

Sporda Kaygı Kavramı Üzerine Yapılan Çalışmaların VOSviewer ile Bibliyometrik Analizi

Bibliometric Analysis of Studies on the Concept of Anxiety in Sport with VOSviewer

*Mehmet Kara¹, Nuriye Şeyma Kara²

¹ Mersin Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, mehmetkara@mersin.edu.tr, 0000-0001-9454-5164

² Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, nseymasar@gmail.com, 0000-0003-0460-2263

ÖZET

Bu çalışmada, sporda kaygı kavramının zaman içerisindeki gelişimine ve kavramla ilişkili yapılan çalışmaların haritasına dikkat çekmek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Sporda kaygı kavramına ait çalışma eğilimlerinin neler olduğu ve alanda yer alan boşlukların tespiti için Web of Science (WOS) veri tabanında 1980-2023 yıllarını kapsayan açık erişim olarak taranan yayınlanmış eserlerin bibliyometrik verisi ölçüt alınmıştır. Araştırma kapsamında ölçüte dayalı örnekleme tekniği dikkate alınmıştır. İlk arama sonucunda oluşan 4934 eserin yayın türlerinin ağırlıklı olarak dergi makalesi türünde olduğu ve yalnızca "Spor Bilimleri Disiplini" ve yayın dili İngilizce olarak seçildiğinde eser sayısının önce 1439'a, ardından 1388'e düştüğü bulgulanmıştır. Yine WOS Index türünde yalnızca SSCI, SSCI-Expanded, A&HCI ve ESCI kategorilerinin seçildiğinde eser sayısının 1365 olduğu, 1980-2024 yılları arasında açık erişim olan eserler listesi son 10 yıl olarak daraltıldığında ise 837 esere ulaşılmaktadır. En fazla eser yayınlanan yıllar ölçüt alındığında sırasıyla 2023, 2022 ve 2021 yıllarında yoğunlaşma olduğu; en fazla esere sahip yazarların ise Goutteborge Vincent, Hanton Sheldon, Kavussanu Maria olduğu saptanmıştır. Sonuç olarak ölçüt alınan yazar, kaynak ve atıfların araştırmacılara kolaylık sağlaması hedeflenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Kaygı, Spor, Bibliyometri, Ağ Analizi, Motivasyon, Stres, Depresyon, Zihinsel Sağlık.

ABSTRACT

This study was conducted to draw attention to the development of the concept of anxiety in sport over time and the map of studies related to the concept. The bibliometric data of the published works scanned as open access in the Web of Science (WOS) database covering the years 1980-2023 were taken as a criterion for determining the study trends of the concept of anxiety in sport and the gaps in the field. Within the scope of the research, criterion-based sampling technique was taken into consideration. As a result of the first search, it was found that the publication types of 4934 works were predominantly journal articles, and when only the "Sports Sciences Discipline" and the language of publication were selected as English, the number of works decreased first to 1439 and then to 1388. Again, when only SSCI, SSCI-Expanded, A&HCI and ESCI categories are selected in the WOS Index type, the number of works is 1365, and when the list of open access works between 1980-2024 is narrowed to the last 10 years, 837 works are reached. When the years with the highest number of published works are taken into consideration, it is determined that there is a concentration in 2023, 2022 and 2021, respectively; and the authors with the highest number of works are Goutteborge Vincent, Hanton Sheldon, Kavussanu Maria. As a result, it is aimed that the authors, sources and citations taken as criteria will provide convenience for researchers.

Keywords: Anxiety, Sport, Bibliometrics, Network Analysis, Motivation, Stress, Depression, Mental Health.

Citation: Kara, M., & Kara, N.Ş. (2024). Sporda Kaygı Kavramı Üzerine Yapılan Çalışmaların VOSviewer ile Bibliyometrik Analizi, Herkes için Spor ve Rekreasyon Dergisi, 6 (2), 180-192.

Gönderme Tarihi/Received Date:
10.05.2024

Kabul Tarihi/Accepted Date:
30.06.2024

Yayınlanma Tarihi/Published Online:
30.06.2024

<https://doi.org/10.56639/jsar.1481953>

*Corresponding author:
mehmetkara@mersin.edu.tr

GİRİŞ

Bir metni veya yapıyı detaylı bir biçimde inceleme yolu olarak ifade edilebilen analiz yönteminin, bilimsel çalışmaların temelini oluşturduğu ifade edilebilir. Ancak planlanan ve yürütülen çalışmaların analiz edilmesi için öncelikle bilgi birikimi oluşturulmalıdır. Gerçekleştirilen sistematik literatür taramalarının analiz yöntemlerinden farklı olarak ise bibliyometrik analiz, bir alanın güncel durumuna dair biçimsel ve nicel veri elde etmede yararlanılan ve görselleştirme yazılımları yardımıyla akademik trendleri izlemeyi kolaylaştıran bir analitik metottur (Dirik vd., 2023). Bir alana ait çıktılarının etkili olabilme derecelerinin değerlendirilmesinde kullanılan nicel bir yöntem olan bibliyometri, genel eğilimler ve dinamikler konusunda araştırmacılara fikirler sunar. Teknoloji kullanımının araştırmacılara sağladığı avantajlardan biri olarak ifade edilebilen bibliyometrik yaklaşımda hedef, araştırma performansları hakkında nicel veriler ve sayısal ölçüm göstergelerini diğer araştırmacılara sunmaktır. Bibliyometri, belirli bir dönemdeki çalışmaların sayısal değerlerini ortaya koymanın yanı sıra, gelecek çalışmalara etki edebilmesi sebebiyle yönlendirici bir unsurdur (Sezen & Soydal, 2019). Araştırma performanslarının ve çıktılarının ölçü birimi metrik olarak ifade edilir. Bu metrikler üzerinden yapılacak yorumlar, araştırmacıların alana dair deneyimlerinden ve bilgi birikimlerinden ilham almayı sağlar. Kalitatif ve kantitatif analiz yöntemlerinden biri olan bibliyometri (Krauskopf, 2018) yardımıyla, araştırılan kavramlara ait bilgilerin hangi ülke, yazar, üniversite veya dergi üretkenliklerinin zayıf ve güçlü araştırma alanlarının tespit edilmesi, literatürde yer alabilecek boşlukların neler olduğu, kavrama ait iş birliği ağları ve potansiyel fırsatların yanı sıra bir alanda üretilen çıktıların yaygın etkileri üzerine nicel bulgular elde edilir (Dirik vd., 2023). Ayrıca bibliyometri ile araştırmacılar, yazarlık modelleri, bağlantı kalıpları, bilimsel bilgilerin gelişim yönleri gibi konularda karar süreçlerini oluştururlar. Öte yandan

bibliyometri aracılığıyla saptanan nicel veriler sayesinde araştırmacılar, güçlü bağlantılar oluşturarak bilimsel bilginin gelişimine katkı sunarlar. Sistematik bir literatür incelemesinin başlangıç basamağı olarak da kullanılacak bibliyometrinin, sahip olduğu kısıtlamalara rağmen, bir araştırmacının ön adımı olarak gerçekleştirilebilmesi, ona atfedilen önemin anlaşılmasını sağlayan faktörlerden biri olarak ifade edilebilir.

Bu bağlamda gerçekleştirilen araştırma çalışmasında sporda kaygı kavramı ele alınmıştır. Sporda kaygı, özellikle sporcular arasında olmak üzere çeşitli bağlamlarda kapsamlı olarak çalışılmış çok yönlü bir yapıya sahiptir. Araştırmalar, kaygının sporcular arasında yaygın olduğunu ortaya koyarken; cinsiyet, spor türü ve diğer faktörlere bağlı olarak kaygı düzeylerinde farklılıklar olduğunu belirtmiş (McGuine vd., 2021; Correia & Rosado, 2019; Marín-González vd., 2022) ve genellikle kadınların erkeklere kıyasla daha

yüksek düzeyde kaygı belirtileri sergilediğini bulgulamıştır (McGuine vd., 2021). Ayrıca, bireysel sporlara katılan sporcuların takım sporcularından daha fazla düzeyde kaygı gösterme eğiliminde oldukları da saptanmıştır (Correia & Rosado, 2019).

Öte yandan kaygı ile diğer psikolojik faktörler arasındaki ilişki de araştırma konusu edilmiştir. Bu ilişki kapsamına; duygusal zeka, motivasyonel iklim ve spor türünün sporculardaki kaygı düzeyleri örnek olarak gösterilebilir (Castro-Sánchez vd., 2018). Ayrıca, zihinsel dayanıklılık, başarısızlık korkusu ve dikkat eksikliğinin yanında hiperaktivite bozukluğu gibi faktörler, elit üniversite sporcuları arasında kaygı bozukluklarının potansiyel belirleyicileri olarak ifade edilebilir (Li vd., 2021). Ortaya koyulan çalışma bulgularına göre rekabet ortamında yer alabilen kaygının, sporcular üzerindeki etkisini araştırılmış, bireysel ve takım sporcuları arasındaki kaygı düzeylerindeki farklılıklara dikkat çekilmiştir (Kemarat vd., 2022; Fernandes vd., 2013). Ek olarak sinirlilik ve endişe ile karakterize edilen ve olumsuz bir duygusal durumu tanımlayan sürekli kaygı, spor başarısı üzerindeki olumsuz etkilere sahiptir (Sanader vd., 2021). Ayrıca, sporcuların duygusal durumlarını ifade edebilen öz şefkat, ruminatif düşünce eğilimleri ve farkındalığın, kaygıya aracılık etmedeki rolü araştırılmış olup, sporcular için müdahale ve destek için potansiyel yollar araştırma konusu olmuştur (Jansen vd., 2021; Terres-Barcala vd., 2022). Sporcuların karşılaştığı ruh sağlığı sorunları çerçevesinde de ele alınabilen kaygıyı çözümler üretmek amacıyla gerçekleştirilen araştırmalar; spora katılımındaki aksaklıkların kaygı ve depresyon semptomlarının artmasına neden olabileceğini ifade etmektedir (Watson vd., 2023; McGuine vd., 2021). Konu kapsamında ilginç ve faydalı bir araştırma olarak; yeşil alanlar gibi sporun yapıldığı ortamların sporcu kaygısını azaltmadaki potansiyel faydalarını ortaya koyan çalışma gösterilebilir (Baranauskas vd., 2022).

