



## SPOR YARALANMALARINDA TEDAVİ SONRASI DURUMLUK VE SÜREKLİ KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Duygu AKSOY<sup>1</sup>

### ÖZ

Bu araştırmanın amacı, spor yaralanmalarında tedavi sonrası durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesidir. Araştırmaya, spor yaralanması geçiren, tedavi sürecini bitirmiş ve spora dönmüş fiziksel temas olan ve fiziksel temas olmayan spor branşlarındaki toplam 103 sporcu katılmıştır. Veri toplama aracı olarak Durumluk ve Sürekli Anksiyete Envanteri (State Trait Anxiety Inventory-STAI) kaygı envanteri kullanılmıştır. Verilerin analizinde independent t-testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda spor yaralanması geçiren fiziksel temas olan ve fiziksel temas olmayan spor branşlarındaki sporcuların cinsiyetler arasında hem durumluk hem de sürekli kaygı puanları arasında anlamlı fark çıkmamıştır. Her iki grubun gruplararası karşılaştırılmasında ise spor yaşlarına göre durumluk ve sürekli kaygı puanları arasında anlamlı fark çıkmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Spor Yaralanması, Kaygı, Fiziksel Temas Olan, Fiziksel Temas Olmayan.

## EXAMINING THE STATE AND TRAIT ANXIETY LEVELS AFTER TREATMENT IN SPORTS INJURIES

### ABSTRACT

The purpose of the present study was to examine the state and trait anxiety levels in sports injuries after treatment. A total of 103 athletes who were injured, who completed treatment process and returned to sports, who played in sports branches that involved and that did not involve physical contact, participated in the study. The State Trait Anxiety Inventory (STAI) was used as the data collection tool. The independent t-test was used in data analysis. As a result of the analyses, no significant differences were detected between the genders of athletes in sports branches that involved and that did not involve physical contact and who had sports injuries in terms of state and trait anxiety levels. A significant difference was detected between the groups in terms of state and trait anxiety levels according to sports age. It is possible to consider that the lack of difference between the anxiety levels of the athletes who have sports injuries in terms of the gender variable is due to the fact that there are differences between the sports branches and training types.

**Keywords:** Sports Injury, Anxiety, Physical Contact, Physical Noncontact.

## GİRİŞ

Spor yaralanmaları, vücudun normalden fazla bir kuvvetle karşılaşması sonucunda, dayanıklılık sınırlarının aşılmasıyla ortaya çıkan durumları kapsar (Erol ve Karahan, 2006).

Ayrıca, spor yaralanmalarının olduğu günün devamında spora katılımı engelleyen durum olarak da tanımlanabilmektedir (Hasçelik,1990; Nielsen, 1990)

Spor yaralanmaları, sporcuların performansını olumsuz yönde etkileyen istenmeyen sonuçlardır. Spor yaralanmaları, spor aktiviteleri yapanların antrenman, yarışma ve dinlenme sürelerinde karşılaşabilecekleri problemlerdir (Atay vd, 2017; Ülkar vd, 2002).

Ülkemizde yapılan araştırmalarda, yaralanmanın en sık görüldüğü spor branşlarının %10 futbol olmak üzere en yüksek orana sahiptir. Sırasıyla; %6.0 güreş, %3.0 hentbol ve boks, %1.0 atletizm ve %0.5 kayak olduğu bilinmektedir (Kalyon, 2000; Sakallı, 2008).

Spor yaralanmalarında , fiziksel temas olan (FTO) sporlar en yüksek risk oranına sahiptir (Shephard, 2003). Fiziksel temas olmayan (FTOM) sporlarda ise, spor yaralanmaları daha az risk oranına sahiptir (Maffulli vd, 2005). Bu oran FTO sporlarda %13.2, FTOM sporlarda %6.6 bulunmuştur (Kraus ve Conroy, 1984).

Spor yaralanmaları, birçok olumsuz psikolojik duruma neden olabilmektedir (Smith, 1996, Johnston ve Carroll, 1998; Tracey, 2003). Sporcunun, spora başarılı bir şekilde dönüş, sonrasında verdiği psikolojik tepkiler oldukça önemli bir etkiye sahiptir (Appaneal vd, 2009; Arden vd, 2011; Arden vd, 2013).

