

Künye:

Sayı: 2

Yıl: 2026

Sayfa: 31-48

✉ Sude Senem Karadağ^a

✉ Tebessüm Ayyıldız Durhan^{b*}

^a Yük. Lis. Öğr., Gazi Üniversitesi,
karadagsudesenem@gmail.com

^b Doç. Dr., Gazi Üniversitesi,
tebessum@gazi.edu.tr

* Sorumlu Yazar

Geliş Tarihi: 24.02.2026

Kabul Tarihi: 15.03.2026

Yayın Tarihi: 30.05.2026

Atıf:

Sude Senem Karadağ, Tebessüm
Ayyıldız Durhan (2026). Sporcularda
Yaralanma Kaygısı ve Tükenmişlik
Süreçlerinde Profesyonelizmin Etkisi.
Erciyes Spor Bilimleri Dergisi, 2, 31-
48.

Sporcularda Yaralanma Kaygısı ve Tükenmişlik Süreçlerinde Profesyonelizmin Etkisi

Öz

Bu araştırmanın amacı, sporcularda tükenmişlik, spor yaralanması kaygısı düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemek ve bu değişkenlerin sporcular için profesyonelizm üzerindeki etkisini ortaya koymaktır. Araştırma, amatör ve profesyonel düzeyde futbol ve taekwondo branşlarında aktif olarak spor yapan toplam 334 sporcu ile gerçekleştirilmiştir. Verilerin toplanmasında Kişisel Bilgi Formu, Sporcu Tükenmişlik Ölçeği, Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği ve Sporcular için Profesyonelizm Ölçeği kullanılmıştır. Veriler SPSS 27 paket programında analiz edilmiş; normallik varsayımlarının sağlanmaması nedeniyle non-parametrik testler (Mann-Whitney U, Kruskal-Wallis H), korelasyon ve doğrusal regresyon analizlerinden yararlanılmıştır. Araştırma bulguları, sporcularda tükenmişlik ile spor yaralanması kaygısı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunduğunu, buna karşılık tükenmişliğin profesyonelizm ile negatif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Regresyon analizi sonuçlarına göre, tükenmişlik profesyonelizmi negatif yönde anlamlı biçimde yordamış, spor yaralanması kaygısının ise doğrudan bir yordayıcı etkisi olmadığı görülmüştür. Branşa göre yapılan karşılaştırmalarda taekwondo sporcularının duyarsızlaşma ve bazı yaralanma kaygısı alt boyutlarında daha yüksek puanlara sahip olduğu belirlenmiştir. Ayrıca müsabaka sırasında kaygı duygusu baskın olan sporcuların tükenmişlik düzeylerinin daha yüksek, özgüven duygusu baskın olan sporcuların ise profesyonelizm düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Sonuç olarak, bu çalışma profesyonelliğin sporcularda yalnızca davranışsal bir özellik değil, aynı zamanda tükenmişlikle yakından ilişkili bir yapı olduğunu ortaya koymaktadır.

Anahtar kelimeler: Sporcu, Yaralanma, Kaygı, Tükenmişlik, Profesyonelizm.



The Effect of Professionalism on Injury Anxiety and Burnout Processes in Athletes

Abstract

The aim of this study was to examine the relationships between burnout and sport injury anxiety levels in athletes and to determine the effects of these variables on professionalism in athletes. The study was conducted with a total of 334 athletes actively competing in football and taekwondo at amateur and professional levels. Data were collected using a Personal Information Form, the Athlete Burnout Questionnaire, the Sport Injury Anxiety Scale, and the Professionalism Scale for Athletes. Data were analyzed using SPSS version 27. Since the assumptions of normality were not met, non-parametric statistical tests were employed, including the Mann-Whitney U test, Kruskal-Wallis H test, as well as correlation and linear regression analyses. The

Screened by



Except where otherwise noted, content
in this article is licensed under a
Creative Commons 4.0 International
license. Icons by Font Awesome.

findings revealed a significant positive relationship between burnout and sport injury anxiety, whereas burnout was found to be negatively associated with professionalism. According to the results of the regression analysis, burnout significantly and negatively predicted professionalism, while sport injury anxiety did not demonstrate a direct predictive effect. Branch-based comparisons indicated that taekwondo athletes scored higher on depersonalization and certain sub-dimensions of injury anxiety. In addition, athletes who predominantly experienced anxiety during competition exhibited higher levels of burnout, whereas those who predominantly experienced self-confidence demonstrated higher levels of professionalism. In conclusion, the findings suggest that professionalism in athletes should be considered not merely as a behavioral characteristic but as a construct closely associated with burnout processes.

[The English Extended Abstract is available at the end of the article.]

Keywords: Athlete, Injury, Anxiety, Burnout, Professionalism.



Giriş

Sporcular, yoğun fiziksel yüklenme, yüksek performans beklentileri ve sürekli rekabet ortamı nedeniyle çok sayıda psikolojik stres kaynağıyla karşı karşıya kalmaktadır. Bu stresörlerin uzun süreli ve kontrolsüz biçimde devam etmesi, sporcularda tükenmişlik belirtilerinin ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Tükenmişlik, sporcunun yaşadığı duygusal ve fiziksel tükenme, azalan başarı hissi ve spora yönelik değer kaybı ile ifade edilen, kronik stres kaynaklı çok boyutlu bir psikolojik sendrom olarak ele alınmaktadır (Raedeke ve Smith, 2001). Özellikle profesyonel futbolcular üzerinde yapılan çalışmalarda, yarışma kaygısı ve durumluk kaygının tükenmişlik düzeyleriyle anlamlı biçimde ilişkili olduğu, yaş ve deneyim arttıkça tükenmişlik belirtilerinin görece azaldığı bildirilmektedir (Gümüşdağ ve ark., 2013).

Profesyonellik düzeyi, sporcularda tükenmişlik ve sakatlanma kaygısı süreçlerini yalnızca yarışma statüsü üzerinden değil; antrenman yükü, performans beklentisi, kariyer güvencesi, sosyal destek, kurumsal sağlık hizmetlerine erişim ve baş etme kaynakları üzerinden de etkileyebilecek yapısal bir değişken olarak değerlendirilebilir. Elit sporcularda yüksek zaman yatırımı, rol çatışmaları, negatif antrenman duyguları ve harcanan çaba ile elde edilen ödül arasındaki dengesizlik tükenmişlik belirtilerini artırırken; sportif başarı, sosyal destek ve olumlu antrenman yaşantıları bu belirtileri azaltabilmektedir (Hilpisch et al., 2024). Benzer biçimde olimpiik düzeyde mücadele sporcuları üzerinde yürütülen nitel bir çalışmada, hızlı kilo verme ve kilo yönetimi süreçlerinin sporcularda stres, kaygı, tükenmişlik, kronik yorgunluk ve iyi oluştta azalma gibi psikolojik ve fizyolojik zorlanmalarla ilişkili olduğu; buna karşılık antrenör, diyetisyen ve psikolog desteği gibi profesyonel rehberlik mekanizmalarının daha sağlıklı baş etme stratejilerinin geliştirilmesinde kritik rol oynadığı bildirilmiştir (Çağlar et al., 2025). Takım sporcuları üzerine yapılan sistematik derlemeler de özerklik, yeterlik, ilişkili olma, içsel motivasyon ve sosyal desteğin tükenmişlikle negatif; kontrol edici antrenör iklimi, olumsuz duygulanım ve sosyal olarak dayatılan mükemmeliyetçiliğin ise tükenmişlikle pozitif ilişkili olduğunu göstermektedir (Woods et al., 2022). Bu bağlamda profesyonellik, bir yandan sporcuya tıbbi destek, psikolojik danışmanlık, planlı yüklenme yönetimi ve sosyal güvence sağlayarak sakatlanma kaygısı ile tükenmişliği azaltabilecek koruyucu bir çerçeve sunabilirken; diğer yandan sözleşme baskısı, performans sürekliliği beklentisi, kariyer belirsizliği ve rekabetçi seçilme baskısı nedeniyle bu süreçleri güçlendirebilecek bir risk alanı da oluşturabilir.

