TC.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

PROFESYONEL FUTBOLCULARDA YENİ TİP KORONAVİRÜSE (COVİD-19) YAKALANMA KAYGISININ DEĞERLENDİRİLMESİ

Ramazan GÖĞEBAKAN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ ANABİLİM DALI

Danışman

Prof. Dr. Halil TAŞKIN

KONYA-2021

ÖNSÖZ

Araştırmanın her aşamasında yardımlarını, sabrını ve desteğini benden esirgemeyen değerli bilgisi ile bana yol gösteren Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Öğretim Üyesi, danışman hocam Sayın Prof. Dr. Halil TAŞKIN'a, teşekkür ederim. Çalışmam süresince tecrübelerinden yararlandığım saygıdeğer hocalarım Prof. Dr. Nurtekin ERKMEN'e, Prof. Dr. Turgut KAPLAN'a, Dr. Öğr. Üyesi Ahmet SANİOĞLUNA'a, araştırma verilerinin analizinde desteklerinin esirgemeyen doktora öğrencisi İbrahim Halil ŞAHİN'e teşekkür ederim. Ayrıca tezimin her aşamasında, sabrını ve desteğini hep yanımda hissettiğim eşim Hüsna GÖĞEBAKAN'a ve Oğlum İbrahim Selim' e teşekkürlerimi sunarım.

İÇİNDEKİLER

SİMGELER VE KISALTMALAR ..... **iv**
ÖZET ..... **vi**
SUMMARY ..... **vii**
1. GİRİŞ **1**
1.1. Futbolun Kökenleri 2
1.1.1. Dünya Çapında Futbolun Yayılması 4
1.1.2. FIFA'nın Kuruluşu 6
1.2. Kaygı 7
1.2.1. Nesnel Kaygı ve Nevrotik Kaygı 8
1.2.2. Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı 8
1.2.3. Kaygı ve Spor Performansı 9
1.2.4. Kaygı ile Eşleştirilmiş Değişkenler ve Duygular 14
1.2.5. Müsabaka Öncesi ve Sırasındaki Kaygı Düzeyleri 15
1.3. Salgın Hastalıklar 16
1.4. COVİD-19 Pandemisi 21
1.4.1. Covid-19 Karantina Dönemlerinde Fiziksel Aktivite Alışkanlıkları 22
1.4.2. Karantina Sırasında Genel Fiziksel Aktivite Seviyeleri 23
1.4.3. Karantina Sırasında Fiziksel Aktivite Yoğunluk Düzeyleri 24
1.4.4. Koronavirüsün Psikososyal Etkisi 25
2. GEREÇ VE YÖNTEM **28**
2.1. Sporcuların Yeni Tip Koronavirüse (Covid-19) Yakalanma Kaygısı Ölçeği . 28
2.2. İstatistiksel Analiz 29
3. BULGULAR **30**
4. TARTIŞMA **36**
5. SONUÇ VE ÖNERİLER **39**
5.1. Sonuç 39
5.2. Öneriler 39
6. KAYNAKLAR **40**
7. EKLER.....**48**
EK-A: Turnitin Raporu **47**

SİMGELER VE KISALTMALAR

COVİD-19 : Yeni tip koranavirüs

DSÖ : Dünya saglık Örgütü

FİFA : Uluslararası Birlik Futbol Fedarasyonu

STAI : Durum-Sürekli Kaygı Envanteri

SCAT : Spor Yarışması Aksiyeti Testi

SARS-COV-2: Yeni Tip Koranavirüs

TSSB : Travma Sonrası Stres Bozuklugu

TFF : Türkiye Futbol Fedarasyonu

BK : Bireysel Kaygı

SK : Sosyalleşme Kaygısı

SYTKYKÖ : Sporcuların Yeni Tip Koranavirüse Yakalanma Kaygısı Ölçeği

DFA : Belirli Sonlu Otomat

TABLOLAR

Tablo 3.1 ……32

Tablo 3.2 ……32

Tablo 3.3 ……33

Tablo 3.4 ……33

Tablo 3.5 ……34

Tablo 3.6 ……34

Tablo 3.7 ……35

Tablo 3.8 ……36

Tablo 3.9 ……37

ÖZET

TC.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Profesyonel Futbolcularda Yeni Tip Koronavirüse (Covid-19) Yakalanma Kaygısının Değerlendirilmesi

Ramazan GÖĞEBAKAN

Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı

YÜKSEK LİSANS TEZİ/KONYA-2021

Bu çalışmanın amacı, profesyonel futbolcularda yeni tip koranavirüse (Covid-19) yakalanma kaygısını araştırılmasıdır.

Çalışmaya, yaşları ortalaması 25,04 ± 4,831 yıl, boyları ortalaması 180,11 ± 6,246 cm, vücut ağırlıkları ortalaması 75,23 ± 6,118 kg, spor yaşları ortalaması 12,82 ± 4,256 yıl olan ve Türkiye süper liginden 42, TFF 1. Liginden 32, 2. Ligden 41, 3. Ligden 73 profesyonel futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Profesyonel futbolcuların Covid-19'a yakalanma kaygısının degerlendirilmesi amacıyla yapılan bu çalışmada, futbolcuların Covid-19'a yakalanma ve yakalanmama durumları,oynadıkları ligler ve oyun posizyonlarına göre Covid-19'a yakalanma kaygı düzeyleri karşılaştırılmıştır.

Futbolcuların Covid-19'a yakalanma ve yakalanmama durumlarında anlamlı bir fark bulunmamıştır (P>0,05). Futbolcuların oynadıkları ligler arası degişimin herhangi bir anlamlılık oluşturmamaktadır. Oyun pozisyonlarına göre Covid-19'a yakalanma kaygıları incelendiginde sosyal kaygı puanlarının futbolcuların oynadıkları mevkilere göre karşılaştırılmasında, istatiksel bir anlamlılık bulunmuştur (P<0,05).

Sonuç olarak, futbolcuların Covid-19'a yakalanma ve yakalanmama durumları, oynadıkları ligler için Covid-19'a yakalanma kaygıları arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken oyun posizyonlarına göre Covid-19'a yakalanma kaygı düzeyleri istatiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Covid-19; Futbol ; Kaygı; Pandemi.

SUMMARY

REPUBLİC OF TURKEY
SELCUK UNIVERSITY
INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

Evaluation of the Anxiety of Caught New Type Coronavirus (Covid-19) in Professional Football Players

Ramazan GÖĞEBAKAN

Department of Trainer Education

MASTER THESIS / KONYA - 2021

The aim of this study was to investigate the anxiety of catching a new type of coranavirus (Covid-19) in professional football players. Football players 188 including 42 professional football players from the Turkish Super League, 32 players from the TFF 1st League, 41 players from the 2nd League, and 73 players from the 3rd League were voluntarily participated in this study. Average age of the players is 25.04 ± 4.831 years; average height of the players is 180.11 ± 6.246 cm; average body weight of the players is 75.23 ± 6.118 kg,; average sports age of the players is 12.82 ± 4.256 years.

In this study evaluating the anxiety of professional football players about catching Covid-19, the level of anxietyof football players about getting Covid-19 was compared according to the status of being caught and not caught, the leagues they played and their game positions.No significant difference was found in the cases of the football players catching or not getting Covid-19. The change between the leagues in which the players play does not make any sense. When the anxiety of catching Covid-19 was examined according to the playing positions, a statistical significance was found in the comparison of the social anxiety scores according to the positions played by the players.

In conclusion, while there was no significant relationship between the footballers catching and not getting Covid-19, and their anxiety about catching Covid-19 for the leagues they played, the anxiety levels of catching Covid-19 were statistically significant to the game positions.

Key Words: Covid-19; Football; Anxiety; Pandemia.

1. GİRİŞ

Yeni tip koronavirüs (covid-19) 2019 senesinin son bölümlerinde Çin'in Wuhan ilinde ortaya çıkmıştır. Dünyada birçok ülkeleye virüsün yayılması 2020'nin ilk aylarında oluşmaya başlamışken, ülkemize virüsün ulaşımı ise Mart 2020'de olmuştur. Covid 19 dünya genelinde milyonlarca hastanın oluşumuna ve ölümüne sebep olmuştur (Park ve ark 2020).

Covid 19 un dünya genelinde her geçen gün büyümesi ve pandemi sürecinin oluşumuyla Dünya Saglık Örğütünün (DSÖ) bir Halk Sağlıgı Acil Durumu ilanına olanak sağlamış ve sonrasında büyük ihtimal aynısı görülmemiş bir sosyo-ekonomik krize dönüşecektir. Pandemiyle beraber, işten çıkarmalar, verilmemiş maaşlar ve hak ihlali yapılan birçok işçi için dünya geneli büyük bir değişim ve güvencesizliğe neden olduğu ki bununla beraber bu belirsizliğin uzun süreceği öngörülmektedir. Futbolcularda da bu durum çok farklı değildir, covid 19 un profesyonel futbolcuların, özellikle de kadın futbolcuların ve diğer grupların geçim gelirlerini ve güvenliğini olumsuz etkilemesi olağandır (Clarkson ve ark 2020).

Rahman ve ark (2020), pandeminin insanların arkadaşlarından, ailelerinden ve iş arkadaşlarından izole edilmiş bir sosyal izolasyon dünyasında yaşamalarına neden olduğuna dikkat çekiyor. Chen ve ark (2020), pandemi sırasında küresel nüfusun %30'unun kilit altına alındığını veya çeşitli karantina seviyelerine alındığını bulmuştur. Pandemi süresinde işletmeler ve kuruluşlar kapanmasına, işsizliğin artmasına neden olarak, bireylerin akut kaygıya, depresyona ve hatta intihar eğilimi göstermeye başlamıştır (Rahman ve ark 2020).

Pandemi tüm dünyaya yayılırken, ona eşlik eden korkular da yayılmaya başlamıştır (Rahman ve ark 2020). Ornell ve ark (2020), bir pandeminin yarattığı korkunun sağlıklı bir bireyde stres ve kaygı düzeylerini artırabileceğini ve daha önceden psikolojik rahatsızlığı olan bireylerde bunları yükseltebileceğini ortaya koymuştur. Schimmenti ve ark (2020), salgın sırasında bireyin korkusunun dört ana kategoriye ayrılabileceğini öne sürüyor: beden için korku, önemli başkaları için korku, bilinmeyenden korkma ve eylem veya eylemsizlik korkusu. Bu korkuların her birinin bireyler üzerinde farklı ama derin bir etkisi vardır. Pandemi bağlamında, Schimmenti ve ark (2020), bilinmeyenden korkmanın, COVID-19 ile ilgili bilgilerin

çevrimiçi olarak çılgınca aranmasına neden olabileceğini, bu durumun kaygı ve sıkıntıyı artırabileceği gibi bireyleri siber saldırılara karşı daha savunmasız hale getirebileceğini bulmuştur.

Kaygıya neden olabilecek farklı faktörler arasında, sporcunun kaygı seviyeleri yükseldiğinde yaşayabileceği farklı değişkenler vardır. Bu değişkenler ve duygular çok çeşitli olabilir ve bir sporcu farklı şekillerde etkilenebilir. Bunlardan bazıları gerginlik, şüphe, üzüntü, depresyon, öfke, yalnızlık ve güven eksikliği olabilir. Fullerton (2009) ve Wilson ve ark (2002) tarafından yapılan önceki araştırmalar, kaygı ve stres, depresyon ve karamsarlığı içeren kaygının uzantıları olan bu farklı duygular ve duyuşsal durumlara odaklanmıştır. Sporculara ilave stresler ve baskı uygulandığında, bu da onların kaygı seviyelerini yükseltebileceği ifade edilmiştir.

Bu çalışmada, profesyonel futbolcuların koranavirüse yakalanma kaygılarının araştırılması amaçlanmıştır.

1.1. Futbolun Kökenleri

Futbol oyununun ne zaman icat edildiği tam olarak bilinmemektedir. Eski Çin'e kadar uzanan futbola benzer bir oyunun yanı sıra ortaçağ Avrupa'daki oyunların izleri vardır. Durum ne olursa olsun, binlerce yıldır insanların ayaklarıyla oyun oynadıkları ortadadır. Çin'de MÖ 2. yüzyıldan üçüncü yüzyıla kadar uzanan bir askeri el kitabı "Tsu Chu" adlı bir oyundan bahsetmektedir. Bu oyun, saç veya tüylerle dolu bir deri topun belirlenmiş bir alana veya kaleye tekmelenmesinden oluşmaktadır. Yunanlılar ve Romalılar, bir takımın diğer takımların sınır çizgisini geçmeye çalıştığı benzer oyunlar oynadılar. Çeşitli öğelerle dolu küreler her zaman oyunun nesnesi gibi görünse de, alan, hedefler ve kurallar yıllar içinde büyük ölçüde farklılaşmıştır (Vogelsinger 1973).

Bununla birlikte, çağdaş futbol oyununun genellikle Büyük Britanya'da yaratıldığı kabul edilmektedir. Oyunun nerede oynandığına ve kimin oynadığına bağlı olarak çeşitli oyun stilleri kullanıldı. Futbolun ilk versiyonları genellikle birbirine karşı oynayan bütün şehirleri içeriyordu. Bu oyunlar genellikle kuralsız, çok şiddetliydi ve oyunculardaciddi yaralanmalara neden oldu. İngiltere'den eski bir el

kitabına göre, bir oyuncu, cinayet haricinde gerekli herhangi bir yolla topu almaya çalışabilirdi (Magoun 1929).

Zaman geçtikçe İngilizce okullarında çeşitli oyunlar oynanmaya devam etmiştir. Harvey'e göre, on dokuzuncu yüzyıl ilerledikçe, İngiltere'de hala iki tür oyun oynanıyordu, günümüz futbolunun ilkel biçimleri ve rugby olmak üzere İngiltere'de hala iki tür oyun oynanmaktadır. Bu oyunların oyun tarzı, farklı yasalara göre oynayan farklı okullar ve köyler ile İngiltere genelinde parçalanmıştı. Büyük yenilikler gerektirecektir; Oyunların bugün bildiğimiz oyunlar olarak ortaya çıkması için çoğunlukla önde gelen okullardan çıkmaktadır (Harvey 2005).

1840'larda İngiliz futbolu iki oyun tarzını takip etti: Biri ellerin kullanılmasına ve topun taşınmasına izin verirken, diğeri sadece topun tekmelenmesine izin verdi. Sporu oynamanın iki yöntemi Büyük Britanya'daki okullarda çatışmalara ve rekabete engellere neden olmuştur (Menke 1975). 26 Ekim 1863'te 11 kulüp ve okul, oyun için resmi bir kural kitabı oluşturmak amacıyla Londra'daki Masonlar Tavernasına temsilciler gönderdi. Toplantı boyunca, Eton Kurallarını izleyenler, topu taşımayı tercih eden taraflar, topa vurmayı tercih edenler Cambridge Kuralları'nı şiddetle tartıştılar. Haftalar süren tartışmalardan sonra, her iki taraf da bireysel bir kurallar dizisi üzerinde anlaşamamıştır (FİFA 2009). Futbol Birliği Kuralları 8 Aralık 1863'te kuruldu ve böylece Rugby Birliği Kurallarından ayrı olarak modern futbol oyununu yaratmıştır (The FA 2010).

İlk uluslararası futbol maçı 30 Kasım 1872'de İngiltere ile İskoçya arasında gerçekleşti. İskoç oyuncuların hepsi tek bir İskoç futbol kulübünden oluşurken, İngiltere kadrosunda dokuz farklı kulüpten oyuncular vardı. Maç Glasgow kriket sahasında oynandı ve yarışmayı izlemek için bir şilin ödeyen 4.000 kişilik bir kalabalık vardı. Oyun, birkaç çekişmeli faulle nispeten arkadaş canlısıydı. Yağmurla ıslanan saha nispeten yavaş bir oyun sağladı ve final skoru 0-0 oldu. İlginç bir şekilde, iki takımın dizilişleri 7 veya 8 forvetle çok hücum görüşüne sahipti; bugünün takımlarının genellikle 2 ila 3 forvet vardır. İleri pozisyon, genellikle takımdaki en hızlı veya en uzun oyuncular tarafından oynanır. Forvetler genellikle savunma yapmaz ve takımdaki birincil puanlama tehdididir. Günümüzün modern futbol takımları genellikle takıma bağlı olarak bazı küçük değişikliklerle birlikte standart bir dört savunma oyuncusu, dört orta saha ve iki forvet dizilişine sahiptir. Oyun

berabere olmasına rağmen, günümüze hala nüfuz eden yoğun bir rekabetin başlangıcıydı (Mitchell 2009).

1.1.1. Dünya Çapında Futbolun Yayılması

Günümüz futbolu, İngiltere'deki 150 yılı aşkın büyümenin başlangıcını ve gelişimini birbirine bağlayabilir. İngiltere, küresel sömürgecilikte yüzyıllar boyunca böylesine baskın bir oyuncu olduğu için, İngiliz İmparatorluğu tarafından kontrol edilen yerlerin İngiliz geleneklerini benimsemiş olması anlaşılabilir bir durumdur. İngilizler, dünyanın uzak köşelerini kolonileştirirken futbol oyununu uluslararası düzeyde yaydılar; bu bağlamda, İngiltere bir yayılma ajanı olarak kabul edilecektir. İngilizler, tüccarları, donanmaları ve İsviçre, Belçika, Fransa, İspanya, Avrupa'nın geri kalanı ve hatta Amerika'daki büyükelçileriyle nüfuzlarını kullanmıştır ve oyunu dünyaya yaymıştır (Vogelsinger 1973).

