



International

Journal of Human Sciences

ISSN:2458-9489

Volume 21 Issue 4 Year: 2024

## The effect of mental toughness on professionalism in athletes

## Zihinsel dayanıklılığın sporcularda profesyonelizme etkisi

Aynur Karaca<sup>1</sup>  
Nuri Berk Güngör<sup>2</sup>  
Fikret Soyer<sup>3</sup>

### Abstract

The aim of this research is to determine the effect of mental toughness on the level of professionalism in athletes. The study group of the research consists of a total of 201 participants, 124 (61.7%) female and 77 (38.3%) male, who participated in competitions as licensed athletes in Balıkesir province in 2023. In the study, in addition to the demographic information collection form, the Mental Toughness Scale developed by Sheard et al. (2009) and adapted to Turkish by Altıntaş (2015) and the Professionalism Scale for Athletes developed by Güngör, Kurtipek & İlhan (2022) were used as data collection tools. When the research results are taken into consideration, it is seen that the participants' mental toughness and athlete professionalism levels are at a good level. When the variables of gender, branch and being a national athlete are compared with mental toughness and athlete professionalism, it is determined that there is no significant difference. In addition, it is determined that 57% of athlete professionalism is explained by mental toughness.

**Keywords:** Athlete, professionalism, mental toughness.

[\(Extended English summary is at the end of this document\)](#)

### Özet

Bu araştırmanın amacı zihinsel dayanıklılığın sporcularda profesyonelizm düzeyine etkisini belirlemektir. Araştırmanın çalışma grubunu; 2023 yılında Balıkesir ilinde lisanslı sporcu olarak müsabakalara katılan 124'ü (%61.7) kadın, 77'si (%38.3) erkek toplam 201 katılımcı oluşturmaktadır. Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmış ve kolay ulaşılabilirlik ilkesi göz önünde bulundurularak çalışma grubu oluşturulmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak; demografik bilgi toplama formunun yanı sıra Sheard ve ark. (2009) tarafından geliştirilmiş, Altıntaş (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği ve Güngör, Kurtipek & İlhan (2022) tarafından geliştirilen Sporcular için Profesyonelizm Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonuçları dikkate alındığında katılımcıların zihinsel dayanıklılık ve sporcu profesyonelizm düzeylerinin iyi bir seviyede olduğu görülmektedir. Cinsiyet, branş ve milli sporcu olma değişkenleri zihinsel dayanıklılık ve sporcu profesyonelizmi ile karşılaştırıldığında anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Buna ek olarak, sporcu profesyoneliizminin %57'sinin zihinsel dayanıklılık özelliği ile açıklandığı belirlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Sporcu, profesyonelizm, zihinsel dayanıklılık.

<sup>1</sup> Serbest Araştırmacı, [aynurkrc82@gmail.com](mailto:aynurkrc82@gmail.com)

<sup>2</sup> Doç. Dr., Balıkesir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, [nuribergungor@gmail.com](mailto:nuribergungor@gmail.com)

Orcid ID: [0000-0002-6579-9146](https://orcid.org/0000-0002-6579-9146)

<sup>3</sup> Prof. Dr., Manas Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, [fikretsoyer@gmail.com](mailto:fikretsoyer@gmail.com) Orcid ID: [0000-0002-9910-8198](https://orcid.org/0000-0002-9910-8198)



## 1. Giriş

Sporcuların başarı unsurları arasında motorik bileşenlerin yanı sıra zihinsel etmenlerin de önemi giderek artmaktadır. Bu noktada zihinsel dayanıklılık, antrenman metodolojisinde popülerliğini arttıran ve başarının detay noktasına hitap eden araştırmalar ile gelişim gösteren bir konudur. Son dönemde antrenman metodolojisindeki iyileşmeler ve fiziksel parametreler üzerinden elde edilen güncel veriler araştırmacıları zihinsel becerilere farklı bir bakış açısı ile yöneltmektedir.

