

**T.C.
HACETTEPE UNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

SPOR YARALANMALARINDA SOSYAL DESTEK

Hande TÜRKERİ BOZKURT

**Spor Bilimleri ve Teknolojisi Programı
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

ANKARA

2017

**T.C.
HACETTEPE UNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

SPOR YARALANMALARINDA SOSYAL DESTEK

Hande TÜRKERİ BOZKURT

**Spor Bilimleri ve Teknolojisi Programı
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**TEZ DANIŞMANI
Prof. Dr. Nefise BULGU**

**ANKARA
2017**

ONAY SAYFASI

**Spor Yaralanmalarında Sosyal Ve Çevresel Faktörler: Voleybol Altyapı
Sporcuları İle Yapılan Bir Çalışma**

Hande TÜRKERİ BOZKURT

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'ne:

Bu çalışma 13/01/2016 tarihinde, jürimiz tarafından "Spor Bilimleri ve Teknolojisi Programında" yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Jüri Başkanı: Prof. Dr. Canan KOCA ARITAN

(Hacettepe Üniversitesi)

imza

Danışman: Prof. Dr. Nefise BULGU

(Hacettepe Üniversitesi)

imza

Üye: Yrd. Doç. Dr. Ziya KORUÇ

(Hacettepe Üniversitesi)

imza

Üye: Yrd. Doç. Dr. Ş. Alpan CİNEMRE

(Hacettepe Üniversitesi)

imza

Üye: Yrd.Doç.Dr. Funda AKCAN

(Pamukkale Üniversitesi)

imza

ONAY:

Bu tez Hacettepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili maddeleri uyarınca yukarıdaki jüri tarafından uygun bulunmuş ve Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulu kararıyla onaylanmıştır.

imza

Enstitü Müdürü
Prof. Dr. Diclehan ORHAN
Enstitü Müdürü

YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI

Enstitü tarafından onaylanan lisansüstü tezimin/raporumun tamamını veya herhangi bir kısmını, basılı (kağıt) ve elektronik formatta arşivleme ve aşağıda verilen koşullarla kullanıma açma iznini Hacettepe Üniversitesine verdiğimi bildiririm. Bu izinle Üniversiteye verilen kullanım hakları dışındaki tüm fikri mülkiyet haklarım bende kalacak, tezimin tamamının ya da bir bölümünün gelecekteki çalışmalarda (makale, kitap, lisans ve patent vb.) kullanım hakları bana ait olacaktır.

Tezin kendi orijinal çalışmam olduğunu, başkalarının haklarını ihlal etmediğimi ve tezimin tek yetkili sahibi olduğumu beyan ve taahhüt ederim. Tezimde yer alan telif hakkı bulunan ve sahiplerinden yazılı izin alınarak kullanılması zorunlu metinlerin yazılı izin alınarak kullandığımı ve istenildiğinde suretlerini Üniversiteye teslim etmeyi taahhüt ederim.

- **Tezimin/Raporumun tamamı dünya çapında erişime açılabilir ve bir kısmı veya tamamının fotokopisi alınabilir.** (Bu seçenikle teziniz arama motorlarında indekslenebilecek, daha sonra tezinizin erişim statüsünün değiştirilmesini talep etmeniz ve kütüphane bu talebinizi yerine getirirse bile, teziniz arama motorlarının önbelleklerinde kalmaya devam edebilecektir)
- ✓ **Tezimin/Raporumun 1 Ocak 2018 tarihine kadar erişime açılmasını ve fotokopi alınmasını (İç Kapak, Özet, İçindekiler ve Kaynakça hariç) istemiyorum.** (Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir, kaynak gösterilmek şartıyla bir kısmı veya tamamının fotokopisi alınabilir.
- **Tezimin/Raporumun.....tarihine kadar erişime açılmasını istemiyorum ancak kaynak gösterilmek şartıyla bir kısmı veya tamamının fotokopisinin alınmasını onaylıyorum.**
- **Serbest seçenek/Yazarın Seçimi**

16/01/2017

İmza

Hande TÜRKERİ BOZKURT

ETİK BEYAN

Bu çalışmadaki bütün bilgi ve belgeleri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, görsel, işitsel ve yazılı tüm bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, kullandığım verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı, yararlandığım kaynaklara bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu, tezimin kaynak gösterilen durumlar dışında özgün olduğunu, Prof. Dr. Nefise BULGU danışmanlığında tarafımdan üretildiğini ve Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Tez Yazım Yönergesine göre yazıldığını beyan ederim.

 İmza

Ar. Gör. Hande TÜRKERİ BOZKURT

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimim sürecinde beni her konuda sabırla dinleyen, bana hep doğru yolu gösteren, ihtiyacım olduğu her an yanımda olan, desteğini benden hiçbir şart ve koşulda esirgemeyen ve bu tezi bitirebilmem konusunda varlığıyla bana büyük bir güç veren değerli danışmanım Prof. Dr. Nefise BULGU'ya,

Yüksek lisans eğitimime beraber başladığım, kendisinden çok şeyler öğrendiğim ve ihtiyacım olduğunda beni hiçbir zaman geri çevirmeyen çok sevdiğim değerli hocam Yrd. Doç. Dr. Ziya KORUÇ'a,

Yüksek lisans eğitimime başlayabilmemde ve tezimin veri toplama aşamasında bana çok büyük yardımları dokunan Dr. Barbaros ÇELENK'e,

Bu tezi yazdığım süre boyunca her ihtiyacım olduğunda yardımına koşan, en bunaldığım anlarda beni dostluklarıyla destekleyen çalışma arkadaşlarım Emre BİLGİN, Sinan YILDIRIM, Deniz DURDUBAŞ, Yılmaz YÜKSEL ve Özgür YAŞAR AKYAR'a,

Bu tezi destekleyen Hacettepe Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Koordinasyon Birimine,

Beni bugünlere getiren ve her zaman destek olan sevgili halam Deniz TÜRKERİ ve canım babaannem Yetik TÜRKERİ'ye

Bu tezi yazdığım süre boyunca her türlü kahrımı çeken, bana her konuda inanılmaz şekilde yardımcı olan, hayatımda olduğu için her gün şükrettiğim sevgili eşim Ertun BOZKURT'a ve varlığıyla bu hayatı yaşanılabilir kılan canım oğlum Atlas BOZKURT'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

ÖZET

Bozkurt, T.H., Spor Yaralanmalarında Sosyal Destek, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Spor Bilimleri ve Teknolojisi Programı Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2017. Günümüz spor ortamında spor yaralanmaları önemle üzerinde durulması gereken bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır. Özellikle çocukların müsabık olduğu altyapı düzeyinde yaralanmalar ayrı bir boyut kazanmakta, bir çocuğun hem geleceğini hem de fiziksel ve zihinsel sağlığını etkilemektedir. Böyle bakıldığında çocuğun yaralanmayı nasıl deneyimlediği, bu süreçte yeterli sosyal desteğe sahip olup olmadığı, çocuğun çocuk olarak sahip olduğu hakların ne derece ihlal edildiği büyük önem kazanmaktadır. Bu sebeple bu araştırmanın amacı, voleybol branşı altyapısında lisanslı olarak spora devam eden çocukların yaralanmaya giden süreçteki deneyimlerini inceleyerek, sosyal destek ağının bu süreçteki rolünü ortaya koymak ve yaralanma ile sporda çocuk haklarının ihlali arasındaki bağlantıyı göstermektir.

Araştırmanın temel yöntemi olarak nitel araştırma tercih edilmiş, araştırma yaklaşımı olarak fenomenolojik yaklaşım benimsenmiştir. Araştırma bulgularının analizinde ise yorumlayıcı fenomenolojik analiz kullanılmıştır.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre; (a) sosyal desteğin sporcular açısından anlamlı ve beklenen bir baş etme mekanizması olduğu ancak yaralanmanın ortaya çıkışına başka faktörler olmaksızın tek başına etki etmediği, (b) voleybol altyapısında spora devam eden çocukların ciddi hak ihlallerine maruz kaldığı ve bu ihlallerin bir bölümünün sosyal destek eksikliğinden bağımsız olarak yaralanma sürecine olumsuz yönde katkı sağladığı anlaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor Yaralanması, Çocuk Hakları, Stres-Spor Yaralanmaları Modeli

Bu çalışma Hacettepe Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Koordinasyon Birimince Desteklenmiştir. Proje Numarası:10099

ABSTRACT

Bozkurt, T.H., Social Support in Sport Injuries, Hacettepe University Graduate School of Health Sciences Programme of Sport Sciences and Tecnology Master Thesis, Ankara, 2017. Sport injuries appear to be an important issue in today's world of sport. Specifically, injuries have different extent in competitive underage levels which could effect on a child's life, physical and mental health. Accordingly, it is important to understand how children experience the injury, whether they have social support in injury processes and what extent of the violation of children rights. Therefore, purposes of this research are to (a) examine the experiences of registered youth volleyball players' injury processes, (b) reveal the role of social support network and (c) point out the connection between injury and violation of children's rights. Qualitative research was preffered as main methodology of this research and phenomenological approach adopted for qualitative inquiry. Interpretive phenomenological anaylsis was used for analyzing the research findings. According to results, (a) social support was found to be meaningful and expected coping mechanism but it has no effect on injury without other factors, (b) youth volleyball players were subjected to serious violation of rights and part of these violations had a negative effect on injury process.

Key Words: Sport Injury, Child Rights, Stres-Injury Model

Bu çalışma Hacettepe Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Koordinasyon Birimince Desteklenmiştir. Proje Numarası:10099

İÇİNDEKİLER

ONAY SAYFASI	iii
YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI	iv
ETİK BEYAN	v
TEŞEKKÜR	vi
ÖZET	vii
ABSTRACT	viii
İÇİNDEKİLER	ix
ŞEKİLLER	xi
TABLolar	xii
1. GİRİŞ	1
1.1. Amaç	4
1.2. Problem	4
1.3. Araştırmanın Önemi	4
1.4. Sayıtlar	5
1.5. Sınırlılıklar	5
1.6. Tanımlar	6
2. GENEL BİLGİLER	7
2.1. Andersen ve Williams'ın Stres-Spor Yaralanmaları Modeli	7
2.2. Sporda Çocuk Hakları ve Çocuk İstismarına Yönelik Yaklaşımlar	12
2.3. Spor Yaralanmalarında Sosyal Destek Çalışmaları	14
2.4. Sporda Çocuk Hakları ve Çocuk İstismarının Yaralanmalardaki Rolü Üzerine Yapılan Çalışmalar	15
3. YÖNTEM	17
3.1. Katılımcılar	18
3.2. Veri Toplama Aracı	22
3.3. Verilerin Toplanması	24
3.4. Verilerin Analizi	26
3.5. Araştırmacının Konumu	30
3.5. Geçerlik ve Güvenirlik	31
4. BULGULAR	35
4.1. Sporculardan Elde Edilen Veriler	35
4.1.1. Sporcunun Sosyal Destek Algısı	35
4.1.2. Hak İhlalleri	42
4.1.3. Sporcuya Ait Olmayan Beden	46
4.1.4. Yaralanma Sebepleri	55
4.1.5. Yaralanma Deneyimi	59
4.1.6. Voleybolun Kazanımları	60

4.2. Ailelerden Elde Edilen Veriler	62
4.2.1. Voleybola Yönlendirme Sebepleri	63
4.2.2. Sporcuya Sağlanan Sosyal Destek	64
4.2.3. Hak İhlalleri	69
4.2.4. Sporcuya Ait Olmayan Beden	72
4.2.5. Yaralanma Sebepleri	77
4.3. Antrenörlerden Elde Edilen Veriler	80
4.3.1. Sporcuya Sağlanan Sosyal Destek	80
4.3.2. Hak İhlalleri	81
4.3.3. Sporcuya Ait Olmayan Beden	86
4.3.4. Yaralanma Sebepleri	90
4.3.5. Stres-Spor Yaralanmaları Modeli	93
5. TARTIŞMA VE YORUM	95
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	103
7. KAYNAKLAR	105
8. EKLER	
EK-1: Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyon İzni	
EK-2: Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu (Çocuk)	
EK-3: Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu (Aile)	
EK-4: Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu (Antrenör)	
EK-5: Gönüllü Katılım Formu (Çocuk)	
EK-6: Gönüllü Katılım Formu (Aile)	
EK-7: Gönüllü Katılım Formu (Antrenör)	
EK-8: Sporcu ve Aile Analiz Tablosu	
EK-9: Antrenör Analiz Tablosu	
9. ÖZGEÇMİŞ	

ŞEKİLLER

Şekil		Sayfa
2.1.	Andersen-Williams Stres-Spor Yaralanmaları Modeli	8

TABLULAR

Tablo		Sayfa
3.1.	Sporcuların Genel Özellikleri	19
3.2.	Antrenörlerin Demografik Özellikleri	20
3.3.	Ailelerin Demografik Özellikleri	21

1. GİRİŞ

İnsanlık tarihine bakıldığında, değişik amaçlarla da olsa, spor ilk çağlardan itibaren insan yaşamı içerisinde yer almaktadır. Çoğu insan spora ilgi duymakta ve ilgi duyulan spor dalında kimisi katılımcı kimisi izleyici rolünü üstlenmektedir. Katılımcı rolünü üstlenen gruplardan biri, yetenek düzeyi yüksek olan ve ilgilendiği spor dalına zamanının önemli bir kısmını ayırarak müsabakalara katılmaya başlayan altyapı çocuk sporculardır. Bu sporcuların karşılaştığı en büyük problemlerden biri ise yaralanma riskidir. Bazı spor yaralanmaları ciddi boyutlara ulaşmakta, bazıları ise hafif düzeyde atlatılmaktadır. Ancak her yaralanma sporcunun ileriki spor yaşantısını tehdit eden bir risk faktörü olarak karşısına çıkmaktadır. Bu sebeple spor yaralanmaları, üzerinde önemle durulması gereken bir konudur.

Spor yaralanması denildiğinde öne çıkan en önemli konu başlığı yaralanmaların önlenmesidir. Ancak yaralanmaların önlenmesi için öncelikle sebeplerinin belirlenmesi gerekir. Geçtiğimiz yıllar boyunca çeşitli ülkelerde spor yaralanmaları üzerine yürütülen epidemiyolojik çalışmalar, spor yaralanmalarının doğasını ve yaralanmaların altında yatan mekanizmaları derinlemesine araştırma ihtiyacının olduğunu vurgulayan bir duruma işaret etmişlerdir. Özellikle fiziksel faktörlerin sporcu yaralanmalarında önemli bir rol oynadığı bilinmekle birlikte, bu çalışmalarda, sosyal ve psikolojik faktörlerin de yaralanmalara sebebiyet verebildiği ve bu bağlamda ihmal edilmemesi gerektiği ifade edilmiştir (1).

Andersen ve Williams (2) spor yaralanmalarının öncüllerinin neler olduğuna ve spor yaralanmalarından korunma yollarına ilişkin bugün halen geçerliliğini koruyan stres-spor yaralanması modelini geliştirmişlerdir. Araştırmacılar bu modelde spesifik olarak spor yaralanmaları ve stres arasındaki ilişki ve bu ilişkinin altında yattığı söylenen bazı önemli mekanizmalar üzerine odaklanmışlar ve potansiyel olarak stres yaratan sportif durumlarla ilişkili çeşitli faktörleri birleştirmişlerdir. Araştırmacılara göre bu faktörler; kişilik faktörleri, stres yaratıcıların geçmişi ve başa çıkma kaynaklarıdır. Sayılan bu faktörler sporcunun stres yaratan duruma verdiği tepkiyi ve dolayısıyla, yaralanma olasılığını karşılıklı olarak etkilemektedir (2).

Stres – spor yaralanması modeline göre, bir sporcu zorlu bir antrenman veya önemli bir müsabaka gibi stres yaratan durumlarla karşılaştığında, stres yaratan

durumların geçmişi, sporcunun kişilik özellikleri ve başa çıkma kaynakları etkileşim içinde veya ayrı ayrı bir stres tepkisi yaratır (2). Modelin merkezinde yer alan hipotez şudur: Geçmişte stres verici durumlarla sıklıkla karşılaşmış, stres tepkisini olumsuz yönde arttıracak kişilik özelliklerine sahip ve az sayıda baş etme kaynağı olan bireyler, stresli bir durum içerisinde yer aldıklarında, içinde buldukları durumu olduğundan daha fazla stres verici algılama, artmış psikolojik aktivasyon sergileme ve dikkat bozulmaları yaşama eğiliminde olurlar ve böyle bireylerde stres tepkisinin sonuçlarının şiddeti, yaralanma riskinin artışının altında yatan mekanizmaları tetikler (3).

Modele göre baş etme kaynakları; bireyin problemler, hayal kırıklıkları ve yaşam stresinin üstesinden gelmesine yardımcı olan çok çeşitli davranışlar, sosyal etkileşim ağları içindeki sosyal destek sistemleri, stres yönetimi ve zihinsel becerilerdir. Bunların içerisinde en temel baş etme kaynağı sporcunun sahip olduğu sosyal destek sistemi olarak düşünülebilir (2).

Sosyal destek genellikle bizim için değerli olan, güvenilebileceğimiz insanların varlığı olarak düşünülür (4). 1930'lu yıllarda John Bowlby tarafından anne kaybı yaşamış çocuklardan esinlenerek geliştirilen bağlanma kuramına göre yaşamın ilk yıllarında hayatlarında bağlanma aracı olarak sosyal desteğe sahip olan çocuklar ileriki yaşantılarında özgüveni yüksek, diğer insanların desteğini alabilen, sorunlarını çözebilme becerisi geliştiren ve psikolojik sorunlar yaşama ihtimali daha düşük bireyler haline gelmektedirler (5). Sosyal desteğin varlığının önemini ortaya koyan Bowlby'nin görüşleri yapılan bir takım araştırmalarla da destelenmiştir. Örneğin Murphy ve Moriarty yaptıkları bir araştırmada aile desteğine sahip çocukların stresle başa çıkmada çok daha dirençli olduklarını göstermişlerdir (4).

Stres-spor yaralanmaları modeli de sosyal desteği bu anlamıyla spor ortamındaki yaralanmalara etkisi bakımından ele almıştır. Bir sosyal ağ (aile, arkadaşlar, antrenör, sportif sağlık ekibi ve takım arkadaşları) desteğinin varlığı, sporcuyu doğrudan yaralanmaya karşı dirençli hale getirebilmekte veya spora katılımın yarattığı stres kadar günlük zorluklar ve yaşam olaylarının yarattığı stresi de azaltabilmektedir (3).

Spor ortamında sosyal destek üzerine yapılan araştırmalardan birinde özel olarak sosyal desteği incelememesine rağmen, ailede tutarsızlıklar (boşanma, ayrılık,

ölüm) yaşayan futbol oyuncularının, daha tutarlı bir aile yaşantısına sahip oyunculara oranla daha fazla yaralanma riski taşıdıkları bulunmuştur (6). Bu durum sporcunun sosyal destek sisteminde bir bozulma olarak yorumlanabilir (2).

Spor yaralanmalarında sosyal desteğin rolüne ilişkin bir kanıt Williams, Tonymon ve Wadsworth'dan (7) gelmiştir. Araştırmacıların voleybolcularla yaptıkları bir araştırmada baş etme kaynakları anketinin maddelerinin yarısı sosyal destek başlığını içermiş ve spor yaralanmaları ile ilgili tek değişken baş etme kaynakları olmuştur. Andersen ve Williams (2)'ın belirttiğine göre Hardy ve diğerleri sosyal desteğin yaralanmaya doğrudan etkisi olduğunu bulmuşlardır. Yüksek düzeyde sosyal desteğe sahip sporcuların yaralanma sıklığında düşüş görülmüş, ancak araştırmada sosyal desteğin yaşam stresi-yaralanma ilişkisinde ara değişken olarak görev yapan yaşam stresine etkisi olduğu görüşü desteklenmemiştir (2).

Stres literatüründe, sosyal destek öğeleri ve bunların nasıl ölçüleceği, birtakım ölçekler geliştirilmiş olmasına rağmen, üzerinde anlaşmaya varılabilmemiş bir konu olmadığı için Williams ve Andersen'e göre bu konuda kesin karar verebilmek için daha fazla araştırmaya ihtiyaç bulunmaktadır (3).

Çocuk sporcular için yaralanmanın yanı sıra çok önemli olan diğer bir konu yine sonucunda spor yaralanması dahil çok ciddi sorunlara sebep olan çocuk hakları ihlalleri ve istismarıdır. Dünya sağlık örgütünün tanımına göre çocuk istismarı "sorumluluk, güç güven ilişkisine dayalı durumlardan ortaya çıkan, her türlü fiziksel veya duygusal kötü muamele, cinsel istismar, ihmal, ihmale yol açacak davranış, sömürü, çocuğun sağlığına zarar veren ya da zarar verme potansiyeli olan davranışlardır." (8)

Sporda çocuk haklarının ihlal edilmesi ve her türlü istismar gerek fiziksel gerek duygusal anlamda çok ciddi sonuçlar doğurmakta, bazı hak ihlallerinin fiziksel sonuçlarından bir tanesi de spor yaralanmaları olabilmektedir (9-11).

Bu araştırmada yukarıdaki alanyazın bilgileri çerçevesinde çocuklarda spor yaralanmalarına sebep olan sosyal ve çevresel faktörler ile çocuğun yaralanmayı nasıl ve hangi ilişkiler ortamında deneyimlediği üzerinde durulmuştur. Araştırmada antrenör, aile ve takım arkadaşlarını içeren sosyal ilişkiler yaralanma deneyimi sürecindeki rolü üzerinden ele alınmıştır. Ayrıca sporda çocuk haklarını gözetme gerekliliği endişesi ile çocuk sporcunun yaralanmayla bağlantılı olarak spordaki

çocuk haklarının hangi düzeyde ihlal edildiği ve bu ihlalde spor ortamındaki sosyal ilişkilerin rolü de ele alınmıştır.

1.1. Amaç

Eski lisanslı bir voleybolcu olan araştırmacının, kendi spor deneyimleri üzerinden voleybolda yaralanmaları bir sorun olarak görmesi ve sporcuların çevresi ile birlikte bunu nasıl meşrulaştırdıklarını anlama isteği, onu bu çalışmaya yönlendirmiştir.

Bu doğrultuda bu araştırma voleybol branşı altyapısında lisanslı olarak spora devam eden çocukların yaralanmaya giden süreçteki deneyimlerini inceleyerek, sosyal destek ağının bu süreçteki rolünü ortaya koymayı ve yaralanma ile sporda çocuk haklarının ihlali arasındaki bağlantıyı göstermeyi amaçlamıştır. Araştırmanın sonunda sosyal destek ağı ve sosyal destek algısının yaralanmadaki rolüne; çocuk haklarının bu süreçte nasıl ihlal edildiğine ilişkin bilgilere, elde edilen veriler çerçevesinde, ulaşılması beklenmektedir.

1.2. Problem

Bu çalışmada, voleybol altyapı sporcularının spor yaralanmalarına ilişkin negatif deneyimlerinin önemli bir sorun olduğu düşünölmüş, sporcuların yaralanma sürecinde sosyal destek ağının ve çocuk hakları ihlallerinin yaralanma deneyimleri ile ilişkisi iki temel problem olarak ele alınmıştır.

1.3. Araştırmanın Önemi

Spor tüm uluslar için çok değerli olan kurumlardan bir tanesidir. Bunun sebebi sporun bir ulusun dünya çapında adını duyurabileceği ve ekonomisine katkı sağlayabileceği önemli alanlardan birisi olmasıdır. Aynı zamanda spor, sağlıklı nesillerin yetiştirilmesi için de önemli bir araçtır. Ancak bir ülkenin sporu başarılı ve etkili bir şekilde kullanabilmesi, spor kurumunun sağlam temellere oturmasına bağlıdır. Bu temelleri atmanın yolu da gençlerin spora yönlendirilmesi ve erken yaşta etkin bir spor eğitiminin sağlanmasından geçer. Bu noktada bir diğer önemli konu sporun gençler için sürdürülebilir olmasıdır. Sporun sürdürülebilirliğini etkileyen çok sayıda faktör vardır ve bunlardan bir tanesi de spor yaralanmalarıdır. Yaralanmalar

spor yaşantısını kesintiye uğratmakta hatta bazen sonlanmasına sebep olmaktadır. Bunun önüne geçebilmek için yapılması gerekenin, her spor branşına özel olarak yaralanmayı önlemeye yönelik etkin modellerin geliştirilmesi olduğu düşünülmektedir. Bu modellerin geliştirilmesi ise ancak yaralanma sebepleri olarak ortaya konan faktörlerin derinlemesine bir şekilde araştırılması ve yaralanmayı deneyimleyen bireylerin deneyimlerinin anlaşılmasına çalışılması ile mümkün olabilecektir.

Yaralanma sebeplerini ortaya koymaya çalışan çok sayıda araştırma yapılmış ve pek çok faktör ortaya konmuştur. Ancak alan yazın incelendiğinde, bu sonuçların derinlemesine araştırılmadığı anlaşılmaktadır.

Bu bakış açısından hareketle bu çalışmada, yaralanmaya giden süreci etkileyen faktörlerden biri olarak ortaya konan sosyal destek ağı ve sosyal destek algısı, yapılacak bireysel görüşme ve gözlemler aracılığı ile derinlemesine bir şekilde irdelenmiştir. Ülkemizde çocuk sporcuların yaralanma deneyimini incelemek üzere yapılmış herhangi bir çalışma bulunmadığından bu çalışmadan elde edilen verilerin spor yaralanmalarına yönelik ileride yapılacak araştırmalara büyük katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bunun yanı sıra bu çalışmada, sporda çocuk haklarının nasıl ihlal edildiği ve bu ihlallerin yaralanma ile olan bağlantısı ortaya konmaya çalışılmıştır ki ülkemizde bu konuda yapılmış alan araştırması yok denecek kadar azdır.

1.4. Sayıtlar

Bu çalışmada katılımcıların kendilerine yöneltilen soruları içtenlikle yanıtladıkları, çocukların yaralanma deneyimlerine ilişkin farkındalık sahibi oldukları, velilerin çocuklarına ilişkin dürüst bir değerlendirme yapabildikleri ve antrenörlerin farkında olmadıkları durumlar dışındaki konularda dürüst bir yaklaşım sergiledikleri varsayılmaktadır.

1.5. Sınırlılıklar

Bu çalışma;

- Elde edilen veriler bakımından araştırmacının gözlemleri ve katılımcıların deneyim, görüş ve paylaşımlarıyla,
- Araştırma konusu bakımından voleybol branşıyla,

- Araştırma alanı bakımından Ankara iliyle sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Spor Yaralanması: Bu araştırmada yaralanmanın iki ayrı tanımı kabul edilmiştir. Bunlardan bir tanesi: “Sportif etkinlikler sırasında meydana gelen, sporcunun sportif yaşamdan belli bir süre uzak kalmasına sebebiyet veren ve sonrasında medikal tedavi gerektiren fiziksel Őikâyet” (12)

Diğeri ise: Sporcunun geçici (bazen kalıcı) bir fiziksel yetersizlik yaşaması ve bazı motor fonksiyonlarının kısıtlanması ile sonuçlanan bedensel bir travmadır (13).

Çocuk: Birleşmiş Milletler Çocuk Hakları Sözleşmesinde çocuk tanımına ilişkin “çocuğa uygulanabilecek olan kanuna göre daha erken yaşta reşit olma durumu hariç, on sekiz yaşına kadar her insan çocuk sayılır” ibaresi yer almaktadır (8)

Sosyal Destek: Bizim için değerli olan, sevildiğimizi ve önemsendiğimizi hissettiren güvenilebileceğimiz insanların varlığıdır (4).

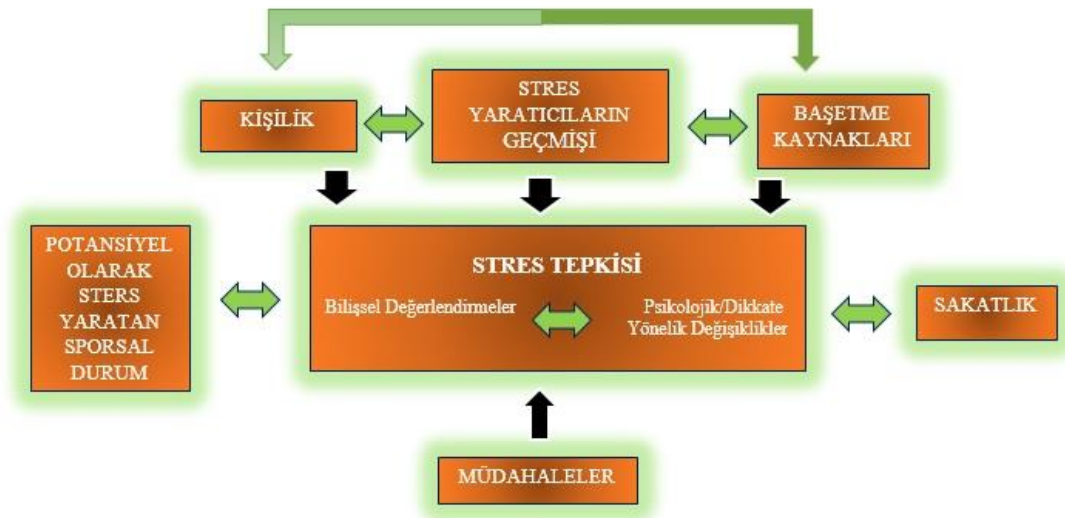
2. GENEL BİLGİLER

Bu bölümde araştırmanın kuramsal çerçevesini ve metodolojik alt yapısını oluşturan temel yaklaşımlar aktarılmaya çalışılmıştır. Araştırmanın dayandığı belli başlı iki kuramsal çerçeve bulunmaktadır. Bunlar Andersen ve Williams tarafından geliştirilen stres-spor yaralanmaları modeli ile sporda çocuk hakları ve çocuk istismarı yaklaşımlarıdır. Araştırmanın tasarlanması ve katılımcılarla yapılacak görüşme sorularının planlanmasında kuramsal altyapıyı oluşturan bu iki ana çerçeve kullanılmıştır.

2.1. Andersen ve Williams'ın Stres-Spor Yaralanmaları Modeli

Spor yaralanmasının oluşmasına katkıda bulunan çoğu öncelikli olarak fiziksel (aşırı yüklenme, yanlış ekipman, kötü saha koşulları, hava, sporun doğası, vb.) pek çok faktör vardır. Aynı zamanda çok sayıda sosyal ve psikolojik faktör de yaralanmanın oluşmasına etki edebilmektedir. Andersen ve Williams (2) modellerinde, psikolojik faktörler ve stres arasındaki karşılıklı bağlantı ile bunların spor yaralanmalarının ortaya çıkışına etkisi üzerinde durmuşlardır.

Andersen ve Williams (2) yazdıkları bir makalede amaçlarını, spor yaralanmalarının oluşumunu ve spor yaralanmalarından korunmayı etkileyebileceği düşünülen bilişsel, psikolojik, davranışsal, kişilerarası, sosyal ve stres geçmişine yönelik değişkenlerin etkileşimsel bir teorik modelini sunmak olarak belirtmişlerdir. Bu teorik model ve modelin sonucunda ortaya çıkan hipotezler, yaralanma riskini azaltmak ve yaralanmaya meyilli sporcuları belirlemek için çeşitli araştırma yollarının ortaya konulabileceği bir çerçeve sunmaktadır. Model yalnızca yaralanmanın ortaya çıkışını etkileyen stresli yaşam olaylarını değil, aynı zamanda psikolojik faktörlerle birlikte stresin diğer yönlerini de içermektedir. Modelin diğer avantajları, stres-spor yaralanması ilişkisinin ardında yatan muhtemel mekanizmaları ortaya koyması ve yaralanma olasılığını azaltmada yardımcı olabilecek spesifik müdahaleler önermesidir (2).



Şekil 2.1. Stres- Spor Yaralanmaları Modeli (Andersen-Williams (3)'dan alınmıştır)

Modele göre merkezde dört temel bileşen yer almaktadır: Potansiyel olarak stres yaratan sporsal durum, bu durumların çeşitli yönlerinin bilişsel değerlendirmesi, psikolojik/dikkate yönelik tepkiler, potansiyel yaralanma çıktıları. Modelin merkezindeki stres tepkisinin üzerinde üç temel alan yer almaktadır (kişilik, stres yaratıcıların geçmişi ve baş etme kaynakları). Kişilik faktörleri ve baş etme kaynakları stres tepkisine doğrudan veya stres yaratıcıların geçmişi yoluyla etki ederken, stres geçmişinin stres tepkisine doğrudan katkı sağladığı varsayılmaktadır (2).

Model, stres-spor yaralanması ilişkisinin ardında yatan iki temel mekanizmanın, genellenmiş kas geriliminde artış ve stres sırasında dikkatteki bozulmalar olduğu varsayımına dayanmaktadır. Yine modele göre, kişilik özellikleri stres tepkisini arttırmaya yatkın olan, olayları olduğundan daha stres verici değerlendiren ve stresli durumlarla başa çıkma kaynakları yetersiz bireyler, tam tersi bir profile sahip bireylerle kıyaslandığında hayatlarında çok fazla stres yaşarlar ve böylelikle daha yüksek düzeyde kas gerilimi ve dikkat değişiklikleri sergileyerek daha fazla yaralanma riski taşırlar (2).

Stres tepkisinin altında, stres tepkisini azaltmaya yönelik, hem bilişsel değerlendirmeyi hem de psikolojik/dikkate yönelik yönleri içeren iki grup müdahale yer almaktadır. Buna ek olarak, böyle müdahaleler doğrudan baş etme kaynakları ve

kişilik faktörlerinin ara değişkenlerini etkilemek için de kullanılabilir (2). Modelin alt bileşenlerine yakından bakılacak olursa;

Stres Tepkisi - Bilişsel Değerlendirme

Bilişsel değerlendirme ile stres yaratma potansiyeli olan sporsal durum, birbirinden deneysel olarak değil ama mantıksal olarak ayrı düşünülebilir. Sporsal durumlar geliştiğinde, belki haftalarca veya aylarca devam eden bir değerlendirme ve yeniden değerlendirme durumu söz konusudur. Stresli durumlara (müsabaka, antrenman) verilen tepkide sporcu, bu durumlardan kaynaklı talepleri ve kendisinin bu talepleri karşılamada yeterli beceriye (kaynağa) sahip olup olmadığını değerlendirir. Eğer sporcu bu talepleri karşılamada kaynaklarını yeterli görürse, duruma verdiği stres tepkisi en düşük düzeyde olabilir. Diğer yandan, talepler sahip olunan kaynakların çok üzerinde algılanırsa, duruma verilen stres tepkisi sert ve belirgin olabilir. Ayrıca, olayın sonuçlarına dair yapılan değerlendirme de stres tepkisini etkileyebilir. Eğer algılanan veya gerçek olan sonuçlar sporcunun kariyeri ve özsaygısı için kritik öneme sahipse, stres tepkisi aşırı boyutlarda olabilir (2).

Sporcunun stres yaratma potansiyeli olan durumlara ilişkin bilişsel değerlendirmesinin gerçeği yansıtmaması ortaya çıkan stres tepkisi açısından bir önem taşımaz. Böyle tepkiler eğer aşırı boyutlarda ise, dikkate yönelik ve psikolojik değişimlere negatif bilişsel değerlendirmeler de eşlik edeceği için, bireyi yaralanma riski taşımaya yatkın hale getirebilir (2).

Stres Tepkisi - Psikolojik/Dikkate Yönelik Değişimler

Kaynakların, taleplerin ve sonuçların bilişsel değerlendirmesi, stres tepkisinin dikkate yönelik ve psikolojik yönleri ile karşılıklı ilişki içerisindedir. Bir durumun bilişsel değerlendirmesi dikkat ve psikolojik uyarılmışlığı etkileyebildiği gibi, uyarılmışlık ve dikkat kalıpları da bir durumun ve bireyin performansının devam eden değerlendirmelerine ilişkin geribildirim etkisi gösterebilir (2).

Stres sırasında pek çok psikolojik değişiklik meydana gelir, fakat genellenmiş kas gerilimindeki artışlar, stres-yaralanma ilişkisinin ardında yatan mekanizmalardan biri olabilir. Genellenmiş kas gerilimi, motor koordinasyonu bozabilir, esnekliği azaltabilir ve hatta burkulma, zorlanma ve diğer kas-iskelet yaralanmalarına katkı

sağlayabilir. Bu noktada bir araştırma sorusu karşımıza çıkmaktadır; stres altındaki bir bireyin genellenmiş kas gerilimi diğer bireylere göre artış gösterir mi? ve böyle bir bireyin yaralanma olasılığı daha yüksek midir (2)?

Stres-spor yaralanması ilişkisinin daha sık sözü edilen diğer bir sorumlusu, dikkat değişikliğidir. Stres sırasında görüş alanı daralabilir, bu da hayati çevresel ipuçlarını toplamada başarısızlığa sebep olarak yaralanma riskini arttırabilir. Yine, stres altındayken dikkat dağılabilir, bu da sporcunun dikkatinin görevle ilgili olmayan uyarılara kaymasına sebep olarak, sporcunun hayati ipuçlarını yakalamada başarısız olmasına yol açar (2).

Eğer stres tepkisinin merkezinde yer alan değişkenlerde (bilişsel değerlendirmeler, dikkate yönelik ve psikolojik değişimler) stres yaratma potansiyeli olan durumlar sırasında pozitif yönde bir değişim sağlanabilirse, yaralanma olasılığı da böylelikle azaltılabilecektir. Stres yaratan olaylara verilen tepkiyi doğrudan veya birbirleriyle etkileşime girerek dolaylı yollardan etkilediği düşünülen üç alan aşağıda açıklanmaktadır (2).

Stres YarATICILARIN GEÇMİŞİ

Bir bireye ait stres yaratıcıların geçmişi (önemli yaşam olayları, kronik günlük problemler, önceki yaralanmalar, vb.), stres tepkisi ve dolayısıyla yaralanma riski üzerinde önemli bir etkiye sahip olabilir (2).

Stres önemli yaşam olaylarından olduğu kadar bireyin yaşamındaki küçük günlük problemlerden, rahatsızlıklardan ve değişikliklerden de kaynaklanabilir. Bu kronik günlük stres yaratıcılar, büyük yaşam olayları ile ilgisiz olabilir veya büyük yaşam olaylarının yarattığı adaptasyon zorluklarının sonucu olarak ortaya çıkabilir. Örneğin, yeni bir şehre taşınmak, yeni bir okula, yeni komşulara, yeni bir caddeye, yeni bir iklime alışmak gibi pek çok günlük problemleri beraberinde getirir (2).

Bir sporcunun yaralanma geçmişinin değerlendirilmesi de, gelecek yaralanmaların tahmini için çok önemli görünmektedir. Eğer sporcu tam olarak iyileşmeden spora döndüyse, tekrar yaralanma olasılığı çok yüksek olacaktır. Aynı zamanda sporcu fiziksel olarak iyileşse bile psikolojik olarak spora dönmeye hazır değilse, negatif bilişsel değerlendirmelerden kaynaklı problemler ortaya çıkacaktır.

Tekrar yaralanma korkusu büyük bir stres tepkisine yol açabilecek ve gerçekten yaralanma olasılığını arttırabilecektir (2).

Kişilik

Kişilik faktörleri bireylerin içinde buldukları durumu olduğundan daha az stres verici algılamalarına veya stres yaratıcıların etkisine karşı daha az duyarlı olmalarına ya da bunun tam tersi bir duruma sebep olabilir. Yaralanma riskini arttıran veya azaltan kişilik özelliklerinin; psikolojik dayanıklılık (hardiness), kontrol odağı (locus of control), duyarlılık arayışı (sensation of seeking), başarı motivasyonu ve yarışma durumluk kaygısı olduğu söylenebilir (2).

Başetme Kaynakları

Baş etme kaynakları, bireylere problemler, hayal kırıklıkları, sevinçler ve yaşam stresi ile başa çıkmada yardım edecek çok geniş çeşitlilikte davranışlar ve sosyal ağlardan oluşmaktadır. Baş etmeyi oluşturanın ne olduğu uzun süredir üzerinde tartışılan ve çok yönlü olduğu bilinen bir konudur (2).

Genel baş etme davranışı, bir sporcunun stres düzeyini etkileyebileceği düşünülen çok çeşitli davranışları kapsayan bir davranış kategorisidir. Sözü edilen davranış kategorisi, uyku kalıpları, beslenme alışkanlıkları, zaman yönetimi, genel özsaygı ve eğer sporcu aynı zamanda öğrenci ise ders çalışma becerileri gibi baş etme davranışlarını içerebilir. Bu etkili baş etme davranışlarının olmayışı, kolaylıkla yüksek düzeyde stres ve dolayısıyla yaralanma riskine sebep olabilir (2).

Sosyal Destek Sistemi

En temel baş etme kaynağı sporcunun sahip olduğu ***sosyal destek sistemi*** olarak düşünülebilir. Stres literatüründe, sosyal destek öğeleri ve bunların nasıl ölçüleceği, üzerinde anlaşmaya varılabilmemiş bir konu değildir (2). Sosyal destek genellikle bizim için değerli olan, önemseydiğimiz ve güvенеbileceğimiz kişilerin varlığı olarak düşünülür (4).

Bir sosyal ağ (aile, arkadaşlar, antrenör, sportif sağlık ekibi ve takım arkadaşları desteği) desteğinin varlığı, sporcuyu doğrudan yaralanmaya karşı dirençli

hale getirebilir veya spora katılımın yarattığı stres kadar günlük zorluklar ve yaşam olaylarının yarattığı stresi de azaltabilir (2).

Müdahaleler

Amaç yalnızca bir sporcuyu yaralanmaya yatkınlaştıran faktörleri belirlemek değil, aynı zamanda yaralanmadan korunmak için gerekli potansiyel müdahaleleri ortaya koymaktır. Stres tepkisinin bilişsel değerlendirme bileşeni için müdahaleler, uygunsuz tepkileri yaratan düşünce kalıplarını yok etmek üzere bilişsel yeniden yapılandırmayı içerir. Düşünce durdurma ve güven eğitimi gibi diğer teknikler bir sporcunun sporsal durumu değerlendirme becerisini geliştirebilir. Takım dayanışmasını arttırmak ve gerçekçi beklentileri teşvik etmek antrenörlerin, eğitimcilerin, spor psikologlarının ve spor sağlık ekibinin görevidir. Eğer sporcu takımının arkasında olduğunu hisseder ve kendisinden ne beklediğini bilirse, stres verici durumlara karşı bilişsel reaksiyonları daha sağlam ve güçlü olabilir (2).

Stres tepkisinin dikkate yönelik/psikolojik yönleri bileşeni için müdahaleler konsantrasyonu artırma ve uyarılmayı düşürme yönünde olabilir. Konsantrasyon eğitimi dikkat dağınıklığında azalma sağlayarak sporcunun görevine odaklanmış halde kalmasını sağlayabilir. Son olarak, sporcunun ilaç kullanımını ayarlamak, stres tepkisinin ve sporsal deneyimin kalitesini arttırmak için oldukça iyi bir adımdır. Tüm bu müdahalelerin amacı bilişsel değerlendirmeleri düzenleyerek veya psikolojik uyarılmayı düşürerek stres tepkisini azaltmak ve böylelikle yaralanma olasılığını en aza indirmektir (2).

