



Spora Devam Etme Sürecine Etki Eden Psikososyal Faktörler: Elit Güreşçiler Üzerine Nitel Bir Araştırma

Burhan ÖZKURT¹, Yasin ALTIN²

¹ Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sivas, Türkiye

² Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sivas, Türkiye

Öz

Bu çalışmanın amacı, elit güreşçilerin spora devam etme süreçlerini şekillendiren psikososyal faktörleri ve sporcuların bu süreçte attıkları anlamları derinlemesine incelemektir. Literatürde spora devamlılık genellikle nicel yöntemlerle ele alınmış, ancak sporcuların öznel deneyimlerine ve anlamlandırma süreçlerine odaklanan çalışmalar sınırlı kalmıştır. Fenomenolojik desende kurgulanan bu çalışmada, amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme tekniğiyle belirlenen, ulusal ve uluslararası başarılarla sahip 24 elit düzey erkek güreşçi ile yarı yapılandırılmış derinlemesine görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Elde edilen veriler, fenomenolojik analizin ilkelerine uygun olarak tematik analiz yöntemiyle çözümlenmiştir. Analiz sonucunda; “İçsel Dinamikler ve Sembolik Motivasyonlar”, “Sosyal Çevrenin Rolü” ve “Kırılma Anları ve Yeniden Bağlanma Dinamikleri” olmak üzere üç ana tema ortaya çıkmıştır. Bulgular, spora devam etme kararının yalnızca sportif başarıya değil; millî gurur ve temsil, antrenör desteği ve adalet algısı gibi psikososyal faktörlerin etkileşimine dayalı dinamik bir süreç olduğunu göstermiştir. Sonuç olarak çalışma, elit sporcuların kariyer sürdürülebilirliği için yalnızca fiziksel değil, psiko-sosyal destek mekanizmalarının ve kurumsal adalet politikalarının güçlendirilmesi gerektiğini ortaya koymaktadır.

Orijinal Makale

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 19.01.2026

Kabul Tarihi: 23.03.2026

Online Yayın Tarihi: 25.03.2026

Anahtar kelimeler: Elit güreşçiler, spora devam etme, psikososyal faktörler.

Psychosocial Factors Influencing the Process of Continuing in Sports: A Qualitative Study on Elite Freestyle and Greco-Roman Wrestlers

Abstract

The purpose of this study is to examine in depth the psychosocial factors that shape the sport continuation processes of elite wrestlers, as well as the meanings that athletes attribute to this process. In the existing literature, sport continuation has predominantly been investigated using quantitative methods, while studies focusing on athletes' subjective experiences and meaning-making processes remain limited. Designed within a phenomenological framework, this study employed criterion sampling, one of the purposive sampling methods, to select 24 elite male wrestlers with national and international achievements. The data were analysed through thematic analysis, adhering to the fundamental principles of phenomenological inquiry. The analysis revealed three main themes: Internal Dynamics and Symbolic Motivations, The Role of the Social Environment, and Turning Points and Re-engagement Dynamics. The findings indicate that the decision to continue participation in sport is not solely based on athletic success but represents a dynamic process shaped by the interaction of psychosocial factors such as national pride and representation, coach support, and perceptions of fairness. In conclusion, the study highlights the necessity of strengthening not only physical but also psychosocial support mechanisms and institutional justice policies to ensure the career sustainability of elite athletes.

Original Article

Article Info

Received: 19.01.2026

Accepted: 23.03.2026

Online Published: 25.03.2026

Keywords: Elite wrestlers, sport continuation, psychosocial factors.

Sorumlu Yazar: Burhan ÖZKURT

E-mail: burhanozkurt@cumhuriyet.edu.tr

How to cite this article: Özkurt, B. & Altın, Y. (2026). Spora Devam Etme Sürecine Etki Eden Psikososyal Faktörler: Serbest ve Grekoromen Stil Elit Güreşçiler Üzerine Nitel Bir Araştırma. *Journal of Global Sport and Education Research*, IX (1):26-52. DOI: 10.55142/jogser.1867104.

GİRİŞ

Güreş, spor branşları arasında fiziksel temasın en yoğun olduğu, sporcunun teknik kapasitesi kadar psikolojik dayanıklılığının sınırlarının zorlandığı bir performans alanıdır. Özellikle elit düzeyde mücadele eden güreşçiler; kilo düşme süreçleri, yüksek sakatlık riski ve yoğun müsabaka takvimi gibi bu branşa özgü stres faktörlerinin yanı sıra, artan rekabet düzeyi, sürekli performans değerlendirmeleri, yoğun duygusal baskılar, sosyal beklentiler ve kariyer belirsizlikleriyle de baş etmek zorunda kalmaktadır (Eynon vd., 2019; Gledhill vd., 2017; Işık vd., 2013; Okudan vd., 2025; Özkurt, 2023; Sarkar ve Fletcher, 2014; Shadgan vd., 2024). Bu zorluklarla güreş, sporcular için sadece bedensel bir performans sergilenen bir branş değil, aynı zamanda psikososyal açıdan sınırlı bir alana dönüşmektedir.

Güreşçilerin sözü edilen bu çok boyutlu stres faktörlerine rağmen minderde kalabilmeleri, literatürde spora devam etme kavramı ile açıklanmaktadır. Bu kavram, bireyin sportif faaliyetlere düzenli ve sürdürülebilir biçimde katılmasını ifade eder. Bu davranış yalnızca fiziksel katılımın sürekliliğiyle sınırlı değildir. Bireyin içsel motivasyonu, hedef yönelimi, psikolojik bağlılığı ve sosyal çevreyle kurduğu ilişkilerle de ilgilidir (Özkurt, 2023; Özkurt vd., 2025a). Spora başlamak, belirli bir karar anına işaret ederken, spora devam etmek, bu kararın istikrarlı bir davranış örüntüsüne dönüşmesini ve zaman içerisinde sürdürülebilmesini gerektirmektedir. Bu yönüyle devamlılık, bireysel ve çevresel etkenlerin karşılıklı etkileşimiyle şekillenen ve değişen koşullara uyum gerektiren dinamik bir olgudur. İlk bakışta sporda devamlılık, basit bir tekrar davranışı gibi algılansa da her gün antrenmana gitmek, programa sadık kalmak, müsabakalara hazırlanmak özellikle elit düzeyde spor yapan bireyler için daha derin anlamlar taşır (Özkurt, 2023; Özkurt vd., 2025b).

Bireyin psikolojik özellikleri ile sosyal çevresi arasındaki etkileşimi ifade eden psikososyal faktörler (American Psychological Association, 2015), spor bağlamında bireyin deneyimlerini ve davranışlarını anlamada önemli bir çerçeve sunmaktadır. Bu çerçevede psikososyal faktörler, bireyin davranışlarını yalnızca içsel psikolojik süreçler ya da çevresel koşullar üzerinden açıklamak yerine, bu iki düzey arasındaki karşılıklı etkileşimin birlikte ele alınmasını gerekir. Özellikle güreş gibi bireysel spor branşlarında sporcuların yüksek fiziksel ve psikolojik yüklerle karşı karşıya kalmaları, psikolojik kaynaklar ile sosyal çevreden algılanan desteğin önemini daha da artırmaktadır. Bu bağlamda motivasyon, öz-yeterlik algısı, özgüven, duygusal dayanıklılık ve stresle başa çıkma becerileri gibi psikolojik unsurlar, bireyin karşılaştığı zorlukları nasıl değerlendirdiğini ve bu zorluklara nasıl tepki verdiğini şekillendiren önemli kişisel kaynaklar olarak öne çıkmaktadır. Buna karşılık aile, arkadaş çevresi, antrenör ve içinde bulunulan sosyal ortam gibi sosyal faktörler ise bu psikolojik süreçleri destekleyici ya da engelleyici bir rol üstlenebilmektedir (Sarkar ve Fletcher, 2014; Simons ve Bird, 2023). Bu içsel ve dışsal unsurların etkileşimi sonucunda sporcuların algıladıkları sosyal destek, psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumu gibi çıktılar şekillenebilmektedir (Alorani ve Alradaydeh, 2018; Kuok vd., 2021). Söz konusu süreçler sporcuların spora yönelik motivasyonlarını ve psikolojik bağlılıklarını etkileyerek spora devam etme davranışları üzerinde de belirleyici olabilmektedir (Ayrancı ve Aydın, 2025; Kovács ve Szakál, 2024; Özkurt, 2023; Scanlan vd., 2016; Wendling vd., 2018; Zhang vd., 2022).

Elit performansın sürdürülebilirliği ve devamlılık, spor psikolojisi literatüründe önemli bir araştırma konusudur (Kovács ve Szakál, 2024). Planlı Davranış Teorisi [TPB, Theory of Planned Behavior] (Ajzen, 1991), Öz-Belirleme Kuramı [SDT, Self-Determination Theory] ve Başarı Hedef Kuramı [AGT, Achievement Goal Theory], sporcuların spora devam etme kararlarının motivasyonel süreçler, özerklik algısı, hedef yönelimi ve davranışsal niyet gibi psikososyal faktörlerle yakından ilişkili olduğunu vurgulamaktadır (Ajzen, 1991; Deci ve Ryan, 2000; Nicholls, 1984; Standage, 2023). Literatürde yer alan araştırmalar, spora devam etme davranışının içsel motivasyon, spordan keyif alma, psikolojik bağlılık, antrenör davranışı ve algılanan sosyal destek gibi değişkenlerle anlamlı biçimde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Sheridan vd., 2014; Tao ve Yu, 2025; Zhang vd., 2024; Altın, 2025). Bununla birlikte, sporu bırakma davranışını inceleyen sistematik derleme ve meta-analiz çalışmaları da benzer biçimde, motivasyonel süreçler, spor deneyiminden alınan doyum ve sosyal desteğin, sporu bırakma olasılığını anlamlı düzeyde azalttığını göstermektedir (Back vd., 2022). Bu çalışmaların büyük çoğunluğu nicel araştırma yaklaşımlarıyla yürütülmüş; spora devam etme ya da sporu bırakma süreçleri, ağırlıklı olarak ölçekler ve istatistiksel modeller aracılığıyla açıklanmaya çalışılmıştır. Nicel yaklaşımlar, spora devam etme davranışıyla ilişkili faktörlerin neler olduğunu ve bu faktörlerin etkilerini belirlemede avantaj sağlar. Fakat, bu yaklaşımlar sporcuların söz konusu faktörleri nasıl anlamlandırdıklarını, bu faktörlerin sporcu deneyimi içinde hangi koşullarda değiştiğini ve özellikle sakatlık, başarısızlık ya da mağlubiyet gibi kriz anlarında spora devam etme kararlarını nasıl sorguladıklarını ve yeniden şekillendirdiklerini açıklamada yetersiz kalmaktadır. Ölçekler ve istatistiksel modeller spora devam etme ya da bırakma kararındaki etkenlerin istatistiksel olarak ne kadar etkili olduğunu ölçebilir; fakat sporcunun hislerini ya da kariyerini sorduladığı anı nasıl deneyimlediğini ve bu deneyimi nasıl anlamlandırdığını ortaya koymasına olası değildir. Nitel bakış açısı, insan deneyiminin derinliğine ve karmaşıklığına odaklanmak gerektiğini vurgulamaktadır (Levitt vd., 2018). Sporcu deneyimlerinin sadece sayısal verilerle değil, derinlemesine yöntemlerle de incelenmesi gerekmektedir. Bir güreşçinin minderde kalma kararı; yalnızca motivasyonel bir tercih değil, aynı zamanda kimlik inşası, sosyal beklentilerle müzakere ve bedensel acıyla kurduğu ilişkinin bütünüdür. Bu nedenle, elit güreşçilerin bu süreci nasıl anlamlandırdıklarını ortaya koyan, onların öznel deneyimlerine odaklanan çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Bu çalışmanın temel amacı, serbest ve grekoromen stil elit güreşçilerin spora devam etme süreçlerini şekillendiren psikososyal faktörleri ve bu faktörlerin sporcuların yaşamındaki anlamını derinlemesine incelemektir. Araştırma, bireyin deneyimlerini kendi bakış açısından anlamayı ve yorumlamayı esas alan fenomenolojik bir desen temelinde yürütülmüştür. Fenomenolojik yaklaşım, bireylerin belirli bir olguyu nasıl deneyimlediklerini ve bu deneyime hangi anlamları yüklediklerini ortaya koymayı amaçlayan bir nitel araştırma geleneğine dayanmaktadır (Moustakas, 1994; van Manen, 2016). Bu yaklaşım, araştırmacıya sporcuların içsel dünyasına ve içinde buldukları sosyal çevreye odaklanarak değişkenler arasındaki ilişkileri ölçmekten ziyade sporcuların deneyimlerinin özünü ve bu deneyimlere yükledikleri anlamları keşfetme imkânı sunmaktadır. Bu doğrultuda çalışma, literatürdeki nicel ağırlıklı eğilimin aksine, elit güreşçilerin spora devam etme sürecine ilişkin öznel deneyimlerini inceleyerek bu süreçte ortaya çıkan kırılma noktalarını, baş etme mekanizmalarını ve sosyal

destek ağlarının işlevini betimleyici ve yorumlayıcı bir perspektifle açıklamayı amaçlamaktadır. Çalışma kapsamında aşağıdaki araştırma sorularına yanıt aranmıştır:

1. Elit güreşçilerin spora devam etme süreçlerinde öne çıkan psikososyal faktörler nelerdir?
2. Elit güreşçiler, spora devam etme süreçlerini etkileyen psikososyal faktörleri kendi deneyimleri üzerinden nasıl anlamlandırmakta ve bu faktörler spora devam etme kararlarını nasıl şekillendirmektedir?
3. Sporcuların sporu bırakmayı düşündükleri kırılma anlarında, onları yeniden mindere bağlayan içsel ve dışsal dinamikler nelerdir?