Genç futbolcularla yapılan bir çalışmada, profesyonel sözleşme imzalamamış kariyer geçiş sürecindeki sporcuların daha sınırlı baş etme stratejileri kullandığı ve tükenmişlik belirtilerine daha açık olduğu bildirilmiştir (Alves da Silva et al., 2021). Benzer biçimde elit sporcularda kaygının; kariyer memnuniyetsizliği, genç yaş, düşük deneyim ve kas-iskelet sistemi yaralanmalarıyla ilişkili olduğu belirtilmektedir (Rice et al., 2019). Bu bulgular, profesyonelliğin sakatlanma kaygısı ve tükenmişlik üzerindeki etkisinin tek yönlü olmadığını; profesyonel ortamın sporcuya sağladığı destek mekanizmaları ile yarattığı performans baskısı arasındaki dengeye bağlı olarak koruyucu ya da risk artırıcı bir işleve sahip olabileceğini göstermektedir.

Sporcularda psikolojik zorlanmaya yol açan bir diğer önemli faktör ise spor yaralanması kaygısıdır. Spor yaralanması kaygısı; yeniden yaralanma, acı çekme, performans kaybı, sosyal desteği kaybetme ve çevre tarafından zayıf algılanma gibi bilişsel ve duygusal endişeleri içeren çok boyutlu bir yapı olarak ele alınmaktadır (Rex ve Metzler, 2016; Caz ve ark., 2019). Yapılan araştırmalar, yaralanma geçmişi olan sporcuların bazı kaygı alt boyutlarında daha yüksek puanlara sahip olduğunu; uzun süre ve yüksek yoğunlukta egzersiz yapan bireylerde yaralanma kaygısının artabildiğini göstermektedir (Çoban, 2024a; Ökmen ve Sarıkaya, 2023). Ayrıca “zayıf algılanma” ve “sosyal desteği kaybetme” gibi sosyal bilişlere dayalı kaygıların, sporcuların yaralanma kaygısını anlamlı biçimde tetiklediği ifade edilmektedir (Saki, 2023).

Mevcut literatür, tükenmişlik ve spor yaralanması kaygısını çoğunlukla ayrı değişkenler olarak ele almakta bu değişkenlerin ve profesyonellik ile bütüncül biçimde incelendiği çalışmaların sınırlı kaldığı görülmektedir. Özellikle profesyonellik algısının, sporcuların tükenmişlik ve yaralanma kaygısıyla baş etme biçimleri üzerindeki etkisini ele alan araştırmalar literatürde önemli bir boşluk oluşturmaktadır. Bu bağlamda çalışmanın amacı, sporcularda sakatlanma kaygısı, tükenmişlik süreçleri arasındaki ilişkileri belirlemek ve bu süreçlerde profesyonellik düzeyinin oynadığı rolü analiz etmektir. Araştırma, profesyonel ve amatör sporcular arasında karşılaştırmalı bir analiz yaparak, profesyonellik algısının bu faktörler üzerindeki etkisini incelemektedir.

Araştırma Grubu (Evren-Örneklem)

Araştırmaya amatör ve profesyonel futbol ve taekwondo sporcuları dahil edilmiştir. Verilerin toplanması sürecinde kişisel bilgi formunun yanı sıra “Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği” “Sporcu Tükenmişlik Ölçeği” ve “Sporcular için Profesyonelizm Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma, XXX Üniversitesi Etik Kurulu’nun 13.05.2025 tarih ve 08 sayılı onayı doğrultusunda yürütülmüştür.

Veri Toplama Araçları

Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği

RexBaş ve Metzler (2016) tarafından geliştirilen “Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği” Türkçe’ye Caz ve ark. (2019) tarafından uyarlanıp, geçerlik-güvenirlik çalışması yapılmıştır. Uyarlanan ölçeğin yapısındaki alt boyutları ve soru dağılımlarına bakıldığında madde 10-14-21 Yeteneğini Kaybetme Kaygısı (YKK) alt boyutu, madde 5-8-11 Zayıf Algılanma Kaygısı (ZAK) alt boyutu, madde 11-16-20 Acı Çekme Kaygısı (AÇK) alt boyutu, madde 6-18-19 Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı (HKUK) alt boyutu, madde 7-9-12-17 Yeniden Yaralanma Kaygısı (YYK) alt boyutu ve madde 1-3-7 Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı (SDKK) alt boyutu olmak üzere toplamda 19 madde ve 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek “Kesinlikle Katılmıyorum”, “Katılmıyorum”, “Kararsızım”, “Katılıyorum” ve “Kesinlikle Katılıyorum” arasında olmak üzere toplam 5’li likert derecelendirmeye sahiptir. Ayrıca ölçekte; ölçekte ters (olumsuz) kodlanması gereken madde olmadığı, ölçekten alınan puan ortalaması (toplam puan ve alt boyutlar) arttıkça, yaralanma kaygısının arttığını göstermektedir (Caz ve ark., 2019).

Sporcu Tükenmişlik Ölçeği

Sporcu tükenmişlik ölçeği, Raedeke ve Smith (2001) tarafından geliştirilen Sporcu Tükenmişlik Ölçeği’nin Türkçe versiyonunun geçerliği ve güvenilirliği Keleş ve ark., (2016) tarafından yapılmıştır. Ölçek 13 madde ve 3 alt boyuttan (Azalan Başarı Hissi, Duygusal/Fiziksel Tükenme ve Duyarsızlaşma) oluşmaktadır ve 5’li Likert tipinde puanlanmaktadır. Sporcu Tükenmişlik Ölçeği’ne ait Cronbach’s Alpha değerleri duygusal/fiziksel tükenme alt boyutu için 0.88, azalan başarı hissi alt boyutu için 0.84 ve duyarsızlaşma alt boyutu için 0.87 olarak bulunmuştur. Orijinal çalışmada ise

Sporcular için Profesyonelizm Ölçeği

Güngör, Kurtipek ve İlhan’ın 2022 yılında geliştirdikleri SPÖ, toplamda 11 maddeden oluşmaktadır ve ters puanlanan bir madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek minimum ve maksimum puanlar 11 ila 55 arasında değişmektedir. Buna ek olarak, ölçekten alınan puan arttıkça sporcuların profesyonelizm düzeyinin arttığı belirtilebilir. Ölçeğin toplam puanları için orijinal çalışmada iç güvenilirlik katsayısı değeri .92 ve test-tekrar test ölçüm değeri de .91 olarak saptanmıştır.

Mevcut araştırma için ise .86 olarak tespit edilmiştir.

