



## Examination of the anxiety situations of catching the new type of coronavirus (COVID-19) in elite athletes

## Elit sporcuların yeni tip koronavirüse (COVID-19) yakalanma kaygı durumlarının incelenmesi

Yağmur Yıldız<sup>1</sup>

### Abstract

The aim of this study is to examine of the anxiety situations of catching the new type of coronavirus (COVID-19) in elite athletes. The research group consisted of individuals who actively exercise at the elite level. This study has parcipated 151 athletes. In order to measure the anxiety levels of the athletes, was used the New Type Coronavirus (COVID-19) Anxiety Scale (SYTKYKÖ) of the Athletes, whose validity and reliability analysis was performed by Tekkurşun Demir et al. (2020). The analysis of the data obtained was evaluated in the SPSS 23 package program. Athletes participating in the study were 99 (65.6%) team sports (football 26, basketball 7, volleyball 46, handball 20) and 52 (34.4%) individual sports (athletics 17, taekwondo 13, swimming 9, wrestling 9, tennis 4). The athletes participating in the study 73.5% stated that they exercise at home 7.9% stated that they did not exercise at all, 3.3% did exercise in the field and 15.2% stated that they exercised both at home and in the field. In study 42.4% of team athletes and 13.2% of individual athletes "The league should be registered as it is now", 9.9% of team athletes, 7.3% of individual athletes "should continue with the normalization process of the league and 13.2% of team athletes and 13.9% of individual athletes replied that "the league should continue at a later date and the competitions should be

### Özet

Bu çalışma elit sporcuların yeni tip koronavirüse (COVID-19) yakalanma kaygı durumlarının incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya, elit düzeyde aktif olarak spor yapan 151 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Sporcuların kaygı durumlarını ölçmek için Tekkurşun Demir ve arkadaşlarının (2020) geçerlilik ve güvenilirlik analizini yaptığı Sporcuların Yeni Tip Koronavirüse (COVID-19) Yakalanma Kaygısı Ölçeği (SYTKYKÖ) kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizi SPSS 23 paket programında değerlendirilmiştir. Araştırmaya katılan sporcuların 99'u (%65.6) takım sporu (futbol 26, basketbol 7, voleybol 46, hentbol 20) ve 52'si (%34.4) bireysel spor (atletizm 17, taekwondo 13, yüzme 9, güreş 9, tenis 4) yapmaktadır. Araştırmaya katılan sporcuların %73.5'i evde egzersiz yaptığını belirtmiştir. %7.9'u hiç egzersiz yapmadığını, %3.3'ü saha da egzersiz yaptığını ve %15.2'si hem ev de hem de sahada egzersiz yaptığını belirtmiştir. Takım sporcularının %42.4'ü ve bireysel sporcuların %13.2'si "lig şuan ki haliyle tescillenmeli", takım sporcularının %9.9'u ve bireysel sporcuların %7.3'ü "lig normalleşme süreci ile birlikte devam etmeli" ve takım sporcularının %13.2'si ve bireysel sporcuların %13.9'u "lig ileri bir tarihte devam etmeli ve müsabakalar tamamlanmalı" şeklinde cevap vermişlerdir. Takım ve bireysel sporlara göre bireysel kaygı alt

<sup>1</sup> Öğr. Gör., Aksaray Üniversitesi, Spor ve Sağlık Alanında İhtisaslaşma Koordinatörlüğü, [yağmuryildiz@hotmail.com](mailto:yağmuryildiz@hotmail.com)

 Orcid: [0000-0001-6852-2364](https://orcid.org/0000-0001-6852-2364)



completed". A significant difference was found at the  $p < 0.05$  level in the individual anxiety sub-dimension according to the team athletes and individual athletes. No significant difference was found in socialization anxiety scores. As a result; The vast majority of elite athletes state that the leagues should be vacationed or registered during the pandemic process and that it is necessary to exercise at home during this period. In addition, it was determined that the anxiety scores of those who expressed their opinion in the form of playing or registering the leagues at a later date, according to individual anxiety and socialization anxiety.

**Keywords:** Elite, Athlete, COVID-19, Anxiety.

[\(Extended English summary is at the end of this document\)](#)

boyutunda  $p < 0.05$  düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Sosyalleşme kaygı puanında ise anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Sonuç olarak; elit sporcuların büyük çoğunluğu pandemi sürecinde liglerin tatil edilmesi veya tescillenmesi gerektiğini, bu süreçte evde egzersiz yapılması gerektiğini belirtmektedirler. Ayrıca bireysel kaygı ve sosyalleşme kaygısına göre liglerin ileri bir tarihte oynatılması veya tescil edilmesi şeklinde görüş bildirenlerin kaygı puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Elit, Sporcu, COVID-19, Kaygı.