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın deseni, katılımcı bilgileri, veri toplama araçları, süreçleri, sınırlılıklar, varsayımlar ve verilerin analizi hakkında bilgilere yer verilmiştir.

Araştırma Deseni

Bu çalışma, serbest ve grekoromen stil elit düzey güreşçilerin spora devam etme süreçlerinde etkili olan psikososyal faktörleri derinlemesine incelemek amacıyla nitel bir yaklaşımla yürütülmüştür. Nitel araştırmalar, bireylerin öznel deneyimlerinden yola çıkarak olgulara ilişkin anlamları ortaya koymayı hedefler (Creswell, 2016). Araştırma fenomenolojik (olgubilimsel) bir yaklaşımla desenlenmiştir. Fenomenoloji, bireylerin belirli bir olguyu nasıl deneyimlediklerini ve bu deneyime nasıl anlam yüklediklerini ortaya çıkarmayı amaçlayan bir nitel araştırma yaklaşımıdır (Smith ve Osborn, 2008). Bu doğrultuda veri analizi sürecinde katılımcı ifadeleri öncelikle anlamlı birimler hâlinde incelenmiş, benzer içerikler temalar altında bir araya getirilmiştir. Ardından katılımcıların spora devam etme deneyimlerine ilişkin dokusal betimlemeler (sporcuların ne deneyimlediği) ve yapısal betimlemeler (bu deneyimlerin hangi bağlamlarda ortaya çıktığı) oluşturulmuş ve bu iki boyut birlikte değerlendirilerek deneyimin özüne ilişkin bütüncül bir yorum geliştirilmiştir. Bu süreç, güreşçilerin spora devam etme kararlarının arkasında yer alan psikolojik, sosyal ve çevresel dinamiklerin sporcuların öznel bakış açıları üzerinden derinlemesine anlaşılmasına olanak sağlamıştır.

Araştırma Grubu

Araştırmanın örneklemini, 2025 yılı Türkiye Güreş Federasyonu şampiyonalarına katılan, serbest ve grekoromen stil elit düzeyde mücadele eden 24 erkek güreşçi oluşturmaktadır. Katılımcılar; U20, U23 ve Büyükler kategorilerinde aktif olarak lisanslı şekilde yarışmakta olup, en az üç yıllık spor geçmişine ve ulusal düzeyde başarıya sahiptir. Örneklem, amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme tekniğiyle belirlenmiştir (Creswell, 2016). Katılımcıların seçiminde şu ölçütler dikkate alınmıştır: a) Türkiye Güreş Federasyonu'na bağlı kulüplerde lisanslı sporcu olmak, b) En az üç yıldır aktif güreş yapıyor olmak, c) 2025 yılı ulusal şampiyonalardan birine katılmış olmak, d) Elit düzeyde başarıya (örn. milli takım, derece) sahip olmak.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri ve Sportif Başarına İlişkin Bilgiler

Katılımcı	Yaş	Stil	Spor yaşı	En İyi Sportif Başarı
K1	23	Greko-Romen	11	Ünv.Spor. Dünya 1.
K2	23	Serbest	11	Gençler, Dünya 3.
K3	20	Greko-Romen	9	Gençler Uluslar arası Turnuva 3.
K4	21	Serbest	12	U23-Uluslar arası Turnuva 1.
K5	30	Greko-Romen	17	Gençler, Dünya 1.
K6	27	Greko-Romen	18	Büyükler, Dünya 1.
K7	23	Serbest	12	Ünv.Spor. Dünya 3.
K8	18	Greko-Romen	7	Balkan Şam 1.
K9	28	Serbest	18	Büyükler, Dünya 2.
K10	20	Serbest	11	Gençler, Avrupa 3.
K11	33	Greko-Romen	23	Gençler, Avrupa 3.
K14	31	Greko-Romen	19	Büyükler, Dünya 1.
K15	20	Serbest	5	Gençler Uluslar arası Turnuva 3.
K16	21	Greko-Romen	14	Büyükler, Dünya 1.
K17	33	Greko-Romen	22	Olimpiyat Oyunları 2.
K18	25	Greko-Romen	12	Büyükler, Dünya 3.
K19	22	Greko-Romen	12	Gençler, Avrupa 2.
K20	32	Serbest	20	Olimpiyat Oyunları 3.
K21	32	Serbest	20	Olimpiyat Oyunları 1.
K22	28	Greko-Romen	20	Büyükler, Dünya 3.
K23	21	Serbest	10	Gençler Uluslar arası Turnuva 3.
K24	19	Greko-Romen	9	U15 Avrupa 2.

Araştırmacıların Konumu/ Rolü

Bu araştırma, spor bilimleri ve spor psikolojisi alanında uzun yıllardır akademik ve saha temelli çalışmalar yürüten araştırmacılar tarafından gerçekleştirilmiştir. Araştırmacıların her ikisi de nitel araştırma yöntemleri konusunda deneyimli olup, daha önce farklı spor branşlarında sporcularla yürütülmüş nitel çalışmalarda yer almışlardır. Bu birikim, çalışmanın kuramsal çerçevesinin oluşturulması, veri toplama sürecinin yapılandırılması ve analiz aşamasında elde edilen bulguların bağlamsal olarak yorumlanmasına katkı sağlamıştır. Her iki araştırmacı da spor kültürünün içinden gelen bireyler olarak, çalışmanın konusuna ilişkin önbilgilere ve kişisel farkındalıklara sahiptir. Araştırmacılarından biri, elit düzeyde sporculuk geçmişine sahip olup, aynı zamanda antrenörlük deneyimi bulunmaktadır. Araştırmacıların mesleki birikimi ve saha deneyimine dayalı geçmişleri, katılımcılarla güvene dayalı bir iletişim kurulmasını kolaylaştırmış; bu durum, sporcuların deneyimlerini daha açık ve ayrıntılı biçimde ifade etmelerine olanak sağlamıştır. Araştırmacıların bu alanla olan yakın ilişkilerinin veri toplama ve analiz süreçlerinde hem kolaylaştırıcı hem de potansiyel etkileyici bir rol oynayabileceği kabul edilmiştir. Bu nedenle araştırma süreci boyunca fenomenolojik araştırmalarda önemli bir ilke olan yansıtıcılık (reflexivity) ve parantez içine alma (bracketing) yaklaşımı benimsenmiştir. Bu kapsamda araştırmacılar veri toplama sürecinden önce konuya ilişkin kendi deneyim ve varsayımlarını yazılı olarak ifade etmiş, bu önkabullerin analiz sürecini yönlendirmemesi için veri analizinde katılımcı ifadelerine öncelik verilmiştir. Ayrıca görüşme kayıtları ve kodlama süreci araştırmacılar arasında karşılaştırmalı biçimde değerlendirilmiş ve yorum farklılıkları tartışılarak ortak bir tematik yapı oluşturulmuştur. Bu süreç, araştırmacıların kişisel

deneyimlerinin analiz üzerindeki etkisini azaltmaya ve katılımcı deneyimlerinin daha nesnel biçimde ortaya konmasına katkı sağlamıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ve yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların demografik ve spora ilişkin temel özelliklerini belirlemek amacıyla, araştırmacı tarafından geliştirilen bir kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Bu formda; yaş, güreş stili (serbest/grekoromen), spor yaşı (güreşe başlama yılı ve deneyim süresi), yarışma kategorisi (U20, U23, büyükler) ve en iyi sportif başarı (örneğin Türkiye derecesi, milli takım deneyimi gibi) gibi değişkenlere ilişkin kapalı uçlu sorular yer almaktadır.

Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu

Bu araştırmada veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Bu form, serbest ve grekoromen stil elit güreşçilerin spora devam etme sürecine etki eden psikososyal faktörleri kendi yaşantı deneyimleri ve bu deneyimlere yükledikleri anlamlar doğrultusunda açıklayabilmelerine olanak sağlamak amacıyla yapılandırılmıştır. Görüşme formu, temel araştırma sorularına doğrudan yanıt verecek şekilde oluşturulan üç ana soru ve bu sorulara bağlı olarak geliştirilen alt sordalardan oluşmaktadır. Bu sayede sporcuların spora devam etme kararlarını etkileyen psikolojik ve sosyal etkenlerin daha kapsamlı bir şekilde anlaşılması amaçlanmıştır.

Görüşme soruları; spora devam etme sürecinde etkili olan psikososyal faktörler, sporcuların bu faktörleri kendi deneyimleri üzerinden nasıl anlamlandırdıkları ve sporcuların sporu bırakmayı düşündükleri kırılma anlarında ortaya çıkan içsel ve dışsal dinamikler olmak üzere üç tematik eksen doğrultusunda yapılandırılmıştır. Görüşme formunda yer alan ana sorular ve bu sorulara bağlı olarak kullanılan örnek sordalar Ek 1’de sunulmuştur.

Araştırma Sorularının Hazırlanması ve Görüşme Formunun Geliştirilmesi

Bu araştırmada kullanılan yarı yapılandırılmış görüşme formu, elit düzeyde güreş yapan sporcuların spora devam etme süreçlerine etki eden psikososyal faktörleri öznel deneyimleri doğrultusunda derinlemesine incelemek amacıyla oluşturulmuştur. Görüşme formunun geliştirilme süreci, mevcut literatür ve kuramsal çerçeve temel alınarak yürütülmüştür. Bu kapsamda, spor psikolojisi literatüründe spora devam etme davranışını açıklamada sıklıkla kullanılan Planlı Davranış Teorisi (Ajzen, 1991), Öz-Belirleme Kuramı (Self-Determination Theory - SDT) ve Başarı Hedef Kuramı (Achievement Goal Theory - AGT) gibi kuramsal yaklaşımlardan yararlanılmıştır. Ayrıca, Özkurt (2023), Örnek ve Biçer (2021), Yıldırım ve Sunay (2009) gibi çalışmalarda yer alan bulgular ve kullanılan soru örnekleri incelenmiş; bu doğrultuda araştırmanın amacına hizmet edecek şekilde açık uçlu ve katılımcıların deneyimlerini ifade etmeye uygun sorular hazırlanmıştır.

Hazırlanan taslak form, alanında uzman üç akademisyenin görüşleri doğrultusunda içerik açısından değerlendirilmiş ve gerekli düzenlemeler yapıldıktan sonra, formun uygulanabilirliğini test etmek amacıyla iki elit güreşçi ile pilot görüşme gerçekleştirilmiştir. Bu pilot uygulama, formun saha koşullarına uygunluğu ve soruların katılımcılar tarafından nasıl algılandığı konusunda önemli geri bildirimler sağlamıştır. Görüşme formunun geliştirilme sürecinde, uzman akademisyenlerin önerileri doğrultusunda revizyonlar yapılmıştır. Uzmanlar, soruların daha açık ve anlaşılır bir dille ifade edilmesi, katılımcıların yanıtlamada zorluk yaşamamaları ve odaklanılan konuların daha belirgin hale getirilmesi gerektiğini vurgulamışlardır. Bu kapsamda, bazı sorular yeniden düzenlenmiş, gereksiz veya fazla genel olan sorular çıkarılmış ve daha açık ve anlaşılır hale getirilmiştir. Bu uygulama sayesinde formun uygulanabilirliği ve katılımcılar tarafından nasıl algılandığı test edilmiş, alınan geri bildirimler doğrultusunda son düzenlemeler yapılarak form araştırma sürecinde kullanılmaya hazır hale getirilmiştir.