Her sporcunun kaygı durumunu eşit olarak ifade etmek doğru bir ifade biçimi olmayabilir. Sporcuların kaygı durumu ve seviyesi sürekli kaygı ve durumluk kaygısı olarak kategorize etmek mümkündür. Spor psikolojisinin inceleme konusu olan sürekli ve durumluk kaygı, sporcuların performansını önemli ölçüde etkileyebilen iki önemli kavramdır. Sürekli kaygı, sporcuların durumları tehdit edici olarak algılama eğilimi olarak ifade edilebilir. Sporcu organizması, bu tehdit hissine yüksek kaygı düzeyleriyle tepki verme eğiliminde olduğunda, eğer bu durum süreç boyunca devam ediyorsa, istikrarlı bir kişilik özelliği olarak yorumlanır (Mullen vd., 2009). Çeşitli durumlarda yaşanabilen kaygı, genel bir eğilim olarak ifade edilmeye başlanabilir. Bu durumda eğer istikrarlı bir özellik haline gelmişse sürekli kaygının varlığından bahsetmek mümkün olacaktır (Horikawa, 2013). Sporda istenmeyen bir durum olarak ifade edilen, yüksek düzeyde sürekli kaygı, sporcularda; sürekli endişe, sinirlilik ve gerginlik durumlarına yol açarak, performans düzeyleri negatif yönde etkileyebilir (Hussain vd., 2021). Nitekim araştırmalar, sürekli kaygının, sporcuların rekabetçi durumları nasıl yorumladıklarını ve bunlara nasıl tepki verdiklerini inceleyerek, genel performanslarını etkileyebileceğini ortaya koymuştur (Hagerty & Felizzi, 2023).

Öte yandan, durumluk kaygı ise, spesifik durumlara veya olaylara tepki olarak gerçekleşebilen; endişe, gerginlik ve sinirlilik duygularıyla karakterize edilen geçici bir duygusal belirtidir (Ren vd., 2022). Kısacası durumluk kaygı duruma özgüdür. Ancak çevresel etkilere bağlı olarak çeşitlilik gösterebilir. Sporcu penceresinden durumluk kaygı, müsabakalardan önce veya yüksek stresli anlarda performans beklentilerine karşı baş gösterebilir (Mabweazara vd., 2017). Bu durumda yer alan sporcu örneklemindeki çalışmalarda, yüksek düzeydeki durumluk kaygı, o sporcuların performans düşüklüğü ve karar verme bozukluğu ile ilişkilendirilmiştir (Zhang, 2023).

Araştırmalar, sporcularda sürekli kaygı ile durumluk kaygı arasında pozitif bir ilişki olduğuna dikkat çekmektedir (Castro-Sánchez vd., 2019). Bu durum, daha yüksek düzeyde sürekli kaygıya sahip sporcuların rekabetin getirdiği duyguya bağlı olarak, yüksek durumluk kaygı yaşama ihtimalinin daha yüksek olduğuna kanıt olarak sunulabilir. Sürekli ve durumluk kaygı arasındaki etkileşim ise sporcuların kaygı dışındaki diğer duygu durumlarına olumsuz etkide bulunabilir.

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Sporda kaygı, çeşitli teorik çerçeveler aracılığıyla kapsamlı bir şekilde araştırılan çok yönlü bir olgu olarak ifade edilebilir. Ancak kavramı daha iyi analiz edebilmek adına kapsamında yer alan teori, denence ve uygulamalar incelenmelidir. Bu kapsamda sporda kaygıya ait teorilerden biri, sporcunun performansın başlangıcında kaygıyla birlikte arttığını, eğer kaygı seviyeleri aşırı hale gelirse performansın düşebileceğini öne süren Ters-U hipotezidir. Bu teori, spor psikolojisi alanında yaygın olarak kabul görmektedir. Öte yandan, Çok Boyutlu Kaygı Kuramı ve Dürtü Kuramı da kaygının spor performansını üzerindeki etkisini anlamak için uygundur (Bukhari vd., 2021). Ek olarak, sporcuların en iyi performansını gösterdikleri seviyenin sabit bir nokta değil bir alan olduğunu ileri süren ve sporcuların belirli kaygı bölgelerine sahip olduklarını belirten Bireysel Optimal Fonksiyon Aralığı (IZOF) teorisidir. Bu teori, sporcuların yarışmalardan önce kaygı düzeylerini doğru bir şekilde tahmin edebileceklerini ve en uygun kaygı bölgeleri içinde olmanın performans sonuçlarını artırabileceğini göstermektedir. Ayrıca, Rekabetçi Kaygı Teorisi gibi teoriler, spor müsabakalarının sonuç hakkında belirsizlik yaratan ve sporcular arasında kaygıya yol açan değerlendirici bir süreç içerdiğinin altını çizmektedir (Sultanov & İsmailova, 2019). Bu teori, rekabetin psikolojik yönlerinin ve belirsizliğin kaygıyı ortaya çıkarmadaki rolünün altını çizmektedir.

Dürtü Kuramı: Spor ve sporcu bağlamında Dürtü kuramı, performans ile kaygı arasında gerçekleşebilecek ilişkiye dikkat çekmektedir. Sporcunun kaygı seviyesinin üst sınırı kadar performansının da artabileceğine dayanır. Sporda dürtü kuramı, sporcunun kendisi ve başkaları için olası olumsuz sonuçları tam olarak düşünmeden iç ve dış uyaranlara hızlı ve doğaçlama tepkiler vermesini ifade eder (Rincón-Campos vd., 2019). Bu teori, dürtüsellığe yatkınlığı olan sporcuların detaylıca düşünmeden, hızlı tepki verebileceğini ve bunun da sportif ortamlarda karar vermeyi etkileyebileceğini öne sürmektedir (Collins vd., 2015).

Konu kapsamında gerçekleştirilen çalışmada, Dürtü Teorisi'nin, duygusal öz düzenlemenin profesyonel dövüşçülerin performansını nasıl etkilediğini anlamada rol oynadığı ve duygusal öz düzenlemedeki bozuklukların fiziksel çabayı ve genel spor performansını etkileyebileceğini ortaya konulmuştur (Kwamanakweenda vd., 2022).

Genel anlamda, sporda Dürtü Teorisi'nin, uyarılara verilen hızlı ve doğaçlama tepkilerden etkilenen ve performans, sakatlık yönetimi ve sporla ilgili ürünleri satın alma gibi davranışlar üzerinde etkileri olabilecek bir dizi davranış ve karar verme sürecini kapsadığı ifade edilebilir.

Ters-U Hipotezi: Sporda Dürtü Kuramının sporcu performansına yönelik açıklamalarında görülen yetersizlik, araştırmacıları Ters-U Hipotezine yöneltmiştir. Aynı zamanda Yerkes-Dodson Yasası olarak da bilinen denence, çeşitli fenomenleri aydınlatmak için kullanılmıştır. Hipoteze göre performans için optimal uyarılma seviyelerinin motor görevin çeşidine bağlı olduğu ve performansı en üst düzeye çıkaran optimal bir uyarılma seviyesinin varlığına işaret ettiği vurgulanmaktadır (Hong vd., 2022). Ayrıca kaygı seviyesi orta seviyenin üzerine çıktığında ya da seviyenin altına gerilediğinde sporcu performans azalmaktadır (Woodman T. & Hardy, L. 2001)

Konu kapsamında gerçekleştirilen çalışmada, sporda takım uyumu ile takım performansı arasındaki ilişkinin ters U şeklinde bir eğri izlediği ve optimum düzeyde uyumun en yüksek performans için çok önemli olduğu teorize edilmiştir (Park vd., 2022).

Bireysel Optimal Fonksiyon Aralığı (IZOF): Spor psikoloğu olan bilim insanı Yuri Hanin Ters-U denencesi kuramındaki performans ve kaygı ilişkisine alternatif bir görüş sunmuştur. IZOF modeli, sporcuların en uygun kaygı seviyesinin sporcudan sporcuya farklılaşabileceği ve geniş bir dağılım gösterdiğini iddia etmektedir (Lazarus & Folkman, 1984).

Bu model, her sporcunun en iyi performansı gösterdiği benzersiz bir optimal işlev bölgesine sahip olduğunu vurgulamaktadır (Yao & Li, 2022). IZOF modeli, sporcuların optimal ve işlevsiz performansla ilişkili belirli duygusal yoğunluk aralıklarına sahip olduğunu ve bu bölgelerin bireyler arasında farklılık gösterdiğine dikkat çekmektedir (Flett, 2015). Bu dikkat sporcuların performanslarını optimize etmek için sahip olduğu kaynaklarını etkin kullanma adına bir eleştiri sunar (Woodcock vd., 2012). Konu kapsamında gerçekleştirilen çalışmalar, IZOF modelini sporcularda öz yeterlilik ve kaygı gibi faktörlerle ilişkilendirerek bu psikolojik yönlerin performansı nasıl etkileyebileceğini göstermiştir (Corrado vd., 2015; Nogueira vd., 2019; Bondár vd., 2022).

Rekabetçi Kaygı Teorisi: Sporda Rekabetçi Kaygı Teorisi, rekabet içeren durumlarda, sporcuların yaşadığı kaygının psikolojik yönlerine odaklanan köklü bir kavram olarak ifade edilebilir. Bu anlamda rekabetçi kaygı, sporcuların performans sonuçlarını belirlemede önemli rol oynayan ve özgüven gibi sporcu davranışlarına etki eden bir terimdir (Fernandes vd., 2013; Pineda-Espejel vd., 2021). Kaygı seviyesinden etkilenen sporcunun özgüven duygusu ise onun spor görevlerinde başarılı olma yeteneklerine olan inancıyla ilgilidir (Pineda-Espejel vd., 2021).

Çalışmalar, rekabetçi kaygının spor performansı üzerinde hem kolaylaştırıcı hem de zayıflatıcı etkileri olabileceğine dikkat çekmektedir (Besharat & Pourbohlool, 2011). Rekabetçi kaygının yoğunluğu gerçekleştirilen spor türüne, sporcunun deneyim ve bireysel farklılıklarına göre şekil alabilir (Mellalieu vd., 2004; Hossein vd., 2016). Nitekim gerçekleştirilen bir çalışma, temaslı spor yapan sporcuların, temassız spor yapanlara kıyasla daha yüksek düzeyde bilişsel ve somatik kaygı yoğunluğu yaşayabileceğini bulmuştur (Mellalieu vd., 2004).

Rekabetçi kaygının etki derecesi yalnızca bireysel faktörlerden değil, aynı zamanda antrenörlük stilleri ve durumsal değişkenler gibi dış faktörlerden de etkilenir (Ramis vd., 2017; Habibi vd., 2017). Öte yandan, durumsal faktörler ve deneyimler, elit sporcuların kaygı seviyelerini dahi etkili bir şekilde yönetme ve yorumlama becerilerini şekillendirerek, kaygıyı rekabet için kolaylaştırıcı bir faktöre çevirebilir (Hassan vd., 2017). Ayrıca, farkındalık, başa çıkma stratejileri ve rahatlama teknikleri gibi müdahaleler yoluyla rekabetçi kaygı değiştirilebilir (Pons vd., 2018; Parnabas vd., 2014; Tang vd., 2022). Benzer şekilde, gevşeme teknikleri sporcuların müsabakalar sırasında kaygı düzeylerini yönetmelerine yardımcı olarak performans sonuçlarını iyileştirebilir (Parnabas vd., 2014).

