



Sporcuların Yaralanma Kaygısı Düzeyleri ile Sporcu Kimlikleri Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi

Barış KARAOĞLU¹, İlimdar YALÇIN²

Özet

Amaç: Bu araştırmanın amacı, Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören sporcuların spor yaralanması kaygı düzeyleri ile sporcu kimlikleri arasındaki ilişkinin belirlenmesidir.

Yöntem: Araştırmaya Bingöl Üniversitesi bünyesinde, Spor Bilimleri Fakültesi'nde bulunan beden eğitimi ve spor öğretmenliği, antrenörlük eğitimi, spor yöneticiliği ve rekreasyon bölümlerinde öğrenim gören 230 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama araçları olarak; kişisel bilgi formu, spor yaralanması kaygı ölçeği ve sporcu kimliği ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS paket programı ile istatistiksel analizleri yapılmıştır. Adaylara ilişkin kişisel bilgiler ve envanter toplam puanları, frekans (f) ve yüzde (%) değerleri tespit edilerek verilmiştir. Ölçeklerden elde edilen puanların arasındaki ilişkiyi ortaya koyabilmek için pearson korelasyon analizi (r) uygulanmıştır.

Bulgular: Katılımcıların orta düzeyde spor yaralanma kaygı ve sporcu kimlik düzeylerine sahip oldukları, spor yaralanmaları kaygı düzeyi alt boyutlarından yeniden yaralanma korkusu ile sporcu kimliği alt boyutlarından olumsuz duyuşallık arasında pozitif yönde düşük düzeyde ilişki bulunduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Sonuç: Sporcuların spor yaralanmasından duydukları kaygı hissi ve sporcu kimlikleri düzeylerinin orta seviyede olduğu gözlemlenmiştir. Sporcuların yeniden yaralanma kaygısı arttıkça olumsuz duygu durumlarının da tetiklendiği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler

Kaygı,
Spor yaralanması,
Sporcu kimliği.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 21.10.2024

Kabul Tarihi: 19.12.2024

Online Yayın Tarihi: 31.12.2024

DOI:10.18826/useeabd.1571317

Determining the Relationship Between Sports Injury Anxiety Levels and Athletic Identity of Athletes

Abstract

Aim: The purpose of this research is to determine the relationship between the sports injury anxiety levels and athletic identities of athletes who are students at the Faculty of Sports Sciences.

Methods: The study involved 230 volunteer athletes enrolled in the Physical Education and Sports Teaching, Coaching Education, Sports Management, and Recreation departments at Bingöl University. Personal information form, sports injury anxiety scale and athletic identity scale were used as data collection tools in the study. The obtained data were statistically analyzed using the SPSS package program. Frequencies (f) and percentages (%) of personal information, total scores from the inventories, and factor scores were calculated. To reveal the relationship between the scores obtained from the scales, pearson correlation analysis (r) was applied.

Results: It was found that participants had moderate levels of sports injury anxiety and athletic identity. Additionally, a positive but low-level relationship was identified between the fear of re-injury, a sub-dimension of sports injury anxiety, and negative affectivity, a sub-dimension of athletic identity ($p<0,05$).

Conclusion: It has been observed that athletes exhibit moderate levels of anxiety regarding sports injuries and their athletic identity. It can be suggested that as athletes' fear of re-injury increases, it also triggers negative emotional states.

Keywords

Anxiety,
Sports injury,
Athletic identity.

Article Info

Received: 21.10.2024

Accepted: 19.12.2024

Online Published: 31.12.2024

DOI:10.18826/useeabd.1571317

GİRİŞ

Spor faaliyetlerini gerçekleştirirken sporcular, çeşitli risklerle karşı karşıya kalmaktadır. Bu tehlikelerin bir kısmı, sporcuların performanslarını olumsuz etkileyen yaralanma ve sakatlıklara neden olabilmektedir (Kılıç ve ark., 2014). Yaralanmalar, fiziksel aktivitenin doğasında yer almaktadır. Spor ekipmanlarının gelişimi ve yaralanmaların önlenmesi ile tedavi edilmesi konusunda önemli ilerlemeler kaydedilmiş olmasına rağmen, yaşanan yaralanmaların sayısı ve yeni yaralanmaların oranı giderek artmaktadır (Crossman, 1997). Spor yaralanmaları genellikle spor branşlarına özgü nitelikler taşımaktadır. Amatör veya profesyonel olarak yapılan spor dallarının farklı bireysel ve çevresel

¹ Sorumlu Yazar: Bingöl Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, justified13@hotmail.com

² Bingöl Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, ilimdaryalcin@gmail.com

özellikleri, spor dalına göre en çok kullanılan uzuvların farklılık göstermesi, çeşitli biçimlerde yaralanmaların meydana gelmesine neden olabilmektedir (Bittencourt ve ark., 2016).