Sporda, performansı etkileyen pek çok psikolojik etki vardır. Bunların en önemlilerinden biri de kaygıdır. Kaygı, gelecekle ilgili insanın üzülmeye neden olan bir bekleme hali ve güvensizlik duygusu ile birlikte karışık bir heyecan durumu olarak tanımlanmaktadır (Öncül, 2000; Coşkun ve Günbey, 2009). Başka bir tanımlamaya göre, dış dünyadan kaynaklanan bir tehlike ihtimali olarak algılanıp yorumlanan ve herhangi bir durum karşısında yaşanan bir duygu olduğu belirtilmiştir (Alisinanoğlu ve Ulutaş, 2000)

Sporcudan istenen ya da beklenen performansı sağlamasında kaygı düzeyinin önemi çok büyüktür. Kaygı düzeyi, müsabaka sonucunu ve performansı olumlu yönde etkilediği kadar olumsuz yönde de etkileyebilmektedir (Başer, 1998). Kaygı düzeyi yükseldikçe, sporcu doğru karar almamakta ve performansını gösterememektedir.

Bu araştırmanın amacı, fiziksel teması olan ve fiziksel teması olmayan spor sporcularının geçirdikleri spor yaralanmalarında tedavi sonrası sürekli ve durumluk kaygı düzeylerinin incelenmesidir.

## YÖNTEM

### Katılımcılar

Bu çalışmaya, spor yaralanması tanısı konulmuş, en az altı ay önce spor yaralanması geçirmiş, tedavi sürecini bitirmiş ve spora geri dönmüş olan FTO ve FTOM sporu yapan sporcular oluşturmaktadır. FTO sporlar yapan 51 ve FTOM sporlar yapan 52 sporcu olmak üzere 9 farklı spor dalından toplam 103 sporcu gönüllü olarak katıldı.

Bu çalışma, Amerikan Pediatri Akademisi, Spor Hekimliği ve Fitness Komitesini tarafından, spor dallarının fiziksel temas oranına göre yapılmış oldukları sınıflamaya göre yapıldı (Rice, 2008). Bu çalışmaya, Fiziksel temas olan (FTO) sporlar; Basketbol, Futbol, Hentbol, Taekwondo ve Fiziksel temas olmayan (FTOM) sporlar; Badminton, Atletizm, Yüzme, Kort tenisi, Vücut geliştirme spor dalları dahil edildi.

Araştırmaya katılan erkek sporcuların yaş ortalamaları FTO:25.0±1.1, FTOM:23.0±2.7, boy ortalamaları FTO:181.8±8.4 cm, FTOM:178.4±6.8 cm, vücut ağırlığı ortalamaları FTO:80.1±13.8 kg. FTOM:74.8±11.0 kg olarak belirlendi. Bayan sporcuların yaş ortalamaları FTO:25.2±1.8, FTOM:23.2±2.1, boy ortalamaları FTO:167.2±5.2 cm, FTOM:169.3±5.8 cm, vücut ağırlığı ortalamaları FTO:61.2±11.3 kg. FTOM:60.1±11.0 kg olarak belirlendi.

### Veri Toplama Aracı

Araştırmada verilerin toplanması, çalışmaya katılan sporcularla birebir görüşme yoluyla yapılmış ve sporcuların kaygı düzeyini ölçmek Durumluk ve Sürekli Anksiyete Envanteri (State Trait Anxiety Inventory- STAI) kullanılmıştır. (Spielberger ve Reheiser, 2004). Envanter, 1976 yılında Öner ve Le Compte (1998) tarafından Türkçe ye çevrilerek, geçerlilik çalışmaları yapılmıştır.

