



www.turkishstudies.net/turkishstudies

**Turkish Studies**

eISSN: 1308-2140

*Research Article / Araştırma Makalesi*



ANKARA SCIENCE  
UNIVERSITY

## **Takım Sporcularının Yaralanma Kaygı Durumlarının Kariyer Sonlanma Kaygılarına Etkisi**

*The Impact of Injury Anxiety on Career Termination Anxiety in Team Athletes*

Rıdvan Özkan\* - Kazım Bıyık\*\* - Recep Nur Uzun\*\*\* - Osman İmamoğlu\*\*\*\*

**Abstract:** The primary objective of the present study was to investigate the influence of injury-related anxiety on career termination anxiety among team sport athletes. A total of 203 athletes representing various team sports voluntarily participated in the research by completing the Injury Anxiety Scale and the Career Termination Anxiety Scale. In the analysis of the data, independent samples t-tests were utilized for pairwise comparisons, one-way analysis of variance (ANOVA) was employed for comparisons among multiple groups, and the Least Significant Difference (LSD) test was applied to determine the sources of significant differences. The results indicated that gender had a significant effect on two specific sub-dimensions of injury anxiety: weak perception anxiety and fear of losing social support ( $p < 0.05$  and  $p < 0.001$ , respectively). However, no statistically significant differences were found in the total scores of injury anxiety or in career termination anxiety levels between male and female athletes ( $p > 0.05$ ). Likewise, comparisons based on the type of team sport (football vs. basketball, volleyball, and handball) and age categories revealed no significant differences in either injury anxiety or career termination anxiety ( $p > 0.05$ ). Conversely, years of sport experience emerged as a significant variable influencing anxiety levels. Except for the reinjury anxiety subscale, all other sub-

\* Sorumlu Yazar: Dr. Öğr. Üyesi, Kastamonu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü.

*Responsible Author: Assistant Professor, Kastamonu University, Faculty of Sports Sciences, Department of Physical Education and Sports.*

ORCID <https://orcid.org/0000-0002-7943-6186>

ridvanozkansgm@hotmail.com

\*\* Öğr. Gör., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü.

*Lecturer, Ondokuz Mayıs University, Yaşar Doğu Faculty of Sports Sciences, Department of Sports Management.*

ORCID <https://orcid.org/0000-0002-2820-529X>

kbiyik@omu.edu.tr

\*\*\* Araş. Gör. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü

*Research Assistant Dr., Ondokuz Mayıs University, Yaşar Doğu Faculty of Sports Sciences, Department of Sports Management*

ORCID <https://orcid.org/0000-0002-0825-8722>

recepnrurun@outlook.com

\*\*\*\* Prof. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü

*Professor, Ondokuz Mayıs University, Yaşar Doğu Faculty of Sports Sciences, Department of Sports Management*

ORCID <https://orcid.org/0000-0001-6671-6042>

osmani@omu.edu.tr

**Cite as/ Atıf:** Özkan, R., Bıyık, K., Uzun, R. N., & İmamoğlu, O. (2025). Takım sporcularının yaralanma kaygı durumlarının kariyer sonlanma kaygılarına etkisi. *Turkish Studies*, 20(3), 1977-1992. <https://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.82449>

**Received/Geliş:** 04 June/Haziran 2025

**Accepted/Kabul:** 25 September /Eylül 2025

**Published/Yayın:** 30 September /Eylül 2025

*Checked by plagiarism software*



dimensions of injury anxiety, as well as the total injury anxiety score and career termination anxiety scores, differed significantly across categories of sport experience ( $p < 0.05$  and  $p < 0.001$ ). Regression analysis further demonstrated that injury-related anxiety significantly predicted career termination anxiety. These findings suggest that elevated injury anxiety is associated with heightened concerns regarding the termination of athletic careers. In conclusion, while gender, age, and sport type were not found to be distinguishing factors, sport experience significantly influenced both injury and career termination anxiety levels. The results underscore the importance of implementing strategies aimed at reducing injury-related anxiety in order to mitigate the risk of career termination anxiety. Future research should be conducted with larger, more heterogeneous samples and incorporate broader psychosocial and contextual variables to enhance the generalizability of the findings.

**Structured Abstract:** Anxiety is a psychological response that emerges from individuals' thoughts about current and potential future difficulties (Budak et al., 2020). For athletes, anxiety is often heightened by the multifaceted demands of sports, including fear of injury, performance failure, and social expectations (Ölçücü & Dereceli, 2023). In the context of team sports, injury anxiety encompasses not only physical concerns but also psychological stressors such as fear of being perceived as weak or losing social support (Caz et al., 2019). This form of anxiety may have profound implications for career continuity and termination. Retirement from sports, whether voluntary or involuntary, is a complex and dynamic process that can trigger identity crises, psychological distress, and difficulty adjusting to post-athletic life (Wylleman et al., 2004; Lavallee & Robinson, 2007). This study investigates the predictive impact of injury anxiety on career termination anxiety among team athletes and explores the influence of demographic and experiential variables on this relationship. This descriptive and relational study utilized a sample of 203 actively competing university-level team athletes, selected via random sampling. Participants completed the Sport Injury Anxiety Scale (Caz et al., 2019) and the Career Termination Anxiety Scale (Özkan et al., 2023), alongside a demographic information form. Data were collected through both face-to-face and online formats between October 22 and November 22, 2024. Statistical analyses were conducted using SPSS 27. Independent samples t-tests, one-way ANOVA, and LSD post-hoc tests were used to determine differences across groups. Linear regression analysis was performed to assess the predictive power of injury anxiety on career termination anxiety. Ethical approval was granted by Ondokuz Mayıs University (Decision No: 2024-1059). The results revealed significant gender-based differences in injury anxiety subdimensions, specifically in "perceived weakness anxiety" and "fear of losing social support," where female athletes reported higher scores ( $p < 0.05$ ,  $p < 0.001$ ). However, no significant gender differences were found in total injury anxiety or career termination anxiety ( $p > 0.05$ ), aligning with findings by Karayol and Eroğlu (2020). Likewise, no statistically significant differences emerged based on the type of team sport (e.g., football vs. basketball, volleyball, handball) or athlete age group ( $p > 0.05$ ), corroborating earlier work by Yalçınkaya et al. (2021). In contrast, years of sports experience significantly influenced nearly all subdimensions of injury anxiety (except reinjury anxiety) and career termination anxiety ( $p < 0.001$ ). Athletes with shorter sport careers (1–3 years) reported significantly lower anxiety levels compared to those with longer careers. This aligns with Budak et al. (2020), who found that prolonged sport engagement is associated with increased anxiety levels, likely due to cumulative stress and injury exposure. The regression analysis confirmed that injury anxiety significantly predicted career termination anxiety ( $R^2 = 0.351$ ,  $F(1,201) = 108.894$ ,  $p < 0.001$ ). The model demonstrated that each unit increase in injury anxiety score led to a 0.979 increase in career termination anxiety. The results underscore that injury anxiety is not a standalone concern but a key contributor to athletes' broader psychological well-being and career trajectory. Previous research indicates that athletes with strong athletic identities and limited coping strategies are more vulnerable to distress during sport career termination (Alfermann & Stambulova, 2007; Lally, 2007). The current study extends this understanding by establishing a direct statistical link between injury-related anxieties and career-ending concerns. While gender, age, and sport type did not significantly alter anxiety levels in this sample, years of experience clearly emerged as a differentiator. This suggests that accumulated exposure to competitive pressures and injury history may compound career-related fears (Gouttebarger et al., 2019). These findings also support the literature indicating that athletes with longer sport histories often face greater difficulty detaching from their sport identities (Lavallee & Robinson, 2007), especially when the termination is unplanned or injury-induced (Park et al., 2013). Furthermore, the psychological implications of anxiety in sports are echoed by Correia and Rosado (2019), who emphasized gender-specific vulnerabilities, and by Doğan and İmamoğlu (2020), who stressed the role of psychological resilience in overcoming distress. Therefore, reducing injury anxiety through psychological interventions, resilience training, and early career planning may serve as effective strategies to alleviate career termination anxiety. This study concludes that injury anxiety is a significant psychological

factor influencing career termination anxiety among team athletes. The relationship is particularly pronounced for athletes with extended sport experience, regardless of gender or sport type. These findings highlight the importance of addressing psychological readiness and injury management in athlete development programs. Coaches, sport psychologists, and institutions should prioritize early intervention strategies to mitigate injury-related fears and ensure smoother career transitions. Future studies are encouraged to include larger and more diverse athlete samples, as well as longitudinal designs, to better understand the dynamic interplay between anxiety, injury, and athletic career progression.

