

Amatör Futbolcuların Öz Yeterlik İnançları ile Spor Yaralanması Kaygı Düzeylerinin
İncelenmesi¹

Muhammet Emrah MUTLU¹, Yasemin ÇAKMAK-YILDIZHAN²

DOI: <https://doi.org/10.38021asbid.1374139>

ORJİNAL ARAŞTIRMA

¹Siverek İlçe Milli Eğitim
Müdürlüğü, Şanlıurfa/Türkiye

²Erzincan Binali Yıldırım
Üniversitesi, Spor Bilimleri
Fakültesi, Erzincan/Türkiye

Sorumlu Yazar: Yasemin
ÇAKMAK YILDIZHAN
cakmakyaseminyildizhan@gmail.com

Öz
Bu çalışmada amatör futbolcuların öz yeterlik inançları ve spor yaralanması kaygı düzeyleri; bunların demografik değişkenlerine göre farklılaşp farklılaşmadığı ve spor yaralanması kaygı düzeylerinin öz yeterlik inançlarını yordama durumunun incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu Erzincan ilinde bulunan çeşitli kulüplerde lisanslı olarak spor yapan 268 erkek 74 kadın toplam 342 amatör futbolcu oluşturmaktadır. Araştırmada “Kişisel Bilgi Formu”, “Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği (SYKÖ)” ve “Sporcu Öz Yeterlik Ölçeği (SÖYÖ)” kullanılmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, korelasyon, Regresyon, Ki-kare Bağımsızlık Testi, Bağımsız Gruplar t-Testi, One Way Anova, Welch, Mohalonobis Cook, Post Hoc, Tamhane ile Tukey testleri yapılmıştır. Sonuçlar .05 düzeyinde değerlendirilmiştir. Amatör futbolcuların spor yaralanması kaygı düzeyi ve sporcu öz yeterlik inançları ile bazı demografik değişkenler (cinsiyet, ciddi sakatlık geçirme durumu, sakatlıkta geçirilen süre, sakatlığın yaşandığı anatomik bölge) arasında anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Ayrıca spor yaralanma kaygısı ile sporcu öz yeterlik düzeyi arasında anlamlı düzeyde negatif yönlü ilişki olduğu, spor yaralanma kaygısının sporcu öz-yeterliğinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu ve toplam varyansın %14’ünü açıkladığı belirlenmiştir. Amatör futbolcuların yaralanma kaygı düzeyleri arttıkça sporcu öz-yeterlik düzeylerinin de azaldığı görülmektedir.

Anahtar kelimeler: Spor Yaralanması, Kaygı, Özyeterlik İnanç, Amatör Futbolcu

**Examination of Amateur Football Players’ Self-Efficacy Beliefs
and Sport Injury Anxiety Levels**

Abstract

This study aims to examine the self-efficacy beliefs and sport injury anxiety levels of amateur football players, whether they differ according to demographic variables and whether sport injury anxiety levels predict self-efficacy beliefs. Relational screening method has been used in the study. The study group of the research consists of a total of 342 amateur football players, 268 males and 74 females, who are licensed in various teams and clubs in Erzincan province. “Personal Information Form”, “Sport Injury Anxiety Scale (SIA)” and “Athlete Self-Efficacy Scale (ASES)” are used in the study. Descriptive statistics, correlation, regression, Chi-square Independence Test, Independent Groups t-Test, One Way Anova, Welch, Mohalonobis Cook, Post Hoc, Tamhane and Tukey tests are used to analyse the data. The results are evaluated at .05 level. It is observed that there is a significant relationship between the sports injury anxiety level and athlete self-efficacy beliefs of amateur footballers and some demographic variables (gender, serious injury status, time spent in injury, anatomical region where the injury is experienced, In addition, it is found that there is a significant negative relationship between sport injury anxiety and athlete self-efficacy level, that sport injury anxiety is a significant predictor of athlete self-efficacy and explains 14% of the total variance. As the injury anxiety levels of amateur football players increase, the level of athlete self-efficacy decreases.

Keywords: Sport Injury, Anxiety, Self-Efficacy Belief, Amateur Football Player

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi:
11.10.2023

Kabul Tarihi:
23.10.2023

Online Yayın Tarihi:
29.10.2023

¹ Bu Çalışma 7. Uluslararası akademik spor araştırmaları kongresinde bildiri olarak sunulmuştur.

Giriş

Sporun insanlar üzerinde sağladığı birçok faydasının yanında, sportif aktivite içerisinde yer alan bireylerin zaman zaman fiziksel veya psikolojik olarak küçük ya da büyük çaplı çeşitli risklerle karşı karşıya kaldıkları bir gerçektir. Ferdi ya da takım sporcuları spor yaptıkları dönem içerisinde psikolojik olarak farklı duygu durumları yaşarken, fiziksel olarak da yaralanmaya maruz kalabilmektedirler (Koşar vd., 2006).

Spor yaralanmaları, sportif aktiviteler yaparken bireyin kendi kendine veya dış etkenlerden kaynaklı oluşan darbe sonrası vücudunun bir ya da daha çok bölgesinde normalden fazla kuvvetle karşılaşması sonucu, dokuların dayanabilme sınırının geçilmesiyle ortaya çıkan bir durumdur (Rex ve Metzler, 2016). Spor yaralanması, Avrupa Konseyi'nin spor yaralanmalarının engellenmesi konulu toplantısında şu şekilde tanımlanmıştır; sporcunun sportif aktivite düzeyi ve temposunda performans kaybına sebep olan, tıbbi teşhis ve rehabilitasyona gerek duyulan, negatif ekonomik ve sosyal etkisi bulunan, sportif aktivite esnasında beliren etkenlerden birini ya da birden fazlasını kapsayan durumlardır (Ergen, 1986).

Spor sakatlanmaları sporcularda bazen şekil bozukluğu ve ağrıya neden olabilmekte ve bu sakatlanma sonucunda sporcu psikolojik olarak da etkilenmektedir. Spor yapan bireylerin fiziksel bütünlüğünün bozulmasının yanında, psikolojik olarak da yaralanma korkusu ve kaygısı taşımaya, sporcunun istediklerini yapamamasına ve performanslarını olumsuz yönde etkilemesine neden olmaktadır (Kanbir, 2001).

Sporcu yaralanma kaygısı; sporcuların spor yaparken yaralanmaya maruz kalma düşüncesini taşımasıyla beraber sporcu sakatlık geçirdikten sonra tekrar sakatlanma kaygısı yaşaması, fiziki olarak çabuk iyileşmesinin önünde bir set olmakta, kendine olumlu dönüt verememekte ve bu durum sporcunun tekrar başarılı olmasını engelleyebilmektedir (Hsu vd., 2017).

Yüksek kaygı taşıyan sporcuların kariyerleri boyunca kaygı taşımayan sporculara göre daha fazla sakatlanma yaşadıkları bilinmektedir. (Çakır ve Kısa, 2021). Spor yaralanma kaygısı, Andersen ve Williams (1988) bulduğu model kapsamında kaygının, özellikle de yarışma kaygısının, sakatlanmanın meydana gelmesinde önemli bir yere sahip olduğunu belirtmiştir (Koutures ve Gregory, 2010). Ayrıca, yaralanma endişesi taşıyan bir sporcu; sakatlık öyküsünden, geçirmiş olduğu yaralanma şiddetinden, rehabilitasyon süresinden ve farklı sakatlanmalara ait değişkenlerden etkilenmektedir (Smith ve Smoll, 1990).

