

Futbol ve Basketbol Sporcularının Zihinsel Dayanıklılık ile Yaratıcılık Düzeylerinin İncelenmesi

Investigation of Mental Toughness and Creativity Levels of Football and Basketball Athletes

Kadir SEVİNÇ¹, İlker ÖZMUTLU², Volkan KAPÇAK³

¹Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Tekirdağ, Türkiye.

²Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Tekirdağ, Türkiye.

³Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Tekirdağ, Türkiye.

ÖZ: Bu çalışmada futbol ve basketbol sporcularının zihinsel dayanıklılık ile yaratıcılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma grubunu, Tekirdağ ilinde aktif bir şekilde 182 (%42.7)'si kadın ve 244 (%57.3)'ü erkek olmak üzere toplam 426 sporcu oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Sporda Zihinsel Antrenman Ölçeği ve Yaratıcı Kişilik Özellikleri Ölçeği kullanılmıştır. Cinsiyet, spor branşı ve lisans durumu değişkenlerine ait verilerin analizinde Independent T-Testi uygulanmıştır. Futbol ve basketbol sporcularının lisans yılı değişkeninin analizinde One Way Anova testi uygulanmıştır. One Way Anova testi sonucunda anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için Post Hoc testlerinden Tukey yapılmıştır. Futbol ve basketbol sporcularının zihinsel dayanıklılık düzeylerinin ve yaratıcı kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin saptanması için Pearson Korelasyon analizi uygulanmıştır. Çalışma bulgularında futbol ve basketbol sporcularının zihinsel dayanıklılık düzeyleri ve yaratıcı kişilik özelliklerinde spor branşı değişkeninde anlamlı fark bulunmazken, cinsiyet, lisans durumu ve lisans yılı değişkenlerinde anlamlı farklar bulunmuştur. Çalışma bulguları doğrultusunda cinsiyetin, lisans durumunun ve lisans yılının futbol ve basketbol sporcularında zihinsel dayanıklılık ve yaratıcı kişilik özelliklerinin belirleyicileri arasında yer aldığı ve futbol ve basketbol sporcularının yaratıcı kişilik özellikleri arttıkça zihinsel dayanıklılık düzeylerinin de artacağı sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: kontrol, devamlılık, motivasyon, kendine güven, risk alma.

ABSTRACT: This study aimed to examine the relationship between mental toughness and creativity levels of football and basketball players. The research group consists of 426 athletes, 182 (42.7%) female, and 244 (57.3%) male, actively in Tekirdag province. Personal Information Form, Mental Training Scale in Sports, and Creative Personality Traits Scale were used as data collection tools in the research. Independent T-Test was applied to analyze the data belonging to gender, sports branch, and undergraduate status variables. One Way Anova test was applied to analyze the undergraduate year variable of football and basketball players. Tukey, one of the Post Hoc tests, was used to determine which groups there were significant differences due to the One Way Anova test. Pearson Correlation analysis was applied to determine the relationship between the mental toughness levels and creative personality traits of football and basketball players. In the study findings, while there was no significant difference in the mental toughness levels and creative personality traits of football and basketball players in the sports branch variable, significant differences were found in gender, undergraduate status, and undergraduate year. In line with the study's findings, it was concluded that gender, undergraduate status, and undergraduate year are among the determinants of mental toughness and creative personality traits in football and basketball players. As the creative personality traits of soccer and basketball players increase, their mental toughness levels will also increase.

Keywords: control, continuity, motivation, self-confidence, risk taking.

ACIK ERISIM

Editör:

Deniz BEDİR

Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri
Fakültesi, Erzurum, Türkiye.

Hakemler:

Kürşat ACAR

Sinop Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,
Sinop, Türkiye.

Süleyman Erim ERHAN

Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Spor
Bilimleri Fakültesi, Tekirdağ, Türkiye.

İletişim:

Kadir SEVİNÇ

kadirsevinc09@gmail.com

İlker ÖZMUTLU

iozmutlu@nku.edu.tr

Volkan KAPÇAK

vkapcak@nku.edu.tr

Tarihler:

Geliş: 27.07.2022

Kabul: 12.12.2022

Yayınlanma: 31.12.2022

Künye:

Sevinç, K., Özmutlu, İ., & Kapçak, V. (2022).
Futbol ve basketbol sporcularının zihinsel
dayanıklılık ile yaratıcılık düzeylerinin
incelenmesi. *IntJourExerPsyc*, 4(2):38-46.
<https://doi.org/10.51538/intjourexerpsyc.1136456>

