



TÜBİTAK



SPORDA PSİKOSOSYAL SAĞLIK VE GÜVENLİK REHBERİ

Proje Yürütücüsü: Prof. Dr. İdil Işık



BAU BAHÇEŞEHİR
UNIVERSITY

TÜBİTAK 1001 Destekli

Proje no: 221K434

**Sporda Psikososyal Güvenlik: Elit Sporcularda Psikolojik Sağlığın
Belirleyicilerinin Modellenmesi Projesi'nin Çıktısıdır.**

Proje Yürütücüsünün Adı Soyadı	Prof. Dr. İdil Işık
Proje Yürütücüsünün E-posta adresi	idil.isik@bau.edu.tr
Proje Başlangıç Tarihi	01.09.2022
Proje Bitiş Tarihi	01.06.2024
Projenin Yürütüldüğü Kurum Adı	Bahçeşehir Üniversitesi
Proje Numarası	221K434
Proje Adı	Sporda Psikososyal Güvenlik: Elit Sporcularda Psikolojik Sağlığın Belirleyicilerinin Modellenmesi
Çağrı Yılı	2021
Proje Ekibi	Araştırmacılar: Başak Uçanok Tan, Cem Tınaz. Danışmanlar: İlknur Hacısöftaoğlu Közleme, Erkoç Koray Doğan, Burak Öder. Bursiyerler: Kağan Güney, Yasin Kuzdağ, Ceydan Şahin, Ayberk Kırdemir, Zeynep Ecem Piyale, Melisa Seray İşcan, Alican Kaya.

İçindekiler Tablosu

1.	<i>SPORDA PSİKOSOSYAL SAĞLIK VE GÜVENLİK REHBERİ</i>	6
1.	Amaç ve Kapsam	6
2.	Temel İlkeler	6
3.	Genel Çerçeve	6
4.	Gereklilikler	7
5.	Tanımlar ve kavramlar	11
6.	Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik: Yönetim Sistemi ve Proses Yaklaşımı	12
7.	Risk temelli düşünme	14
8.	Örgüt Bağlamının Anlaşılması	14
9.	Liderlik	15
10.	Operasyon	17
11.	Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Süreci	20
12.	Psikososyal Riske Maruziyet	20
13.	Psikososyal Risk Değerlendirmesi	20
14.	Eğitim ve Danışmanlık	20
15.	Spor Organizasyonları Yöneticilerinin Sorumluluğu	21
16.	İzleme ve Denetleme	21
17.	Cezalar ve Sorumluluklar	22
18.	Raporlama Yükümlülüğü	22
19.	Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Yönetimi Süreçlerinde Rol ve Sorumluluklar	22
20.	Spor Hekimlerinin Görev ve Sorumlulukları	23
21.	Spor Psikologlarının Görev ve Sorumlulukları	24
22.	İş-Örgüt-Çalışma-Endüstri Psikologları Görev ve Sorumlulukları	25
23.	Psikososyal Risk Değerlendirme Kapsamında Değerlendirilebilecek Tehlike Kaynakları ..	26
24.	Psikososyal Risklerin İzlenmesi, Denetimi ve Yönetimi	28
25.	Psikososyal Risk Değerlendirme Yapacak Uzmanların Eğitilmesi ve Sertifikasyonu	30
26.	Psikososyal Risk Değerlendirme Yöntemleri ve Araçlarında Aranacak Özellikler ve Koşullar	
	31	

Tablolar Listesi

Tablo 1 Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Rehberi'ne temel oluşturan projeler.....	8
Tablo 2 Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Rehberi'ne temel oluşturan, tüm sektörler, çalışma yaşamı ve mesleklere yön veren ulusal ve uluslararası rehberler ve standartlar	9
Tablo 3 Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Rehberi'ne temel oluşturan, sporcu sağlığına yönelik ulusal ve uluslararası rehberler ve standartlar	10
Tablo 4 Sporda Psikososyal Sağlık Ve Güvenlik yönetimi sürecinde paydaşlar.....	22

Şekiller Listesi

Şekil 1 PUKÖ Döngüsü	12
Şekil 2 Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Yönetim Sisteminin PUKÖ Döngüsü İle İlişkilendirilmesi	13
Şekil 3 Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Yönetim Sistemi Operasyonel Modeli	18
Şekil 4 Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Yönetim Sistemi: PUKÖ Döngüsü ile İlişkilendirilmiş Operasyon Modeli	19

1. SPORDA PSİKOSOSYAL SAĞLIK VE GÜVENLİK REHBERİ

1. Amaç ve Kapsam

Bu rehber, sporcuların ve spor sektörü çalışanlarının psikososyal sağlık ve güvenliklerini koruyacak çalışma koşullarının oluşturulmasındaki rol, sorumluluk, yetki, yükümlülük ve yaptırımları tanımlamak amacıyla hazırlanmıştır.

Rehber, çalışma koşulları ile ilgili olarak çalışma saatleri, fiziksel ve zihinsel yorgunluk, işçi sağlığı ve güvenliği, çalışma ortamı, çalışanların eğitim ve bilgilendirilmesi, çalışan temsilciliği, sosyal hizmetler ve çalışma koşullarının izlenmesi gibi konuları kapsamaktadır. Spor eğitimlerinin gerçekleştirildiği, tüm süreçlerin yürütüldüğü ortamların sağlıklı ve güvenli hale getirilmesi ile sporcuların psikososyal açıdan sağlıklı ve güvenli bir çalışma ortamında yetiştirilmesi için gereken uygulamaların tanımlanması hedeflenmektedir.

Bu rehber, spor çalışanlarının psikososyal sağlık ve güvenliğini temin ve iyilik halini sürdürme amacını taşımaktadır.

Bu rehber, Türkiye genelinde faaliyet gösteren spor organizasyonlarının çalışanları için psikososyal sağlık ve güvenlik şartlarını düzenlemektedir.

2. Temel İlkeler

Sporcuların ve spor sektörü çalışanlarının psikososyal sağlık ve güvenlikleri en üst düzeyde korunmalıdır. Çalışma saatleri ve yükleri fiziksel ve psikolojik sağlıklarını olumsuz etkileyecek şekilde düzenlenmemelidir. Spor organizasyonu yönetim ekipleri, sağlıklı ve güvenli çalışma ortam ve koşullarını sağlamak için gerekli tedbirlerin tümünü almalıdır. Spor organizasyonu yönetim ekipleri, çalışanların psikososyal sağlık ve güvenliklerinin temini ve sürdürülmesi için çalışma ortamını sürekli olarak izlemeli, gerekli tedbirleri almalıdır. Spor organizasyonu yönetim ekipleri, çalışanlarının psikososyal risklere ilişkin bilgilendirilmelerini sağlayacak eğitimler organize etmeli; psikososyal sağlık ve güvenliğin sürdürülmesi için psikososyal risklerin yönetilmesinde rolü olanların gerekli bilgi ve becerileri kazanmalarını sağlamalıdır.

3. Genel Çerçeve

Bu metin, spor sektöründe faaliyet gösteren organizasyonlarda psikososyal risklerin yönetimine ilişkin esas, usul, rol, sorumluluk ve yetkileri belirleyecek olan prosedürlerin hazırlanmasına katkı sunacak bir rehber niteliğindedir.

Spor yaşamında psikososyal sağlık ve güvenliğin temini için odaklanılması gereken kapsama ve atılması gereken adımlara işaret eden bu rehberin hazırlanmasında aşağıdaki kaynaklar temel alınmıştır:

- a) Prof. Dr. İdil Işık'ın yürütücülüğünü yaptığı Tablo 1'de sunulan projelerde çalışma yaşamındaki psikososyal risklerle ilgili geliştirdiği projelerin bulguları ve çıktıları
- b) Genel olarak iş yaşamında çalışanların psikolojik sağlığını temel alan ulusal ve uluslararası rehberler ve standartlar (Tablo 2)
- c) Özel olarak spor sektörü ile ilgili hazırlanmış rehber ve standartlar (Tablo 3)

4. Gereklilikler

- a) Yasal zeminin tanımlanması: Sporcuların ve spor uzmanlarının psikososyal sağlık ve güvenliklerinin temini ve iyilik halinin sürdürülmesi konusunda yerine getirilmesi gereken yasal yükümlülükler ve yaptırımları belirlenmelidir.
- b) Risk değerlendirmelerinin yapılması: Spor organizasyonları, çalışanlarının psikososyal sağlık ve güvenliklerine ilişkin risk değerlendirmeleri yapmalı, bulgularını sistematik raporlara dönüştürmeli, bu değerlendirmelerden yola çıkarak atılması gereken adımları ve alınması gereken tedbirleri belirlemeli, bu tedbirleri uygulamaya almalı ve etkinliklerini izlemelidir.
- c) Eğitim ve danışmanlık hizmetlerinin sağlanması: Spor organizasyonlarına, çalışanlarının psikososyal sağlık ve güvenliklerini temin edip bu iyilik halini sürdürebilmeleri için eğitim ve danışmanlık hizmetleri sağlanmalıdır.
- d) İzleme ve denetleme: Kamu otoritelerinin, sporcuların psikososyal sağlık ve güvenliğini temin adına spor organizasyonları tarafından yürütülen çalışmaları sürekli olarak izleyebilmesine olanak tanıyan süreçler planlanmalı ve bu sürekli izleme ve denetimlerin gerekliliği, etki alanı, uyumsuzlukların tespiti halinde karşı karşıya kalılabilecek yaptırımlar yönetmelik içinde açıkça tarif edilmelidir.