Spor yaralanmaları, bedenin bir kısmının ya da tüm vücudun, normal zamandakinden daha fazla bir güçle karşı karşıya kalması ve dayanıklılık eşliğinin geçilmesi sonucu karşılaşılan durumlardır (Örsçelik ve ark., 2013). Spor yaralanmaları, sporcuların kariyerlerinde uzun süreli bir ara vermesine neden olabilmekte, bazen de spor hayatlarının sona ermesine yol açabilmektedir. Bu durum, yaralanmaların getirdiği sonuçlar nedeniyle sporcularda çeşitli kaygıların ortaya çıkmasına sebep olmaktadır (Ünver ve ark., 2020). Kaygı, genellikle başarısızlık hissi, üzüntü, sıkıntı, korku ve gerginlik gibi duyguların bir araya gelmesiyle şekillenmektedir. Spor ortamında kaygı, baskı altında gerçekleştirilen performans görevlerinden kaynaklanan strese verilen olumsuz psikolojik tepkiyi ifade eder (Cheng ve ark., 2009). Spor yaralanma kaygısı ise, yaralanmanın olasılığı ve/veya muhtemel görüldüğü durumlarda bilişsel veya bedensel kaygı ile yanıt verme eğilimi olarak tanımlanmaktadır. Ayrıca, bu kaygı, sporcunun performansını olumsuz yönde etkileyen, tehdit altında hissetme durumuna bağlı gerginlik ve korku olarak da ifade edilmektedir (Koç, 2004). Spor yaralanmalarının yarattığı kaygı yalnızca sporcunun fiziksel sağlığını değil ayrıca karakteristik özelliklerinden kimliğini de etkileyebilir. Bu noktada sporculuk, kişinin kimliğiyle yakından ilişkilidir. Bu durumda yaralanma sonucu sporcu kişisel yaşamında sorgulama sürecine girebilir. Sporcu, yaralanma kaygısıyla kimliğini sorgulayabilir.

Kimlik” kavram olarak sosyal bilimlerde kişi ile toplum arasındaki ilişkiyi anlamak amacıyla 1950’li yıllarda fazlasıyla kullanılmaya başlanmış ve “Ben kimim”, “Benim ait olduğum yer neresi?” sorularına cevap arayan bir kavramdır (Dalbay, 2018). Bauman’a (2001) göre ise “kimlik” kavramı belirsizlik ortamından kaçmanın ifadesidir. Sporcu kimliği, bireyin kendine özgü niteliklerinin spora ne kadar bağlı olduğunu ve sporcu yaşamını ne derece entegre ettiğini ifade eder. Sporcu kimlik düzeyi yüksek olan bireylerin, sportif faaliyetlere ve egzersize katılma motivasyonlarının, kimlik düzeyi düşük olanlara göre daha fazla olduğu bilinmektedir. Bu yüksek kimlik düzeyine sahip sporcular, spor ve egzersize katılımında daha heveslidir. Ayrıca, bu sporcular sportif etkinliklere ve egzersize katılım konusunda daha fazla önem gösterir ve her katılımı onlara olumlu duygular yaşatır (Lamont-Mills & Christensen, 2006). Sporcuların spor yaralanmalarının sonuçları açısından içinde buldukları durumların belirlenmesi amacıyla ilişkili terimlerin incelenmesi, literatüre önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda bu çalışmanın amacı, sporcuların spor yaralanmaları kaygı düzeyleri ile sporcu kimlikleri arasındaki ilişkiyi incelemektir.