Fiziksel etkenlerin spor sakatlıklarının asli nedeni olmasının yanında psikolojik etkenlerin de spor sakatlanmalarına neden olduğu görülmektedir. Yapılan araştırmalarda da psikolojik etkenlerin sakatlanmalara neden olduğu ve tedavi sürecinde önem taşıdığı görülmektedir (Weinberg ve Gould,

1995). Bu sebeple, sakatlanmanın psikolojik sebeplerini anlamak da oldukça önemlidir (Rex ve Metzler, 2016). Sakatlık geçiren bir sporcunun psikolojik olarak vermiş olduğu tepkiler arasında kaygı başta olmak üzere; bunalıma girme, huzursuzluk, öz güven ve öz yeterlik kaybı bulunmaktadır (Hsu vd., 2017).

Öz yeterlilik, kişinin maruz kaldığı zorluklar karşısında bu zorlukları aşip aşamayacağı noktasında kendi şahsi ile ilgili fikridir (Barut, 2008). Kişilerin öz yeterlilik inançlarının yüksek olması, başarısız olduklarında dahi daha sonra yaşayacakları her türlü zorluğu başarma konusunda emek vermelerini sağlayacaktır (Aydın, 2006). Sportif öz yeterlilik ise; kişinin kendi öz yeterlilik inancının yalnızca sportif becerileri için olan bölümüdür. Sporcuların kendi sportif yeterliliklerine olan algılarını anlatmaktadır (Sarı, 2013). Öz yeterlilik, sporcuların başarı ve performans düzeylerinin bir göstergesidir ve arzu edilen düşünce ve davranışların gerçek olmasına imkan sağlamaktadır. Bu açıdan sporcuların performanslarını sergiledikleri alanlarda ve rekabet ettikleri kişilere karşı son derece önemli olmaktadır (Türedi, 2015)

Bu kapsamda öz yeterlik inancı ve sakatlanma kaygısı kavramı günümüzde rehabilitasyon profesyonelleri açısından dikkat çekmeye başlayan alanlardan biri olmuş, özellikle aktivite sınırlamasını artıran, öz yeterlik kaybına ve endişeye neden olan bir değişken olarak klinisyenler ve araştırmacılar arasında önemli bir konu haline almıştır. Literatür incelemesi sonucunda spor bilimi alanında ilgi gören bu kavramlar ile ilgili yeterince çalışmaya rastlanmamıştır. Sporcular açısından oldukça önemli olan, sakatlanma öncesi sportif aktivite seviyesine dönmeyi engelleyen ve tekrar sakatlanma kaygısıyla beraber sporcularda öz yeterlik inanç kayıplarına yol açan bu durumun ortaya konulmaya çalışılmasının değerli olduğu düşünülmektedir. Bu araştırmada; amatör futbolcuların öz yeterlik inançları ve spor yaralanması kaygı düzeylerinin incelenmesini, öz yeterlik inançları ve spor yaralanması kaygı düzeylerinin demografik (cinsiyet, ciddi sakatlık geçirme, sakatlık süresi ve sakatlık bölgesi...) değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı ve spor yaralanması kaygı düzeylerinin öz yeterlik inançlarını yordama durumunun incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki alt problemlere yanıt aranmıştır:

1- Amatör futbolcuların öz yeterlik inançları ve spor yaralanması kaygı seviyeleri ne düzeydedir?

2- Amatör futbolcuların öz yeterlik inançları ve spor yaralanması kaygı düzeyleri demografik (cinsiyet, ciddi sakatlık geçirme, sakatlık süresi ve sakatlık bölgesi...) özelliklerine göre anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?

3- Amatör futbolcuların spor yaralanması kaygı düzeylerinin öz yeterlik inançlarını anlamlı yordamakta mıdır?

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Amatör futbolcuların öz yeterlilik inançları ile spor yaralanması kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı amaçlayan bu çalışmada, genel tarama modellerinden biri olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkileri incelemek ve mevcut durumu betimlemek üzere gerçekleştirilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013).

Evren ve Örneklem / Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu Erzincan ilinde bulunan çeşitli takım ve kulüplerde lisanslı olarak spor yapan 268 erkek 74 kadın toplam 342 amatör futbolculardan oluşturmaktadır. Katılımcıların belirlenmesinde seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmıştır.

Tablo 1

Demografik özellikler

Değişken	Grup	Frekans (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Erkek	268	78.4
	Kadın	74	21.6
Ciddi Sakatlık Geçirme	Evet	153	44.7
	Hayır	189	55.3
Sakatlık Süresi	1 aydan az	74	21.6
	1-3 ay	68	19.9
	4 ve üzeri	50	14.6
	Yok	150	43.9
Sakatlık Bölgesi	Ekleme	89	26.0
	Kas	67	19.6
	Kemik	33	9.6
	Yok	153	44.7

Veri Toplama Araçları

Araştırmada, araştırmacılar tarafından araştırmanın amacına uygun olarak hazırlanan demografik bilgi formu (cinsiyet, ciddi sakatlık geçirme, sakatlık süresi ve sakatlık bölgesi...) ile ‘Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği’ ve ‘Sporcu Öz Yeterlilik Ölçeği’ temel veri toplama araçları olarak kullanılmıştır.

Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği (SYKÖ)

Sporcuların spor yaralanması kaygı düzeylerini ölçmek amacıyla Rex ve Metzler (2016) tarafından geliştirilen Caz vd. (2019) tarafından Türkçeye uyarlanan ‘‘Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği’’ kullanılmıştır. 19 madde ve 6 alt boyuttan oluşan orijinal ölçeğin toplam varyansın % 65’ini açıkladığı, ölçeğin alt boyutlarının Cronbach α katsayılarının .60-.87 arasında olduğu, ölçeğin ve alt boyutların yüksek düzeyde iç tutarlılığa ve dolayısıyla güvenilirliğe sahip olduğu belirlendi. Ölçek Kesinlikle Katılmıyorum-Kesinlikle Katılıyorum arasında olmak üzere toplam 5’li likert derecelendirmeye sahiptir. Ayrıca ölçekte; ters (olumsuz) kodlanması gereken madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınan puan ortalaması arttıkça, yaralanma kaygısının da artmaktadır. Bu araştırmada da ölçeğin Cronbach α katsayıları Tablo 2’de belirtilmiştir.

Sporcu Öz Yeterlik Ölçeği (SÖYÖ)

Sporcu Öz Yeterlik Ölçeği, Koçak (2020) tarafından sporcu öz yeterliğini ölçmek üzere geliştirilmiştir. Ölçek 16 maddeden ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır; ‘‘Spor Dalı Yeterliği’’, ‘‘Psikolojik Yeterlik’’, ‘‘Profesyonel Düşünce Yeterliliği’’ ve ‘‘Kişilik Yeterliliği’’ alt boyutlarından oluşmaktadır. Öz değerlendirmeye yönelik ölçek ‘‘Katılmıyorum-Tamamen Katılıyorum’’ arasında olmak üzere toplam 5’li likert derecelendirmeye sahiptir. Ölçeğin Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı değeri 0,88 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach α katsayıları Tablo 2’de belirtilmiştir.