1. GİRİŞ

Spor, kişinin beden ve ruh sağlığını geliştirmek, belli bir uyum çerçevesinde yarış standartları sınırları içinde yarışmak, heyecanlanmak, kazanmak ve gerçek anlamda başarmanın zorluğunu artırmak için yapılan en gerçeküstü çabadır (*Kılıçaslan, 2015*). Spor denilince ilk akla gelen çaba, rekabet ve düzenlemedir (*Tükenmez, 2009*). Diğer bir deyişle, ekonomik ve sosyal gelişmenin temel unsuru olan spor, kişinin beden ve ruh sağlığını iyileştirmek, kendini ortaya çıkarmak, kişisel niteliklerinin gelişmesine olanak sağlamak, sosyal düzendeki uyumu hafifletmek için bilim, beceri ve yetkinlik kazandırmak, bireyler, topluluklar ve uluslararası kapsamda işbirliği yapmak, tanıma, sözleşmeyi gerçekleştirmek, bireyin rekabet gücünü artırmak, ayrıca belirtilen talimatlarla rekabet standartlarında rekabet etmek için gerçekleştirilen faaliyetlerdir. Bu özellikleri nedeniyle spor artık çok yönlü, kullanışlı, amaçlı ve nitelikli formlar kazanmış ve yaygınlaşmıştır (*Yıldırım vd., 1996*). Günümüz sporu toplumsal bir olgu şeklinde tanımlanabilir. Bu toplumsal olgu insanın ruh ve beden sağlığı üzerindeki etkisinin anlamı toplumsal olarak kabul edilmektedir. Toplumsal gelişimin de küçük yaşlardan itibaren oyunusal etkinliklerle yapılan bedensel etkinliklerle kazanıldığı bilinmektedir. (*Özmutlu & Eroğlu, 2019*). Sistematik spor aktiviteleri bireyin sosyalleşmesi için olduğu kadar kasların, iskelet sisteminin, eklemlerin, kardiyovasküler sistemin sağlıklı çalışması için de oldukça önemlidir. Bu nedenlerle sportif aktivitelerin toplumsal olarak vazgeçilmez olmaktadır (*Özmutlu & Erhan, 2020*). Sporun; kolaylaştırılabilen veya geliştirilebilen ve spor dışı kullanım için transfer edilen kontrol, benlik saygısı ve sıkı çalışma etiği ayarlanmasına fayda sağladığı belirtilmektedir (*Gould & Carson, 2008*). Spor, her yaşta bireyin yaşam becerilerini etkilediği ve genç bireyler için en önemli boş zaman etkinliği olduğu belirtilmektedir. Sporun yaşam becerilerinin gelişimi için ideal bir ortam olduğu düşünülmektedir (*Hansen & Larson, 2007*). Spor yapan bireyler karşılaştıkları çeşitli problemlere en uygun çözümleri bulabilmekte zorluk çekmemektedirler. Bu tecrübelerini yaşama aktarmakta onlar için daha kolay olmaktadır (*Eroğlu & Eroğlu, 2016*). Zihinsel dayanıklılık ve yaratıcılık, sporcu ve antrenörlerin yüksek performans düzeyine ulaşmasındaki en önemli psikolojik etkenler arasında yer almaktadır.

Zihinsel dayanıklılık genellikle bir başarı veya uyum süreci olarak tanımlanır. Ancak stresin bireyler üzerindeki olumsuz etkisini azaltmakta ve uyumluluğu olumlu yönde etkileyen bir kişilik özelliği olarak ifade edilmektedir (*Hunter, 2001; Jacelon, 1997*). Başka bir tanımda zihinsel dayanıklılık, bireyin zorlu yaşam deneyimleri karşısında kendini toparlayabilme, değişim veya afetlerle başa çıkabilme yetisi şeklinde ifade edilmektedir (*Garmezy, 1991; Wagnild & Young, 1993*). Bu noktada zihinsel dayanıklılık, bireylerin yaşamları boyunca karşılaştıkları gerçekler karşısında algıladıkları ve gerçekleştirdiği, öğrenilen ve sürekli gelişim sürecini içeren bir olgu olarak tanımlanmaktadır (*Masten vd., 1990*).

Yaratıcılık kavramı ise genel anlamda var olmayan bir şeyi ortaya çıkarma yeteneği olarak ifade edilebilir. Toplumla aynı olguya bakan, ancak onu toplumdaki farklı algılayan ve farklı tepkiler veren kişilerin özellikleri olarak da ifade edilmektedir (*Macmillan & Mcgrath, 1997*). Rekabetin üst düzeyde yaşandığı durumlarda başarılı bir performans sergileyebilmek ve galip gelebilmek için yetenek ve tecrübe kadar fiziksel ve zihinsel dayanıklılığın da iyi düzeyde olması gerekir (*Connaughton & Hanton, 2009*). Bu bilgiler doğrultusunda bu çalışmada futbol ve basketbol sporcularının zihinsel dayanıklılık ile yaratıcı kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

2. YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli

Çalışmada, geniş bir kitlenin bir konu hakkındaki görüşlerini veya özelliklerini betimlemek için belirlenen örneklem üzerinde gerçekleştirilen nicel araştırma türlerinden biri olan tarama yöntemi (*Fraenkel & Wallen, 2006*) kullanılmıştır. Geçmiş dönemlerde olan veya var olan durumu tanımlamayı amaç edinen yaklaşımlar tarama modelleri olarak tanımlanmaktadır. Tarama modellerinde, bir araştırmanın konusunu oluşturan olgular olduğu şekliyle tanımlanır. Konularda etkileme ve değiştirme gibi durumlar söz konusu olmazken, gözlemi uygun bir biçimde yapmak önemlidir (*Karasar, 2009*).