Tablo 1 Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Rehberi'ne temel oluşturan projeler

Proje Başlığı	Projenin desteklediği kurum	Proje tarih aralığı	Proje web sitesi
Sporda Psikososyal Güvenlik: Elit Sporcularda Psikolojik Sağlığın Belirleyicilerinin Modellenmesi	TÜBİTAK 1001 Spor Araştırmaları Çağrısı	Eylül 2022-Ağustos 2024	www.sportapsikososyal.org
Maden Sektöründe Çalışanların Psikososyal Risklerinin Değerlendirilmesi ve Önlenmesine Yönelik İşyeri Hekimlerinin Kapasitesini Geliştirme Projesi	Türkiye Cumhuriyeti ile Avrupa Birliği arasındaki mali iş birliği kapsamında geliştirilen Katılım Öncesi Mali Yardım Aracı'nın (IPA II-Instrument for Pre Accession) "İstihdam, Eğitim, Sosyal Politikalar Sektörel Operasyonel Programı" bileşeni altındaki "İş Sağlığı ve Güvenliğinin Geliştirilmesi Hibe Programı" Sözleşme makamı: Avrupa Birliği ve Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı	Şubat 2021-Mart 2023	www.psikososyalrisk.org
Esnek Çalışma Yönetim Sistemi Geliştirme Projesi: İş Sürekliliğini ve Çalışan Psikolojik İyi Oluşunu Destekleyici Standartlar ve Uygulamalar	TÜBİTAK 1001 "COVID-19 ve Toplum: Salgının Sosyal, Beşeri ve Ekonomik Etkileri, Sorunlar ve Çözümler" Çağrısı	Temmuz 2020-Aralık 2020	https://search.trdizin.gov.tr/en/yayin/detay/622106/esnek-calisma-yonetim-sistemi-gelistirme-projesi-is-surekliligini-ve-calisan-psikolojik-iyi-olusunu-destekleyici-standartlar-ve-uygulamalar

Tablo 2 Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Rehberi'ne temel oluşturan, **tüm sektörler, çalışma yaşamı ve mesleklere yön veren** ulusal ve uluslararası rehberler ve standartlar

Kaynak Başlığı	Kurum	Kaynak tarihi	Web sitesi
Psychosocial factors at work : recognition and control : report of the Joint ILO/WHO Committee on Occupational Health, Ninth Session, Geneva, 18-24 September 1984.	International Labour Office; Joint ILO/WHO Committee on Occupational Health	1984	https://digitallibrary.un.org/record/194660?ln=en
TS/ISO 45001 İş Sağlığı ve Güvenliği Sistemleri-Şartlar Occupational health and safety management-Requirements	International Standards Organization (ISO) Türk Standartları Enstitüsü (TSE)	İngilizce: 2018 Türkçe: 2019	https://www.iso.org/standard/63787.html https://www.tse.org.tr/ts-iso-45001-is-sagligi-ve-guvenligi-yonetim-sistemi/
ISO 45003- İş Sağlığı ve Güvenliği Yönetimi- İş yerinde Psikososyal Sağlık ve Güvenlik: Psikososyal risklerin yönetilmesi – Kılavuz Occupational health and safety management — Psychological health and safety at work: managing psychosocial risks — Guidelines	International Standards Organization (ISO) Türk Standartları Enstitüsü (TSE)	İngilizce: 2020 Türkçe: 2022	https://www.iso.org/obp/ui/#iso:std:iso:45003:ed-1:v1:en https://ttaf.com.tr/media/blogs/TS_ISO_45003.pdf
Psychosocial risks to workers' well-being: Lessons from the COVID-19 pandemic, European Working Conditions Telephone Survey 2021 series, Publications Office of the European Union, Luxembourg.	European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions	2023	https://www.eurofound.europa.eu/en/publications/2023/psychosocial-risks-workers-well-being-lessons-covid-19-pandemic

Tablo 3 Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Rehberi'ne temel oluşturan, **sporcu sağlığına yönelik** ulusal ve uluslararası rehberler ve standartlar

Sporcu Sağlığına Yönelik Ulusal ve Uluslararası Rehberler ve Standartlar

Purcell R, Pilkington V, Carberry S, Reid D, Gwyther K, Hall K, Deacon A, Manon R, Walton CC and Rice S (2022). An Evidence-Informed Framework to Promote Mental Wellbeing in Elite Sport. *Front. Psychol.* 13:780359. doi: 10.3389/fpsyg.2022.780359

De Bosscher, V., Shibli, S., Westerbeek, H. & van Bottenburg, M. (2015). Successful elite sport policies. An international comparison of the Sports Policy factors Leading to International Sporting Success (SPLISS 2.0) in 15 nations. Aachen: Meyer & Meyer. <http://www.m-m-sports.com/successful-elite-sport-policies-9781782550761.html>

Wylleman, P., De Brandt, K., & Defruyt, S. (2017). GEES Handbook for Dual Career Support Providers. Gold in Education and Elite Sport consortium. https://kics.sport.vlaanderen/topsport/Documents/170301_GEES_Handbook_for_dual_career_support_providers.pdf

Stambulova, N., Wylleman, P., Torregrossa, M., Cecić Erpič, S., Vitali, F., de Brandt, K., Khomutova, A., Ruffault, A., & Ramis, Y. (2024). FEPSAC position statement: Athletes' dual careers in the European context. *Psychology of Sport and Exercise*, 71, 102572. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102572>

Röthlin, P., Horvath, S., & Birrer, D. (2023). Measures to protect and promote elite athletes' mental health in Swiss sports: Current status and areas for improvement. *Sports Psychiatry*, 2(4), 125–133. <https://doi.org/10.1024/2674-0052/a000061>

Liddelow, C., Schweickle, M. J., Sutcliffe, J. T., Swann, C., Keegan, R., Rice, S., Okely, A., & Vella, S. A. (2024). Defining the scope and content of mental health guidelines for community sport in Australia: A Delphi study. *Psychology of Sport & Exercise*, 70, 102553. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102553>

CSA Group. (2013). CSA Z1003/BNQ 9700-803-Psychological health and safety in the workplace: Prevention, promotion, and guidance to staged implementation (1st ed.). CSA Group; Bureau de Normalisation du Québec; <https://www.csagroup.org/store/product/2704855/>

5. Tanımlar ve kavramlar

a) Sporcu: Bir spor organizasyonuna bağlı olarak bireysel ya da takım spor branşlarında çalışan bireylerdir.

b) Elit Sporcu: Ulusal ve uluslararası düzeyde yüksek performans sergileyen, belirli spor dallarında uzmanlaşmış sporculardır.

c) Spor Uzmanları: Spor bilimleri, fizyoterapi, beslenme, sağlık ve performans geliştirme gibi alanlarda uzmanlaşmış profesyonellerdir.

d) Antrenörler: Sporcuların teknik, taktik ve fiziksel gelişimlerini sağlamak için antrenman programları hazırlayan ve uygulayan kişilerdir.

e) Spor Psikoloğu: Sporcuların psikolojik sağlık, dayanıklılık, motivasyon ve performans geliştirme süreçlerinde destek sağlayan uzmanlardır.

f) Spor Organizasyonları: Spor etkinliklerini düzenleyen, sporcuları destekleyen ve spor politikalarını belirleyen kurum ve kuruluşlardır. Kulüpler, federasyonlar bu kapsama girer.

g) Türkiye Olimpiyat Hazırlık Merkezleri (TOHM): Olimpiyat, dünya ve Avrupa şampiyonaları gibi büyük organizasyonlara sporcu yetiştirmek amacıyla Türkiye'de spor dalının koşullarına uygun coğrafi bölgeler ve yerleşim yerlerinde kurulan yüksek performans eğitim merkezleridir. Sporculara yatılı eğitim sunma olanaklarına sahip merkezlerdir.

h) Spor Federasyonları: Belirli bir spor dalını ulusal düzeyde organize eden, düzenleyen ve kuralları belirleyen yetkili kuruluşlardır.

i) Spor organizasyonu yönetim ekipleri: Kulüp, federasyon, TOHM gibi yapılarda farklı seviyelerde yetkilendirilmiş kişileri ifade eder.

j) Psikososyal sağlık: Çalışma ortamında fiziksel, duygusal, sosyal ve psikolojik sağlığın bütünlüğünü ifade eder.

k) Güvenlik: Çalışanların fiziksel ve psikolojik güvenliğini sağlamak için alınan önlemleri ifade eder.

l) Kazalar: Yürütülen faaliyet esnasında tehlikelerin açığa çıkması ve kontrol edilememesi nedeniyle fiziksel, maddi ve psikolojik hasarlara neden olan olaylardır.

m) Meslek hastalığı: Çalışanın iş sırasında kendisi için oluşan ve iş ile ilgili olan fiziksel veya zihinsel hastalıkları ifade eder.

n) Çalışma ortamı: Spor işletmesinde çalışılan fiziksel ve sosyal ortamı ifade eder.

o) Eğitim ve bilgilendirme: Spor yapılan, sporla ilgili eğitimlerin gerçekleştiği, sporcuların yetiştirildiği tüm ortamların sağlıklı ve güvenli hale getirilmesi için gerekli bilgi ve becerileri kazanmalarını sağlamak amacıyla verilen eğitimleri ifade eder.

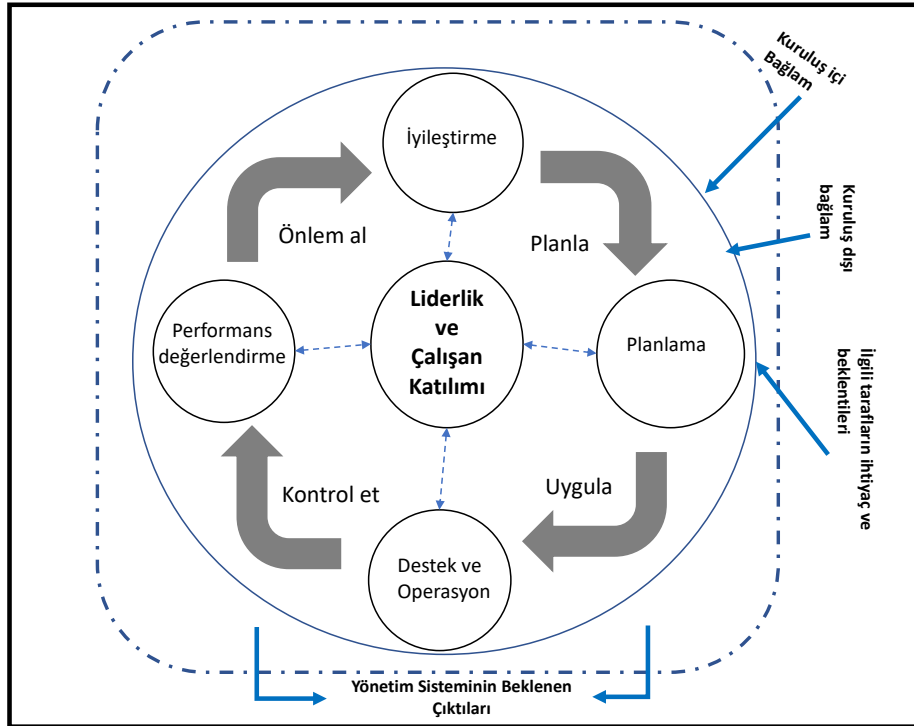
p) Çalışma koşullarının izlenmesi: Spor organizasyonu yönetim ekipleri tarafından yürütülen ve çalışma koşullarının sağlıklı ve güvenli hale getirilmesi amacıyla yapılan denetimleri ifade eder.

6. Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik: Yönetim Sistemi ve Proses Yaklaşımı

Uluslararası Standartlar Teşkilatı ISO'nun yönetim sistem standartlarında sunduğu proses yaklaşımı "Planla – Uygula – Kontrol et – Önlem al (PUKÖ) döngüsü" ve risk temelli düşünmeyi içeren proses yaklaşımı spor organizasyonlarında psikososyal risklerin yönetimi için uyarlanmalıdır. Proses yaklaşımı kuruluşa, prosesleri ve onların karşılıklı etkileşimlerinin planlamasını sağlar. Birbiriyle ilişkili prosesleri bir sistem içerisinde anlamak ve yönetmek, kuruluşun amaçlanan sonuçlara erişmek için etkinliği ve verimliliğine katkı sağlar. Bu yaklaşım kuruluşa, bir sistemin prosesleri arasındaki ilişkileri ve birbirine bağılılıklarını kontrol etmeyi sağlar, böylece kuruluşun tüm performansı artırılabilir.

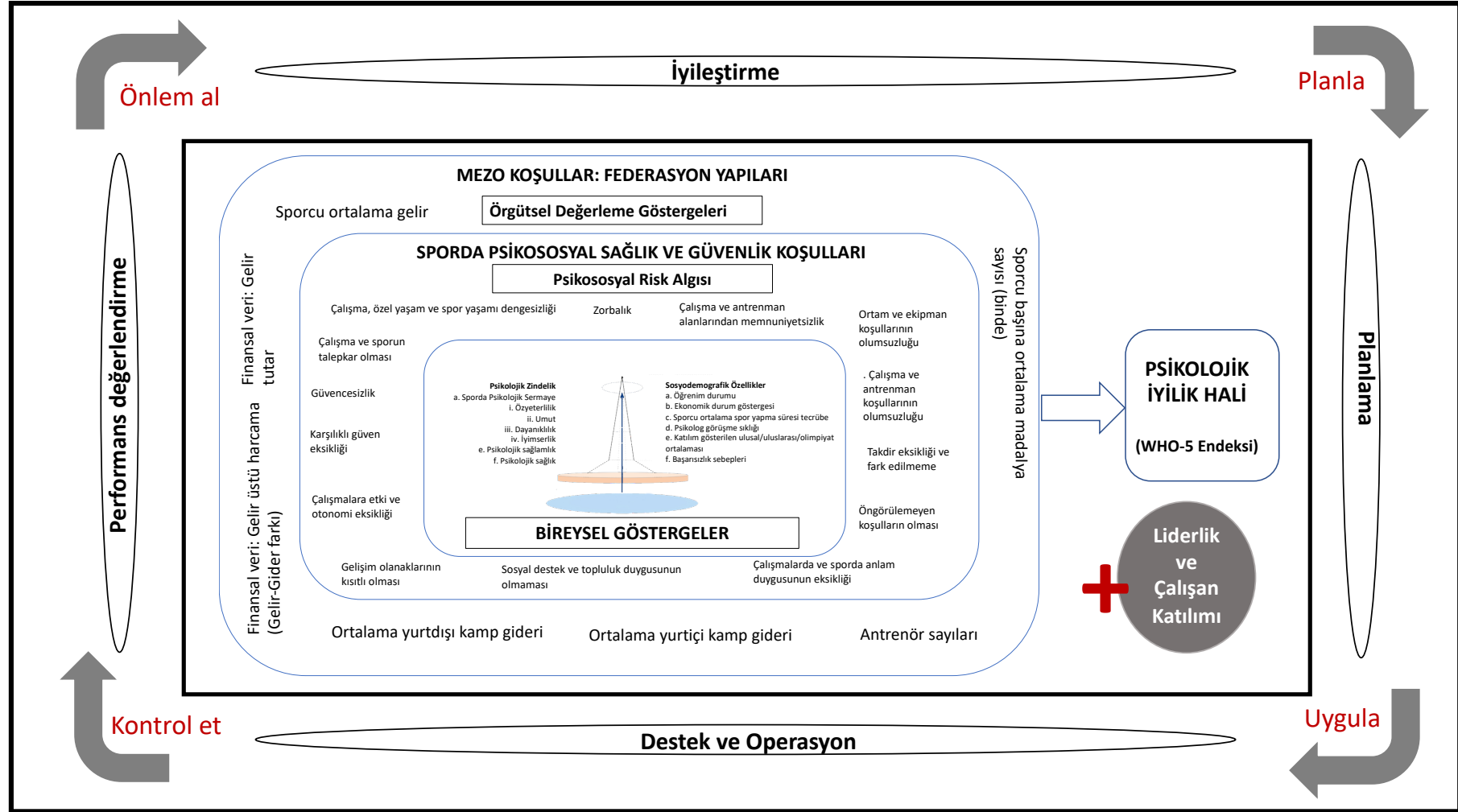
Proses yaklaşımı, kuruluşun Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Yönetimi modeli, çalışma politikası ve stratejik yönelimine göre istenen sonuçlara erişmek adına proseslerin sistematik tanımlanmasını, yönetimini ve birbiri ile etkileşimini kurgulamayı ve koordine etmeyi içerir. Proseslerin ve sistemin bir bütün olarak yönetilmesine, fırsatlardan avantaj sağlamayı ve istenmeyen sonuçları önlemeyi amaçlayan, risk esaslı düşünmenin bütüncül bir odağı olan PUKÖ döngüsü kullanılarak erişilebilir.

PUKÖ döngüsü tüm proseslere ve Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Yönetimi sistemine bir bütün olarak uygulanabilen bir süreci temsil etmektedir (Şekil 1).



Şekil 1 PUKÖ Döngüsü

PUKÖ döngüsü Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik projesinin ortaya koyduğu nihai model ile de entegre edilebilir (Şekil 2).



Şekil 2 Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Yönetim Sisteminin PUKÖ Döngüsü İle İlişkilendirilmesi

Şekil 2’de gösterildiği üzere, Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik yönetim sistemine özgü PUKÖ süreci şu fazlarla ilerlemelidir. Daha detaylı bilgi Operasyon başlığı altında verilecektir:

a) İlk olarak, kurum içi ve dışı bağlam ile ilgili tarafların ihtiyaç ve beklentilerinin girdi oluşturduğu planlama adımı ile başlamalıdır. Ardından Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik yönetim sisteminin kapsamının belirlenmesi için, kuruma özgü temel ilkelerin belirlenmesi gerekmektedir. Bu fazda örgütün bağlamının anlaşılması için odaklanılacak “Kuruluşun bağlamı/içeriği” başlığı altında açıklanacaktır.

b) Bunu takiben “Operasyon” başlığında detayları verilen süreç izlenerek, Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik yönetim sisteminin yapısının, çalışanların, sporcuların ve kurumun özgün ihtiyaçlarına göre uyumlu hale getirilebilecek şekilde modellenmesi gerekmektedir. Burada Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Projesinin SPLISS ile entegre edilen ve geliştirilen Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Endeksinin bileşenlerini de içeren model ile ele alınması gerekmektedir.

7. Risk temelli düşünme

Risk temelli düşünme etkin bir Psikososyal Sağlık ve Güvenlik yönetim sistemine erişmek için esastır. Risk temelli düşünme kavramı, örneğin; potansiyel uygunsuzlukları yok etmek için önleyici faaliyetlerin gerçekleşmesi, oluşan herhangi bir uygunsuzluğun analizi ve uygunsuzluğun etkisine uygun faaliyetleri gerçekleştirerek yeniden oluşmasını önlemek dahil riskleri kabul edilebilir düzeylere düşürmek için gerekli önlemleri önceden belirlemeye odaklanır.

Psikososyal Sağlık ve Güvenlik şartlarını sağlamak için spor organizasyonlarının, risk ve fırsatları belirlemek amacıyla faaliyetleri planlaması ve uygulaması gerekir. Risk ve fırsatların belirlenmesi, yönetim sisteminin etkinliğinin artırılması, iyileştirilmiş sonuçlara erişim ve olumsuz etkileri önlemek için bir temel oluşturur.

8. Örgüt Bağlamının Anlaşılması

Örgüt içi bağlam analizinde, Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik yönetim sistemine temel teşkil edecek değerleri tespit etmelidir. Spor organizasyonları sporcuların ve diğer ilgili tarafların ihtiyaç ve beklentilerini anlamalıdır. Bu ihtiyaçlar ve beklentiler arasında, bunlarla sınırlı kalmamak kaydıyla; gelir güvencesi, iş güvencesi, sosyal etkileşim ve destek, kararlara dahil edilme, tanınma, ödül ve başarı, kişisel gelişim ve büyüme, kariyer gelişimi ve eşitlik sayılabilir.

Spor organizasyonu, içinde bulunduğu ulusal ve uluslararası makro koşulları, dinamiklerini ve uygulamalarını kurumsal olarak uygulamaya geçireceği Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik modeli ile analiz etmelidir.

Gerek örgüt içi gerekse örgüt dışı bağlam analizinde Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Endeksinin kapsadığı bileşenler kullanılmalıdır; ancak kurum yapısına, spor branşına bağlı ek kriterler de bağlamı anlamak için tespit edilmelidir.

9. Liderlik

Spor organizasyonlarının psikososyal şartların yönetimi açısından risk ve fırsatları başarılı bir şekilde yönetmesi, organizasyon genelinde bir taahhüt gerektirir. Üst yönetim buna liderlik etmeli ve her seviyedeki yöneticiler ve çalışanlar bunu sürdürmeye yardımcı olmalıdır.

Katılımı sağlama

Sporculara, spor uzmanlarına ve iç tüm paydaşlara Psikososyal Sağlık ve Güvenlik açısından fikirlerini sunma imkânı verilmeli, kararlara katılımı sağlanmalıdır. Psikososyal Sağlık ve Güvenlik uygulamalarının planlanması, hayata geçirilmesi, sürdürülmesi, değerlendirilmesi, sürekli iyileştirilmesi ve ilgili risklerin yönetilmesinde başarı için çalışan katılımı önemlidir.