YÖNTEM

Araştırmanın modeli

Bu araştırma, Spor Bilimleri Fakültesi’nde öğrenim gören ve bireysel ya da takım sporlarıyla ilgilenen sporcuların spor yaralanma kaygıları ile sporcu kimlikleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışma, tarama modeline dayalı olarak ilişkisel bir tarama yöntemi kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin spor yaralanma kaygısı ve sporcu kimlik algısı arasındaki ilişkinin kapsamlı bir şekilde analiz edilebilmesi için bu yöntemin uygun olduğu düşünülmüştür. Bu doğrultuda tarama modelleri, geçmişte ya da günümüzde var olan bir durumu olduğu haliyle tanımlamayı ve betimlemeyi amaçlayan, aynı zamanda bilimsel çalışmalarla özdeşleşen bir araştırma yöntemidir (Karasar, 1999).

Araştırmanın çalışma grubu

Araştırmaya, Bingöl Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi’ndeki beden eğitimi ve spor öğretmenliği, antrenörlük eğitimi, spor yöneticiliği ve rekreasyon bölümlerinde öğrenim gören toplam 560 öğrenci içerisinden, aktif sporla uğraşan, basit tesadüfi yöntemle ile seçilmiş (Çıngı, 1994) 230 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Yazıcıoğlu ve Erdoğan (2004)’ün yapmış olduğu örneklem tablosuna göre 0,05 örneklem hatası baz alınarak, örneklem evreni temsil ettiği tespit edilmiştir.

Araştırmanın veri toplama araçları

Kişisel Bilgi Formu: Bu formda katılımcıların cinsiyet, bölüm, haftada ortalama spor yapma süresi, yaş ve spor yapma durumu bilgilerini içeren 5 soru oluşturulmuştur.

Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği (SYKÖ): Spor yaralanması kaygı ölçeği, Rex ve Metzler (2016), tarafından geliştirilip Türkçe’ye uyarlaması Caz ve Kayhan ve Bardakçı (2018) tarafından yapılmıştır.

Madde sayısı 19 olan ölçek 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek 5'li likert (1- Kesinlikle Katılmıyorum, 5- Kesinlikle Katılıyorum) şeklindedir. Ölçekte ters madde bulunmayıp, ölçekten alınabilecek en yüksek puan 95 iken en düşük puan ise 19'dur. Ölçek yeteneğini kaybetme kaygısı (1,2,3), zayıf algılanma kaygısı (4,5,6), acı çekme kaygısı (7,8,9), hayal kırıklığına uğratma kaygısı (10,11,12), yeniden yaralanma kaygısı (16,17,18,19), sosyal desteği kaybetme kaygısı (13,14,15) alt boyutlarından oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutlarının Cronbach Alfa değerleri, 0,60 ile 0,87 puan aralığındadır. Test tekrar güvenirlik kat sayısı da 0,90 olmaktadır. Bu çalışma için ise iç tutarlılık Cronbach Alfa değerleri 0,80 ile 0,89 aralığında bulunmuştur. Ölçekte alınacak puan arttıkça yaralanma kaygısı düzeyi de artmaktadır.

Sporcu Kimliği Ölçeği (SKÖ): Sporcu kimliği ölçeği, Brewer ve Cornelius (2010), tarafından geliştirilmiş Türkçeye uyarlaması Öztürk ve Koca (2013) tarafından yapılmıştır. Madde sayısı 7 olan ölçek 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek 7'li likert (1 = Hiç Katılmıyorum, 7 = Tamamen Katılıyorum) şeklindedir. Ölçekte ters madde bulunmayıp, ölçekten alınabilecek en yüksek puan 49 iken en düşük puan ise 7'dir. Ölçek sosyal kimlik (1,2,3), sporla sınırlanmışlık (4,5) ve olumsuz duyusallık (6,7) alt boyutlarından oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutlarının Cronbach Alfa değerleri, 0,59 ile 0,79 puan aralığındadır. Test tekrar güvenirlik kat sayısı da 0,89 olmaktadır. Bu çalışma için ise iç tutarlılık Cronbach Alfa değerleri 0,82 ile 0,88 aralığında bulunmuştur. Ölçekte alınacak puan arttıkça sporcu kimliği düzeyi de güçlü olacaktır.