**Keywords:** Team Athletes, Injury, Anxiety, Career Termination

**Öz:** Bu araştırmanın temel amacı, takım sporlarıyla uğraşan sporcuların yaralanma kaygısı düzeylerinin kariyer sonlanma kaygılarına olan etkisini incelemektir. Bu doğrultuda, farklı branşlarda faaliyet gösteren toplam 203 takım sporcusuna “Yaralanma Kaygısı Ölçeği” ile “Kariyer Sonlanma Kaygısı Ölçeği” uygulanmıştır. Elde edilen veriler doğrultusunda cinsiyet, spor branşı, yaş kategorisi ve sporculuk süresi gibi demografik değişkenlere göre farklılık analizleri gerçekleştirilmiş; ikili karşılaştırmalarda bağımsız örneklem için t-testi, çoklu karşılaştırmalarda ise tek yönlü ANOVA ve farkın yönünü belirlemek için LSD testi kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, cinsiyete göre “Zayıf Algılama Kaygısı” ve “Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı” alt boyutlarında anlamlı düzeyde fark bulunmuştur ( $p<0,05$  ve  $p<0,001$ ). Ancak toplam yaralanma kaygısı puanı ve kariyer sonlanma kaygısı düzeyleri cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermemiştir ( $p>0,05$ ). Futbol ve diğer takım sporları (basketbol, voleybol, hentbol) arasında, yarışma durumu ve yaş kategorilerine göre hem yaralanma kaygısı hem de kariyer sonlanma kaygısı açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ( $p>0,05$ ). Buna karşın, sporculuk süresine (spor yaşı) göre, yalnızca “Yeniden Yaralanma Kaygısı” alt boyutu dışında kalan tüm alt boyutlar, toplam yaralanma kaygısı puanları ve kariyer sonlanma kaygısı düzeylerinde anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır ( $p<0,05$  ve  $p<0,001$ ). Regresyon analizleri sonucunda, yaralanma kaygısının kariyer sonlanma kaygısı üzerinde anlamlı ve pozitif bir etkisi olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu, sporcularda yaralanma ile ilgili yaşanan kaygıların, gelecekteki kariyerlerini sürdürme konusunda ciddi endişelere neden olabileceğini göstermektedir. Sonuç olarak, takım sporcularının yaralanma kaygı düzeylerinin, kariyer sonlanma kaygıları üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunduğu ortaya konmuştur. Ayrıca, cinsiyet, yaş ve spor branşı gibi değişkenlere göre yaralanma ve kariyer kaygısı benzer seviyelerde gözlemlenirken, spor yaşı bu kaygılar üzerinde belirleyici bir değişken olarak öne çıkmıştır. Sporcularda kariyer sonlanma kaygılarını azaltmaya yönelik yapılacak müdahalelerde, yaralanma kaygısını azaltıcı stratejilerin geliştirilmesi büyük önem taşımaktadır. Gelecekte yapılacak çalışmaların daha geniş örneklem, farklı spor branşları ve değişkenler üzerinden yürütülmesi önerilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Takım sporcuları, Yaralanma, Kaygı, Kariyer Sonlanması

## Giriş

Kaygı, bireylerin yaşamlarının çeşitli dönemlerinde ve gelecekte karşılaşılabilecekleri zorluklara ilişkin düşünceler sonucunda ortaya çıkan; güvensizlik, belirsizlik ve içsel çatışma gibi duygular eşliğinde hissedilen psikolojik bir tepkidir (Budak ve ark., 2020). Aynı zamanda, tehdit veya problem durumlarında bireyde savunma mekanizması işlevi gören içsel bir koruma refleksi olarak da değerlendirilebilir. Bu durum, bireyin çeşitli çevresel ve bireysel etkenlerden etkilenerek baskı altında hissetmesine ve kaygı düzeyinin artmasına yol açabilir (Ölçücü & Dereceli, 2023).

Sporcular, kariyer süreçlerinde antrenör, aile ve takım arkadaşları gibi dışsal kaynaklardan gelen baskıların yanı sıra; sakatlanma, performans kaygısı ve başarısızlık korkusu gibi psikolojik stres faktörleriyle de karşı karşıya kalmaktadır. Bununla birlikte, bireyin kendi içsel düşüncelerinin ve bu düşüncelerden doğan psikolojik baskıların sporcu üzerindeki etkisinin daha belirleyici olduğu belirtilmektedir (Caz ve ark., 2019). Spor yaralanması kaygısı, yaralanma riskinin mümkün ya da muhtemel olarak algılandığı durumlarda zihinsel baskı ile birlikte yorgunluk ve ağrı gibi fiziksel belirtiler karşısında gösterilen aşırı kaygı tepkisi eğilimi olarak tanımlanabilir. Bu kaygı düzeyi, sporcunun geçmişte yaşadığı sakatlık deneyimlerinden, yaralanmanın ciddiyetinden, spora dönüş sürecinden ve bireysel farklılıklardan etkilenebilmektedir (Budak ve ark., 2020). Sporun yüksek düzeyde stres ve kaygı oluşturma potansiyeli dikkate alındığında, çeşitli psikolojik stratejilerin

uygulanması anksiyete yönetimi açısından önem taşımaktadır (Ford ve ark., 2017). Kariyer, bireyin yaşamında önemli bir yer tutar ve yalnızca mesleki bir süreç değil; bireyin geleceğe yönelik beklentilerini, hedeflerini ve karşılaştığı risklerle başa çıkma biçimini de kapsayan çok yönlü bir gelişim sürecidir (Özkan ve ark., 2023). Sporcularda kariyer kaygısı, yoğun fiziksel antrenmanlar, müsabaka stresi, psikolojik baskılar, galibiyet-mağlubiyet endişesi, bireysel/toplumsal beklentiler, yetersizlik duygusu ve tükenmişlik gibi çok sayıda faktörle ilişkilidir (Toy, 2021). Bu kaygı, bireyin kariyerine dair tehdit algısıyla bağlantılı olarak belirsizlikleri yönetme konusundaki yetersizlik hissinden kaynaklanabilir (Pisarik ve ark., 2017). Spor kariyeri; bireyin spora katılımıyla başlayıp, gelişimsel aşamalardan geçerek ve spordan ayrılma ile sona eren dinamik bir süreçtir (Wylleman ve ark., 2004). Bu sürecin niteliği, spordan gönüllü ayrılma durumu, sportif kimlik düzeyi, sportif başarıların kişisel değerlendirmesi ve spordan sonraki yaşama dair planlama düzeyine bağlı olarak değişebilir (Cecić-Erpić ve ark., 2004). Araştırmalar, spor kariyerinin sonlandırılma sürecinin stres, geçiş zorlukları, kimlik krizi ve kayıp duygusu gibi psikolojik sonuçlar doğurabileceğini göstermektedir. Bu sürece verilen tepkilerin şiddeti ise bireysel özelliklere bağlı olarak farklılık göstermektedir. Sporcuların bu süreci sağlıklı şekilde yönetebilmeleri; eğitim, yeterlilik geliştirme ve başa çıkma stratejileri gibi kişisel kaynakların yanı sıra sosyal ve maddi destek gibi dışsal kaynakları da etkili kullanmalarına bağlıdır. Özellikle sportif kimlikle kurulan yüksek düzeyde özdeşleşme, kariyerin erken dönemlerinde motivasyon kaynağı olsa da, spordan kopma sürecinde uyum zorluğu yaratabilmektedir (Alfermann ve ark., 2004; Cecić-Erpić ve ark., 2004; Pica ve ark., 2019). Takım sporcularında görülen yaralanma kaygısı, kariyerin sonlanacağına dair düşünceleri tetikleyerek umutsuzluk hissini artırabilir. Bu durum, optimal performansa ulaşmayı engellerken, iyileşme sürecinde sabır göstermek sporcuların psikolojik dayanıklılıklarını ve kariyerlerini sürdürebilme olasılıklarını artırabilir (Yamak & İmamoğlu, 2019; Doğan & İmamoğlu, 2020; Yamaner ve ark., 2020). Bu çalışmanın amacı, takım sporcularının yaralanma kaygı düzeylerinin kariyer sonlanma kaygılarına etkisini incelemektir.

