



تعیین منابع اعتماد به نفس ورزشی و مقایسه آن‌ها براساس سطح عملکرد درکشتی‌گیران جوان نخبه

جعفر عبدالعلی زاده^۱، جعفر محمدی^۱، سید رضا عطارزاده حسینی^۲، مهدی سهرابی^۲

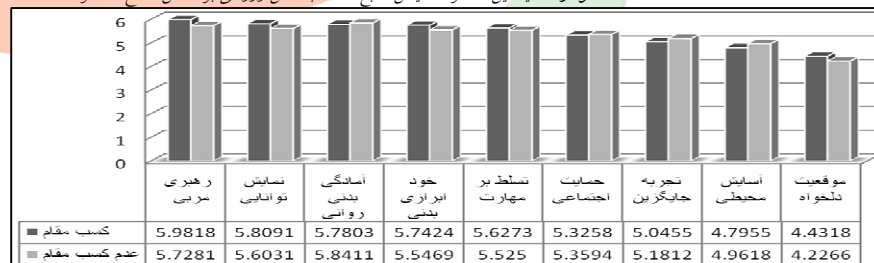
۱. دانشجوی کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه فردوسی مشهد. ۲. استادیار دانشگاه فردوسی مشهد.

مقدمه: یکی از ویژگی‌هایی که ورزشکاران برجسته را از سایرین متمایز می‌سازد، اعتماد به نفس یا خودباوری است (۱). اعتماد به نفس در ورزش، اعتماد به نفس ورزشی نامیده می‌شود که به عنوان باور یا درجه اطمینان فرد در مورد توانایی‌های خود جهت کسب موفقیت در ورزش تعریف شده است (۲). مرجع اصلی اغلب نظریه‌های اعتماد به نفس در روانشناسی ورزشی، نظریه اعتماد به نفس ورزشی ویلی است. این مدل تنها مدلی است که در حوزه روان‌شناسی ورزشی ایجاد شده و تکامل یافته است. ویلی و همکاران (۱۹۹۸) با مطرح کردن مدل اعتماد به نفس ورزشی و پرسشنامه منابع اعتماد به نفس ورزشی به کاربردی کردن مفهوم اعتماد به نفس ورزشی مبادرت ورزیدند (۳). مدل اعتماد به نفس ورزشی بر اساس چارچوب‌های نظری گریفین (۱۹۸۱)، ویلی (۱۹۸۶) و بویژه نظریه بندورا که اغلب منابع از آن سرچشمه گرفته‌اند شکل گرفته است (۴و۵). منابع اعتماد به نفس ورزشی شناسایی شده بوسیله ویلی (۱۹۹۸) شامل نه منبع: تسلط بر مهارت، نمایش توانمندی، آمادگی بدنی - روانی، خود ابرازی بدنی، حمایت اجتماعی، رفتار رهبری مربی، تجارب مشاهده‌ای، آسایش محیطی و موقعیت دلخواه می‌شود (۱). منابع اعتماد به نفس مهمترین فاکتورهای حیاتی در توسعه و حفظ سطوح اعتماد به نفس شناخته شده‌اند. بر این اساس مطالعات بسیاری صورت پذیرفته تا دریابد ورزشکاران اعتماد به نفس خود را بر چه مبنایی استوار می‌کنند (۳). هدف از انجام این تحقیق تعیین منابع اعتماد به نفس ورزشی کشتی‌گیران شرکت‌کننده در مسابقات قهرمانی کشور و مقایسه آن بر اساس سطح عملکرد می‌باشد.

روش شناسی: روش تحقیق توصیفی - تحلیلی، علی - مقایسه‌ای بود. نمونه آماری پژوهش را ۸۶ کشتی‌گیر با میانگین سنی (۱۹/۳۱±۰/۸۲) سال که در مسابقات قهرمانی کشور در سال ۸۸ شرکت داشتند، تشکیل می‌دادند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه منابع اعتماد به نفس ورزشی (SSCQ) که شامل ۴۱ سؤال است که ۹ خرده مقیاس ذکر شده را بر اساس مقیاس لیکرت ۷ گزینه‌ای مورد بررسی قرار می‌دهد، استفاده شد. روایی و پایایی پرسشنامه منابع اعتماد به نفس ورزشی را پیشتر دولت‌آبادی و همکاران (۱۳۸۶) تأیید کرده‌اند (۲). سطح عملکرد آزمودنی‌ها بر اساس کسب مقام در مسابقات (اول تا پنجم) یا عدم کسب مقام مورد ارزیابی قرار گرفت. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار استنباطی (آزمون t- گروه‌های مستقل و تحلیل واریانس یک طرفه) استفاده شد.