Literatürde yer aldığı gibi ifade edersek zihinsel dayanıklılık; herhangi bir olumsuzluk, başarısızlık, terslik ve artış eğilimdeki iş yükü gibi farklılaşan durumlarda kişinin kendisini toparlayarak yeniden odaklanabilmesi için gereken olumlu psikolojik kapasiteyi simgelemektedir (Luthans, 2002). Dolayısıyla; öz güven, odaklanma, stres yönetim becerileri, güdülenme ve olumlu bakış açısı gibi özellikleri ifade etmektedir (Larocque, 2019). Zihinsel dayanıklılık düzeyi yüksek olan sporcuların diğer sporculara göre kaygı düzeyi düşük, daha sakin, daha rekabetçi, başarı yöneliminde daha kontrollü ve hedef odaklı oldukları bilinmektedir (Clough, Earle, & Sewell, 2002). Dolayısıyla, üst düzey sporcular arasında başarı konusunda farklılık yaratan zihinsel becerinin önemini vurgulamak mümkündür (Cherry, 2005).

Bir işi daha dikkatli, en az hata ve düzgün bir şekilde tamamlamak profesyonellik göstergesidir (Adıgüzel, Tanrıverdi & Özkan, 2011). Aynı zamanda ciddi bir özellik olarak kişinin amaçlarını gerçekleştirmede yüksek becerilere sahip olma durumu olarak ifade edilmektedir (Mujahidah ve ark., 2020). Kısacası profesyonelizm, ilgili mesleğe yönelik bakış açısını ve eylemleri içeren çok boyutlu bir yapıdır (Boyt ve ark., 2011). Değişen sosyal yaşamda farklılıkları anlamak ve çözüm üretebilmek adına değerlidir (Kılıçarslan ve ark., 2023). Bireyin işine yönelik ciddiyeti, başarı odağı ve hedeflerini gerçekleştirmedeki güdülenmesi hakkında fikir vermektedir.

Sporcuların sürdürülebilir başarıya ulaşmalarında önemli bir rol oynayan profesyonellik özelliğinden de bahsetmek mümkündür. Sporcu profesyonelizmi bir sporcunun branşıyla ilgili bilgi, beceri ve yeteneklerinin yanı sıra sürekli olarak gelişmeye, eleştiriye ve iş birliğine açıklık; iletişim, sorumluluk bilinci, zorluklarla başa çıkma ve sporcu kimliği ile topluma örnek olabilme özelliklerinin bütünü olarak tanımlanmaktadır. Sporcular belirtilen özellikleri, pratik ve kişisel niteliklerle sentezlediklerinde profesyonel davranışlar ortaya çıkmaktadır (Güngör, Kurtipek & İlhan, 2022). Bu davranışların sporcularda başarı istikrarını sağlamak için önemli olduğu düşünülmektedir.

İlgili literatür incelendiğinde zihinsel dayanıklılığı konu alan birçok araştırma mevcutken (Connaughton & Hanton 2008; Cowden, 2017; Crust, 2007; Gucciardi, Hanton & Fleming, 2017; Meggs, 2014; Nicholls ve ark., 2009), sporcu profesyonelizmi (Yıldız & Tolukan, 2023) ile ilgili çalışmaların henüz gelişim aşamasında olduğunu ifade etmek mümkündür. Bu sebeple araştırma özgün literatüre katkı sağlaması ve sporcu profesyonelizmini açıklamada zihinsel dayanıklılığın rolünü betimlemesi bakımından önem taşımaktadır. Dolayısıyla araştırmanın amacı, sporcularda zihinsel dayanıklılığın sporcu profesyoneline etkisini belirlemektir.

## 2. Yöntem

### 2.1. Araştırma Modeli

Zihinsel dayanıklılığın sporcularda profesyonelize etkiye belirlemeyi hedefleyen bu araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla kullanılan bu model aynı zamanda neden-sonuç ile ilgili ipuçlarını da elde edebilme imkânı sağlamaktadır (Karasar, 2007).

