



COVID-19 PANDEMİSİNDE SPORCULARIN DEPRESYON VE KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

INVESTIGATION OF ATHLETES' DEPRESSION AND ANXIETY LEVELS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Aydıner Birsin Yıldız^{1*}, Gözde Algün Doğu¹

¹Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Ankara, Türkiye

ORCID iD: Aydıner Birsin Yıldız: 0000-0002-3767-1057; Gözde Algün Doğu: 0000-0003-0988-4765

*Sorumlu Yazar / Corresponding Author: Aydıner Birsin Yıldız, e-posta / e-mail: aydinerbirsinyildiz@hotmail.com

Geliş Tarihi / Received: 09.11.2021

Kabul Tarihi / Accepted: 01.01.2022

Yayın Tarihi / Published: 21.03.2022

Öz

Amaç: Bu çalışmada amaç Covid-19 pandemisinde sporcuların depresyon ve kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmanın çalışma grubu kolay ulaşılabilir örneklem yöntemi doğrultusunda gönüllülük ilkesiyle araştırmaya katılan 256 (kadın=127, erkek=129) sporcudan oluşturulmuştur. Çalışma grubuna dâhil olmak için sporculardan pandemi ilan edilmeden hemen önce aktif müsabık sporcu olma şartı aranmıştır. Tarama modelinde yürütülmüş betimsel bu çalışmada kullanılan veriler Tuğlu ve ark. tarafından yapılan “Birinci Basamak İçin Beck Depresyon Ölçeği” ve Öner ve Le Compte tarafından Türkçe uyarlaması yapılan “Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği” aracılığıyla toplanmıştır.

Bulgular: Sporcuların durumluk ve sürekli kaygı ile depresyon puanları cinsiyet, partner durumu, ekonomik gelir değerlendirmesi, pandemi nedeniyle ekonomik gelir kaybı yaşama ve Covid-19 geçirme durumuna göre istatistiksel olarak farklılaşmaktadır ($p<0,05$). Ayrıca depresyon ile kaygı düzeyleri arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler saptanmıştır ($p<0,05$).

Sonuç: Sporcuların depresyon ve kaygı düzeylerinin Covid-19 pandemisi ve izolasyon önlemleri nedeniyle gösterebileceği artışta cinsiyet, partner durumu, covid geçirme durumu, ekonomik değerlendirme, pandemi nedeniyle ikamet değişikliği ve gelir kaybı yaşama durumunun belirleyici olabileceği belirlenmiştir. Ayrıca depresyon ya da kaygı düzeylerinde yaşanacak herhangi bir artışın, bir diğerinde de artışa neden olabileceği saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, depresyon, kaygı, sporcu.

Abstract

Objective: The aim of this study is to examine the depression and anxiety levels of the athletes in the Covid-19 pandemic in terms of some variables.

Methods: The working group of the study was composed of 256 (female=127, male=129) athletes who participated in the study on the principle of volunteerism in accordance with the easily accessible sample method. In order to be included in the study group, athletes were required to be active competitive athletes just before the pandemic was declared. Descriptive data used in this study conducted with the scanning model Tuğlu et al., Turkish adaptation by (2005) “Beck Depression Scale for Primary Care” and Turkish adaptation by Öner and Le Compte (1983) “status and continuous Anxiety Scale” was collected through.

Results: According to the results obtained, athletes' status and constant anxiety and depression scores differ statistically according to gender, relationship status, economic income assessment, economic income loss due to pandemic and Covid-19 positive ($p<0,05$). In addition, statistically significant relationships were found between depression and anxiety levels in a positive direction ($p<0,05$).

Conclusion: It has been determined that the increase in the depression and anxiety levels of the athletes due to the Covid-19 pandemic and isolation measures can be determined by the gender, relationship status, covid status, economic evaluation, change of residence and loss of income due to the pandemic. In addition, it has been determined that any increase in depression or anxiety levels may cause an increase in the other variable.

Keywords: COVID-19, depression, anxiety, athlete.

Giriş

Aralık 2019 itibariyle kendini gösteren ve 2020 yılı itibariyle tüm Dünya'yı etkisi altında bırakan Covid-19 pandemisi, bu araştırmanın tamamlandığı 2022 yılı itibariyle de etkisini sürdürmektedir. Ağır akut solunum sendromu (SARS) ve orta doğu solunum sendromu (MERS) gibi şiddetli ve akut hastalıklara neden olan¹ Covid-19'a karşı tüm dünyada temasın ve bulaşım azaltılmasını amaçlayan toplu organizasyonların iptali, esnek çalışma sistemine geçilmesi ya da sokağa çıkma yasakları gibi çeşitli tedbirler alınmaktadır. Bu tedbirlerin içerisinde yer alan sportif faaliyetlerin durdurulması, müsabakaların seyircisiz oynanması ya da sürekli test yapılması gibi uygulamalar da sporcular özelinde Covid-19'un dolaylı olumsuz etkilerine ortam oluşturmaktadır. Covid-19'a karşı alınan önlemler ülkeler ya da bölgeler özelinde çeşitlik gösterse de alınabilecek en güçlü önlem sosyal izolasyondur. Çünkü Covid-19, enfekte bir kişiden yayılabilecek damlacıkla ya da doğrudan temas yoluyla bulaşmaktadır² ve bulaş hızı oldukça yüksektir.³ Bu bağlamda ihtiyaç duyulan koşullarda sosyal izolasyon önemli bir tedbir olarak karşımıza çıksa da bilinmektedir ki Covid-19'un ve alınan izolasyon önlemlerinin kaygı, depresyon, stres gibi olumsuz psikolojik etkileri olabilmektedir.⁴⁻⁷

Kaygı, Türk Dil Kurumu'nun tanımlamasına göre "üzüntü, endişe duyulan düşünce, gam, tasa ve genellikle kötü bir şey olacakmış düşüncesiyle ortaya çıkan ve sebebi bilinmeyen gerginlik duygusu" anlamlarına gelmektedir. Bu gerginlik duygusu, potansiyel bir tehlike algılandığında ortaya çıkarak organizmanın kendini koruyup yaşamına devam etmesini sağlamaktadır.⁸ Bu süreçte organizma, uyarana karşı mental, fiziksel ve duygusal tepkiler vermektedir.⁹ Kaygı üzüntü, rahatsızlık, korku, başarısızlık, yetersizlik algısı, belirsizlik, başkaları tarafından olumsuz olarak yargılanma gibi duygusal öğeleri içermektedir.^{10,11} Kaygı, tehlikeli olarak algılanan durumlara karşı gösterilen içsel ve normal fakat olumsuz bir duygudur.¹² Kaygı gibi olumsuz duyguların uzun süreli ve yoğun olarak hissedilmesi de birçok psikolojik rahatsızlığın kaynağı olabilmektedir.

