

Sporcuların Sakatlığa İlişkin Metaforik Algılarının İncelenmesi: Nitel Analiz Çalışması

Examination of Metaphorical Perceptions of Athletes About Disability: Qualitative Analysis Study

İD Tuğba DEMİR ONUR^a, İD Ayşe Nur HANEDAR CÖMERT^a, İD Ekrem Levent İLHAN^b

^aGazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği AD, Ankara, Türkiye

^bGazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Ankara, Türkiye

ÖZET Amaç: Bu araştırmanın amacı, sporcuların sakatlık kavramlarına ilişkin metaforik algılarının incelenmesidir. **Gereç ve Yöntemler:** Bu çalışmaya, 129 kadın ve 159 erkekten oluşan toplam 288 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme tekniğiyle toplanan veriler, içerik analizi yöntemiyle analiz edilmiştir. Verilerin elde edilmesinde, her bir sporcuya kişisel bilgi formu uygulanmıştır. Kişisel bilgi formunda yer alan cinsiyet, yaş, sporculuk yaşı ve algılanan gelir düzeyi gibi sorulara ek olarak katılımcılardan: “Sakatlık ... gibidir; çünkü ...” cümlesini tamamlamaları istenmiştir. Verilerin analizinde sırasıyla adlandırma, eleme, kategori geliştirme, geçerlik ve güvenilirliğin sağlanması, elde edilen metaforların frekanslarının hesaplanması ve yorumlanması aşamaları takip edilmiştir. Araştırma güvenilirliği açısından araştırma konusu kapsamında alanında uzman 3 kişi tarafından veriler incelenmiştir. Araştırmacılar ile uzmanlar tarafından elde edilen sonuçlar karşılaştırılmıştır. **Bulgular:** Sporcular, “sakatlık” kavramına ilişkin toplamda 123 farklı metafor geliştirmişlerdir. En çok elde edilen metaforlar ölüm, engel, hayal kırıklığı, kabus, fobi, geri-leme, kıyamet olmuştur. Bunun yanı sıra tazelenme, tecrübe, hayat, çıkartılacak ders gibi olumlu metaforlar da elde edilmiştir. Elde edilen metaforlar anlamlarına göre analiz edildiğinde karamsarlık, yavaşlama, zorlanma, yoksunluk ve olumlu kabul olmak üzere 5 kategori belirlenmiştir. **Sonuç:** Sonuç olarak sporcuların genellikle sakatlık kavramını olumsuz olarak değerlendirdikleri ve birçok açıdan sakatlanma öncesi ve sonrasında negatif bir bakış açısı ile yaklaştıkları söylenebilir. Öte yandan bazı sporcuların sakatlanmaya pozitif bir yaklaşım benimzedikleri de belirlenmiştir.

ABSTRACT Objective: The purpose of this study was to examine the metaphorical perceptions of athletes regarding the concepts of disability. **Material and Methods:** 288 athletes, 129 females and 159 males volunteered in this study. The data was collected by semi-structured interview technique and it was analyzed by content analysis method. Each athlete filled out a personal information form when obtaining the data. In addition to the questions in the personal information form such as gender, age, athletic age and perceived income level, the participants were asked to complete the sentence: “Injury is like ...; because ...”. The stages such as name, elimination, category development, insurance of validity and reliability, calculation, and interpretation of the frequencies of the metaphors obtained were followed respectively in the data analysis. The data were analyzed by 3 experts in the field within the scope of the research topic in terms of research reliability. The results obtained by the researchers and experts were compared. **Results:** Athletes developed a total of 123 different metaphors for the concept of “disability”. The most common metaphors were death, disability, disappointment, nightmare, phobia, regression, apocalypse. Additionally, positive metaphors such as refreshment, experience, life, and lessons to be learned were also obtained. When the metaphors were analyzed according to their meanings, 5 categories were identified: pessimism, slowing down, difficulty, deprivation, and positive acceptance. **Conclusion:** In conclusion, athletes generally have a negative perception when evaluating the concept of injury, and the pre and post-injury period in many aspects. On the other hand, some athletes adopted a positive approach to injury.

Anahtar Kelimeler: Metafor; sakatlık; sporcu; yaralanma kaygısı

Keywords: Metaphor; injury; athlete; injury anxiety

Correspondence: Tuğba DEMİR ONUR

Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği AD, Ankara, Türkiye

E-mail: tugbademir0716@gmail.com

Peer review under responsibility of Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences.

Received: 23 May 2025

Accepted: 18 Aug 2025

Available online: 18 Sep 2025

2146-8885 / Copyright © 2025 by Türkiye Klinikleri. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).



Bireylerin fiziksel ve psikolojik açıdan sağlıklı olmasına katkı sağlayan, zihinsel ve motorik özellikleri üst seviyeye taşıyan, sosyal ilişkiler bakımından etkili olan sosyal, biyolojik ve pedagojik bir olgu şeklinde ifade edilen spor; ruh ve beden sağlığını normal seviyeye taşıdığı takdirde mutluluk kavramı ortaya çıkarmaktadır.¹ Spor, yaşamımız içerisinde vazgeçilmez bir hâl almıştır. Sportif aktivitelere katılmak, bireylerin kişilik gelişimlerini olumlu etkilemektedir. Spor, doğal ortamı içerisinde yer alan bireyleri farklı şekillerde etkileyebilmektedir.² Aynı zamanda metabolizmayı olumsuz etkileyebilecek stres gibi faktörlerden korunmak için önemli bir yeri olduğu bilinmektedir. Nitekim günümüz koşullarında birey, farklı etmenlerden kaynaklı olarak stres ile çok erken dönemlerde tanışmak zorunda kalmaktadır.³ Sportif aktiviteler esnasında sporcuları çeşitli riskler beklemektedir. Fiziksel olarak sakatlanmak, bu riskler arasında bulunmaktadır.⁴