2.2. Sporda Çocuk Hakları ve Çocuk İstismarına Yönelik Yaklaşımlar

Sporda çocuk haklarının ne olduğu ve nasıl korunması gerektiğine dair en önemli yaklaşım Martens ve Seefeldt (14) adlı iki araştırmacıdan gelmiş, bu araştırmacılar 1979 yılında sporda çocuk hakları üzerine günümüzde de geçerliliğini koruyan tek bildirme olan sporda çocuk hakları bildirgesini yayınlamışlardır. Bildirgeye göre çocuk sporcunun hakları şunlardır:

- *Sporda yapabilme hakkı*:Sporcuya farklı spor branşlarında çeşitli pozisyonlarda oynama imkanı sağlanmalıdır. “Önce çocuk - sonra kazanmak” felsefesi benimsenmelidir. Her çocuk oyunda eşit süreye sahip olmalıdır.

- *Her sporcunun yeteneğine ve olgunluk düzeyine uygun seviyede spor yapabilme hakkı:* Her yaş grubunun kendi yaşına uygun aktiviteler yapması sağlanmalıdır.
- *Kaliteli yetişkin eğitime sahip olma hakkı:* Çocuklarla çalışan eğitimler çalıştıkları yaş grubunun beceri düzeyi ve karakteristik özelliklerini öğrenebilecekleri özel bir eğitime tabi tutulmalıdırlar.
- *Yetişkin olarak değil çocuk olarak oynama hakkı:* Antrenman ve müsabaka ortamı, bu ortama dahil olan çocuğun fiziksel ve duygusal olgunluk düzeyine uygun bir şekilde düzenlenmelidir. Fazla uzmanlaşmadan kaçınılmalı, çocukların yaratıcılıklarını ve hayal güçlerini ortaya koyma şansı tanınmalıdır.
- *Çocukların spor ortamında liderliği paylaşma ve kararlara katılım hakkı:* Çocukların dahil oldukları seviyeye uygun bir şekilde fikirlerini paylaşmalarına izin verilmelidir. Talimat vermek kadar dinlemek ve çocuklara mümkün olduğunda karar verme fırsatı tanımak gereklidir.
- *Sağlıklı ve güvenli çevrede spor yapma hakkı:* Yapılan aktiviteler çocuğun fiziksel ve psikolojik sağlığını riske atmamalıdır.
- *Spora katılım için uygun bir şekilde hazırlanma hakkı:* Çocuk, müsabaka ortamına girmeden önce temel becerilerini geliştirecek bir programa tabi tutulmalıdır. Bu süreçte yarışma yerine daha fazla eğlence fırsatlarına sahip olmalıdır.
- *Başarı için çabalarken eşit fırsatlara sahip olma hakkı:* Başarının kazanmakla, başarısızlığın da kaybetmekle eş anlamlı olmadığı çaba ve gelişim olduğu çocuğa öğretilmelidir. Bütün çocuklar başarı yolunda eşit fırsatları ve nitelikli eğitimi hak ederler.
- *Özenli davranılma hakkı:* Bütün çocuklara duyarlı, saygılı ve anlayışlı davranılmalıdır. Çocuk sporunda duyarsız yetişkinlerin yeri yoktur,
- *Spordan zevk alma hakkı:* İlk dokuz hak savunulursa, bu hak kendiliğinden oluşacaktır.

Ancak pek çok spor ortamında bu haklara dair ihlallere sıklıkla rastlanmakta ve bunun sonucu olarak; sporun çocuklar için fiziksel, zihinsel ve sosyal gelişim, beden farkındalığı, sorumluluk alabilme, kurallara saygı, kendine güveni geliştirme

(15, 16) gibi pek çok kazanımının yanında, fiziksel (17), duygusal (18) ve cinsel (19) istismara zemin hazırlamak gibi olumsuz yönleri de ortaya çıkmaktadır. Bu istismar türlerinin hepsi çocuk sporcunun ciddi sorunlar yaşamasına sebep olmakta ve ona çeşitli şekillerde zarar vermektedir. Örneğin fiziksel istismar ele alındığında; fiziksel istismarın sebep olduğu olumsuzluklardan bir tanesi spor yaralanmaları olmaktadır ki bu yaralanmalar çocuk için ciddi sonuçlar doğurabilmekte çocuğun tüm yaşantısını etkileyebilmektedir (10).

2.3. Spor Yaralanmalarında Sosyal Destek Çalışmaları

Alanyazın incelendiğinde spor yaralanmalarında sosyal destek sistemlerinin etkisine ilişkin sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Bunun sebeplerinden birisi bu konuda ölçek geliştirmenin zorluğu, var olan ölçeklerin yeterli bulunmaması ve genelleme kaygısıyla bu alanda çok fazla nitel çalışma yapılmamış olması gibi görülmektedir. Yapılan çalışmalardan bazılarında aşağıda yer verilmiştir.

Üniversiteli kadın ve erkek sporcuların yaralanma öncesi ve yaralanma sonrası sosyal destek kalıplarını incelemek amacıyla tasarlanan bir araştırmada, erkek sporcuların kadın sporculara oranla daha fazla sosyal destek kaynağına sahip oldukları ancak kadın sporcuların aldıkları sosyal destekten daha fazla doyum sağladıkları bulunmuştur (20). Bunun yanında elde edilen diğer sonuçlara göre, sporcuların sosyal destek kalıpları yaralandıktan sonra değişmiş, yaralanan sporcular antrenör, kondisyoner ve fizyoterapistten daha fazla sosyal destek gördüklerini belirtmişlerdir. Ayrıca yaralanma sonrasında aile ve arkadaşlardan görülen sosyal desteğin kalitesi de artmıştır (20).

Özel olarak sosyal desteği incelememesine rağmen, bir çalışmada ailede tutarsızlıklar (boşanma, ayrılık, ölüm) yaşayan futbol oyuncularının, daha tutarlı bir aile yaşantısına sahip oyunculara oranla daha fazla yaralanma riski taşıdıkları bulunmuştur (6). Bu durum sporcunun sosyal destek sisteminde bir bozulma olarak yorumlanabilir (2).

Başka bir çalışmada Sarason ve ark. (4) “Sosyal Destek Anketi (the Social Support Questionnaire)” adlı sosyal destek ölçüm aracının sosyal desteğin çeşitli boyutlarını ne derece iyi ölçtüğünü araştırmışlar ve sosyal destek anketinin sosyal desteği ölçmede güvenilir bir araç olduğunu bulmuşlardır.

Spor yaralanmalarında sosyal desteğin rolüne ilişkin bir kanıt Williams, Tonymon ve Wadsworth (7)'dan gelmiştir. Araştırmacıların voleybolcularla yaptıkları bir çalışmada baş etme kaynakları anketinin maddelerinin yarısı sosyal destek başlığını içermiş ve spor yaralanmaları ile ilgili tek değişken baş etme kaynakları olmuştur. Andersen ve Williams (2)'ın belirttiğine göre Hardy ve diğerleri sosyal desteğin yaralanmaya doğrudan etkisi olduğunu bulmuşlardır. Yüksek düzeyde sosyal desteğe sahip sporcuların yaralanma sıklığında düşüş görülmüş, ancak araştırmada sosyal desteğin yaşam stresi-yaralanma ilişkisinde ara değişken olarak görev yapan yaşam stresine etkisi olduğu görüşü desteklenmemiştir (2).

Rees ve ark. (21) elit ve amatör seviyede yaralanma deneyimi olan sporcularda, yaralanmaya verilen psikolojik tepkilerle sosyal destek arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonuçlarına göre; elit sporcularda sosyal desteğin yaralanmaya verilen psikolojik tepkilerin ana belirleyicisi, amatör sporcularda ise ara belirleyicisi olduğun anlaşılmış, yaralanmaya verilen psikolojik tepkiler ve sosyal destek arasındaki ilişkinin sporcunun performans düzeyine göre değişkenlik gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır (21).

Üniversiteli sporcularla yapılan yaralanmanın büyüklüğü ile yaşam doyumu, stres ve sosyal destek arasındaki ilişkinin incelendiği başka bir araştırmada, algılanan stres ve algılanan sosyal destek arasındaki etkileşimin büyük bir yaralanma yaşamış katılımcıların yaşam doyumundaki azalmayla bağlantılı olduğu bulunmuştur (22).

Son olarak Junge (23) sosyal desteği de içine alacak şekilde spor yaralanmaları ve psikolojik faktörler arasındaki ilişkiye dair güncel bilgileri içeren bir review hazırlamış ve stres-yaralanma modelinden esinlenerek yeni bir model geliştirmiştir.

2.4. Sporda Çocuk Hakları ve Çocuk İstismarının Yaralanmalardaki Rolü Üzerine Yapılan Çalışmalar

Sporda çocuk hakları ve bu hakların ihlali sonucu ortaya çıkan istismar durumlarının sonuçlarına ilişkin literatürde çok sayıda araştırma yer almaktadır (15, 19, 24-28). Bu araştırmalardan bazıları çocuk hakları ihlalleri, çocuk istismarı ve spor yaralanmaları arasındaki ilişkiye de değinmişlerdir.

Farstad (10) sporda çocuk haklarının korunması konusunda yaptığı bir çalışma içerisinde aşırı yüklenme ve fazla antrenman sonucu oluşan yaralanmalara da yer vermiş ve aşırı yüklenme ve fazla antrenmanın aslında birer fiziksel istismar türü olduğunu ortaya koymuştur.

Sporda istismar, taciz ve kötü muamele üzerine yapılan başka bir çalışmada araştırmacı performansta düşüş, diğer insanlara güven kaybı, uyku bozuklukları, agresif davranışlar sergileme ve sebebi açıklanamayan yaralanmaları çocuk sporcunun uğradığı kötü muamelenin belirtileri olarak ele almıştır (29). Crooks ve Wolfe ise yaptıkları bir çalışmada kötü muameleyi “psikolojik hasar veya fiziksel yaralanma ile sonuçlanan veya sonuçlanma potansiyeli olan istemli hareket” olarak tanımlamışlardır (30). Stirling (31) yaptığı bir çalışmada pek çok kere kötü muamele ve spor yaralanması arasındaki ilişkiye değinmiştir.

Kerr ve Stirling (11) sporda çocuk istismarının önlenmesine ilişkin bir model geliştirdikleri başka bir çalışmada sporda çocuklara ilişkin yapılan ihmalleri ortaya koymuşlar ve bunlardan bir tanesini çocuğu yaralanmaya götürecektir gereksiz riskler almak olarak ifade etmişlerdir.

3. YÖNTEM

Bu araştırma sebep sonuç ilişkisi ortaya koymak yerine, var olan bir durumu betimlemek ve bir olgunun ortaya çıkış sürecini derinlemesine irdelemek üzere tasarlanmış olduğundan temel yöntem olarak nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Nitel araştırma insanların yaşamları, deneyimleri, davranışları, duyguları ve hislerinin doğasını ve manasını anlamaya çalışma girişimi olup, betimleme ve anlama üzerine kuruludur (32).

Araştırma yaklaşımı olarak; farkında olduğumuz ancak derinlemesine bilgi ve anlayış sahibi olmadığımız olguları incelemek üzere kullanılan fenomenolojik yaklaşım benimsenmiştir. Bu yaklaşımda temel amaç, katılımcıların bir olguya ilişkin deneyimleri üzerinden o olguların özüne ulaşmaktır (33).

Alanyazın incelendiğinde, yaralanma olgusunu sporcuların yaralanma deneyimleri üzerinden inceleyen herhangi bir fenomenolojik araştırmaya rastlanmamış olmasına karşın fenomenolojik yaklaşım, spor alanında yapılan bilimsel araştırmalarda oldukça geniş bir kullanım alanına sahiptir. Bu yaklaşımın kullanıldığı araştırmalardan bir tanesinde Papathomas ve Lavallee (34) elit kadın sporcuların yeme bozukluğuna ilişkin deneyimlerini incelemişlerdir. Bir başka araştırmada spor salonu kullanıcılarının egzersize bağlanma ve bırakma süreçleri anlamlandırılmaya çalışılmıştır (35). Fenomenolojik yaklaşımın kullanıldığı diğer araştırma örnekleri şu şekildedir: Omurga yaralanması sonrası tekerlekli sandalyeyle spora dahil olmuş rugby oyuncularının gelişimlerdeki rollerine ilişkin antrenörlerinin deneyimlerinin incelenmesi (36); elit futbol antrenörlerinin tükenmişlik ve sonrasındaki iyileşme sürecine dair deneyimlerinin incelenmesi (37); tehlikeli sporlarda korku ve kaygı deneyimleri (38); ve elit kadın sporcuların karşılaştıkları zorluklara ve bu zorlukların getirisi olarak olgunlaşmalarına ilişkin deneyimleri (39).

Bu araştırmada nitel araştırma yönteminin doğasına uygun olarak alanyazın taraması, verilerin toplanması, verilen analizi ve yorumlaması eş zamanlı olarak devam etmiş, araştırma sürecinde bir sıralama takip edilmemiştir.

3.1. Katılımcılar

Ankara'daki voleybol altyapı (küçük, yıldız, genç) takımlarından herhangi birinin kadrosunda yer alan ve spor yaralanması yaşamış ve iyileşmiş çocuk sporcular, onların antrenörleri ve aileleri araştırmanın katılımcı grubunu oluşturmuştur. Ancak kulüplerle ve antrenörlerle görüşmeler başlayınca yalnız küçük takım seviyesinde oynayan sporcuların henüz spor yaralanması yaşamamış oldukları anlaşılmış ve görüşmeler voleybol altyapı takımlarındaki yaralanıp iyileşmiş yıldız ve genç takım oyuncuları ile sınırlı kalmıştır. Araştırma grubu olarak çocuk sporcuların seçilme sebepleri; (a) alanyazında çocuklarla yaralanma konusunda yapılmış çok fazla nitel araştırma olmaması ve (b) sporcuların spor yaşantısını ciddi şekilde etkileyen spor yaralanmalarının daha elit seviyeye ulaşmadan altyapı düzeyinde başlamasıdır (40-43).

Katılımcıların seçim yöntemi olarak amaçlı örnekleme yöntemlerinden Patton (44) tarafından sınıflaması yapılan ölçüt örnekleme tekniği kullanılmıştır. Amaçlı örnekleme yöntemi özellikle ampirik genellemeler yerine bir konu hakkında derinlemesine anlayış sahibi olunmak istendiği durumlarda kullanımı tercih edilen bir yöntemdir. Ölçüt örneklemede ise amaç katılımcıların, araştırmacı tarafından araştırma problemine uygun olarak önceden hazırlanmış olan ölçütleri karşılamasıdır; araştırma alanı kapsamında amaca uygun olarak bu ölçütleri karşılayan tüm bireyler araştırmaya dahil edilmelidir.

Katılımcıların belirlenmesinde araştırmanın problemi ve amacına uygun olarak belirlenen ölçütler şu şekildedir.

- 1) Voleybol branşı altyapısında küçük, yıldız veya genç takımlarından birinin kadrosunda lisanslı sporcu olarak yer alıyor olmak,
- 2) Bir spor yaralanması yaşayarak spordan en az bir antrenmana katılamayacak şekilde uzak kalmış ve iyileşerek spora geri dönmüş olmak veya sürekli devam eden ve performansını etkileyecek düzeyde bir ağrıyla oynamaya devam ediyor olmak.

Araştırma verilerini toplamak üzere altı spor kulübüne ulaşılmış olup bunlardan dördünün elit seviyede müsabakalara katılan A takımları bulunmaktadır. Araştırmanın toplam katılımcı sayısı 48'dir. Bu katılımcıların on üçü erkek, sekizi kadın olmak üzere 21'i sporcu; on üçü erkek, biri kadın olmak üzere 14'ü antrenör ve

altısı erkek, altısı kadın olmak üzere 12'si aile bireyleridir. Tablo 3.1, Tablo 3.2 ve Tablo 3.3'te katılımcıların genel özelliklerine yer verilmiştir.

Tablo 3.1. Sporcuların Genel Özellikleri

	Yaş	Oynadığı Seviye	Spor Geçmişi	Oynadığı Pozisyon	Akut Yaralanmaları	Kronik Yaralanmaları
Sezin	16	Genç Takım	5 yıl	Köşe (4 numara smaçör), Orta oyuncu, Pasör çaprazı	Parmak yaralanmaları, Karın kası yırtığı, bilek burkulması	Diz ağrısı (tendinit)
Orhan	18	Genç Takım	10 yıl	Pasör	Bilek burkulması, bacakta ve omuzda yırtıklar, göğüs ağrısı	Yok
Berna	15	Yıldız Takım	3 yıl	Pasör	Bilek burkulması, el bileği yaralanması	Omuz yaralanması (tendinit)
Görkem	18	Genç Takım	3 yıl	Köşe (4 numara smaçör)	Omuzda yırtık (geçmemiş), Dizde menüsküs ve çapraz bağ yırtığı	Diz ağrısı (tendinit)
Onur	17	Genç Takım	2,5 yıl	Orta Oyuncu	Bel Ağrısı (akut değil ama geçmiş), Parmak sakatlığı	Diz ağrısı (tendinit)
Beyza	16	Genç Takım	7 yıl	Orta Oyuncu	Bilek burkulması, parmak yaralanmaları	Yok
Semra	16	Genç Takım	6 yıl	Libero	Omuz ağrısı (devam eden), parmak yaralanması, bel yaralanması	Diz ağrısı (çocukluktan gelen fazladan kemik çıkıntısı dizde)
Cüneyt	15	Yıldız Takım	1 yıl	Orta Oyuncu	Dizde kıkırdak zedelenmesi, dizde çapraz bağ esnemesi,	Diz ağrısı (tendon), bel ağrısı
Meltem	17	Genç Takım	5 yıl	Libero	Yok	Omuzda zaman zaman kitlenme, diz ağrısı (tendinit)
Osman	17	Genç Takım	5 yıl	Libero	Yok (parmak yaralanmalarını söylememiş)	Bel ağrısı (spazm)
Hakan	15	Yıldız-Genç Takım	5 yıl	Pasör (önceden smaçör oynamış)	Tarak kemiğinde stres kırığı, ayak bileği burkulmaları	Yok
Mine	14	Yıldız Takım	6 yıl	Libero	Bilek burkulmaları	Genetik bir problemden dolayı dirsek yaralanması
Canan	15	Yıldız Takım	5 yıl	Orta Oyuncu	Bilek burkulmaları	Diz ağrısı (tendinit), bel ağrısı
Kıvanç	15	Yıldız Takım	1 yıl	Orta Oyuncu	Dizde ödem Omuz ağrısı	Diz ağrısı (büyümeye bağlı)
Boran	16	Yıldız Takım	1,5 yıl	Orta Oyuncu	Yok	Diz ağrısı, bel ağrısı
Tarkan	13	Yıldız Takım	3 yıl	Köşe (4 numara smaçör)	Sırtta zedelenme, parmak yaralanması, ayak tendon ağrısı, bilek burkulmaları	Diz ağrısı (büyümeye bağlı)
Turan	17	Genç Takım	5 yıl	Köşe (4 numara smaçör)	Bilek burkulmaları	Diz ağrısı (tendinit)

Tablo 3.1. Sporcuların Genel Özellikleri (Devam)

	Yaş	Oynadığı Seviye	Spor Geçmişi	Oynadığı Pozisyon	Akut Yaralanmaları	Kronik Yaralanmaları
Sinan	18	Genç Takım	4 yıl	Orta Oyuncu	Sırttaki bir kasta yırtık (basketbol oynarken), parmak yaralanması, bilek burkulmaları	Kolda ağrı (tendinit), Sol dizde tendinit
Faruk	18	Genç Takım	3 yıl	Orta Oyuncu	Omuzda yırtık (iyileşmiyor), Bilek burkulmaları	Diz ağrısı (tendinit)
Zarife	14	Yıldız Takım	6 yıl	Pasör	Yok	Diz ağrısı (tendinit)
Koray	14	Yıldız Takım	4 yıl	Köşe (4 numara smaçör)	Bilek burkulması	Diz ağrısı (büyümeye bağlı)

Tablo 3.1'den de anlaşılacağı gibi araştırmaya katılan sporcular 13 ila 18 yaş aralığında yer almakta, en az 1 en çok da 10 yıllık voleybol geçmişleri bulunmaktadır. Ağırlıklı olarak smaçör mevkiinde oynayan bu sporcuların en çok ayak bileği burkulmaları, omuz ve diz yaralanmalarına maruz kaldıkları görülmektedir.

Tablo 3.2. Antrenörlerin Demografik Özellikleri

	Yaş	Eğitim	Antrenörlük deneyimi	İkinci iş	Gelir durumu	Medeni durum	Çocuk
Mustafa	48	Lisans ve üzeri	20 yıl	Var	Antrenörlük geçinmeye yetmiyor.	Evli	Var
Ahmet	28	Lisans ve üzeri	6 yıl	Yok	Antrenörlük geçinmeye yetmiyor.	Bekar	Yok
Hasan	33	Lise	4 yıl	Yok	Sadece antrenörlükle rahat bir hayat sürüyorum	Evli	Yok
Mehmet	36	Lisans ve üzeri	8 yıl	Var	Antrenörlük geçinmeye yetmiyor.	Evli	Yok
Akif	36	Lise	10 yıl	Yok	Sadece antrenörlükle rahat bir hayat sürüyorum	Evli	Yok
Berke	42	Lisans ve üzeri	21 yıl	Var	Sadece antrenörlükle rahat bir hayat sürerim	Evli	Var
İrem	33	Lisans ve üzeri	15 yıl	Var	İki işte birden geçimimi sağlıyorum.	Bekar	Yok
Tarık	43	Lise	25 yıl	Yok	Sadece antrenörlükle geçimimi sağlayabiliyorum.	Evli	Var
Ozan	55	Lisans ve üzeri	20 yıl	Var	Antrenörlük geçinmeye yetmiyor.	Evli	Var
Metem	51	Lise	26 yıl	Emekli	Sadece antrenörlükle rahat bir hayat sürüyorum	Bekar	Yok
Murat	51	Lisans ve üzeri	28 yıl	Var	Sadece antrenörlükle rahat bir hayat sürebilirim	Evli	Var
Sezgin	42	Lise	18 yıl	Yok	Antrenörlük geçinmeye yetmiyor.	Evli	Var
Mahmut	40	Lisans	15 yıl	Var	Antrenörlük geçinmeye yetmiyor.	Evli	Var
Zafer	38	Lisans	16 yıl	Yok	Antrenörlük geçinmeye yetmiyor.	Evli	Yok

Tablo 3.2’de görüldüğü üzere araştırmaya katılan antrenörler 28-55 yaş aralığında ve oldukça geniş bir deneyim skalasındadır. Antrenörlerin büyük çoğunluğu evli ve yarıya yakını çocuk sahibidir. Yalnızca antrenörlük yaparak geçimini sağlayabilenler ile ikinci bir işe ihtiyaç duyanların oranı birbirine çok yakındır. Antrenörler içerisinde on dört kişi araştırmaya katılan spor kulüplerinde antrenörlük yapmaktadır ancak, iki kişi başka kulüplerin A takımlarıyla çalışan deneyimli antrenörlerdir. Bu iki deneyimli antrenör yaralanma ve çocuk haklarına ilişkin dışardan bir bakış açısı sağlamak üzere özel olarak araştırmaya dahil edilmiştir.

Tablo 3.3. Ailelerin Demografik Özellikleri

	Yaş	Eğitim	Meslek	İkinci iş	Gelir durumu	Çocuk
Turan-baba	48	Lisans ve üzeri	Beden Eğitimi Öğretmeni	Antrenörlük	Rahat yaşıyoruz	2 çocuk
Mine-ane	41	Lisans	Öğretmen	-	Çok Rahat yaşıyoruz	Tek çocuk
Hakan-baba	49	Lisans	Mühendis	-	Rahat yaşıyoruz	2 çocuk
Orhan-ane	49	Lisans	Bankacı	-	Çok Rahat yaşıyoruz	2 çocuk
Meltem-ane	45	Lisans	Psikolog	-	Çok Rahat yaşıyoruz	2 çocuk
Osman-baba	51	Lise	Memur	-	Rahat yaşıyoruz	2 çocuk
Semra-baba	50	Lisans ve üzeri	Emekli asker	-	Rahat yaşıyoruz	2 çocuk
Berna-ane	41	Lisans	Polis memuru	-	Rahat yaşıyoruz	Tek çocuk
Beyza-ane	51	Lisans ve üzeri	Akademisyen	-	Çok Rahat yaşıyoruz	Tek çocuk
Onur-baba	42	Yüksekokul	Asker	-	Rahat yaşıyoruz	2 çocuk
Tarkan-baba	43	Lisans	Polis Memuru	-	Çok Rahat yaşıyoruz (iki maaş olduğu için)	2 çocuk
Zarife-baba	45	Lise	Serbest Meslek	-	Orta	2 çocuk

Tablo 3.3’e bakıldığında ailelerin 41-50 yaş aralığında bireylerden oluştuğu görülmektedir. Görüşmelerden yalnızca ikisinde hem anne hem babayla bir arada görüşülmüş diğerlerinde ya anne ya da babayla görüşülmüştür. Ailelerin eğitim seviyeleri genel itibarıyla yüksek olup hepsi birer meslek sahibidir. Neredeyse tamamı yaşamlarını rahat sürdürdüklerini ifade etmiştir.

Katılımcılarla ilgili olarak aktarılması gereken son bir bilgi; katılımcıların mahremiyetinin korunması için bulgular bölümünde gerçek isimler yerinde takma isimlerin kullanılmış olmasıdır.

3.2. Veri Toplama Aracı

Nitel araştırma yöntemini uygularken bazı araçlara ihtiyacımız vardır. Bu araçlar, bizim kullandığımız tekniklerdir. Bu araştırmada da nitel araştırmaya özgü tekniklerinden bir tanesi olan derinlemesine görüşme tekniği kullanılmıştır.

Derinlemesine görüşme “araştırılan konunun bütün boyutlarını kapsayan; bilginin yüz yüze, birebir görüşülerek toplandığı; daha çok açık uçlu soruların sorulduğu ve detaylı cevapların alınmasına imkan veren, karşıdaki kişinin duygu, bilgi, tecrübe ve gözlemlerine ulaşmayı sağlayan bir tekniktir” (45).

Derinlemesine görüşmenin kullanımı; “az sayıda kişiden çok detaylı bilgi toplanmak istendiği, araştırma sorusuna ilişkin yüzeysel bilgiden çok sorun alanındaki kişilerin görüş, düşünce, fikir, bakış açısı ve deneyimlerinin daha önemli olduğunun düşünüldüğü, sosyal gerçekliğin kavranmasında, anlam ve yorumlamanın önemine inanıldığı durumlarda uygundur” (46). Bu araştırmada da yaralanma konusunda araştırma grubunun deneyimleri hakkında derinlemesine bilgi edinilmesi istendiğinden nitel araştırma tekniği olarak derinlemesine görüşme tercih edilmiştir.

Araştırmada bu tekniği uygularken yarı yapılandırılmış görüşme formları kullanılmış, katılımcı gruplarının her biri için farklı görüşme formu hazırlanmıştır (Bkz. Ek 5, Ek 6 ve Ek 7).

Görüşme formlarında yer alan sorular hazırlanırken alanyazın ve araştırma problemi temel alınmış, araştırmacı tarafından hazırlanan sorular tez danışmanı tarafından dışardan bir gözle kontrol edilerek son şekli verilmiştir. Soruların hazırlanmasında kullanılan dört temel bilgi kaynağı; spor yaralanmaları literatürü (2, 3, 7, 12), sporda çocuk hakları literatürü (15, 26, 28, 47), nitel araştırmalarda fenomenolojik yaklaşım ve analiz literatürü (37, 38, 48-50) ve nitel araştırmalarda derinlemesine görüşme literatürü (45, 46) olmuştur. Bu araştırmaya, aile ve antrenörler sporculardan elde edilen verileri teyit edebilmek için dahil edildiğinden görüşme formları hazırlanırken sporcular için oluşturulan sorular diğer katılımcı

gruplarının formları için de temel alınmış ve üç katılımcı grubuna da benzer sorular sorulmuştur. Böylece sporculardan elde edilen verilerin geçerliği sınanmıştır.

İlk olarak sporcuların görüşme formları hazırlanmış, hazırlanan bu ilk taslakla araştırmaya katılan spor kulüplerinden bir tanesinde spor yaşantısını sürdüren ve spor yaralanması yaşamış 14-17 yaş aralığındaki üç voleybolcuya bir pilot uygulama yapılmıştır. Pilot uygulama görüşme soruları ve prosedürlerinin gözden geçirilerek araştırmanın amacına en uygun hale getirilebilmesine olanak sağlayan bir süreçtir (50). Pilot uygulamaya katılan sporculardan bir tanesi küçük takım, bir tanesi yıldız takım ve bir tanesi de genç takımdan seçilerek üçüyle bir arada görüşülmüştür. Bu görüşme sırasında araştırmanın amacına uygun olmayan, sporcuların yaşına uygun olmadığı için anlaşılamayan sorular ve ifadeler tespit edilerek her üç yaş grubunun da anlayabileceği şekilde gerekli uyarlamalar yapılmıştır. Son olarak sporcuların görüşme formlarına son şekli verilmiş ardından aileler ve antrenörlerin formları buna uygun olarak hazırlanmıştır. (Bkz. Ek-2, Ek-3, Ek-4) Bu sürecin her aşaması danışman tarafından takip edilerek gerekli müdahaleler yapılmıştır.

Görüşme formlarının son şeklinde; sporcuların görüşme formunda 31, ailelerin görüşme formunda 26 ve antrenörlerin görüşme formunda 21 soru yer almıştır. Her üç formda da ilk bölümünde katılımcıya ait genel bilgilerin, diğer bölümlerde ise çocuk hakları ve spor yaralanmalarına ilişkin bilgilerin edinilmesine yönelik sorular hazırlanmıştır. Katılımcıların soruları cevaplarken samimi olmalarını ve daha fazla bilgi verebilmelerini sağlamak amacıyla bazı soruların hazırlanmasında dolaylı bir anlatım tercih edilmiştir. Örneğin “Sana çok yüklenildiğini, yapman gerekenden fazla antrenman yaptığını düşünüyor musun?” gibi aynı zamanda yönlendirici de olan böyle bir soru yerine antrenman yoğunluğunun ve çocuğun üzerinde yarattığı baskının daha rahat anlaşılabilmesi için “Antrenman yoğunluğun nasıl? Spor dışında kendine ait bir ilgi alanın var mı?” sorusu tercih edilmiştir. Bunun yanı sıra araştırmacı görüşme formunda yer alan sorulara bağımlı kalmamış, yarı yapılandırılmış görüşme formatına uygun olarak o an için gerekli gördüğü soruları katılımcılara yöneltmiştir. Bu şekilde sorulan sorular ve katılımcıların verdiği yanıtlar da kayıt altına alınarak transkriptlere yansıtılmıştır.

Sorular hazırlanırken Patton (44)’ın önerdiği şekilde katılımcı ile araştırmacı arasında bir bağ oluşmasına, katılımcının kendini rahat hissetmesine ve araştırmacıya

güven duymasına destek olacak ifadeler kullanılmaya çalışılmış, görüşmeler sırasında araştırmacı sıklıkla kendi yaşantısından örnekler vererek özellikle çocuk sporcuların kendilerini rahat hissetmelerini sağlamaya çalışmıştır.

Bu araştırmada yaralanmayı etkileyebileceği öngörülen bir parametre çocuğun takım arkadaşları ile olan ilişkisidir. Bu ilişki hem görüşmeler sırasında sporcular, aileler ve antrenörlere sorulan sorularla irdelenmiş hem de araştırmacı tarafından antrenmanlar sırasında gözlenmiştir. Fenomenolojik araştırmalarda gözlem genellikle görüşmelere temel oluşturma ya da destekleme amacıyla kullanılabilir (51).

Veri toplama süreci müsabaka dışı bir zaman dilimine denk geldiği için araştırmacı müsabakaları izleyememiş yalnızca antrenmanları izleme fırsatı bulabilmiştir. Bu suretle hem sporcuları gözlemlemiş hem de antrenman aralarında, giriş ve çıkışlarında görüşmeleri tamamlamıştır. Ancak araştırmacının yaptığı gözlem informel bir düzeyde olup yalnızca görüşmeleri destekleyici bir bakış açısı sağlamıştır.

3.3. Verilerin Toplanması

Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyon'undan gerekli izinlerin alınmasını takiben veri toplama sürecine başlanmıştır. İlk olarak, Ankara'da faaliyet gösteren ve voleybol altyapı takımları olan spor kulüplerine ulaşılmaya çalışılmıştır. Araştırmanın süre sınırlılığı ve araştırmacının seyahat engeli sebebiyle yalnızca Ankara İli tercih edilmiş, ulaşılan spor kulüplerinde görüşmeyi kabul edenlerle veri toplama sürecine başlanmıştır.

Araştırmaya katılmayı kabul eden altı spor kulübü olmuştur. Ancak bu spor kulüplerinin bazılarında sporcularla değil yalnızca antrenörlerle görüşülebilmektedir. Bazı spor kulüplerinde de ailelerin ve yaralanma yaşamış sporcuların tamamı ile görüşmek mümkün olmamıştır. Bu durumun sebepleri şu şekilde sıralanabilir; (a) spor kulüplerinin birinde araştırmanın veri toplama sürecinde antrenman ve müsabakalara ara verilmiş olmasından dolayı yalnızca antrenör ile görüşülebilmektedir, (b) diğer bir spor kulübünde ise yalnızca küçük takım olması sebebiyle yaralanma yaşamış bir sporcu bulunamamış, burada da yalnızca antrenörle görüşülebilmektedir, (c) spor kulüplerinden bir tanesinde ailelere antrenörler yoluyla ulaşılmaya çalışılmış ve

ailelerinden izin alınamaması sebebiyle görüşülemeyen sporcular olmuştur, (d) kalan üç spor kulübündeki bütün antrenörler ve yaralanma yaşamış sporcularla görüşülmüş ancak bazı sporcuların aileleri şehir dışında yaşadığı için onlarla görüşmek mümkün olmamıştır. Araştırmaya katılan bu spor kulüplerinden dördü en üst ligde voleybol oynayacak ve voleybolu meslek edinecek elit sporcular yetiştirmekte, diğer iki kulüp ise daha amatör düzeyde faaliyetlerini sürdürmektedir.

Araştırmanın planlama aşamasında çocuklarla görüşmek üzere ailelerden izin almak için önce aileler sonra antrenörler ve en son sporcularla görüşülmesi planlanmış ancak yaralanma yaşamış sporcuları belirleyebilmek ve ailelere ulaşabilmek için önce antrenörler, sonra ailelerden telefon görüşmesi yoluyla izin almak suretiyle sporcular, son olarak da ailelerle görüşülmüştür.

Araştırma verilerinin toplanması Mayıs 2016 - Eylül 2016 tarihleri arasında beş aylık bir süreci kapsamıştır. Bu süreçte spor kulüplerinin her birine eşit bir zaman dilimi ayrılmış ancak, yalnızca antrenör görüşmelerinin yapıldığı kulüplerden arta kalan zamanlar kalabalık katılımcı grubunun olduğu kulüplere aktarılmıştır.

Katılımcılarla yapılan tüm görüşmeler araştırmacı ve katılımcının baş başa olabilecekleri şekilde ayarlanmış, katılımcının kendisini rahat hissetmesi için sakin bir ortam seçilmiştir. Görüşmelerden önce bütün katılımcılara araştırmanın amacını anlatan, araştırma süreci ile ilgili bilgi veren ve araştırmaya gönüllü olarak katıldıklarını gösteren onam formları verilerek imzalatılmış, katılımcılar karşılaşacakları soruların içeriği hakkında bilgilendirilmiştir. (Bkz. Ek-5, Ek-6, Ek-7) Bu formların bir nüshası araştırmacı tarafından dosyalanmış bir nüshası ise katılımcıya verilmiştir. Görüşme süreleri; ailelerle 45-90 dakika; antrenörlerle 35-90 dakika ve sporcularla ise 25-60 dakika aralığında olmuştur. Araştırmacı görüşmelerin içerik olarak birbirini tekrar etmeye başladığı ve doyuma ulaştığı noktada hem sporcu, hem aile hem de antrenör görüşmelerini sonlandırmış, başka spor kulübü/katılımcı arayışına girmemiştir.

Ailelerle yapılan görüşmeler için ailelerin evlerine gidilmiştir. Antrenör, sporcu ve aileler zaman kısıtlaması sebebiyle tek bir görüşmeyi kabul edebilmiş, bu sebeple her bir katılımcı ile bir kez görüşülebilmektedir. Ancak antrenörler ve aileler sonradan telefonla aranarak görüşmeler sırasında tam olarak anlaşılammış veya eksik kalmış noktalar tamamlanmıştır. Tüm görüşmeler ses kayıt cihazı ile kayda

alınmış ancak telefon görüşmeleri için elle not alınması dışında herhangi bir kayıt tutulamamıştır.

Araştırmanın başında görüşme yapılan tüm sporcuların aileleri ile de görüşülmesi planlanmış ancak profesyonel spor kulüplerinde oynayan çocukların bir bölümü şehir dışından transfer edildiği ve aileleri Ankara’da ikamet etmediği için bu sporcuların aileleri ile görüşülememiş yalnızca telefon aracılığı ile çocuklarının araştırmaya katılımı konusunda izin alınabilmıştır.

Veri toplama sürecinin ardından ses kayıt cihazına kaydedilmiş olan veriler araştırmacı tarafından kelimesi kelimesine metne aktarılarak transkriptler oluşturulmuş ve bu transkriptler katılımcılara geri yollanarak istedikleri düzeltmeleri yapmaları sağlanmıştır. Metinler katılımcılardan geri döndükten sonra veri analiz sürecine başlanmıştır.

3.4. Verilerin Analizi

Nitel veri analizi, yapılan herhangi bir araştırmadan elde edilen verileri anlamlı bir bütün haline getirme ardından tümevarımsal bir yönelimle verilerin içerisinde saklı anlamları ortaya çıkarmaya çalışma sürecidir (52). Bu araştırmada elde edilen verilerde saklı anlamları ve deneyimleri ortaya çıkarmak üzere veri analiz yöntemi olarak yorumlayıcı fenomenolojik analiz (interpretative phenomenological analysis) kullanılmıştır. Bu yöntemin temel kabulü insanların duygu ve düşünceleri ile dil arasında çok kuvvetli bir bağ olduğu yönündedir (52).

Smith ve diğ. (48) yorumlayıcı fenomenolojik analizi “bireyin yaşam deneyimini anlamak ve belirli bir olay veya süreçle ilişkisini keşfetmek” olarak tanımlamaktadır. Yorumlayıcı fenomenolojik analiz açık ve net bir şekilde belirlenmiş uygulama prosedürüne sahip bir yöntemdir. Katılımcıların deneyimleri arasındaki farklılıkları keşfetmeyi ve tanımlamayı sağlaması bu yöntemi araştırmacılar açısından cazip kılmaktadır. Bu yöntemin tercih edilmesinin en önemli sebeplerinden biri katılımcıların bir olguya ilişkin öznel anlayış ve deneyimlerini ortaya çıkarabilme kapasitesidir (53).

Smith ve diğ. (48)’ne göre yorumlayıcı fenomenolojik analizin kullandığı araştırmaların analiz sürecinde takip edilmesi gereken belli adımlar vardır:

1. Okumak ve yeniden okumak yoluyla temaların araştırılması,
2. Temaların belirlenmesi ve etiketlenmesi,
3. Temaların birbirine bağlanması,
4. Tablolar üretilmesi
5. Diğer vakalarla analize devam edilmesi
6. Elde edilen bulguların yazıya dökülmesi

Yorumlayıcı fenomenolojik analiz yönteminin kullanıldığı bu araştırmanın analiz sürecinde de yukarıdaki adımlar takip edilmiştir.

Öncelikle bilgisayar ortamında oluşturulmuş olan transkriptlerin çıktıları alınmış, çıktılarda metinlerin sağ ve sol tarafında not tutmayı sağlayacak boşluklar bırakılmıştır. Veri analizine ilk olarak sporcularla başlanmıştır. İlk sporcunun transkripti defalarca okunmuş ardından katılımcının kullandığı beden diline ilişkin görüşmeler sırasında alınan notlar, araştırma problemi ile ilgisi olduğu düşünülen söylemler ve katılımcının anlatım dilinde ilginç olduğu düşünülen yerler işaretlenerek transkriptin sağ tarafında bulunan boşluğa notlar alınmıştır (53). İkinci aşamada bu notlar ve işaretlenen bölümler tekrar gözden geçirilmiş, birbiriyle ilişkili olduğu düşünülenler birleştirilerek içerdikleri bilgiyi temsil edecek bir başlık verilmiş, bu başlıklar temalar olarak transkriptlerin sol tarafında bulunan boşluklara not edilmiştir. (53). Üçüncü aşamada tekrar metinlere dönülerek temaların doğruluğu ve metinlerle uyumu kontrol edilmiş, uyumsuz olduğu tespit edilen temalar elenmiştir (53). Ardından temalardan ilişkili olduğu düşünülenler birbirine bağlanmıştır. Dördüncü aşamada tüm temalar ayrı bir kağıda yazılmış ve birbirini kapsayan temalar tespit edilerek tablo haline getirilmiştir (53). Beşinci aşamaya gelindiğinde süreç başa dönmüş ve sayılan bu dört aşama her bir sporcu için tekrarlanmıştır. Sporcuları takiben aynı süreç aileler ve antrenörler için işletilmiştir. Her üç grup için ilk dört aşamanın tamamlanmasının ardından sporcuların kendi içinde, antrenörlerin kendi içinde ve ailelerin kendi içinde birbiriyle kıyaslamaları yapılmıştır. Bu sırada aileler ve sporcular arasındaki tutarlılığa da bakılmıştır. Sonuç olarak her katılımcı grubundan elde edilen temalar kendi içlerinde karşılaştırılıp, birleştirilmiş ve nihai ana ve alt temalara ulaşılmıştır.

Çocuklar için elde edilen ana ve alt temalar;

1. Sporcunun Sosyal Destek Algısı
 - Pozitif Aile Desteği
 - Pozitif Arkadaş Desteği
 - Pozitif Antrenör Desteği
2. Hak İhlalleri
 - Özenli Davranılma Hakkının İhlali
 - Kaliteli Yetişkin Eğitime Sahip Olma Hakkının İhlali
3. Sporcuya Ait Olmayan Beden
 - Negatif Antrenör Davranışları
 - Meslek Olarak Voleybol
 - Normalleştirme
 - Ağrıyla ve Yaralanmayla Oynamak Zorunda Bırakmak/Oynamasına Göz Yummak
 - Yaralanmayı Saklama
 - Her Şeyi Bilen Antrenör
4. Yaralanma Sebepleri
 - Dışsal Faktörler
 - İçsel Faktörler
5. Yaralanma Deneyimi
6. Voleybolun Kazanımları
 - Sporcunun Elde Ettiği Ahlaki ve Sosyal Kazanımlar
 - Sporcunun Hayatın Zorluklarıyla Başetmesini Sağlayacak Kazanımlar

Aileler için elde edilen ana ve alt temalar;

1. Voleybola Yönlendirme Sebepleri
2. Sporcuya Sağlanan Sosyal Destek
 - Pozitif Aile Desteği
 - Pozitif Takım Arkadaşı Desteği ve Pozitif Arkadaşlık İlişkileri
 - Pozitif Antrenör Desteği
 - Ailenin Antrenörle Kurduğu Pozitif İletişim

3. Hak İhlalleri

- Kaliteli Yetişkin Eğitime Sahip Olma Hakkının İhlali
- Başarı İçin Çabalarken Eşit Fırsatlara Sahip Olma Hakkının İhlali
- Özenli Davranılma Hakkının İhlali

4. Sporcuya Ait Olmayan Beden

- Ağrıyla Oynama
- Yaralanmayı Saklama
- Normalleştirme
- Her Şeyi Bilen Antrenör
- Çok Büyük Hedefler

5. Yaralanma Sebepleri

- Dışsal Faktörler
- İçsel Faktörler

Antrenörler için elde edilen ana ve alt temalar;

1. Sporcuya Sağlanan Sosyal Destek

- Pozitif Antrenör Desteği

2. Hak İhlalleri

- Özenli Davranılma Hakkının İhlali
- Kaliteli Yetişkin Eğitime Sahip Olma Hakkının İhlali

3. Sporcuya Ait Olmayan Beden

- Ağrıyla Oynama
- Yaralanmayı Saklama
- Normalleştirme

4. Yaralanma Sebepleri

- Dışsal Faktörler
- İçsel Faktörler

5. Stres-Spor Yaralanmaları Modeli

3.5. Araştırmacının Konumu

Nitel araştırmalarda yazarların kendilerini konumlandırımları, araştırmaya kattıkları önyargıların, değerlerin ve deneyimlerin bilincinde olduklarının bir göstergesidir (50). Araştırmacı kendisini konumlandırırken öncelikle araştırılan olguya dair deneyimlerini aktarmalı, ardından bu deneyimlerin yorumlarını nasıl şekillendirdiğini tartışmalıdır (50).