Depresyon ise Türk Dil Kurumu'nun tanımlamasına göre "bunalım ve çöküntü" anlamlarına gelmektedir. Ruhsal çöküntü olarak tanımlanan depresyon, kendiliğinden ortaya çıkabileceği gibi, bir yaşam olayına tepki olarak ya da bir hastalık sonucu olarak da ortaya çıkabilmektedir.¹³ Depresyon, normal olarak kabul edilebilecek geçici ve anlık bir duygudurumu olabileceği gibi bir hastalığın belirtisi ya da tam anlamda psikiyatrik bir bozukluk olarak da karşılaşılabilen bir durumdur.^{14,15} Depresyon ilgisizlik, isteksizlik, hayattan zevk alamama, enerjide azalma, suçluluk duyguları, özgüven azalması, uyku düzeninde bozulma, iştah değişiklikleri ve konsantrasyon bozukluğu gibi neticeleri olan bir duygudurum bozukluğudur.¹⁶

Covid-19 pandemisi ve önlemleri dikkate alındığında insanların yaşayabileceği psikolojik rahatsızlıklar ve duygudurum bozukluklarının dikkate alınması gerektiği ifade edilebilir. Nitekim pandemi döneminde tespit edilen psikiyatrik rahatsızlıkların sayısında bu görüşü destekleyecek nitelikte kayda değer bir artış yaşanmıştır.¹⁷ Tüm dünyada geçen yılın aynı dönemlerine kıyasla sporcu olmayan bireylerde dahi fiziksel aktivite ortalamalarının ciddi oranda azaldığı,¹⁸⁻²² kaygı ve depresyon gibi anahtar kelimelere dair kişisel internet aramalarında ciddi bir artış yaşandığı belirlenmiştir.²³ Covid-19'un yayılım hızını azaltmak amacıyla izolasyon uygulanan dönemlerde bireylerde ağırlıklı olarak olumsuz duygusal durumlar

gözlemlenmekte²⁴ ve bu doğrultuda benzeri psikolojik problemlerin yaşanma ihtimalleri artmaktadır.²⁵ Her ne kadar sportif faaliyetlerin psikolojik beceriler²⁶⁻²⁹ ve yaşam becerileri³⁰⁻³² üzerinde etkili olduğu bilinse de sporcuların da bu olumsuz koşullardan etkilenmesi söz konusudur. Belirtilen koşullarda kişilerarası iletişim yokluğu neticesinde depresyon ve kaygının ortaya çıkması ya da kötüleşmesi olasıdır.³³ Depresyon ve kaygı gibi olumsuz duyguların etkisinde olunması da sporcu için zayıf ve kırılabilir bir psikolojik yapının oluşmasına neden olacaktır. Zayıf bir psikolojik yapı ise sporcunun genel sağlığı açısından da risk oluştururken sportif performansın kalitesinin de düşmesine neden olacaktır.³⁰ Bu kapsamda Covid-19 sürecinde sporcuların değerlendirilmesine yönelik daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır.³⁴ Alanyazın incelendiğinde zihinsel sağlık,^{5,23} psikolojik sağlamlık,^{5,25,41} anksiyete,³⁰ kaygı,^{6,25} stres,⁷ depresyon,^{17,47,48} fiziksel aktive durumları,^{18-20,22,24} Covid-19'a yakalanma kaygısı^{42,45} gibi başlıklarda cevap ve kanıtlar ortaya konulmaya çalışılıyor olsa da Covid-19'un kısa ve uzun vadeli psikolojik etkilerinin belirlenmesi açısından yeterli değildir. Bu nedenle farklı popülasyon ve kapsamlarda araştırmaların yapılması önemlidir. Bu bağlamda bu çalışmada Covid-19 pandemisinde sporcuların depresyon ve kaygı düzeylerinin cinsiyet, partner durumu, covid geçirme durumu, ekonomik değerlendirme, pandemi nedeniyle ikamet değişikliği ve gelir kaybı yaşama durumu değişkenleri açısından farklılaşmış farklılaşmadığı ile pandemi sürecindeki kaygı ve depresyon düzeylerinin ilişkili olup olmadığının incelenmesidir. Elde edilen sonuçların bahsi geçen araştırma ihtiyacının giderilmesine ve ilgili alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, Covid-19 pandemisinde sporcuların depresyon ve kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesini amaçlayan tarama modelinde yürütülmüş bir araştırmadır.

Verilerin Toplanması

Araştırma, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Etik Kurulu'ndan alınan 2021 tarih ve 265 sayılı izin doğrultusunda yürütülmüştür. Araştırmada kullanılan veriler kolay ulaşılabilir örneklem yöntemi temelinde gönüllülük esasıyla çalışma grubunu oluşturan sporculardan elde edilmiştir. Araştırmaya ilgi gösteren sporculara yürütülen çalışmanın amacı ve süreci hakkında detaylı bilgi verilmiş, istedikleri aşamada gerekçe göstermeksizin çalışmadan ayrılacakları belirtilmiş ve araştırma kapsamında verecekleri yanıtların üçüncü kişilerle paylaşılmayacağı, sadece bu araştırma kapsamında kişisel bilgiler içermeyen değerlendirileceği aktarılmıştır. Verilen bilgiler doğrultusunda çalışmaya katılım göstermeye karar veren katılımcılardan alınan onay sonrasında ölçme araçlarını cevaplamaları sağlanmıştır.

Araştırma Grubu

Araştırmanın tüm katılımcıları 256 sporcu, çalışma grubunun spor branşları ise 21 kişi atletizm (%8,2), 23 kişi badminton (%9,0), 26 kişi basketbol (%10,2), 35 kişi futbol (%13,7), 33 kişi hentbol (%12,9), 40 kişi ragbi (%15,6), 53 kişi tekvondo (%20,7) ve 25 kişi voleybol (%9,8) branşlarında pandemi ilan edilmeden hemen önce ilgili federasyonların ulusal resmi müsabakalarında lisanslı sporcu

olarak yer alan aktif müsabık, 5 ile 19 (11,18±3,59) yıllık lisanslı sporcu geçmişine sahip 17 ile 29 (23,24±3,92) yaş aralığındaki gönüllülerden oluşmuştur. Çalışma grubuna dahil edilebilmek için en az 3 yıllık sporcu geçmişine sahip olmak ve pandemi ilanı öncesinde aktif müsabık sporcu olmak şartı aranırken pandemi ilanından önce aktif müsabık olmayan ve 3 yıldan daha az lisanslı sporcu geçmişine sahip sporcular araştırmaya dahil edilmemiştir.

Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında elde edilen yanıtların iç tutarlılıkları Cronbach Alpha katsayısı ile belirlenmiştir. Elde edilen verilerin dağılımlarının değerlendirilmesi amacıyla eğiklik ve basıklık değerleri incelenmiş ve verilerin normal dağılım gösterdiği değerlendirilmiştir. Bu doğrultuda bağımsız gruplar t-testi yapılmıştır. İlgili test neticesinde elde edilen anlamlı farklılıkların etki düzeyinin ortaya konulabilmesi adına Cohen'in d analiz sonuçları verilmiştir. Saptanan değerlerin sınıflandırılmasında “ $d < 0,4$ =küçük; $0,4 < d < 0,7$ =orta ve $0,7 < d$ =büyük” olarak belirlenmiş ölçüt dikkate alınmıştır.³⁵ Yapılan tüm analizler “ $p < 0,05$ ” anlamlılık düzeyine tabi olarak SPSS 22 paket programı aracılığıyla yapılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan verilerin elde edilmesinde Kişisel Bilgi Formu, Birinci Basamak Beck Depresyon Ölçeği ile Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından oluşturulmuştur. Araştırma katılan sporcuların yaş, cinsiyet, partner durumu, Covid-19 geçirme durumu, pandemi nedeniyle konaklama yerinin değişme durumu, ekonomik gelir değerlendirmesi, pandemi döneminde ekonomik gelir kaybı yaşama durumu bilgilerine sahip olabilmek amacıyla oluşturulmuştur.

Birinci Basamak İçin Beck Depresyon Ölçeği: Beck ve ark.⁵⁸ tarafından geliştirilen, Tuğlu ve ark.³⁶ tarafından Türkçe uyarlaması yapılan birinci basamak depresyon değerlendirmelerinde kullanılabilen ölçek üzüntü, kötümserlik, geçmişteki başarısızlıklar, kendini beğenmeme, kendini suçlama, ilgi kaybı ve intihar düşüncesi veya isteği belirtileri değerlendiren 7 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 3 dereceli likert tipi bir değerlendirmeye tabi olup yedi başlık altında depresyon taraması yapmaktadır. Ölçekten 0 ile 21 arasında bir puan elde edilmektedir. Araştırma kapsamında elde edilen yanıtların iç tutarlılığı Cronbach Alpha katsayısıyla değerlendirilmiştir. Bu katsayının 0,63 olduğu saptanmıştır.

Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği: Spielberger⁵⁹ tarafından geliştirilen, Öner ve Le Compte³⁷ tarafından Türkçe kültürüne uyarlanan Spielberg durumluk ve sürekli kaygı düzeyi değerlendirmelerinde kullanılabilen ölçek, bireylerin durumluk (20) ve sürekli (20) kaygı düzeylerini belirlemeyi amaçlayan 40 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 4 dereceli likert tipi bir değerlendirmeye tabi olup iki ölçekten elde edilen puanlar kuramsal olarak 20 ile 80 arasında değişir. Büyük puan yüksek kaygı seviyesini, küçük puan düşük kaygı seviyesini ifade eder. Durumluk Kaygı Ölçeği belirli bir anda, belirli koşullarda nasıl hissedildiğinin

betimlenmesini amaçlar. Bu amaçla bireyin bulunduğu duruma ilişkin duygularını dikkate alarak cevap vermesi beklenir. Sürekli Kaygı Ölçeği ise bireyin genellikle kendisini nasıl hissettiğine yönelik bir belirleme yapmayı amaçlar. Araştırma kapsamında elde edilen yanıtların iç tutarlılığı Cronbach Alpha katsayısıyla değerlendirilmiştir. Bu katsayıların durumluk kaygı için 0,91 ve sürekli kaygı için 0,87 olduğu saptanmıştır.

Bulgular

Araştırma grubunun bazı demografik bilgileri Çizelge 1.' de gösterilmiştir. Görüldüğü üzere araştırma grubunu oluşturan 256 sporcunun 127'si (%49,6) kadın ve 129'ı (%50,4) erkektir. Araştırma grubundaki sporculardan 92'sinin (%35,9) araştırmaya katıldığı süreçte bir partneri varken 164'nin (%64,1) partneri yoktur. Araştırma grubuna dâhil olan sporculardan 39'u (%15,2) Covid-19 virüsüne yakalandığını belirtirken, 217'si (%84,8) yakalanmadığını belirtmiştir. Sporcuların 132'si (%51,6) mevcut ekonomik gelirini yeterli olarak değerlendirirken, 124'ü (%48,4) yetersiz olarak değerlendirmiştir. Ayrıca sporcuların 123'ü (%48,0), pandemi nedeniyle ekonomik gelir kaybı yaşadığını belirtirken, 133'ü (%52,0) herhangi bir ekonomik gelir kaybı yaşamadığını belirtmiştir. Öte yandan araştırma grubumuzda pandemi nedeniyle ikametlerin değiştiğini beyan eden 48 (%18,8) sporcu varken, 208 sporcu ikamet değişikliği yapmadığını beyan etmiştir.

Çizelge 1. Çalışma grubumuzun bazı demografik bilgilerine ilişkin veriler

Değişken	N	%	
Cinsiyet	Kadın	127	49,6
	Erkek	129	50,4
Partner durumu	Partnerim var	92	35,9
	Partnerim yok	164	64,1
Covid-19 geçirdiniz mi?	Evet	39	15,2
	Hayır	217	84,8
Pandemi nedeniyle ikamet değiştirdiniz mi?	Evet	48	18,8
	Hayır	208	81,3
Ekonomik gelirinizi nasıl değerlendirirsiniz?	Yeterli	132	51,6
	Yetersiz	124	48,4
Pandemi nedeniyle gelir kaybı yaşadınız mı?	Evet	123	48,0
	Hayır	133	52,0

Çizelge 2.' de sporcuların durumluk kaygı, sürekli kaygı ve depresyon puanlarının cinsiyet değişkeni açısından karşılaştırılmasına yönelik yapılan t-testi sonuçları verilmiştir. Test sonuçları incelendiğinde kadın (ort.=42,91±4,86) sporcuların durumluk kaygı puanlarının, erkek (ort.=41,59±4,67) sporculara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek ($t=2,22$; $p < 0,05$) olduğu görülmektedir. Elde edilen etki büyüklüğünün ise küçük olduğu söylenebilir. Ayrıca kadın (ort.=47,00±5,48) sporcuların sürekli kaygı puanları da erkek (ort.=44,47±6,06) sporculara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksektir ($t=3,49$; $p < 0,05$). Elde edilen etki büyüklüğünün ise orta büyüklükte olduğu söylenebilir.

