

Aktif Sporcuların Spor Yaralanması Kaygı Durumunun Spor Yaralanmalarından Korunma Farkındalığına Etkisi

Faik ÖZ¹, Soner ÇANKAYA², Halil İbrahim BOZDAĞ³

Öz

Bu araştırmada, spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören sporcu öğrencilerin spor yaralanmalarına ilişkin kaygı düzeyleri ile yaralanmalardan korunma farkındalıkları arasındaki ilişki, çeşitli demografik değişkenler açısından incelenmiştir. Araştırmada kişisel bilgi formu ile birlikte Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği ve Spor Yaralanmalarından Korunma Farkındalığı Ölçeği kullanılmıştır. Bulgular, cinsiyet ve spor türüne göre kaygı ve farkındalık düzeylerinde anlamlı bir farklılık olmadığını göstermiştir. Buna karşın, 18-23 yaş grubundaki öğrencilerin bazı kaygı alt boyutlarında daha yüksek puanlar aldığı belirlenmiştir. Orta gelir düzeyindeki katılımcıların, düşük gelir grubuna kıyasla yaralanmalardan korunma farkındalıkları ve kişisel sağlık yönetimi becerileri daha yüksektir. Ayrıca beden eğitimi ve antrenörlük eğitimi bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin zayıf algılanma kaygısı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bulgular doğrultusunda, genç sporcuların yaralanma kaygılarını azaltmaya ve korunma farkındalıklarını artırmaya yönelik eğitim ve destek programlarının geliştirilmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Yaralanma, spor bilinci, spor sağlığı

The Effect of Sports Injury Anxiety on Injury Prevention Awareness in Active Athletes

Abstract

This study examined the relationship between sports injury anxiety and injury prevention awareness among athlete students studying at a faculty of sport sciences, considering various demographic variables. Data were collected using a personal information form, the Sports Injury Anxiety Scale, and the Sports Injury Prevention Awareness Scale. The findings indicated no significant differences in anxiety and awareness levels according to gender or type of sport. However, students aged 18-23 demonstrated higher levels of anxiety in certain subdimensions compared to participants aged 24 and above. Participants with a moderate income level showed higher injury prevention awareness and personal health management skills than those with a low income level. Additionally, students enrolled in physical education and coaching education programs reported higher perceived weakness anxiety scores compared to those studying sport management and recreation. Based on the findings, it is recommended that educational and support programs be developed to reduce injury-related anxiety and enhance injury prevention awareness, particularly among younger athlete students.

Keywords: Injury, sports awareness, sports health

^{1*} Avrasya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, faik.oz@avrasya.edu.tr, ORCID: 0009-0008-8883-2130.

² Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, scanakaya@omu.edu.tr, ORCID: 0000-0001-8056-1892.

³ Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, bozdagibrahim750@gmail.com, ORCID: 0009-0007-3382-3889.

Giriş

Spor yaralanmaları, aktif sporcuların kariyerlerinde karşılaştıkları en önemli risklerden biri olarak öne çıkmakta ve bireyin hem fiziksel sağlığını hem de psikolojik bütünlüğünü etkileyebilmektedir (Aydoğan vd., 2022). Sporcularda yaşanan yaralanmaların fiziksel sonuçları ve kaygı düzeylerinde artış, performans kaybı korkusu ve sosyal destek kaybı gibi psikososyal etkileri de beraberinde getirdiği literatürde sıklıkla vurgulanmaktadır (Budak vd., 2020). Spor yaralanmalarına ilişkin kaygı düzeyi, bireyin olası bir yaralanmanın fiziksel, duygusal veya sosyal sonuçlarına yönelik duyduğu endişeyi ifade ederken; farkındalık düzeyi, yaralanmaları önlemeye yönelik bilgi ve tutumların bütüncül bir göstergesi olarak değerlendirilmektedir (Ergün vd., 2024). Spora katılım sürecinde öğrencilerin yaralanmalara karşı bilinçli olmaları, sadece fiziksel koruma sağlamamakta, aynı zamanda psikolojik dirençlerini de güçlendirmektedir (Ökmen ve Sarıkaya, 2023). Araştırmalar, spor yaralanmalarına ilişkin kaygı düzeylerinin demografik değişkenlere göre farklılık gösterebileceğini ortaya koymuştur ve üniversite adayları üzerinde yapılan bir çalışmada, cinsiyet ve spor branşı gibi faktörlerin spor yaralanması kaygı düzeylerinde belirleyici olabileceği ifade edilmiştir (Arıkan ve Çimen, 2020). Benzer şekilde, amatör futbolcular üzerinde yürütülen bir araştırmada, öz yeterlik inançları ile spor yaralanması kaygıları arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve özellikle öz yeterlik düzeyi düşük bireylerin spor yaralanmalarına karşı daha yüksek düzeyde kaygı geliştirme eğiliminde oldukları belirtilmiştir (Mutlu ve Yıldızhan, 2023). Öte yandan, bazı çalışmalar sporcuların engelli ya da engelsiz oluşuna göre de yaralanmaya ilişkin kaygı düzeylerinde farklılık olabileceğini göstermektedir. Çavdar ve Şahin (2023), bedensel engelli sporcuların yaralanma kaygı düzeylerinin incelendiği araştırmalarında, engelli sporcuların yaralanmaya karşı daha yüksek bir psikolojik hassasiyet geliştirdiğini ifade etmişlerdir (Çavdar ve Şahin, 2023).

Tüm bu bulgular, spor bilimleri fakültelerinde öğrenim gören öğrencilerin spor yaralanmalarına ilişkin kaygı ve farkındalık düzeylerini anlamının, koruyucu eğitim stratejileri geliştirme ve psikolojik destek programlarını şekillendirme açısından önemli olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda, spor yaralanmalarına ilişkin kaygı ve farkındalık düzeylerinin demografik özellikler temelinde değerlendirilmesi, spora katılımın güvenliğini ve sürdürülebilirliğini artırmaya yönelik önemli veriler sunmaktadır. Bu çalışmanın amacı, spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören sporcu öğrencilerin spor yaralanmalarına ilişkin kaygı ve farkındalık düzeylerini bazı sosyodemografik özellikler açısından incelemek ve bunlar arasındaki ilişkiyi ortaya koyarak literatüre katkı sunmaktır.

1. Yöntem

Araştırma için Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu 26.04.2024 tarih ve 2024-417 sayılı kararı ile etik kurul onayı alınmıştır.