Araştırmanın veri analizi

Verilerin analizinde SPSS paket programından faydalanılmıştır. Ölçeklerden alınan puanların normallik testi sonuçlarına bakıldığında verilen normal dağılıma sahip olduğu gözlemlenmiştir (bkz. Tablo 2). Bu bilgiler ışığında çalışmada parametrik testlerin kullanılmasına karar verilmiştir. Ölçeklerin normalliği Cronbach Alpha katsayısına göre belirlenmiştir. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanlar ortalama ve standart sapma $X \pm SS$ olarak sunulmuştur. Ölçeklerden elde edilen puanların arasındaki ilişkiyi ortaya koyabilmek için pearson korelasyon analizi (r) uygulanmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların sosyo demografik özellikleri

Değişkenler	Gruplar	n	%
Cinsiyet	Erkek	157	68,3
	Kadın	73	31,7
Branş	Bireysel	54	23,5
	Takım	176	76,5
Bölüm	Öğretmenlik	37	16,1
	Antrenörlük	107	46,5
	Spor Yöneticiliği	33	14,3
	Rekreasyon	53	23,0
Yaş	18-21 yaş	128	55,7
	22-25 yaş	91	39,6
	26 ve üstü	11	4,8
Spor Yapma Durumu	Evet	190	82,6
	Hayır	40	17,4
Spor Yapma Süresi	1 Saat ve altı	74	32,2
	2-3 Saat	85	37,0
	4-5 Saat	24	10,4
	6 Saat ve üstü	47	20,4
Toplam		230	100

Sporcuların %68,3'i erkek, %31,7'i kadın, %23,5'i bireysel sporlar ile uğraşan %76,5'i takım sporları ile uğraşan, %16,1'i öğretmenlik bölümü öğrencileri, %46,5'i antrenörlük bölümü öğrencileri, %14,3'ü spor yöneticiliği bölümü öğrencileri, %23,0'i rekreasyon bölümü öğrencileri, %32,2'si haftada ortalama 1 saat ve altı spor yapma süresine sahip, %37,0'ı haftada ortalama 2-3 saat arası spor yapma süresine sahip, %10,4'ü haftada ortalama 4-5 saat arası spor yapma süresine sahip, %20,4'ü haftada ortalama 6 saat ve üzeri spor yapma süresine sahip, %55,7'si 18-21 yaş aralığında, %39,6'sı 22-25 yaş aralığında, %4,8'i 26 ve üstü aralığında, %82,6'sı spor yapan ve %17,4'ü ise spor yapmayan öğrencilerden oluştuğu tespit edilmiştir.

Tablo 2. Ölçek puanlarının çarpıklık-basıklık ve güvenilirlik sonuçları

Ölçekler	n	Çarpıklık	Basıklık	α
Yeteneğini Kaybetme Korkusu	230	,458	-,313	,795
Zayıf Algılanma Korkusu	230	,854	-,020	,811
Acı Çekme Korkusu	230	-,365	-,521	,848
Hayal Kırıklığına Uğratma Korkusu	230	,072	-,814	,888
Sosyal Desteği Kaybetme Korkusu	230	,697	-,313	,860
Yeniden Yaralanma Korkusu	230	-,453	-,425	,808
Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği (Toplam)	230	-,081	,145	,863
Sosyal Kimlik	230	-,730	-,147	,860
Sporla Sınırlanmışlık	230	-,792	-,093	,818
Olumsuz Duyuşsalılık	230	-,868	-,157	,877
Sporcu Kimliği Ölçeği (Toplam)	230	-,796	,289	,883

Spor yaralanmaları kaygı ölçeği ve sporcu kimliği ölçeklerinden alınan puanların normal dağılım değerlerine bakıldığında çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 1 arasında olduğu ve bu değerlerin kabul edilebilir olduğu tespit edilmiştir (George ve Mallery, 2016). Ölçeklerin Cronbach Alpha değerleri 0,70 üzerinde olduğundan ölçeklerin iç tutarlılığının sağlandığı kabul edilmiştir (Hair Jr. ve ark., 2017).