Kısaca ifade etmek gerekirse, sporda Rekabetçi Kaygı Teorisi, somatik kaygı, bilişsel kaygı ve özgüveni kapsayan çok boyutlu bir kavramdır ve bunların tümü sporcuların performansını önemli ölçüde etkileyebilir. Bu boyutlar arasındaki etkileşimi anlamak ve rekabetçi kaygıyı yönetmek için etkili stratejiler uygulamak, rekabetçi spor ortamlarında sporcuların performansını ve refahını optimize etmek için çok önemlidir.

Çok Boyutlu Kaygı Kuramı: Sporda Çok Boyutlu Kaygı Kuramı, kaygıyı çeşitli boyutları içeren çok yönlü bir yapı olarak ele alan kapsamlı bir çerçeve sunar. İlk olarak 1990 yılında Martens, Vealey ve Burton tarafından önerilen bu teori, kaygıyı bilişsel kaygı, somatik kaygı ve özgüven gibi farklı alt bileşenlere ayırır (Craft vd., 2003). Bu bileşenler, farklı rekabet ortamlarında sporcudaki kaygı tepkilerini anlama ve tahmin etmede önemli rol oynamaktadır. Kuram, sporcuların yaşayabileceği durumluk kaygı seviyesinin performanslarına negatif olarak etki edebileceğini öne süren bir yaklaşım olarak ifade edilebilir. Sporcunun kaygı seviyesinin artması sonucu fiziksel göstergeler meydana geldiğinde bu durum her sporcuya farklı boyutta etki edebilir. Bu göstergeler sporcuda ruminatif düşünceler veya kalp atım seviyesinde meydana gelebilecek bir ritme bağlı istenmeyen durumlar olarak ortaya konabilir.

Çok boyutlu kaygı teorisi alanındaki temel modellerden biri, Smith ve Smoll'un sporda kaygıya bütüncül bir bakış sağlayan kavramsal atletik performans kaygısı modelidir (Ford vd., 2017). Bu model, atletik performansla ilişkili olarak kaygının bilişsel ve somatik yönlerinin dikkate alınmasının önemini vurgulamaktadır.

Öte yandan bu kuram, sporda kaygının somatik kaygı, bilişsel kaygı ve özgüven bileşenlerinden oluştuğunu öne sürmektedir (Pineda-Espejel vd., 2021). Bu kapsamlı çerçeve, sporcuların rekabetçi durumlarda yaşayabilecekleri kaygının fizyolojik, bilişsel ve güvenle ilgili yönlerini tanımlamaya yardımcı olur. İfade edilen kuram özetle, sporcudaki kaygıyı anlama ve ele almada bilişsel,

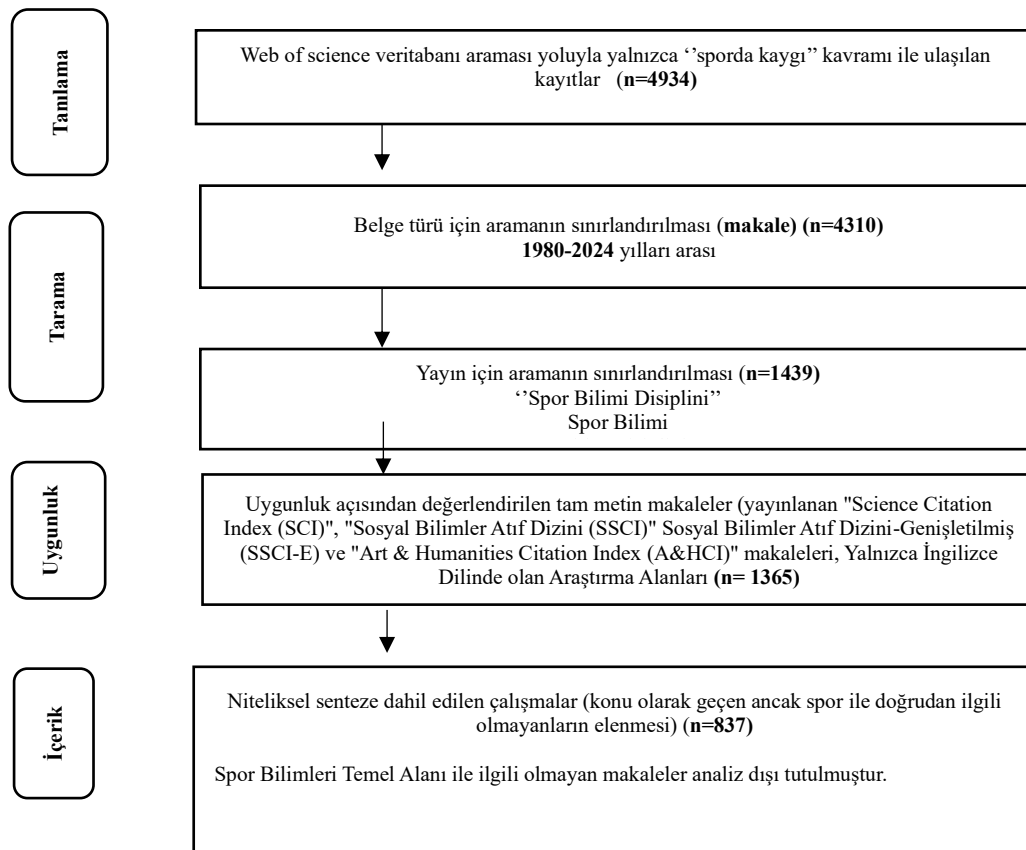
somatik ve özgüven boyutlarını dikkate almanın önemini vurgulayarak kaygıya ilişkin yanıtıcı bir bakış açısı sunmaktadır. Araştırmacılar ve uygulayıcılar, bu çok boyutlu yaklaşımı kullanarak, sporcuları kaygıyı yönetme ve performanslarını optimize etme konusunda desteklemek için özel müdahaleler geliştirebilirler.

YÖNTEM

Araştırmanın Amacı: Nicel veriler ve sayısal ölçüm göstergeleri neticesinde "sporda kaygı" kavramına yönelik yapılan bibliyometrik analizler ile kavrama ilişkin çalışmaların bütüncül bir bakış açısı yoluyla araştırmacıların dikkatine sunulması hedeflenmektedir. Çünkü kaygı kavramı sporcuların istemediği olumsuz bir durum olarak ifade edilebilir. Ayrıca kaygı kavramı ile gerçekleştirilen bir bibliyometrik çalışmaya rastlanılmamış olması çalışmanın hedefini meydana getirmektedir. Çeşitli yasalar desteklenerek araştırma konusu seçilen "sporda kaygı" kavramı ile alanda gerçekleştirilen çalışmaların geçmişi, bugünü ve geleceği bütünsel bir bakış açısı ile görselleştirilmiştir.

Veri ve Analiz: Alanyazında farklı türlerde bibliyometrik analiz araçları tercih edilmektedir. Bu çalışmada daha etkili olduğu düşünülen VOSviewer programı tercih edilmiştir. Literatürdeki evrimleri, ilişkileri ve yeni kavramları keşfetmek adına avantajlar sunan ve önemli bir program olduğu ifade edilebilen VOSviewer, araştırmacılara görselleştirme, haritalama ve çok boyutlu analiz imkânı sağlamasından dolayı veri setlerinin derinlemesine analizine olanak sağlamaktadır. Bibliyometrik analiz ve veri görselleştirmeyi destekleyen bir yazılım aracı olan VOSviewer (Lis vd., 2020; Biresselioglu vd., 2022; Zhao, 2023), özellikle yüksek frekanslı terimleri tanımlamak ve terimler arasındaki ilişkileri göstermek için kullanışlıdır (Biresselioglu vd., 2022). Öte yandan araştırmacılar, eğilimleri analiz etmek, tematik yapıları haritalamak ve bibliyometrik ağları görselleştirmek için VOSviewer'ı tercih etmektedirler (Zhao, 2023; Melo vd., 2021; Olivera vd., 2020).

Araştırma çerçevesinde Web of Science (WOS) veri tabanı kullanılmıştır. Web of Science veri tabanının tercih edilmesi, araştırmaların güvenilirliği açısından önemli bir faktör olarak gösterilebilir. Farklı disiplinlerden çok geniş bir veri ağına sahip olan WOS veri tabanı, ileri düzey veri analizi için gelişmiş arama göstergelerine sahip olmakla birlikte çeşitli kontrol mekanizmalarına sahiptir. Bu kapsamda 27.02.2024 tarihinde, "sporda kaygı" anahtar sözcüğüyle WOS'da gerçekleştirilen aramaların hiyerarşik gösterimi, Şekil 1'de yer alan PRIZMA protokolü doğrultusunda seçim ölçütleri çerçevesinde detaylandırılmıştır.



Şekil 1: Prizma Akış Şeması

WOS veri tabanında "tüm alanlar" seçilerek yapılan genel aramada 4934 sonuca ulaşılmıştır. Belge türü sınırlandırmasında ise, araştırma makalesi olan içerikler seçilerek 4310 eser elde edilmiştir. Yıllara göre ise en eski 1980 ve en yeni 2023 olmak üzere; ayrı ayrı disiplinlerden 1215 dergi makalesi başta olmak üzere, editoryal içerik (n=210), kitap bölümü (n=134), kitap incelemesi (n=102), bildiri (n=82), erken görünüm çalışma (n=70), derleme makale (n=37) ve 10 kitap türü eserin varlığı mevcuttur.

Araştırmanın Etiği: Anket, mülakat, odak grup çalışması, gözlem, deney, görüşme teknikleri kullanılarak katılımcılardan veri toplanmasını gerektiren nitel ya da nicel yaklaşımlarla yürütülen her türlü araştırmalar, insan ve hayvanların (materyal/veriler dahil) deneysel ya da diğer bilimsel amaçlarla kullanılması, insanlar üzerinde yapılan klinik araştırmalar, hayvanlar üzerinde yapılan araştırmalar, kişisel verilerin korunması kanunu gereğince retrospektif çalışmalar için Etik Kurul İzni gerekmektedir.

BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde araştırmada ele alınan “Sporda Kaygı” konusuna dayalı çalışmalarla ilgili temel bilgiler özetlenmeye çalışılmıştır. (Tablo 1)

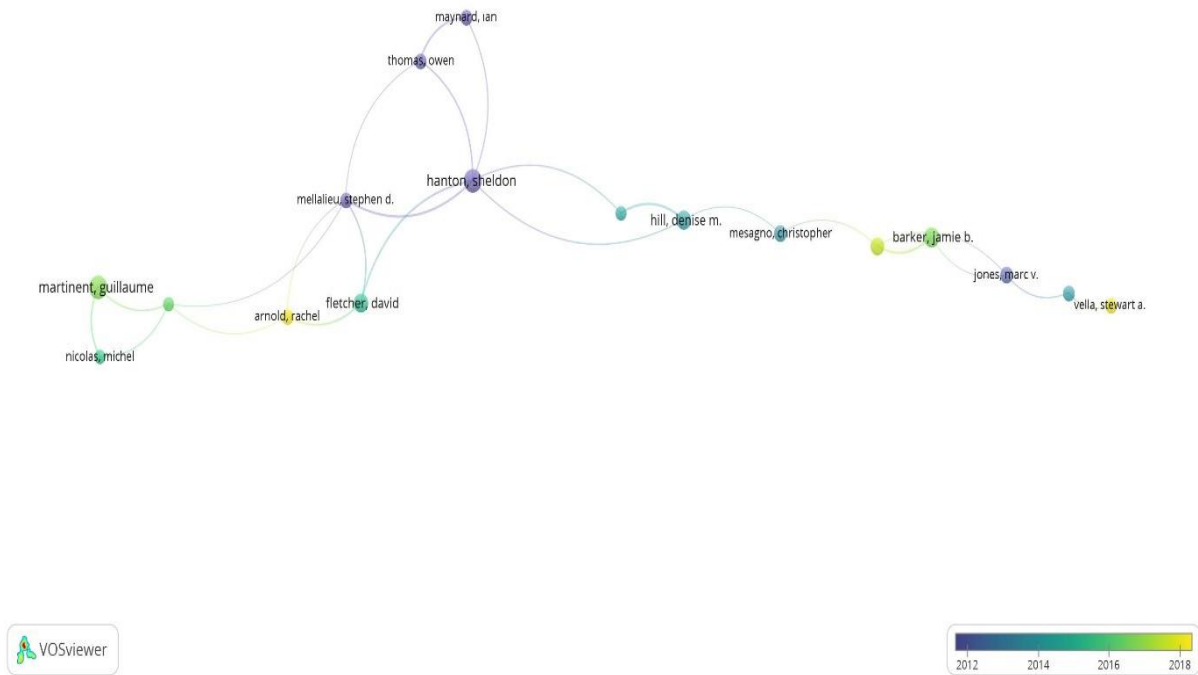
Tablo 1. Temel Bilgiler

Veri	Sonuçlar	Yazarlar	Sonuçlar
Zaman Aralığı	1980-2024	Yazarlar	515
Anahtar kelimeler	99	Yazar görünümleri	1049
Yıllık ortalama yayın sayısı	19,02	Doküman başına yazar sayısı	1,62
Referanslar	141863	Yazar başına doküman sayısı	0,61
Yayın (Doküman) Sayısı	837		

Sporun içerisinde yer alan sporda kaygı kavramının analizine yönelik gerçekleştirilen bibliyometrik analizde, sınırlandırılmaya başvurmadan 4934 esere ulaşılmış, fakat analiz için gerekli olan sınırlandırmalar (indeks, yayın türü, yıl, eser dili, spor bilimleri konu alanı) neticesinde, ilk eserin WOS veri tabanında yayınlandığı tarih olan 1980 ile analizlerin gerçekleştiği tarih olan 27 Şubat 2024 tarihleri arasındaki süreçte 837 eserin yayınlandığı saptanmıştır. Belirtilen tarihler içerisindeki yıllık ortalama eser sayısı 19,02 iken, yazarlar tarafından 99 anahtar kelime kullanılmıştır. Eserleri oluşturan 515 yazar, 141863 referans kullanmış ve 1049 yazar görünümü oluşturmuştur. Doküman başına yazar sayısı 1,62 iken yazar başına doküman sayısı ise 0,61’dir. Bu kapsamda sporda kaygı kavramına ilişkin ortak yazar analizi aşağıda sunulmuştur.

Ortak Yazar Analizi (Co-authorship of Authors)

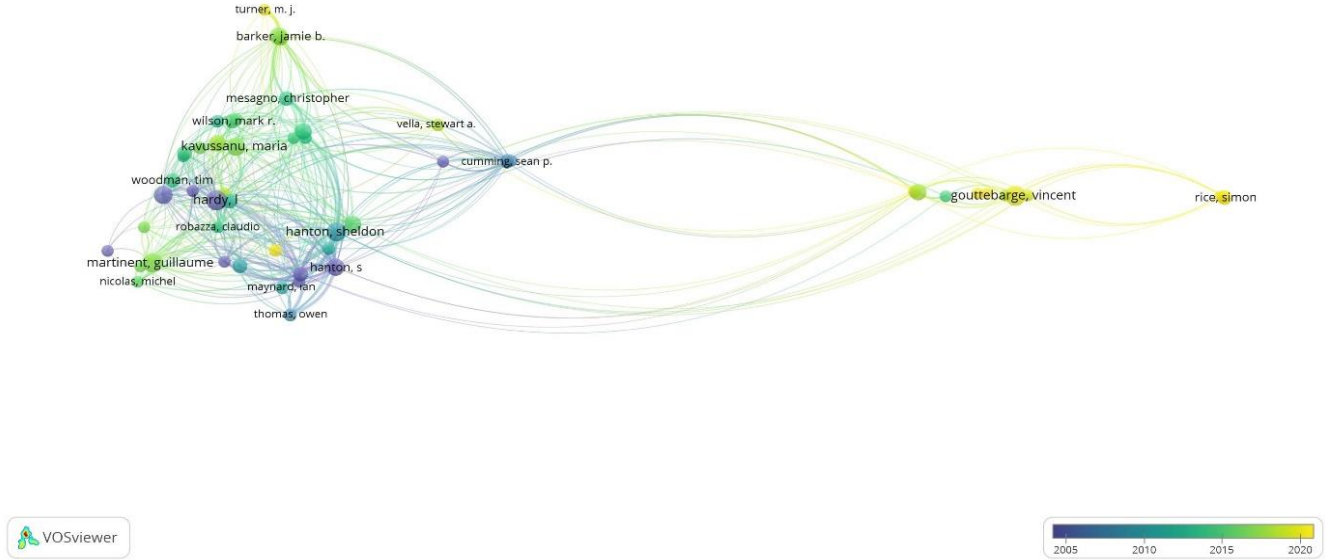
Yazarların ortak yazarlık analizine göre, en fazla bağlantılı ve iş birliği yapan yazarları tespit etmek üzere en az 5 yayın ve en az 5 atıf ölçütü belirlenerek ağ haritası oluşturulmuştur. Aralarında en yüksek bağlantı bulunan yazarlar arasında yapılan analize göre 5 kümede birleşen 24 yazar ve toplam 61 bağlantı görülmektedir. Kümedeki en bağlantılı 17 yazarın her birinin toplamda 16 birim bağlantısı bulunmaktadır. Konu kapsamında en çok atıf alan yazarların; 498 atıf ile Ullrich Ecker, 487 atıf ile John Cook ve 482 atıf ile Stephan Lewandowsky, en bağlantılı yazarlar olmadığı ayrıca görülmektedir. En çok eser üreten yazarlar da en bağlantılı yazarlar arasında görünmemektedir. En çok eser üreten yazarlar ise sırasıyla Lee McIntyre, Leonardo Ambasciano ve Bram Buscher’dır. Belirtilen analize ait ortak yazar analizi görseli Şekil 2’de sunulmuştur.



Şekil 2. Yazarlar Arası İş Birliğini Gösteren Ortak Yazar Bağları

Yazarların Atıf Analizi

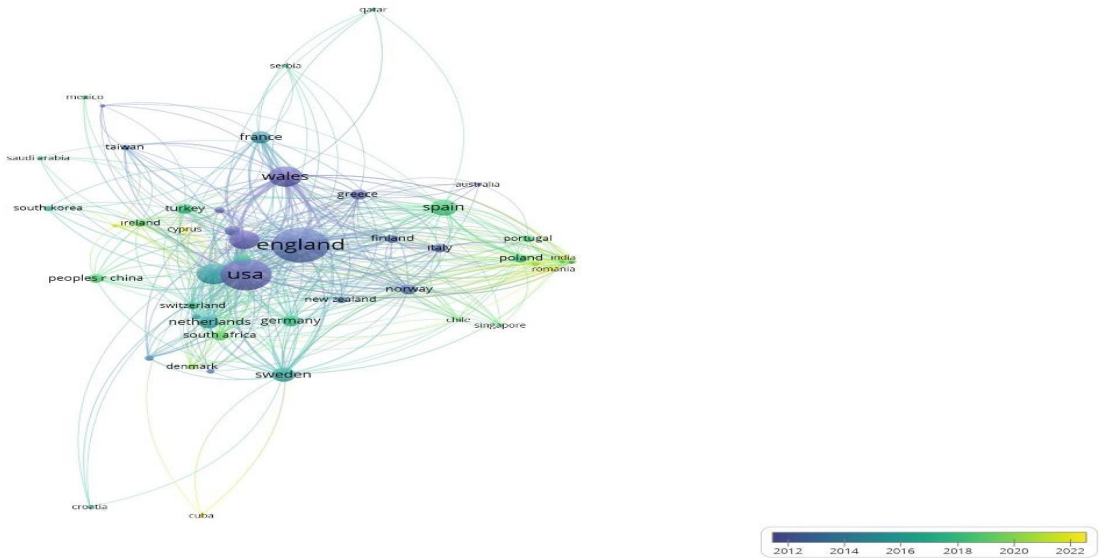
Yazarlara ait atıf ilişkilerini ve ağırlarını saptamak amacıyla en az 5 yayın ve 5 atıf olması ölçütü alınarak gerçekleştirilen yazar atıf analizine ilişkin bağları gösteren harita şekil 2’de verilmiştir. Yazarın atıf analizi belirlenirken seçilen ölçütler zirvede yer alan atıfları saptamak amacıyla belirlenmiştir. Birbirleriyle bağlantılı olduğu saptanan 54 birim üzerinden yapılan analizde toplamda 7 küme ve 445 bağlantı olduğu görülürken, toplam bağlantı sayısı ise 1447’dir. Konu kapsamında en fazla atıfa sahip yazarlar sırasıyla; Hardly Lew (1226), Hanton Sheldon (1220) ve Graham Jones (782)’dir. Ayrıca bu üç yazar toplam bağlantı olarak da zirvede yer alan yazarlardır. İfadelerin görselleştirildiği ağ haritası Şekil 3’de verilmiştir.