Fiziksel olarak sakatlanma durumu yaygın şekilde kullanılan bir kavramdır. İngilizcede “disability” sözcüğünün manası, “ability”nin tam tersi bir şey yapabilme yetisinden mahrum olmak anlamına gelmektedir.⁵ Sakatlık; bireylerin herhangi bir davranışı ya da aktiviteyi olması gereken sınırlar içerisinde gerçekleştirmelerine engel olan bir eksiklik veya form bozukluğu oluşması hâlinde ortaya çıkan yetersizlik durumu olarak ifade edilmektedir.⁶ Günlük olarak yeti eksiklikleri olan kişileri sakat olarak nitelendirmek, bedensel veya zihinsel bakımdan anormal şekilde eksikliği veya yetersizliği olduğundan normal sayılabilecek faaliyetlere katılım göstermeyen insan grubuna dâhil olduklarını göstermektedir.⁵ Akut sakatlanmalar arasında herhangi bir kaza sonrasında kafada oluşan travmalar veya kırıklar, alınan darbeler, organlarda oluşan hasarlar, yıldırım ya da sıcak çarpmaları, boğulma sonucu kardiyak ölümler bulunmaktadır. Kronik sakatlıklara bakıldığında ise yüksek efor ve yıpranma, yetersiz ve kötü beslenme şekli, vücuda alınan dopingli maddelerin yer aldığı görülmektedir.⁷ Sakatlık kavramı spor açısından incelendiğinde, en fazla sakatlık görülen spor branşları futbol, hentbol, boks, güreş, atletizm ve kayak olarak belirlenmiştir.⁸ Spor sakatlıklarının, sportif aktiviteler sırasında ortaya çıkan her çeşit hasara verilen genel isim olduğu

belirtilmektedir.⁹ Başka bir ifadeyle bireylerin, genel olarak sportif etkinlikler esnasında geçici veya kalıcı bir fiziksel yetersizlik yaşaması ve birtakım motorik işlevlerinin kısıtlı hâle gelmesi sonucunda oluşan travma anlamına gelmektedir.¹⁰

Hangi spor branşından olursa olsun her sporcunun, aktif sporculuk hayatı süresince ufak çapta veya ciddi seviyelerde yaralanarak sakatlık yaşama ihtimali bulunmaktadır. Hem bireysel hem de takım sporlarıyla ilgilenen sporcuların yaralanma riskleri her zaman bulunmaktadır.¹¹ Birçok sporcu, yaptığı spor sırasında oluşabilecek çeşitli risklere rağmen spora devam etmektedir. Bu risklerin bazıları performansı olumsuz etkilemekte, bazıları ise sakatlıklara yol açmaktadır. Spor sakatlıklarına sebep olan etkenler; sporcunun yaşı ve cinsiyeti, yapılan spora uygunluk, psikososyal etkenler, fiziksel gelişim, yetersiz tedavi, geçmişte yaşanan sakatlıklar, spor tekniğindeki yetersizlik, yeteri kadar ısınmama, yapılan spor türü, sporda kullanılan malzemeler, spor ortamının fiziksel yapısı, iklimsel koşullar, antrenman planlanması, takım arkadaşlarının rolü, spor yapma süresi, oyun kuralları olarak sıralanmaktadır.^{12,13} Sporda yaşanan sakatlıklar, sporcuların sporculuk yaşamlarına uzun süre ara vermelerine sebep olmaktadır. Bazen de spor yaşamının bitmesine neden olabilmektedir. Bu gibi sebeplere bağlı olarak da sporcularda farklı çeşitlerde kaygı oluşmaktadır.¹⁴ Sportif aktivitelerdeki sakatlanmalar, moral bozukluğu ve maddi kayıplara da neden olmaktadır. Sporda farklı psikik faktörlerin, sporcuların içinde bulunduğu ortamları farklı şekillerde etkileyebileceği bilinmektedir.¹⁵ Sakatlık sürecinin doğru ve uygun yönetilememesi, sporcuların psikolojik açıdan spora geri dönmelerine hazır olamamasına sebep olmaktadır. Bu yüzden sporcuların sakatlık öncesi ve sonrası duygu ve hislerini analiz etmek önem taşımaktadır.¹⁶

Spor sakatlıkları, sporcuların beceri düzeyleri ile performanslarını genel anlamda olumsuz etkileyen ve istenmeyen bir durum olarak düşünülmektedir.¹⁷ Sakatlık durumu genel olarak olumsuz, içinden çıkılamayan karamsar bir süreç olarak görünse de bazen bu durumun olumlu yanlarından bakabilen sporcular da olabilmektedir. Ayrıca sakatlık öncesi ve sonrası süreçlerdeki duygu, tutum, his ve davranışlar her

sporcuda aynı olmamaktadır. Bazı sporcuların; sakatlığı yenilenme, güçlenme ve yeniden doğma olarak nitelendirdiği araştırma bulgularında da görülmüştür. Sakatlık sürecinde yaşananlar, bazen de sonraki süreçler için ders çıkarma aracı olabilmektedir. Sporunun bu süreci nasıl değerlendirdiği, yaptığı spor branşı ve kendinden beklentileri ile alakalı olabilmektedir. Profesyonel bir sporcu ile amatör bir sporcunun bu değerlendirmeyi farklı şekilde yapacağı düşünülmektedir. Belki de olaylara daha olumlu pencereden bakabilecektir. Bu araştırmanın çıkış noktası sporcuların sakatlığı nasıl algıladıkları, neye benzettikleri, nasıl yorumladıklarıdır. Bu algı, benzetme ve yorumların, sporcuların cinsiyetleri, tecrübeleri, kariyerleri vb. özelliklerine göre nasıl bir görünüme sahip olduğu merak edilen bir konudur.

