

Olimpiyata giden yol: Öyküleyici Bir Araştırma

Sinan UĞRAŞ

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Çanakkale/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0003-0792-1497>

Fatih ATEŞ

Erzurum Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum/Türkiye

<https://orcid.org/0009-0000-5510-2694>

Cevdet CENGİZ

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Çanakkale/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0002-1051-8917>

Özet

Bu araştırmanın amacı Tokyo 2020 Olimpiyatları'nda Türkiye'yi 4x100 metre bayrak yarışında temsil eden atlet Oğuz Uyar'ın deneyimlerini öyküleyici bir yaklaşımla incelemektir. Araştırmada ayrıca, Uyar'ın olimpiyatlara hazırlık sürecinde karşılaştığı sosyal, fiziksel ve psikolojik zorlukları ve bunlarla baş etme yöntemlerini anlamaktır. Çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden anlatı araştırması kullanılmış ve veriler, yarı yapılandırılmış görüşmeler yoluyla toplanmıştır. Görüşmeler, tematik analiz yöntemi kullanılarak incelenmiş ve beş ana tema belirlenmiştir: atletizme başlangıç, olimpiyat deneyimi ve beklenmedik fırsatlar, aile ve çevrenin desteği, psikolojik ve fiziksel mücadele olarak tespit edilmiştir. Uyar, atletizme öğretmenlerinin yönlendirmesiyle başlamış, kısa sürede milli takıma seçilmiştir. Olimpiyatlar ise planlanmış bir hedef olmaktan ziyade beklenmedik bir fırsat olarak ortaya çıktığı tespit edilmiştir. Olimpiyatların ertelenmesi, hazırlık süresini artırarak performansını geliştirme şansı tanımıştır. Ayrıca, ailesi ve sosyal çevresinin desteği, başarılarıyla birlikte güçlenmiştir. Bununla birlikte, fiziksel antrenmanların zorluğu, psikolojik baskılar ve profesyonel destek eksikliği yaşadığı görülmüştür. Ancak antrenörünün rehberliği ve elde ettiği başarılar, Uyar'ın spora devam etme motivasyonunu pekiştirmiştir. Araştırmada, Türk sporcuların olimpiyatlara hazırlanma sürecinde yaşadıkları bireysel ve sistemsel zorlukları ortaya koyarak, spor altyapısının geliştirilmesi ve psikolojik destek mekanizmalarının güçlendirilmesi gerektiği sonucuna ulaşılabilir. Bu bulgular, spor politikalarının iyileştirilmesi için önemli çıkarımlar sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Olimpiyatlar, olimpiyat sporcusu, olimpiyat deneyimi, atletizm

The Road to the Olympics: A Narrative Investigation

Abstract

This study examines the experiences of Turkish athlete Oğuz Uyar, who represented Turkey in the 4x100-meter relay at the Tokyo 2020 Olympics, using a narrative approach. The aim of the research is to understand the social, physical, and psychological challenges Uyar faced during his preparation for the Olympics, as well as the methods he employed to overcome them. The study employs narrative research, a qualitative methodology, with data collected through semi-structured interviews. The interviews were analyzed using thematic analysis method and five main themes were identified: initiation into athletics, Olympic experience and unexpected opportunities, family and social support, and psychological and physical struggles. Uyar started athletics upon the encouragement of his teachers and was quickly selected for the national team. The Olympics, rather than being a planned goal, emerged as an unexpected opportunity. The postponement of the Olympics provided him with additional preparation time, allowing him to improve his performance. Furthermore, the support from his family and social circle strengthened as he achieved greater success. However, the challenges of intense physical training, psychological pressures, and lack of professional support were also evident. Despite these challenges, his coach's guidance and his accomplishments bolstered Uyar's motivation to continue in athletics. The study highlights the individual and systemic challenges Turkish athletes face during their preparation for the Olympics and emphasizes the need for improving sports infrastructure and strengthening psychological support mechanisms. These findings provide valuable insights for enhancing sports policies and athlete development in Turkey.

Key Words: Olympics, Olympic athlete, Olympic experience, athletics

SUMMARY

Introduction and Aim

The Olympic Games represent the pinnacle of an athlete's career and are among the most prestigious events in the sports world. In Turkey, participation and success rates in athletics at the Olympic level have not reached desired levels. The main reasons include insufficient infrastructure, inadequate coaching quality, limited facilities, and challenges in talent selection (Sivrikaya & Demir, 2019; Sunay & Kaya, 2019). Achieving success at the Olympics requires athletes to undergo rigorous preparation processes that optimize physical, mental, and environmental factors (Cardinale, 2021; Fletcher & Sarkar, 2012). This study examines the experiences of Oğuz Uyar, an athlete who represented Turkey in the 4x100-meter relay at the Tokyo 2020 Olympics. The aim of the study is to explore the social, physical, and psychological challenges Uyar faced during his preparation process and to identify the methods he used to overcome these challenges.

Material & Method

This study employed narrative research, a qualitative method. Data were collected through semi-structured interviews and analyzed using Braun and Clarke's (2006) thematic analysis procedures. The participant, Oğuz Uyar, began his athletic career in 2018, quickly joined the national team, and competed in the Tokyo 2020 Olympics. The analysis identified five main themes based on Uyar's experiences: initiation into athletics, the Olympic experience and unexpected opportunities, family and social support, psychological and physical struggles, and athlete-coach relationships.

Result and Discussion

Initiation into Athletics

Oğuz Uyar's entry into athletics was facilitated by his physical education teachers. He quickly stood out for his abilities and was selected for the national team in a short time. His motivation stemmed from the support of his teachers and his determination. Despite initial challenges, Uyar's early successes and rapid rise highlighted the importance of early talent identification and proper guidance.

The Olympic Experience and Unexpected Opportunities

For Uyar, participating in the Tokyo 2020 Olympics was an unexpected opportunity rather than a planned goal. The postponement of the Olympics due to the COVID-19 pandemic allowed him additional time to improve and prepare, ultimately leading to his selection for the relay team. The Olympic atmosphere not only boosted his self-confidence but also enhanced his motivation by providing him with the chance to compete against world-class athletes.

Family and Social Support

Initially, Uyar's family did not fully support his interest in sports, prioritizing his academic success instead. However, as his achievements increased, their support grew stronger. Positive feedback from peers and the broader community further reinforced his decision to continue his sports career. This social support played a crucial role in sustaining his motivation.

Psychological and Physical Struggles

Athletics is a sport that demands both physical and mental resilience. Uyar reported that the intense training programs occasionally led him to consider quitting. However, his personal achievements and the opportunity to compete internationally reignited his motivation. Despite this, the lack of professional psychological support and social isolation during training camps were significant challenges he faced.

Athlete-Coach Relationships

The relationship between Uyar and his coach played a pivotal role in his success. His strong bond with his coach provided a sense of security and positively impacted his performance. However, having to work with different coaches during the Olympics caused a decline in his performance, underscoring the importance of a stable athlete-coach relationship.