Verilerin Analizi

Veriler, SPSS 27 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Öncelikle değişkenlerin dağılım özellikleri normallik analizleri ile incelenmiş; verilerin normal dağılım varsayımını karşılamadığı belirlenmiştir. Bu doğrultuda analizlerde non-parametrik istatistiksel yöntemler tercih edilmiştir. Betimleyici istatistiklerin ardından, ikili gruplar arasındaki karşılaştırmalarda Mann-Whitney U testi, ikiden fazla grubun karşılaştırılmasında ise Kruskal-Wallis H testi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla korelasyon analizleri yapılmış; profesyonelizm düzeyini yordayan değişkenlerin belirlenmesi için doğrusal regresyon analizinden yararlanılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Çalışma grubuna yönelik yüzde ve frekans dağılımları

N= (334)		Değişken	F	%
Cinsiyet		Kadın	138	41,3
		Erkek	196	58,7
Eğitim durumu		Lise ve Altı	243	72,8
		Lisans/Önlisans	91	27,2
Sporculuk düzeyi		Amatör	292	87,4
		Profesyonel	42	12,6
Spor yapma süresi		5 Yıldan Az	155	46,4
		5-10 Yıl Arası	149	44,6
		10 Yıl Üzeri	30	9,0
Antrenman süresi		1 Saat ve Daha Az	85	25,4
		1 Saatten Fazla	249	74,6
Son 1 yılda spor yaralanması yaşama durumu		Evet	156	46,7
		Hayır	178	53,3
Müsabakada en sık yaşanan duygular		Kaygı	83	24,9
		Heyecan	157	47,0
		Özgüven	76	22,8
		Diğer	18	5,4
Branş		Futbol	147	44,0
		Taekwondo	187	56,0

Tablo 1’de çalışma grubuna ilişkin sosyodemografik ve sporla ilişkili özelliklerin yüzde ve frekans dağılımları sunulmuştur. Araştırmaya toplam 334 sporcu katılmıştır. Katılımcıların %58,7’si erkek (n=196), %41,3’ü kadın (n=138) olup örneklemin çoğunluğunu erkek sporcular oluşturmaktadır. Eğitim durumuna göre katılımcıların büyük kısmının lise ve altı düzeyde eğitime sahip olduğu (%72,8), lisans/önlisans mezunlarının ise %27,2 oranında olduğu görülmektedir. Sporculuk düzeyi incelendiğinde, katılımcıların %87,4’ünün amatör, %12,6’sının profesyonel düzeyde spor yaptığı belirlenmiştir.

Spor yapma süresi açısından, katılımcıların %46,4’ünün 5 yıldan az, %44,6’sının 5-10 yıl arası, %9,0’unun ise 10 yıl ve üzeri süredir sporla ilgilendiği saptanmıştır. Antrenman süresi bakımından sporcuların çoğunluğunun günde 1 saatten fazla antrenman yaptığı (%74,6), 1 saat ve daha az antrenman yapanların ise %25,4 oranında olduğu görülmektedir. Son bir yıl içerisinde spor yaralanması yaşama durumuna bakıldığında, katılımcıların %46,7’sinin yaralanma yaşadığı, %53,3’ünün ise herhangi bir yaralanma yaşamadığı belirlenmiştir. Müsabakalarda en sık yaşanan duygular incelendiğinde, sporcuların büyük bölümünün heyecan (%47,0) yaşadığını ifade ettiği, bunu kaygı (%24,9) ve özgüven (%22,8) duygularının izlediği, diğer duyguların ise %5,4 oranında bildirildiği görülmektedir. Branş dağılımına göre katılımcıların %56,0’ı taekwondo, %44,0’ı futbol

branşında spor yapmaktadır. Bu bulgular, çalışma grubunun ağırlıklı olarak amatör düzeyde, aktif antrenman yapan ve farklı branşlardan sporculardan oluştuğunu göstermektedir.

Tablo 2. Ölçüm araçlarına yönelik aritmetik ortalama, standart sapma, normallik dağılımları ve iç tutarlılık katsayıları

	Min.	Max.	\bar{x}	Ss	Skewness	Kurtosis	α
Sporcularda Tükenmişlik Ölçeği	1,15	5,00	2,09	,60	1,431	2,854	.80
Azalan Başarı Hissi	1,00	5,00	2,39	,71	,617	,171	.60
Duygusal Fiziksel Tükenme	1,00	5,00	2,07	,68	1,022	1,546	.63
Duyarsızlaşma	1,00	5,00	1,82	,79	1,257	1,650	.74
Spor Yaralanması Kaygısı Ölçeği	1,00	5,00	2,36	,71	1,030	1,382	.90
Yeteneğini kaybetme kaygısı	1,00	5,00	2,22	,90	,732	,151	.72
Zayıf algılanma kaygısı	1,00	5,00	2,06	,96	1,082	,804	.79
Acı çekme kaygısı	1,00	5,00	2,89	1,07	,072	-1,009	.83
Hayal kırıklığına uğratma kaygısı	1,00	5,00	2,35	,97	,576	-,271	.82
Sosyal desteği kaybetme kaygısı	1,00	5,00	1,91	1,03	1,256	,906	.87
Yeniden yaralanma kaygısı	1,00	5,00	2,66	1,00	,455	-,683	.78
Sporcular için Profesyonelizm Ölçeği	1,27	5,00	4,07	,61	-1,458	3,653	.86

Tablo 2’de çalışmada kullanılan ölçüm araçlarına ilişkin aritmetik ortalama, standart sapma, çarpıklık-basıklık değerleri ve iç tutarlılık katsayıları sunulmuştur. Sporcularda Tükenmişlik Ölçeği ve alt boyutlarında ortalama puanların düşük-orta düzeyde olduğu görülürken, Spor Yaralanması Kaygısı Ölçeği ve alt boyutlarında ortalamaların genel olarak orta düzeyde seyrettiği belirlenmiştir. Sporcular için Profesyonelizm Ölçeği’nin ortalama puanı da yüksek düzeydedir.

Çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde, bazı değişkenlerin normal dağılım varsayımından sapma gösterdiği görülmektedir. Ölçeklerin Cronbach alfa katsayılarının .67 ile .90 arasında değiştiği; Spor Yaralanması Kaygısı Ölçeği ($\alpha = .90$), ve Sporcular için Profesyonelizm Ölçeği’nin ($\alpha = .86$) yüksek iç tutarlılığa sahip olduğu belirlenmiştir. Diğer alt boyutların güvenilirlik katsayılarının da kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmekte olup, bu bulgular çalışmada kullanılan ölçüm araçlarının genel olarak güvenilir olduğunu göstermektedir. Betimsel istatistikler incelendiğinde bazı değişkenlerin çarpıklık ve basıklık değerlerinin normal dağılım varsayımını karşılamadığı görülmüştür. Bu nedenle analizlerde non-parametrik testler tercih edilmiştir.

Tablo 3. Cinsiyete göre ölçek ve alt boyut puanlarının Mann-Whitney U testi sonuçları

	N= (334)		Mean Rank	Sum of Ranks	z	p
	Cinsiyet	n				
Sporcularda Tükenmişlik Ölçeği	Kadın	138	175,54	24224,00	-1,278	,201
	Erkek	196	161,84	31721,00		
Azalan Başarı Hissi	Kadın	138	156,82	21641,50	-1,707	,088
	Erkek	196	175,02	34303,50		
Duygusal Fiziksel Tükenme	Kadın	138	181,52	25049,50	-2,238	,025*
	Erkek	196	157,63	30895,50		
Duyarsızlaşma	Kadın	138	184,67	25484,00	-2,755	,006*
	Erkek	196	155,41	30461,00		
Spor Yaralanması Kaygısı Ölçeği	Kadın	138	166,57	22986,50	-,148	,882
	Erkek	196	168,16	32958,50		
Yeteneğini kaybetme kaygısı	Kadın	138	164,26	22667,50	-,520	,603
	Erkek	196	169,78	33277,50		
Zayıf algılanma kaygısı	Kadın	138	177,06	24434,50	-1,534	,125
	Erkek	196	160,77	31510,50		
Acı çekme kaygısı	Kadın	138	168,06	23192,00	-,089	,929
	Erkek	196	167,11	32753,00		
Hayal kırıklığına uğratma kaygısı	Kadın	138	168,05	23191,50	-,089	,929
	Erkek	196	167,11	32753,50		
Sosyal desteği kaybetme kaygısı	Kadın	138	164,98	22767,50	-,410	,682
	Erkek	196	169,27	33177,50		
Yeniden yaralanma kaygısı	Kadın	138	164,98	22767,50	-,118	,906
	Erkek	196	169,27	33177,50		
Sporcular için Profesyonellik Ölçeği	Kadın	138	170,25	23494,00	-,437	,662
	Erkek	196	165,57	32451,00		

Tablo 3'te Mann-Whitney U testi sonuçları, cinsiyete göre ölçekler ve alt boyutlarda çeşitli anlamlı farklılıklar bulunduğunu göstermektedir. Sporcularda Tükenmişlik Ölçeği toplam puanı açısından kadın ve erkek sporcular arasında anlamlı bir fark saptanmamış olmakla birlikte ($p>0,05$), alt boyutlar incelendiğinde duygusal/fiziksel tükenme ($p<0,05$) ve duyarsızlaşma ($p<0,01$) boyutlarında kadın sporcuların sıra ortalamalarının erkek sporculara kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Buna karşılık, azalan başarı hissi alt boyutunda cinsiyete dayalı farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0,05$). Elde edilen bulgular, kadın sporcuların özellikle duygusal ve bilişsel tükenmişlik belirtilerini erkek sporculara göre daha yoğun algılayabildiklerine işaret etmektedir.