Tablo 2

Ölçeklerin Cronbach Alpha Güvenirlik Katsayısı (α) ve Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Ölçek ve Boyutlar	Geliştiren	Araştırma	Çarpıklık	Basıklık
YKK: Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	0.724	.875	.743	.025
ZAK: Zayıf Algılanma Kaygısı	0.645	.789	1.101	1.124
ACK: Acı Çekme Kaygısı	0.780	.891	-.277	-.526
HKUK: Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	0.876	.953	.428	-.918
SDKK: Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	0.812	.914	1.124	.692
YYK: Yeniden Yaralanma Kaygısı	0.608	.830	-.388	-.612
SYKO: Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği		.917	.119	.264
SDE: Spor Disiplin Etki	.841	.828	-.724	.559
PE: Psikolojik Etki	.756	.814	-.898	.984
PDE: Profesyonel Düşünce Etki	.752	.854	-.880	.523
KE: Kişilik Etki	.760	.792	-1.364	2.783
SÖYÖ: Sporcu Öz-Yeterlik Ölçeği Toplam	.898	.929	-.994	1.989

Ölçeklerin cronbach alpha güvenirlik katsayısının .80 üzerinde olması halinde, ölçeklerin oldukça güvenilir olduğu ve maddelerin benzer özellikleri temsil ettiği ifade edilmektedir (Karagöz, 2016; Özdamar, 2017). Ayrıca Kalaycı (2018) ölçeklerde çarpıklık ve basıklık katsayılarının +3 ile -3 değerleri arasında olması durumunda verilerin normal dağılım sergileyeceğini ifade etmektedirler.

Tablo 2 incelendiğinde ise belirtilen değerlerin uygun aralıklarda olduğu ve verilerin analizinde parametrik testlerin kullanılabilceği görülmektedir.

Verilerin Analizi

Araştırmada veriler analiz edilmeden önce uç değerler tespit edilmeye çalışılmış uç değer olmadığı görülmüştür. Katılımcıların demografik özelliklerini ve gruplara dağılımlarını (yüzde, frekans) belirlemek için betimsel analizler uygulanmıştır. Basıklık ve çarpıklık değerleri ile homojenlik varsayımları test edilerek parametrik testlerin uygunluğu gözden geçirilmiş ve normal dağılım şartları sağlanarak parametrik testler uygulanmıştır.

Bu kapsamda bağımsız örneklem t testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way ANOVA) / Welch testi, beraberinde tukey ve tamhane testleri uygulanarak gruplararası farklılıklar tespit edilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkiyi ve etkiyi belirlemek için pearson korelasyon analizi ve basit doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Analizler SPSS 25 programı aracılığıyla yapılmış ve anlamlılık (p) değeri .05 düzeyinde değerlendirilmiştir.

Araştırmanın Etiği

Mevcut araştırma süresince “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir. Araştırmanın yapılabilmesi için gerekli olan etik kurul izni 25 Şubat 2022 tarihinde Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi İnsan Araştırmaları Sağlık ve Spor Bilimleri Etik Kurulu’ndan 02/06 protokol numarası ile alınmıştır.

Bulgular

Tablo 3

Katılımcıların Spor Yaralanma Kaygıları ve Spor Öz-yeterliklerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Değişken	Cinsiyet	n	\bar{X}	ss	t	p
YKK	Erkek	268	6.36	2.847	.305	.761
	Kadın	74	6.25	2.679		
ZAK	Erkek	268	5.51	2.486	-.934	.351
	Kadın	74	5.82	2.506		
ACK	Erkek	268	9.13	3.216	-1.520	.130
	Kadın	74	9.77	3.164		
HKUK	Erkek	268	7.13	3.470	-.291	.771
	Kadın	74	7.27	3.409		
SDKK	Erkek	268	5.74	3.016	.076	.939
	Kadın	74	5.71	2.935		
YYK	Erkek	268	11.62	4.239	-1.986	.048*
	Kadın	74	12.71	3.939		
SYKOTOP	Erkek	268	45.52	13.931	-1.120	.264
	Kadın	74	47.55	13.135		
SDE	Erkek	268	16.34	3.153	2.398	.017*
	Kadın	74	15.36	2.991		

PE	Erkek	268	16.85	2.973	2.523	.012*
	Kadın	74	15.86	2.985		
PDE	Erkek	268	16.25	3.482	1.013	.312
	Kadın	74	15.79	3.100		
KE	Erkek	268	17.01	2.956	1.106	.270
	Kadın	74	16.59	2.653		
SÖYÖTOP	Erkek	268	66.46	10.891	2.027	.043*
	Kadın	74	63.62	9.826		

***p<.05** (YKK: Yeteneğini Kaybetme Kaygısı; ZAK: Zayıf Algılanma Kaygısı; ACK: Acı Çekme Kaygısı; HKUK: Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı; SDKK: Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı; YYK: Yeniden Yaralanma Kaygısı; SYKOTOP Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği Toplam; SDE: Spor Disiplin Etki; PE: Psikolojik Etki; KE: Kişilik Etki; SÖYÖTOP: Sporcu Öz-Yeterlik Ölçeği Toplam)

Araştırmada sporcuların yaralanma kaygısı alt boyutlarından yeniden yaralanma kaygısı boyutunda kadınların ortalamalarının erkeklerin ortalamalarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu, diğer alt boyutlar ve ölçek toplamında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>.05$).

Sporcu öz-yeterlik ölçeği alt boyutlarından spor disiplin ve psikolojik etki alt boyutlarında ve ölçek toplamında erkeklerin ortalamalarının kadınlardan istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu, profesyonel düşünce ve kişilik etki alt boyutlarında ise gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>.05$).

Tablo 4

Katılımcıların Spor Yaralanma Kaygıları ve Sporcu Öz-yeterliklerinin Ciddi Sakatlık Geçirme Durumuna Göre Karşılaştırılması

Değişken	Ciddi Sakatlık	n	\bar{X}	ss	t	p
YKK	Evet	153	7.03	3.048	4.080	.000*
	Hayır	189	5.78	2.468		
ZAK	Evet	153	5.62	2.556	.285	.776
	Hayır	189	5.55	2.441		
ACK	Evet	153	10.34	3.026	5.847	.000*
	Hayır	189	8.39	3.097		
HKUK	Evet	153	7.43	3.548	1.308	.192
	Hayır	189	6.94	3.367		
SDKK	Evet	153	5.98	3.275	1.314	.190
	Hayır	189	5.54	2.739		
YYK	Evet	153	13.46	3.659	6.847	.000*
	Hayır	189	10.56	4.160		
SYKOTOP	Evet	153	49.88	13.159	4.895	.000*
	Hayır	189	42.79	13.463		
SDE	Evet	153	16.25	2.706	.654	.514
	Hayır	189	16.03	3.456		
PE	Evet	153	16.76	2.652	.721	.471
	Hayır	189	16.53	3.255		
PDE	Evet	153	16.09	3.372	-.296	.768
	Hayır	189	16.20	3.438		
KE	Evet	153	16.98	2.532	.331	.741
	Hayır	189	16.87	3.164		
SÖYÖTOP	Evet	153	66.09	9.382	.386	.699
	Hayır	189	65.65	11.713		

***p<.05** (YKK: Yeteneğini Kaybetme Kaygısı; ZAK: Zayıf Algılanma Kaygısı; ACK: Acı Çekme Kaygısı; HKUK: Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı; SDKK: Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı; YYK: Yeniden Yaralanma Kaygısı; SYKOTOP Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği Toplam; SDE: Spor Disiplin Etki; PE: Psikolojik Etki; KE: Kişilik Etki; SÖYÖTOP: Sporcu Öz-Yeterlik Ölçeği Toplam)

Araştırmada sporcuların yaralanma kaygısı alt boyutlarından yeteneğini kaybetme, acı çekme, yeniden yaralanma ve spor yaralanması kaygı ölçeği genel toplamında ciddi sakatlık yaşayanların ortalamalarının yaşamayanların ortalamalarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Diğer alt boyutlar ile sporcu öz-yeterlik alt boyutları ve genel toplamında ise gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p>.05$).