Durumluk-Sürekli Anksiyete Envanteri, kısa ifadelerden oluşan bir öz-değerlendirme anketidir. Envanter, durumluk ve sürekli kaygıyı ölçen 20'şer ifadeli 2 alt ölçekten oluşmaktadır ve toplam 40 maddeyi içermektedir. Ölçek, bireyin belli bir anda ve belli koşullarda; 20 maddelik durumluk kaygı formu (STAI-1) olarak düzenlemiştir. Genellikle olarak nasıl hissettiği ile ilgili 20 maddelik sürekli kaygı formu (STAI-2) olmak üzere iki kısımdan oluşmaktadır. Durumluk Kaygı Alt Ölçeği, (1) Hiç, (2) Biraz, (3) Çok ve (4) Tamamıyla, seçeneklerinden biri seçilerek belirtilir. Sürekli Kaygı Alt Ölçeği maddelerinde ise, sıklık derecelerine göre; (1) Hemen Hiçbir Zaman, (2) Bazen, (3) Çok Zaman ve (4) Hemen Her Zaman şeklinde işaretlenir. Her bir alt ölçekten alınan yüksek puanlar, kaygı düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. 4'lü Likert tipi olan ölçeğin Alpha güvenilirliğinin 0,83 ile 0,87

arasında, test-tekrar test güvenilirliğinin 0,71 ile 0,86 arasında ve madde güvenilirliğinin 0,34 ile 0,72 arasında değiştiği bildirilmektedir (Öner ve Le Compte, 1998).

Katılımcılardan yaş, boy, vücut ağırlığı, spor geçmişlerini belirlemek için bir form doldurmaları istendi. Araştırma hakkında sporculara ayrıntılı bilgi verildi ve çalışmaya katılan her kişi gönüllü olduğunu beyan ederek çalışmaya dahil edilmiştir.

### Veri Analizi

Tanımlayıcı istatistiklere ait aritmetik ortalama (A.O) ve standart sapma (S.S.) verilmiştir. İstatistiki yöntem olarak, cinsiyetler arası ve gruplararası durumluk ve sürekli kaygı puanlarının karşılaştırılmasında independent t-test kullanılmıştır. Anlamlılık seviyesi  $p < 0.05$  olarak belirlenmiştir.

### BULGULAR

Bu bölümde, araştırma ile ilgili bulgular tablo halinde verilmiştir.

**Tablo 1.** Fiziksel teması olan (FTO) spor sporcularının cinsiyet durumuna göre durumluk (STAI-1) ve sürekli (STAI-2) kaygı puanlarının karşılaştırılması

Cinsiyet	n	STAI-1 (A.O ± SS)	p	STAI-2 (A.O ± SS)	p
Kadın	25	46.37 ± 5.17	0.611	47.56±7.34	0.832
Erkek	26	46.25±8.15		47.86±7.69	

Fiziksel teması olan spor sporcularının cinsiyet ile durumluk ve sürekli kaygı puanları arasında anlamlı fark olmadığı görülmektedir (Tablo 1;  $p > 0.05$ ).

**Tablo 2.** Fiziksel teması olmayan (FTOM) spor sporcularının cinsiyet durumuna göre STAI-1 ve STAI-2 kaygı puanlarının karşılaştırılması

Cinsiyet	n	STAI-1 (A.O ± SS)	p	STAI-2 (A.O ± SS)	p
Kadın	27	47.85 ± 7.28	0.512	48.26±7.23	0.732
Erkek	25	47.24±7.34		47.68±7.72	

Fiziksel teması olmayan spor sporcularının cinsiyet ile durumluk ve sürekli kaygı puanları arasında anlamlı fark olmadığı görülmektedir (Tablo 2;  $p > 0.05$ ).

**Tablo 3.** FTO ve FTOM spor sporcuların spor yaşı durumuna göre STAI-1 ve STAI-2 puanlarının gruplararası karşılaştırılması

Spor Yaşı	n	STAI-1		p	STAI-2		p
		FTO (AO ± SS)	FTOM (AO ± SS)		FTO (AO ± SS)	FTOM (AO ± SS)	
<b>1-3</b>	12	44.13± <b>6.12</b>	45.64± <b>5.21</b>	0.022*	45.26± <b>6.23</b>	46.53± <b>7.13</b>	0.034*
<b>4-6</b>	42	48.03± <b>5.21</b>	49.32± <b>5.83</b>	0.047*	47.12± <b>7.21</b>	49.26± <b>6.74</b>	0.011*
<b>7-9</b>	21	47.44± <b>6.67</b>	48.12± <b>6.34</b>	0.041*	47.63± <b>7.23</b>	48.79± <b>7.25</b>	0.038*
<b>10 ve üzeri</b>	28	44.49± <b>6.34</b>	45.35± <b>6.12</b>	0.036*	44.27± <b>6.22</b>	46.58± <b>5.76</b>	0.014*