### 2.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, 2023 yılında Balıkesir ilinde lisanslı olarak müsabakalara katılan 124'ü (%61.7) kadın, 77'si (%38.3) erkek toplam 201 katılımcı oluşturmaktadır. Katılımcıların 122'si (%60.7) bireysel sporlardan, 79'u (%39.3)'ü takım sporlarından herhangi biri ile müsabakalara katılmaktadır Buna ek olarak, katılımcıların 23'ü (%11.4) milli sporcuysen, 178'i (%88.6) değildir. Katılımcıların yaş ortalaması ise  $22.65 \pm 7.35$  olarak belirlenmiştir. Çalışma grubunun seçiminde kolay ulaşılabilirlik ilkesi dikkate alınmıştır.

### 2.3. Veri Toplama Aracı

Araştırmada kişisel bilgi formu ile beraber, Zihinsel Dayanıklılık ve Sporcular için Profesyonelizm Ölçekleri kullanılmıştır.

#### *Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği*

Sporcuların zihinsel dayanıklılıklarını belirlemek için Sheard ve ark. (2009) tarafından geliştirilmiş, Altıntaş (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçme aracı toplamda üç alt boyut (güven, devamlılık, kontrol) ve 14 sorudan oluşmaktadır. Veri setinden elde edilen iç tutarlık katsayısı .91'dir.

#### *Sporcular İçin Profesyonelizm Ölçeği*

Güngör, Kurtipek & İlhan (2022) tarafından geliştirilen ölçek toplamda 11 madde ve tek boyuttan oluşmaktadır. Ölçekten alınan toplam puanın artması sporcu profesyonelizm düzeyinin de artması anlamına gelmektedir. Veri setinden elde edilen iç tutarlık katsayısı .92 olarak tespit edilmiştir.

### 2.4. Verilerin Analizi

Verilerin analizi sürecinde ilk olarak veri setinin normal dağılım koşullarını sağlayıp sağlamadığı dair Kolmogorov- Smirnov testi ile belirlenmiştir. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda çarpıklık ve basıklık (-1.5, +1.5) değerleri dikkate alınarak verilerin normal dağılım parametrelerini karşıladığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu noktadan hareketle; betimsel istatistikler, T-testi, Pearson Korelasyon ve Regresyon testi kullanılarak analizler tamamlanmıştır.

## 3. Bulgular

**Tablo 1.** Katılımcıların Zihinsel Dayanıklılık ve Sporcular için Profesyonelizm Ölçeklerinden Aldıkları Ortalama Puanlar

Ölçekler	N	Min	Max	$\bar{x}$	S
Zihinsel Dayanıklılık	203	1.00	5.00	3.99	.65
Sporcu Profesyonelizmi	203	1.00	5.00	4.10	.68

Katılımcıların Zihinsel Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları puan ortalaması ( $\bar{x}$ =3.99), Profesyonelizm Ölçeğinden elde ettikleri puan ortalaması ise ( $\bar{x}$ =4.10) olarak tespit edilmiştir.

**Tablo 2.** Zihinsel Dayanıklılık ve Sporcular için Profesyonelizm Ölçeklerinden Alınan Ortalama Puanın Cinsiyet Değişkenine Göre T-Testi Sonuçları

Ölçekler	Cinsiyet	N	$\bar{x}$	S	sd	t	p
Zihinsel Dayanıklılık	Kadın	124	3.94	.52	199	-1.35	.18
	Erkek	77	4.07	.66			
Sporcu Profesyonelizmi	Kadın	124	4.11	.67	199	.41	.68
	Erkek	77	4.07	.70			
	Toplam	203					

p<.05

Katılımcıların zihinsel dayanıklılık ve sporcu profesyonelizminin cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır,  $t_1(199)=-1.35$ ,  $p>.05$ ,  $t_2(199)=.41$ ,  $p>.05$ .