1.1. Araştırma Modeli

Araştırmada, genellikle bir konu veya popülasyon hakkında mevcut durumu anlamak için kullanılan tarama araştırma modellerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli; iki veya daha fazla değişken arasındaki var olan ya da olduğu düşünülen ilişki

derecelerini incelemek amacı ile kullanılmaktadır (Karasar, 2005).

1.2. Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini, üniversitelerin spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrenciler, örneklemini ise, 2024/2025 Eğitim-Öğretim yılı içerisinde Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören aktif sporcu öğrenciler içerisinde tesadüfi örnekleme yöntemi ile belirlenmiş 240 birey oluşturmaktadır.

1.3. Veri Toplama Araçları

Veri toplama aracı olarak, araştırmacılar tarafından geliştirilmiş kişisel bilgi formu, Rex ve Metzler (2016) tarafından geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan ve Caz ve ark. (2019) tarafından Türk kültürüne uyarlanan Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği ile Ercan ve Önal (2021) tarafından geliştirilmiş olan Spor Yaralanmalarından Korunma Farkındalığı Ölçeği kullanılmıştır (Rex ve Metzler, 2016; Caz ve ark., 2019; Ercan ve Önal, 2021). Kişisel bilgi formunda, araştırmaya katılan aktif spor yapan spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin yaşı, cinsiyet, okuduğu bölümü, spor türü ve gelir durumu gibi sorular sorulmuştur. Sporcuların spor yaralanma kaygı durumlarını incelemek için geliştirilen Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği 19 madde ve 4 alt boyuttan (Yeteneğini Kaybetme Kaygısı, Zayıf Algılanma Kaygısı, Acı Çekme Kaygısı, Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı) oluşmaktadır. Sporcuların spor yaralanmalarından koruma farkındalık düzeyini ölçmek için geliştirilen Spor Yaralanmalarından Korunma Farkındalığı Ölçeği ise 18 madde 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Alt boyutlar: kişisel sağlık durumu alt boyutu' 1-4. maddeler, 'çevresel faktörler ve ekipman alt boyutu' 5-9. maddeler, 'egzersiz seansı alt boyutu' 10-14. maddeler ve 'egzersiz programı alt boyutu' ise 15-18. maddeler ile irdelenmektedir. Her iki ölçekte ters kodlanan madde bulunmazken, yer alan her bir madde için yanıtlamada "1: Kesinlikle Katılmıyorum" ve "5: Tamamen Katılıyorum" şeklinde 5'li likert tipi derecelendirme kullanılmakta olup, yükselen puanlar ilgili boyuta ilişkin yüksek düzeyleri göstermektedir.

1.4. Verilerin Toplanması

Araştırma grubunu oluşturan sporcu üniversite öğrencilerine anket soruları uygulanmadan önce araştırma amacı açıklanarak dikkat edilecek unsunlar hakkında gerekli bilgilendirmeler yapılmıştır. Araştırma anketleri 02.05.2024- 25.05.2024 tarihleri arasında Google formlar üzerinden gönüllü katılım esas alınarak uygulanmıştır.

1.5. Verilerin Analizi

Araştırmaya katılan kişilerin ölçek maddelerine vermiş oldukları cevapların iç tutarlılığını kontrol etmek amacı ile güvenirlik katsayıları (Cronbach Alpha) hesaplanmıştır (Tablo 1).

Tablo 1. Katılımcıların Ölçek Maddelerine Verdikleri Cevaplara Ait İç Tutarlılık Katsayıları

Ölçek	İç Tutarlılık Katsayısı	Değerlendirme
Yaralanma Farkındalığı Ölçeği	0.940	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Kişisel Sağlık	0.794	Orta Düzeyde Güvenilir
Ekipman	0.889	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Egzersiz Seansı	0.804	Orta Düzeyde Güvenilir
Egzersiz Programı	0.884	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Yaralanma Kaygı Ölçeği	0.946	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	0.851	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Zayıf Algılanma Kaygısı	0.906	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Acı Çekme Kaygısı	0.893	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	0.954	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	0.930	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Yeniden Yaralanma Kaygısı	0.872	Yüksek Düzeyde Güvenilir

Araştırmada yaralanma farkındalığı ve yaralanma kaygı ölçek toplam maddelerine ve alt boyut maddelerine verilen cevapların iç tutarlılığı yüksek düzeyde güvenilir bulunmuştur.

Verilerin istatistiksel değerlendirilmesinde ilk olarak normallik varsayımı Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testi ile incelenmiştir ($p>0,05$). Çalışmada, ölçek toplam puanlarının cinsiyet, spor türü durumuna göre farklılık gösterip göstermediği Student t testi, gelir düzeyi, bölüm, yaş ise Tek Yönlü Varyans Analizi ve gruplar arası farklılıklar Tukey çoklu karşılaştırma testi ile belirlenmiştir. Aktif sporcuların spor yaralanması kaygı durumu ile spor yaralanmalarından korunma farkındalığı toplam ve alt boyut toplam puanları arası ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile belirlenmiştir. Ayrıca, spor bilimlerinde öğrenim gören aktif sporcuların spor yaralanması kaygı durumunun spor yaralanmalarından korunma farkındalığına etkisini stepwise (adımsal) regresyon analizi ile belirlenmiştir. Tüm istatistiksel hesaplamalarda SPSS 22.0 V. istatistik paket programı kullanılmıştır. Araştırma bulguları, frekans (%), ortalama, standart sapma değerleri olarak verilmiş olup, bulgular $p<0,05$ düzeyinde anlamlı kabul edilmiştir.

2. Bulgular

Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesinde eğitim-öğretim gören ve araştırmaya gönüllü olarak katılan sporcu üniversite öğrencilerinin demografik özelliklerine göre dağılımları Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Cinsiyet	n	%	Spor Türü	n	%
Kadın	113	47.1	Bireysel	107	44.6
Erkek	127	52.9	Takım	133	55.4
Toplam	240	100.0	Toplam	240	100.0
Yaş (yıl)	n	%	Gelir Düzeyi	n	%
18-20	94	39.2	Düşük (Gelir<Gider)	44	18.3
21-24	68	28.3	Orta (Gelir=Gider)	166	69.2
24 ve üstü	78	32.5	Yüksek (Gelir>Gider)	30	12.5

Tablo 2. (Devamı)

Toplam	240	100.0	Toplam	240	100.0
Bölüm	n	%			
Spor Yöneticiliği	122	50.8			
Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	51	21.3			
Antrenörlük Eğitimi	48	20.0			
Rekreasyon	19	7.9			
Toplam	240	100.0			

Araştırmaya gönüllü olarak katılan bireylerin %52,9'u erkek, %55,4'ü takım sporu yapan, %39,2'si 18-20 yaş aralığında, %69,2'si orta gelir düzeyine sahip, %50,8'i spor yöneticiliği bölümü sporcularından oluşmaktadır.