### Yöntem

Verilerin toplanması ve katılımcılar: Araştırmanın evrenini takım sporlarıyla ilgilenen bireyler oluşturmaktadır. Örneklem grubunu ise tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilen ve takım sporlarında aktif olarak mücadele eden 203 sporcu oluşturmaktadır. Bu sporcular aynı zamanda üniversitelerin spor bilimleri fakültelerinde öğrenim görmekte olan öğrencilerdir. Veri toplama süreci öncesinde, katılımcılara araştırmanın amacı açıklanmış ve anketin uygulanması sürecinde dikkat edilmesi gereken hususlar hakkında gerekli bilgilendirme yapılmıştır. Anketler, 22 Ekim 2024 ile 22 Kasım 2024 tarihleri arasında hem çevrimiçi (Google Forms aracılığıyla) hem de fiziksel ortamda yüz yüze uygulanmış, tüm katılımlar gönüllülük esasına dayalı olarak gerçekleştirilmiştir.

### Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu ve 2 adet ölçek kullanılacaktır. Kişisel bilgi form soruları yaş, cinsiyet, spor yaşı, branş, sorularından oluşmaktadır. Araştırmada 2 farklı ölçek kullanılmıştır.

Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği: Caz ve ark., (2019) tarafından geliştirilmiş olan ölçek 19 soru ve 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar, yeteneğini kaybetme kaygısı, zayıf algılanma kaygısı, acı çekme kaygısı, hayal kırıklığına uğratma kaygısı, sosyal desteği kaybetme kaygısı ve yeniden yaralanma kaygısı olarak isimlendirilmiştir. Ölçek maddelerine verilen cevaplar 5’li likert tipinde olup, “Kesinlikle katılmıyorum (1)”, “katılmıyorum (2)”, “kararsızım (3)”, “katılıyorum (4)” ve “kesinlikle katılıyorum (5)” şeklinde değerlendirilmektedir. Alt ölçeklerin Cronbach  $\alpha$  katsayıları yeteneğini kaybetme kaygısı faktörü için 0,724, zayıf algılanma kaygısı için 0.645, acı çekme kaygısı için 0.780, hayal kırıklığına uğratma kaygısı için 0.876, yeniden yaralanma kaygısı faktörü için 0.608, sosyal desteği kaybetme kaygısı faktörü için ise 0.812 olarak hesaplanmıştır. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Herhangi bir alt ölçekten alınan puan yükseldikçe sporcunun yaralanma

kaygısının ilgili boyutunun da yükseleceği sonucuna varılmaktadır. Alt boyuttan alınabilecek toplam puan 3-15 arasında değişmektedir. Düşük-orta-yüksek gibi herhangi bir derecelendirme söz konusu olmasa da, spor yaralanması kaygısı ölçeğinden yüksek puan alan bir sporcunun daha düşük puan alan bir sporcuya göre yeteneğini kaybetme kaygısının daha yüksek olduğu sonucuna varılmaktadır (Caz ve ark., 2019).

**Sporcularda Kariyer Sonlanma Kaygısı Ölçeği:** Sporcularda kariyer sonlanma kaygısı ölçeği Özkan ve ark., (2023) tarafından geliştirilmiş olup, sporcuların kariyer sonlandırma sürecine ilişkin kaygı düzeylerini ölçmeyi amaçlayan bir araçtır. Bu ölçek, bireylerin kariyer sonlanma sürecinde yaşadıkları psikolojik kaygı düzeylerini belirlemeye yönelik olarak yapılandırılmıştır. Ölçek, üç alt boyuttan oluşmakta olup toplamda 22 madde içermektedir. Ölçeğin alt boyutları şu şekilde tanımlanmıştır:

\*Benlik Yitimi/Öz kimlik kaybı (1., 2., 6., 7., 11., 12., 16. ve 17. maddeler): Spor kariyerinin sona ermesiyle bireyin benlik ve kimlik algısında yaşanan değişimleri yansıtır.

\*Kariyerin Erken Sonlanması Korkusu (3., 4., 8., 9., 13., 14., 18., 19. ve 21. maddeler): Spor kariyerinin öngörülenden daha erken bir dönemde sona ermesine ilişkin duyulan endişeyi ifade eder.

\*Kariyeri Tamamlama Arzusu (5., 10., 15., 20. ve 22. maddeler): Bireyin spor kariyerini planladığı ve tatmin edici bir biçimde sonlandırma isteğini temsil eder. Bu boyutta yer alan maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçek, beşli Likert tipi bir derecelendirme sistemine sahiptir: 1 = Tamamen Katılıyorum, 2 = Katılıyorum, 3 = Kararsızım, 4 = Katılmıyorum, 5 = Tamamen Katılmıyorum. Her alt boyut için alınabilecek puan aralıkları şu şekildedir:

\*Benlik Yitimi: 8 ile 40 puan,

\*Kariyerin Erken Sonlanması Korkusu: 9 ile 45 puan,

\*Kariyeri Tamamlama Arzusu: 5 ile 25 puan.

Elde edilen puanların yüksek olması, sporcuların kariyer sonlanma sürecine ilişkin kaygı düzeylerinin de yüksek olduğunu göstermektedir. Başka bir ifadeyle, ölçekte elde edilen puanlar arttıkça, sporcuların kariyer sonlanmasına ilişkin yaşadıkları psikolojik kaygı düzeyi de artış göstermektedir (Özkan ve ark., 2023). Bu çalışmada kariyer sonlanma kaygısı Cronbach Alfa değeri 0,89 olarak bulunmuştur.

### İstatistiksel Analiz

Araştırmada elde edilen nicel verilerin analizi için SPSS 27,00 paket programı kullanılmıştır. Elde edilen farklar arasındaki anlamlılığı test etmek için parametrik test varsayımları sağlandığından ikili grupların karşılaştırılmasında bağımsız gruplar t- testi, ikiden fazla grup karşılaştırılmasında ANOVA ve farklılığın olduğu durumlarda farklılığın kimin lehine olduğunu tespit edebilmek için de LSD testi kullanılmıştır.

### Etik Rapor

Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulunun 29.11.2024 tarih ve 10 sayılı toplantısında 2024-1059 sayılı karar ile 215082 sayılı dilekçeye istinaden “Takım Sporcularının Yaralanma Kaygı Durumlarının Kariyer Sonlanma Kaygılarına Etkisi” başlıklı onay çerçevesinde yapılmıştır.