**Tablo 3.** Zihinsel Dayanıklılık ve Sporcular için Profesyonelizm Ölçeklerinden Alınan Ortalama Puanın Branş Değişkenine Göre T-Testi Sonuçları

Ölçekler	Branş	N	$\bar{x}$	S	sd	t	p
Zihinsel Dayanıklılık	Bireysel	122	3.99	.67	199	-.07	.94
	Takım	79	4.00	.60			
Sporcu Profesyonelizmi	Bireysel	122	4.09	.69	199	-.14	.89
	Takım	79	4.10	.67			
	Toplam	203					

p<.05

Katılımcıların zihinsel dayanıklılık ve sporcu profesyonelizminin branş değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir,  $t_1(199)=-.07$ ,  $p>.05$ ,  $t_2(199)=-.14$ ,  $p>.05$ .

**Tablo 4.** Zihinsel Dayanıklılık ve Sporcular için Profesyonelizm Ölçeklerinden Alınan Ortalama Puanın Millilik Durumu Değişkenine Göre T-Testi Sonuçları

Ölçekler	M. Durumu	N	$\bar{x}$	S	sd	t	p
Zihinsel Dayanıklılık	Evet	23	4.03	1.02	199	.35	.72
	Hayır	178	3.98	.58			
Sporcu Profesyonelizmi	Evet	23	3.96	1.01	199	-1.03	.30
	Hayır	178	4.11	.63			
	Toplam	203					

$p<.05$

Katılımcıların zihinsel dayanıklılık ve sporcu profesyonelizminin millilik durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir,  $t_1(199)=-.07$ ,  $p>.05$ ,  $t_2(199)=-.14$ ,  $p>.05$ .

**Tablo 5.** Değişkenler Arası İlişkinin Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu ile İncelenmesi

Zihinsel Dayanıklılık	Sporcu Profesyonelizmi
	.76**

\*\* $p<.01$

Analiz sonuçları incelendiğinde, zihinsel dayanıklılık ve sporcu profesyonelizmi arasında yüksek düzeyde ve pozitif yönlü bir ilişkinin tespit edildiği görülmektedir, ( $r=.76$ ,  $p<.05$ ).

**Tablo 6.** Sporcu Profesyonelizminin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	Standardize $\beta$	Standart Hata	Kritik Oran	p	R <sup>2</sup>
Zihinsel Dayanıklılık S. Profesyonelizmi	.76	.42	16.3	.000	.57

$p<.01$

Sporcu profesyonelizminin zihinsel dayanıklılık tarafından yordanmasına ilişkin analiz sonuçları, zihinsel dayanıklılık ve sporcu profesyonelizmi ilişkisinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkinin olduğunu göstermektedir, ( $\beta=.76$ ;  $p<.01$ ). Tablo 6'de sunulan değerler ışığında, sporcu profesyonelizminin %57'sinin zihinsel dayanıklılık özelliği ile açıklandığı belirtilebilir.

#### 4. Tartışma ve Sonuç

Zihinsel dayanıklılığın sporcu profesyonelizmine etkisini belirlemeyi amaçlayan bu çalışmada; katılımcıların ölçme araçlarından elde ettikleri puan ortalamaları tespit edilmiş, zihinsel dayanıklılık ve sporcu profesyonelizminin cinsiyet, yaş, millilik durumu değişkenlerine göre fark analizleri gerçekleştirilmiş ve bağımsız değişkenin bağımlı değişkene etkisi tespit edilerek sunulmuştur.

Araştırmada elde edilen ilk bulgu katılımcıların zihinsel dayanıklılık düzeylerinin iyi bir seviyede olduğunu belirlenmesidir. Literatür incelendiğinde benzer araştırma sonuçlarının olduğu görülmektedir (Güvendi, Can & Türksoy Işım, 2020). Kayhan ve ark. (2018) çalışma gurubunda yer alan sporcuların zihinsel dayanıklılık düzeyinin ortalamasının üzerinde olduğunu tespit etmişlerdir. Vicdanlı (2023) da kadın basketbolcularda zihinsel dayanıklılığın benzer seviyelerde olduğunu belirlemiştir. Bu noktadan hareketle; katılımcıların stresli müsabaka ortamlarında başarılı oldukları, hatalı kararların etkisi altında kalmadıkları, zorluklar karşısında mücadeleci oldukları, sportif hedeflerine bağlı oldukları ve başarı için çalışma azmine sahip oldukları ifade edilebilir. Sportif başarıda zihinsel becerilerin önemide yadsınamaz bir gerçektir (Çelik & Güngör, 2020; Güngör & Çelik, 2020). Katılımcıların profesyonelizm seviyelerinin ise yüksek bir düzeyde olduğu tespit edilmiştir. İlgili özellik dikkate alındığında literatürde araştırma sayısının oldukça az olduğu ve mevcut