\*p&lt;0.05

Spor yaralanması geçiren FTO ve FTOM spor branşlarındaki sporcuların spor geçmişi yani spor yılına göre hem durumluk kaygı puanı ve sürekli kaygı puanı ortalamaları arasında da ilişkiye bakıldığında, gruplararası karşılaştırılmada 1-3 yıl, 4-6 yıl, 7-9 yıl, 10 yıl ve üzeri spor geçmişine sahip olan sporcularda anlamlı fark tespit edilmiştir (Tablo 3; p<0.05). Ayrıca, FTOM spor branşlarındaki sporcuların hem sürekli kaygı hem de durumluk kaygı puanları FTO spor sporcularından daha yüksek çıkmıştır. Bu da FTOM spor branşındaki sporcuların kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu göstermektedir.

## TARTIŞMA

Sporcuların yaralanma sonrasında tedavi süreci bittikten sonra kaygı durumları spor hayatına yeniden dönebilme ihtimali düşüncesinden dolayı yükselmektedir. Sporcuların tedavileri sonrasında ortaya çıkan, yaralanmadan kurtulmanın sevinci ve yeniden yaralanma olasılığının gibi ikili düşüncelerin sıklıkla ortaya çıkmasına neden olabilmektedir.

Yaralanma geçiren sporcuların uzun dönem iyileşme sürecinde spordan uzak kalma, bir daha aktif spor yaşantısına dönememe, yeniden sakatlanma gibi önemli duygusal travmalar yaşadıklarını bildirmiştir (Mankad vd 2009).

Sporcuların geçirdikleri yaralanma nedeniyle yaşadıkları kaygılardan kurtulmaya çabalarının yanında, yeniden sakatlanma olasılığını daha fazla düşünürler. Aynı zamanda, eski performanslarına dönme konusunda da kaygılı olduklarını göstermektedir.

Yapılan bir araştırmada, 1992 Kış Olimpiyat Oyunları öncesinde yaralanma geçiren sporcuların, iyi antrenmanlı olmalarına rağmen eski performansını yeniden yakalayıp yakalayamayacağına ilişkin kaygısının devam ettiğini belirtmektedir (Petitpas ve Danish 1995).

Yapılan çalışmalarda, çeşitli branşlardaki sporcuların cinsiyetleri ile durumluk veya sürekli kaygıları arasında bir fark bulunamamıştır (Engür, 2002; Artok,1994; Ediş, 1994; Erbaş, 2000; Macila, 2013; Civan vd. 2010).

Yücel (2003) yaptığı çalışmada, taekwondocuların durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir.

Bunun aksine, cinsiyet ile durumluk ve sürekli kaygılar arasında ilişki tespit edilen çalışmalar da bulunmaktadır (Vurgun vd 2003; Dönmez, 2013; Hacıcaferoğlu vd 2015). Sonuçlardaki bu farklılıklara sporculara özgü kişisel özelliklerinin, spor branşlarındaki farklılıkların etki ettiği düşünülebilir.

Farklı spor branşlarındaki sporcular ile yapılmış araştırmalarda spor yaşı ile durumluk kaygı puan ortalamaları arasında anlamlı fark tespit edilen çalışmalar bulunmaktadır (Koç, 2004; Başaran, 2008; Dönmez, 2013; Hacıcaferoğlu vd., 2015). Elde edilen bulgular araştırma bulgularını desteklemektedir.

Bunun aksine, farklı branşlarındaki sporcuların spor yaşının kaygı düzeylerini etkilemediği tespit edilen çalışmalar da bulunmaktadır (Ergür, 2002; Yücel, 2003; Öğüt, 2004; Adalı, 2006; Bingöl vd., 2012; Atasoy vd. ,2018).

Spor yaralanması, sporcular için kaygı yaratan büyük bir faktördür. Yoğun antrenman programları ve müsabakalar, ısınmadan yapılan hareketler veya sert darbeler yaralanmaya yol açabilmektedir (Erol, 2006).

Lüteratüre göre, spor yaralanmalarında tedavi sonrası kaygı düzeyini belirleyen araştırmalara pek rastlanmamıştır. Bu sebeple, bu sonuçlar araştırmacılara ışık tutacağı düşünülmektedir.