**Bulgular****Tablo 1:** Cinsiyete Göre Yaralanma ve Kariyer Sonlanma Kaygılarının Karşılaştırılması

| Ölçekler ve Boyutlar              | Cinsiyet | n   | Ortalama | St. sapma | t     | p       |
|-----------------------------------|----------|-----|----------|-----------|-------|---------|
| Yeteneği Kaybetme Kaygısı         | Erkek    | 101 | 8,17     | 3,06      | -1,72 | 0,086   |
|                                   | Kadın    | 102 | 8,97     | 3,54      |       |         |
| Zayıf Algılama Kaygısı            | Erkek    | 101 | 8,29     | 3,98      | 3,37  | 0,001** |
|                                   | Kadın    | 102 | 6,62     | 3,00      |       |         |
| Açı Çekme Kaygısı                 | Erkek    | 101 | 10,79    | 1,81      | -0,24 | 0,809   |
|                                   | Kadın    | 102 | 10,85    | 1,76      |       |         |
| Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı | Erkek    | 101 | 8,37     | 3,43      | 0,61  | 0,539   |
|                                   | Kadın    | 102 | 8,06     | 3,67      |       |         |
| Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı   | Erkek    | 101 | 7,04     | 3,30      | 2,63  | 0,009*  |
|                                   | Kadın    | 102 | 5,95     | 2,55      |       |         |
| Yeniden Yaralanma Kaygısı         | Erkek    | 101 | 13,25    | 4,35      | -0,29 | 0,771   |
|                                   | Kadın    | 102 | 13,43    | 4,64      |       |         |
| Yaralanma Kaygısı Toplam          | Erkek    | 101 | 55,90    | 12,48     | 1,05  | 0,293   |
|                                   | Kadın    | 102 | 53,88    | 14,70     |       |         |
| Benlik Yitimi                     | Erkek    | 101 | 24,67    | 9,12      | -0,70 | 0,484   |
|                                   | Kadın    | 102 | 25,61    | 9,85      |       |         |
| Kariyer Erken Sonlanma Korkusu    | Erkek    | 101 | 27,84    | 9,72      | -0,46 | 0,643   |
|                                   | Kadın    | 102 | 28,49    | 10,16     |       |         |
| Kariyer Tamamlama Arzusu          | Erkek    | 101 | 12,34    | 4,56      | -0,71 | 0,485   |
|                                   | Kadın    | 102 | 12,80    | 4,93      |       |         |
| Kariyer Sonlanma Kaygısı Toplam   | Erkek    | 101 | 64,85    | 22,54     | -0,62 | 0,265   |
|                                   | Kadın    | 102 | 66,90    | 24,34     |       |         |

\*p&lt;0,05 ve p&lt;0,001

Tablo 1’de, cinsiyete göre yapılan karşılaştırmalarda özellikle “Zayıf Algılama Kaygısı” ve “Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı” boyutlarında anlamlı farklar gözlemlenmiştir. Erkek sporcuların, zayıf algılanmaya ilişkin kaygı düzeyleri kadın sporculara kıyasla anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ( $p<0,001$ ). Bu durum, erkek sporcuların spor ortamında güçlü ve yeterli görünme baskısını daha yoğun yaşadıklarını düşündürmektedir. Benzer şekilde, sosyal desteği kaybetme kaygısı da erkeklerde kadınlara göre anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Bu bulgu, özellikle erkeklerin takım içi kabul görme, rolünü kaybetme veya dışlanma gibi sosyal risklere karşı daha duyarlı olabileceğini göstermektedir. Öte yandan, yaralanma kaygısının diğer alt boyutları ile toplam puanı ve kariyer sonlanma kaygısına ilişkin hiçbir alt boyutta cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır ( $p>0,05$ ). Bu sonuç, genel kaygı düzeylerinin benzer olduğunu; ancak erkek sporcuların belirli sosyal ve öznel boyutlarda daha kırılgan olabileceğini düşündürmektedir.

**Tablo 2:** Futbol ve Diğer Takım Sporlarında Yarışma Durumuna Yapma Durumuna Göre Yaralanma ve Kariyer Sonlanma Kaygılarının Karşılaştırılması

| Ölçekler ve Boyutlar              | Spor türü                      | N   | Ortalama | St. sapma | t     | p     |
|-----------------------------------|--------------------------------|-----|----------|-----------|-------|-------|
| Yeteneği Kaybetme Kaygısı         | Futbol                         | 103 | 8,30     | 3,54      | -1,18 | 0,201 |
|                                   | Basketbol, voleybol ve hentbol | 100 | 8,85     | 3,09      |       |       |
| Zayıf Algılama Kaygısı            | Futbol                         | 103 | 7,28     | 3,68      | -0,66 | 0,506 |
|                                   | Basketbol, voleybol ve hentbol | 100 | 7,62     | 3,55      |       |       |
| Açı Çekme Kaygısı                 | Futbol                         | 103 | 10,91    | 1,80      | 0,72  | 0,467 |
|                                   | Basketbol, voleybol ve hentbol | 100 | 10,73    | 1,76      |       |       |
| Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı | Futbol                         | 103 | 8,25     | 3,63      | 0,17  | 0,869 |
|                                   | Basketbol, voleybol ve hentbol | 100 | 8,17     | 3,49      |       |       |
| Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı   | Futbol                         | 103 | 6,44     | 2,84      | -0,27 | 0,888 |
|                                   | Basketbol, voleybol ve hentbol | 100 | 6,55     | 3,14      |       |       |
| Yeniden Yaralanma Kaygısı         | Futbol                         | 103 | 13,24    | 4,67      | -0,31 | 0,755 |
|                                   | Basketbol, voleybol ve hentbol | 100 | 13,44    | 4,32      |       |       |
| Yaralanma Kaygısı Toplam          | Futbol                         | 103 | 54,43    | 15,03     | -0,48 | 0,628 |
|                                   | Basketbol, voleybol ve hentbol | 100 | 55,36    | 12,11     |       |       |
| Benlik Yitimi                     | Futbol                         | 103 | 25,05    | 10,28     | -0,14 | 0,866 |
|                                   | Basketbol, voleybol ve hentbol | 100 | 25,24    | 8,64      |       |       |
| Kariyer Erken Sonlanma Korkusu    | Futbol                         | 103 | 27,63    | 10,89     | -0,78 | 0,436 |
|                                   | Basketbol, voleybol ve hentbol | 100 | 28,72    | 8,85      |       |       |
| Kariyer Tamamlama Arzusu          | Futbol                         | 103 | 12,52    | 5,14      | -0,15 | 0,886 |
|                                   | Basketbol, voleybol ve hentbol | 100 | 12,62    | 4,32      |       |       |
| Kariyer Sonlanma Kaygısı Toplam   | Futbol                         | 103 | 65,20    | 25,55     | -0,42 | 0,677 |
|                                   | Basketbol, voleybol ve hentbol | 100 | 66,58    | 21,13     |       |       |

Tablo 2’de, futbol ve diğer takım sporları (basketbol, voleybol, hentbol) yapan sporcuların yaralanma ve kariyer sonlanma kaygısı düzeyleri karşılaştırılmıştır. Yapılan t-testi analizlerine göre, ölçülen hiçbir boyutta istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit

edilmemiştir ( $p>0,05$ ). Bu durum, spor dalı farklılıklarının bireylerin kaygı düzeyleri üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olmadığını ortaya koymaktadır. “Yeteneği Kaybetme Kaygısı”, “Zayıf Algılama Kaygısı”, “Yeniden Yaralanma Kaygısı” gibi yaralanmaya ilişkin temel boyutlar ile “Kariyer Erken Sonlanma Korkusu” ve “Benlik Yitimi” gibi kariyer kaygısı alt boyutlarında grup ortalamaları birbirine oldukça yakın seyretmiştir. Bu sonuç, futbol gibi yoğun temaslı bir branş ile daha az temas içeren diğer takım sporları arasında psikolojik kaygılar açısından anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir.

