

*Amatör Futbolcuların Yaralanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi Examination of Sports Injury Anxiety Levels of Amateur Football Players

Yücel Alğan¹, **Cansel Arslanoğlu²

¹ Sinop Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, yucel.algan@hotmail.com, 0009-0001-5674-539X

² Sinop Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, canseloglu@sinop.edu.tr, 0000-0002-3115-4905

ÖZET

Bu çalışmanın amacı amatör futbolcuların spor yaralanması kaygı düzeylerini çeşitli değişkenlere göre incelemektir. Araştırma örneklemini Hatay ilindeki 306 Amatör Futbolcu oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak "Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği" ile "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmış ve veriler anket yoluyla toplanmıştır. Araştırmada elde edilen bulgular değerlendirildiğinde, futbolcuların yaş, cinsiyet, aktif futbol oynama süresi değişkenleri bakımından yaralanma kaygısı alt boyutları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Eğitim durumu değişkeni bakımından "Yeniden Yaralanma Kaygısı" alt boyutunda lisans ve lise mezunu futbolcuların, ilköğretim mezunlarına göre kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu ve daha önce yaralanma yaşama durumu bakımından "Yeniden Yaralanma Kaygısı" alt boyutunda yaralanma yaşayan futbolcuların yüksek seviyede kaygı yaşadıkları tespit edilmiştir. Yaralanmanın meydana geldiği ortam değişkeninde, antrenman ve müsabakada yaralanan futbolcuların "Yeniden Yaralanma Kaygı" düzeylerinin yüksek olduğu, rakip oyuncunun temasıyla yaralanan futbolcuların "Zayıf Algılama Kaygısı" ve "Yeniden Yaralanma Kaygısı" alt boyutunda kaygı düzeyleri yüksek olduğu, yaralanma nedeni ameliyat olan futbolcuların "Yeteneğini Kaybetme Kaygısı" ve "Yeniden Yaralanma Kaygısı" alt boyutları ile ölçek boyutunda yüksek seviyede kaygı yaşadıkları görülmüştür. Yaralanmanın en fazla gerçekleştiği vücut bölgesi bakımından "Ayak-Diz-Bacak" bölgesinde "Yeniden yaralanma kaygısı" alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Sonuç olarak, lise ve lisans eğitimi alan, yaralanma yaşamış, antrenman ve müsabakada yaralanan, rakip oyuncu teması sonucu yaralanan, ameliyat olan, yaralanmayı alt ekstremitte bölgesinde sık yaşayan futbolcuların yüksek seviyede kaygı yaşadıkları görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Amatör futbolcu, Futbol, Spor yaralanması, Kaygı

ABSTRACT

The aim of this study was to examine the sports injury anxiety levels of amateur league soccer players according to various variables. The research sample consists of 306 amateur football players in Hatay province. "Sports Injury Anxiety Scale" and "Personal Information Form" were used as data collection tools. Data were collected through a questionnaire. When the findings obtained in the study were evaluated, no significant difference was found between the sub-dimensions of injury anxiety in terms of the variables of age, gender, and duration of playing active soccer. In terms of the educational status variable, it was determined that the anxiety levels of football players with undergraduate and high school graduates in the sub-dimension of "Re-injury Anxiety" were higher than those of primary school graduates and also in terms of previous injury, it was determined that the soccer players who experienced injury experienced a high level of anxiety in the sub-dimension of "Re-injury Anxiety". According to the environment in which the injury occurred, it was seen that the "Re-injury Anxiety" levels of the soccer players who were injured in training and competition were high. It was observed that soccer players who were injured by the contact of the opponent player had high anxiety levels in the sub-dimensions of "Weak Perception Anxiety" and "Re-injury Anxiety" also it was observed that soccer players who underwent surgery due to injury experienced high levels of anxiety in the sub-dimensions of "Anxiety of Losing Ability" and "Anxiety of Re-injury" and in the scale dimension ($p<0.05$). A significant difference was found in the sub-dimension of "Re-injury anxiety" in the "Ankle-Knee-Leg" region in terms of the body region where the most injuries occurred. As a result, it was observed that high school and undergraduate football players who had high school and undergraduate education, who experienced injury, who were injured in training and competition, who were injured as a result of contact with an opponent, who underwent surgery, and who experienced injury frequently in the lower extremity experienced high levels of anxiety.

Keywords: Amateur football player, Football, Sports injury, Anxiety

Citation: Alğan, Y. & Arslanoğlu, C. (2024). Amatör Futbolcuların Yaralanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi, *Herkes için Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 6(4), 411-416.

Gönderme Tarihi/Received Date:
11.09.2024

Kabul Tarihi/Accepted Date:
22.11.2024

Yayınlanma Tarihi/Published Online:
30.12.2024

<https://doi.org/10.56639/jsar.1548723>

* Bu çalışma Sinop Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalında "Amatör Futbolcuların Yaralanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi" isimli yüksek lisans tezinden türetilmiştir.