Pilot Uygulama

Görüşme formunun uygulanabilirliğini değerlendirmek amacıyla, farklı yaş ve stil kategorilerinde aktif olarak güreş yapan iki elit sporcu ile pilot uygulama gerçekleştirilmiştir. Pilot görüşmelerden elde edilen geri bildirimler doğrultusunda, bazı soruların dili sadeleştirilmiş; anlam belirsizliği yaratan ifadeler revize edilmiştir.

Görüşme Süreci ve Etik Kurallar

Görüşmeler, 2025 yılı U20, U23 ve Büyükler Türkiye Şampiyonalarına katılan sporcularla bire bir olarak gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların uygunluk durumlarına göre görüşmeler yüz yüze ya da çevrim içi (Zoom/Google Meet) yollarla yapılmıştır. Her görüşme ortalama 30-45 dakika sürmüştür; katılımcıların yazılı onayı alınarak ses kaydı yapılmış ve ardından yazılı metne dönüştürülmüştür. Etik ilkelere uygun olarak, her katılımcıya çalışmanın amacı, kapsamı ve kullanım alanı hakkında bilgi verilmiş, aydınlatılmış onam formları imzalatılmıştır. Katılımcıların kimlikleri gizli tutulmuş, tüm veriler sadece bilimsel amaçla kullanılmıştır. Bu çalışma, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Bilimsel Araştırma Önerisi Etik Değerlendirme Kurulu tarafından 21.05.2025 tarih ve 33 sayılı karar ile, E-99711239-050.04-565647 protokol numarası kapsamında etik açıdan uygun bulunmuştur.

Sınırlılıklar ve Varsayımlar

Bu araştırma yalnızca elit düzeyde güreş yapan erkek sporcularla sınırlıdır. Elde edilen bulguların, farklı yaş gruplarına, kadın sporculara veya diğer spor branşlarına doğrudan genellenmesi mümkün değildir. Ayrıca, nitel yöntemin doğası gereği elde edilen veriler, katılımcıların öznel deneyimlerine dayanmaktadır. Katılımcıların görüşme sırasında samimi, doğru ve içten yanıtlar verdikleri varsayılmakta; yorumların ve temaların bu kişisel anlatımlar doğrultusunda şekillendiği kabul edilmektedir.

Geçerlik ve Güvenirlilik

Çalışmada Lincoln ve Guba'nın (1985) ortaya koyduğu dört temel ölçüt esas alınarak geçerlik ve güvenirlilik sağlanmıştır: inandırıcılık, aktarılabirlik, güvenirlilik ve doğrulanabilirlik.

Verilerin analizinde araştırmacı önyargısını asgariye indirmek ve tematik yapının tutarlılığını sağlamak amacıyla iki araştırmacı bağımsız olarak kodlama yapmış, ardından bir araya gelerek kodlar arasındaki farklılıkları tartışmış ve ortak bir tematik yapıda uzlaşmışlardır. Ayrıca analiz sürecinde uzman görüşü alınmış ve elde edilen temalar katılımcılara doğrularılarak yorumların güvenilirliği pekiştirilmiştir.

Araştırmanın Veri Analizi Süreci

Araştırmada elde edilen nitel veriler fenomenolojik yaklaşım doğrultusunda analiz edilmiştir. Görüşmeler katılımcıların izniyle ses kaydı aracılığıyla kaydedilmiş ve ardından yazılı döküm hâline getirilmiştir. Her bir katılımcıya K1, K2, K3... şeklinde kodlar atanarak gizlilik ilkesi gözetilmiştir. Analiz öncesinde görüşme dökümleri katılımcılarla paylaşılarak üye kontrolü yapılmış; gerekli durumlarda ifade düzeltilmeleri ve eklemeleri gerçekleştirilmiştir. Veri analiz süreci MAXQDA 2020 paket programı kullanılarak yürütölmüştür.

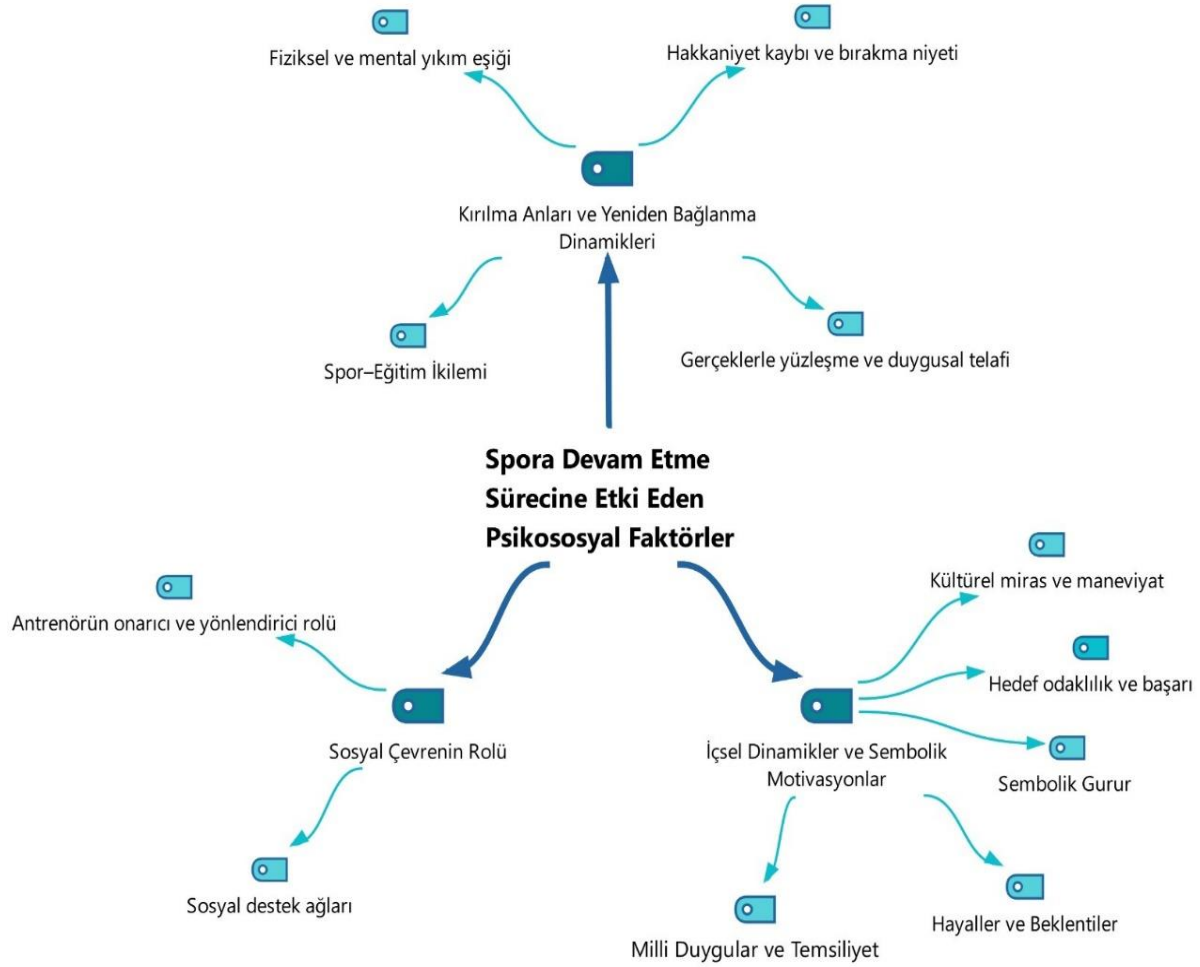
Analizin ilk aşamasında görüşme metinleri satır satır okunmuş, spora devam etme deneyimine ilişkin anlamlı ifade birimleri belirlenerek açık kodlar oluşturulmuştur. Benzer kodlar bir araya getirilerek kategoriler ve temalar yapılandırılmıştır. Bu kodlama ve temalaştırma süreci, fenomenolojik çözümlenmede verinin düzenlenmesi ve deneyimsel anlam birimlerinin ortaya çıkarılması amacıyla kullanılmıştır. Fenomenolojik desenle yöntemsel tutarlılığı sağlamak amacıyla temalar oluşturulduktan sonra katılımcı deneyimlerine ilişkin dokusal betimlemeler geliştirilmiştir. Dokusal betimlemelerde sporcuların spora devam etme sürecinde “ne deneyimledikleri” katılımcı ifadeleri temel alınarak ayrıntılı biçimde betimlenmiştir. İzleyen aşamada yapısal betimlemeler oluşturulmuş; bu betimlemelerde söz konusu deneyimlerin “nasıl” ve hangi koşullar altında ortaya çıktığı yorumlanmıştır. Son aşamada dokusal ve yapısal betimlemeler birlikte değerlendirilerek elit güreşçilerin spora devam etme deneyiminin özüne ilişkin bütöncöl bir yorum geliştirilmiştir. Bulgular, metodolojik şeffaflığı artırmak amacıyla doğrudan katılımcı alıntılılarıyla desteklenerek sunulmuştur (Yıldırım ve şimşek, 2018; Patton, 2002; Krippendorff, 2004; Miles, Huberman ve Saldaña, 2014).

BULGULAR

Bu çalışma kapsamında, Türkiye’de serbest ve grekoromen stil olmak üzere U20 (gençler), U23 ve büyükler kategorilerinde ulusal ve uluslararası düzeyde başarılar elde etmiş 24 elit güreşçiden elde edilen nitel veriler analiz edilmiştir. Katılımcıların demografik özellikleri ve sportif başarılarına ilişkin bilgiler Tablo 1’de sunulmuştur.

Fenomenolojik analiz süreci sonucunda elit güreşçilerin spora devam etme deneyimlerine ilişkin anlam yapıları ortaya çıkarılmıştır. Görüşme dökümleri ayrıntılı biçimde incelenmiş, sporcuların spora devam etme sürecine ilişkin deneyimlerinde öne çıkan anlam birimleri belirlenmiştir. Bu anlam birimleri benzer içerikler doğrultusunda bir araya getirilerek deneyimin farklı boyutlarını temsil eden temalar altında yapılandırılmıştır. Bulguların sunumunda, sporcuların spora devam etme sürecinde “ne” deneyimlediklerini ortaya koyan dokusal betimlemeler ile bu deneyimlerin “nasıl” ve hangi bağlamlarda şekillendiğini açıklayan yapısal betimlemeler birlikte ele alınmıştır. Analiz sonucunda elit güreşçilerin spora devam etme deneyimlerini açıklayan üç ana tema ortaya çıkmıştır: İçsel Dinamikler ve Sembolik

Motivasyonlar, Sosyal Çevrenin Rolü ve Kırılma Anları ve Yeniden Bağlanma Dinamikleri. Bu temalar, sporcuların spora devam etme süreçlerinde yaşadıkları deneyimleri ve bu deneyimlere yükledikleri anlamları yansıtmaktadır. Yöntemsel şeffaflık ilkesi doğrultusunda bulgular sunulurken katılımcı ifadelerine doğrudan alıntılarla yer verilmiş ve her bir ifade katılımcı kodları (K1-K24) ile gösterilmiştir. Spora devam etme sürecine etki eden psikososyal faktörler ile bu faktörler arasındaki ilişkiler Şekil 1’de sunulmuştur.



Şekil 1. Spora devam etme sürecine etki eden psikososyal faktörlere ilişkin tema ve kategoriler

Ana Tema I: İçsel Dinamikler ve Sembolik Motivasyonlar

Bu tema, elit güreşçilerin spora devam etme kararlarının ardında yatan bireysel anlamlandırma süreçlerini, kültürel ve manevi değerlerle kurdukları bağı ve başarıya yüklenen sembolik anlamları temsil etmektedir. Katılımcıların anlatıları, güreşin yalnızca fiziksel bir rekabet alanı olmadığını; aynı zamanda sporcuların kişisel kimliklerini inşa ettikleri, millî kimliklerini ifade ettikleri ve geleceğe dair hayallerini şekillendirdikleri çok boyutlu bir anlam dünyası sunduğunu ortaya koymaktadır. Bu tema kapsamında, sporcuların spora yönelik duygusal bağlılıklarının nasıl oluştuğu, başarı ve temsiliyete yükledikleri sembolik anlamlar ile bu anlamların spora devam etme sürecini nasıl beslediği incelenmiştir.