Tablo 3. Cinsiyet Durumuna Göre Katılımcıların Spor Yaralanmalarına İlişkin Kaygı ve Yaralanmalardan Korunma Farkındalık Düzeyleri Arasındaki İlişki

Ölçek ve Alt Boyutlar	Cinsiyet	n	Ortalama	SS	p-değeri
Yaralanma Farkındalığı Ölçek	Kadın	113	75.99	10.1	0.865
	Erkek	126	76.20	8.84	
Kişisel Sağlık Durumu	Kadın	113	17.26	2.15	0.483
	Erkek	127	17.06	2.27	
Çevresel Faktör ve Ekipman	Kadın	113	20.98	3.40	0.368
	Erkek	126	21.34	2.75	
Egzersiz Seansı	Kadın	113	20.73	3.26	0.877
	Erkek	127	20.80	2.82	
Egzersiz Programı	Kadın	113	17.02	2.54	0.884
	Erkek	127	17.06	2.28	
Yaralanma Kaygısı Ölçek	Kadın	113	48.00	14.8	0.773
	Erkek	127	48.58	16.3	
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	Kadın	113	7.45	2.78	0.829
	Erkek	127	7.37	3.00	
Zayıf Algılanma Kaygısı	Kadın	113	6.08	3.11	0.117
	Erkek	127	6.72	3.21	
Acı Çekme Kaygısı	Kadın	113	9.13	3.09	0.239
	Erkek	127	8.65	3.27	
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	Kadın	113	7.27	3.13	0.397
	Erkek	127	7.62	3.35	
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	Kadın	113	6.35	2.81	0.070
	Erkek	127	7.05	3.13	
Yeniden Yaralanma Kaygısı	Kadın	113	11.73	4.01	0.314
	Erkek	127	11.17	4.42	

Araştırmada cinsiyet durumuna göre sporcu öğrencilerin yaralanma farkındalık ölçek toplam ve alt boyut toplamaları ile yaralanma kaygısı ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$; Tablo 3).

Tablo 4. Yaş Göre Spor Yaralanmalarına İlişkin Kaygı ve Yaralanmalardan Korunma Farkındalık Düzeyleri Arasındaki İlişki

Ölçek ve Alt Boyutlar	Yaş	n	Ortalama	SS	p-değeri
Yaralanma Farkındalığı Ölçek	18-20	93	75.66	8.97	0.152
	21-23	68	74.84	10.96	
	24 ve üstü	78	77.73	8.31	
Kişisel Sağlık Durumu	18-20	94	17.00	2.27	0.539
	21-23	68	17.10	2.10	
	24 ve üstü	78	17.37	2.26	
Çevresel Faktör ve Ekipman	18-20	93	21.12	2.91	0.766
	21-23	68	21.01	3.54	
	24 ve üstü	78	21.37	2.85	

Tablo 4. (Devamı)

Egzersiz Seansı	18-20	94	20.49b	2.83	0.023
	21-23	68	20.28b	3.56	
	24 ve üstü	78	21.53a	2.62	
Egzersiz Programı	18-20	94	17.13ab	2.11	0.033
	21-23	68	16.44b	2.89	
	24 ve üstü	78	17.46a	2.18	
Yaralanma Kaygısı Ölçek	18-20	94	50.10	15.85	0.087
	21-23	68	49.49	16.99	
	24 ve üstü	78	45.13	13.55	
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	18-20	94	7.64	2.99	0.293
	21-23	68	7.57	2.86	
	24 ve üstü	78	6.99	2.79	
Zayıf Algılanma Kaygısı	18-20	94	6.83a	3.44	0.003
	21-23	68	6.99a	3.28	
	24 ve üstü	78	5.44b	2.49	
Acı Çekme Kaygısı	18-20	94	9.22	2.96	0.395
	21-23	68	8.69	3.40	
	24 ve üstü	78	8.62	3.27	
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	18-20	94	7.91a	3.41	0.031
	21-23	68	7.72ab	3.27	
	24 ve üstü	78	6.67b	2.90	
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	18-20	94	7.07a	3.14	0.017
	21-23	68	7.13a	2.96	
	24 ve üstü	78	5.92b	2.72	
Yeniden Yaralanma Kaygısı	18-20	94	11.41	4.19	0.985
	21-23	68	11.38	4.34	
	24 ve üstü	78	11.50	4.25	

Araştırmada yaşa göre sporcu öğrencilerin yaralanma farkındalık ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları ile yaralanma kaygısı ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları arasında (egzersiz seansı, egzersiz programı, zayıf algılanma kaygısı, hayal kırıklığına uğratma kaygısı ve sosyal desteği kaybetme kaygısı alt boyutları hariç) istatistiki olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$; Tablo 4). Araştırma bulgularına göre, 24 ve üstü yaş katılımcıların egzersiz seansı ve egzersiz programı alt boyut toplam puanları 18-20 yaş katılımcılara göre yüksek tespit edilmişken; 18-20 ve 21-23 yaş sporcuların zayıf algılanma kaygısı, hayal kırıklığına uğratma kaygısı ve sosyal desteği kaybetme kaygısı alt boyut toplam puanları 24 ve üstü yaş grubu katılımcılara göre yüksek tespit edilmiştir.

Tablo 5. Gelir Durumuna Göre Spor Yaralanmalarına İlişkin Kaygı ve Yaralanmalardan Korunma Farkındalık Düzeyleri Arasındaki İlişki

Ölçek ve Alt Boyutlar	Gelir	n	Ortalama	SS	p-değeri
Yaralanma Farkındalığı Ölçek	Düşük (Gelir<Gider)	44	73.09b	10.40	0.040
	Orta (Gelir=Gider)	165	77.05a	7.98	
	Yüksek (Gelir>Gider)	30	75.30ab	13.69	
Kişisel Sağlık Durumu	Düşük (Gelir<Gider)	44	16.39b	2.84	0.029
	Orta (Gelir=Gider)	166	17.37a	1.91	
	Yüksek (Gelir>Gider)	30	17.03ab	2.58	
Çevresel Faktör ve Ekipman	Düşük (Gelir<Gider)	44	20.75	3.26	0.220
	Orta (Gelir=Gider)	165	21.40	2.77	
	Yüksek (Gelir>Gider)	30	20.53	4.18	
Egzersiz Seansı	Düşük (Gelir<Gider)	44	19.55b	3.36	0.012
	Orta (Gelir=Gider)	166	21.05a	2.58	
	Yüksek (Gelir>Gider)	30	21.00a	4.26	