**Corresponding author:
canseloglu@sinop.edu.tr

GİRİŞ

Futbol yaklaşık olarak 265 milyon kayıtlı oyuncusuyla tartışmasız dünyanın en popüler spor branşlarından birisidir (FIFA, 2010). Futbolun sadece bir spor karşılaşması olmaktan çıktığı, sosyal, ekonomik bir politika aracı haline geldiği ve farklı alanlarda insanlara hitap eden bir özellik kazandığı görülmektedir (Demirhan vd., 2014). Bu durum futbolun ilerleyen zamanlarda daha önemli bir statü kazanacağı düşündürmektedir (Topkaya & Tekin, 2011). Spor aktivitelerinin yaygınlaşması ve profesyonelleşmesi, profesyonel sporcuların ve profesyonel olmayan fiziksel aktivitelere ve sporlara katılanların sayısındaki artış sadece sağlıkla ilgili olmayan sonuçları doğuran yaralanmaların sayısında da artışa neden olmuştur (Ortin vd., 2010). Futbol branşındaki spor yaralanmalarının diğer branşlara göre daha sık olduğu bilinmektedir (Arnason vd., 2004). Konu ile ilgili belirtilen istatistiklerden birisine göre yetişkin bir futbolcu yılda en az bir kez sakatlık geçirir ve maç başına sakatlanma oranı yaklaşık 2,7'dir (Roi & Della Villa, 2011). Futbol yaralanmaları diğer sporlarda olduğu gibi bireysel ve çevresel faktör kaynaklı, farklı biçimlerde ve bedenin farklı bölgelerinde meydana gelmektedir. Futbolcuların sakatlanmadan, düzenli oynayabilmelerinin çok önemli olduğu, çünkü ciddi sakatlıkların futbol kariyerlerini olumsuz etkileyebileceği varsayılmaktadır (Sarı vd., 2023). Bu nedenle futbolcuların yaralanmalardan korunma konusunda antrenör ve sağlık görevlileri tarafından bireysel ve takım olarak eğitilmeleri gerekmektedir (Şekir & Gür, 2007).

Sporda, planlı ve iyi organize edilmiş günlük antrenmanlar doğrultusunda belirlenen hedeflere ulaşmak mümkündür (Demirhan vd., 2019). Aksi durumda antrenman esnasında yapılan bilinçsiz ve düzensiz hareketler, kural dışı sergiledikleri davranışlar çeşitli sakatlıklara yol açabilir (Kanbir, 2017). Bu yaralanmaların önlenmesinde vücut ağırlığıyla yapılan kalistenik ve core egzersizlerin katkısı gözardı edilmemelidir (Bayrakdar vd., 2019; Bayrakdar vd., 2020). Sportif faaliyetler esnasında gerçekleşen geçici veya uzun süreli yaralanmalar, sporcu üzerinde fiziksel ve psikolojik açıdan bazı sorunlara yol açabilir. Psikolojik kaygı, sakatlanmanın tekrar yaşanma korkusu ve sakatlığın devam edip ilerlemesi durumu, fiziksel kaygı ise vücutta meydana gelen fiziksel bozukluk veya yaraların iyileşmemesi, eski performansının kaybedilmesi, spora dönüşün engellenmesi gibi

düşüncelerdir (Hsu, vd., 2017). Sakatlanma sonrasında yürütülen tedavi sürecinde sporcuya verilen fizyolojik ve psikolojik katkılar, sporcunun toparlanma ve iyileşme sürecini olumlu yönde etkilemektedir. Sporcunun o anki antrenman durumu, performansı, kaygı düzeyi, özgüven eksikliği, yaşadığı sorunlar ve yetersiz sosyal destek gibi faktörler spor sakatlanmalarının gelişmesinde önemli ölçü olduğu düşünülmektedir (Johnson, 2006). Sporcuların stres ve baskı nedeniyle artan kaygı düzeyleri performanslarını olumsuz etkilemektedir (Cheng, vd., 2009). Kaygı; bireylerin günlük gelişen durumlara karşı başarısız olma veya daha kötü sonuçlarla karşılaşabileceği endişesi ve mücadeleden kaçınma davranışdır (Antony, 2000). Farklı spor dallarında kaygı ile performans düzeyi arasındaki ilişki araştırma konusu olarak ele alınmış, bu konuda başarılı çalışmalar yapılmıştır (Radochoński, vd., 2011).