2.2. Araştırma Grubu

Araştırmada veri toplama öncesinde Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Alt Etik Kurulundan gerekli izinler alınmış ve katılımcılara katılımcı onam formu imzalatılmıştır. Daha sonra çalışmaya Tekirdağ ilinde aktif bir şekilde 182 (%42.7)'si kadın ve 244 (%57.3)'ü erkek olmak üzere toplam 426 sporcu dahil edilmiştir. Araştırma grubuna ait betimsel istatistikler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Araştırma grubunun frekans ve yüzde dağılımları

	n	%
Cinsiyet		
<i>Kadın</i>	182	42,7
<i>Erkek</i>	244	57,3
Branş		
<i>Futbol</i>	176	41,3
<i>Basketbol</i>	250	58,7
Lisans Durumu		
<i>Var</i>	184	43,2
<i>Yok</i>	242	56,8
Lisans Yılı		
<i>1-2 yıl</i>	32	15,7
<i>3-4 yıl</i>	26	12,7
<i>5-6 yıl</i>	58	28,4
<i>7 yıl ve üzeri</i>	88	43,1

2.3. Veri Toplama Araçları

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Çalışmaya katılan futbol ve basketbol sporcularının cinsiyet, branş, lisans durumu ve lisans yılının gibi bilgilerin belirlenmesi için araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

2.3.2. Sporda Zihinsel Antrenman Ölçeği

Sheard ve ark. (2009) tarafından geliştirilen 14 maddelik Sporda Zihinsel Antrenman Ölçeği (Sport Mental Toughness Questionnaire-SMTQ-14)'nin Türkçe uyarlamasını Altıntaş ve Kuruç (2016) tarafından yapılmıştır. Kullanılmış olan bu ölçek, genel zihinsel dayanıklılığın yanı sıra üç alt boyuttan oluşan ölçek 4'lü Likert tipindedir. Bu çalışmada iç tutarlılık güvenilirliğine sahip olup olmadığını incelemek amacıyla Cronbach Alpha değerleri hesaplanmıştır. Güven alt boyutu için 0.70; Devamlılık alt boyutu için 0.72; Kontrol alt boyutu için ise 0.75; toplamda ise .68 olarak bulunmuştur (Sheard vd., 2009).

2.3.3. Yaratıcı Kişilik Özellikleri Ölçeği

Yaratıcı kişilik özelliklerinin değerlendirilmesi için araştırmada Şahin ve Danışman (2017) tarafından geliştirilen Yaratıcı Kişilik Özellikleri Ölçeği kullanılmıştır. Yapılan açımlayıcı faktör analizleri sonucunda amaç yönelimlilik, içsel motivasyon, kendine güven, risk alma olmak üzere 4 alt boyut içeren 17 maddeden oluşan yapı elde edilmiştir. Bu araştırmada hesaplanan Cronbach alfa güvenirlilik katsayıları alt boyutlarda amaç yönelimlilik için .69, içsel motivasyon için .67, kendine güven için .70, risk alma için .67 olarak hesaplanmış toplamda ise .62 olduğu belirlenmiştir.

2.4. Verilerin Analizi

Verilerin istatistiksel analizleri IBM SPSS 21 programında yapılmıştır. Analizlerde anlamlılık düzeyi $p < 0.5$ kabul edilmiştir. Çalışmaya katılan futbol ve basketbol sporcularının demografik özelliklerini belirlemek için frekans analizi yapılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini tespit etmek için grafik testlerinden Q-Q grafiğine, Box Plot grafiğine ve Histogram grafiğine bakılmış, analitik testlerden Kolmogorov-Smirnov testleri uygulanmıştır. Yapılan normallik testleri sonucu verilerin normal dağılım gösterdiği bulunmuştur ve bu doğrultuda parametrik testler yapılmıştır. Cinsiyet, branş ve lisans durumu gibi ikili değişkenlere ait verilerin analizinde Independent T-Testi uygulanmıştır. Futbol ve basketbol sporcularının lisans yılı gibi çoklu değişkenlerin analizinde ise One-Way Anova testi uygulanmıştır. One Way Anova testi sonucunda anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için Post-hoc testlerinden Tukey testi yapılmıştır. Ayrıca futbol ve basketbol sporcularının zihinsel dayanıklılık ve yaratıcılık düzeyleri arasındaki ilişkinin saptanması için Pearson Korelasyon analizi uygulanmıştır.

3. BULGULAR

Tablo 2. Araştırma grubunun zihinsel dayanıklılık ve yaratıcı kişilik özellikleri ölçeklerinden aldıkları puanların cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması

		Cinsiyet	n	\bar{x}	ss	t	p
Zihinsel Dayanıklılık	Güven	Kadın	182	2,98	,43	-3,725	,002*
		Erkek	244	2,89	,37		
	Kontrol	Kadın	182	2,85	,55	2,228	,026*
		Erkek	244	2,73	,53		
	Devamlılık	Kadın	182	2,64	,37	2,950	,003*
		Erkek	244	2,54	,31		
Toplam	Kadın	182	2,80	,29	2,517	,012*	
	Erkek	244	2,78	,24			
Yaratıcı Kişilik Özellikleri	Amaç/Yönelimlilik	Kadın	182	4,08	,38	2,538	,010*
		Erkek	244	3,98	,36		
	İçsel Motivasyon	Kadın	182	4,18	,66	,704	,482
		Erkek	244	4,13	,58		
	Kendine Güven	Kadın	182	4,11	,42	-,690	,491
		Erkek	244	4,14	,47		
	Risk Alma	Kadın	182	4,10	,64	4,209	,002*
		Erkek	244	3,83	,65		
	Toplam	Kadın	182	4,12	,37	2,640	,009*
		Erkek	244	4,02	,37		