## 1. GİRİŞ

İlk kez Kasım 2019'da ortaya çıkan yeni tip koronavirüs (COVID-19), küresel bir sağlık sorunu haline gelmiş ve tüm dünyada acil durum ilan edilmiştir (Stanton ve ark, 2020). 6 Ekim 2020 itibariyle Dünya Sağlık Örgütü tarafından 35.347.404 onaylanmış vaka ve 1.039.406 ölüm olduğu verisi paylaşılmıştır (DSÖ, 2020). COVID-19'un hızla yayılım göstermesiyle birçok ülke vatandaşlarının serbest dolaşımını sınırlandırmaya yönelik katı tedbirler almışlardır. Alınan tedbirlerden toplumun bütün kesimleri etkilenmiş ekonomik ve sosyal hayat zora girmiştir (Tekin, 2020). COVID-19 salgını neredeyse tüm dünya ülkelerinde yayılım göstermeye devam ederken ülkelerin yetkilileri tarafından okulların ve üniversitelerin kapatılması, seyahat, kültürel organizasyonlar, spor organizasyonları ve sosyal toplantıların yasaklanması gibi çeşitli koruyucu önlemler getirilmiştir (Hammami ve ark., 2020).

Salgın döneminde spor dünyasındaki dramatik değişiklikler nedeniyle COVID-19 salgınından en yoğun şekilde etkilenen meslek gruplarından biri de elit sporcular olmuşlardır (Håkansson ve ark., 2020). Yurt dışında ve Türkiye'de COVID-19'un hızlı bir şekilde yayılmasından dolayı çeşitli branşlardaki sporcuların, antrenör ve yöneticilerin COVID-19'a yakalanma haberleri spor organizasyonlarının ertelenmesi veya iptal edilmesine neden olmuştur. Örneğin 2020 Tokyo Olimpiyatları, Dünya Salon Atletizm Şampiyonası, Formula 1 yarışları, tenis turnuvaları, boks maçları, Amerikan Basketbol Ligi (NBA) maçları, Maratonlar, UEFA Şampiyonlar Ligi maçları, 2. Down Sendromlular Dünya Spor Oyunları vb. birçok organizasyon ileri bir tarihe ertelenmiş veya iptal edilmiştir (Demir ve ark, 2020). Yine salgın nedeniyle, spor salonlarının ve Fitnes merkezlerinin kapatılması ve açık hava etkinliklerinin sınırlandırılması gibi birçok tedbir kararı alınmıştır. Bu faktörler, sporcuların antrenman programlarını değiştirmelerine ve çoğunlukla sağlık personelleri veya antrenörler tarafından denetlenmeyen antrenman programları uygulamalarına neden olmuştur (Lim ve Pranata, 2020).

Salgının ne zaman sona ereceğinin bilinmemesi ve net bir tedavi yöntemi olmaması gibi durumlar, salgın ve etkileri hakkındaki bilgi kalabalığı, salgın sebebiyle sosyal ilişkilerde azalma, mümkün olduğunca evde izolasyon gibi öneriler veya yasaklar kişilerin ruh sağlığını olumsuz etkileyebilir. Nitekim COVID-19 salgını sırasında kaygı, depresyon, korku, stres ve uyku sorunları gibi belirtiler daha sık görülmeye başlamıştır (Özdin ve Bayrak Özdin, 2020). Kaygı, kişinin sebebini bilmediği, ama tehlikeli ve tehdit edici olarak kabul ettiği olaylar karşısında duyduğu huzursuzluk ve

bir tür korku hissi olarak tanımlanmaktadır (Başaran, 2008). Negatif bir ruh hali olarak tanımlanan kaygı, tipik olarak yükselmiş kalp atım hızı, kas gerginliği, rahatsızlık hissi ve gelecek hakkında endişe gibi bedensel semptomları içermektedir (Rowland ve Van, 2019). Sporcuların psikolojik durumları ve performansları(Kılınçarslan ve ark., 20189, kaygı seviyeleri ile de yakından ilişkilidir. Son zamanlarda yapılan çalışmalar göstermiştir ki fiziksel faktörlerin yanı sıra kaygı, stres ve motivasyon gibi psikolojik faktörler de başarıyı etkilemektedir (Karabulut ve Mavi-Var, 2019). Örneğin 4 yıldır Tokyo Olimpiyatlarına hazırlanan Olimpik ve Paralimpik sporcular olimpiyatların ertelenmesinden dolayı strese girmiş olabileceği araştırmacılar tarafından düşünülmektedir. Salgın, birçok sporcunun konsantrasyonunu, motivasyonunu ve 2021 Olimpiyatları için de aynı enerjile hazırlanmaya devam etme arzularını kaybetmesine neden olmuş olabilir (Clemente-Suárez vd, 2020).

Tüm bu olaylar dikkate alındığında COVID-19 salgını döneminde Liglerin iptal edilmesi, grup antrenmanlarının iptal edilip bireysel antrenmanlara yönelme, sosyal mesafe koyma önlemleri, izolasyon tedbirleri vb. dolayısıyla elit sporcuların psikolojik ve fiziksel olarak olumsuz etkilenmesi düşünülmektedir.

Bu bilgiler kapsamında bu çalışma elit sporcuların yeni tip Koronavirüse (COVID-19) yakalanma kaygı durumlarının incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

## 2. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeline, çalışma grubuna, veri toplama araçlarına ve verilerin analizine yer verilmiştir.

### 2.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmada çok sayıda elemandan oluşan bir evrende evren hakkında genel bir yargıya varmak amacı ile evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup örnek ya da örneklem üzerinde yapılan genel tarama modelinden iki ya daha çok değişken arasında birlikte değişim varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır (Karasar, 2011).