araştırmanın sonuçları ile benzer olduğu görülmektedir. Yıldız ve Tokukan (2023) araştırmalarında çalışma grubunu oluşturan takım sporcularının profesyonelizm seviyesinin yüksek bir düzeyde olduğu sonucunu raporlamıştır. Dolayısıyla; katılımcıların sporcu olmayı bir yaşam biçimi olarak gördükleri, branşları ile ilgili performansları arttırabilmek için çaba harcadıkları, kariyer planlamasını önemsedikleri ve bir sporcu olarak sorumluluklarını yerine getirdikleri ifade edilebilir.

Katılımcıların zihinsel dayanıklılık düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Literatür dikkate alındığında araştırma sonuçlarını destekleyen (Cowden & Meyer-Weitz, 2016; Güvendi, Can & Türksoy Işım, 2020; Türkoğlu, 2019; Dede 2019) ve araştırma sonuçları ile farklılaşan (Nicholls ve ark., 2008; Masum 2014; Juan & Lopez, 2015; Özsandıkçı, 2023; Yarayan, Yıldız & Gülşen, 2018) araştırmaların olduğu görülmektedir. Bu sonuca ek olarak, katılımcıların profesyonelizm düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Dolayısıyla araştırma sonuçları değerlendirildiğinde sporcu profesyonelizminin yanı sıra özellikle zihinsel dayanıklılık ile ilgili cinsiyet değişkeni özelinde genelleme yapmanın mümkün olmadığı ifade edilebilir.

Katılımcıların zihinsel dayanıklılıkları branş değişkeni karşılaştırıldığında istatistiksel olarak bir farklılığın olmadığı belirlenmiştir. Literatür incelendiğinde benzer sonuçların olduğu görülmektedir (Kayhan, Hacıcaferoğlu, Aydoğan & Erdemir, 2018). Buna ek olarak katılımcıların zihinsel dayanıklılıklarının branş değişkenine göre farklılık göstermediği belirlenmiştir. Sporcularda profesyonelizm önemli bir olgu olarak ifade edilebilir ve branş özelinden ziyade daha çok kişisel bir karakteri simgelemektedir. Bu sebeple branş fark etmeksizin bireysel olarak değerlendirilmesi rasyoneldir. Bu durumda araştırma sonuçlarını desteklemektedir.