Kaynakların sağlanması

Spor organizasyon yönetim ekipleri, Psikososyal Sağlık ve Güvenlik koşullarının güçlendirilmesi için; ihtiyaç duyulan kaynakları tespit ve temin etmeli, mevcut kaynakların yeteneklerini ve kısıtlarını analiz etmeli, proseslerin işletilmesi ve kontrolü için görevlendirilecek kişilerin kimler olacağını belirlemeli, gerekli altyapıyı tayin etmeli, temin etmeli ve sürekliliğini sağlamalıdır. Özellikle, spor faaliyetlerinin psikososyal açıdan olumlu şartlar yaratabilmesi için altyapı şunları içerebilir: Binalar ve ilgili müstemilatı, çalışma ortamının teknik ve fiziki şartları, donanım ve yazılım dahil makine ve teçhizatı, taşıma ve ulaşım, bilgi ve iletişim teknolojileri, bilgi güvenliği mekanizmaları.

Bu kaynakların temin edilmesi sporcular için psikososyal açıdan uygun ortam yaratılmasına imkân sağlayacaktır; uygun bir ortam, aşağıda örnekleri sunulan beşerî ve fiziki unsurların bir birleşimi olarak tanımlanabilir:

- Sosyal (örneğin; ayrımcılık yapmayan, sakin, çatışmadan kaçınan),
- Psikolojik (örneğin; stresi azaltan, tükenmişliği önleyen, duygusal olarak koruyucu),
- Fiziksel (örneğin; sıcaklık, ısı, nem, ışık, ortamın havası, hijyen, gürültü).

Bu unsurlar; spor organizasyon türü, spor branşına göre farklılık gösterebilir.

Diğer taraftan spor organizasyonları kurum içi yetkinlik düzeylerini de belirlemelidir. Tüm çalışanlar; üst, orta ve ilk kademe yönetim sorumluluğu olanlar; psikosozal şartları analiz eden ve planlayan departman çalışanları; uygulamayı takip ederek, kontrol ve diğer müdahaleleri uygulayan departman çalışanları; sürecin ve sonuçlarının değerlendirmesini ve incelemesini yapan departman çalışanları, tüm sporcular ve spor uzmanlarının mevcut yetkinlik düzeyleri ve idealde ulaşılması hedeflenen duruma dair gelişim planları hazır edilmelidir.

Spor organizasyonu, kendi kontrolü altında çalışan kişilerin ve ilgili kişilerin;

a) Sporda Psikosozal Sağlık ve Güvenlik yönetim sisteminin performansını ve etkinliğini etkileyen gerekli yetkinliklerini belirlemeli,

b) uygun eğitim, öğrenim veya tecrübeleri temelinde yetkin olduğunu güvence altına almalı,

c) yönetim sistemiyle ilgili eğitim ihtiyaçlarını belirlemeli,

d) ihtiyaç duyulan yetkinliğin kazanılması için gerekli faaliyetleri hayata geçirmeli ve bunların etkinliğini değerlendirmeli,

e) raporlama ve çalışma süreçlerine dair görüşlerini iletmek için izleyecekleri yolların neler olduğunun anlaşılmasını sağlamalıdır.

Kuruluş, gerekli durumda, bu yetkinlik ve bilgi, organizasyon içinde mevcut değilse, dış kaynaklardan yetkin kişilerden destek almalı; yetkinliğin geliştirilmesinde uygulamaya geçirilen aksiyonların etkinliğini değerlendirebilmeli; çalışanların ve ilgili kişilerin ihtiyaç, deneyim, yetenek, beceri ve çeşitliliklerini dikkate almalı; uygun dokümanite edilmiş bilgiyi yetkinliğin kanıtı olarak muhafaza etmelidir.

Farkındalık

Kuruluş, çalışan kişilerin aşağıdakilerin farkında olmasını güvence altına almalıdır:

a) Sporda Psikosozal Sağlık ve Güvenlik politikasının,

b) Sporda Psikosozal Sağlık ve Güvenlik hedeflerinin,

c) İyileştirilmiş performansın faydaları dahil, kendilerinin Sporda Psikosozal Sağlık ve Güvenlik yönetim sisteminin etkinliğine katkılarının,

d) Sporda Psikosozal Sağlık ve Güvenlik yönetim sistemi şartlarının yerine getirilmemesinin etkilerinin,

e) Sporda Psikosozal Sağlık ve Güvenlik ile çalışmanın çalışan sağlığı, güvenliği ve esenliğine etkilerinin,

f) Sporda Psikosozal Sağlık ve Güvenlik ile sporculara yönelik, potansiyel ayrımcılığın önüne geçilmesinin;

g) Psikososyal riskleri azaltmanın ve esenliği güçlendirmek için çalışanların rollerini ve sorumluluklarını desteklemenin.

İletişim

Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik yönetim sistemiyle ilgili gerekli olan iç ve dış iletişimleri belirlemelidir. İletişim prosesleri oluştururken, spor organizasyonu: uygunluk yükümlülüklerini dikkate almalı, iletişimde kullanılan bilginin Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik yönetim sisteminden üretilen bilgi ile uyumlu ve güvenilir olduğunu güvence altına almalıdır.

Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik yönetim sisteminin bir uygulama aracı olarak iletişim; çalışanlar ve ilgili tarafların beklentilerinin anlaşılmasını, bu beklentilerin ifade edilmesini ve ilgili konularda bilgilendirilmesini sağlar. Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik politikası, prosesleri, aksiyon planları ve yönetim sisteminin ilgili süreçlerinin adımları hakkında bilgilendirmeler düzenli şekilde yapılmalıdır.

10. Operasyon

Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik yönetim sistemi SPLISS ile entegre modelin bileşenlerini içerecek şekilde yönetilmesi için bir program hazırlanmalı (Şekil 3) ve hayata geçirilmelidir. Program, sürekli uygunluk ve etkinlik için izlenmelidir. Bu program minimum ölçekte aşağıdakileri belirlemelidir:

a) spor organizasyonunun bağlamı, sporcu ihtiyaçları ve ilgili kriterler açısından değerlendirilmelidir.

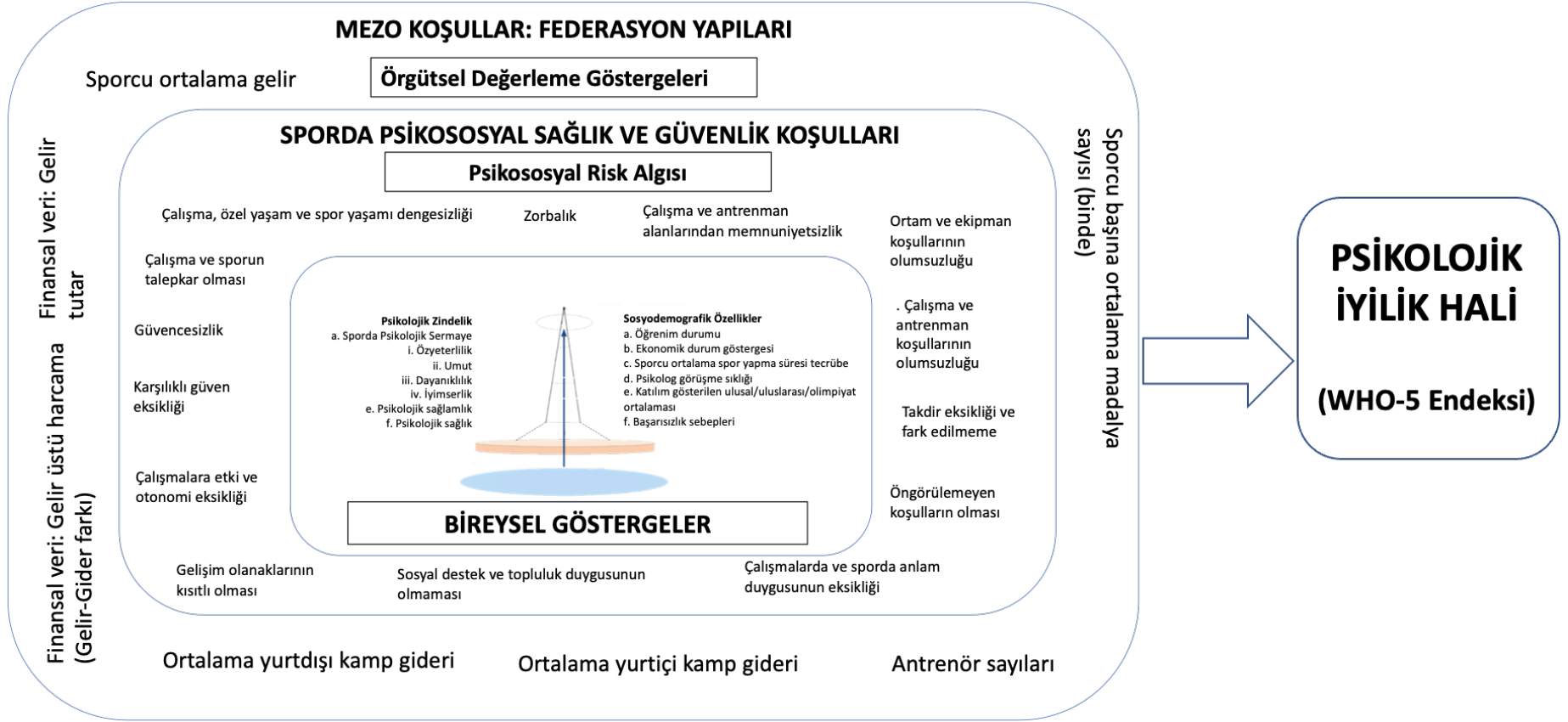
b) spor çalışmalarının yürütüleceği mekânların ve fiziksel koşulların sporcu ve ilgili diğer kişi/kuruluşların ihtiyaç ve beklentilerine göre çeşitlendirilmesi, bu konudaki ilkeler/kurallar belirlenmelidir.

c) spor çalışmalarının yürütülebilmesi için yönetim tarafından temin edilecek araç ve gereçler, teknoloji belirlenmelidir.

