

BÖLÜM 1

YÜZME SPORCULARININ COVID-19 KAYNAKLI KAYGILARININ VE KAÇINMA DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ¹

Utku GÖNENER²

Ahmet GÖNENER³

Fatmanur ÖZTÜRK GÖNENER⁴

Mutlu URAL⁵

Cüneyt EREN⁶

GİRİŞ

Her spor branşında olduğu gibi yüzmede de sporcuların davranışlarını etkileyen içsel ve dışsal faktörler bulunmaktadır. Özellikle içsel faktörler yapısal, fonksiyonel faktörler olarak ele alınırken; dışsal faktörler ise, görev ve çevresel faktörler olarak ele alınmaktadır. Bu kapsamda çevresel faktörler sporcuların davranışlarında ciddi etkilere sahiptir. Bazı dönemlerde yaşanan olağanüstü durumlar bu çevresel faktörlerden biridir. Afet, salgın, savaş vb. durumlar bunlardan bazılarıdır. Bu gibi durumlarda eğitim, ekonomi, kültür, aile, spor, din vb. birçok sosyolojik kurum etkilenmekte tüm dünya buhran ve bunalımlarla karşı karşıya kalabilmektedir. Bu olay ve olgulardan bir tanesi son günlerde yaşanan yeni tip koronavirüs salgınıdır. Tüm dünya yeni tip koronavirüsle (Covid-19) mücadele halindeyken, spor dünyası da daha önce emsali görülmemiş şekilde bir kriz yaşamaktadır. Karantina

¹ Yüzme sporcularının Covid -19 kaynaklı kaygılarının ve kaçınma düzeylerinin incelenmesi" çalışmanın Etik Onay No; Koü.Sosyal Bilimler Enstitüsü 22/03/2023 tarih ve 2023/03 toplantıda 16 nolu karar.

² Dr. Öğr. Üyesi, Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor AD., gonener.utku@gmail.com, ORCID iD: 0000-0002-6152-3353

³ Doç. Dr., Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi AD., ahmetgonener123@gmail.com, ORCID iD: 0000-0003-3766-1016.

⁴ Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Topkapı Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ozturkfatmanur92@gmail.com, https://orcid.org/0000-0002-4619-9540

⁵ Uzm., Tekirdağ Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü, mutluural1984@gmail.com, ORCID iD: 0009-0005-7306-9011

⁶ Antrenör, cuneyt.eren2144@gmail.com

2020:220). Çalışmamızda yüzme sporunda da benzer sonuçlar çıktığı söylenebilir.

Kara' nın yaptığı araştırmaya göre, yaşları 14–19 arasında değişen 782 öğrenciden sosyal kaygı durumunun alt boyutu olan kaçınma davranışı spor yapanların kaçınma davranışı yüksek olanların benlik saygısının daha düşük puana sahip olduğu belirlenmiştir (Kara, 2019: 46–59). Araştırmada benlik saygısında anlamlı farklılık görülmezken, sosyal kaçınmada yaş, cinsiyet, anne eğitimi gibi değişkenlerde anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Araştırmamızda sadece Covid 19 kaygı kaynaklı verilerle kaçınmanın alt boyutu olan davranış kaçınma verileri karşılaştırıldığında pozitif yönlü bir anlamlı fark bulunmuştur. Buna göre Covid 19 kaynaklı kaygı arttığında kaçınmanın alt boyutu olan davranışsal alt boyutunda da artış olacağını göstermektedir.

SONUÇ

Bu araştırmada, yüzücülerin Covid-19'a yönelik kaygı ve kaçınma tutumları ile cinsiyet, eğitim düzeyi, koronavirüs aşısı olma durumu, ikamet durumu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Covid-19 kaynaklı kaygı ve Covid-19 kaynaklı kaçınmanın alt boyutlarından olan davranışsal alt boyut arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmaktadır. Covid-19 kaynaklı kaygı ve diğer alt boyut olan bilişsel alt boyutla arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Araştırmamıza göre covid 19 kaynaklı kaygı durumu arttığında davranışsal kaçınma boyutunda da artış görülmektedir. Literatür araştırmaları da bu sonucu destekleyen araştırmalar bulunmaktadır. Ayrıca araştırmada elde edilen sonuçlar farklı boyutlarla ele alınacağı gibi, benzer araştırmalarla farklı durumlarda inceleme yapılabilir. Araştırmamız spor organizasyonları içerisinde farklı durum hadiselerde psikolojik durumların incelenmesine ışık tutmaktadır. Özel durum içerisindeki sporcuların içerisinde bulunduğu durumun etki ettiği sporcuların kişilikleri üzerindeki değişimler araştırılabilir.