Bu çalışmanın araştırmacısı, uzun yıllar voleybol oynamış, oynadığı süre boyunca çok sayıda yaralanma yaşamış, profesyonel voleybol yaşantısına geçişinin ikinci yılında da ciddi bir spor yaralanması yaşayarak voleybolu bırakmak zorunda kalmış eski bir sporcudur. Araştırmacı voleybol oynadığı dönemde pek çok antrenörle çalışmış, o zaman için farkında olmasa da çeşitli fiziksel ve duygusal istismar çeşitlerini hem deneyimlemiş hem de bunlara tanıklık etmiştir. Voleybol yaşantısında maruz kaldığı spor yaralanmaları, uzun yıllar boyunca uygulanan yanlış antrenman metotlarının, yaşam stresinin ve yanlış yüklenmelerin sonucu olarak meydana gelmiştir. Araştırmacının yaptığı görüşmeler sırasında hatırladığı ve bu araştırma için çok belirgin bir örnek teşkil eden yaralanma deneyimlerinden bir kısmı kendi ifadeleri ile şöyledir:

“Voleybola ilkokul üçüncü sınıfta İzmir DSİ’de başlamıştım. Altı yıl kadar orada oynadıktan sonra babamı bir trafik kazasında kaybetmemizin ardından Ankara’ya taşındık. Buraya gelince annem beni Vakıfbank spor kulübüne götürdü. Orada bir antrenman beni denedikten sonra takıma almaya karar verdiler. Gelecek vaat eden iyi bir pasördüm. Ancak Vakıfbank çok iyi bir takımdı ve rekabet büyüktü. Antrenörümün ben oraya başlamadan önce yetiştirmeye başladığı iki pasörü zaten vardı, o yüzden bir pasöre değil orta oyuncuya ihtiyacı olduğunu sonradan fark ettim. Bunun üzerine bana sorma ihtiyacı bile duymadan beni orta oyuncu pozisyonuna geçirdi. Pasörlüğü o kadar seviyordum ki bu pozisyondan nefret etmiştim. Hiç istememişim orta oyuncu olmak. Ama ne annem ne de ben oradan ayrılmayı aklımızdan bile geçirmemiştik. Neden bilmiyorum belki kulübün başarısı belki benim orta oyuncu olarak da çok başarılı olmam bilemiyorum. Bildiğim tek şey ne başarı ne de başka bir şey benim o pozisyon

oynamaktan mutlu olmamı sağlayamamıştı. Ve altı yıl boyunca hiçbir yaralanma yaşamamış olan ben, orta oyuncu olarak oynamaya başladıktan sonra büyük bir sıklıkla bilek burkulması yaşamaya başladım. Şimdi düşününce isteğim dışı değiştirilen pozisyonum, babamı kaybedip yepyeni bir hayata başlamak zorunda kalmam, daha önce hiç sığramadığım kadar çok orta oyuncu olarak sığramaya başlamam, her bir bilek burkulmasından sonra daha iyileşmeden sahaya geri dönmek sorunda bırakılmam ve belki daha başka neler neler (...)"

Araştırmacının bu geçmişi bu araştırma açısından hem avantaj hem de dezavantaj olmuştur.

Araştırmacının geçmiş deneyimleri ve alana ilişkin terminolojiye hakim olması, araştırmaya katılan sporcularla empati kurabilmesini sağlamış, antrenörlerle iletişimini kolaylaştırmış ve ailelerin güvenini kazandırmıştır. Bu sayede yapılan görüşmelerde güven temelli bir iletişim kurulmuş, tek seferde fazla miktarda veri elde edilebilmiştir. Yine araştırmacının geçmiş deneyimleri sayesinde katılımcıların güvenini kolaylıkla kazanmış olması ve bu sayede görüşmelerden tek seferde yoğun bilgiler elde edebilmesi; süre kısıtlaması dolayısıyla her bir katılımcı ile bir tek görüşme yapılabilmesi durumunun dezavantaj olmasının önüne geçilmesini sağlamıştır.

Araştırmacının araştırma alanına ilişkin sahip olduğu bilgi birikimi ve geçmişte, alanda yaşadığı sorunların, verilerin yorumlanmasında tarafsızlığını etkileme, yanlı davranma ve yanlı yorumlama gibi olumsuzluklara sebep olması ihtimali de bulunmaktadır. Ancak araştırmanın her aşamasında dışardan bir gözle süreci kontrol altında tutan danışmanın yönlendirmeleri ile bunun önüne geçilmeye çalışılmıştır.

3.5. Geçerlik ve Güvenirlik

Bu araştırmada geçerlik ve güvenirliliğin nasıl sağlanacağına ilişkin bilgi verebilmek için öncelikle nitel araştırmalarda geçerlik ve güvenirliliğin ne olduğu hakkında bilgi aktarımında bulunma gerekliliği vardır. Nitel araştırmalarda geçerlik ve güvenirlilik nicel araştırmalarda olduğunda daha farklı yöntemlerle sağlanmaktadır.

Bunun sebeplerinden bir tanesi nitel araştırmalarda veri toplamak için ölçek kullanılmıyor olmasıdır. Bir diğer sebep ise nitel araştırmaların temel ilkelerinden bir tanesinin gerçeğliğin bireylere ve içinde bulunulan ortama göre sürekli bir değişim içinde olduğu, bu sebeple sosyal olayların tekrarının mümkün olmadığı kabulüdür (32, 33, 51). Bu durumu göz önünde bulunduran bazı araştırmacılar, nitel araştırma yapan kişilerin geçerlik ve güvenilirlik konusunda kendi terim ve stratejilerine başvurmalarını önermektedirler (50). Bu yaklaşımı destekleyen araştırmacılarından Lincoln ve Guba, doğa bilimcilerin kullandığı iç geçerlik, dış geçerlik, güvenilirlik ve objektiflik gibi terimler yerine, inandırıcılık (credibility), aktarılabilirlik (transferability), güvenilebilirlik (dependability) ve doğrulanabilirlik (confirmability) gibi terimler kullanmışlardır (50). Ancak bu araştırmada geçerlik ve güvenilirlik terimlerinin kullanımı tercih edilmiştir.

Nitel araştırmalarda geçerlik araştırmacının araştırdığı olguyu olduğu biçimiyle ve olabildiğince yansız gözlemesi ve araştırma sonuçlarının doğruluğu ile ilgilidir (51). Güvenirlik ise araştırma sonuçlarının ne derece tekrar edilebilir olduğuna ilişkin bir kavramdır (33). Ancak nitel araştırmalar, yukarıda belirtildiği gibi, sosyal gerçekliklerin doğası gereği sürekli değişebilir olması sebebiyle, nicel araştırmalardaki anlamıyla bir güvenilirlik arayışında olmayıp, güvenirlüğün odak noktalarından biri olan tutarlılığın peşindedir. Önemli olan olguların değişebilir olduğunu kabul edip, bu değişkenliği araştırmaya tutarlı bir şekilde yansıtmaktır (51).

Bu araştırmada geçerlik ve güvenirlüğü sağlamak üzere birden fazla yöntem kullanılmıştır. Araştırmanın geçerliğini sağlamak üzere kullanılan yöntemler; çeşitleme, araştırmacı önyargılarının açıklanması, katılımcı teyidi, zengin, yoğun betimleme ve dış denetimdir. Araştırmanın güvenirlüğünü yani tutarlılığını sağlamak üzere kullanılan yöntem ise tutarlık ve teyit incelemesidir.

Araştırmada geçerlik iç ve dış geçerlik olmak üzere iki şekilde ele alınmıştır. İç geçerlik araştırma sonuçları yoluyla gerçeğin doğru temsil edilmediğini, dış geçerlik ise sonuçların dolaylı yollardan başka ortamlara aktarılabilir olup olmadığını göstermektedir (51). İç geçerliği sağlamak üzere çeşitleme, araştırmacı önyargılarının açıklanması, katılımcı teyidi ve dış denetim yöntemleri kullanılırken, dış geçerliği sağlamak üzere ise zengin, yoğun betimleme yöntemi kullanılmıştır.

Çeşitlemede sonuçları ve teorileri destekleyici kanıtlar ortaya koymak üzere çoklu ve farklı kaynaklar kullanarak bulgulara geçerlik kazandırmaya çalışılmaktadır (50). Bu araştırmada veri toplama sürecinde çoklu veri kaynakları kullanılarak çeşitleme yapılmıştır. Görüşmelerde benzer sorular hem sporcular hem onların antrenörleri hem de ailelerine sorularak araştırmanın ana problemi çerçevesinde elde edilen bilgiler üç ayrı kaynaktan teyit edilmeye çalışılmıştır.

Araştırmacı önyargılarının açıklanması, araştırmacının araştırma içerisindeki konumunu ve araştırmayı herhangi bir şekilde etkileme olanağı olup olmadığını göstermesi bakımından önemlidir (50). Bu araştırmanın yöntem bölümünde araştırmacının araştırmaya ilişkin geçmiş deneyimleri, önyargıları ve eğilimlerini açıklıkla aktardığı bir başlığa yer verilmiştir.

Katılımcı teyidinde, araştırmacı araştırmaya katılan bireylerin bulgular, sonuçlar ve yorumların doğruluğuna ilişkin görüşlerini almak üzere katılımcılarla iletişime geçmektedir (50). Bu araştırmada katılımcılarla yapılan görüşmelerin transkriptleri katılımcılara e-posta yoluyla gönderilerek verileri kontrol etmeleri ve gerekli gördükleri değişiklikleri yapmaları istenmiştir.

Dış denetim yöntemi, araştırma konusu hakkında bilgi sahibi, nitel araştırma konusunda uzmanlaşmış başka araştırmacıların hem araştırma sürecini hem de araştırma sonunda elde edilen ürünleri inceleyerek doğruluğunu değerlendirdikleri bir süreçtir (50). Bu araştırmanın başından sonuna kadar bütün aşamaları; görüşme formalarının hazırlanması, katılımcıların belirlenmesi, verilerin toplanması, verilen analiz edilmesi, elde edilen bulgular ve yorumlar tez danışmanı tarafından düzenli olarak yapılan birebir toplantılarla takip edilerek değerlendirilmiştir.

Zengin, yoğun betimlemede araştırmacının katılımcıları, çalışılan ortamı, veri toplama sürecini detaylı bir şekilde betimlemesi istenir. Böylelikle başka araştırmacılar bilgilerin başka ortamlara aktarılıp aktarılamayacağına karar verebilmektedir (50). Bu araştırmada zengin ve yoğun bir betimleme yapılarak diğer araştırmacıların benzer bir araştırmayı başka ortamlara aktarabilmesine imkan sağlanmıştır.

Araştırmanın güvenilirliğini yani tutarlılığını sağlamak üzere kullanılan tutarlık ve teyit incelemesi yöntemi bir uzman tarafından araştırmaya dışarıdan bir gözle bakılarak özellikle veri analizi sürecindeki tutarlılığın kontrol edilmesi ve yapılan

kodlamalarla ulaşılan temaların ana metinlerle uygunluğunun değerlendirilmesi sürecidir (50, 51). Bu araştırmada güvenirliği sağlamak üzere veri analizinin tüm aşamaları nitel araştırma konusunda uzmanlaşmış danışman tarafından kontrol edilerek, temaların ham verilerle uygunluğuna bakılmış ve temalardan ulaşılan yorumların doğruluğu yine ham verilerle karşılaştırılarak teyit edilmiştir.

4. BULGULAR

Bu bölümde araştırmadan elde edilen ham verilerin analiziyle ulaşılan ve yöntem bölümündeki veri analizi başlığı altında verilmiş olan temalar ve alt temalar sporcu, aile ve antrenör için ayrı ayrı olmak üzere ayrıntılı bir şekilde aktarılmıştır.

4.1. Sporculardan Elde Edilen Veriler

Sporcularla yapılan görüşmenin başında ilk olarak voleybola nasıl başladıkları, onları bu spora kimin yönlendirdiği sorulmuştur. Genelde çocukları voleybola beden eğitimi öğretmenlerinin, aile ve yakın çevresinin yönlendirdiği görülmüştür. Bu bulgu yaralanma üzerine yapılan bu çalışmada çocuğun voleybola her koşulda devam etmesinde sosyal ve çevresel faktörün destekleyici önemine işaret etmektedir. Aynı bulguları aile ile yapılan görüşmeler de desteklemiştir. Aile görüşmelerinde ayrıca çocukların voleybola neden yönlendirildikleri de bir tema olarak net bir şekilde ortaya çıkmıştır. Bu tema aileden elde edilen veriler başlığı altında aktarılmaktadır.

Sporcularla yapılan görüşmelerden elde edilen diğer verilerin analizinde sporcunun sosyal destek algısı, hak ihlalleri, sporcuya ait olmayan beden, yaralanma sebepleri, yaralanma deneyimi ve voleybolun kazanımları olmak üzere altı ana tema ve bu altı ana temaya ait alt temalar ortaya çıkmıştır.

4.1.1. Sporcunun Sosyal Destek Algısı

Yapılan görüşmelerde sporcunun spor yaşantısını sürdürürken çevreden önemli bir destek aldığı belirlenmiş, onların spor yaşantısında bu desteğe hem önem verdikleri hem de bu desteği bekledikleri anlaşılmıştır.

Cüneyt: Bir ay uzak kaldım. Daha voleybola da yeni başlamıştım daha yolun başında böyle bir sakatlık beni çok üzdü ve kırdı. Ama ailem arkadaşlarım antrenörlerim hep yanımdaydı.

Orhan: Yani bir hata yaptığınız zaman arkanızda birinin olması hadi oğlum insanlık halidir devam dediği zaman yani sana biri güvendiği zaman ister istemez daha iyi oynuyorsun. Hatayı unutuyorsun ve daha

iyisini yapmaya odaklanıyorsun. Bu gerek takım arkadaşı gerek antrenör olsun ama antrenörümüzün bu tarz destekleri var evet.

Yukarıdaki söylemler çocuğa antrenör, arkadaş, özellikle takım arkadaşları ve aileden gelen desteğin onu oyunda nasıl motive edici bir rolü olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte spor ortamında pozitif desteğin özellikle antrenör ve takım arkadaşları üzerinde odaklandığı ailenin bunların gerisinden geldiği, saha dışındaki yaşantıda ise ailenin birincil pozitif sosyal destek kaynağı olduğu bu araştırmanın veri analizinde ortaya çıkmıştır.

Sporcularla yapılan görüşmelerde destek algısını yaratan faktörler büyük bir çeşitlilikte karşımıza çıkmış, ancak sporcuların çok büyük bir bölümünün maçlar sırasında öncelikle takım arkadaşları ve antrenörün varlığını, ikinci olarak ise ailenin maçlara gelmesini büyük bir destek olarak algıladıkları görülmüştür.

Orhan: Yani maç içinde maça karışabilecek tek kişi ben ve antrenörüm ve takım arkadaşımıdır. Yani tribünde kim olursa olsun oradaki insanın arkamda olmasının bana hiçbir getirisi olmaz. Sonuçta saha içinde hiçbir getirisi olmaz bana maç kazandırmaz. Ama antrenörüm veya takım arkadaşlarım arkamda olduğu zaman onlar bana maç kazandırır.

Osman: Dedim ya babam maçlarıma hep geliyor diye cidden babamın gelmesi bana çok iyi geliyor. Hep yukarda zaten karşımda olur ben duruyorum arada babama bakıyorum falan böyle bazı şeyleri daha iyi yapmamı sağlıyor.

Sporcuların sosyal desteğe bu kadar önem vermelerinin yanında üç katılımcı grubunda da yetersiz sosyal destek algısının yaralanmaya doğrudan etki eden bir faktör olduğuna dair bir bulgu elde edilememiştir. Özellikle sporcuların bir bölümü sorunlarla baş etmede sosyal destek algısından çok kişinin özgüvenin etkili olduğunu ifade etmişlerdir. Meltem'e sorulan "Ailenin tribünde olması sana destek oluyor mu, heyecanını azaltan bir faktör oluyor mu?" sorusuna verdiği aşağıdaki yanıtı bu duruma verilebilecek örneklerden biridir.

Meltem: Yani o bana kalmış bir şey onun tribünle alakası olduğunu düşünmüyorum. O bence özgüvenle ilgili bir şey. Eskiden tam tersi arkadaşlarımın izlediği maçlarda heyecanlanırdım sonra alıştım.

Sosyal desteğin eksikliğinin yaralanmayı ancak temel bazı yaralanma sebepleri ile bir arada etkileyebildiği ortaya çıkmış, bu temel sebepler ayrı bir tema halinde aktarılmıştır.

Sporcudaki sosyal destek algısını yaratan taraflar arkadaşlar, aile ve antrenördür. Bunlar pozitif destek olarak aşağıda ele alınmaktadır.

Pozitif Arkadaş Desteği

Sporcularla yapılan görüşmelere bakıldığında sosyal destek algısını yaratan taraflardan biri olan arkadaşların, sporcunun yaşamında, araştırmanın başlangıcında alanyazın çerçevesinde düşünöldüğünden, çok daha önemli bir yeri olduğu anlaşılmıştır. Özellikle takım arkadaşlarını yaşamlarında çok önemli pozitif bir destek olarak gören sporcular için, bu arkadaşlıkların kardeşlikten farksız olduğu görölmüştür.

Semra: Arkadaşlarımın olduğunu bilmek ekstra rahatlatıyor yani. Konuşamayacak olduğumu bilsem bile hani o an mesafe gereğidir, onlar olunca nasılsa yanımda olacaklar rahatlayabileceğim diye.

(...)

ama buradakiler zaten ailemiz gibi oldular yani en yakın arkadaşlarımız zaten buradakiler oluyor.

Mine: Benim ikinci sınıfta beraber voleybola başladığım İ. diye bir arkadaşım şu an hala beraberiz benim en iyi arkadaşım hatta kardeşim diyebilirim. Ailecek de sürekli birlikteyiz, şöyle şöyleyim İ. ile voleybol sayesinde çok daha fazla yakınlaştık, hatta ikimiz de liberoyuz ama birbirimize çok destek oluyoruz. Hayatımız birlikte geçiyor zaten. Bunun dışında bizim voleyboldan beşli bir kız grubumuz oldu. Biri bıraktı ama hala çok yakınız. Siz de biliyorsunuz sahada paylaştığımız şeyler çok ayrı oluyor hele ki turnuvalarda çok ayrı şeyler paylaşıyoruz. Bu arkadaşlarım mesela ben okulda bir sıkıntı yaşadım bu ara bu konuda bana inanılmaz destek oldular öyle böyle değil. Voleybol bana böyle iyi arkadaşlar kazandırdı.

Ortalama 10-12 yaşlarında spor yaşantılarına başlayan katılımcı grubunun çok az bir kısmının takım dışında iyi arkadaşlıklar kurabildiği anlaşılmış,

zamanlarının çok büyük bir bölümünü spor ortamında geçirdikleri için en yakın arkadaşlarını genellikle takım içinden seçtikleri görülmüştür. Arkadaşlarını ve antrenörlerini ailelerinden bile çok gördüklerini dile getiren sporcuların bu durumu normal karşıladıkları söylemlerinden anlaşılmıştır.

Araştırmacı: En yakın arkadaşların nerede şu anda?

Cüneyt: Takımda

Sporcuların takım arkadaşlarından aldıkları desteğe ilişkin en belirgin tanımları; “arkadaşlarla iyi vakit geçirme”, “onların desteğinin rahatlatması”, “takımda kurulan arkadaşlıkların çok daha samimi olması”, “dikkati toplamada arkadaş desteğinin çok etkili olması”, takım arkadaşlarının hep yanında ve kolay ulaşılabilir olması” ve “bir yerden sonra aile gibi olmak” şeklinde olmuştur. Bu söylemler bir takımın parçası olmanın çocuk için ne kadar anlamlı olduğunu göstermiştir.

Onur: Zaten biz bir takımız bir amaç uğrunda herkes, beraberliğin bozulmasını da kimse istemiyor. Uyumlu da biz takımız bence, o yüzden bir sorun olduğunda herkes, çünkü bir kişi bile aksasa ya da morali kötü olsa takıma yansıyor bu. O yüzden herkes bir çözüm üretmeye çalışıyor birinin bir derdi olduğunda.

Özellikle ailesi şehir dışında yaşayan çocuklar için en büyük desteğin öncelikle takım arkadaşları ikinci olarak antrenörleri olduğu görülmüştür.

Cüneyt: Evet aynen kesinlikle her şeyi anlatıyorum. Mesela arkadaşımı odama çağırıyorum kapatıyoruz kapıyı beraber dertleşiyoruz. İçimi döküyorum o da çözüm bulmaya çalışıyor iyi oluyor içimde kalmıyor. Paylaşmak rahatlatıyor beni.

Dikkati çeken diğer bir bulgu ise yaşı daha büyük olan erkek sporcuların en büyük desteği kız arkadaşından aldıklarını söylemeleri olmuştur.

Faruk: Ya bizim bebelerle değil de kız arkadaşım ile konuştuğum zaman, hani insan sevgiye ihtiyaç duyar ya onun gelip bir başını sevmesi bile hani sen yatıyorsun ona anlattığında rahatlıyorsun yani. Arkadaşlarıyla konuştuğunda ya geçer modunda olduğun için o zaman unutuyorsun ama eve gidince yastığa kafanı koyduğunda yine

hatırlıyorsun ama kız arkadaşşıma anlattığıın zaman geçiyor yani öyle çok fazla bir şey yok.

Bu alt tema altında elde edilen bulgulara göre sporcuların büyük çoğunluğunun yeterli arkadaş desteğine sahip olduğu anlaşılmıştır.

Pozitif Aile Desteği

Ailenin pozitif desteğinin özellikle sporcunun saha dışındaki yaşantısında ve stres yaratan yaşam olaylarında çok etkili olduğu bu alt temada elde edilen en temel bulgudur. Sporcular için antrenmanlarda veya maç sırasında sahada aile desteğinin fazla bir anlam ifade etmediği ancak saha dışındaki, voleybol yaşantısı olsun özel hayatı olsun, diğer konularda en büyük desteklerinden birinin çoğunlukla aileleri olduğu sözlerinden anlaşılmıştır.

Meltem: (...) çünkü benim ailem dışında başka aile olsa artık otobüsle mi gidiyorsun antrenmana dolmuşla mı gidiyorsun sen bilirsin derdi 😊 Annem mesela geçen sene Türkiye finallerinde bizim antrenman yaptığımız sırada tribünden uçtu ve ayağını kırdı platin falan takıldı. Ve hala benimle antrenmana geliyor. Alçıyla beni antrenmana getirdi. Onun yerinde başka bir anne olsa git ne halin varsa gör diyebilirdi ya da babama paslayabilirdi. Benim ailem bu konuda çok destekçi ki spordan geliyor olmaları benim için çok büyük avantaj. Motivasyonum düştüğü zamanlarda çok destek oluyorlar.

Semra: İşte son bir yıla kadar hiç paylaşmazdım çok kızarlardı bana hani anlat yardımcı olalım suratını düşürme bizi de kötü yapıyorsun diye. Şu son bir yılda her şeyimi paylaşabildim. Mesela İrem ablayla bir şey geçer aramızda çok üzülürüm o an anlatamam ama sonrasında anlatabiliyorum artık ve onlar da yardımcı oluyor. Bu alışkanlığımı zaten edinmeseydim şu an muhtemelen sporun getirdiği strese yenik düşerdim. Mesela turnuvalarda çok baskı oluyor.

Sporcuların söylemlerine bakıldığında büyük çoğunluğunun yeterli aile desteğine sahip olduğu görülmüştür.

Tarkan: Ailem sonuna kadar destekliyor zaten, spora gitmem için her şeyi yapıyor. Masraflardan da kaçınmıyor. Hep sporla beraber

olmamı, sağlıklı olmamı istiyorlar. İleride bir şey olamasan bile spor yapmış olursun diyorlar. Ailem sonuna kadar arkamda, sadece annem babam değil anneannem dedem diğer dedem herkes.

Özellikle ailenin çocuklarının maçlarını takip etmesi, çocuğu antrenmanlara getirip götürmeleri, çocuğun ailesiyle her şeyini konuşabileceğini, konuşmasa dahi, bilmesi, voleybol yaşantısına ailenin maddi manevi destek olması ve kararlarına saygı duyması, zor günlerinde ailenin hep yanında olması, yaralanınca her türlü desteği sağlamaları, problemleri karşılıklı konuşarak çözmeye çalışmaları, ailenin çocuğun spor yaşantısı ile ilgili büyük beklentilere girmemesi ve ailenin çocuğuyla gurur duyduğunu belli etmesi en temel pozitif aile desteği biçimleri olarak karşımıza çıkmıştır.

Onur: Maçlarımı olabildiğince takip ediyorlar gelmek istiyorlar. Gelip antrenörümle görüşüyorlar. Spor açısından bazı aileler genelde ülke içinde spora biraz şey yaklaşıyorlar ama beni çok desteklediler yani.

Hakan: Tabi. Onlar da voleybolcu olmamı istiyorlar çünkü bu sporu yaparken benim mutlu olduğumu biliyorlar. İleride benim kendi düşüncelerim olduğunu biliyorlar hani voleybolcu olmaya dair o yüzden destekliyorlar beni.

Semra: Tabi ki ben bugüne kadar az sakatlanmadım, hep destek oldular yanımda oldular. Mesela bıraksam üzülürler ama bırakma da demeyebilirler. Sonuçta bütün nazımı onlar çekiyor. Ağlıyorum onlar çekiyor, gülüyorum yine onlar çekiyor. Ama yine destek oluyorlar yani zor günlerde falan hep yanımda oluyorlar.

Pozitif Antrenör Desteği

Sporcularla yapılan görüşmelerden sporcuların tamamının antrenörünü yaşamında bir destek olarak gördüğü anlaşılmıştır, ancak çoğunluğunda bu desteğe ilişkin algı, arkadaş ve ailenin önüne geçememektedir. Bu durum için istisna yaratan bir ortam maçlar sırasında saha içindeki birlikteliktir. Sporcu sahada en büyük desteğini antrenör olarak görmekte ve bunu çeşitli şekillerde ifade etmektedir. Bu algının en büyük kaynağının ise antrenörün voleybol bilgisine ve yaşanmışlığına olan

inanç olduğu anlaşılmaktadır. Ailelerle yapılan görüşmeler de bu bulguları destekler niteliktedir.

Koray: Bana en son sen istediğin kadar kötü oyna ben senin arkadayım demişti o bana çok iyi gelmişti. Takım olarak da sporda başarılı insanlardan örnekler veriyor işte fakir birinin gidip olimpiyat şampiyonu olması gibi biz de daha bir hırslanıyoruz.

Onur: (...) Voleybol açısından doğru buluyoruz çünkü daha çok yeniyim. Senelerdir oynamış ve antrenörlük yapmış birisi voleybol anlamında aslında hayat anlamında da bizden yaşça büyük birisi yani sözüne ben güveniyorum yani dinliyorum dikkat ediyorum.

Sporcuların gözünden antrenörün sağladığı destek genellikle aşağıdaki şekillerde ifade bulmuştur.

- Bir sorun olduğunda hemen antrenörüne danışabilmek,
- Yaralanmalar sırasında antrenörün çok fazla destek olması,
- Antrenörün sporcuyu iyi tanınması ve hareketlerinden bir derdi olduğunu anlaması,
- Antrenörün sporcudaki dikkat dağınıklığını fark ederek hemen müdahale etmesi (ki bu yaralanmaların önlenmesi bakımından önemli bir bulgudur)
- Antrenörün ailevi problemlerde yardımcı olmaya çalışması,
- Antrenörün sporcuya güvendiğini hissettirmesi,
- Antrenörün tavırlarının gerçek bir abla ya da abi gibi olması,
- Şehir dışından gelen çocukların antrenörlerini bir baba figürü olarak görmeleri
- Antrenörlerin kendi hataları konusunda çocuklarla iletişime açık olması,
- Antrenörün takım içerisinde birlik ve beraberliği sağlaması ve
- Antrenörün maç öncesindeki toplantılarda yaptığı konuşmalar.

Orhan: Yani hata yaptığınız zaman arkanızda birinin olması hadi oğlum insanlık haldir devam dediği zaman yani sana biri güvendiği zaman ister istemez daha iyi oynuyorsun. Hatayı unutuyorsun ve daha

iyisini yapmaya odaklanıyorsun. Bu gerek takım arkadaşı gerek antrenör olsun ama antrenörümüzün bu tarz destekleri var.

Cüneyt: Sen bunu yaparsın, ben sana inanıyorum, sen bunu başaracak bir insansın gibi şeyler. Aferin beyler falan böyle gidin. Bunlar beni çok motive ediyor. İyi oynamamı sağlıyor.

Osman: Ya antrenör sporcu ilişkisinden biraz daha öte bence. En azından ilgileniyorlar cidden ilgileniyorlar ve bu kadar sporu varken cidden bence iyi bir şey yani. Sadece biraz fazla sorumluluk yükleniyor gibi hissediyorum ama yani o da biraz şeyden herhalde, hep iyi bir şeyler bekleniyor ya sürekli.

4.1.2. Hak İhlalleri

Araştırma verilerinin analizinde ortaya çıkan ana temalardan bir tanesi sporda hak ihlalleri olmuştur. Hak ihlalleri araştırmacının karşısına sporcu, aile ve antrenör için ortak bir tema olarak çıkmış ancak her katılımcı grubunun konuya ilişkin algıları ve yorumları yer yer farklılık göstermiştir. Verilerden, voleybol altyapı ortamında çocuk haklarına ilişkin çok çeşitli ihlallerin olduğuna dair bilgiler barındırdığı görülmüş, ancak bu bilgilerden sporda çocuk hakları bildirgesi ile uyumlu olup yaranılmaya gidişi hızlandıranlar bu araştırma kapsamına alınmıştır.

Özenli Davranılma Hakkının İhlali

Bu alt tema bize başarı baskısı ve ailenin negatif davranışlarının çocuk üzerinde yarattığı zarar verici etkiler ve bu etkilerin sebep olduğu çocuğa özenli davranılma hakkının ihlaline ilişkin bulgular vermiştir.

Sporculara başarı baskısı hakkındaki düşünceleri sorulduğunda verdikleri cevaplardan, baskı hissetmediğini söyleyen birkaç çocuk hariç, hepsinin az ya da çok çeşitli şekillerde başarı baskısına maruz kaldığı anlaşılmış, ancak üzerlerindeki başarı baskısının çok fazla farkında olmadıkları görülmüştür. Konu hakkında farkındalığı yüksek birkaç sporcu dışında, diğerleri, başarı baskısından çok etkilenmediklerini ifade etmişlerdir. Ancak farkında olmadan dile getirdikleri bazı ifadelerinden, bir başarı baskısına maruz kaldıkları anlaşılmıştır.

Turan: Başarısız olmaktan etkileniyorum. Antrenmanlara gelmekte voleybol oynamakta zorlanmıyorum ama kendimle çok mücadele ediyorum niye böyle oldu diye, psikolojik olarak çok yıpratıyorum kendimi.

Çocukların başarı baskısına ilişkin genel tanımlamalarında; kazanmanın ne kadar önemli olduğunu, emeklerinin karşılığını almak zorunda olduklarını, hedeflerine ulaşmak için mutlaka kazanmaları gerektiğini, önemli maçların büyük stres kaynağı olduğunu ve antrenörün beklentilerini karşılayamamanın onlar için psikolojik anlamda yıkım olduğunu dile getirmişlerdir. Sporcuların söylemlerinden başarı baskısının hem antrenör ve aile gibi dışsal faktörlerden hem de gelecek kaygısı gibi içsel faktörlerden kaynaklandığı anlaşılmıştır. Başarı baskısının en yoğun olarak final maçlarının olduğu dönemlerde kendini gösterdiği sporcuların ve antrenörlerden Murat'nın aşağıdaki söyleminde ortaya çıkmaktadır.

Murat-antrenör: Şimdi bizim iki tane sakatımız var o anlamda. Bir tanesi son turnuvada tabi artık burası liseler dünya şampiyonasına gidiş turnuvası olduğu için inanılmaz bir motivasyonla gidiyorlar. Hani kanlarının son damlasına kadar oynuyorlar. Orada çok uzağa giden bir topa koştu topu yakalamak için. Orada bacağında bir esneme oldu.

(...)

Araştırmacı: Peki başarılı olmak çok önemli mi senin için yoksa sadece voleybol oynuyor olmak yetiyor mu sana? Ya da üzerinde başarı baskısı var mı diyeyim?

E: Bazen.

Araştırmacı: Peki bu olduğu zaman nasıl etkiliyor seni?

Sezin: Genelde kötü etkiliyor. Zaten öyle hissettiğim maçlar ya final maçları oluyor ya çapraz maçlar oluyor. Zaten grup maçlarında eğlenmemize bakıyorum eğlenmek için oynuyoruz zaten öyle olunca iyi sonuçlar alıyoruz. Ama final maçı gibi maçlarda onlarda hiç hata yapmamam gerekiyor diye bir düşünce oluyor bende öyle olunca da normalden daha fazla hata yapabiliyorum çünkü stres yapıyorum (...)

Yani dikkatimin dağınıklığından dolayı hiç sakatlanmadım. Sadece şey olmuştu, geçen hafta Sırbistan'la final maçı oynuyoruz ben yine iyi oynamam hata yapmamam gerekiyor diye düşünüyorum, iyi blok yapmam lazımla gittim bileğimi burktum mesela.

(...)

Araştırmacı: Zaman zaman üzerinde başarı baskısı hissediyor musun?

Berna: Özellikle final grubu maçlarında herkes hissediyor.

Başarı baskısının yaralanmaya zemin hazırlayan fiziksel boyutta yarattığı problemler, sporcuların kendi bedenlerine ve antrenörlerin sporcuların bedenlerine aşırı yüklenmeleri ile tezahür etmekte, psikolojik boyutta ise aşırı konsantrasyon sonucu yaralanmaya yatkın hale gelmek gibi sonuçlar doğurmaktadır.

Çocuğa özenli davranılma hakkının ihlali sonucunu doğuran diğer bir faktör negatif aile desteğidir. Ailenin çocuğun spor yaşantısı hakkında çok fazla yorum yapması, çocuğu voleyboldan başka bir şey konuşamaz hale getirmesi, her fırsatta ekstra antrenman yapması konusunda üzerine gitmesi, maçta yaptığı hatalardan dolayı evde çocuğa bağırması ve rencide edici ithamlarda bulunması, yedeğe düşünce çalışmamakla suçlaması ve ailenin hedeflerinin çocuktan yüksek olması çocukların en çok karşılaştıklarını söyledikleri negatif aile davranışları olmuştur.

Zarife: Ama bazen maçta bir hata yapıyorum sonra evde bana bağırırlar falan, ben de ya biliyorsan kendin oyna diyorum. Bazen gıcık oluyorum.

Semra: Bazı şeyleri beni rahatsız eder. Mesela ikinci libero olursam hemen sorar antrenmanda mı çalışmıyorsun diye ya da sen oldun mu zannediyorsun arkanda forma için bekleyen yok mu demişliği var bana ki ben asla oldum moduna girmem aksine hep kaygım vardır formamı kaybedersem diye.

Osman: Oluyor ya zaten her arabaya bindiğimizde voleybol muhabbeti oluyor şöyle yap böyle yap diye e ben biliyorum zaten ne yapmam gerektiğini o üsteleyince daralıyorum. Ben söylüyorum üsteleme diye de tutamıyor kendini her seferinde konuşuyor yani.

Sporcular bu davranışların zaman zaman kendilerini spordan soğuttuğunu ve dikkatsiz hale geldiklerini ifade etmişlerdir. Ayrıca yine söylemlerinden ailelerin bu

tarz davranışlarının çocukların kendilerine hem fiziksel hem de duygusal anlamda fazla yüklenmelerine sebep olduğu anlaşılmıştır.

Meltem: Yani fazla karışmak değil de ben bu sene üniversite sınavına hazırlandım ve bana bir kere ders çalış dediklerini duymadım ama bugün boş günün ekstra mı alsan koşuya mı çıksan gibi konuşmalar oluyor. Bir zamandan sonra ben ekstra aldım, ben koşuya gidiyorum gibi ben artık kendim gider oldum.

(...)

Ben mesela bu tatile gittim ve muhteşem bir şeydi, çünkü annem babam yok, düşünmem gereken bir şey yok yanımda köpeğim vardı. Ben en huzurlu günlerimi geçirdim. Yanımda köpeğim var ve yatıyorum. Spor da çok yapmadım, voleyboldan hiç konuşmadım ve bu beni çok rahatlattı. Bilerek telefonumu kapadım çok güzeldi.

Kaliteli Yetişkin Eğitime Sahip Olma Hakkının İhlali

Bu alt tema kapsamında sporcuların kaliteli yetişkin eğitime sahip olma haklarının çeşitli şekillerde ihlal edildiği ve bu durumun onları yaralanmaya açık hale getirdiği görülmüştür.

Bu kapsamda sporcu söylemleri içerisinde en çok karşılaşılan durumlar; antrenörün yeterli bilgi, beceri ve deneyime sahip olmaması; deneyim eksikliği sebebiyle sporcuya kendine güvenilmediğini hissettirmesi; hataları her zaman kızarak ve bağırarak dile getirmesi; sporcuyu diğer sporcularla kıyaslaması ve en önemlisi sporcunun yeteneğine ve olgunluk düzeyine uygun antrenman yapma hakkını ihlal etmesi olarak karşımıza çıkmıştır.

Sporcuların yaralanma şekillerine bakıldığında bu sayılanlar içerisinde yaralanma bakımından en önemlisi, sporcunun yeteneğine ve olgunluk düzeyine uygun antrenman yapma hakkının ihlal edilmesidir. Antrenörlerin çoğu durumda çocuğun bedenine dinlenme şansı tanımadan ve çocuğun spor yaşantısındaki olgunluk düzeyini hesaba katmadan aşırı yüklenmelerle bu hakkı ihlal ettikleri anlaşılmıştır.

Semra: Mesela sakatlığımdan örnek vereyim ben 8. Sınıftayken smaçör oynarken omzum sakatlanmıştı çok fazla yüklenmekten sonra

fizik tedaviye gittim uzun süre de omzumu kullanmadım ama hala geçmedi ağrıları.

Sezin: Sonra karın kasım yırtıldı benim 1,5 ay oynayamadım. Normalde belli bir antrenman tempomuz vardır ama turnuvadan iki hafta önce antrenörümüz aşırı yüklenme yaptı. Benim de burada bir acı oldu. Söyledim acıyor abi diye dinlemedi bir şey olmaz dedi. Tamam dedim 5 gün sonra ayakta duramaz hale geldim. Doktora gittik karında büyük bir yırtık gördü. Zorlamadan dolayı oluşmuş. Sonra 1,5 ay boyunca koşmam bile yasaktı evde dinlendim sonra geçti.

4.1.3. Sporcuya Ait Olmayan Beden

Sporcularla yapılan görüşmelerde en dikkat çekici bulgulardan biri, zaman içerisinde sporcunun bedeninin çeşitli şekillerde kendi kontrolünün dışında faktörler tarafından yönlendirildiğinin görülmesidir. Bazı sporcuların daha spora başlarken kendi istekleri dışında yönlendirildiği ancak zaman içerisinde yaptıkları spor branşını çok severek bırakmayı akıllarından bile geçiremez hale geldikleri gözlenmiştir. Bu durum zaman zaman sporcuyu kendi bedeninin kontrolünün, farkında olmadan aile ve antrenör gibi diğerlerine vermeye mecbur bırakmıştır. Bu yönlendirmeler, araştırmada, yaralanma sürecine/deneyimine katkıda bulunan gelişmeler olarak değerlendirilmiştir.

Negatif Antrenör Davranışları

Antrenörlerin bazı negatif davranışlarının, sporcuların bedenleri üzerinde hakimiyet kurmalarını kolaylaştırdığı araştırmadan elde edilen çarpıcı bulgular arasındadır. Örneğin; antrenörün sporcuya psikolojik baskı uygulamakta olduğu ve bunu iyiliği için yaptığını sporcuyu inandırdığı anlaşılmıştır. Antrenörün öne sürdüğü gerekçeler, “bağırıyorum çünkü senin gelişmeni istiyorum”; “bu davranışlarım senin ileride baskıyla baş etmeni sağlayacak” gibi söylemler içermekte, bu şekilde sporcuyu kendisine inandırmaktadır.

Görkem: İlk başta mesela Maraş’tan geldim ailem beni azarlamaz falan ama buraya geldiğimde antrenörüm daha iyi şeyler yapmam için

beni azarlıyordu ama ilk başladığımda bunu şey yapamıyordum hani anlayamıyordum ilk başta ama zamanla benim iyiliğim için bir yerlere gelmem için olduğunu anlıyor insan

Sporcuyu kendi bedenine yabancılaştıracak şekilde psikolojik baskıya maruz kalmasını sağlayan diğer negatif antrenör davranışları; sporcu antrenörün beklentisinin altında oynadığında ne kadar hayal kırıklığına uğradığını ifade ederek sporcuyu baskı altına almak ve herkesin içinde rencide edecek şekilde sporcuya bağırarak karşıma çıkmaktadır.

Turan: En çok onu üzdüğüm zaman üzüliyorum, onun beklentisini karşılayamadığım zaman.

Faruk: Köşe oyuncularını bizim köşe oyuncumuz var B. çok güçlü olmasa da çok zeki oynayan bir çocuk. Mesela şey demişti aklımdan hayatta çıkmaz çok iyi bilek yapmıştı ben de bravo bileğin demiştim ona. Antrenör beyinden mi bahsediyorsun sen demişti. O zaman var ya dibe vurmuşum bir de turnuvadan bir hafta önce miydi turnuvaya gidene kadar atlatamamışım. Turnuvaya gidince unutup da.