Metafor araştırmalarında, ifade edilmek istenen kavramların metafor yardımıyla daha az kelime ve daha etkili bir şekilde aktararak keşfedilebilecek fikirlerle ulaşılmasına çalışılmaktadır.¹⁸ Metafor aracılığıyla ifade gücünün artırılmasının sıklıkla rastlanılan bir durum olduğu söylenebilir. Bu konudaki alanyazın incelendiğinde, spor bilimleri alanında sakatlık ve yaralanmalar üzerine çeşitli araştırmaların olduğu görülmüştür.^{7,19-24} Sporcuların, sakatlık üzerine metaforik algılarını ölçmeyi hedefleyen çalışmalara rastlanmamıştır. Bu sınırlılık, araştırmamızın; sporcuların sakatlık konusunda farklı bakış açısı kazanması, olası yaralanma ya da sakatlık durumunda sporcu bilincinin artırılması ve alanyazına katkı sağlaması gibi konulardaki önemini ortaya çıkarmaktadır. Buradan yola çıkarak çeşitli branşlardaki sporcuların sakatlık kavramını nasıl yorumladıkları ve bu kavrama ilişkin metaforik algılarının incelenmesi amaçlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEMLER

ARAŞTIRMA MODELİ

Bu araştırma, sporcuların sakatlık kavramına yönelik algılarının ne olduğunu incelemeyi amaçladığından araştırmaya uygun olan model temel nitel araştırmadır. Bir araştırma fenomenolojik, gömülü teori, öyküsel analiz, eleştirel ya da etnografik bir desen değil ama nitel bir araştırmaysa bu tür çalışmalar “temel nitel araştırma” olarak tanımlanmaktadır.²⁵

Katılımcılar

Araştırmada, veriler toplanırken kartopu örneklem yönteminden yararlanılmıştır. Kartopu örnek yönteminde, öncelikle araştırmanın evreninde yer edinen ve araştırmacının ulaşma olasılığı yüksek olan ilk birim veya kişi belirlenir. Bu belirlenen birim veya kişi üzerinden veriler elde edilmeye başlanarak sonraki kişiye ve sonrasında zincirleme devam ederek diğer birim veya kişilere ulaşarak evrenin temsil edeceği düşünülen örneklemin oluşturulması sağlanmaktadır. En baştaki kişi veya birimden meydana gelen örneklemin kartopu şeklinde genişlemesi amaçlanmaktadır.²⁶ Araştırmaya lisanslı sporcu olarak farklı branşlarda aktif spor hayatı devam eden 322 sporcu dâhil edilmiştir. Katılımcılar tarafından doldurulan formlardan 34’ü metafor belirtmediği ve/veya açıklaması anlamsız olduğu tespit edildiğinden araştırmadan çıkarılmıştır. Böylece yaşları 9-50 arasında 288 sporcu ile araştırma gerçekleştirilmiştir. Araştırmamıza katılan 288 kişiden %44,80’i (129) kadın, %55,20’sinin (159) ise erkek olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların yaş ortalaması 19,15±4,94 yıl ve spor yaptıkları yıl ortalaması 9,85±5,40 olarak belirlenmiştir. Katılımcıların algılanan gelir düzeyleri ise düşük %23 (66), orta %70 (202) ve yüksek %7 (20) olarak bulunmuştur. Katılımcıların %22,57’sinin (65) milli sporcu olduğu, %77,43’ünün (223) ise milli sporcu olmadığı belirlenmiştir.

VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmada, verilerin toplanması için demografik özelliklerin ve sakatlığa ilişkin metaforik algıların belirtileceği 2 bölüm oluşturulmuştur. Veriler, Google form aracılığıyla tek bir form hâline getirilerek internet ortamında toplanmıştır. Veriler toplanmadan önce etik komisyon onayının alınması için Gazi Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kuruluna başvuru yapılmıştır. Ardından araştırma için gerekli izin (tarih: 30 Temmuz 2024; no: E-77082166-604.01-1006853) alınmıştır. Çalışma, Helsinki Deklarasyonu prensiplerine uygun olarak yürütülmüştür. Katılımcılardan, sporda sakatlığa yönelik metafor oluşturmaları ve oluşturdıkları metaforların oluşma nedenlerini açıklamaları istenmiştir. Katılımcıların “Bir sporcu olarak sakatlık benim için ... gibidir/benzer. Çünkü” cümlelerini mantıklı

Tablo 2 ile Tablo 6 arasında kategorilere ve bu kategoriler içinde katılımcıların açıklama ifadelerine yer verilmiştir.

TABLO 2: “Karamsarlık” kategorisine ait metaforlar ve açıklama ifadeleri

Kategori	Metafor sayısı (f=30)
1. Karamsarlık	Ölüm (26), hayal kırıklığı (18), kabus (15), fobi (9), kıyamet (5), amansız hastalık (4), kariyer bitişi (4), psikolojik travma (4), eksik hissetmek (4), sevdiğin birini kaybetmek (3), depresyon (3), cehennem (2), son (2), anlamsız hayat (2), umutsuzluk (2), tatsız yaşam (2), ölüm kalım savaşı (1), dipsiz bir kuyuya düşmek (1), mutluluk sebebinin bitmesi (1), küme düşmek gibidir (1), bir hobiden vazgeçmek zorunda kalmak (1), yenilmek (1), hayatın karaması (1), hayatın dengesini kaybetmesi (1), zamanın durması (1), pişmanlık (1), talihsizlik (1), tükenmiş gelecek (1), huzurunun elimden alınması gibi (1), Azrail (1)
Sporcuların açıklama örneklerinden alıntılar:	
Ölüm: <i>Sakatlık derecesine göre değişse de hayatının büyük bir bölümünü etkileyecek bir sakatlık olabilir ve bu da insanın geri kalan yaşamını etkileyebilir. (K103)</i>	
Hayal kırıklığı: <i>O kadar antrenman ve emeğin sonucunda bazen talihsiz bir an yaşamasıyla sakatlık yaşayınca bu çabanın bir anlamı kalmıyor. Her şey boşa gitmiş gibi oluyor. (K231)</i>	
Kâbus: <i>Her sakatlık benim için yukarı çıkan bir merdivende teker teker basamaklardan düşmek gibidir. (K130)</i>	
Kıyamet: <i>Dünyam spora dönüştüğü için sakatlık sürecinde kendimi boşlukta hissedirim. (K218)</i>	