**Tablo 3:** Yaş Kategorisi Durumuna Göre Yaralanma ve Kariyer Sonlanma Kaygılarının Karşılaştırılması

| Ölçekler ve Boyutlar              | Yaş Kategorisi | n   | Ortalama | St.sapma | f    | p     |
|-----------------------------------|----------------|-----|----------|----------|------|-------|
| Yeteneği Kaybetme Kaygısı         | 18-20          | 104 | 8,25     | 3,23     | 1,46 | 0,233 |
|                                   | 21-23          | 86  | 9,03     | 3,49     |      |       |
|                                   | 24 -26         | 13  | 8,08     | 2,84     |      |       |
|                                   | Toplam         | 203 | 8,57     | 3,33     |      |       |
| Zayıf Algılama Kaygısı            | 18-20          | 104 | 7,15     | 3,48     | 1,60 | 0,204 |
|                                   | 21-23          | 86  | 7,57     | 3,81     |      |       |
|                                   | 24 -26         | 13  | 9,00     | 3,00     |      |       |
|                                   | Toplam         | 203 | 7,45     | 3,61     |      |       |
| Açı Çekme Kaygısı                 | 18-20          | 104 | 10,88    | 1,77     | 0,12 | 0,880 |
|                                   | 21-23          | 86  | 10,76    | 1,85     |      |       |
|                                   | 24 -26         | 13  | 10,77    | 1,48     |      |       |
|                                   | Toplam         | 203 | 10,82    | 1,78     |      |       |
| Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı | 18-20          | 104 | 8,62     | 3,24     | 1,39 | 0,250 |
|                                   | 21-23          | 86  | 7,77     | 3,96     |      |       |
|                                   | 24 -26         | 13  | 7,92     | 2,84     |      |       |
|                                   | Toplam         | 203 | 8,21     | 3,55     |      |       |
| Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı   | 18-20          | 104 | 6,13     | 2,72     | 1,55 | 0,214 |
|                                   | 21-23          | 86  | 6,85     | 3,32     |      |       |
|                                   | 24 -26         | 13  | 7,00     | 2,52     |      |       |
|                                   | Toplam         | 203 | 6,49     | 2,99     |      |       |
| Yeniden Yaralanma Kaygısı         | 18-20          | 104 | 13,75    | 4,24     | 1,21 | 0,298 |
|                                   | 21-23          | 86  | 12,77    | 4,89     |      |       |
|                                   | 24 -26         | 13  | 13,85    | 3,41     |      |       |
|                                   | Toplam         | 203 | 13,34    | 4,49     |      |       |
| Yaralanma Kaygısı Toplam          | 18-20          | 104 | 54,79    | 12,87    | 0,11 | 0,895 |
|                                   | 21-23          | 86  | 54,74    | 14,89    |      |       |
|                                   | 24 -26         | 13  | 56,62    | 11,84    |      |       |
|                                   | Toplam         | 203 | 54,89    | 13,65    |      |       |
| Benlik Yitimi                     | 18-20          | 104 | 25,00    | 9,75     | 0,68 | 0,503 |
|                                   | 21-23          | 86  | 25,72    | 9,05     |      |       |
|                                   | 24 -26         | 13  | 22,46    | 10,40    |      |       |
|                                   | Toplam         | 203 | 25,14    | 9,48     |      |       |
| Kariyer Erken Sonlanma Korkusu    | 18-20          | 104 | 27,88    | 9,99     | 0,21 | 0,806 |
|                                   | 21-23          | 86  | 28,66    | 9,95     |      |       |
|                                   | 24 -26         | 13  | 27,15    | 9,87     |      |       |
|                                   | Toplam         | 203 | 28,17    | 9,93     |      |       |
| Kariyer Tamamlama Arzusu          | 18-20          | 104 | 12,50    | 4,87     | 0,69 | 0,504 |
|                                   | 21-23          | 86  | 12,86    | 4,52     |      |       |
|                                   | 24 -26         | 13  | 11,23    | 5,20     |      |       |
|                                   | Toplam         | 203 | 12,57    | 4,74     |      |       |



|                  |        |     |       |       |      |       |
|------------------|--------|-----|-------|-------|------|-------|
|                  | 18-20  | 104 | 65,38 | 23,83 |      |       |
| Kariyer Sonlanma | 21-23  | 86  | 67,24 | 22,86 |      |       |
| Kaygısı Toplam   | 24 -26 | 13  | 60,85 | 24,91 | 0,46 | 0,628 |
|                  | Toplam | 203 | 65,88 | 23,43 |      |       |

Tablo 3’te, sporcuların yaş kategorilerine göre yaralanma ve kariyer sonlanma kaygısı düzeyleri incelenmiştir. Yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına göre, hem yaralanma kaygısı hem de kariyer sonlanma kaygısına ait alt boyutlarda ve toplam puanlarda istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p>0,05$ ). Bu durum, 18–20, 21–23 ve 24–26 yaş aralıklarındaki sporcuların kaygı düzeylerinin benzerlik gösterdiğini ortaya koymaktadır. “Yaralanma Kaygısı Toplam” puanlarının oldukça yakın olması (54,79 – 56,62) ve benzer şekilde “Kariyer Sonlanma Kaygısı Toplam” puanlarında da belirgin bir sapma gözlenmemesi (60,85 – 67,24), yaşı bu tür kaygıların oluşumunda belirleyici bir faktör olmadığını düşündürmektedir. Bu sonuç, sporcularda yaralanma ya da kariyerin sona erme düşüncesine yönelik kaygının sadece yaşla değil, belki de deneyim, travma geçmişi, sosyal destek, performans baskısı gibi daha karmaşık psikolojik ve çevresel etkenlerle ilişkili olduğunu göstermektedir.

**Tablo 4:** Spor Yaşı Kategorisine Göre Yaralanma ve Kariyer Sonlanma Kaygılarının Karşılaştırılması

| Ölçekler ve Boyutlar              | Spor yaşı           | n   | Ortalama | St.sapma | F/LSD           | p        |
|-----------------------------------|---------------------|-----|----------|----------|-----------------|----------|
| Yeteneği Kaybetme Kaygısı         | 1-3 yıl (1)         | 36  | 6,58     | 3,03     | 5,64<br>1<2,3,4 | <0,001** |
|                                   | 4-6 yıl (2)         | 44  | 8,80     | 3,51     |                 |          |
|                                   | 7-9 yıl (3)         | 70  | 9,04     | 3,21     |                 |          |
|                                   | 10 yıl ve üzeri (4) | 53  | 9,11     | 3,11     |                 |          |
|                                   | Toplam              | 203 | 8,57     | 3,33     |                 |          |
| Zayıf Algılama Kaygısı            | 1-3 yıl (1)         | 36  | 6,42     | 3,06     | 3,68<br>1,2<3   | 0,013*   |
|                                   | 4-6 yıl (2)         | 44  | 6,61     | 3,07     |                 |          |
|                                   | 7-9 yıl (3)         | 70  | 8,44     | 3,83     |                 |          |
|                                   | 10 yıl ve üzeri (4) | 53  | 7,53     | 3,80     |                 |          |
|                                   | Toplam              | 203 | 7,45     | 3,61     |                 |          |
| Açı Çekme Kaygısı                 | 1-3 yıl (1)         | 36  | 10,17    | 1,70     | 2,94<br>1<2,4   | 0,034*   |
|                                   | 4-6 yıl (2)         | 44  | 11,14    | 1,82     |                 |          |
|                                   | 7-9 yıl (3)         | 70  | 10,70    | 1,63     |                 |          |
|                                   | 10 yıl ve üzeri (4) | 53  | 11,17    | 1,90     |                 |          |
|                                   | Toplam              | 203 | 10,82    | 1,78     |                 |          |
| Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı | 1-3 yıl (1)         | 36  | 7,17     | 3,36     | 3,23<br>1,3<4   | 0,023*   |
|                                   | 4-6 yıl (2)         | 44  | 8,16     | 3,38     |                 |          |
|                                   | 7-9 yıl (3)         | 70  | 7,90     | 3,70     |                 |          |
|                                   | 10 yıl ve üzeri (4) | 53  | 9,38     | 3,40     |                 |          |
|                                   | Toplam              | 203 | 8,21     | 3,55     |                 |          |
| Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı   | 1-3 yıl (1)         | 36  | 5,56     | 1,99     | 3,74<br>3>1,2,4 | 0,012*   |
|                                   | 4-6 yıl (2)         | 44  | 6,25     | 2,81     |                 |          |
|                                   | 7-9 yıl (3)         | 70  | 7,39     | 3,44     |                 |          |
|                                   | 10 yıl ve üzeri (4) | 53  | 6,15     | 2,81     |                 |          |
|                                   | Toplam              | 203 | 6,49     | 2,99     |                 |          |
| Yeniden Yaralanma Kaygısı         | 1-3 yıl (1)         | 36  | 12,00    | 4,46     | 1,92            | 0,128    |
|                                   | 4-6 yıl (2)         | 44  | 13,59    | 4,28     |                 |          |
|                                   | 7-9 yıl (3)         | 70  | 13,17    | 4,54     |                 |          |
|                                   | 10 yıl ve üzeri (4) | 53  | 14,26    | 4,51     |                 |          |
|                                   | Toplam              | 203 | 13,34    | 4,49     |                 |          |
|                                   | 1-3 yıl (1)         | 36  | 47,89    | 14,08    | 4,47            | 0,005*   |