Cüneyt: Geçen sene şampiyonaya yakın bir zamandı, şampiyonaya hazırlanıyorduk. Ben bir hata yaptım işte antrenörüm tarafından biraz hakaret yedim. (...) Orada bayağı üzüldüm. Hatta o sıra tam da arkadaşımın vefat ettiği zaman denk gelmişti. Yani antrenman sonunda dayanamadım gözlerim falan kızardı dayanamadım antrenörlerime falan söyledim bunu.

Semra: Nasıl söyleyeyim benden çok şey bekliyor ve beklentisinin altında oynadığımda onu bir şekilde dile getiriyor zaten ve hani diğerlerinden farklı kızabiliyor biraz öğle olunca çok üzüliyorum. Hani kötü oynadım İrem abla ne diyecek bu sefer bittim gibi bir şey oluyor hep ama hani kızmasından korktuğum için değil çok sevdiğimden. Antrenörümden fazla benim için bir abla olduğu için beklentisini karşılayamadığımda söylediği sözler sinirle söylese de üzüyor beni.

Semra'nın bu sözleri, antrenörün beklentilerini çocuğa yoğun şekilde yansıtarak farkında olmadan sporcunun üzerinde nasıl bir baskı oluşturduğunun görülmesi bakımından çarpıcı bir örnektir.

Meslek Olarak Voleybol

Araştırmaya katılan sporcuların çok büyük bir kısmı voleybolu meslek olarak seçmeyi düşündüklerini ifade etmişlerdir. Yapılan spor meslek olarak seçildiğinde farklı bir boyut kazanmakta başarı baskısı bu işi keyif almak için yapan çocuk sporculara göre büyük ölçüde artmaktadır. Bu fark bu araştırmanın bulgularında voleybolu meslek edinmeyi düşünen ve düşünmeyen çocuklar arasında çok net bir şekilde ortaya çıkmıştır. Örneğin Canan kendini “başarı baskısı hissetmiyorum ama kimse kaybetmek için oynamaz tabi” şeklinde ifade ederken voleybolu meslek olarak seçmeyi aklına koymuş olan ve oynamak istemediği bir pozisyonda oynamak zorunda bırakılan Meltem “(...) gerçekçi olmak lazım bana sorsalar ne oynamak istersin diye tabi ki smaçör oynamak isterim ama geleceğe doğru bakınca, ben ciddi bir hedef koydum (...)” sözleriyle her şeyin nasıl farklı bir boyut kazandığını ortaya koymaktadır. Meltem voleybolu meslek olarak seçtiği andan itibaren artık kendi bedeni üzerindeki kontrolünü kaybetmiş ve kariyerinde ilerleme sağlayabilmek için başkalarının kendi adına verdikleri kararları uygulamaya ve yönlendirmeleri kabul etmeye başlamıştır.

Bu araştırmada, benim ilerideki mesleğim artık voleybol diyen bir sporcunun karşılaştığı bazı durumlar; voleybol oynamak için kendinden fedakarlık yapmak, çok sevdiği için her şeye katlanmak ve sporcunun kendi bedeni üzerinde söz sahibi olmaması olarak karşımıza çıkmıştır.

Voleybol oynamak için kendinden fedakarlık yapan çocuk için tek hayatın voleybol olduğu, spor ve okul dışındaki sosyal yaşantısının sınırlarının çok büyük ölçüde daraldığı görülmüştür.

Meltem: Şimdi şöyle voleybol biraz fedakarlık gerektiriyor ki ben çoğu arkadaşımdan fedakarlık yapmak zorunda kaldım. Çünkü sporun içinden olmayan arkadaşlarım benim kadar profesyonel bakamıyorlar, benim eğlendiğimi göremiyorlar. Bu yüzden bir sürü

arkadaşım ile artık görüşmüyorum. İki üç tane arkadaşım kaldı onlar da sağ olsunlar artık anlayış gösteriyorlar.

Cüneyt: Ya bu da işin cilvesi yani buna katlanmak zorundayız iyi bir yere gelmek istiyorsak

Bu çocukların voleybol dışında başka bir hayatları olmamasına aldırış etmedikleri, baş edemedikleri şeyleri bir şekilde normalleştirmenin yolunu buldukları söylemlerinden anlaşılmıştır.

Zarife: Aileme de kendime de çok az vakit ayırabiliyorum ama çalışmadığın an rakiplerin çalışıyor, onu düşününce de daha bir çalışsın geliyor, kendine vakit ayıramıyorsun bu sefer ama yoğun yani.

Sporcuların bu uğurda yaptıkları diğer fedakarlıklar; kulübün anlaşmalı okullarında okudukları için okul değiştirmek zorunda kalabilmek ve yapmak istemediği şeylere yapmaya zorlanmak şeklinde ortaya çıkmıştır.

Sezin: Mesela turnuvada oluyor şehir dışında maçtan sonra gidin odada yatın deniyor ama ben mesela bu yapıda değilim yatarsam daha kötü oluyorum ama bunu onlara söylemiyor dediklerini yapıyorum. Sonra da ayılmaya çalışıyorum uyuduktan sonra.

Son olarak voleybolun meslek olarak seçilmesiyle birlikte gelen bir başka olumsuzluk; sporcunun kendi bedeni üzerindeki söz hakkını kaybetmesiyle, kendi isteği dışında ve sebebi açıklanmadan oynadığı pozisyonun değiştirilmesi ve bu durumun yaralanmayla sonuçlanması olmuştur. Antrenör görüşmeleri de bu bulguyu destekler niteliktedir.

Onur: Ya benim sakatlığım ile alakalı; okul takımında benim mevkiim değişti ben pasör çaprazı oynamaya başlamıştım. Yani tekniğim de aslında doğruyu söylemek gerekirse pekiyi değil benim. Orta oyunculuktan alışkanlık erken giriyordum zaten topa top gerimde kalıyordu, sürekli belimi kırıyordum, ondan sonra zaten başladı. Okul takımı finallerimiz bitti zaten tedaviye başladık biz de.

Zafer – antrenör: (...) mesela çocuk pasör olmak istiyor antrenör onu smaçör yapıyor. Burada çocuğun önünü kesmiş oluyorsun ve bunun yarattığı isteksizlik de sakatlığa yol açan bir durum oluyor aslında.

Aslında Canan'ın şu sözleri sporcuların voleybolu meslek olarak seçmekle karşılaştıkları olumsuzlukları en sade ve çarpıcı şekilde özetlemektedir: “Hedefim var tabi olmasa bu kadar şeye dayanmam sonuçta”

Normalleştirme

Antrenör ve sporcularla yapılan görüşmelerde her ikisinin de antrenörün sorunlu davranışlarını ve yaralanmayı çeşitli şekillerde meşrulaştırdıkları fark edilmiştir. Antrenör yanlış yaklaşım ve davranışlarını düzeltmek yerine bir şekilde farkında olarak veya olmayarak normalleştirmekte sporcu da bu davranışlarla baş edebilmek için aynı yolu izlemektedir.

Sinan: Yok yani kişiliğe laf etmez ama sporcu kişiliği farklıdır, kendi kişiliğin farklıdır. Sporcu kişiliğime etmiştir yani.

Sinan'ın yukarıdaki söylemine bakıldığında her ne kadar antrenörün kişiliğe laf etmediğini söylese de “sporcu kişiliğime laf etmiştir” söyleminden antrenörün aslında rencide edici ithamlarda bulunmak yoluyla negatif bir davranış sergilediği ancak bunu senin sporcu kişiliğine laf ediyorum diyerek meşrulaştırdığı görülmektedir.

Meltem: Bence bir antrenörün sahada bağırması kadar normal bir şey olamaz bazı arkadaşlarım ağlıyor, ben niye ağlıyorsun antrenör o bağırarak tabi diye tepki veriyorum.

Meltem'in bu söylemi ise sporcunun antrenörün negatif davranışları içerisinde sporcuya en çok zarar verenlerden bir tanesi olan kızma ve bağırma davranışını nasıl normalleştirdiğini gözler önüne sermektedir. Antrenörlerin bu davranışları kendileri tarafından da kızıyorum çünkü en tecrübeli sensin benzeri söylemlerle normalleştirilmektedir.

Koray: Çok kızdığında üzülüyorum. Bir kötü vuruş falan yaptığımda ben biraz daha tecrübeli olduğum için çok kızıyor. Tecrübeli kişilere daha çok kızıyor.

Görüşülen antrenörlerin büyük çoğunluğunun normalleştirme yaptığı davranışlarından bir tanesi de kötü niyetle olmamasına rağmen sporculara mobing uygulamaları ve bunu sporcuyu elit seviyeye hazırladıklarını söyleyerek meşrulaştırmaya çalışmalarıdır. Burada antrenörler sporcuları stres yönetimi

konusunda eğitmeye çalışmakta ancak bunun için en kolay ama yanlış yolu seçmektedirler. Seçtikleri bu yanlış yolu meşrulaştırmak için de bir takım söylemler içerisine girerek sporcuların bu söylemlere inanmasını sağlamaktadırlar.

Osman: Yani hani antrenmanda bir şey çalışırsınız Murat abi gelir arkanızda durur o baskı yeter, bir şey söylemesine bile gerek kalmaz, Bir de o bakarken hata yaparsın ya daha kötü oluyor insan. Ama bilerek yaptığını düşünüyorum çünkü maçta da tribündeki insanlar sana yakın o baskıya alıştırmaya çalışıyor. Bir yandan destekliyorum bir yandan kötü oluyor böyle garip bir durum yani

(...)

Yalnızca antrenmanda oluyor bazen performansım konusunda üstüme geldiğini ama bence Murat abi o baskı ve stresi korumak için bilerek yapıyor bunu.

(...)

Yani ilk başta biraz kötü geliyordu açıkçası sonra anladım ben kendisi de söyledi bazı şeyleri bilerek yapıyorum diye anladım ben de.

Normalleştirme konusundaki en önemli problemlerden birisi de yaralanmayı normalleştirme durumudur. Antrenörlerle yapılan görüşmelerden ortaya çıkan bulgulara göre yaralanmanın, genetik problemler gibi önüne geçilemez durumlar bir yana, çok büyük ölçüde önlenabilir bir olgu olduğu ortaya çıkmıştır. Gerekli önlemleri alamayan yeterli tecrübeye sahip olmayan antrenörler bu eksikliklerini kapatmak için yaralanmayı olmazsa olmaz bir olgu gibi göstermişler ve buna sporcularını da inandırmışlardır.

Meltem: Biz sonuçta performans sporu yapıyoruz ve zorluyoruz vücudumuzu sakatlık aslında bizim için iyi bir şey çalıştığımızın göstergesi ben öyle düşünüyorum. Bizim bir yerimizin ağrması aslında bizi motive etmeli bence. Olacak sonuçta düşücez kalkıcaz, ağrıcaz yani devamlı buzla geziyoruz, sarılıyoruz ediyoruz falan şeklinde. Alıştım artık yani ben.

(...)

Dizim her voleybolcunun ağrıyordur bence tendinit çok basit bir şey bence. Bir de ben liberoyum devamlı atlıyorum zıplıyorum. Yani ondandır ben çok sakatlık takmam açıkçası.

Ağrıyla ve Yaralanmayla Oynamak Zorunda Bırakmak/Oynamasına Göz Yummak

Bu araştırmanın bulguları içerisinde en çarpıcı konulardan bir tanesi; çocuk sporcuların kariyeri açısından büyük bir risk teşkil eden sporcuyla ağrıyla ve yaralanmayla oynamak zorunda bırakmak veya bile bile o şekilde oynamasına göz yummak olarak ortaya çıkmıştır. Sporcuların söylemlerinden ağrıyla oynatma veya oynamasına izin vermenin öncelikle yaralanma sinyallerini göz ardı etmeye, ardından yaralanmaların kronikleşmesine sebep olduğu anlaşılmıştır. Ancak çocukların bu durumun bilincinde olmadıkları görülmüştür.

Hakan: Benim ilk sakatlığım 2 yıl önce ayağımın tarak kemiğimin üzerinde sürekli bir ağrı oluyordu ama aşırı bir ağrı yürüyemeyecek hale geliyordum. İşte iki üç hafta böyle devam ettim antrenmanlara sonra beni doktora yolladı Akif abi. Doktor baktı stres kırığı olduğunu söyledi iki ay oynayamadım.

Antrenörlerin bu yaklaşımına örnek olabilecek bazı durumlarda sporcular ağrıdan kollarını açamadıkları, bel ağrısından yığılıp kaldıkları ana kadar bile oynatıldıkları veya oynamaya çalıştıklarına ilişkin deneyimlerini aktarmışlardır. Bunun yanı sıra sporcunun kronik ağrılarla aylarca yıllarca oynatılmaya devam ettiği vakalar vardır. Çocuklar sahadan hiçbir şekilde uzak kalmamak ve formlarını kaybetmemek için bunu yapmakta antrenörler de başarı hırsıyla buna izin vermekte ya da sporcu istemediği halde yapmaya zorlamaktadırlar. Bu tarz durumların en sık karşılaşıldığı ortamlar araştırma bulgularına göre final maçları olarak ortaya çıkmıştır.

Araştırmacı: Peki dizindeki problemler nasıl oluştu?

Görkem: Dizim döndü benim. Bu sene okul finallerinde oldu. Libero kötü manşet aldı. Duvara doğru gitti top bende koştum çıkarayım diye durmaya çalıştım dizim durdu ben gittim geldim. Sonra bıraktım

orada zaten, kulübe dönünce tedavim yapıldı. Ama tam iyileşmeden devam ettim.

Ar: Neden? Senin tercihin miydi bu?

O: Yani.

Ar: Peki söyledin mi?

O: Söyledim ama

(...)

Ar: Peki niçin seni iyileşmeden oynattılar?

O: İhtiyaçları vardı. Benim de emeğim vardı bir yıldan beri çalışıyordum. Bazı arkadaşlarımın altyapıda son yılıydı. Aslında olması gerekeni yaptım ama kendim için kötü oldu.

Görkem'in bu söylemine bakıldığında yaralanmayla oynamayı ne kadar normalleştirdiği ve hayatının bir parçası haline getirdiği net bir şekilde anlaşılmaktadır. Olması gerekenin bu olduğunu düşünmesi ama aynı zamanda kendi geleceği açısından kötü olduğunu fark etmesi içinde kaldığı ikilemi en iyi şekilde ifade etmektedir. Çoğu sporcu bu şekilde belirli bir bilince sahip olduğu halde kendini yaralanmayla oynamaya mecbur hissetmektedir.

Orhan: Yani nefes almamı engelliyordu ama ben o bacağım çıktığı zaman yatakta dönemiyorken dördüncü günü ağrı kesicilerle maça çıktım bir buçuk set top oynadım.

Yaralanmayı Saklama

Yaralanmayı saklama ağrıyla oynamadan biraz daha farklı bir olgudur. Burada antrenörlerin durumdan hiçbir şekilde haberdar olmaması, çocuğun ağrısını, yaralanmasını tamamen saklaması söz konusudur. Araştırmada karşılaşılan örneklerde yaralanmayı söylememe ve onunla oynamaya devam etmenin bilinçli veya bilinçsiz neredeyse bütün sporcularda var olduğu görülmüştür. Sporculara doğrudan yaralanmalarını saklayıp saklamadıkları sorulmuş 2-3 kişi dışında tamamı sakladıklarını dürüstçe dile getirmişlerdir. Neden sakladıkları sorulduğunda ise en temel sebep olarak rekabet yüzünden formayı kaybetme korkusu ve ara verip performansta geri düşmeme arzusuyla karşılaşılmıştır. Bunun yanında nadiren de

olsa sporcunun deneyimlediği ağrıyı yalnızca kas ağrısı zannederek bilinçsiz bir şekilde sakladığı durumlara da rastlanmıştır.

Semra: (...) Çok fazla oluyor. (...) Onun ağrısı sezon ortasında tekrar oluştu. Ağrıyor söyleyemiyorum çıkmak istemiyorum ama söylemedikçe daha da ilerliyor. Mesela düşmüştüm ağrıdan gözüm dolmuştu sormuştu hani belin mi ağrıyor diye ama bırakamadım çok önemli maçı. Böyle bırakmadığım çok oluyor. Artık son noktadaysam söylüyorum çünkü sonrasında biliyorum çok kötü bir şey olacağını.

Her Şeyi Bilen Antrenör

Yapılan görüşmelerde sporculara antrenörlerinin sözlerine ne kadar güvendikleri, antrenörlerini hiç sorgulayıp sorgulamadıkları sorulmuş büyük bir çoğunlukla verilen cevaplar benzer olmuştur. Sporcular antrenörlerinin söylediklerinin her zaman doğru gelmediğini ama yıllardır bu işin içinde ve çok fazla hayat tecrübesine sahip olduğunu düşündükleri antrenörlerinin, mutlaka doğruları bilmesi gerektiğini ifade etmişlerdir. Aşağıda aktarılan sporcu söylemleri, çocukların antrenörlerini kendi hayatlarında ne şekilde konumlandıklarını göstermesi açısından çarpıcı örneklerdir.

Faruk:Murat abi ya babamdan bile neredeyse daha çok sözünü dinlerim şuraya yatırım yap dese yaparım o derece yani. Her söylediği doğru çünkü yaşanmışlığından çok kültürel gelişimi de çok fazla olan bir insan Murat abi ne diyorsa bizim için bizim doğru olmamız için söylüyor.

Onur: Voleybol açısında doğru buluyoruz çünkü daha çok yeniyim. Senelerdir oynamış ve antrenörlük yapmış birisi voleybol anlamında aslında hayat anlamında da bizden yaşça büyük birisi yani sözüne ben güveniyorum yani dinliyorum dikkat ediyorum.

Berna: Genelde her dediklerini yapmaya çalışıyorum. Ama bazı dediklerini kafamda sorguluyorum ama o bizim antrenörümüz, daha çok bildiği şey vardır deyip onların dediklerini uyguluyorum.

Sezin: Yani şimdi bana doğru gelmiyor bazı olan şeyler ama kaç yıllık antrenör o kadar tecrübesi var demek ki bir şey biliyor diyorsun sonra da sorma gereği duymuyorsun.

Tarkan: Bence şöyle uzun yıllar voleybol oynamış tekniğini de her gün antrenmanlarda görüyoruz. Onun gibi olmaya çalıştıyorsam onun her dediği doğrudur benim için.

Sporcuların bu yaklaşımı antrenörü hiçbir şart ve koşulda sorgulamama, uygulamaları yanlış dahi olsa uyup yerine getirme sonucu doğurmakta, antrenörler bazen hem fizyolojik hem psikolojik olarak yanlış yüklenme ve periyodlamalarla sporcuların yaralanmalarına sebep olabilmektedirler.

4.1.4. Yaralanma Sebepleri

Yapılan görüşmelerde sporcuların deneyimleri doğrultusunda en çok karşılaşılan bazı yaralanma sebepleri ortaya çıkmış, bunlar içsel ve dışsal sebepler olmak üzere ikiye ayrılarak aşağıda aktarılmıştır.

Dışsal Faktörler

En çok karşılaşılan dışsal yaralanma sebeplerinden bir tanesinin sporcuya yaralanma bilincinin (yaralanma nedir, nasıl önlenebilir, yapılması gereken en önemli antrenman teknikleri nelerdir) verilmemiş olması olduğu görülmüştür. Sporcuların çoğu yaralanma bilincini ancak yaralandıktan sonra kazanmışlar, yaralanma bilinci olmadığından yaralandıklarını dahi anlayamamışlardır. Bunun yanı sıra çoğu kulüpte antrenör ve sağlık ekibi sporcuyu geçirdiği yaralanma ile ilgili yeterince bilgilendirmediği için sporcunun yaşadığı yaralanmayı benimsemesini sağlayamamış, iyileşmeden geri dönmeye ve tekrar yaralanmalara sebebiyet vermişlerdir.

Yaralanma sebebi olarak karşılaşılan diğer bir dışsal faktörün yeteneğine ve uygunluk düzeyine uygun olmayan fazla ve devamlı yüklenmeler olduğu anlaşılmıştır. Bu bağlamda en büyük sorunun antrenörlerin yeterli kuvveti vermeden çocuğa fazla yüklenmesi olduğu görülmüştür. Yapılan görüşmeler kronik yaralanmalarda en çok karşılaşılan yaralanma sebeplerinden birisinin bu olduğunu

göstermiştir. Antrenörler bu tarz yüklenmeleri final maçları döneminde en yoğun olarak yapmışlardır.

Sporcuya yanlış teknik verilmiş olması veya tekniğinin düzeltilmemesi de diğer bir yaralanma sebebidir.

Araştırmacı: Peki sence sakatlıklar neden oluyor hiç düşündün mü?

Onur: Ya benim sakatlığım la alakalı; okul takımında benim mevkiim değişti ben pasör çaprazı oynamaya başlamıştım. Yani tekniğim de aslında doğruyu söylemek gerekirse pekiyi değil benim. Orta oyunculuktan alışkanlık ta erken giriyordum zaten topa top gerimde kalıyordu, sürekli belimi kırıyordum, ondan sonra zaten başladı. Okul takımı finallerimiz bitti zaten tedaviye başladık biz de.

Yaralanma sebebi olarak diğer bir ilginç bulguya üç farklı sporcuda rastlanmıştır. Bu sporcuların ortak özellikleri voleybola başlar başlamaz milli takıma seçilmeleri ve oraya gider gitmez yaralanmalarındır. Bu sporcuların hepsinin voleybola başlayalı bir sene olmadığı halde, oradaki diğer oyuncularla birlikte ve aynı antrenman temposuna tabi tutulduğu, dolayısıyla yaralanmalarının fazla yüklenme ve dikkatsizlikten kaynaklandığı anlaşılmıştır.

Faruk: Daha yeni başlamışsın voleybola 3 aylık oyuncusun milli takım kampına gidiyorsun. Adamlar böyle öküz gibi seni de ona benzetmeye çalışıyorlar. O zaman omzum yırtılmıştı yıldız takım finallerine gidince iyice arttı.

Milli Takımda, altyapısında karşılaşılan bu durumun başka bir araştırmada ayrıca incelenmesinin uygun olacağı düşünülmektedir.

İçsel Faktörler

Yapılan görüşmelerde; en çok karşılaşılan içsel yaralanma sebebi, dikkatsizlik ve algı bozulmaları olarak karşımıza çıkmıştır. Sporculara göre; takım arkadaşları arasındaki çatışmalar, antrenörün kızması ve bağırması, tribün, rakip takım ve antrenörü, skor olarak geride olmak, dikkatsizlik yaratan en temel faktörlerdir.

Hakan: Maçta genelde çevreden gelen ses dikkatimi dağıtıyor o cidden beni çok rahatsız ediyor.

Sinan: Antrenör baskısı, bir de takımda herkesin sürekli konuşması. Sürekli bir bağırıp çağırma beni çok etkiliyor, dikkatimi dağıtıyor.

Sezin: Hiçbir şey duymam maç boyunca. Bir tek antrenör bana maç içinde çok fazla bağırırsa dikkatim dağılır.

Zarife: Tribündeki sesler böyle velilerin saçma sapan lafları, hakeme attıkları laflar, ya da karşı antrenörün kendi oyuncularına bizi göstererek bir şeyler yapması benim çok dikkatimi dağıtıyor.

Diğer önemli içsel yaralanma sebepleri aşağıda aktarılmıştır:

- Aşırı Konsantrasyon,
- Yaşam Stresi (takımda veya dışarıda çocuk için stres verici durumların oluşması, moral bozukluğu, final maçlarının yarattığı stres),

Araştırmacı: Göğsünde nasıl bir şey var?

Orhan: Nefes alırken batma oluyordu. Şimdi o kadar yok. Geçen sene ben göğüs halterine giremiyordum, girdiğim zaman ağrı oluyordu.

Ar: Peki onun sebebi neymiş?

Orhn: Hiçbir şey bulamıyorlar.

Ar: Peki sen ne hissediyorsun ne zamanlar oluyor ve ne zaman başladı?

Orhan: Geçen sene sezonun başında başladı ama beni çok zorluyordu pas atarken kolumu kaldıramıyordum.

(...)

Ar: Peki o dönem hiç hayatında bir değişim farklı bir şey, bir sıkıntı sana stres verecek bir şey yaşamış mıydın?

Orhan: Valla kemik ağrısına kız arkadaşın etki edeceğini düşünmüyorum ama varsa o olmuştur yani.

Ar: Ayrılmış mıydın?

Orhan: Biraz sorunlar yaşıyorduk ama ben takılmam öyle şeylere kız arkadaşımdan ayrılmışım vardır ya da yoktur çok önemli bir şey değil yani.

(...)

Orhan-anne: Orhan'ın ilişkisi benimle daha iyi babayla biraz daha mesafeli. Benimle de çok üzerine gidersem mesela kız arkadaşından ayrıldı hayata küstü. Onu da biliyorum benimle paylaştığı için falan değil yani günlüğünü okuduğum için biliyorum ama üstüne de gidemiyorsun çünkü paylaşmak istemiyor.

(...)

Orhan: Yani duruma göre değişiyor aslında. Ben çok öyle dertlerini paylaşmayı seven birisi değilim yani. Günlük dahi paylaşmayı sevmem yani.

Yukarıda araştırmacı ve Orhan arasında geçen diyalog, Orhan'ın annesinin diyalogun ardından gelen söylemi ve Orhan'ın diğer bir söylemine bakıldığında stres-spor yaralanmaları modelini destekleyen bir bulguyla karışıldığı düşünülmektedir. Sporcu sebebi belirlenemeyen bir göğüs ağrısı çekmeye başlamış, bu ağrı tam kız arkadaşından ayrıldığı döneme denk gelmiştir. Kendisi bunu sorun etmediğini söylese de annesi günlüğünü okuyarak çocuğun çok büyük bir üzüntü yaşadığını fark etmiştir. Burada karşımıza çıkan somut durumun sebebi belli olmayan bir yaralanma, yaralanmanın öncesinde çocuğun yaşadığı onun için çok önemli bir yaşam stresi ve duygularını kimseyle paylaşmak istemeyerek bu stresi içinde yaşama olduğu görülmektedir.

- Elinden Gelenin Fazlasını Yapmaya Çalışarak Kendine Bedenine Aşırı Yüklenmek

Yaralanma sebeplerinde sporcunun da sorumlulukları olduğu tespit edilmiştir. Sporcunun sorumluluğunda olan en önemli alanlar sporcular tarafından, yaralanma riskini göz ardı etmek, antrenmanı ciddiye almamak, kaytarmak ve bildiği halde önleyici tedbirleri almamak olarak belirtilmiştir.

Sporcuların yaralanma sebeplerine ilişkin söylemlerinden elde edilen genel sonuçlar; maçta ve antrenmanda yaralanmaların yarı yarıya olması, antrenmandaki yaralanmaların dikkatsizlik, maçtakilerin aşırı konsantrasyon sonucu oluşması, kronik yaralanmaların ise büyük ölçüde yanlış yüklenme sonucu ortaya çıkması olmuştur. Bu bulgular antrenör tarafından da onaylanmıştır. (Bkz. Ek-9)

4.1.5. Yaralanma Deneyimi

Görüşmelerde sporcuların yaralanma deneyimleri sorgulanmış neler hissettikleri, neler yaşadıkları, destek algısının ne kadar işlerine yaradığı irdelenmeye çalışılmıştır. Sporcuların önemli bir bölümü yaralanmayı çok düşünmediğini; normal karşıladığını ve yaralanmayla oynamaya devam ettiğini dile getirmiş; diğer bir bölümü de yaralanınca emeklerinin boşa gittiğini düşündüğünü, ilk yaralandığında özellikle çok üzüldüğünü, tekrar yaralanma korkusunu yoğun bir şekilde yaşadığını ama geçtikten sonra rahatlayıp yaralanmaya alıştığını ifade etmiştir.

Orhan: İlk burktuğum zaman hayatımda ilk kez bileğim burkuluyordu, ve o zaman için inanılmaz bir acı gelmişti bana acıdan ağladığımı bilirim. Ama ikincisini burktum, tamam napıcaz bir buz yaparız tedavi yaparlar geçer gider oldu. İlki biraz canımı sıkıyordu ama o kadar da baktım bir şey olduğu yok yani gidebiliyorum.

Faruk: Çok severek, nasıl diyeyim ihtiyaç duyuyorum top olsun bir şey atayım. Zorlukları da var tabii bunun yanında. Mesela sakatlık çok büyük etkiliyor beni yani sakatlandığım anda her şey bitiyor. Dünya çöküyor. Antrenmana gidemiyorum evdekilerle aram açılıyor yani ben kendim uzaklaşıyorum öyle bir şeyde. Bunun dışında her şey iyi.

Yaralanmaya ilişkin diğer sporcu deneyimlerine bakıldığında; yaralanma deneyimi karşısında çok üzüldüğünü ancak antrenörün desteğiyle yaralanmayı kolaylıkla atlattığını belirten sporcuların yanında, rekabet dolayısıyla formayı kaybetme korkusunun ve voleyboldan uzak kalma ihtimalinin çok üzücü bir durum olduğunu ifade eden sporcular olmuştur. Çoğunluk ağrıyla yaşamaya alıştığını ancak böyle bir yaşamın yine de moral bozucu olduğunu söylemiştir.

Semra: Omzumu hiç takmıyorum. Dizim en son ki turnuvada çok ağrıyordu onu çok kafama takmıştım. Dizim çok ağrıyor e bırakmam da burada diye. Dizim ağrıdığı için turnuva bittiğinde ben 20 gün antrenman yapmadım. Dün başladım ve toparlamam zor olacak gibi gözüküyor zaten ama işte dediğim gibi şimdi milli takıma gidemezsem gitsem de bu aradan sonra orada iyi performans sergileyemezsem endişesi var bende.

Cüneyt: Bir ay uzak kaldım. Daha voleybola da yeni başlamıştım daha yolun başında böyle bir sakatlık beni çok üzdü ve kırdı. Ama ailem arkadaşlarım antrenörlerim hep yanımdaydı.

Yaralanma deneyiminde sporcuların en çok canlarını sıkan konulardan biri de kalıcı yaralanma korkusu olarak karşımıza çıkmıştır. Yaralanmanın sinir bozucu bir şey olduğu ama korkarak da yaşanmayacağına ilişkin söylemler bu konuda elde edilen diğer bulgular arasındadır.

Sporcular yaralanmaya ilişkin deneyimlerini anlatırken genel itibariyle ilk yaralanmaların endişe yarattığı sonrasında yaralanmayı sporcun bir parçası gibi görmeye başladıkları anlaşılmıştır. Yaralanmanın bu derece normalleştirilmesinde antrenörlerin rolü olduğu açıktır. Antrenör söylemleri de bunu doğrular niteliktedir. (Bkz. Ek-9)

4.1.6. Voleybolun Kazanımları

Yukarıda anlatılan bütün temalar spor yaşantısının çocuk açısından ortaya çıkardığı olumsuzlukları konu edinmektedir. Ancak çocuğun bütün bunlara katlanmasını, bu yaşantıyı devam ettirmesini ve voleybola büyük bir aşkla başlanmasını sağlayan çok önemli kazanımları da bulunmaktadır. Bu kazanımlar araştırmada sporcuların kendi bakış açılarından sorgulanmış ve elde edilen bulgular aşağıda aktarılmıştır. Bu bulgular, araştırmada, yukarıda verilen tüm olumsuzlukların (özellikle antrenörlerin negatif davranış ve uygulamalarının), sporcun ve aşağıda verildiği üzere, ailesi tarafından da meşrulaştırılması konusunda, ipuçları olarak değerlendirilmiştir.

Sporcunun Elde Ettiği Ahlaki ve Sosyal Kazanımlar

Sporcuyu spor yaşantısına görünmez bağlarla bağlayan ahlaki ve sosyal kazanımları çocuğun kendi söylemleri ile; “nerede nasıl davranmak gerektiğini öğretmesi”, “sosyal çevre kazanımı”, “farklı yerler görme imkanı tanınması”, “vazgeçmenin kolay olmadığı bir sosyal statü sağlaması”, “kötü alışkanlıklardan uzak tutması” ve “liderlik kazanımı” olarak karşımıza çıkmaktadır.

Sporcunun Hayatın Zorluklarıyla Başetmesini Sağlayacak Kazanımlar

Çocuk için hayatın zorlukları ile baş etmesini sağlayacak kazanımları; “psikolojik olarak daha güçlü olmayı sağlaması (sahaya girince her şeyi unutmak)”, “olaylara farklı bakabilme yetisi kazandırması”, “rekabet edebilmeyi öğretmesi”, “özgüveni arttırması”, “kendini ifade edebilme becerisini geliştirmesi”, “sorun çözme becerisinin gelişmesi”, “disiplin kazandırması”, “hoşgörülü olmayı öğretmesi”, “daha iyi düşünmeyi sağlaması” ve “kendi ayakları üzerinde durabilmeye yardımcı olması”dır.

Orhan: Sosyal statü konusunda bir duruş, en azından bir fizik, diğer insanların yanında çok fark ediyor. Takımın en kısıtı olmama rağmen benle aynı boyda insandan daha düzgün duruşum oluyor. Sürekli takımla birlikte olduğumuz için daha hoşgörülü oluyorum. Sosyal çevre içerisinde farklı bir konum kazandım.

Mine: Fakat 6. Sınıftan beri bu düzende gittiğim için alıştım eğer sporcu olmasam daha başarılı olmazdım çünkü spor bana bir düzen kazandırdı, mesela antrenman olmadığı akşam eve direk geldiğim zaman ders çalışmıyorum. Rahat oluyorum vaktim bol diyorum ama öbür türlü bir plan program yapmam gerekiyor çünkü vaktim kısıtlı.

Koray: Bence bütün spor yapanlara olmuştur. Mesela okul çıkışı herkes bir şeyler yaparken ben antrenmana geliyorum. Lisede falan çok sigara içenler kötü yollara başvuranlar oluyor bizim öyle bir şansımız yok. Bence bu güzel bir şey

Osman: Bir kere sosyal olarak bir liderlik var. Belirli bir ortama girdiğimde ben hep konuşurum açıkçası kimsenin ne düşündüğünü umursamam. Eskiden bir çekingenlik vardı. Şimdi girerim bir ortama konuşurum. Daha çok sosyalleştim bir kere. Çevremde bu kadar çok sporcu olması çok güzel bir şey, fiziğim vücudum iyi yani diğer arkadaşlarıma göre. İnsanlar evde yatıp dinleniyor bir çalışıyoruz. O da güzel bir şey ben boş durmayı sevmiyorum çünkü.

Beyza: Voleybol oynamak ilk başta bana çok disiplin kazandırdı. Çünkü derslerimle sporu aynı anda götürebilmem için çok büyük bir disiplin kazandırdı. Sorumluluk; çünkü sorumluluklarım var herkese

karşı. Takıma karşı var kendime karşı yapmam gereken şeyler var. Arkadaş kazandırdı, çevre kazandırdı ve inanılmaz anılar kazandırdı.

Yukarıda da örnekleri görüldüğü üzere sporcuların voleyboldan elde ettiği kazanımları ilişkin aktardıkları diğer söylemleri arasında;

- Mutluluk vermesi
- Düzgün bir fiziksel görünüme, fiziksel güce sahip olmak
- Yaşamı düzene sokması
- Özel okulda okumak ve
- Sorumluluk almayı öğretmesi

bulunmaktadır.

4.2. Ailelerden Elde Edilen Veriler

Ailelerle yapılan görüşmelerde, ailenin spora ilişkin bilinç düzeyinin çocuğa spor yaşantısında sağlayabileceği destek bakımından anlamlı olduğu düşünüldüğünden aileye ilk olarak çocuklarını spora hangi sebeplerle başlattıkları sorulmuştur. Ailelerle görüşme yapılmasının amacı çocuklardan elde edilen bilgileri teyit etmek ve çocuklarla ilgili daha ayrıntılı verilere ulaşmak olduğundan, ailelere de çocuklara sorulan soruların benzerleri sorulmuş ve benzer temalara ulaşılmıştır. Görüşmeler sonucunda elde edilen bilgilerin analiziyle; *sporcuya sağlanan sosyal destek, hak ihlalleri, sporcuya ait olmayan beden ve yaralanma sebepleri* olmak üzere 4 tema belirlenmiştir.

Ailelerden elde edilen verilen analizi sonucunda araştırma açısından temel teşkil eden bazı bilgilerin elde edilemediği anlaşılmıştır. Bunlar sporcunun yaralanma deneyimine ilişkin bilgilerdir. Ailelerin sporcuların yaralanma deneyimlerine ilişkin bilgi sahibi olmadığı çünkü sporcuların aileleriyle, birlikte doktora gitmek dışında bu konuya ilişkin herhangi bir bilgi paylaşımında bulunmadıkları anlaşılmıştır. Bunun bir sebebinin, sporcuların yaralanmayı çok normal karşılamaları ve yaralanma deneyimlerini kendilerini ait hissetmemeleri nedeniyle spor ortamının dışına taşımayı tercih etmemeleri olduğu düşünülmektedir.

4.2.1. Voleybola Yönlendirme Sebepleri

Ailelerin “çocuğunuzu spora nasıl başlattınız” sorusuna verdikleri cevaplar bu araştırma kapsamında görüşülen ailelerin spor konusundaki bilinç düzeylerinin genel olarak oldukça yüksek olduğunu göstermiştir. Elde edilen veriler üç alt başlıkta ele alınmıştır. Çocuğu spora yönlendirme sebeplerinin başında, çocuğun bireysel özelliklerine sağladığı katkı gelmekte, bunu ahlaki ve sosyal yaşantıya olumlu etkisi ve sağlıklı bir yaşam takip etmektedir.

Çocuğun Bireysel Özelliklerine Sağladığı Katkı

Aileler, çocuğa spora olumlu katkısından ötürü gönderdiklerini belirtmişlerdir. Onlara göre çocuğun spordan kazanımları aşağıda verilmiştir:

- Kendi dışında birilerini düşünmeyi ve paylaşmayı öğrenmek,
- Yenmeyi yenilmeyi (rekabeti) öğrenmek,
- Stresi yönetmeyi ve öfke kontrolünü öğrenmek,
- Çocuğa özgüven vererek aileden iyi anlamda kopmasını sağlamak,
- Disiplini ve başladığı işi bırakmamayı öğrenmek,
- Kendini ifade edebilmeyi öğrenmek,
- Problem çözmeyi öğrenmek,

Bunların yanı sıra spor sayesinde; çocuğun sosyal zekasının yükseldiği ve düzgün bir fiziksel görünüme sahip olmasının sağlandığı da anlaşılmaktadır.

Ahlaki ve Sosyal Yaşantıya Olumlu Etkisi

Ailelere göre sporun çocuğun ahlaki ve sosyal yaşantısına olumlu etkileri bulunmaktadır. Sporun ahlaki ve sosyal yaşantıya faydasına ilişkin aile görüşleri aşağı verilmiştir:

- Çocuğun sağlıklı düzgün arkadaşlıklar kurmasını sağlamak,
- Çocuğu kötü alışkanlıklardan uzak tutmak,
- Çocuğun güvenli bir çevre içerisinde olduğunu bilmek,
- Güzel anılar edinmesini sağlamak,
- Bir başkasının hatasını kapatmayı öğretmek,
- Ekip çalışmasını öğretmek

Sağlıklı Bir Yaşam

Bu alt-başlık çerçevesinde çocuğun farkındalık kazanması ve kendine dikkat etmeye başlaması iki ana sebep olarak karşımıza çıkmıştır. Ailelerin gözlemlerine göre spor çocukta bedenine ilişkin bir farkındalık kazandırmakta ve belli bir spor branşında ilerleyebilmek için bedenine iyi bakması gerektiğini anlamasını sağlamaktadır. Aileler göre bu yolla çocuk beslenmesine dinlenmesine dikkat edecek ve sağlığa zararlı kötü alışkanlıklardan uzak duracaktır.

4.2.2. Sporcuya Sağlanan Sosyal Destek

Ailelerin sporcuya sağlanan sosyal desteğe bakış açısının sporculardan biraz daha farklı olduğu gözlenmiştir. Sporcular, algıladıkları sosyal desteği saha içi ve saha dışı olarak ayırmış ve saha içinde antrenör ve arkadaşlardan, saha dışında ise önce aile sonra arkadaşlardan en yoğun desteği gördüklerini söylemişlerdir. Aileler ise çocuklarının her alanda en yoğun desteği önce kendilerinden sonra arkadaşlardan ve son olarak antrenörlerden aldığı yönünde görüş belirtmişlerdir.

Ailelerin de büyük çoğunluğu sosyal desteğin önemini kabul etmekle birlikte yaralanmayla bağlantısına ilişkin herhangi bir gözlemleri olmadığını ifade etmişlerdir.

Pozitif Aile Desteği

Ailelerin yapılan görüşmelerdeki söylemlerinden çocuklarına her zaman destek olmaya çalıştıkları, onların hayatlarıyla imkanları elverdiği ölçüde ilgilendikleri anlaşılmaktadır. Görüşülen on iki aileden çocuğunun spor deneyimiyle ilgili yeterli bilgiye sahip olmadığı belirlenen aile sayısı yalnızca ikidir. Ancak onlar bile çocuklarına en azından antrenmanlara getirip götürmekte maçlarını izlemeye gitmektedirler.

Aileler tarafından çocuklara sağlanan destek şekillerinin büyük benzerlikler göstermekle birlikte bir takım farklılıklar taşıdığı görülmüştür. Ailelerin söylemlerinden ortaya çıkan destek biçimleri; çocuğun her maçını takip etmek, antrenmanlara getirip götürmek, çocuğun ailesinin her zaman yanında olduğunu bilmesi, ailenin çocuk üzerinde hiçbir şekilde baskı kurmaması, voleybol oynamasına

destek olması, çocuğun anlattıklarını dinleyerek sorunlarını paylaşması için cesaretlendirmesi, okul beklentisi olmasına rağmen çocuğun kararlarına saygı duyması, aile ve çocuk arasındaki iletişiminin çok iyi olması ve sorunları düzgün bir şekilde kızmadan nasihat ederek dile getirmesidir.

Orhan-anne: Yani şöyle şimdi normal akşam konuşuyoruz yarın ne var diye, hiçbir zaman ona set çekmedik. Benimsedik sanki sabah kalkıp işe gidiyor gibi kabullendik. Hatta işini kolaylaştırmak adına arabanın tekini ona verdik.

Mine-anne: İşte biz de veli olarak mesela sporcu servisleri var ama biz onu bırakmıyoruz gidiyoruz alıyoruz geliyoruz hani biz de desteği yapıyoruz.

Hakan-aile: (...) çok seviyor o yüzden bir şey diyemiyoruz. Biz de diyoruz ki bizim için aslında önemli olan Hakan'ın mutluluğu, Hakan bu işte mutlu oluyorsa biz sonuna kadar arkasındayız. Ne zaman Hakan bıraktı biz de zorla gönderemeyeceğimiz için arkasında çekileceğiz.

Ailenin çocuğa sunduğu en önemli destek ise çocuğu kendileri ile her şeyi paylaşabilecek şekilde yönlendirmek ve iletişimde açıklık sağlamaktır.

Hakan-aile: Yani en azından bizden birçok şeyi gizlemiyorlar. Yani hani gizledikleri şeyler vardır ama çoğunluk gizlemiyorlar. O yüzden diyalog anlamında karşılıklı birbirimizi anlama konusunda bir problemimiz yok. Herkes rahat herkes fikrini söyleyebiliyor. Demokrasi var ama cumhurbaşkanı da var onay merkezi son B. hanımdan çıkıyor.