Çizelge 2. Cinsiyet açısından bağımsız gruplar t-testi sonuçları

Boyutlar	Cinsiyet	N	Ort.	Ss.	t	p	Cohen d
Durumluk Kaygı	Kadın	127	42,91	4,86	2,22	0,03	0,28
	Erkek	129	41,59	4,67			
Sürekli Kaygı	Kadın	127	47,00	5,48	3,49	0,01	0,44
	Erkek	129	44,47	6,06			
Depresyon	Kadın	127	6,30	3,14	1,09	0,27	
	Erkek	129	5,88	2,93			

Çizelge 3.' de sporcuların durumluk kaygı, sürekli kaygı ve depresyon puanlarının partner durumu değişkeni açısından karşılaştırılmasına yönelik yapılan t-testi sonuçları görülmektedir. Test sonuçları incelendiğinde partneri olmayan (ort.=43,01±4,79) sporcuların durumluk kaygı puanlarının, partneri olan (ort.=40,89±4,53) sporculara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek ($t=3,45$; $p<0,05$) .

olduğu görülmüştür. Elde edilen etki büyüklüğünün ise orta büyüklükte olduğu söylenebilir. Ayrıca sürekli kaygı puanı açısından da partneri olmayan (ort.=44,01±5,51) sporcuların, partneri olan (ort.=46,69±5,91) sporculara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek ($t=3,56$; $p<0,05$) puanlara sahip oldukları görülmektedir. Elde edilen etki büyüklüğünün ise orta büyüklükte olduğu söylenebilir.

Çizelge 3. Partner durumu açısından bağımsız gruplar t-testi sonuçları

Boyutlar	Partner Durumu	N	Ort.	Ss.	t	p	Cohen d
Durumluk Kaygı	İlişkim Var	92	40,89	4,53	3,45	0,00	0,43
	İlişkim Yok	164	43,01	4,79			
Sürekli Kaygı	İlişkim Var	92	44,01	5,51	3,56	0,00	0,45
	İlişkim Yok	164	46,69	5,91			
Depresyon	İlişkim Var	92	5,93	3,15	0,611	0,54	
	İlişkim Yok	164	6,16	2,97			

Çizelge 4.' de sporcuların durumluk kaygı, sürekli kaygı ve depresyon puanlarının Covid-19 geçirme durumu değişkeni açısından karşılaştırılmasına yönelik yapılan t-testi sonuçları görülmektedir. Test sonuçları incelendiğinde Covid-19 geçiren ($x=6,97\pm3,46$) sporcuların depresyon puanlarının,

Covid-19 geçirmeyen ($x=5,93\pm2,93$) sporculara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek ($t=1,98$; $p<0,05$) olduğu görülmektedir. Elde edilen etki büyüklüğünün ise küçük olduğu söylenebilir.

Çizelge 4. Covid-19 geçirme durumu açısından bağımsız gruplar t-testi sonuçları

Boyutlar	Covid-19	N	Ort.	Ss.	t	p	Cohen d
Durumluk Kaygı	Evet	39	42,26	4,97	0,015	0,98	
	Hayır	217	42,24	4,78			
Sürekli Kaygı	Evet	39	46,92	5,78	1,37	0,17	
	Hayır	217	45,51	5,91			
Depresyon	Evet	39	6,97	3,46	1,98	0,04	0,25
	Hayır	217	5,93	2,93			

Çizelge 5.' de sporcuların durumluk kaygı, sürekli kaygı ve depresyon puanlarının ikamet değişikliği değişkeni açısından karşılaştırılmasına yönelik yapılan t-testi sonuçları görülmektedir. Test sonuçları incelendiğinde ikamet değişikliği yapan (ort.=44,44±4,58) sporcuların durumluk kaygı puanlarının, ikamet değişikliği yapmayan (ort.=41,74±4,72) sporculara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek ($t=3,58$; $p<0,05$) olduğu görülmektedir. Elde edilen

etki büyüklüğünün ise orta büyüklükte olduğu söylenebilir. Ayrıca sürekli kaygı puanı açısından da ikamet değişikliği yapan (ort.=47,27±5,39) sporcuların, ikamet değişikliği yapmayan (ort.=45,37±5,97) sporculara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek ($t=2,02$; $p<0,05$) kaygı puanına sahip oldukları görülmektedir. Elde edilen etki büyüklüğünün ise küçük olduğu söylenebilir.

Çizelge 5. İkamet değişikliği durumu açısından bağımsız gruplar t-testi sonuçları

Boyutlar	İkamet Değişikliği	N	Ort.	Ss.	t	p	Cohen d
Durumluk Kaygı	Evet	48	44,44	4,58	3,58	0,00	0,45
	Hayır	208	41,74	4,72			
Sürekli Kaygı	Evet	48	47,27	5,39	2,02	0,04	0,25
	Hayır	208	45,37	5,97			
Depresyon	Evet	48	5,96	3,17	0,332	0,74	
	Hayır	208	6,12	3,01			

Çizelge 6.' da sporcuların, durumluk kaygı, sürekli kaygı ve depresyon puanlarının ekonomik gelir değerlendirme açısından karşılaştırılmasına yönelik yapılan t-testi sonuçları görülmektedir. Test sonuçları incelendiğinde ekonomik gelirini yetersiz olarak değerlendiren (ort.=46,56±6,54)

sporcuların sürekli kaygı puanı açısından, ekonomik gelirini yeterli olarak değerlendiren (ort.=44,94±5,31) sporculara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek ($t=2,20$; $p<0,05$) olduğu görülmektedir. Elde edilen etki büyüklüğünün ise küçük olduğu söylenebilir.