Spor yaralanması sonucunda fiziki ve psikolojik yönden zarar gören sporcuların meydana gelen hasarların iyileşmesi için uygun tedavi süreci uygulamaları sonrasında kısa vadede iyileşip spora dönüş yapmaları gerekmektedir (Kalyon, 1994). Bu çalışmanın amacı, Hatay ili amatör futbol takımlarında oynayan futbolcuların spor yaralanması kaygı düzeyleri üzerindeki etkisini Rex & Metzler (2016) tarafından geliştirilen ve Caz vd. (2019) tarafından Türkçeye uyarlanan “Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği” ölçütlerine göre bazı değişkenler açısından incelenmesidir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli: Bu araştırma, amatör futbolcuların spor yaralanması kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenler bakımında incelenmesi nedeniyle betimsel yöntem ilişkisel tarama modeline dayanmaktadır. Betimleme yöntemi geçmişte yaşamış veya halen devam eden bir durumu olduğu gibi betimlemeyi amaçlamaktadır. Araştırma konusuna bağlı olay ve değerleri gerçeğinden ayırmadan ve değiştirmeden bilmek istenen şeyi gözleyip tespit etmektir (Şenyüzlü, 2013).

Araştırma Grubu: Araştırmaya Hatay ilinde amatör olarak futbol oynayan 364 katılımcı (54 K, 306 E) gönüllü olarak katılmıştır. Tablo 1’de araştırmaya katılan katılımcılara ait demografik bilgiler verilmiştir.

Tablo 1. Amatör Futbolcuların Demografik Bilgilerine İlişkin Verilerin Dağılımı

Değişkenler	Gruplar	N	%	
Yaş	18-19 yaş	46	15,0	
	20-21 yaş	49	16,0	
	22-23 yaş	52	17,0	
	24 yaş ve üzeri	159	52,0	
Cinsiyet	Kadın	54	17,6	
	Erkek	252	82,4	
Öğrenim durumu	İlköğretim	60	19,6	
	Lise	122	39,6	
	Üniversite	124	40,5	
Futbol oynama süresi	1-3 yıl	69	22,5	
	4-6 yıl	75	24,5	
	7 yıl ve üzeri	162	53,0	
Yaralanma geçirme durumu	Evet	261	85,3	
	Hayır	45	14,7	
Yaralanmanın meydana geldiği ortam	Antrenman	141	46,1	
	Müsabaka	120	39,2	
	Yaralanma ortamı oluşmadı	45	14,7	
Yaralanma nedenli ameliyat olma durumu	Evet	46	15,0	
	Hayır	260	85,0	
Yaralanmanın olduğu vücut bölgesi	BBO	Evet	100	32,7
		Hayır	206	67,3
	EDK	Evet	114	37,3
		Hayır	192	62,7
	ADB	Evet	148	48,4
		Hayır	158	51,6
TOPLAM		306	100	

N: Katılımcı sayısı, BBO:Baş-Boyun-Omuz, EDK:El-Dirsek-Kol, ADB: Ayak-Diz-Bacak

Verilerin Elde Edilmesi: Bu çalışmada katılımcıların kişisel verilerini toplamak için araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, sporcuların yaralanma kaygı düzeylerini belirlemek için “Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği” kullanılmıştır. Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği, sporcuların yaralandıktan sonraki kaygı düzeylerini ölçmek için Rex & Metzler (2016), tarafından geliştirilmiş ve Türkçeye uyarlanması ile geçerlilik güvenilirlik çalışması Caz vd. (2019), tarafından yapılmıştır. Ölçekte puanın düşüklüğü kaygı derecesi az yani olumlu bir durum, puanın yüksekliği ise kaygı derecesi fazla yani olumsuz bir durumdur. Beşli Likert(ölçek kurma tekniği) tipinde (1: kesinlikle katılmıyorum, 2: katılmıyorum, 3: kararsızım, 4: katılıyorum, 5: kesinlikle katılıyorum) puanlanan ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Ölçek, 19 maddeden ve 6 alt ölçekten oluşmaktadır. İncelenen alt boyutlar ve maddeleri sırasıyla aşağıda verilmiştir.

- Yeteneğini Kaybetme Kaygısı (YKK), 3 madde (1, 2, 3),
- Zayıf Algılanma Kaygısı (ZAK), 3 madde (4, 5, 6),
- Acı Çekme Kaygısı (AÇK), 3 madde (7, 8, 9),
- Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı (HKUK), 3 madde (10, 11, 12),
- Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı (SDKK), 3 madde (13, 14, 15),
- Yeniden Yaralanma Kaygısı (YYK), 4 madde (16, 17, 18, 19).

Araştırmacılar ile ilgili veriler, yüz yüze ve internet aracılığıyla (Google Form) toplanmıştır. Anket ve ölçek öncesinde tüm katılımcılar, araştırmacı tarafından detaylı olarak bilgilendirilmiş ve her katılımcının doğru cevap verdiği kabul edilmiştir. Toplanan veriler Excel veri tabanında düzenlendikten sonra analiz için SPSS programına aktarılmıştır.