Tarkan-baba: (...) Yok dayısıyla amcasıyla da iyi ama anlatır bize her şeyini. Annesiyle bazen çok özel şeylerini paylaşıyor o da anlatıyor o zaman kızıyor bir daha sana anlatmayacağım diyor ama paylaşır içine atmaz.

Pozitif Takım Arkadaşı Desteği ve Pozitif Arkadaşlık İlişkileri

Ailelerin sporcunun takım arkadaşlarından veya dışarıdaki arkadaşlarından aldığı desteğin öneminin farkında oldukları, özellikle takım arkadaşlıklarının

çocukların yaşamına her konuda büyük katkı sağladığını düşündükleri yapılan görüşmelerde anlaşılmıştır.

Beyza-anne: Çok iyi inanılmaz bir destek görüyor. Beyza şöyle diyeyim Beyza ilk başta bu kadar sosyal bir çocuk değildi. Toplum içindeki ilişkilerini voleybol çok güçlendirdi. Şu an tabi dağılanlar oldu ama kalan 7-8 çocukla kardeş gibi bir ilişkisi var. Spor her açıdan çok faydalı oldu. Ben bir daha dünyaya gelsem ya da bir çocuk daha dünyaya getirsem kesinlikle bir spor dalına şey yaparım.

Aileler çocuklardan gelen bilgiyle paralel olarak, çocukların zamanının çok büyük bir bölümünün takım arkadaşları ile geçtiğini ifade ederek, bu arkadaşlıkların çocuğun hayatına değer katmakta olduğunu dile getirmişlerdir. Ailelerin söylemlerinden anlaşıldığı üzere takım arkadaşları ve dışarıdaki arkadaşlarının çocuklara sağladığı destek aşağıdaki şekillerde tezahür etmektedir.

- Tek çocuk olan bir sporcunun takım arkadaşlarını kardeşi yerine koyması,
- Sosyal bir çocuk değilken voleybol sayesinde sosyalleşmesi ve bu konuda arkadaşlarından büyük destek görmesi,
- Çocuğun takım dışında her şeyini paylaştığı her fırsatta görüştüğü arkadaşlarının olması,
- Çok iyi arkadaşlıkları olması beraber büyümeleri,
- Takım arkadaşlarının kısa sürece birbirlerini benimseyip kabullenmesi

Mine-anne: Çok iyi. Yani şöyle çok iyi takım arkadaşları ile özellikle 7-8 kişilik bir grup çok çok iyiler. Gerçekten çok iyiler. Artık dediğim gibi o kardeş tek çocuk hani kardeşlik boyutundalar. Hani çok iyi, ben şuna inanıyorum beniz kızım biraz içe kapanık bir çocuktan hani böyle sakın çok fazla insanların içine giremeyen çocuktan ama voleybol açtı hani bu iş onu gerçekten açtı. Dolayısıyla da arkadaşlık ilişkilerine çok katkısı olduğunu düşünüyorum.

Onur-baba: (...) Yani şöyle söyleyeyim; her alanda ilk onların haberi oluyor, benden bile önce arkadaşlarının haberi oluyor. Birbirleri ile temas halindeler sürekli. Yapacakları her işi istişare kurulu varmış

gibi konuşuyorlar. Birbirlerini çok etkiliyorlar, bizden fazla rolleri vardır yani onların.

Pozitif Antrenör Desteği

Yapılan görüşmelerde ailelerin çocuklarının antrenörlerine bakış açısının genel olarak olumlu yönde olduğu, antrenörlerini çocuklarının hayatında destek olarak gördükleri ve onları herhangi bir konuda çok fazla eleştirmedikleri görülmüştür. Çocuklarını antrenörlerine emanet etme konusunda hiçbir tereddüt yaşamamakta, kendi yaptıramadıkları şeyleri antrenörün yaptırmasını bile istemektedirler.

Tarkan-baba: (...) Malum bu yaştaki çocuk için hocasının dediği şey kuraldır. Tarkan biraz kuralcı da bir çocuk, ben bir şey yaptıramadığım zaman Ahmet'e söylüyorum okulda da hocalarına söylüyorum onlar söyleyince yapıyor.

Ailenin bakış açısından antrenörün çocuğa destek olma şekilleri; antrenörün çocuk için abla/abi gibi olması, çocuğun antrenörle iletişiminin çok iyi olması onu kendine destek olarak görmesi, antrenörün sporcuya nasıl yaklaşacağını iyi bilmesi ve ona her konuda destek olduğunu hissettirmesi ve çoğunlukla çocuğun iyiliğini düşünen ilgili bir antrenör olması olarak ortaya konmuştur.

Onur-baba: (...) Biraz da kısıkanıyorum açıkçası Akif hocayı Hakikaten mesela Akif hocanın ağzından çıkan laf bitmiştir yani ben 3-4 tekrarla iş yaptırıyorsam Akif hoca hatta söylemeden bile onun prensiplerine uyup uymayacağını kendisi yorumlar ona göre hareket eder. Ben bazen söylerim ulan ben babanım derim bana yapmıyorsun böyle. (...) Belli bir seviyede tutuyor çocuklar da o seviyeyi çok iyi biliyorlar. Yeri geliyor espri de yapıyor. Tamamen diktatör bir şeyi yok, o da güzel. Hayata dair nasihatleri de oluyor. Hoşuma gidiyor yani Akif hocanın hayatında da çok etkisi var. Benim akıl edemediğim şeyleri çocuklar hakkında gelecek hakkında o söylüyor bazen, helal olsun adam onu da düşünmüş diyorum. O yüzden Akif hoca şu anda ne söylerse ben endişe etmeden peşinden gönderebilirim yani çünkü hakikaten iyiliğini düşünüyordur.

(...) antrenörün sözünün daha etkili olduğunu biliyorum. Ben bazen motive etmek açısından bazı şeyler söylüyorum ama benim o kadar tesiri olmuyor ama Akif hocayla da mesela konuştuk ben ona da tembihliyorum hocam herhalde şu ara bunları düşünüyor falan diye. Akif hoca orada bir laf ediyor tamam o iş orada bitiyor.

Semra-baba: Antrenörleri ile de iyi özellikle İrem hocayla 6 senedir beraber oldukları için tabi bir yakınlık var bir de hoca saygısı var. İrem hoca tabi biraz sert karakterlidir ama abladır. Ama kızarken de abladır voleybolun dışındaki hayatlarında da abladır o yüzden ilişkileri iyidir. Oyun voleybol sırasında kızmalar bağırmalar çağırmalar alınmalar oluyor tabi ergen bunlar ama genelde iyiler.

Ailenin Antrenörle Kurduğu Pozitif İletişim

Sporcu, aile ve antrenörlerle yapılan görüşmelerden ulaşılan en önemli sonuçlardan bir tanesi de aile ve antrenör arasındaki iletişimin çocuğa sağlanan destek bakımından çok önemli olduğunun aile tarafından kabul edilmesidir. Görüldüğü kadarıyla iletişim ne kadar kuvvetli olursa her iki taraf da çocukla ilgili o kadar ayrıntılı bilgiye sahip olabilmekte ve çocuğa nasıl destek olabileceğini daha iyi algılamaktadırlar. Ancak görüşülen antrenörlerden yalnızca ikisinin ailelerle yeterli derecede pozitif iletişim kurduğu diğer antrenörlerin aileyi dışarıda bırakma eğilimi içinde olduğu anlaşılmıştır.

Hakan-aile: Paylaşıyor. Biz de iyi iletişim içindeyiz antrenörüyle. Bazen yüz yüze bazen telefonla iletişim halindeyiz sürekli. Şu ana kadar bir sorun yaşamadık, Hakan da yaşamadı bildiğim kadarıyla. Yani yaşları uygun olsa arkadaş olurlardı.

Orhan-anne: Dediğim gibi çok fazla içinde değiliz almıyorlar antrenman salonlarına falan. Onunla ilgili olumsuz bir şey söylemiyor. Çok büyük bir saygısı var. (...)

4.2.3. Hak İhlalleri

Spor ortamında antrenör ve aileler tarafından yapılan hak ihlalleri hakkındaki sorular ailelere dolaylı yollardan sorulmuş, elde edilen bilgiler yorumlanarak konuya ilişkin aile görüşlerinin çocuklardan elde edilen bulgularla büyük bir paralellik gösterdiği anlaşılmıştır. Ailelerden ayrıca eşit fırsatlara sahip olmakla ilgili çocuktan daha farklı bilgiler de elde edilmiştir.

Kaliteli Yetişkin Eğitime Sahip Olma Hakkının İhlali

Bu konuda ailelerin üzerinde durduğu en büyük sorun alanı çocukların yeterli sayıda eğitime sahip olmaması olarak karşımıza çıkmıştır. Bir takımın 12-15 kişiden oluşması her sporcunun ihtiyaçlarının farklı farklı olması, sporcuları her konuda bilinçlendirmenin çok önemli olması ve tek bir antrenörün bu konuda yetersiz kalması, yardımcısı olsa dahi bu yardımcıların gerekli bilgi birikimine sahip olmaması aileler tarafından büyük bir sorun alanı olarak görülmektedir.

Meltem-anne: (...) Yani evet, bazen şirazeyi kaçırıyor. Bence onun kendisi de farkında ama bir de şöyle bir şey var bir taneyle uğraşamıyoruz. Burada 50 tane çocuk var anası danası. Ve her çocuk ayrı muamele bekliyor. E bu da insan yani hangi birini ne yapsın. Ben bazen kendi kızıma tahammül edemiyorum. Buradaki suç yine yönetimde antrenörde değil bu kadar sorumluluk tek bir insanın sırtına yüklenmez ki. Adam gibi iki üç yardımcı ver günah ya. Buradaki yardımcı antrenörler genç, öğrenci, kızlar da takmıyor onları. Ben kaç kere müdahale etmek zorunda kaldım bence İrem hocanın da sıkıntısı o.

Antrenörün yarattığı disiplin ve mesafe diğer bir sorun alanı olarak karşımıza çıkmıştır. Ailelerin söylemlerine göre antrenörler çocukların kendilerine yaklaşmasını engelleyen bir mesafe koymakta, çocukların yaptıkları hatalara büyük bir kızgınlıkla yaklaşmaktadır. Bu durum da çocuğun başta yaralanma olmak üzere bazı önemli konuları antrenörden saklamasına sebep olmaktadır.

Semra-baba: (...) Semra bunu ara ara yaptı bizden de sakladı. Saklıyor, İrem hocadan hayda hayda saklıyor. Son İzmir'deki turnuvada bakıyorum suratına ben ne kadar acı çekerek oynadığımı

anlıyorum dizinden. Ama tamam orası artık bir final, antrenör de fark edemiyor. Ama oyuncuya şu söylenebilir tamam sen sakatsın kenarda otur. Ama bazen kritik dönemde kritik oyuncuların sakatlanması bile suç olabiliyor. Şimdi bu olmamalı hiç kimse isteyerek sakatlanmaz. Bunu böyle yaptığımızda karşı taraf bunu saklar.

Başarı İçin Çabalarken Eşit Fırsatlara Sahip Olma Hakkının İhlali

Sporcuların başarılı olmak için çabalarken karşılaştıkları bazı adaletsizliklerin onları olumsuz yönde etkilediği aile söylemlerinden elde edilen bir bulgudur.

Orhan-anne: Aslında ben bu ülkede yüzde yüz yeteneğe bakıldığını düşünmüyorum maalesef her yerde olduğu gibi sporda da kayırma olayı var. Bu benim gözlemim kişisel görüşüm. Özellikle abisi falan A takımında oynayanlar iyi yerde oynayanlar bir adım öndeler. Tabi böyle şeyler hem severek takip eden bizleri hem de çocuğu soğutan etmenlerden bir tanesi.

Orhan'ın annesinin yukarıdaki söylemlerine bakıldığında sporcuların eşit şartlara sahip olmaması ve voleybol içerisindeki iltimasın hem aileleri hem de sporcuları olumsuz yönde etkilediği anlaşılmaktadır.

Yine bazı kulüplerde eşit fırsatlara sahip olma hakkının ihlal edildiği durumlardan bir tanesi sporcuların yeterli antrenman saatine sahip olmamasıdır.

Mahmut (antrenör): Evet süre kısıtlı ve bizim ısınma sürelerimiz de çok farklı, hani öyle basketbol gibi ısınmıyoruz. İlla koşacağız, o stretching olacak, driller var yarım saat oraya gidiyor. E topla drill yapmam için 1 saat sürem kalıyor. Yani o bakımdan bakarsam benim sürem kısa.

Özenli Davranılma Hakkının İhlali

Sporcuya özenli davranılma hakkının ihlali negatif aile desteğiyle ortaya çıkmaktadır. Ailenin çocuğun hayatından habersiz olması, çocuğun yeteneğini küçümsemesi, isteklerini göz ardı ederek kendi hırslarıyla farkında olmadan spor konusunda çocuğu fazlaca hırslandırması ve antrenör olan bir babanın mesleki

körlüğünün çocuğu olumsuz etkilemesi söylemlerden çıkarılan negatif destek örnekleridir.

Zarife-baba: Yoktu hatta ilk İ.'de başladı 5-6 ay gitti sonra oradaki hocaları bundan olmaz dediler.

Araştırmacı: Şimdi pişmanlardır herhalde.

Zarife-baba: Yok canım niye pişman olsunlar, oradakiler de çok iyi.

Araştırmacı: Ama Zarife de çok iyi

Zarife-baba: Yo ya çok iyi değil. Bir yetenek var farkındayım ama çok iyi değil bu kadar antrenmana göre (...)

Araştırmacı: Peki baktığın zaman ikiniz de Turan'ın spor yaşantısı ile yeterince ilgileniyoruz diyebiliyor musunuz? Yoksa bir mesleki körlük oluyor mu?

Turan-baba: Maalesef oluyor. Yani aynı alandayız, aynı branşta olmamıza rağmen ben mesela Turan'ın antrenörleriyle hiç bu konuları konuşmadım, teknik taktik anlamında Turan ile hiç konuşmamız olmadı. Yani hocanın işine karışma anlamında yanlış olmaması için.

Mine-anne: Şimdi işin açıkçası ben bunu biliyorum. Ben de haftada bir gün offla ortaokul ve lise hayatımı geçirdiğim için ben bu için böyle olduğunu bildiğim için zaten beklentim bu doğrultuydu. (...) İşte bir ankara şampiyonluğu aşamasında gerçekten çok sıkı çalıştılar. Ama olması gereken de oydu. (...) Bu işin kuralı bu, yani ben bunu bildiğim için de ay bu antrenman bize çok geldi gibi bir söylemim yok işin açıkçası.

Ailelerin bu davranışları sonuçlarının nereye gittiğini düşünmeden tamamen bilinçsiz bir şekilde sergiledikleri fark edilmiştir.

4.2.4. Sporcuya Ait Olmayan Beden

Ailelerle çocuklarda ortak olarak karışımıza çıkan bu tema altında elde edilen bilgilerin genel itibariyle çocuklardan elde edilen bilgilerle örtüştüğü görülmüş, burada çocuklardan farklı olduğu düşünülen bilgiler ele alınmıştır.

Ağrıyla Oynama

Görüşme yapılan ailelerin çocuklarının voleybol yaşantısını dahil olabilmek için ellerinden geleni yaptıkları bu sayede çocuğa ilişkin bir farkındalığa sahip oldukları görülmüştür. Bu noktada aileler çocuğun ağrıyla oynamaya devam etme sebeplerine ilişkin çeşitli görüşlerini dile getirmişlerdir.

Semra-baba: Tabi ki, şimdi Semra bunu ara ara yaptı bizden de sakladı. Saklıyor, İrem hocadan hayda hayda saklıyor. Son İzmir'deki turnuvada bakıyorum suratına ben ne kadar acı çekerek oynadığını anlıyorum dizinden. Ama tamam orası artık bir final, antrenör de fark edemiyor.

Berna-anne: Muhtemelen kenarda oturmak istemiyordur. Uzakta kalacağını düşünüyordur. Sorduğum zaman zaten çok acımıyordu hani çok ağrım yoktu diyor.

Ailelere göre çocukların ağrıyla oynamaya devam etmelerini en belirgin sebepleri yukarıdaki örneklerde de görüldüğü üzere; antrenmandan geri kalmamak, fazla hırslı olmak, final maçlarındaki başarı ve kendini gösterme baskısı ile antrenörün ağrıyla oynamasına izin vermesidir.

Yaralanmayı Saklama

Yaralanmayı saklama da ailenin farkına vardığı veya çocukların aileyle paylaşması sonucu bilgi sahibi olduğu bir sorun alanıdır. Ailelerin yaralanmayı saklama sebeplerine ilişkin sporculardan farklı olarak ortaya koydukları görüşleri ise aşağıda maddeler halinde sıralanmıştır.

- Antrenörün yaralanan oyuncuya suç işlemiş gibi davranması,
- Final maçlarının yarattığı stres ve başarı baskısı,

- Sporcunun elde ettiği prestiji kaybetmek istememesi,
- Takımdan kesilmek istememe,
- Maç yapmanın heyecanını yaşamak isteme,
- Yedekte kalmanın gururuna dokunması

Semra-baba: (...)Ama tamam orası artık bir final, antrenör de fark edemiyor. Ama oyuncuya şu söylenebilir tamam sen sakatsın kenarda otur. Ama bazen kritik dönemde kritik oyuncuların sakatlanması bile suç olabiliyor. Şimdi bu olmamalı hiç kimse isteyerek sakatlanmaz. Bunu böyle yaptığınızda karşı taraf bunu saklar.

Onur-baba: Ya takımdan kesilmek istemiyor. İlk altı çıkmak hoşuna gidiyor. Yedekte kalmak gururuna dokunuyor, kabullenemiyor herhalde yani etkenler bunlar herhalde. Yoksa sakatlığından dolayı hocanın kızacağına falan düşündüğünden değil. O anki heyecanı yaşayamama korkusu diyebiliriz yani.

Normalleştirme

Sporcuların, antrenörlerin ve hatta ailelerin sorun alanları ile başa çıkma konusunda kullandıkları bir savunma mekanizması olarak karşımıza çıkan normalleştirme ailelerle yapılan görüşmelerde de karşımıza çıkmıştır.

Aşırı yoğun antrenman temposunu “bütün takımlar bu şekilde çalışıyor demek ki bu işin rutini bu” yaklaşımıyla normalleştirme, yaralanmayı normalleştirme ve negatif antrenör davranışlarını normalleştirme ailelerde karşılaşılan normalleştirme biçimleridir.

Yapılan görüşmelerde ailelerin hem kendilerinin yaralanmayı normalleştirdiği hem de çocukların normalleştirmesine ilişkin söylemleri olduğu görülmüştür.

Berna-anne: Çok da bir şey söylemiyor aslında bazı zamanlar işte yoğun antrenmandan çıktığı zaman omzunun ağrıdığından bahsediyor. İşte omzum ağrıyor bileğim ağrıyor ama onun harici çok ağrıyor şöyle de böyle de diyen bir çocuk değil. Yani spor yaptığı için

sakatlanmanın normal olduğunu düşünüyor. Sakatlığı normalmiş gibi geliyor ona

Zarife-baba: Öyle aşırı sürekli dile getirdiği bir husus değil. Kafaya taktığını düşünmüyorum. Ağrıdığı zaman ağrısını çekiyor öyle takıntı haline getirmiyor. Hatta bazen hem beli ağrıyor hem şu kadar ağırlık altına girdim bu kadar kaldırdım diye anlatıyor ben de kızıyorum hem belim ağrıyor diyorsun hem de ağırlık yapıyorsun diye

Tarkan-baba: Geçen sezon Tarkan'ın bir iki bilek burkulması oldu ama çok önemli değildi.

Meltem-anne: Ben size şöyle söyleyeyim Meltem'in sakatlığı aslında çok basit bir sakatlık, ben herhangi bir voleybolcu ya da basketbolcunun hiç kafasına takmayacağı bir şey. Dizindeki zaten önemli bir şey değil sıçramaya bağlı herkesin yaşadığı bir şey.

Ailelerin söylemlerinden ortaya çıkan bir diğer normalleştirmenin antrenörlerin kendi davranışlarını meşrulaştırma çabaları olduğu görülmüştür.

Osman-aile: Takıma giremediği halde geliyordu anne Murat hoca bize top toplattırıyor ama ben yapıcım diyordu. O kadar çok üzülüyordu ki hırsından ağladığını bile biliyorum. Ama ben yapıcım anne dedi. Murat hoca diyor ki ben denedim o zaman diyor nitekim karşıdaki çocuk bıraktı. Diyor ki ben bunu denedim gerçekten seviyor mu yapabilecek mi diye.

Yukarıdaki örnekte antrenörün çocuğu bıraktırmak için mobing uygulaması çocuk başarılı olunca da “gerçekten seviyor mu yapabilecek mi diye denedim” söylemiyle yanlış davranışını meşrulaştırmaya çalışması söz konusudur.

Orhan-anne: Şimdi şöyle; ben anne olarak bile izlerken hırs duyuyorsam, kulübün bir şeyler beklemesi çok normal. O da bu çocuğa yatırım yapıyor, emek veriyor dolayısıyla karşılığını bekliyor. Orhan şimdi çocuk hiçbir sorumluluğu yok ama antrenörlerin bir ev

hayatı var çoluk çocuğu var ve buraya bu kadar zaman ayırıyorsa e karşılığında da başarı beklmeleri çok normal yani.

Yukarıdaki örnekte Orhan'ın annesi çocuğun üzerindeki yoğun başarı baskısını normalleştirerek, kendisini çocuğunun olumsuz bir durum içerisinde olmadığına ikna etmeye çalışıyor görünmektedir.

Onur-baba: E tabi antrenör biraz bağırarak çağırarak disiplin kurması lazım. Veliler böyle durumlarda sen nasıl benim çocuğuma herkesin içinde bağırırsın diyebiliyor.

Yukarıdaki söylemiyle babanın antrenörün kızma ve bağırma davranışını normalleştirdiği görülmektedir.

Her Şeyi Bilen Antrenör

Aile görüşmelerinde, çocuklarla yapılan görüşmeler sonucunda elde edilen bulgulardan ortaya çıkan antrenörün söylediği şeylerin her zaman doğru olduğu, ne söylerse yapılması gerektiği düşüncesinin aileler tarafından da paylaşıldığı görülmüştür. Aileler çocukların antrenörün sözüne herkesten fazla değer verdiği, ona koşulsuz itaat gösterdiği yorumunu yapmış ve bu durumdan çoğunlukla memnuniyet duyuyor görünmüşlerdir. Hatta bir adım ileri giderek çocuklarına yaptırmak isteyip de yaptıramadıkları şeyler için antrenörlerden destek istemişlerdir. Antrenörlerin de bunu destekleyecek yönde söylemleri olmuştur.

Tarkan-baba: (...) Malum bu yaştaki çocuk için hocasının dediği şey kuraldır. Tarkan biraz kuralcı da bir çocuk, ben bir şey yaptıramadığım zaman Ahmet'e söylüyorum okulda da hocalarına söylüyorum onlar söyleyince yapıyor.

Murat –antrenör: (...) Hatta ben istemesem de biraz şey oynuyorum burada, işte hepimizin bir rolü var, birazcık sert işte disiplin figürünü oynuyorum (güler) istemesem de. Bu yaş grubunda bu çocuklar bundan etkileniyorlar, hatta ailede zaman zaman yaptıramadığı şeyi bizim yaptırmamızı bekliyor ama tabi ki o değil.

Bu konuda bir diğere önemli bulgu antrenörlerin sözüne koşulsuz bir şekilde güvenen tarafın yalnızca çocuklar olmaması aynı zamanda ailelerinde antrenöre büyük bir güven duymasıdır.

Onur-baba: (...)Hoşuma gidiyor yani Akif hocanın hayatında da çok etkisi var. Benim akıl edemediğim şeyleri çocuklar hakkında gelecek hakkında o söylüyor bazen, helal olsun adam onu da düşünmüş diyorum. O yüzden Akif hoca şu anda ne söyleirse ben endişe etmeden peşinden gönderebilirim yani çünkü hakikaten iyiliğini düşünüyordur.

Elde edilen bulgulara göre aile ve antrenör arasındaki bu güven duygusu çocuklar için genellikle olumlu sonuçlar doğurmasına karşılık bu konuda bazı istisnaların oluştuğu da görülmüştür. Örneğin yaşanan bir olayda antrenör olan Murat geldiği kulüpte fiziksel özelliklerini çok yüksek görmediği bir sporcu olan Osman'ı takımdan uzaklaştırmak istemiştir. Ancak sporcuyu atıyor görünmemek için kendisinin ayrılmasını sağlamak üzere mobing uygulamaya başlamıştır. Bunu takiben başka bir antrenörü tarafından Osman'ın oynadığı pozisyonun değiştirilmesiyle sporcu çok başarılı olmuş, ancak bu süreçte gördüğü muamele sebebiyle Osman ve ailesi çok zor günler yaşamıştır. Bütün bu süreci takiben sporcunun başarısını gören Murat sporcu ve ailesiyle görüşerek “ben Osman'ı denemiştım özellikle psikolojik baskı yaparak onun elit seviyenin gerektirdiği bu baskıyı kaldırıp kaldıramayacağını test etmişim bu sayede şu an iyi bir oyuncu oldu” benzeri söylemlerle davranışlarını meşrulaştırmaya çalışmış ve bunda başarılı olmuştur. Osman ve ailesiyle yapılan görüşmelerde şu anda her iki tarafın da antrenöre koşulsuz bir güven duyduğu ve takdir ettiği anlaşılmaktadır. Antrenörün burada yaptığı aslında yanlış davranışını normalleştirme sürecidir.

Çok Büyük Hedefler

Ailelerin söylemlerinden anlaşıldığı üzere çocuklar spor hayatlarında antrenörlerinin de etkisiyle kendilerine çok büyük hedefler koymaktadırlar. Bu durum sporcularda ortaya çıkan “meslek olarak voleybol” temasına benzer olumsuzluklar yaratmaktadır. Özellikle fiziksel dezavantajı sebebiyle birinci ligde oynama şansı olmayan yetenekli sporcularla kendi monitör sporcu ihtiyacını

karşılamaya çalışan antrenörler bu sporcuların çok büyük hedefler koyarak kendi bedenlerine aşırı yüklenmelerine izin vermektedirler.

Meltem-anne: Çok sevdiğini söylüyor. Kendini çok iyi yerlerde görüyor ileride. Milli takımda görüyor, eczacıda görüyor, vakıfta görüyor, belki yurtdışında oynayabilirim diyor ve eğitimini de bu yönde almak istiyor. İleride kendini ilk kadın milli takım antrenörü olarak görüyor. Hedefleri var yani.

Akıf-antrenör: (...) bir sporcu her zaman 1. Lig oyuncusu olmasını bekler. Benim bakış açımı sorarsanız, bu antrenörün hem veliyi hem çocuğu yönlendirmesi gereken bir durum. Dolayısıyla önce antrenör ne yaptığını bilmeli. Yani doğru seçim hangi çocuk elit seviyenin ihtiyacını karşılayabilir hangi çocuk monitör olabilir yani ilerleyen zamanda voleybol adamı olabilir. Bu noktada tüm sporcuları voleybolun içinde düşünmek lazım ama elit seviyeye gelince hepsinin 1. Lig oyuncusu olması mümkün değil.

4.2.5. Yaralanma Sebepleri

Yaralanma sebepleri aile görüşmelerinde de sporculara benzer şekilde içsel ve dışsal olmak üzere iki tema altında bir araya gelmiştir. Bu temalar altında yine benzer bulgular elde edilmiş ancak verilen örnekler farklılık göstermiştir.

Dışsal Faktörler

Yaralanmada en önemli dışsal faktör yaralanma konusunda sporcu ve aileyi yeterince bilinçlendirmemek olarak karşımıza çıkmıştır. Ailelerin söylemlerinden, kulüplerin ve antrenörlerin ne sporcu ne de ailesini yaralanmalar konusunda yeterince bilinçlendirmediği, bu durumun da sporcunun yaralanmamak için gerekli önlemleri almaması ve iyileşmeden sahaya dönmesi gibi olumsuzluklar yarattığı anlaşılmaktadır.

Meltem-anne: Ben eczacıbaşındayken sakatlığın ne olduğunu bilmiyordum açıkçası, sakatlanınca öğrendim. (...) Ama şimdi zaman çok değişti. Bu yetişen sporcu çocukların sakatlık konusunda yeterince

bilgilendirilmediğini ve eğitilmediğini düşünüyorum. Isınma sırasında 20 tane şınav diyorsa 18 tane yapmak seni sakatlar. Bu çocuk bunun sorumluluğunda değil. Ama dediğim gibi bunu açıklayacak yeterli sayıda antrenör de yok.

(...)

Araştırmacı: Peki diğer veliler bu konuda bilgi sahibi mi? Kulüp bazında bilgilendirme yapılıyor mu?

Meltem-anne: Hayır hiç bilgi vermiyorlar bence verilmeli.

Yaralanma konusunda diğer dışsal faktörler ise voleybolun oynandığı zemin ve voleybol branşına uygun olmayan ayakkabılar giymek gibi yanlış malzeme seçimidir.

İçsel Faktörler

Yaralanmada etkili içsel faktörlerin ise aşağıdaki şekillerde ortaya çıktığı görülmüştür.

- *Yaşam Stresi:* ailelerin söylemlerinden sporcuların yaşanan psikolojik travmalar, günlük problemler ve final maçlarının yarattığı stres gibi yaşam olayları sebebiyle yaralanma yaşayabildikleri anlaşılmıştır. Bu bulgu stres-spor yaralanmaları modelini de destekler niteliktedir. Ancak bu durum net olarak yalnızca iki sporcuda görülmüştür. Bu sporculardan bir tanesi olan ve daha önce de sözü edilen Orhan sebebi belli olmayan, doktorların teşhis koyamadığı şiddetli bir göğüs ağrısı sebebiyle aylarca büyük acılar çekmiş ve bu şekilde oynamaya devam etmiştir. Bu durum araştırmacı tarafından sorgulandığında sporcudan sporcunun o dönemde kız arkadaşından ayrıldığına dair bir bilgi elde edilmiş ancak bu olayın çocukta yarattığı travmanın boyutu annesiyle yapılan görüşmeyle anlaşılabilmiştir. Hiçbir teşhis konulamayan bu yaralanmanın çocuğun üzüntüsünü somatize ederek bedenine yansıtması sonucu olduğu düşünülmektedir. Diğer bir vakada bedenin çeşitli bölgelerinde antrenman yoğunluğuna bağlı ağrılar olan Meltem bu ağrılarının bir türlü geçmemesi üzerine psikolog olan annesi tarafından doktora götürülmüş ancak doktorlar ağrılarının geçmemesi için hiçbir sebep olmadığını ifade etmişler. Ancak anneden alınan bilgiye göre

çocuk bu dönemde okul, üniversite sınavı ve bir türlü kadroya girememek gibi zorluklar yaşamaktaymış. Bunun üzerine doktorlara görüşen annenin çocuğun yaşadığı stres yüzünden ağrılarının bir türlü geçmediği sonucuna vardığı görülmüştür.

- *Dikkatsizlik*: görüşmelerde aileler dikkatsizliğe sebep olduğunu düşündükleri bir takım durumlar tanımlamışlardır. Bunlar; yaşın küçük olması sebebiyle izleyenlere kendini göstermek isteme, böylece dikkatin içinde bulunduğu pozisyondan uzaklaşması, çeşitli sebeplerle konsantrasyon eksikliği yaşama, başarı odaklı hareket edip yalnızca maçlarda performans sergilemenin yeterli olduğunu düşünme ve antrenmanı ciddiye almama, ergenliğin getirdiği dikkatsizlikler, ağır bir ilaç kullanımı, antrenörün hareketlerinden etkilenme ve karşıdaki oyuncunun dikkatsizliğidir.

Mİne-anne: (...) Ondan sonra yani o aşamada biraz şeyde var tabi ergenliğin getirdiği dikkatsizlik de var. Hani bakmadan yürümeler, step tahtasında çalışırken boşa basma. Biz de tabi konuşarak, doktoru konuşarak, antrenörü konuşarak şey yaptı. Tabi bu sene mesela hocası da takip ediyor işte buz koymalar onlara daha bir dikkat etti.

HÖT-aile: (...) Yani dikkat dağınıklığı ya da psikolojik sıkıntı varsa her meslekte olduğu gibi sorun yaratır. Hele de sporda konsantrasyon ve dikkat çok önemli bunlar olmadığında ya sportif sakatlıklar ve yada başarısızlık olacaktır

- *Aşırı Konsantrasyon*: sporcunun özellikle önemli maçlarda aşırı konsantre olması ve kendini çevresel uyaranlara kapatmasıyla yaralanma yaşadığı elde edilen bulgular arasındadır.

Tarkan-baba: Yok aşırı konsantrasyon vardı. Aşırı konsantrenin de ters teptiğini düşünüyorum ben.

- *Yaralanmada Sporcu Sorumluluğu*: sporculardan elde edilen bulgularla paralel olarak aileler yaralanmada çocukların sorumluluğu olduğunu dair görüş beyan etmişlerdir. Aileler göre antrenörden habersiz bilinçsizce çalışmak,

kaytarmak, uykusuzluk ve yemek bozuklukları sporcunun sorumluluğunda olan başlıca yaralanma sebepleridir.

Onur-baba: Hatta bazen hem beli ağrıyor hem şu kadar ağırlık altına girdim bu kadar kaldırdım diye anlatıyor ben de kızıyorum hem belim ağrıyor diyorsun hem de ağırlık yapıyorsun diye. Zorlama diyorum.

4.3. Antrenörlerden Elde Edilen Veriler

Antrenörlerle yapılan görüşmelerde, yaralanmaya ilişkin genel görüşleri ve sporcularının yaralanmalarına ilişkin görüşleri, sporda çocuk hakları ihlallerinin durumu ve stres-spor yaralanmaları modeline ilişkin sorular sorulmuş, alınan cevapların analizinde 4 ana temaya ulaşılmıştır. Bu temalardan sporcu ve aileyle benzer olanlar alınmamış, yalnızca farklı bulgular aktarılarak, desteklenen bulgular ayrıca ifade edilmiştir. Bunların yanı sıra antrenörlere stres-spor yaralanmaları modeline ilişkin görüşleri doğrudan sorulduğu için diğerlerinden farklı olarak antrenörlerde “stres-spor yaralanmaları” alt-başlığı bulunmaktadır. (temalara alt başlık mı demeliyim?)

4.3.1. Sporcuya Sağlanan Sosyal Destek

Antrenör görüşmelerinde aile ve arkadaş desteğine ilişkin veri elde edilememiştir. Bunun temel sebebinin antrenörlerin ailelerden büyük ölçüde kopuk oluşu ve sporcuların arkadaşlık ilişkilerini çok fazla önemsememelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Sporcunun yaşamında performansına yansıtacak derecede önemli bir problem olmadığı sürece antrenörlerin sporcuların aile ve arkadaşlık ilişkilerini sorgulamadığı görülmüştür.

Antrenörlerin gözlemleri içerisinde arkadaş desteğine ilişkin tek bir bulguya rastlanmıştır; antrenörler çocukların aynı forma için rekabet etmelerine rağmen birbirlerine büyük bir özveriyle destek olduklarını ifade etmişlerdir.

Pozitif Antrenör Desteği

Antrenörlerin kendi yaşantıları doğrultusunda aktardıkları ve söylemlerinden çıkarılan destek davranışları aşağıda maddeler halinde sıralanmıştır.

- Antrenörün sporcunun hayatına sahanın dışında da dahil olması, ailesini tanınması, nasıl bir aile hayatı ve yaşam standardı olduğunu bilmesi,
- Sporcuyla belli bir disiplin çerçevesinde arkadaş olabilmesi,
- Sporcuya her konuda destek olabilmesi, onunla her şeyi paylaşabileceklerinin hissettirmesi,
- Çocuklarla güçlü bir iletişim kurarak yaralanmayı saklamalarını önlemesi ve yaralanmayı saklamanın zararlarını tehdit etmeden anlatabilmesi,
- Yaralanma öncesi veya sonrasında sporcusunu takip ederek destek olması,
- Sporcularla empati kurabilmesi,
- Antrenörün aileyle pozitif bir iletişim kurabilmesi

Akif: Bir insan bir ruh o ruh iyiyse zaten performans artar yoksa artmaz. Anlayabiliyor muyum a gelince de benim önceliğim zaten bu olduğu için anlayabiliyorum. Benim sporcularımla hem antrenmanın içerisinde hani gözlem anlamında söylüyorum bunu gözlemliyorum bunu ve zaman zaman antrenmandan ayırdığım sporcular da oluyor. Bazen bunu tepki vererek de yapıyorum, ama bazen durumun gidişatına göre sporcuyu rahatlatarak da yapıyorum. Artı bu sadece sahanın içinde değil. Bir antrenörün sahanın dışında da oyuncusun hayatına dahil olması lazım, ailesini tanımak zorunda, nasıl bir yaşam standardı var bilmek zorunda. Bunların hepsi birbirine bağlı bir zincir bence, antrenör bunların hepsini bir arada gözlemlerse sizin şu anda yapmakta olduğunuz çalışmaya etkisi olabilir.

4.3.2. Hak İhlalleri

Görüşmeler sırasında antrenörlerin bazı söylemlerinden farkında olmadan sporcuya yönelik hak ihlalleri yaptıkları anlaşılmiş ve yapılan analizler sonucunda aşağıdaki temalara ulaşılmıştır. Bu tema ve alt temalar sporcuyu ve aile görüşmelerinden elde edilenlerle benzer özellikler taşımasına karşın biraz daha derinlemesine bilgiler içermektedir.

Özenli Davranılma Hakkının İhlali

Yapılan görüşmelerde antrenörlerin çocuğun özenli davranılma hakkını ihlal eden davranışlar sergiledikleri anlaşılmıştır. Örneğin antrenörün sporcuya çok fazla bağırması sporcuya özenli davranmadığının göstergesi olarak görülmektedir. Bu tarz davranışların sporcuları voleybola karşı soğuttuğu, isteksiz olmalarına sebep olduğu ve dikkat dağınıklığı yarattığı sporculardan elde edilen bulgular arasındadır.

Sezin-sporcu : Hiçbir şey duymam maç boyunca. Bir tek antrenör bana maç içinde çok fazla bağırırsa dikkatim dağılır..

Bu tema altında ayrıca antrenörlerin yine çocuklara özenli davranılma hakkını ihlal eden negatif aile desteğine ilişkin görüşlerine de yer verilmiş, bu konudaki antrenör görüşlerinin sporcu ve ailelerinkiyle tutarlı olduğu gözlenmiştir.

Antrenör üzerindeki başarı baskısı ve bunu sporculara yansıtma şekli çocuğun spordan haz almasını etkileyen en temel faktörlerden birisi olarak kaşımıza çıkmıştır. Deneyimsiz antrenörlerin başarı baskısını daha fazla yansıttığı konusunda çeşitli bulgular elde edilmiştir.

Tarık: Tabi orada antrenörün tecrübesine göre değişiyor. Çünkü antrenör tecrübeli ise bunu takımına yansıtıyor ama antrenör tecrübesiz ise direk o gördüğü baskı oyuncularına, yaptırdığı antrenmanlara, davranışlarına, molalarına, her şeyine yansır o baskı. Bunu en elit kulüplerde bile görüyorsunuz. Hepsinde antrenörlere korkunç bir yanlış baskı var. Söylem hep şey önemi olan oyuncu yetiştirmek ama ondan sonra bir maç kaybettiğin zaman bizim aramızda ezeli rekabet vardı naptın diye bir cümle kuruyorlar altyapı için.

Antrenörlerin söylemlerinde içinde yaşadığımız toplumda yalnızca başarının ödüllendiriliyor olmasının büyük bir başarı baskısı yarattığı, bu noktada kulüp yöneticilerinin beklentilerinin antrenörleri istemedikleri davranışları sergilemeye yönlendirdiği anlaşılmıştır. Antrenörlerin bu baskıyı sporcularına en fazla yansıttıkları zamanların da final maçları öncesi hazırlık dönemi ve maçlar sırası olduğu, yaralanmaların da bu dönemlerde yoğun bir şekilde yaşandığı, tüm görüşmeler sonucunda elde edilen ve tüm tarafların söylemleriyle onaylanan önemli bir bulgu olarak karşımıza çıkmıştır.

Sezin-sporcu : (...) Genelde kötü etkiliyor. Zaten öyle hissettiğim maçlar ya final maçları oluyor ya çapraz maçlar oluyor. Zaten grup maçlarında eğlenmemize bakıyorum eğlenmek için onuyoruz zaten öyle olunca iyi sonuçlar alıyoruz. Ama final maçı gibi maçlarda onlarda hiç hata yapmamam gerekiyor diye bir düşünce oluyor bende öyle olunca da normalden daha fazla hata yapabiliyorum çünkü stres yapıyorum.

(...) Final maçında karşıdaki smaçör bizim sahaya uçu ben de onun ayağına bastım yere düştüm bileğim döndü ama kontrollü düştüm şimdi geçti.

İrem: (...)sezon sonuna doğru Ankara finali oynanmaya başladığı andan itibaren sakatlıklar artıyor çünkü daha zor maçlar yapıyorlar. Ağrısı olsa da maça devam etme istekleri var, omzunu orada bıraksa bile kazanma arzusu var bittikten sonra söylüyorlar. Şiddetli egzersizlerin sıklığı arttıkça sakatlık oranı da artıyor bence. Sezon sonuna doğru başlıyor kimi doktor ameliyat diyor kimisi kuvvetlendirme diyor. Kuvvetlendirilse bile geçmeyecek ağrılar söz konusu çünkü dejenere olmuş bir noktaya bir sene sonra tekrar aynı hatırlatmayı yapıyorsunuz. Tekrar dejenere oluyor ve bu artık kronik bir duruma geliyor. Aşlamıyor yani bence.

Sözü edilen başarı baskısının çocuklara yansımalarının; stres altında kalarak ağlamak, üzülmek, depresyona girmek gibi psikolojik ve sıkıntıyı bedene yansıtmak gibi fizyolojik sorunlar yaratmak şeklinde olduğu elde edilen bulgular arasındadır.

İrem: Özel hayatlarında aileleri ile sık sık konuşuyorum; ciddi stres altında kalıp ağladıkları üzüldükleri, depresyon noktasına gelebildikleri olduğu, onun dışında bununla ilgili yardım istediler benden. Onun dışında bazılarının stresi yansıtma şekli psikolojik değil fizyolojik. Kimisi midesinden rahatsız oluyor kimisi başka türlü sakatlıklara sebebiyet veriyor. Ben iyi miyim olgusu belki antrenmanda bir anlık dalgınlık sonrasında sakatlıklara sebep oluyor bunları çok net hissedebiliyorum ben.

Bunların dışında antrenörlerin farkında oldukları ve kendileri dışında gelişen baskı şekillerinden bir tanesi voleybolda değişen puanlama sistemi, diğerleri ise maddi kazanç bekleyen veya spor yapmış bırakmış ailelerin çocukları üzerinde kurdukları başarı baskısı olarak karşımıza çıkmıştır.

İrem: Bu sene mesela Türkiye voleybol federasyonunun getirdiği bir sistem var. A takımlara önümüzdeki yıldan sonra altyapılarının elde ettiği Türkiye derecelerine göre bir scala üzerinden puan verecekler. Dolayısıyla A takımın hissettiği başarı baskısının aynısını altyapılarda hissediyor, iliklerine kadar hissediyor.