Şekil 3. Yazarların Atıf Bağları

Ülkelerin Atıf Analizi

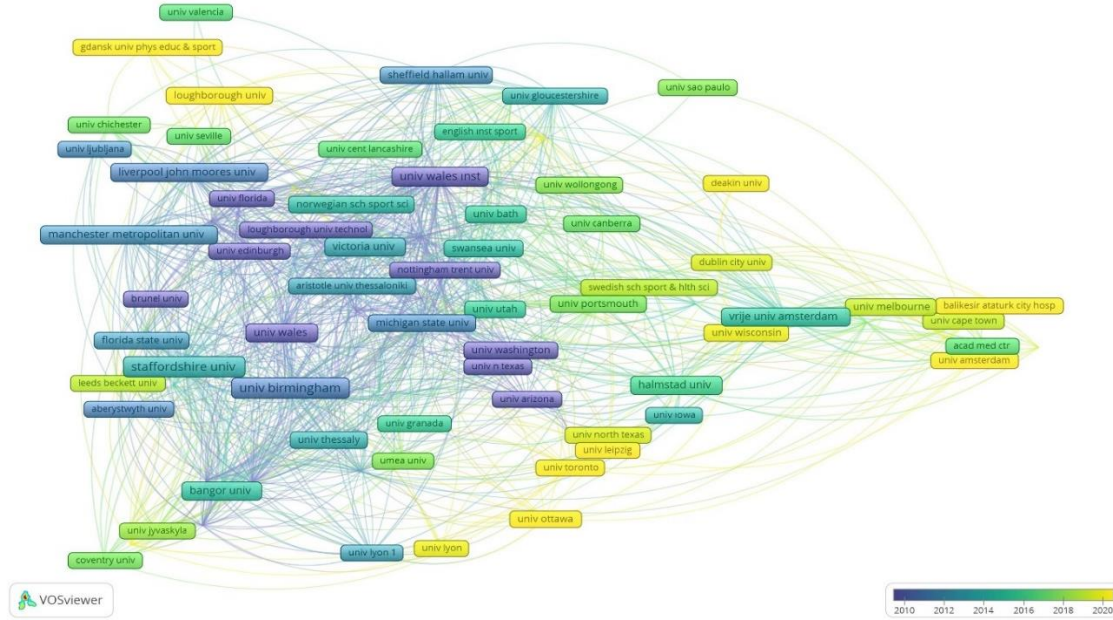
İlgili analiz kapsamında yer alan eserlerin, menşei ülkelerine göre aldıkları atıflar doğrultusunda oluşturulan ağ haritası görsel şekil 4’te verilmiştir. Bir ülkenin analizde yer almasının ölçütü olarak en az 2 yayın ve 2 atıf almasının kistas olarak belirlenmesi sonucu aralarında ilişki bulunan 69 ülkeden 52 tanesi analize dahil edilmiştir. Analizde saptanan ölçütler ayrıca bir olguyu temsil etmekten ziyade analizi sadeleştirmek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bibliyometrik analize göre 7 kümede 138 bağlantı ve 440 toplam bağlantı gücünün varlığı saptanmıştır. ABD, 8688 atıfla ilk sırada yer alırken, İngiltere 8264 atıfla ikinci, Galler 4118 atıfla üçüncü sıradadır. Eser sıralamasında ise 231 eserle İngiltere ilk sırada yer alırken ABD 194 eserler ikinci, 80’er eserle Galler ve Avustralya üçüncü sırada yer almaktadır.



Şekil 4. Ülkelerin Atıf Bağları

Kurumların Atf Analizi

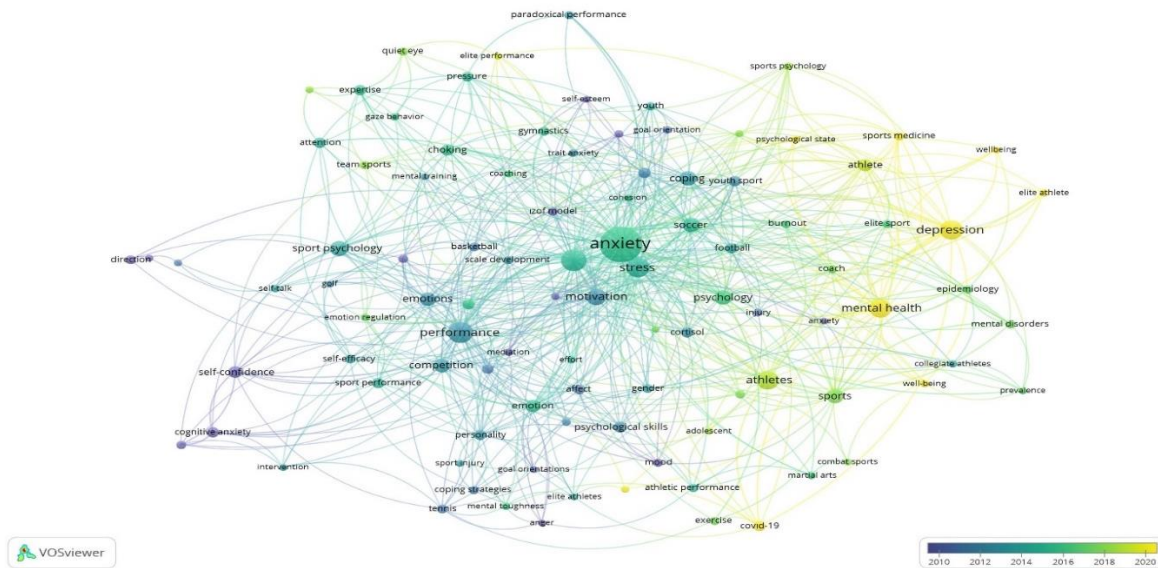
Eserlere sahip kurumlara dair atf haritasını gösteren ağ haritası Şekil 5'te verilmiştir. Analiz için kurumların en az 5 yayını ve 5 atıfa sahip olması ölçüt alınmış olup, 2817 toplam ağ genişliği tespit edilmiştir. Bu kapsamda 6 kümede elde edilen 88 gözlem biriminin 1179 bağlantısı mevcuttur. Kurum bazında eser sıralamasında University of Birmingham 33 eserle ilk sırada yer alırken 28 eserle Staffordshire University ikinci ve 22 eserle University of Wales üçüncü sıradadır. Kurumların atf analizinde ise University of Wales 1873 atıfla ilk sırada, University of Birmingham 1588 atıfla ikinci ve Staffordshire University 1239 atıfla üçüncü sıradadır. Toplam ağ genişliğinde ise kurum sıralaması University of Wales, Staffordshire University ve University of Birmingham şeklindedir.



Şekil 5. Kurumların Atf Bağları

Anahtar Sözcük Analizi

Sporcuların yaşayabileceği kaygı durumu birçok faktörle ilişkili olabileceği için, sporda kaygı kavramı eserlerde çeşitli anahtar kelime ile birlikte tercih edilmektedir. Tercih edilen kelimelerin sıklığını, yoğunluğunu ve ilişki ağını gösteren kelime ağ haritası, şekil 6'da görselleştirilmiştir. Görsel analiz edildiğinde ise en sık tercih edilen kelimelerin başında 134 tekrar ile anxiety (kaygı) yer alırken, onu 47 tekrar ile performance (performans), 43 tekrar ile stress (stres), 40 tekrar ile depression (depresyon) sport (spor), 35'er tekrar ile athletes (sporcular) ve mental health (zihinsel sağlık) izlemektedir. Gerçekleştirilen bibliyometrik analizde birbiri ile bağlantılı 99 gözlem birimi, 8 kümede 658 bağlantı ve 1049 toplam bağlantı gücü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Analiz görselinde elde edilen gizli bir gösterge ise sporda kaygı ile ilişkili olan kelimelerden; spor psikolojisi, performans ve motivasyon kavramları geçmiş dönemlerde daha çok tercih edilirken, zihinsel sağlık ve depresyon gibi kavramlar güncel olarak kavramla ilişkilendirilmiştir.

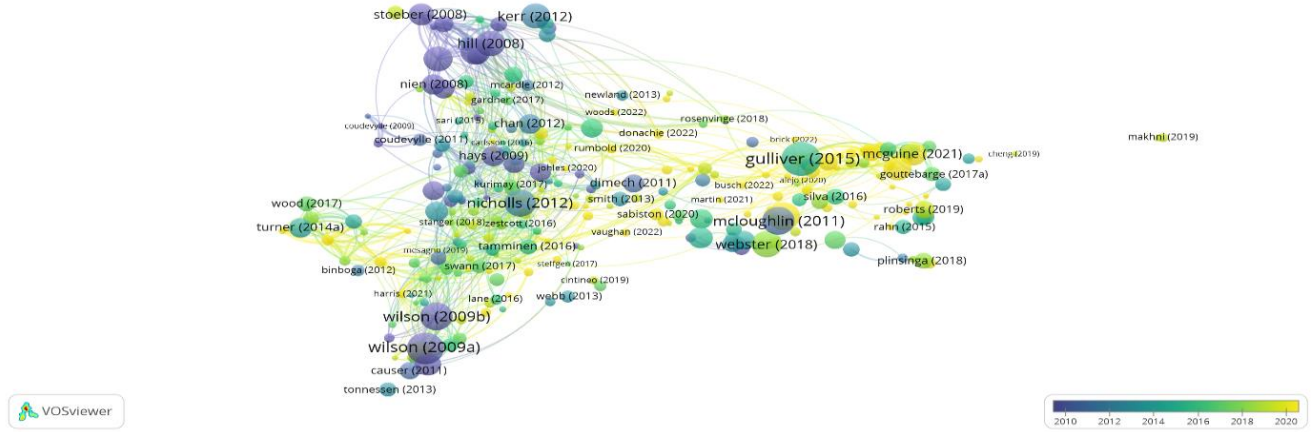


Şekil 6. En Sık Kullanılan Anahtar Kelime Bağları

Metinlerin Bibliyografik Eşleşme Analizi

Bibliyografik eşleşme, araştırmalara başucu niteliğinde bir araç olarak bilgi sağlarken, araştırmacıların eserler arasındaki örtülü ilişkilerini açığa çıkararak, araştırma eğilimlerinin saptanmasına ve farklı disiplinlerdeki bilgilerin ve erişim sistemlerinin verimliliğini artırmasına imkan sağlayan bir belirteç olarak tanımlanabilir. Bibliyografik eşleşme farklı yayınlar arasındaki ilişkileri bibliyografik bilgilerine dayanarak analiz etmek ve karşılaştırmak için kullanılan bir analiz tekniğidir. Öte yandan bu teknik, belgeler arasındaki bağlantıları ve benzerlikleri belirlemek amacıyla; yazarlar, başlıklar ve eserlerin yılları gibi çeşitli öğelerin eşleştirilmesini kapsar.