1900'lerde sporun kazandığı şöhret, ancak ulaşım, iletişim, aydınlatma, fotoğraf ve üretimdeki büyük ilerlemeyle mümkün oldu. Demiryollarının gelişmesi, telgrafın yayılmasıyla aynı zamana denk geldi. Haber yayını, spor haberlerinin hacminde hızlı bir büyüme sağlamıştır (Rooney 1980).

Kökeni ve yayılma literatürü, İngiltere olan futbolla ilgili olarak, bir yeniliğin merkezi bir yerde veya kültürel ocakta gerçekleştiğini göstermektedir. Hiyerarşik yayılma durumunda, yenilik önce şehirlere yayılacak, daha sonra kavram hiyerarşinin daha altındaki daha küçük yerlere yayılacaktır (Wikle 1997). Futbol söz konusu olduğunda, İngiltere'de ve ardından yayılma ajanları (tüccarlar öğretmenler vb.) oyunu kabul edileceği başka yerlere götürdü. Oradan oyun çeşitli ülkelere yayıldı. 1860'lar futbolun biçimlendirici yıllarıydı, ancak oyun yayıldıkça, özellikle 1800'lerin sonlarında ve 1900'lerin başlarında, katılımcılarda büyük bir artış oldu.

On dokuzuncu yüzyılın ikinci yarısında, sporun, öncelikle yurtdışındaki İngiliz etkisine bağlı olarak yayılması, ilk başta yavaşça başladı, ancak daha sonra hızla genişlemiştir. İngiliz ve İskoç futbol federasyonları kurulduktan kısa bir süre sonra, diğer ülkeler kendi kulüp takımlarını ve sonunda kendi federasyonlarını kurmuşlardır. İngilizler futbol konusunda o kadar kararlıydılar ki tüccarlar, öğretmenler ve misyonerler oyunu gittikleri her yere yayarlardı. Aslında, dünyanın en başarılı uluslararası futbol ülkelerinden bazıları gezici İngilizler tarafından futbola

maruz kalmışlardır. En büyük örnek, futbolun İngilizler tarafından Brezilya, Arjantin ve İtalya'ya yayılmasıdır. İtalyanlar, 1893'te Cenova'da yaşayan bir grup İngiliz tüccarın Cenova Futbol Kulübü'nü kurmasıyla futbola maruz kaldılar. Takım sadece İngiliz oyunculardan oluşuyordu ve ne zaman oynasalar binlerce seyirci izliyordu. Sonunda başka kulüpler kuruldu ve İtalyanlar dünyanın en başarılı futbol ülkeleri arasına girmiştir (Wikle 1997).

İki İngiliz öğretmen, Watson Hutton ve Isaac Newell, oyunu 1880'de spora hemen aşık olan Arjantin halkına tanıtmıştır. Eğitimli bir İngiliz olan Charles Miller, 1895'te sporu Brezilyalılara tanıtmıştır. Ertesi yıl Brezilya'nın ilk kulüp takımı "Flamengo" nun kurulmasına yardım etmiştir. Futbolun Charles Miller tarafından tanıtılması, futbolun dünyanın en başarılı uluslararası futbol takımı olan Brezilya'ya yayılmasından sorumludur (Lisi 2007).

Takım sporlarının en önemlisinin ragbi ve kriketin olmadığı yerlerde futbol için sosyal ve kültürel gelişim alanı mevcut olmuştur. Bu yön, özellikle Latin Amerika ülkelerinde futbolun gelişimini anlamak açısından önemlidir. İngiliz kolonileri olmadıkları için, futbol sadece bir İngiliz oyunu değil, popüler bir ulusal oyun olarak ortaya çıkabilirdi (Sugden ve Tomlinson 2003).

Avusturya, Kanada, orta ve doğu Afrika ülkeleri, Şili, Çin, Danimarka, Finlandiya, Fransa, Almanya, Yunanistan, Hollanda, Hindistan, Japonya, Portekiz, Rusya, Güney Afrika, İspanya, İsviçre, Amerika Birleşik Devletleri gibi diğer ülkeler ve Uruguay'ın kökleri futbolda İngiliz etkisine dayanıyordu. Askerler, tüccarlar, öğretmenler ve oyundan hoşlanan başka kimse oynayacak, izleyiciler izleyecek ve sonra oyun yayılacaktı (Sugden ve Tomlinson 2003)

Oyunu İngiliz etkisinden öğrenen bir Şilili tarafından kurulan Bolivya kulübü Oruro Royal'dir (Harvey 2005). Dünya çapında futbolun ortaya çıkmasından kısa bir süre sonra, bireysel uluslar kulüpler ve yerel ligler kurulmaya başlandı. Bu yerel liglerin kendi ulusal futbol federasyonlarını kurmaya çalışması an meselesi olurdu yerel liglere katılan yerli kulüplerin oluşturulmasıyla futbolun etkisi daha da genişledi; bu kulüpler daha fazla insana oynama şansı verdi, böylece çeşitli ülkelerde daha güçlü bir oyuncu çekirdeği yaratmıştır. Uluslararası rekabet, futbolun büyümesi için bir sonraki mantıksal ilerlemeydi. Milletler, hangi ülkenin önde gelen

oyunculara ve milli takıma sahip olduğunu belirlemek için birbirleriyle rekabet etmek istemiştir (FİFA 2010). 20. yüzyılın başında federasyonlar oluşmaya başladı: 1889'da Hollanda ve Danimarka, Yeni Zelanda - 1891, Arjantin - 1893, Şili - 1895, İsviçre ve Belçika - 1895, İtalya - 1898, Almanya ve Uruguay - 1900, Macaristan — 1901, ABD — 1913 (FİFA 2010).

1.1.2. FIFA'nın Kuruluşu

19. yüzyılın ikinci yarısında Avrupa ve Güney Amerika'da futbolun hızlı büyümesiyle birlikte daha fazla uluslararası yarışmalar için artan bir istek vardı. Futbol, Büyük Britanya'da yaratılmış olmasına rağmen, İngiliz Futbol Federasyonu, uluslararası futbol için bir şemsiye organizasyona katılmakla ilgilenmiyordu. 1904'te Fransız atletizm derneğinin sekreteri Robert Guerin, çeşitli Avrupa federasyonlarına uluslararası bir futbol yönetim organizasyonu oluşturma olasılığı hakkında davetiyeler gönderdi. Uluslararası Birlik Futbolu Federasyonu(FIFA), 21 Mayıs 1904'te yedi üye dernekle resmen kuruldu: Fransa, Belçika, Danimarka, Hollanda, İspanya, İsveç ve İsviçre.

FIFA tüzüğünde belirtildiği gibi, FIFA Kongresi her yıl farklı bir ev sahibi şehirde toplanacaktır. Bu önlem, oyunun kurallarının açıkça ortaya konması ve futbol oyununu farklı ülkelere genişletmesi açısından kritikti (FİFA 2010). FIFA'nın amacı, bağımsız federasyonları denetlemek, futbolu yaygınlaştırmaktı ve zamanla, FIFA'daki federasyonların rekabet etmesi için uluslararası bir futbol turnuvası düzenleyin, tanıtın ve oluşturun denilerek gelişimin sağlanması amaçlanmıştır. Başlangıçta, FIFA yalnızca Avrupa federasyonlarının organizasyona katılmasına izin verdi. FIFA 1900'lerin başında Güney Afrika, Arjantin, Şili ve ABD'yi yeni üye olarak kabul ettiğinde bu kural sonsuza dek değişti (Lisi 2007).

FIFA, başlangıcından itibaren şemsiyesi altındaki tüm federasyonları denetlemeye çalıştı. Bu görev, her federasyonun kendi kurallarının nasıl dahil edilmesi gerektiğini düşündüklerine dair farklı varyasyonları olduğu düşünüldüğünde göz korkutucuydu. Ülkelerin ilgili futbol federasyonlarındaki profesyonel veya amatör oyuncuların durumu, FIFA'nın çözmesi en zor olanıydı. Belçika, Fransız, İtalyan ve İsviçre federasyonları, kulüplerin oyunculara ödeme yapmasının kabul edilebilir olduğunu düşünürken, dört İngiliz federasyonu bunun oyunun iğrenç

olduğunu düşünüyordu. Dahası, Birinci Dünya Savaşı öncesindeki siyasi gerilimler, İngiltere, İskoçya, Galler ve Kuzey İrlanda uluslarının, savaşacakları ülkelerle kendilerini ilişkilendirmek istemedikleri için FIFA'dan çekilmesine neden oldu (Lisi 2007).

FIFA on yıllar boyunca genişlemeye devam etmiştir, 1904'te 7 üye ülkeden 20. yüzyılın sonunda 200'e yükseliş, oyunun büyüyen küresel çekiciliğini göstermektedir (Sugden ve Tomlinson 2003). Bir ulusun FIFA'ya dahil edilmesinin siyasi sonuçları bulunmaktadır. FIFA Kongresi'nin doğası gereği, her üye yıllık toplantıda bir oy hakkına sahiptir ve böylece FIFA onaylı etkinliklerde boyutu, nüfusu veya başarısı ne olursa olsun her ülkeyi eşit bir seviyeye çıkarmıştır. Sonuç olarak, futbol devi Brezilya, Slovenya gibi daha küçük bir ülkeden daha fazla politik güce sahip değil. İlginç bir şekilde, FIFA çok sayıda üyesi olan uluslararası bir kuruluş olduğu için, "Birleşmiş Milletler üyesi olarak kabul edilmek dışında, FIFA üyeliği, bir ülkenin ulus devlet statüsünün uluslararası toplum tarafından tanındığının en açık işareti kabul edilmektedir (Sugden ve Tomlinson 2003).

1.2. Kaygı

Araştırmacılar kaygının bir kişinin genetik yapısında temel bir özellik olduğu konusunda hemfikirdir. Bireyler sahip oldukları kaygı düzeyine göre değişiklik gösterebilir ve bu da çeşitli davranışsal sonuçlara yol açar. Günümüz toplumunda kaygının temel bir sorun olarak ortaya çıkışı, Sigmund Freud'un öncü çalışmasından kaynaklanmaktadır. 1894'te kaygı nevrozunun fizyolojik, davranışsal ve fenomenolojik nitelikleri nedeniyle nevrasteniden ayrı bir klinik sendrom olduğu sonucuna varmıştır. “Freud, kaygıyı 'hissedilen bir şey', evrensel olarak deneyimlenen hoş olmayan duygusal bir durum olarak tanımladı”. Neden “gergin kişilerin” kaygıyı diğerlerinden daha yoğun ve daha sık hissettiğiyle ilgileniyordu. Bununla birlikte, anksiyetenin karmaşıklığı, ölçüm araçlarının eksikliği ve etik problemler nedeniyle, 1950'den önce insanlarda kaygı üzerine çok az araştırma yapılmıştır (Spielberger 1972). Eysenck (1975), Cattell (1965) ve Spielberger (1972) gibi teorisyenlerin ölçüm araçlarını icat etmesiyle 1950'lerde kaygıya ilgi arttırmıştır.

1.2.1. Nesnel Kaygı ve Nevrotik Kaygı

Sigmund Freud (1895), nesnel kaygı ile nevrotik kaygı ya da "kaygı nevrozu" arasındaki ayrımı vurgulamıştır. Freud'a (1895) göre, nesnel kaygı, dış dünyadan gelen tehlikeye ilişkin bir korkudur. Birey, tehdit edici bir dış kaynaktan gelen zararı algılar ve bu nedenle kaygı belirtileri yaşar (Spielberger, 1966). Endişeli tepkinin kapsamı, bir kaçma veya kavga tepkisine yol açan algılanan tehlikenin miktarına bağlıdır (Spielberger 1966). Nevrotik kaygı, nesnel kaygı ile aynı tepkiyi içerir, ancak algılanan tehdit dıştan çok içseldir (Freud 1895, Spielberger 1966). Freud (1895), bu duyguların ve algıların bilinçsiz olduğuna ve bastırılmış dürtülerden kaynaklandığına ve düşük bir özgüven, karamsar beklentiler ve üzücü fikirlerle tezahür ettiğine inanıyordu. Ayrıca herkesin bir dereceye kadar nevrotik kaygı yaşadığını ancak bunu aşırı yaşayanlarda kaygı-nevroz olduğu söylendiğini belirtmiştir (Freud 1895, Spielberger 1966).

1.2.2. Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı

Kaygı, birçok tanımı olabilen geniş bir konudur. Spielberger (1966) iki tür kaygı arasında bir ayrım yapmıştır: durum kaygısı ve sürekli kaygı. Durumluk kaygı, bireyin yaşadığı, semptomların yoğunluğunun değiştiği ve zamanla dalgalandığı geçici bir durumu ifade eder. Semptomlar, bireyin tehdit edici olarak algıladığı bir durumla ortaya çıkar ve birey tehdit edici olmayan bir durumda olduğunda semptomlar düşük veya hiç olmamalıdır. Sürekli kaygı, bir bireyin sabit bir kişilik özelliğidir. Sürekli anksiyetesi yüksek olan bireyler, çok çeşitli durumları tehdit edici bulurlar ve semptomları daha yoğun yaşanır. Her insan tehdit edici bir durumla karşı karşıya kaldığında kaygı belirtileri yaşayacaktır, ancak sürekli kaygısı yüksek olanlar, semptomları yaşamayanlara göre daha sık ve daha yoğun yaşarlar (Spielberger 1966).

Spielberger (1966) bu teoriyi durum ve sürekli kaygı üzerine geliştirmiştir ve bir bireyin özelliklerini ve durumluk kaygısını ölçmek için bir öz bildirim olarak Durum-Sürekli Kaygı Envanteri'ni (STAI) oluşturmuştur.

1.2.3. Kaygı ve Spor Performansı

Spielberger'in (1966) sürekli ve durum kaygısı arasındaki ilişkiyi inceleyen teorisinden kaynaklanan geniş bir kişilik araştırması vardır. Hanton ve ark (2002), yüksek rekabetçi sürekli kaygısı olan üniversite öğrencisi erkek İngiliz futbolcuların, düşük sürekli kaygısı olanlara göre daha yüksek durumluk kaygıya sahip olduklarını bulmuşlardır. Ayrıca, düşük sürekli kaygıya sahip sporcuların kaygılarını kolaylaştırıcı olarak algıladıklarını, yüksek sürekli kaygıya sahip sporcuların ise anksiyetelerini zayıflatıcı olarak algıladıklarını bulmuşlardır. Bu sonuç aynı zamanda seçkin sanatçıların kaygıyı performansı daha kolaylaştırıcı olarak yorumladıklarını ve bunun da daha yüksek özgüven seviyelerine yol açtığını bulan Jones ve ark (1994) tarafından da elde edilmiştir.

Araştırmada bir başka popüler yön, kaygı ve spor performansı arasında bir ilişki bulunmasıdır; kaygı düzeylerinde farklılık gösteren gruplar arasındaki performans farklılıklarını ölçerek sporcunun başarısını tahmin etmek için kaygının performansı nasıl etkilediğine bakmayı içermektedir. Bu yaklaşımı benimseyen bazı çalışmalar aşağıdakileri içerir. Weinberg ve Genuchi (1980), üniversiteler arası erkek golfçülerde sürekli kaygının durumluk kaygı ve performans üzerindeki etkisine bakmış ve özellik ve durum kaygısı arasındaki ilişki için Hanton ve ark (2002) ile benzer sonuçlar bulmuşlardır. Sürekli kaygısı yüksek olan golfçüler, sürekli kaygısı düşük olan golfçülerden daha yüksek durumluk kaygı göstermiştir. Weinberg ve Genuchi (1980) ayrıca sürekli kaygısı yüksek golfçülerin düşük sürekli kaygılı olanlardan daha kötü performans gösterdiğini bulmuşlardır. Bu nedenle, yüksek kaygı düzeylerinin performansı olumsuz etkilediği sonucuna varmışlardır. Sanderson ve Reilly (1983), yukarıdaki bulguları İngiliz erkek ve kadın kros koşucularına yansıttı. Sürekli kaygının durumluk kaygısı ile anlamlı olarak pozitif yönde ilişkili olduğunu bulmuşlar, ancak özelliğin yalnızca erkeklerdeki performansla önemli ölçüde negatif ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca, yarışmadan sonra sporcuların durum kaygısını da ölçtüler ve ilginç bir şekilde tüm erkek grubu için durum kaygısında azalma olduğunu, ancak kadınlar için, durum kaygısında yalnızca yüksek dereceyi bitirenlerin azaldığını buldular. Sanderson ve Reilly (1983), bunun belirli bireysel hedeflere ulaşılamamasından veya performanslarından memnun olmadıklarından kaynaklanabileceği sonucuna varmışlardır. Antrenörlere ve

mentorlara, bu sporcuların kötü performanslarla başa çıkmalarına yardımcı olmalarını tavsiye etmişlerdir.

Horikawa ve Yagi (2012), sürekli kaygının, erkek Japon lisans futbolcularının durum kaygısı ve penaltı atışları üzerindeki etkisini incelerken benzer sonuçlar bulmuşlardır. Sürekli yüksek anksiyete grubunun, düşük sürekli anksiyete grubuna göre daha yüksek durumluk kaygıya sahip olduğunu ve ayrıca penaltı atışlarında düşük sürekli kaygı grubundan daha kötü performans gösterdiğini bulmuşlardır. Ayrıca, hem yüksek özellikli hem de düşük özellikli grupların baskı altındayken daha kötü performans gösterdiğini, ancak ilginç bir şekilde düşük özellik grubunun durum kaygısının çok az arttığını bulmuşlardır. Başarı baskısının kaygı artışına yol açarak performansta düşüşe yol açtığı sonucuna varılmış, ancak düşük özellikli grup kaygılarını kolaylaştırıcı olarak yorumlamıştır.