Verilerin Analizi: Verilerin analizinde SPSS 23.0 kullanılmış, verilerin güvenilirliğini bulmak için Cronbach alfa testi uygulanmıştır. Cronbach's alpha kat sayısı olarak 0,80 değeri elde edilmiştir. Elde edilen değerlerin normallik dağılımını belirlemek için Shapiro-Wilk normallik testi uygulanmış ve Çarpıklık-Basıklık, değerleri incelenmiştir. Analizler sonucu verilerin normal dağılım gösterdiği için parametrik testlerin yapılması uygun görülmüştür. Verilerin analizinde T-Testi, ANOVA Varyans, LSD analizi testleri uygulanmıştır.

Araştırmanın Etiği: Bu çalışma gerekçesi, amacı, yaklaşımı ve yöntemi açısından incelenmiş, kapsam ve uygulama açısından etik ilkelere ve insan haklarına uygun olarak değerlendirilmiştir. Bu çalışmanın etik uygunluğu Sinop Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulunun 30.12.2022 tarihinden yapmış olduğu toplantıda 2022/233 karar no ile onaylanmıştır.

BULGULAR

Katılımcıların değişkenleri ve "Spor Yaralanmaları Kaygı Ölçeği" arasında yapılan analiz sonuçlarına göre; yaş, cinsiyet ve futbol oynama süreleri değişkenlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Öğrenim durumu ve yaralanmanın gerçekleştiği ortam ve yaralanmanın gerçekleştiği ortam değişkenleri ile "Spor Yaralanmaları Kaygı Ölçeği" arasındaki ilişki One-Way ANOVA testi ile incelenmiştir (Tablo 2). Yapılan analiz sonucuna göre öğrenim durumu ile ölçek arasında, YKK, ZAK, AÇK, HKUK ve SDKK alt boyutları ve SYKÖ (spor yaralanmaları kaygı ölçeği) toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 2. Amatör Futbolcuların Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği Alt Boyut Puanlarının Değişkenlere Göre ANOVA Testi Analiz Sonuçları

Ölçek alt boyutları	Değişkenler	N	\bar{X}	SS	ANOVA		
					F	P	
YYK	Öğrenim Durumu						
	İlköğretim ¹	60	3,21	1,00	3,66	,02*	2>1
	Lise ²	122	3,56	,84			3>1
Üniversite ³	124	3,56	,88				
YYK	Yaralanmanın gerçekleştiği ortam						
	Antrenman ¹	141	3,54	,79	3,39	,03*	1>3
	Müsabaka ²	120	3,55	,95			2>3
Yaralanmadı ³	45	3,17	1,02				

YYK:Yeniden yaralanma kaygısı, N:Katılımcı sayısı, \bar{x} :Ortalama, SS:Standart sapma

Tablo 3. Amatör Futbolcuların Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği Alt Boyut Puanlarının Değişkenlere Göre T-Test Analiz Sonuçları.

Alt boyutlar	Değişkenler	N	\bar{X}	SS	T-Test	
					T	P
ZAK	Yaralanmanın temas sonucu olma durumu					
	Evet	64	2,11	,98	2,12	,03*
Hayır	242	1,85	,82			
YYK	Evet	64	3,74	,78	2,55	,01*
	Hayır	242	3,42	,91		
YKK	Yaralanma sonrası ameliyat olma durumu					
	Evet	46	3,52	1,14	2,51	,01*
Hayır	260	3,06	1,13			
YYK	Evet	46	3,74	,82	2,06	,04*
	Hayır	260	3,44	,90		
SYKÖ	Evet	46	3,09	,44	2,70	,00*
	Hayır	260	2,89	,45		
YYK	Yaralanma bölgesi					
	ADB Evet	148	3,65	,85	3,13	,00*
Hayır	158	3,33	,91			

ZAK: Zayıf algılanma kaygısı, YYK:Yeniden yaralanma kaygısı, YKK:Yeteneğini kaybetme kaygısı, SYKÖ:Spor yaralanması kaygı ölçeği, N:Katılımcı sayısı, \bar{X} :Ortalama, SS:Standart sapma, ADB: Ayak-Diz-Bacak