*p<0.05

Tablo 2 incelendiğinde araştırma grubunun cinsiyet değişkenine göre sporda zihinsel dayanıklılık ölçeğinin güven alt boyutunda kadın sporcular (\bar{x} =2,98) ile erkek sporcular (\bar{x} =2,89) arasında kadın sporcular lehinde anlamlı fark bulunmuştur (p<0.05). Kontrol alt boyutunda kadın sporcular (\bar{x} =2,85) ile erkek sporcular (\bar{x} =2,73) arasında kadın sporcular lehinde anlamlı fark bulunmuştur (p<0.05). Devamlılık alt boyutunda kadın sporcular (\bar{x} =2,64) ile erkek sporcular (\bar{x} =2,54) arasında kadın sporcular lehinde anlamlı fark bulunmuştur (p<0.05). Toplam puan ortalamaların kadın sporcular (\bar{x} =2,80) ile erkek sporcular (\bar{x} =2,78) arasında kadın sporcular lehinde anlamlı fark bulunmuştur (p<0.05).

Yaratıcı kişilik özellikleri ölçeğinin içsel motivasyon (t=,704), kendine güven (t=-,690) alt boyut puan ortalamalarında anlamlı fark bulunmamıştır (p>0.05). Amaç/yönelimlilik alt boyutunda kadın sporcular (\bar{x} =4,08) ile erkek sporcular (\bar{x} =3,98) arasında kadın sporcular lehinde anlamlı fark bulunmuştur (p<0.05). Risk alma alt boyutunda kadın sporcular (\bar{x} =4,10) ile erkek sporcular (\bar{x} =3,83) arasında kadın sporcular lehinde anlamlı fark bulunmuştur (p<0.05). Toplam puan ortalamaların kadın sporcular (\bar{x} =4,12) ile erkek sporcular (\bar{x} =4,02) arasında kadın sporcular lehinde anlamlı fark bulunmuştur (p<0.05).

Tablo 3. Araştırma grubunun zihinsel dayanıklılık ve yaratıcı kişilik özellikleri ölçeklerinden aldıkları puanların branş değişkenine göre karşılaştırılması

		Branş	n	\bar{x}	ss	t	p
Zihinsel Dayanıklılık	Güven	Futbol	176	2,97	,34	-1,917	,067
		Basketbol	250	2,88	,44		
	Kontrol	Futbol	176	2,72	,60	-1,907	,057
		Basketbol	250	2,88	,49		
	Devamlılık	Futbol	176	2,60	,36	1,047	,296
		Basketbol	250	2,57	,32		
Toplam	Futbol	176	2,80	,27	,850	,396	
	Basketbol	250	2,77	,26			
Yaratıcı Kişilik Özellikleri	Amaç/Yönelimlilik	Futbol	176	4,02	,35	,064	,949
		Basketbol	250	4,02	,38		
	İçsel Motivasyon	Futbol	176	4,21	,64	1,599	,111
		Basketbol	250	4,11	,60		
	Kendine Güven	Futbol	176	4,20	,46	1,615	,107
		Basketbol	250	4,08	,44		
	Risk Alma	Futbol	176	3,98	,65	,907	,365
		Basketbol	250	3,92	,67		

	Toplam	Futbol	176	4,10	,38		
		Basketbol	250	4,03	,37	1,733	,084

Tablo 3 incelendiğinde araştırma grubunun branş değişkenine göre sporda zihinsel dayanıklılık ve yaratıcı kişilik özellikleri ölçeklerinin tüm alt boyut ve toplam puan ortalamalarında anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 4. Araştırma grubunun zihinsel dayanıklılık ve yaratıcı kişilik özellikleri ölçeklerinden aldıkları puanların lisans durumu değişkenine göre karşılaştırılması

		Lisans	n	\bar{x}	ss	t	p
Zihinsel Dayanıklılık	Güven	Var	184	3,02	,35	4,704	,000**
		Yok	242	2,84	,43		
	Kontrol	Var	184	2,82	,53	4,840	,000**
		Yok	242	2,74	,55		
	Devamlılık	Var	184	2,61	,26	-2,414	,000**
		Yok	242	2,54	,38		
	Toplam	Var	184	2,80	,21	-4,840	,000**
		Yok	242	2,77	,30		
Yaratıcı Kişilik Özellikleri	Amaç/Yönelimlilik	Var	184	4,00	,34	-1,142	,254
		Yok	242	4,04	,39		
	İçsel Motivasyon	Var	184	4,18	,57	,793	,428
		Yok	242	4,13	,65		
	Kendine Güven	Var	184	4,20	,49	2,865	,004*
		Yok	242	4,07	,41		
	Risk Alma	Var	184	3,97	,63	-1,043	,298
		Yok	242	3,91	,68		
	Toplam	Var	184	4,07	,37	2,802	,005*
		Yok	242	4,06	,38		