TABLO 3: “Yavaşlama” kategorisine ait metaforlar ve açıklama ifadeleri

Kategori	Metafor sayısı (f=31)
2. Yavaşlama	Gerileme (8), hayatı bekletmek (4), vakit kaybı (4), tekeri patlamış bir araba (4), yaşlılık (3), motoru arızalı araba (3), kaza (3), sahalarla ara vermek (3), tökezleme (3), problem (3), belirsizlik (3), mücadele (3), dinlenme (2), merdivenden düşmek (2), fren (2), yola konulan taş (2), buhran dönemi (1), potansiyelin düşmesi (1), devamsızlık (1), geç kalmak (1), atın sakatlanması (1), ayağıma pranga bağlanması (1), motivasyon kaybı (1), bataklık (1), düşmek (1), tuzak (1), güçlü bir fırtına (1), çıkılması zor bir dağ (1), yoluma çıkan çakıl taşı (1), hırs (1), yoldan sapmak (1)
Sporcuların açıklama örneklerinden alıntılar:	
Gerileme: <i>Sakatlık dönemi kısa bir süreç olmadığından basketbol hayatımda öğrendiğim birçok terimde gerilememi ve her şeye sıfırdan başlamama neden olur. (K337)</i>	
Hayatı bekletmek: <i>Olduğum yerde beklemek zorunda kalırım. (K13)</i>	

TABLO 4: “Zorlanma” kategorisine ait metaforlar ve açıklama ifadeleri

Kategori	Metafor sayısı (f=22)
3. Zorlanma	Engel (20), hapis (2), hayatının kısıtlanmasıdır (2), felç kalmak (2), zayıflık (2), işkence (4), sınav (3), yalnızlık (2), ayrılık (2), çok önemli bir şeyden uzak kalmak (1), engibeli arazi (2), kartalın uçamaması gibi (1), bitkisel hayat (1), pandemi (1), acizlik (1), susuzluk (1), kafese tıklmış kuş (1), grip (1), aç kalmak (1), elin kolun olmaması (1), doğal afet (1), maraton koşusu (1)
Sporcuların açıklama örneklerinden alıntılar:	
Engel: <i>Hayallerimin önüne bir engel oluşturmaktadır, gerçekleştirmek istediğim başarıların ve aktivitelerin olmaması demektir. Bu nedenle sakatlık gibi talihsiz bir olayı hiçbir sporcu yaşamak istemez. (K99)</i>	
Hapis: <i>Antrenman ve müsabakada tam performans vermeme ya da katılmama engeller. (K206)</i>	
İşkence: <i>Çok canım yanmasına rağmen o şekilde antrenman yapmaya devam etmem gerekir. (K117)</i>	
Kafese tıklmış kuş: <i>Normal yaşamınızda yaptıklarınızı özellikle yapmaya alışık olduğunuz şeyleri yapamamaya başlıyorsunuz. (K397)</i>	
Doğal afet: <i>Tüm düzenim değişir ve o becerileri geri kazanmak için fazla emek ve zaman harcamam gerekir. (K317)</i>	

Tablo 2’de görüldüğü gibi sakatlık kavramına ilişkin “karamsarlık” kategorisinde toplam 30 metafor belirtilmiştir. Açıklama ifadelerinden de anlaşıldığı üzere katılımcıların “karamsarlık” kategorisinde sakatlığı; ölüm, kâbus, kıyamet ve fobi gibi metaforlar aracılığıyla algıladıkları görülmektedir.

Tablo 3’te görüldüğü gibi sakatlık kavramına ilişkin “yavaşlama” kategorisinde toplam 31 metafor belirtilmiştir. Açıklama ifadelerinden de anlaşıldığı

gibi katılımcıların “yavaşlama” kategorisinde sakatlığı; gerileme, hayatı bekletmek, vakit kaybı olarak değerlendirdikleri görülmektedir.

Tablo 4’te görüldüğü gibi sakatlık kavramına ilişkin “zorlanma” kategorisinde toplam 22 metafor belirtilmiştir. Açıklama ifadelerinden de anlaşıldığı gibi katılımcıların “zorlanma” kategorisinde sakatlığı; engel, hapis, işkence, sınav olarak değerlendirdikleri görülmektedir.

TABLO 5: “Yoksunluk” kategorisine ait metaforlar ve açıklama ifadeleri

Kategori	Metafor sayısı (f=18)
4. Yoksunluk	Kanadı olmayan kuş (4), kırık dal (3), çatlak bardak (2), çocuğun elinden alınan en sevilen oyuncak (2), eski bir binanın yıkılması (1), toprağı değiştirilmiş bir bitki (1), güzel bir filmin kötü bir final yapması (1), dağdan kopan kaya (1), yaz ayında yeni açmış çiçeğe yağın dolu gibidir (1), eksik bacaklı masa (1), ulaşımı çok zor ama gidilmesi kesinleşmiş bir yerdir (1), lezzetli bir elmadan çıkan kurt (1), sulanan ama kökü zedelenmiş ağaç (1), güzel bir rüyadan uyanmak (1), yırtılmış kitap sayfası (1), güneşin kaybolması (1), yağmurun yağmadığı kurak bir çöl (1), seyirci kalma (1)
Sporcuların açıklama örneklerinden alıntılar:	
Kanadı olmayan kuş: <i>Sakatlık daima yarımlıktır. (K98)</i>	
Çatlak bardak: <i>Ne tam bir su içebilirsin ne de bardaktan vazgeçersin. (K314)</i>	
Sulanan ama kökü zedelenmiş ağaç: <i>En önemli şey devam etmek değil sağlıklı devam edebilmek. (K237)</i>	
Lezzetli bir elmadan çıkan kurt: <i>Merak ettiğim lezzetin tadına varamadan yarım kalır, kısa bir süre elma yiyemezsin ve daha sonrasında hep bir tedirginlik yaşarsın. (K198)</i>	
Yağmurun yağmadığı kurak bir çöl: <i>Eğer spor olmasa verimsiz bir hayatım olabilir. (K410)</i>	
Toprağı değiştirilmiş bir bitki: <i>Uyum sağlarsan daha çok güçlenirsin. Uyum sağlamazsan yok olur gidersin. (K31)</i>	