Tablo 3. Ölçeklerden elde edilen puanların betimsel istatistiği

Ölçekler	n	Minimum	Maximum	X \pm SS
Yeteneğini Kaybetme Korkusu	230	3,00	15,00	6,97 \pm 2,93
Zayıf Algılanma Korkusu	230	3,00	15,00	6,04 \pm 3,03
Acı Çekme Korkusu	230	3,00	15,00	10,08 \pm 3,27
Hayal Kırıklığına Uğratma Korkusu	230	3,00	15,00	8,02 \pm 3,37
Sosyal Desteği Kaybetme Korkusu	230	3,00	15,00	6,52 \pm 3,20
Yeniden Yaralanma Korkusu	230	4,00	21,00	13,09 \pm 4,24
Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği (Toplam)	230	19,00	87,00	50,75 \pm 12,62
Sosyal Kimlik	230	3,00	21,00	15,29 \pm 4,47
Sporla Sınırlanmışlık	230	2,00	14,00	10,37 \pm 3,18
Olumsuz Duyuşsalılık	230	2,00	14,00	10,22 \pm 3,57
Sporcu Kimliği Ölçeği (Toplam)	230	7,00	49,00	35,89 \pm 9,45

Katılımcıların spor yaralanmaları kaygı ölçeğinin alt boyutlarından, yeteneğini kaybetme korkusu skoruna ait ortalamalarının 6,97 \pm 2,93, zayıf algılanma korkusu skoruna ait ortalamalarının 6,04 \pm 3,03, acı çekme korkusu skoruna ait ortalamalarının 10,08 \pm 3,27, hayal kırıklığına uğratma korkusu skoruna ait ortalamalarının 8,02 \pm 3,37, sosyal desteği kaybetme korkusu skoruna ait ortalamalarının 6,52 \pm 3,20, yeniden yaralanma korkusu skoruna ait ortalamalarının 13,09 \pm 4,24 ve spor yaralanması kaygı ölçeği toplam skoruna ait ortalamalarının ise 50,75 \pm 12,62 olduğu bulunmuştur. Sporcu kimliği ölçeği alt boyutlarından sosyal kimlik skoruna ait ortalamalarının 15,29 \pm 4,47, sporla sınırlanmışlık skoruna ait ortalamalarının 10,37 \pm 3,18, olumsuz duyuşsalılık skoruna ait ortalamalarının 10,22 \pm 3,57 ve sporcu kimliği ölçeği toplam skoruna ait ortalamalarının ise 35,89 \pm 9,45 olduğu bulunmuştur.

Tablo 4. Katılımcıların spor yaralanma kaygısı ile sporcu kimlikleri arasındaki ilişki

Değişkenler	Yeteneğini Kaybetme Korkusu	Zayıf Algılanma Korkusu	Acı Çekme Korkusu	Hayal Kırıklığına Uğratma Korkusu	Sosyal Desteği Kaybetme Korkusu	Yeniden Yaralanma Korkusu	Spor Yaralanması Kaygı (Toplam)
Sosyal Kimlik	,030	,055	,018	,093	-,002	,080	,076
Sporla Sınırlanmışlık	-,044	-,047	-,009	,059	-,121	,021	-,032
Olumsuz Duyuşsalılık	-,034	-,119	,016	,077	-,024	,134*	,027
Sporcu Kimliği (Toplam)	-,014	-,035	,011	,093	-,051	,096	,036

* $p < 0,05$; $n: 230$

Katılımcıların spor yaralanmaları kaygı düzeyi alt boyutlarından yeniden yaralanma korkusu ile sporcu kimliği alt boyutlarından olumsuz duyuşsalılık ($r = ,134$, $p = ,042$) arasında pozitif yönde düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir. Diğer boyutlarda herhangi bir ilişki tespit edilmemiştir.