Tablo 5. (Devamı)

Egzersiz Programı	Düşük (Gelir<Gider)	44	16.41	2.55	0.082
	Orta (Gelir=Gider)	166	17.27	2.10	
	Yüksek (Gelir>Gider)	30	16.73	3.41	
Yaralanma Kaygısı Ölçek	Düşük (Gelir<Gider)	44	52.95	16.91	0.085
	Orta (Gelir=Gider)	166	47.44	14.79	
	Yüksek (Gelir>Gider)	30	46.30	17.07	
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	Düşük (Gelir<Gider)	44	8.32	3.18	0.069
	Orta (Gelir=Gider)	166	7.21	2.72	
	Yüksek (Gelir>Gider)	30	7.17	3.26	
Zayıf Algılanma Kaygısı	Düşük (Gelir<Gider)	44	7.30	3.37	0.096
	Orta (Gelir=Gider)	166	6.15	3.10	
	Yüksek (Gelir>Gider)	30	6.63	3.15	
Acı Çekme Kaygısı	Düşük (Gelir<Gider)	44	9.34	3.41	0.239
	Orta (Gelir=Gider)	166	8.90	3.12	
	Yüksek (Gelir>Gider)	30	8.07	3.19	
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	Düşük (Gelir<Gider)	44	8.14	3.59	0.200
	Orta (Gelir=Gider)	166	7.39	3.21	
	Yüksek (Gelir>Gider)	30	6.80	2.85	
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	Düşük (Gelir<Gider)	44	7.18	3.67	0.501
	Orta (Gelir=Gider)	166	6.58	2.75	
	Yüksek (Gelir>Gider)	30	6.77	3.23	
Yeniden Yaralanma Kaygısı	Düşük (Gelir<Gider)	44	12.68	4.19	0.088
	Orta (Gelir=Gider)	166	11.20	4.12	
	Yüksek (Gelir>Gider)	30	10.87	4.73	

Araştırmada sporcu öğrencilerin beyan ettikleri gelir durumlarına göre, yaralanma kaygısı ölçek toplam puanı, kişisel sağlık durumu ve egzersiz seansı alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilirken, yaralanma kaygısı ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$; Tablo 5). Araştırma bulgularına göre, orta gelirli bireylerin yaralanma farkındalık toplam puanları ve kişisel sağlık durumu ve egzersiz seansı alt boyut puanları düşük gelirli katılımcılara göre yüksek tespit edilmiştir.

Tablo 6. Bölüme Göre Spor Yaralanmalarına İlişkin Kaygı ve Yaralanmalardan Korunma Farkındalık Düzeyleri Arasındaki İlişki

Ölçek ve Alt Boyutlar	Bölüm	n	Ortalama	SS	p-değeri
Yaralanma Farkındalığı Ölçek	Spor Yöneticiliği	121	76.28	8.29	0.828
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	51	75.29	11.59	
	Antrenörlük Eğitimi	48	76.85	10.23	
	Rekreasyon	19	75.21	7.93	
Kişisel Sağlık Durumu	Spor Yöneticiliği	122	17.12	2.29	0.922
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	51	17.29	2.11	
	Antrenörlük Eğitimi	48	17.17	2.31	
	Rekreasyon	19	16.89	1.82	
Çevresel Faktör ve Ekipman	Spor Yöneticiliği	121	21.21	2.69	0.487
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	51	21.06	3.77	
	Antrenörlük Eğitimi	48	21.54	3.24	
	Rekreasyon	19	20.26	2.94	
Egzersiz Seansı	Spor Yöneticiliği	122	20.84	2.83	0.569
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	51	20.25	3.72	
	Antrenörlük Eğitimi	48	21.04	3.00	
	Rekreasyon	19	21.00	2.24	
Egzersiz Programı	Spor Yöneticiliği	122	17.16	2.10	0.692
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	51	16.69	3.17	
	Antrenörlük Eğitimi	48	17.10	2.42	
	Rekreasyon	19	17.05	1.81	
Yaralanma Kaygısı Ölçek	Spor Yöneticiliği	122	47.97	13.11	0.526
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	51	49.45	15.89	
	Antrenörlük Eğitimi	48	49.71	20.49	
	Rekreasyon	19	43.89	15.45	

Tablo 6. (Devamı)

Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	Spor Yöneticiliği	122	7.13	2.64	0.087
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	51	7.59	2.81	
	Antrenörlük Eğitimi	48	8.23	3.57	
Zayıf Algılanma Kaygısı	Rekreasyon	19	6.63b	2.45	0.014
	Spor Yöneticiliği	122	5.85b	2.80	
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	51	7.25a	3.27	
Acı Çekme Kaygısı	Antrenörlük Eğitimi	48	7.17a	3.89	0.691
	Rekreasyon	19	5.95b	2.46	
	Spor Yöneticiliği	122	8.96	2.96	
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	51	9.08	3.02	0.911
	Antrenörlük Eğitimi	48	8.75	3.76	
	Rekreasyon	19	8.11	3.62	
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	Spor Yöneticiliği	122	7.46	3.19	0.790
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	51	7.55	3.06	
	Antrenörlük Eğitimi	48	7.54	3.83	
Yeniden Yaralanma Kaygısı	Rekreasyon	19	6.95	2.66	0.087
	Spor Yöneticiliği	122	6.56	2.74	
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	51	7.06	3.17	
	Antrenörlük Eğitimi	48	6.79	3.45	
	Rekreasyon	19	6.63	3.06	
	Spor Yöneticiliği	122	12.01	3.95	
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	51	10.92	4.05	
	Antrenörlük Eğitimi	48	11.23	4.95	
	Rekreasyon	19	9.63	4.15	

Araştırmada sporcu öğrencilerin okudukları bölümlere göre, yaralanma farkındalık ölçek toplam ve alt boyut toplamaları ile yaralanma kaygısı ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları arasında (zayıf algılanma kaygısı alt boyutları hariç) istatistiki olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$; Tablo 6). Bulgulara göre, beden eğitimi ve spor öğretmenlik ile antrenörlük eğitimi bölümü okuyan öğrencilerin zayıf algılanma kaygı puanları spor yöneticiliği ve rekreasyon bölümü okuyan öğrencilere göre yüksek tespit edilmiştir.