### 2.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın örneklem grubunu elit düzeydeki sporcular oluşturmaktadır. Araştırma grubunu Türkiye de elit düzeyde aktif olarak spor yapan bireyler oluşturmuştur. Araştırmaya katılan sporcuların 99'u takım sporu ve 52'si bireysel spor yapmaktadır. Anketi eksik dolduran veya gelişigüzel doldurduğu tespit edilen 27 sporcu çalışma dışında bırakılmıştır. Bu bağlamda araştırmaya gönüllü olarak 151 sporcu dahil edilmiştir.

### 2.3. Verilerin Toplanması

Sosyo-demografik veriler araştırmacı tarafından oluşturulan ve 8 sorudan oluşan anket ile toplanmıştır.

Sporcuların kaygı durumlarını ölçmek için Tekkurşun Demir ve arkadaşlarının (2020) geçerlilik ve güvenilirlik analizini yaptığı Sporcuların Yeni Tip Koronavirüse (COVID-19) Yakalanma Kaygısı Ölçeği (SYTKYKÖ) kullanılmıştır. Ölçek Bireysel Kaygı (BK), ikinci faktör Sosyalleşme Kaygısı (SK) alt boyutlarından oluşmaktadır. İlk 11 madde BK'yi, 12., 13., 14. ve 15. maddeler SK'yi oluşturmaktadır. BK, korku duyulan bir durum karşısında kaygı ve tedirginlik yaratan duyguların ortaya çıkmasıdır. SK, korku duyulan vakalarda sosyalleşme durumundan kaygı duyulması ve sosyalleşmeden kaçınma yaşanmasıdır. 11 maddeden oluşan Bireysel Kaygı faktöründen alınabilecek en düşük puan 11 olup, en yüksek puan 55'tir. Korku duyulan bir durum karşısında sosyalleşme durumundan kaygı duyma ve sosyalleşme ortamından kaçınma durumu temsil eden, 5 maddeden oluşan Sosyalleşme Kaygısı faktöründen alınabilecek en düşük puan 5 olup, en yüksek puan 25'tir. Kaygı durumu yükseldikçe psikolojik açıdan sağlıksız olma durumu artmaktadır. SYTKYKÖ toplam puan üzerinden yapılacak değerlendirmelerde ölçekten alınabilecek en düşük puan 16 olup en yüksek puan 80'dir. 16 maddeden oluşan ölçek beşli likert tipindedir. Bu bağlamda maddeler "Hiç Katılmıyorum", "Katılmıyorum", "Kararsızım", "Katılıyorum", "Tamamen Katılıyorum" şeklinde sıralanmış; 1, 2, 3, 4 ve 5 şeklinde derecelendirilmiştir. Ters maddeler ise 5, 4, 3, 2 ve 1 olarak kodlanmalıdır. Ölçekte yalnızca 2. madde olumsuz ifade içerdiği için ters kodlanmalıdır. DFA sonucunda elde edilen uyum indeksileri  $\chi^2/sd=1,87$ , RMSEA=,08, PGFI=,62, PNFI=,80, GFI=,92,

AGFI=,90, IFI=,97, NFI=,95 ve CFI=,97'dir. YTKYÖ'nün Bireysel Kaygı faktörünün AVE değeri ,52 olup CR katsayısı ,92'dir. Sosyalleşme Kaygısı faktörünün AVE değeri ,58 olup CR katsayısı ,87'dir. BK faktörünün iç tutarlılık katsayısı ,90; SK iç tutarlılık katsayısı ,84 ve SYTKYKÖ toplam puanının iç tutarlılık katsayısı ,92'dir. Araştırmamızın Cronbach alfa katsayısı 0,88 olarak bulunmuştur.

#### 2.4. Verilerin Analizi

Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğine yönelik yapılan Skewness-Kurtosis, Test of Normality ve Kolmogorov-Smirnov testleri sonrası verilerin normal dağılım gösterdiği belirlendiği için parametrik testler kullanılmıştır. Dolayısıyla verilerin analizinde, yüzde ve frekans analizleri, k-kare analizleri, tek yönlü varyans analizi ANOVA testi, grup içi karşılaştırmalar için Tukey (HSD-LSD) testi kullanılmıştır.

### 3. BULGULAR

Araştırmaya katılan sporcuların %59,6'sı erkek ve %40,4'ü kadındır. Ayrıca araştırmaya 20 yaş altı 28 kişi (%18,5), 21-30 yaş arası 93 kişi (%61,6) ve 30 yaş ve üstü 30 kişi (%19,9) katılmıştır. Sporculardan sadece 1 kişi (%0,7) kronik rahatsızlığı olduğunu belirtmiştir. Fakat sporculardan 9 kişi (%6) ailesinin kronik hastalık öyküsü olduğunu belirtmiştir.

**Tablo 1.** Branşlar ve katılımcı sayıları

Grup	Frekans	%
Takım sporları	99	65,6
Bireysel sporlar	52	34,4
Toplam	151	100,0

Araştırmaya katılan sporcuların 99'u (%65,6) takım sporu (futbol 26, basketbol 7, voleybol 46, hentbol 20) ve 52'si (%34,4) bireysel spor (atletizm 17, taekwondo 13, yüzme 9, güreş 9, tenis 4) yapmaktadır.