|                                 |                     |     |       |       |                 |        |
|---------------------------------|---------------------|-----|-------|-------|-----------------|--------|
| Yaralanma Kaygısı Toplam        | 4-6 yıl (2)         | 44  | 54,55 | 13,61 | 1<2,3,4         |        |
|                                 | 7-9 yıl (3)         | 70  | 56,64 | 11,93 |                 |        |
|                                 | 10 yıl ve üzeri (4) | 53  | 57,60 | 14,23 |                 |        |
|                                 | Toplam              | 203 | 54,89 | 13,65 |                 |        |
| Benlik Yitimi                   | 1-3 yıl (1)         | 36  | 21,16 | 10,31 | 4,07<br>1<2,3,4 | 0,008* |
|                                 | 4-6 yıl (2)         | 44  | 24,27 | 9,43  |                 |        |
|                                 | 7-9 yıl (3)         | 70  | 25,89 | 8,70  |                 |        |
|                                 | 10 yıl ve üzeri (4) | 53  | 27,92 | 9,11  |                 |        |
|                                 | Toplam              | 203 | 25,14 | 9,48  |                 |        |
| Kariyer Erken Sonlanma Korkusu  | 1-3 yıl (1)         | 36  | 23,32 | 10,63 | 4,29<br>1<2,3,4 | 0,006* |
|                                 | 4-6 yıl (2)         | 44  | 28,86 | 9,54  |                 |        |
|                                 | 7-9 yıl (3)         | 70  | 28,69 | 9,71  |                 |        |
|                                 | 10 yıl ve üzeri (4) | 53  | 30,53 | 9,03  |                 |        |
|                                 | Toplam              | 203 | 28,17 | 9,93  |                 |        |
| Kariyer Tamamlama Arzusu        | 1-3 yıl (1)         | 36  | 10,58 | 5,16  | 4,13<br>1<2,3,4 | 0,007* |
|                                 | 4-6 yıl (2)         | 44  | 12,14 | 4,71  |                 |        |
|                                 | 7-9 yıl (3)         | 70  | 12,94 | 4,35  |                 |        |
|                                 | 10 yıl ve üzeri (4) | 53  | 13,96 | 4,56  |                 |        |
|                                 | Toplam              | 203 | 12,57 | 4,74  |                 |        |
| Kariyer Sonlanma Kaygısı Toplam | 1-3 yıl (1)         | 36  | 55,05 | 25,39 | 4,30<br>1<2,3,4 | 0,006  |
|                                 | 4-6 yıl (2)         | 44  | 65,27 | 23,07 |                 |        |
|                                 | 7-9 yıl (3)         | 70  | 67,53 | 22,18 |                 |        |
|                                 | 10 yıl ve üzeri (4) | 53  | 72,41 | 21,61 |                 |        |
|                                 | Toplam              | 203 | 65,88 | 23,43 |                 |        |

Tablo 4’te, spor yaşı kategorisine göre yapılan karşılaştırmalarda hem yaralanma kaygısı hem de kariyer sonlanma kaygısına ilişkin çok sayıda boyutta anlamlı farklar tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Genel olarak 1–3 yıl arası spor geçmişine sahip olan sporcular, hem yaralanma hem de kariyer sonlanma kaygısı açısından en düşük ortalamalara sahip grubu oluşturmuştur. Özellikle “Yeteneği Kaybetme Kaygısı”, “Açı Çekme Kaygısı”, “Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı” ve “Kariyer Erken Sonlanma Korkusu” gibi temel boyutlarda 1. grup, diğer tüm gruplara göre anlamlı düzeyde daha düşük kaygı bildirmiştir. Bu durum, spor yaşının artmasıyla birlikte spora yönelik bağlılığın, kimlikleşmenin ve aynı zamanda performans baskısının arttığını göstermektedir. Özellikle 10 yıl ve üzeri deneyime sahip sporcuların “Benlik Yitimi” ve “Kariyer Tamamlanma Arzusu” puanlarının diğer gruplara göre yüksek olması, spora duyulan bağlılığın hem motivasyonel hem de kaygı yönünden daha yoğun yaşandığını ortaya koymaktadır.

**Tablo 5:** Yaralanma Kaygı Durumunun Kariyer Sonlanma Kaygı Durumu Üzerine Etkisi

| Değişkenler       | B      | St.hata | R <sup>2</sup> | t      | p     |
|-------------------|--------|---------|----------------|--------|-------|
| Sabit             | 11,621 | 5,307   | 0,351          | 2,190  | 0,030 |
| Yaralanma kaygısı | 0,979  | 0,094   |                | 10,435 | 0,000 |

Bağımlı değişken: Kariyer sonlanma kaygısı

Tablo 5’te yer alan basit doğrusal regresyon analizi sonucuna göre, sporcuların yaralanma kaygı düzeylerinin kariyer sonlanma kaygısı üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu bulunmuştur ( $R^2 = 0,351$ ). Model genel olarak istatistiksel açıdan anlamlıdır ( $p<0,001$ ) ve yaralanma kaygısı, kariyer sonlanma kaygısındaki toplam varyansın yaklaşık %35’ini açıklamaktadır. Bu oldukça güçlü bir etkidir ve değişkenler arası ilişki düzeyinin orta-yüksek seviyede olduğunu göstermektedir. Regresyon katsayısı ( $B = 0,979$ ) incelendiğinde, yaralanma kaygısındaki her bir birimlik artışın kariyer sonlanma kaygısını yaklaşık 0,98 birim artırdığı görülmektedir. Başka bir deyişle, yaralanma kaygısı yükseldikçe, sporcuların

kariyerlerinin beklenenden önce veya istenmeyen şekilde sonlanacağına dair hissettikleri endişe düzeyi de anlamlı biçimde artmaktadır. Bu bulgu, yaralanma riskinin yalnızca fiziksel değil, aynı zamanda bilişsel ve duygusal sonuçları olduğunu göstermektedir.

### Tartışma ve Sonuç

Bazı araştırmalarda, kadınların erkeklere kıyasla daha yüksek düzeyde yaralanma kaygısı yaşadıkları ifade edilmiştir (Short ve ark., 2005). Ünver ve ark., (2020), çalışmalarında "acı çekme kaygısı" alt boyutunda kadınların erkeklere göre anlamlı düzeyde daha yüksek kaygı yaşadıklarını bildirmiştir. Benzer şekilde, Yalçınkaya ve ark., (2021), kadınların acı çekme boyutunda erkeklere kıyasla daha yüksek düzeyde kaygı gösterdiğini belirlemişlerdir. Öte yandan, Tanyeri (2019), erkek sporcuların "acı çekme kaygısı" boyutunda kadın katılımcılardan daha yüksek ortalama puanlara sahip olduğunu bulmuştur. Karayol ve Eroğlu (2020) ise takım sporları ve futbol ile ilgilenen sporcular arasında cinsiyete bağlı olarak yaralanma kaygısı düzeylerinde anlamlı bir fark tespit etmemiştir. Correia & Rasoda (2019) tarafından yürütülen bir çalışmada, kadın sporcuların daha yüksek düzeyde somatik kaygı ve konsantrasyon bozulması yaşadıkları belirlenmiştir. Ayrıca, Yalçınkaya ve ark., (2021), erkek katılımcıların genel spor yaralanması kaygısı düzeylerinin kadın katılımcılardan daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Lavalley ve Robinson (2007), kadın sporcuların kariyer sonlanması sürecinde daha yoğun kimlik krizi ve gelecek kaygısı yaşadıklarını bildirmiştir. Park ve ark., (2013) tarafından yapılan bir derlemede, erkek sporcuların emeklilik sonrası ekonomik geçiş sürecine daha fazla odaklandıkları, kadın sporcuların ise daha çok psikososyal zorluklarla karşılaştıkları belirtilmiştir. Stambulova ve ark., (2007) ise kadın sporcuların emeklilik sonrası daha fazla desteğe ihtiyaç duyduklarını ve toplumsal beklentiler nedeniyle kariyer sonlanmasını erkeklere kıyasla daha stresli deneyimlediklerini göstermiştir. Bu çalışmada ise, cinsiyete göre yaralanma kaygısı alt boyutlarından "zayıf algılama kaygısı" ve "sosyal desteği kaybetme kaygısı" açısından anlamlı farklılıklar bulunurken (sırasıyla  $p<0,05$  ve  $p<0,001$ ), toplam yaralanma kaygısı puanı ve kariyer sonlanma kaygısı açısından cinsiyetler arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır ( $p>0,05$ ).

