(9), 2148-2155.
- Meeuwisse, W. H., Sellmer, R., ve Hagel, B. E. (2003). Rates and risks of injury during intercollegiate basketball, *The American Journal of Sports Medicine*, 31(3), 379-385.
- Namlı, S., ve Buzdağlı, Y. (2020) Aktif sporcuların yaralanma sonrası kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 25(4), 469-480.
- Önder, Ş. (1990). "Niçin Sınav Yapılır". *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(1), 115-119.
- Özcan, V., ve Günay, M. (2017). The Turkish adaptation of athletic coping skills inventory-28 (ACSI-28): The validity and reliability study. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 19(1), 130-136.
- Parlakılıç, Ş. (2017). Spor bilimleri fakülteleri özel yetenek sınavlarının incelenmesi (İstanbul Üniversitesi örneği). *Researcher: Social Sciences Studies (RSSS)*, 5(8), 224-234.
- Paterno, M. V., Flynn, K., Thomas, S., ve Schmitt, L. C. (2018). Self-reported fear predicts functional performance and second ACL injury after ACL reconstruction and return to sport: A pilot study. *Sports Health*, 10(3), 228-233. <https://doi:10.1177/1941738117745806>
- Peker, M. R. (2003). Uludağ üniversitesi eğitim fakültesi beden eğitimi ve spor bölümü öğrencilerinin ÖSS ve özel yetenek sınavı puanlarına göre genel akademik başarıları. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 173-184.

- Petrie, T. A., Deiters, J., ve Harmison, R. J. (2014). Mental toughness, social support, and athletic identity: Moderators of the life stress–injury relationship in collegiate football players. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 3(1), 13.
- Rex, C.C., ve Metzler, J.N. (2016). Development of the sport injury anxiety scale. *Meas Phys Educ Exerc Sci*, 20(3), 146-58.
- Rogers, T. J., ve Landers, D. M. (2005). Mediating effects of peripheral vision in the life event stress/athletic injury relationship. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 27(3), 271-288.
- Sibold, J., Howard, A., ve Zizzi S. A. (2011). Comparison of psychological and orthopedic data in injured college athletes: a novel application of hurdle regression. *Athletic Insight The Online J Sport Psychol*. 3(2), 153-64.
- Sivrikaya, M. H., ve Ozan, M. (2020). Futbolcuların psikolojik becerilerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 22(1), 1-12.
- Smith, R. E., Schutz, R. W., Smoll, F. L., ve Ptacek, J. T. (1995) Development and validation of a multidimensional measure of sport-specific psychological skills: The athletic coping skills inventory-28. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17, 379-389.
- Smith, R. E., Smoll, F. L., ve Ptacek, J. T. (1990). Conjunctive moderator variables in vulnerability and resiliency research: Life stress, social support and coping skills, and adolescent sport injuries. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 360-370. Doi: 10.1037//0022-3514.58.2.360
- Steffen, K., Pensgaard, A. M., ve Bahr, R. (2009). Self-reported psychological characteristics as risk factors for injuries in female youth football. *Scand J Med Sci Sports*, 19(3), 442-51.
- Stevenson, M. R., Hamer, P., Finch, C. F., Eliot, B., ve Kresnow, M. J. (2000). Injuries in Western Australia sport, age, and sex specific incidence of sports. *British Journal of Sports Medicine*, 34, 188-194.
- Şahinler, Y. (2021). Sporcuların psikolojik beceri düzeylerinin incelenmesi. *Iğdır Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 8-18.
- Şenışık, S., ve Köyağasıoğlu, O. (2021). The effects of psychological factors on injuries in football players. *SDÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 28(2), 323-331.
- Şirinkan, A., Gülbahçe, Ö., Gülbahçe, A., ve Gençdoğan, B. (2011). Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor özel yetenek sınavına giren öğrencilerin sınav durumluluk kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), 10-1.
- Tanyeri, L. (2019). Farklı branş sporcularında yaralanma kaygısının incelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 13(19), 577-591.
- Tolukan, E., ve Yılmaz, B. (2014). Özel yetenekle ilgili bölümlerde okuyan öğrencilerin rekreasyonel aktivitelere katılımlarına engel olabilecek unsurların belirlenmesi. *International Journal of Sport Culture and Science*, 2(Special Issue 1), 525-539.
- Tuğlu, C., Türe, M., Dağdeviren, N., ve Aktürk, Z. (2007). Birinci basamak için Beck depresyon tarama ölçeği'nin Türkçe çevriminin geçerlik ve güvenilirliği. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*, 9(3),117-122.
- Ünver, Ş., Şimşek, E., İslamoğlu, İ., ve Arslan, H. (2020). Üniversite takımlarında yer alan sporcuların yaralanma kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(3), 400-410.
- Wiese, B., Smith, A., Shaffer, S., ve Morrey, M. (1998). An integrated model of response to sport injury: psychological and sociological Dynamics. *Journal of Applied Sport Psychology*, 10, 46- 69.
- Williams, J. M., ve Andersen, M. B. (1998). Psychosocial antecedents of sport injury: review and critique of the stress and injury model. *Journal of applied sport psychology*, 10, 5-25.
- Williams, J. M., Tonymon, P., ve Wadsworth, W.A. (1986). Relationship of stress to injury in intercollegiate volleyball. *Journal of Human Stress*, 12, 38-43.
- Yalçinkaya, A., Demirci, M., ve Kızılyar, N. G. (2020). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin spor yaralanmalarındaki kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 43-51.
- Yarayan, Y. E., ve İlhan, E. L. (2018). Sporda zihinsel antrenman envanteri'nin (SZAE) uyarlama çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(4), 205-218.

- Yıldız, A. B., ve Doğu, G. A. (2022). Covid-19 pandemisinde sporcuların depresyon ve kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(1), 105-112.
- Yıldız, M., Şenel, E., ve Şahan, H. (2015). The relationship between prosocial and antisocial behaviors in sport, general self-efficacy and academic self-efficacy: Study in department of physical education and sport teacher education. *Journal of Human Sciences*, 12(2), 1273-1278.
- Yılmaz, E. (2022). *Kış sporlarında seçilmiş branşlardaki milli takım sporcularının sportif sorunlarla başa çıkma becerileri ve performans stratejilerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans tezi, Kafkas Üniversitesi, Kars.
- Yılmaz, G. (2021). *Paralimpik sporcuların spora katılım motivasyonlarının, engellerinin, kolaylaştırıcılarının ve sportif sorunlarla başa çıkma becerilerinin incelenmesi*. Doktora tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.



Bu eser [Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) ile lisanslanmıştır.