TARTIŞMA

Sporcudan arzulanan veya beklenen bir performans vardır. Bu performansa ulaşılmasında kaygı önemli yer tutar. Kaygının seviyesi, karşılaşmanın sonucuna ve ortaya konulan performansa pozitif yönde etki ettiği kadar negatif şekilde de etki edebilmektedir. Olası bir kaygı seviyesinde yaşanan yükselme sporcunun doğru karar vermesine ve yüksek performans sunmasına engel teşkil etmektedir (Aksoy, 2019). Tablo 3 incelendiğinde katılımcıların spor yaralanmaları kaygı ölçeğinin alt boyutlarından, yeteneğini kaybetme korkusu skoruna ait ortalamalarının $6,97 \pm 2,93$, zayıf algılanma korkusu skoruna ait ortalamalarının $6,04 \pm 3,03$, acı çekme korkusu skoruna ait ortalamalarının $10,08 \pm 3,27$, hayal kırıklığına uğratma korkusu skoruna ait ortalamalarının $8,02 \pm 3,37$, sosyal desteği kaybetme korkusu skoruna ait ortalamalarının $6,52 \pm 3,20$, yeniden yaralanma korkusu skoruna ait ortalamalarının $13,09 \pm 4,24$ ve spor yaralanması kaygı ölçeği toplam skoruna ait ortalamalarının ise $50,75 \pm 12,62$ olduğu tespit edilmiştir. Spor yaralanması kaygı ölçeğinden alınabilecek en düşük puanın 19, en yüksek puanın ise 95 olduğundan katılımcıların orta düzeyde spor yaralanma kaygı düzeyine sahip olduğu söylenilebilir. Literatür incelendiğinde çalışmamızın aksine, Arıkan ve Çimen (2020)'in üniversite adayları üzerine yapmış olduğu çalışmada katılımcıların yaralanma kaygılarının düşük olduğunu, Yalçınkaya ve arkadaşlarının (2020)'nin üniversite öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada ise katılımcıların yaralanma kaygı düzeylerinin yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Kaygı ile ilgili olarak spora özgü olmayan ölçütlerden yararlanan uzmanlar, kaygı ve yaralanma ilişkisinin boyutu noktasında kayda değer anlamlı ilişki sonucuna ulaşamazken, aksine ölçütlerini spora esas alan araştırmacılar ise kaygı seviyesi fazla olan kişilerin önemli ve ağır yaralanmalarla karşılaşma ihtimallerinin daha fazla olduğu sonucuna varmışlardır (Özder, 2010).

Sporcu kimliği ölçeği alt boyutlarından sosyal kimlik skoruna ait ortalamalarının $15,29 \pm 4,47$, sporla sınırlanmışlık skoruna ait ortalamalarının $10,37 \pm 3,18$, olumsuz duyusallık skoruna ait ortalamalarının $10,22 \pm 3,57$ ve sporcu kimliği ölçeği toplam skoruna ait ortalamalarının ise $35,89 \pm 9,45$ olduğu tespit edilmiştir (bkz. Tablo 3). Ölçek ortalama değerlere bakıldığında katılımcıların orta seviyede sporcu kimlik düzeylerine sahip oldukları söylenilebilir. Literatür incelendiğinde Tekkurşen Demir ve Güvendi (2022)'nin bedensel engelli milli sporcular üzerine, Caba ve Pekel (2017)'nin üniversite öğrencileri üzerine ve Turan (2021)'nin kick boks sporuyla uğraşan bireyler üzerine yapmış oldukları çalışmalarda sporcu kimlik düzeylerinin yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Sporcu kimliği, bireyin kendine ait özelliklerinin spora ne ölçüde bağlı olduğunu ve sporcu yaşamını ne kadar entegre ettiğini tanımlar. Sporcu kimlik düzeyi yüksek olan kişilerin, sportif faaliyetlere ve egzersize katılma motivasyonlarının, kimlik düzeyi düşük olan sporculara göre daha fazla olduğu bilinmektedir. Bu yüksek kimlik düzeyine sahip sporcular, spor ve egzersize katılmada daha istekli davranırlar. Ayrıca, bu sporcular sportif etkinliklere ve egzersize katılmaya daha fazla önem verir ve her katılım onlara olumlu hisler yaşatır (Lamont-Mills ve Christensen, 2006). Katılımcıların spor yaralanmaları kaygı düzeyi alt boyutlarından yeniden yaralanma korkusu ile sporcu kimliği alt boyutlarından olumsuz duyusallık arasında pozitif yönde düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir (bkz. Tablo 4). Diğer boyutlarda herhangi bir ilişki tespit edilmemiştir. Buradan hareketle katılımcıların yeniden yaralanma korku düzeyleri arttıkça, spora ilişkin istenmeyen durumları yaşamaya ilişkin duygu düzeylerinde de artma görüleceği söylenilebilir. Literatürde güçlü sporcu kimliğinin spor yaralanması ile ilişkisi sıklıkla ele alınan bir konudur. Yapılan bir araştırmada, spor yaralanması yaşayan sporcular arasında sporcu kimliği ile depresyon arasında pozitif bir ilişki tespit edilmiştir. Bu durum, güçlü sporcu kimliğine sahip bireylerin sportif yaralanma yaşadıklarında depresyon riskiyle karşılaştıklarını göstermektedir (Brewer, 1993). Çalışmamıza paralel sonuçlar elde edilen bir diğer çalışmada ise; Saki (2023) üniversite öğrencilerin sporcu kimlik düzeyleri ile spor yaralanma kaygı ölçeği arasında negatif anlamlı zayıf bir ilişki olduğunu tespit etmiştir.