The findings reveal the individual and systemic challenges faced by Turkish athletes in preparing for the Olympics. Uyar's initiation into sports through the guidance of his physical education teachers highlights the critical role of teacher support in fostering early talent, consistent with findings in the literature (Zalech, 2021). Additionally, the COVID-19 pandemic, while disruptive for many athletes, presented an opportunity for Uyar to enhance his performance. Family and social support emerged as significant motivators in his athletic career (Donohue et al., 2015). However, Uyar's psychological struggles underscore the lack of professional support mechanisms available to athletes. Lastly, the athlete-coach relationship was identified as a crucial factor influencing performance and motivation. This study highlights the challenges faced and successes achieved by Turkish athletes in their preparation for the Olympics, emphasizing the need to improve sports infrastructure and support mechanisms in Turkey. Based on the findings, several recommendations are proposed to establish a more sustainable and effective system in the field of sports. Firstly, the number and quality of athletics facilities in Turkey should be increased, and modern facilities tailored to athletes' training needs should be constructed. Additionally, it is suggested to establish sports centers in smaller cities to identify and develop young talents at an early age.

1. GİRİŞ

Sporcular, spor yaşamları boyunca ulusal ve uluslararası birçok platformda mücadele ederler. Bir sporcu için il, bölge, Ulusal şampiyonalar, Avrupa şampiyonası, Dünya Şampiyonası ve Olimpiyat Oyunlarına katılmak ve daha da önemlisi başarılı olmak büyük önem arz etmektedir. Ancak bir sporcu için bu yarışmalar arasında olimpiyat oyunlarında yer almak farklı bir prestij kaynağıdır. Dört yılda bir gerçekleştirilen modern olimpiyatlar dünyada en çok izlenen spor organizasyonlarından biri olması ve içerisinde barındırdığı birtakım değerler, uzun tarihi bir geçmişinin olması onu diğer organizasyonlardan daha değerli ve prestijli kılmaktadır. (Leopkey ve Parent, 2012; Ritchie, Shipway ve Cleeve, 2009). Prestijli kılmasının sebebi olimpiyat oyunlarının sadece dört yılda bir yapılması, medya ile kamuoyunun ilgisi onu diğer organizasyonlardan farklı ve benzersiz kıldığı ifade edilebilir (Birrer, Wetzel, Schmid ve Morgan, 2012; Henriksen, 2015).

M.Ö 776 tarihine kadar geçmişi olduğu kabul edilen ve bin yılı geçen bu süre içerisinde dönemin en büyük organizasyonu olarak kabul edilen olimpiyatlar (Harmandar Demirel ve Yıldırım, 2013) Baron Pierre de Coubertin'in çabaları ile 1898 yılında Modern Olimpiyatlara dönüşmüştür (Şinoforoğlu, 2020). Türk sporcular, ilk kez 1908 Londra Olimpiyatları'na bir sporcu ile katılmış; son olarak 2020 Tokyo Olimpiyatları'nda ise 107 sporcu ile Türkiye'yi temsil etmiştir. (TMOK, 2021). Olimpiyat yarışmaları içerisinde atletizm, diğer branşlara göre daha fazla öne çıktığı ve en çok izlenen etkinliklerden biri olduğu ifade edilebilir. 1948 yılına kadar Türk sporcular atletizm branşında madalya kazanamamıştır. Ancak 1948 olimpiyatlarında güreş dışında ilk defa farklı bir branşta madalya kazanan Ruhi Sarıalp üç adım atlamada bronz madalya kazanmıştır. Güreş dışındaki ilk madalya olarak tarihe geçen bu başarıdan sonra, Türk atletizmi 2004 Atina Olimpiyatları'nda Eşref Apak'ın çekiç atma dalında kazandığı gümüş madalyaya kadar 56 yıl boyunca yeni bir madalya kazanamamıştır (Özsoy, 2017). Atletizm alanında en son Yasmani Copello Escobar ile 2016 Rio Olimpiyatlarında bronz madalya kazanarak toplamda 3 madalya kazanılmıştır. Bu sonuç atletizmde sporcu çıkarmada önemli problemlerin olduğunun bir göstergesidir. En son 2020 Olimpiyatlarında 25 sporcu ile katılım gösterdiğimiz atletizm dalında 7 sporcu devşirme olarak nitelendirilen atletle yarışlara iştirak

edilmiştir. Türkiye'nin büyük bir genç nüfusa sahip olduğu düşünüldüğünde büyükte bir potansiyeli yanında getirdiği aşıkardır. Devşirme politikası yerine altyapıya önem verilmesi ve daha uzun vadeli planların geliştirilmesi gerekmektedir (Altunsöz ve Koçak, 2017). Nüfusa oranlandığında atletizm dalında olimpiyatlara katılımın düşük olduğu ifade edilebilir.

Türkiye'de atletizm dalında katılımın ve başarının istenen seviyede olmamasının birçok nedeni vardır. Sporcu yetenek seçimi, yeteneğin yönlendirilmesi, tesis yeterliliği, antrenör niteliği, finansal planlama gibi birçok neden sayılabilir (Sivrikaya ve Demir, 2019; Sunay ve Kaya, 2019). Bir sporcunun olimpiyatlara hazırlanma sürecinin ne kadar zor olduğu düşünüldüğünde bu sayılan eksiklikler içerisinde Türk atletlerin olimpiyatlara katılım sağlaması bir başarı olarak nitelendirilebilir. Olimpiyat oyunları bir sporcunun kariyer zirvesi olarak düşünüldüğünde ve olimpiyat oyunlarında başarılı olabilmek için en iyi fiziksel ve zihinsel koşulları sağlayan detaylı bir hazırlığın olduğu zorlu bir mücadeledir (Cardinale, 2021; Fletcher ve Sarkar, 2012). Olimpik bir sporcunun hazırlanma sürecinde fiziksel antrenman (Joncheray, Burlot, Besombes, Dalgarrondo ve Desenfant, 2020), beslenme (Nikolaidis ve Theodoropoulou, 2014) çevresel faktörler (Cope, Harvey ve Kirk, 2015) ve mental hazırlık (Arnold ve Sarkar, 2015; Gould ve Maynard, 2009) başarıya ulaşmadaki etkili faktörler olarak sayılabilir. Antrenör ve sporcu arasında ilişkide sporcunun hedeflerine ulaşmada diğer faktörler kadar hatta bazı durumlarda daha da belirleyici olabilmektedir (Males, Kerr ve Hudson, 2021). Antrenör ve sporcu arasındaki pozitif ilişki, güven ve arkadaşlık bağlarının güçlenmesiyle sporcunun performansını olumlu yönde etkileyebilir. (Greenleaf, Gould ve Dieffenbach, 2001; Males, Kerr ve Hudson, 2021). Bu durum tesis, antrenör niceliği ve niteliği, ekonomik koşullar gibi birtakım sorunları olan Türkiye'de sporcular açısından daha büyük bir önem arz etmektedir. Sporcunun hazırlık sürecinde yaşayacağı aksaklıklar performansını direkt olarak etkileyeceğinden hazırlanan ortamın mümkün olduğunca uygun koşullarda olması gerekmektedir.