**Tablo 2.** Katılımcıların Boy, vücut ağırlığı ve BKİ değerleri

Değişkenler	Aritmetik Ortalama	Standart Sapma
Boy (m)	1,78	,09
Vücut ağırlığı (kg)	74,31	15,50
Beden Kütle İndeksi BKİ (kg/m <sup>2</sup> )	23,06	3,36

Tabloya göre sporcuların boy ortalaması 1,78±0,09 m, vücut ağırlığı 74,31±15,50 kg ve BKİ 23,06±3,36 kg/m<sup>2</sup> olarak belirlenmiştir.

**Tablo 3.** Pandemi sürecinde günlük sportif aktivitelerinizi ne şekilde yapıyorsunuz?

	Takım sporları	Bireysel sporlar	Total	
Pandemi sürecinde günlük sportif aktivitelerinizi ne şekilde yapıyorsunuz?	Yapmıyorum	9 6,0%	3 2,0% 7,9%	
	Ev de egzersiz yapıyorum	71 47,0%	40 26,5% 73,5%	
	Saha da egzersiz yapıyorum	5 3,3%	0 0,0% 3,3%	
	Hem ev de hem de sahada egzersiz yapıyorum	14 9,3%	9 6,0% 15,2%	
	Toplam	99 65,6%	52 34,4%	151 100,0%

$$\chi^2 = <0,05$$

Araştırmaya katılan sporcuların %73,5'i evde egzersiz yaptığını belirtmiştir. %7,9'u hiç egzersiz yapmadığını, %3,3'ü saha da egzersiz yaptığını ve %15,2'si hem ev de hem de sahada egzersiz yaptığını belirtmiştir. K-kare analizine göre verilen cevaplar arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

**Tablo 4.** Sporcuların Ligler hakkındaki görüşleri

Branşımızı göz önünde bulundurarak aşağıdakilerden hangisini tercih edersiniz?	Değişkenler	Takım sporları	Bireysel sporlar	Total
	Lig şuan ki haliyle tescillenmeli		64 42,4%	20 13,2%
Lig normalleşme süreci ile birlikte devam etmeli		15 9,9%	11 7,3%	26 17,2%
Lig ileri bir tarihte devam etmeli ve müsabakalar tamamlanmalı		20 13,2%	21 13,9%	41 27,2%
Toplam		99 65,6%	52 34,4%	151 100,0%

$$\chi^2 = <0,05$$

Tabloya göre takım sporcularının %42,4'ü ve bireysel sporcuların %13,2'si "lig şuan ki haliyle tescillenmeli", takım sporcularının %9,9'u ve bireysel sporcuların %7,3'ü "lig normalleşme süreci ile birlikte devam etmeli" ve takım sporcularının %13,2'si ve bireysel sporcuların %13,9'u "lig ileri bir tarihte devam etmeli ve müsabakalar tamamlanmalı" şeklinde cevap vermişlerdir. K-kare analizine göre verilen cevaplar arasında  $p < 0,05$  düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

**Tablo 5.** Katılımcıların branşlara göre kaygı durumları

	Grup	N	AO±SS	t	p
Bireysel Kaygı	Takım sporları	99	44,82±4,62	-2,300	0,023
	Bireysel sporlar	52	46,71±5,06		
Sosyalleşme kaygısı	Takım sporları	99	20,66±2,10	-0,594	0,553
	Bireysel sporlar	52	20,88±2,21		

Tabloya göre bireysel kaygı alt boyutu takım sporlarında 44,82±4,62 olarak ve bireysel sporlarda 46,71±5,06 olarak tespit edilmiştir. Sosyalleşme alt boyutu takım sporlarında 20,66±2,10 olarak ve bireysel sporlarda 20,88±2,21 olarak belirlenmiştir. Takım ve bireysel sporlara göre bireysel kaygı alt boyutunda  $p < 0,05$  düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Sosyalleşme kaygısında ise bir farklılık tespit edilmemiştir.

**Tablo 6.** Katılımcıların kaygı durumlarına göre ligler hakkındaki görüşleri

		N	AO±SS	F	p
Bireysel Kaygı	Lig şuan ki haliyle tescillenmeli	84	45,50±4,88	0,514	0,599
	Lig normalleşme süreci ile birlikte devam etmeli	26	44,69±4,10		
	Lig ileri bir tarihte devam etmeli ve müsabakalar tamamlanmalı	41	45,92±5,25		
Sosyalleşme kaygısı	Lig şuan ki haliyle tescillenmeli	84	20,80±2,25	0,541	0,583
	Lig normalleşme süreci ile birlikte devam etmeli	26	20,34±2,13		
	Lig ileri bir tarihte devam etmeli ve müsabakalar tamamlanmalı	41	20,85±1,90		

Branşınızı göz önünde bulundurarak aşağıdakilerden hangisini tercih edersiniz? Sorusuna verilen cevaplara göre bireysel kaygı ve sosyalleşme kaygısı alt boyutlarında istatistiki olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır. Hem bireysel kaygı hem de sosyalleşme kaygısına göre liglerin ileri bir tarihte devam etmeli ve müsabakalar tamamlanmalı şeklinde görüş bildirilenlerin ortalama kaygı puanları daha yüksektir.