Katılımcıların temasa bağlı olarak yaralanma, yaralanma sonrasında ameliyat olma ve yaralanmanın gerçekleştiği vücut bölgesi değişkenleri ile “Spor Yaralanmaları Kaygı Ölçeği” arasındaki ilişki, T-Test aracılığıyla incelenmiştir (Tablo 3). İnceleme sonucunda, temasa bağlı olarak yaralanma değişkeni ve ölçek arasında, YKK, AÇK, HKUK, SDKK alt boyutları ve SYKÖ (spor yaralanmaları kaygı ölçeği) toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Yaralanma sonrası ameliyat olma durumu ve ölçek arasındaki inceleme sonucunda, ZAK, AÇK, HKUK, SDKK alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Yaralanmanın gerçekleştiği vücut bölgesi ve ölçek arasındaki ilişkide ise sadece Ayak-Diz-Bacak bölgesinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Baş-Boyun-omuz, El-Dirsek-Kol bölgelerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı, bu sonuca ek olarak da Ayak-Diz-Bacak bölgesi ve ölçek arasında, YKK, ZAK, AÇK, HKUK, SDKK alt boyutları ve SYKÖ (spor yaralanmaları kaygı ölçeği) toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

TARTIŞMA

Sporcuların egzersiz ve aktivite yapmaları nedeniyle meydana gelen sakatlık sonucunda kaygı düzeyleri aktivitenin türü ve amacına bağlıdır. Yani yarışma ve müsabaka amaçlı yapılan spor ile beden sağlığı amaçlı yapılan spor karşılaştığında sporcuların yaşadıkları kaygı düzeyleri farklı olmaktadır. Profesyonel bir sporcu yaralanma sonucunda sahada uzak kalması, performansını kaybetme korkusu, kariyer hedefine ulaşamama, meslek ve maddi kayıplar gibi etkenler stres ve kaygıyı yaşamaktadır (Ergun, 2006). Araştırmanın amacı, amatör ligde oynayan futbolcuların spor yaralanması kaygı düzeylerini çeşitli değişkenlere göre incelemektir. Bu amaç doğrultusunda, Hatay ilinde aktif spor yapan amatör futbolcuların çeşitli değişkenlere göre spor yaralanması kaygı düzeyleri incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda amatör futbolcuların yaralanma kaygı düzeylerinin öğrenim durumu, daha önce yaralanma durumu, yaralanmanın meydana geldiği ortam, rakip oyuncunun temasına bağlı yaralanma durumu, yaralanma sonucu ameliyat durumu ve yaralanmanın en fazla olduğu bölge değişkenleriyle arasında istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar elde edilmiştir. Yaş, cinsiyet ve futbol oynama süresi ile spor yaralanması kaygı ölçeğinin hiçbir alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Yapılan literatür incelemesine göre, yaş faktörünün spor sakatlıkları üzerindeki etkisinin araştırıldığı çalışmalarda farklı sonuçlar olduğu görülmektedir. Karabulut & Mavi Var (2019) 135 tekvandocu üzerinde yaptığı çalışmada sporcuların yaş faktörü bakımında kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığını belirtirken, McGregor & Rae (1995) sporcular üzerinde yaptıkları çalışmada, 26 yaş üstü sporcuların yaralanmaya daha yakın olduklarını tespit etmişlerdir. Literatürde yaş ilerledikçe kaygı düzeylerinin arttığını belirten birçok çalışma olduğu da görülmektedir (Budak vd., 2020; Bağrıaçık & Açıkan, 2005). Bu çalışmaların aksine Dvorak vd. (2000) genç sporcuların daha ileri seviyedeki sporculara oranla daha yüksek kaygı düzeyleri olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Loud & Micheli (2001) ile Ülkar vd. (2002) sporcular üzerinde yaptıkları çalışmada cinsiyet değişkeni ve kaygı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını belirten, bu sonuçların aksine Tanyeri (2019) erkek sporcuların daha fazla kaygı düzeyine sahip olduğunu tespit etmiştir. Atasoy, Karabulut & Var (2018) farklı spor dallarında oynayan sporcular üzerinde yaptıkları çalışmada spor yaşının spor yaralanması kaygı düzeyleri üzerine etkisinin olmadığını sonucuna varmışlardır. Elde edilen sonuçlardan farklı olarak Budak vd. (2020) yaptıkları çalışmada 9 yıl ve üzeri spor yapan erkek futbolcuların yeniden yaralanma kaygılarının, 3-6 yıl spor yapan futbolculara göre kaygı düzeyleri yüksek olduğu sonucuna varmışlardır. Araştırmaya katılan futbolcuların öğrenim durumları değişkeninde elde edilen verilere benzer bir şekilde, Kayhan vd. (2019) yaptığı çalışmada, lisans mezunu kadın sporcuların lise ve ön lisans mezunu kadın sporculara göre yaralanma kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğunu tespit etmiştir.