Zaten zorlu bir süreç olan olimpik sporcuların hazırlık aşaması, 2020 Tokyo Olimpiyat Oyunları sürecinde ortaya çıkan COVID-19 salgını nedeniyle daha da karmaşık hale gelmiştir. Dört yıllık süreçte atletler belirlenen tarihe göre antrenman planlamalarını yapmaktadırlar. Tokyo olimpiyat oyunlarının covid 19 salgını nedeniyle hem hazırlık koşullarını hem de motivasyonlarını olumsuz etkilemiştir (Cardinale, 2021). Sporcular covid 19 salgın sürecinde kaybedecekleri birçok şeyleri olduğunu düşünmeleri nedeniyle kendilerini stres altında hissetmeye daha yatkın hale getirmişlerdir eğilimde olmuşlardır (Scerri ve Grech, 2021). Türkiye'deki koşullar düşünüldüğünde olimpiyata hazırlanan ve olimpiyatlarda yarışmış bir sporcunun deneyimlerinin önemli olduğu düşünülmektedir. Türkiye gibi genç bir nüfusa sahip ülkelerde, olimpiyat oyunlarına katılım ve başarı, sadece bireysel bir zafer değil, aynı zamanda ülkenin spor politikaları ve altyapısının da bir göstergesidir (Altunsöz & Koçak, 2017). Ancak Türkiye'de özellikle atletizm gibi branşlarda olimpiyatlara katılım ve başarı düzeyi, istenilen seviyeye henüz ulaşamamıştır. Türk sporcular, atletizmde uluslararası başarılar elde etmekte zorluk çekmişlerdir. Bunun sebepleri arasında spor altyapısının yetersizliği, antrenör kalitesindeki eksiklikler, tesis imkanlarının sınırlı olması ve yetenek seçimi gibi faktörler yer almaktadır (Sivrikaya & Demir, 2019). Bu nedenle, bir Türk sporcusunun olimpiyat oyunlarına katılım süreci, sadece bireysel başarıya değil, aynı zamanda sporun gelişimine de ışık tutmaktadır.

Oğuz Uyar, Tokyo 2020 Olimpiyatları'nda Türkiye'yi 4x100 metre bayrak yarışında temsil eden genç bir sporcu olarak, bu zorlu sürecin önemli bir örneğidir. 2018 yılında profesyonel olarak atletizme adım atan Uyar, kısa sürede milli takıma seçilerek uluslararası arenada yer almıştır. Onun deneyimleri, Türk sporcularının olimpiyatlara hazırlanma süreçlerinde karşılaştıkları zorlukları ve bu zorlukların üstesinden nasıl geldiklerini göstermektedir. Uyar'ın kişisel hikayesi, aynı zamanda sporcu-antrenör ilişkisi, aile desteği ve psikolojik dayanıklılığın başarı üzerindeki etkilerini incelemek için zengin bir veri kaynağı sunmaktadır.

2. MATERYAL & METOT

Araştırma Deseni

Bu araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden anlatı (narrative research) kullanılacaktır. Anlatı araştırmalarında genellikle tek bir bireyin anlattığı hikâyenin, bireysel deneyimlerin bir bağlam çerçevesinde yorumlanarak okuyucuya aktarılması söz konusudur (Creswell, 2018; Ersoy ve Bozkurt, 2017). Anlatı araştırmaları bireyin belli bir olay ve olgular üzerine yaşamış olduğu deneyimleri anlattığı hikâyeler üzerine odaklanmaktadır. Bu araştırma, Tokyo 2020 Olimpiyat Oyunları'na katılan 25 Türk sporcudan biri olan Oğuz Uyar'ın hazırlık sürecindeki deneyimlerini aktarmayı amaçlamaktadır. Bu araştırma kapsamında Tokyo 2020 Olimpiyatları'na katılan Oğuz Uyar'ın deneyimleri, hazırlık süreci, karşılaştığı zorluklar ve elde ettiği başarılar detaylı bir şekilde analiz edilmiştir. Oğuz Uyar'ın kişisel anlatısı, olimpiyat oyunlarına katılma sürecinin nasıl şekillendiğini ve bu süreçte hangi faktörlerin başarı üzerinde etkili olduğunu anlamak için önemli bir veri kaynağı sunmaktadır.

Araştırma Grubu

Araştırmada katılımcının belirlenmesinde amaçlı örneklem yöntemlerinde kriter örneklem yöntemi kullanılmıştır. Ölçüt örnekleme, incelenmek istenen olguyu en doğru şekilde yansıtabilecek durumları belirlemek amacıyla, araştırmacı tarafından belirlenen veya önceden hazırlanmış bir dizi ölçütü karşılayan durumların incelenmesi yöntemidir (Yıldırım ve Şimşek, 2011). Bu araştırmaya Tokyo 2020 olimpiyat oyunlarına 4 x 100 metre dalında katılmış olan 25 Türk sporcusundan bir olan Oğuz Uyar dahil edilmiştir. Ölçüt örnekleme kullanılan durumlarda kritik durumların belirlenmesi önemlidir. Kritik durumlar, tespit edilen bir olguyu en iyi şekilde yansıtan özel bir öneme sahip olan durumlardır (Baltacı, 2018). Katılımcı Oğuz Uyar'ın Tokyo 2020 hazırlanması ve katılması bakımından zengin bir veri kaynağı olması kritik durum ölçütünü karşıladığını ortaya koymaktadır. Oğuz Uyar'ın olimpiyatlara katılma sürecindeki deneyimleri, sporda olimpiik düzeyde başarıya ulaşmak için gereken zorlukların ve bu zorluklarla baş etme yöntemlerinin anlaşılması açısından zengin bir veri kaynağı olarak değerlendirilmiştir. Katılımcıya gönüllü katılım onam formu imzalatılmıştır.

Veri Toplama Aracı ve Verilerin Toplanması

Verilerin toplanmasında veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış soru formu kullanılmıştır. Oğuz Uyar'ın olimpiyatlara hazırlanma sürecinde deneyimlerini öğrenmek ve bu deneyimleri açıklığa kavuşturmak için soru formu hazırlanmıştır. Soru formu, önceden hazırlanan soruların yanında görüşme esnasında farklı ve yeni ortaya çıkan olguları daha derinlemesine ortaya koyabilme özelliği ve esnek bir yapıda olması (Merriam, 2013) nedeniyle yarı yapılandırılmış olarak hazırlanmıştır. Araştırma verileri için Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi toplantı salonunda yüz yüze görüşme yapılmıştır. Görüşmeler iki farklı ses kayıt cihazına kaydedilmiştir. Kaydedilen veriler daha sonra yazılı ortama aktarılmıştır. Ses kaydı ve yazılı belge karşılaştırılması yapılarak veri kaybının olup olmadığı tespit edilmiştir. Araştırmacılar ham verilerin doğruluğunu teyit ettikten sonra verilerin analizi işlemine geçilmiştir.

Verilerin Analizi

Araştırmadan elde edilen ham verilerin analizi Braun and Clarke (2006) tarafından belirtilen tematik analiz prosedürleri izlenerek yapılmıştır. Öncelikle veriler araştırmacılar tarafından aşına olana kadar tekrar tekrar okunmuştur. Daha sonra araştırmacılar verilerin % 20'sini bağımsız olarak kodlamasını yaptıktan kodlayıcılar arası uyumu sağlamak amacıyla bir araya gelerek ilk kodları oluşturmuşlardır. Ardından kod kitabı oluşturduktan sonra analiz işlemine devam edilmiştir. Kodlama esnasında ihtiyaç duyulduğunda araştırmacılar tekrar toplanmıştır. Kodlayıcılar arasında uyum sağlandıktan sonra temalar belirlenmiştir. Kodlama süreci boyunca, kodların ve temaların doğruluğunu teyit etmek için araştırmacılar arasında sürekli bir iletişim ve iş birliği sağlanmıştır. Bu süreç, elde edilen bulguların tutarlılığını ve güvenilirliği artırmak amacıyla uygulanmıştır.