**Tablo 7.** Katılımcıların müsabakaların başlaması hakkındaki görüşleri

	Çok kötü	Kötü	Kararsızım	İyi	Çok iyi	Total
Takım sporları	9 6,0%	33 21,9%	38 25,2%	16 10,6%	3 2,0%	99 65,6%
Bireysel sporlar	4 2,6%	7 4,6%	18 11,9%	20 13,2%	3 2,0%	52 34,4%
Toplam	13 8,6%	40 26,5%	56 37,1%	36 23,8%	6 4,0%	151 100,0%

$$\chi^2 = <0,05$$

Müsabakalar şuan tekrar başlasa performansınızı nasıl değerlendirirsiniz sorusuna takım sporcularının %6'sı çok kötü, %21,9'u kötü, %25,2'si kararsızım, %10,6'sı iyi ve %2'si çok iyi şeklinde cevap vermiştir. Bireysel sporcuların ise %2,6'sı çok kötü, %4,6'sı kötü, %11,9'u kararsızım, %13,2'si iyi ve %2'si çok iyi olarak görüş bildirmiştir. K-kare analizine göre verilen cevaplar arasında  $p < 0,05$  düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

#### 4. TARTIŞMA VE SONUÇ

COVID-19 dünyada birçok kişinin yalnızca fiziksel sağlığı ve yaşamları için ciddi tehditlere neden olmakla kalmayıp, aynı zamanda panik bozukluk, anksiyete bozukluğu ve depresyon gibi çok çeşitli psikolojik sorunların da oluşumuna neden olmuştur (Hatun ve ark, 2020). Ayrıca liglerin ertelenmesi, sporcuların 'belirsizlik' duygusu hissetmelerine neden olmuştur. Bu belirsizliğin sporcularda antrenman programlarında değişikliğe gitmesine ve belirsizlik duygusunun kaygıya dönüşmesine neden olmuş olabileceği düşünülmektedir. Özellikle spor dünyasından da birçok ünlü ismin koronavirüs testinin pozitif çıkmasıyla sporcuların stresli ve endişeli hissetmesi kaçınılmaz gözükmemektedir (Gzt, 2020).

Çalışmamızda araştırmaya katılan sporcuların %59,6'sı erkek ve %40,4'ü kadındır. Ayrıca araştırmaya 20 yaş altı 28 kişi (%18,5), 21-30 yaş arası 93 kişi (%61,6) ve 30 yaş ve üstü 30 kişi (%19,9) katılmıştır. Sporculardan sadece 1 kişi (%0,7) kronik rahatsızlığı olduğunu belirtmiştir. Fakat sporculardan 9 kişi (%6) ailesinin kronik hastalık öyküsü olduğunu belirtmiştir. Araştırmaya katılan sporcuların 99'u (%65,6) takım sporu (futbol 26, basketbol 7, voleybol 46, hentbol 20) ve 52'si (%34,4) bireysel spor (atletizm 17, tekvondo 13, yüzme 9, güreş 9, tenis 4) yapmaktadır. Sporcuların boy parametreleri  $1,78 \pm 0,09$  m, vücut ağırlığı  $74,31 \pm 15,50$  kg ve BKİ  $23,06 \pm 3,36$  kg/m<sup>2</sup> olarak bulunmuştur.

COVID-19 pandemisinde virüsün bulaşmasını önlemek için bireyler evde kalmak veya izolasyon protokolleri uygulamak zorunda kalmaktadır. Açık havada fiziksel aktivite yapma fırsatı sınırlıdır ve mevcut pandemi süresince insanların evde egzersiz yaparak aktif kalmaları tavsiye edilmektedir (Kanık, 2020). Çalışmamızda sporcuların %73,5'i evde egzersiz yaptığını, %7,9'u hiç egzersiz yapmadığını, %3,3'ü saha da egzersiz yaptığını ve %15,2'si hem ev de hem de sahada egzersiz yaptığını belirtmiştir. Büyük çoğunluğun karantina kurallarına uyarak evde egzersiz yaptığı göze çarpmaktadır. COVID-19 salgını nedeniyle profesyonel futbolcuların daha önce rastlanılmamış bir durumla karşı karşıya geldiği belirtilmiştir. Salgın sırasında insan sağlığı ne kadar önemli olsa da sporcu eğitimi de oldukça önemlidir. Bu nedenle güvenli ve salgın şartlarına göre planlanmış eğitimin gerekli olduğunu savunmuşlardır (Eirale ve ark., 2020). Ev ortamına dayalı daha fazla harekete yönelik önerilerin hayata geçirilmesi için tavsiye edilen egzersizlerinde genel özellikleri bulunmaktadır.

Egzersiz programları, bireyin fiziksel uygunluğuna yönelik olması ve bireyin fiziksel uygunluk parametrelerine göre yapılacak egzersizin içeriğini; aerobik, direnç, denge ve esneklik egzersizleri şeklinde oluşturulabilmektedir (Chodzko-Zajko vd., 2009; Söyler & Kayantaş, 2020). Profesyonel ve Olimpik sporcular, evde izolasyon koşulları altında antrenman yapmaya çalışmışlardır. Jimnastikçiden kürekçiye, Formula 3 yarışçısından tenisçiye sporcular evde karantina koşullarındaki antrenmanlarını sosyal medya hesaplarından takipçileriyle paylaşmışlardır (NTV, 2020). Sergio Ramos, Lionel Messi, Neymar gibi futbolun ünlü yıldızları da pandemi sürecinde antrenmanlarını evlerinde devam ettirdiklerini duyurmuşlardır (Sahadan, 2020).