Tablo 3

Katılımcıların Spor Yaralanma Kaygılarının Sakatlık Sürelerine Göre Karşılaştırılması

Değişken	Süre	n	\bar{X}	ss	F/Welch	p	Fark
YKK	1 Aydan Az (a)	74	6.50	2.348	11.588	.000*	a>d, c>a b>d, c>d
	1-3 Ay (b)	68	6.75	2.939			
	4 ve Üzeri (c)	50	8.20	3.392			
	Yok (d)	150	5.46	2.379			
ZAK	1 Aydan Az (a)	74	5.58	2.335	2.025	.110	-
	1-3 Ay (b)	68	5.82	2.562			
	4 ve Üzeri (c)	50	6.20	3.168			
	Yok (d)	150	5.27	2.240			
ACK	1 Aydan Az (a)	74	9.66	2.592	17.558	.000	a>d, b>d c>d
	1-3 Ay (b)	68	10.35	3.099			
	4 ve Üzeri (c)	50	10.98	3.013			
	Yok (d)	150	8.01	3.134			
HKUK	1 Aydan Az (a)	74	6.94	3.038	2.425	.066	-
	1-3 Ay (b)	68	7.45	3.625			
	4 ve Üzeri (c)	50	8.22	3.786			
	Yok (d)	150	6.79	3.400			
SDDK	1 Aydan Az (a)	74	5.79	2.909	3.874	.011*	c>d
	1-3 Ay (b)	68	6.08	3.317			
	4 ve Üzeri (c)	50	6.86	3.806			
	Yok (d)	150	5.18	2.422			
YYK	1 Aydan Az (a)	74	12.13	3.320	16.313	.000*	c>a, a>d b>d, c>d
	1-3 Ay (b)	68	13.45	3.715			
	4 ve Üzeri (c)	50	14.10	4.092			
	Yok (d)	150	10.26	4.206			
SYKOTOP	1 Aydan Az (a)	74	46.62	9.941	3.484	.018*	c>a, a>d b>d, c>d
	1-3 Ay (b)	68	49.92	13.621			
	4 ve Üzeri (c)	50	54.56	14.876			
	Yok (d)	150	40.98	13.122			

***p<.05**(YKK: Yeteneğini Kaybetme Kaygısı; ZAK: Zayıf Algılanma Kaygısı; ACK: Acı Çekme Kaygısı; HKUK: Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı; SDKK: Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı; YYK: Yeniden Yaralanma Kaygısı; SYKOTOP Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği Toplam; SDE: Spor Disiplin Etki; PE: Psikolojik Etki; KE: Kişilik Etki; SÖYÖTOP: Sporcu Öz-Yeterlik Ölçeği Toplam)

Araştırmada sporcuların yaralanma kaygısı alt boyutlarından yeteneğini kaybetme, acı çekme, sosyal desteği kaybetme, yeniden yaralanma ve spor yaralanması kaygı ölçeği genelinde gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu, zayıf algılanma ve hayal kırıklığına uğratma kaygısı alt boyutlarında ise gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir

($p>.05$). Ek olarak yaralanma kaygısı tüm alt boyutları ve genelinde geçmişte yaşanmış olan sakatlık süresi arttıkça yaralanma kaygılarının da arttığı dikkat çekmektedir.

Tablo 4

Katılımcıların Sporcu Öz-Yeterliklerinin Sakatlık Sürelerine Göre Karşılaştırılması

Değişken	Süre	n	\bar{X}	ss	F/Welch	p	Fark
SDE	1 Aydan Az (a)	74	15.24	3.463	3.484	.018*	d>a
	1-3 Ay (b)	68	16.00	2.585			
	4 Ve Üzeri (c)	50	15.92	3.361			
	Yok (d)	150	16.70	3.037			
PE	1 Aydan Az (a)	74	15.78	3.119	2.705	.045*	d>a
	1-3 Ay (b)	68	16.69	2.661			
	4 Ve Üzeri (c)	50	16.90	3.327			
	Yok (d)	150	16.94	2.916			
PDE	1 Aydan Az (a)	74	15.55	3.343	1.630	.182	-
	1-3 Ay (b)	68	15.86	3.611			
	4 Ve Üzeri (c)	50	16.22	3.824			
	Yok (d)	150	16.55	3.161			
KE	1 Aydan Az (a)	74	16.24	2.903	3.555	.015*	d>a
	1-3 Ay (b)	68	16.44	3.149			
	4 Ve Üzeri (c)	50	17.14	3.181			
	Yok (d)	150	17.40	2.583			
SÖYÖTOP	1 Aydan Az (a)	74	62.82	11.222	3.554	.015*	d>a
	1-3 Ay (b)	68	65.00	9.608			
	4 Ve Üzeri (c)	50	66.18	12.404			
	Yok (d)	150	67.61	10.057			

* $p<.05$ (YKK: Yeteneğini Kaybetme Kaygısı; ZAK: Zayıf Algılanma Kaygısı; ACK: Acı Çekme Kaygısı; HKUK: Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı; SDKK: Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı; YYK: Yeniden Yaralanma Kaygısı; SYKOTOP Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği Toplam; SDE: Spor Disiplin Etki; PE: Psikolojik Etki; KE: Kişilik Etki; SÖYÖTOP: Sporcu Öz-Yeterlik Ölçeği Toplam)

Araştırmada sporcuların sporcu öz yeterlikleri alt boyutlarından spor disiplin, psikolojik, kişilik ve ölçek genelinde gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu, profesyonel düşünce etki alt boyutunda ise gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>.05$). Geçmişte sakatlık yaşamayanların öz-yeterliklerinin 1 aydan daha az süreli sakatlık yaşayanlardan yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 5

Katılımcıların Spor Yaralanma Kaygılarının Sakatlık Bölgesine Göre Karşılaştırılması

Değişken	Sakatlık	n	\bar{X}	ss	F/Welch	p	Fark
YKK	Eklem (1)	89	7.15	3.292	10.502	.000*	1>4, 2>4 3>4
	Kas (2)	67	6.71	2.545			
	Kemik (3)	33	7.45	2.728			
	Yok (4)	153	5.47	2.356			
ZAK	Eklem (1)	89	5.67	2.859	2.149	.094	-
	Kas (2)	67	5.65	2.364			
	Kemik (3)	33	6.48	2.526			
	Yok (4)	153	5.30	2.269			
ACK	Eklem (1)	89	10.23	2.954	18.253	.000*	1>4, 2>4 3>4
	Kas (2)	67	9.85	2.888			