Mottaghi ve ark (2013) a benzer sonuçlar bularak, koçların kaygısının sporcuların kaygısı, antrenörlerin sporcuların performansı üzerindeki kaygısı ve sporcuların kaygısının İranlı futsal oyuncuları için kendi performansları üzerindeki etkisini test ettiler. Antrenörlerin kaygı düzeylerinin sporcuların kaygı düzeylerini önemli ölçüde artırdığını, antrenörlerin kaygının sporcuların performansını olumsuz etkilediğini ve sporcuların kaygı düzeyinin kendi performanslarını olumsuz etkilediğini bulmuşlardır.

Abenza ve ark (2009), durum ve sürekli kaygının bir İspanyol basketbol takımının genel performansı üzerindeki etkisini gözlemlemiştir. Toplam sayılara, ribaundlara, alınan faullere, alınan toplara, asistlere, kaçırılan şutlara, yapılan faullere ve top kaybına baktılar. Ayrıca, artan durum kaygısının performansta düşüşe yol açtığını buldular; ancak, sürekli kaygının “etkili bir faktör olmadığını” bulmuşlardır (Abenza ve ark 2009). Maynard ve Howe (1987) ise özellik ve durum kaygısının İngiliz rugby oyuncuları üzerindeki etkisine baktı. Oyun öncesi durumun ve sürekli kaygının "performansı önemli ölçüde yordamadığını" bulmuşlardır Bununla birlikte, kötü oynayan sporcular için somatik kaygı ve performans arasında önemli bir negatif korelasyon buldular (Maynard ve Howe 1987).

Bilişsel olarak konuşursak, kaygının görsel dikkat, konsantrasyon ve hafıza açısından performansı olumsuz etkilediği bulunmuştur (Hatzigeorgiadis ve Biddle

2001, Janelle 2002, Murray ve Janelle 2003, Pijpers ve ark 2003, Williams ve Elliot 1999). Abernethy (1991), sporcular tarafından müsabaka sırasında işlenen bilgilerin çoğunun algı ve görsel duyum yoluyla toplandığını belirtmiştir. Bu nedenle, görsel dikkat, başarılı atletik performans için önemli bir belirleyicidir.

Williams ve Elliot (1999) tarafından yapılan bir çalışmada, karatede kaygının görsel arama stratejisi üzerindeki etkileri incelenmiştir. Uzman ve acemi karate sporcularına düşük ve yüksek kaygı koşullarında sunulan hareket görevleri verildi. Kaygı yaratan ortamda arama stratejisinde değişiklikler bulunmuştur. Spesifik olarak, arama oranında (yani sabitleme sayısı ve sabitleme konumlarının sayısı) ve yüksek kaygı ile kol ve yumruk gibi çevresel görüntüleme alanlarına sabitlemek için harcanan zaman miktarında bir artış olmuştur. Yazarlar, kaygının periferik daralmaya neden olduğunu ve bunun da sporcunun periferik görüşten ziyade merkezi görüşten daha fazla bilgi almasını sağladığını öne sürmüştür. Daha önce, daha yüksek kaygı seviyelerinin bu algısal daralmaya yol açabileceği de belgelenmiştir (Bacon 1974, Landers ve ark 1985). Yine de kaygı ve görme arasındaki ilişkiyle ilgili olarak, Janelle ve ark (1999) benzer başka bir çalışmada, dikkatin daralmasının veya hipervijilansın (daha dikkat dağıtıcı) görsel arama davranışlarında değişikliklere neden olup olmadığını incelediler. Katılımcıların hem ilgili hem de ilgisiz uyarıcı ışıklara tepki verirken mümkün olduğunca hızlı bir şekilde bir motorlu yolda gezinmeleri istendi. Sonuçlar, kaygı arttıkça, katılımcıların ilgili ve alakasız ipuçları arasında ayrım yapmanın ve ilgili ipuçlarını tespit etmenin daha uzun sürdüğünü ortaya koymuştur. Endişeli katılımcılar ilgisiz ipuçlarından daha çok dikkatlerini dağıtma eğilimindeydiler. Bu çalışmaların yazarları, anksiyetenin periferik daralmaya yol açtığı ve ilgili ipuçlarının aksine ilgisiz veya dikkat dağıtıcı ipuçlarına odaklandığı sonucuna varmışlardır. Ayrıca Derakshan ve Eysenck (2001) yüksek kaygı altında bireylerin daha dikkatsiz hale geldiklerini ve tehdit edici veya ilgisiz ipuçlarına odaklanma eğiliminde olduklarını desteklediler.

Araştırmalar ayrıca kaygının bilişsel müdahale üzerindeki etkilerini de göstermiştir. Bilişsel müdahale, bireyin bir görevi yerine getirirken yaşadığı düşünceleri ifade eder (Sarason ve ark 1996). Araştırmadan elde edilen sonuçlar, kaygısı düşük olan sporculara kıyasla oldukça endişeli bireylerin daha fazla endişe duyduklarını göstermiştir (Blankstein ve ark 1989, Calvo ve Ramos 1989). Eysenck

ve Calvo (1992), belirli bir görev sırasında endişelenmenin bilgi işlemenin kalitesine zarar verebileceğini öne sürmüşlerdir. Hatzigeorgiadis ve Biddle (2001) tarafından yapılan bir çalışmada sporcuların kaygı bileşeni olan bilişsel müdahale algıları ve konsantrasyon ve çaba üzerindeki etkileri araştırılmıştır. Yüz on beş voleybol oyuncusunda üç farklı düşünce türünü incelemiştir. 1) performans endişeleri, 2) durumla ilgisiz düşünceler ve 3) kaçış düşünceleri. Sonuçlar, her üç tür düşüncenin de konsantrasyonu olumsuz etkilediğini bildirdi. Bu, konsantrasyonun engellenebileceği ve sonuç olarak performansı olumsuz etkileyebileceği için sporcuların düşüncelerine karşı dikkatli olmaları gerektiğini düşündürür.

Daha sonraki araştırmalar, kaygının daha az pürüzsüz, zaman ve enerji açısından daha az verimli ve daha az değişken hareketleri uyandırdığını da göstermiştir (Beauter ve Duda 1985). Daha yakın tarihli bir çalışmada, benzer bulgularla Pijpers ve ark (2003) kaygı ve motor performans arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Katılımcılar, düşük ve yüksek kaygı koşullarında bir duvara tırmanma görevi yapmak zorunda kaldılar. Araştırmacılar, farklı yüksekliklerde farklı tırmanma yolları kullanarak kaygıyı manipüle ettiler. Sonuçlar, yüksek endişeli katılımcıların daha yüksek kalp hızları ve kan laktat seviyeleri ve daha fazla kas yorgunluğu yaşadıklarını ortaya koydu. Ayrıca, son derece endişeli tırmanıcıların, sert ve sarsıntılı hareketlerden oluşan daha az düzgün hareket modellerine sahip oldukları da bulundu.

Parfitt ve arkadaşları (1995), özellikle motor performans görevleri üzerine kaygının bilişsel ve somatik olmak üzere iki alt bileşenini incelediler. Parfitt ve Hardy (1993), Parfitt ve ark (1995) ve Pates ve Parfitt (1994), kaygının basketbol oyuncularındaki anaerobik ve çalışma belleği görevleri üzerindeki etkilerini incelemiştir. Anaerobik görev sonuçları öncelikle somatik kaygının atlama yüksekliği ile pozitif yönde ilişkili olduğunu belirlemiştir. Parfitt ve Pates (1999), kaygının basketbol oyuncuları içindeki performans bileşenleri üzerindeki etkilerini daha ayrıntılı olarak incelemiştir. Çalışmaya Galler Üniversitesi'nden 12 basketbol oyuncusu katılmıştır. Katılımcılar oyun oynamak için sahaya çıkmadan hemen önce bilişsel kaygılarını ve somatik kaygılarını kendileri bildirdiler. Gerçek rekabet kaydedildi ve performans, atlanan yükseklikler, başarılı paslar ve asistlerle ölçüldü. Sonuçlar, bedensel kaygının ve bilişsel kaygının, yükseklik atlama gibi anaerobik

talepleri içeren performansı olumlu olarak yordadığını bulmuştur. Bilişsel kaygı, başarılı paslar ve asistler ile ilişkili performans puanlarının bir yordayıcısı olarak bulunmamıştır. Parfitt ve Pates topluca, somatik kaygının atlama ile pozitif bir şekilde ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Bu bulgular, bazı kaygı biçimlerinin aslında performansı artırabileceğini düşündürmektedir.

Kaygı performansı artırabileceğine dair bazı kanıtlara rağmen, kaygı ve performansla ilgili literatürün çoğu, rekabetçi kaygının atletik performansı olumsuz yönde etkilediğini varsaymaktadır (Butt ve ark 2003, Jones 1991, Jones ve Hanton 1996). Bununla birlikte, çalışmaları, bireyin kaygı semptomlarını yorumlamasını vurgulamaktadır. Sporcular kaygı duygularını kolaylaştırıcı olarak yorumlarlarsa, bir sporcunun endişelerini zayıflatıcı olarak algılamasının aksine performans artırılabilir. Bu anksiyete alanıyla ilgili araştırmalar, yüksek kaygı seviyelerini bildiren sporcuların tipik olarak sonuçları daha olumsuz olarak algıladıklarını bulmuştur (Butt ve ark 2003). Bu, daha küçük dozlarda kaygı hissetmenin aslında spor performansını artırabileceğini düşündürür. Alternatif olarak, bu araştırma grubu, kaygının performans üzerindeki olumlu etkisi açısından bir eşik etkisi olduğunu öne sürebilir; yani bazı kaygılar performansı olumlu yönde etkileyebilir ancak kaygı seviyeleri çok yükseldiğinde performans olumsuz etkilenebilir.

Yerkes-Dodsan yasası

Yerkes ve Dodson (1908) kaygı / uyarılma ve performans arasındaki ilişkinin doğrusal değil ters U şeklinde olduğunu teorileştirdiler. Yerkes-Dodson Yasası, denekler baskı altına alındığında performansın artırılabileceğine veya bozulabileceğine ve ilişkinin orta seviyelerde optimum performansla ters U şeklini izlediğini belirten kaygı / uyarılma ve performans arasındaki ilişkiye dair bir teoridir. Düşük ve yüksek uyarım seviyelerinde meydana gelen uyarılma ve zayıf performans olarak görülür (Yerkes ve Dodson 1908).

Yerkes Dodson Yasası'ndan çok sayıda araştırma yapıldı ve bu teori için önemli Martens ve Landers (1970) bir destek sağladı. Bir motor izleme görevindeki bireylerin performansının, bireylere maruz kaldıklarında ters U hipotezini izlediğini buldu. Düşük, orta ve yüksek stres. Ters-U hipotezi, katılımcıların artan üç sürekli kaygı düzeyine dayalı olarak da desteklenmiştir. Bununla birlikte, sürekli kaygı ve

stres, performansı etkilemek için etkileşime girmedi. Benzer şekilde, Matarazzo ve ark (1955), farklı kaygı düzeylerine sahip katılımcıların bir labirenti başarılı bir şekilde öğrenip tamamlamaları için geçen toplam sürenin, ters U hipotezini izlediğini ve orta kaygı aralığındaki katılımcıların yüksek ve düşük anksiyete aralığındakilere göre labirenti daha hızlı tamamladığını bulmuştur. Sonstroem ve Bernardo (1982) ayrıca üç turnuva maçında bayan kolej basketbolcularının performansının da ters U eğrisini izlediğini ve en iyi performansın üç sürekli kaygı grubu arasında orta durum kaygısı altında gerçekleştiğini bulmuşlardır. Ek olarak, orta düzeyde sürekli kaygı grubu genel olarak en iyi performansı göstermiştir. Ayrıca durumluk kaygısının performans üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu ancak sürekli kaygının anlamlı bir etkiye sahip olmadığı bulunmuştur (Sonstroem ve Bernardo 1982).

1.2.4. Kaygı ile Eşleştirilmiş Değişkenler ve Duygular

Kaygıya neden olabilecek farklı faktörler arasında, sporcunun kaygı seviyeleri yükseldiğinde yaşayabileceği farklı değişkenler vardır. Bu değişkenler ve duygular çok çeşitli olabilir ve bir sporcu farklı şekillerde etkilenebilir. Bunlardan bazıları gerginlik, şüphe, üzüntü, depresyon, öfke, yalnızlık ve güven eksikliğidir (Wilson ve ark 2002).

Wilson ve ark (2002), iyimser ve kötümser tarzların üniversite sporcularının performans ve yarışma öncesi kaygıları üzerindeki etkisini inceleyen bir çalışma yapmışlardır. Sporcuların spordaki başarısı söz konusu olduğunda, genellikle kişinin rekabete karşı iyimser bir tutuma ihtiyaç duyacağı söylenmektedir. İyimser, olumlu ve iyimser bir tutuma sahip olmak, sporcunun sadece başarılı olmasıyla kalmaz, aynı zamanda spordan ve rekabetten zevk almasına da yardımcı olur ve endişelenmeleri veya kendi kendilerine düşmeleri daha az olası hale gelir. Bunun tam tersi karamsar bir tutumdur. Genellikle daha az başarılı sporcuların diğerlerinden daha karamsar ve daha endişeli olduğu söylenebilir. Bu karamsar sporcular, rekabete karşı olumsuz bir bakış açısı benimseyebilir ve böylece kaygı düzeylerini yükseltebilirler (Wilson ve ark 2002). Bu iyimser ve kötümser tarzların performans ve kaygı üzerindeki etkisini bulmak için araştırmacılar, 74 üniversite sporcusu üzerinde çalıştı ve onları iyimserler, savunmacı karamsarlar veya gerçek kötümserler olarak gruplandırdılar. Savunmacılar ile gerçek kötümserler arasındaki fark, savunmacı kötümserlerin kendilerini potansiyel başarısızlıklardan korumak için düşük beklentiler oluşturması

ve gerçek kötümserlerin hem düşük performans beklentileri hem de başarılarla sonuçlanmasıydı. Sonuçlar, kadınların erkeklere göre önemli ölçüde daha yüksek rekabet öncesi kaygı düzeylerine sahip olduklarını göstermiştir. Bununla birlikte, cinsiyete bakılmaksızın, incelenen tüm iyimserler, karamsar gruplara kıyasla önemli ölçüde daha düşük rekabet öncesi kaygı seviyelerine sahip oldugu bulunmuştur. Araştırmacılar, karamsar bir tutuma sahip olmanın bir sporcunun olumsuz davranmasına, şüphe duymasına, korkmasına ve daha yüksek kaygı düzeylerine yol açmasına neden olduğunu ve bunun da diğer ilgili kaygı duygularına neden olabileceği sonucuna varmışlardır (Fullerton 2009).

Kaygı ile ilgili diğer bir değişken, birçok sporcunun kolej kariyeri boyunca uğraştığı strestir. Her ikisi de birbirini etkileyebilir ve sonuçta sporcular üzerinde olumsuz ve hatta kalıcı bir etkiye sahip olabilir. Birçok sporcu kolej boyunca bir noktada stres ve kaygı ile başa çıkabilse de, bunlarla diğerlerinden farklı şekillerde başa çıkıp tepki verebilirler. Farklı faktörler stresi etkiler ve stres karşılığında başka şeyleri de etkileyebilir. Stresin etkilediği bunlardan bazıları performans, sporcuların strese tepki verme şekli onu etkileyebilir ve stres yönetimi sporcuların stres düzeylerini olumlu veya olumsuz etkileyebilir (Fullerton 2009).

1.2.5. Müsabaka Öncesi ve Sırasındaki Kaygı Düzeyleri

Sporcuların uğraştığı kaygı düzeylerinden bazıları genellikle yarışma ve spor etkinlikleri öncesinde veya sırasında en kötü haldedir. Bu durum özellikle rekabetçi etkinlikler sırasında sporcuları engelleyecektir, çünkü kaygı bir sporcunun performansını düşürebilecek ana faktörlerden biridir. Mahamood ve Parnabas (2010), sporcuların ve cinsiyetlerin farklı beceri kategorileri arasında rekabet öncesi ve sırasında kaygı farklılıklarını tanımlayan ve karşılaştıran bir araştırma çalışması yürütmüştür. Sonuçlar sadece erkek sporcuların bir müsabaka öncesinde kadınlara göre daha düşük kaygı seviyelerine sahip olduğunu göstermekle kalmamış, aynı zamanda kadınların da yarışma sırasında erkeklerden daha yüksek kaygı seviyelerine sahip olduğunu göstermiştir. Ayrıca, bu araştırmaya katılan 902 sporcudan, okuldaki ve üniversitelere giden sporcuların, ulusal ve profesyonel sporculara göre müsabaka öncesi ve sırasında daha yüksek düzeyde kaygıya sahip olduklarını bulmuşlardır. Daha yüksek anksiyete seviyelerine sahip olan sporcuların genellikle daha düşük seviyelerde spor performansı gösterdiğini bulmuşlardır. Çalışmada kaygının

sporcuların yarışma öncesinde ve sırasında performansları üzerinde önemli bir olumsuz etkiye sahip olabileceği sonucuna ulaşılmıştır (Mahamood ve Parnabas 2010).