TABLO 6: “Olumlu kabul” kategorisine ait metaforlar ve açıklama ifadeleri

Kategori	Metafor sayısı (f=22)
5. Olumlu kabul	Tazelenme (2), tuzu biberi (2), hayat (1), tecrübe (1), dönüm noktası (1), kendini keşfetmeye (1), yeni bir gelişimdir (1), tatlı acıdır (1), elde edilmiş bir fırsat (1), yeniden doğma (1), oksijen (1), düştükten sonra ayağa kalkmaya (1), rüzgar (1), karınca (1), kişisel gelişim (1), sıfırdan başlamak (1), daha sağlam bir geri dönüş (1), göz açıp kapama (1), dondurma (1), çıkartılacak ders (1), illüzyon (1), içindeyken içini doldurup yüzeye çıkabildiğim çukur (1)
Sporcuların açıklama örneklerinden alıntılar:	
Tazelenme: <i>Cefasını çekmeden sefasını süremezsin. (K20)</i>	
Tuzu biberi: <i>Onun da sürecin parçası olduğunu biliş tat almaya bakarım. (K386)</i>	
Daha sağlam bir geri dönüş: <i>Formumu toparlayıp çok daha güçlü bir şekilde tekrar dönebilirim. (K36)</i>	
Çıkartılacak ders: <i>Tabii ki de olsun istemeyiz ama olduğunda da kendimize ders çıkartmalıyız her sporunun hayatında olan şeyler, hayat kalitemi artırmamdaki motivasyonum olur bir daha asla zarar gördüğüm şeyleri yapmamaya çalışırım. (K329)</i>	
Karınca: <i>Ne zorlukla karşılaşırsam karşılaşıyım karınca gibi azimle çalışmaktan vazgeçmem. (K280)</i>	

Tablo 5’te görüldüğü gibi sakatlık kavramına ilişkin “yoksunluk” kategorisinde toplam 18 metafor belirtilmiştir. Açıklama ifadelerinden de anlaşıldığı gibi katılımcıların “yoksunluk” kategorisinde sakatlığı; kanadı olmayan kuş, kırık dal, çatlak bardak, lezzetli bir elmadan çıkan kurt gibi unsurlarla bağdaştırdıkları görülmektedir.

Tablo 6’da görüldüğü gibi sakatlık kavramına ilişkin “olumlu kabul” kategorisinde toplam 22 metafor belirtilmiştir. Açıklama ifadelerinden de anlaşıldığı gibi katılımcıların “olumlu kabul” kategorisinde sakatlığı; tazelenme, tuzu biberi, tecrübe, karınca gibi unsurlarla bağdaştırdıkları anlaşılmaktadır.

TARTIŞMA

Bu araştırmada, sporcuların sakatlık kavramına ilişkin sahip oldukları algıları metaforlar yardımıyla be-

lirlemek amaçlanmıştır. Araştırma sonunda; sporcuların sakatlık kavramıyla ilgili oldukça çeşitli metaforlar belirttikleri tespit edilmiştir. Bu kapsamda, sakatlık kavramıyla ilgili toplam 123 çeşit metafor geliştirmişlerdir. Bu metaforlar incelendiğinde, sakatlık kavramıyla ilgili frekanslarına göre en fazla ölüm, engel, hayal kırıklığı, kabus ve fobi metaforlarını belirtmişlerdir. Belirtilen 123 çeşit metafor toplam 288 defa belirtilmiştir. Geliştirilen bu metaforlar ise 5 farklı kategoride toplanmıştır. Bu kategoriler en fazla metafor kapsamaları bakımından “*karamsarlık, yavaşlatıcı unsur, zorlanma, olumlu kabul ve yoksunluk*” olarak sıralanmaktadır.

Karamsarlık kategorisinde katılımcıların 30 farklı metafor oluşturdukları görülmektedir. Bunlar; “ölüm, hayal kırıklığı, kabus, fobi, kıyamet, amansız hastalık, kariyer bitişi, psikolojik travma, eksik hissetmek, sevdiğin birini kaybetmek, depresyon, ce-

hennem, son, anlamsız hayat, umutsuzluk, tatsız yaşam, ölüm kalım savaşı, dipsiz bir kuyuya düşmek, mutluluk sebebinin bitmesi, küme düşmek gibidir, bir hobiden vazgeçmek zorunda kalmak, yenilmek, hayatın kararması, hayatın dengesini kaybetmesi, zamanın durması, pişmanlık, talihsizlik, tükenmiş gelecek, huzurumun elimden alınması, Azrail” şeklindedir. Toplam metaforların %24,39’u bu kategoridedir. Oldukça negatif bir tutum benimsenmesi üzerine katılımcıların sporu hayatlarının merkezine koymaları ve dolayısıyla yaşamlarının ciddi ölçüde etkileneceğini düşündükleri söylenebilir. Alanyazın incelendiğinde, ragbi sporcularının ragbi kavramına yönelik metaforik algıları çalışmasında sporcuların ilgili kavrama su, yaşam, bağımlılık, mutluluk gibi metaforları belirttikleri görülmektedir.³⁰ Sporcuların gözünden korfbol adlı metafor çalışmasında da korfbola yönelik katılımcılar; eğlence, bağımlılık, hayat, gelişim gibi metaforlar belirtmişlerdir.³¹ Yine benzer şekilde öğrencilerin spora yönelik metaforik algıları çalışmasında da huzur, başarı, hayat, hayatın bir parçası, yaşam tarzı gibi metaforlar ile spor kavramı açıklanmaya çalışılmıştır.³² Bu sonuçlar da araştırmamızı tersine destekler niteliktedir. Ayrıca yapılan bir çalışmada, sakatlanan sporcuların kendilerinin belirttiği en sık tekrarlayan 2 duygusal tepkinin kendinden şüphe duyma ve hayal kırıklığı olduğu görülmektedir.³³ Bu sonuçlar da çalışmamızla paralellik göstermektedir.