	Kemik (3)	33	11.33	2.734			
	Yok (4)	153	8.00	3.108			
HKUK	Eklem (1)	89	7.84	3.586	3.668	.013*	3>4
	Kas (2)	67	6.59	3.176			
	Kemik (3)	33	8.30	3.522			
	Yok (4)	153	6.77	3.385			
	Eklem (1)	89	6.04	3.267			
SDDK	Kas (2)	67	5.70	3.195	4.780	.004*	3>4
	Kemik (3)	33	7.45	3.588			
	Yok (4)	153	5.20	2.410			
	Eklem (1)	89	12.94	4.294			
	Kas (2)	67	13.04	3.211			
YYK	Kemik (3)	33	14.00	3.112	16.976	.000*	1>4, 2>4 3>4
	Yok (4)	153	10.25	4.169			
	Eklem (1)	89	49.89	14.709			
	Kas (2)	67	47.56	10.932			
	Kemik (3)	33	55.03	11.060			
SYKOTOP	Yok (4)	153	41.02	13.033	15.893	.000*	1>4, 2>4 3>2, 3>4

***p<.05** (YKK: Yeteneğini Kaybetme Kaygısı; ZAK: Zayıf Algılanma Kaygısı; ACK: Acı Çekme Kaygısı; HKUK: Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı; SDDK: Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı; YYK: Yeniden Yaralanma Kaygısı; SYKOTOP Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği Toplam; SDE: Spor Disiplin Etki; PE: Psikolojik Etki; KE: Kişilik Etki; SÖYÖTOP: Sporcu Öz-Yeterlik Ölçeği Toplam)

Araştırmada sporcuların yaralanma kaygısı alt boyutlarından zayıf algılanma kaygısı alt boyutu hariç bütün gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu, yeteneğini kaybetme, yeniden yaralanma ve acı çekme alt boyutlarında eklem, kas ve kemik sakatlığı yaşayanların kaygılarının daha önce sakatlık yaşamayanlardan istatistiksel olarak yüksek olduğu, sosyal desteği kaybetme ve hayal kırıklığına uğratma kaygısı alt boyutlarında ise kemik sakatlığı yaşayanların kaygı düzeylerinin daha önce sakatlık yaşamayanlardan yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<.05$). Spor yaralanma kaygısı genel ortalamalarında ise eklem, kas ve kemik sakatlığı yaşayanların geçmişte sakatlık yaşamayanlardan, aynı zamanda kemik sakatlığı yaşayanlarında kas sakatlığı yaşayanlardan istatistiksel olarak anlamlı olarak yüksek kaygı düzeyine sahip olduğu görülmektedir.

Tablo 6

Katılımcıların Sporcu Öz-Yeterliklerinin Sakatlık Bölgelerine Göre Karşılaştırılması

Değişken	Sakatlık	n	\bar{X}	ss	F	P	Fark
SDE	Eklem (1)	89	15.7753	3.081	3.018	.030*	4>1 4>2
	Kas (2)	67	15.5970	3.494			
	Kemik (3)	33	15.6061	2.656			
	Yok (4)	153	16.6928	3.044			
	Eklem (1)	89	16.5730	3.107			
PE	Kas (2)	67	16.3284	3.135	1.096	.351	-
	Kemik (3)	33	16.0909	2.719			
	Yok (4)	153	16.9281	2.926			
	Eklem (1)	89	15.7640	3.753			
	Kas (2)	67	16.0448	3.386			
PDE	Kemik (3)	33	15.4848	3.447	1.602	.189	-
	Yok (4)	153	16.5686	3.161			
	Eklem (1)	89	16.7528	3.145			
	Kas (2)	67	16.7528	3.145			
	Yok (4)	153	16.7528	3.145			
KE	Eklem (1)	89	16.7528	3.145	2.888	.036*	4>2

	Kas (2)	67	16.4328	3.085			4>3
	Kemik (3)	33	16.1818	2.822			
	Yok (4)	153	17.3987	2.606			
	Ekleme (1)	89	64.8652	11.230			
SÖYÖTOP	Kas (2)	67	64.4030	11.392	2.627	.050*	4>2
	Kemik (3)	33	63.3636	9.771			4>3
	Yok (4)	153	67.5882	10.123			

***p<.05** (YKK: Yeteneğini Kaybetme Kaygısı; ZAK: Zayıf Algılanma Kaygısı; ACK: Acı Çekme Kaygısı; HKUK: Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı; SDDK: Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı; YYK: Yeniden Yaralanma Kaygısı; SYKOTOP Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği Toplam; SDE: Spor Disiplin Etki; PE: Psikolojik Etki; KE: Kişilik Etki; SÖYÖTOP: Sporcu Öz-Yeterlik Ölçeği Toplam)

Araştırmada sporcuların sporcu öz yeterlikleri alt boyutlarından spor disiplin, kişilik etki ve ölçek genelinde gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu, daha önce sakatlık yaşamayanların öz-yeterliklerinin kas ve kemik sakatlığı yaşayanlardan istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu, spor disiplin etki boyutunda, daha önce sakatlık yaşamayanların öz-yeterliklerinin eklem ve kas sakatlığı yaşayanlardan istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Psikolojik etki ve profesyonel düşünce etki boyutunda ise gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($p>.05$).

Tablo 9

Spor Yaralanma Kaygısı ve Sporcu Öz-Yeterlik Arasındaki İlişkiler

n=342		SDE	PE	PDE	KE	SÖYÖTOP
YKK	r	-.291**	-.266**	-.221**	-.203**	-.285**
	p	.000	.000	.000	.000	.000
ZAK	r	-.308**	-.335**	-.265**	-.317**	-.354**
	p	.000	.000	.000	.000	.000
ACK	r	-.241*	-.278**	-.257**	-.133**	-.266**
	p	.000	.000	.000	.014	.000
HKUK	r	-.204	-.237	-.250	-.146	-.245
	p	.000**	.000**	.000**	.007**	.000**
SDDK	r	-.255	-.266	-.258	-.321	-.318
	p	.000**	.000**	.000**	.000**	.000**
YYK	r	-.164	-.228	-.222	-.103	-.210
	p	.002**	.000**	.000**	.057	.000**
SYKOTOP	r	-.328	-.366	-.339	-.267	-.379
	p	.000**	.000**	.000**	.000**	.000**

***p<.05** (YKK: Yeteneğini Kaybetme Kaygısı; ZAK: Zayıf Algılanma Kaygısı; ACK: Acı Çekme Kaygısı; HKUK: Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı; SDDK: Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı; YYK: Yeniden Yaralanma Kaygısı; SYKOTOP Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği Toplam; SDE: Spor Disiplin Etki; PE: Psikolojik Etki; KE: Kişilik Etki; SÖYÖTOP: Sporcu Öz-Yeterlik Ölçeği Toplam)

Sporcuların yaralanma kaygıları ve alt boyutları ile öz-yeterlikleri ve alt boyutları arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda yaralanma kaygısı alt boyutlarından olan yeniden yaralanma kaygısı boyutu ile öz-yeterlik alt boyutlarından olan kişilik etki alt boyutları hariç, bütün alt boyutlar ve ölçek genel ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde negatif yönlü ilişkiler tespit edilmiştir ($p<.05$). Yaralanma kaygısı genel ortalama ve alt boyutlarında oluşacak bir artışın, öz-yeterlik ve alt boyutlarında azalışa neden olacağı belirlenmiştir.