* $p<0.05$, ** $p<0.01$

Tablo 4 incelendiğinde araştırma grubunun lisans durumu değişkenine göre sporda zihinsel dayanıklılık ölçeğinin güven alt boyutunda lisanslı sporcular ($\bar{x}=3,02$) ile lisanssız sporcular ($\bar{x}=2,84$) arasında lisanslı sporcular lehinde üst düzey anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.01$). Kontrol alt boyutunda lisanslı sporcular ($\bar{x}=2,82$) ile lisanssız sporcular ($\bar{x}=2,74$) arasında lisanslı sporcular lehinde üst düzey anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.01$). Devamlılık alt boyutunda lisanslı sporcular ($\bar{x}=2,61$) ile lisanssız sporcular ($\bar{x}=2,54$) arasında lisanslı sporcular lehinde üst düzey anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.01$). Toplam puan ortalamalarının lisanslı sporcular ($\bar{x}=2,80$) ile lisanssız sporcular ($\bar{x}=2,78$) arasında lisanslı sporcular lehinde üst düzey anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.01$).

Yaratıcı kişilik özellikleri ölçeğinin amaç/yönelimlilik ($t=-1,142$), içsel motivasyon ($t=,793$), risk alma ($t=-1,043$) alt boyut puan ortalamalarında anlamlı fark bulunmuştur ($p>0.05$). Kendine güven alt boyutunda lisanslı sporcular ($\bar{x}=4,20$) ile lisanssız sporcular ($\bar{x}=4,07$) arasında lisanslı sporcular lehinde anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). Toplam puan ortalamalarında lisanslı sporcular ($\bar{x}=4,07$) ile lisanssız sporcular ($\bar{x}=4,06$) arasında kadın lisanslı sporcular lehinde anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$).

Tablo 5. Araştırma grubunun zihinsel dayanıklılık ve yaratıcı kişilik özellikleri ölçeklerinden aldıkları puanların lisans yılı değişkenine göre karşılaştırılması

		Lisans Yılı	n	\bar{x}	ss	f	p	Anlamlı fark
Zihinsel Dayanıklılık	Güven	(A)1-2 yıl	32	2,94	,46	3,100	,025*	A<B<C<D
		(B)3-4 yıl	26	3,07	,55			
		(C)5-6 yıl	58	3,08	,36			
		(D)7 yıl ve üzeri	88	3,10	,29			
	Kontrol	(A)1-2 yıl	32	2,51	,51	3,337	,020*	A<B<C<D
		(B)3-4 yıl	26	2,75	,60			
		(C)5-6 yıl	58	2,76	,64			
		(D)7 yıl ve üzeri	88	2,85	,43			
	Devamlılık	(A)1-2 yıl	32	2,56	,37	4,061	,008*	A<B<C<D
		(B)3-4 yıl	26	2,78	,55			
		(C)5-6 yıl	58	2,80	,25			
		(D)7 yıl ve üzeri	88	2,85	,25			
Toplam	(A)1-2 yıl	32	2,71	,22	3,019	,031*	A<B<C<D	
	(B)3-4 yıl	26	2,90	,40				

		(C)5-6 yıl	58	2,91	,27				
		(D)7 yıl ve üzeri	88	2,95	,19				
Yaratıcı Kişilik Özellikleri	Amaç/Yönelimlilik	(A)1-2 yıl	32	4,06	,46	3,729	,012*	A<B<C<D	
		(B)3-4 yıl	26	4,10	,55				
		(C)5-6 yıl	58	4,11	,36				
		(D)7 yıl ve üzeri	88	4,15	,29				
	İçsel Motivasyon	(A)1-2 yıl	32	4,23	,51	3,559	,030*	A<B<C<D	
		(B)3-4 yıl	26	4,25	,60				
		(C)5-6 yıl	58	4,26	,64				
		(D)7 yıl ve üzeri	88	4,30	,43				
	Kendine Güven	(A)1-2 yıl	32	4,10	,37	2,299	,050*	A<B<C<D	
		(B)3-4 yıl	26	4,30	,55				
		(C)5-6 yıl	58	4,33	,25				
		(D)7 yıl ve üzeri	88	4,35	,25				
	Risk Alma	(A)1-2 yıl	32	4,06	,22	3,633	,014*	A<B<C<D	
		(B)3-4 yıl	26	4,13	,40				
		(C)5-6 yıl	58	4,14	,27				
		(D)7 yıl ve üzeri	88	4,20	,19				
Toplam	(A)1-2 yıl	32	4,12	,51	2,947	,034*	A<B<C<D		
	(B)3-4 yıl	26	4,17	,60					
	(C)5-6 yıl	58	4,18	,64					
	(D)7 yıl ve üzeri	88	4,25	,43					

*p<0.05

Tablo 5 incelendiğinde araştırma grubunun lisans yılı değişkenine göre incelendiğinde sporda zihinsel dayanıklılık ve yaratıcı kişilik özellikleri ölçeklerinin tüm alt boyut ve toplam puan ortalamalarında anlamlı fark bulunmuştur (p<0.05).