Spor yaralanması kaygısı ölçeği ve alt boyutlarının tamamında cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir ($p>0,05$). Sporcular için profesyonellik düzeyinin cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Genel olarak bulgular, tükenmişliğin bazı alt boyutlarında kadın sporcuların daha yüksek düzeyler sergilediğini ortaya koymaktadır. Sporcuların yaş gruplarına göre ölçek ve alt boyut puanları Mann-Whitney U testi ile incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre Spor Yaralanması Kaygısı Ölçeği'nin "yeteneğini kaybetme kaygısı" alt boyutunda yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmıştır ($Z = -2,069$; $p < .05$). Elde edilen bulgu, sporcuların yaşları arttıkça buna bağlı olarak yeteneğini kaybetmeye yönelik kaygı düzeylerinin farklılaştığını yani arttığını göstermektedir. Diğer ölçüm araçları ve alt boyutlarında yaş değişkenine

göre anlamlı bir farklılık belirlenmemiştir.

Katılımcıların eğitim durumlarına göre ölçek ve alt boyut puanları Mann-Whitney U testi ile karşılaştırılmıştır. Sporcular için profesyonellik ölçeği puanlarında eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmıştır ($Z = -2,240$; $p < .05$). Elde edilen bulgu sporcuların profesyonellik düzeylerinin eğitim durumlarına bağlı olarak, eğitim düzeyi arttıkça profesyonellik düzeyinin buna bağlı olarak farklılaştığını göstermektedir. Diğer ölçek ve alt boyutlarda eğitim değişkenine göre anlamlı bir farklılık belirlenmemiştir.

Tablo 4. Sporculuk düzeyine göre ölçek ve alt boyut puanlarının Mann-Whitney U testi sonuçları

	N= (334)					
	Sporculuk düzeyi	n	Mean Rank	Sum of Ranks	z	p
Sporcularda Tükenmişlik Ölçeği	Amatör	292	169,16	49393,50	-,827	,408
	Profesyonel	42	155,99	6551,50		
Azalan Başarı Hissi	Amatör	292	168,21	49117,00	-,356	,722
	Profesyonel	42	162,57	6828,00		
Duygusal Fiziksel Tükenme	Amatör	292	168,05	49072,00	-,278	,781
	Profesyonel	42	163,64	6873,00		
Duyarsızlaşma	Amatör	292	169,51	49497,00	-1,014	,311
	Profesyonel	42	153,52	6448,00		
Spor Yaralanması Kaygısı Ölçeği	Amatör	292	164,91	48152,50	-1,295	,195
	Profesyonel	42	185,54	7792,50		
Yeteneğini kaybetme kaygısı	Amatör	292	165,61	48359,50	-,949	,342
	Profesyonel	42	180,61	7585,50		
Zayıf algılanma kaygısı	Amatör	292	169,92	49616,50	-1,219	,223
	Profesyonel	42	150,68	6328,50		
Acı çekme kaygısı	Amatör	292	162,51	47454,00	-2,499	,012*
	Profesyonel	42	202,17	8491,00		
Hayal kırıklığına uğratma kaygısı	Amatör	292	168,08	49079,00	-,291	,771
	Profesyonel	42	163,48	6866,00		
Sosyal desteği kaybetme kaygısı	Amatör	292	169,80	49582,50	-1,178	,239
	Profesyonel	42	151,49	6362,50		
Yeniden yaralanma kaygısı	Amatör	292	163,94	47871,50	-1,780	,075
	Profesyonel	42	192,23	8073,50		
Sporcular için Profesyonellik Ölçeği	Amatör	292	163,28	47677,50	-2,111	,035*
	Profesyonel	42	196,85	8267,50		

Tablo 4'te yapılan Mann-Whitney U testi sonuçlarına göre amatör ve profesyonel sporcular arasında sporcularda tükenmişlik düzeyi ve alt boyutları (azalan başarı hissi, duygusal/fiziksel tükenme ve duyarsızlaşma) açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > 0,05$). Benzer şekilde, spor yaralanması kaygısı ölçeğinin genelinde ve çoğu alt boyutunda sporculuk düzeyine göre anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir. Ancak acı çekme kaygısı alt boyutunda profesyonel sporcuların sıra ortalamalarının amatörlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($p < 0,05$). Bu bulgu, profesyonel sporcuların yoğun antrenman ve rekabet koşulları nedeniyle ağrıya yönelik farkındalık ve kaygılarının daha yüksek olabileceğine işaret etmektedir. Sporcular için profesyonellik ölçeğinde profesyonel sporcuların amatörlere kıyasla anlamlı derecede daha yüksek puanlara sahip olduğu görülmüştür ($p < 0,05$). İlgili bulgular dikkate alındığında, tükenmişlik algısının sporculuk

düzeyinden bağımsız bir özellik gösterebileceğini düşündürmektedir.

Tablo 5. Antrenman süresine göre ölçek ve alt boyut puanlarının Mann-Whitney U testi sonuçları

	N= (334)		Mean Rank	Sum of Ranks	z	p
	Antrenman süresi	n				
Sporcularda Tükenmişlik Ölçeği	1 saat	85	150,79	12817,00	-1,851	,064
	1 saatten fazla	249	173,20	43128,00		
Azalan Başarı Hissi	1 saat	85	187,26	15917,50	-2,200	,028*
	1 saatten fazla	249	160,75	40027,50		
Duygusal Fiziksel Tükenme	1 saat	85	144,00	12240,00	-2,613	,009*
	1 saatten fazla	249	175,52	43705,00		
Duyarsızlaşma	1 saat	85	130,16	11064,00	-4,172	,000*
	1 saatten fazla	249	180,24	44881,00		
Spor Yaralanması Kaygısı Ölçeği	1 saat	85	174,39	14823,50	-,763	,446
	1 saatten fazla	249	165,15	41121,50		
Yeteneğini kaybetme kaygısı	1 saat	85	176,53	15005,00	-1,007	,314
	1 saatten fazla	249	164,42	40940,00		
Zayıf algılanma kaygısı	1 saat	85	165,42	14061,00	-,232	,817
	1 saatten fazla	249	168,21	41884,00		
Acı çekme kaygısı	1 saat	85	186,95	15891,00	-2,160	,031*
	1 saatten fazla	249	160,86	40054,00		
Hayal kırıklığına uğratma kaygısı	1 saat	85	162,48	13810,50	-,560	,575
	1 saatten fazla	249	169,21	42134,50		
Sosyal desteği kaybetme kaygısı	1 saat	85	162,63	13823,50	-,552	,581
	1 saatten fazla	249	169,16	42121,50		
Yeniden yaralanma kaygısı	1 saat	85	174,15	14803,00	-,738	,461
	1 saatten fazla	249	165,23	41142,00		
Sporcular için Profesyonelizm Ölçeği	1 saat	85	173,51	14748,00	-1,018	,309
	1 saatten fazla	249	164,77	40863,00		