Tablo 10

Katılımcıların Spor Yaralanma Kaygılarının Sporcu Öz-Yeterliğini Yordayıcılığına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi

Değişken	B	Standart Hata	β	t	p
Sabit	77.986	4.301		18.131	.000
Öz-yeterlik	-.486	.064	-.379	-7.541	.000

R= .379 R²=.143
F=56.874 p<.05 Durbin Watson: 1.758

Tabloya göre spor yaralanma kaygı düzeylerinin sporcu öz-yeterliğini anlamlı olarak yordadığı görülmektedir (R²=.143, p<.05). Spor yaralanma kaygı düzeylerinin sporcu öz-yeterliğindeki varyansın %14.3' ünü açıkladığı tespit edilmiştir. Standardize edilmiş (β) katsayısı incelendiğinde spor yaralanma kaygı düzeylerindeki bir birimlik artışın sporcu öz-yeterliğindeki (β :-.379)' lik bir azalışa neden olacağı belirlenmiştir.

Tartışma ve Sonuç

Araştırmada amatör futbolcuların cinsiyetleri ile spor yaralanması kaygısının alt boyutları arasında anlamlı farklılıklar olduğu; sporcuların yaralanma kaygısı alt boyutlarından yeniden yaralanma kaygısı boyutunda kadınların ortalamalarının erkeklerin ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Yapılan literatür incelemesi sonucunda; Saki (2023), spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrenciler üzerinde yaptığı çalışmada, Tomalski (2013), üniversitede öğrenim gören öğrencilerin spor sakatlığı kaygısı ve başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmasında ve Frost ve Hansson (2017), çalışmasında kadınların spor sakatlanması kaygı seviyelerinin erkeklerden daha yüksek olduğunu belirlemiştir. İsveç birinci liginde kadın ve erkek futbolcular üzerinde yapılan bir araştırmada, kadınların erkeklerden daha fazla yaralanmaya meyilli olduğu belirtilmiş ve bu durumun durumluk kaygıları ile pozitif ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (Ivarsson vd., 2013).

Araştırmada amatör futbolcuların sporcu öz-yeterlik düzeyi ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı farklılıklar olduğu, sporcu öz-yeterlik ölçeği alt boyutlarından spor disiplin, psikolojik etki ve ölçek toplamında erkeklerin ortalamalarının kadınlardan istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir. Şimşek (2022), üst düzey voleybolcuların öz-yeterlik düzeyi ile ilgili yaptığı çalışmasında, Ertoğan (2017) sakatlık geçirmiş sporcuların stresle başa çıkabilme ve öz yeterlik inanç düzeyleri ile ilgili yaptığı çalışmasında, Aydın vd. (2020) profesyonel kadın ve erkek futbolcuların özyeterlik düzeyleri ile yaptığı çalışmasında ve Kutlu (2001), "izcilik etkinliklerine katılan ve katılmayan öğrencilerin özgüven düzeylerini karşılaştırdığı çalışmasında erkeklerin kadınlardan özgüven düzeylerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmada amatör futbolcuların ciddi sakatlık geçirme durumu ile spor yaralanması kaygısının alt boyutları arasında anlamlı farklılıklar olduğu; yeteneğini kaybetme, yeniden yaralanma ve spor yaralanması kaygı ölçeği genel toplamında ciddi sakatlık yaşayanların ortalamalarının yaşamayanların ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Budak (2021) kadın basketbolcular ile yaptığı çalışmada, Ünver vd. (2020), üniversite takımlarında farklı branşlarda oynayan 791 sporcuyla yaptığı çalışmada, Konter (1996), futbolcularla yapmış olduğu çalışmada daha önce sakatlanma yaşayan sporcuların kaygı seviyelerinin yaşamayan sporculardan yüksek olduğu belirlenmiştir. Yine literatürde araştırma sonucunu destekleyen çalışmalar bulunmaktadır (Cankurtaran vd., 2022; Ercan vd., 2021; Tanyeri, 2019; Aksoy, 2019; Steffen vd., 2009). Yapılan araştırmalar ile bu çalışmanın sonucu benzerlik göstermektedir. Buna göre daha önce ciddi sakatlık geçirmiş sporcuların çekmiş oldukları acıyı bildikleri, rehabilitasyon sürecinin zorluklarını, karşılaştıkları engelleri tecrübe etmelerinden ötürü yaşanacak herhangi bir sakatlanmanın düzenlerini olumsuz etkileyeceğini, tekrar geçmişteki zahmetlere katlanacaklarından dolayı kaygı seviyelerinin yüksek olduğu ifade edilebilir.

Araştırmada amatör futbolcuların sakatlık yaşanan bölge ile yaralanma kaygısı alt boyutlarından zayıf algılanma kaygısı alt boyutu hariç bütün alt boyutlar arasında anlamlı farklılık olduğu; eklem, kas ve kemik sakatlığı yaşayanların kaygılarının daha önce sakatlık yaşamayanlardan yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca spor yaralanma kaygısı toplam puanında kas ve kemik sakatlığı yaşayanların geçmişte sakatlık yaşamayanlardan ve kemik sakatlığı yaşayanların da kas sakatlığı yaşayanlardan daha yüksek kaygı düzeyine sahip oldukları belirlenmiştir. Akbaş (2022), taekwondo sporcularının yaralanma kaygısı ile ilgili yaptığı çalışmada hiç sakatlık yaşamayan sporcuların, yaralanma kaygı seviyelerinin gövde, üst ekstremite ve alt ekstremite bölgelerinden sakatlanan sporculara oranla anlamlı şekilde düşük olduğu, tespit edilmiştir. Çakır ve Kısa (2021) sakatlık yaşanan bölge ile sakatlanma düzeyi arasında anlamlı farklılık belirlenmiştir.

Araştırmada amatör futbolcuların sakatlık yaşanan bölge ile sporcu öz-yeterlik düzeyi alt boyutlarından spor disiplin, kişilik etki ve ölçek genelinde anlamlı farklılıklar olduğu; sakatlık yaşamayanların öz-yeterlik düzeylerinin sakatlık yaşamayan sporculardan yüksek olduğu görülmektedir. Literatürde sporcu sakatlanması sonucunda sakatlığın olduğu farklı anatomik bölgelerin sporcuların öz yeterliliklerini değerlendiren çok fazla çalışma olmasa da sakatlanma sonucu sporcuların öz yeterliklerini inceleyen çalışmalar mevcuttur (Çakır ve Kısa, 2021; Ertoğan, 2017). Sporcuların öz güven ve öz yeterlik seviyelerini artıran psikolojik kaynaklara kavuştuklarında (Brewer ve Redmond, 2016), özellikle rehabilitasyon süresince ve sakatlığın geçmesine yakın zamanlarda çevresi ve spor hekimleri tarafından sporcuların öz güveninin ve öz yeterliğinin gözden

geçirilmesi ve bu doğrultuda hareket edilmesinin önemli olduğu söylenebilir (Arvinen vd., 2017; Glazer, 2009).