Atletik kariyerleri boyunca artan stres ve kaygı, sporcuların psikolojik veya fiziksel olarak olumsuz tepki vermesine neden olabilir ve bu da performanslarını etkileyebilir. Yarışma öncesinde ve sırasında kaygıyı ölçmenin bir yolu, Spor Rekabet Anksiyetesi Testi veya Spor Yarışması Aksiyeti Testi SCAT adı verilen bir anket kullanmaktır. SCAT anketi, bu kaygı düzeylerini değerlendirmek için Martens (1977) tarafından oluşturulmuştur. Sporculara uygulanabilen on beş soruluk bir ankettir ve cevaplar, nadiren, bazen ve sıklıkla üç noktalı Likert ölçeğine kaydedilir. Bu anket, araştırmacılar tarafından bir sporcunun yarışma öncesinde ve sırasında kendisinin bildirdiği kaygı düzeylerini değerlendirmek için yaygın olarak kullanılmaktadır. Kar (2013) tarafından yapılan bu tür bir anket toplam 55 sporcuya uygulanmış ve SCAT skor analizini kullanılarak ortalamalarını analiz edilmiştir. Kadın sporcuların erkek sporculardan daha yüksek bir ortalamaya sahip olduğu bulundu, bu özel konu hakkındaki çoğu araştırmada ortak bir tema olmuştur. Kar (2013), sporcuların kaygı düzeyinin katılım düzeyi ile arttığı, spora katılım yılı arttıkça azaldığı sonucuna ulaşmıştır. Sporcular daha yüksek bir seviyede rekabet ederlerse ancak bu seviyede veya takımda çok az deneyime sahipler veya hiç deneyimleri yoksa o zaman muhtemelen yüksek düzeyde kaygıları olacaktır. Buna karşılık, sporcular o seviyede, o takımda veya o sporda ne kadar çok deneyime sahip olursa, muhtemelen daha düşük kaygı seviyelerine sahip olacaklardır. Sporcular oyunlarında ve sporlarında rahat ve kendilerine güveniyorlarsa, muhtemelen daha iyi performans göstereceklerdir. Bu SCAT, araştırmacıların ve diğerlerinin müsabakalar öncesinde ve sırasında kaygıdan etkilenebilecek sporcuları keşfetmelerine yardımcı olmak için yaygın olarak kullanılan bir ölçüm aracıdır.

1.3. Salgın Hastalıklar

Bir kişiden diğerine bulaşabilen bulaşıcı bir hastalık, nispeten kısa bir süre içinde (tipik olarak günler ila aylar, ancak salgınlar yıllarca sürebilir) bulaştığında bir hastalık salgını ortaya çıkmaktadır. Bir hastalık, solunum yoluyla bir kişiden diğerine doğrudan bulaşabilir (örneğin, grip ve pnömonik veba gibi hava yoluyla bulaşan bulaşıcı hastalıklar); doğrudan temas (ör. şarbon); sivrisinekler, keneler, pireler ve

bitler (örneğin sıtma, sarı humma) gibi böcek vektörleri ile oluşmaktadır (The World Health Organization 2014); ve ortak bir enfekte ortama (örn. kolera ve dizanteri için kirli su) maruz kalma yoluyla bulaşmaktadır. Salgınlar ani ve yaygın olduğunda özellikle yüksek enfeksiyon oranları ortaya çıktığında, bunlar pandemi olarak adlandırılabilir (David ve ark 2009).

Tıp tarihçileri, bir hastalık insan vücuduna etki eden biyolojik bir sürecin nesnel bir tezahürü olsa da hastalığın daha çok sosyal bir yapı olduğunu anlamaya başladılar. Bir kişi norm dışında bazı özellikler sergilerse hastadır, ancak "normal" olarak kabul edilen şey genellikle özneldir (Hays 2005). Salgını oluşturan şey aynı zamanda bir yargı meselesidir. Bir salgın normalde geçici olarak kabul edilir ve normalin önemli ölçüde üzerinde ölüm oranlarına neden olur. Yine de geçici ve normalin tanımlanması zor olabilir. Bir hastalık, devam ederse ve ölüm oranı nispeten düşük ancak sabit kalırsa endemik kabul edilir. Endemik hastalıklar, yaygın oldukları bölgelerde genellikle çocukluk döneminde kapılır ve hastalıktan sağ kalanlara kısmi veya tam bağışıklık kazandırabilir (Hays 2005).

İnsanlık tarihi boyunca, salgın hastalıkların tedavisi zaman içinde ve kültürler arasında farklılık göstermiştir. Örneğin bazı kültürlerde tedavi, tanrılara veya ruhlara yapılan çağrılardan veya bir hastalık yarattığı düşünülen bir lanete karşı koyma çabalarından oluşabilir. Şamanlar, rahipler, medyumlar ve diğerleri, hastalıkları kendi kültürlerinin onayladığı şekillerde tedavi ederek, çeşitli kültürlerde doktorların yerine hizmet etmişlerdir. Bu, son Ebola salgını sırasında bu durum Afrika'da gözlemlenmiştir. Yardım görevlilerinin geleneksel inançlara ve şifacılara meydan okuduklarında katledildiği birkaç olay olmuştur (Manguvo 2015). Batı toplumunda Yunanistan ve Roma'da doktorlar (bazen tıpla ilgili tanrıların rahipleri) ortaya çıkmıştır. Batı geleneğinde, doktorlar hastalığı tedavi etmek veya en azından hastanın semptomlarını ve endişelerini hafifletmek için deneysel gözlemler kullanmaya başlamıştır. Ne yazık ki gözlemlerin çoğu, hastalığın nedenleri ve tedavilerin etkinliği hakkında yanlış varsayımlara yol açmıştır. 19. yüzyılın başlarında, modern mikrop teorisi anlayışından önce tıbbi bilgi hümoral hastalık teorisini ve hastalık aktarımının miazmatik teorisini vurgulamıştır. Hümoral teori ilk olarak Hipokrat tarafından önerildi ancak Claudius Galenus'un Galen olarak bilinen bir kitabında özellikle açıklamıştır. Galen'in kitabı bin yıldan uzun bir süredir

(yaklaşık MS 200 - 1700) standart bir tıbbi metin olarak hizmet etmiştir. Dört mizah vardı - kollerik, balgamlı, iyimser ve melankolik; hastalık, bu mizahların dengesizliğine atfedildi ve arındırma, kabarma ve / veya kanama yoluyla dengeleme popüler tedavi yöntemiydi (Carol 1988). Vücudun mizahları, zehirli hava veya bataklık alanlardan kaynaklanan veya bataklık alanlardan kaynaklanan "miazma" ile dengesiz hale gelebilir. Sıcaklık farklılıkları, güneşe maruz kalma, hazımsızlık veya mizahları altüst edebilecek diğer faktörler. Bir İngiliz doktor olan Dr. Southwood Smith, 1830'da "Ateşin acil veya heyecan verici nedeni, organik maddenin bozulması veya ayrışmasıyla oluşan bir zehirdir" dedi. Bu tür malzemeler "insan vücuduna uygulandığında ateş olarak bilinen fenomeni üreten bir ilke verir veya yeni bir bileşiğe kaynak verir". Yine de Southwood Smith tıbbın ateş için henüz çare geliştirmediğini fark etmiştir. Nitekim, bu kadar uzun ve bu kadar ciddiyetle aranan, hastalığı kısaltma gücü ile donatılmış bir çare arayışı, hekim için filozof taşının peşinden koşmanın simimci için neydi, bu farkla, boşuna bir arayış içinde olan simyacı, yalnızca zamanını ve emeğini kaybetti; ama aynı derecede umutsuz bir arayış içinde olan hekim, çoğu kez hastasını da kaybedecektir (Smith 1830).

Bununla birlikte bazı ilaçlar, tedavi edememiş olsalar bile, hastalığın semptomlarını hafifletmeye yardımcı olduğu görülmüştür. Mizahları dengelemek için temizleme, kabarma ve kanamaya ek olarak, tedavi, cilde dışarıdan veya fitil, lavman veya oral ilaç yoluyla dahili olarak uygulanan çeşitli maddelerin uygulanmasından oluşuyordu. Örneğin, Dr. Robert Jackson, A Sketch of the History and Cure of Febrile Diseases (1817) adlı eserinde şu çareleri listeler: kan çıkarma, ısı, sıcak banyo, soğuk, sürtünme, gebelik, kusma, müshil, terletici, cıva, Peru kabuğu, şarap, afyon, örümcek ağı, kabarcıklar ve odun kömürü.

Bulaşıcı hastalıkların doğasına ilişkin bilimsel araştırmalar, nöbetlerle gelişmiş ve on dokuzuncu yüzyılda başlamıştır. Yüzyılın ortalarında, üç tür bulaşıcı hastalık tanındı. İlk tip, sınırlı bir anlamda bulaşıcıydı ve yalnızca doğrudan temasla yayıldı. İkinci tip, kötü hava (miazma) ile yayılan miazmatikti. Son tip, miazmadan kaynaklanan ancak daha sonra temasla yayılan, miazmatik bulaşıcı olarak adlandırıldı. Sifiliz, 19. yüzyılda kelimenin anlamıyla bulaşıcı bir hastalık örneğiydi, sıtma ise miazmatik olarak kabul edildi. Çiçek hastalığı, tifo, kolera, veba ve sarı humma gibi başlıca bulaşıcı hastalıkların çoğu, miazmatik-bulaşıcı olarak karakterize

edildi (Lester 1983). Bu sınıflandırmalar, hastalığın bulaşma yollarına odaklandı. Yine de tıp uzmanları ve bilim adamları, hastalıkların belirli nedenini belirlemek için el yordamıyla çalıştı. Mikrop teorisi, bitki örtüsü, su, toprak veya havada bulunan kimyasal bir zehirden ziyade, canlı bir organizmanın vücuda (contagium vivum) zarar verdiği fikrinden gelişti. Canlı maddeler için kullanılan diğer bir terim ise hayvancılıktı; Bu fikrin savunucuları hayvancılıkçılar olarak anılıyordu. Ancak ilk mikrop teorisyenleri, bilim camiasını doğru yolda olduklarına ikna etmek için mücadele ettiler. Rakip bir teori olan zimoz, hastalığın fermantasyondan kaynaklandığı fikrini ortaya koydu. Bir diğeri ise, hastalığın doğal bir süreçte aniden ortaya çıktığı fikri (heterogenez olarak da bilinir) spontane nesildi Sonunda zimotik teori, mikrop teorisiyle birleşti ve zimoz, enfeksiyon süreci için başka bir kelime haline geldi (Richmond 1954).

1835'te İtalyan araştırmacı Agostino Bassi, bir mantarın ipekböceği hastalığı olan muscardine bulaştığını kanıtladı. Mantar sporları, canlı organizmalar, diğer ipekböceklerinde hastalığa neden olabilir (Sprague 1899). 19. yüzyıl doktorlarının çoğu, bir fermentasyon ve çürüme ürünü olan hastalık için kimyasal bir temele inanıyordu. Bu fikre ilk büyük meydan okuma, deneysel olarak fermantasyonu inceleyen ve 1860'larda ayrışma sürecinin cansız zehirlerden ziyade canlı mikroorganizmalara dayandığına ikna olan Fransız bilim adamı Louis Pasteur'den geldi. Hastalıkların mikroorganizmalardan kaynaklandığı teorisini geliştiren ilk bilim adamı değildi (Alman hekim Jakob Henle 1840'ta birçok hastalığa canlı ajanların neden olduğunu öne sürmüştü), ancak çalışmaları en çok ilgiyi görmüştür (Bynum 1994).

Mikrop teorisi, kontagium vivum olan canlı mikroorganizmaların keşfine dayanıyordu; ancak eleştirmenler daha önceki açıklamalara sarıldılar. Bazen bu, kırılma noktasına kadar uzanan mantığı gerektiriyordu. Robert Koch, Vibrio kolera bakterisinin hastalığın etkeni olduğunu keşfettiğinde, Pettenkofer adlı bir epidemiyolog, basilin bir kolera kurbanından atıldığında iyi huylu olduğunu, ancak toprakla birleştiğinde öldürücü hale geldiğini iddia etmiştir (Ibid 1894).

Mikrop teorisinin, hastalarının tedavisiyle ilgilenen doktorlar için de sınırlı uygulanabilirliği vardı. Tedaviye giden yolun öncülüğünü Edward Jenner yaptı ve Pasteur tarafından devam etti: edinilmiş bir bağışıklık yaratabilecek kontagium

vivumun zayıflatılmış bir formunun araştırılması amaçlamıştır. Pasteur, kümes hayvanı kolerası için bir aşılama oluşturmuştu ve insanlık hastalıkları için benzer tedaviler arayışındaydı. Bu yöndeki ilk ilerleme, difteri yapan basili tespit eden Edwin Klebs ve Friederich Loffler'den gelmiştir. Difteri nedeni belirlendikten sonra, hastalık semptomlarına neden olan mekanizmanın, en iyi tedavi yöntemi olarak bir antitoksine işaret eden bakteri tarafından salınan bir toksin olduğu bulundu. 1892'ye gelindiğinde, insan difteri için antitoksin ticari olarak temin edilebiliyordu (Arthur 2009).

Tavuk kolera ve difteri ile ilgili önceki başarılara dayanarak, sarı humma gibi hastalıkların bilinmeyen bir basilden kaynaklandığı varsayıldı. Araştırmacılar, sarıhumma geçirmiş hastalardan alınan örneklerden mikroorganizmanın tanımlanmasına ve aşılama için kullanılabilecek zayıflatılmış bir mikroorganizma formunun geliştirilmesine odaklandı. George Sternberg, 1880'lerin sonlarında Ordu tarafından hastalığı araştırması emrini aldığında, "aşılama işiyle uğraşanların size gösterdiği şekilde sözde mikrop üzerinde bir inceleme" yapması için yönlendirildi. Bu varsayımlar, on dokuzuncu yüzyılın geri kalanında araştırmacıları sürekli olarak çıkmaz sokaklara sürüklemiştir çünkü sarı humma bir bakteriden değil, günün mikroskoplarında tespit edilemeyecek kadar küçük bir virüsten kaynaklanıyordu (Kelley 1906).

On dokuzuncu yüzyılın halk sağlığı ve sanitasyon hareketi, en iyi şekilde, mikrop teorisinin evrim geçiren bilimsel evriminin politika tarafı olarak tanımlanabilir. Son on dokuzuncu yüzyılda temiz su, güvenli gıda, kaliteli konut sağlanması ve kentsel gecekondu mahallelerindeki "pisliğin" ortadan kaldırılması, kısmen hem mikrop teorisinin hem de erken epidemiyolojinin daha iyi anlaşılmasına dayanıyordu. John Snow (1854), koleranın yiyecek veya suyun kirlenmesi ile yayıldığını gösterirken, William Budd (1873) aynı şeyi tifo ateşi için yapmıştır. Elbette bu bulgular tartışmalıydı; örneğin William Farr (1852), kolera mortalitesinin yükselmeyle ters orantılı olduğunu gösteren mortalite çalışmaları yürüttü ve koleranın zimotik materyal "cholerine" tarafından yayıldığı teorisini destekledi (John 2001). Amerika Birleşik Devletleri'nde, Jane Addams'dan Jacob Riis'e kadar uzanan reformcular kısmen gönüllü dernekler ve kısmen de uygun kanalizasyon sistemleri, sokak temizliği, yeni konutlar, parklar, eğitim ve dinlenme tesisleri için kamu

finansmanı yoluyla Amerikan şehirlerini temizlemeye yönelik çabalara öncülük etti. Önceleri, sanitasyonun önde gelen savunucuları, büyüyen kentsel bölgelerdeki olağanüstü pisliğin miazmanın yayılması için gerekli koşulları ürettiğine inanarak miasmaya inananlardı. Bununla birlikte, mikroorganizmalar keşfedildiğinden ve sifiliz, kolera, difteri ve diğer salgın hastalıklarla bağlantılı olduğundan, William Farr gibi 1870'lerin saniterleri mikrop teorisini kabul edebilirler. Koch'un tüberkül basili hakkındaki makalesinin 1882 tarihli yayını, hastalık istatistiklerinden bulaşıcı hastalıkların deneysel çalışmasına epidemiyolojik model olarak kabul görmüştür. Kamusal alanda vurgu, sanitasyon ve barınmadan bir hastalığın hastalığa yakalanan birinden tüm mahalleye bulaşmasını önleyebilecek özel önlemlere kaydı (Ezra ve Michaeline 2001).

İnsanlığı en çok etkileyen salgın hastalıklar;

- Dizanteri
- Sıtma
- Veba
- Çiçek hastalığı
- Tifo
- Tifüs
- Sarı humma
- Kalabalık hastalıkları (kızamık, kabakulak, su çiçeği vb.) olarak sıralanabilir (Bruce ve Stowell 1973).

1.4. COVİD-19 Pandemisi

Koronavirüs hastalığından (COVID-19) sorumlu olan şiddetli akut solunum Yeni Tip Koranavirüs (SARS-CoV-2), dünya çapında 200'den fazla ülkede 50,5 milyondan fazla kişiyi enfekte ederek Kasım ayı itibarıyla yaklaşık 1,3 milyon ölümle sonuçlanmıştır (https://covid19.who.int/). Yalnızca ABD'de 9,9 milyondan fazla Amerikalı enfekte olmuş ve günde 100.000'den fazla yeni vaka ile Hastalık

Kontrol ve Önleme Merkezi'ne (CDC) göre toplam 237.037 ölüme yol açmıştır (https://covid.cdc.gov/covid-datatracker/#cases_totalcases).