## KAYNAKLAR

1. **Adalı, F.**, (2006). 14-18 Yaş Kız ve Erkek Basketbolcuların Atılğanlık İle Sürekli Kaygı Düzeylerinin Sosyodemografik Yapılarına Göre Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü
2. **Alisianoğlu, F. & Ulutaş, İ.**, (2003). Çocukların Kaygı Düzeyleri İle Annelerinin Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Eğitim ve Bilim, 28 (128), 65-71.
3. **Appaneal, R.N. Levine, B.R. Perna, F.M. & Roh, J.L.**, (2009). Measuring Post Injury Depression Among Male and Female Competitive Athletes. Journal of Sport and Exercise Psychology, 31: 60-76.
4. **Ardern, C.L. Taylor, N.F. Feller, J.A. & Webster, K.E.**, (2013). A Systematic Review of The Psychological Factors Associated with Returning to Sport Following Injury. British Journal of Sports Medicine, 47:1120-6.
5. **Ardern, C.L. Webster, K.E. Taylor, N.F. & Feller, J.A.**, (2011). Return to Sport Following Anterior Cruciate Ligament Reconstruction Surgery: A Systematic Review and Meta-Analysis of The State of Play. British Journal of Sports Medicine, 45:596-606.
6. **Artok, F.**, (1994). Üniversiteler Arası Basketbol Müsabakalarına Katılan Basketbolcuların Maç Öncesi Durumluk Kaygı Düzeylerini Performanslarına Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Adana: Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü,
7. **Atasoy, M. Karabulut, E. O. & Var, L.**, (2018). The Research On The Negative Evaluation Anxiety of Taekwondo Players by Different Variables. Turkish Journal of Sport and Exercise, 20(3), 158-162.
8. **Atay, E. Tamır, H. & Çetinkaya. E.**, (2017). Güreşçilerde Sakatlık Bölgelerinin Araştırılması. Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 1(1): 1-4.
9. **Başaran, M. H.**, (2008). Sporcularda Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. Yüksek lisans Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü
10. **Başer, E.**, (1998). Uygulamaları Spor Psikolojisi. Ankara:Bağırçan Yayınevi.
11. **Bingöl, H. Çoban, B. Bingöl, Ş. & Gündoğdu, C.**, (2012). Üniversitelerde Öğrenim Gören Taekwondo Milli Takım Sporcularının Maç Öncesi Kaygı Düzeylerinin Belirlenmesi. Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, 14 (1),121-125.
12. **Civan, A. Arı, R. Görücü, A. & Özdemir, M.**, (2010). Bireysel ve Takım Sporcularının Müsabaka Öncesi ve Sonrası Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 7(1), 193-206.
13. **Coşkun, Y. & Günbey, A.**, (2009). Engelli Çocuğu Olan Annelerin Sürekli Kaygı Düzeyleri ile Sosyal Destek Algıları Arasındaki İlişki. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD), 10 (1).
14. **Dönmez, K. & Güçlü, M.**, (2002). Judo, Taekwondo, Jimnastik Erkek Milli Takım Sporcuları ile Voleybol, Hentbol, Badminton Erkek Milli Takım Sporcularının Durumluk Kaygılarının Karşılaştırılması, Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi, 6 (3), 79-93.
15. **Ediş, A.**, (1994). Üst Düzey Voleybolcularda Beceri Performansı ve Yarışma Kaygısı. Yüksek Lisans Tezi Ankara: ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
16. **Engür, M.**, (2002). Elit Sporcularda Başarı Motivasyonun, Durumluk Kaygı Düzeyleri Üzerine Etkisi, Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
17. **Erbaş, M.**, (2000).Türkiye Basketbol 2. Erkekler Ligindeki Oyuncuların Bazı Kişisel Değişkenlerinin Durumluk Kaygı Üzerine Etkileri ve Durumluk Kaygının Takım İçi İlişkilerine Etkisinin Araştırılması, Yüksek Lisans.Tezi, Edirne: Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
18. **Erol, B. & Karahan, M.**, (2006). Çocuklarda Spor Yaralanmaları, Türkiye Klinikleri Pediatric Sciences, 4:89-97
19. **Hacıcaferoğlu, S. Hacıcaferoğlu, B. & Seçer, M.**, (2015). Halk Oyunları Branşına Katılan Sporcuların Yarışma Öncesi Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. International Journal of Science Culture and Sport (Intjcs), 3(4), 288-297.
20. **Hlobil, H. Mecheten, W.V. & Kemper, H.C.G. (Çev. Z.Hasçelik)**, (1990). Spor Sakatlıkları Nasıl Engellenebilir. GSGM Yayınları,Ankara.
21. **Johnston, L.H. & Carroll, D.**, (1998). The Context of Emotional Responses to Athletic Injury: A Qualitative Analysis. Journal of Sport Rehabilitation, 7:206-20.
22. **Kalyon, T.A. In: Kalyon TA (ed)**, (2000). Spor yaralanmaları. Spor Hekimliği, Sporcu Sağlığı ve Spor Sakatlıkları. Ankara: GATA Basımevi, 2000: 183-186.
23. **Koç, H.**, (2004). Profesyonel Futbolcularda Durumluk Kaygı Düzeylerini Etkileyen Faktörlerin Değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi, Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
24. **Kraus, J.F. & Conroy. C.**, (1984). Mortality and Morbidity from Injuries in Sports And Recreation. Annual Review of Public Health, 5:163-92.
25. **Macila E.**, (2013). Basketbol Oyuncularının

Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Lefkoşa: KKTC Yakın Doğu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü

**26. Maffulli, N. Baxter-Jones, A.D.G. & Grieve, A., (2005).** Long Term Sport involvement and Sport Injury Rate in Elite Young Athletes. Archives of Disease in Childhood, 90:525-7.

**27. Mankad, A. Gordon, S. & Wallman, K., (2009),** Perceptions of Emotional Climate Among Injured Athletes, Journal of Clinical Sport Psychology, 3, 1- 14.

**28. Nielsen, M., (1990).** Epidemiology and Traumatology of Injuries in Soccer. American Journal of Sports Medicine, 18(6): 8032-807.

**29. Ögüt, R., (2004).** Sporda Sürekli Kaygı Düzeyi İle Benlik Saygısının Karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tez, İzmir: Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

**30. Öncül, R., (2000).** Eğitim ve Eğitim Bilimleri Sözlüğü. Ankara: M.E.B. Yayınları.

**31. Öner, N. & Le Compte, A., (1998).** Süreksiz Durumluk / Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı. Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, İstanbul.

**32. Petitpas, A. & Danish, S. J., In S. M. Murphy (Ed.), (1995),** Caring for Injured Athletes. Sport Psychology Interventions (s. 253- 306). Champain III: Human Kinetics.

**33. Rice, S.G., (2008)** American Academy of Pediatrics Council on Sports Medicine and Fitness. Medical conditions affecting sports participation. Pediatrics, 121:841-8.

**34. Sakallı, F.M.H., (2008).** Sporda Sporcuların Yaralanması ve Risk Faktörleri. Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi, 3: 143-154.

**35. Shephard, R.J., (2003).** Can We Afford to Exercise, Given Current Injury Rates? Injury Prevention, 9:99-100.

**36. Smith, AM. (1996).** Psychological Impact of Injuries in Athletes. Sports Medicine, 22:391-405.

**37. Spielberger, C. D. & Reheiser, E. C., (2004).** Measuring Anxiety, Anger, Depression, and Curiosity as Emotional States and Personality Traits with The STAI, STAXI, and STPI. Comprehensive Handbook of Psychological Assessment, 2, 70-86.

**38. Tracey, J., (2003).** The Emotional Response to The Injury and Rehabilitation Process. Journal of Applied Sport Psychology, 15: 279-93.

**39. Ülkar, B. Güner, R. & Ergen, E., (2002)** Fiziksel Olarak Aktif Çocuk ve Ergenlerde Yaralanma Özellikleri 7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya.

**40. Vurgun, N. Gündüz, N. Bereket, S. & Çamlıyer, H., (2003).** Bayan ve Erkek Hentbolcülerin Durumluk ve Sürekli Kaygılarının Sportif Performanslarına Etkisinin Araştırılması, Beden Eğitimi ve Spor Sosyal Alanlar Kongresi Bildiri Kitabı, s. 456-458, Ankara.

**41. Yücel, E. O., (2003).** Taekwondocuların Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyleri ve Müsabakalardaki Başarılarına Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.