Sporcularda kaygı düzeylerinin, branşlara göre anlamlı farklılıklar gösterdiği birçok çalışmada ortaya konmuştur (Tanyeri, 2019; Kayhan ve ark., 2019; Ünver ve ark., 2020; Karayol & Eroğlu, 2020). Bayındır (2021), güreşçilerin spor yaralanması kaygısına ilişkin alt boyutlardan en çok "acı çekme" ve "yeniden yaralanma" kaygısı düzeylerinden etkilendiklerini belirtmiştir. Nikdorf ve ark., (2016), futbolcuların takım sporcularına kıyasla daha yüksek düzeyde depresyon ve stres yaşadıklarını rapor etmiştir. Park ve ark., (2013) ise futbolcuların kariyer geçiş sürecinde diğer takım sporcularına göre daha izole bir deneyim yaşadıklarını ve farklı zorluklarla karşılaştıklarını ortaya koymuştur. Bununla birlikte, Rice ve ark., (2016) futbolla ilgilenen sporcuların daha yüksek düzeyde kaygı ve yorgunluk yaşadıklarını vurgulamıştır. Bu çalışma kapsamında ise, futbol ve diğer takım sporları (Basketbol, hentbol ve voleybol) ilgilenen sporcular arasında yarışma durumuna göre hem yaralanma kaygısı hem de kariyer sonlanma kaygısı açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ). Benzer şekilde, Karayol ve Eroğlu (2020), takım sporlarında cinsiyete ve branşa göre yaralanma kaygısı düzeylerinde anlamlı bir fark saptamamıştır.

Budak ve ark., (2020) yaptıkları çalışmada sporcuların yaşları ile "zayıf algılama kaygısı" ve Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit etmişlerdir. Yalçınkaya ve ark., (2021) ise 25–34 yaş aralığındaki sporcuların "hayal kırıklığına uğratma kaygısı" düzeylerinin diğer yaş gruplarına kıyasla daha yüksek olduğunu bildirmiştir. Kariyer sonlanma kaygısının yaşa bağlı olarak farklılık gösterebileceği literatürde vurgulanmaktadır. Genç sporcular, genellikle kimlik oluşumu sürecinde yaşanan belirsizlik ve kimlik kriziyle mücadele ederken; orta yaş grubundaki sporcular fiziksel sağlık problemleri ve sosyal destek eksikliği ile karşı karşıya kalabilmektedir. İleri yaş grubundaki sporcular ise kronik ağrılar ve psikolojik etkiler gibi faktörlerle başa çıkmak zorunda kalabilmektedir (Park ve ark., 2013; Gouttebauge ve ark., 2019). Yıldız ve arkadaşları (2023) yaptıkları araştırmada da, farklı yaş gruplarındaki sporcular arasında

yaralanma kaygısı ve kariyer sonlanma kaygısı düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediğini bildirmiştir. Bununla birlikte, bu çalışma kapsamında yaş kategorilerine göre hem yaralanma kaygısı hem de kariyer sonlanma kaygısı düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ( $p>0,05$ ).

Budak ve ark., (2020) çalışmalarında, sporcuların spor yapma süreleri ile "yeniden yaralanma kaygısı" ve Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar saptamışlardır. Özellikle 9 yıl ve üzeri süredir spor yapan bireylerin, 3-4 yıl ve 5-6 yıl aralığında spor yapanlara kıyasla daha yüksek düzeyde yeniden yaralanma kaygısı yaşadıkları belirlenmiştir. Literatürde, sporculuk yaşamının süresine bağlı olarak yaşanan psikososyal etkiler de vurgulanmaktadır. Lally (2007), sporculuğun erken yaşta sona ermesinin bireyde kimlik dağılması ve aidiyet duygusunda kayıplara yol açabileceğini ifade etmiştir. Orta yaş grubundaki sporcular ise, spordan sonraki kariyer planlamalarıyla birlikte spora olan yüksek bağlılıkları nedeniyle sosyal izolasyon ve destek eksikliği gibi zorluklarla karşı karşıya kalabilmektedir. Bu yaş grubunda ayrıca geçmiş başarıların geride bırakılması ve statü kaybı gibi unsurlar da önemli kaygı kaynakları arasında yer almaktadır (Wylleman ve ark., 2004). Bu çalışma kapsamında ise spor yaşı kategorisine göre "yeniden yaralanma kaygısı" dışındaki alt boyutlarda, Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği toplam puanında ve kariyer sonlanma kaygısı düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0,05$  ve  $p<0,001$ ). Bu durum, ilgili grubun sportif yarışmalara hiç katılmamış ya da daha düşük düzeyde katılım göstermiş olması nedeniyle, daha düşük yaralanma ve kariyer sonlanma kaygısı düzeyleri yaşadığı şeklinde yorumlanabilir.

Bu çalışmada, sporcularda yaralanma kaygısının kariyer sonlanma kaygısı üzerindeki yordayıcı rolünü belirlemek amacıyla yapılan regresyon analizi sonucunda anlamlı bir model elde edilmiştir ( $F(1,201) = 108,894$ ,  $p < 0,001$ ). Analiz sonuçlarına göre, yaralanma kaygısı, kariyer sonlanma kaygısındaki varyasyonun %35,1'ini açıklamaktadır ( $R^2 = 0,351$ ). Bu doğrultuda elde edilen tahmini regresyon denklemi şu şekildedir:

Kariyer Sonlanma Kaygısı =  $11,621 + 0,979 \times \text{Sporcu Yaralanma Kaygısı}$

Bu denklem, sporcularda yaralanma kaygısı düzeyindeki artışın, kariyer sonlanma kaygısı düzeyinde de artışa neden olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla, sporcularda yaralanma kaygısının azaltılmasının, kariyer sonlanma kaygısını azaltmada etkili bir strateji olabileceği söylenebilir.

### **Sonuç ve Öneriler**

Bu çalışma kapsamında, takım sporlarıyla ilgilenen sporcuların yaralanma kaygısı düzeylerinin, kariyer sonlanma kaygıları üzerindeki etkisi çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir. Elde edilen bulgular doğrultusunda, cinsiyet, yaş ve spor branşı değişkenlerine göre hem yaralanma kaygısı hem de kariyer sonlanma kaygısı açısından genel olarak anlamlı farklılıklar saptanmamış; ancak yaralanma kaygısının bazı alt boyutlarında cinsiyete bağlı farklılıklar gözlemlenmiştir. Erkek sporcuların "zayıf algılama" ve "sosyal desteği kaybetme" kaygısı düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olması, bu grubun sosyal onay ve güç imajına yönelik duyarlılığını yansıtmaktadır.