Çizelge 6. Ekonomik gelir değerlendirmesi açısından bağımsız gruplar t-testi sonuçları

Boyutlar	Ekonomik Gelir	N	Ort.	Ss.	t	p	Cohen d
Durumluk Kaygı	Yeterli	132	42,34	5,19	0,327	0,74	
	Yetersiz	124	42,15	4,37			
Sürekli Kaygı	Yeterli	132	44,94	5,13	2,20	0,02	0,28
	Yetersiz	124	46,56	6,54			
Depresyon	Yeterli	132	5,78	3,20	1,68	0,09	
	Yetersiz	124	6,42	2,82			

Çizelge 7' de sporcuların, durumluk kaygı, sürekli kaygı ve depresyon puanlarının pandemi döneminde gelir kaybı yaşama durumları açısından karşılaştırılmasına yönelik yapılan t-testi sonuçları görülmektedir. Test sonuçları incelendiğinde gelir kaybı yaşayan (ort.=43,26±4,19)

sporcuların durumluk kaygı puanı, gelir kaybı yaşamayan (ort.=41,41±5,15) sporculara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek olduğu görülmektedir (t=3,31; p<0,05). Elde edilen etki büyüklüğünün ise orta büyüklükte olduğu söylenebilir.

Çizelge 7. Pandemi döneminde gelir kaybı açısından bağımsız gruplar t-testi sonuçları

Boyutlar	Gelir Kaybı	N	Ort.	Ss.	t	p	Cohen d
Durumluk Kaygı	Evet	123	43,26	4,19	3,31	0,00	0,42
	Hayır	133	41,41	5,15			
Sürekli Kaygı	Evet	123	45,57	5,45	0,409	0,68	
	Hayır	133	45,87	6,30			
Depresyon	Evet	123	6,10	2,91	,0039	0,96	
	Hayır	133	6,08	3,16			

Çizelge 8' de sporcularda, depresyon ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi amacıyla elde edilen Pearson korelasyon katsayısına dair sonuçlar görülmektedir. Sonuçlar incelendiğinde depresyon ile durumluk kaygı arasında pozitif yönlü orta düzeyli (r=0,31; p=0,00), sürekli kaygı arasında pozitif yönlü orta düzeyli (r=0,47; p=0,00) bir ilişki olduğu görülmektedir.

Çizelge 8. Depresyon ve kaygı arasındaki ilişkiyi gösteren korelasyon analizi sonuçları

Pearson Korelasyon Katsayısı		Durumluk Kaygı	Sürekli Kaygı
Depresyon	r	0,31**	0,47**
	p	0,00	0,00

**p<,01

Tartışma

Covid-19 pandemisi ve pandemi nedeniyle alınan organizasyonların iptali, sokağa çıkma yasağı gibi sosyal izolasyon temelli önlemler sürecinde sporcuların içinde buldukları depresyon ile kaygı düzeylerinin belirlenmesi ve bazı değişkenler açısından incelenmesini amaçlayan bu çalışmada sporcular cinsiyet, partner durumu, ekonomik gelir değerlendirmesi, pandemi nedeniyle ekonomik gelir kaybı yaşama ve Covid-19 geçirme durumu dikkate alınarak değerlendirilmiştir. Bu kapsamda elde edilen sonuçlara göre kadın sporcuların durumluk ve sürekli kaygı puanlarının, erkek sporculara kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür. Alanyazın incelendiğinde kadınların erkeklere kıyasla daha yüksek kaygı yaşadığına dair araştırma sonuçlarıyla karşılaşılmaktadır.^{6,7,38} Covid-19 kaynaklı kaygı ve depresyon araştırmalarında da kadın sporcuların erkek sporculara kıyasla daha yüksek kaygı ve depresyon düzeylerine sahip oldukları raporlanmaktadır.³⁹⁻⁴¹ Türkiye'de Covid-19 salgını sırasında da kadın yetişkinlerin anksiyete düzeylerinin daha yüksek olduğu raporlanmıştır.²⁵ Covid-19'a yakalanma kaygısı ele alındığında da yine kadın sporcuların erkek sporculara kıyasla daha yüksek kaygı düzeyine sahip oldukları tespit edilmiştir.^{39,42-44} Bu ve

benzeri sonuçların kadınların erkeklere kıyasla daha duygusal olmalarından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Araştırma kapsamında ayrıca partneri olmayan sporcuların durumluk ve sürekli kaygı puanlarının, partneri olan sporculara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Alanyazın incelendiğinde araştırma sonuçlarımızla çelişen araştırmalar saptanmıştır. Bu araştırmalar sonuç olarak medeni durumun kaygı düzeyi üzerinde bir belirleyici olmadığını belirtmektedir.^{45,46} Alanyazında araştırma sonuçlarımızla paralel sonuçlara ulaşan araştırmalar da ise evli ya da bekâr olmanın durumluk kaygı düzeyi üzerinde bir belirleyici olduğu ve bekâr bireylerin daha yüksek durumluk kaygı düzeyine sahip oldukları saptanmıştır.⁴¹ Alanyazında tespit edilen sonuçlardaki bu farklılığın araştırma gruplarından ve bireysel farklılıklardan kaynaklanabileceği söylenebilir. Fakat bu konuda daha net açıklamaların yapılabilmesi adına detaylı araştırmaların yapılmasına ihtiyaç vardır. Bu kapsamdaki cevapları evli ya da bekâr olma, partneri olma ya da olmama gibi yanıtlarla sınırlandırmak yerine, bu süreci yalnız geçirilip geçirilmediğine dair bir sorgulama yapılması, araştırmamız için de bir sınırlılık olan bu durumun üstesinden gelinmesini sağlayabilir. Fakat yine de elde edilen sonuçlardan hareketle, pandemi sürecinin zorluklarının üstesinden en az bir kişinin eşliğiyle daha kolay gelinebileceğine ya da en azından olası etkilerinin hafifletilebileceğine dair kanıt oluşturulduğu söylenebilir.

Araştırmada elde edilen bir başka sonuç ise Covid-19 geçiren sporcuların, Covid-19 geçirmeyen sporculara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek depresyon puanına sahip olduklarıdır. Alanyazın incelendiğinde, tedavi gördükleri yerin ev ya da hastane olması fark etmeksizin Covid-19 geçiren bireylerde kaygı ve depresyon tespitleri raporlayan araştırmalar olduğu görülmektedir.^{47,48} Covid-19'un halsizlik, yorgunluk, uyku hali gibi fizyolojik etkileri¹ ile depresyonun isteksizlik, hayattan zevk alamama, enerjide azalma, uyku düzeninde bozulma, iştah değişiklikleri ve konsantrasyon bozukluğu gibi benzer fizyolojik etkileri olması,^{10,11} bu iki durumun birbiriyle ilişkilendirilebileceğini düşündürmektedir. Bu etkilerin, bireyi ruhsal bir çöküntü içerisine sokması olasıdır. Bu bağlamda Covid-19 geçiren sporcuların, geçirmeyen sporculara kıyasla daha yüksek

depresyon puanı elde etmelerinin kabul edilebilir olduğu düşünülmektedir.