4. BULGULAR

Tokyo 2020 Olimpiyatlarına katılan bir sporcunun nitel öyküleyici araştırmasına dayalı olarak, Braun ve Clarke'ın (2006) tematik analizine göre oluşturulan beş ana tema daha geniş biçimde aşağıda sunulmuştur. Her tema, sporcu Oğuz Uyar'ın deneyimleri ve mücadelelerini kapsamlı bir şekilde ele almakta, doğrudan alıntılarla desteklenmektedir.

Atletizme Başlangıç

Oğuz Uyar ile yapılan görüşmede atletizme nasıl başladığı ile sorulara verdiği yanıtlardan "Spora başlama motivasyonu", "öğretmenlerin etkisi", "ilk başarılar", "zorluklarla başa çıkma", "milli takım serüveni" ve "genç yaşta profesyonel spor kariyerine geçiş" kodlarına ulaşılmıştır. Bu kodlardan "Atletizme Başlangıç" temasına ulaşılmıştır. Oğuz Uyar, atletizmle tanışmasını öğretmenlerinin yönlendirmesine bağlıyor. "Atletizme 2018 yılında başladım profesyonel olarak. Onun öncesinde de okul sporlarıyla beden eğitimi öğretmenlerin yönlendirmesiyle yüksek atlamayla başladım." Spora ilk adımı yüksek atlamayla atmış, ancak kısa sürede profesyonel anlamda atletizme geçiş yapmıştır. "2018'de başladım, ilk yarışmada milli takıma girdim. 3 aylık antrenmanla milli oldum. Sonrasında keşfedildim ve sporda hızla yükseldim. Bu süreç benim için başlarda zorlayıcı olmuştu" Başlangıçta zorluklarla karşılaşmış olsa da güçlü bir motivasyonla bu zorlukların üstesinden gelmiştir. Oğuz Uyar'ın milli takıma ilk yarışında girmesi onun için hem kişisel hem de profesyonel gelişiminin bir mihenk taşı olmuştur. Kendisini keşfetmesi ve hızla ilerleyerek spor kariyerinde yükselmesi bu süreçte önemli bir yer tutuyor. Sporun zor ve disiplin gerektiren yapısına rağmen, ilk başlarda yaşadığı mücadeleler onun kararlılığını pekiştirdiği ifadelerinden ve anlaşılmalıdır. Ayrıca sporcunun keşfedilmesinde beden eğitimi öğretmenin etkisi olduğu anlaşılmaktadır.

Olimpiyat Deneyimi ve Beklenmedik Fırsatlar

"Olimpiyata katılım süreci", "bayrak takımıyla seçilme", "beklenmedik fırsatlar" ve "olimpiyat atmosferi" kodları "Olimpiyat deneyimi ve Beklenmedik Fırsatlar" temasını oluşturmuştur. Oğuz Uyar, Tokyo 2020 Olimpiyatları'na katılma sürecinin kendisi için beklenmedik bir fırsat olduğunu anlatıyor. Olimpiyatlar, onun için hedeflediği bir şey olmaktan ziyade ani bir fırsat olarak ortaya çıkmıştır. Antrenörü ve koordinatörlerin yönlendirmesiyle bayrak takımına seçilmiş, ardından bu deneyim hayatında büyük bir dönüm noktası haline gelmiştir. Oğuz Uyar ifadesinde "Aslında hiç olimpiyatı düşünmedim. Olimpiyatların yapılacağını 2021 sezonunun başında öğrendim. Hocam yanıma geldi ve 'Bayrak takımı için gitmek ister misin?' dedi." beklenmedik bir gelişmeydi şeklinde ifade etmiştir. "Spora başlamam da böyle oldu. Şans benimleydi, çünkü 2020'de yapılıyorsa ben gitmezdim. O zaman o kadar iyi değildim." 2020 yılında yapılması planlanan olimpiyatların ertelenmesi onun için avantajlı bir durum yaratmış; bu sayede kendini daha iyi hazırlama imkânı bulmuş ve bayrak takımına katılarak olimpiyatlara gitmiştir. Olimpiyat deneyimi sadece yarışma düzeyinde değil, profesyonel bir sporcu olarak kendini keşfetme ve geliştirme fırsatı olarak da önemli bir yer tutuyor. Tokyo'da geçirdiği süre boyunca, dünya çapındaki diğer sporcularla aynı ortamda bulunmanın onun motivasyonunu ve özgüvenini arttırdığı görülmektedir.

Aile ve Çevrenin Desteği

Kodlar: Ailenin spora karşı tutumu, destek süreçleri, arkadaş ve sosyal çevrenin etkisi, toplumsal kabul ve ilgi, başarıya bağlı olarak artan destek kodları tespit edilmiştir. Oğuz Uyar ifadesinde ailesinin ve çevresinin desteğini şu şekilde ifade etmiştir. "Ailemin desteği her zaman arkamdaydı, ama ilk başta sporcu olmamı istemediler. Türk ailesi olarak ders çalışmamı istiyorlardı, ama derece getirdikçe beni daha çok desteklemeye başladılar." "Arkadaşlarım, mahallede tanımadığım insanlar bile beni tebrik ediyordu. Annem de çok gururlandı; 'Allah bana senin gibi bir evlat verdiği için çok şanslıyım' dediğinde çok duygulandım." Oğuz Uyar, ailesinin başlangıçta spora olan yaklaşımının oldukça temkinli olduğunu ifade ediyor. Türk aile yapısında yaygın olduğu üzere, ailesi onun daha çok derslerine odaklanmasını istemiş, ancak sporda kazandığı

başarılar sonrası aile desteği önemli ölçüde artmıştır. Aile, Uyar'ın dereceler getirmesiyle birlikte ona daha çok destek vermeye başlamış, bu süreçte sporcunun motivasyonu artmıştır. Arkadaşlarının ve geniş sosyal çevresinin de desteği, onun spor kariyerinde devam etme kararını pekiştirmiştir. Tanımadığı insanların bile onu tebrik etmesi, toplumsal kabul görmenin verdiği duygusal bir güç olarak kendini göstermektedir. Bu destek, onun zor anlarda sporu bırakmayı düşünmesine engel olan önemli bir motivasyon kaynağı olmuştur.

Psikolojik ve Fiziksel Mücadele

Fiziksel zorluklar, psikolojik yıpranma, antrenmanların ağırlığı, bırakma düşünceleri, profesyonel destek eksikliği, motivasyonu yeniden kazanma kodları tespit edilmiştir. Oğuz Uyar ile yapılan görüşmelerde atletizmin zorlu yönlerinden bahsetmiştir. *"Atletizm gerçekten çok ağır bir spor... Antrenmanlar çok zor, bazen neden bu sporu seçtim ki diye düşündüğüm çok oldu. Ama sonra düşündüm, bu kadar çabaladım, çabalarım boşa gitmesin diye düşündüm."* En iyilerle yarışma fırsatı yakaladım, bu motivasyonumu artırdı." Oğuz Uyar, atletizmin sadece fiziksel değil, aynı zamanda psikolojik olarak da zorlayıcı olduğunu vurguluyor. Zaman zaman antrenmanların ağırlığı altında ezilme noktasına gelmiş ve sporu bırakmayı düşündüğü anlar olmuş. Ancak bu zorlukların üstesinden gelmesinde en büyük etken, kendisine hatırlattığı kişisel başarıları ve ulaştığı seviye olmuştur. En iyilerle yarışma fırsatı bulması, motivasyonunu yeniden kazandırmış ve spora devam etme kararlılığını artırmıştır. Bununla birlikte, profesyonel anlamda bazı eksiklikler yaşadığını, özellikle psikolojik destek eksikliğinin kendisini zorladığını belirtmiştir. Kamplarda uzun süre ailesinden ve arkadaşlarından uzak kalmak gibi sosyal izolasyonun da psikolojik bir yük getirdiğini ifade ediyor. Ayrıca, antrenörünün yanında olmaması ve farklı antrenörlerle çalışmak zorunda kalması performansını olumsuz etkilemiş. Ancak zorluklar karşısında direnç göstererek, kariyerinde devam etme gücünü bulmayı başarmıştır.