Alt Kategoriler:

- Sembolik gurur
- Milli duygular ve temsiliyet
- Hayaller ve beklentiler
- Kültürel miras ve maneviyat
- Hedef odaklılık ve başarı

Katılımcılar, elde ettikleri sportif başarıların yalnızca bireysel bir kazanım olmadığını; aynı zamanda kendilerine destek olan aile bireyleri, antrenörler ve yakın çevre için de ortak bir gurur kaynağı oluşturduğunu ifade etmişlerdir. Sporcular, bu paylaşılan gurur duygusunun, spora devam etme sürecinde güçlü bir sorumluluk ve bağlılık hissi yarattığını vurgulamıştır.

“Başlarda cimmastik yapıyordum, sonra güreşe geçtim. Şampiyonluklar geldikçe ailemde o gururu yaşadığımı gördüm. Babam özellikle çok gururlanıyor. Onların yüzündeki mutluluğu görmek, beni hep daha fazla çalışmaya motive etti.” (K11) *“Çocukken çok yerimde duramazdım, hiperaktif bir çocuktum. Antrenörlerim ve ailem hep arkamda durdu. Başarı kazandıkça onların benimle gurur duyduğunu hissetmek beni bu spora daha çok bağladı.”* (K18)

Katılımcıların anlatılarında, ülkeyi temsil etme, bayrağı göndere çekirme ve İstiklal Marşı'nı okutma gibi sembolik eylemler, spora devam etme sürecinin en güçlü duygusal itici gücü olarak öne çıkmaktadır. Milli başarı, katılımcılar için yalnızca sportif bir sonuç değil; aynı zamanda manevi bir sorumluluk ve aidiyet göstergesi olarak tanımlanmaktadır. Spora devam etme motivasyonu, çoğu sporcu açısından ulusal semboller aracılığıyla derin bir anlam kazanmakta ve bu durum, fiziksel ve zihinsel zorluklara rağmen spora devam etmeyi sağlayan en üst düzey motivasyon kaynağı olarak tanımlanmaktadır:

“Kürsünün tepesine çıkıp İstiklal Marşı'nı dinlettirmek, o bayrağı en üste çekirmek muhteşem bir duygu” (K1) *“Bu duyguyu yaşamak için her türlü zorluğa katlanıyorum.”* (K10)

Katılımcıların ifadelerinde, spora devam etme sürecinde erken yaşlardan itibaren şekillenen hayallerin ve zamanla oluşan kişisel ve çevresel beklentilerin önemli bir rol oynadığı görülmektedir. Özellikle olimpiyatlara katılmak, dünya şampiyonu olmak, olimpiyat şampiyonu olmak gibi yüksek hedefler, katılımcıların spora bağlanmasını sağlayan güçlü içsel motivasyon kaynakları arasında yer almaktadır. Ancak bulgular, zamanla bu hayallerin yalnızca bireysel hedefler olmaktan çıkarak, aile, antrenör ve çevresel beklentilerle iç içe geçtiğini ortaya koymaktadır. Bazı sporcular bu beklentileri motive edici bir sorumluluk olarak değerlendirirken, bazıları için bu durum performans kaygısı ve psikolojik baskı yaratan bir unsur hâline gelmiştir. Dolayısıyla hayaller ve beklentiler, spora devam etme sürecinde hem destekleyici hem de zorlayıcı bir rol üstlenen çift yönlü bir psikososyal dinamik olarak karşımıza çıkmaktadır.

“Her gece uyumadan önce dünya şampiyonasında şampiyon olmayı hayal ederdim. Şampiyon olunca minderde nasıl tepki vereceğim, kürsüye nasıl çıkacağım bile aklımdan geçirdi. O hayal hep beni motive etti.” (K6) *“Bazen herkesin senden bir şey beklemesi*

çok baskı yaratıyor. 'Ya kazanamazsam' diye düşündüğüm çok oldu. Kendi hayalimdi ama artık başkalarının da hayali oldu sanki.” (K22)

Katılımcıların ifadeleri, güreşi yalnızca bir spor branşı olarak değil; tarihi, kültürel ve dini anlamlar taşıyan köklü bir miras olarak gördüklerini ortaya koymaktadır. Güreşin “ata sporu” ve “peygamber sporu” olarak tanımlanması, bu branşın katılımcılar nezdinde taşıdığı manevi sorumluluk ve kültürel aidiyet duygusunu açıkça göstermektedir. Ayrıca bazı sporcular, güreş kültürü içerisinde yer alan usta-çırak ilişkisi, disiplin anlayışı ve geleneksel değerlerin, spora olan bağlılıklarını güçlendirdiğini vurgulamıştır. Güreşin bu “usta-çırak” geleneği içinde aktarılması, sporcuların antrenörleriyle kurdukları ilişkiye de ahlaki ve manevi bir boyut kazandırmakta; bu bağı yalnızca teknik öğretim sürecinin ötesine taşımaktadır.

“Güreş bizim ata sporumuz, peygamber sporumuz. Bu mirası taşımak ve başarılı olmak benim için bir sorumluluk.” (K11) “Güreşte usta-çırak kültürü vardır. Antrenmanlardan sonra ustalarımız yanımıza gelip kendi iyi yaptıkları teknikleri gösterir, nerede hata yaptığımızı anlatır. Bu süreçte abilerimizin desteğini çok gördüm.” (K6)

Bazı katılımcılar için spora devam etmenin temel motivasyon kaynaklarından biri, rekor kırmak, güreş tarihine adını yazdırmak ve uluslararası düzeyde kalıcı başarılar elde etmek olarak ifade edilmiştir. Özellikle olimpiyat, dünya ve Avrupa şampiyonlukları, sporcular tarafından yalnızca sportif bir kazanım değil; “iz bırakma” ve kalıcı bir kimlik inşa etme aracı olarak görülmektedir. Bu hedefler, elit düzeyde spora devam etme kararını güçlendiren önemli bir yönlendirici unsur olarak öne çıkmaktadır.

“Başta hedefim madalya almaktı ama belli bir noktadan sonra bu değişti. Artık tek hedefim Olimpiyat şampiyonu olmak, güreş tarihine adımı yazdırmak .” (K17) “Dünya ve Olimpiyat derecelerinden sonra insanın hedefi değişiyor. Kazanmaktan çok, tarihe geçmek istiyorsun. Beni sporda tutan şey artık bu.” (K21)

Bu bulgular, elit sporcuların “Neden devam ediyorum?” sorusuna verdikleri cevabın temelinde, içselleştirilmiş bir görev bilinci ve yüksek düzeyde öz-yeterlilik algısının yer aldığını göstermektedir. Katılımcı anlatılarından anlaşılacağı üzere, milli semboller (örneğin bayrak ve İstiklal Marşı), sporcular açısından yalnızca birer ödül değil; fiziksel acıyı ve psikolojik stresi tolere etmeyi mümkün kılan nihai anlam kaynaklarıdır. Bu durum, elit güreşçilerin spora devam etme süreçlerinde branşa yükledikleri kültürel ve manevi anlamların, maddi kazanımların önüne geçtiğini göstermektedir. Dolayısıyla bu tema, sorusuna (Spora devam etmeyi sağlayan psikososyal faktörler nelerdir?) doğrudan yanıt vermektedir.

Ana Tema II: Sosyal Çevrenin Rolü

Bu tema, elit güreşçilerin spora devam etme kararlarını etkileyen dışsal faktörleri, sosyal etkileşim ağlarını temsil etmektedir. Katılımcıların deneyimleri; aile, antrenör ve arkadaş çevresinden oluşan mikro sistemin etkisini ortaya koymaktadır.

Alt kategoriler:

- Antrenörün onarıcı ve yönlendirici rolü: Teknik rehberliğin ötesinde duygusal bir mentorluk bağı.
- Sosyal destek ağları: Aile ve arkadaş çevresinin maddi/manevi tampon görevi.

Katılımcılar, özellikle antrenör figürünü spora tutunmalarını sağlayan en kritik sosyal aktör olarak tanımlamaktadır. Kriz anlarında antrenörün müdahalesi, profesyonel devamlılığı sağlayan ana unsur olarak görülmektedir:

“Ben kaç kere güreşi bırakmaya niyetliyken antrenörüm her defasında beni tekrar elimden tutup güreşe geri getirdi. Antrenörümün ilgi ve alakası bana güreşi sevdirdi.” (K12). *“Bir dönem güreşi bırakmıştım, hatta aklımda tekrar başlamak da yoktu. Üniversiteye gidiyordum. Hocam beni tekrar antrenmanlara çağırdı, potansiyelimin olduğunu, madalya alabileceğimi söyledi. Onun sayesinde tekrar güreşe döndüm.”* (K14).

Sosyal çevrenin diğer bileşeni olan aile ise hem bir motivasyon kaynağı hem de bir sorumluluk alanı olarak ifade edilmektedir:

“Ailemin desteği çok önemli, kazansam da kaybetsem de yanımdalar. Ancak babamın benim için kendinden kısıp ihtiyaçlarımı karşılaması bende ona yük olmama isteği yaratıyor.” (K9). *“Bizim ailede güreş biraz gelenek gibi. Amcam iyi bir güreşçiydi ama sakatlık yaşadığı için bırakmış. Babam da sporun içinden geldiği için bana ve kardeşime hep destek oldu. Bu seviyelere gelmemizde hem babamın hem amcamın çok emeği var.”* (K23).

Sporcuların spora devam etme kararları, sosyal çevrelerinden gelen desteğin pasif bir yansıması değil; sporcu ile çevresi (aile, antrenör) arasında kurulan ilişkisel bir dinamiğin sonucudur. Bu dinamik, antrenörün duygusal rehberliği ve ailenin fedakarlığı gibi olumlu girdilerle beslenir. Ailevi bağlar ve antrenörün tutundurucu tavrı bu yabancılaşmayı önleyen koruyucu faktörler olarak işlev görmektedir. Bu tema, ikinci araştırma sorusu olan "Sporcuların devamlılık kararında ne gibi etkenler rol oynamaktadır?" sorusuna, sosyal desteğin koşullu ve iki yönlü yapısını göstererek yanıt vermektedir.

Ana Tema III: Kırılma Anları ve Yeniden Bağlanma Dinamikleri

Bu tema, elit güreşçilerin kariyerleri boyunca karşılaştıkları ve sporu bırakma düşüncesini tetikleyen kırılma anlarını ve bu eşiklerin aşılmasını sağlayan yeniden bağlanma mekanizmalarını temsil etmektedir.

Alt Kategoriler:

- Fiziksel ve mental yıkım eşiği: Ağır sakatlıklar ve tükenmişlik hissi.
- Hakkaniyet kaybı ve bırakma niyeti: Adaletsizlik algısının tetiklediği kopuş süreci.
- Gerçeklerle yüzleşme ve duygusal telafi: Gelecek garantisi (atama/diploma) ve inat faktörüyle geri dönüş.
- Spor-Eğitim İkilemi: Eğitim ve spor arasında sıkışma hissi.

Katılımcılar için ağır sakatlıklar, profesyonel hayatın en büyük kırılma noktası olarak görülmektedir. Bu anlarda sporcular sadece fiziksel değil, varoluşsal bir sorgulama içine girmektedir:

"Bel fitiği yaşadım, bu beni çok yıprattı. Tekrar aynı performansı ortaya koyamamak ve başarısızlıklar psikolojik olarak beni çok yordu. Ümitsizlik ve performans kaybı bırakmayı düşündürüyor." (K12).

Sistemsel adaletsizlikler, sporcuların emeğe olan inancını kırarak ani bırakma kararlarını tetikleyebilmektedir:

"Türkiye Şampiyonası'nda madalya aldığım halde ismim milli takım listesinde yoktu. Hak etmeme rağmen vize maçlarına göndermemeleri bana bu sporu bırakmayı düşündürdü." (K7). "Milli takıma seçilme sürecinde yaşanan adaletsizlik, haksızlık ve sporcu kayırma bu spora olan bakış açımı değiştiriyor. Emeklerimin çalındığını hissediyorum." (K16).

Buna karşın, sporcuları tekrar mindere döndüren güç, bazen somut bir gelecek garantisi, bazen de bir "ispat" arzusudur:

"Atama imkanımın olması ve geleceğimin garantiye alınması spora tutunmamı sağlıyor." (K15). "Yaşadığım haksızlığa rağmen birilerine inat başaracağım hissiyatı beni geri döndürdü." (K16).

Katılımcılar, spor kariyeri ile eğitim sürecinin her zaman eş zamanlı ve dengeli biçimde yürütülemediğini; özellikle yoğun kamp dönemleri, müsabaka takvimi ve artan antrenman yüküyle birlikte bu iki alan arasında bir tercih yapma baskısının ortaya çıktığını ifade etmişlerdir. Bu durum, bazı katılımcılarda zaman yönetimi güçlüğü, bazılarında ise gelecek kaygısı ve kimlik çatışması yaratmaktadır.