Tarık: Ben velileri üçe ayırıyorum. Bir tanesi bilinçli veliler, çocuğu spor yapsın diye başlatmış, çocuk voleybolu istemiş ondan sonra gelmiş voleybolcu olmuş çocuk. Onu destekliyor. Bir ikincisi çocuğu maddi bir şeyler katsın diye ailesine. Çocuğu getiriyor başlatıyor sonra aile senden daha talepkar oluyor. Kazanmalısın sen de burs kazanmalısın ayakkabını sana onlar alsın diye, şimdi bu ayrı bir baskı oluşturuyor. Bir üçüncü grup veli var kendi voleybol oynamış elenmiş olamamış ondan sonra aileler de bizden daha fazla baskı oluşturmaya başladı.

Ancak her ne kadar araştırmada görüşülebilen aileler arasında sebebi belli olmayan şekilde çocuğuna başarı baskısı yapan birkaç aile ile karşılaşmış olsa da, bunların dışında maddi kazanç beklemek veya voleybolu bırakmış olmaktan dolayı çocuğuna baskı yapan bir aileyle karşılaşılmamıştır.

Daha önce de değinildiği üzere çocuğa özenli davranılma hakkını ihlal eden bir diğer unsur negatif aile desteği olarak karşımıza çıkmıştır. Antrenör gözlemlerine göre bazı aileler küçük takımdaki çocuklarından bile performans beklemekte hayatı onlara zindan etmektedir. Diğer bazıları çocuğun hırsla azmi karıştırmasına ve kendine zarar vermesine sebep olmaktadır.

Ozan: Tabi, çocuklara bir de aile baskısı da var. Mesela bir gün tribünde oturuyor çocuk, dedim niye bekliyorsun? Dedi babamı bekliyorum ama gelmesini hiç istemiyorum dedi. Dedim niye? Ya hocam dedi ya her şeyime karışıyor. Kolunu şöyle aç, böyle yap, o öyle yaptı sen niye yapmadın onun kafası çalışıyor da seninki kafa

değil mi? Hiç istemiyorum diyor gelmek istemiyorum antrenmanlara hele babamla gelmek hiç istemiyorum diyor. Ne yapabilirsiniz, babaya çaktırmadan söylemek, mesela bir gün maçıyım; şey yapıyor kol hareketini gösteriyor. Gel dedim sen oyna. Ondan sonra kızınca, bir çocuk babasına kızınca mutlu olur mu gözleri parladı hemen yanıma geldi.

Ancak yine bu araştırmada negatif aile desteğine ilişkin sporculardan elde edilen bulgular dışında, antrenörlerin saydığı bu tarz bulgulara rastlanmamıştır.

Kaliteli Yetişkin Eğitime Sahip Olma Hakkının İhlali

Tamamıyla antrenör söylemlerinden çıkarım yapılarak elde edilen bu alt temayla ulaşılan bilgiler sporcu ve aile söylemleri ile de doğrudan teyit edilmiştir.

Buna göre sporcuların altyapıda deneyimli antrenörlerle çalışmaması ve ülkede antrenörlüğün deneme yanılma yoluyla öğreniliyor olması çocuğun kaliteli eğitmen hakkının ihlalinde ilk sıralarda yer almaktadır.

Berke: Ya hemen hemen herkes bunu çeşitli yöntemlerle farkında olmadan yapıyor çünkü eğitim sistemi yüzünden her şey deneme yanılma yoluyla öğreniliyor. Sonrasında işin kötü tarafı bunu devam ettirenler var. Çünkü belli bir süre bunlar işliyor, korku ve şey olarak sana geri dönüyor ama uzun vadeli şeyler istiyorsan sana bir şey sağlamıyor. Şöyle de bir sıkıntı oluyor oyuncunun da antrenörün yaklaşımına alışma süreci oluyor. (...)

Zafer: Muhakkak. Aslında bu biraz deneme yanılma yoluna gidiyor. Çünkü antrenörlük öğretilmiyor bizim ülkemizde. Yetiştirilme şeylerinin gerçekten bir konuşulması lazım aslında, antrenörlük programları kötü, üniversitelere baktığında hep kağıt üzerinde antrenörlük. Literatürde geçen şeyler zaten her gruba uymuyor. Çünkü çocukların farklı özellikleri var. Bireysel farklılıkları var mesela ona göre de yapmak zorundasın. Bunu tecrübe ettikçe farkına varıyorsun. Kitaplarda yazan şeyleri de aslında deniyorsun tecrübe ediyorsun. Ne kadar uygulayabildiğini görüyorsun. Bu malzeme ile de tabi ki doğru orantılı. Sakatlıklar da zaten tamamen bireysel veya

bireylerin yaptığı hatalardan olmuyor. Malzemeden de kaynaklanıyor. Çocuğun kullandığı malzemeden, antrenmanda kullandığı malzemeye kadar her şey bunun bir getirisi.

Sporun doğasına uygun olarak kaliteli yetişkin bir eğitmenin sporcuların yeteneğine ve olgunluk düzeyine göre antrenman yaptırması hem sporcular hem aileler tarafından beklenen bir durumdur. Bunu yapamayan bir antrenör sporcunun kaliteli eğitmen hakkını ihlal etmiş olur. Elde edilen bulgulara göre antrenörler zaman zaman çocukların bu hakkını yüklenme-dinlenme temposunu düzgün ayarlamadan sürekli yüklenerek, kuvvet ve teknik kapasiteyi vermeden üst düzey performans bekleyerek ihlal etmektedirler. Bu araştırmaya katılan antrenörlerin de zaman zaman bu ihlalleri yaptıkları sporcu ve aile bulgularından anlaşılmaktadır.

Tarık: Şimdi A takımın biraz sulanmış genç takım senin oynadığın zamanı hatırla şimdinin yıldız takım oyunuyla o zamanın yıldız takım oyunu bambaşka. Kuvvet ve teknik kapasite olmasa da onu oynatıyor antrenörler. Bunun paralelinde, şimdi bunu yaptırırsın sıkıntı yok ama bunu hatasız yapmak için ve senin şampiyon yapmak için çalışman gereken saat yapman gereken tekrar ve şiddet onun biyolojisi ile paralel mi? Bunu yapabilecek kuvvet kapasitesine sahip mi? Antrenörler bunu göz önünde bulundurmadan şuursuz antrenman yapıyorlar. Sonra çok erken gitti kız ne oldu ön çaprazları mı gitti hayır kırkırdıkları.

Ozan: Bir kere hazırlık dönemlerini iyi geçirmeleri lazım, çocuklarda da gençlerde de. Ne zaman bir antrenmanda hangi dönem ne kadar yüklenip yüklenmeyeceklerini bilmeleri lazım, yüklenme dinlenme oranlarını bilmeniz lazım. Onun için de antrenman bilimi kitapları okuması lazım veya iyi bir kondisyonerle çalışması lazım.

4.3.3. Sporcuya Ait Olmayan Beden

Bu tema altında antrenör söylemlerinden elde edilen bilgilerin genel kapsamıyla sporcu ve aile söylemlerini destekler nitelikte olduğu ancak bazı farklı görüşleri de içerdiği gözlenmiştir.

Ağrıyla Oynama

Yapılan görüşmelerde bütün antrenörlerin ağrıyla oynama konusunda tek yönlü bir yaklaşımı olduğu görülmüş; istisnasız hepsi “sporcu ağrıyla yaşamayı öğrenmek zorundadır” söylemini dile getirmişlerdir.

İrem: Dinlenmesi gerekiyor tek tedavi yöntemi bu belki ama yüklenmende gerekiyor ara verirse geri kalmış oluyor. Kuvvetlendirmesi gerekiyor. Dinlenemiyorsa o zaman kuvvetlendirmesi gerekiyor. Ağrıyla beraber yaşamayı öğretmek gerekiyor. Açıkçası tek çözüm yolu bu bence. Sezon arasında da uygun fırsat varsa dinlenme için o şansını tanımak lazım sporculara.

Hasan: Ağrıyla oynayabilmeli bir oyuncu dersiniz evet bence öğrenmeli çünkü yeri gelecek gerçekten çok büyük bir ağrıya oynamak zorunda kalabileceksin.

Antrenörlerin sporcuları ağrıyla oynamaya ittiği diğer bir durum; ağrıya oynamayı normalleştirmek olarak karşımıza çıkmıştır.

Ahmet: Evet biz bunları yaşıyoruz. Şimdi bu genelde hani performansta bu gene sevmeye alakalı yani çocuk seviyorsa katlanma şeyi oluyor hani ben iyiyim diyerekten mutlu oluyorsa diz ağrısı on üzerinden sekiz olmalı ki çocuk ben yapamıyorum diyerek gelir. Hafif ağrıya yapamıyorum diyerek kenara çekilmez.

Yaralanmayı Saklama

Yaralanmayı saklama antrenörlerin farkındalık sahibi olduğu bir durumdur. İstisnasız hepsi sporcuların yaralanmayla oynadığını ve bunu fark etmekte zorlandıklarını kabul etmiştir.

İrem: Kesinlikle var. Söyledikleri şu; sakın İrem ablaya söyleme yoksa beni bir dahaki maç kadrosuna almaz. Çünkü ne olursa olsun sağlıkları daha önemli benim için, önce tedavi olacaklar ki daha uzun oynayabilsinler. Tabi onlar bunu algılayamadıkları ve daha anlık ve kısa düşündükleri için.

Antrenörlere sporcuların bunu neden yaptıkları sorulduğunda verdikleri cevaplar ailelerin görüşleriyle büyük ölçüde tutarlıdır. Antrenör gözünden sporcuların yaralanmayı saklama sebepleri aşağıda aktarılmaktadır:

- Antrenörün yaralanan oyuncuya suç işlemiş gibi davranması,
- Mesafeli antrenör yaklaşımı,
- Final maçlarının yarattığı stres ve başarı baskısı,
- Takımdan kesilme ve formayı kaybetme korkusu
- Antrenörün emeklerini boşa çıkarmak istememe,

Tarık: Dediğim gibi rekabet. Antrenör güven vererek bunun önüne geçebilir. Çocuğun ağrısı olduğunda sakat olduğunda ve çocuk geri döndüğünde atıyorum çocuk hak etse bile oynatmayarak değil. Oyuncuya sakatlanıp da antrenman kaçırdığı için ceza kesmemeli antrenör ya da o olmadığı için maç kaybedince onu suçlamamalı.

İrem: (...) yani biraz da bana karşı çok büyük bir bağlılıkları var, bu belki de kötü bir şey, kaybedince hepimizin olduğu kadar en başta İrem ablanın emeklerini hiç edeceklerini düşündükleri için sakatlansalar bile oynuyorlar. Omuzlarının orada bırakacaklarını bilseler maçın sonuna kadar gıklarını çıkarmazlar hatta ertesi gün yine gelirler İrem abla ben iyiyim oynat diye. Benden saklarlar yani.

Ahmet: Evet bir durumla da karşılaştık. Yani nasıl diyeyim bu saklamak takımdan kesilirim yedekte bırakırlar beni bir daha oynatmazlar böyle korkular oluyor. Sonuçta hani takım sporunda böyle bir şey var. Takım sporu olmasa bireysel spor olsa sporcu kendine daha fazla özen göstermiş olacak.

Normalleştirme

Antrenörlerin sıklıkla yaptıkları normalleştirme yaklaşımlarının; yaralanmayı normalleştirme ve antrenörün yanlış yaklaşımlarını meşrulaştırma olduğu gözlenmiştir.

Söylemlerine göre antrenörler, bilek burkulması gibi çabuk iyileşen yaralanmaları önemsiz görmekte, yaralanma sporun bir parçası bir yerleri ağrıyacak mutlaka yaklaşımı içerisine girmektedirler.

Murat: (...) bunlar hiç spor yapmamış çocuklar. Bir yılda da ciddi spor yapınca bunlar normal sakatlıklar. Bunlar yüklenmenin antrenmanın getirdiği sakatlıklar yani.

(...)

Orada çok uzağa giden bir topa koştu topu yakalamak için. Orada bacağında bir esneme oldu. Bağlarda bir esneme oldu, sakatlığımızın bir tanesi bu. Birisi de pasörlerden birinde. O da çok fazla sıçramadan dolayı şu an quadricepsinde bir sorun var. Ama çok önemli sorunlar değil bunlar yani. Bunun dışında ufak şeyler var. Parmak sakatlıkları oldu, bilek burkulması oldu. Bunlar voleybolun bir anda olabilecek şeyleri.

Mete: Yoksa sakatlık sporun bir parçası bir tarafları ağrıyacak mutlaka

Antrenör gözünden antrenörün yanlış yaklaşımlarını meşrulaştırma yollarının ise yaralanma normaldir diyerek sorumluluğu üzerinden atmak, sporcunun “bu adam kızılıyorsa beni önemsiyordur” diye düşünmesini sağlamak, bilinçli olarak çocuğu zorlayıp psikolojik baskı yapıp bunu atlatmasını beklemek ve “kızısam bile sporcuyu kenara çekip neden kızdığımı anlatırım” söylemiyle kendini rahatlatmaya çalışmak olduğu görülmüştür.

Ahmet: Yok bilinçsiz olarak değil de biz antrenörler bazen şunu yapıyoruz; çok basit maçta bile çocukları psikolojik olarak zorluyorsunuz ve o psikolojiyi atlatmasını bekliyorsunuz. Yani bunu bilinçli olarak da yaptığımız zamanlar oluyor

(...)

Ben antrenmanda kızsam bile sonuçta her antrenman sonunda çocukları toplar konuşurum neden bunu yaptığımı. Sorarım o doğru anlamış mı anlamamış mı diye. Her antrenman sonunda çocukları hiçbir açıklama yapmadan gönderirseniz çocuk o gün aklında bana kızdı ben gitmek istemiyorum olarak kalır. Ama çekip konuştuğunuz zaman ben bu sebepten kızdım amacım şuydu dediğiniz zaman o da haklısın abi özür dilerim dediğinde mantıklı bir şekilde ayrılıp tekrardan kafasında bir yer edinmiş de oluyoruz.

4.3.4. Yaralanma Sebepleri

Bu tema altında antrenörlerin yaralanma sebeplerine ilişkin genel görüşleri yer almaktadır. Bu görüşler içsel ve dışsal faktörler olmak üzere iki alt temada toplanmıştır.

Dışsal Faktörler

Antrenörlerin yaralanmaya ilişkin olarak ortaya koydukları dışsal faktörler; zemin, kullanılan malzeme, yanlış yüklenme metodu, yetersiz kuvvet antrenmanı vb. antrenör yetersizliği, sporcuyu yaralanma konusunda bilinçlendirmemek, yanlış teknik ve iyi ısınmamasıdır.

Akif: (...) sakatlandıktan sonra bir fizik tedavi süreci yaşadı. Fizik tedaviden sonra tedaviyi çok iyi uygulamamıza rağmen onu iyi bilinçlendiremedik herhalde. Biz mesela bandajsız çıkmaması ile ilgili bir süre çok ciddi baskı yapıyorduk. Mesela bandajsız olduğundan bir tane sakatlık daha yaşadık ya da bilekiksiz olduğundan. Bu, bizim için çok ciddi bir şeydi mesela sıkıntıydı.

Zafer: Çocuğun fiziksel yapısı, çocuğun hareketi doğru yapıp yapmaması, tekniği doğru öğrenip öğrenmemesi ve bunu ne kadar sıklıkla yaptığı. Bunların hepsinin dengesizliği sakatlığa sebep oluyor. Bazen aşırı yüklenmeden dolayı sakatlık, bazen dikkatsizlikten dolayı sakatlık, bazen de teknik bozukluktan dolayı sakatlık yaşıyor çocuk. Bu; diz, bel, omuz hepsini kapsıyor. Bazen dengesiz düşüyor, ileri uçuyor, işte bizim voleybolda file altında uçması, düşerken ters basması, topa yüklenirken aşırı ve ters yüklenmesi, yatarak topa temas halindeyse hücum esnasında mesela bel sakatlığı gibi birçok şey, baktığında hepsi yanlış çalışma veya aşırı şeyden yüklenmeden dolayı.

Yaralanmaya sebebiyet veren dışsal faktörlerin bir bölümünü en çarpıcı şekilde özetleyen, deneyimli bir antrenörün söylemine aşağıda yer verilmiştir.

Ozan: (...) Evet niye korkuyor çünkü oynatmayacak veya gönderecek diye. İşte bu baskı, hep baskı yüzünden, koçun baskısı, ailenin baskısı. Bak dikkat et küçük takımlarda bütün veliler tribündedir. Yıldız takımında %60'ı gider. Genç takımında %5'i gelir A takımında hiç biri

gelmez. Tam tersi olmalı ben onu istiyorum. Bunu çözemedim. Bir gün işte sahada hocanın biri kızın birini ciddi tekmeledi, baba yukarıdan aşağıya atladı. Saha karıştı. Şimdi adam %1000 haklı. Mobingleri söylemiyorum. Hele voleybolda o kadar çok duyum var ki. İşte bu mobingleri yapan ahlaksız arkadaşlar sakatlığı da meydana getiriyor. Yanlış yüklenmeleri de meydana getiriyor. Çünkü her şey kazanmak, yanlış antrenman, yanlış yaklaşım hep kazanmak uğruna

İçsel Faktörler

Antrenör söylemlerine göre yaralanmayı meydana getiren içsel faktörler ise; genetik problemler, aşırı konsantrasyon, koordinasyonsuzluk, başarı baskısı, dikkatsizlik ve algı bozulmaları, yaşam stresi ve sosyal destek eksikliği, konsantrasyon eksikliğidir.

Ahmet: Şimdi benim çalıştığım yaş grubunda geçen bir sporcumuzun dirseği çıktı spor okulunda, bu ailesi ile konuştuğum zaman hiç dışarıda dahi oynatılmamış bir çocuk voleybolla okulda tanışmış orada da ayağını çıkartmış. Neden çünkü hiç hareket etmemiş bu çocuk denge yok. Eski nesil dışarı çıkardı, koşardı, ağaçlara tırmanırdı, bilgisayar yoktu telefon yoktu. Az çok koordinasyonunu düzeltebiliyordun. Kızlar bile futbol oynuyordu eskiden. Şimdi çocuklarda el ayak koordinasyonu çok zayıf, çocuklarda bu çok sorun yaratıyor sakatlık açısından denge ve koordinasyon yok.

Zafer: Şimdi baskı, politika dediğimiz olaya geldiğimizde başarı odaklı olduğu için antrenöre bir baskı yüklüyorsun. O baskıyı başarılı olsun diye antrenör oyunculara yüklüyor. Sporcular o baskıyı kaldıramıyor. E sakatlıklar zaten bu dengesizlikten dolayı da ortaya çıkıyor.

Hasan: (...) Ama yorgun dönemdeki antrenman temposunda eğer antrenmana konsantre olmamışsanız ki benim profesyonel hayatımda hep böyle olmuştur. O gün sakatlık çıkar. Yani motive edilseniz, yorgunsanız, konsantre değilseniz o gün sakatlık gelecektir.

Antrenörlere göre yaralanmalarda sporcuların da sorumluluğu vardır. Sporcunun antrenmanı ciddiye almaması, motivasyonsuzluk, beslenme dinlenme problemleri, özel yaşantıya dikkat etmemesi, off sezonu çok kötü geçirmesi, antrenman ve maç için gerekli önlemleri almaması (bandaj, buz vb), gizlice ve bilinçsizce antrenman yapması ve sporcunun kapasitesinin üzerinde işler yapmaya çalışması yaralanma açısından önemli sorunlar yaratmaktadır.

Murat: Ondan sonra bu adamlar gidiyorlar boş zamanlarını kafelerde değerlendiriyorlar, eğitim adına bir şey yapmadan değerlendiriyorlar. Birbirlerini daha basit şeylerle etkilemeye başlıyorlar. Burada kötü alışkanlıklar geliyor. Ben erkek voleybolcular arasında sigara kullanımının çok fazla olduğuna eminim. Bu birazcık gece hayatını da tetikliyor. Orada ister istemez gelen bir statü var gelen bir ekonomi var ondan sonra bunlar birleştiği zaman ideal olmayan bir hayat tarzına dönüşüyor. Bunların hepsi işte sakatlıklar için çok ciddi problemler.

Mete: (...) omuz ve diz sakatlıklarını çoğu bilinçsizce yapılan antrenman ve oyuncuların bilinçsizce yaptıkları hareketlerdir. Örnek vereyim; biz haftada iki gün ağırlık yapıyoruz hepsinin bir kilosu var ama bu yaştaki arkadaşlar çok kiloyla çalışmayı marifet zannettiği için bizden habersiz çalışıyor bir yerde yani sakatlıkların çoğu bundan dolayı. Yoksa sakatlık sporun bir parçası bir tarafları ağrıyacak mutlaka ama teknikten daha çok bence bilinçsiz davranışlar diyeyim. Ama antrenmandan uzak kalacak şekilde yaşanan sakatlıkların sorumlusu yüzde elli antrenör olarak biz yüzde elli sporcu. Çünkü biz belli ölçüde yapıyoruz mesela yüklendiğimiz antrenmanlar da oluyor ağrısı mutlaka olacak ama diğer kalanı kendisine ait. Örnek vereyim; çok yaşıyoruz biz bunu bu yaş grubunda, beslenmesi etken, dinlenmesi etken, özel yaşantısı etken eğer bunları tam yapamıyorsa ve siz yükleniyorsanız, mesela ben yaz antrenmanlarında çiftlerden birinde yükleniyorum. Eğer ki dememize rağmen yarın dinlenmiyorsa, sabaha kadar kalmıyorsa ikinci antrenman yine çıkarıyor gençler çünkü. Ama ben şunu şöyle tarif

ediyorum altyapıdaki bu sakatlık işini; vücut irsaliye kesiyor ticarete, irsaliyeyi kesiyor kenara koyuyor, kesiyor kenara koyuyor. Genç oldukları için hiçbiri anlamıyorlar dolayısıyla faturayı kesti miydi sakatlanıyorlar. Bunu önleyemiyoruz.

4.3.5. Stres-Spor Yaralanmaları Modeli

Yapılan görüşmeler sırasında antrenörlere stres-spor yaralanmaları modeli hakkında ne düşündükleri sorulmuştur. On dört antrenörden üçü modelin öne sürdüğü şekilde yaşamda stres veren olayların ve bu olaylarla baş etmede sosyal destek eksikliğinin yaralanmaya etki ettiğine dair herhangi bir tespitlerinin olmadığını belirtmişler, yalnızca bu tarz olayların dikkatsizlik yaratabileceğini kabul etmişlerdir. Ancak dikkatsizliğin kaynağının belirlenmesi çok zor olduğundan stres ve sosyal destek eksikliği hakkında yorum yapmayacaklarını dile getirmişlerdir.

Geri kalan on bir antrenör ise modelin yüzde yüz mantıklı olduğunu ancak bunu destekleyecek herhangi bir olaya rastlamadıklarını belirtmişlerdir. Aileler de modeli mantıklı bulduklarını ama modele somut bir şekilde uyan herhangi bir örnekle karşılaşmadıklarını dile getirmişlerdir. Yalnızca daha önce sözü edilen iki sporcunun yaşam stresi yüzünden yaralanmaya maruz kaldığı görülmüş ve antrenörlerden bir tanesi kendi sporculuk yıllarında başına gelen çok stresli bir olay sonrası bir yaralanma yaşadığını ama sebebini tam olarak kestiremediğini ifade etmiştir.

Akif: Kendi sporculuğumdan örnek verebilirim size; kendi sporcularımla ilgili yüzde yüz böyle bir şeye tanık olmadım ama kendimle ilgili yaşadığım psikolojik bir darptan sonra sakatlandığımı biliyorum. Tesadüf mü bilmiyorum ama böyle bir şey yaşadım. Sonuçta düşünsenize insanın daha gözü kara oluyor. Her anlamda yani antrenmanda düşündüğünüz şey yalnızca antrenman performansı oluyor kız arkadaşınla kavga etmişsin onu düşünüyorsun mesela. Bir smaç adımlaması yapıyorsun umurunda değil ki dünya uçabilirsin de içeri.

Yetersiz destek algısına yaralanma sebebi olarak tek bir çocukta rastlanmış olmasına rağmen bu bölümde yer verilmiştir. Çünkü araştırmanın temel merak konularından bir tanesi budur.

Araştırmanın veri toplama ve analiz süreci boyunca stres- spor yaralanmaları modelini destekleyecek bilgiler çoğunlukla görüşe dayalı boyutta kalmasına rağmen sporcu verilerinde aktarılan Orhan ve Meltem vakaları ile bunun yanında bir sporcudan daha somut veriler gelmiştir. Şehir dışından gelen, antrenör ve arkadaş desteğine ilişkin algısı da çok yüksek olmayan Sinan'ın yaralanmalarında yetersiz destek algısının önemli bir rol oynadığı fark edilmiş bu durum antrenörü tarafından da onaylanmıştır. Fiziksel kapasitesi çok yüksek olan Sinan, iyi bir kulübün genç takımındaki son yılını araştırmanın veri toplama aşamasında yeni tamamlamıştır. Hem antrenörünün söylemleri hem de sporcuya yapılan görüşmeler çocuğun sıklıkla yaralanma yaşadığını, yaşadığı sorunları çok fazla büyüten ve kolay atlatamayan bir yapısı olduğunu, bunun yanında hem aile, hem arkadaş hem antrenör açısından yüksek bir sosyal desteğe sahip olmadığını göstermiştir. Bu sporcunun durumu stres-spor yaralanmaları modeli için örnek teşkil edebilecek nitelikler taşımaktadır.

Akif: Biz de bir Sinan var onu kesin yazın. 2.07 boyunda bir canavar. Onun problemi antrenmanda mesela diğer sporcu ile daha fazla ilgilendiğinizi hissettiğinde ilgiyi kendi üzerine çekmek için hemen sakatlanır (güler). Sonra mesela sporcunun bir sakatlığı vardır evet dirseği acıyordur ama bu bir tepedir bunu Everest yapar yani öyle bir sporcudur Sinan.

Sinan: Antrenman konusunda bir de benim psikolojik olarak. Ben çok çabuk düşüyorum oyundan, Akif abi mesela şey diyor; biri sana bir şey söylese maçta filenin altından düşersin diyor psikolojik olarak. Onun ben de farkındayım. Oyuna küsüyorum yani.

(...) Yani şöyle söyleyeyim, sorunlarımı yakın arkadaşlarımla paylaşıyorum ama daha çok kendi içimde çözmeye çalışırım.

(...)

Valla sorunlarımı ailemle pek paylaşmıyorum.

5. TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde araştırmadan elde edilen verilen analizi sonucunda sporcu, aile ve antrenör için ayrı ayrı ortaya çıkan bulgular birleştirilerek araştırmanın ana problemi ve kuramsal altyapısı çerçevesinde tartışılmıştır.

Araştırmadan elde edilen bulgulara bakıldığında çocukların spora başlama kararını aldıkları süreçte bile bu kararı tek başlarına vermedikleri, başta beden eğitimi öğretmeni olmak üzere, aile, akraba veya arkadaş gibi yakın çevreleri tarafından böyle bir karar vermeye yönlendirildikleri hatta bazen onların adına karar verildiği görülmüştür. Çocuğun sosyal ilişkileri daha spora başlangıç aşamasında kendini göstermiş, zamanla bu ilişkiler çocuğun spor ortamı dahil tüm yaşamındaki sosyal destek sistemini oluşturmuştur. Bu araştırmanın kuramsal altyapısını oluşturan stres-spor yaralanmaları modeline göre de çocuğun sosyal destek sistemi aile, arkadaşlar, antrenör, sportif sağlık ekibi ve takım arkadaşlarından oluşmaktadır (3).

Çocuğa yaşamında sağlanan sosyal destek kadar çocuğun bu desteği algılayabilmesi ve güvенеbildiği bir çevre içerisinde olduğunu bilmesi de önemlidir (20). Sporcuların büyük çoğunluğunun çevreden önemli ölçüde destek aldığı hatta bu desteğe ilişkin bir beklentiye girdikleri anlaşılmıştır.

Sporcunun destek algısında desteği saha içi ve saha dışı olarak ayırdığı görülmüştür. Bunun temel sebebinin saha içinde antrenör ve arkadaşlarını daha yetkin görmesi, saha dışında ise doğduğundan beri yanında olan ve onu her konuda destekleyen ailesini (54) daha yetkin görmesi olduğu düşünülmektedir. Katılımcı aileler bu konuya çocuklardan farklı yaklaşarak sosyal desteği tek bir boyutta ele almış ve çocuğun destek olarak ilk sırada kendilerini sonra arkadaşlarını gördüğüne dair düşüncelerini dile getirmişlerdir. Aileler ve sporcular antrenörlerin sporculara her alanda destek olduğunu düşünmektedir; ancak antrenörlerin çoğunun çocukların voleybol dışındaki yaşantısı hakkında bilgi sahibi olmadıkları ve bu konuda onlara fazla bir destek veremedikleri görülmüştür. Yalnızca iki antrenörün bu konuda çok bilinçli olması ve sporcular tarafından büyük bir destek olarak algılanmaları dikkat çekici bir bulgudur.

Sporcuların ailelerinden aldıkları sosyal desteğe ilişkin algılarının bu kadar yüksek olmasında; ailelerin eğitim seviyesinin üst düzeyde olmasının (tablo 3.3) ve

neredeyse tamamının bir spor geçmişinin bulunmasının (ek-8) büyük etken olduğu düşünülmektedir.

Sporculara sağlanan desteğin biçimlerine bakıldığında; aile, antrenör ve arkadaş desteğinin farklılık gösterdiği ve çocuğun voleybolda yaşadığı sorunlarla başa çıkmasında bu desteklerin her birinin önemli bir rolü olduğu anlaşılmıştır. Örneğin; ailenin maçlara gelmesi, çocuğu antrenmana getirip götürmesi ve yaralanmalarda yanında olması öne çıkan desteklerdir; arkadaşla ilişkin destek algısında, onunla her şeyini paylaşabilmesi; antrenöre ilişkin destek algısının ise voleybol bilgisi ve yaşanmışlığıyla antrenörün sahada en önemli destek olması olarak karşımıza çıkmıştır. Bunun yanında antrenör ve aile arasındaki düzenli iletişim ile antrenörü abla/abi gibi görmenin de sporcular için büyük destek kaynağı olduğu ortaya konmuştur. Aile söylemleri de bunu destekler niteliktedir.

Bununla birlikte, çocukların destek kaynağı olarak gördükleri kişilerle paylaşımlarının yaşa ve cinsiyete göre farklılık göstermesi, çalışmanın dikkat çeken bulguları arasındadır. Genç takımda son senelerine gelmiş erkek çocukların, özellikle sorunlarını paylaşma veya başka birinden destek alma konusunda isteksiz oldukları, sorunlarını kendileri çözme eğilimini benimsedikleri görülmüştür. Buna karşılık, daha küçük yaştaki erkek çocuklarda, yukarıda da belirtildiği gibi aile ve arkadaşlarla böyle bir paylaşım sorununa rastlanmamıştır. Cinsiyet açısından da çalışmada, kız takımlarında, erkeklere göre daha yakın ilişkilerin kurulduğu, sorunların paylaşıldığı durumu karşımıza çıkmıştır.

Sosyal destek konusunda, antrenörlerin farkında olmadıkları ama sporcuların birçoğu tarafından dile getirilen dikkat çekici bir bulgu daha belirlenmiştir. Araştırmaya katılan antrenörlerin ortak görüşü belli bir ölçüde kızmanın ve kızarak disiplin sağlamanın sporcular açısından gerekli olduğu yönündedir. Buna karşılık sporcular, sahada en çok destek olarak antrenörlerinin “hadi oğlum/hadi kızım” gibi motive edici söylemlerinin kendilerine güvenildiğini hissettirdiğini ve bunun oyunda önemli bir destek olduğunu dile getirmişlerdir. Çalışmada, bu durum, antrenörlerin sporcuları ile iletişimlerinde önemli bir sorun olarak değerlendirilmiştir.

Sporcuların sosyal destek algısı ve sporcuya sağlanan sosyal destek anlamında dikkatimizi çeken; özellikle ailesi şehir dışında olan çocuklar için arkadaşların en önemli sosyal destek olarak görülmüş olmasıdır. Şehir dışından

gelen bu sporcular ve yaşı biraz daha büyük olanlar için çevreden aldığı sosyal desteğin yanında sporcunun kendine ilişkin de çok önemli bir destek algısı olduğu anlaşılmıştır. Bu sporcular bilinçli bir şekilde olmasa da pozitif kendi kentine konuşmayı özellikle destek mekanizması olarak kullanmaktadırlar. Bir diğer bulguya göre hem antrenörlerin hem de kız takımlarından birindeki sporcuların önemle üzerinde durduğu bir konu, kız çocukları açısından kadın antrenörle paylaşım sağlamanın çok daha kolay olduğu yönündedir. Bu durumun çocukların antrenörün verdiği sosyal desteğe ilişkin algılarını etkilediği düşünülmektedir. Çünkü araştırmada kadın antrenörle çalışan kız takımındaki sporcuların antrenör desteğine ilişkin algılarının diğer bütün erkek sporculardan çok fazla olduğu gözlenmiştir.

Sporcuların elde ettikleri bu sosyal destek onlar için her bakımdan çok önemli olmakla birlikte (54) araştırma bulgularına göre spor ortamında çocukların yeterli desteğe sahip olmasını engelleyen bazı durumlar oluşmaktadır. Bunlar; antrenörün aileyi çocuğun spor yaşantısı konusunda bilinçlendirmemesi, antrenör - aile iletişimindeki kopukluklar, sporcunun ailesiyle zaman geçirmeye vaktinin kalmaması, ailenin şehir dışında olması ve sporcunun paylaşmaya açık bir yapısının olmaması olarak karşımıza çıkmıştır. Bunlara bir çözüm üretilirse sporcunun elde edeceği desteğin çok daha yüksek olacağı düşünülmektedir.

Aile, antrenör ve arkadaşlardan oluşan sosyal destek sistemlerinin yaralanmayla olan bağlantısına bakıldığında, bu alanda yapılan diğer araştırmalardan (2, 6, 7) elde edilen bulgularla paralel olarak, sosyal desteğin yaralanmada doğrudan ve tek başına değil dolaylı yoldan ve birkaç başka faktörle birleşerek etkili olduğu ortaya çıkmıştır. Sporcuların yaralanma deneyimlerinde sosyal destek algısına ilişkin herhangi bir bulgunun yer almaması da bu araştırma kapsamında sosyal desteğin yaralanmaya doğrudan etki eden bir faktör olmadığını göstermiştir.

Sosyal desteğin doğrudan yaralanmaya yol açmak şeklinde olmasa da yaralanmayla bağlantısı olduğunu ortaya koyan çok sayıda araştırma bulunmaktadır (4, 20-22). Bu araştırmada da böyle bir bağlantı antrenörlerin stres-spor yaralanmaları modeline ilişkin görüşleri ve tüm görüşmelerden ortaya çıkan yaralanma sebeplerinden gelmiştir.

Stres-spor yaralanmaları modeline ve dolayısıyla sosyal desteğin yaralanmalar üzerindeki etkisine ilişkin antrenörler ve ailelere doğrudan, sporculara

ise dolaylı yoldan sorular sorulmuştur. Aileler modelin öne sürdüğü görüşlerin çok mantıklı geldiğini ama doğrudan böyle bir şeyle karşılaşmadıklarını ifade etmişlerdir. Antrenörler büyük çoğunlukla modeli desteklediklerini ancak şu an çalıştıkları takımlarda örnek verebilecekleri bir yaralanma olmamakla birlikte daha önceleri modele örnek teşkil eden durumlar görüp duyduklarını dile getirmişlerdir. Sporcular ise modeli destekleyen bir bilgiyi doğrudan vermemelerine karşılık yaralanma öncesine, sonrasına ve yaralanma şekline ilişkin verdikleri bilgiler, yaşadıkları stresli durumların dikkat dağınıklığı yarattığı dönemlere yaralanmaların denk gelmesi gibi, modeli destekleyen niteliktedir. Ancak sosyal desteğin yaralanmaya etkisine ilişkin veriler çok sınırlı düzeyde kalmıştır. En belirgin üç örneği bulgular bölümünde ayrıntılı bir şekilde anlatıldığı üzere Meltem, Orhan ve Sinan'ın yaralanma deneyimleridir. Özellikle Sinan'ın hem kendi hem de antrenörünün söylemlerinden anlaşıldığı kadarıyla stres-spor yaralanmaları modelinin açıklamasında yer bulan “kişilik özellikleri stres tepkisini arttırmaya yatkın olan, olayları olduğundan daha stres verici değerlendiren ve stresli durumlarla başa çıkma kaynakları yetersiz bireyler, tam tersi bir profile sahip bireylerle kıyaslandığında hayatlarında çok fazla stres yaşarlar ve böylelikle daha yüksek düzeyde kas gerilimi ve dikkat değişiklikleri sergileyerek daha fazla yaralanma riski taşırlar (2)” söylemine birebir uyum göstermektedir.

Daha önce de değinildiği üzere sosyal destek eksikliğinin bazı temel yaralanma sebepleri ile birlikte yaralanmaya yol açması bu araştırmanın bulgularından bir tanesidir. Araştırma sonucunda en temel yaralanma sebepleri olarak yetersiz yaralanma bilinci, çocuk yeterli gelişim düzeyine ulaşmadan ve yeterli kuvveti kazanmadan uygun olmayan aşırı yüklenmeler (9), yanlış teknik, antrenör yetersizliği (55), dikkatsizlik ve algı bozulmaları (55), stres, aşırı konsantrasyon ve başarı baskısı (56) ortaya çıkmıştır. Bu sebepler antrenör, aile ve sporcuların söylemlerine yansıyan deneyim ve gözlemlerinden elde edilmiştir. Ayrıca yaralanmada yalnızca bu faktörlerin değil sporcuların da sorumluluğu olduğu anlaşılmıştır.

Araştırmaya katılan sporcuların deneyimlediği kronik yaralanmaların ağırlıklı olarak diz ve bel bölgesinde ortaya çıktığı ve sebebinin çoğunlukla çocuk yeterli gelişim düzeyine ulaşmadan ve yeterli kuvveti kazanmadan uygun olmayan aşırı

yüklenmeler olduğu belirlenmiştir (9). Özellikle faaliyetlerini amatör olarak sürdüren bir kulüpteki sporcuların hiçbirinde diz ağrısı bulgusunun elde edilememiş olması diz ağrılarının aşırı yüklenmeye bağlı olduğu sonucunu güçlendirmektedir. Akut yaralanmaların ise en fazla bilek burkulmaları, parmak yaralanmaları ve omuzda kas yırtıkları olduğu görülmüş, sebeplerinin de ağırlıklı olarak aşırı konsantrasyon, dikkatsizlik ve yanlış teknik olduğu anlaşılmıştır. Dikkatsizlik sonucu oluşan yaralanmaların bazılarının kaynağının yaşam stresi ve sosyal destek eksikliği olduğu daha önce de belirtilmiştir. Bu araştırmadan elde edilen bulgulara paralel olarak Adirim ve ark. (57) tarafından yaralanmalar üzerine yapılan bir araştırmada diz ve ayak bileği yaralanmalarının en sık karşılaşılan yaralanma şekilleri olduğu görülmüştür.

Yaralanmayı ortaya çıkaran sürece etki eden faktörlerinden bir tanesinin de hak ihlalleri olduğu yapılan araştırmalarla (10, 11, 25, 29, 30) ortaya konmuştur. Bu araştırmada da çocuklara ve çocukların bedenine yönelik olarak antrenör ve aileler tarafından birtakım hak ihlalleri yapıldığı sporcu, aile ve antrenör söylemleriyle ortaya çıkmış, bu ihlallerden yaralanmayla bağlantısı olduğu düşünülenlere bulgularda yer verilmiştir. Bu hak ihlalleri Martens ve Seefeldt (14)'in sporda çocuk hakları bildirgesi çerçevesinde değerlendirmeye alınmıştır.

Sporcular, aileler ve antrenörlerin söylemlerinden elde edilen bulgulara göre ortaya konan hak ihlallerinin; sporcuya özenli davranılmaması, sporcunun kaliteli bir eğitime ve eşit fırsatlara sahip olmaması, sporcunun ağrıyla oynama, yaralanmayı saklama, normalleştirme, voleybolu meslek olarak düşünme ve antrenörüne körü körüne güvenme gibi sebeplerle kendi bedenine yabancılaşmasına neden olunması olduğu görülmüştür.

Hak ihlalleri sürecinde en önemli faktörlerden bir tanesinin sporcuların çoğunun voleybolu meslek olarak görerek hayatlarının merkezine oturtmaları olduğu anlaşılmıştır. Sporu meslek edinmeyi düşünen bu sporcuların antrenörlerini gözlerinde çok farklı yerlere koydukları, onun her şeyi bildiğini düşünerek onun beklentilerini karşılayabilmek için her türlü psikolojik ve fiziksel baskıya boyun eğdikleri fark edilmiştir. Ayrıca bu durumun çocukların voleybol ve dersler dışında yaşantılarında başka herhangi bir etkinliğe çok fazla zaman bulamamaları ile sonuçlanmaktadır. Ancak çocuk sporcuların içinde buldukları bu durum için bazı

istisnalar olduğu gözlenmiştir. Daha önce de belirtildiği üzere araştırmaya dahil olan spor kulüplerinden bir kısmı elit sporcu yetiştirmekte bir kısmı ise elit amatör ayrımı yapmaksızın sporcu yetiştirmektedir. Araştırmaya bu ayrımı gözetmeden sporcu yetiştiren bir spor kulübü katılmıştır ve bu kulübün sporcuları istisnasız spor dışında yapmak istedikleri şeylere sıklıkla fırsat bulabildiklerini ifade etmişlerdir. Hem elit sporcular hem amatör sporcular için bu durum aileler ve antrenörler tarafından da onaylanmıştır. Bu durum voleybolu meslek olarak seçen ve geleceğin elit sporcuları gözüyle bakılan sporcular için çalışma şartlarının çok daha ağır olduğu, voleybolun yaşantılarının tamamını kapladığı şeklinde yorumlanabilmektedir.

Diğer bir faktörün, hem antrenörler tarafından maruz bırakıldıkları hem de kendi geleceklerine dair duydukları kaygıdan dolayı maruz kaldıkları başarı baskısının çocukları olumsuz etkilemesi, ağrıyla oynamadan yaralanmayı saklamaya, antrenöre yalan söylemekten kendi bedenine aşırı yüklenmeye kadar çeşitli olumsuz sonuçlara sebebiyet vermesi olduğu görülmüştür. Çocuğun bu baskıya maruz kalmasına sebep olmak veya bu duruma seyirci kalmak, başta özverili davranılma olmak üzere kaliteli yetişkin eğitime sahip olma ve spordan zevk alma hakkı gibi pek çok hak ihlaline yol açmaktadır. Ayrıca antrenörlerin bu başarı baskısıyla çocukların bedenine uygun olmayan yüklenmeler yapmalarına da sebep olduğu ortaya çıkmıştır (56). Bedene yönelik bu yüklenmelerin en önemli yaralanma sebeplerinden biri olduğu bu araştırmanın bulguları arasında yer almaktadır. Bu konudaki diğer bir bulguya göre, ailenin çocuğa dair beklentilerinin yüksekliği ve bunu çocuğa yansıtma şekli de aile kaynaklı başarı baskısını doğurmaktadır.