Tablo 7. Spor Türüne Göre Spor Yaralanmalarına İlişkin Kaygı ve Yaralanmalardan Korunma Farkındalık Düzeyleri Arasındaki İlişki

Ölçek ve Alt Boyutlar	Spor Türü	n	Ortalama	SS	p-değeri
Yaralanma Farkındalığı Ölçek	Bireysel	107	76.13	9.28	0.964
	Takım	132	76.08	9.56	
Kişisel Sağlık Durumu	Bireysel	107	17.10	2.31	0.768
	Takım	133	17.19	2.15	
Çevresel Faktör ve Ekipman	Bireysel	107	21.02	3.17	0.490
	Takım	132	21.30	3.00	
Egzersiz Seansı	Bireysel	107	20.72	2.98	0.830
	Takım	133	20.80	3.08	
Egzersiz Programı	Bireysel	107	17.29	2.17	0.151
	Takım	133	16.84	2.56	
Yaralanma Kaygısı Ölçek	Bireysel	107	47.40	15.91	0.420
	Takım	133	49.04	15.33	
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	Bireysel	107	7.21	2.90	0.355
	Takım	133	7.56	2.89	
Zayıf Algılanma Kaygısı	Bireysel	107	6.38	3.30	0.850
	Takım	133	6.45	3.09	
Acı Çekme Kaygısı	Bireysel	107	8.67	3.24	0.380
	Takım	133	9.04	3.15	
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	Bireysel	107	7.34	3.06	0.616
	Takım	133	7.55	3.40	
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	Bireysel	107	6.50	3.09	0.327
	Takım	133	6.89	2.92	
Yeniden Yaralanma Kaygısı	Bireysel	107	11.29	4.24	0.638
	Takım	133	11.55	4.24	

Araştırmada spor türüne göre sporcu öğrencilerin yaralanma farkındalık ölçek toplam ve alt

boyut toplamaları ile yaralanma kaygısı ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$; Tablo 7).

Tablo 8. Katılımcıların Spor Yaralanmalarına İlişkin Kaygı ve Yaralanmalardan Korunma Farkındalık Düzeyleri Arasındaki İlişki

Ölçekler ve alt boyutlar		YF	KS	ÇFE	ES	EP
YK	r-değeri	-0.008	-0.055	0.030	-0.023	0.023
	p-değeri	0.906	0.393	0.640	0.724	0.724
YKA	r-değeri	-0.096	-0.132	-0.081	-0.041	-0.070
	p-değeri	0.137	0.042	0.213	0.526	0.281
ZA	r-değeri	-0.175	-0.149	-0.117	-0.156	-0.157
	p-değeri	0.007	0.021	0.070	0.015	0.015
AÇ	r-değeri	0.196	0.127	0.218	0.134	0.212
	p-değeri	0.002	0.049	0.001	0.038	0.001
HKU	r-değeri	-0.108	-0.148	-0.070	-0.097	-0.048
	p-değeri	0.095	0.022	0.283	0.133	0.459
SDK	r-değeri	-0.087	-0.120	-0.064	-0.088	-0.048
	p-değeri	0.180	0.063	0.326	0.176	0.456
YYK	r-değeri	0.164	0.101	0.188	0.096	0.161
	p-değeri	0.011	0.120	0.003	0.137	0.012

YF: Yaralanma Farkındalığı, KS: Kişisel Sağlık, ÇFE: Çevresel Faktör ve Ekipman, ES: Egzersiz Seansı, EP: Egzersiz Programı; YK: Yaralanma Kaygısı, YKA: Yeteneğini Kaybetme, ZA: Zayıf Algılanma, AÇ: Acı Çekme, HKU: Hayal Kırıklığına Uğratma, SDK: Sosyal Desteği Kaybetme, YYK: Yeniden Yaralanma Kaygısı

Zayıf algılanma kaygısının, yaralanma farkındalığı, kişisel sağlık, egzersiz seansı ve egzersiz programı ile negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler gösterdiği belirlenmiştir. Bu sonuç, bireylerin yaralanma risklerine karşı farkındalıklarının ve koruyucu önlemlerinin arttığı durumlarda, zayıf algılanma kaygılarının azaldığını düşündürmektedir. Acı çekme kaygısının, yaralanma farkındalığı, kişisel sağlık, çevresel faktör ve ekipman, egzersiz seansı ve egzersiz programı ile pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler sergilediği görülmüştür. Yeniden yaralanma kaygısının, yaralanma farkındalığı, çevresel faktör ve ekipman ve egzersiz programı ile pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler gösterdiği saptanmıştır. Bu sonuç, yeniden yaralanma endişesinin, bireylerin yaralanmalara karşı bilinç düzeyini ve güvenlik önlemlerine dikkatlerini artırdığını göstermektedir.

Araştırmada spor bilimlerinde öğrenim gören aktif sporcuların spor yaralanması kaygı durumunun spor yaralanmalarından korunma farkındalığına etkisini belirlemek için hem ölçek toplam puan hemde ölçek alt boyut toplam puanları bazında elde edilen stepwise (adımsal) regresyon analizi sonuçları Tablo 9’da verilmiştir.

Tablo 9. Aktif Sporcuların Spor Yaralanması Kaygı Durumunun Spor Yaralanmalarından Korunma Farkındalığına Etkisini Gösteren Regresyon Analiz Sonuçları

Spor Yaralanmalarından Korunma Farkındalığı					
R	R^2	Düzeltilmiş R^2	Tahminin Std. Hatası		
-0.077 ^a	0.006	0.005	9.43		
	Kareler Toplamı	SD	Kareler Ortalaması	F	p
Regresyon	1.242	1	1.242	0.014	0.906 ^b

Tablo 9. (Devamı)