یافته‌های تحقیق: نتایج نشان داد؛ کشتی‌گیرانی که مقام کسب کرده‌اند به ترتیب رهبری مربی، نمایش توانایی و آمادگی بدنی - روانی را از مهمترین منابع اعتماد به نفس ورزشی می‌دانند، در حالی که کشتی‌گیرانی که مقام کسب نکرده بودند به ترتیب آمادگی بدنی - روانی، رهبری مربی و نمایش توانایی را مهمترین منابع اعتماد به نفس بیان کرده‌اند. همچنین نتایج نشان داد که بین منابع اعتماد به نفس ورزشی در هر دو گروه تفاوت معنی‌داری وجود دارد (F=۲۶۶/۹۱۱ و P=۰/۰۰۰).

نمودار ۱: میانگین نه خرده مقیاس منابع اعتماد به نفس ورزشی بر اساس سطح عملکرد



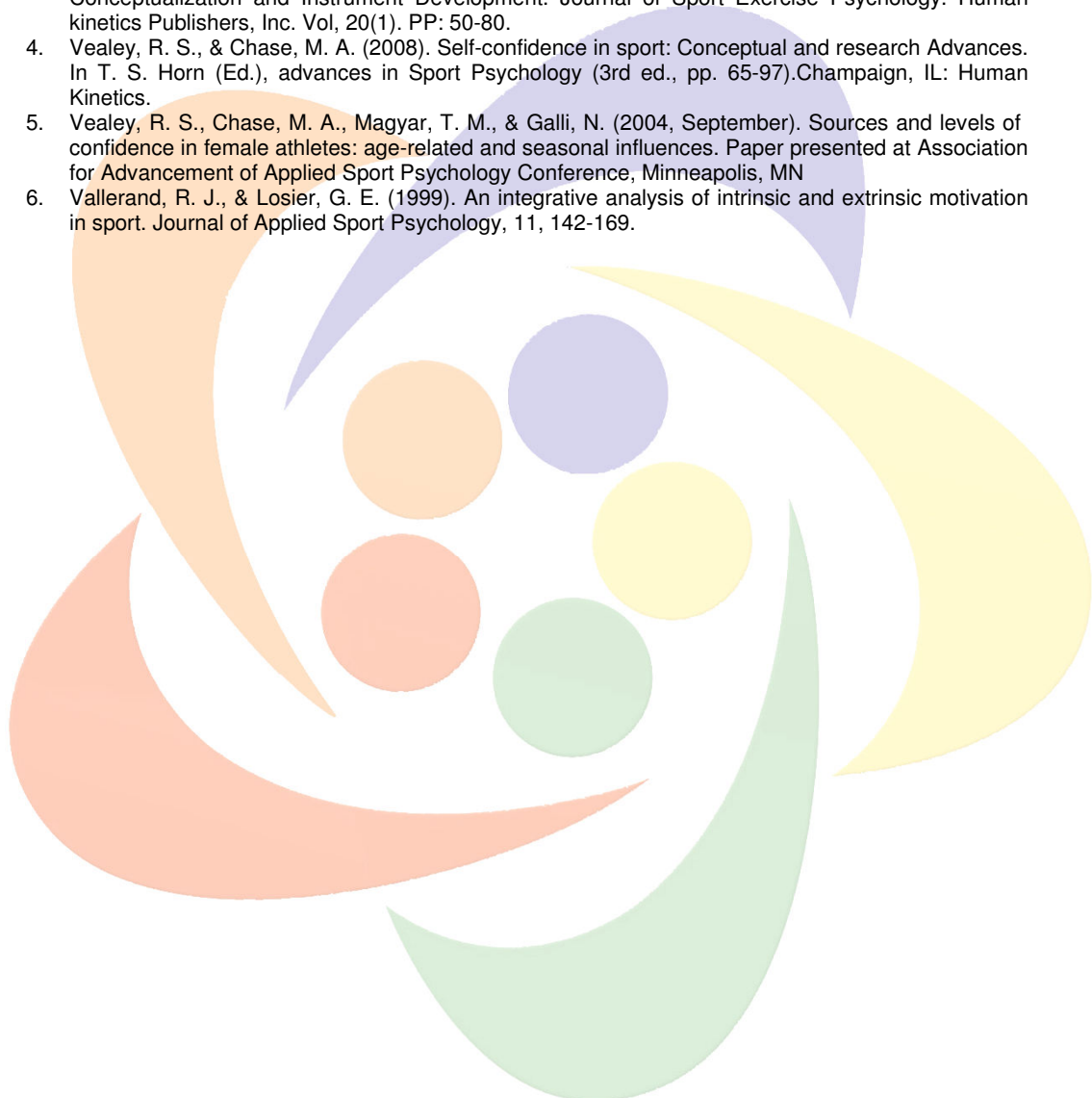
بحث و نتیجه‌گیری: یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که کشتی‌گیران جوان هم از منابع قابل کنترل (نمایش توانایی و آمادگی بدنی - روانی) و هم منابع غیر قابل کنترل (رهبری مربی) اعتماد به نفس ورزشی به عنوان مهمترین منابع اعتماد به نفس ورزشی استفاده کرده‌اند. بالاتر بودن اهمیت نمایش توانایی در کشتی‌گیرانی که مقام کسب کرده‌اند احتمالاً نشان دهنده نتیجه‌گرایی بیشتر آن‌ها می‌باشد (۵). همچنین نتایج حاکی از این است که در کشتی‌گیران جوان رفتار ادراک شده بین مربی و ورزشکار نسبت به سایر منابع غیر قابل کنترل از اهمیت