SONUÇ

Sporcuların spor yaralanmasından duydukları kaygı hissini ortalamanın üzerinde olmadığı, sporcu kimliklerine göre değerlendirmede ise orta seviyede kimlik düzeyine sahip oldukları belirlenmiştir. Ayrıca yeniden yaralanma kaygısı arttıkça sporcunun olumsuz duygu durumlarının da tetiklendiği tespit edilmiştir. Sporcu yaralanma kaygısı, sporcuların fiziksel sağlığını tehdit eden bir durum olarak, sporcu kimlikleriyle doğrudan ilişkilidir; çünkü sporcular, başarılı performanslarıyla tanınan ve kendilerini bu kimlikle özdeşleştiren bireyler olarak, yaralanma riskini hissettiklerinde, bu kaygı hem psikolojik hem de fiziksel performanslarını olumsuz etkileyebilir.

ÖNERİLER

- Yaralanma kaygısı ve sporcu kimliği ilişkisi, spor dalına özgü faktörlerle değişiklik gösterebilir. Bu yüzden araştırmalar, bireysel ve takım sporları arasında kıyaslamalar yaparak bu ilişkinin farklı spor dallarındaki seyrini incelemelidir.
- Sporcuların yaralanma kaygısı ile başa çıkmalarını desteklemek amacıyla spor psikologları tarafından geliştirilecek müdahale programları, sporcunun kimlik algısını güçlendirmeye yönelik stratejiler de içerebilir. Bu programların yaralanma kaygısının azaltılmasına ve sporcu kimliğinin güçlendirilmesine nasıl katkı sağladığı değerlendirilebilir.
- Çalışmanın yalnızca Bingöl Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde sporcu olan öğrenciler tarafından oluşması çalışmayı sınırlı olarak kabul edilebilir. Bu sebeple ülkemizin farklı üniversitelerinde bulunan Spor Bilimleri Fakültesi veya Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında öğrenim gören sporcuların da değerlendirilerek daha büyük bir örneklem grubuna ulaşılabilir.
- Çalışma eğitim kurumları dışında kalan devlet ya da özel kurumlarında spor yapan bireyler ile de yapılabilir.

TEŞEKKÜR

Çalışmaya gönüllü olarak katılan katılımcılara teşekkür ederim.

Etik Onay İzin Bilgileri

Etik Kurul Komitesi: Bingöl Üniversitesi Sağlık Bilimleri Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu
Protokol Numarası: 2024 tarihli ve E-22315946-770-150973 sayılı, 24/8, Karar:9