Araştırma kapsamında elde edilen sonuçlara göre ayrıca pandemi nedeniyle ikamet değişikliği yapan sporcuların durumluk ve sürekli kaygı puanlarının, ikamet değişikliği yapmayan sporculara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek olduğu görülmüştür. Bilinmektedir ki bazı sporcular kendi istekleriyle bazı sporcular ise zorunlu kaldıkları için pandemi nedeniyle ikamet yerinde değişiklik yapmışlardır. İster kendi isteğiyle ister mecburiyetten olsun; bir sebeple, bir şekilde yaşanan ikamet değişikliği ya da ani bir değerlendirme sonucunda izolasyon sürecine girme zorunluluğu hayata dair birçok da ani değişiklik anlamına gelmektedir.⁴⁷ Covid-19 hastalarında tespit edilen olumsuz psikolojik etkilerin nedenleri arasında bu ve benzeri yaşam alışkanlıklarında yaşanan değişimlerin olduğu bilinmektedir.⁴⁸ Bu doğrultuda araştırma grubumuzdaki sporculardan ikamet değişikliği yapan sporcuların daha yüksek kaygı içinde olmalarının kabul edilebilir olduğu düşünülmektedir. Nitekim kaygı; rahatsızlık, korku, belirsizlik gibi duygusal öğelere karşı gösterilen olumsuz bir duygudur.^{10,12} Planlı ya da plansız, istekli ya da isteksiz olarak yaşanan bir ikamet değişikliği, izolasyon etkileriyle birleştiğinde kaygı düzeyinin yükselmesine neden olabilir.

Öte yandan araştırmada ekonomik gelirini yetersiz olarak değerlendiren sporcuların, ekonomik gelirini yeterli olarak değerlendiren sporculara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek sürekli kaygı; gelir kaybı yaşayan sporcuların, gelir kaybı yaşamayan sporculara kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek durumluk kaygı puanına sahip oldukları görülmüştür. Gelir kaybı yaşanmasının ve ekonomik gelirin yetersiz olduğuna dair bir değerlendirmenin olumsuz psikolojik etkileri olabileceği ön görülebilir. Pandemi nedeniyle izolasyon içerisindeki sporcuların da benzer durumda olması beklenebilir. Nitekim düşük gelirli bireylerin, izolasyon süreci ilerledikçe kaygı ve depresyon belirtileri gösterdikleri belirlenmiştir.⁴⁹ Pandemi döneminde mevcut ekonomik gelirin, durumluk kaygı üzerinde bir belirleyici olduğunu rapor eden başka bir araştırmada da düşük gelirli bireylerin, yüksek gelirli bireylere kıyasla daha yüksek durumluk kaygı düzeyine sahip oldukları raporlanmıştır.⁴¹ Başka bir araştırmada da benzer sonuçlar elde edilerek, ekonomik gelir değerlendirmesinin kaygı üzerinde bir belirleyici olduğu ifade edilmiştir.⁵⁰ Pandemi sürecinin bu kadar uzaması ve halen yüksek seviyede belirsizlikler taşıması, ekonomi temelli değerlendirmeleri de oldukça zorlaştırmaktadır. Araştırma grubumuzun meslek olarak sporculuktan hayatlarını idame ettirdikleri düşünüldüğünde, pandemiden kaynaklanan olumsuz değerlendirmelerin, ekonomik kaygılarla birleşebileceği söylenebilir. Bu doğrultuda ekonomik açıdan kendilerini yetersiz olarak değerlendiren sporcuların kaygı düzeylerinin de yüksek olduğu saptanmıştır.

Araştırma kapsamında elde edilen son bulgu ise depresyon ile kaygı arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğudur. Bu sonuçlara istinaden kaygı düzeyinde yaşanılacak bir artışın, depresyonda da bir artışa neden olacağı söylenebilir. Başka bir ifadeyle de depresyon düzeyinin düşürülmesi adına kaygı düzeyinin düşürülmesi gerekmektedir. Bu sonuçlar alanyazın ile paralellik göstermektedir.⁵¹⁻⁵⁷

Sonuç

Sporcuların depresyon ve kaygı düzeylerinin Covid-19 pandemisi ve izolasyon önlemleri nedeniyle gösterebileceği artışta cinsiyet, partner durumu, Covid geçirme durumu,

ekonomik değerlendirme, pandemi nedeniyle ikamet değişikliği ve gelir kaybı yaşama durumunun belirleyici olabileceği belirlenmiştir. Ayrıca depresyon ya da kaygı düzeylerinde yaşanılacak herhangi bir artışın, bir diğerinde de bir artışa neden olabileceği saptanmıştır. Bu kapsamda sporcuların maruz kaldıkları olumsuz duyguların üstesinden gelinebilmesi adına psikolojik destek almalarının yanında belirlenmiş olan değişkenlerin de dikkate alınması önerilmektedir. Sporcuların maruz kaldıkları olumsuz duyguların üstesinden gelebilmeleri adına kendilerine profesyonel ya da bir partner yardımıyla psikolojik destek sağlamaları ve belirleyici rol oynayabileceği belirlenmiş olan değişkenlerin sporculara destek oluşturma süreçlerinde dikkate alınması önerilmektedir.

Kısıtlılıklar

Araştırmada kullanılan verilerin ölçekler aracılığıyla ve kesitsel bir yöntemle elde edilmiş olmasıyla beraber kontrol grubunun olmaması ve çalışma grubunun katılımcı sayısı araştırmanın kısıtlılıkları olarak kabul edilebilir.

Açıklamalar

Araştırmaya gönüllü olarak katılan tüm çalışma grubuyla birlikte ilgili alanda önceki çalışmalarda emeği geçen tüm araştırmacılara teşekkür ederiz.

Çıkar Çatışması Beyanı

Yazarların herhangi bir çıkarı dayalı ilişkisi yoktur.

Etik Onay/Hasta Onamı

Araştırma, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Etik Kurulu'ndan alınan 2021 tarih ve 265 sayılı izin doğrultusunda yürütülmüştür sayılı izin doğrultusunda yürütülmüştür.