بیشتری برخوردار است، که نشانگر نیاز تعلق و احساس حمایت و اعتماد از طرف مربی است. بنابراین، رفتارهای مربی یک عامل اجتماعی بسیار مهم است که مطابق نظریه تصمیم اجتماعی بر احساسات شناخت و رفتار بازیکنان تاثیر می‌گذارد (۶).

منابع:

۱. واعظ موسوی، سید محمد کاظم؛ مسیبی، فتح‌الله. (۱۳۸۶). روان‌شناسی ورزشی. چاپ اول، تهران: سمت.
۲. دولت‌آبادی، لیلا؛ بهرام، عباس؛ فرخی، احمد. (۱۳۸۶). منابع پیش‌بینی‌کننده اعتماد به نفس ورزشی در سطح عملکرد دختران ژیمناست، المپیک، (۳۹): ۳۸۱.
3. Vealey, R.S., Hayashi, S.W., Garner-Holman, M., & Gicobbi, P. (1998). Source of Sport-Confidence: Conceptualization and Instrument Development. *Journal of Sport Exercise Psychology*. Human kinetics Publishers, Inc. Vol, 20(1). PP: 50-80.
4. Vealey, R. S., & Chase, M. A. (2008). Self-confidence in sport: Conceptual and research Advances. In T. S. Horn, (Ed.), *advances in Sport Psychology* (3rd ed., pp. 65-97). Champaign, IL: Human Kinetics.
5. Vealey, R. S., Chase, M. A., Magyar, T. M., & Galli, N. (2004, September). Sources and levels of confidence in female athletes: age-related and seasonal influences. Paper presented at Association for Advancement of Applied Sport Psychology Conference, Minneapolis, MN
6. Vallerand, R. J., & Losier, G. E. (1999). An integrative analysis of intrinsic and extrinsic motivation in sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 11, 142-169.





Determining sources of sport confidence and compare them according to performance level in young elite wrestlers

Jafar abolalizadeh MS¹ Jafar mohamadi MS¹ Seyed reza attarzadeh hosseini PhD² Mahdi sohrabi PhD²