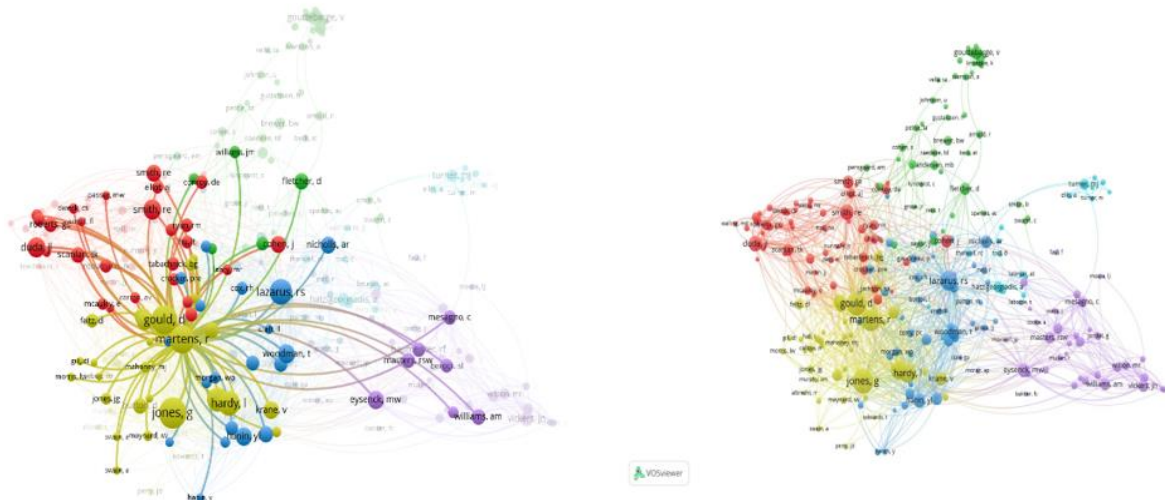
Bu çalışma kapsamında, metin fazlalığı sebebiyle son 10 yıl tercih edilmiş ve en az 5 atıf almış olmak ölçütü ile seçilen ve aralarında bağlantı bulunan 303 eserden 293 tanesi ile yapılan analize neticesinde 11 küme, 5637 bağlantı ve 11021 toplam bağlantı gücünün varlığı ortaya konulmuştur. En fazla bibliyografik eşleşmeye sahip olan eserler listesi ise; 142 alıntı ile Wilson (2009b), 122 alıntı ile Hill (2008) ve 118 alıntı ile Sagar (2009)'dir. Toplam bağlantı gücünün en yüksek olduğu eserler analiz edildiğinde ise ilk sırada Chang (2020a) zirvede yer alırken, Robazza (2021) ikinci sırada ve Mesagno (2021) üçüncü sırada yer almaktadır. Analize ait görsel Şekil 7'de sunulmuştur.



Şekil 7. Eserlerin Bibliyografik Eşleşme Bağları

Yazarların Ortak Atıf Analizi

Ortak atıf analizi, bibliyometride iki eser arasındaki ilişkiyi üçüncü bir belge tarafından eşzamanlı olarak alıntılanmalarına olanak sağlayan bir gösterge olarak ifade etmek mümkündür. Bu analiz tekniği, hangi belgelere birlikte atıf yapıldığını saptamak amacıyla bilimsel makalelerin referans listelerinin incelenmesini ve böylece bir ortak atıf ilişkisi kurulmasını içerir (Wang vd., 2021; Yuan vd., 2023). Bu teknik aracılığı ile kümeler arasındaki ilişkileri ve benzerlikleri yorumlamak için yazarları ve konuları bir araya getirilir ve belirlenen bir alanın entelektüel yapısı ifade edilmeye çalışılır. Öte yandan yazarlar, ortak atıflar analiz yöntemiyle, farklı çalışmalar arasındaki bağlantıları ortaya çıkarabilirken ilgili konu veya yazar kümelerini de saptamak mümkündür (Yadav & Lenka, 2023). Dolayısıyla bu araştırma çalışmasında atıf sayısı en az 5 atıf olarak seçilerek 251 birime ulaşılmış olup, bu bulgu üzerinden yapılan analize göre de toplamda 6 küme, 16864 bağlantı ve 145422 toplam bağlantı gücünün varlığı ortaya konulmuştur. Analize çerçevesinde en çok ortak atıf yapılan yazarlar sıralamasında; Jones, G. 459 atıfla ilk sırada yer alırken, Gould, D. 431 atıfla ikinci ve 361 atıfla Martens, R. üçüncü sırada yer almaktadır. Analiz sonuçlarını içeren görsel Şekil 8'de sunulmuştur.



Şekil 8. Ortak atıf yapılan yazarlar arası bağlar

SONUÇ

Bu araştırma çalışmasında, sporun içerisinde yer alan ve sporcular tarafından istenilmeyen bir durum olarak ifade edilebilen sporda kaygı kavramına ait nicel verilerin analizine dayanan sonuçlar verilmiştir. Nicel verilerin bibliyometrik analizinin yanı sıra, ilgili kavrama yönelik hipotez ve teoriler de ele alınmıştır. Analiz sonuçlarının görsellerle desteklendiği kaygı kavramının; anahtar sözcük, yazar, eser, kurum, ülke analizlerine ait sonuçlar görselleştirilmiş, kuramsal çerçeve ise detaylıca analiz edilmiştir. Araştırma kapsamında, 1980-2024 arası dönemi kapsayan ancak veri bağlantılarının çok geniş olması sebebiyle daha çok güncel yaklaşımları kavramak için son on yıla ait istatistiklerin tercih edildiği çalışmada, 99 anahtar kelime, 515 yazar ve 837 eser içeriğe dahil edilmiştir.

Araştırmaya konu olan sporda kaygı kavramının, ortak yazar analizi kapsamında; Ullrich Ecker, John Cook ve Stephan Lewandowsky'nin en çok atıf alan bilim insanları oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Yazarların bireysel olarak değerlendirilmelerine olanak sağlayan yazar atıf analizinde ise yine sporda kaygı kavramı özelinde; Hardly Lew, Hanton Sheldon ve Graham Jones en çok atıf alan yazarlar olarak ortaya konulmuştur. Hardly Lew'in sporda kaygı üzerine yaptığı çalışmalar, kaygının sporcuların performansını, zihinsel sağlığını ve genel spor deneyimini nasıl etkilediğinin daha geniş bir şekilde anlaşılmasına katkıda bulunmaktadır. Öte yandan Ullrich Ecker'in sporcuların kaygı durumlarını saptamak üzerinde gerçekleştirdiği çalışmaların yanı sıra halk sağlığı ve sürdürülebilir zihinsel sağlık ile çeşitli meslek gruplarının kaygı durumlarını incelemesi adına önemli katkılar sunmaktadır.

Ülkelere ait atıf sıralamasında ABD ilk sırada yer alırken İngiltere ikinci ve Galler üçüncü sırada yer almıştır. Ancak menşei ülkelere göre eser fazlalığında ise sıralama; İngiltere, ABD, Galler ve Avustralya şeklindedir. ABD'deki sporcu kaygısı çalışmaları, sporculardaki kaygının farklı yönlerine odaklanan çeşitli çalışmalarla önemli bir araştırma alanı olmuştur. Ülkedeki araştırmalar, sporda kaygının sporcuların performansı üzerinde önemli bir etkiye sahip olabileceğini gösterirken (Fadare vd., 2022), sporculardaki rekabetçi kaygı seviyesini saptamak amacıyla; Spor Müsabakası Kaygı Testi (SCAT) ve Rekabetçi Durum Kaygı Envanteri (CSAI) gibi araçları kullanmıştır (Fadare vd., 2022).

Bir diğer analiz birimi olan kurumlara ait atıf analizinde University of Wales ilk sırada, University of Birmingham ikinci ve Staffordshire University üçüncü sırada yer almıştır. Kurumların konu bağlamındaki eser sayılarında ise University of Birmingham ilk sırada yer alırken Staffordshire University ikinci ve University of Wales üçüncü sıradadır. Galler Üniversitesi (University of Wales), çeşitli araştırma girişimleri ve işbirlikleri aracılığıyla spor alanında aktif olarak yer alarak sporda kaygının araştırılmasına önemli katkılar sunmuştur. Önemli katkılardan biri, Swansea Üniversitesi tarafından koordine edilen AHK-Galler Araştırma Çalışma Grubu'nun spor, oyun, ulaşım, halk sağlığı, boş zaman ve eğitimle ilgili çeşitli alanlardan akademisyen ve profesyonelleri dahil ettiği Aktif Sağlıklı Çocuklar (AHK) Karnesi'dir (Richards vd., 2022). Bu işbirliği, üniversitenin Galler'deki çocuklar arasında aktif ve sağlıklı yaşam tarzlarını teşvik etme konusundaki kararlılığını temsil etmektedir.

Araştırmaya konu olan anahtar sözcük analizi kapsamında sporda kaygı ile birlikte tercih edilen kelimeler olarak; performans, stres, depresyon, sporcular ve zihinsel sağlık kavramları listelenmiştir. Kelime bağlarında dikkat edilecek bir husus ise, bu kelimelerden performans, motivasyon gibi kavramlar uzun süredir kullanılırken; zihinsel sağlık ve depresyon gibi kavramlar daha güncel anlamda sıklıkla tercih eden popüler kelimeler olmuşlardır. Bu sebeple kavramların sporda kaygı ile ilişkisine değinmek yerinde olacaktır.

Sporda kaygının, sporcu motivasyonu ile sporcu performansı arasındaki ilişki, sporcu başarısında çeşitli psikolojik faktörlerden etkilenen çok yönlü ilişkiler olarak ifade edilebilir. Nitekim birçok çalışma bu kavramların nasıl etkileşime girdiğine ışık tutmak amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bu bağlamda sporda kaygı, başarısızlık korkusu (Correia & Rosado, 2018), rekabet kaygısı (Besharat & Pourbohloul, 2011) ve rekabet öncesi kaygı (Pineda-Espejel vd., 2021) gibi faktörlerle ilişkilendirilmiştir. Bu çalışmalar, kaygının spor performansı üzerindeki olumsuz etkisini ve en uygun sportif sonuçlar için kaygı düzeylerini yönetmenin önemini vurgulamaktadır. Besharat & Pourbohloul (2011), özgüven ve spor öz yeterliliğinin rekabetçi kaygı ile sporcu motivasyonu arasındaki ilişkiyi hafifletebileceğini bulgulamış; kaygının, sportif başarı üzerindeki etkilerini azaltabileceğini ifade etmiştir. Ayrıca, sporda kaygı ve motivasyon arasındaki ilişkiyi saptamak amacıyla, başa çıkma stratejileri (Pons vd., 2018), sporcunun içsel motivasyon seviyesi (Ponseti vd., 2019) ve sosyal faktörler (Pineda-Espejel vd., 2021) gibi değişkenlerin aracı rolü incelenmiştir. Bu çalışmalar, kaygı düzeylerini şiddetlendirecek ve azaltacak sporcuların motivasyon seviyesini dikkate almanın önemini vurgulamaktadır.