"Kamp dönemleriyle sınavlar çakışınca çok zorlanıyordum. Bir noktada ya güreşe ya da okula odaklanmak zorundaydım. O dönem ciddi ciddi bırakmayı düşündüm." (K2) "Okul varken kamplar üst üste geliyordu. Ya derse gidecektim ya antrenmana. İkisini birden yürütmek çok zor oldu. O dönem okula hiç gitmedim ve sonrasında okulu bırakmak zorunda kaldım." (K4)

Bu bulgular, elit güreşçilerde kariyer sonlandırma niyetinin sadece yorulma ile ilgili olmadığını, daha çok emek ve emeğin karşılığı arasındaki hassas dengenin sarsılmasıyla ilgili olduğunu göstermektedir. Bir sporcu için sakatlık ya da sistemsel bir adaletsizlik yaşamak, sadece bir engel değil; tüm kariyerini sorduladığı derin bir kırılma anıdır. Bu eşikte, denge sporcu aleyhine bozulduğunda kopuş süreci başlar. Ancak bu noktada, sporcuları mindere geri döndüren ve yeniden bağlanmayı sağlayan çok güçlü iki unsur devreye girmektedir: Bir yanda, profesyonel sporun sunduğu atanma ve ekonomik gelecek garantisi gibi araçsal çıkış kapıları; diğer yanda ise sporcunun haksızlığa karşı geliştirdiği, ne olursa olsun başaracağım diyen o sarsılmaz karakter direnci (inat). Bu durum, kriz yönetiminin sadece teknik bir süreç olmadığını, hem duygusal (gurur ve direnç) hem de somut (gelecek kaygısı) bir zeminde yürüdüğünü kanıtlamaktadır. Bu tema, üçüncü araştırma sorusu olan "Sporcuların sporu bırakma noktasına geldikleri kırılma anları nelerdir ve onları tekrar spora bağlayan faktörler nasıl işlemektedir?" sorusuna, sporcunun yaşadığı içsel hesaplaşmaları merkeze alarak bir yanıt sunmaktadır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmanın amacı, elit düzey güreşçilerin spora devam etme süreçlerini şekillendiren psikososyal faktörleri sporcuların öznel deneyimleri üzerinden derinlemesine incelemektir. Derinlemesine görüşmeler yoluyla elde edilen nitel veriler fenomenolojik analiz yaklaşımı doğrultusunda değerlendirilmiş; sporcuların spora devam etme süreçlerini etkileyen içsel motivasyon dinamikleri, sosyal çevre ilişkileri ve kariyer süreçlerinde yaşanan kırılma deneyimleri üç temel tema altında yapılandırılmıştır. Araştırma bulguları, spora devam etme davranışının yalnızca performansa dayalı ya da dışsal teşviklerle açıklanamayacağını; aksine sporcuların deneyimlerine yükledikleri anlamlar doğrultusunda şekillenen, zaman içinde dönüşen ve belirli kırılma anlarında yeniden yapılanan çok katmanlı bir süreç olduğunu göstermektedir.

Literatürde spora katılım ve sporda devamlılık, çoğunlukla motivasyonel kuramlar (örneğin Öz Belirleme Kuramı, Planlı Davranış Teorisi) çerçevesinde ele alınmış; bu alandaki çalışmalar büyük ölçüde spora devam etme niyeti gibi bilişsel yönelimlere odaklanan nicel ölçümlerle sınırlı kalmıştır. Ancak elit düzey sporcuların deneyimlerinde, sporda kalma kararının yalnızca bir niyet beyanı olmadığı; içsel anlamlandırmalar, sosyal ilişkiler, kurumsal yapılar ve sistemsel engellerle sürekli müzakere edilen dinamik bir süreç olduğu görülmektedir. Bu bağlamda mevcut çalışma, güreşçilerin spora devam etme süreçlerini, onların kendi anlatıları üzerinden nitel bir bakış açısıyla ele alarak literatürdeki bu boşluğu doldurmayı amaçlamaktadır.

Araştırma bulguları üç ana tema altında yapılandırılmıştır: (1) İçsel Dinamikler ve Sembolik Motivasyonlar, (2) Sosyal Çevrenin Rolü ve (3) Kırılma Anları ve Yeniden Bağlanma Dinamikleri. Bu temalar altında ortaya konulan bulgular, spora devam etme sürecinin yalnızca hangi faktörlerden etkilendiğini değil; aynı zamanda bu sürecin sporcular tarafından nasıl anlamlandırıldığını, hangi koşullarda sarsıldığını ve hangi mekanizmalarla yeniden kurulduğunu göstermektedir. Bu bölümde, elde edilen bulgular söz konusu temalar doğrultusunda ele alınacak; alanyazındaki benzer ve farklı bulgularla ilişkilendirilerek çalışmanın kuramsal ve uygulamaya dönük katkıları tartışılacaktır.

Ana Tema I: İçsel Dinamikler ve Sembolik Motivasyonlar

Bu temada yer alan bulgular, elit güreşçilerin spora devam etme kararlarının, yalnızca performansa dayalı dışsal ödüllerle değil, aynı zamanda sporun bireysel, kültürel ve sembolik anlamlandırılması üzerinden inşa edildiğini ortaya koymaktadır. Katılımcıların deneyimleri, spora yüklenen duygusal anlamların ve içsel bağların, uzun süreli spor katılımının temelini oluşturduğunu göstermektedir. Özellikle milli temsiliyet, tarihsel miras ve başarıya atfedilen değerler; sporcularda güçlü bir “devam etme” motivasyonu yaratan sembolik sermaye unsurları olarak işlev görmektedir. Bu bağlamda bulgular, güreşçilerin spora devam etmelerini sağlayan psikososyal faktörlerin; sembolik gurur, millî temsiliyet, hayaller ve beklentiler, kültürel miras ve başarı odaklılık gibi, spora anlam yükleyen ve birbirini besleyen içsel dinamikler etrafında örgütlendiğini ortaya koymaktadır.

- **Sembolik Gurur**

Katılımcılar, elde ettikleri sportif başarıların yalnızca bireysel bir kazanım olmadığını; aynı zamanda aile, antrenör ve yakın çevre için paylaşılan bir gurur kaynağı olduğunu vurgulamıştır. Bu paylaşılan gurur duygusu, sporcular açısından spora devam etmeyi kişisel bir tercih olmaktan çıkararak, çevrelerine karşı hissedilen bir sorumluluk ve bağlılık ilişkisine dönüştürmektedir. Özellikle aile bireylerinin başarıdan duyduğu mutluluğun, sporcuların motivasyonlarını derinleştirdiği ve spora olan duygusal bağlarını güçlendirdiği görülmektedir:

“Şampiyonluklar geldikçe ailemde o gururu yaşattığımı gördüm. Babam özellikle çok gururlanıyor. Onların yüzündeki mutluluğu görmek beni hep daha fazla çalışmaya motive etti.” (K11) *“Başarı kazandıkça onların benimle gurur duyduğunu hissetmek beni bu spora daha çok bağladı.”* (K18)

Bu bulgu, elit sporcularda başarıya eşlik eden gurur duygusunun, sosyal çevreden alınan onay ve destekle birlikte spora yönelik bağlılığı ve spora devam etme motivasyonunu güçlendirebildiğini gösteren çalışmalarla örtüşmektedir. Nitekim Oh ve Yang (2023), antrenörlerin dönüştürücü liderlik davranışlarının sporcuların otantik gurur ve spora bağlılık düzeylerini artırabildiğini vurgulamıştır. Ayrıca, Gilchrist ve arkadaşları (2018), sporcularda hissedilen gurur duygusunun azim ve performans hedeflerine yönelik kararlılığı artırabildiğini göstermiştir. Benzer şekilde Gilchrist ve Sabiston (2018), beklenen gurur duygusunun bireylerin fiziksel aktiviteye yönelik niyetlerini güçlendirdiğini ve bu niyetlerin de fiziksel aktivite davranışını dolaylı olarak artırdığını ortaya koymuştur. Bu durum, sporcuların başarı sonrasında yaşadıkları gurur duygusunun yalnızca bir duygu durumu değil, aynı zamanda spora devam etme motivasyonunu besleyen önemli bir psikolojik mekanizma olduğunu düşündürmektedir.

- **Millî Duygular ve Temsiliyet**

Bu temada öne çıkan en güçlü içsel dinamiklerden biri, millî duygular ve temsiliyet bilincidir. Bulgular, bayrak, İstiklal Marşı ve ülkeyi temsil etme gibi ulusal sembollerin, sporcular için maddi ödüllerden bağımsız, hatta çoğu zaman onların önüne geçen bir anlam taşıdığını göstermektedir. Katılımcılar, millî başarıyı sportif bir sonuçtan ziyade ahlaki ve manevi bir görev olarak tanımlamaktadır. Bu durum, spora devam etme sürecini yüksek düzeyde içselleştirilmiş bir sorumluluk bilinciyle desteklemektedir.

“Kürsünün tepesine çıkıp İstiklal Marşı’nı dinletirmek, o bayrağı en üste çektiirmek muhteşem bir duygu.” (K1) *“Bu duyguyu yaşamak için her türlü zorluğa katlanıyorum.”* (K10)

Bu bulgular, literatürdeki benzer sonuçlarla tutarlıdır. Sunay ve Saraçaloğlu (2003) ile Şahin, Yenel ve Çolakoğlu (2010), millî temsiliyetin Türk sporcular için yalnızca bir başarı değil, aynı zamanda kültürel bir sorumluluk alanı olduğunu belirtmiştir. Arslan, Özkan ve Kızılet (2021) ise millî takıma seçilme arzusunun elit sporcularda en güçlü motivasyonel faktörlerden biri olduğunu vurgulamıştır. Ayrıca Özkurt (2023), elit güreşçilerde millî duygular ve temsiliyetin spora devam etme niyetini güçlendiren temel anlam kaynaklarından biri olduğunu belirtmiştir.

Benzer biçimde Kurniawan ve diğ. (2025) sporun ulusal gururun şekillenmesinde önemli bir rol oynadığını ve bu gururun bireylerin iyi oluşunu destekleyebildiğini ifade etmiştir.

- **Hayaller ve Beklentiler**

Katılımcıların ifadelerinde, çocuklukta başlayan büyük hayallerin (örneğin olimpiyat şampiyonluğu) spora devam etmede belirleyici olduğu görülmektedir. Ancak zamanla bu hayaller, bireysel hedeflerin ötesine geçerek aile, antrenör ve toplumun beklentileriyle iç içe bir hâl almıştır.

“Her gece uyumadan önce dünya şampiyonasında şampiyon olmayı hayal ederdim. Şampiyon olunca nasıl tepki vereceğim bile aklımdan geçirdi.” (K6) “Bazen herkesin senden bir şey beklemesi çok baskı yaratıyor. Kendi hayalimdi ama artık başkalarının da hayali oldu sanki.” (K22)

Bu ikili durum, Beklenti-Değer Kuramı (Eccles ve Wigfield, 2020) ile açıklanabilir; bireyin başarı hedefi yalnızca kendi değer atfı değil, aynı zamanda çevrenin beklentileriyle şekillenir. Ayrıca, Lazarus ve Folkman’ın (1986) stres teorisine göre yüksek dışsal beklentiler, bireyin kontrol algısını zayıflatabilir ve performans kaygısını artırabilir.

Bu bulgular, Doğaner ve diğ. (2024)’ün “*Sporcularda Hayal Etme Becerisinin Performans Gelişimi Üzerine Etkisinin İncelenmesi*” başlıklı çalışmasıyla da tutarlıdır. Söz konusu araştırmada, hayal etme becerisinin sporcularda motivasyon, özgüven ve başarı algısını güçlendirdiği; bu yönüyle spora devam etme isteğini destekleyen güçlü bir içsel mekanizma olduğu belirtilmiştir. Dolayısıyla “hayaller ve beklentiler”, spora devam etme sürecinde hem motive edici hem de psikolojik baskı yaratan çift yönlü bir dinamik olarak karşımıza çıkmaktadır.

- **Kültürel Miras ve Maneviyat**

Birçok katılımcı, güreşi yalnızca bir spor değil, tarihi ve dini kökleri olan bir kültürel miras olarak tanımlamıştır. “Ata sporu” ve “peygamber sporu” gibi ifadeler, güreşin taşıdığı kutsal anlamı ve manevi boyutu yansıtmaktadır. Ayrıca bazı sporcular, güreş kültürü içerisinde yer alan usta-çırak ilişkisi, disiplin anlayışı ve geleneksel değerlerin, spora bağlılıklarını ve devamlılıklarını güçlendirdiğini vurgulamıştır.