1- Ferdowsi University of Mashhad

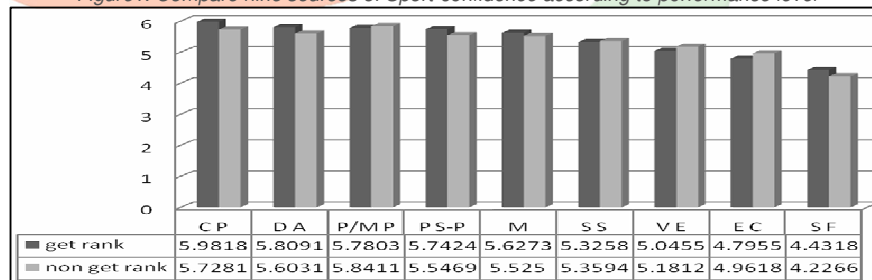
2- Ferdowsi University of Mashhad

Introduction: one of characteristics that distinct elite athletes from the others are confidence or self-identify (1). Confidence in sport named Sport-confidence that refers to an athlete's belief or degree of certainty about his/her ability to execute the physical skills necessary to perform successfully (2). The main reference that most theories of confidence in sport psychology has; is Vealey's Sport-confidence theory. This model is the only model in the field of sports psychology that was created and developed. Vealey et al (1998) with the proposed Sport-confidence model and sources of Sport-confidence questionnaire ventured to apply the concept of Sport-confidence (3). Sport-confidence model have been formed according to Griffin's (1981), Vealey's (1986) theoretical frameworks and especially Bandura's (1997) theory, that the most sources have been source of them (2,4). Nine sources of Sport-confidence identified by Vealey et al (1998) are: mastery, demonstration of ability, physical/mental preparation, physical self-presentation, social support, coaches' leadership, vicarious experience, environmental comfort, and situational favorableness (1). Basis or sources of self-confidence is the most critical factor in developing and maintaining endurance levels of self-confidence overtime. The base for the number of studies has been conducted to understand what the base athletes' confidence (3) is. The Purpose of this research was to determine Sources of Sport-confidence on wrestlers participating in country championship competition and compared Sources of Sport-confidence according their levels of performance.

Methodology: The method of research was descriptive-analytical and comparative. Statistical population involved in the study were wrestlers (n=86) participating in sports championships professionally with a mean age (19/31±0/82) years. For data gathering, source of sport confidence questionnaire (SSCQ) with 41 items were used. That represents nine sources of self-confidence in sport. Validity and Reliability this questionnaire have been already confirmed by Dolatabadi et al (2007), (2). Level of performance assessed according to their successfulness in competition and getting medal. The researcher has used statistical inference (One-way analysis of variance (ANOVA) and independent sample t-test) for analyzing data.

Results: Results showed that wrestlers who get medal apprehend coaches' leadership, demonstration of ability and physical/mental preparation the most important sources of sport-confidence. While the wrestlers did not get the rank respectively, physical/mental preparation, coaches' leadership and demonstration of ability the most important sources of sport-confidence. The results also showed that the use of sport-confidence sources in both groups is significant (F=266/911, P=0/000).

Figure1. Compare nine sources of Sport-confidence according to performance level



Discussion: Research findings indicate that subjects have used from both stable confidence and uncontrollable sources as the most important sources of sport-confidence. Most important demonstration of ability in wrestlers who get the rank, probably showed more outcome-oriented of them (5). The results also indicated that in young wrestlers the



perceptual behavior between coach and athlete are more important than other uncontrollable sources. This shows the need to perception of support and trust of coach. Therefore, coaches' behaviors can be a significant social factor that influences athletes' affect, cognition and behaviors within the SDT perspective (6).

Reference

1. Mousavi, S. M. K., Mosayebi, F. Sport Psychology. No, 1. PP, 210-211. 2007.
2. Dolatabadi L., Bahram, A., Farokhi, A. (2007). Sources of Sport Confidence Predictable on Female Gymnasts Performance Level. Journal of Olympic, 15, 81-96.
3. Vealey, R.S., Hayashi, S.W., Garner-Holman, M, & Gicobbi, P. (1998). Source of Sport-Confidence: Conceptualization and Instrument Development. Journal of Sport Exercise Psychology. Human kinetics Publishers, Inc. Vol, 20 (1). PP: 50-80.
4. Vealey, R. S., & Chase, M. A. (2008). Self-confidence in sport: Conceptual and research Advances. In T. S. Horn (Ed.), advances in Sport Psychology (3rd ed., pp. 65-97).Champaign, IL: Human Kinetics.
5. Vealey, R. S., Chase, M. A., Magyar, T. M., & Galli, N. (2004, September). Sources and levels of confidence in female athletes: age-related and seasonal influences. Paper presented at Association for Advancement of Applied Sport Psychology Conference, Minneapolis, MN
6. Vallerand, R. J., & Losier, G. E. (1999). An integrative analysis of intrinsic and extrinsic motivation in sport. Journal of Applied Sport Psychology, 11, 142-169.