Sözü edilen başarı baskısının çocuklara yansımalarının; stres altında kalarak ağlamak, üzölmek, depresyona girmek gibi psikolojik ve sıkıntıyı bedene yansıtmak gibi fizyolojik sorunlar yaratmak olduğu belirlenmiştir. Ayrıca başarı baskısının müsabaka sırasında aşırı konsantrasyona sebep olması da diğer bir olumsuz yansıması olarak karşımıza çıkmıştır ve bu durum yine en önemli yaralanma sebeplerinden biri olarak bulgular arasında yer almaktadır.

Sporcuların, ailelerin ve antrenörlerin yukarıda sayılan bütün bu olumsuzlukları bir şekilde normalleştirdikleri ve içselleştirdikleri görülmüştür (9). Aslında bu normalleştirme sürecinin spor kültürünün kendisinden geldiği ve spor içerisindeki iktidarların kendi çıkarları doğrultusunda bu algıyı besledikleri

anlaşılmaktadır. Foucault (58)'nin iktidara ilişkin söylemleri tam da bu noktada kendini göstermektedir. Antrenörlerin iktidarı kullanan kişiler olarak, farkında olmadan da olsa, başarıya ulaşmak için sporcularının bedenlerini çok ağır çalışma şartlarına mahkum ettikleri, bunun sonucu olarak ortaya çıkan yaralanmaları “yaralanma sporun bir parçasıdır” söylemleriyle normalleştirdikleri görülmüştür. Antrenörler aslında bu iktidar güçlerini yalnız sporcular değil aileler üzerinde de kullanmaktadırlar. Aileler de voleybolun doğası hakkında bilgi sahibi olmadıklarından ya da voleybolun içinden gelenler de kendi antrenörlerinden bu şekilde gördüklerinden dolayı tek iktidar olarak antrenörü kabul etmişlerdir. Böylelikle aileler de başarı için çocuklarının bedenlerini zorlamalarına izin vererek bir anlamda iktidara hizmet etmektedirler. Sonuçta, antrenörlerin, çocukların bedenlerinin itaat eden bedenlere dönüştürülerek metalaştırılmasını, spor sistemine fayda olarak düşündükleri söylenebilmektedir (58). Ayrıca sporcular da bu süreçte önlerine koydukları büyük hedeflerini gerçekleştirebilmek için farkında olmadan tek iktidar olarak gördükleri antrenörlerinin bütün söylemlerini içselleştirerek kendi bedenlerine yabancılaşmakta ve böylelikle bedenlerinin kontrolünü tamamen antrenörlerinin ve antrenör etkisindeki ailelerinin ellerine bırakmaktadırlar.

Bütün bu hak ihlallerinin yaralanmayla olan bağlantısına bakıldığında ise; çok çarpıcı bulgularla karşılaşıldığı görülmektedir. Araştırmaya katılan çocuk sporcular ve ailelerin bununla ilgili herhangi bir farkındalık sahibi olmadıkları ancak antrenörlerin sporda çocuk hakları ihlallerine ilişkin bilgi sahibi oldukları anlaşılmaktadır. Özellikle araştırmaya katılan deneyimli antrenörler başka branşlarda olduğu gibi voleybolda da fiziksel (17) ve duygusal (18) istismara sıklıkla tanıklık ettiklerini ancak kendilerinin bunu yapmaktan kaçındıklarını ifade etmişlerdir. Ancak antrenörlerin diğer söylemleri ile ailelerin ve çocukların antrenör davranışlarına ilişkin yorumlarından araştırmaya katılan antrenörlerin büyük çoğunluğunun farkında olmadan fiziksel ve duygusal istismar ve başka hak ihlalleri yapmaya devam ettikleri sonucuna ulaşılmıştır. Sporcuları kırık parmakla, kopacak kadar ağrıyan bir belle oynatarak, onlara ağrıyla yaşamayı öğrenme zorunluluğunu dayatarak (9) bedenlerine yönelik bir şiddete, fiziksel istismara maruz bırakmaktadırlar. Bunun yanında çocukları geleceğe hazırlıyoruz diyerek yaptıkları psikolojik baskıyla nasıl bir duygusal istismar ortamı yarattıklarının farkına bile varamamaktadırlar.

Peki bu çocuklar bütün bu hak ihlallerine, bedenlerinin kontrol kaybetmeye, yaralanmayla yaşamaya, tek hayatlarının voleybol olmasına neden katlanıyorlar? Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, çocukların başka bir hayat bilmiyor olmaları elde ettikleri prestiji kaybetmek istememeleri, voleybolun onlara hayatta başka türlü elde edemeyecekleri çok büyük kazanımlar sağlaması katlanma sebepleri olarak karşımıza çıkmıştır.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmanın bulguları ve bulguların yorumları ışığında ulaşılan temel sonuçlar aşağıda maddeler halinde sıralanmıştır:

1. Sosyal destek eksikliğinin yaralanma sürecine etki ettiği ancak başka faktörler olmaksızın tek başına bir yaralanma sebebi olmadığı anlaşılmıştır.
2. Araştırmanın katılımcıları açısından en temel yaralanma sebeplerinin olgunluk düzeyine uygun olmayan aşırı yüklenme, dikkat bozulmaları ve aşırı konsantrasyon olduğu belirlenmiştir.
3. Diğer spor ortamlarında olduğu gibi voleybolda da sporculara yönelik bir takım hak ihlalleri yapıldığı ve bu hak ihlallerinin çocuğun yaşamını olumsuz etkileyen sonuçlara yol açtığı ortaya çıkmıştır.
4. Antrenörlerin ve ailelerin farkında olarak veya olmayarak sergiledikleri bütün olumsuz davranışların, ortaya çıkan hak ihlallerinin ve sosyal destek eksikliğinin tek başlarına doğrudan sebep olmasa da başka faktörlerle bir araya gelerek yaralanma sürecinde belirleyici rol oynadığı anlaşılmıştır ve yaralanmaların önlenmesi konusunda yapılacak araştırmalarda mutlaka dikkate alınması gerektiğine inanılmaktadır.

Sonuç olarak; bu araştırma çocuk sporcuların yaralanma deneyimlerini ve sporda çocuk hakları ihlallerini onların bakış açısından, derinlemesine görüşmeler yaparak inceleyen ilk araştırma olması bakımından önemlidir. Çocukların spor yaralanmalarına bakışlarının, yaralanmaya ilişkin duygu ve düşüncelerinin bilinmesinin, yalnızca yaralanmaların önlenmesi değil, spor yaralanması yaşamış çocuk sporculara en iyi desteğin nasıl sağlanacağı konusunda yaklaşım geliştirilmesine de fayda sağlayacağı düşünülmektedir.

Gelecekteki Araştırmalar İçin Öneriler

- Bu araştırmanın birden fazla branşla, farklı illerde, yaralanma yaşamamış oyuncularını da dahil edilerek tekrarlanması,
- Benzer bir araştırmanın daha fazla kadın antrenör dahil edilerek tekrar edilmesi ve antrenörlerde cinsiyetler arası farka bakılması,

- Çocuk hakları ihlallerinin yaralanmaya etkileri üzerine bir çalışma planlanması ve bu çalışmada çocuk hakları ve sporda çocuk koruma konusunda eğitim almış antrenörlerle almamış antrenörlerin sporcularına karşı davranışlarının karşılaştırılması,
- Çocuk sporcuların özel olarak başarı baskısı hakkındaki deneyimlerini ve başarı baskısının yarattığı sonuçları inceleyen bir araştırma yapılması
- Antrenörlerin yaralanmaların önlenmesine ilişkin sahip oldukları bilgi birikimi ve yaralanmanın önlemesine yönelik yaptıkları uygulamaların sürdürülebilirliğini anlamaya yönelik bir araştırmanın planlanması

7. KAYNAKLAR

1. Smith D, Bar-Eli M. Essential readings in sport and exercise psychology. DIANE Publishing Inc.; 2007. p. 325.
2. Andersen MB, Williams JM. A model of stress and athletic injury: Prediction and prevention. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 1988;10(3):294-306.
3. Williams JM, Andersen MB. Psychosocial antecedents of sport injury and interventions for risk reduction. *Handbook of Sport Psychology, Third Edition*. 2007:379-403.
4. Sarason IG, Levine HM, Basham RB, Sarason BR. Assessing social support: the social support questionnaire. *Journal of personality and social psychology*. 1983;44(1):127.
5. Bretherton I. The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental psychology*. 1992;28(5):759.
6. Coddington RD, Troxell JR. The effect of emotional factors on football injury rates—A pilot study. *Journal of human stress*. 1980;6(4):3-5.
7. Williams JM, Tonymon P, Wadsworth WA. Relationship of life stress to injury in intercollegiate volleyball. *Journal of human stress*. 1986;12(1):38-43.
8. Parasız Ö, Şahin, M. Y., ve Çelik, A. Sporda çocuk koruma programı uygulamaları: İngiltere Örneği. *International Journal of Science Culture and Sport*. 2015;Temmuz 2015:641-53.
9. Pike ECJ. The elite child athlete and injury risk. In: Rhind CHBaD, editor. *Elite Child Athlete Welfare: International Perspectives*. West London, UK: Brunel University Press; 2010. p. 51-59.
10. Farstad S. Protecting children's rights in sport: The use of minimum age. *Human Rights Law Commentary*. 2007;3:1-20.
11. Kerr GA, Stirling AE. Child protection in sport: Implications of an athlete-centered philosophy. *Quest*. 2008;60(2):307-23.
12. Fuller CW, Ekstrand J, Junge A, Andersen TE, Bahr R, Dvorak J, et al. Consensus statement on injury definitions and data collection procedures in studies of football (soccer) injuries. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*. 2006;16(2):83-92.
13. Weinberg RS, Gould D. *Foundations of Sport and Exercise Psychology, 6E: Human Kinetics*; 2014.
14. Martens R, Seefeldt V. *Guidelines for children's sports: American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance*; 1979 [Available from: <http://www.sasksport.sk.ca/cis/pdf/guidelines.pdf>].
15. David P. Children's rights and sports. *The international journal of children's rights*. 1999;7:53-81.

16. Micheli L, Armstrong N, Bar-Or O, Boreham C, Chan K, Eston R, et al. Sports and children: consensus statement on organised sports for children. *Bulletin of the World Health Organization*. 1998;76(5):445-7.
17. Lang M. Intensive training in youth sport: A new abuse of power. *Bullying and the Abuse of Power*. 2010:57.
18. Gervis M, Dunn N. The emotional abuse of elite child athletes by their coaches. *Child Abuse Review*. 2004;13(3):215-23.
19. Brackenridge CH. Fair play or fair game? Child sexual abuse in sport organisations. *International Review for the Sociology of Sport*. 1994;29(3):287-98.
20. Yang J, Peek-Asa C, Lowe JB, Heiden E, Foster DT. Social support patterns of collegiate athletes before and after injury. *Journal of athletic training*. 2010;45(4):372-9.
21. Rees T, Mitchell I, Evans L, Hardy L. Stressors, social support and psychological responses to sport injury in high-and low-performance standard participants. *Psychology of Sport and Exercise*. 2010;11(6):505-12.
22. Malinauskas R. The associations among social support, stress, and life satisfaction as perceived by injured college athletes. *Social Behavior and Personality: an international journal*. 2010;38(6):741-52.
23. Junge A. The influence of psychological factors on sports injuries review of the literature. *The American Journal of Sports Medicine*. 2000;28(suppl 5):S-10-S-5.
24. Leahy T, Pretty G, Tenenbaum G. A contextualized investigation of traumatic correlates of childhood sexual abuse in Australian athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. 2008;6(4):366-84.
25. Stirling AE, Kerr GA. Abused athletes' perceptions of the coach-athlete relationship. *Sport in Society*. 2009;12(2):227-39.
26. Brackenridge CH, Rhind D. Child protection in sport: Reflections on thirty years of science and activism. *Social Sciences*. 2014;3(3):326-40.
27. Stefan M, Mihaela G. Child rights and the elite sport. *Ovidius University Annals, Series Physical Education and Sport/Science, Movement and Health*. 2009;9(2):220-4.
28. McPherson L, Atkins P, Cameron N, Long M, Nicholson M, Morris ME. Children's Experience of Sport: What Do We Really Know? *Australian Social Work*. 2015:1-12.
29. Stirling AE, Bridges EJ, Cruz EL, Mountjoy ML. Canadian Academy of Sport and Exercise Medicine position paper: Abuse, harassment, and bullying in sport. *Clinical journal of sport medicine*. 2011;21(5):385-91.
30. Crooks CV, Wolfe DA. Child abuse and neglect. *Assessment of childhood disorders*. 2007;4:639-84.
31. Stirling AE. Definition and constituents of maltreatment in sport: establishing a conceptual framework for research practitioners. *British journal of sports medicine*. 2009;43(14):1091-9.

32. Corbin J, Strauss A. Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory: Sage publications; 2014.
33. Creswell JW. Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches: Sage publications; 2014.
34. Papathomas A, Lavalley D. Athlete experiences of disordered eating in sport. *Qualitative research in sport and exercise*. 2010;2(3):354-70.
35. Pridgeon L, Grogan S. Understanding exercise adherence and dropout: an interpretative phenomenological analysis of men and women's accounts of gym attendance and non-attendance. *Qualitative research in sport, Exercise and Health*. 2012;4(3):382-99.
36. Tawse H, Bloom GA, Sabiston CM, Reid G. The role of coaches of wheelchair rugby in the development of athletes with a spinal cord injury. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*. 2012;4(2):206-25.
37. Lundkvist E, Gustafsson H, Hjälml S, Hassmén P. An interpretative phenomenological analysis of burnout and recovery in elite soccer coaches. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*. 2012;4(3):400-19.
38. Brymer E, Schweitzer R. Extreme sports are good for your health: a phenomenological understanding of fear and anxiety in extreme sport. *Journal of health psychology*. 2012:1359105312446770.
39. Tamminen KA, Holt NL, Neely KC. Exploring adversity and the potential for growth among elite female athletes. *Psychology of Sport and Exercise*. 2013;14(1):28-36.
40. Williams J, Wright P, Currie C, Beattie T. Sports related injuries in Scottish adolescents aged 11-15. *British journal of sports medicine*. 1998;32(4):291-6.
41. Ergen E. Çocukluk ve ergenlik döneminde spor yaralanmalarının nedenleri, epidemiyolojisi, risk faktörleri. *Acta Orthop Traumatol Turc*. 2004;38(1):27-31.
42. Roach R, Maffulli N. Childhood injuries in sport. *Physical Therapy in sport*. 2003;4(2):58-66.
43. Flynn JM, Lou JE, Ganley TJ. Prevention of sports injuries in children. *Current opinion in pediatrics*. 2002;14(6):719-22.
44. Quinn PM. *Qualitative research and evaluation methods*. California EU: Sage Publications Inc. 2002.
45. Tekin HH. Nitel araştırma yönteminin bir veri toplama tekniği olarak derinlemesine görüşme. *Sosyoloji dergisi*. 2006;3(13):101-16.
46. Kümbetoğlu B. *Sosyolojide ve antropolojide niteliksel yöntem ve araştırma: Bağlam yayıncılık*; 2008.
47. Bringer J, Brackenridge C, Johnston L. The name of the game: a review of sexual exploitation of females in sport. *Current women's health reports*. 2001;1(3):225-31.
48. Smith J, Flowers P, Larkin M. *Interpretative Phenomenological Analysis: Theory. Method and Research* London: Sage. 2009:40.

49. Smith J, Osborne M. Interpretative Phenomenological Analysis in Smith, JA (Ed.) *Qualitative psychology: A practical guide to research methods*.(pp. 53-79). London: Sage Publications; 2008.
50. Creswell JW. *Nitel araştırma yöntemleri: Beş yaklaşıma göre nitel araştırma ve araştırma deseni*. Ankara: Siyasal Kitabevi. 2013.
51. Yıldırım A, Şimşek H. *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık. 2005.
52. Özdemir M. *Nitel veri analizi: Sosyal bilimlerde yöntem bilim sorunsalı üzerine bir çalışma*. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi. 2010;11(1).
53. Sparkes AC, Smith B. *Qualitative research methods in sport, exercise and health: From process to product*: Routledge; 2014.
54. Karlson A. *College Tennis Players: Pressure, Abuse, Support, and Involvement from Parents*. *Skyline-The Big Sky Undergraduate Journal*. 2013;1(1):10.
55. Caine D, Maffulli N, Caine C. *Epidemiology of injury in child and adolescent sports: injury rates, risk factors, and prevention*. *Clinics in sports medicine*. 2008;27(1):19-50.
56. Wiese-Bjornstal DM. *Psychology and socioculture affect injury risk, response, and recovery in high-intensity athletes: a consensus statement*. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. 2010;20(s2):103-11.
57. Adirim TA, Cheng TL. *Overview of injuries in the young athlete*. *Sports Medicine*. 2003;33(1):75-81.
58. Foucault M, Ergüden I. *İktidarın gözü: Ayrıntı Yayınları*; 2007.

8. EKLER

EK-1: Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyon İzni

03.03.2016
Sayın Hocamıza Saygılarımla

Hande hocaya
verilecek

T.C.
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
Rektörlük

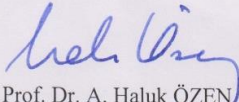
Sayı : 35853172/ 431-511

01 Mart 2016

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

Fakülteniz Sporda Sosyal Alanlar Anabilim Dalı Araştırma Görevlilerinden **Hande TÜRKERİ BOZKURT**'un **Prof. Dr. Nefise BULGU** danışmanlığında yürüttüğü "**Spor Yaralanmalarında Sosyal ve Çevresel Faktörler: Voleybol Altyapı Sporcuları ile Yapılan Bir Çalışma**" başlıklı yüksek lisans tez çalışması, Üniversitemiz Senatosu Etik Komisyonunun **23 Şubat 2016** tarihinde yapmış olduğu toplantıda incelenmiş olup, etik açıdan uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.


Prof. Dr. A. Haluk ÖZEN
Rektör

Hacettepe Üniversitesi Rektörlük 06100 Sıhhiye-Ankara
Telefon: 0 (312) 305 3001 - 3002 • Faks: 0 (312) 311 9992

Ayrıntılı Bilgi için:
Yazı İşleri Müdürlüğü

EK-2: Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu (Çocuk)

Öncelikle görüşme yapmayı kabul ettiğin için teşekkür ederim. Bugün seninle yapacağımız görüşmede yaralanmaya giden süreçteki deneyimini ve bu süreci nelerin etkilemiş olabileceğine dair düşüncelerini öğrenmek istiyorum.

Sorular

1. Doğum tarihini öğrenebilir miyim?
2. Kaçınıcı sınıfa gidiyorsun?
3. Spora nasıl başladın? (Aile yönlendirmesi ise nedeni sorgulanacak)
 - Neden voleybolu tercih ettin?
4. Voleybolla ilgili hedeflerin var mı? Ailenin ve antrenörünün senden voleybolla ilgili beklentileri neler?
5. Kazanmak başarılı olmak, tanınmak sence önemli mi, önemliyse neden? Başarılı olamasan da oynamaktan keyif alıyor musun?
6. Antrenman yoğunluğun nasıl? Spor dışında kendine ait bir ilgi alanın var mı?
 - Antrenman ve okulu bir arada yürütmek senin için zor oluyor mu? Nasıl idare ediyorsun?
 - Eğer kararı sen verebiliyor olsaydın antrenmanlar daha fazla okul daha az mı olsun derdin yoksa tam tersi mi?
7. Okuldaki arkadaşların ve takım arkadaşların ile ilişkilerin nasıl? Onlarla her şeyini rahatlıkla paylaşabiliyor musun? Ortamını seviyor musun?
 - Takım arkadaşlarının içinde seni rakip olarak gören var mıdır?
8. Bir sorunun olduğunda ailenle mi, antrenörünle mi yoksa arkadaşlarınla mı konuşmayı tercih edersin? (Cevap antrenör dışında biri ise) Sorunlarını antrenörünle de konuştuğun olur mu?
9. Ailenle paylaşımın nasıl? Maçlarını ve antrenmanlarını takip edebiliyorlar mı? Sana destek oluyorlar mı? Peki hata yaparsan müdahale ediyorlar mı?
10. Antrenörünle paylaşımların nasıl? Onunla konuşabiliyor musun?
11. En çok antrenörün ne yapınca ya da ne söyleyince üzülüyorsun?
12. Antrenörün sizi motive etmek için neler yapar? Hata yaptığımızda nasıl tepki verir?
13. Dikkatin dağıldığı zamanlarda antrenörün bunu fark edip müdahale ediyor mu?

14. Ailenin, takım arkadaşlarının veya antrenörünün desteğini görmek, hissetmek maçlardaki heyecanını azaltıyor mu? Veya etki ediyor mu?
15. Maçlarda takım arkadaşlarına karşı bir sorumluluk hissediyor musun? Hissediyorsan bu sende stres yaratıyor mu?
16. Nasıl sakatlandın? Bu süreçte neler oldu anlatır mısın?
- Yaşamında herhangi bir değişiklik sana üzüntü verecek herhangi bir olay olmuş muydu? (taşınma, ailevi sorunlar, anne baba boşanması, vb. gibi)
 - Sakatlanmadan önce veya sonra ağrıyla oyuna devam ettin mi? Neden?
17. Daha önce bir sakatlanma yaşamış mıydın? Ya da seni sürekli rahatsız eden fiziksel bir sıkıntın var mıydı?
18. Sakatlanmadan önce sakatlıklarla ilgili bilgin var mıydı? Sana anlatılmış mıydı? Sakatlandıktan sonra seninle ne kadar ne paylaşıldı?
19. Sakatlanmadan önce sakatlanma hakkında hiç düşünüyor muydun ve bu düşünce seni korkutuyor muydu? Bunları kimseyle paylaşıyor muydun? Paylaşıyorsan bu seni rahatlatıyor muydu?
20. Sakatlandıktan sonra neler hissettin?
- Bu duygularını kimseyle paylaştın mı?
 - Spora dönmek istemeseydin ailen ve antrenörün bunu nasıl karşılardı?
 - Peki, şu anda sakatlanma hakkında neler düşünüyor ve hissediyorsun?
21. Sakatlanma sebeplerin hakkında hiç düşündün mü?
- Yalnızca pozisyonun yarattığı bir kaza mıydı yoksa daha başka sebepleri olabilir mi?
 - Aşırı konsantre olduğun zamanlar oluyor mu? Oluyorsan neden?
22. Sence sakatlanmalar engellenebilir mi? Senin sakatlığın nasıl engellenebilirdi? Tekrar sakatlanmamak için neler yapman gerektiğini biliyor musun?
23. Spor yapıyor olmakla ilgili neler hissediyorsun? Spor yapmayı seviyor musun? Voleybol oynaman sana ne kazandırdı? Voleybol senin için ne ifade ediyor?

EK-3: Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu (Aile)

Öncelikle görüşme yapmayı kabul ettiğiniz için teşekkür ederim. Bugün sizinle yapacağımız görüşmede çocuğunuzun yaralanmaya giden süreçteki deneyimine ilişkin olarak sizin görüşlerinizi ve bu süreci nelerin etkilemiş olabileceğine dair düşüncelerinizi öğrenmek istiyorum. Bu araştırma Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesinde bir yüksek lisans tezi kapsamında yürütülmektedir. Araştırma verilerini toplamak için yaralanma deneyimi yaşamış voleybol altyapı sporcuları, onların aileleri ve antrenörleri ile bireysel görüşmeler gerçekleştiriyorum. İş yoğunluğunuz içerisinde bu görüşmeye katılarak bana vakit ayırdığınız için tekrar teşekkür ediyorum.

Sorular

1. Doğum tarihinizi öğrenebilir miyim?
2. En son mezun olduğunuz okul ve bölümünüzü söyleyebilir misiniz?
3. Mesleğiniz nedir?
4. Eşinizin mesleği ve eğitim durumunu öğrenebilir miyim?
5. Eşiniz çalışıyor mu?
6. Başka çocuğunuz var mı?
7. Gelir durumunuzu tanımlayabilir misiniz? Elde ettiğiniz gelir yaşamınızı rahat sürdürmenize yetiyor mu?
8. Spor yapıyor musunuz veya yapıyor muydunuz?
9. Çocuğunuz spora nasıl başladı?
 - Voleybolu tercih etmeniz özel bir sebebi var mı?
 - Spora gönderirken bir güvenlik kaygınız da var mıydı?
10. Sizce çocuğunuz spor yapmayı seviyor mu? Üzerinde arkadaş, antrenör, başarı baskısı var mı? (Başarı olmadığı zamanda mutlu oluyor mu?)
11. Okuldaki arkadaşları ve takım arkadaşları ile olan ilişkilerini nasıl görüyorsunuz?
 - Takım arkadaşları ile aralarında herhangi bir rekabet sezinliyor musunuz?
12. Antrenörü ile olan ilişkisini nasıl tanımlarsınız?
13. Siz spora nasıl bakıyorsunuz ve sizce çocuğunuzun spordan beklentisi ne olmalı?
 - Antrenman yoğunluğu nasıl? Bunu normal karşılıyor musunuz?

- Spora başlarken bu kadar yoğun bir yaşantı bekliyor muydunuz?
- Keşke biraz daha az antrenman olsa, ya da antrenmanlarda biraz daha az yorulsa dediğiniz oluyor mu?
- Okul ve antrenmanları bir arada idare etmekte zorlanıyor mu? Sizce bununla ilgili neler hissediyor?
- Sporda da okulda olduğu gibi bir başarı baskısı olduğunu düşünüyor musunuz?

14. Çocuğunuz nasıl sakatlandı?

- Sakatlanmadan önce bildiğiniz bir problemi var mıydı?
- İyileşene kadar olan süreç nasıl geçti?
- Kendi imkanlarınızla mı tedavi oldunuz yoksa kulüp destek veriyor mu? (Maddi, manevi)

15. Çocuğunuz sakatlanma deneyimini nasıl karşıladı? Sizinle duygularını, düşüncelerini paylaşabiliyor mu?

- Spora dönmek istemeseydi siz bunu nasıl karşılardınız?

16. Çocuğunuz sakatlanmadan önce sakatlanmalar hakkında ne düşünüyordunuz? Şimdi ne düşünüyorsunuz?

17. Siz çocuğunuzun sakatlanma sebepleri ile ilgili ne düşünüyorsunuz? Sizce yalnızca bir aksilik mi yoksa sakatlanma bir sürecin sonucunda ortaya çıkan bir olgu mudur?

- Sizce de stres ve destek sakatlıkta bir etken faktör olabilir mi? Böyle bir gözleminiz oldu mu?

18. Sizce sakatlanmalar önlenbilir mi? Önlenebilirse nasıl?

19. Çocuklar bazen sporu bir prestij unsuru olarak görebiliyor ve spordan uzaklaşmamak için sakatlık veya ağrıyla oynamaya devam ediyorlar, sizin böyle bir gözleminiz var mı acaba?

20. Son olarak siz kendinize eleştirel bir gözle bakarsanız çocuğunuzun spor yaşantısı ile yeterince ilgilenebiliyor musunuz?

EK-4: Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu (Antrenör)

Öncelikle görüşme yapmayı kabul ettiğiniz için teşekkür ederim. Bugün sizinle yapacağımız görüşmede sporcunuzun yaralanmaya giden süreçteki deneyimine ilişkin olarak sizin görüşlerinizi ve bu süreci nelerin etkilemiş olabileceğine dair düşüncelerinizi öğrenmek istiyorum. Bu araştırma Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesinde bir yüksek lisans tezi kapsamında yürütülmektedir. Araştırma verilerini toplamak için yaralanma deneyimi yaşamış voleybol altyapı sporcuları, onların aileleri ve antrenörleri ile bireysel görüşmeler gerçekleştiriyorum. İş yoğunluğunuz içerisinde bu görüşmeye katılarak bana vakit ayırdığınız için tekrar teşekkür ediyorum.

Sorular

1. Doğum tarihinizi öğrenebilir miyim?
2. En son mezun olduğunuz okul ve bölümünüzü söyleyebilir misiniz?
3. Antrenörlük eğitimi nasıl aldınız? Kaç yıldır antrenörlük yapıyorsunuz?
4. Tek mesleğiniz antrenörlük mü? Yoksa ikinci bir işiniz var mı?
5. Gelir durumunuzu tanımlayabilir misiniz? Elde ettiğiniz gelir yaşamınızı rahat sürdürmenize yetiyor mu?
6. Evli misiniz?
7. Çocuğunuz var mı?
8. Siz de geçmişte spor yapmış mıydınız?
9. Voleybola ve genel olarak spora nasıl bakıyorsunuz? Sizce bu yaş grubu çocukların spordan beklentisi ne olmalı?
 - Profesyonel ligdeki başarı baskısı altyapı sporcularında da kendini gösteriyor mu?
10. Antrenman yoğunluğunuz nasıl? Altyapıda bu kadar yoğun antrenman olması gereken bir şey mi? Başarı baskısı bu noktada etken oluyor mu? Yoksa başarı hedefi olmasa da gelişim için bu kadar yüklenme şart mı?
11. Sizce sakatlık nasıl bir olgu? Sporun bir parçası mı yoksa önlenemez mi? Önlenemezse nasıl
12. Spor sakatlıklarının sebepleri ile ilgili ne düşünüyorsunuz?

- (Burada yaşam stresi modelinden bahsedilecek) Sizce ilişkiler yaşam stresine etki eder mi? Stres bir sakatlık sebebi midir? Spor yaşantınızda hiç böyle bir deneyim yaşadınız mı?
13. Sizin gözlemlerinize göre aileler çocuklarını neden spora yolluyorlar?
- Güvenlik gerekçesini siz de gözlemlediniz mi?
14. Sporcularınız nasıl sakatlandı? Ne kadar sürede iyileştiler nasıl döndüler?
15. Sakatlanma yaşamış olan sporcularınızla ne zaman çalışmaya başladınız?
- Daha önceden bir sakatlanma yaşamışlar mıydı?
16. Sporcularınız sakatlanma deneyimini nasıl karşıladı? Sizinle duygularını, düşüncelerini paylaşıyorlar mı? Tekrar spora dönmek istemeseler siz nasıl karşıladınız?
17. Sakatlanan sporcularınızın aileleri ve arkadaşları ile ilişkileri hakkında ne düşünüyorsunuz. Yaralanmadan önce yeterince desteğe sahip miydiler?
- Aile baskısı
 - Rekabet
 - İlişkiler
18. Sizce sakatlanma yaşamış olan sporcularınız voleybolu gerçekten keyif alarak mı oynuyorlar yoksa üzerlerinde aile, arkadaş, başarı veya herhangi bir şekilde baskı var mı?
19. Sondan bir önceki sorum; sizce, oyuncularınızı genel olarak düşünürseniz, spor çocuklara bir ayrıcalık sağlıyor mu? Kendilerini daha değerli hissediyorlar mı? Bu da sakatlıkla bile oynama eğilimi yaratıyor mu?
20. Son olarak kendinize dışarıdan eleştirel bir gözle baktığınızda sporcularınıza yeterli özeni gösteriyor, yeterli iletişimi kurabiliyor ve onları dinliyor ve destek oluyor musunuz? Onların içinde bulunduğu ruh halini gözlemleyebiliyor musunuz? Bu onları nasıl etkiliyor?
21. Antrenörün elinde bulundurduğu güç ile ilgili ne düşünüyorsunuz? Bu gücün ilişkiyi istismara açık hale getirmesi?

EK-5: Gönüllü Katılım Formu (Çocuk)

Değerli Katılımcı,

Bu araştırma Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesinde öğretim üyesi olarak görev yapan Prof. Dr. Nefise Bulgu ve araştırma ekibi tarafından Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonun izni ile gerçekleştirilmektedir.

Araştırmanın amacı voleybol altyapı sporcularının yaralanmaya giden süreçteki deneyimlerini incelemektir. Sporcuların bu süreçteki deneyimlerinin ortaya konması ile yaralanmanın psikososyal sebeplerine ilişkin bir çıkarımda bulunulması hedeflenmektedir. Bu amaçla hem voleybol altyapında yer alan sporcular, hem onların aileleri hem de antrenörleri ile bireysel görüşmeler yapılması gerekmektedir. Bu araştırmanın yaralanmaların önlenmesi konusunda yapılan diğer araştırmalara katkı sağlayacağı düşünüldüğünden katılımınız bizim için önemlidir.

Araştırma kapsamında sizinle yaklaşık bir saat sürecek bir görüşme yapılacaktır. Görüşmede spor yaşantınızın başlangıcından yaralanmanıza kadar geçen sürece ilişkin duygu, düşünce ve deneyimlerinizi anlamaya yönelik sorular sorulacaktır. Görüşmenin akışına ve sizin isteğinize bağlı olarak bazı sorular sorulmayabilir ya da yeni sorular eklenebilir. Görüşmede sorulara vereceğiniz yanıtlar çalışmada yer alan araştırmacılar dışında kimse ile paylaşılmayacaktır. Görüşme sırasında cevaplamak istemeyeceğiniz, özel olduğunu düşündüğünüz sorularla karşılaşırsanız cevap vermeyebilirsiniz. Araştırma sonuçlarının bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında kişisel bilgileriniz kesinlikle korunacaktır.

Görüşme anında bütün konuşulanların not alınması zor olduğu ve görüşmenin kalitesini etkilediği için, izin vermeniz halinde ses kayıt cihazı kullanılacaktır. Görüşmeler çözümlendikten sonra istediğiniz takdirde görüşme metninizi okumanız ve onaylamanız için size verilecektir. Metin üzerinde ekleme, çıkartma ve düzeltme yapabilirsiniz.

Aklınıza şimdi gelen veya daha sonra gelecek olan soruları görüşme sırasında veya daha sonra, aşağıdaki iletişim bilgilerini kullanarak, sorabilirsiniz. Araştırmaya katılmaya karar verdiğiniz takdirde ailenizin aşağıdaki imza bölümünü doldurması gerekmektedir. Aileniz imzaladıktan sonra size bu formun bir kopyası verilecektir.

Katılımcının Adı Soyadı :

İmzası :

Velinin Adı Soyadı :

İmzası :

Adres :

Tel :

Tarih :

Görüşmeyi yapan araştırmacının adı ve soyadı: Hande Türkeri Bozkurt

Adres : Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Eski Bina 1. Kat
Beytepe / Ankara

Tel : 0532 5862463

E-mail : handebozkurt@hacettepe.edu.tr

İmza :

Tarih :

EK-6: Gönüllü Katılım Formu (Aile)

Değerli Katılımcı,

Bu araştırma Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesinde öğretim üyesi olarak görev yapan Prof. Dr. Nefise Bulgu ve araştırma ekibi tarafından Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonun izni ile gerçekleştirilmektedir.

Araştırmanın amacı voleybol altyapı sporcularının yaralanmaya giden süreçteki deneyimlerini incelemektir. Sporcuların bu süreçteki deneyimlerinin ortaya konması ile yaralanmanın psikososyal sebeplerine ilişkin bir çıkarımda bulunulması hedeflenmektedir. Bu amaçla hem voleybol altyapında yer alan sporcular, hem onların aileleri hem de antrenörleri ile bireysel görüşmeler yapılması gerekmektedir. Bu araştırmanın yaralanmaların önlenmesi konusunda yapılan diğer araştırmalara katkı sağlayacağı düşünüldüğünden katılımınız bizim için önemlidir.

Araştırma kapsamında sizinle yaklaşık bir saat sürecek bir görüşme yapılacaktır. Görüşmede çocuğunuzun spor yaşantısının başlangıcından itibaren yaralanmasına kadar geçen süreç ve çocuğunuzun bu süreçle ilişkin deneyimlerine dair görüşlerinizi anlamaya yönelik sorular sorulacaktır. Görüşmenin akışına ve sizin isteğinize bağlı olarak bazı sorular sorulmayabilir ya da yeni sorular eklenebilir. Görüşmede sorulara vereceğiniz yanıtlar çalışmada yer alan araştırmacılar dışında kimse ile paylaşılmayacaktır. Görüşme sırasında cevaplamak istemeyeceğiniz, özel olduğunu düşündüğünüz sorularla karşılaşsanız cevap vermeyeceğiniz, araştırma sonuçlarının bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında kişisel bilgileriniz kesinlikle korunacaktır.

Görüşme anında bütün konuşulanların not alınması zor olduğu ve görüşmenin kalitesini etkilediği için, izin vermeniz halinde ses kayıt cihazı kullanılacaktır. Görüşmeler çözümlendikten sonra istediğiniz takdirde görüşme metninizi okumanız ve onaylamanız için size verilecektir. Metin üzerinde ekleme, çıkartma ve düzeltme yapabilirsiniz.

Aklınıza şimdi gelen veya daha sonra gelecek olan soruları görüşme sırasında veya daha sonra, aşağıdaki iletişim bilgilerini kullanarak, sorabilirsiniz. Araştırmaya katılmayı tercih ediyorsanız lütfen aşağıdaki ad, soyadı, imza ve tarih bölümünü doldurunuz. İmzalıktan sonra size bu formun bir kopyası verilecektir.

Katılımcının Adı Soyadı :
Adres :
Tel :
İmzası :
Tarih :

Görüşmeyi yapan araştırmacının adı ve soyadı: Hande Türkeri Bozkurt

Adres : Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Eski Bina 1. Kat
 Beytepe / Ankara

Tel : 0532 5862463

E-mail : handebozkurt@hacettepe.edu.tr

İmza :

Tarih :

EK-7: Gönüllü Katılım Formu (Antrenör)

Değerli Katılımcı,

Bu araştırma Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesinde öğretim üyesi olarak görev yapan Prof. Dr. Nefise Bulgu ve araştırma ekibi tarafından Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonun izni ile gerçekleştirilmektedir.

Araştırmanın amacı voleybol altyapı sporcularının yaralanmaya giden süreçteki deneyimlerini incelemektir. Sporcuların bu süreçteki deneyimlerinin ortaya konması ile yaralanmanın psikososyal sebeplerine ilişkin bir çıkarımda bulunulması hedeflenmektedir. Bu amaçla hem voleybol altyapında yer alan sporcular, hem onların aileleri hem de antrenörleri ile bireysel görüşmeler yapılması gerekmektedir. Bu araştırmanın yaralanmaların önlenmesi konusunda yapılan diğer araştırmalara katkı sağlayacağı düşünüldüğünden katılımınız bizim için önemlidir.

Araştırma kapsamında sizinle yaklaşık bir saat sürecek bir görüşme yapılacaktır. Görüşmede sporcularınızın sizinle çalışmaya başlamasından itibaren yaralanmalarına kadar geçen sürece ve sporcularınızın bu sürece ilişkin deneyimlerine dair görüşlerinizi anlamaya yönelik sorular sorulacaktır. Görüşmenin akışına ve sizin isteğinize bağlı olarak bazı sorular sorulmayabilir ya da yeni sorular eklenebilir. Görüşmede sorulara vereceğiniz yanıtlar çalışmada yer alan araştırmacılar dışında kimse ile paylaşılmayacaktır. Görüşme sırasında cevaplamak istemeyeceğiniz, özel olduğunu düşündüğünüz sorularla karşılaşsanız cevap vermeyebilirsiniz. Araştırma sonuçlarının bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında kişisel bilgileriniz kesinlikle korunacaktır.

Görüşme anında bütün konuşulanların not alınması zor olduğu ve görüşmenin kalitesini etkilediği için, izin vermeniz halinde ses kayıt cihazı kullanılacaktır. Görüşmeler çözümlendikten sonra istediğiniz takdirde görüşme metninizi okumanız ve onaylamanız için size verilecektir. Metin üzerinde ekleme, çıkartma ve düzeltme yapabilirsiniz.

Aklınıza şimdi gelen veya daha sonra gelecek olan soruları görüşme sırasında veya daha sonra, aşağıdaki iletişim bilgilerini kullanarak, sorabilirsiniz. Araştırmaya katılmayı tercih ediyorsanız lütfen aşağıdaki ad, soyadı, imza ve tarih bölümünü doldurunuz. İmzaladıktan sonra size bu formun bir kopyası verilecektir.