Spor yaşı değişkeni açısından ise önemli bulgular elde edilmiştir. Sporculuk süresi arttıkça yaralanma ve kariyer sonlanma kaygısı düzeylerinde anlamlı artışlar tespit edilmiştir. Bu durum, spora daha uzun süreli bağlanan bireylerin kariyerlerine yönelik tehditleri daha yoğun hissettiklerini göstermektedir. Ayrıca, yapılan regresyon analizi sonucunda yaralanma kaygısı düzeyinin, kariyer sonlanma kaygısını anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir. Elde edilen model, yaralanma kaygısındaki artışın doğrudan kariyer sonlanma kaygısına da yansıdığını ortaya koymakta; bu bulgu, sporcunun fiziksel sağlığına dair algısının, kariyer güvenliğiyle güçlü bir biçimde ilişkili olduğunu göstermektedir. Sporcularda yaralanma kaygısının azaltılması, yalnızca fiziksel sağlığın korunması açısından değil, aynı zamanda psikolojik esenlik ve kariyer sürdürülebilirliği açısından da önem arz etmektedir.

### **Öneriler**

- Psikolojik destek programları, sporcularda yaralanma riskine karşı sadece fiziksel değil, psikososyal boyutları da ele alacak şekilde yapılandırılmalıdır. Özellikle yüksek spor yaşı grubundaki bireylerde bu destek daha sistematik hâle getirilmelidir.
- Cinsiyet temelli farklılıkların dikkate alındığı bireyselleştirilmiş danışmanlık süreçleri oluşturulmalıdır. Erkek sporcuların sosyal imaj ve destek kaybı gibi alanlarda daha hassas olduğu görülmektedir.
- Takım sporlarına katılan sporcuların, kariyer planlamaları konusunda erken dönemden itibaren yönlendirilmesi, spordan ayrılma sürecinin daha sağlıklı yönetilmesini sağlayabilir.
- Antrenörler ve spor yöneticileri, sporcuların kariyer sonlanma korkularını fark edebilecek bir duyarlılıkla eğitilmelidir. Yaralanma sonrası geri dönüş sürecine psikolojik destek entegre edilmelidir.
- Son olarak, ilerleyen araştırmalarda bireysel spor branşları, performans düzeyleri (amatör-profesyonel), geçmiş sakatlık deneyimleri ve sosyal destek sistemlerinin etkisi gibi farklı değişkenlerin de modele dâhil edilmesi, daha bütüncül sonuçlara ulaşılmasını sağlayabilir.

### **Beyan ve Açıklamalar (Disclosure Statements)**

1. Araştırmacıların katkı oranı beyanı / Contribution rate statement of researchers:

1. Rıdvan Özkan %50,
2. Kazım Bıyık %20
3. Recep Nur Uzun %20
4. Osman İmamoğlu %10

2. Yazarlar tarafından herhangi bir çıkar çatışması beyan edilmemiştir (No potential conflict of interest was reported by the authors).

---

**Kaynaklar**

- Bayındır, O. (2021). *Elit genç güreşçilerin spor yaralanması kaygı düzeylerinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Hitit Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- 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. <https://doi.org/10.5152/tjism.2019.116>
- Correia, M., & Rosado, A. (2019). Anxiety in athletes: Gender and type of sport differences. *International Journal of Psychological Research*, 12(1), 9–17. DOI: 10.5152/tjism.2019.116
- Doğan, E., & İmamoğlu, O. (2020). Üniversite eğitimi alan öğrencilerin Korona virüs salgını sürecinde sabır eğilimlerinin araştırılması. *Turkish Studies*, 15(4), 315–324. <https://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.44382>
- Ford, J. L., Ildefonso, K., Jones, M. L., & Arvinen-Barrow, M. (2017). Sport-related anxiety: Current insights. *Open Access Journal of Sports Medicine*, 8, 205–212.
- Gouttebarger, V., Aoki, H., & Kerkhoffs, G. (2019). Mental health symptoms and osteoarthritis in former elite athletes: A systematic review. *Journal of Athletic Training*, 54(5), 482–488.
- Karayol, M., & Eroğlu, S. Y. (2020). Takım ve futbolcularla ilgilenen sporcuların spor yaralanması kaygı durumlarının incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(1), 137–144.
- Karayol, R. F., & Eroğlu, Ü. D. (2020). Kadın sporcuların yaralanma kaygılarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(1), 276–287. <https://doi.org/10.33468/sbsebd.109>
- Kayhan, R. F., Yapıcı, A., & Üstün, Ü. D. (2019). Kadın sporcuların yaralanma kaygılarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(1), 276–287. DOI: <https://doi.org/10.33468/sbsebd.109>
- Lally, P. (2007). Identity and athletic retirement: A prospective study. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(1), 85–99. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.03.003>
- Lavallee, D., & Robinson, H. K. (2007). In pursuit of an identity: A qualitative exploration of retirement from women's artistic gymnastics. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(1), 119–141. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.05.003>
- Nixdorf, I., Frank, R., & Beckmann, J. (2016). An explorative study on major stressors and its connection to depression and chronic stress among German elite athletes. *Advances in Physical Education*, 6(2), 62–71. <https://doi.org/10.4236/ape.2016.62008>
- Ölçücü, B., & Dereceli, E. (2023). *Sporda kaygı ve sportif performans*. Gazi Kitabevi.

- Özkan, A. M., Çepikkurt, F., & Uzun, B. N. (2023). Sporcularda kariyer sonlanma kaygısı ölçeği (SKSKÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 29(2), 103–112. <https://doi.org/10.53434/gbesbd.1388342>
- Park, S., Lavalley, D., & Tod, D. (2013). Athletes' career transition out of sport: A systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 6(1), 22–53. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2012.687053>
- Pisarik, C. T., Rowell, P. C., & Thompson, L. K. (2017). A phenomenological study of career anxiety among college students. *The Career Development Quarterly*, 65, 339–352. <https://doi.org/10.1002/cdq.12112>
- Rice, S. M., Purcell, R., De Silva, S. (2016). The mental health of elite athletes: A narrative systematic review. *Sports Medicine*, 46(9), 1333–1353. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0492-2>
- Short, S. E., Sullivan, P., & Feltz, D. L. (2005). Development and preliminary validation of the Collective Efficacy questionnaire for sports. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 9(3), 181–202. [https://doi.org/10.1207/s15327841mpee0903\\_3](https://doi.org/10.1207/s15327841mpee0903_3)
- Stambulova, N., Stephan, Y., & Jäphag, U. (2007). Athletic retirement: A cross-national comparison of elite French and Swedish athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(1), 101–118. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.05.002>
- Tanyeri, L. (2019). Farklı branş sporcularında yaralanma kaygısının incelenmesi. *OPUS–Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 13(19), 577–591. <https://doi.org/10.26466/opus.588668>
- Toy, A. B. (2021). *Akılcı duygusal davranışçı yaklaşım temelli psiko-eğitim programının sporda kaygı ve akıldışı performans inançları üzerine etkisi* [Doktora tezi]. Mersin Üniversitesi.
- Ünver, Ş., Şimşek, E., İslamoğlu, İ., & Arslan, H. (2020). Üniversite takımlarında yer alan sporcuların yaralanma kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(3), 400–410.
- Wylleman, P., Alfermann, D., & Lavalley, D. (2004). Career transitions in sport: European perspectives. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 7–20. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00049-3](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00049-3)
- Yalçinkaya, A., Demirci, M., & Kızılyar, N. G. (2020). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin spor yaralanmalarındaki kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 43–51.
- Yamak, B., & İmamoğlu O. (2019). The beck hopelessness level according to behavior change stages in University Ondokuz Mayıs Students. *Turkish Studies Educational Sciences*, 14(3), 937–947, <https://doi.org/10.29228/turkishstudies.22941>
- Yamaner, F., Çıplak E., & İmamoğlu, O. (2020). Investigation of optimal performance emotional status in sports students, *Turkish Studies*, 15(2), 1515–1522. <http://dx.doi.org/10.29228/TurkishStudies.41771>

- 
- Yıldız, A., Kaya, F., & Demirci, B. (2023). Farklı yaş gruplarındaki sporcuların yaralanma kaygısı ve kariyer sonlanma kaygısı düzeylerinin incelenmesi. Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 25(3), 235–248.  
<https://dergipark.org.tr/tr/pub/ataunibesyo/issue/79781/1251570>