Tablo 5'te antrenman süresine göre yapılan Mann-Whitney U testi sonuçları, bazı ölçek ve alt boyutlarda anlamlı farklılıklar bulunduğunu göstermektedir. Sporcularda Tükenmişlik Ölçeği toplam puanı açısından günde 1 saat antrenman yapan sporcular ile 1 saatten fazla antrenman yapanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamakla birlikte ($p>0,05$), alt boyutlar

incelendiğinde anlamlı farklılaşmalar dikkat çekmektedir. Azalan başarı hissi alt boyutunda günde 1 saat antrenman yapan sporcuların puanlarının daha yüksek olduğu ($p<0,05$), buna karşılık duygusal/fiziksel tükenme ve özellikle duyarsızlaşma boyutlarında 1 saatten fazla antrenman yapan sporcuların anlamlı biçimde daha yüksek puanlara sahip olduğu görülmektedir ($p<0,01$). Bu bulgular, antrenman süresinin artmasıyla birlikte sporcuların duygusal ve bilişsel tükenmişlik belirtilerinin belirginleşebileceğine işaret etmektedir.

Spor yaralanması kaygısı ölçeği genelinde ve çoğu alt boyutunda antrenman süresine göre anlamlı bir fark saptanmazken ($p>0,05$), yalnızca acı çekme kaygısı alt boyutunda günde 1 saat antrenman yapan sporcuların daha yüksek puanlar aldığı belirlenmiştir ($p<0,05$). Daha uzun süreli antrenman yapan sporcularda tükenmişliğin bazı boyutlarının artabildiğini göstermektedir.

Son bir yıl içerisinde spor yaralanması yaşayıp yaşamamasına göre yapılan Mann-Whitney U testi sonuçları, incelenen değişkenlerin büyük çoğunluğunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığını göstermektedir ($p>0,05$). Sporcu yaralanma kaygısı ölçeği alt boyutlarından zayıf algılanma kaygısı alt boyutunda gruplar arasında anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Bu farkın yönü incelendiğinde, son bir yıl içinde spor yaralanması yaşamadığını belirten sporcuların bu alt boyuta ilişkin puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. İlgili bulgu, yakın dönemde yaralanma yaşamayan sporcuların, performanslarına yönelik algısal değerlendirmelerde ve başkaları tarafından yetersiz algılanma kaygısında daha duyarlı olabildiklerine işaret edebilir. Genel olarak sonuçlar, spor yaralanması yaşama durumunun psikolojik değişkenler üzerinde sınırlı bir ayırt edici etkiye sahip olduğunu, yalnızca belirli algısal kaygı boyutlarında farklılaşma ortaya çıkabildiğini göstermektedir.

Tablo 6. Müsabakada en sık yaşanan duygu değişkenine göre ölçek ve alt boyut puanlarının Kruskal-Wallis H testi sonuçları

	N= (334)		Mean Rank	df	Kruskal-Wallis	p
	En sık yaşanan duygu	n				
Sporcularda Tükenmişlik Ölçeği	Kaygı	83	183,70	3	8,093	,044*
	Heyecan	157	171,74			
	Özgüven	76	141,72			
	Diğer	18	164,64			
Azalan Başarı Hissi	Kaygı	83	167,16	3	5,235	,155
	Heyecan	157	178,32			
	Özgüven	76	149,36			
	Diğer	18	151,25			
Duygusal Fiziksel Tükenme	Kaygı	83	184,94	3	6,821	,078
	Heyecan	157	167,73			
	Özgüven	76	145,72			
	Diğer	18	177,00	3	5,119	,163
Duyarsızlaşma	Kaygı	83	186,07			
	Heyecan	157	162,13			
	Özgüven	76	155,47			
	Diğer	18	179,50			
Spor Yaralanması Kaygısı Ölçeği	Kaygı	83	177,28	3	5,794	,122
	Heyecan	157	169,01			
	Özgüven	76	147,09			
	Diğer	18	195,39			
Yeteneğini kaybetme kaygısı	Kaygı	83	179,89	3	4,550	,208

	Heyecan	157	171,08			
	Özgüven	76	150,85			
	Diğer	18	149,47			
Zayıf algılanma kaygısı	Kaygı	83	173,07	3	1,640	,650
	Heyecan	157	167,03			
	Özgüven	76	158,16			
	Diğer	18	185,39			
Acı çekme kaygısı	Kaygı	83	174,72	3	4,604	,203
	Heyecan	157	165,97			
	Özgüven	76	154,09			
	Diğer	18	204,17			
Hayal kırıklığına uğratma kaygısı	Kaygı	83	177,23	3	1,753	,625
	Heyecan	157	164,06			
	Özgüven	76	160,89			
	Diğer	18	180,50			
Sosyal desteği kaybetme kaygısı	Kaygı	83	169,08	3	3,570	,312
	Heyecan	157	160,40			
	Özgüven	76	172,18			
	Diğer	18	202,36			
Yeniden yaralanma kaygısı	Kaygı	83	177,51	3	6,980	,073
	Heyecan	157	174,83			
	Özgüven	76	142,49			
	Diğer	18	163,00			
Sporcular için Profesyonelizm Ölçeği	Kaygı	83	150,99	3	8,533	,036*
	Heyecan	157	164,28			
	Özgüven	76	194,11			
	Diğer	18	159,36			

Tablo 6'da duygu durumuna göre yapılan analizler, sporcuların tükenmişlik düzeylerinde anlamlı farklılıklar olduğunu ortaya koymuştur. Sporcularda tükenmişlik düzeyi duygu durumuna göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır ($F=8,093$; $p=,044$). Ortalama sıralar incelendiğinde, kaygı duygusu baskın olan sporcuların tükenmişlik düzeylerinin daha yüksek, özgüven duygusu baskın olan sporcuların ise daha düşük olduğu görülmektedir. İlgili bulgu, kaygının tükenmişliği artırıcı, özgüvenin ise koruyucu bir değişken olarak işlev gördüğünü göstermektedir.

Tablo 7. Branş göre ölçek ve alt boyut puanlarının Mann-Whitney U testi sonuçları

	N= (334)		Mean Rank	Sum of Ranks	z	p
	Branş	n				
Sporcularda Tükenmişlik Ölçeği	Futbol	147	157,77	23192,50	-1,635	,102
	Taekwondo	187	175,15	32752,50		
Azalan Başarı Hissi	Futbol	147	179,05	26320,50	-1,951	,051
	Taekwondo	187	158,42	29624,50		
Duygusal Fiziksel Tükenme	Futbol	147	159,09	23385,50	-1,420	,156
	Taekwondo	187	174,11	32559,50		
Duyarsızlaşma	Futbol	147	142,12	20892,00	-4,303	,000*
	Taekwondo	187	187,45	35053,00		
Spor Yaralanması Kaygısı Ölçeği	Futbol	147	166,39	24460,00	-,186	,853
	Taekwondo	187	168,37	31485,00		
Yeteneğini kaybetme kaygısı	Futbol	147	164,05	24116,00	-,583	,560
	Taekwondo	187	170,21	31829,00		
Zayıf algılanma kaygısı	Futbol	147	147,61	21698,50	-3,371	,001
	Taekwondo	187	183,14	34246,50		
Acı çekme kaygısı	Futbol	147	176,44	25937,00	-1,507	,132
	Taekwondo	187	160,47	30008,00		
Hayal kırıklığına uğratma kaygısı	Futbol	147	162,81	23932,50	-,794	,427
	Taekwondo	187	171,19	32012,50		
Sosyal desteği kaybetme kaygısı	Futbol	147	154,74	22747,00	-2,195	,028*
	Taekwondo	187	177,53	33198,00		
Yeniden yaralanma kaygısı	Futbol	147	167,37	24603,00	-,022	,982
	Taekwondo	187	167,60	31342,00		
Sporcular için Profesyonelizm Ölçeği	Futbol	147	170,11	25006,00	-,439	,661
	Taekwondo	187	165,45	30939,00		