KAYNAKLAR

- Aksu, O. (2018). *Karate sporcularının sürekli kaygı düzeyleri, duygusal zeka ve kişilik özelliklerinin çeşitli değişkenlere göre belirlenmesi* [Yüksek lisans tezi, Bartın Üniversitesi]. Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı.
- Aktaş, S. (2009). *Eşlerden birinin kaygı düzeyi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin belirlenmesi* [Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi]. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı.
- Amen, M. H. (2008). *Futbolda müsabaka öncesi kaygı düzeylerinin karşılaştırılması ve bazı değişkenlerin etkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Arsan, N., & Koruç, Z. (2009). Sporcuların stresle başa çıkma stratejilerinin belirlenmesi. *Spor Hekimliği Dergisi*, 44(1), 131–138.

- Arseven, A. G. (1992). Sporcuların müsabaka ortamındaki anksiyete düzeyleri. *Spor Bilimleri II. Ulusal Kongresi Bildirileri*, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Aydın, Ö., & Gençay, S. (2021). Takım ve bireysel sporlarla uğraşan gençlerin sosyal fobi düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 75–86.
- Bahadır, T. K. (2020). *Rekreasyon faaliyetlerine katılan 13–15 yaş grubu öğrencilerin yaşam kalitesi ve bazı psikolojik özelliklerinin incelenmesi*. Çizgi Kitabevi E-Kitap. ISBN: 978-605-196-519-2. <http://www.cizgikitabevi.com>
- Bahadır, T. K., & Aligül, B. (2020). Kocaeli example: The relationship between exam anxiety and self-confidence states of sports high school students. *Ambient Science*, 7(1), 217–222.
- Başaran, H. M., Taşgın, Ö., Sanioğlu, A., & Taşkın, A. K. (2009). Sporcularda durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(1), 533–542.
- Bayraktar, G., Tozoğlu, E., & Acar, K. (2014). Öğretmen adayların kaygı düzeyleri üzerinde spor ve farklı değişkenlerin etkisi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 305–315.
- Belge, J. (2019). *Bir grup yetişkinde depresif semptomlar, anksiyete semptomları ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkinin belirlenmesi* [Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Bilim Dalı.
- Bingöl, H., Çoban, B., Bingöl, Ş., & Gündoğdu, C. (2012). Üniversitelerde öğrenim gören taekwondo milli takım sporcularının maç öncesi kaygı düzeylerinin belirlenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(1), 121–125.
- Carlson, N. R. (2011). *Foundations of behavioral neuroscience* (8th ed.). Pearson.
- Coşkun, D. (2025). *Modern çağın sessiz salgınları: Kaygı, stres, depresyon*. Duvar Yayınevi.
- Coşkun, D. (2025). *Yeme bozukluklarının psikososyal yansımaları ve sporun rolü*. Duvar Yayınevi.
- Çizel, B., Kırtıl, İ. G., Çizel, R., & Aşkun, V. (2021). COVID-19 pandemi sürecinde seyahatten kaçınma niyetinin karmaşıklık bakış açısı ile analizi. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 32(2), 212–223.
- Demirli, A. (2017). *Elit güreşçilerin müsabaka öncesi ve sonrası durum kaygı düzeylerinin karşılaştırılması* [Yüksek lisans tezi, Bartın Üniversitesi]. Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Develi, E. (2006). *Konya'da ilköğretim okullarında görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin sürekli kaygı durumlarının incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi]. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Ehtiyar, R., & Üngüren, E. (2008). Turizm eğitimi alan öğrencilerin umutsuzluk ve kaygı seviyeleri ile eğitime yönelik tutumları arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik bir araştırma. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 1(4), 159–181.
- Erbaş, M. K., & Küçük, V. (2012). Üst düzey basketbolcularda durumluk kaygı düzeylerinin farklı değişkenlere göre karşılaştırılması. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(2), 257–261.
- Erbay, E., Albayrak, H., Erim, F., & Bek, F. (2017). Meme kanseri hastalarının baş etme stratejilerinin sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Tıbbi Sosyal Hizmet Dergisi*, 10, 37–56.
- Ersöz, G., Çetinkalp, K. S., & Erkuld, R. (2015). Kadın ve erkek sporcularda başarı hedeflerini görmekte kendini fiziksel algılama ve yaşam doyumunun rolü. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*, 26(2), 65–76.
- Eşkisü, M., Ağırkan, M., & Haspolat, N. K. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin kendini damgalama tutumları ile bilişsel–davranışsal kaçınma düzeyleri arasındaki ilişki. *Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6, 63–71.
- Hacıcaferoğlu, S., Hacıcaferoğlu, B., & Seçer, M. (2015). Halk oyunları branşına katılan sporcuların yarışma öncesi kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından değerlendirilmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 4, 288–297.
- Hatipoğlu, F. (2022). *Kaygının yordayıcıları olarak ebeveyn kabul-reddi, bilişsel esneklik, belirsizliğe tahammülsüzlük ve bilişsel davranışsal kaçınma* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul

- Sabahattin Zaim Üniversitesi]. Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Bilim Dalı.
- Ilkım, M., Mirze, F., Gündoğdu, H. M., & Sarı, O. (2023). Entelektüel yetersizliğe sahip çocukların spor yapma durumlarına göre ebeveynlerinin stres düzeylerinin karşılaştırılması. *International Journal of Eurasia Social Sciences*, 14(54).
- Kaplan, E., & Akyüz, O. (2020). Futbolcuların başarı hedefleri ve spor karakterleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisi*, 2(2), 82–90.
- Kara, A. (2019). *Spor faaliyetlerine katılma durumlarına göre ortaöğretim öğrencilerinin benlik saygısı ile sosyal kaygı düzeylerinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Dumlupınar Üniversitesi]. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kütahya.
- Karabulut, O., Atasoy, M., Kaya, K., & Karabulut, A. (2013). 13–15 yaş arası erkek futbolcuların durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin farklı değişkenler bakımından incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(1), 243–254.
- Koç, H. (2004). *Profesyonel futbolcularda durumluk kaygı düzeyini etkileyen faktörlerin değerlendirilmesi* [Yüksek lisans tezi, Dumlupınar Üniversitesi]. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.
- Mirzeoğlu, D., & Çetinkanat, C. (2005). Elit takım sporcularının kendini gerçekleştirme ve sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 19–28.
- Navruz, A. (2018). *Seçili takım sporlarında mücadele eden lise öğrencilerinin müsabaka öncesi durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin motivasyon düzeylerine etkisi (Ankara İli Ölçekli)* [Yüksek lisans tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi]. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Isparta.
- Öğüt, R. (2004). *Sporda sürekli kaygı düzeyi ile benlik saygısının karşılaştırılması* [Yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi]. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sporda Psiko-Sosyal Alanlar Anabilim Dalı, İzmir.
- Özerkan, K. N. (2004). *Spor psikolojisine giriş: Temel kavramlar* (1. baskı). Ankara.
- Öztürk, E. S. (2019). *Dart sporcularının durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin performans etkisinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Bartın Üniversitesi]. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bilim Dalı.
- Pulur, A., Gündoğdu, F., & Gündoğdu, H. M. (2024). Futbol hakemlerinin ruminatif düşünce düzeylerinin incelenmesi. 2. *Uluslararası Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Kongresi*, 25–27 Ekim, Bursa, Türkiye.
- Şahin, A. (2009). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu özel yetenek sınavına giren adayların kaygı düzeyleri ile özel yetenek sınav performansları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, İnönü Üniversitesi]. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Malatya.
- Taşkın, C., & Bahadır, T. K. (2021). The effect of school climate on pre-service physical education teachers' burnout syndrome: The mediator and regulatory role of class level. *Journal of Education and Learning*, 10(2), 53–60.
- Tezcan, U. (2021). *Türkiye basketbol liglerinde yer alan erkek ve kadın basketbolcuların motivasyon düzeylerinin karşılaştırılması* [Yüksek lisans tezi, Trakya Üniversitesi]. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Edirne.
- Türkçapar, Ü. (2012). Güreşçilerin farklı değişkenler açısından sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32(1), 129–140.
- Yıldırım, J. C., & Bahtiyar, B. (2020). Çok boyutlu yaşantısal kaçınma ölçeği'nin Türkçe uyarlaması ve psikometrik özellikleri. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 4(1), 34–47.
- Yıldız, A. B., Çat, N., & Doğu, G. A. (2021). Sporcuların yeni tip koronavirüse (COVID-19) yakalanma kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 26(4), 453–464.
- Ziyalan, M. G. (2019). *Üniversite öğrencilerinde sürekli kaygı düzeyi ve bilişsel davranışsal kaçınma ilişkisi / Relations between trait anxiety and cognitive behavioral avoidance in college students* [Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Uygulamalı Psikoloji Bilim Dalı].