Sporcu ve Antrenör İlişkisi

Antrenörle olan bağ, profesyonel destek eksikliği, antrenman süreçlerindeki alışkanlıklar, antrenörün rolü, uyum problemleri kodları sporcu ve antrenör temasına ulaşılmıştır. *"Hocam hep yanımda oldu, antrenmanlarda beni yönlendirdi. Başka bir antrenörle çalışmak bana zor geldi. Performansında düşüş oldu."* *"Hocam beni tanıyor, neye nasıl tepki vereceğimi biliyor. Başka hocalarla antrenmanlar zor geldi."* Sporcu-antrenör ilişkisi, Uyar'ın başarısında kilit bir rol oynamıştır. Vijdan hocasıyla olan bağı, sporcu için bir güven kaynağı olmuş ve antrenman süreçlerinde alıştığı bir düzen sağlamıştır. Ancak olimpiyat sürecinde farklı antrenörlerle çalışmak zorunda kalması onun performansını olumsuz etkilemiş ve bu süreçte antrenörünün eksikliğini hissetmiştir. Sporcu, kendi antrenörüyle arasındaki uyumun başarıda ne kadar önemli olduğunu vurgulamakta ve farklı antrenörlerle çalışmanın performansını düşürdüğünü belirtmektedir.

Bu analizde ortaya çıkan temalar, Tokyo 2020 Olimpiyatlarına katılan bir sporcunun hayatındaki önemli anlara ve deneyimlere ışık tutmaktadır. Spora başlangıcından olimpiyat deneyimine, aile desteğinden psikolojik mücadelelere kadar uzanan bu süreç, sporcu Oğuz Uyar'ın içsel yolculuğunu gözler önüne seriyor. Bu temalar, bir sporcunun profesyonel düzeye ulaşırken karşılaştığı zorlukları ve bu zorlukları aşma yolunda elde ettiği başarıları göstermektedir. Antrenör ilişkisi, aile desteği ve kişisel kararlılık, bu süreçte en önemli etkenler olarak öne çıkmaktadır.

4.TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada Oğuz Uyar'ın olimpiyatlara katılmadan önceki süreci, katılma süreci ve katıldıktan sonraki sürecinin detaylı olarak ortaya çıkartılması amaçlanmıştır. Araştırmaya katılan Oğuz Uyar'ın bu olimpiyat yolculuğunda yaşadığı deneyimleri, karşılaştığı zorlukları ve elde etmiş olduğu başarıları incelenecektir. Oğuz Uyar ile yapılan görüşme neticesinde ilk olarak atletizme başlangıç teması ortaya

çıkartılmıştır. Bu konuyla ilgili Oğuz Uyar, atletizmle tanışmasını öğretmenlerinin yönlendirmesine bağlamaktadır. *“Atletizme 2018 yılında başladım profesyonel olarak. Onun öncesinde de okul sporlarıyla beden eğitimi öğretmenlerin yönlendirmesiyle yüksek atlamayla başladım”* şeklinde belirtmiştir. Literatürde beden eğitimi öğretmenlerinin öğrencilerin yaşamları boyunca aktif ve sağlıklı bir şekilde spor ve fiziksel aktiviteye teşvik edilmesinde ve yönlendirilmesinde önemli rolü bulunduğu ifade edilerek bu durum desteklenmektedir (Zalech, 2021; Hamdan ve Hamdan, 2023). Ayrıca beden eğitimi öğretmenleri, öğrencilerini boş zaman fiziksel aktivitelere katılmaya motive ettikleri (McDavid, Cox ve Amorose, 2012) ve sunmuş oldukları olumlu geri bildirimlerle öğrencinin motivasyonunu, fiziksel katılımını ve bağlılığını arttırdığı ifade edilmiştir (Aydi, 2022). Oğuz Uyar’ın verdiği yanıtlarda özellikle zorluklarla başa çıkma özelliğine sahip olduğu anlaşılmaktadır. Beden eğitimi derslerinde öğretmenler tarafından kullanılan spor eğitim modeliyle öğrencilerin güçlendirilmesi ve özgüveninin geliştirilmesi sağlanır (Bessa, Hastie, Rosado ve Mesquita, 2021). Beden eğitimi derslerinde öğretmenlerin kazandırmış olduğu çeşitli beceriler, öğrencilerin yaşam boyunca karşılaşılabileceği zorlukların üstesinden gelmesine yardımcı olabilmektedir (Cronin, Allen, Mulvenna ve Russell, 2018). Oğuz Uyar’ın zorluklarla mücadele edebilme özelliği beden eğitimi öğretmeni tarafından derslerinde ve sporun kendisine kazandırdığı birtakım özellikler neticesinde ortaya çıktığı ifade edilebilir.

Atletizme başlangıç temasından sonra olimpiyat deneyimi ve beklenmedik fırsatlar ulaşılan bir diğer temadır. Oğuz Uyar ifadesinde *“Aslında hiç olimpiyatı düşünmedim. Olimpiyatların yapılacağını 2021 sezonunun başında öğrendim. Hocam yanıma geldi ve ‘Bayrak takımı için gitmek ister misin?’ dedi.”* beklenmedik bir gelişmeyi şeklinde ifade etmiştir. Literatürde Miguel, Sofia ve Dias (2023), Olimpiyat Oyunları’nın ertelenmesinin katılımcı sporcular üzerinde olumsuz etkiler yaratmasına rağmen, aynı zamanda büyüme ve gelişme için önemli fırsatlar olarak algılandığını ifade etmiştir. Benzer şekilde başka bir çalışmada, Tokyo 2020 olimpiyatına hazırlanan elit sporcularında motivasyon sorunları, rutin dengenin kaybedilmesi, stres ve kaygı gibi olumsuz sonuçlar ortaya çıkmasına rağmen, aynı zamanda hazırlık süresinin artması ve toparlanma fırsatlarının oluşması pozitif faydalar arasında sayılmaktadır (Lundqvist, Macdougall, Noguchi, Malherbe ve Abejean, 2022). Sporcuların karşılaştıkları COVID-19 gibi beklenmedik olumsuz durumlar, Özellikle Oğuz Uyar’ın ifade ettiği gibi *“Spora başlamam da böyle oldu. Şans benimleydi, çünkü 2020’de yapılıyorsa ben gitmezdim. O zaman o kadar iyi değildim.”* önemli fırsatlara dönüşebilir ve böylece mevcut performans durumlarını bu süreçte daha da yukarıya taşıyabilirler.