Yavaşlama kategorisinde katılımcıların 31 farklı metafor oluşturdukları görülmektedir. Bunlar; “gerileme, hayatı bekletmek, vakit kaybı, tekeri patlamış bir araba, yaşlılık, motoru arızalı araba, kaza, sahalar ara vermek, tökezleme, problem, belirsizlik, mücadele, dinlenme, merdivenden düşmek, fren, yola konulan taş, buhran dönemi, potansiyelin düşmesi, devamsızlık, geç kalmak, atın sakatlanması, ayağıma pranga bağlanması, motivasyon kaybı, bataklık, düşmek, tuzak, güçlü bir fırtına, çıkılması zor bir dağ, yoluma çıkan çakıl taş, hırs, yoldan sapmak” şeklindedir. Toplam metaforların %25,20’si bu kategoridedir. Katılımcıların, sakatlık kavramını spora ara vermek olarak düşündükleri için bir daha eski formlarına dönememe korkusu yaşadıklarını göstermektedir. İyileşme sürecini bir nevi zaman kaybı olarak algıladıkları görülmektedir.

Zorlanma kategorisinde katılımcıların 22 farklı metafor oluşturdukları görülmektedir. Bunlar; “engel, hapis, hayatımın kısıtlanmasıdır, felç kalmak, zayıflık, işkence, sınav, yalnızlık, ayrılık, çok önemli bir şeyden uzak kalmak, engeli aza, kartalın uçmaması, bitkisel hayat, pandemi, acizlik, susuzluk, kafese tıklmış kuş, grip, aç kalmak, elin kolun olmaması, doğal afet, maraton koşusu” şeklindedir. Toplam metaforların %17,89’u bu kategoridedir.

Yoksunluk kategorisinde katılımcıların 18 farklı metafor oluşturdukları görülmektedir. Bunlar; “kanadı olmayan kuş, kırık dal, çatlak bardak, çocuğun elinden alınan en sevilen oyuncak, eski bir binanın yıkılması, toprağı değiştirilmiş bir bitki, güzel bir filmin kötü bir final yapması, dağdan kopan kaya, yaz ayında yeni açmış çiçeğe yağın dolu gibidir, eksik bacaklı masa, ulaşımı çok zor ama gidilmesi kesinleşmiş bir yerdir, lezzetli bir elmadan çıkan kurt, sulanan ama kökü zedelenmiş ağaç, güzel bir rüyadan uyanmak, yırtılmış kitap sayfası, güneşin kaybolması, yağmurun yağmadığı kurak bir çöl, seyirci kalma” şeklindedir. Toplam metaforların %14,63’ü bu kategoridedir. Katılımcıların, sakatlık kavramına yönelik belirtmiş oldukları metaforlara baktığımızda bir yarım kalmışlık, eksiklik olarak algıladıkları görülmektedir. Nitekim üniversiteli öğrencilerinin engelli kavramına yönelik metafor çalışmasında da öğrencilerin ilgili kavrama kanadı kırık kuş olarak cevap verdiği görülmektedir.³⁴

Olumlu kabul kategorisinde katılımcıların 22 farklı metafor oluşturdukları görülmektedir. Bunlar; “tazelenme, daha sağlam bir geri dönüş, hayat, tecrübe, dönüm noktası, kendini keşfetmeye, yeni bir gelişimdir, tatlı acıdır, elde edilmiş bir fırsat, yeniden doğma, oksijen, düştükten sonra ayağa kalkmaya, rüzgar, karınca, kişisel gelişim, sıfırdan başlamak, tuzu biberi, göz açıp kapama, dondurma, çıkartılacak ders, illüzyon, içindeyken içini doldurup yüzeye çıkabildiğim çukur” şeklindedir. Toplam metaforların %17,89’u bu kategoridedir. Alanyazın incelendiğinde spor yaralanması üzerine 10 profesyonel sporcunun görüşlerinin alındığı çalışmada, 10 sporcudan 4’ünün sakatlığı; kariyerlerini ve becerilerini gerçekçi bir şekilde değerlendirmek ve takdir etmek için bir fırsat olarak gördüğü ortaya çıkmıştır.³⁵ Benzer şekilde 2010 yılında yapılmış çalışmada ise 5 elit sporcu ile

sakatlandıktan sonra görüşmeler gerçekleştirilmiştir.³⁵ Beş katılımcıdan 3'ü sakatlıklarının daha yüksek bir amacı olduğu inancında anlam bulmuş, bu da daha olumlu bir bakış açısı benimsemelerine yardımcı olmuştur. Bu sonuçların da çalışmamızda sakatlık kavramına olumlu yaklaşan katılımcıların düşünceleri ile paralellik gösterdiği görülmektedir.

SINIRLILIKLAR

Bu araştırma, yalnızca nitel araştırma yöntemlerinden olan metafor yöntemi ile gerçekleştirilmiştir. Tüm sporculara yönelik bir genelleme söz konusu olmadığı için sınırlılık olarak nitelendirilebilir. Ayrıca sporculardan yalnızca bir tane metafor oluşturmaları istendiği için bu da bir diğer sınırlılık olarak belirtilebilir.

SONUÇ

Sakatlık kavramına ilişkin metaforik algılarının incelendiği bu çalışmada, sporcuların sakatlık kavramlarına hem pozitif hem negatif metaforlar tanımladıkları belirlenmiştir. Bu bağlamda sporcular sakatlık kavramını; ölüm, hayal kırıklığı, engel, kabus, fobi gibi genellikle olumsuz metaforlar ile nitelendirmişlerdir. Buna karşılık bazı sporcular ise sakatlığı bir fırsat olarak görerek tazelenme, tecrübe, gelişim gibi metaforlar ile daha olumlu açıdan tanımlamışlardır. Sporcuların sakatlık kavramına karşı bu denli olumsuz algılarının, onları hem fiziksel hem psikolojik olarak ciddi bir kaygıya sürüklediği görülmektedir.