SARS-CoV-2 virüsünün yayılmasını azaltmaya yönelik bir yanıt olarak, WHO ve CDC, hükümetlere sosyal ve fiziksel mesafeyi korumaları gerektiğinden dolayı kilitleme, karantina ve kendi kendine Mart 2020'nin başlarında. Bu duyuru, ABD ulusal, eyalet ve yerel hükümetlerinden halk sağlığı tepkilerinin yoğunlaşmasına yol açtı. ABD eyaletlerinin neredeyse dörtte üçünü etkileyen ulusal ve eyalet tarafından verilen zorunlu evde kalma emirleri 1 Mart - 31 Mayıs (Moreland ve Tynan 2020) arasında yürürlüğe girdi. Birçok farklı ülkede üniversiteler ve okullar, karantina döneminin bir parçası olarak kampüs çapında kapatmalar başlamıştır. Çoğu ilkokul ve üniversite, öğrenciler için yıllık "bahar tatili haftaları" ile uyumlu olan Mart ayının ikinci veya üçüncü haftasında kampüs kapanışlarına başladı. Kendi kendine tecrit ve kampüsün kapatıldığı bu karantina dönemlerinde, insanlara evde kalmaları ve yalnızca temel ihtiyaçlar (örneğin, bakkal, eczane, tıbbi hizmetler vb.) İçin halka açılmaları tavsiye edildi. Ticari spor salonları, eyalet ve yerel parklar, spor stadyumları, üniversite kampüsü rekreasyon merkezleri ve bireylerin egzersiz yaptığı benzer yerler gibi gerekli olmayan diğer tüm faaliyetler gelecek duyuruya kadar kapalıydı. Evde kalma kararları ve kampüs kapanmaları yoluyla karantina dönemlerinin, ortalama birey için ulaşımla ilgili faaliyetler de dahil olmak üzere planlanmamış fiziksel faaliyetleri değiştirdiğini varsaymak mantıklıdır. Daha önce bahsedilen ticari spor tesislerinin, üniversite rekreasyon merkezlerinin, açık hava egzersiz tesislerinin ve parkların kapatılmasıyla boş zaman fiziksel aktiviteleri de etkilenebilir. Bu durum potansiyel olarak popülasyondaki düşük fiziksel aktivite seviyelerinin daha da düşmesine yol açabilir (Moreland ve Tynan 2020).

1.4.1. Covid-19 Karantina Dönemlerinde Fiziksel Aktivite Alışkanlıkları

Sağlıksız beslenme alışkanlıklarına ek olarak, fiziksel aktivite seviyelerinde bir azalma, karantina sırasında çeşitli olumsuz sağlık etkilerine katkıda bulunabilir. Düzenli olarak fiziksel aktivite yapmak, fiziksel sağlığın korunmasında ve kronik hastalık riskini azaltmada önemli bir faktördür. Fiziksel aktivitenin fiziksel ve zihinsel sağlık üzerinde, bunlarla sınırlı olmamak üzere, gelişmiş bağışıklık fonksiyonu (Da Silveira ve ark 2020, Nieman ve Wentz 2019), kilo kaybı (Swift ve

ark 2014, Warburton ve ark 2006), hastalıkların önlenmesi (örn., Kardiyovasküler hastalık, diyabet, hipertrigliseridemi, kanser, hipertansiyon, obezite, depresyon ve osteoporoz) (Ströhle 2009, Warburton ve ark 2006) ve gelişmiş kaygı (Warburton ve ark 2006). ABD Sağlık ve İnsan Hizmetleri Bakanlığı ve Dünya Sağlık Örgütü, bireylerin sağlık yararları için en az 150 dakika orta yoğunlukta fiziksel aktivite veya 75 dakika şiddetli yoğunlukta egzersiz yapmasını önermektedir (Organization 2010). Şu anda ABD'de, her 2 yetişkinden 1'inin kronik bir hastalıkla yaşadığı tahmin edilirken, yetişkinlerin yalnızca% 53,3'ü fiziksel aktivite kurallarını karşılamaktadır (Gallo ve ark 2020). Mevcut COVID-19 krizi sırasında, ulusal, eyalet ve yerel yönetimler, hareketi ve aktif olma fırsatlarını doğrudan azaltan, fiziksel aktiviteyi azaltma ve hareketsiz davranışı artırma eğilimlerine neden olan kendi kendine izolasyon karantina dönemleri kullandılar. Nüfusun büyük bir kısmı hastalıkla yaşayan ve mevcut fiziksel aktivite kurallarını karşılamayan COVID 19 salgını sırasında fiziksel aktivitede daha fazla düşüşün önemli kısa ve uzun vadeli sağlık etkileri olabilir.

1.4.2. Karantina Sırasında Genel Fiziksel Aktivite Seviyeleri

Ön veriler, bireylerin COVID-19 öncesi ile ilgili kısıtlamalara kıyasla her türden daha az fiziksel aktivitede bulunduğunu göstermektedir. COVID-19 kaynaklı karantina dönemlerinin fiziksel aktivite seviyeleri üzerindeki olumsuz etkisi Avustralya (Tison ve ark 2020, Gallo ve ark 2020), Brezilya (Stanton ve Khalesi 2020), Kanada (Lesser ve Nienhuis 2020), Fransa (Deschasaux-Tanguy ve ark 2020, Tison ve ark 2020), İtalya (Di Renzo ve ark 2020) dahil olmak üzere birçok ülkede kaydedildi (Lesser ve Nienhuis 2020, Tison ve ark 2020) Ürdün (Alomari ve Alzoubi 2020), İspanya (Rodríguez-Pérez ve ark 2020, Tison ve ark 2020), Birleşik Krallık (Smith ve ark 2020, Tison ve ark 2020) ve ABD (Goethals ve ark 2020, Tison ve ark 2020), bunun dünya çapında olduğunu gösterir ilgilendirmek. Tison ve arkadaşları, COVID-19'un genel fiziksel aktivite üzerindeki dünya çapındaki etkisini 187 ülkeden 455.404 kişinin günlük adım sayıları aracılığıyla araştıran bir çalışma gerçekleştirdi. Pandemi ilanından sonraki 10 gün içinde ortalama adımlarda %5,5, 30 gün içinde ise ortalama adımlarda % 27,3 azalma olduğunu gözlemlemişlerdir (Tison ve ark 2020). Bu çalışma, bu benzersiz, zorlu durumun toplum üzerinde yarattığı ve yaratmaya devam edeceği olası acil ve derin etkilerin altını çiziyor. Fiziksel aktivite

seviyelerini araştıran mevcut literatür arasında, çalışmaların çoğu, bireylerin ~% 40 ila ~% 60'ı için fiziksel aktivitede düşüşler olduğunu göstermektedir. Rodriquez-Perez ve arkadaşları, İspanyol katılımcıların% 59,6'sında fiziksel aktivite düzeylerinin azaldığını bildirirken (Rodríguez-Pérez ve ark 2020), Fransa'da bireylerin% 53'ü genel fiziksel aktivitede azalma bildirdi (Deschasaux-Tanguy ve ark 2020). ABD'li yetişkinler arasında fiziksel aktivitenin pandeminin ilk aylarında % 32 ile % 48 arasında azaldığı tahmin edilmektedir (Meyer ve ark 2020). ABD'li çocuklar için, aynı zaman çerçevesinde, bir çalışma, ebeveynlerin% 36'sının çocuklarının karantina dönemlerinde daha az fiziksel aktivite yaptığını söylediğini bildirdi (Dunton ve ark 2020).

Mevcut kanıtlar, yaşam tarzındaki ani büyük değişikliklerin, önceki fiziksel aktivite alışkanlıklarına bakılmaksızın bireyleri etkilediğini, ancak bir sonuca varmak için daha fazla kanıta ihtiyaç olduğunu öne sürüyor. Örneğin, Ürdün'den yapılan bir araştırma, düzenli olarak COVID-19 öncesi fiziksel aktivite yapanların, yapmayanlara benzer şekilde seviyelerini düşürdüğünü buldu (Rodríguez-Pérez ve ark 2020). Bununla birlikte, Di Renzo ve arkadaşları, COVID-19'dan önce düzenli olarak eğitim almış olanlar arasında fiziksel aktivitede bir artış olduğunu bulmuşlardır (Di Renzo ve ark 2020). Bu dönemde görülen fiziksel aktivite seviyelerindeki değişikliğin, bireyin önceki fiziksel aktivite seviyesi tarafından hafifletilebileceği fikri, Meyer ve arkadaşlarının (2020)'nın yaptıkları bir çalışma ile güçlendirilmiştir. Bu çalışmada, COVID-19'dan önce fiziksel olarak aktif olan bireylerin fiziksel aktivitede % 32, daha önce fiziksel olarak aktif olmayanların ise sadece % 2.3 oranında azalma gösterdiği bildirildi.

1.4.3. Karantina Sırasında Fiziksel Aktivite Yoğunluk Düzeyleri

COVID-19 ile ilgili karantina dönemlerinde fiziksel aktivitede meydana gelen düşüşler arasında, orta-şiddetli fiziksel aktivitede azalma en çok endişe verici olanıdır. ABD Sağlık ve İnsan Hizmetleri Bakanlığı ve Dünya Sağlık Örgütü fiziksel aktivite kılavuzları, bireylerin haftada en az 150 dakika orta yoğunlukta veya 75 dakika / hafta şiddetli yoğunlukta fiziksel aktivite veya sağlık yararları elde etmek için ikisinin kombinasyonu (Organization 2010). Fiziksel aktivitenin faydaları iyi bilinirken, küresel olarak 4 yetişkinden 1'inin önerilen fiziksel aktivite kurallarını karşılamadığı tahmin edilmektedir (Organization 2018). Yetişkinlerin neredeyse

yarısı fiziksel aktivite kurallarını karşılamadığı için bu sayı ABD nüfusu için daha da yüksektir (Gallo ve ark 2020). COVID-19 salgını ve karantina önlemlerinin fiziksel sağlık üzerindeki gerçek etkilerini değerlendirmek için, orta-şiddetli yoğunlukta fiziksel aktivite gerçekleştirmek için harcanan zamandaki değişiklikleri araştıran çalışmalar son derece önemlidir. Genel olarak, mevcut literatür, dünya genelinde kendi kendine izolasyon ve karantina dönemlerinde orta derecede şiddetli fiziksel aktivitede düşüşler göstermiştir (Gallo ve ark 2020, Schuch ve ark 2020, Castañeda-Babarro ve ark 2020, García-Tascón ve ark 2020). Ammar ve ark 2020 yaptığı bir çalışmada, bireylerin tüm fiziksel aktivite yoğunluklarında, şiddetli (% 36,4), orta (% 34,7) ve hafif (% 42,7) düşüşler kaydettikleri bulunmuştur. Yapılan başka çalımada ise, ABD nüfusu arasında benzer ön sonuçlar görülmüştür, ortalama güçlü aktivitede haftada 66.9 dakika ve orta aktivitede haftada 92.4 dakika % 46 azalma olmuştur (Dunton ve ark 2020). Bu çalışmalardan gözlemlenen değerler, ABD'li yetişkinlerin son zamanlarda kendi kendine rapor anketleri tarafından bildirilen genel fiziksel aktivitedeki tahmini yüzde değişiklik aralığına (%32 - %48) benzerdir Mevcut bulgularla, endikasyon önerilen fiziksel aktivite yoğunluğu seviyelerinin belirlenen kılavuzların altında potansiyel bir düşüşüne veya kılavuzların altında daha da azalmasına yol açar (Meyer ve ark 2020).

Brezilya'dan Schuch ve ark (2020) tarafından yapılan bir çalışmada, orta-şiddetli fiziksel aktivite değişikliğini araştıran ilk çalışmalardan biriydi. Çalışmada, 877 katılımcı orta-şiddetli fiziksel aktiviteye harcadıkları zamanı bildirdi ve aralarında% 59,7'lik bir azalma rapor edildi. Orta-şiddetli fiziksel aktivitede daha büyük düşüşlerin genç yetişkinlerde görüldüğünü belirtmek önemliydi. Casteñada-Babarro ve ark (2020) yaptığı bir çalışmada, genç bireylerin daha fazla azalmaya maruz kaldığını da gösterebilir. Bu çalışmada, İspanya'da ikamet eden yetişkinler, başlangıçta ve birkaç hafta sonra olmak üzere iki kez kısa bir ankete cevap verdiler. Bireyler, şiddetli fiziksel aktivitelerde önemli düşüşler bildirirken, en büyük azalmalar gençlerde ve öğrencilerde görüldü.

1.4.4. Koronavirüsün Psikososyal Etkisi

Johnson ve Mueller (2002), bir virüse veya bakteriyel enfeksiyona yakalanmanın fiziksel sonuçlarının en yaygın endişe ve korku olduğunu buldu. Bycoffe ve ark (2020), Ağustos 2020 itibarıyla Amerikalıların % 35,7'sinin COVID-

19 enfeksiyonu konusunda çok endişeli, % 33,8'inin biraz endişeli, % 17,7'sinin çok endişeli olmadığını ve %10,8'inin endişeli olmadığını bulmuşlardır. Bununla birlikte, araştırmalar aynı zamanda pandemilerin panik, anksiyete ve stres dahil olmak üzere psikolojik ve duygusal semptomları artırdığını ve siber suçlulara panik anında bireylerin savunmasız psikolojik durumundan yararlanmaları için geniş fırsatlar sağladığını göstermektedir (Dubey ve ark 2020, Khan ve ark 2020). Panchal ve ark (2020), ABD'deki neredeyse her eyaletin okullarını kapattığını ve 30 milyon öğrenciyi ve ebeveynlerini / velilerini etkilediğini belirtiyor.

Panchal ve ark (2020), 2016-2018 yılları arasında 12-17 yaş arası üç milyondan fazla ergenin depresyon veya anksiyete yaşadığını bildirmiştir. Pandemi, öğrencilerin artık kritik akıl sağlığı hizmetlerine erişimi olmadığı için bu akıl hastalığını şiddetlendirebilir.

Psikolojik ve duygusal etkiler

Coronavirus, Dubey ve ark (2020), artan farkındalık, kaygı ve sıkıntının hem değişime hem de salgınlara karşı yaygın psikolojik tepkiler olduğunu buldu. Rahman ve ark (2020), pandeminin yalnızca COVID-19 virüsü ile doğrudan enfekte olan bireylerin fiziksel sağlığını değil, aynı zamanda dünya çapındaki insanların psikolojik ve sosyolojik sağlığını da etkilediğini bildirmiştir. Küresel nüfusun, pandemi nedeniyle TSSB şeklinde ömür boyu sürecek bir psikolojik etki yaşayabileceğini iddia ediyorlar. Ornell ve ark (2020), bireylerin fiziksel sağlığının, ruh sağlığı ile karşılaştırıldığında COVID-19 virüsünden daha az etkileneceğini bildirdi. KFF tarafından yapılan yakın tarihli bir ankette, ABD'deki yetişkinlerin yaklaşık yarısı (% 45), koronavirüsün endişe ve stres nedeniyle zihinsel sağlıkları üzerinde olumsuz bir etkisi olduğunu bildirdi (Panchal ve ark 2020).

Koronavirüs sırasında genel halkın ilk psikolojik tepkilerini incelerken, Wang ve ark. (2020), katılımcıların % 53,8'inin pandeminin psikolojik etkilerini orta veya şiddetli olarak değerlendirdiğini, % 16,5'inin orta veya şiddetli semptomlar,% 28,8'inin orta ila şiddetli anksiyete semptomları ve % 8,1'inin orta ila şiddetli stres seviyeleri olduğunu bildirdi. Kadınların ve öğrencilerin pandemi sırasında daha büyük bir psikolojik etkiye maruz kalmaya daha yatkın demografik özellikler arasında olduğunu keşfettiler. Meng ve ark (2020), COVİD-19'un Çin'deki yaşlı

nüfus üzerindeki psikolojik etkisi üzerine bir araştırma yaptı. Yaşlı nüfusun, düşük bağışıklık sistemleri nedeniyle pandemi sırasında sadece fiziksel dezavantajlarla değil, aynı zamanda psikolojik dezavantajlarla da karşı karşıya olduğunu öne sürdüler. Araştırmaları, pandemi sırasında yaşlı katılımcıların yalnızca% 37,1'i depresyon ve anksiyete yaşadığı için yaş arasında önemli bir ayrım olmadığını ortaya koydu. Bununla birlikte, Panchal ve diğerleri (2020), yaşlı yetişkinlerin halihazırda kötü ruh sağlığı riski altında olduğunu belirtiyor ve 2018'de yaşlı yetişkinlerin% 13.7'sinin günlük, haftalık ve aylık bazda depresyonda hissettiğini ve% 22.6'sının endişeli hissettiğini bildirdi. günlük, haftalık ve aylık olarak.

Wang ve ark (2020), katılımcıların % 93,5'inin salgın sırasında sağlıkla ilgili bilgiler için İnternet'e güvendiğini bulmuştur. Torales ve ark (2020), bir kriz sırasında insanların güncel kalmak için bu krize ilişkin bilgileri aradıklarını ve resmi raporlar yoksa, çoğu zaman güvenilir olmayan kaynaklara ve yanıltıcı bilgilere dayandıklarını keşfettiler. Güvenilir olmayan kaynaklara ve yanıltıcı bilgilere güvenerek, kilitlenme sırasında kritik güncellemeler için pandemiyle ilgili bilgiler arayan bireyler, panik, kaygı ve streste bir artışa neden olan daha çelişkili bilgilere maruz kaldılar. Okereafor ve Adebola (2020), insanların zaaflarını ortaya çıkaran çaresizlik ve kaygı sergiledikleri için salgın sırasında siber suç için kolay hedefler örneklediklerini savunuyorlar. İnsanlar, siber suçluların bilgi ve erişim elde etmek için siber saldırılar gerçekleştirirken yararlanabilecekleri zayıflıklar ve güvenlik açıkları sergiliyor.