Yapılan çalışmada olimpiyat deneyimi ve beklenmedik fırsatlar temasından sonra aile ve çevrenin desteği temasına ulaşılmıştır. Oğuz Uyar ailesinin ve çevresinin desteğini şu şekilde ifade etmiştir. *“Ailemin desteği her zaman arkamdaydı, ama ilk başta sporcu olmamı istemediler. Türk ailesi olarak ders çalışmamı istiyorlardı, ama derece getirdikçe beni daha çok desteklemeye başladılar. Arkadaşlarım, mahallede tanımadığım insanlar bile beni tebrik ediyordu.”* Özellikle aile ve akran desteği sporcuların gelişimlerini pozitif yönde destekleyebilir. Literatürde, aile desteğinin elit sporcuların stres yönetimine yardımcı olduğu, ruh sağlığını ve performansını geliştirdiği (Donohue ve ark., 2015) ve başarılı olma motivasyonu ile performansını olumlu yönde etkilediği (İmtihansyah ve ark., 2024) vurgulanmaktadır. Akran desteği, sporcuların depresyon ve sporda çaresizlik düzeyleriyle negatif bir ilişki göstermektedir (Hagiwara, Iwatsuki, Isogai, Van Raalte ve Brewer, 2017). Takım arkadaşları ya da aynı hedefte yürüyen akranlarıyla etkileşim, sporcuların sosyal ortam içerisinde kendilerini güvende hissetmelerine, özgüvenlerini arttırmalarına ve spor yaparken keyif almalarını arttırmaya yardımcı olabilir (Raabe ve Zakrajsek, 2017; Smith ve Paoli, 2017). Özellikle bireysel sporlarda sunulan akran desteği, duygusal, sosyal ve pratik faydaları teşvik ederek sporcuların gelişim süreçlerine katkı sağlar (Gidugu ve ark., 2015). Bu katkıların, sporcuların zor durumlarla karşılaştıklarında sporu bırakmalarını veya bırakmayı düşünmelerini engellediği söylenebilir. Ayrıca ebeveyn desteğinin hem akademik hem de spor başarısı

motivasyonu üzerinde, akranlara ve antrenörlere kıyasla daha güçlü etkiye sahip olduğu ifade edilmektedir (Prasetiyo ve Yunarta, 2023).

Aile ve çevrenin desteği temasından sonra ulaşılan bir diğer tema psikolojik ve fiziksel mücadele'dir. Herhangi bir sporla uğraşan sporcuların psikolojik ve fiziksel mücadeleleri, spor ortamında elde edeceği başarıları ve bu başarıların sürdürülebilirliği açısından oldukça önemli olabilir. Oğuz Uyar ile yapılan görüşmelerde *"Atletizm gerçekten çok ağır bir spor... Antrenmanlar çok zor, bazen neden bu sporu seçtim ki diye düşündüğüm çok oldu."* Oğuz Uyar, atletizmin hem fiziksel hem de psikolojik olarak zorlayıcı olduğunu vurgulamaktadır. Sporcularda sürekli olarak iyi performans beklentisi altında oluşan baskı, psikolojik olarak savunma sistemini zayıflatabilir (Kuttel ve Larsen, 2020). Elit düzeyde sporla uğraşan sporcuların, anksiyete ve depresyon gibi ruhsal bozukluk riskleri altında yaşadıkları bilinmektedir. Bu durumun yanı sıra, yeme bozuklukları, kötü madde kullanımı, stres gibi ruh sağlığıyla ilgili diğer kanıtlar ise daha az tutarlıdır (Rice, 2016). Mevcut ve eski elit sporcuların katıldığı bir çalışmada, mevcut elit sporcular arasında ruh sağlığı bozukluğu; alkol tüketimi için %19, anksiyete ve depresyon için %34 arasında değiştiği, eski elit sporcularda ise sıkıntının %16, anksiyete ve depresyonun %26 arasında değiştiği ifade edilmiştir (Goutteborge ve ark., 2019). Bu veriler, mevcut elit sporcuların ruh sağlığı sorunlarına eski sporculara kıyasla daha fazla maruz kaldıklarını vurgulamaktadır. Sporun fiziksel ve psikolojik olarak zorluğu, yapılan antrenmanların ağırlığı, profesyonel destek eksikliği sporcularda sporu bırakma ve ruh sağlığı sorunlarının ortaya çıkmasında önemli faktörler olabilir. Elit sporcularda bu durumun önlenmesi amacıyla psikoloji destek ve danışmanlık sunma, zihinsel sağlığı geliştirme, zihinsel sağlık okuryazarlığını artırma, ruh sağlığı farkındalığı sağlama, özerklik fırsatları sağlama, destekleyici sosyal çevre sunma, yeme bozuklukları ve madde kullanımını engelleyici müdahale programları uygulanabilir (Gorczyński, 2021; Gulliver ve ark., 2012; Purcell ve ark., 2022; Schinke, Stambulova, Si ve Moore, 2018).

Yapılan çalışmada, sporcu ve antrenör ilişkisi ulaşılan son temadır. Antrenörlerin sporcular üzerinde olumsuz etkileri olmakla birlikte (Johansson ve Lundqvist, 2017; Yabe ve ark., 2019), olumlu etkilerinin daha fazla olduğu ve sporcuların hayatlarını yönlendirmede önemli bir rol oynadıkları görülmektedir. Özellikle (Han, Lonsdale ve Fung, 2012; Jowett ve ark., 2017) yaptıkları çalışmada, antrenörlerden gelen desteğin performans, refah, çaba, keyif ve yeterlilik üzerine katkıda bulunduğu belirtilmektedir. Bu durum, antrenörlerin önemli olduğunu ortaya koymaktadır. Örneğin sporcumuz Oğuz Uyar bu durumla ilgili olarak *"Hocam hep yanımda oldu, antrenmanlarda beni yönlendirdi. Başka bir antrenörle çalışmak bana zor geldi. Performansında düşüş oldu."* *"Hocam beni tanıyor, neye nasıl tepki vereceğimi biliyor. Başka hocalarla antrenmanlar zor geldi."* şeklinde ifade etmiş ve burada görüldüğü gibi Oğuz Uyar'ın kariyerinin inşasında vijdan hocanın çok önemli role sahip olduğu ifade edilebilir. Bu çalışma, Türk sporcularının olimpiyatlara hazırlanma sürecinde karşılaştıkları zorluklar ve elde ettikleri başarılar bağlamında Türkiye'deki spor altyapısının ve destek mekanizmalarının iyileştirilmesi gerektiğini göstermektedir.