Tablo 7’de branşa göre yapılan Mann-Whitney U testi sonuçları, sporcuların bazı ölçek ve alt boyut puanlarının futbol ve taekwondo branşları arasında anlamlı biçimde farklılaştığını göstermektedir. Sporcularda tükenmişlik ölçeği genel puanı ile azalan başarı hissi ve duygusal-fiziksel tükenme alt boyutlarında branşa göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>,05$). Ancak duyarsızlaşma alt boyutunda branşlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmıştır ($z=-4,303$; $p<,001$); taekwondo sporcularının ortalama sıralarının futbolculara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Benzer şekilde spor yaralanması kaygısı ölçeğinde zayıf algılanma kaygısı ($z=-3,371$; $p=,001$) ve sosyal desteği kaybetme kaygısı ($z=-2,195$; $p=,028$) alt boyutlarında da branşa bağlı anlamlı farklılıklar tespit edilmiş, her iki alt boyutta da taekwondo sporcularının puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Sporcular için profesyonelizm ölçeği puanları branşa göre anlamlı biçimde farklılaşmamıştır ($z=-,439$; $p=,661$). Elde edilen bulgular, branşların doğasına bağlı olarak sporcuların tükenmişlik, kaygı süreçlerinde farklı psikolojik profiller sergileyebileceğini göstermektedir.

Tablo 8. Ölçekler Arasındaki İlişkilere Yönelik Korelasyon Analizi Bulguları

	ST	SY	SP
Sporcularda Tükenmişlik Ölçeği	1		
Spor Yaralanması Kaygısı Ölçeği	,315**	1	
Sporcular için Profesyonelizm Ölçeği	-,277**	-,127*	,617**

Tablo 8’de korelasyon analizi sonuçları, sporcularda tükenmişlik, spor yaralanması kaygısı ve profesyonelizm değişkenleri arasında anlamlı ilişkiler bulunduğunu göstermektedir. Sporcularda tükenmişlik ile spor yaralanması kaygısı arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($r=,315$; $p<,001$); buna göre tükenmişlik düzeyi arttıkça spor yaralanmasına yönelik kaygının da arttığı görülmektedir. Buna karşılık tükenmişlik ve profesyonelizm ($r=-,277$; $p<,001$) arasında negatif ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Profesyonelizm düzeyi yüksek olan sporcuların tükenmişlik düzeylerinin daha düşük olduğu gözlemlenmektedir. Spor yaralanması kaygısı ile profesyonelizm arasında zayıf düzeyde negatif bir ilişki belirlenmiştir ($r=-,127$; $p<,05$).

Tablo 9. Ölçekler arasındaki doğrusal regresyon analizi sonuçları

	B	Std. hata	β	t	p
(Constant)	2,604	,290		8,967	,000
Sporcu Tükenmişlik	-,120	,055	-,118	-2,183	,030
Spor Yaralanması Kaygı	,010	,044	,012	,227	,821
R=0,484		R ² =0,234			
F _(33,577) =0,001 p<0,000					

Bağımlı değişken: Sporcular İçin Profesyonelizm

Tablo 9’da sporcular için profesyonelizmi yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla gerçekleştirilen doğrusal regresyon analizi sonuçları, kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermektedir ($R=,484$; $R^2=,234$; $F=33,577$; $p<,001$). Buna göre model, sporcuların profesyonelizm düzeylerindeki toplam varyansın yaklaşık %23’ünü açıklamaktadır. Elde edilen bulgular, profesyonelizmin birden fazla psikolojik değişken tarafından birlikte açıklandığını ortaya koymaktadır.

Regresyon katsayıları incelendiğinde, sporcularda tükenmişlik profesyonelizmi negatif ve anlamlı biçimde yordamakta ($\beta=-,118$; $t=-2,183$; $p=,030$); tükenmişlik düzeyi arttıkça profesyonelizm düzeyinin azaldığı görülmektedir. Spor yaralanması kaygısının profesyonelizm üzerinde anlamlı bir yordayıcı etkisi bulunmamıştır ($\beta=,012$; $t=,227$; $p=,821$).

TARTIŞMA

Bu çalışmada sporcularda tükenmişlik ve spor yaralanması kaygısı düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiş; bu değişkenlerin sporcular için profesyonelizm üzerindeki etkisi çok yönlü olarak değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgular, sporcuların psikolojik süreçlerinin yalnızca bireysel özelliklerle değil; brans, sporculuk düzeyi, antrenman süresi ve müsabaka sırasında yaşanan baskın duygu gibi bağlamsal faktörlerle de anlamlı biçimde ilişkili olduğunu göstermektedir. Özellikle tükenmişlik ve yaralanma kaygısının profesyonel tutumlar üzerindeki rolü, sporcu sağlığı ve sürdürülebilir performans açısından önemli ipuçları sunmaktadır. Bu bağlamda bulgular, mevcut literatürle karşılaştırılarak ele alınmış ve profesyonellik kavramının sporcularda koruyucu bir psikolojik kaynak olarak işlevi tartışılmıştır.

Literatürde sporcularda tükenmişlik olgusuna odaklanan çalışmalar, özellikle kaygı düzeylerinin tükenmişlik üzerinde belirleyici bir rol oynadığını ortaya koymaktadır. Profesyonel futbolcular üzerinde yapılan bir çalışmada, yarışma kaygısı ve durumluk kaygısının sporcu tükenmişliği ile anlamlı biçimde ilişkili olduğu, buna karşılık saldırganlık düzeyinin tükenmişlik üzerinde belirgin bir etkisinin bulunmadığı rapor edilmiştir (Gümüşdağ ve ark., 2013). Aynı çalışmada, sporcu yaşının artmasıyla birlikte tükenmişlik düzeyinin azalmasının, deneyim ve duygusal kontrol becerilerinin gelişmesiyle ilişkili olabileceği vurgulanmıştır. Sunulan bulgular, tükenmişliğin özellikle psikolojik

faktörler üzerinden şekillendiğini ve kaygının temel risk etmenlerinden biri olduğunu göstermektedir.

Spor yaralanması kaygısına ilişkin araştırmalar, bu kaygının yalnızca yaralanma yaşantısıyla değil, spor yapma süresi ve algısal değerlendirmelerle de ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Düzenli egzersiz yapan ve daha uzun süre sporla ilgilenen bireylerin yaralanma kaygısı düzeylerinin daha yüksek olduğu, özellikle egzersiz süresi arttıkça bu kaygının belirginleştiği bildirilmektedir (Çoban, 2024a). Benzer biçimde, spor bilimleri öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen bir çalışmada, “zayıf algılanma” ve “sosyal ilişkileri kaybetme” düşüncelerinin yaralanma kaygısını artırdığı, yaralanma kaygısı yükseldikçe sporcu kimliği ve çok alanlı kararlılık düzeylerinin azaldığı belirlenmiştir (Saki, 2023). Yaralanma kaygısının bilişsel ve sosyal boyutlarının güçlü olduğu vurgulanmaktadır.