“Güreş bizim ata sporumuz, peygamber sporumuz. Bu mirası taşımak benim için sorumluluk.” (K6)

Bu bulgu, literatürdeki benzer sonuçlarla da örtüşmektedir. Fişne, Bardakçı ve Karagöz (2017), güreşin Türk kültüründe sosyal ve kültürel bir miras işlevi gördüğünü ve toplumun bu sporu ulusal kimliğin sembolü olarak algıladığını belirtmiştir. Demirtaş ve Çıplak (2020), güreşin Türk toplumundaki köklü geçmişini ve usta-çırak geleneğinin bu sporun temel bileşenlerinden biri olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca, Yüksek (2024), İslam’ın spora bakışını ele aldığı çalışmasında, Hz. Peygamber döneminde güreşin hem bedensel hem de ahlaki bir erdem alanı olarak teşvik edildiğini vurgulamıştır.

- **Hedef Odaklılık ve Başarı**

Son olarak, bazı katılımcıların spora devam motivasyonlarının temelinde, iz bırakma, tarihe geçme ve rekor kırma gibi daha sembolik ve varoluşsal hedeflerin yer aldığı görülmektedir. Olimpiyat, dünya ve Avrupa şampiyonlukları gibi hedefler, sporu yalnızca bir kariyer alanı değil, kalıcı bir kimlik inşa süreci olarak anlamlandırmalarını sağlamaktadır.

“Artık tek hedefim Olimpiyat şampiyonu olmak, güreş tarihine adımları yazdırmak.” (K17)

Bu bulgu, literatürdeki Sporda Başarı Hedef Teorisi ile paralellik göstermektedir. Erdoğan ve Kocaekşi (2015), elit sporcuların temel psikolojik özellikleri arasında hedef odaklılık ve kararlılığın spora bağlılığı artırdığını belirtmiştir. Atkins ve diğ. (2015), spor ortamındaki motivasyonel iklim ve hedef yöneliminin, spora devam etme niyetinde belirleyici olduğunu; Keshtidar ve Behzadnia (2017) ise görev ve ego yönelimlerinin bu niyeti doğrudan etkilediğini ortaya koymuştur.

Ana Tema II: Sosyal Çevrenin Rolü

Bu tema, elit güreşçilerin spora devam etme süreçlerini etkileyen dışsal faktörlerin, özellikle sosyal çevre ile etkileşim dinamiklerinin motivasyonel süreklilik üzerindeki rolünü ortaya koymaktadır. Katılımcı anlatıları, antrenör figürü ve aile desteği sporcuların spora devam etme süreçlerini hem destekleyici hem de zorlayıcı biçimlerde etkilediğini göstermiştir.

- **Antrenörün Onarıcı ve Yönlendirici Rolü**

Katılımcıların neredeyse tamamı, antrenörü yalnızca teknik bir rehber değil; aynı zamanda duygusal bir mentor, kriz anlarında "tutunduran figür" olarak tanımlamıştır. Özellikle spordan kopma eşiğine geline dönemlerde, antrenörün bireysel ilgisi, anlayışı ve motivasyonu yeniden inşa eden yönlendirici tavrı, spora devam kararının belirleyici unsuru olarak öne çıkmaktadır. Bu bulgu, literatürdeki pek çok çalışmayla örtüşmektedir. Örneğin, Gardner, Magee ve Vella (2016), antrenörün destekleyici iletişim tarzının genç sporcuların motivasyonunu ve sporla bağını güçlendirdiğini belirtmiştir. Benzer şekilde, Kim ve diğ. (2021) ve Wekesser ve diğ. (2021), antrenörün empatik yaklaşımının hem psikolojik ihtiyaçların tatminine hem de sporda kalıcılığa olumlu etkisi olduğunu göstermiştir. Altın, Özkurt ve Küçükbiş (2023) ise antrenör davranış stillerine ilişkin olumlu algıların, sporcuların spora bağlılık düzeylerini anlamlı biçimde artırdığını vurgulamaktadır. Katılımcı ifadelerinde de bu yönlendirici rol açık biçimde gözlenmektedir:

“Ben kaç kere güreşi bırakmaya niyetliken antrenörüm her defasında beni tekrar elimden tutup güreşe geri getirdi. Antrenörümün ilgi ve alakası bana güreşi sevdirdi.” (K12, K14)

Antrenörle kurulan bu güvene dayalı ilişkinin, sporcunun öz-yeterlilik algısını ve aidiyet hissini beslediği, dolayısıyla sporda kalma motivasyonunu sürdürmede merkezi bir rol oynadığı söylenebilir.

- **Sosyal Destek Ağları: Aile ve Yakın Çevrenin Rolü**

Sporcuların spora devam etme kararlarında bir diğer belirleyici dışsal unsur, sosyal destek sistemidir. Aile, arkadaş çevresi ve sosyal ilişkiler, hem motivasyonel bir kaynak hem de psikolojik bir tampon işlevi görmektedir. Katılımcılar, özellikle aile desteğinin yalnızca duygusal değil, aynı zamanda ekonomik ve fedakarlık temelli olduğunu belirtmiştir. Bununla birlikte, bu desteğin zaman zaman bir baskı unsuru hâline de gelebildiği görülmüştür.

“Ailemin desteği çok önemli, kazansam da kaybetsem de yanımdalar. Ancak babamın benim için kendinden kısıp ihtiyaçlarımı karşılaması bende ona yük olmama isteği yaratıyor.” (K1, K9)

Bu bulgular, literatürde sosyal desteğin çift yönlü etkisini vurgulayan çalışmaları desteklemektedir. Örneğin, Rees, Hardy ve Evans (2007) ve Sheridan, Coffee ve Lavallee (2014), aile ve arkadaş desteğinin psikolojik dayanıklılığı artırdığını ve motivasyonu olumlu yönde etkilediğini belirtmiştir. Aynı şekilde, Kinoshita, MacIntosh ve Sato (2023), sosyal desteğin öznel iyi oluş ve spora devam etme niyeti üzerinde doğrudan etkili olduğunu ortaya koymuştur. Bu sonuçlar, Özkurt'un (2023) çalışmasındaki “Sosyal Destek” koduyla da örtüşmektedir. Söz konusu araştırmada, sosyal desteğin sporcuların spora devam etme süreçlerini kolaylaştıran temel dışsal faktörlerden biri olduğu; aile, antrenör ve yakın çevreden gelen desteğin duygusal dayanıklılığı artırarak süreci sürdürmede kritik rol oynadığı vurgulanmıştır.

Ana Tema III: Kırılma Anları ve Yeniden Bağlanma Dinamikleri

Bu tema, elit güreşçilerin kariyerleri boyunca karşılaştıkları kritik kırılma anlarını ve bu anların ardından gelişen yeniden bağlanma süreçlerini temsil etmektedir. Katılımcı anlatıları, sporu bırakma niyetinin yalnızca fiziksel tükenmişlikten kaynaklanmadığını; aynı zamanda adalet, aidiyet ve gelecek algısındaki sarsılmalarla ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu bulgular, spora devam etme sürecinin doğrusal bir gelişim değil, zaman zaman kesintiye uğrayan, yeniden inşa edilen bir yolculuk olduğunu ortaya koymaktadır.

- **Fiziksel ve Mental Yıkım Eşiği**

Ağır sakatlıklar ve kronik yorgunluk, elit düzey sporculuk kariyerinde en sık karşılaşılan kırılma anlarından biridir. Katılımcıların çoğu, bu tür durumlarda yalnızca fiziksel performans düşüşü değil, aynı zamanda benlik saygısı ve öz-yeterlik algısı üzerinde de yıkıcı etkiler yaşadıklarını ifade etmiştir.

“Tekrar aynı performansı ortaya koyamamak ve başarısızlıklar psikolojik olarak beni çok yordu... bırakmayı düşündürüyor.” (K12)

Bu bulgu, Bandura'nın (1977) Öz-Yeterlik Teorisi kapsamında değerlendirildiğinde, fiziksel sınırlılıkların bireyin yeterlilik algısını doğrudan etkileyerek motivasyon kaybı ve spordan kopma eğilimine yol açtığını göstermektedir. Ayrıca, Isoard-Gauthier ve diğ. (2016), tükenmişlik yaşayan genç sporcuların sporu bırakma olasılığının daha yüksek olduğunu göstermiştir. Bu sonuçlar, tükenmişliğin yalnızca kısa vadeli bir performans düşüşü değil, uzun vadeli bir motivasyonel erozyon yarattığını ortaya koymaktadır.

Fiziksel sınırları zorlayan bir diğer unsur ise kilo kontrolü ve aşırı kilo kaybıdır. Katılımcıların bir kısmı, sık sık kilo düşürme süreçlerinin hem bedensel sağlıklarını hem de psikolojik dayanıklılıklarını olumsuz etkilediğini belirtmiştir.

“Bazen kilo vermek, kilomu kontrol etmek en çok yoran şeylerden biri. Bu süreç beni psikolojik olarak gerçekten çok zorluyor.” (K9)

Bu bulgu, Okudan ve diğ. (2025) tarafından yapılan araştırmanın sonuçlarıyla örtüşmektedir. Çalışmada, güreşçilerde kilo kaybı oranı arttıkça stres düzeylerinin de yükseldiği; bu stresin hem fizyolojik hem de psikolojik etkileri artırdığı saptanmıştır. Ayrıca, kilo kaybına bağlı stresin sporcuların performans düzeylerini düşürdüğü ve spora devam etme süreçlerini zorlaştırdığı belirtilmiştir. Sonuç olarak, fiziksel sakatlık, tükenmişlik ve kilo yönetimi baskısı, elit güreşçiler için yalnızca fizyolojik sınırların ötesinde, psikolojik dayanıklılığı test eden kırılma noktaları olarak ortaya çıkmaktadır. Bu durum, spora devam etme sürecinde beden ve zihin dengesinin korunmasının ne kadar kritik olduğunu göstermektedir.

• **Hakkaniyet Kaybı ve Bırakma Niyeti**

Kurumsal düzeyde, sporcuların deneyimlerinin daha kırılğan bir zeminde şekillendiği görülmektedir. Özellikle milli takıma seçilme süreçleri, kulüp yapıları ve federasyon politikalarına ilişkin dile getirilen adaletsizlik ve kayırmacılık algısı, spora devam etme sürecini sarsan en güçlü faktörlerden biri olarak öne çıkmaktadır. Sporcular için bu durum yalnızca bir performans hayal kırıklığı değil; aynı zamanda emeğin görünmez kılınması ve liyakat ilkesinin zedelenmesi anlamına gelmektedir. Bu bağlamda, adaletin ihlali sporcuda sadece motivasyon kaybına değil, aynı zamanda sisteme yönelik yabancılaşma hissine yol açmaktadır:

“Milli takıma seçilme sürecinde yaşanan adaletsizlik, haksızlık ve sporcu kayırma bu spora olan bakış açımı değiştiriyor. Emeklerimin çalındığını hissediyorum.” (K16, K7)

Bu bulgular, literatürde “kurumsal tükenmişlik” ya da “sistemsel yabancılaşma” olarak kavramsallaştırılan süreçlerle örtüşmektedir. Fraser-Thomas, Côté ve Deakin (2008), ayrımcılık ve adaletsizliğin genç sporcuların spora bırakma kararında belirleyici bir rol oynadığını belirtmektedir. Benzer biçimde, Öntürk ve diğ. (2021), dövüş sporlarında favoritizmin spordan kopuşu tetikleyen bir unsur olduğunu ortaya koymuştur. Gül ve Urhan (2024) ise elit sporcuların sıklıkla sistematik kayırmacılığa maruz kaldığını ve bunun uzun vadede motivasyonu zedelediğini belirtmiştir. Bu tür yapısal sorunlar, sporcuların bireysel çabalarının ötesinde, sistem kaynaklı bir krize işaret etmektedir. Aynı zamanda spora karşı yabancılaşmayı derinleştirdiğini ve bu durumun nitelikli sporcu kaybına neden olduğunu vurgulamaktadır.

Gerçeklerle Yüzleşme ve Duygusal Telafi

Kırılma anlarının ardından spora yeniden bağlanma sürecinde, katılımcı anlatıları iki temel unsurun öne çıktığını göstermektedir: araçsal motivasyon (gelecek garantisi, atama hakkı, ekonomik güvence) ve duygusal direnç (inat, gurur ve kendini kanıtlama arzusu).