5. SINIRLIKLAR VE ÖNERİLER

Bu araştırma, önemli bulgular sunmasına rağmen bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Araştırmanın yalnızca bir sporcunun üzerinde gerçekleştirilmiş olması, bulguların genelleştirilebilirliğini sınırlamaktadır. Ayrıca çalışmada kullanılan yöntemler, sporcunun bireysel deneyim ve öz değerlendirmelerine dayandığından, sonuçların nesnellliğini sınırlayabilir. Araştırmanın bulguları ışığında, Türkiye'de spor alanında daha sürdürülebilir ve etkili bir sistem oluşturulabilmesi için bazı öneriler sunulmuştur. Öncelikle, Türkiye'de atletizm tesislerinin sayısı ve kalitesi artırılmalı, sporcuların antrenman ihtiyaçlarına uygun modern tesisler inşa edilmelidir. Ayrıca, genç yeteneklerin erken yaşta keşfedilmesi ve geliştirilmesi için küçük şehirlerde spor merkezleri kurulması önerilebilir. Psikolojik destek mekanizmaları geliştirilerek sporcuların ruh sağlığına yönelik düzenli

danışmanlık ve mentorluk hizmetleri sunulabilir. Bu çerçevede, stres ve anksiyete yönetimi programları uygulanarak sporcuların zihinsel dayanıklılığı artırılabilir. Ayrıca, sporcuların ekonomik kaygılarını azaltmak için burs ve sponsorluk imkanları artırılmalı ve ailelerin üzerindeki maddi yükün hafifletilmesi teşvik edilmelidir. Devşirme sporculara yönelik mevcut politikaların uzun vadede sürdürülebilir olmadığı dikkate alınarak, yerli yeteneklerin geliştirilmesine yönelik altyapı yatırımları önceliklendirilmelidir. Ayrıca, sporcuların beslenme ve sağlık gereksinimlerini karşılayacak uzman kadrolar ve tesisler sağlanmalıdır. Tüm bu öneriler, Türk sporcuların uluslararası düzeyde daha başarılı olmasını ve olimpiyatlardaki rekabet gücünün artırılmasını sağlayacaktır.

Yazar Katkıları

SU: Araştırmanın dizaynı. SU,FA,CC: Verilerin toplanması. SU: Verilerin analizi. SU,FA,CC: Yazım, düzenleme.

Etik Beyan

Bu araştırma Helsinki Bildirgesi yönergeleri dikkate alınarak hazırlanmıştır. Diğer yandan katılımcı bilgilendirilmiş onam formunu onaylayarak araştırmaya katılmıştır.

Çıkar Çatışması

Yazarlar arasında çıkar çatışması yoktur.

KAYNAKÇA

- Altunsöz, İ. H., & Koçak, S. (2017). Olimpiyat oyunları'nda sporcu devşirilmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 28(3), 115-127.
- Arnold, R., & Sarkar, M. (2015). Preparing athletes and teams for the Olympic Games: Experiences and lessons learned from the world's best sport psychologists. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(1), 4-20.
- Aydi, B., Selmi, O., Souissi, M. A., Sahli, H., Rekik, G., Crowley-McHattan, Z. J., ... & Chen, Y. S. (2022). The effects of verbal encouragement during a soccer dribbling circuit on physical and psychophysiological responses: An exploratory study in a physical education setting. *Children*, 9(6), 907. <https://doi.org/10.3390/children9060907>
- Baltacı, A. (2018). Nitel araştırmalarda örnekleme yöntemleri ve örnek hacmi sorunsalı üzerine kavramsal bir inceleme. *Bitlis Eren Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(1), 231-274.
- Besombes, N., Dalgalarondo, S., & Desenfant, M. (2020). Performance factors and strategies favored by French Olympic athletes. *Sociology of Sport Journal*, 38(1), 88-97.
- Bessa, C., Hastie, P., Rosado, A., & Mesquita, I. (2021). Sport education and traditional teaching: Influence on students' empowerment and self-confidence in high school physical education classes. *Sustainability*, 13(2), 578. <https://doi.org/10.3390/su13020578>
- Birrer, D., Wetzel, J., Schmid, J., & Morgan, G. (2012). Analysis of sport psychology consultancy at three Olympic Games: Facts and figures. *Psychology of Sport and Exercise*, 13, 702-710. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.04.008>
- Cardinale, M. (2021). Preparing athletes and staff for the first "pandemic" Olympic Games. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*. 61(8):1052-60. <https://doi.org/10.23736/S0022-4707.21.12745-8>
- Chan, D. K., Lonsdale, C., & Fung, H. H. (2012). Influences of coaches, parents, and peers on the motivational patterns of child and adolescent athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 22(4), 558-568.
- Cope, E., Harvey, S., & Kirk, D. (2015). Reflections on using visual research methods in sports coaching. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 7(1), 88-108. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2013.877959>

- Creswell, J.W. (2018). *Beş yaklaşıma göre nitel araştırma ve araştırma deseni*. (Mesut Bütün ve Selçuk Beşir Demir, Çev. Edt.) (4. Baskı). Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Cronin, L. D., Allen, J., Mulvenna, C., & Russell, P. (2018). An investigation of the relationships between the teaching climate, students' perceived life skills development and well-being within physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 23(2), 181-196. <https://doi.org/10.1080/17408989.2017.1371684>
- Donohue, B., Chow, G. M., Pitts, M., Loughran, T., Schubert, K. N., Gavrilova, Y., & Allen, D. N. (2015). Piloting a family-supported approach to concurrently optimize mental health and sport performance in athletes. *Clinical Case Studies*, 14(3), 159-177. <https://doi.org/10.1177/15346501145483>
- Ersoy, A. & Bozkurt, M. (2017). Anlatı araştırması. İçinde, A. Saban ve A. Ersoy (Ed.), *Eğitimde nitel araştırma desenleri* (ss. 237-277). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2012). A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(6), 669-678.
- Gidugu, V., Rogers, E. S., Harrington, S., Maru, M., Johnson, G., Cohee, J., & Hinkel, J. (2015). Individual peer support: A qualitative study of mechanisms of its effectiveness. *Community Mental Health Journal*, 51, 445-452. <https://doi.org/10.1007/s10597-014-9801-0>
- Gorczyński, P., Currie, A., Gibson, K., Gouttebauge, V., Hainline, B., Castaldelli-Maia, J. M., ... & Swartz, L. (2021). Developing mental health literacy and cultural competence in elite sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 33(4), 387-401. <https://doi.org/10.1080/10413200.2020.1720045>
- Gould, D., & Maynard, I. (2009). Psychological preparation for the Olympic Games. *Journal of Sports Sciences*, 27, 1393-1408.
- Gouttebauge, V., Castaldelli-Maia, J. M., Gorczyński, P., Hainline, B., Hitchcock, M. E., Kerkhoffs, G. M., ... & Reardon, C. L. (2019). Occurrence of mental health symptoms and disorders in current and former elite athletes: A systematic review and meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine*, 53(11), 700-706.
- Gök, İ. (2020). *1896'dan 2020'ye olimpik oyunların ekonomik dönüşümü, sporda finansal, ekonomik ve sosyal araştırmalar*. Ankara: Nobel Bilimsel Eserler.
- Greenleaf, C., Gould, D., & Dieffenbach, K. (2001). Factors influencing Olympic performance: Interviews with Atlanta and Nagano U.S. Olympians. *Journal of Applied Sport Psychology*, 13, 154-184. <https://doi.org/10.1080/104132001753149874>
- Gulliver, A., Griffiths, K. M., Christensen, H., Mackinnon, A., Callear, A. L., Parsons, A., ... & Stanimirovic, R. (2012). Internet-based interventions to promote mental health help-seeking in elite athletes: An exploratory randomized controlled trial. *Journal of Medical Internet Research*, 14(3), e69.
- Hagiwara, G., Iwatsuki, T., Isogai, H., Van Raalte, J. L., & Brewer, B. W. (2017). Relationships among sports helplessness, depression, and social support in American college student-athletes. *Journal of Physical Education and Sport*, 17(2), 753. <https://doi.org/10.7752/jpes.2017.02114>
- Hamdan, A. Y., & Hamdan, M. F. (2023). The role of physical education teachers in managing and refining sport talents and sending them to clubs. *Journal of Namibian Studies: History Politics Culture*, 33, 135-165. <https://doi.org/10.59670/jns.v33i.419>
- Harmandar Demirel, H., & Yıldırım, İ. (2013). The philosophy of physical education and sport from ancient times to the enlightenment. *European Journal of Educational Research*, 2(4), 191-202.
- Henriksen, K. (2015). Sport psychology at the Olympics: The case of a Danish sailing crew in a head wind. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(1), 43-55.
- Joncheray, H., Burlot, F., Imtihansyah, R., Tomoliyus, T., Sukamti, E. R., Fauzi, F., Prabowo, T. A., Prayoga, H. D., ... & Amalia, B. (2024). The impact of parental support on performance achievement through achievement motivation in elite athletes in South Kalimantan, Indonesia: A