Pandemi tüm dünyaya yayılırken, ona eşlik eden korkular da yayılır (Rahman ve ark 2020). Ornell ve ark (2020), bir pandeminin yarattığı korkunun sağlıklı bir bireyde stres ve anksiyete düzeylerini artırabileceğini ve daha önceden psikolojik rahatsızlığı olan bireylerde bunları yükseltebileceğini ortaya koymuştur. Schimmenti ve ark (2020), salgın sırasında bireyin korkusunun dört ana kategoriye ayrılabileceğini öne sürmektedir,beden için korku, önemli başkaları için korku, bilinmeyenden korkma ve eylem veya eylemsizlik korkusu. Bu korkuların her birinin bireyler üzerinde farklı ama derin bir etkisinin olduğunu vurgulamaktadır.

2. GEREÇ VE YÖNTEM

Profesyonel futbolcuların koranavirüse yakalanma kaygılarının araştırılması amacıyla yapılan bu çalışma, Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Girişimsel olmayan kilinik araştırmalar etik kurulunun 28.01.2021 tarih ve 13 sayılı kararına uygun olarak yapılmıştır. Çalışmaya, yaş ortalaması 25,04 ± 4,83 yıl, boyları ortalaması 180,11 ± 6,246cm, vücut ağırlıkları ortalaması 75,23 ± 6,1 kg, spor yaşları ortalaması 12,82 ± 4,256 yıl olan ve Türkiye süper liginden 42, TFF 1. Liginden 32, 2. Ligden 41, 3. Ligden 73 profesyonel futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Aaştırmada, Tekkurşun ve ark (2020)' nın geliştirdikleri Sporcuların Yeni Tip Koronavirüse (Covid-19) Yakalanma Kaygısı Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek internet üzerinden online olarak hazırlanmış olup, hazırlanan ölçeğin futbolculara ulaştırılmasında kulüpler ile iletişime geçerek, kulup çalışanları tarafından WhatsApp üzerinden futbolculara ulaştırılmıştır. Futbolcuların uyguladıgı ölçek sonuçları otomatik olarak e mail üzerinden bize ulaşmıştır. Araştırma pandemi sürecinin 2020 yılının son aylarında yapılmıştır.

2.1. Sporcuların Yeni Tip Koronavirüse (Covid-19) Yakalanma Kaygısı Ölçeği

Futbolcuların Covid-19'a yakalanma kaygınlarının tespit edilmesi için Tekkurşun ve ark (2020) tarafından geliştirilen ''Sporcuların yeni tip koronavirüse (Covid-19) yakalanma kaygısı ölçeği'' kullanılmıştır. Ölçek Bireysel Kaygı (BK), ikinci faktör Sosyalleşme Kaygısı (SK) alt boyutlarından oluşmaktadır. İlk 11 madde BK'yı, 12., 13., 14. ve 15. maddeler SK'yı oluşturmaktadır. BK, korku duyulan bir durum karşısında kaygı ve tedirginlik yaratan duyguların ortaya çıkmasıdır. SK, korku duyulan vakalarda sosyalleşme durumundan kaygı duyulması ve sosyalleşmeden kaçınma yaşanmasıdır. 11 maddeden oluşan Bireysel Kaygı faktöründen alınabilecek en düşük puan 11 olup, en yüksek puan 55'tir. Korku duyulan bir durum karşısında sosyalleşme durumundan kaygı duyma ve sosyalleşme ortamından kaçınma durumu temsil eden, 5 maddeden oluşan Sosyalleşme Kaygısı faktöründen alınabilecek en düşük puan 5 olup, en yüksek puan 25'tir. Kaygı durumu yükseldikçe psikolojik açıdan sağlıksız olma durumu artmaktadır. Sporcuların Yeni Tip Koranavirüse Yakalanma Kaygısı Ölçegi (SYTKYKÖ) toplam puan üzerinden yapılacak değerlendirmelerde ölçekten alınabilecek en düşük puan 16 olup en yüksek puan 80'dir. 16 maddeden oluşan ölçek beşli likert tipindedir. Bu bağlamda maddeler

“Hiç Katılmıyorum”, “Katılmıyorum”, “Kararsızım”, “Katılıyorum”, “Tamamen Katılıyorum” şeklinde sıralanmış; 1, 2, 3, 4 ve 5 şeklinde derecelendirilmiştir. Ters maddeler ise 5, 4, 3, 2 ve 1 olarak kodlanmalıdır. Ölçekte yalnızca 2. madde olumsuz ifade içerdiği için ters kodlanmalıdır.

2.2. **İstatistiksel Analiz**

Verilerin düzenlenmesi ve hesaplanmasında SPSS IBM 22 paket program kullanılmıştır. Veriler ortalama ve standart sapmalar verilerek özetlenmiştir. Verilerin normallik dağılımı One-Sample Kolmogorov Smirnov testi ile test edilmiştir. Ölçeğin Sosyal kaygı alt boyutu ve toplam puan ile Covid-19’a yakalanma durumu arasındaki ilişkinin tespiti için veriler normal dağılım gösterdiğinden dolayı Independent Samples T testi yapılmıştır. Bireysel kaygı ile Covid-19’a yakalanma durumu arasındaki ilişkinin tespiti içinse veriler normal dağılım göstermediğinden dolayı Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Ayrıca mevkiler açısından, Covid-19’a yakalanma kaygısı ölçeğinin alt boyutlarından aldıkları puanları ile futbol oynadıkları ligler açısından, Covid-19’a yakalanma kaygısı ölçeğinin alt boyutlarından aldıkları puanlarla karşılaştırılmasında, Anova testi kullanılmıştır. Bu çalışmada elde edilen veriler 0,95 güven aralığında test edilmiştir.

3. BULGULAR

Tablo 3.1. Araştırmaya katılan futbolculara ilişkin fiziksel özellikler.

Değişkenler	Ortalama (N=188)	Standart sapma
Yaş (yıl)	25,04	4,831
Boy (cm)	180,11	6,246
Vücut Ağırlığı (kg)	75,23	6,118
Spor (Futbol) Yaşı (yıl)	12,82	4,256

Tablo 3.1. İncelendiğinde araştırmaya katılan futbolculara ilişkin fiziksel özellikler incelendiğinde, yaşları ortalaması 25,04 ± 4,831 yıl, boyları ortalaması 180,11 ± 6,246 cm, vücut ağırlıkları ortalaması 75,23 ± 6,118 kg, spor yaşları ortalaması 12,82 ± 4,256 yıl olarak bulunmuştur.

Tablo 3.2. Araştırmaya katılan futbolcuların Covid-19 salgınına yakalanma durumlarına ilişkin yüzde ve frekans dağılımları.

Değişkenler	f	%
Covid-19 Salgınına Yakalananlar	57	30,3
Covid-19 Salgınına Yakalanmayanlar	131	69,7

Tablo 3.2. İncelendiğinde araştırmaya katılan futbolculara ilişkin Covid-19 salgınına yakalanma durumlarına ilişkin yüzde ve frekans dağılımları incelendiğinde, Covid-19 salgınına yakalananlar 57 kişi olup %30,3 oranındadır. Covid-19'a yakalanmayanlar 131 kişi olup %69,7 oranındadır.

Tablo 3.3. Araştırmaya katılan futbolcuların oyun pozisyonlarına ilişkin yüzde ve frekans dağılımları.

Değişkenler	f	%
Kaleci	23	12,2
Stoper	30	16,0
Bek	37	19,7
Merkez Orta Saha	63	33,5
Kenar Orta Saha	17	9,0
Forvet	18	9,6

Tablo 3.3. İncelendiğinde araştırmaya katılan futbolcuların oyun pozisyonlarına ilişkin yüzde ve frekans dağılımları incelendiğinde, kaleciler 23 kişi olup %12,2 oranındadır. Stoperler 30 kişi olup %16,0 oranındadır. Bek mevkisinde oynayan futbolcuların sayısı 37 olup %19,7 oranındadır. Merkez orta saha mevkisinde oynayan futbolcuların sayısı 63 olup %33,5 oranındadır. Ayrıca kenar orta saha mevkisinde oynayanların sayısı 17 kişi olup %9,0 oranındadır. Son olarak ise forvet mevkisinde oynayan futbolcuların sayısı 18 kişi olup %9,6 oranındadır.

Tablo 3.4. Araştırmaya katılan futbolcuların oynadıkları liglere ilişkin yüzde ve frekans dağılımları.

Değişkenler	f	%
Süper Lig	42	22,3
TFF 1. Lig	32	17,0
2. Lig	41	21,8
3. Lig	73	38,8

Tablo 3.4. İncelendiğinde araştırmaya katılan futbolcuların oynadıkları liglere ilişkin yüzde ve frekans dağılımları incelendiğinde, Süper ligde oynayan futbolcuların sayısı 42 kişi olup %22,3 oranındadır. TFF 1. Ligde oynayan futbolcuların sayısı 32 kişi

olup %17,0 oranındadır. 2. Ligde oynayan futbolcuların sayısı 41 kişi olup %21,8 oranındadır. Ayrıca 3. Ligde oynayan futbolcuların sayısı 73 kişi olup %38,8 oranındadır.

Tablo 3.5. Araştırmaya katılan futbolcuların Covid-19'a yakalanma durumlarına göre sosyal ve toplam kaygı puanlarının karşılaştırılması.

Değişkenler	**Covid-19 yakalanma durumu**	**Ortalama±SS**	**T**	**p**
Sosyal Kaygı puanı	Evet	14,46±3,808	0,927	0,355
	Hayır	13,92±3,534		
Toplam Puan	Evet	49,70±10,714	0,172	0,863
	Hayır	49,98±9,768		

Tablo 3.5. İncelendiğinde araştırmaya katılan futbolcuların Covid-19'a yakalanma durumlarına göre Covid-19'a yakalanma kaygısı ölçeğinden aldıkları puanlara ilişkin T testi sonuçları incelendiğindeCovid 19'a yakalananlar ve yakalanmayanların Covid-19'a yakalnma kaygısı ölçeğinin alt boyutlarından sosyal kaygı (p>0,05) ve toplam (p>0,05) ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Tablo 3.6. Araştırmaya katılan futbolcuların Covid-19'a yakalanma durumlarına göre BK puanlarının karşılaştırılması.

Değişkenler	**Covid-19 yakalanma durumu**	**ST**	**U**	**SO**	**p**
Bireysel Kaygı puanı	Evet	5206,50	3553,500	91,34	0,599
	Hayır	12559,50		95,87	

Tablo 3.6. İncelendiğinde araştırmaya katılan futbolcuların Covid-19'a yakalanma durumlarına göre Covid-19'a yakalanma kaygısı ölçeğinin bireysel kaygı alt boyutundan aldıkları puanlara ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları incelendiğinde Covid-19'a yakalananlar ve yakalanmayanların Covid-19'a yakalnma kaygısı

ölçeğinin alt boyutlarından BK (p>0,05) ölçek puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Tablo 3.7. Araştırmaya katılan futbolcuların oyun pozisyonları açısından Covid-19'a yakalanma kaygısının karşılaştırılması.

Değişkenler		**Kareler toplamı**	**Kareler ortalaması**	**F**	**p**
Bireysel Kaygı	**Posizyonlar arası**	246,379	49,276	0,824	0,534
Sosyal kaygı	**Posizyonlar arası**	145,559	29,112	2,303	0,047*
Toplam puan	**Posizyonlar arası**	470,565	94,113	0,933	0,461

Tablo 3.7. incelendiğinde profesyonel futbolcuların bireysel kaygı puanları, sosyal kaygısı ve toplam kaygı puanları futbolcuların oyun pozisyonlarına göre karşılaştırıldığında bireysel kaygı ve toplam kaygı puanlarının mevkilere göre karşılaştırılmasında anlamlı bir farklılaşma olmadığı bulunmuştur (p>0,05). Buna karşın, sosyal kaygı puanlarının futbolcuların oynadıkları mevkilere göre karşılaştırılmasında, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir (P<0,05).

Tablo 3.8. Araştırmaya katılan futbolcuların oyun pozisyonları açısından sosyal kaygı puanlarının çoklu karşılaştırılması

Posizyon	Posizyon	Ortalamalar Farkı	Standart Hata	p
Kaleci	stoper	0,538	0,985	0,586
	bek	1,791	0,944	,059
	merkez ortasaha	2,161*	0,866	0,013*
	kenar orta saha	0,363	1,137	0,750
	forvet	,249	1,119	0,824
Stoper	kaleci	-0,538	0,985	0,586
	bek	1,253	,874	0,153
	merkez ortasaha	1,624*	0,789	0,041*
	kenar orta saha	-0,175	1,079	0,872
	forvet	-0,289	1,060	0,786
Bek	kaleci	-1,791	0,944	0,059
	stoper	-1,253	0,874	0,153
	merkez ortasaha	0,371	0,736	0,615
	kenar orta saha	-1,428	1,042	0,172
	forvet	-1,542	1,022	0,133
Merkez Orta Saha	kaleci	-2,161*	0,866	0,013*
	stoper	-1,624*	0,789	0,041*
	bek	-0,371	0,736	0,615
	kenar orta saha	-1,798	0,972	0,066
	forvet	-1,913*	0,950	0,046*
Kenar Orta Saha	kaleci	-0,363	1,137	0,750
	stoper	0,175	1,079	0,872
	bek	1,428	1,042	0,172
	merkez ortasaha	1,798	0,972	0,066
	forvet	-0,114	1,203	0,924

***p<0.05**

Tablo 3.8. incelendiğinde profesyonel futbolcuların sosyal kaygı puanlarının oyun pozisyonlarına göre karşılaştırılmasında, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir (P<0,05). Bu karşılaştırmalarda, merkez orta saha oyuncularının sosyal kaygı puanları kaleci, stoper ve forvet oyuncularının sosyal kaygı puanlarından anlamlı derecede düşük bulunmuştur (P<0,05). Diğer pozisyonlar arasında ise anlamlı farklılıklar olmadığı görülmüştür.

Tablo 3.9. Araştırmaya katılan futbolcuların oynadıkları ligler açısından Covid-19'a yakalanma kaygısı karşılaştırılması.

Değişkenler		**Kareler Toplamı**	**Kareler Ortalaması**	**F**	**P**
Bireysel Kaygı	**Ligler arası**	166,650	55,550	0,932	0,426
Sosyal kaygı	**Ligler arası**	9,011	3,004	0,227	0,878
Toplam puan	**Ligler arası**	233,295	77,765	0,769	0,513

Tablo 3.9. incelendiğinde profesyonel futbolcuların bireysel kaygı puanları, sosyalleşme kaygısı ve toplam kaygı puanları futbolcuların oynadıkları liglere göre karşılaştırıldığında bireysel kaygı, sosyalleşme kaygı ve toplam kaygı puanlarının liglere göre karşılaştırılmasında anlamlı bir farklılaşma olmadığı bulunmuştur (p>0,05).

4. TARTIŞMA

Profesyonel futbolcuların koranavirüse yakalanma kaygılarının araştırılması amacıyla yapılan bu çalışmada, futbolcuların bireysel kaygı puanları, sosyalleşme kaygısı ve toplam kaygı puanların liglere göre karşılaştırılmasında, Covid-19'a yakalanıp yakalanmama durumuna gore karşılaştırılmasında ve bireysel kaygı puanı ile toplam kaygı puanlarının mevkilere göre karşılaştırılmasında anlamlı farklılık bulunmazken, sosyal kaygı puanlarının futbolcuların oynadıkları mevkilere göre karşılaştırılmasında, istatiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur.

Kaygıyla baş edememe ve onu yönetememe, sporcuların bazılarında kısa ve uzun dönemli depresyona girmelerine sebep olabilir. Genellikle antremansız kalınan dönemlerde takım sporcusu oyuncularının oynadığı takımlardan uzak kalmaları, takım arkadaşlarıyla görüşememesi, hocaları ile iletişimin ve etkileşimin az olması, sporun en önemli parametrelerinden olan taraftar, medya ve diğer birçok değerden uzak olunması birçok psikolojik sorunlara neden olabilir (Reardon ve ark 2019).

Frank ve ark (2020), Covid-19 sebepli belirli bir kaygı seviyesini oldukça normal karşılanmakla birlikte, büyük stres ve kaygı düzeyleri normal yaşam üzerine ciddi sonuçlara neden olabilecği sonucuna ulaşmışlardır. Bu aşamada, pandemi döneminde sporcularda psikolojik sorunların oluşumu için sürekli olarak her an aktif spor psikologların ihtiyacına gerek olduğu bildirilmiştir. Ayrıca, Covid-19 yakalanma korkusu, Covid-19'a yakalandığında atlatabilme kaygısı, antrenman eksikliğini hissetme düşüncesi, bazı psikolojik bozukluklar ve bununla birlikte çevresi ile tartışmalar görülebileceği ifade edilmektedir.

Yapılan bir çalışmada ligler arası değişkenliğe göre süper ligdeki futbolcuların 2.lig oyunculara göre kaygı düzey puanlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Covid-19 süreciyle, Türkiye amatör liglerinde oynayan futbolcular üzerinde yapılan çalışmada, amatör sporcuların psikolojik performans seviyesi ve durumsal kaygı düzeyleri arasında pozitif anlamda düşük seviyede bir anlamlılık bulunmuştur (Arısoy ve ark 2020).