ÖNERİLER

Sporcular için özellikle elit düzeydeki sporcular için sakatlık oldukça önemli bir konudur. Çünkü aktif yaşamı hayatlarının merkezine koyan ve meslek olarak icra eden birçok sporcu bulunmaktadır. Bunun yanı sıra sakatlanmaya karşı olan korku ve sakatlandıktan

sonra yaşanan sakatlık psikolojisi, fiziksel yaşanan acıyı da katlamaktadır. Burada spor psikologlarına oldukça önemli görevler düşmektedir. Sakatlanma ve yaralanma kaygısıyla başa çıkabilme adına her sporcunun düzenli olarak spor psikologları ile görüşmeleri ve antrenörler ile iş birliği içinde olmaları önerilebilir. Bunun yanında bir sakatlık yaşayan sporcuların iyileşme süreci ve sonrasındaki en büyük kaygılarından biri yeniden sakatlanma korkusudur. Bu nedenle sporcuların yaralanma geçmişleri de antrenörler tarafından takip edilmeli, ona göre antrenman programları yazılarak tedbirler alınmalı ve sporculara hem fiziksel hem psikolojik destek olunmalıdır.

Finansal Kaynak

Bu çalışma sırasında, yapılan araştırma konusu ile ilgili doğrudan bağlantısı bulunan herhangi bir ilaç firmasından, tıbbi alet, gereç ve malzeme sağlayan ve/veya üreten bir firma veya herhangi bir ticari firmadan, çalışmanın değerlendirme sürecinde, çalışma ile ilgili verilecek kararı olumsuz etkileyebilecek maddi ve/veya manevi herhangi bir destek alınmamıştır.

Çıkar Çatışması

Bu çalışma ile ilgili olarak yazarların ve/veya aile bireylerinin çıkar çatışması potansiyeli olabilecek bilimsel ve tıbbi komite üyeliği veya üyeleri ile ilişkisi, danışmanlık, bilirkişilik, herhangi bir firmada çalışma durumu, hissedarlık ve benzer durumları yoktur.

Yazar Katkıları

Fikir/Kavram: Ekrem Levent İlhan; **Tasarım:** Tuğba Demir Onur, Ayşe Nur Hanedar Cömert; **Denetleme/Danışmanlık:** Ekrem Levent İlhan; **Veri Toplama ve/veya İşleme:** Tuğba Demir Onur, Ayşe Nur Hanedar Cömert, Ekrem Levent İlhan; **Analiz ve/veya Yorum:** Tuğba Demir Onur, Ayşe Nur Hanedar Cömert, Ekrem Levent İlhan; **Kaynak Taraması:** Tuğba Demir Onur, Ayşe Nur Hanedar Cömert, Ekrem Levent İlhan; **Makalenin Yazımı:** Tuğba Demir Onur, Ayşe Nur Hanedar Cömert, Ekrem Levent İlhan; **Eleştirel İnceleme:** Ekrem Levent İlhan.