- cross-sectional study with structural equation modeling analysis. *Retos: Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte y Recreación*, (57), 346-354.
- Johansson, S., & Lundqvist, C. (2017). Sexual harassment and abuse in coach–athlete relationships in Sweden. *European Journal for Sport and Society*, 14(2), 117-137. <https://doi.org/10.1080/16138171.2017.1318106>
- Jowett, S., Adie, J. W., Bartholomew, K. J., Yang, S. X., Gustafsson, H., & Lopez-Jiménez, A. (2017). Motivational processes in the coach-athlete relationship: A multi-cultural self-determination approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 32, 143-152. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.06.004>
- Kuttel, A., & Larsen, C. H. (2020). Risk and protective factors for mental health in elite athletes: A scoping review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 13(1), 231-265.
- Leopkey, B., & Parent, M. M. (2012). Olympic Games legacy: From general benefits to sustainable long-term legacy. *The International Journal of the History of Sport*, 29(6), 924–943. <https://doi.org/10.1080/09523367.2011.623006>
- Lundqvist, C., Macdougall, H., Noguchi, Y., Malherbe, A., & Abejean, F. (2022). When COVID-19 struck the world and elite sports: Psychological challenges and support provision in five countries during the first phase of the pandemic. *Journal of Sport Psychology in Action*, 13(2), 116-128. <https://doi.org/10.1080/21520704.2021.1931594>
- Males, J. R., Kerr, J. H., & Hudson, J. (2021). Athlete–coach conflict and a sport psychologist caught in the middle: A case study of consultancy during athlete preparation and performance in Olympic Games athletics. *The Sport Psychologist*, 35(1), 30-42.
- McDavid, L., Cox, A. E., & Amorose, A. J. (2012). The relative roles of physical education teachers and parents in adolescents' leisure-time physical activity motivation and behavior. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(2), 99-107. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.10.003>
- Merriam, S. B. (2013). *Nitel araştırma, desen ve uygulama için bir rehber* (S. Turan, Çev. Ed.). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Nikolaidis, P. T., & Theodoropoulou, E. (2014). Relationship between nutrition knowledge and physical fitness in semiprofessional soccer players. *Scientifica*, 2014(1), 180353.
- Miguel, I., Sofia, R., & Dias, C. (2023). Portuguese olympic and paralympic athletes' experiences of the COVID-19 pandemic and the postponement of the Tokyo-2020 Olympic Games. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1-19. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2023.2238296>
- Özsoy, S. (2017). Türk Basınında 1948 Londra Olimpiyatları. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 4(2), 78-100.
- Prasetyo, R., & Yunarta, A. (2023). Pengaruh dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi akademik dan olahraga pada atlet. *Jurnal Porkes*, 6(1), 177-188. <https://doi.org/10.29408/porkes.v6i1.5713>
- Purcell, R., Pilkington, V., Carberry, S., Reid, D., Gwyther, K., Hall, K., ... & Rice, S. (2022). An evidence-informed framework to promote mental wellbeing in elite sport. *Frontiers in Psychology*, 13, 780359. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.780359>
- Raabe, J., & Zakrajsek, R. A. (2017). Coaches and teammates as social agents for collegiate athletes' basic psychological need satisfaction. *Journal of Intercollegiate Sport*, 10(1), 67-82. <https://doi.org/10.1123/jis.2016-0033>
- Rice, S. M., Purcell, R., De Silva, S., Mawren, D., McGorry, P. D., & Parker, A. G. (2016). The mental health of elite athletes: A narrative systematic review. *Sports Medicine*, 46, 1333-1353. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0492-2>
- Ritchie, B. W., Shipway, R., & Cleeve, B. (2009). Resident perceptions of mega-sporting events: A non-host city perspective of the 2012 London Olympic Games. *Journal of Sport & Tourism*, 14(2–3), 143–167. <https://doi.org/10.1080/14775080902965108>
- Scerri, M., & Grech, V. (2021). Discussion: COVID-19's impact on sports and athletes. *Ger J Exerc Sport Res.*, 51, 390–393 <https://doi.org/10.1007/s12662-021-00726-6>

- Schinke, R. J., Stambulova, N. B., Si, G., & Moore, Z. (2018). International society of sport psychology position stand: Athletes' mental health, performance, and development. *International Journal of Sport And Exercise Psychology*, 16(6), 622-639. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2017.1295557>
- Sivrikaya, K., & Demir, A. (2019). Türkiye'de 2001 yılı ve sonrasında uygulanan spor ekonomisi politikalarına yönelik bir değerlendirme. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 10(23), 126-136.
- Smith, A. L., & Paoli, A. G. D. (2017). Fostering adaptive peer relationships in youth sport. In *Sport psychology for young athletes* (pp. 196-205). Routledge.
- Sunay, H., & Kaya, B. (2019). Türk spor yönetimindeki mevcut sorunlarla ilgili antrenörlerin görüşleri. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 10(3), 301-311.
- Şinoforoğlu, T. (2020). Türkiye'nin erken dönem olimpizm serüveni ve ay-yıldız'ın olimpiyat oyunları'nda ilk resmi temsili (1896-1921). *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(Spor Tarihi Özel Sayı), 21-55. <https://doi.org/10.33689/spormetre.728876>
- TMOK, Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi. (2021). *Tokyo 2020 Yaz Olimpiyat Oyunları Japonya*. Retrieved from TMOK website: <https://olimpiyat.org.tr/Oyun-Detay/tokyo-2020-yaz-olimpiyat-oyunlar/138.-2024> 26.11.2024 tarihinde erişilmiştir.
- Yabe, Y., Hagiwara, Y., Sekiguchi, T., Momma, H., Tsuchiya, M., Kuroki, K., ... & Nagatomi, R. (2019). Verbal abuse from coaches is associated with loss of motivation for the present sport in young athletes: A cross-sectional study in Miyagi prefecture. *The Tohoku Journal of Experimental Medicine*, 248(2), 107-113.
- Yıldırım, A. & Şimşek, H. (2011). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (8 basım). Ankara: Seçkin.
- Zalech, M. (2021). Student perception of PE teachers and its effect on their participation in PE classes and sports: A new perspective on teacher competencies. *Journal of Physical Education and Sport*, 21, 1106-1111. <https://doi.org/10.7752/jpes.2021.s2139>

Makale Geliş : 28.11.2024

Makale Kabul : 30.12.2024

Açık Erişim Politikası

Bu eser Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır. <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.tr>