Hata	21094.35	237	89.006		
Toplam	21095.59	238			
	B	S. Hata/	Beta	t	p
Sabit	76.324	1.989		38.368	<0.001
Spor Yaralanması Kaygı	-0.005	0.039	-0.008	-0.118	0.906
a. Bağımlı Değişken: Spor Yaralanmalarından Korunma Farkındalığı					
b. Tahminleyiciler: (Sabit). Spor Yaralanması Kaygı					
Alt boyut bazında regresyon analizi sonuçları					
	R	R ²	Düzeltilmiş R ²	Tahminin Std. Hatası	
	0.343 ^b	0.118	0.110	8.879	
	Kareler Toplamı	SD	Kareler Ortalaması	F	p
Regresyon	2488.354	2	1244.177	15.780	0.000b
Hata	18607.236	236	78.844		
Toplam	21095.590	238			
	B	Std. Error	Beta	t	p
Sabit	73.545	1.787		41.149	<0.001
Acı Çekme	0.961	0.199	0.326	4.839	<0.001
Zayıf Algılanma	-0.933	0.202	-0.311	-4.616	<0.001

a. Bağımlı Değişken: Spor Yaralanmalarından Korunma Farkındalığı

b. Tahminleyiciler: (Sabit). Acı Çekme. Zayıf Algılanma

Araştırmada, spor yaralanması kaygısının spor yaralanmalarından korunma farkındalığı üzerindeki etkisi regresyon analiziyle incelenmiştir. Aktif sporcuların spor yaralanması kaygı durumu spor yaralanmalarından korunma farkındalığındaki varyasyonun %0,6'nı açıklamaktadır. Dolayısı ile, toplam puan düzeyinde model anlamlı bulunmamış ($p = 0.906$), kaygı düzeyinin farkındalık üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı görülmüştür. Araştırmada, spor yaralanması kaygısı alt boyutlarının spor yaralanmalarından korunma farkındalığı üzerindeki etkisi stepwise (adımsal) regresyon analiziyle incelenmiştir. Alt boyutlara göre yapılan analizde ise model anlamlıdır ($R^2 = 0.118$; $p < 0.001$). “Acı çekme” alt boyutu farkındalığı pozitif yönde ($\beta = 0.326$), “zayıf algılanma” ise negatif yönde ($\beta = -0.311$) anlamlı şekilde yordamaktadır. Bu sonuç, belirli kaygı türlerinin korunma farkındalığını etkileyebileceğini göstermektedir.

3. Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada, spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin, spor yaralanmalarına ilişkin kaygı ve yaralanmalardan korunma farkındalık düzeyleri, çeşitli demografik değişkenler dikkate alınarak incelenmiştir. Literatür taraması neticesinde spor yaralanmalarından korunma farkındalığı ölçeğini daha önce kullanan araştırmaya rastlanmamıştır. Dolayısı ile spor yaralanmalarından korunma farkındalığı ile ilgili araştırma bulgularına olası gerekçeler yazılarak ve spor yaralanması kaygı durumlarını inceleyen araştırmalar irdelenerek mevcut bulgular ile detaylı olarak kıyaslamalar yapılmıştır.

Araştırmada, katılımcıların cinsiyet ve spor türü değişkeni açısından spor yaralanmalarına

ilişkin kaygı ve farkındalık düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Spor yaralanmalarına ilişkin kaygı ve farkındalık düzeylerinde farklılık olmamasının sebebi, kadın ve erkek sporcuların veya farklı spor branşlarından gelen öğrencilerin benzer eğitim süreçlerinden geçmeleri olarak gösterilebilir. Ortak eğitimin yanı sıra, antrenman ve koruyucu önlemlere erişimin de benzer olması, katılımcılarda spor yaralanmaları konusunda ortak bir bilinç düzeyi oluşmasına yol açmış olabilir. Alanyazında cinsiyet değişkenine göre spor yaralanmalarına ilişkin kaygı bulguları ile örtüşen çalışmalar (Hsia, 2020; Loud ve Micheli, 2001; Ülkar ve ark., 2002) ile örtüşmeyen çalışmalar (Tuğlu ve ark., 2007; Aydoğan, 2014; Tanyeri, 2019; Ünver ve ark., 2020; Yıldız ve Doğu, 2022) bulunmaktadır (Hsia, 2020; Loud ve Micheli, 2001; Ülkar ve ark., 2002; Tuğlu ve ark., 2007; Aydoğan, 2014; Tanyeri, 2019; Ünver ve ark., 2020; Yıldız ve Doğu, 2022). Tanyeri'nin (2019) ve Aydoğan'ın (2014) çalışmaları, erkek sporcuların kadın sporculara kıyasla daha yüksek düzeyde kaygı yaşadıklarını göstermiştir (Tanyeri, 2019; Aydoğan, 2014). Fakat Yıldız ve Doğu (2022), Tuğlu ve ark. (2007) ile Ünver ve ark. (2020) çalışmalarında, kadın sporcuların daha yüksek acı çekme ve yeniden yaralanma kaygı düzeyine sahip olduğuna yönelik sonuçlar elde edilmiştir (Yıldız ve Doğu, 2022; Tuğlu ve ark., 2007; Ünver ve ark., 2020). Benzer şekilde, alanyazında spor türüne göre spor yaralanmalarına ilişkin kaygı bulguları ile örtüşen çalışmalar (Ünver ve ark., 2020; Armağan, 2021) ile örtüşmeyen çalışmalar (Karayol ve Eroğlu, 2020; Kayhan ve ark., 2019) bulunmaktadır (Ünver ve ark., 2020; Armağan, 2021; Karayol ve Eroğlu, 2020; Kayhan ve ark., 2019). Mevcut araştırmada spor türüne göre spor yaralanmalarına ilişkin kaygı düzeylerinde fark bulunmamasının sebebini sporcunun bireysel özellikleri, önceki sakatlık deneyimleri ve psikolojik dayanıklılığın, kaygı düzeylerini spor türünden daha fazla etkilemesi olarak ifade etmişlerdir. Karayol ve Eroğlu'na (2020) göre, spor yaralanması kaygısı ölçeğinin "acı çekme kaygısı" ve "yeniden yaralanma kaygısı" alt boyutlarında takım sporu yapan sporcular lehine anlamlı farklılıklar tespit edilmiş, diğer alt boyutlarda ise herhangi bir anlamlı fark bulunmamıştır (Karayol ve Eroğlu, 2020). Kayhan ve ark. (2019), kadın sporcular üzerinde gerçekleştirilen araştırmada, bireysel spor yapan katılımcıların yalnızca "yetenek kaybı kaygısı" alt boyutunda anlamlı bir farklılık gösterdiğini belirlemiştir (Kayhan ve ark., 2019).