Araştırmada, spor yaralanması yaşamış futbolcuların, yaralanma yaşamayanlara göre yeniden yaralanma kaygısının yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu konuda çalışmamızı destekleyen çok sayıda çalışma ve görüş mevcuttur (Ercan vd., 2021; Tanyeri, 2019; Aksoy, 2019; Konter, 1996; Petitpas & Danish 1995). Tedavi dönemi iyi yönetilmemesi durumunda sporcularda yeteneğini kaybetme düşüncesi doğabilir. Sporcu iyileşmesi halinde yeniden yaralanma kaygısı yaşayabilir. Yaralanma sonucu yüksek seviyede kaygı yaşayan sporcuların sık ve ağır yaralanma geçirme riskleri taşımaları normaldir (Cassidy, 2006). Ivarsson & Johnson (2010)'a göre yaralanan sporcuların yaralanma sonrası dönemlerde yüksek seviyede kaygı yaşayan sporcuların diğer sporculardan daha çok yaralanmaya maruz kaldıkları görülmüştür.

Araştırmada yaralanmanın meydana geldiği ortam değişkeni incelendiğinde elde edilen sonuçlar doğrultusunda yapılan literatür taramasında araştırma ile benzer sonuçlara ulaşılmış pek çok çalışma olduğu görülmektedir (Griffin vd., 2021; Koç, 2019; Mankad vd., 2009). Yaralanmanın temasa bağlı olma durum değişkeni incelendiğinde de literatürde çalışmamızı destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Koz & Ersöz (2004) yapmış oldukları çalışmada spor yaralanmalarının en çok müsabakalarda rakip oyuncunun uygunsuz teması sonucu meydana geldiğini, Bavlı & Kozanoğlu (2008) müsabaka ve antrenmanlarda rakip oyuncuların uygun olmayan hareketler ve kontrolsüz teması spor yaralanmasına neden olduğunu ve Atay vd. (2017) spor yaralanması nedeninin rakiplerin uyguladıkları aşırı güç kullanımı, sert hareketler ve fiziksel zorlanma olduğunu tespit edilmiştir.

Arderm vd. (2012) yaptıkları çalışmada, yürütülen araştırma ile benzer sonuçlara ulaşılmış ve spor yaralanması sonucu ön çapraz ameliyat geçirmiş 209 sporcudan ameliyat sonrası dönemde sporcuların yeniden yaralanma kaygısı yaşadıklarını belirtmiştir. Tanyeri (2019) ile Kayhan vd. (2019) ise yapmış oldukları çalışmada sporcuların ameliyat geçirme durumu açısından spor yaralanması kaygısı arasında herhangi bir farklılık olmadığını tespit etmiştir. Junge & Dvorak (2013) yaptıkları çalışmada futbolcularda yaralanmaların %70'inin alt %30'unun ise üst ekstremitelerde meydana geldiğini tespit etmişlerdir. Benzer bir çalışmada Marwan vd. (2012) takım sporlarından futbol, voleybol, hentbol ve basketbol branşları üzerinde yaptıkları çalışmada

sakatlamaların en fazla alt ekstremitede bölgesinde özellikle ayak bileği olduğunu ve en az olan bölge ise baş, boyun ve yüz çevresinde olduğunu tespit etmişler. Bu tespitler çalışmamızı destekler niteliktedir.

Sonuç: Lise ve lisans eğitimi alan, yaralanma yaşamış, antrenman ve müsabakada yaralanan, rakip oyuncu teması sonucu yaralanan, ameliyat olan, yaralanmayı alt ekstremitde bölgesinde sık yaşayan futbolcuların yüksek seviyede kaygı yaşadıkları görülmüştür. Sporcuların kısa sürede iyileşip spora dönüş yapabilmeleri ve yaralanma riskini en aza indirmeleri için antrenman ve müsabakalara iyi hazırlık yapılması, önceki yaralanmalara önem verilmesi, tekrar yaralanma riskinin azaltılması ve düzenli sağlık kontrollerinin yapılması önerilebilir.

Finansal Destek: Bu çalışmanın hazırlanması ve yazımı sırasında kurum ve/veya kuruluşlardan herhangi bir finansal destek alınmamıştır.

Çıkar Çatışması: Bu makalenin yayımlanmasıyla ilgili olarak yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Yazar Notu: Bu çalışma Sinop Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalında “Amatör Futbolcuların Yaralanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi” isimli yüksek lisans tezinden türetilmiştir.