Millilik durumu değişkeni ile katılımcıların zihinsel dayanıklılıkları karşılaştırıldığında anlamlı bir farklılığın olmadığı belirlenmiştir. Literatür incelendiğinde araştırma sonuçlarını destekleyen (Dede, 2019) ve araştırma sonuçları ile farklılaşan (Güvendi ve ark., 2018; Konter, 2015; Orhan, 2018) çalışmaların olduğu görülmektedir. İlgili sonuçlar arasındaki farklılıkların örneklemeler arasındaki farklılıklardan kaynaklandığı düşünülmektedir. Millilik durumu değişkeni sporcu profesyonelizmi ile karşılaştırıldığında ise istatistiksel olarak bir farklılığın olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmadan elde edilen bir başka sonuç ise zihinsel dayanıklılık özelliğinin sporcu profesyonelizmini %57 oranında açıklama gücüne sahip olduğudur. Profesyonelliğin hedeflenen başarı ve yüksek seviyede standartları simgelediği bilinmektedir (Tichenor & Tichenor, 2005). İlgili literatür dikkate alındığında sporcu profesyonelimizin bağımlı değişken olarak incelendiği bir araştırma mevcutken (Yıldız & Tolukan, 2023), bağımsız değişken olarak incelendiği bir araştırmaya rastlanmamıştır. Dolayısıyla araştırma sonuçları gerek özneliği gerekse de sınırlı olan literatüre katkı sağlaması ile sporcularda profesyoneli etkileyen özelliklerin betimlenebilmesi adına önem taşımaktadır. Araştırma sonucu sporcularda profesyonelizmi açıklayan önemli özelliklerden birinin zihinsel dayanıklılık olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda sporcular özelinde profesyonelizm düzeyinin artması başarı ile ilişkilendirilebilirken zihinsel dayanıklılık özelliğinin de önemi vurgulanmalıdır. Dolayısıyla kazanmak adına çaba gösteren, gerekli disiplin ve sabra sahip olan, umudu azaldığında dahi amaçları gerçekleştirmek adına çalışmaktan vazgeçmeyen, problem çözme becerisine sahip ve performans hedeflerine bağlı kalan sporcuların; tecrübelerini sportif performansa yansıtabilen, sporculuğu yaşam biçimi olarak gören, branşı ile ilgili kariyer planına sahip, sportif ortamlardaki zorlukların üstesinden gelebilen kişiler olduğunu ifade etmek mümkündür. Araştırmacılara ise sporcu profesyoneli betimlenen değişkenlerle takım-bireysel sporcu örneklemelerini ayırarak ele almalarını ve liderlik, adanmışlık ile karar verme özellikleri odağında da kurgulanan modelleri test etmeleri önerilmektedir.

## Kaynakça

- Adıgüzel, O., Tanrıverdi, H., & Özkan, D. S. (2011). Mesleki profesyonellik ve bir meslek mensupları olarak hemşireler örneği. *Yönetim Bilimleri Dergisi*, 9(2), 235-260.
- Altıntaş, A. (2015). *Sporcuların zihinsel dayanıklılıklarının belirlenmesinde optimal performans duygu durumu, güdülenme düzeyi ve hedef yöneliminin rolü*. Doktora tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Boyt, T., Lusch, R.F., & Naylor, G. (2001). The role of professionalism in determining job satisfaction in professional services: A study of marketing researchers, *Journal of Service Research*, 3(4), 321-330
- Cherry, H. L. (2005). Psychometric analysis of an inventory assessing mental toughness. Masters Theses, 588.
- Clough, P., Earle, K., & Sewell, D. (2002). Mental toughness: The concept and its measurement. *Solutions in Sport Psychology*, 1, 32-45.
- Connaughton, D., & Hanton, S. (2008). Mental toughness in sport: Conceptual and practical issues. *Advances in Applied Sport Psychology*, 327-356. Routledge.
- Cowden, R. G., & Meyer-Weitz, A. (2016). Mental toughness in South African competitive tennis: Biographical and sport participation differences. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14(2), 152-167.
- Cowden, R. G. (2017). Mental toughness and success in sport: A review and prospect. *The Open Sports Sciences Journal*, 10(1), 1-14.
- Crust, L. (2007). Mental toughness in sport: A review. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 5(3), 270-290.
- Çelik, O. B. & Güngör, N. B. (2020). The effects of the mental training skills on the prediction of the sports sciences faculty students' anxiety levels. *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 2020; 9, 888-929.
- Gucciardi, D. F., Hanton, S., & Fleming, S. (2017). Are mental toughness and mental health contradictory concepts in elite sport? A narrative review of theory and evidence. *Journal of science and medicine in sport*, 20(3), 307-311.
- Güngör, N. B., Kurtipek, S., & İlhan, E. L. (2022). Sporcular için profesyonelizm ölçeği (SPÖ)'nin psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 36-48.
- Güngör, N. B., & Çelik, O. B. (2020). The effect of attitude towards sport of sports science faculty students on mental well-being. *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 5(8), 468-493.
- Güvendi, B., Türksoy-Işım, A., Güçlü, M., & Konter, E. (2018). Profesyonel güreşçilerin cesaret düzeyleri ve zihinsel dayanıklılıklarının incelenmesi. *International Journal of Sports Exercise & Training Sciences*, 4(2), 70-78.
- Güvendi, B., Can, H. C., & Türksoy Işım, A. T. (2020). Triatlon sporcularının zihinsel dayanıklılıklarının karar verme stilleri ile ilişkisinin incelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 146-160.
- Dede, Y.E. (2019). *Elit güreşçilerin zihinsel dayanıklılıklarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Juan, M.V.T., & Lopez, A. (2015). Mental toughness of scholar athletes. Researchers. *World*, 6(3), 22-31.
- Karasar, N. (2007). *Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar, ilkeler, teknikler*. Nobel yayın dağıtım.
- Kayhan, R. F., Hacicaferoğlu, S., Aydoğan, H. & Erdemir, İ. (2018). Takım ve bireysel sporlar ile ilgilenen sporcuların zihinsel dayanıklılık durumlarının incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 5(2), 55-64.
- Kılıçarslan, F., Kurtipek, S., Ayyıldız Durhan, T. & Güngör, N. B. (2023). Z kuşağı üniversite öğrencilerinin serbest zaman temel psikolojik ihtiyaçları ve genel öz yeterlikleri üzerine bir araştırma. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 28(3), 174-181.
- Konter, E. (2015). *Profesyonel futbolcuların seçili kişisel, sosyal ve performans değişkenlerine göre cesaret profilleri*. Ulusal Spor Hekimliği Kongresi, 20-22 Kasım, Ankara.
- Larocque, A.C.G. (2019). The role of mental toughness, competitive anxiety, and team cohesion in athletic performance among women's competitive rugby. Master's thesis, Available from ProQuest Dissertations and Theses database. (UMI No: 27741477)
- Luthans, F. (2002). Positive organizational behavior: Developing and managing psychological strengths. *Academy of Management Perspectives*, 16(1), 57-72.
- Masum, R.A. (2014). 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, 11-22.