Araştırmada amatör futbolcuların spor yaralanma kaygısı ile sporcu öz-yeterlik düzeyi arasında anlamlı ilişki olduğu; yaralanma kaygısı alt boyutlarından yeniden yaralanma kaygısı boyutu ile öz-yeterlik alt boyutlarından kişilik etki alt boyutu hariç, bütün alt boyutlar ve ölçek toplam puanları arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu, yaralanma kaygısı arttıkça, öz-yeterlik düzeyinin azaldığı görülmektedir. Ayrıca spor yaralanma kaygısı sporcu öz-yeterliğinin anlamlı bir yordayıcısı olup toplam varyansın %14'ünü anlamlı olarak açıkladığı, spor yaralanma kaygısındaki bir birimlik artışın sporcu öz-yeterlik düzeyindeki azalışa neden olduğu belirlenmiştir. Öner (2023) öz güven ve başarı motivasyonu ile spor yaralanması kaygı düzeyi arasında, Cankurtaran vd. (2022) yaptığı çalışmada öz güven ile spor yaralanması kaygı boyutları arasında negatif yönlü bir ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Yine yapılan başka bir çalışmada, Kagan vd. (2007) yaralanma ile sporcuların sportif öz güvenlerinde düşüş olduğu ve kaygı düzeyini artırdığı belirlenmiştir. Weinberg ve Gould (2019), sportif kendine güvenin pozitif duyguları harekete geçirdiği, motivasyonu kolaylaştırdığı, amaç belirlemede, performans artımında, oyun taktiklerini pozitif etkilemede ve psikolojik iyiliği devam ettirmede katkı sağladığı belirlenmiştir. Petitpas ve Danish (1995), 1992 Kış Olimpiyat Oyunlarına hazırlanırken yaralanan bir sporcunun, oyunlara yetiştirilmiş olmasına rağmen önceki performansına kavuşup kavuşamayacağı hakkındaki kaygısının yarışmaların başlayacağı zamana kadar devam ettiğini bildirmiştir. Yine kaygı ile öz güven arasında yapılan başka bir çalışmada ise müsabaka kaygısına yönelik geliştirilen çok boyutlu kaygı kuramı, müsabaka ortamında yükselen zihinsel ve fiziksel kaygının, sporcularda öz güveni azalttığını belirtmektedir (Martens vd., 1990). Covassin ve Pero (2004), üniversitede aktif tenis oynayan öğrencilerin öz güven, ruh durumu ve kaygı arasındaki ilişkisini incelediği araştırmada; galip gelen tenisçilerin büyük oranda daha çok öz güven, daha az kaygı düzeyleri olduğunu, yüksek öz güven ve düşük kaygı düzeyleri gösteren sporcuların zorlandıkları anlarda sakin kalabildiklerini belirlenmiştir. Yapılan literatür incelemesine istinaden sporcuların sakatlanma kaygısı yaşadığı buna bağlı olarak sporcu öz yeterlik inanç seviyelerinin de bir azalmanın olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar da bu çalışma ile paralellik göstermektedir.

Sonuç olarak;

- ✓ Kadın sporcuların sporcu kaygısı alt boyutlarından yeniden yaralanma kaygı düzeylerinin erkek sporculardan yüksek olduğu,
- ✓ Erkek sporcuların sporcu öz-yeterlik düzeylerinin kadın sporculardan yüksek olduğu,
- ✓ Ciddi sakatlık geçiren sporcuların yaralanma kaygı düzeylerinin ciddi sakatlık geçirmeyen sporculardan yüksek olduğu,

- ✓ Geçmişte sakatlık yaşayan sporcuların yaralanma kaygı düzeylerinin geçmişte sakatlık yaşamayan sporculardan ve sakatlanma süresi yüksek olan sporcuların sakatlanma süresi daha az olan sporculardan yüksek olduğu,
- ✓ Geçmişte sakatlık yaşamayan sporcuların öz-yeterlik düzeylerinin geçmişte sakatlık yaşayan sporculardan yüksek olduğu,
- ✓ Eklem, kas ve kemik sakatlığı yaşayan sporcuların yaralanma kaygı düzeylerinin geçmişte sakatlık yaşamayan sporculardan ve kemik sakatlığı yaşayan sporcuların kas sakatlığı yaşayanlardan yüksek olduğu,
- ✓ Geçmişte sakatlık yaşamayan sporcuların öz yeterlik düzeylerinin, kas ve kemik sakatlığı yaşayan sporculardan yüksek olduğu,
- ✓ Spor yaralanma kaygısı ile sporcu öz-yeterlik düzeyi arasında anlamlı ve negatif yönlü bir ilişki olduğu, sporcu yaralanma kaygısı artıkça, sporcu öz-yeterlik düzeyinin azaldığı ve spor yaralanma kaygısı sporcu öz-yeterliğinin anlamlı bir yordayıcısı olup toplam varyansın %14'ünü anlamlı olarak açıkladığı belirlenmiştir.

Öneriler

Sporcun yaralanma kaygısı ile sporcu öz-yeterlik düzeyi arasındaki negatif yönlü ilişkinin nedenleri derinlemesine araştırılmalı, sporcu öz-yeterlik düzeyini artırıcı ve sporcu yaralanma kaygısını da azaltıcı eğitim destekleri verilebilir.

Kadın sporcuların kaygı seviyelerini düşürmeye ve öz-yeterlik düzeylerini yükseltmeye yönelik önlemler alınabilir.

Ciddi ve uzun süre sakatlık geçiren sporcuların kaygı düzeyleri daha yüksektir. Ciddi ve uzun süre sakatlık yaşayan futbolculara kaygı düzeylerini azaltıcı eğitimler verilmeli ve sakatlanma sonrası psiko-sosyal destek uygulamaları yapılmalıdır.

Kemik sakatlığı yaşayan sporcuların eklem ve kas sakatlığı yaşayan sporculardan daha fazla sakatlanma kaygısı yaşadıkları görülmektedir. Kemik sağlığını geliştirici egzersizler yapılabilir, ayrıca kemik sağlığını kuvvetlendirici besinler ve vitamin takviyeleri alınabilir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: İnsan Araştırmaları Sağlık Ve Spor Bilimleri Etik Kurulu Kararı

Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 25/02/2022

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası: 02/06

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırmanın tüm aşamalarında iki yazar da eşit katkıda bulunmuştur.