Daha çok son yıllarda çalışmalarda kaygı ile ilişkisi araştırılan bir kavram olan zihinsel sağlık için spora katılım düzeyi son derece önem taşımaktadır. Nitekim Easterlin ve arkadaşları (2019) tarafından yapılan araştırma, takım sporlarına katılımın, özellikle olumsuz çocukluk deneyimlerine maruz kalan bireyler arasında uzun vadeli zihinsel sağlıkla ilişkili olduğunu vurgulamıştır. Ayrıca Graupensperger ve diğerleri (2021), spora katılım ve zihinsel sağlık arasındaki ilişkiyi tespit amacıyla boylamsal çalışmaların önemini vurgulayan bir meta-analiz gerçekleştirmiş ve aralarındaki ilişkiye dikkat çekmiştir. Öte yandan, Petit ve diğerleri (2016), kişilik özellikleri, genetik faktörler ve elit sporcularda kaygı ve depresif belirtilerin ortaya çıkması arasındaki ilişkiyi araştırmış, spora katılımın daha yüksek öz saygı ve daha düşük depresyon seviyeleri gibi psikolojik faydalarla bağlantılı olduğunu ortaya koyarak, bunun da kaygı belirtilerini azaltmaya kadar uzanabileceğini vurgulamıştır. Bu gösterge, sportif faaliyetlere katılımın, daha düşük kaygı seviyeleri de dahil olmak üzere daha iyi zihinsel sağlık sonuçlarına kapı araladığını vurgulamaktadır.

Güncel anlamda kaygı ile ilişkisi araştırılan bir diğer kavram olan depresyon, sportif faaliyetlere katılımı da içeren ve çeşitli şekillerdeki sorunları kapsayan bir kavram olarak ifade edilebilir. Nitekim Chi & Wang (2022) sporla ilgili faaliyetlere daha düşük katılımın, depresif belirtiler ve kaygı bozuklukları bildirme olasılığının daha yüksek olmasıyla bağlantılı olduğuna dikkat çekmiştir. Bir başka çalışmada Murphy ve arkadaşları (2021), daha düşük depresyon ve kaygı düzeylerinin birden fazla spor yapmakla ilişkili olduğunu bulgulamıştır. Ayrıca, Masaki ve diğerleri (2018) tarafından yapılan araştırma, yüksek spor kaygısı olan sporcularda geri bildirimle alakalı performans geri bildirimine, farklı sinirsel tepkilerin ve depresyonun sebebiyet verebileceğini ortaya koymuştur.

Sonuç olarak sporda kaygı kavramına yönelik gerçekleştirilen bu çalışmada kavrama ait bilgiler; hem hipotez ve teoriler şeklinde kavramsal olarak, hem de nicel veri analizi bağlamında sistemli bir şekilde görselleştirilerek sunulmuştur. Çalışma kapsamında 1980-2024 (27.02.2024) tarihlerini kapsayan bilgi kümesine ait bibliyometrik analiz, konu ile ilgili araştırma yapmak isteyenlerin dikkatine sunulmuştur. Aktarılan sayısal ve sözel bilgilere rağmen çalışmanın kısıtlı yönleri de mevcuttur. Bu araştırma çalışmasına veri akışı sağlayan eserlerin WOS Core Collection'da listelenen yayınlardan meydana gelmesi, TÜBİTAK Ulakbim ve YÖK Tez Arşivi ile uluslararası alandaki diğer alanlar olan Scopus ve Pubmed gibi veri tabanlarının ve çevrimiçi ortama girmeyen diğer eserlerin analize kapsamına alınmaması, çalışmanın sınırlılığı olarak ortaya koyulabilir. Bu alanda çalışma yapmayı düşünen araştırmacılara baş ucu kaynakların sunulması ve araştırmacıların ilk olarak alanın zirvesinde yer alan kaynak ve yazarların incelenmesi önerilmektedir.

Ek olarak konu kapsamında gerçekleştirilen araştırmalar, performansı optimize etmek için sporda kaygıyı anlamının ve yönetmenin öneminin altını çizmektedir (Barrett vd., 2023; Tang vd., 2022; Elliott vd., 2014). Kaygı durumlarını azaltmak amacıyla çeşitli öneriler mevcuttur. Bu öneriler; gerçekleştirilen farkındalık eğitimleri ve duygusal zeka gelişimine katkı sunulması şeklinde sıralanabilir. Bahsedilen stratejiler, sporcuların kaygı ile başa çıkmalarına ve rekabetçi durumlarını geliştirmelerine yardımcı olmak için önerilmiştir (Barrett vd., 2023; Tang vd., 2022; Elliott vd., 2014). Sporcular, hedefe yönelik gerçekleştirilen bu stratejiler yardımıyla hem sürekli hem de durumluk kaygılarını azaltabilirler. Ayrıca bu sayede sporcuların zihinsel dayanıklılıkları, odaklanma sorunları ve performans seviyeleri iyileştirilebilir (Barrett vd., 2023; Tang vd., 2022; Elliott vd., 2014).

Kısaca ifade etmek gerekirse, sporda kaygı; cinsiyet, spor türü, psikolojik özellikler ve dış koşullar gibi çeşitli faktörlerden etkilenen karmaşık bir olgu olarak ifade edilebilir. Bu etmenler arasındaki etkileşimi kavramak, sporcuların kaygı seviyelerini yönetme ve performanslarını optimize etme konusunda destekleyecek stratejiler geliştirmek için önem taşımaktadır. Sürekli kaygı, kaygı yaşamaya yönelik devamlı süreci tanımlarken, durumluk kaygı ise spordaki belirli durumlara verilen geçici duygusal tepkiyi ortaya koyar. Ancak her iki kaygı türü de sporcuların performansını ve iyi oluşlarını önemli ölçüde etkileyebilir. Bu sebeple sürekli ve durumluk kaygı arasındaki ilişkiyi anlamak ve etkili başa çıkma stratejileri uygulamak, sporcuların psikolojik hazırlığını ve rekabetçi sporlardaki başarısını optimize etmek için elzemdir.

Kaynaklar

- Baranauskas, M., Kupčiūnaitė, I., & Stukas, R. (2022). Mental health and physical activity of female higher education students during the COVID-19 pandemic: a comparative cross-sectional study from Lithuania. *International journal of environmental research and public health*, 19(15), 9725.
- Barrett, E., Kannis-Dymand, L., Love, S., Ramos-Cejudo, J., & Lovell, G. P. (2023). Sports specific metacognitions and competitive state anxiety in athletes: A comparison between different sporting types. *Applied Cognitive Psychology*, 37(1), 200-211.
- Besharat, M. A., & Pourbohloul, S. (2011). Moderating effects of self-confidence and sport self-efficacy on the relationship between competitive anxiety and sport performance. *Psychology*, 2(07), 760.
- Biresselioglu, M. E., Demir, M. H., Solak, B., & Turan, U. (2022). Understanding the dynamics and conceptualization of environmental citizenship and energy citizenship: Evidence from the existing literature. *Frontiers in Energy Research*, 10, 1018035.
- Bondár, R. Z., Robazza, C., di Fronso, S., & Bertollo, M. (2022). Personality traits and psychobiosocial states among athletes: The mediating role of dispositional mindfulness. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 11(4), 397.
- Castro-Sánchez, M., Lara-Sánchez, A. J., Zurita-Ortega, F., & Chacón-Cuberos, R. (2019). Motivation, anxiety, and emotional intelligence are associated with the practice of contact and non-contact sports: An explanatory model. *Sustainability*, 11(16), 4256.
- Castro-Sánchez, M., Zurita-Ortega, F., Chacón-Cuberos, R., López-Gutiérrez, C. J., & Zafra-Santos, E. (2018). Emotional intelligence, motivational climate and levels of anxiety in athletes from different categories of sports: Analysis through structural equations. *International journal of environmental research and public health*, 15(5), 894.
- Chi, G., & Wang, L. (2022). The association of sports participation with depressive symptoms and anxiety disorder in adolescents. *Frontiers in public health*, 10, 860994.
- Collins, A., Koppen, G., Valdiglesias, V., Dusinska, M., Kruszewski, M., Møller, P., ... & Bonassi, S. (2014). The comet assay as a tool for human biomonitoring studies: the ComNet project. *Mutation research/reviews in mutation research*, 759, 27-39.
- Corrado, D., Wichter, T., Link, M. S., Hauer, R. N., Marchlinski, F. E., Anastakis, A., ... & Calkins, H. (2015). Treatment of arrhythmogenic right ventricular cardiomyopathy/dysplasia: an international task force consensus statement. *Circulation*, 132(5), 441-453.
- Correia, M. E., & Rosado, A. (2018). Fear of failure and anxiety in sport. *Análise Psicológica*, 36(1), 75-86.