Tablo 6. Sporda zihinsel dayanıklılık ve yaratıcı kişilik özellikleri ölçeklerinin alt boyut puanları ve toplam puanları arasındaki ilişkiler ile ilgili Pearson Korelasyon analizi bulguları

			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Zihinsel Dayanıklılık	1	Güven	r	1							
			p								
	2	Kontrol	r	,152**	1						
			p	,001							
Zihinsel Dayanıklılık	3	Devamlılık	r	,164**	,361**	1					
			p	,000	,000						
Zihinsel Dayanıklılık	4	Toplam	r	,621**	,658**	,597**	1				
			p	,000	,000	,000					
Yaratıcı Kişilik Özellikleri	5	Amaç/Yönelimlilik	r	,181**	,212**	,113*	,172**	1			
			p	,000	,000	,020	,000				
	6	İçsel Motivasyon	r	,211**	,215**	,175**	,152**	,348**	1		
			p	,000	,000	,000	,002	,000			
	7	Kendine Güven	r	,273**	,157**	,179**	,180**	,282**	,283**	1	
			p	,000	,001	,000	,000	,000	,000		
	8	Risk Alma	r	,306**	,169**	,180**	,211**	,259**	,393**	,341**	1
			p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	
	9	Toplam	r	,338**	,170**	,185**	,226**	,625**	,806**	,571**	,748**
		p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	

*p<0.05, **p<0.01

Tablo 6 incelendiğinde Pearson Korelasyon analizine göre sporda zihinsel dayanıklılık ve yaratıcı kişilik özellikleri ölçeklerinin alt boyut puanları ve toplam puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur (p<0.01).

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada futbol ve basketbol sporcularının zihinsel dayanıklılık ile yaratıcılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma grubunun cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde sporda zihinsel dayanıklılık ölçeğinin tüm alt boyut ve toplam puan ortalamalarında kadın sporcular lehinde anlamlı fark bulunmuştur. Yaratıcı kişilik özellikleri ölçeğinin içsel motivasyon ve kendine güven alt boyut puan ortalamalarında anlamlı fark

bulunmazken, amaç/yönelimlilik, risk alma alt boyutlarında ve toplam puan ortalamalarında kadın sporcular lehinde anlamlı fark bulunmuştur.

Yazıcı (2016)'nın çalışmasında, kadın sporcuların erkek sporculara göre zihinsel dayanıklılıklarının daha yüksek puan ortalamasına sahip olduğunu tespit etmiştir. Literatürde cinsiyete göre sporda zihinsel dayanıklılık düzeyi arasında anlamlı farklılık saptayan araştırmalar yer almaktadır (Farrokhi vd., 2011; Findlay & Bowker, 2009; Masum, 2014; Nicholls vd., 2009; Orhan, 2018; Yazıcı, 2016). Gevişen (2020)'in, çalışmasında yaratıcı kişilik özellikleri ölçeğinin alt boyutları ve toplam puanlarında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Yılmaz (2019)'ın, lise öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada, yaratıcı kişilik özellikleri ölçeğinin alt boyutları ve toplam puanlarında kız öğrenciler lehine anlamlı fark bulunmuştur. Lee (2005) kızların erkeklere oranla daha yüksek yaratıcı kişilik ortalamaları sergilediklerini belirlemiştir ve bu sonuçlar çalışmamız ile paralellik göstermektedir. Araştırma grubunun branş değişkenine göre incelendiğinde sporda zihinsel dayanıklılık ve yaratıcı kişilik özellikleri ölçeklerinin tüm alt boyut ve toplam puan ortalamalarında anlamlı fark bulunmamıştır.

Şahinler (2019)'in çalışmasında spor branşı değişkenine göre zihinsel dayanıklılık ölçeğinin alt boyutları ve toplam puanlarında futbol ve basketbol branşları arasında anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur. Bulgumuz literatür ile paralellik göstermektedir. Zihinsel dayanıklılık ile yaratıcı kişilik özellikleri alt boyut ve toplam puanlarında branş değişkeni açısından anlamlı fark olmamasının nedeni futbol ve basketbol branşlarının takım sporu olarak takım arkadaşları ile birlikte antrenman yapması, mücadele etmesi, takım halinde kazanıp takım halinde kaybetmesi gibi benzer özelliklere sahip oldukları şeklinde yorumlanabilir. Araştırma grubunun lisans durumu değişkenine göre incelendiğinde sporda zihinsel dayanıklılık ölçeğinin tüm alt boyut ve toplam puan ortalamalarında lisanslı sporcular lehinde üst düzey anlamlı fark bulunmuştur. Yaratıcı kişilik özellikleri ölçeğinin kendine güven alt boyut ve toplam puan ortalamalarında lisanslı sporcular lehinde anlamlı fark bulunmuştur.

Amaç/yönelimlilik, içsel motivasyon ve risk alma alt boyut puan ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı fark olmamasına rağmen ortalamaları dikkate alındığında lisanslı sporcuların puan ortalamalarının lisanssız sporculara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Şahinler ve Ersoy (2019)'un çalışmasında lisans değişkenine göre zihinsel dayanıklılık genel ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ve çalışmamız ile paralellik göstermektedir.