KAYNAKÇA

- Arıkan, G. & Çimen, E. (2020). Üniversite adaylarının spor yaralanma kaygı düzeylerinin İncelenmesi. *Avrasya Spor Bilimleri Araştırmaları*, 5(2), 118-127.
- Bauman, Z. (2001). Parçalanmış hayat. İsmail Türkmen (çev.), Ayrıntı Yayınları.
- Bittencourt, N. F., Meeuwisse, W. H., Mendonça, L. D., Nettel-Aguirre, A., Ocarino, J. M. & Fonseca, S. T. (2016). Spor yaralanmaları için karmaşık sistem yaklaşımı: Risk faktörü tanımlamasından yaralanma paterni tanımayaya geçiş- anlatı incelemesi ve yeni konsept. *İngiliz Spor Hekimliği Dergisi*, 50(21), 1309-1314.
- Brewer, B. W. & Cornelius, A. E. (2010). Self-Protective changes in athletic identity following anterior cruciate ligament reconstruction. *Psychology of Sport and Exercise*, 11(1), 1-5.
- Brewer, B. W. (1993). Self-identity and specific vulnerability to depressed mood. *Journal of Personality*, 61(3), 343-364.
- Caba, U. & Pekel, A. (2017). Üniversite öğrencilerin genel öz yeterlilik düzeyleri ile sporcu kimlik algısı arasındaki ilişki (Vakıf Üniversitesi Örneği). *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(55), 475-482.
- Caz, Ç., Kayhan, R. F. & Bardakçı, S. (2018). Spor yaralanması kaygı ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Spor Hekimliği Dergisi*, 54(1), 52-63.
- Cheng, W. K., Hardy, L. & Markland, D. (2009). Toward a three-dimensional conceptualization of performance anxiety: Rationale and initial measurement development. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 271-278.
- Crossman, J. (1997). Psychological rehabilitation from sports injuries. *Sports Medicine*, 23(5), 333-339.
- Çıngı, H. (1994). *Örnekleme Kuramı* (2. Basım). Hacettepe Üniversitesi Fen Fakültesi Matbaası.
- Dalbay, R. S. (2018). Kimlik ve toplumsal kimlik kavramı. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(31), 161-176.
- George, D., & Mallery, P. (2019). *IBM SPSS Statistics 26 step by step: A Simple Guide and Reference*. Routledge, 112-120.
- Hair Jr, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2017). *A primer on partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM)*. (Second edition). Sage publications.
- Karasar, N. (1999). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Nobel Yayın Evi.

- Kılıç, B., Yücel, A. S., Gümüşdağ, H., Kartal, A. & Korkmaz, M. (2014). Spor yaralanmaları üst ekstremitelere yaralanmaları kapsamında omuz yaralanmaları ve tedavi yöntemleri. *Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi*, 12(4), 1-26.
- Koç, H. (2004). *Profesyonel futbolcularda durumluk kaygı düzeyini etkileyen faktörlerin değerlendirilmesi*. Yüksek lisans tezi. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.
- Lamont-Mills A., & Christensen, S. A. (2006). Athletic identity and its relationship to sport participation levels. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 9, 472-478.
- Örsçelik, A., Apaydın, A. H., Yıldız, Y. & Aydın, T. (2013). Spor yapan bireylerin iyileştirme gerektiren durumlarının retrospektif incelenmesi. *Spor Hakemliği Dergisi*, 48(4), 111-117.
- Özder, R. (2010). *Dünya askeri pentatlon şampiyonasına katılan erkek sporcuların yaşadıkları sakatlıklar ve sakatlığa bağlı kaygı düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Öztürk, P. & Koca, C. (2013). Sporcu kimliği ölçeğinin Türkçe formunun psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 24(1), 1-10.
- Rex, C. C. & Metzler, J. N.(2016). Development of the sport injury anxiety scale. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 20(3), 146-58.
- Saki, Ü. (2023). *Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin spor yaralanması kaygı düzeyi ile çok alanlı kararlılık ve sporcu kimlikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Doktora tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Samsun.
- Tekkurşun Demir, G. & Güvendi, B. (2022). Bedensel engelli milli sporcuların öz güven, cesaret ve sporcu kimliği ilişkisi. *International Journal of Turkish Sport and Exercise Psychology*, 2, 1-15.
- Turan, E. (2021). Kick boks sporuyla uğraşan bireylerin sporcu kimlikleriyle sportmenlik arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 412-423.
- Ünver, Ş., Şimşek, E., İslamoğlu, İ. & Arslan, H. (2020). Üniversite Takımlarında Yer Alan Sporcuların Yaralanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(3), 400-410.
- Yalçınkaya, A., Demirci, M. & Kızılyar, N. G. (2020). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin spor yaralanmalarındaki kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 43-51.
- Yazıcıoğlu, Y. & Erdoğan, S. (2004). *Spss uygulamalı bilimsel araştırma yöntemleri*. Detay Yayıncılık.

KAYNAK GÖSTERİMİ

Karaoğlu, B., Yalçın İ. (2024). Sporcuların Yaralanma Kaygısı Düzeyleri ile Sporcu Kimlikleri Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi. *Uluslararası Spor, Egzersiz ve Antrenman Bilimi Dergisi - USEABD*, 10(4), 215-221. DOI: 10.18826/useabd.1571317