Araştırmamızda takım sporcularının %42,4'ü ve bireysel sporcuların %13,2'si "lig şuan ki haliyle tescillenmeli", takım sporcularının %9,9'u ve bireysel sporcuların %7,3'ü "lig normalleşme süreci ile birlikte devam etmeli" ve takım sporcularının %13,2'si ve bireysel sporcuların %13,9'u "lig ileri bir tarihte devam etmeli ve müsabakalar tamamlanmalı" şeklinde cevap vermişlerdir. Türkiye'de 19 Mart 2020 tarihinde Koronavirüs Değerlendirme Toplantısı'nda ve akabinde yapılan görüşmeler neticesinde; hentbol, voleybol, basketbol ve futbol liglerinin tamamının salgına yönelik alınan tedbirler kapsamında ertelenmesine karar verilmiştir. Bu kararın arkasından Futbol branşı hariç tüm branşlarda ligler tescil edilmiştir. Belice ve arkadaşları (2020) yaptıkları çalışmada araştırmaya katılan katılımcıların %35,4'ü COVID-19 pandemisi sürecinde TFF'nin futbol müsabakalarını yeniden başlatma kararının 'doğru' olduğunu belirtirken, %64,6'sı ise 'yanlış' cevabını verdiğini belirten sonuca ulaşmışlardır. Virüs en fazla temas ve hava yolu ile bulaşmaktadır. Gerek takım sporlarında gerekse bireysel sporlarda temas fazla olduğu için liglerin başlamasıyla alakalı olumsuz görüş bildiren sporcuların bu görüşleri anlamlı görülebilir. Ancak bizim çalışmamızdan farklı olarak (Afacan ve Onağ, 2020) yaptıkları çalışmada maçların başlaması ile ilgili profesyonel futbolcuların görüşleri değerlendirildiğinde; futbolcuların 12'sinin (%71) "Evet" başlasın, 5'inin (%29) "Hayır" başlamasını yönünde görüş bildirdikleri sonucuna varmışlardır.

Çalışmamızda bireysel kaygı alt boyutu takım sporlarında  $44,82 \pm 4,62$  olarak ve bireysel sporlarda  $46,71 \pm 5,06$  olarak tespit edilmiştir. Sosyalleşme alt boyutu takım sporlarında  $20,66 \pm 2,10$  olarak ve bireysel sporlarda  $20,88 \pm 2,21$  olarak belirlenmiştir. Takım ve bireysel sporlara göre bireysel kaygı alt boyutunda  $p < 0,05$  düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Sosyalleşme kaygısında ise bir farklılık tespit edilmemiştir.

Branşınızı göz önünde bulundurarak aşağıdakilerden hangisini tercih edersiniz? Sorusuna verilen cevaplara göre bireysel kaygı ve sosyalleşme kaygısı alt boyutlarında istatistiki olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır. Hem bireysel kaygı hem de sosyalleşme kaygısına göre liglerin ileri bir tarihte devam etmeli ve müsabakalar tamamlanmalı şeklinde görüş bildirilenlerin ortalama kaygı puanları daha yüksektir.

Sağlık otoriteleri ve spor topluluklarının özel durumlarda önceliklerini belirlemesi ve sporcuların sağlık ve sportif faaliyetlerini sürdürme planlarını yapmak durumunda olduklarına dikkat çekilmektedir. Öncelik belirlemede ve stratejik planlamada, örneğin; fiziksel ve zihinsel sağlık, kaynakların dağılımı, kısa ve uzun vadeli çevresel hususlar gibi çeşitli yönler önemli bir rol oynamaktadır (Mehrsafar ve ark., 2020). Müsabakalar şuan tekrar başlasa performansınızı nasıl değerlendirirsiniz sorusuna takım sporcularının %6'sı çok kötü, %21,9'u kötü, %25,2'si kararsızım, %10,6'sı iyi ve %2'si çok iyi şeklinde cevap vermiştir. Bireysel sporcuların ise %2,6'sı çok kötü, %4,6'sı kötü, %11,9'u kararsızım, %13,2'si iyi ve %2'si çok iyi olarak görüş bildirmiştir. Yapılan bir çalışmada sporcular COVID-19 salgını nedeni ile antrenman eksiklikleri yaşadıklarını, formdan düştüklerini ve özellikle branşa özgü antrenman yapamadıklarını belirtmişlerdir. Ayrıca sporcu sağlığından ve antrenman programlarındaki eksikliklerden dolayı endişeli olduklarını belirtmişlerdir (Demirtaş & Çıplak, 2020). Pandemi sürecinde profesyonel sporcuların alışkanlıklarına dikkat etmesi, güç ve kondisyon çalışması yapmasının önemli olduğu vurgulanmaktadır. Bu önlemleri alan sporcuların pandemi sonrası spor hayatlarına dönerken daha çabuk adapte olabileceklerini, daha başarılı olabileceklerini ve pandemi sürecini daha az zararla atatabileceklerini savunmuşlardır (Leonardo ve ark., 2020).