Kaynaklar

- Aksoy, D. (2019). Spor Yaralanmalarında Tedavi Sonrası Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi, *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(2), 89-96.
- Antony, M. M. & Swinson, R. P. (2000). *The Shyness and Social Anxiety Workbook*. Oakland, New Harbinger.
- Ardern, C. L., Taylor, N. F., Feller, J. A. & Webster, K. E. (2012). Fear of Re-Injury in People Who Have Returned to Sport Following Anterior Cruciate Ligament Reconstruction Surgery, *Journal of Science and Medicine in Sport*, 15(6), 488-495. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2012.03.015>
- Arnason, A., Sigurdsson, S. B., Gudmundsson, A., Holme, I., Engebretsen, L. & Bahr, R. (2004). Risk Factors for Injuries in Football, *The American Journal of Sports Medicine*, 32(1 Suppl), 5S-16S. <https://doi.org/10.1177/0363546503258912>
- 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. <https://doi.org/10.15314/tsed.466880>
- Atay, E., Tanır, H. & Çetinkaya, E. (2017). Güreşçilerde Sakatlık Bölgelerinin Araştırılması, *Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 1(1), 1-4.
- Bağrıaçık, A. & Açak, M. (2005). *Spor Yaralanmaları ve Rehabilitasyon*, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul
- Bavlı, Ö. & Kozanoğlu, E. (2008). Adolesan Basketbolcularda Mevkilere Göre Yaralanma Türleri ve Nedenleri, *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi*, 22(2), 77-80.
- Bayraktar, A., Demirhan, B. & Zorba, E. (2019). The Effect of Calisthenics Exercises of Performed on Stable and Unstable Ground on Body Fat Percentage and Performance in Swimmers, *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(3), 2979-2992. <https://doi.org/10.33206/mjss.541847>
- Bayraktar, A., Boz, H. K., & Işıldar, Ö. (2020). The investigation of the effect of static and dynamic core training on performance on football players. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 22(1), 87-95. <https://doi.org/10.15314/tsed.689994>
- Budak, H., Sanioğlu, A., Keretli, Ö., Durak, A. & Barış, Ö. Z. (2020). Spor Yaralanmasının Kaygı Üzerindeki Etkileri, *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 38-47.
- Cassidy, C.M. (2006). *Development of a measure of sport injury anxiety: The sport injury appraisal scale* (Unpublished doctoral dissertation). University of Tennessee, Knoxville.
- Caz, Ç., Kayhan, R.F. & Bardakçı, S. (2019). Spor Yaralanması Kaygı Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, *Spor Hekimliği Dergisi*, 54/1, 52-63. <https://doi.org/10.5152/tjssm.2019.116>
- 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. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.08.001>
- Demirhan, B., Cengiz, A., Turkmen, M., Tekbaş, B., & Cebi, M. (2014). Evaluating maximum oxygenuptake of male soccer players with bruce protocol. *Sci. Move Health*, 14, 223-229.
- Demirhan, B., Abdurrahmanova, C., Türkmen, M., & Canuzakov, K. (2019). Determination of Some Physical Properties Of U-23 Soccer Players. *Ovidius University Annals, Series Physical Education and Sport/Science, Movement and Health*, 19(2), 136-141.
- Dvorak J., Junge A., Chomiak J., Graf-Baumann T., Peterson L., Rösch D. & Hodgson R. (2000). Risk Factor Analysis for Injuries in Football Players, Possibilities for a Prevention Program, *Am J Sports Med*, 28(Suppl 5), 69-74. https://doi.org/10.1177/28.suppl_5.s-69
- Ercan, S., Başkurt, Z., Başkurt, F., Büyükdemir, M., Kolcu, G. & Çetin, C. (2021). Elit Futbolcularda Alt Ekstremitde Yaralanması Sonrası Hareket Korkusu ve Egzersiz Öz Yeterliliği, *Journal of Exercise Therapy and Rehabilitation*, 8(2), 160-167. <https://doi.org/10.15437/jetr.750345>
- Ergun, N. (2006). *Spor Yaralanmalarında Egzersiz Tedavisi*, Hipokrat Kitap Evi, Ankara.
- FIFA. The Big Count. 2010. <http://www.fifa.com/worldfootball/bigcount/index.html> Erişim tarihi:08.2010.
- Griffin, L. J., Moll, T., Williams, T. & Evans, L. (2021). Rehabilitation From Sport Injury: A Social Support Perspective, *Essentials of Exercise and Sport Psychology: An Open Access Textbook*, 734-758. <https://doi.org/10.51224/B1031>
- Hsu, C. J., Meierbachtol, A., George, S. Z. & Chmielewski, T. L. (2017). Fear of Reinjury in Athletes: Implications For Rehabilitation, *Sports Health*, 9(2), 162-167. <https://doi.org/10.1177/1941738116666813>