Çatışma Beyanı

Yazarların araştırma ile ilgili bir çatışma beyanı bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Akbaş, A. (2022). *Yaralanma kaygısının taekwondo sporcuları üzerindeki etkisinin araştırılması*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Okan Üniversitesi, İstanbul.
- Aksoy, D. (2019). Spor yaralanmalarında tedavi sonrası durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(2), 89-96.
- Andersen, M. B., ve Williams, J. M. (1988). A model of stress and athletic injury: prediction and prevention. *J Sport Exerc Psychol*. 10(3), 294–306.
- Arvinen Barrow, M., Hamson Utley, J. J., ve DeFreese, J. D. (2017). Sport injury, rehabilitation, and return to sport. *Assessment in Sport Psychology Consulting*. Champaign, IL: Human Kinetics.183-193.
- Aydın, B. (2006). *Öğrenilmiş çaresizliğin yordanması ve yaşam başarısı ile ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Aydın, F., Sunay, H., Bal, E., ve Ayyıldız, E. (2020). The relation between self-efficacy and group cohesiveness perceptions of professional men and woman's football team (ankara province example). *Universal Journal of Management*, 8(2), 33-38.
- Barut, A. İ. (2008). *Sporda batıl davranış ve özyeterlik ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Brewer, B. W., ve Redmond, C. (2016). *Psychology of sport injury*. Human Kinetics.
- Budak M. (2021). *Elit kadın basketbolcuların spor yaralanması kaygı düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van.
- Cankurtaran, Z., Öner, Ç., ve Berisha, M. (2022, Mart 11-12). Psikolojik beceriler, narsistik kişilik özellikleri ve spor yaralanma kaygısı arasındaki ilişkiler. 8. Uluslararası Sağlık ve Spor Bilimlerinde Akademik Çalışmalar, ISHS Tam Metin Kitabı (ss. 197-212). Online, Türkiye.
- Caz, Ç., Kayhan, R. F., ve Bardakçı, S. (2019). Spor yaralanması kaygı ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Spor Hekimliği Dergisi*, 54(1), 52-63.
- Covassin ,T., ve Pero, S. (2004). The relationship between self-confidence, mood state and anxiety among collegiate tennis players. *Journal of Sport Behavior* Sep., 27(3), 230-242, 13p.1Chart.
- Çakır, Z., ve Kısa, C. (2021). Farklı kategoride yarışan taekwondocuların spor yaralanmalarına karşı kaygı durumlarının incelenmesi. *The Online Journal of Recreation and Sport*, 10(3), 18-30.
- Ercan, S., Başkurt, Z., Başkurt, F., Büyükdemir, M., Kolcu, G., ve Çetin, C. (2021). Elit futbolcularda alt ekstremite yaralanması sonrası hareket korkusu ve egzersiz öz yeterliliği. *Journal of Exercise Therapy and Rehabilitation*, 8(2), 160-167.
- Ergen, E. (1986). Avrupa Konseyi spor sakatlıkları ve önlenmesi konulu toplantısı. *Spor Hekimliği Dergisi*, 21(2), 63-66.
- Ertoğan, C. (2017). *Sakatlık geçirmiş sporcuların stresle başa çıkabilme, öz yeterlik inancı ve sportif kendine güven durumlarının değerlendirilmesi*. Doktora Tezi. Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Frost, J., ve Hansson, V. (2017). *En kartläggning av rörelserädsla och oro för skada hos idrottare*. Lunds Universitet.
- Glazer, D. D. (2009). Development and preliminary validation of the injury psychological readiness to return to sport (I-PRRS) scale. *J Athl Train*, 44, 185-189.
- Hsu, C. J., Meierbachtol, A., George, S. Z., ve Chmielewski, T. L. (2017). Fear of reinjury in athletes: implications for rehabilitation. *Sports Health*, 9(2), 162-167.

- Ivarsson, A., Johnson, U., ve Podlog, L. (2013). Psychological predictors of injury occurrence. a prospective investigation of professional swedish soccer players. *Journal of Sport Rehabilitation*, 22, 19-26.
- Kalaycı, Ş. (2018). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri*. Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Kagan, S., Koruç, Z., ve Aslan, N. (2007). Relationship between competitive state anxiety and trait state anxiety. *Journal of Sports Science and Medicine*, Suppl. 10, 91- 92.
- Kanbir, O. (2001). *Sporda sağlık bilinci ve ilk yardım*. Bursa: Etkin Kitapevi.
- Karagöz Y. (2017). *SPSS ve AMOS 23 uygulamalı istatistiksel analizler (1.Baskı)*. Nobel Akademik, İstanbul.
- Koçak, Ç. V. (2020). Athlete self-efficacy scale: development and psychometric properties. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, (1), 41-54.
- Konter, E. (1996). Profesyonel futbolcuların durumluk kaygı puanları ile maçı deplasmanda veya içerde oynamalarının antrenörleri ve teknik direktörleri ile ilişkilerinde anlamlı farklılık yaratıp yaratmadığının incelenmesi. *Futbol Bilim ve Teknoloji Dergisi*, 3(3), 18-23.
- Koşar, N. Ş., Demirel, H. A., ve Aydoğ, T. S. (2006). Adolesanlarda sporcu sağlığı. *Türkiye Klinikleri J Pediatr Sci*. 2(7), 25-33.
- Koutures, C. G., ve Gregory, A. J. (2010). Injuries in youth soccer. *American Academy of Pediatrics*, 125 (2), 410-14.
- Kutlu, B. E. (2001). *İzcilik etkinliklerine katılan ve katılmayan öğrencilerin özgüven düzeylerinin karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Martens, R., Vealey, R., ve Burton, R. (1990). *Competitive Anxiety*. Ill. Champain: Human Kinetics.
- Öner, Ç. (2023). *Mükemmeliyetçilik, psikolojik-taktiksel beceriler, yarışma yönelimleri ve spor yaralanma kaygısı arasındaki ilişkiler*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Özdamar K. *Ölçek ve test geliştirme yapısal eşitlik modellemesi*. Nisan Kitabevi, Eskişehir.
- Petitpas, A., ve Danish, S. J. (1995). *Caring for injured athletes*. In S. M. Murphy (Ed.), *Sport Psychology Interventions* (s. 253- 306). Champain III: Human Kinetics.
- Rex, C. C., ve Metzler, J. N. (2016). Development of the sport injury anxiety scale. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 20(3), 146-158.
- Sarı, İ. (2013). *Güreşçilerin motivasyonu ve özyeterlikleri ile antrenörlerin liderlik davranışlarının ilişkisi*. Doktora tezi. Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli.
- Saki Ü. (2023). *Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin spor yaralanması kaygı düzeyleri ile çok alanlı kararlılık ve sporcu kimlikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Doktora tezi. On Dokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Smith, R. E. ve Smoll F. L. (1990). *Sport performance anxiety*. H. Leitenberg (trans.) *Handbook of social and evaluation anxiety*. New York: Plenum Press.
- Steffen, K., Pensgaard, A. M., 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(3), 442-451.
- Şimşek, S. (2022). *Üst düzey voleybolcularda öz yeterlik psikolojik iyi oluş, tükenmişlik ve başarı ilişkisi*. Yüksek lisans tezi. Aksaray Üniversitesi, Aksaray.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6. bs.). Boston: *Allyn and Bacon*.
- Tanyeri, L. (2019). Farklı branş sporcularında yaralanma kaygısının incelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 13(19), 577-591.
- Tomalski, J. L. (2013). *The relationship between coping and sport injury anxiety among college athletes*. Master thesis. Faculty of the Graduate School at the University of North Carolina, Greensboro.
- Türedi, E. (2015). *Özyeterlik, benlik saygısı ve atılganlık düzeyi ilişkisi -cinsiyet ve deneyim süresi açısından resmi okul ve özel okul öğretmenleri üzerine bir araştırma*. Yüksek lisans tezi, Toros Üniversitesi, Mersin.
- 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.
- Weinberg, R. S., ve Gould, D. (1995). *Foundations of sport and exercise psychology*, 299-315.

Weinberg, R. S., ve Gould, D. (2019). *Foundations of sport and exercise psychology*. 7E. Human Kinetics.



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