Sonuç olarak; elit sporcuların büyük çoğunluğu pandemi sürecinde liglerin tatil edilmesi veya tescillenmesi gerektiğini, bu sürede evde egzersiz yapılması gerektiğini belirtmektedirler. Ayrıca bireysel kaygı ve sosyalleşme kaygısına göre liglerin ileri bir tarihte oynatılması veya tescil edilmesi şeklinde görüş bildirenlerin kaygı puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

## KAYNAKLAR

- Afacan, E., & Onağ Z (2020). Profesyonel Türk Futbolcularının COVID-19 Nedeniyle Ertelenen Maçların Başlaması Hakkında Görüşlerinin İncelenmesi: Nitel Bir Araştırma. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 201-221.
- Başaran, M. H. (2008). *Sporcularda durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi* (Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Belice, T., Çiftçi, D., Demir, I., & Yüksel, A. (2020). COVID-19 and stigmatisation of healthcare providers. *Eureka: Health Sciences*, (6), 3-7.
- Chodzko-Zajko WJ, Proctor DN, Singh MAF, Minson CT, Nigg CR, Salem GJ, et al. Exercise and physical activity for older adults. *Med Sci Sport Exer.* 2009; 41(7): 1510-30.
- Clemente-Suárez, VJ, Fuentes-García, JP, de la Vega Marcos, R., & Patiño, MJM (2020). Modulators of the Personal and Professional Thr Perception of Olympic Athletes in the Actual COVID-19 Crisis. *Frontiers in Psychology*.
- Demir, G. T., Cicioğlu, H. İ., & İlhan, E. L. (2020). Athlete's Anxiety to Catch the Novel Coronavirus (COVID-19) Scale (AACNCS): Validity and reliability study. *Journal of Human Sciences*, 17(2), 458-468.
- Demirtaş, Ö., & Çıplak, A. (2020). Pandemi Sürecinin Uluslararası Müsabakalara Hazırlanan Güreş Milli Takım Sporcuları Üzerindeki Etkileri. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 2(Özel Sayı 1), 39-52.
- DSÖ (Dünya Sağlık Örgütü), (2020). <https://COVID19.who.int/>. (Son erişim tarihi: 06.10.2020)
- Eirale, C., Bisciotti, G., Corsini, A., Baudot, C., Saillant, G., & Chalabi, H. (2020). Medical recommendations for home-confined footballers' training during the COVID-19 pandemic: from evidence to practical application. *Biol Sport.* 37(2):203–207.
- GZT. (2020). <https://www.gzt.com/zpor/koronavirus-spor-dunyasini-nasil-etkiledi-3531927>. (Son erişim:07.10.2020).
- Håkansson, A., Jönsson, C. ve Kenttä, G. (2020). Psychological Distress and Problem Gambling in Elite Athletes During COVID-19 Restrictions - a web survey in top leagues of three sports during the epidemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17 (18), 6693.
- Hammami, A., Harrabi, B., Mohr, M. ve Krstrup, P. (2020). Physical Activtiy and Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Specific Recommendations for Home-Based Physical Training. *Managing Sport and Leisure*, 1-6.
- Hatun, O., Dicle, A. N., & Demirci, İ. (2020). Koronavirüs Salgınının Psikolojik Yansımaları ve Salgınla Başa Çıkma. *Electronic Turkish Studies*, 15(4).
- Kanık, Z. H. (2020) COVID-19 Pandemisinde Ev Tabanlı Fiziksel Aktivite. *Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 46-51.
- Karabulut, E. O., & Mavi. V. S (2019). Taekwondocuların Durumluk ve Sürekli Kaygılarının Müsabaka Performansı ve Yaralanma Durumu ile İlişkisi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 47-54.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Nobel.
- Kılınçarslan, G., Genç, H., Bayrakdar, A., & Kayantaş, İ. (2019). Investigation of Basketball Ability Levels and some Performance Characteristics of Male and Female Students. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(1), 1336-1344.
- Leonardo, V., Danilo R., & Andrade, A. (2020). Challenges to Athletes During the Home Confinement Caused by the COVID-19 Pandemic. doi: 10.1519/SSC.0000000000000563.