Araştırmada, katılımcıların yaş değişkenine göre yaralanma farkındalık ölçeği toplam ve alt boyut puanları ile yaralanma kaygısı ölçeği toplam ve alt boyut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Sadece egzersiz seansı, egzersiz programı alt boyutlarında 24 ve üstü yaş katılımcıların 18-20 yaş katılımcılara göre yüksek tespit edilmiştir. Bu durumun temel nedeni, daha ileri yaştaki sporcu öğrencilerin egzersiz deneyimlerinin ve program bilgelerinin artması, bu alt boyutlarda daha yüksek farkındalık geliştirmeleri olabilir. Öte yandan, "zayıf algılanma kaygısı", "hayal kırıklığına uğratma kaygısı" ve "sosyal desteği kaybetme kaygısı" alt boyutlarında, 18-20 ve 21-23 yaş aralığındaki sporcuların puanları, 24 yaş ve üzeri katılımcılara kıyasla daha yüksek tespit edilmiştir. Bu durumun temel nedeni ise, 18-23 yaş aralığındaki sporcuların sosyal onay ve başarı beklentilerine daha duyarlı olmaları gösterilebilir. Ayrıca genç sporcular, henüz kariyerlerinin başında oldukları için yaralanmanın getirebileceği olumsuz algılar, hayal kırıklığı ve sosyal destek kaybı konusunda daha fazla kaygı yaşayabilirler. Buna karşılık, 24 yaş ve üzerindeki sporcuların daha fazla deneyim kazanarak bu tür kaygıları yönetme becerilerinin gelişmiş olması muhtemeldir. Bu bulgular doğrultusunda Karabulut ve Mavi Var (2019), tekvandocular üzerinde gerçekleştirilen çalışmada yaş

faktörüne bağlı olarak kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmadığını belirtmişlerdir (Karabulut ve Mavi Var, 2019). Benzer şekilde McGregor ve Rae (1995) de sporcular üzerinde yürüttükleri çalışmada, 26 yaş ve üzerindeki sporcuların yaralanmalara daha yatkın olduklarını ortaya koymuşlardır (McGregor ve Rae, 1995). Literatürde yaş ilerledikçe kaygı düzeyinin arttığını bildiren çeşitli çalışmalar da mevcuttur (Budak ve ark, 2020; Bağrıaçık ve Açıak, 2005; Koç ve Yasun, 2024).

Araştırmada, orta gelirli bireylerin yaralanma farkındalık toplam puanları ve kişisel sağlık durumu ve egzersiz seansı alt boyut puanları düşük gelirli katılımcılara göre yüksek tespit edilmiştir. Buna ilaveten, gelir durumlarına göre aktif sporcuların yaralanma kaygısı ölçek toplam ve alt boyut toplamaları istatistiki olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Bu bulgunun nedeni, orta ve yüksek gelirli sporcuların düşük gelirli sporculara göre sağlık hizmetlerine, koruyucu önlemlere ve profesyonel antrenman imkânlarına daha kolay erişebilmesi olabilir. Bu durum, onların spor yaralanmalarına karşı farkındalıklarının ve kişisel sağlık yönetimi becerilerinin daha yüksek olmasına katkı sağlamış olabilir. Saki ve Çankaya'nın (2022) futbolcular üzerinde gerçekleştirdiği araştırmada, geliri giderinden fazla olan bireylerin, sosyal desteği kaybetme kaygısı alt boyutunda, geliri giderine eşit olanlara kıyasla daha yüksek düzeyde spor yaralanması kaygısı yaşadıkları bulunmuştur (Saki ve Çankaya, 2022). Öte yandan, Ekin ve Bülbül (2020) gelir durumu değişkenine göre spor yaralanması kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık tespit etmemiştir (Ekin ve Bülbül, 2020).

Araştırmada, sporcu öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlere göre yaralanma farkındalık ölçeği toplam ve alt boyut puanları ile yaralanma kaygısı ölçeği toplam ve alt boyut (zayıf algılanma hariç) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Beden eğitimi ve spor öğretmenliği ile antrenörlük eğitimi bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin puanlarının, spor yöneticiliği ve rekreasyon bölümlerinde öğrenim gören öğrencilere göre zayıf algılanma kaygısı alt boyut puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durum, beden eğitimi ve antrenörlük eğitimi bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin sportif performanslarının ve bireysel başarılarının mesleki kimlikleri için daha belirleyici olmasından kaynaklanabilir. Bu öğrenciler, sporda başarısızlık durumunda sosyal çevrelerinde olumsuz algılanma kaygısını daha yoğun yaşayabilirler. Benzer şekilde, Saki ve Çankaya'nın (2022) çalışmasında, antrenörlük bölümünde eğitim gören futbolcuların, yeteneğini kaybetme alt boyutunda, beden eğitimi ve rekreasyon bölümlerinde öğrenim gören futbolculara kıyasla daha yüksek spor yaralanması kaygı düzeylerine sahip oldukları bulunmuştur (Saki ve Çankaya, 2022). Öte yandan Karayol ve Eroğlu (2020), sporcular üzerine yaptıkları araştırmada, spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören sporcuların, beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde öğrenim gören sporculara kıyasla sosyal desteği kaybetme kaygısı düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirlemişlerdir (Karayol ve Eroğlu, 2020). Bu sonuçlar, öğrenim görülen bölümün, sporcuların yaralanmaya bağlı kaygı türlerinde farklılaşmalara yol açabileceğini ve mesleki kimlik algısının kaygı düzeylerini etkileyen önemli bir faktör olabileceğini göstermektedir.

4. Öneriler

Araştırma bulguları doğrultusunda, spor bilimleri fakültelerinde öğrenim gören öğrencilerin

spor yaralanmalarına ilişkin kaygı ve farkındalık düzeylerini geliştirmeye yönelik bazı bakış açıları önerilmektedir. Öncelikle, sporcuların yaralanma öncesi ve sonrası süreçlere yönelik bilgi ve becerilerini artıracak eğitim programları düzenlenmelidir. Eğitim içerikleri, özellikle genç yaş gruplarında sosyal destek mekanizmalarının güçlendirilmesine ve hayata ve branşlarına karşı olumsuz algıların azaltılmasına odaklanmalıdır. Bu eğitimlerin sporculara mental açıdan da güçlendirici niteliği olacağı öngörülmektedir. Ayrıca, farklı gelir düzeylerine sahip sporcular için sağlık hizmetlerine erişimi kolaylaştıracak destek programları oluşturulması önemlidir. Spor sağlık hizmetlerinin maddiyata bakmaksızın her bireyin erişebileceği nitelikte olması gerekmektedir. Son olarak, spor branşlarına özgü farkındalık ve önleme eğitimleri tasarlanarak, takım ve bireysel sporların farklı ihtiyaçları göz önünde bulundurulmalıdır. Gelecek araştırmalarda ise, daha derinlemesine ilgili konu nezdinde araştırmaların yapılması neticesinde spor yaralanması kaygısı ve farkındalık düzeylerinin zaman içindeki değişimi izlenebilir.