- Correia, M., & Rosado, A. (2019). Anxiety in athletes: Gender and type of sport differences. *International Journal of Psychological Research*, 12(1), 9-17.
- Craft, L. L., Magyar, T. M., Becker, B. J., & Feltz, D. L. (2003). The relationship between the Competitive State Anxiety Inventory-2 and sport performance: A meta-analysis. *Journal of sport and exercise psychology*, 25(1), 44-65.
- Dirik, D., Eryılmaz, İ., & Erhan, T. (2023). Post-Truth Kavramı Üzerine Yapılan Çalışmaların VOSviewer ile Bibliyometrik Analizi. *Sosyal Mucit Academic Review*, 4(2), 164-188.
- Easterlin, M. C., Chung, P. J., Leng, M., & Dudovitz, R. (2019). Association of team sports participation with long-term mental health outcomes among individuals exposed to adverse childhood experiences. *JAMA pediatrics*, 173(7), 681-688.
- Elliott, D., Polman, R., & Taylor, J. (2014). The effects of relaxing music for anxiety control on competitive sport anxiety. *European journal of sport science*, 14, S296-S301.
- Fadare, A. S., Langco, L., Canaliya, C., Kabirun, C. A., & Abelardo-Sabandija, B. J. (2022). Athletes' confidence and anxiety management: a review in achieving optimal sport performance. *International Journal of Science and Management Studies*, 5(4), 311-318.
- Fernandes, M. G., Nunes, S. A. N., Raposo, J. V., & Fernandes, H. M. (2013). Fatores influenciadores da ansiedade competitiva em atletas Brasileiros. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, 15(6), 705-714.
- Flett, M. R. (2015). Is Flow Related to Positive Feelings or Optimal Performance? Path Analysis of Challenge-Skill Balance and Feelings. *Sport Science Review*, 24.
- Ford, J. L., Ildefonso, K., Jones, M. L., & Arvinen-Barrow, M. (2017). Sport-related anxiety: current insights. *Open access journal of sports medicine*, 205-212.
- Graupensperger, S., Sutcliffe, J., & Vella, S. A. (2021). Prospective associations between sport participation and indices of mental health across adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(7), 1450-1463.
- Habibi, H., Moghaddam, A., & Soltani, H. (2017). Confidence, cognitive and somatic anxiety among elite and non-elite futsal players and its relationship with situational factors. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, (2), 60-64.
- Hagerty, S., & Felizzi, M. (2023). The Impact of Authoritarian Coaching Styles on Athletes' Anxious States. *Sport Social Work Journal*, 3(1), 67-76.
- Hassan, A., Schrapf, N., Ramadan, W., & Tilp, M. (2017). Evaluation of tactical training in team handball by means of artificial neural networks. *Journal of sports sciences*, 35(7), 642-647.
- Horikawa, M. (2013). Debilitative and facilitative perception of trait and state anxiety and their relationships to self-confidence among undergraduate students on a serial addition task. *International Journal of Advances in Psychology*, 2(3), 157-165.
- Hussain, F., Shah, M., & Ali, A. (2021). Sports Pre-Competitive Anxiety Levels among Good and Poor Performing Intercollegiate Athletes. *sjesr*, 4(1), 515-519.
- Jansen, P., Hoja, S., & Meneghetti, C. (2021). Does repetitive thinking mediate the relationship between self-compassion and competition anxiety in athletes?. *Cogent Psychology*, 8(1), 1909243.
- Kemarat, S., Theanthong, A., Yeemin, W., & Suwankan, S. (2022). Personality characteristics and competitive anxiety in individual and team athletes. *Plos one*, 17(1), e0262486.
- Krauskopf, E. (2018). A bibliometric analysis of the Journal of Infection and Public Health: 2008–2016. *Journal of infection and public health*, 11(2), 224-229.
- Kwamanakweenda, J., Pino, J., van Hauwermeiren, O., Peacock, C., Tartar, J., & Cuc, A. (2022). The Impact of Emotional Self-Regulation on Performative Success for Professional Fighters. *Research Directs in Psychology and Behavior*, 2(1).
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Li, C., Fan, R., & Sun, J. (2021). Risk and protective factors of generalized anxiety disorder of elite collegiate athletes: a cross-sectional study. *Frontiers in public health*, 9, 607800.
- Lis, A., Sudolska, A., Pietryka, I., & Kozakiewicz, A. (2020). Cloud computing and energy efficiency: mapping the thematic structure of research. *Energies*, 13(16), 4117.
- Mabweazara, S. Z., Leach, L., & Andrews, B. S. (2017). Predicting swimming performance using state anxiety. *South african journal of psychology*, 47(1), 110-120.
- Mallalieu, G. M., & Edwards, H. M. (2004). *A real-world approach to real-world research: appropriateness in situation, appropriateness in method*. In ICSE2000 Workshop.
- Marín-González, F. H., Portela-Pino, I., Fuentes-García, J. P., & Martínez-Patiño, M. J. (2022). Relationship between sports and personal variables and the competitive anxiety of Colombian elite athletes of Olympic and Paralympic sports. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(13), 7791.
- Masaki, H., Hirao, T., Maruo, Y., Foti, D., & Hajcak, G. (2018). Feedback-related electroencephalogram oscillations of athletes with high and low sports anxiety. *Frontiers in psychology*, 9, 378678
- McGuine, T. A., Biese, K. M., Petrovska, L., Hetzel, S. J., Reardon, C., Kliethermes, S., ... & Watson, A. M. (2021). Mental health, physical activity, and quality of life of US adolescent athletes during COVID-19-related school closures and sport cancellations: a study of 13 000 athletes. *Journal of athletic training*, 56(1), 11-19.
- Melo, L. S. A., da Silva, J. E., dos Santos, R. R., & Ramalho, Â. M. C. (2021). A Tessitura Analítica Bibliométrica da Produção Internacional da COVID-19 no contexto das áreas de Ciências Sociais e Naturais. *Research, Society and Development*, 10(7), e39810716822-e39810716822.
- Mullen, R., Lane, A., & Hanton, S. (2009). Anxiety symptom interpretation in high-anxious, defensive high-anxious, low-anxious and repressor sport performers. *Anxiety, Stress, & Coping*, 22(1), 91-100.

- Murphy, J., Patte, K. A., Sullivan, P., & Leatherdale, S. T. (2021). Exploring the association between sport participation and symptoms of anxiety and depression in a sample of Canadian high school students. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 15(3), 268-287.
- Nogueira, A., Tovar-Gálvez, M., & González-Hernández, J. (2019). Do it, don't feel it, and be invincible: A prolog of exercise addiction in endurance sports. *Frontiers in Psychology*, 10, 488803.
- Olivera, M. M., da Silva Dantas, N., & de Araújo, S. M. S. (2020). Recuperação de áreas degradadas e mineração: análise da produção científica internacional na Web of Science (WoS). *Revista Ibero-Americana de Ciências Ambientais*, 11(7), 672-689.
- Park, J., Uhm, J. P., Kim, S., Kim, M., Sato, S., & Lee, H. W. (2022). Sport community involvement and life satisfaction during COVID-19: a moderated mediation of psychological capital by distress and generation Z. *Frontiers in Psychology*, 13, 861630.
- Parnabas, V. A., Mahamood, Y., Parnabas, J., & Abdullah, N. M. (2014). The relationship between relaxation techniques and sport performance. *Universal Journal of Psychology*, 2(3), 108-112.
- Petito, A., Altamura, M., Iuso, S., Padalino, F. A., Sessa, F., D'Andrea, G., ... & Bellomo, A. (2016). The relationship between personality traits, the 5HTT polymorphisms, and the occurrence of anxiety and depressive symptoms in elite athletes. *PLoS One*, 11(6), e0156601.
- Pineda-Espejel, H. A., Alarcón, E., Morales-Sánchez, V., & Gadea-Cavazos, E. (2021). Adaptive social factors and precompetitive anxiety in elite sport. *Frontiers in Psychology*, 12, 651169.
- Pons, J., Viladrich, C., Ramis, Y., & Polman, R. (2018). The mediating role of coping between competitive anxiety and sport commitment in adolescent athletes. *The Spanish journal of psychology*, 21, E7.
- Ponseti, F. J., Almeida, P. L., Lameiras, J., Martins, B., Olmedilla, A., López-Walle, J., ... & Garcia-Mas, A. (2019). Self-determined motivation and competitive anxiety in athletes/students: a probabilistic study using bayesian networks. *Frontiers in psychology*, 10, 464752.
- Ramis, Y., Torregrosa, M., Viladrich, C., & Cruz, J. (2017). The effect of coaches' controlling style on the competitive anxiety of young athletes. *Frontiers in psychology*, 8, 230846.
- Ren, P., Song, T., & Chi, L. (2022). The adverse effect of anxiety on dynamic anticipation performance. *Frontiers in Psychology*, 13, 823989.
- Richards, A. B., Mackintosh, K. A., Swindell, N., Ward, M., Marchant, E., James, M., ... & Stratton, G. (2022). WALES 2021 Active Healthy Kids (AHK) report card: the fourth pandemic of childhood inactivity. *International journal of environmental research and public health*, 19(13), 8138.
- Rincón-Campos, Y. E., Sanchez-Lopez, J., López-Walle, J. M., & Ortiz-Jiménez, X. (2019). Dynamics of executive functions, basic psychological needs, impulsivity, and depressive symptoms in American football players. *Frontiers in psychology*, 10, 480355.
- Sanader, A. A., Petrović, J. R., Bačanac, L., Ivković, I., Petrović, I. B., & Knežević, O. (2021). Competitive trait anxiety and general self-esteem of athletes according to the sport type and gender. *Primenjena psihologija*, 41(3), 277-307.
- Sezen, U., & Soydal, İ. (2012). *Türkiye'nin bilimsel yayınlarının sosyal ağ analizi yöntemiyle değerlendirilmesi* (Proje No. SOBAG 110K044). TÜBİTAK, ULAKBİM web sitesinden erişilen adres: <http://uvf.ulakbim.gov.tr/uvf/index.php>.
- Sultanov, M., & İsmailova, K. (2019). EEG rhythms in prefrontal cortex as predictors of anxiety among youth soccer players. *Translational Sports Medicine*, 2(4), 203-208.
- Tang, Y., Liu, Y., Jing, L., Wang, H., & Yang, J. (2022). Mindfulness and regulatory emotional self-efficacy of injured athletes returning to sports: the mediating role of competitive state anxiety and athlete burnout. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(18), 11702.
- Tang, Y., Liu, Y., Jing, L., Wang, H., & Yang, J. (2022). Mindfulness and regulatory emotional self-efficacy of injured athletes returning to sports: the mediating role of competitive state anxiety and athlete burnout. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(18), 11702.
- Terres-Barcala, L., Albaladejo-Blázquez, N., Aparicio-Ugarriza, R., Ruiz-Robledillo, N., Zaragoza-Martí, A., & Ferrer-Cascales, R. (2022). Effects of impulsivity on competitive anxiety in female athletes: the mediating role of mindfulness trait. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(6), 3223.
- Wang, Q., Su, M., Zhang, M., & Li, R. (2021). Integrating digital technologies and public health to fight Covid-19 pandemic: key technologies, applications, challenges and outlook of digital healthcare. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11), 6053.
- Watson, A. M., Biese, K. M., Reardon, C. L., Schwarz, A., Haraldsdottir, K., Brooks, A., ... & McGuine, T. A. (2023). Does Increased Physical Activity Explain the Psychosocial Benefits of Sport Participation During COVID-19?. *Journal of Athletic Training*, 58(10), 882-886.
- Woodman, T., & Hardy, L. (2001). A case study of organizational stress in elite sport. *Journal of applied sport psychology*, 13(2), 207-238.
- Yadav, S., & Lenka, U. (2023). Uncovering the intellectual structure of diversity management research: a bibliometric analysis (1990–2019). *Personnel Review*, 52(3), 856-881.
- Yao, J., & Li, Y. (2022). Youth sports special skills' training and evaluation system based on machine learning. *Mobile Information Systems*.
- Yuan, J. H., Li, Q. S., & Shen, Y. (2023). Visual analysis of image-guided radiation therapy based on bibliometrics: A review. *Medicine*, 102(8), e32989-e32989.

-
- Zhang, L. (2023). Influence of athletes' anxiety on competition results. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 29, e2022_0551
- Zhao, X., Ren, Y., & Cheah, K. S. (2023). Leading virtual reality (VR) and augmented reality (AR) in education: bibliometric and content analysis from the web of science (2018–2022). *SAGE Open*, 13(3), 21582440231190821.