- Meggs, J., Ditzfeld, C., & Golby, J. (2014). Self-concept organisation and mental toughness in sport. *Journal of sports sciences*, 32(2), 101-109.
- Mujahidah, Afiah, N., & Syaiful. (2020). Perceptions of English education program students towards the professionalism of English education lecturers in online learning at IAIN Parepare. *Asian Social Science and Humanities Research Journal (ASHREJ)*, 2(2), 70-76.
- Nicholls, A.R., Polman, R.C., Levy, A.R., & Backhouse, S.H. (2008). Mental toughness in sport: Achievement level, gender, age, experience, and sport type differences. *Personality and Individual Differences*, 47(1), 73-75.
- Orhan, S. (2018). *Bireysel sporcular ve takım sporcularında duygusal zekâ ve zihinsel dayanıklılık ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Özsandıkçı, K., (2023). *Elit yüzücülerin zihinsel dayanıklılıklarının sportif sürekli kendine güven ve sportif öz yeterliliklerinin incelenmesi*. Doktora Tezi. Trabzon Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Trabzon.
- 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), 186-193.
- Tichenor, M. S., & Tichenor, J. M. (2005). Understanding teachers' perspectives on professionalism. *The Professional Educator*, 27(1-2), 89-95
- Türkoğlu, F. (2019). *Taekwondo sporcularının zihinsel dayanıklılıklarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elâzığ.
- Vicdanlı, S. (2023). *Kadın basketbolcularda zihinsel dayanıklılık ve özgüven incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Yarayan, Y.E., Yıldız, A.B., & Gülşen, D.B.A. (2018). Elit düzeyde bireysel ve takım sporu yapan sporcuların zihinsel dayanıklılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 11(57), 992-999.
- Yıldız, A. B., & Tolukan, E. (2023). Profesyonelizmin takım sporcularının şiddet eğilimi üzerindeki etkisi. *Journal of ROL Sport Sciences*, 4(1), 117-127.