Yazar Katkı Beyanı

Çıkar Beyanı:

Yazarlar arasında çıkar çatışması yoktur.

Etik Beyanı:

Araştırma için Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu 26.04.2024 tarih ve 2024-417 sayılı kararı ile etik kurul onayı alınmıştır.

Yazar Katkısı:

Bu çalışma tek yazarlı olduğundan tüm bölümler (Faik Öz, Soner Çankaya, Halil İbrahim Bozdağ) tarafından eşit şekilde iş paylaşımı yapılarak hazırlanmıştır.

1. Yazar katkı oranı: %,33,3 2. Yazar katkı oranı: % 33,3 3. Yazar Katkı oranı %33,3

Authors' Contribution Statement

Conflict of Interest:

The authors declare no conflict of interest.

Ethical Approval:

Ethical approval for this study was obtained from the Ondokuz Mayıs University Social and Human Sciences Research Ethics Committee, with decision dated 26 April 2024 and numbered 2024-417.

Author Contributions:

As this study was prepared with equal division of labor among all authors (Faik Öz, Soner Çankaya, Halil İbrahim Bozdağ), each author contributed equally to all sections of the manuscript.

Author 1 contribution rate: 33.3%

Author 2 contribution rate: 33.3%

Author 3 contribution rate: 33.3%

5. Kaynaklar

- Armağan, P. (2021). Kadın Sporcularda Yaralanma Kaygı Düzeyinin ve Başa Çıkma Stratejilerinin İncelenmesi, *Yüksek Lisans Tezi*. Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Edirne.
- Arıkan, G., & Çimen, E. (2020). Üniversite Adaylarının Spor Yaralanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. *Eurasian Research In Sport Science*, 5(2), 118-127.
- Aydoğan, Z. (2014). Sakatlık Sırasında ve Tedavi Sonrasında Sporculardaki Psikolojik Değişiklikler. Yayınlanmamış *Yüksek Lisans Tezi*, Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
- Aydoğan, Z., Kerkez, F. İ., Can, S., & Manav, G. (2022). Spor Yaralanmalarının Psikolojik

- Etkilerinin Değerlendirilmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 278-290.
- Bağrıaçık, A., & Açak, M. (2005). Spor Yaralanmaları ve Rehabilitasyon. *Morpa Kültür Yayınları*.
- Budak, H., Sanioğlu, A., Keretli, Ö., Durak, A., & Öz, B. (2020). Spor Yaralanmasının Kaygı Üzerindeki Etkileri. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 38-47.
- Caz, Ç., Kayhan, R.F., & Bardakçı S. (2019). Adaptation Of The Sport Injury Anxiety Scale To Turkish: Validity And Reliability Study. *Turkish Journal Of Sports Medicine*, 54(1), 52-63. Doi: 10.5152/Tjism.2019.116
- Çavdar, Ç., & Şahin, İ. (2023). Bedensel Engelli Sporcuların Spor Yaralanması Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. *Journal Of Education And Social Sciences*, 1(1), 19-26.
- Ekin, H., Ve Bülbül, R. (2020). Badminton Oyuncularının Spor Yaralanması Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. *Ulusal Kinesyoloji Dergisi*, 1(1), 1-10. <https://doi.org/10.35333/Eriss.2020.274>
- Ercan, S. & Önal, Ö. (2021). Development, Validity And Reliability Of The Sports Injury Prevention Awareness Scale. *Spor Hekimliği Dergisi*, 56(3), 138-145. <https://doi.org/10.47447/Tjism.0546>
- Ergün, B., Turan, G. İ. Z. E. M., & Kızılay, F. Spora Katılan Üniversite Öğrencilerinin Spor Yaralanmaları Kaygı Düzeyi ve Spor Yaralanmalarından Korunma Farkındalığının İncelenmesi.
- Hsia, J. (2020). Prevalence And Localization Of Injuries And Pain In Swedish Bodybuliding And Fitness Athletes.
- 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.
- Karasar, N. (1999). Bilimsel Araştırma Yöntemi: Kavramlar, İlkeler, Teknikler, Ankara: *Nobel Yayınevi*.
- Karayol, M., Ve Eroğlu, S. Y. (2020). Takım ve Bireysel Sporlarla İlgilenen Sporcuların Spor Yaralanması Kaygı Durumlarının İncelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(1), 137-144.
- Kayhan, R.F., Yapıcı, A. & Üstün, D.Ü. (2019). Kadın Sporcuların Yaralanma Kaygılarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6 (S11), 276-287.
- Koç, H., & Yasun, E. (2024). Halı Sahada Futbol Oynayan Bireylerin Sporda Yaralanma Durumlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(3), 339-349.
- Loud, K. J. & Micheli, L. J. (2001). Common Athletic Injuries In Adolescent Girls, Current Opinion In Pediatrics, 13(4), 317-322.
- 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.
- Mutlu, M. E., & Yıldızhan, Y. Ç. (2023). Amatör Futbolcuların Öz Yeterlik İnançları ile Spor Yaralanması Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1-Cumhuriyet'in 100. Yılı Özel Sayısı), 986-1003.
- Ökmen, M. Ş., & Sarıkaya, M. (2023). Sporcuların Yaralanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. *International Journal Of Sport Exercise And Training Sciences-Ijsets*, 9(2), 38-48.
- Saki, Ü., & Çankaya, S. (2022). Üniversite Oyunlarına Katılan Futbolcularda Spor Yaralanması Kaygı Düzeyi İle Çok Alanlı Kararlılık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Journal Of Sport Sciences Research*, 7(2), 498-514. <https://doi.org/10.25307/Jssr.1120485>
- 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>
- Tuğlu, C., Türe, M., Dağdeviren, N., Ve Aktürk, Z. (2007). Birinci Basamak İçin Beck Depresyon Tarama Ölçeği'nin Türkçe Çevriminin Geçerlik ve Güvenirliği. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*, 9(3), 117-122.
- Ülkar, B., Güner, R. & Ergen E. (2002) Fiziksel Olarak Aktif Çocuk ve Ergenlerde Yaralanma Özellikleri. *7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi*, Antalya.
- Ünver, Ş., Şimşek, E., İslamoğlu, İ., ve Arslan, H. (2020). Üniversite Takımlarında Yer Alan Sporcuların Yaralanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(3), 400-410.
- Yıldız, A. B., Ve Doğu, G. A. (2022). Covid-19 Pandemisinde Sporcuların Depresyon ve Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(1), 105-112.