- Lim, M.A., & Pranata, R. (2020). Herhangi bir pandemik kilitlenme sırasında spor faaliyetleri. *Irish Journal of Medical Science* (1971-), 1-5.
- Mehrsafar, A.H., Gazerani, P., Zadeh, A.M., & Sánchez, J. (2020). Addressing potential impact of COVID-19 pandemic on physical and mental health of elite athletes. doi: 10.1016/j.bbi.2020.05.011
- NTV (2020). [https://www.ntv.com.tr/galeri/yasam/profesyonel-sporcularin-evde-karantina-kosullarindaki-antrenmanlari,RB6vs0DoHkaSzL\\_VTpJh7g/JrVYXvW9GE-JA9rdjZbnvQ](https://www.ntv.com.tr/galeri/yasam/profesyonel-sporcularin-evde-karantina-kosullarindaki-antrenmanlari,RB6vs0DoHkaSzL_VTpJh7g/JrVYXvW9GE-JA9rdjZbnvQ). Son Erişim: 14.10.2020
- Özdin, S., & Bayrak Özdin, Ş. (2020). Levels and predictors of anxiety, depression and health anxiety during COVID-19 pandemic in Turkish society: The importance of gender. *International Journal of Social Psychiatry*, 0020764020927051.
- Rowland, D. L., & Van Lankveld, J. J. (2019). Anxiety and Performance in Sex, Sport, and Stage: Identifying Common Ground. *Frontiers in psychology*, 10.
- Sahadan (2020). <https://www.sahadan.com/futbol/haber/futbolcular-karantina-doemini-nasil-geciriyor/1mw7wuxregct11t0o3ampssk1>. Son Erişim:14.10.2020
- Söyler, M., & Kayantaş, İ. (2020) *COVID-19 Sosyal İzolasyon Sürecinde Fiziksel Ve Mental Aktivitenin Önemi* (Ed. Cumaali Yavuz, Yalçın Tükel) Sporda Akademik Yaklaşımlar-4, Gece Kitablığı, 61-75.
- Stanton, R., To, Q.G., Khalesi, S., Williams, S.L., Alley, S.J., Thwaite, TL, ... & Vandelanotte, C. (2020). Depression, Anxiety and Stress during COVID-19: Associations with Changes in Physical Activity, Sleep, Tobacco and Alcohol Use in Australian Adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17 (11), 4065.
- Tekin, B. (2020) Covid-19 Pandemisi Döneminde Ülkelerin Covid-19, Sağlık ve Finansal göstergeler Bağlamında Sınıflandırılması: Hiyerarşik Kümeleme Analizi Yöntemi. *Finans Ekonomi ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(2), 336-349.

### Extended English Summary

Due to the dramatic changes in the sports world during the epidemic period, one of the professions most heavily affected by the COVID-19 epidemic was elite athletes. COVID-19's Turkey and abroad quickly due to the spread of athletes in various branches, coach and manager of the COVID-19 to capture the news has caused postponement or cancellation of sports events.

The aim of this study is to examine the anxiety of elite athletes to catch a new type of coronavirus (COVID-19).

The research group consisted of individuals who actively exercise at the elite level. This study have participated 151 athletes. In order to measure the anxiety levels of the athletes, was used the New Type Coronavirus (COVID-19) Anxiety Scale (SYTKYKÖ) of the Athletes, whose validity and reliability analysis was performed by Tekkurşun Demir et al. (2020). The scale consists of Individual Anxiety (BK) and the second factor Socialization Anxiety (SC) sub-dimensions. The first 11 items constitute the CB, and the 12th, 13th, 14th and 15th items constitute the SC. BK is the emergence of emotions that create anxiety and anxiety in the face of a fearful situation. SC is anxiety about socialization and avoidance of socialization in fearful cases. The lowest score that can be obtained from the Individual Anxiety factor consisting of 11 items is 11 and the highest score is 55. The lowest score that can be obtained from the Socialization Anxiety factor, which consists of 5 items, representing anxiety about socialization and avoidance of the socialization environment in a fearful situation, is 5 and the highest score is 25. The higher the anxiety state, the higher the psychological unhealthiness.

The analysis of the obtained data was evaluated in the SPSS 23 package program. According to the normality analysis, it was determined that the data showed a normal distribution. Socio-demographic data are given in terms of frequency and percentage. In addition, crosstab analysis and

k-square analysis were applied. Comparisons of more than two groups were evaluated with one-way analysis of variance (ANOVA) with paired comparisons, independent t-test.

COVID-19 not only caused serious threats to the physical health and lives of many people in the world, but also caused the formation of a wide variety of psychological problems such as panic disorder, anxiety disorder and depression. Also, the postponement of the leagues caused the athletes to feel a sense of 'uncertainty'. It is thought that this uncertainty may have caused changes in the training programs of athletes and the feeling of uncertainty turned into anxiety. Especially with the coronavirus test of many famous names from the sports world, it seems inevitable that athletes will feel stressed and anxious.

Athletes participating in the study were 99 (65.6%) team sports (football 26, basketball 7, volleyball 46, handball 20) and 52 (34.4%) individual sports (athletics 17, taekwondo 13, swimming 9, wrestling 9, tennis 4). The athletes participating in the study 73.5% stated that they exercise at home 7.9% stated that they did not exercise at all, 3.3% did exercise in the field and 15.2% stated that they exercised both at home and in the field. In study 42.4% of team athletes and 13.2% of individual athletes "The league should be registered as it is now", 9.9% of team athletes, 7.3% of individual athletes "should continue with the normalization process of the league and 13.2% of team athletes and 13.9% of individual athletes replied that "the league should continue at a later date and the competitions should be completed". A significant difference was found at the  $p < 0.05$  level in the individual anxiety sub-dimension according to the team athletes and individual athletes. No significant difference was found in socialization anxiety scores. Considering your branch, which of the following would you prefer? According to the answers given to the question, no statistically significant difference was found in the sub-dimensions of individual anxiety and socialization anxiety. According to both individual anxiety and socialization anxiety, the average anxiety scores of those who were informed that the leagues should continue at a later date and the competitions should be completed were higher.

As a result; The vast majority of elite athletes state that the leagues should be vacationed or registered during the pandemic process and that it is necessary to exercise at home during this period. In addition, it was determined that the anxiety scores of those who expressed their opinion in the form of playing or registering the leagues at a later date, according to individual anxiety and socialization anxiety.