Maddi Destek

Bu çalışmada herhangi bir fon veya destekten yararlanılmamıştır.

Yazar Katkıları

ABY, GAD: Fikir; ABY, GAD: Tasarım; ABY, GAD: Denetleme; ABY, GAD: Verilerin toplanması ve/veya işlenmesi; ABY: Analiz; ABY, GAD: Literatür taraması; ABY, GAD: Yazım; GAD: Eleştirel İnceleme

Kaynaklar

1. Brown K, Wang RC. Politics and science: The case of China and the Coronavirus. *Asian Aff.* 2020;51(2):247-264. <https://doi.org/10.1080/03068374.2020.1752567>.
2. Chen N, Zhou M, Dong X, et al. Epidemiological and clinical characteristics of 99 cases of 2019 novel coronavirus pneumonia in Wuhan, China: a descriptive study. *Lancet.* 2020;395(10223):507-513.
3. Liu Y, Gayle AA, Wilder-Smith A, Rocklöv J. The reproductive number of COVID-19 is higher compared to SARS coronavirus. *J Travel Med.* 2020;27(2):1-4. <https://doi.org/10.1093/jtm/taaa021>.
4. Naem F, Irfan M, Javed A. Coping with COVID-19: Urgent need for building resilience through cognitive behaviour therapy. *KMUJ.* 2020;12(1):1-3.
5. Kluge H, Malik A, Nitzan D. Mental health and psychological resilience during the COVID-19 pandemic. *WHO.* 2020.
6. Çölgeçen Y, Çölgeçen H. Covid-19 pandemisine bağlı yaşanan kaygı düzeylerinin değerlendirilmesi: Türkiye örneği. *Turkish Studies.* 2020;15(4):261-275. <https://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.44399>.
7. Göksoy Ö, Kumcağız H. Covid-19 salgınında bireylerde algılanan stres düzeyi ve kaygı düzeyleri. *Turkish Studies.*

- 2020;15(4):463-479.
<https://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.44397>.
8. Uzbay İT. Anksiyetenin nörobiyolojisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*. 2002;5(1):5-13.
 9. Eker O. *Ortaokul Öğrencilerinin Yaşadığı Sınav Kaygısının Nedenleri Ve Anne Baba Tutumlarının Sınav Kaygısına Etkisi: Merzifon Örneği* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul, Türkiye: Nişantaşı Üniversitesi; 2016.
 10. Aydın H. *Ergenlerin Kişilik Özelliklerinin Stresle Başa Çıkma Ve Bazı Özelliklerine Göre Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Konya, Türkiye: Selçuk Üniversitesi; 2008.
 11. Cüceloğlu D. *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi; 1991.
 12. Özen Kutunış, R, Tunç T. Hemşirelerde benlik saygısı ile durumluk ve sürekli kaygı arasındaki ilişki: Bir üniversite hastanesi örneği. *İş, Güç: Journal Ind Relations & Human Res*. 2013;15(2).
 13. Köroğlu E. *Depresyon Nedir? Nasıl Baş Edilir*. 2. Baskı. Ankara: Hekimler Yayın Birliği. 2006.
 14. Alper Y. *Depresyon: Psikiyatri*. İstanbul: Alfa Yayınları; 2001.
 15. Savrun BM. Depresyonun tanımı ve epidemiyolojisi. İçinde: E. Eker. (Ed.). *Depresyon, somatizasyon ve psikiyatrik aciller*. İstanbul: Donta Medya; 1999:11-17.
 16. Helvacı F, Hocaoglu Ç. Major depressive disorder definition, etiology and epidemiology: A review. *J Contemp Med*. 2016;6(1):51-66.
 17. Pappa S, Ntella V, Giannakas T, Giannakoulis VG, Papoutsis E, Katsaounou P. Prevalence of depression, anxiety, and insomnia among healthcare workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Brain Behav Immun*. 2020;88:901-907.
 18. Akyol G, Başkan AH, Başkan AH. Yeni tip koronavirüs (covid-19) döneminde spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin karantina zamanlarında yaptıkları etkinlikler ve sedanter bireylere önerileri. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*. 2020;7(5):190-203.
 19. Ciddi PK, Yazgan E. Covid-19 salgınında sosyal izolasyon sırasında fiziksel aktivite durumunun yaşam kalitesi üzerine etkisi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 2020;19(37):262-279.
 20. Ercan Ş, Keklice H. Covid-19 pandemisi nedeniyle üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerindeki değişimin incelenmesi. *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*. 2020;5(2):69-74.
 21. Kim SW, Su KP. Using Psychoneuroimmunity against Covid-19. *Brain Behav Immun*. 2020;7:4-5.
 22. Ünlü H, Öztürk B, Aktaş, Ö, Büyüktaş B. Bireylerin Covid-19 sürecinde fiziksel aktivite düzeylerindeki değişimin incelenmesi. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*. 2020;4(2):79-87.
 23. Jacobson NC, Lekkas D, Price G, et al. Flattening the mental health curve: COVID-19 stay-at-home orders are associated with alterations in mental health search behavior in the United States. *JMIR Mental Health*. 2020;7(6):e19347.
 24. Dursun M, Yarayan YE, Arı Ç, Ulun C, Adaş SK. (2021). Covid-19 in Turkey: Leisure Boredom, Psychological Resilience, Physical Activity and Emotional State. *IJERI: International Journal of Educational Research and Innovation*. 2021;(15):460-486. doi:/10.46661/ijeri.5588.
 25. Akdaş Gürocak A. *Türkiye'de Covid-19 Salgını Sırasında Yetişkinlerin Kaygı Düzeylerinin ve Psikolojik Dayanıklılıklarının Şema Özellikleri Açısından İncelenmesi* [Yüksek Lisans tezi] İstanbul, Türkiye: Üsküdar Üniversitesi; 2020.
 26. Çiftçi MC, Tolukan E, Yılmaz B. Sporcuların zihinsel antrenman becerileri ile sürekli sportif öz güven düzeyleri arasındaki ilişki. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 2021;26(1):151-162.
 27. Arı Ç, Ulun C, Yarayan YE, Dursun M, Mutlu T, Üstün ÜD. Mindfulness, healthy life skills and life satisfaction in varsity athletes and university students. *Progress in Nutrition*, 2020;22.
 28. Kozak M, İlhan EL, Yarayan YE. Zihinsel yetersizlik, spor ve ruhsal uyum ilişkisi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 2019;13(1):51-65.
 29. Yarayan YE, Yıldız AB, Gülşen DBA. Examination of mental toughness levels of individual and team sports players at elite level according to various variables. *J Int Soc Res*. 2018;11(57):992-999.
 30. Yıldız AB, Gülşen DBA, Yılmaz B. Sporcuların optimal performans duygu durumunun yaşam tatminleri üzerindeki etkisi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2015;9(9):58-64.
 31. Kaya E, Sari İ, Tolukan E, Güllü M. Examination of trait anxiety levels of physical education and sports students (İbrahim Cecen University case). *Procedia Soc Behav Sci*. 2014;152:399-402.
 32. Yılmaz B, Karlı Ü, Yetim AA. Sporda sosyal bütünleşme ölçeği (SSBÖ) geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 2006;11(4):3-10.
 33. Xiao C. A novel approach of consultation on 2019 novel coronavirus (covid-19)-related psychological and mental problems: structured letter therapy. *Psychiatry Invest*. 2020;17(2):175-176. doi: /10.30773/pi.2020.0047.
 34. Koçak U, Özer Kaya, D. Covid-19 Pandemisi, Spor, Sporcu Üçgeni: Etkilenimler ve Öneriler. *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*. 2020;5(2):129-133.
 35. Cohen J. *Statistical power analysis for the behavioral sciences*, 2nd edn. Á/L: Erlbaum Press, Hillsdale, NJ, USA. 1988.
 36. Tuğlu C, Türe M, Dağdeviren N, Aktürk Z. Birinci basamak için Beck depresyon tarama ölçeği'nin Türkçe çevriminin geçerlik ve güvenilirliği. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*. 2007;9(3):117-122.
 37. Öner N. A Le Compte. *Durumluk - Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayını. 1983.
 38. Wang C, Pan R, Wan X, et al. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *J Env Research And Public Health*. 2020;17(5):1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>.
 39. Acar K, Mor A, Baynaz K, Arslanoğlu E. An Investigation on Anxiety States of Students in Faculty of Sport Sciences During COVID-19. *International Journal of Disabilities Sports and Health Sciences*, 2020;3(1):66-73.
 40. Håkansson A, Jönsson C, Kenttä G. Psychological distress and problem gambling in elite athletes during covid-19 restrictions—a web survey in top leagues of three sports during the pandemic. *J Env Res and Public Health*. 2020;17(18):6693.
 41. Kul A, Demir R, Katmer AN. Covid-19 salgını döneminde psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak yaşam anlamı ve kaygı. *Electronic Turkish Studies*. 2020;15(6).
 42. Güler H, Cicioğlu Hİ. Sedanter ve sporcuların yeni tip koronavirüse yakalanmada bireysel kaygı düzeylerinin incelenmesi. *J Human Sci*. 2021;18(1):67-75.
 43. Batu B, Aydın AD. Yüzme sporcularının yeni tip korona virüse (covid-19) yakalanma kaygısının incelenmesi. *Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi*. 2020;3.
 44. Türktemiz H, Bayraktar I, Çobanoğlu HO, Nalbant Ö. Spor salonlarında egzersiz yapan sporcuların yeni tip koronavirüse (covid-19) yakalanma kaygılarının incelenmesi. III. International Conference On Covid-19 Studies; 2020;116-124; Ankara.
 45. Çiftçi F, Demir A. Covid-19 pandemisinde Türk profesyonel futbolcuların covid-19 korkusu ve kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*. 2020;2(ÖS1):26-38.
 46. Wang C, Pan R, Wan X, et al. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *J Env Research And Public Health*. 2020;17(5):1729. doi:/10.3390/ijerph17051729.