KAYNAKLAR

- Yetim A. Sosyoloji ve Spor. Ankara: Gazi Kitabevi; 2019.
- Yılmaz SH, Yılmaz BH, Erer H. Zihinsel engelli bireylerde sporun etkilerine yönelik tutum ve farkındalık: spor bilimleri fakültesi öğrencileri üzerine bir araştırma [Attitudes and awareness towards the effects of sports on intellectually disabled individuals: a research on students of the faculty of sports sciences]. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 2024;33(1):160-73. <https://dergi-park.org.tr/tr/download/article-file/3570639>
- Uzunçayır D, Yılmaz SH. Examining the effects of yoga-based intervention program on children diagnosed with autism spectrum disorder. J Hum Sci. 2023;20(4):682-93. <https://www.j-humansciences.com/ojs/index.php/IJHS/article/view/6438/3602>
- Caz Ç, Kayhan RF, Bardakçı S. Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışması [Adaptation of the sport injury anxiety scale to Turkish: Validity and reliability study]. Turk J Sports Med. 2019;54(1):52-63. <https://journalofsportsmedicine.org/abstract/369/tur>
- Bezmez D, Yardımcı S, Şentürk Y. Sakatlık Çalışmaları: Sosyal Bilimlerden Bakmak. 1. Baskı. İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları; 2011. p. 31.
- İlhan EL, Yarımka E. Özel gereksinim kavramı ve boyutları. İlhan EL, Yarımka E, Esentürk OK, editörler. Özel Gereksinimli Bireyler İçin Uyarlanmış Beden Eğitimi ve Spor. 1. Baskı. Ankara: Pegem Akademi; 2022. p.1-14.
- Alshetiwi HMH. Amatör futbolcularda sakatlanma kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi; 2022. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/TezGoster?key=sELqx-hTIFGAjsbOuuyCLYaMY4DmIMbnCJk7-HTWGRkUddotcv7a_rdt35DVo
- Sakallı FMH. Sporda sporcuların yaralanması ve risk faktörleri [Injuring of athletes and risk factors]. Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi. 2008;3(7):143-54. <https://forum.bedenegitimi.gen.tr/attachment.php?attachmentid=75&d=1266157084>
- Yıldız Y. Alt ekstremitte spor yaralanmaları [Lower extremities sports injuries]. Türkiye Klinikleri J Int Med Sci. 2006;2(27):29-40. <https://www.turkiyeklinikleri.com/article/tr-alt-ekstremitte-spor-yaralanmalari-45947.html>
- Türkeri Bozkurt H. Spor sakatlıkları ve psikolojisi. Şahin M, Kuruç M, editörler. Spor ve egzersiz Psikolojisinin Temelleri. Ankara: Nobel Akademik; 2015. p.457-8.
- Koşar NŞ, Demirel HA, Aydoğ TS, Doral MN. Adolesanlarda sporcu sağlığı [Sportive health in adolescents]. Türkiye Klinikleri J Pediatr Sci. 2006;2(7):25-33. <https://www.turkiyeklinikleri.com/article/en-adolesanlarda-sporcu-sagligi-46213.html>
- Özdemir M. Spor Yaralanmalarında Korunma ve Rehabilitasyon İlkeleri. Konya: Çizgi Kitabevi; 2004.
- Kanbir O. Sporda Sağlık Bilinci ve İlk Yardım. Bursa: Ekin Kitabevi Yayınları; 2001.
- Ünver Ş, Şimşek E, İslamoğlu İ, Arslan H. Üniversite takımlarında yer alan sporcuların yaralanma kaygı düzeylerinin incelenmesi [Investigation of injury anxiety levels of athletes in university teams]. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 2020;14(3):400-10. <https://dergi-park.org.tr/en/download/article-file/1155604>
- Cin H, Yılmaz BH, Ektirici A. Sporcularda öfke ve saldırganlık algısının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi [The investigation of anger and aggression perception of athletes in terms of various variables]. CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 2022;17(2):230-43. <https://dergi-park.org.tr/tr/download/article-file/2528980>
- Kirişçi İ. Takım sporu yapan bireylerde görülen sakatlık türleri ve bu sakatlıkların çeşitli değişkenlere göre incelenmesi (Bursa örneği) [Yüksek lisans tezi]. Sakarya: Sakarya Üniversitesi; 2011. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/TezGoster?key=rcbWnuqW6HxCZ_98ARa pgga-u6zwuwxGTA12n_dakFnc6aHu5LBveFUCymlt9t
- Kalyon TA. Spor Hekimliği: Sporcu Sağlığı ve Spor Sakatlıkları. 2. Baskı. Ankara: GATA Basımevi; 1994.
- Yıldız AB, Algün Doğu G. Sporda teknoloji kullanımı: bir metafor çalışması [Using technology in sport: a metaphor study]. Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 2022;8(1):67-80. <https://dergi-park.org.tr/tr/download/article-file/1917333>
- Kayhan RF, Yapıcı A, Üstün ÜD. Kadın sporcuların yaralanma kaygılarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi [Investigation of the injury anxiety of female athletes according to various variables]. Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi. 2019;6(1):276-87. doi: 10.33468/sbsebd.109
- Selek S, Alp M. Badmintoncularda görülen spor sakatlıkları: sakatlık alanlarının ve türlerinin değerlendirilmesi [Sports injuries seen in badminton players: assessment of injuries' areas and types]. MAKÜ Spor Bilimleri Dergisi. 2023;(1):1-6. <https://dergi-park.org.tr/tr/pub/makusbd/issue/78896/1287615>
- Tanyeri L. Farklı branş sporcularında yaralanma kaygısının incelenmesi [Investigation of injury anxiety in different branches athletes]. Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi. 2019;13(19):577-91. <https://dergi-park.org.tr/tr/download/article-file/799841>
- Kaya E. Takım sporu ve bireysel spor yapan sporcularda görülen sakatlık tipleri ve sakatlanma bölgelerinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. Giresun: Giresun Üniversitesi; 2022. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/TezGoster?key=5XiSE4yCP_gmnukp-MEp65Q_4NVeZ-3SjBytTwKx3KPoc1dq1QPM9P2iXsCOW6rT
- Bozdoğan A. Futbol branşında görülen sakatlıkların ve sakatlık bölgelerinin mevkilere göre belirlenmesi [Yüksek lisans tezi]. Kahramanmaraş: Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi; 2021. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/TezGoster?key=v7BkNnnpTnbhnr7LRD_jUBhELU2LVEUicZPrLAtfMqk2lult9e3zVdxLb
- Şişik A. Mücadele sporu branşındaki sporcuların sakatlık profillerinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. Kahramanmaraş: Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi; 2022. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/TezGoster?key=kScA8XnrRbWogX-qPGFkr8lqC1MADO5H49JaGjgh8E319WIS3TscEmKcXqG-gc>
- Merriam SB, ed. Turan S, çeviri editörü. Nitel Araştırma: Desen ve Uygulama İçin Bir Rehber. 3. Baskı. Ankara: Nobel; 2023.
- Ural A, Kılıç İ. Bilimsel Araştırma Süreci ve SPSS ile Veri Analizi. Ankara: Detay; 2013.
- Saban A. Okula ilişkin metaforlar [Metaphors about school]. Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi. 2008;55(55):459-96. <https://dergi-park.org.tr/tr/pub/kuey/issue/10342/126702>
- Yıldırım A, Şimşek H. Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri. 5. Baskı. Ankara: Seçkin Yayıncılık; 2006.
- Miles MB, Huberman AM. Qualitative Data Analysis: An Expanded Sourcebook. 2nd ed. Thousand Oaks: Sage; 1994.
- Pekel AO, Kırkoğlu N, Yatac S, Aydos L. Ragbi sporcularının ragbi kavramına yönelik metaforik algıları [Metaphorical perceptions of rugby athletes towards the concept of rugby]. Gazi Journal of Physical Education and Sports Sciences. 2023;28(4):253-9.
- Eraslan A, Halıcı A, Livmercan E. Korfball from the perspective of athletes: a metaphor study. In: 20th Int Sports Sci Congr; 2022 Nov 28-Dec 1; Antalya, Turkey. p. 717.
- Yetim AA, Kalfa M. Üniversite öğrencilerinin sporla ilgili metaforik algıları ve spor etkinliği dersi [Methodical perceptions of university students related to sports]. Spormetre. 2019;17(1):41-54. <https://dergi-park.org.tr/tr/download/article-file/675852>
- Arvinen-Barrow M, Massey WV, Hemmings B. Role of sport medicine professionals in addressing psychosocial aspects of sport-injury rehabilitation: professional athletes' views. J Athl Train. 2014;49(6):764-72. PMID: 25243737; PMCID: PMC4264648
- Dereli F. Engelli Limanında Metafor. Aydın AR, editör. Engellilik Araştırmaları Yazıları. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Yayınları; 2020. p.467-79.
- Grindstaff JS, Wrisberg CA, Ross JR. Collegiate athletes' experience of the meaning of sport injury: a phenomenological investigation. Perspect Public Health. 2010;130(3):127-35. PMID: 20642129