### Extended English Summary

**Introduction:** Among the elements of athletes' success, the importance of mental factors is increasing, as well as motor components. At this point, mental endurance is a subject that is increasing its popularity in training methodology and developing with research addressing the detail point of success. Recent improvements in training methodology and current data obtained from physical parameters are leading researchers to a different perspective on mental skills. Mental resilience, as stated in the literature, symbolizes the positive psychological capacity required for a person to recover and refocus in different situations such as any negativity, failure, adversity and increasing workload (Luthans, 2002). Therefore, it refers to characteristics such as self-confidence, focus, stress management skills, motivation and positive perspective (Larocque, 2019). It is also possible to talk about professionalism in athletes. Athlete professionalism is defined as the whole of an athlete's knowledge, skills and abilities related to their branch, as well as being open to continuous development, criticism and cooperation; communication, sense of responsibility, coping with difficulties and being an example to society with their athlete identity. Professional behaviors emerge when athletes synthesize the specified characteristics with practical and personal qualities (Güngör, Kurtipek & İlhan, 2022). It is thought that these behaviors are important for ensuring the stability of success in athletes. When the relevant literature is examined, it is possible to state that while there are many studies on mental toughness (Connaughton & Hanton 2008; Cowden, 2017; Crust, 2007; Gucciardi, Hanton & Fleming, 2017; Meggs, 2014; Nicholls et al., 2009), studies on athlete professionalism (Yıldız & Tolukan, 2023) are still in the development stage. For this reason, the research is important in terms of contributing to the original literature and describing the role of mental toughness in explaining athlete professionalism. Therefore, the aim of the research is to determine the effect of mental toughness on athlete professionalism in athletes.

**Methodology:** In this study, which aims to determine the effect of mental toughness on professionalism in athletes, the relational screening model, one of the quantitative research methods,

was used. This model, which is used to reveal the relationship between two or more variables, also provides the opportunity to obtain clues about cause and effect (Karasar, 2007). The study group of the research consists of a total of 201 participants, 124 (61.7%) female and 77 (38.3%) male, who participated in competitions as licensed athletes in Balıkesir province in 2023. In the study, in addition to the demographic information collection form, the Mental Toughness Scale developed by Sheard et al. (2009) and adapted to Turkish by Altıntaş (2015) and the Professionalism Scale for Athletes developed by Güngör, Kurtipek & İlhan (2022) were used as data collection tools. During the data analysis process, firstly, the Kolmogorov-Smirnov test was used to determine whether the data set met the normal distribution conditions. In line with the results obtained, it was concluded that the data met the normal distribution parameters by taking into account the skewness and kurtosis (-1.5, +1.5) values. From this point on, the analyses were completed using descriptive statistics, T-test, Pearson Correlation and Regression test.

**Findings and Discussion:** In this study, which aims to determine the effect of mental toughness on sports professionalism; the average scores of the participants obtained from the measurement tools were determined, difference analyses of mental toughness and sports professionalism according to the variables of gender, age, and nationality were performed, and the effect of the independent variable on the dependent variable was determined and presented. It was determined that the participants' mental toughness and athlete professionalism levels were at a good level. Another result obtained from the research is that the mental toughness feature has the power to explain athlete professionalism by 57%. It is known that professionalism symbolizes targeted success and high standards (Tichenor & Tichenor, 2005). When the relevant literature is considered, while there is a study examining our athlete professional as a dependent variable (Yıldız & Tolukan, 2023), no study examining it as an independent variable has been found. Therefore, the research results are important in terms of describing the characteristics that affect professionalism in athletes, both in terms of their subjectivity and their contribution to the limited literature. The research result shows that one of the important characteristics explaining professionalism in athletes is mental toughness. In this direction, while the increase in the level of professionalism in athletes can be associated with success, the importance of the mental toughness feature should also be emphasized. Therefore, it is possible to say that athletes who strive to win, have the necessary discipline and patience, do not give up working to achieve their goals even when their hopes are low, have problem-solving skills and remain committed to their performance goals; are individuals who can reflect their experiences on sports performance, see sportsmanship as a way of life, have a career plan related to their branch, and can overcome difficulties in sports environments. It is recommended that researchers consider sports professionalism by separating team and individual sportsman samples with the described variables and test models designed with a focus on leadership, dedication and decision-making characteristics.