Çalışmamızın bulguları doğrultusunda lisanslı sporcuların düzenli antrenman yapması, çeşitli zorluk seviyelerinde müsabakalarda, liglerde ve turnuvalarda mücadele etmesi nedenlerinden dolayı lisanslı sporcuların zihinsel dayanıklılık düzeylerinin ve yaratıcı kişilik özelliklerinin lisanssız sporculara göre daha yüksek olabileceği yorumu yapılabilir. Sporcuların zihinsel dayanıklılık düzeylerinin ve yaratıcı kişilik özelliklerinin lisans durumu önemli bir etken çıkarımına ulaşılabilir. Araştırma grubunun lisans yılı değişkenine göre incelendiğinde sporda zihinsel dayanıklılık ve yaratıcı kişilik özellikleri ölçeklerinin tüm alt boyut ve toplam puan ortalamalarında anlamlı fark bulunmuştur. Lisans yılı arttıkça zihinsel dayanıklılık düzeylerinin ve yaratıcı kişilik özelliklerinin de artacağı sonucuna varılmıştır. Connaughton ve ark. (2008) tecrübenin (spor yaşı), sporcularda zihinsel dayanıklı düzeyinin yükselmesinde önemli bir etken olduğunu belirtmiştir. Nicholls ve ark. (2011) lisans yılı zihinsel dayanıklılık düzeyini yükselten önemli bir değişken olduğunu belirtmiştir. Yarayan'ın (2018) çalışmasında lisans yılı arttıkça zihinsel dayanıklılık düzeyinin de artacağı sonucuna varmıştır. Jones (2007) rekabetçi deneyimin, sporcuların zihinsel dayanıklılığın gelişiminde önemli bir faktör olduğunu aktarmaktadır. Nicholls ve ark. (2011) deneyim seviyesi, bireysel zihinsel dayanıklılık düzeyini belirleyen önemli bir faktör olduğunu belirtmiştir ve bu sonuçlar çalışmamız ile paralellik göstermektedir.

Çalışmamızda sporda zihinsel dayanıklılık ve yaratıcı kişilik özellikleri ölçeklerinin alt boyut puanları ve toplam puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Sağlam (2021) 'ın çalışmasında sporda zihinsel dayanıklılık ve yaratıcı kişilik özellikleri ölçeklerinin alt boyut puanları ve toplam puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Literatürde farklı yaklaşımlar ile bizim çalışmamıza benzerlik gösteren çalışmada; Gevişen (2020), kapalı alan ve açık alan rekreatif etkinliklere katılan bireylerin psikolojik dayanıklılık ve yaratıcılık özelliklerini incelemek amacıyla yapmış olduğu çalışmasında, yaratıcı kişilik özellikleri ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Çalışmamızın bulguları doğrultusunda sporcuların yaratıcı kişilik özellikleri arttıkça zihinsel dayanıklılık düzeylerinin de artacağı sonucuna varılmıştır.

5. ETİK BEYANI

Bu çalışma için Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Alt Etik Kurulundan (E-70400699-050.02.04-2100126915 sayılı, 21.05.2021 tarihli) gerekli etik izinler alınmıştır.

6. YAZAR KATKILARI

Araştırmanın uygulanması, veri toplanması aşamasında KS, literatür araştırması ve yazım aşamasında VK, araştırmanın tasarımı, düzenleme ve yazım aşamasında İÖ görev almıştır.