Yapılan başka bir çalışmada Covid-19 korkusu ölçeği puanı ortalamaları ile çalışmaya katılan sporcuların yaşları ile bir bağlantı olup olmadığına bakılmıştır. Bu çalışmada futbolcuların, spor psikolojisi ile arasında bir ilişkinin olup olmadığı

araştırılmış ve genç sporcuların daha iyi psikolojik becerilerine sahip olduğu görülmüştür (Sivrikaya ve Ozan 2020). Bir diğer çalışmada ise, profesyonel seviyede oynayan oyuncuların yaşları yükseldikçe kaygı seviyesini etkileyen etkenlerden daha az etkilendiği görülmüş ve duygu kontrollerini daha iyi yaptığı saptanmıştır (Koç 2004).

Kim ve ark (2020) yaptığı çalışmada fiziksel temaslı sporla uğraşan sporcuların, temasın olmadığı sporlara göre kaygı düzeyinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Sporcuların birbirine dokunuşunda ve aynı yerde olmaları salgını daha fazla yayacağı düşünüldüğünden temaslı sporcuların kaygı düzeylerinin daha fazla olduğu anlaşılabilmektedir. Covid 19 sürecinde Kore'de insanların toplu alanlardan ve bireysel temaslardan uzaklaşıp sanal gerçeklik ya da bireysel tek başına spor yapmaları bu düşünceyi destekler biçimdedir (Kim ve ark 2020).

Yapılan araştırmanın bir diğerinde ise, açık alanda spor yapanların Covid-19'a yakalanma kaygıları, kapalı alanda spor yapanlara göre daha düşük çıkmıştır. Bunun en önemli sebebi virüsün insana kapalı alanda daha hızlı ve kolay geçiyor oluşudur. Açık alanda enfeksiyon riski çok daha azdır (Kim ve ark 2020). Kang ve Ban (2020) pandemi sürecinde kapalı alanlarda geçirilecek vakit ne kadar çok olursa sporcularının psikolojik sorunların daha fazla yaşanılacağı düşüncesiyle uzmanlar, sporculara dağ yürüyüşleri ve açık hava gezintileri önermektedir.

Covid-19 ile ilgili yapılan çalışmada futbolcular üzerinde hem kadın hem de erkeklerde kaygı düzeyleri incelenmiş. Gruplar ikiye ayrılmış Covid-19 geçiren profesyonel futbolcular ve Covid-19 geçirmeyen profesyonel futbolcular olmak üzere incelenmiş çalışmanın sonunda Covid-19 geçiren profesyonel futbolcuların, geçirmeyenlere göre kaygı düzeyleri pozitif yönde anlamlı bulunmuştur (Gouttebarge ve ark 2020). Sporcuları Covid-19 nedeni ile en çok etkileyen durumun, müsabakaların ertelenmesi ya da iptal edilmesi olduğu ifade edilmiştir. İçinde olunan pandemi sürecinin ne zaman biteceği tam olarak bilinmediğinden sporcular bu süreç içerisinde kendilerine hem psikolojik olarak iyi bakmak, antrenman sürekliliğini sağlayıp sakatlıkların önüne geçmek, hem de gündelik zaman dilimi içinde kendini dış ortamdan virüs tehlikesinden koruyarak bu süreçten en az hasarla çıkarması gerekmektedir. Çoğu takımların antrenman videoları, ev destekli eğitim programları, kişisel özel antrenman programı uyarlanmış olsa da, spor

salonlarına ulaşımımın olmaması ve geleneksel antrenman modellerine alışkanlık ev içi antrenman modellerinin yetersiz ve eksik olacağı sporcunun normalde yaptığı antrenman ile aynı derecede etki ve fayda almayacağı düşüncesi hakimdir. Bu sebeple sporun evde yapılması sonucunda kaygı seviyesinin yükselmesi beklense de, hiçbir şekilde anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir (Sarto ve ark 2020).

Yapmış olduğumuz çalışma ile paralellik gösteren başka bir çalışmada, Çiftçi ve Demir (2020) Covıd-19 pandemisi sosyal izolasyon sürecinde Türkiye liglerinde oynayan profesyonel futbolcuların korku ve kaygı düzeylerini ortaya koymayı amaçlamışlardır. Yapmış oldukları bu çalışmaya Türkiye süper liginden 10, TFF 1. Liginden 30, TFF 2. Liginden 25 futbolcu katılmıştır. Araştırmada katılımcıların futbol oynadıkları lig açısından Covid-19 korkusu ölçeği, algılanan stres ölçeği, yetersiz öz-yeterlik algısı alt ölçeği ve stres/rahatsızlık algısı alt ölçeği ortalama puanları arasında fark olup olmadığını incelemişlerdir. Bulgular süper lig, TFF 1. lig ve TFF 2. ligde futbol oynayan katılımcıların algılanan stres puanları (F=3.822 ;p=027) ve yetersiz öz-yeterlik algısı puanları (F=4.441; p=016) arasında istatistiksel olarak bir fark olduğunu; ancak Covid-19 korkusu puanları ve stres/rahatsızlık algısı puanları arasında bir fark olmadığını tespit etmişlerdir. Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yaptıkları test sonuçlarına göre, süper ligde futbol oynayan katılımcıların algılanan stres ölçeği ($p<0,05$) ve yetersiz öz-yeterlik algısı alt ölçeğine ($p<0,05$) ait puanların TFF2. Ligde oynayan katılımcılara göre istatistiksel olarak daha daha yüksek olduğu sonucunu bulmuşlardır.

Leonardo ve ark (2020) yaptıkları çalışmada profesyonel sporcuların yeni tip koronavirüs sürecinde gündelik spor alışkanlıklarına devam etmeleri ve branşlarının gerektirdiği kondisyon, kuvvet, dayanıklılık ve benzeri bir çok antrenman çeşidini evde yada bireysel olarak uygun bir ortamda devam ettirmeleri gerektiğinin önemini vurgulamışlardır. Çünkü sporcular ne kadar eski alışkanlıklarına devam edip antrenmanlarını bireysel olarak düzenli yaparsa, pandemi dönüşü tekrar eski formuna ve adaptasyon sürecine daha hızlı gireceği aksi taktirde sporcularda kondisyon eksikliği başta olmak üzere sakatlıkların olacağı öngörülmektedir.

Suzıkı ve arkadaşlarının (2020)'nın çalışmasında yaşam kalitesinin düşüşünü hareketsizlik durumuna bağlayıp, pandemi sürecinde sporcuların sosyal hayattan ve antrenmansız geçen süreçte hem yaşam kalitesinin kötüleşmesi hem de fiziksel

aktivite riski ile ilişkilendirilmiştir. Gama ve ark (2020) Brezilya'da yapılan çalışmasında, sporcular pandemi döneminde izolasyon sürecinde antrenman eksikliği ve psikolojik durumları incelenmiştir. Bunun sonucunda fiziksel kondisyon ve psikolojik durumlarda negatif yönlü düşüşlerin olduğu açıklanmış, insanların kendilerini izole etmeleri ve kapalı alanlarda tek başına zamanlarını geçirmelerini takiben kişilerde psikolojik rahatsızlıkların ve kaygı seviyelerinin artması gibi durumların ortaya çıktığı vurgulanmıştır.

Türkmen ve Özsarı (2020) pandemi döneminin spora ve sporculara olan etkileri incelendiği çalışmada, iptal ya da ertelemelerin sadece sportif sonuçlar çıkarmadığı çok boyutlu başta ekonomi ve gündelik yaşam olmak üzere birçok zararların ve olumsuz etkilerin olduğunu ifade etmişlerdir. Futbolcular müsabakaların tekrar oynanmasını isteyip ekonomik kaygılar yaşanmaması ve alacaklarını almak için endişe duymaktadırlar.

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. Sonuç

Sonuç olarak, futbolcuların farklı liglerde oynaması ve daha once korona virüse yakalanmış veya yakalanmamış olması kaygı düzeyleri bakımından incelendiğinde benzer kaygı düzeyine sahip oldukları görülmüş olup bu durumun araştırmaya katılan futbolcuların, futbolu profesyonel düzeyde oynamalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Ayrıca merkez orta saha oyuncularının Covid-19' a yakalanma sosyal kaygılarının daha düşük olması posizyonları gereği hareket yönlerinin bütün posizyonlarla ilişkili olması bu oyuncuların sosyal özelliklerinin gelişmiş oldukları düşüncesiyle bu yapılarının da Covid-19 yakalanma kaygısına yansıdığı düşünülmektedir.

5.2. Öneriler

- Daha geniş ve kapsamlı farklı degişkenler kullanılarak Covid-19 kaygısının incelenebilir.
- Bireysel ve takım sporlarındaki Covid-19'a yakalanma kaygısının incelenebilir.
- Sporcularda cinsiyet bakımından Covid-19'a yakalanma kaygısının incelenebilir.

6. KAYNAKLAR

Abemethy B, 1991. Visual search strategies and decision-making in sport. / strategies de perception visuelle et prise de decision en sport. International Journal of Sport Psychology, 22, 189-210.

Abenza L, Alarcón F, Piñar MI ve Ureña N, 2009. Relationship between the anxiety and performance of a basketball team during competition. Revista de Psicología del Deporte, 18, 409-13.

Adrian Harvey, 2005. Football: The First Hundred Years. New York: Routledge Press, P.229.

Alomari MA KO, Alzoubi KH 2020. Changes in Physical Activity and Sedentary Behavior Amid Confinement: The BKSQ-COVID-19 Project. Dovepress-Risk Manag Healthc Policy.13:1757-64.

Ammar A, Brach M, Trabelsi K ve ark. 2020. Effects of COVID-19 Home Confinement on Eating Behaviour and Physical Activity: Results of the ECLB-COVID19 International Online Survey. Nutrients.12(6).

Arısoy A, Pepe O, Karaoğlu B, 2020. Covid 19 Sürecinde Futbola Dönüş Öncesi Futbolcuların Durumluk Kaygı Düzeyleri İle Psikolojik Performansları Arasındaki İlişki Belirlenmesi: Isparta Örneği. Yalvaç Akademi Dergisi, 5(1), 55-63.

Bacon SJ, 1974. Arousal and the range of cue utilization. Journal of Experimental Psychology, 102, 81-87.

Beuter A ve Duda JL, 1985. Analysis of the arousal/motor performance relationship in children using movement kinematics. Journal of Sport Psychology, 7(3), 229-43.

Blankstein KR, Toner BB ve Flett GL, 1989. Test anxiety and the contents of consciousness: Thought listing and endorsement measures. Journal of Research Personality, 23, 269-86.

Bruce Fetter ve Stowell Kessler, 1996. "Scars from a Childhood Disease: Measles in the Concentration Camps during the Boer War," Social Science History 20, No. 4 593-611

Buck Carol, Alvaro Llopis, Enrique Najera ve Milton Terris, 1988. The Challenge of Epidemiology: Issues and Selected Readings. World Health Organization. WHO Scientific Publication 505. Washington, DC: World Health Organization.

Butt J, Weinberg R ve Horn T, 2003. The intensity and directional interpretation of anxiety: Fluctuations throughout competition and relationship to performance. Sport Psychologist, 77, 35-54.

Bycoffe A, Groskopf C ve Mehta D, 2020. How Americans view the coronavirus crisis and trump's response. Retrieved from https://projects.fivethirtyeight.com/coronavirus-polls/

Bynum WF, 1994. Science and the practice of medicine in the nineteenth nentury. Cambridge: Cambridge Univ. Press.

Calvo MG, Ramos PM, 1989. Effects of test anxiety on motor learning: The processing efficiency hypothesis. Anxiety Research, 2, 45-55.

Castañeda-Babarro A, Arbillaga-Etxarri A, Gutiérrez-Santamaría B, Coca A, 2020. Physical Activity Change during COVID-19 Confinement. Int J Environ Res Public Health. 17(18).

Cattell RB. 1965. The scientific analysis of personality. Baltimore, MD: Penguin.

Chen C, Zarazua de Rubens, G Xu, X Li J, 2020. Corona virus comes home? Energy use, home energy management, and the social-psychological factors of COVID-19.

Clarkson B, Culvin A, Pope S, Parry K, 2020. Covid-19: İngiltere'deki elit kadın futbolunun geleceği için tehdit ve belirsizlik üzerine düşünceler. Spor ve Boş Zamanları Yönetmek https://doi.org/ 10.1080 / 23750472.2020.1766377.

Clemente Angelo Lisi, 2007 A History of the World Cup. Lanham: The Scarecrow Press, Inc, 5.

Çifçi F, Demir A, 2020. Covıd-19 Pandemisinde Türk Profesyonel Futbolcuların Covıd-19 Korkusu Ve Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. Spor Ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi, 2(Özel Sayı 1), 26-38.

Da Silveira MP, da Silva Fagundes KK, Bizuti MR, Starck É, Rossi RC, de Resende E Silva DT, 2020. Physical exercise as a tool to help the immune system against COVID-19: an integrative review of the current literature. Clin Exp Med:1-14.

David M, Morens Gregory K, Folkers ve Anthony S, 2009 Fauci, "What Is a Pandemic?" Journal of Infectious Diseases 200 1018-21.

Derakshan N, Eysenck MW, 2001. Manipulation of focus of attention and its effects on anxiety in high-anxious individuals and repressors. Anxiety, Stress, Coping, 14(2), 173-92.

Deschasaux-Tanguy M, Druesne-Pecollo N, Esseddik ve ark, 2020. Diet and physical activity during the COVID-19 lockdown period results from the French NutriNet-Sante cohort study. MedRxiv.2020.06.04.20121855.

Di Renzo L, Gualtieri P, Pivari F ve ark, 2020. Eating habits and lifestyle changes during COVID-19 lockdown: an Italian survey. Journal of Translational Medicine. ;18(1):229.

Dubey S, Biswas P, Ghosh R, Chatterjee S, Dubey MJ, Chatterjee S, Lahiri D, Lavie CJ 2020. Psychosocial impact of COVID-19, diabetes & metabolic syndrome: Clinical research & reviews. doi: https://doi.org/10.1016/j.dsx.2020.05.035

Dunton GF, Do B, Wang SD, 2020. Early effects of the COVID-19 pandemic on physical activity and sedentary behavior in children living in the U.S. BMC Public Health. 201:1351.

E K Sprague, 1989. "Present Status of the Bacteriology of Yellow Fever," Annual Report of the Supervising SurgeonGeneral of the Marine-Hospital Service of the United States for the Fiscal Year 1898, 430.

Eysenck HJ, 1975. The inequality of man. San Diego, CA: Edits Publishers.

Eysenck MW, Calvo MG, 1992. Anxiety and performance: The processing efficiency theory. Cognitive and Emotion, 6, 409-434.

Ezra Susser ve Michaeline Bresnahan, 2001."Origins of Epidemiology," Annals of the New York Academy of Sciences 954: 10-12.

FIFA, 2009 "History of FIFA-The First FIFA World Cup," FIFA.com. September, 17.

FIFA, 2010. "History of FIFA—FIFA takes shape." FIFA.com. February.

FP Magoun Jr, 1929. "Football in Medieval England and in Middel-English Literature" The American Historical Review, Vol 35:1. P. 36.

Frank Menke, 1975. The Encyclopedia of Sports. New York: South Brunswick Press, 490

Frank A, Fatke B, Frank W, Förstl H, Hölzle P, 2020. Depression, dependence and prices of the COVID-19-Crisis. Brain Behav. Immunity.

Freud S, 1895. On the authority to separate from neurasthenia a certain complex of symptoms as "anxiety neurosis". In A. Freud and A.J. Storfer (Eds.), Collected writings by Sigmund Freud: Volume 1 (pp. 306-333). Leipzig, Vienna, Zurich: International Psychoanalytical Publishing House.

Fullerton CM, 2009. Stress and anxiety in athletics. The Sport Digest, 17(4), 1-8. Retrieved from http://thesportdigest.com/archive/article/stress-and-anxiety-athletics

Gallo LA, Gallo TF, Young SL, Moritz KM, Akison LK, 2020. The Impact of Isolation Measures Due to COVID-19 on Energy Intake and Physical Activity Levels in Australian University Students. Nutrients.12(6):1865.

Gama de Mathos D, Aidar FJ, Almeida-Neto PF, Moreira OC, Souza RF, Marçal AC, Marcucci-Barbosa LS, Assis-Martins- Júnior F, Lobo LF, Santos JL, Guerra I, Silva AAC, Neves EB, Araújo Tinoco Cabral BG, Reis VM, Nunes-Silva A, 2020. The impact of measures recommended by the government to limit the spread of coronavirus (Covıd-19) on physical activity levels, quality of life, and mental health of Brazilians. Sustainability. 12: 21: 9072.

García-Tascón M, Sahelices-Pinto C, Mendaña-Cuervo C, Magaz-González AM, 2020. The Impact of the COVID-19 Confinement on the Habits of PA Practice According to Gender (Male/Female): Spanish Case. International journal of environmental research and public health.17:6961.

Goethals L, Barth N, Guyot J, Hupin D, Celarier T, Bongue B, 2020. Impact of Home Quarantine on Physical Activity Among Older Adults Living at Home During the COVID-19 Pandemic: Qualitative Interview Study. JMIR Aging;3.19007.

Gouttebarge V, Ahmad I, Mountjoy M, Rice S, Kerkhoffs G, 2020. Anxiety and Depressive Symptoms During the COVID-19 Emergency Period: A Comparative Cross-Sectional Study in Professional Football, Clin J Sport Med, 2.

Hanton S, Mellalieu SD, Hall R, 2002. Re-examining the competitive anxiety traitstate relationship. Personality and Individual Differences, 33, S. 1125-36.

Hatzigeorgiadis A, Biddle SJH, 2001. Athletes' perceptions of how cognitive interference during competition influences concentration and effort. Anxiety, Stress & Coping, 14, 411.