47. Kalmaz S. *Covid-19 Geçirmiş Kişilerde Tedavi Sonrası Fiziksel Aktivite Korkusu Ve Depresyon* [Yüksek Lisans tezi]. Ankara, Türkiye: Başkent Üniversitesi; 2021.
48. Choi Choi EPH, Hui BPH, Wan EYF. Depression and anxiety in Hong Kong during COVID-19. *J Env Research and Public Health*. 2020;17(10):3740.
49. Williams SN, Armitage CJ, Tampe T, Dienes K. Public perceptions and experiences of social distancing and social isolation during the COVID-19 pandemic: A UK-based focus group study. *BMJ Open*. 2020;10(7):e039334.
50. Aksu O. *Karate Sporcularının Sürekli Kaygı Düzeyleri, Duygusal Zekâ Ve Kişilik Özelliklerinin Çeşitli Değişkenlere Göre Belirlenmesi* [Yüksek Lisans tezi]. Bartın, Türkiye: Bartın Üniversitesi; 2018.
51. Karakaş S, Arkar H. Temperament and character dimensions as predictors of depression and anxiety. *Türk Psikoloji Dergisi*. 2021;27(69):21-34.
52. Deniz ME, Yorgancı Z, Özyeşil Z. A Research on investigating the trait anxiety and depression levels of the students with learning disabilities. *Elementary Edc Online*. 2009;8(3).
53. Uluç S. Examination of the Criterion Validity of the MMPI-2 Depression, Anxiety, and Anger Content Scales. *Turkish Journal of Psychiatry*, 2008;19(1).
54. Yarpuz AY, Saadet ED, Şanlı HE, Özgüven HD. Social Anxiety Level in Acne Vulgaris Patients and its Relationship to Clinical Variables. *Turkish Journal of Psychiatry*. 2008;19(1).
55. Smith MS, Martin-Herz SP, Marsigan JL, Womack WM. Comparatvc sludy of anxiety, depression, somalization, functional disability, and illness attribution in adolescents with chronic fatigue or migraine. *Pediatrics*. 2003;111(4):376-382.
56. Vandervoort DJ, Skorikov VB, Vandervoort DJ, Skorikov VB. Physical health and social network characteristics as determinants of mental health across cultures. *Cur Psyclology*, 2002;21(1):50-68.
57. Krohne HW, Schmukle SC, Spaderna H, Spielberger C. The state-trait depression scales: An international comparison. *Anxiety, Stress and Coping*. 2002;15(2):105-122.
58. Beck AT, Guth D, Steer RA, Ball R. Screening for major depression disorders in medical inpatients with the Beck Depression Inventory for Primary Care. *Behav Res Ther*, 1997;35:785-91.
59. Spielberger CD. *State-trait anxiety inventory for adults*. Palo Alto, CA: Mind Garden: 1983.