7. KAYNAKLAR

- Almak, M. N., & Çebi, M. (2020). Ulusal voleybol hakemlerinin empati eğilimlerinin belirlenmesi. *Journal of International Social Research*, 69(1). <http://dx.doi.org/10.17719/jisr.2020.4055>
- Altıntaş, A., & Koruç, P. B. (2016). Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri'nin psikometrik özelliklerinin incelenmesi (SZDE). *Spor Bilimleri Dergisi*, 27(4), 163-171. <https://doi.org/10.17644/sbd.311985>
- Connaughton, D., & Hanton, S. (2008). Mental toughness in sport: Conceptual and practical issues. *In Advances in applied sport psychology* (pp. 327-356). Routledge. <https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9780203887073-15/mental-toughness-sport-conceptual-practical-issues-declan-connaughton-sheldon-hanton>
- Connaughton, D., Wadey, R., Hanton, S., & Jones, G. (2008). The development and maintenance of mental toughness: Perceptions of elite performers. *Journal of Sports Sciences*, 26(1), 83-95. <https://doi.org/10.1080/02640410701310958>
- Eroğlu, B., & Eroğlu, A. K. (2016). Research on problem solving skills of orienteering athletes in terms of some variables. *In SHS Web of Conferences* (Vol. 31, p. 01008). EDP Sciences. <https://doi.org/10.1051/shsconf/20163101008>
- Farrokhi, A., Kashani, V., & Motasharei, E. (2011). Comparison of mental toughness of contact and noncontact men and women athletes in different skill levels. *Motor Behavior (Research on Sport Science)*, 3(8), 71-86. <https://www.sid.ir/en/Journal/ViewPaper.aspx?ID=297352>
- Findlay, L. C., & Bowker, A. (2009). The link between competitive sport participation and self-concept in early adolescence: A consideration of gender and sport orientation. *Journal of Youth and Adolescence*, 38(1), 29-40. <https://doi.org/10.1007/s10964-007-9244-9>
- Fraenkel, J.R., & Wallen, N. E.(2006). *How to design and evaluate research in education* (6th ed.). McGraw-Hill International Edition. 45-49.
- Garnezy, N. (1991). Resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American Behavioral Scientist*, 34(4), 416-430. <https://doi.org/10.1177/0002764291034004003>
- Gevişen, İ.K. (2020). *Kapalı alan ve açık alan rekreasyonel etkinliklere katılan bireylerin psikolojik dayanıklılık ve yaratıcılık düzeylerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Bartın Üniversitesi.
- Gould, D., & Carson, S. (2008). Life skills development through sport: Current status and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(1), 58-78. <https://doi.org/10.1080/17509840701834573>
- Hansen, D.M., & Larson, R.W. (2007). Amplifiers of developmental and negative experiences in organized activities: Dosage, motivation, lead roles, and adult-youth ratios. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 28(4), 360-374. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2007.04.006>
- Hunter, A. J. (2001). A cross-cultural comparison of resilience in adolescents. *Journal of Pediatric Nursing*, 16(3), 172-179. <https://doi.org/10.1053/jpdn.2001.24180>
- Jacelon, C. S. (1997). The trait and process of resilience. *Journal of Advanced Nursing*, 25(1), 123-129. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.1997.1997025123.x>
- Jones, G., Hanton, S., & Connaughton, D. (2007). A framework of mental toughness in the world's best performers. *The Sport Psychologist*, 21(2), 243-264. <https://doi.org/10.1123/tsp.21.2.243>
- Karasar, N., 2009. *Bilimsel araştırma yöntemi*. Nobel Yayın Dağıtım.
- MacMillan, I. C., & McGrath, R. G. (1997). Discovering new points of differentiation. *Harvard Business Review*, 75(4), 133+. <https://link.gale.com/apps/doc/A20025368/AONE?u=anon~9b648cdd&sid=googleScholar&xid=5b1e144e>
- Masum, R. (2014). A mixed method analysis of mental toughness in elite and sub-elite male and female tennis players in Pakistan. *Advances in Social Sciences Research Journal*, 1(6), 110-122. <https://doi.org/10.14738/assrj.16.555>
- Masten, A. S., Best, K. M. ve Garnezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2(4), 425-444. <https://doi.org/10.1017/S0954579400005812>
- Nicholls, A. R., Levy, A. R., Polman, R. C., & Crust, L. (2011). Mental toughness, coping self-efficacy, and coping effectiveness among athletes. *International Journal of Sport psychology*, 42(6), 513-524. <https://psycnet.apa.org/record/2012-03633-001>
- Nicholls, A. R., Polman, R., Levy, A., & Backhouse, S. H. (2009). Mental toughness in sport: Achievement level, gender, age, experience and sport type differences. *Personality and Individual Differences*, 47(1), 73-75. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.02.006>
- Orhan, S. (2018). *Bireysel sporcular ve takım sporcularında duygusal zeka ve zihinsel dayanıklılık ilişkisi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi.

- Kılıçaslan, U. (2015). *Spor lisesi ile diğer liselerde öğrenim gören öğrencilerin bazı motorik özelliklerinin karşılaştırılması: Trabzon ili örneği* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Karadeniz Teknik Üniversitesi.
- Lee, K. H. (2005). The relationship between creative thinking ability and creative personality of preschoolers. *International Education Journal*, 6(2), 194-199. <https://eric.ed.gov/?id=EJ854970>
- Tükenmez, M. (2009). *Toplum bilim ve spor*. Kaynak Yayınları.
- Yazıcı, A. (2016). *Profesyonel basketbol oyuncularında zihinsel dayanıklılık ve duygusal zekânın çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Yıldıran, İ., Yetim, A., & Şenel, Ö. (1996). Farklı cinsiyetteki lise öğrencilerinin beden eğitimi dersinden beklentileri. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 52-59. <https://dergipark.org.tr/en/pub/gbesbd/issue/27895/296960>
- Yılmaz, M. (2019). *Lise öğrencilerinde yaratıcı kişilik ile beş faktör kişilik özellikleri arasındaki ilişkiler* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Nişantaşı Üniversitesi.
- Özmutlu, İ., & Erhan, S.E. (2020). *Bilimsel spor araştırmaları*. Efe Akademi.
- Özmutlu, İ., & Eroğlu, B. (2019). *Çocuk ve oyun, çocuklar için spor eğitimi*. Gazi Kitabevi, 201.
- Sağlam, A.F. (2021). *Spor yapan bireylerin zihinsel dayanıklılık ile yaratıcılık düzeylerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Hitit Üniversitesi.
- Sheard, M., Golby, J., & Van Wersch, A. (2009). Progress toward construct validation of the Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ). *European Journal of Psychological Assessment*, 25(3), 186. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.25.3.186>
- Şahin, F., & Danışman, Ş. (2017). Yaratıcı kişilik özellikleri ölçeği: Güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(2), 747-760. <https://dergipark.org.tr/en/pub/joiss/issue/32387/360217>
- Şahinler, Y. (2019). *Sporcuların zihinsel dayanıklılıkları ve başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Kütahya Dumlupınar Üniversitesi
- Şahinler, Y. & Ersoy, A. (2019). Sporcuların zihinsel dayanıklılıklarının farklı değişkenlere göre incelenmesi. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 5(2), 168-177. <https://doi.org/10.24289/ijsser.558658>
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-17847. <https://cyberleninka.org/article/n/255719.pdf>