Katılımcının Adı Soyadı :
Adres :
Tel :
İmzası :
Tarih :

Görüşmeyi yapan araştırmacının adı ve soyadı: Hande Türkeri Bozkurt

Adres : Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Eski Bina 1. Kat
 Beytepe / Ankara

Tel : 0532 5862463

E-mail : handebozkurt@hacettepe.edu.tr

İmza :

Tarih :

EK-8: Sporcu ve Aile Analiz Tablosu

SPORCU VE AİLE ANALİZ TABLOSU (1)								
	Voleybola Başlama	Ailenin Spor Geçmişi	Geleceğe Dair Hedef	Kazanmak Önemli mi?	Ailenin Okul Beklentisi	Derslerinin Durumu	En Önemli Desteği	En Çok Dikkatini Dağıtan Şeyler
Boran (aile görüşmesi yok)	Tesadüf		Meslek olarak voleybol	Önemli	Yok	Çok iyi	Aile, arkadaşlar, antrenör	Hiçbir şey
Osman	Arkadaş ısrarıyla	Var profesyonel	A takım voleybol sonra mühendislik	Önemli	Var ama voleybola destekler	Çok iyi mühendislik kazanmış	Ailesi ve arkadaşları	Hiçbir şey
Osman-aile	Arkadaş Aile	Tutarlı	Tutarlı	-	Zaten karşılanmış	Tutarlı	Tutarlı	Tutarlı
Tarkan	Beden eğitimi öğretmenin keşfi	Kuzenler profesyonel aile spora çok meraklı	Önce eğitim sonra voleybol	Çok önemli	Zaten iyi	Çok iyi	Kız arkadaş	Takım arkadaşlarının antrenörün onun sözünü dinlememesi
Tarkan-baba	Tutarlı	Var polislikten gelen	-	Tutarlı	Tutarlı	Tutarlı	-	Tutarlı
Orhan	Abi voleybol oynamış	Amatör	Voleybol önce sonra okul	Çok önemli	Var voleybola destekler ama okumasını da istiyorlar	İyi (üniversiteyi kazanmış)	Arkadaşlar sonra aile	Aşırı konsantrasyon
Orhan-anne	Anne	Var amatör	Önceliğin voleybol olmasına biraz üzülüyor ama destek	-	Tutarlı	Eskiden çok daha iyiymiş dereceleri var	Tutarlı	Belki takım arkadaşlarının oyundan düşmesi ama çok emin değilim
Semra	Arkadaş tavsiyesi	Var	Meslek olarak voleybol	Önemli	Özel bir ısrar yok	İyi	Arkadaşlar, antrenör, baba	Aşırı konsantrasyon ve yanındaki arkadaşının ters davranışları, yaşanan çatışma

	Voleybola Başlama	Ailenin Spor Geçmişi	Geleceğe Dair Hedef	Kazanmak Önemli mi?	Ailenin Okul Beklentisi	Derslerinin Durumu	En Önemli Desteği	En Çok Dikkatini Dağıtan Şeyler
Semra-baba	Spor okuluyla tesadüf	Var amatör	Tutarlı		Tutarlı	Tutarlı	Tutarlı	-
Zarife	Beden eğitimi öğretmeni yönlendirmiş		Meslek olarak voleybol	Önemli	Yok	Çok iyi değil	Arkadaşlar	Tribündeki sesler velilerin saçma bağırsızları, karşı takım antrenörünün bizi göstererek bir şeyler söylemesi
Zarife-baba	Beden eğitimi öğretmeni	Yok	-	-	Artık yok voleybol var	Tutarlı	-	-
Meltem	Tesadüfen ama ailede voleybolcu çok	Var profesyonel voleybol hentbol	Meslek olarak voleybol	Evet	Kendisine bırakmışlar	Fena değil, spor akademisi istiyor	Aile ve antrenör	Antrenmanda arkadaşlarının voleybol dışında bir şeyden konuşması ve maçta kenardan farklı türde bağırılması
Meltem-anne	Aile	Tutarlı	Tutarlı	Tutarlı	Önemli olan bir hedefi olması	Tutarlı	Tutarlı	-
Berna	Tesadüf, sonra da aile	Var anne voleybol	Meslek olarak voleybol	Evet	Baskı yok	-	Antrenör,aile, arkadaşlar,	Hiç görmediği birinin tribünde olması
Berna-anne	Anne	Tutarlı	Mutlu olduğu sürece oynasın	Önemlidir mutlaka	Tutarlı	Dersleri iyi	Anne kendisi olduğunu düşünüyor ama çocuk için antrenör	Sahada hiçbir şey dikkatini dağıtmaz
Beyza	Beden eğitimi öğretmeni	Var lisanslı	Önce meslek sonra voleybol	Önemli	Yüksek	Çok iyi	Aile, arkadaşlar, antrenör	Kendi heyecanlı ve stresli kişilik yapısı
Beyza-anne	Beden eğitimi öğretmeni	Baba lisanslı sporcu, anne sporla alakasız	-	-	Tutarlı	Tutarlı	Tutarlı	
Mine	Aile, beden eğitimi öğretmeni	Var lisanslı	Meslek olarak yapmakta kararsız ama akademik öncelikli	-	Kendisine bırakılmış	Çok iyi	Aile ve arkadaşlar	Yalnızca antrenmanda dağılıyor, herşey dağıtıyor

	Voleybola Başlama	Ailenin Spor Geçmişi	Geleceğe Dair Hedef	Kazanmak Önemli mi?	Ailenin Okul Beklentisi	Derslerinin Durumu	En Önemli Desteği	En Çok Dikkatini Dağıtan Şeyler
Mine-anne	Aile beden eğitimi öğretmeni	Tutarlı	Tutarlı	-	Tutarlı	Tutarlı	Tutarlı	Tutarlı anne ergenliğe yoruyor
Hakan	Dayısı	Var amatör	Olabilirse meslek olarak istiyor	Önemli	Yok	Fena değil Beden eğitimi istiyor	Sahada antrenör ve arkadaşlar, dışarda aile	Çevreden gelen ses
Hakan-aile	İlk beden eğitimi öğretmeni, sonra dayısı	İkisinin de var	Tutarlı	-	Pek yok gibi	Tutarlı	Tutarlı	Dikkatini hiçbir şey dağıtmaz
Onur	Dayısı	-	Bilgisayar mühendisliği sonra voleybol	Önemli		İyi	Arkadaş, aile, antrenör (aileyle çok görüşemediği için)	Aileden başkasının izlemeye gelmesi
Onur-baba	Dayısı	Yoğun bir şekilde hala var, amatör olarak	Önemli değil yeter ki anıları olsun	-	Var ama kendisine bırakıyorlar	-	Aile ama antrenörü ne derse yapar bizim sözümüzden fazla dinler	Aytuğ hocanın bir hareketi ahmet'i bitirir. Yaptığı hatalı bir hareketin etkisinden 2 tur çıkamıyor.
Turan	Aile, antrenör	Var	Meslek olarak voleybol	Önemli		Pek iyi değil zaten spor lisesinde	Antrenör sonra arkadaş ve aile geliyor	Salona girdiği anda her şey bitiyor
Turan-baba	Aile, antrenör	Tutarlı	Tutarlı	-	Var ama belli etmiyorlar	Tutarlı	Aile kendilerini görüyor	-

	Voleybola Başlama	Ailenin Spor Geçmişi	Geleceğe Dair Hedef	Kazanmak Önemli mi?	Ailenin Okul Beklentisi	Derslerinin Durumu	En Önemli Desteği	En Çok Dikkatini Dağıtan Şeyler
Sinan (aile şehir dışında)	Beden eğitimi öğretmeni	Ailenin yok dayıların var	Meslek olarak voleybol	Önemli	Zaten girmiş bir bölüme	İyi beden eğitimi okuyor	Arkadaş ve antrenör	Maçta geride olmak ve karşı takımın daha iyi olması, antrenör baskısı, takımda herkesin sürekli konuşması bağırımlar
Sezin (aile görüşmesi yok)	Kuzeni	Var	Gidebildiği yere kadar gitmek	Bazen	Belli değil	İyi spor dışı istiyor üniversitede	Annesi ve arkadaşları	Antrenörün maç içinde çok fazla bağırması
Canan (aile görüşmesi yok)	Antrenör	Profesyonel olarak yok	Meslek olarak voleybol	Çok önemli değil	Yok	İyi	Aile ve arkadaşlar	Dışardaki olaylar, oynayasım olmuyor bazen, ya da kolay maça
Görkem (aile şehir dışında)	Beden eğitimi öğretmeni	Bilinmiyor	Büyük, ziraat a takım meslek olarak voleybol	Önemli	Çok yüksek	Çok iyi değil, beden eğitimi öğretmenliğine girecek	Arkadaşlar	Antrenörün kızması ama zamanla duyarsızlaşmayı öğrenmiş
Faruk (aile şehir dışında)	Tanıdık vasıtasıyla	Yok	Meslek olarak voleybol	Önemli	Var ama voleybol daha önde	İyi üniversite spor yöneticiliği okuyor	Aile, kız arkadaş, takım arkadaşları voleybolda antrenörü	Başka bir oyuncunun sorumsuzluğu
Koray (aile görüşmesi yok)	Anne sporcu	Profesyonel var	Voleybol	Çok önemli	Yok	Kötü	Aile ve antrenör	Dikkatim pek dağılmaz
Kıvanç (aile şehir dışında)	Keşif	Yok	Kararsız hangisi iyi giderse	Önemsiz	Köstek olmuyorlar ama okumasını da istiyorlar	Kötü	Aile	Uykulu olmak
Cüneyt (aile şehir dışında)	Babası sayesinde (baba beden eğ. Öğrt.)	Profesyonel var	Voleybol ve okul bir arada	Önemli	Voleybola destekler ama okumasını çok istiyorlar	İyi	Takım arkadaşları ama aile ve antrenörü de büyük destek görüyor	Rakibin söyledikleri

SPORCU VE AİLE ANALİZ TABLOSU (2)

	Antrenörle İlişisine Bakışı	Antrenörle İlgili En Çok Üzen Şey	Antrenör Ne Yapınca En Çok Motive Oluyor?	Destek Algısı İşine Yarıyor mu?	Yaralanma Deneyimi	Yaralanma Bilinci	Yaralanma Korkusu	Yaralı Oynama
Boran (aile görüşmesi yok)	İyi	Bir şeyler yapamayınca beni duvara göndermesi	Bizi kenetlemesi takım olmamızı istemesi mesela maçlarda bizi kenetliyor hayal kurduruyor	Yarıyor rahatlatıyor, motive ediyor	Fazla yüklenmeden ağrıları var o yüzden yaralanma üzerinde çok düşündüğü bir konu değil şu an.	Var	Önemli bir sakatlık yaşamadığı için yok	Var
Osman	İyi	Yaptığı psikolojik baskı ama bunu haklı görüyor normalleştirmiş	Beklenmedik anlarda ortamı yumuşatması ve hadi çocuklar diye bağırması	Evet özellikle babasının maçlara gelmesi	Yaralanmanın geçmeme ihtimali beni çok endişelendirdi	Var ama yaralanma olana kadar uygulamıyorlar yaralanınca korkuyorlar	Var	-
Osman-aile	Tutarlı	Tutarlı	-	Tutarlı	Yaralanmalarına canını sıkar çok üzülür	-	Var	-
Tarkan	İyi	Böyle bir şey yaşamamış	Takım içi birlik beraberlik sağlayınca	Evet ama aile değil maçlarda	Çok üzerinde durmamış ama ailesi yaralanma spor hayatını bitirebilir dediği için kendine dikkat ediyor	Var	Yok	Var
Tarkan-baba	Tutarlı	-	-	-	-	Daha çok aileden dolayı	-	Babaya göre yok

	Antrenörle İlişisine Bakışı	Antrenörle İlgili En Çok Üzen Şey	Antrenör Ne Yapınca En Çok Motive Oluyor?	Destek Algısı İşine Yarıyor mu?	Yaralanma Deneyimi	Yaralanma Bilinci	Yaralanma Korkusu	Yaralı Oynama
Orhan	İyi	Ant. Haklıysa üzülüyor kızı da	Hadi yaparsın deyip arkasında olunca	Maçlarda ant. Ve takım arkadaşları	İlk yaralanma çok endişelendirmiş ama sonra alışmış	Var ama hepsi için geçerli tam olarak nasıl antrenman yapmaları gerektiğini hiç bilmiyorlar	-	Var
Orhan-anne	Tutarlı	-	-	-	Ben biraz üzerine düştüm ama o hep iyileşirim geçer anne dedi	-	-	Anlattıklarından var olduğu anlaşılıyor
Semra	Çok iyi abla gibi görüyor	Beklentisinin altında oynadığında hayal kırıklığına uğraması ve bunu çok belli etmesi	İyi yapılan şeyleri çok fazla dile getirmiyor antrenör dile getirince çok mutlu olurum.	Evet yanında olmasalar bile birilerinin varlığını hissetmek yetiyor	Rekabet var ve yaralanınca formanı kaybediyorsun bu durum insanı çok üzüyor. En çok kalıcı yaralanmalardan korkuyor. Diğerlerine artık alışmış (parmağı dışarda voleybol oynarken yaralanmış korkudan söyleyememiş başka bahane uydurmuş çünkü dışarıda voleybol oynamaları yasakmış)	Bir miktar var	Başlarda çok varmış ama alışmış	Fazlasıyla var
Semra-baba	Tutarlı	-	-	-	-	Tutarlı	-	Tutarlı
Zarife	İyi	Çok kızması bağırması	Bravo kızım bravo deyince kendi kızımış gibi hissettirince	Evet ama (biraz destek eksiği var ailesiyle çok yakın değil, antrenörüyle de öyle)	Ağrıyla yaşamaya alışmış üzerinde çok durmamaya çalışıyor ama ağrı moralini bozuyor	Yok	Kaçınılmaz gördüğü için yok	Var

	Antrenörle İlişkinine Bakışı	Antrenörle İlgili En Çok Üzen Şey	Antrenör Ne Yapınca En Çok Motive Oluyor?	Destek Algısı İşine Yarıyor mu?	Yaralanma Deneyimi	Yaralanma Bilinci	Yaralanma Korkusu	Yaralı Oynama
Zarife-baba	Tutarlı	-	-	-	Yaralanmalarından fazla bahsetmiyor ama dinlenmesi lazım dinlenemiyor	-	-	Yaralanması nı saklamaz diyor baba
Meltem	Çok iyi	Onu yanlış anlaması ve antrenörüne karşı kendini ifade edememesi	Bağırınca ; kendine gel demekmiş bağırarak onun için	Çok değil, her şey bireyin özgüvenine bağlı	Yaralandıktan sonra uzak kalma korkusu başlıyor. Ama yaralanma aslında bizim çalıştığımızın da göstergesi. Yaralanma iyidir ne yapılması gerekiyorsa yapar iyileşirsin	Var daha çok kendi çabalarıyla	Yok	Var
Meltem-anne	Takıntı derecesinde iyi	-	-	Tutarlı	Yaralanma konusunda uzmanlaşmak istediği için bilinci yüksek ve bu yüzden baş etmeyi biliyor.	Tutarlı	Yok	Var
Berna	İyi	Kendisinin yeterli gördüğü bir şeyi antrenörünün eksik görmesi	Bir “kızım” demesi bile motive ediyor	Evet	Çok önemsemiyor	Yaralanmadan önce yok	Yok	Var
Berna-anne	Tutarlı	-	-	-	Çok söyleyen bir çocuk değil, canı tatlı değil dayanıklı galiba İrem çok önemsemiyor bu yaralanmaları üzerinde durmuyor.	-	Yok	Var

	Antrenörle İlişisine Bakışı	Antrenörle İlgili En Çok Üzen Şey	Antrenör Ne Yapınca En Çok Motive Oluyor?	Destek Algısı İşine Yarıyor mu?	Yaralanma Deneyimi	Yaralanma Bilinci	Yaralanma Korkusu	Yaralı Oynama
Beyza	Çok iyi	Bana güvenmediğini hissetmem	-	Çok fazla	Benim bale geçmişimden dolayı sıkıntılarım vardı her an olabileceğini biliyordum...yaralandığım sırada hiç o ortama konsantre değildim ... iyileştikten sonra kendimi o kadar yabancı hissettim ki voleybola, çok zordu benim için.. Ama geri dönüşü olacağını biliyorum artık bir de korkarak yaşamayacağım	Pek yok	Çok yok	Yok
Beyza-anne	Hatta tapıyor	-	-	-	Yaralanma cansuyu çok etkiledi ondan sonra çok kötü oldu, sıçramada sıkıntı oldu hala var bir de korku oldu sıçramaya karşı	Tutarlı	Tutarlı korku geçmiş	Takımdan kesilmemek için var
Mine	Çok iyi	Bana kızdığı zaman ben de kendime kızıyorum	Kızması beni en çok motive ediyor	Kesinlikle	İlk yaralandığımda çok kötü hissettim, çok korktum oynayamazsam bir daha diye... bilek burkulmaları bırakma noktasına getirmiş	Çok yüksek ailesi sayesinde	Var	Var ama farkında değil ağrıya sonuna kadar dayanırım diyor

	Antrenörle İlişkinde Bakışı	Antrenörle İlgili En Çok Üzen Şey	Antrenör Ne Yapınca En Çok Motive Oluyor?	Destek Algısı İşine Yarıyor mu?	Yaralanma Deneyimi	Yaralanma Bilinci	Yaralanma Korkusu	Yaralı Oynama
Mine-anne	Tutarlı	-	-	-	İlkinde hoşuna gitti kendini sporcu hissetti , sonrakilerde sinirlendi kendine kızdı uzak kalmaktan korktu ve kendine çeki düzen verdi	Kulüpler bunu vermiyor aile sayesinde yüksek	Var	Yok diyor annesi
Hakan	Çok iyi	Kızsa da üzülüyorum iyiliğim için kızıyor.	Maç öncesi ya da toplantıda bazen yaptığı konuşmalar	Evet olumlu yönde etkiliyor	Çok üzülmedim o süreçte sıklıkla geliyordum salona antrenörüm beni teselli ediyordu destek oluyordu.	Az çok var antrenörleri anlatıyorlar	Var	Yok
Hakan-aile	Çok iyi yaşları uysa arkadaş olurlar	-	-	-		Ailede yok	Olmadığını düşünüyorlar	-
Onur	İyi	Yanlış anlaşılma ve beklentileri karşılayamamak ve uyarı almak	Beni en çok motive eden ondan gördüğüm destek. Bazen güzel konuşmalar yapıyor hitabet yeteneği de var.	Evet kopunca tekrar motive olmasını sağlıyor	Oynamak devam etmek çok önemli o yüzden ağrıyla oynamaya devam etmiş, fakat yaralanmalarına çok kafayı takmamış normal bir şey gibi anlattı hep	Var	Açıkça sorulmamış ama olmadığı söylemlerinden anlaşılıyor	Var ama bilinçsizce saklamak için değil.
Onur-baba	Çok iyi	-	-	-	Kafaya taktığını düşünmüyorum ağrıdığı zaman ağrısını çekiyor	-	Yok	Babası maça çıkmak için bilinçli bir şekilde sakladığını söylüyor

	Antrenörle İlişkinine Bakışı	Antrenörle İlgili En Çok Üzen Şey	Antrenör Ne Yapınca En Çok Motive Oluyor?	Destek Algısı İşine Yarıyor mu?	Yaralanma Deneyimi	Yaralanma Bilinci	Yaralanma Korkusu	Yaralı Oynama
Turan	Çok iyi	Onu üzdüğümde, beklentilerini karşılayamadığımda üzülüyorum	Bizi ortada kenetleyip hayal kurduruyor	Heyecanımı azaltmıyor ama	Bütün emellerimin boşa gittiğini gördüm çok üzldüm	Yaralanmadan sonra biraz gelişmiş	Vardı yaralanınca iyice arttı	Var
Turan-baba	Babanın düşündüğün den daha yakın görüyor antrenörü	-	-	-	Çok zorlandı, antrenmanlara gidemediği için çok sıkıldı ve sakatlığın geçmemesinden kaygı duydu	Kulüpteki a takım yoğunluğundan dolayı yeterli bilinçlendirme yapılmadığını düşünüyor	Tutarlı	-
Sinan (aile şehir dışında)	İyi	Herkesin içinde bağırması rencide etmesi	Hadi oğlum diyerek destek olması arkasında durması	Bir kere düşünce destek fayda sağlamıyor	Kronik yaralanmam performansımı çok düşürüyordu kolumu açamıyordum, Bir de ilk sakatlığımda çok üzlmüştüm. Bunlardan sonra da yaralanma korkusu oluştu bende	Var da uygulamıyor	Var	Var hem isteği dışı hem de isteğiyle saklayarak
Sezin (aile görüşmesi yok)	Çok antrenör değiştirmiş ama genelde iyi	Çok bağırdığı ve üzüldeği zamanlar	Tek başına kenara çekip iyi oynamalısın diye konuşması		Yaralanınca çok üzldüm bir hafta sonra turnuva vardı hem üzldüm hem sinirlendim.	Bir miktar	Yine olursa diye korkuyorum	Mecbur bırakılma var

	Antrenörle İlişisine Bakışı	Antrenörle İlgili En Çok Üzen Şey	Antrenör Ne Yapınca En Çok Motive Oluyor?	Destek Algısı İşine Yarıyor mu?	Yaralanma Deneyimi	Yaralanma Bilinci	Yaralanma Korkusu	Yaralı Oynama
Canan (aile görüşmesi yok)	İyi	Kızması çok kötü kızıyor.	Kızıyor. Bazen özel olarak konuşuyor ama benim kendimle alakalı ancak kendi kendimi motive edebiliyorum	Hayır etkilemiyor	Çok takılmamış	Bir şeyler biliyor ama pek uygulamıyor gibi	Yok	Var
Görkem (aile şehir dışında)	İyi	Onu biriyle kıyaslaması	Arkasında durması ona güvenmesi	Evet	-	Var ama yaralandıktan sonra gelişmiş	Sorulmamış	Yok (kendi isteği dışı zorla var)
Faruk (aile şehir dışında)	İyi	Beyinsiz olduğunu ima edecek şeyler söylemesi yani aşağılaması	Kendini antrenörünün söylediklerinin doğru olduğuna inandırınca	Yarıyor dikkatini dağılınca toparlanması sağlıyor antrenör ve arkadaşları	Dünyanın sonu gibi görmüş çok üzülmüş başlamadan bittiğini düşünmüş, Sonra yaralanmayla yaşamayı öğrenmiş	Var ama yaralandıktan sonra gelişmiş ama zaten 3. Ayında yaralanmış	Var	Var
Koray (aile görüşmesi yok)	İyi	Çok kızması	Hadi yaparsın deyip arkasında olunca	Destek iyi geliyor kötü oynasam da destek var	Yaralanınca maçlarda oynayamazsa diye endişelenmiş ama sonra geçmiş ve rahatlamış	Yok	Var	Yok
Kıvanç (aile şehir dışında)	İyi	Arkadaşlarına ezici sözler söylemesi		-	Çok bir yaralanma yaşamamış henüz çok bilinçli değil	Var		
Cüneyt (aile şehir dışında)	Çok iyi	Hatasını kızarak sert bir şekilde söylemesi	Sen bunu yaparsın sana inanıyorum dediğinde	Çok fazla	Yaralandıktan sonra yeniden yaralanmaktan çok korktuğum için hiçbir şey yapamadım, sonra bir şekilde aşmayı başardım	Var	Var	

EK-9: Antrenör Analiz Tablosu

ANTRENÖR ANALİZ TABLOSU (1)						
	İkinci Bir Meslek Var mı?	Deneyim ve Spor Geçmişi	Antrenör Üzerinde Başarı Baskısı	Yoğun Antrenman Çok Gerekli mi?	Yaralanma Önlenebilir mi? Yoksa Sporun Bir Parçası mı?	Yaralanmayı Önlemek İçin Neler Yapılmalı?
Mustafa	Var	20 yıl (amatör voleybol)	Oluyor. Özellikle bazı yerlerde çocuklara kazanmayı öğretmek için bir baskı oluyor.	Gelişim için şart.	Bazı durumlarda önlenebilir bazı durumlarda önlenemez.	Kuvvet antrenmanı, denge, koordinasyon çalışmaları yapılmalı.
Mete	Emekli	26 yıl (lisanslı voleybol)	Başarı baskısı yok, olsa da çocuklara yansıtıyor.	Çok büyük bir antrenman yoğunluğu yok.	Duruma göre değişiyor bazen önlenebilir bazen önlenemez, şanssızlığa yapacak bir şey yok.	Doğru teknik verilmeli, doğru antrenman yapılmalı.
Ozan	Var	20 yıl (lisanslı voleybol)	Çok var. Yöneticiler çok baskı yapıyor, amaç oyuncu yetiştirmekten çıkıyor. Antrenör çok hırslıysa amacı yalnızca kazanmaksa çocuklara çok büyük baskılar yapıyor.	-	Doğru önlemleri alarak engellenebilir.	Antrenörün çok okuması kendini geliştirmesi lazım, bilmiyorsa da bir kondisyonerle çalışması lazım. Sezon hazırlık dönemini iyi geçirmek, yüklenme dinlenme oranlarını iyi bilmek gerekli, psikolojik ve fiziksel testler yapılmalı.
Sezgin	Yok	18 yıl (amatör voleybol)	Burada basketbolda var voleybolda pek yok.	Bu çocuklar çok yoğun antrenman yapmıyor her şeye de vakit kalıyor sormaya gerek kalmadı bu soruyu	Önlenebilir durumlar ve önlenemeyen durumlar var	Temelden güçlendirme, gücü doğru bir şekilde vermeli.

	İkinci Bir Meslek Var mı?	Deneyim ve Spor Geçmişi	Antrenör Üzerinde Başarı Baskısı	Yoğun Antrenman Çok Gerekli mi?	Yaralanma Önlenebilir mi? Yoksa Sporun Bir Parçası mı?	Yaralanmayı Önlemek İçin Neler Yapılmalı?
Mahmut	Var	15 yıl (lisanslı voleybol)	Bu yaş grubunda olmaması gerek ama var çocuklara da ister istemez yansıyor.	Daha da fazlası gerekli rakipler çok daha fazla çalışıyor.	Bu branşta önlenebilir değil maalesef, bir parçası. Öyle alakasız pozisyonlar oluyor ki sakatlık geliyor. Önlenebilir olanlar da var ama.	
Zafer	Yok	16 yıl (amatör voleybol)	Var. Üstünüzdekiler her ne kadar başarı istemiyoruz yeter ki çocuklar gelişsin dese bile tamamen başarı odaklı. Baskı altındaki antrenör o baskıyı çocuklara yüklüyor çocuklar o baskıyı kaldıramayıp sakatlanıyor.	Bu tempoda olması hem aileler için çocuğun kötü alışkanlıklar edinmemesi açısından bir güvence hem çocuk için bir sosyal aktivite	-	Antrenman planlaması önemli, kullanılan malzemeye dikkat etmek gerekiyor.
Mehmet	Var	8 yıl (lisanslı voleybol)	-	Gerekli ama antrenman planlamasını ona göre yapıyorum. Hem psikolojik hem fiziksel olarak çok dikkat ediyorum.	-	Dinlenme, yüklenme planlamasını doğru yapmak, neyi ne zaman yapacağını iyi bilmek, çocukların kendilerini korumalarını sağlayacak kurallar koymak, kitap okuma alışkanlığı kazandırmak (dikkat için).
Akif	Yok	10 yıl (lisanslı voleybol)	Kesinlikle var ama bence iyi bir şey, eğer bu baskıyı hissetmiyorsanız oyuncu yetiştirmede eksik kalırsınız. Bu sporcular için de böyle başarı, baskısıyla da baş etmeyi bir şekilde öğrenmeleri lazım.	Evet performans sporcusunda gerekli.	Mutlaka önlenebilir diyemem ama azaltılabilir. Mesela bir araba trafiğe çıkıyor kaza riski mutlaka var. e bu çocuklar da haftada 20 saat antrenman yapıyor 300-400 kere sığıyor bu sağlıklı bir durum değil.	Fizyoterapistle çalışıyoruz. Kasın verimli kullanılmasında ve sakatlanmamasında bize yol gösteriyor. Bir de kondisyonerimiz var. Sakatlık önleyici çalışmalar yaptırıyor.

	İkinci Bir Meslek Var mı?	Deneyim ve Spor Geçmişi	Antrenör Üzerinde Başarı Baskısı	Yoğun Antrenman Çok Gerekli mi?	Yaralanma Önenebilir mi? Yoksa Sporun Bir Parçası mı?	Yaralanmayı Önlemek İçin Neler Yapılmalı?
Hasan	Yok	4 yıl (lisanslı voleybol)	Büyük kulüpler her zaman başarı ister bu çok doğaldır takılmamak lazım. Ben başarı baskısı az hissediyorum ama sporcu yetiştirme kaygım çok var. Çocukların üzerinde de büyük oyuncu olalım baskısı var.	Daha da yoğun çalışabiliriz bile ama sonuçta bu çocukların bir de eğitimi var.	Önenebilir durumlar var önüne geçilemeyecek durumlar var.	Yüklenme dinlenme aralıklarının iyi planlanması gerekiyor, her antrenmanda stretch yapmaya çok özen göstermek zorundalar, her antrenmandan sonra buz yapmak zorundalar.
Ahmet	Yok	6 yıl (amatör voleybol)	Büyük kulüplerde çok büyük ve antrenörü kendi eğitim politikalarına mecbur bırakarak doğru olanı yapmasına izin vermiyorlar. Bu başarı baskısı çocuklara da olumsuz yansıyor.	Bu kadar yoğun antrenman yapmadan da gelişim sağlanabilir önemli olan sporcunun yetenek düzeyi ve antrenmanın içeriği.	Belli hareketler var, çocuk gerçekten sakatlanıyor ama sakatlanma çocuğun psikolojisine bağlı, çocuk severek ve isteyerek geliyorsa o antrenmana sakatlanmaz.	Sakatlığı önlemek için yapılan hareketler çocuğa benimsetilmeli, çocuk inanmalı ve ne yaptığının bilincinde olmalı. Çocuğun ruh halinin iyi okunması çok önemli.
Murat	Beden Eğitimi Öğretmeni	28 yıl (lisanslı voleybol)	Başarı baskısı oluyor, olmaması imkansız. Çocuklara da yansıyor haliyle.	Profesyonel olmak için gerekli ama eğitimi de çok önemsiyoruz. Okumaları için özel çalışmalar yapıyoruz.	Sakatlık sporun bir parçası ama önenebilir bir parçası.	Antrenman planlamasında önleyici çalışmalara yer vermek (kuvvet, esneme gibi), sporcunun düzgün bir hayat yaşamasını beslenmesine dinlenmesine dikkat etmesini sağlamak.
Tarık	Yok	25 yıl (lisanslı voleybol)	İyi kulüplerdeki bütün antrenörlerde var ancak bunu çocuklara yansıtmak antrenörün tecrübesiyle alakalı.	Gerekli ama içerik çok farklı planlanabilir. Çocuğu mutlu edecek, başka şeylere vakit ayırmasını sağlayacak gerekli kuvveti verecek bir antrenman planlamasıyla tüm olumsuzluklar giderilir.	Genetik sakatlıklar ve bazı pozisyonel sakatlıklar dışındaki bütün sakatlıklar zamanında yapılacak çalışmalarla engellenebilir.	12-13 yaşa kadar temel hareket eğitiminin verilmesiyle, antrenman yükünün doğru planlanması, sporcuların uykusuna beslenmesine dikkat etmesini sağlamak, çevresel koşulları kontrol altına almak, kullanılan malzemeyi uygun hale getirmek.

	İkinci Bir Meslek Var mı?	Deneyim ve Spor Geçmişi	Antrenör Üzerinde Başarı Baskısı	Yoğun Antrenman Çok Gerekli mi?	Yaralanma Önlenebilir mi? Yoksa Sporun Bir Parçası mı?	Yaralanmayı Önlemek İçin Neler Yapılmalı?
Berke	Akademisyen	21 yıl (amatör voleybol)	O genellikle çocuklarda var ama bizde amaç A takıma oyuncu yetiştirmek, o yüzden çocuklarda baskı olmuyor.	Daha da yoğun olması gerekir yaralanmaların önlenmesi için ama vakitleri yok.	Büyük ölçüde önlenebilir.	Etkin bir şekilde çalışmak koruyucu antrenmanlar yapmak, çevresel koşulları kontrol altına almak.
İrem	Akademisyen	15 yıl (amatör voleybol)	Halkbank gibi vizyonu olan kulüplerde çok büyük, çocuklar üzerinde de çok fazla.	Aktif sporda gelişim için antrenman yoğunluğu şart.	Bu ciddi bilimsel bir kaos. Spor sağlık için mi, değil mi? Bence ne kadar önlem de alsanız her sporcu mutlaka sakatlıkla karşılaşılıyor.	Çevresel faktörler ve içsel faktörler var bunların önüne geçmek için her türlü önlemimizi alıyoruz ama gözden kaçan şeyler de olabiliyor. Bir de bunlar gerçekten işe yarıyor mu ölçemiyoruz. Bunun bir ölçüm yöntemi yok.

ANTRENÖR ANALİZ TABLOSU (2)

	Yaralanma Sebepleri	Antrenörün Modele Bakışı	Çocukların Arkadaş, Antrenör, Aileyle İletişimleri	Çocuk Yaralanmayı Saklıyor mu?	Çocuk Haklarına İlişkin Notlar
Mustafa	Zemin, dikkatsizlik, uzun boy ve erken gelişmiş çocuklardaki koordinasyonsuzluk, psikolojik sorunlar.	Bu sakatlıkta değil de daha çok çocuğun derslerini ve genel psikolojisini etkiliyor. Dikkatsizlik yaralanma sebebi de aynı zamanda ama bunun nedenini tam olarak bilmek zor.	Çocuklar antrenör erkek olunca çok paylaşamıyorlar.	Bazen geri kalmamak için saklama eğilimi oluyor ama bizim yapımız küçük olduğu için anlıyoruz.	-
Mete	Yüzde elli antrenör yüzde elli sporcu kaynaklı. Bilinçsizce yapılan antrenman ve çocukların bilinçsizce yaptıkları hareketler, beslenme, dinlenme, sporcunun kendine bakması, özel yaşantısına dikkat etmemesi. Yaşam stresinin, aile baskısının yarattığı dikkat problemleri ve algı bozulmaları.	Çok katılıyorum.	Dışarıda babacan abi gibiyimdir içeride çekilmez bir antrenör.	Var. Bilinçsiz oyuncuların yarısında net var.	-
Ozan	Sezon hazırlık dönemini iyi geçirmemek, yüklenme, dinlenme oranlarını iyi bilmemek, sporcuya psikolojik baskı yapmak, yanlış teknik, fiziksel fazla yüklenme, sporcunun yapabileceğinden fazla işler yapmaya çalışması.	Psikolojik baskı yüklenmeye ve dikkatsizliğe sebep oluyor bu da yaralanmaya	-	Var tabi baskı, ailenin, antrenörün baskısı. Oynamayacak korkusu.	Voleybolda çok görülüyor. Eğitimsizlik, bilgisizlik, ilgisizlik en büyük hak ihlal sebepleri. Antrenörlerin bunları yapma sebepleri ise kazanmak ve sporcu üzerinden maddi kazanç sağlamak.

	Yaralanma Sebepleri	Antrenörün Modele Bakışı	Çocukların Arkadaş, Antrenör, Aileyle İletişimleri	Çocuk Yaralanmayı Saklıyor mu?	Çocuk Haklarına İlişkin Notlar
Sezgin	-	Sayıdığımız faktörler doğrudan konsantrasyonla ilgili, ben burada böyle bir şey gözlemlemiyorum çünkü zaten voleybol çocuğun birinci önceliği değil.	Ben biraz mesafeliyim çocuklara ama çok önemli bir durumda (sağlık) tam destek sağlarım.	Var.	-
Mahmut	Aşırı konsantrasyon, voleybol dışında başka şeyler düşünmek, dikkat dağınıklığı ve konsantrasyon sorunları.	Sorunların yarattığı dikkatsizlik yaralanma getiriyor tabi.	Antrenör-aile ilişkileri kopuk, çocuk antrenör ilişkileri resmi, çocukların birbirleri ile ilişkileri iyi. Aileler çocuklara hep destek.	-	-
Zafer	Çocuğun fiziksel yapısı, hareketi doğru yapıp yapmaması, tekniği doğru öğrenip öğrenmemesi, dengesizliği, aşırı yüklenme, dikkatsizlik, teknik bozukluk, yanlış çalışma, genetik sorunlar, aile baskısıyla duygusal bozulmalar, kullanılan malzeme, isteksizlik.	Ailelerle olumsuz iletişim varsa, baskı varsa bu çocuğun üzerindeki stresi arttırdığı için sakatlığa sebep olabilir tabi ki.	Burada aileler çok ilgili ve çocukların her an arkasındalar. Bizim ailelerle iletişimimiz de çok iyi. Çocukların kendi aralarındaki iletişim de çok çok iyi birbirlerine her türlü destekler en ufak çekişme yok aralarında. Benimle de araları şu an iyi konuşup paylaşabiliyoruz.	-	-
Mehmet	Yaptığı işe odaklanmamak veya odaklanamamak veya yanlış teknik, zemin, ekipman, konsantrasyon sorunları (dikkatsizlik), fazla odaklanma, antrenörün yanlış yüklenme metodu, psikolojik durum, çevresel faktörler.	Bizim öğrenme sürecinde var bu, öğrenirken çocuğun psikolojisi düzgün, sevgiye doymuş değilse öğrenemiyor, bu da yanlış teknik yaratıyor ve sakatlık geliyor.	-	Var çünkü çocuk oyun oynamak istiyor. Ama baskıcı olmadığımız sporcuya iyi yaklaştığımız zaman dürüst davranıyor..	Hırslı veliler daha küçük yaşta baskı yapıp çocukların hayatını zindan ediyorlar. Tembel antrenörler kısa yoldan başarı için çocuk haklarını ihlal ediyorlar. Ellerinde oyuncu olsun diye çok yetenekli olmayan çocukların hayalleriyle oynuyorlar.

	Yaralanma Sebepleri	Antrenörün Modele Bakışı	Çocukların Arkadaş, Antrenör, Aileyle İletişimleri	Çocuk Yaralanmayı Saklıyor mu?	Çocuk Haklarına İlişkin Notlar
Akif	Zemin, çevresel faktörler,	Kesinlikle. kendi sporcularımla yüzde yüz böyle bir şeye tanık olmadım ama kendi sporculuğum döneminde psikolojik bir darptan sonra, tesadüf mü bilmiyorum sakatlandım.	Ben mekanik bir antrenör olmamaya çalışıyorum sporcularımla arkadaş gibiyim onlara her zaman destek olmaya çalışıyorum sonuçta onlar benim sermayem.	-	Antrenörün sporcu üzerinden ekstra maddi kazanç sağlaması büyük bir hak ihlalidir.
Hasan	Yaşları gereği hangi pozisyonda nasıl hareket edeceğini bilememe, antrenmana ve maça yeterince konsantre olamama, motivasyonsuzluk, yorgunluk, genetik sorunlar, bunları işin başında bazı testlerle belirlemek ve bu testleri düzenli olarak yapmak gerekli.	Bu görüşe yüzde bir milyon katılıyorum. Siz sahaya kafanızı vermezseniz sakatlık gelecektir, sakatlık gelmese de performans kesin düşecektir.	Ben onların voleybol hayatları ile sonuna kadar ilgiliyim ama sosyal hayatlarına biraz daha fazla dokunabilirim, onlarla vakit geçirmeliyim.	Saklamaya çalışan oluyor ama ben önüne geçiyorum, anlıyorum ve müdahale ediyorum.	Hiç rastlamadım, görmedim. Ama zamanında duygusal istismara çok fazla tanık oldum. Böyle antrenörlerin voleyboldan uzaklaştırılması gerekir.
Ahmet	Günümüzde çocukların çok hareketsiz ortamlarda büyümeleri nedeniyle vücut koordinasyonları gelişmiyor bu da çocuğun hareket ettiği an kendini sakatlamasına sebep oluyor çünkü koşmayı öğrenmesi bile kaç yaşında oluyor. İkinci sebep en çok karşılaştığımız osgood schlatter denen bir rahatsızlık, diz ağrıları yapıyor, kullanılan malzeme önemli sakatlıkta.	Katılıyorum hatta aynı durumda bir sporcumuz vardı. Destekle ve biraz özel ilgiyle bir ayda harikalar yarattı performansında.	Antrenör olarak her zaman destek olduğunu her şeyleriyle ilgilendiğini iletişimlerinin çok iyi olduğunu düşünüyor.	Var. Seven çocuk ağrısı olduğunu söylemek için son raddeye kadar bekliyor, uzak kalmamak için söylemiyor.	Bilerek psikolojik baskı oldu.

	Yaralanma Sebepleri	Antrenörün Modele Bakışı	Çocukların Arkadaş, Antrenör, Aileyle İletişimleri	Çocuk Yaralanmayı Saklıyor mu?	Çocuk Haklarına İlişkin Notlar
Murat	Sporcuların kötü alışkanlıklar içeren beslenme ve dinlenmelerine dikkat etmedikleri yaşam tarzı, yanlış teknik, yaşam stresi, sporcuların maç ve antrenman için gerekli önlemleri almamaları (bandaj yapmak gibi), kuvvet çalışmalarını ve önleme çalışmalarını düzgün yapmamak.	Kesinlikle katılıyorum. Sporcuların kendilerine kurdukları ideal olmayan hayat tarzı onları sakatlığa açık hale getiriyor.	Bir sorunları olduğunda bana gelebilirler onların yaşamlarını düzenlemek destek olmak için elimizden geleni yapıyoruz	Ben böyle bir sorun yaşamadım. İletişimimiz iyi, fark edersek hemen müdahale ederiz. Zaten antrenör iyi bir gözlemci olmalıdır.	
Tarık	Genetik sorunlardan kaynaklı sakatlıklar, pozisyonel sakatlıklar (ayağa basma, topa basma bilek burkma), antrenman yükünün doğru planlanmamasından kaynaklı sakatlıklar, sporcunun kendine bakmaması, uyku düzeni ve beslenmesine dikkat etmemesi, sporcunun yanlış bir tekniğe sahip olması, yaşam stresi sonucu oluşan psikolojik sıkıntıların yarattığı konsantrasyon bozukluğu.	Kesinlikle katılıyorum.	-	Var, çok fazla	Toplum yalnızca başarıyı ödüllendiriyor, bu da antrenörlerin üzerinde büyük baskı yaratıyor antrenörler de o baskıyı çocuklara yansıtıyor. Sporcuyu oynatmamakla tehdit etmek de bir hak ihlali (Zamanında fiziksel istismar yaptığımı da kabul ediyor)
Berke	Yetersiz koruyucu antrenman, antrenörün eksiklikleri, altyapıda plan program dahilinde çalışılmaması.	Modeli destekleyecek tespitim olmadı.	-	Kesinlikle var, daha yeni yaşadık	Evrensel değerlere sahip çıkmak insan haklarına saygıyı getirir zaten, (Zamanında fiziksel istismar yaptığımı kabul ediyor)
İrem	En sık karşılaştığım sakatlık sebepleri yaptıkları spor branşından kaynaklı şeyler; çok sıçrama gerektirdiği için yarısından çoğunun dizinde pateller tendinit var, bunun dışında yeterince ısınmama, psikolojik olarak zayıf düşme ve odaklanamama, antrenörün antrenman teknikleri, çok fazla strese girmek her konuda.	Modele kesinlikle katılıyorum. Çocuklar için odaklanamama süreci sakatlığı ciddi şekilde etkiliyor.	Arkadaş ilişkileri çok iyi Benimle ilişkileri iyi ben onlara o yakınlığı veriyorum ama biraz da mesafeli benimle her şeyi paylaşabileceklerini hissettiriyorum ama bazı sebeplerden paylaşmıyorlar ailelerinden duyuyorum.	Saklayan oyuncular var, özellikle. Aslı ama genelde hepsi zaman zaman saklıyor.	Zamanında fiziksel istismar yaptığımı kabul ediyor, bir de kabul etmese de aşırı yüklenmeler yapıyor, çocuklar hepsi bu yüzden sakat.

9. ÖZGEÇMİŞ

I- Bireysel Bilgiler

Adı-Soyadı : Hande TÜRKERİ BOZKURT
 Doğum yeri ve tarihi : 04.10.1982, Ankara
 Uyuşu : T.C.
 İletişim adresi ve telefonu : Hacettepe Üniversitesi Beytepe Kampüsü Spor
 Bilimleri Fakültesi Eski Bina 1. Kat
 00 (90) (532) 586 24 63

II- Eğitimi (tarih sırasına göre yeniden-eskiye doğru)

- **2013-devam: Hacettepe Üniversitesi – Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Bilimleri ve Teknolojisi Programı (Yüksek Lisans)**
- **2006-2009: Ankara Üniversitesi – Siyasal Bilgiler Fakültesi, Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkileri Bölümü (Tezsiz Yüksek Lisans)**
Bitirme Projesi Konusu: Bir Özel Öğretim Kurumunda Çalışan Öğretmenlerin Ahlaki Gelişiminin İncelenmesi
- **2000-2004: İstanbul Üniversitesi – Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü (Lisans)**
 (Mezuniyet derecesi, 4 üzerinden 3,44)
- **1999-2000: İstanbul Üniversitesi – İsteğe Bağlı İngilizce Hazırlık**
- **1996-1999: Ankara Bahçelievler Deneme Lisesi**
 (Mezuniyet derecesi, 5 üzerinden 4,83)
- **1993-1996: İzmir Hakimiyeti Milliye Ortaokulu**
 (Mezuniyet derecesi, 5 üzerinden 4,86)

III- Mesleki Deneyimi

- **2014-devam: Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi** – Araştırma Görevlisi
- **2013-2014: Ankaragücü Spor Kulübü** – Profesyonel Voleybol Oyuncusu
- **2009-2013: MiniSanat Atölyesi** – Psikolog ve Program Koordinatörü
- **2004-2009: TED Ankara Koleji İnsan Kaynakları Müdürlüğü** – Endüstri ve Örgüt Psikoloğu
- **Temmuz 2002- Ağustos 2002: Cerrahpaşa Hastanesi Psikiyatri Servisi** – Stajyer
- **Ağustos 2002-Eylül 2002: Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi Psikoz Servisi** – Stajyer

IV- Bilimsel Faaliyetleri

- **14. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi** – Sözel Sunum; Antrenör gözünden antrenör-sporcu ilişkisi; güç ve istismar. 1-4 Kasım 2016, Antalya
- **Conference of HEPA Europe** – Poster Sunum; Fiziksel aktivite ve beslenme alışkanlığında toplumsal çevre. 7-9 Ekim 2015, İstanbul
- Weinberg, R. S., ve Gould, D. (2014). **Spor ve Egzersiz Psikolojisinin Temelleri**, 6. Basımdan çeviri (çeviri editörleri: Şahin M., Koruç Z.), Nobel Yayınevi - kitabında Athletic Injury and Psychology bölümünün çevirisi