Hays JN, 2005. Epidemics and Pandemics: Their Impacts on Human History. Santa Barbara, CA: ABC-Clio.

Horikawa M, Yagi A, 2012. The relationships among trait anxiety, state anxiety, and the goal performance of penalty shoot-out by university soccer players. PLoS ONE, 7, 1-5. doi: 10.1371/journal.pone.0035727

Howard Kelley, 1906, Walter Reed and Yellow Fever (New York: McClure, Phillips ve Co), 163-165

Hubert Vogelsinger, 1973. The Challenge of Soccer: A Handbook of Skills, Techniques, and Strategy. Boston: Allyn and Bacon, Inc, 3.

Ibid, 1894. The army Napoleon sent to recapture Saint Domingue was intended to occupy the territory France had extorted from Spain once it had put down the rebellion. After losing his army, Napoleon was willing to sell the Louisiana Territory to the United States, changing the course of history. Counts of French losses vary; Scott puts them at 23,000 out of 30,000 for a fatality rate of 77% (p. 281). For details, see the case study on Saint Domingue. 105 Curtin, Disease and Empire, 3-5. See also C.P. Lucas, A Historical Geography of the British Colonies, vol. III: West Africa (Oxford: Clarendon Press), 8

Janelle CM, 2002. Anxiety, arousal and visual attention: A mechanistic account of performance variability. / anxiete, eveil et attention visuelle: Un aspect mecaniste de la variabilite de la performance. Journal of Sports Sciences, 20(3), 237-251.

Janelle CM, Singer RN, Williams AM, 1999. External distraction and attentional narrowing: Visual search evidence. / distraction externe et environnement attentionnel: Recherche visuelle. Journal of Sport & Exercise Psychology, 27(1), 70- 91.

John M, 2001. “The changing assessments of John Snow’s and William Farr’s cholera studies,” Series: History of epidemiology, Präventivmed 46, 226-228.

John Rooney, 1980. Geography of American Sport. Reading: Addison-Wesly Publishing, 22.

John Sugden ve Alan Tomlinson, 2003. “Football and FIFA in the Postcolonial World.” Sport and Postcolonialism, edited by John Bale and Mike Cronin. New York: Berg Publishing.

Johnson NP, Mueller J, 2002. Updating the accounts: Global mortality of the 1918-1920 "spanish" influenza pandemic. Bull Hist Med, 76(1), 105-115. doi:10.1353/bhm.2002.0022

Jones G, Hanton S, 1996. Interpretation of competitive anxiety symptoms and goal attainment expectancies. / interpretation des symptomes de 1' anxiete de competition et espoirs d'atteindre ses objectifs. Journal of Sport & Exercise Psychology, 18(2), 144-157.

Jones G, 1991. Recent developments and current issues in competitive state anxiety research. The Sport Psychologist, 4, 152-155.

Jones G, Hanton S, Swain A, 1994. Intensity and interpretation of anxiety symptoms in elite and non-elite sports performers. Personality and Individual Differences, 17, 657-663.

Kar S, 2013. Measurement of competition level anxiety of college level athletes by using SCAT. International Journal of Engineering Science and Innovative Technology, 2(3), 367-375. Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/335095949_Measurement_of_competition_level_anxiety_of_university_level_players_by_using_scat_in_north_zone_in_India

Khan NA, Brohi SN, Zaman N, 2020. Ten deadly cyber security threats amid COVID19 pandemic. TechRxiv Powered by IEEE, 1–6. Retrieved from https://www.techrxiv.org/articles/Ten_Deadly_Cyber_Security_Threats_Amid_COVID-19_Pandemic/12278792

Kim YJ, Cho JH. 2020. Correlation between preventive health behaviors and psycho-social health based on the leisure activities of South Koreans in the COVID-19 crisis. International journal of environmental research and public health, 17(11), 4066.

Koç H. 2004. Profesyonel Futbolcularda Durumluk Kaygı Düzeylerini Etkileyen Faktörlerin Değerlendirilmesi (Yüksek Lisans Tezi). Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya

Landers DM, Min Qi, W, Courtet P, 1985. Peripheral narrowing among experienced and inexperienced rifle shooters under low- and high-stress conditions. / la capacite de concentration de tireurs a la coraline, experimentes et inexperimentes, sous des conditions de stress faible ou fort. Research Quarterly for Exercise and Sport, 56(2), 122-130.

Lesser IA, Nienhuis CP 2020. The Impact of COVID-19 on Physical Activity Behavior and Well-Being of Canadians. International journal of environmental research and public health.17, 3899.

Lester King, 1983. "Germ Theory and Its Influence," Journal of the American Medical Association 249, No. 6:794.

Mahamood Y, Parnabas VA, 2010. Competitive anxiety level before and during competition among Malaysian athletes. Pertanika Journal of Social Sciences & Humanities, 18(2), 399-406. Retrieved from http://www.pertanika.upm.edu.my/Pertanika%20PAPERS/JSSH%20Vol.%2018%20(2)%20Sep.%202010/21%20Pg%20399-406.pdf

Manguvo, 2015. Angellar and Benford Mafuvadze. "The impact of traditional and religious practices on the spread of Ebola in West Africa: time for a strategic shift." The Pan African Medical Journal 22, Suppl: 9. Accessed 21 June 2016. http://doi.org/10.11694/ pamj.supp.2015.22.1.6190

Martens R, Landers DM, 1970. Motor performance under stress: A test of the inverted-U hypothesis. Journal of Personality and Social Psychology, 16, 29-37.

Martens R, 1977. Sport competition anxiety test. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers

Matarazzo JD, Ulett GA, Saslow G, 1955. Human maze performance as a function of increasing levels of anxiety. The Journal of General Psychology, 53, 79-95.

Maynard IW, Howe BL, 1987. Interrelations of trait and state anxiety with game performance of rugby players. Perceptual and Motor Skills, 64, 599-602.

Meng H, Xu Y, Dai J, Zhang Y, Liu B, Yang H, 2020. Analyze the psychological impact of COVID-19 among the elderly population in china and make corresponding suggestions. Psychiatry Research, 289, 112983. doi:10.1016/j.psychres.2020.112983

Meyer J, McDowell C, Lansing J, Brower C, Smith L, Tully M, Herring M, 2020. Changes in physical activity and sedentary behavior due to the COVID-19 outbreak and associations with mental health in 3,052 US adults. Cambridge Open Engage.

Moreland A HC, Tynan MA ve ark, 2020. Timing of State and Territorial COVID-19 Stay-atHome Orders and Changes in Population Movement - United States. MMWR Morb Mortal Wkly Rep. 2020;(69):1198-203.

Mottaghi M, Atarodi A, Rohani Z, 2013. The relationship between coaches' and athletes' competitive anxiety, and their performance. Iran J Psychiatry Behav Sci, 7, 68-76.

Murray NP, Janelle CM, 2003. Anxiety and performance: A visual search examination of the processing efficiency theory. Journal of Sport & Exercise Psychology, 25(2), 171-187.

Nieman DC, Wentz LM, 2019. The compelling link between physical activity and the body's defense system. J Sport Health Sci.8(3):201-17.

Okereafor K, Adebola O, 2020. Tackling the cybersecurity impacts of the coronavirus outbreak as a challenge to internet safety. International Journal in IT & Engineering (IJITE), 8(2), 1-11.

Organization WH [Internet]. Available from: https://covid19.who.int/.

Organization WH, 2010. Global recommendations on physical activity for health.

Organization WH, 2018. Physical Activity.

Ornell F, Schuch J, Sordi AO, Kessle FHP, 2020."Pandemic fear" and COVID19: Mental health burden and strategies. Brazilian Journal of Psychiatry, 42(3), 232–235. doi: 10.1590/1516-4446-2020-0008

Panchal N, Kamal, Orgera K, Cox C, Garfield R, Hamel L, Munana C, Chidambaram P, 2020. The implications of COVID-19 for mental health and substance use. Retrieved from https://www.kff.org/coronavirus-covid-19/issue-brief/the- implications-of-covid-19-for-mental-health-and-substance-use/

Parfitt G, Hardy L, 1993. The effects of competitive anxiety on memory span and rebound shooting tasks in basketball players. Journal of Sports Sciences, 11(6), 517- 524.

Parfitt G, Hardy L, Pates J, 1995. Somatic anxiety and physiological arousal: Their effects upon a high anaerobic, low memory demand task. / L ' anxiete somatique et la stimulation physiologique: Leurs effets sur une tache a memoire lente et a intensite anaerobic InternationalJournal of Sport Psychology, 26(2), 196-213.

Parfltt G, Pates J, 1999. The effects of cognitive and somatic anxiety and selfconfidence on components of performance during competition. Journal of Sports Sciences, 17(5), 351-356.

Park M, Cook AR, Lim JT, Sun Y, 2020. A Systematic Review of COVID19 Epidemiology Based on Current Evidence. Journal of Clinical Medicine, p. 967.

Pates J, Parfitt, G, 1994. Competitive anxiety effects on anaerobic and working memory tasks in basketball players during competitive games (effets de l'anxiete de competition sur le travail anaerobie et des taches de memoire chez des joueurs de basketball, pendant des matches). Journal of Sports Sciences, 12(2), 205-205.

Paul Mitchell, 2009. "The first international football match", BBC. September 17.

Phyllis Allen Richmond, 1954. "Some Variant Theories in Opposition to the Germ Theory of Disease," Journal of the History of Medicine: 290-291.

Pijpers JR, Oudejans RR Holscheimer F, Bakker FC, 2003. Anxietyperformance relationships in climbing: A process-oriented approach. Psychology of Sport & Exercise, 4(3), 283-304.

Prevention CfDCa [Internet]. Available from: https://covid.cdc.gov/covid-datatracker/#cases_totalcases.

Rahman J, Muralidharan A, Quazi S. J Saleem H, Khan S, 2020. Neurological and psychological effects of coronavirus (COVID-19): An overview of the current era pandemic. Retrieved from https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32528783/

Reardon CL, Hainline B, Aron CM, Baron D, Baum AL, Bindra A, Currie A, 2019. Mental health in elite athletes: International Olympic Committee consensus statement. Br. J. Sports Med. 53 (11), 667–699.

Robert Jackson, 1817. A Sketch of the History and Cure of Febrile Diseases (London: T. and H. Eeles,), xii

Rodríguez-Pérez C, Molina-Montes E, Verardo V ve ark, 2020. Changes in Dietary Behaviours during the COVID-19 Outbreak Confinement in the Spanish COVIDiet Study. Nutrients.12(6).

Sanderson FH, Reilly T, 1983. Trait and state anxiety in male and female crosscountry runners. Brit. J. Sports Med, 17, 24-26.

Sarason IG, Pierce G, & Sarason BR, 1996. Domains of cognitive interference. In I.G. Sarason, G.R. Pierce and B.R. Sarason (Eds.), Cognitive interference: Theories, methods, and findings (pp. 139-152). Mahwah, NJ: Erlbaum.

Sarto F, Impellizzeri FM, Spörri J, Porcelli S, Olmo J, Requena B, Suarez AL. Arundale A, Bilsborough J, Buchheit M, Clubb J, Coutts A, Nabhan D, Ronda LT, Villanueva AM, Mujika I, Mafuletti NA, Franchi MV, 2020. Impact of Potential Physiological Changes due to COVID-19 Home Confnement on Athlete Health Protection in Elite Sports: a Call for Awareness in Sports Programming. Sports Medicine.

Schimmenti A, Billieux J, Starcevic V, 2020. The four horsemen of fear: An integrated model of understanding fear experiences during the COVID-19 pandemic. Clinical Neuropsychiatry, 17(2), 41–45. doi: 10.36131/ CN20200202

Schuch F, Bulzing R, Meyer J ve ark, 2020. Moderate to vigorous physical activity and sedentary behavior change in self-isolating adults during the COVID-19 pandemic in Brazil: A cross-sectional survey exploring correlates. medRxiv:2020.07.15.20154559.

Sivrikaya MH, Ozan M 2020. Futbolcuların Psikolojik Becerilerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, 22, 1-12.

Smith L, Jacob L, Butler L ve ark, 2020. Prevalence and correlates of physical activity in a sample of UK adults observing social distancing during the COVID-19 pandemic. BMJ Open Sport Exerc Med.6(1):e000850.

Sonstroem RJ, Bernardo P, 1982. Intraindividual pregame state anxiety and basketball performance: A re-examination of the inverted-U curve. Journal of Sport Psychology, 4, 235-245.

Spielberger CD, 1966.Theory and research on anxiety. In C.D. Spielberger (Ed.), Anxiety and behavior (pp. 3-20). New York, NY: Academic Press, Inc.

Spielberger CD, 1972. Anxiety as an emotional state. In C.D. Spielberger, Anxiety: current trends in theory and research (Vol. 1, pp. 23-49). New York, NY: Academic Press, Inc.

Stanton R, To QG, Khalesi S ve ark, 2020. Depression, Anxiety and Stress during COVID-19: Associations with Changes in Physical Activity, Sleep, Tobacco and Alcohol Use in Australian Adults. International journal of environmental research and public health.17:4065.

Ströhle A, 2009. Physical activity, exercise, depression and anxiety disorders. J Neural Transm (Vienna).116:777-84.

Suzuki Y, Maeda N, Hirado D, Shirakawa T, Urabe Y, 2020. Physical activity changes and its risk factors among community-dwelling japanese older adults during the Covıd-19 epidemic: Associations with subjective well-being and health-related quality of life. International Journal of Environmental Research and Public Health. 17: 18; 65-91.

Swift DL, Johannsen NM, Lavie CJ, Earnest CP, Church TS, 2014. The role of exercise and physical activity in weight loss and maintenance. Prog Cardiovasc Dis. 56:441- 7.

Tekkurşun Demir G, Cicioğlu Hİ, İlhan EL, 2020. Sporcular ın Yeni Tip Koronavirüse (Covid-19) Yakalanma Kaygısı Ölçeği (SYTKYKÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. Journal of Human Sciences, 17(2), 458- 468.doi:10.14687/jhs.v17i2.5988

The development of reliable theories of acquired immunity lagged the practical development of vaccines, 2009. "Neither Edward Jenner with smallpox or Louis Pasteur with chicken cholera had understood the mechanism responsible for the immunity which they were able to induce." Arthur M. Silverstein, A History of Immunology, 2nd ed. (Oxford: Academic Press,), 4-5, 17, 29.

The FA, 2010. "The Football Association—Who We Are," TheFA.com. Apil 21.

The World Health Organization (WHO), 2014. defines disease vectors as "organisms that transmit pathogens and parasites from one infected person (or animal) to another, causing serious diseases in human populations." "About vector-borne diseases," World Health Organization, http://www.who.int/campaigns/world-health-day/2014/vectorborne-diseases/en/.

Thomas Southwood Smith, 1830. A Treatise on Fever (London: Longman, Rees, Orme, Brown, and Green, 1830), 348- 349.

Thomas Wikle, 1997. "The Spatial Diffusion of Linguistic Features in Oklahoma." Oklahoma Academy of Science, 77, 2.

Tison GH, Avram R, Kuhar P ve ark 2020. Worldwide Effect of COVID-19 on Physical Activity: A Descriptive Study. Annals of Internal Medicine.

Torales J, O'Higgins M, Castaldelli-Maia J M, Ventriglio A, 2020. The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact onglobal mental health. International Journal of Social Psychiatry, 66(4), 317-320. doi:10.1177/0020764020915212

Türkmen, M, Özsarı A, 2020. Covid-19 salgını ve spor sektörüne etkileri, International Journal of Sport Culture and Science, 8 (2), 55-67, 10.14486/IntJSCS.2020.596.

Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho C, S, Ho RC, 2020. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(5), 1729. doi:10.3390/ijerph17051729

Warburton DE, Nicol CW, Bredin SS, 2006. Health benefits of physical activity: the evidence. CMAJ.174:801-9.

Weinberg RS, Genuchi M, 1980. Relationship between competitive trait anxiety, state anxiety, and golf performance: a field study. Journal of Sport Psychology, 2, 148-154.

Williams A, Elliott D, 1999. Anxiety, expertise, and visual search strategy in karate. / anxiete, expertise et strategic de recherche visuelle en karate. Journal of Sport & Exercise Psychology, 21(4), 362-375.

Wilson G S Raglin JS, Pritchard ME, 2002. Optimism, pessimism, and precompetition anxiety in college athletes. Personality and Individual Differences, 32(5), 893-902. doi:10.1016/S0191-8869(01)00094-0

Yerkes RM, Dodson JD, 1908. The relation of strength of stimulus to rapidity of habit-formation. Journal of Comparative Neurology and Psychology, 18, 459- 482.

7. EKLER

EK-A: Turnitin Raporu

PROFESYONEL FUTBOLCULARDA YENİ TİP KORONAVİRÜSE (COVİD-19) YAKALANMA KAYGISININ DEĞERLENDİRİLMESİ

ORİJİNALLİK RAPORU

%8	%8	%2	%4
BENZERLİK ENDEKSİ	İNTERNET KAYNAKLARI	YAYINLAR	ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	dergipark.org.tr İnternet Kaynağı	%2
2	toad.halileksi.net İnternet Kaynağı	%1
3	acikerisimarsiv.selcuk.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	%1
4	www.gecekitapligi.com İnternet Kaynağı	%1
5	acikerisim.selcuk.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	<%1
6	Submitted to Selçuk Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<%1
7	Submitted to Ege Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<%1
8	Submitted to Kirikkale University Öğrenci Ödevi	<%1
9	pskilojiegzersiz.wordpress.com İnternet Kaynağı	<%1