İlk olarak, birçok sporcu; atama hakkı, burs, diploma ya da ekonomik destek gibi somut gelecek garantilerinin spora tutunmayı hem “mantıklı” hem de sürdürülebilir kıldığını ifade etmiştir. Bu tür araçsal getiriler, Planlı Davranış Teorisi (Ajzen, 1991) bağlamında değerlendirildiğinde, spora devam etme davranışının yalnızca tutum ve sosyal normlardan değil, aynı zamanda algılanan davranışsal kontrol düzeyinden de etkilendiğini göstermektedir. Bu bulgu, Özkurt’un (2023) elit güreşçilerle yürüttüğü çalışmada “Olumlu Dışsal Etkiler” teması altında ele alınan “Milli Sporculara Tanınan Ayrıcalıklar” kodu ile örtüşmektedir. Söz konusu çalışmada, milli sporculara tanınan üniversiteye sınavsız giriş, atama hakkı, millilik bursu, devlet sporcusu unvanı ve çeşitli maddi ödüller gibi ayrıcalıkların, sporcuların spora devam etme süreçlerinde önemli bir güvence ve motivasyon kaynağı olarak işlev gördüğü belirtilmiştir. Sporcunun geleceğini “güvence altında” hissetmesi, kontrol algısını artırarak sporu bırakma eğilimini azaltan bir koruyucu faktör işlevi görmektedir:

“Atama imkânının olması ve geleceğimin garantiye alınması spora tutunmamı sağlıyor.”
(K15) *“Yaşadığım haksızlığa rağmen birilerine inat başaracağım hissiyatı beni geri döndürdü.”* (K16)

İkinci olarak, spora dönüş sürecinde öne çıkan duygusal direnç, katılımcı ifadelerinde “inat”, “haksızlığa karşı başarma arzusu” ve “kendini kanıtlama isteği” biçiminde tanımlanmıştır. Bu durum, Vallerand (2016) tarafından geliştirilen Dualistik Tutku Modeli ile açıklanabilir. Bu modele göre sporcular, hem uyumlu tutku (kişisel anlam ve değer temelli) hem de takıntılı tutku (dışsal onay ve ispat temelli) ile hareket edebilir. Bulgular, bu iki tutku biçiminin birlikte varlığının kırılma sonrası spora dönüşte dengeleyici bir rol oynadığını göstermektedir.

• Spor-Eğitim İkilemi

Eğitim ve spor arasında yaşanan gerilim, genç sporcuların çoklu rol beklentilerini yönetmekte zorlandığını göstermektedir. Katılımcıların anlatımları, sporu sürdürebilmek için eğitimi ikinci plana atma ya da tam tersine akademik başarıya yönelerek spordan uzaklaşma gibi zorlayıcı tercihlerle karşı karşıya kaldıklarını ortaya koymaktadır. Buradaki çatışma yalnızca zaman yönetimi sorunu değil; aynı zamanda gelecek kimliği ile mevcut sporcu kimliği arasında yaşanan derin bir rol çelişkisidir. Katılımcıların bir kısmı bu çatışmayı yönetememekte, dolayısıyla spora ara vermekte ya da tamamen bırakma noktasına gelmektedir:

“Kamp ve turnuvalar çok yoğun geçiyor. Derslere devam edemediğim için okulda geri kalıyorum. Bazen ‘ya güreşi bırakayım ya okulu’ dediğim oluyor.” (K8)

Bu bulgu, sporcu öğrencilerin eğitim ve spor yaşamlarını eş zamanlı sürdürürken yaşadıkları yapısal gerilimleri ortaya koyan çalışmalarla örtüşmektedir. Nitekim Urhan ve Fişne (2022), çift kariyer yürüten milli sporcu öğrencilerin en fazla akademik alanda zorlandıklarını; kamp süreçleri ve antrenman yoğunluğunun eğitim sürekliliğini ciddi biçimde sekteye uğrattığını belirtmiştir. Benzer şekilde, Özkurt ve Altın (2025), elit sporcularda sportif kimlik ile akademik gelecek kimliği arasında yaşanan bu çatışmanın, spora ara verme ya da sporu bırakma kararlarını tetikleyen temel kırılma alanlarından biri olduğunu vurgulamaktadır. Avrupa Birliği’nin çift kariyer politikaları da (Avrupa Birliği Rehberi), bu tür çatışmaların bireysel

yetersizlikten değil, yeterli kurumsal destek mekanizmalarının eksikliğinden kaynaklandığını ortaya koymaktadır (Stambulova ve Wylleman, 2019).

Sınırlılıklar ve Güçlü Yönler

Bu çalışma, nitel bir yaklaşımla yürütülmüş olup bulgular, katılımcıların öznel deneyimleri ve araştırmanın yürütüldüğü belirli kültürel bağlamla sınırlıdır. Ayrıca, çalışmada elit düzeydeki güreşçilere odaklanıldığından, elde edilen sonuçların farklı spor branşlarına veya amatör düzeydeki bağlamlara aktarılabilirliği, okuyucunun bu bağlamlar arasındaki benzerlikleri değerlendirmesine bağlıdır.

Çalışmada, spora devam etme olgusu yalnızca sonuç odaklı bir eylem olarak değil; anlam, duygu ve sosyal ilişkilerle bağlantılı çok yönlü bir süreç olarak ele alınmıştır. Nicel yöntemlerle ölçülmesi güç psikososyal dinamiklerin açığa çıkarılması, çalışmanın metodolojik bütünlüğünü ve alanyazına katkısını güçlendirmektedir. Ayrıca, analiz sürecinde verilerin doğasına sadık kalınmış, katılımcıların özgün ifadeleriyle desteklenen zengin bir betimleme sunularak araştırmanın inandırıcılığı desteklenmiştir.

Alternatif Açıklamaların Değerlendirilmesi

Çalışma bulguları spora devam etme davranışını ağırlıklı olarak içsel motivasyon ve çevre ile açıklamıştır. Bu davranış sporcuların bireysel özellikleri üzerinden de okunabilir. Örneğin, bir sporcunun haksızlığa rağmen devam etmesi kişisel bir obsesif tutku ile de açıklanabilir. Bu çalışmada katılımcı anlatıları dikkatle incelendiğinde bırakma veya devam etme kararlarının bireysel özelliklerden ziyade antrenör etkileşimi, kurumsal adalet algısı gibi ilişkiel bağlamlarda şekillendiği görülmüştür. Bu nedenle, bulgular bireysel psikolojiden ziyade, sporcunun içinde bulunduğu ekosistemin etkileşimli yapısına odaklanan bir çerçevede yorumlanmıştır.

Sonuç ve Öneriler

Bu çalışma, elit güreşçilerin spora devam etme süreçlerinin yalnızca bireysel motivasyonla açıklanamayacağını; sporcuların içsel anlamlandırmaları, sosyal ilişkileri ve kurumsal spor yapıları arasında şekillenen çok boyutlu bir deneyim olduğunu göstermektedir. Araştırma bulguları, gurur ve temsiliyet gibi içsel dinamiklerin spora güçlü bir anlam kazandırdığını; buna karşılık antrenör ve aile desteğinin sporcuların spora bağlılıklarını koruyan önemli sosyal destek mekanizmaları oluşturduğunu ortaya koymaktadır. Bununla birlikte, sporcuların kariyer süreçlerinde karşılaştıkları sakatlıklar, adalet algısı ve eğitim-spor dengesi gibi kırılma noktalarının spora devam etme karar süreçleriyle yakından ilişkili olduğu görülmektedir. Bu durum, elit sporcularda spora devam etmenin yalnızca bireysel iradeye bağlı bir süreç olmadığını; psikososyal destek mekanizmaları ve adil kurumsal yapıların varlığıyla sürdürülebilir hale geldiğini göstermektedir.

Uygulamaya Yönelik Öneriler

Araştırma bulguları doğrultusunda spor ortamlarında sporcuların psikososyal ihtiyaçlarını destekleyen uygulamaların geliştirilmesi önerilmektedir. Bu kapsamda antrenör eğitim

programlarına sporcuların motivasyon, stres yönetimi ve kariyer kırılma anlarıyla başa çıkmalarına yardımcı olacak psikososyal destek modüllerinin eklenmesi önem taşımaktadır. Ayrıca sporcuların eğitim hayatı ile spor kariyerlerini birlikte sürdürebilmelerini kolaylaştırmak amacıyla çift kariyer programlarının daha esnek ve destekleyici biçimde yapılandırılması gerekmektedir. Bunun yanı sıra spor federasyonları ve kulüpler düzeyinde milli takıma seçilme süreçleri ve performans değerlendirme mekanizmalarında şeffaflık ve kurumsal adaletin güçlendirilmesi, sporcuların sisteme duyduğu güveni artırarak spora devam etme motivasyonlarını destekleyebilir. Spor politikalarının yalnızca fiziksel performansa odaklanmak yerine sporcuların psikososyal iyi oluşunu da merkeze alan bütüncül bir yaklaşımla ele alınması, elit spor kariyerlerinin sürdürülebilirliği açısından önemli görülmektedir.

Gelecek Araştırmalar İçin Öneriler

Gelecek araştırmalarda sporcuların yanı sıra antrenörler, aile üyeleri ve spor yöneticilerinin de dahil edildiği çoklu bakış açılarına dayalı çalışmaların yürütülmesi, spora devam etme süreçlerinin ilişkisel dinamiklerini daha kapsamlı biçimde ortaya koyabilir. Ayrıca spor kariyerini sonlandırmış sporcularla yapılacak boylamsal çalışmalar, sporu bırakma kararına yol açan psikososyal mekanizmaların daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayabilir. Bunun yanı sıra farklı spor branşlarında ve farklı kültürel bağlamlarda gerçekleştirilecek karşılaştırmalı araştırmalar, elit sporcularda spora devam etme davranışının yapısal ve kültürel boyutlarının daha ayrıntılı biçimde incelenmesine olanak sağlayabilir.

KAYNAKÇA

- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179-211. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- Alorani, O. I., & Alradaydeh, M. F. (2018). Spiritual well-being, perceived social support, and life satisfaction among university students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 23(3), 291-298. <https://doi.org/10.1080/02673843.2017.1352522>
- Altın, Y. (2025). Olumlu ve Olumsuz Antrenör Davranışlarının Spora Devam Etme Niyetini Yordama Etkisi: Çok Gruplu Yapısal Eşitlik Modellemesi. *Abant Sosyal Bilimler Dergisi*, 25(3), 1409-1424. <https://doi.org/10.11616/asbi.1742536>
- Altın, Y., Özkurt, B., & Küçükbiş, H. F. (2023). Antrenör davranış stilleri algısının spora bağlılığı yordama etkisinin yapısal regresyon modeli ile incelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(2), 424-438. <https://doi.org/10.33459/cbubesbd.1265947>
- American Psychological Association. (2015). *APA dictionary of psychology* (2nd ed.; G. R. VandenBos, Ed.). American Psychological Association.
- Arslan, E., Özkan, Z., & Kızılet, A. (2021). Bireysel ve takım sporunu yapanların bu spora başlamalarına etki eden unsurlar ve beklentileri. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 6(3), 222-231.
- Atkins, M. R., Johnson, D. M., Force, E. C., & Petrie, T. A. (2015). Peers, parents, and coaches, oh my! The relation of the motivational climate to boys' intention to continue in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 16(3), 170-180. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.10.008>
- Ayrancı, M., & Aydın, M. K. (2025). The complex interplay between psychological factors and sports performance: A systematic review and meta-analysis. *PLOS ONE*, 20(8), Article e0330862. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0330862>
- Back, J., Johnson, U., Svedberg, P., McCall, A., & Ivarsson, A. (2022). Drop-out from team sport among adolescents: A systematic review and meta-analysis of prospective studies. *Psychology of Sport and Exercise*, 61, Article 102205. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102205>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2016). *Qualitative Inquiry & Research Design: Choosing among Five Approaches*. Los Angeles, CA: Sage Publications.
- Gilchrist, J. D., Fong, A. J., Herbison, J. D., & Sabiston, C. M. (2018). Feelings of pride are associated with grit in student-athletes and recreational runners. *Psychology of Sport and Exercise*, 36, 9-17. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.12.003>
- Gilchrist, J. D., & Sabiston, C. M. (2018). Intentions mediate the association between anticipated pride and physical activity in young adults. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 7(3), 308-317. <https://doi.org/10.1037/spy0000139>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Demirtaş, Ö., & Çıplak, A. (2020). Pandemi sürecinin uluslararası müsabakalara hazırlanan güreş millî takım sporcuları üzerindeki etkileri. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 2(Özel Sayı 1), 39-52
- Doğaner, S., Ünal, Ö., Şafak, H. A., & Karaç, Y. (2024). Sporcularda hayal etme becerisinin performans gelişimi üzerine etkisinin incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 22(2), 131-150. <https://doi.org/10.33689/spormetre.1411008>
- Eccles, J. S., & Wigfield, A. (2020). From expectancy-value theory to situated expectancy-value theory: A developmental, social cognitive, and sociocultural perspective on motivation. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 101859. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101859>