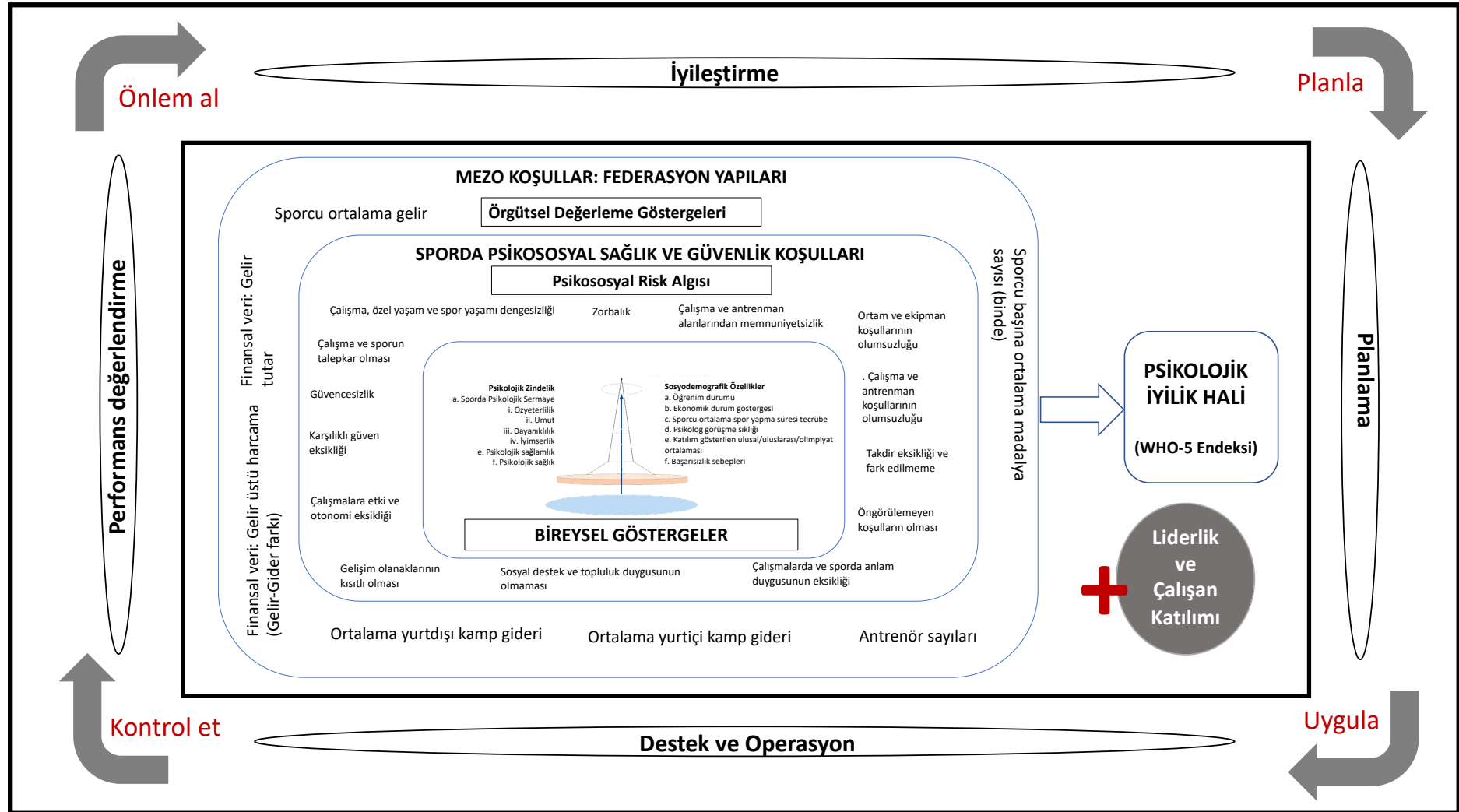
d) izleme ve doğrulama amaçlı düzenlemeler yapılmalıdır.

Bu programın Şekil 4'te verilen ve "Sporda Psikososyal Güvenlik: Elit Sporcularda Psikolojik Sağlığın Belirleyicilerinin Modellenmesi" projesinin federasyonlar ölçeğindeki değerlendirmesini içeren Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Endeksi raporunda yer alan unsurları kapsayacak bir program geliştirilmesi işlevsel olacaktır; spor organizasyonları, bu unsurları içeren bir program geliştirerek kuruma özgü bir kılavuz yapılandırabilir.

Elit Sporda Çok Kademeli Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Modeli



Şekil 3 Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Yönetim Sistemi Operasyonel Modeli



Şekil 4 Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Yönetim Sistemi: PUKÖ Döngüsü ile İlişkilendirilmiş Operasyon Modeli

11. Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Süreci

12. Psikososyal Riske Maruziyet

Spor organizasyonlarında çalışanlar, iş yükü, iş-yaşam dengesizliği, rol çatışmaları gibi psikososyal tehlikelere maruz kalarak, endişe, depresyon, tükenmişlik gibi psikososyal riskleri deneyimlemektedir. Bu nedenle, spor organizasyonları bu tehlikelere maruziyeti azaltma ve çalışanların psikososyal sağlık ve güvenliğini koruma sorumluluğunu taşımak zorundadır.

Spor organizasyonları, çalışanların psikososyal sağlık ve güvenliği için gerekli önlemleri almak zorundadır. Bu nlemler arasında iş yükünün azaltılması, iş-yaşam dengesinin sağlanması, çatışmaların çözümü, endişe ve depresyon gibi psikolojik sorunların önlenmesi benzeri önlemler yer alır.

13. Psikososyal Risk Değerlendirmesi

Spor organizasyonları, çalışanlarının psikososyal sağlık ve güvenliklerini tehdit eden herhangi bir risk olduğunda, bu riski değerlendirmek zorundadır. Spor organizasyonları, çalışanlarının psikososyal sağlık ve güvenlik koşullarını değerlendirmek için yapılandırılmış, Spor organizasyonlarının iş sağlığı ve güvenliği prosedürlerinin parçası haline getirilmif bir risk değerlendirme sistemine sahip olmalıdır. Bu sistem; ölçüm araçlarını, yetkin değerlendiricileri, değerlendirme sonuçlarını dikkate alan spor organizasyonlarını ve yöneticileri kapsamalı, Spor organizasyonlarında psikososyal risk değerlendirme iklimi tesis edilmelidir. Bu kapsamda Spor organizasyonlarının sağlık ve güvenlik sistemi içinde görev alan işyeri hekimleri, psikologlar, işyeri hemşireleri, acil tıp teknisyenleri psikososyal risklerin değerlendirilmesine dair eğitimlerini tamamlayarak bire bir görüşmeler, odak grup görüşmeleri (grup değerlendirmeleri), anket uygulamaları ve mülakatlar yapabilmelidir.

Spor organizasyonları, psikososyal risk değerlendirmesi sonucunda belirgin hale gelen tehlike kaynaklarını kontrol altına almak için gerekli önlemleri almalıdır. Bu nlemler arasında iş yükünün azaltılması, iş-yaşam dengesinin sağlanması, çatışmaların çözümü, endişe ve depresyon gibi psikolojik sorunların önlenmesi gibi önlemler yer alır.

14. Eğitim ve Danışmanlık

Çalışanların psikososyal sağlık ve güvenliğinin temini için eğitim ve danışmanlık hizmetlerine ihtiyaç bulunmaktadır. Bu hizmetlerin sunulabilmesinde iki kaynak belirgin hale gelmektedir. İlki spor organizasyonlarının istihdam ettiği işyeri hekimlerinin "i danışman" rolünü üstlenerek, Spor organizasyonları yöneticilerinin çalışanların psikososyal sağlık ve güvenliğini sağlayabilmesi konusunda desteklenmesi şeklinde olmaktadır. Diğeri ise kamu otoriteleri tarafından sunulacak eğitim ve danışmanlık hizmetleridir. Sektörel bazda sunulacak

bu destek Spor organizasyonlarının faaliyet gösterdikleri sektörlerin dinamiklerinin de hesaba katılmasını beraberinde getirecektir.

Spor organizasyonları, çalışanlarının psikososyal sağlık ve güvenliğinin temini ve sürdürülmesi konusunda danışmanlık hizmetleri sunmalıdır. Danışmanlık hizmetleri arasında çalışanların psikososyal sağlık sorunlarını çözmek için destek programları oluşturmak, örgütsel psikologlar istihdam etmek, çalışanlardan gelebilecek önerilerin yönetime iletilmesine aracılık edebilecek anonimliği koruyan süreçler oluşturmak, rehberlik hizmetleri sunmak yer almalıdır.

15. Spor Organizasyonları Yöneticilerinin Sorumluluğu

Spor organizasyonları yöneticileri, çalışanların psikososyal sağlık ve güvenliği konusunda gerekli önlemleri almakla yükümlüdür.

Spor organizasyonları yöneticileri, çalışanların psikososyal sağlık ve güvenliğinin sağlanması konusunda yürütülen çalışmaları sürekli olarak değerlendirmeli, gerekli değişiklikleri yapmalıdır. Bu değerlendirmeler arasında çalışanların psikososyal sağlık durumlarının izlenmesi, risk değerlendirmelerinin yapılması, eğitim ve danışmanlık hizmetlerinin etkililiğinin değerlendirilmesi gibi çalışmalar yer almalıdır.

Spor organizasyonları yöneticileri, çalışanlarının psikososyal sağlık ve güvenliklerinin sağlanması için gerekli kaynakları sağlamakla, gerekli kadroları bulundurmakla ve insan kaynaklarında gerekli yapılandırmayı sağlamakla yükümlüdür. Spor organizasyonları yöneticileri psikososyal sağlık ve güvenlik konusunda uzmanların istihdam edilmesi ve uzmanlıklarının gerektirdiği faaliyetleri şeffaf ve sistematik şekilde yapmasına olanak veren bir iletişim ortamı ve kültür yaratmak konusunda taahhütte bulunmalıdır.

16. İzleme ve Denetleme

Spor organizasyonları, çalışanlarının psikososyal sağlık ve güvenliğini sürekli olarak izlemeli, denetim çalışmaları yürütmeli, elde edilecek bulgular ışığında gerekli iyileştirmeleri yapmalıdır. Bu çalışmalar; çalışanların psikososyal sağlık durumlarının izlenmesini, sistematik ve periyodik olarak gerçekleştirilen risk değerlendirmelerinin yapılmasını, eğitim ve danışmanlık hizmetlerinin etkililiğinin değerlendirilmesini kapsamalıdır.

Spor organizasyonları, iç denetim ve kontrollerde erişilen bulgulara ilişkin sistematik raporlarını belirli dönemlerde kamu otoriteleri ile paylaşmalıdır.

İç ve dış denetim ziyaretleri ile görevli otoriteler denetimleri gerçekleştirmeli, tespit edilen uygunsuzlukları raporlamalı, uygunsuzlukların düzeltilmesi için spor organizasyonlarına geliştirme önerilerini sunmalı ve belirli bir süre tanınmalı, tanınan süre sonunda izleme ziyaretlerini gerçekleştirerek güncel durumu raporlamalıdır.