- Ivarsson, A. & Johnson, U. (2010). Psychological Factors as Predictors of Injuries Among Senior Soccer Players. A Prospective Study, *Journal of Sports Science & Medicine*, 9(2), 347–352.
- Johnson, U. (2006). Sport Injury, Psychology and Intervention: An Overview of Empirical Findings, *Int J Sport Exercise Psychol*, 57, 1-10.
- Junge, A. & Dvorak, J. (2013). Injury Surveillance in The World Football Tournaments 1998–2012, *Br J Sports Med*, 47(12), 782-788. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2013-092205>
- Kalyon T. A. (1994). *Spor Hekimliği Sporcu Sağlığı ve Spor Sakatlıkları*, Gata Basımevi, Ankara
- Kanbir, O. (2017). *Sporda Sağlık Bilinci ve İlk Yardım*, 3. Baskı, Ekin Kitabevi, Bursa.
- Karabulut, E. O. & Mavi Var, S. (2019). Taekwondocuların Durumluk ve Sürekli Kaygılarının Müsabaka Performansı ve Yaralanma Durumu ile İlişkisi, *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 47-54.
- Kayhan, R. F., Yapıcı, A. & Üstün, Ü. D. (2019). Kadın Sporcuların Yaralanma Kaygılarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi, *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(3), 276-287. <http://doi.org/10.33468/sbsebd.109>
- Koç Güngör F. (2019). Taekwondo Branşında Görülen Sakatlıkların ve Sakatlık Bölgelerinin Belirlenmesi (Yüksek lisans tezi). Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale.
- Konter, E. (1996). Profesyonel Futbolcuların Durumluk Kaygı Puanları ile Maçı Deplasmanda veya İçerde Oynamalarının Antrenörleri ve Teknik Direktörleri ile İlişkilerinde Anlamlı Farklılık Yaratıp Yaratmadığının İncelenmesi, *Futbol Bilim ve Teknoloji Dergisi*, 3(3), 18-23.
- Koz, M. & Ersöz, G. (2004). Futbol Oyuncularında Spor Yaralanmalarına Etki Eden Faktörler ve Esnekliğin Önemi, *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(3), 13-26.
- Loud, K. J. & Micheli, L. J. (2001). Common Athletic Injuries in Adolescent Girls, *Current Opinion in Pediatrics*, 13(4), 317-322.
- Mankad, A., Gordon, S. & Wallman, K. (2009). Perceptions of Emotional Climate Among Injured Athletes, *Journal of Clinical Sport Psychology*, 3, 1-14. <https://doi.org/10.1123/jcsp.3.1.1>
- Marwan, Y., Behbehani, A., Al-Mousawi, A., Mulla-Juma'a, A., Sadeq, H. & Shah, N. (2012). Sports Injuries Among Professional Male Athletes in Kuwait: Prevalence and Associated Factors, *Medical Principles and Practice*, 21(2), 171–177. <https://doi.org/10.1159/000332442>
- McGregor, J. C. & Rae, A. (1995). A Review of Injuries to Professional Footballers in A Premier Football Team (1990–93), *Scottish Medical Journal*, 40(1), 16-18. <https://doi.org/10.1177/003693309504000107>
- Ortin Montero, F. J., Garcés de los Fayos Ruiz, E. J., & Olmedilla Zafra, A. (2010). Influence of Psychological Factors on Sports Injuries, *Papeles del Psicólogo*, 31(3), 281-288.
- Petitpas, A. L. & Danish, S. J. (1995). Caring for Injured Athletes, *Sport Psychology Interventions*, 2, 55-281.
- Radochoński, M., Cynarski, W., Perenc, L. & Siorek-Maślanka, L. (2011). Competitive Anxiety and Coping Strategies in Young Martial Arts and Track and Field Athletes, *Journal of Human Kinetics*, 27(1), 180-189.
- Rex, C.C. & Metzler, J.N. (2016). Development of The Sport Injury Anxiety Scale, *Meas Phys Educ Exerc Sci*, 20(3), 146-158. <https://doi.org/10.1080/1091367X.2016.1188818>
- Roi G.S. & Della Villa S. (2011). Proceedings of The International Conference on Sports Rehabilitation and Traumatology “Health for the Football Player”- Bologna- IT.
- Sarı, O., Cin, H. & Damian, C. (2023). The Examination of Sports Injury and Career Anxiety Levels of Football Players, *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 25(2), 158-165. <https://doi.org/10.15314/tsed.1268795>
- Şekir, U. & Gür, H. (2007). *Futbol Yaralanmaları ve Korunma*, Tam Saha, 34:58.
- Şenyüzlü, E. (2013). *Üniversite öğrencilerinde spora katılımın saldırgan davranışlar üzerine etkilerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya
- Tanyeri, L. (2019). Farklı Branş Sporcularında Yaralanma Kaygısının İncelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 13(19), 577-591. <https://doi.org/10.26466/opus.588668>
- Topkaya, G. & Tekin TA. (2011). *Futbolda Genel Kuramsal Bir Çerçeve ve 12-14 Yaş Teknik Beceri 14-16 Yaş Temel Taktik Öğretim Uygulamaları*, 2. Baskı. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Ülkar, B., Güner, R. & Ergen E. (2002) Fiziksel olarak aktif çocuk ve ergenlerde yaralanma Özellikleri. 7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya.



Except where otherwise noted, this paper is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).