- Eckardt, V. C., & Tamminen, K. A. (2025). A scoping review on interpersonal coping in sports. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 18(1), 440-466. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2023.2251137>
- Erdoğan, N., & Kocaekşi, S. (2015). Elit sporcuların sahip olması gereken psikolojik özellikler. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 7(2), 57-64.
- Eynon, M., Foad, J., Downey, J., Bowmer, Y., & Mills, H. (2019). Assessing the psychosocial factors associated with adherence to exercise referral schemes: A systematic review. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 29(5), 638-650. <https://doi.org/10.1111/sms.13403>
- Fişne, M., Bardakçı, S., & Karagöz, Y. (2017). Ata sporumuz güreşe yönelik günümüzdeki toplumsal bakışın değerlendirilmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(1), 28-42.
- Fraser-Thomas, J., Côté, J., & Deakin, J. (2008). Understanding dropout and prolonged engagement in adolescent competitive sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(5), 645-662. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.08.003>
- Gardner, L. A., Magee, C. A., & Vella, S. A. (2016). Social climate profiles in adolescent sports: Associations with enjoyment and intention to continue. *Journal of Adolescence*, 52, 112-123. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.07.003>
- Gledhill, A., Harwood, C., & Forsdyke, D. (2017). Psychosocial factors associated with talent development in football: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise*, 31, 93-112. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.04.002>
- Gözeller, A. B. (2025). Spora katılım nedenleri, güdüleyiciler ve değerler. In M. Gönen, M. A. Ceyhan, & Z. Çakır (Eds.), *Sporda güncel araştırmalar: Fiziksel, psikolojik ve sosyal perspektifler* (pp. 4-24). Duvar Yayınları.
- Gül, M., & Urhan, Ş. (2024). Elit seviyedeki sporcuların kayırmacılığa yönelik karşılaştıkları sorunlar ve baş etme yöntemleri. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(1), 1-15. <https://doi.org/10.33459/cbubesbd.1329836>
- Jöesaar, H., Hein, V., & Hagger, M. S. (2011). Peer influence on young athletes' need satisfaction, intrinsic motivation and persistence in sport: A 12-month prospective study. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(5), 500-508. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.04.005>
- Isoard-Gauthier, S., Guillet-Descas, E., & Gustafsson, H. (2016). Athlete burnout and the risk of dropout among young elite handball players. *The Sport Psychologist*, 30(2), 123-130. <https://doi.org/10.1123/tsp.2014-0140>
- Işık, Ö., Gökdemir, K., Bastık, C., Yıldırım, İ., & Doğan, İ. (2013). A study on elite wrestlers: Weight loss and depression. *Niğde University Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 7(3).
- Keshtidar, M., & Behzadnia, B. (2017). Prediction of intention to continue sport in athlete students: A self-determination theory approach. *PLOS ONE*, 12(2), Article e0171673. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0171673>
- Kim, S., Park, S., Love, A., & Pang, T. C. (2021). Coaching style, sport enjoyment, and intent to continue participation among artistic swimmers. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 16(3), 477-489. <https://doi.org/10.1177/1747954120977179>
- Kinoshita, K., MacIntosh, E., & Sato, S. (2023). Creating sport environments for youth to thrive: Understanding the mechanism to intentions to continue sport and subjective well-being. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, Advance online publication, 1-20. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2023.2261832>
- Krippendorff, K. (2004). *Content analysis: An introduction to its methodology* (2nd ed.). Sage Publications.

- Kovács, K. E., & Szakál, Z. (2024). Factors influencing sport persistence still represent a knowledge gap: The experience of a systematic review. *BMC Psychology*, 12, Article 584. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02098-6>
- Kuok, A. C., Chio, D. K., & Pun, A. C. (2021). Elite athletes' mental well-being and life satisfaction: A study of elite athletes' resilience and social support from an Asian unrecognised National Olympic Committee. *Health Psychology Report*, 10(4), 302. <https://doi.org/10.5114/hpr.2021.107073>
- Kurniawan, R., Santoso, I., Akbar, A., Pratama, M., Guspa, A., Rahmi, I., Dalimunthe, H. L., Damra, H. R., & Dwatra, F. D. (2025). Sport and national pride: A literature review. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (65), 44-54. <https://doi.org/10.47197/retos.v65.112226>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). Cognitive theories of stress and the issue of circularity. In M. H. Appley & R. Trumbull (Eds.), *Dynamics of stress: Physiological, psychological and social perspectives* (pp. 63-80). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4684-5122-1_4
- Le Bars, H., Gernigon, C., & Ninot, G. (2009). Personal and contextual determinants of elite young athletes' persistence or dropping out over time. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 19(2), 274-285. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2008.00786.x>
- Levitt, H. M., Bamberg, M., Creswell, J. W., Frost, D. M., Josselson, R., & Suárez-Orozco, C. (2018). Journal article reporting standards for qualitative primary, qualitative meta-analytic, and mixed methods research in psychology: The APA Publications and Communications Board task force report. *American Psychologist*, 73(1), 26-46. <https://doi.org/10.1037/amp0000151>
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Sage Publications.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook*. Sage Publications.
- Nicholls, J. G. (1984). Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Psychological Review*, 91(3), 328-346. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.91.3.328>
- Oh, Y., & Yang, M. H. (2023). Model of the mediating effect of team pride in the relationship between transformational leadership and sports activity loyalty. *Physical Activity Review*, 11(1).
- Okudan, B., Işık, O., Akyürek, Z., Karakullukçu, O. F., Talaghir, L. G., & Nanu, L. (2025). Physiological and psychological effects of weight loss-induced stress before a competition in senior wrestlers. *Frontiers in Psychology*, 16, Article 1568284. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1568284>
- Öntürk, Y., Şahin, İ., Yıldız, M., & Yağmur, R. (2021). Sporda kayırmacılık: Dövüş sporcuları üzerine bir inceleme. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 155-166.
- Örnek, S., & Biçer, T. (2021). Üst düzey tenis sporcularının tenisi bırakma nedenlerinin incelenmesi. *Eurasian Research in Sport Science*, 6(1), 15-28. <https://doi.org/10.29228/ERISS.2>
- Özkurt, B. (2023). *Elit güreşçilerde motivasyonel belirleyicilerin spora devam etme niyeti üzerindeki etkisi: Keyif almanın aracı rolü* [Doktora tezi, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü]. YÖK Tez Merkezi.
- Özkurt, B., & Altın, Y. (2025). Sportif ve akademik kimlikler arasında sıkışmak. M. Köroğlu (Ed.), *Sporda psikososyal dinamikler IV* içinde (ss. 19-41). Gazi Kitabevi.
- Özkurt, B., Altın, Y., Eskiler, E., & Küçükbiş, H. F. (2025a). Spora devam etme niyeti ölçeğinin geliştirilmesi: Madde tepki kuramı ve klasik test kuramına dayalı geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(2), 26-48. <https://doi.org/10.33689/spormetre.1593920>

- Özkurt, B., Altın, Y., & Soyer, F. (2025b). Elit düzey güreşçilerin spora devam etme niyeti ve keyif alma düzeylerinin çeşitli demografik değişkenlere göre incelenmesi: Karşılaştırmalı bir analiz. *Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 6(3), 109-122.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research and evaluation methods* (3rd ed.). Sage Publications.
- Rees, T., Hardy, L., & Evans, L. (2007). Construct validity of the social support survey in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(3), 355-368. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.07.001>
- Sarkar, M., & Fletcher, D. (2014). Psychological resilience in sport performers: A review of stressors and protective factors. *Journal of Sports Sciences*, 32(15), 1419-1434. <https://doi.org/10.1080/02640414.2014.901551>
- Scanlan, T. K., Chow, G. M., Sousa, C., Scanlan, L. A., & Knifsend, C. A. (2016). The development of the Sport Commitment Questionnaire-2 (English version). *Psychology of Sport and Exercise*, 22, 233-246. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.08.002>
- Shadgan, B., Molavi, N., Abaeva, E., Falahati, S., Sikimic, S., Konstantinou, L., & Molnar, S. (2024). Wrestling injuries during the 2016 Rio and 2020 Tokyo Olympic Games. *British Journal of Sports Medicine*, 58(15), 818-825.
- Sheridan, D., Coffee, P., & Lavalley, D. (2014). A systematic review of social support in youth sport. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 7(1), 198-228. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2014.931999>
- Smith, J.A. and Osborn, M. (2008) Interpretative Phenomenological Analysis. In: Smith, J.A., Ed., *Qualitative Psychology: A Practical Guide to Research Methods*, Sage, London, 53-80. <http://dx.doi.org/10.1002/9780470776278.ch10>
- Simons, E. E., & Bird, M. D. (2023). Coach-athlete relationship, social support, and sport-related psychological well-being in National Collegiate Athletic Association Division I student-athletes. *Journal for the Study of Sports and Athletes in Education*, 17(3), 191-210. <https://doi.org/10.1080/19357397.2022.2060703>
- Standage, M. (2023). Self-determination theory applied to sport. In R. M. Ryan (Ed.), *The Oxford handbook of self-determination theory* (pp. 701-723). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780197600047.013.35>
- Stambulova, N. B., & Wylleman, P. (2019). Psychology of athletes' dual careers: A state-of-the-art critical review of the European discourse. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 74-88. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.11.013>
- Sunay, H., & Saracaloğlu, A. S. (2003). Türk sporcusunun spordan beklentileri ile spora yönelten unsurlar. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 43-48.
- Şahin, M. Y., Yenel, F., & Çolakoğlu, T. (2010). Spor ve milliyetçilik etkileşimi: Ulusal kimlik oluşturmada sporun yeri ve önemi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(1), 1244-1263.
- Tao, H., & Yu, F. (2025). The impact of psychological needs, social support, and sport motivation on college students' sport commitment and sports participation. *BMC Psychology*, 13(1), Article 821. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03173-2>
- Urhan, Ş., & Fişne, M. (2022). Çift kariyer yapan millî sporcu öğrencilerin yaşadıkları problemlerin incelenmesi. *Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 59-67.
- Vallerand, R. J. (2016). The dualistic model of passion: Theory, research, and implications for the field of education. In L. G. Pelletier & R. J. Vallerand (Eds.), *Building autonomous learners: Perspectives from research and practice using self-determination theory* (pp. 31-58). Springer. <https://doi.org/10.1007/978-981-287-630-0>

- Wekesser, M. M., Harris, B. S., Langdon, J., & Wilson, C. H. (2021). Coaches' impact on youth athletes' intentions to continue sport participation: The mediational influence of the coach-athlete relationship. *International Journal of Sports Science, 0*(0), 1-10.
- Wendling, E., Flaherty, M., Sagas, M., & Kaplanidou, K. (2018). Youth athletes' sustained involvement in elite sport: An exploratory examination of elements affecting their athletic participation. *International Journal of Sports Science & Coaching, 13*(5), 658-673. <https://doi.org/10.1177/1747954118757436>
- Yıldırım, Y., & Sunay, H. (2009). Türkiye'de performans tenisi yapan sporcuların tenise başlama nedenleri ve beklentileri. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 7*(3), 103-109. https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000158
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2018). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (11. baskı). Seçkin Yayıncılık.
- Young, B. W. (2011). Psycho-social perspectives on the motivation and commitment of masters athletes. In N. Holt & M. Talbot (Eds.), *Lifelong engagement in sport and physical activity* (pp. 125-138). Routledge.
- Yüksek, A. (2024). İslam'ın spora bakışı ve spor müsabakalarındaki temel kriterleri. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 15*(2), 325-343. <https://doi.org/10.17155/omuspd.1515065>
- Zhang, M., Wang, X. C., & Shao, B. (2022). Predictors of persistent participation in youth sport: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology, 13*, Article 871936. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.871936>
- Zhang, Y., Wang, F., Szakál, Z., Bíró, Z., Kovács, M., Örsi, B., & Kovács, K. E. (2024). Why do students drop out of regular sport in late adolescence? The experience of a systematic review. *Frontiers in Public Health, 12*, Article 1416558. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1416558>
- Zuckerman, S. L., Tang, A. R., Richard, K. E., Grisham, C. J., Kuhn, A. W., Bonfield, C. M., & Yengo-Kahn, A. M. (2021). The behavioral, psychological, and social impacts of team sports: A systematic review and meta-analysis. *The Physician and Sportsmedicine, 49*(3), 246-261. <https://doi.org/10.1080/00913847.2020.1850152>