17. Cezalar ve Sorumluluklar

Spor organizasyonları, çalışanların psikososyal sağlık ve güvenliği konusunda yasal zorunlulukları yerine getirmemeleri halinde karşı karşıya kalacakları cezai müeyyideler net olarak iletilmelidir. Bu müeyyide ve yaptırımlar iş kanunu, iş sağlığı ve güvenliği ve diğer ilgili ceza kanunları ile ilişkilendirilerek yapılandırılmalıdır.

Spor organizasyonlarının, çalışanların psikososyal sağlık ve güvenliğine ilişkin sorumluluklarını yerine getirmemesi nedeniyle ortaya çıkan meslek hastalıkları, psikolojik sağlık sorunları ve iş kazalarından spor organizasyonları sorumlu tutulmalıdır. Spor organizasyonlarının, çalışanların psikososyal sağlık ve güvenliği konusunda tazminat benzeri yükümlülüklerinin olması, hukuki yapılandırma çerçevesinde ilgili devlet kurumları tarafından çalışılmalıdır.

18. Raporlama Yükümlülüğü

Spor organizasyonları, çalışanların psikososyal sağlık ve güvenliği konusunda yaptıkları çalışmalarını ve sonuçlarını yıllık olarak raporlamalı, yönetim çalıştayları ile farklı kademelerde değerlendirmeler yaparak, koşulları iyileştirecek aksiyon planlarını çıkartmalı ve bu planları hayata geçirmek üzere gereken yönetim sürecini hayata geçirmelidir.

19. Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Yönetimi Süreçlerinde Rol ve Sorumluluklar

Tablo 4'te verilen kurum, kuruluş ve meslek alanlarından kişiler psikososyal risklerin yönetilmesinde farklı sorumluluk alanlarından sürece katkı sağlayacak, süreçten yararlanacak ve/veya etkilenecek paydaşlardır.

Tablo 4 Sporda Psikososyal Sağlık Ve Güvenlik yönetimi sürecinde paydaşlar

İLGİLİ BAKANLIKLAR
1. Gençlik ve Spor Bakanlığı
2. Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı- İş Sağlığı ve Güvenliği Müdürlüğü
3. İSGÜM- İş Sağlığı ve Güvenliği Araştırma ve Geliştirme Enstitüsü
4. ÇASGEM- Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı Eğitim Merkezi
5. Sağlık Bakanlığı- Çalışan Sağlığı Dairesi Başkanlığı
SPOR ORGANİZASYON YAPISI İÇİNDEKİ PAYDAŞLAR
1. TOHM
2. Kulüpler
3. Spor Federasyonları
4. Sporcular
5. Spor Uzmanları
6. Spor Destek Personeli
7. Spor Hekimleri
8. Spor Psikologları
9. Tüm Çalışanlar
10. İşyeri Hekimleri
11. İş-Örgüt-Çalışma-Endüstri Psikologları

12. Diğer Sağlık Personeli (İşyeri Hemşireleri, Acil Tıp Teknisyenleri)
13. İş Güvenliği Uzmanları
14. Diyetisyenler

İŞLETME DIŞI PAYDAŞLAR

1. Sivil Toplum Kuruluşları
 2. Üniversiteler
 3. Meslek Kuruluşları
-

20. Spor Hekimlerinin Görev ve Sorumlulukları

Spor Hekimlerinin görev ve sorumlulukları ile ilgili ulusal resmi kaynaklarda bir tanımlamaya rastlanmamıştır. <https://www.onetonline.org/link/summary/29-1229.06> iş tanımlarından yararlanarak aşağıdaki iş tanımı ve gerekliliklerini bu rehberde değerlendirmeye açmak yararlı olacaktır. Spor Hekimlerinin sporcuların ve spor uzmanlarının psikolojik sağlığına yönelik sorumluluk üstlenmesi, Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Yönetim sistemi içinde aktif görevler üstlenmesi kritiktir.

Sportif etkinlikler, atletik antrenmanlar ve fiziksel aktiviteler sırasında meydana gelen yaralanmaları teşhis etmek, tedavi etmek ve önlemeye yardımcı olmak spor hekimlerinin sorumluluklarını oluşturmaktadır. Ana sorumluluklar aşağıda verilmektedir.

- a) Tanı ve Tedavi: Kas-iskelet sistemi bozukluklarını teşhis ve tedavi etmek. Laboratuvar testleri ve tanı görüntüleme sonuçlarını yorumlamak. Yaralanmış sporcuların oyunlara veya yarışmalara dönmesini, yaralanmanın tekrarlama riski varsa, engellemek.
- b) Muayene ve Değerlendirme: Sporcuların tıbbi geçmişini kaydetmek ve fizik muayene yapmak. Sporcuların fiziksel uygunluk ve yaralanmaya yatkınlık durumunu değerlendirmek. Yaralanmış sporcuları incelemek, değerlendirmek ve tedavi etmek.
- c) Koordinasyon ve İş Birliği: Sporda sağlık hizmetlerini uzman hekimler, eğitmenler, fizyoterapistler veya antrenörlerle koordine etmek. Sporcuları uzman görüşüne, fizyoterapiye veya tanı testlerine yönlendirmek.
- d) Eğitim ve Danışmanlık: Sporculara hastalık ve yaralanma önleme konusunda eğitim ve danışmanlık sağlamak. Antrenörlere ve terapistlere egzersizler ve diğer tedavi teknikleri konusunda tavsiyelerde bulunmak. Sporculara beslenme, hidrasyon, diyet takviyeleri ve ilaç kullanımı hakkında bilgi vermek.
- e) Psikolojik Sağlık: Sporcuların zihinsel sağlık durumlarını gözlemlemek ve değerlendirmek. Yarışma ve antrenmanlarda stresten kaynaklanan veya egzersiz kaynaklı sağlık sorunlarını yönetmek.

- f) Tedavi ve Rehabilitasyon: Yaralanmış sporcuların rehabilitasyon sürecini denetlemek. Ağrı yönetimi ve kronik rahatsızlıkları değerlendirmek ve yönetmek. Ortez, protez ve adaptif ekipmanlarla ilgili değerlendirmeleri yapmak.
- g) Acil Durum ve Güvenlik: Yarışma ve antrenman sırasında oluşabilecek acil durumlar için prosedürler geliştirmek ve test etmek. Spor alanlarında kullanılmak üzere tıbbi ekipman ve ilaç hazırlamak.
- h) Araştırma ve Geliştirme: Spor ve egzersizle ilgili yaralanmaların veya tıbbi durumların önlenmesi veya tedavisi konusunda araştırmalar yürütmek. Antrenörler ve terapistlere koruyucu ekipman seçimi ve uyum konusunda yardımcı olmak.
- i) İlaç ve Tedavi Yöntemleri: Sporla ilgili yaralanmaların tedavisinde ilaç reçete etmek. Sporculara bitkisel ilaçlar gibi maddelerin doping test sonuçlarını nasıl etkileyebileceği konusunda bilgi vermek.

21. Spor Psikologlarının Görev ve Sorumlulukları

Spor Psikolojisi, sporla ilgili faaliyetlerdeki psikolojik temeller, süreçler ve sonuçlarla ilgilenen bir alandır. Spor psikologları, sporcular, antrenörler, hakemler, öğretmenler, fizyoterapistler, ebeveynler, seyirciler gibi çeşitli spor ve egzersiz ortamlarında yer alan tüm kişilerle çalışır. Spor Psikoloğu terimi, akademik eğitimlerinden bağımsız olarak, alanda çalışan tüm nitelikli kişileri kapsayan geniş bir anlamda kullanılmaktadır.

Spor Psikologlarının görev ve sorumlulukları ile ilgili ulusal resmi kaynaklarda bir tanımlamaya rastlanmamıştır. European Federation of Sport Psychology (FEPSAC) tarafından hazırlanan rehberlerden hareketle bir tanımlamayı bu rehberde değerlendirmeye açmak yararlı olacaktır. Spor Psikologları, Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Yönetim sistemi içinde en kritik role sahip kişilerdir ve özellikle psikososyal risklerin değerlendirilmesi ve yönetilmesinde doğrudan sorumluluk üstlenmelidirler. Spor psikologlarının, birbiriyle ilişkili üç ana görevi yerine getirdiğini söyleyebiliriz:

- (a) Araştırma: Spor ortamında faaliyetlerin psikolojik düzenlenmesini anlamak için araştırmalar yapar. Teorik veya ampirik, temel ve uygulamalı, laboratuvar ve saha çalışmaları gerçekleştirir. Bu araştırmalar, alanın bilgi birikimine katkıda bulunur ve spor psikolojisi özel bir bilgi alanı oluşturur.
- (b) Eğitim: Spor psikolojisi, sporla ilgili hemen her kişinin eğitiminde önemli bir konudur. Farklı gruplara bilgi ve yetkinlik kazandırır: Akademik düzeyde: Psikoloji, spor bilimleri ve beden eğitimi öğrencilerine. Profesyonel düzeyde: Spor alanına yönelen psikologlar, antrenörler, eğitim süpervizörleri, yetkililer ve yöneticilere. Spor katılımcıları: Üst düzey

sporcular, sağlıkla ilgili egzersiz katılımcıları, macera sporu katılımcıları veya rehabilitasyon hastalarına.

- (c) Uygulama: Spor psikolojisi bilgisi ve yetkinliği, iki ana işlevde uygulanabilir. Tanı ve Değerlendirme: Yetenek tespiti, bilişsel veya sensori-motor becerilerin testi, katılımcıların ihtiyaçlarının değerlendirilmesi gibi. Müdahale: Alanın diğer yetkilileriyle iş birliği içinde rehberlik, danışmanlık ve özel problem durumlarında danışmanlık hizmetleri sağlamak.

22. İş-Örgüt-Çalışma-Endüstri Psikologları Görev ve Sorumlulukları

Bu rehberle, iş-örgüt-çalışma-endüstri psikolojisi alanındaki uzmanların da spor organizasyonlarında psikolojik sağlık sistemi içinde görevlendirilmesi önerilmektedir. Kısa unvan olarak "İş psikoloğu" kullanılacaktır.

Bu uzmanlar aşağıdaki özelliklere sahip olmalıdır:

- Ön koşul: İş yeri psikologları üniversitelerin lisans-yüksek lisans-doktora derecelerinden en az bir tanesini ulusal ya da denkliği olan uluslararası üniversitelerin psikoloji bölümlerinden almış olmalıdır.
- Tercihen: İş yeri psikologları, iş-örgüt-çalışma-endüstri psikolojisi alanında lisansüstü dereceye sahip olmalıdır.
- Ek koşul: İş yeri psikologları psikososyal risk değerlendirme alanında ulusal ve uluslararası güvenilir eğitim ve sertifika programlarını tamamlamış olmalıdır.

İş yeri psikologları işyeri hekimi ve diğer sağlık personeli ile çalışır. İş yeri psikologlarının görevleri aşağıda belirtilmiştir:

a) İşletme bünyesinde bütüncül bir sağlık sisteminin yapılandırılması için ilgili birimler ve yöneticiler ile durum analizleri yaparak, kuruma özgü bir modelin bileşenlerini tespit etmek,

b) İşletmeye özgü bir psikososyal risk değerlendirme ve yönetim modelini yapılandırmak için ulusal ve uluslararası var olan model ve çözümleri araştırarak alternatifleri işyeri hekimi ve iş güvenliği uzmanları ile yönetim değerlendirmesine sunmak,

c) İşletmeye özgü risk değerlendirme araçlarının/çözümlerinin/teknolojilerinin seçimi, operasyonel hazırlıkları, prosedürleri, bu alanda çalışacak kişilerle koordinasyon, uygulama ve takip süreçlerinde uzman olarak görev almak, kurumun tanımladığı yetki ve sorumluluk dağılımlarına göre faaliyetlerini sürdürmek,

d) Çalışanlarla kurumun belirlemiş olduğu prosedürler, çözümler ve uygulama prensiplerine göre psikososyal risk değerlendirme yapmak, kayıt sisteminde değerlendirmelerin bireysel olarak saklanmasını sağlamak, Psikososyal sağlık ve güvenlik hizmetlerinin planlanması, değerlendirilmesi, izlenmesi ve yönlendirilmesinde işyeri hekimi ile çalışmak, veri toplamak ve gerekli kayıtları tutmak.

e) Psikososyal risk değerlendirmelerine dair dönemsel raporlar hazırlamak ve iyileştirme önerileri ile yönetimle (gizlilik prensiplerine uygun şekilde) paylaşmak,

f) Psikososyal şartların iyileştirilmesine dair ilgili birimleri bilgilendirmek, çalışan ve yönetici eğitimleri vermek

g) Spor organizasyonlarında psikolojik sağlık ve güvenlik ikliminin ve kültürünün oluşturulması için ulusal ve uluslararası sistem standartlarını takip etmek ve işletme içinde bu yapıda bir kurgu sağlamak için yönetimi teşvik etmek.

h) Çalışanların psikolojik destek ihtiyaçlarını tespit etmek, psikolojik ilk yardım desteği vermek, gerekli durumlarda, işyeri hekimi ile değerlendirme yaparak klinik psikologlar ve psikiyatristlere yönlendirmek.

ı) Genel olarak tüm sağlık sorunlarına bağlı, özellikle psikolojik sağlık sorunları, çeşitli bireysel travmalar (yakın kaybı gibi) ya da kolektif travmalar (deprem gibi) ardından işe dönüş süreçlerinde çalışanlarla görüşmeler yapmak, destek ihtiyaçlarını tespit ederek, yöneticilere bilgilendirme yapmak, uyum için gereken şartların işletme içinde kurgulanmasını sağlamak.

j) Çalıştığı spor organizasyonlarının ulusal ve/veya global standartları ve yönetim çözümleri çerçevesinde psikososyal risk yönetimine dair kuruma özgü bir modelde kendisini ve bütüncül sağlık sisteminin içinde yer alan tüm paydaşları geliştirmek için eğitimler, toplantılar vb. faaliyetler yürütmek.

23. Psikososyal Risk Değerlendirme Kapsamında Değerlendirilebilecek Tehlike Kaynakları

Sporda Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Projesi bu alanda Türkiye’de ihtiyaç duyulan araçları geliştirmek amacıyla yola çıkmıştır. Önemli olan yönetimin taahhüdüne sahip, sistematik değerlendirme yapılacak ve iyileştirme alanlarının anlaşılmasına imkân verecek bir risk değerlendirme aracının spor organizasyonunun risk değerlendirme sistematigi içine yerleştirilmesi, bunun operasyonel süreçlerinin kurumsallaşma ve yönetim sistemi anlayışına göre kurum içi kural ve prosedürlerinin belirlenmesidir.

Bu kapsamda iki ana bileşenin risk değerlendirmesi için ele alınması önerilir:

- a) Risk değerlendirmelerinde ilk adım tehlikelerin analiz edilmesidir ve bu adım modelin ilk bileşenidir.
- b) Çalışma ortamındaki tehlikelerin çalışan psikolojik sağlığı üzerindeki etkilerinin analiz edilmesi modelin ikinci bileşenidir.

Bu kapsamda ele alınabilecek tehlike ve risk unsurları aşağıda ana hatlarıyla tanımlanmaktadır. Ancak, tehlikeler de riskler de kuruma ve içinde bulunduğu sektöre özgüdür, çeşitlilik gösterir. Aşağıdaki unsurlar temel alanları yansıtmakta oldukları ve farklı spor branşları ve organizasyon yapıları için de geçerli oldukları görüldüğü için bu rehberde yer bulmuştur. Psikososyal sağlık ve güvenlik unsurları aşağıdakilerle kısıtlı değildir.

(a) Çalışma, özel yaşam ve spor yaşamı dengesizliği boyutu daha çok sporcuların antrenman ve özel yaşamları arasında dengeyi koruyup, koruyamadıklarına dair konuları kapsamaktadır.

(b) Güvencesizlik boyutu, özellikle spor yaşamında bağlı olduğu kurumlarla bağ, spor yaşamından kopma, antrenman süreçlerine dair karar alma gibi konularda kendini ne derece güvende hissettiğini kapsayan soruları içermektedir.

(c) Çalışma ve sporun talepkâr olması boyutu antrenmanlarının fazla fiziksel yorgunluğa sebebiyeti, yaptığı spor nedeniyle duyguları saklama gerekliliği gibi genel olarak spor yaşamının sporcudan talep edebileceği konuları kapsamaktadır.

(d) Karşılıklı güven eksikliği boyutu ise sporcuların, antrenörlerine, kurum yöneticilerine güvenine ve antrenörler ile yöneticilerin sporcuların kendisine ne derece güvendiğine dair algılarını sorgulayan bir boyuttur.

(e) Çalışmalara etki ve otonomi eksikliği boyutu ile sporcunun antrenmanları ve spor kariyeri hakkında ne derece söz sahibi olduğu ve kararlara katılımını anlamaya yardımcı olan bir boyuttur.

(f) Çalışmalarda ve sporda anlam duygusunun eksikliği boyutunda ise sporcunun yaptığı sporu ve branşını önemli hissedip, hissetmediği konusu yer almaktadır.

(g) Öngörülemeyen koşulların olması boyutu ile spor ortamında yaşanabilecek ani değişimler ve kendisini etkileyebilecek bu değişimlerden sporcunun nasıl haberi olduğu anlaşılmaya çalışılmaktadır.

(h) Takdir eksikliği ve fark edilmeme boyutu ile sporcuların yaptıkları antrenmanlar, kazanımları ve başarıları karşısında takdir görüp görmedikleri ve yaptıklarının farkına varılıp, varılmadığına dair algısı öğrenilmeye çalışılmıştır.

(i) Gelişim olanaklarının kısıtlı olması boyutu ise sporcunun kendisine sunulan imkânlarla, özellikle antrenmanlarda yeni beceriler edinme ve kendini geliştirme imkânlarını sorgulayan bir boyuttur.

(j) Sosyal destek ve topluluk duygusunun olmaması boyutu ise özellikle sporcuların spor hayatları süresince antrenörlerinden, arkadaşlarından ve sosyal çevrelerinden destek görüp, görmediğini ve özellikle sporda istenen bir durum olan topluluk olma duygusunu anlamaya yönelik bir boyuttur.

(k) Antrenman ortamlarından duyulan memnuniyet ile bu ortamların hijyenik koşullarına ilişkin algı anlaşılmalıdır.

(l) Sporcuların hem fiziksel sağlığı hem de başarılı olmaları adına kullandıkları ekipmanların kaliteli ve işlevsel olması büyük önem taşımaktadır. Ortam/Ekipman koşulları altında sporcuya sağlanan ekipmanlardan ve güvenliklerine yönelik alınan önlemlerden ne düzeyde memnun olduklarının anlaşılması gerekir.

(m) Antrenman, konaklama ve beslenme gibi tüm ihtiyaçlara yönelik memnuniyet analiz edilmelidir.

(n) Spor alanında zorbalık, bir veya birden fazla bireyin kasıtlı olarak diğer bir sporcuya veya sporculara fiziksel, duygusal veya psikolojik zarar verme amacıyla tekrarlanan saldırgan davranışlar sergilemesi olarak tanımlanabilir. Bu tür davranışlar, sporcuların özgüvenini, motivasyonunu ve performansını olumsuz yönde etkileyebilir. Zorbalığın tespiti ve önlenmesi amacıyla, sporcuların maruz kaldıkları zorbalık türleri, sıklığı ve etkileri analiz edilmelidir.

(o) Adalet ve saygı eksikliği boyutu ise özellikle bağlı bulunan kurumlarda kendilerine adil davranılma, iş arkadaşları ve benzer seviyedeki pozisyonlar ile aynı iş yüküne sahiplik gibi konuları kapsamaktadır.

(p) Rolün açık olmaması ve rollerin çatışması boyutları ile antrenör ve spor uzmanlarının yaptıkları işlerin açık bir şekilde tanımlanıp, tanımlanmadığı anlaşılmaya çalışılmaktadır.

24. Psikososyal Risklerin İzlenmesi, Denetimi ve Yönetimi

Diğer risk türlerinin etkin yönetiminden söz edebilmek için psikososyal risklerin de yönetilmesi gerekir. Bunun için de kurumların psikososyal riskleri yönetmek konusunda kapsamlı ve proaktif bir yaklaşım benimsemelerine ihtiyaç vardır. Bu yaklaşım şu temel başlıkları mutlaka kapsamalıdır:

- a) **Psikososyal risklerin belirlenmesi ve değerlendirilmesi:** Psikososyal riskleri yönetebilmek için bu risklerin oluşumuna neden olabilecek tehlikelerin belirlenmiş olması gerekmektedir. Kurumlar; faaliyette buldukları sektör, işletilen süreçler, kültür ve iklim, insan kaynakları, mali kaynaklar ve benzeri açısından birbirinden farklılaşırlar. İdeal olan her bir kurumun kendine özgü psikososyal tehlike ve risk analizlerini yapabiliyor olmasıdır. Fakat; kurumların çoğu psikososyal risklere ilişkin yeni yeni farkındalık kazanmaktadır. Bu durumdaki kurumlar ilk etapta, bilimsel çalışmalar

sonucunda ortaya çıkmış olan, kurumun psikososyal risk profilini tanımlayabilen, makro düzey değerlendirme araçlarından faydalanarak psikososyal risklere ilişkin farkındalıklarını geliştirebilirler. Bu yöndeki çaba, üreteceği ön değerlendirme sonuçlarıyla, öncelikle kuruma özgü bir psikososyal risk değerlendirme sisteminin kurulmasına, ilerleyen dönemlerde de psikososyal risklerin kurumun risk yönetimi sisteminin bir unsuru haline gelmesine de öncülük edecektir. Eşzamanlı olarak gerçekleştirilecek anketler, odak grup görüşmeleri ve uzman değerlendirmeleri ile çalışanların karşı karşıya kalabilecekleri tehlike ve risklerin uzmanlıklar, birimler, lokasyonlar bazında belirlenmesi mümkün olacaktır.

- b) **Psikososyal risklerin önlenmesi:** Değerlendirme sonrası, tanımlanan risklerle ilişkilendirilen kontrol noktaları oluşturulmalı ve önleyici yaklaşımlar uygulanmalıdır. Güçlü bir psikososyal sağlık ve güvenlik ikliminin temin edilmesine yönelik adımların atılması, çalışma düzeninin ve işin organizasyonuna ilişkin düzenlemelerin yapılması, stres yönetimi programlarının devreye alınması gibi adımlar atılabilir.
- c) **Destek ve ihtiyaç duyulan diğer kaynakların sağlanması:** Kurumlar, psikososyal riskleri yönetmek için gerekli destek ve kaynakları her düzeyden çalışanlarına sağlamalıdır. İş talepleri ve kaynakları teorisi ve İş'te Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Modeli aktarılırken anlatıldığı gibi; işin taleplerinin çalışan tarafından karşılanabilmesi için farklı kaynaklara erişimi gerekir. İş talepleri çalışanın sahip olduğu kaynaklar ile karşılanamayacak düzeylerde olduğu zaman talepler ile kaynaklar arasında olması istenen denge kurulamamış demektir. Bu durumda iş taleplerinin de çalışanın kaynaklarının da gözden geçirilmesi gerekmektedir. Çünkü talepler kişinin kaynaklarıyla karşılayamayacağı büyüklükte olduğu zaman kişi zorlanmakta, stres deneyimlemekte ve bu durum kronikleştiğinde psikososyal riskler gerçekleşmektedir. Dolayısıyla hem çalışanların karşı karşıya kaldıkları nicel, nitel, bilişsel, duygusal, fiziksel iş yükleri hem de bu yükleri taşımakta ihtiyaç duydukları sosyal destek, eğitim ve gelişim olanakları, günümüz teknolojisiyle uyumlu, bakımları düzenli olarak yapılan iş araç ve gereçleri, pozitif çalışma iklimi gibi kaynakların ne düzeyde olduğunun, çalışanın talep ve kaynaklar arasındaki etkileşimden nasıl etkilendiklerinin sistematik olarak değerlendirilmesi gerekmektedir. Taleplerin çalışana fazla geldiği durumlarda talepler gözden geçirilmeli ve mutlaka çalışanın kaynakları desteklenmelidir.
- d) **Psikososyal risklerin izlenmesi, izleme sonuçlarının değerlendirilmesi ve takibi:** Psikososyal risklerin yönetimine ilişkin yaklaşımlar risklerin izlenmesini, izleme sürecinin ürettiği sonuçların değerlendirilmesini, iyileştirme önerilerinin sunulmasını ve

bunlara ilişkin takiplerin yapılmasını da barındırmalıdır. Ana hatlarıyla tarif edilen bu süreç, psikososyal risk yönetim stratejilerinin etkili olduğunu ve gerektiğinde sürekli olarak geliştirildiğini garanti etmek için de işlevsel olacaktır.

- e) **Çalışan katılımı ve katkısının sağlanması:** Çalışan katılımı, psikososyal risk yönetim programının başarısı için kilit önemdedir. Kurumlar, programın geliştirilmesinde ve uygulanmasında çalışanların katılımını sağlamalı ve programın etkililiği hakkında geri bildirimde bulunulmasını teşvik etmelidir. Çalışanlar, oluşum süreçlerine katkı sundukları sistemleri sahiplenmekte, onun gelişimine katkı sunmak konusunda daha istekli davranmaktadır.

25. Psikososyal Risk Değerlendirme Yapacak Uzmanların Eğitilmesi ve Sertifikasyonu

Spor organizasyonlarında psikososyal riskleri değerlendirmek, çalışanların psikolojik sağlık ve güvenliğini olumsuz etkileyen faktörleri kapsamlı bir şekilde anlamayı gerektirir. Aşağıda yer verilen değerlendirici özellikleri, psikososyal risk değerlendirmesi yapacak kişilerin sahip olmaları gereken özellikler arasındadır:

- a) Spor organizasyonlarında yürütülen süreçlere ilişkin bilgi: Spor organizasyonlarının kendine özgü çalışma ortamını, görevleri ve tehlikelerini anlamak, psikososyal riskleri belirlemek için önemlidir. Spor ekipmanları, iş programları ve sporcuların psikososyal sağlığına etki edebilecek işle ilgili stres faktörleri gibi konularda bilgi sahibi olmak kapsamlı bir değerlendirme yapmak için gereklidir.
- b) Psikososyal tehlike ve risklere ilişkin bilgi: İyi bir değerlendirici, çalışanların esenliğini etkileyebilecek psikolojik ve sosyal unsurlar hakkında bilgi sahibi olmalıdır. Bunlar arasında yoğun iş yükü, düşük iş kontrolü, iş güvencesi eksikliği, destek eksikliği, şiddet veya taciz gibi konular yer alabilir. Psikolojik sağlık bozuklukları ve semptomları hakkında bilgi sahibi olmak da önemlidir.
- c) Güçlü analitik beceriler: Karmaşık verileri analiz etme ve tekrarlayan kalıpları tanımlama yeteneği, psikososyal risklerin kapsamlı bir şekilde değerlendirilmesi için gereklidir. Değerlendirici, çalışanların esenliği, çalışma ortamı ve psikososyal riskleri etkileyen organizasyonel özellikler ve unsurlar hakkında veri toplayıp analiz edebilmelidir.
- d) Güçlü iletişim becerileri: İşçiler, yönetim ve diğer paydaşlarla iletişim kurmak, spor organizasyonlarında psikososyal riskleri anlamak ve ele almak için önemlidir.

Değerlendirici, farklı kültürel arka planlardan, farklı dillerden ve eğitim düzeylerinden çalışanlarla etkili iletişim kurabilmelidir.

- e) Spor organizasyonlarının faaliyet gösterdiği alanla ilgili yasalar ve düzenlemeler hakkında bilgi: Çalışanların psikososyal sağlık ve güvenliği ile ilişkilendirilebilecek yasalar, yönetmelik ve benzeri düzenlemeler hakkında bilgi sahibi olmak, kapsamlı bir değerlendirme yapmak için gereklidir. Değerlendirici, psikososyal sağlık ile iş sağlığı ve güvenliği ile ilgili yasal gereklilikler hakkında bilgi sahibi olmalıdır.

İş'te Psikososyal Sağlık ve Güvenlik Projesi kapsamında geliştirilen "Öğrenme ve Gelişim Platformu" ile psikososyal riskleri değerlendirecek işyeri hekimlerinin yukarıda sunulan özelliklere ilişkin kapasitelerini geliştirmek amacıyla senkron ve asenkron eğitim ve gelişim programları sunulmaktadır. 400 İş yeri hekimimiz ve psikososyal risklerin yönetilebilmesi için desteklerine ihtiyaç duyacakları 400'ün üzerindeki iş güvenliği uzmanı, işyeri hemşiresi, acil tıp teknisyeni, psikolog ve insan kaynakları profesyoneli söz konusu platform üzerindeki eğitimlerini tamamlamıştır.

26. Psikososyal Risk Değerlendirme Yöntemleri ve Araçlarında Aranacak Özellikler ve Koşullar

Psikososyal riskleri değerlendirmek üzere kurgulanan bir aracın aşağıda sunulan özellikleri taşıması beklenmelidir:

- a) Geçerlilik: Değerlendirme aracı, değerlendirmeyi amaçladığı psikososyal riskleri doğru bir şekilde ölçmelidir. Sağlam bir teoriye ve araştırma bulgularına dayanmalı ve farklı örneklem grupları üzerinde test edilmiş ve doğrulanmış olmalıdır.
- b) Güvenilirlik: Değerlendirme aracı, her kullanımda tutarlı ve güvenilir sonuçlar üretmelidir. Kullanım ve puanlama için net yönergeleri olmalı ve kullanıcı dostu ve anlaşılır olmalıdır.
- c) Hassasiyet: Değerlendirme aracı, psikososyal risk unsurlarındaki anlamlı değişiklikleri tespit edebilecek düzeyde hassas olmalıdır. Olası risk unsurlarını belirleyebilmeli ve zaman içindeki değişiklikleri tespit edebilmelidir.
- d) Özgünlük: Değerlendirme aracı, farklı psikososyal risk unsurlarını birbirinden ayırabilecek kadar özgün olmalıdır. Örneğin; iş kaynaklı stres ile kişisel stres gibi farklı yerlerden kaynak alan psikososyal unsurlar arasında ayırım yapabilmeli ve her birinin benzersiz yönlerini belirleyebilmelidir.

- e) Uygunluk: Değerlendirme aracı, kullanıldığı bağlama uygun olmalıdır. Kültürel olarak uygun olmalı ve değerlendirilen grubun özel ihtiyaçlarını ve özelliklerini dikkate almalıdır.
- f) Etik İlkeler: Değerlendirme aracı, etik ilkeler ve standartlara uymalı ve değerlendirilen kişilere zarar vermemelidir. Anonimliği korumalı ve değerlendirilen bireylerin haklarına ve saygınlıklarına saygı göstermelidir.

Sporda Psikososyal Güvenlik Projesi kapsamında geliştirilen ölçüm aracı yukarıda sunulan özellikleri taşımaktadır. Spor sektörüne özel geliştirilen bir ölçeği barındıran, güvenilir, hassas ve etik ilkeleri göz önünde tutan yapısı ile psikososyal risklerin ölçümünde, değerlendirilmesinde ve raporlamasında güvenilir bir araç olarak sertifikasyon süreçlerine entegre edilebilir.