Branş ve sporun yapısal özelliklerine odaklanan çalışmalar, yaralanma kaygısının spor türüne göre farklılaştığını göstermektedir. Elit ragbi sporcuları üzerinde yapılan bir araştırmada, özellikle genç yaş gruplarında hayal kırıklığına uğratma ve sosyal desteği kaybetme kaygısının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Gündoğdu, 2023). Mücadele sporlarıyla ilgili çalışmalarda ise fiziksel temasın ve bireysel sorumluluğun yüksek olması nedeniyle yaralanma kaygısının daha yoğun yaşandığı, özellikle tedavi süreci geçirmiş sporcularda “acı çekme” ve “sosyal desteği kaybetme” kaygılarının belirgin biçimde arttığı ifade edilmektedir (Çoban, 2024b). Buna karşılık, ciddi bir yaralanma deneyimi yaşamayan sporcuların yeniden yaralanma kaygısını daha yüksek algılayabildikleri ifade edilmektedir.

Yaş, eğitim durumu ve sporculuk düzeyi gibi değişkenlerin yaralanma kaygısı üzerindeki etkilerini inceleyen araştırmalar, bu değişkenlerin özellikle bazı alt boyutlarda ayırt edici olduğunu göstermektedir. Bireysel ve takım sporcularını kapsayan bir çalışmada, yaş değişkenine göre zayıf algılanma, hayal kırıklığına uğratma ve yeniden yaralanma kaygısı alt boyutlarında anlamlı farklılıklar bulunduğu; öğrenim düzeyine göre ise acı çekme ve yeniden yaralanma kaygısının farklılaştığı belirlenmiştir (Güngör, 2024). Benzer şekilde, sporcuların spor yapma yılı, haftalık antrenman süresi ve sakatlık süresinin yaralanma kaygısının bazı boyutları üzerinde etkili olduğu vurgulanmaktadır (Ökmen ve Sarıkaya, 2023).

Tüm bu çalışmalar birlikte değerlendirildiğinde, sporcularda tükenmişlik ve spor yaralanması kaygısının yaygın biçimde incelendiği; ancak bu değişkenlerin profesyonellik kavramıyla bütüncül olarak ele alındığı çalışmaların sınırlı kaldığı görülmektedir. Özellikle profesyonellik algısının, sporcuların kaygı ve tükenmişlik düzeyleriyle baş etme biçimleri üzerindeki rolünü inceleyen araştırmalar literatürde önemli bir boşluk oluşturmaktadır. Bu bağlamda mevcut çalışma, tükenmişlik ve spor yaralanması kaygısı süreçlerini profesyonellik çerçevesinde bir arada ele alarak literatüre özgün ve bütüncül bir katkı sunmayı amaçlamaktadır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma sonuçları genel olarak değerlendirildiğinde, sporcularda tükenmişliğin artmasıyla birlikte spor yaralanması kaygısının yükseldiği ve profesyonelizm düzeylerinin azaldığı görülmektedir. Korelasyon ve regresyon bulguları, tükenmişliğin profesyonel tutumları zayıflatan bir değişken olarak öne çıktığını ortaya koymuştur. Branşa göre yapılan karşılaştırmalarda taekwondo sporcularında duyarsızlaşma ve bazı yaralanma kaygısı boyutlarının daha yüksek olması, mücadele sporlarının doğasına bağlı risk algısıyla açıklanabilmektedir. Ayrıca müsabaka sırasında kaygı duygusunun baskın olduğu sporcularda tükenmişliğin artması, duygusal düzenleme becerilerinin performans ve sağlık üzerindeki etken rolünü desteklemektedir.

Sporcularda tükenmişliği azaltmaya yönelik erken tarama ve izleme sistemleri kurulmalı; özellikle kaygı düzeyi yüksek sporcular için önleyici psikolojik destek sağlanmalıdır.

Profesyonellik eğitimi, yalnızca etik ve disiplin çerçevesinde değil; stres yönetimi, duyu düzenleme becerilerini içerecek şekilde yapılandırılmalıdır.

Mücadele sporları gibi yüksek riskli branşlarda, yaralanma kaygısını azaltmaya yönelik bilişsel-davranışçı müdahaleler ve psikoeğitim programları uygulanmalıdır.

Antrenman süresi planlanırken, uzun süreli antrenmanların tükenmişlik üzerindeki olası

olumsuz etkileri dikkate alınmalı; yüklenme–dinlenme dengesi psikolojik ölçütlerle birlikte izlenmelidir.

Gelecek çalışmalarda, boylamsal araştırma desenleri kullanılarak profesyonellik ve tükenmişlik arasındaki nedensel ilişkiler daha ayrıntılı biçimde incelenmelidir.

Spor kulüplerinde ve federasyonlarda görev yapan antrenör ve spor yöneticilerine, psikolojik süreçlere dayalı profesyonellik odaklı farkındalık eğitimleri verilmelidir.



Hakem: Dış, Bağımsız.

Teşekkür:

Araştırmaya katılmayı kabul eden tüm katılımcılara teşekkür ederiz.

Beyanname:

1. Özgünlük Beyanı:

Bu araştırma, TÜBİTAK 2209-A Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı kapsamında 1919B012407619 numarası ile desteklenmiştir.

2. Yazar Katkıları:

Fikir: SSK,TAD; **Kavramsallaştırma:** SSK,TAD; **Literatür Taraması:** SSK,TAD; **Veri Toplama:** SSK,TAD; **Veri İşleme:** SSK,TAD; **Analiz:** SSK,TAD; **Yazma - orijinal taslak:** SSK,TAD; **Yazma - inceleme ve düzenleme:** SSK,TAD.

3. Etik Kurul İzni:

Bu çalışma için etik kurul izni, Gazi Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'nun 13.05.2025 tarihli ve 08 numaralı kararı ile alınmıştır.

4. Finansman/Destek:

Bu çalışma, herhangi bir finansman ya da destek almamıştır.

5. Çıkar Çatışması:

Yazarlar, herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan etmektedirler.

6. Üretken Yapay Zeka Beyanı:

Çalışmanın hiçbir safhasında yapay zeka araçlarından faydalanılmamıştır.

7. Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları:



KAYNAKÇA

ALVES DA SILVA, A., FREIRE, G. L. M., DE MORAES, J. F. V. N., FORTES, L. S., CARVALHO, R. G. DA S., & NASCIMENTO JUNIOR, J. R. A. DO. (2021). Association of coping strategies with symptoms of burnout in young football players in a career transition phase: Are professionalization and occurrence of injuries mediating factors? *The Sport Psychologist*, 35(3), 213–222. <https://doi.org/10.1123/tsp.2020-0031>

CAZ, Ç., KAYHAN, R. F. ve BARDAKÇI, S. (2019). Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Spor Hekimliği Dergisi*, 54(1), 52-63. DOI:

- 10.5152/tjism.2019.116ALVES DA SILVA, A., FREIRE, G. L. M., DE MORAES, J. F. V. N., FORTES, L. S., CARVALHO, R. G. DA S., & NASCIMENTO JUNIOR, J. R. A. DO. (2021). Association of coping strategies with symptoms of burnout in young football players in a career transition phase: Are professionalisation and occurrence of injuries mediating factors? *The Sport Psychologist*, 35(3), 213-222. <https://doi.org/10.1123/tsp.2020-0031>
- CAZ, Ç., KAYHAN, R. F. ve BARDAKÇI, S. (2019). Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Spor Hekimliği Dergisi*, 54(1), 52-63. <https://doi.org/10.5152/tjism.2019.116>
- ÇAĞLAR, E. Ç., KILIÇARSLAN, F., BAHADIR, Z., SUSUZ, Y. E., YANAR, M. S., & TÜRKMEN, E. (2025). Psychological perspectives on weight gain and loss: Experiences of Olympic combat sports athletes. *International Journal of Disabilities Sports and Health Sciences*, 8(4), 366-376. <https://doi.org/10.33438/ijds.1762670>
- ÇOBAN, B. (2024a). Mücadele sporu yapan sporcuların yaralanma kaygıları, zihinsel dayanıklılık düzeyleri ve ilişkili faktörler. Yüksek lisans tezi. Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.
- ÇOBAN, C. (2024b). Düzenli egzersiz yapan, yaralanma geçirmiş ve geçirmemiş yetişkinlerde, yaralanma kaygısı ve fiziksel aktivitenin değerlendirilmesi. Yüksek lisans tezi. Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- GÜMÜŞDAĞ, H., BASTIK, C., YAMANE, F., KARTAL, A. ve ÜNLÜ, C. (2013). Profesyonel futbolcuların tükenmişlik: Saldırganlık ve kaygının rolü. *IIB Dergisi*, 4(10). <https://izlik.org/JA72JY78UR>
- GÜNDOĞDU, H. (2023). Elit ragbi oyuncularının spor yaralanma öyküleri ve spor kaygı düzeylerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Hitit Üniversitesi, Çorum.
- GÜNGÖR, C. (2024). Bireysel ve takım sporlarında yıldız ve gençler kategorisinde spor sakatlığı geçmişine sahip aktif bireylerin sakatlanma sonrasında stres ve kaygı durumlarının incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya.
- GÜNGÖR, N. B., KURTİPEK, S. ve İLHAN, E. L. (2022). Sporcular için Profesyonelizm Ölçeği (SPÖ)'nin psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 36-48. <https://doi.org/10.25307/jssr.1007384>
- HILPISCH, C., KRÜGER, K., RAAB, M., WIESE, L., ZENTGRAF, K., & MUTZ, M. (2024). Burnout symptoms in elite athletes: Assessing the role of effort-reward imbalance, support and emotions. *International Review for the Sociology of Sport*. <https://doi.org/10.1177/10126902241248767>
- KARABULUT, E. O. ve MAVİ-VAR, S. (2019). Taekwondocuların durumluk ve sürekli kaygılarının müsabaka performansı ve yaralanma durumu ile ilişkisi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 47-54. <https://izlik.org/JA36BF58KL>
- KELECEK, S., KARA, F. M., KAZAK ÇETİNALP, F. Z. ve AŞÇI, H. (2016). Sporcu Tükenmişlik Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması. *Spor Bilimleri Dergisi/Hacettepe Journal of Sport Sciences*, 27(4), 149-161. <https://doi.org/10.17644/sbd.311371>
- KMEN, M. Ş. ve SARIKAYA, M. (2023). Sporcuların yaralanma kaygı düzeylerinin incelenmesi. *USEABDergisi*, 9(2), 38-48. <https://10.18826/useabd.1287952>
- RAEDEKE, T. D. ve SMITH, A. L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23, 281-306. <https://doi.org/10.1123/jsep.23.4.281>
- REX, C. C. ve METZLER, J. N. (2016). Development of the sport injury anxiety scale. *Measurement in*

Physical Education and Exercise Science, 20(3), 146-158.
<https://doi.org/10.1080/1091367X.2016.1188818>

RICE, S. M., GWYTHYER, K., SANTESTEBAN-ECHARRI, O., BARON, D. A., GORCZYNSKI, P., GOUTTEBARGE, V., REARDON, C. L., HITCHCOCK, M. E., HAINLINE, B., & PURCELL, R. (2019). Determinants of anxiety in elite athletes: A systematic review and meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine*, 53(11), 722-730. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2019-100620>

SAKİ, Ü. (2023). Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin spor yaralanması kaygı düzeyi ile çok alanlı kararlılık ve sporcu kimlikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Doktora tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.

WOODS, S., DUNNE, S., GALLAGHER, P., & MCNICHOLL, A. (2022). A systematic review of the factors associated with athlete burnout in team sports. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2022.2148225>




Badge:

Issue : 2

Year: 2026

Page: 47-48

 Sude Senem Karadağ^a

 Tebessüm Ayyıldız Durhan^{b*}

^a Master's Student, Gazi University,
karadagsudesenem@gmail.com

^b Assoc. Prof., Gazi University,
tebessum@gazi.edu.tr

* Corresponding Author

Received: 2.24.2026

Accepted: 3.15.2026

Published: 5.30.2026

Citation:

Sude Senem Karadağ, Tebessüm
Ayyıldız Durhan (2026). Sporcularda
Yaralanma Kaygısı ve Tükenmişlik
Süreçlerinde Profesyonelizmin Etkisi.
Erciyes Spor Bilimleri Dergisi, 2, 47-
48.

The Effect of Professionalism on Injury Anxiety and Burnout Processes in Athletes

Extended Abstract

This study examined the relationships between athlete burnout, sport injury anxiety, and professionalism in athletes. The theoretical orientation of the study was based on the view that athletes are exposed to multiple psychological stressors arising from intensive training loads, high performance expectations, competitive pressure, injury risk, and social evaluation. In this context, burnout and sport injury anxiety were considered as interrelated psychological risk factors that may weaken professional attitudes and sustainable performance behaviors.

The study was designed using a quantitative correlational survey model. The research group consisted of 334 athletes who were actively participating in football and taekwondo at amateur and professional levels. Data were collected through a Personal Information Form, the Athlete Burnout Questionnaire, the Sport Injury Anxiety Scale, and the Professionalism Scale for Athletes. The data were analyzed using SPSS 27. Since the normality assumption was not met, non-parametric procedures were used for group comparisons. Mann-Whitney U tests, Kruskal-Wallis H tests, correlation analyses, and linear regression analysis were conducted in line with the research objectives.

The findings indicated that athlete burnout was positively and significantly related to sport injury anxiety. In contrast, burnout was negatively associated with professionalism. Regression analysis showed that burnout was a significant negative predictor of professionalism, whereas sport injury anxiety did not directly predict professionalism when evaluated in the same model. The model explained approximately 23% of the variance in professionalism. Group comparisons further showed that taekwondo athletes had higher scores in depersonalization and in some dimensions of injury anxiety. Athletes who reported anxiety as the dominant emotion during competition had higher burnout levels, while athletes who reported self-confidence had higher professionalism levels.

In conclusion, the results suggest that professionalism in athletes

Screened by

 **iThenticate**[®]
for Authors & Researchers



Except where otherwise noted, content
in this article is licensed under a
Creative Commons 4.0 International
license. Icons by Font Awesome.

should not be interpreted merely as a behavioral or ethical disposition. Rather, it appears to be closely associated with burnout processes and psychological self-regulation. The findings point to the need for early monitoring systems for burnout, structured psychological support for athletes with high anxiety, and educational programs that integrate professionalism with stress management and emotion regulation skills. Future studies may use longitudinal designs to examine the causal dynamics among burnout, injury anxiety, and professionalism in different sport branches.

Keywords: Athlete, Injury, Anxiety, Burnout, Professionalism.



Peer-review: External, Independent.

Acknowledgements:

We would like to thank all participants who agreed to take part in the study.

Declarations:

1. Statement of Originality:

This research was supported under the TÜBİTAK 2209-A Research Project Support Program for University Students, grant number 1919B012407619.

2. Author Contributions:

Concept: SSK,TAD; **Conceptualization:** SSK,TAD; **Literature Search:** SSK,TAD; **Data Collection:** SSK,TAD; **Data Processing:** SSK,TAD; **Analysis:** SSK,TAD; **Writing – original draft:** SSK,TAD; **Writing – review & editing:** SSK,TAD.

3. Ethics approval:

Ethics Committee Approval for this study was obtained with the decision of Gazi University Social and Human Sciences Ethics Committee dated 05.13.2025 and numbered 08.

4. Funding/Support:

This work has not received any funding or support.

5. Competing Interests:

The authors declare no competing interests.

6. GenAI Usage Statement:

No GenAI tools were used at any stage of the study.

7. Sustainable Development Goals:

