



DOI: 10.22034/mmbj.2025.62168.1098

Studying the relationship between self-confidence and group cohesion among athletes of the kabaddi beach team

Mohsen Ahmadi^{*1}, Hadi Saboori²

1- Department of Sport Science, Humanity faculty, University of Zabool, Zabool, Iran.
ahmadi.mohsen406@gmail.com

2- Department of Statistical, Science faculty University of Zabool, Zabool, Iran.

Received Date: 2024 June 19 Review Date: 2025 January 7 Accepted Date: 2025 January 26 Published Date: 2025 November 19

Abstract

The purpose of this study is to investigate the relationship between self-confidence and group cohesion among athletes of the national kabaddi team. This is a descriptive research that was conducted in the field. The statistical population is all the members of the beach kabaddi national team who were invited to the national team camp in 2015 and all these athletes were used as research samples. The research measurement tools of the group cohesion questionnaire and the group self-confidence questionnaire have a reliability and validity coefficient of .93 and .92, respectively. There is a positive and high correlation between self-confidence and group cohesion of athletes. The most important sub-index in group cohesion is the feeling of cohesion as an individual task, and it is the least important sub-indicator in individual social cohesion. The most important sub-index in self-confidence is the sub-index of alternative experiences, and the least important sub-index in self-confidence is ability demonstration. Self-confidence has a high impact on the group cohesion of the kabaddi athletes. Since a high level of group cohesion leads to the team's success and due to the high sub-index of alternative experiences, preparatory competitions are very important to increase self-confidence and as a result, achieve group cohesion.

Keywords: group cohesion, self-confidences, beach kabaddi.



Extend abstract:

Purpose: Many sports coaches, over the years of their work experience, have found out that athletes need mental preparation more than physical preparation in order to win championships. The purpose of this study is to investigate the relationship between self-confidence and group cohesion among athletes in the Kabaddi national team. Self-confidence is one of the most important indicators of self-perception in the field of sports psychology and is considered one of the basic psychological skills for every person. Sports self-confidence is among the individual factors that some researchers have introduced at the top of the pyramid of advanced sports performance. Another factor affecting the performance of athletes in group sports teams is social cohesion, which is affected by sports and physical activities. Social cohesion is one of the main components of providing social health, which is of fundamental importance in order to preserve and maintain society and its values. In fact, the meaning of cohesion is the evaluation of the quality of people's relationships in society and the social groups they belong to. The existence of collective spirit and group cohesion in this sport is one of the effective factors in winning. Of course, one of the problems of us Iranians is the lack of teamwork and the spirit of collectivism, while teamwork in group sports is one of the most important factors in the success of sports teams. Kabaddi is an outdoor game that is a combination of wrestling and rugby. In order to catch the attacker or escape from the opponent in this game, flexibility skills, agility, endurance, attention and courage are needed. Also, in this sport, you need high self-confidence, because in national and international competitions you will face powerful opponents team from other countries, if you do not have enough self-confidence, your team will not get results. The existence of collective spirit and group cohesion in this sport is one of the effective factors in winning. Of course, one of the problems of us Iranians is the lack of teamwork and the spirit of collectivism, while teamwork in group sports is one of the most important factors in the success of sports teams. Kabaddi is an outdoor game that is a combination of wrestling and rugby. In order to catch the attacker or escape from the opponent in this game, flexibility skills, agility, endurance, attention, and courage are needed. Also, in this sport, you need high self-confidence because in national and international competitions you will face powerful opponent teams from other countries. If you do not have enough self-confidence, your team will not get results.

Methodology: Methodology: This is a descriptive research that was conducted in the field. The population of this research was all the kabaddi sportsmen invited to the Iranian national team camp, which was 36 people and all of them were used in this research. The tools used to collect information to achieve the objectives of the research are as follows: 1- Demographic questionnaire 2- Social cohesion questionnaire was prepared to measure the level of group cohesion in sports teams in the form of 18 questions and group cohesion in two sub-branches. It measures task dimension and social cohesion. 3- Sports self-confidence questionnaire. This questionnaire asks the athlete to think about things that give him high self-confidence or help him to be more confident about his abilities during sports activities, believe and think for your success.



Findings: Due to the small number of national team athletes, we used non-parametric tests to perform the analysis. Which included the Kruskal-Wallis multiple mean comparison test, the comparison test of the mean of a population with a fixed number (Wilcoxon test), and for the existence of a relationship and its extent, Spearman's non-parametric correlation coefficient was used. Finally, to evaluate the importance of the sub-indices in each questionnaire, using this test, prioritization was done based on the average ranks. The results of the correlation coefficient between self-confidence and social cohesion show that, firstly, this relationship was significant and high (0.81) and secondly, its direction is positive. The Kruskal-Wallis multiple mean comparison test was used, and Spearman's non-parametric correlation coefficient was used to examine the relationship between demographic variables with self-confidence and group cohesion. The results with an alpha error rate of 0.1 are the only variable of education level that has a significant impact on the level of self-confidence and social cohesion of athletes. According to the results of the table below, the lowest level of self-confidence is among athletes with a bachelor's degree and the highest level is among athletes with a diploma degree, and also the lowest level of social cohesion is among bachelors and the highest level of social cohesion is among masters. Meanwhile, according to the test, these differences are significant. Ranking between self-confidence and social cohesion sub-indices: By using Friedman's non-parametric test, the self-confidence sub-categories were prioritized. The sub-indices are prioritized in order of importance. Average sub-index of priority rank in the index Coherence of individual assignment 2/79 first Individual social cohesion 2/18 IV Coherence of group assignment 68/2 II Group social cohesion 2/36 III.

Discussion: According to the results of the research, there is a high and significant relationship between self-confidence and group cohesion, although no similar research was found by researchers in this field. Sports self-confidence is among the personal factors that have been introduced as the peak of the pyramid of advanced sports performance, and they consider it the most important factor influencing sports performance. In relation to the effect of education on self-confidence, a similar research has not been found, but in this research, players with a diploma degree have higher self-confidence than those with a bachelor's degree, which may be due to an increase in the level of experience due to having more time to participate in sports competitions and camps. Also, the highest level of social cohesion among people with a master's degree and the lowest level of social cohesion among people with a bachelor's degree, and this may be due to their mental preparation due to reading books related to sports psychology or increasing age to gain experience in more competitions and bigger sports fields. Some researchers have used sports self-confidence as a synonym for self-sufficiency and consider self-sufficiency as a special situation of self-confidence or belief in one's competence. Statistically, there was no difference between the sub-indices of social cohesion and they all have the same importance, but according to the ranking, individual task cohesion is the most important and individual social cohesion ranks last. In team sports, players interact with each other and success is achieved when team members work together effectively and harmoniously.

Keywords: group cohesion, self-confidences, beach kabaddi.





سال چهارم، شماره ۲
پاییز ۱۴۰۴، صفحات ۸۴-۹۷



DOI: 10.22034/mmbj.2025.62168.1098

مطالعه رابطه بین اعتماد به نفس و انسجام گروهی در بین ورزشکاران تیم ملی کبدی ساحلی

محسن احمدی^{۱*}، هادی صبوری^۲

۱- گروه علوم ورزشی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه زابل، زابل، ایران. ahmadi.mohsen406@gmail.com

۲- گروه آمار، دانشکده علوم، دانشگاه زابل، زابل، ایران.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۳/۳۰ تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۱۰/۱۸ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۱/۰۷ تاریخ آنلاین: ۱۴۰۴/۰۸/۲۸

چکیده

هدف از این مطالعه بررسی رابطه بین اعتماد به نفس و انسجام گروهی در بین ورزشکاران تیم ملی کبدی می‌باشد. این تحقیق از نوع توصیفی است که به شکل میدانی انجام شده است. جامعه آماری کلیه اعضای تیم ملی کبدی ساحلی می‌باشد که در سال ۱۳۹۵ به اردوی تیم ملی دعوت شدند و تمام این ورزشکاران به عنوان نمونه تحقیق استفاده شدند. ابزار اندازه‌گیری تحقیق پرسش‌نامه انسجام گروهی و پرسش‌نامه اعتماد به نفس گروهی که به ترتیب دارای ضریب پایایی و اعتبار ۰/۹۳ و ۰/۹۲ هستند. بین اعتماد به نفس و انسجام گروهی ورزشکاران هم بستگی مثبت و بالای وجود دارد، مهم‌ترین زیر شاخص در انسجام گروهی؛ احساس انسجام تکلیف فردی است و کم اهمیت‌ترین زیر شاخص در انسجام اجتماعی فردی است. مهم‌ترین زیر شاخص در اعتماد به نفس زیر شاخص تجارب جایگزین است و کم اهمیت‌ترین زیر شاخص در اعتماد به نفس نمایش توانایی است. اعتماد به نفس تاثیر بالایی بروی انسجام گروهی ورزشکاران کبدی دارد و از آنجایی که سطح بالای انسجام گروهی موجب موفقیت تیم می‌گردد و با توجه به بالا بودن زیر شاخص تجارب جایگزین از این رو مسابقات تدارکاتی اهمیت زیادی برای بالا بردن اعتماد به نفس و در نتیجه انسجام گروهی دارد.

کلمات کلیدی: انسجام گروهی، اعتماد به نفس، کبدی ساحلی.

مقدمه

بسیاری از مربیان ورزشی در طی سال‌های تجربه کاری خود به مرور دریافتند که ورزشکاران به آمادگی روانی بیش از آمادگی جسمانی به منظور رسیدن به کسب عنوان‌های قهرمانی نیاز دارند. اعتماد به نفس^۱ از جمله مهم‌ترین شاخص‌های ادراک از خویشتن در حوزه روان‌شناسی ورزشی است و جزو مهارت‌های پایه روانی برای هر فردی محسوب می‌شود. ورزشکاران، مربیان و مشاوران روان‌شناسی تیم‌های ورزشی معتقدند اعتماد به نفس از نیازهای اساسی روان‌شناختی است که موفقیت ورزشی را تضمین می‌کند. مدال‌آوران رشته‌های مختلف ورزشی در سطح بین‌المللی اعتماد به نفس را مهم‌ترین مهارت روانی در تبیین پایداری ذهنی^۲ و موفقیت خود شناسایی کرده‌اند. اعتماد به نفس ورزشی را باور یا میزان اطمینان افراد در مورد توانایی و پتانسیل خود در خصوص کسب موفقیت در ورزش می‌دانند. (Gardner, Shields et al. 1996). اعتماد به نفس ورزشی در زمره عوامل فردی است که برخی محققین آن را اوج هرم عملکرد پیشرفته ورزشی معرفی کرده‌اند (Heuzé, Raimbault et al. 2006) و آن را مهم‌ترین عامل تاثیر گذار بر اجرای ورزشی می‌دانند (Quatman and Chelladurai, 2008) اعتماد به نفس ورزشی به میزان اطمینان ورزشکار از توانایی‌های خود در کسب موفقیت در رویدادهای ورزشی گفته می‌شود. پژوهش‌ها حاکی از بالا بودن اعتماد به نفس در ورزشکاران زنده می‌باشد (Shafizadeh, 2007) و دلیل برتری ورزشکاران زنده را تمرین زیاد و کسب مقام‌های ورزشی و سطح فنی بالاتر و حضور در میادین ورزشی معرفی کرده‌اند (Shafizadeh and Gray, 2011). تحقیقات نشان داده است تمرین و تسلط بر اجرای مهارت یا تجربه حضور در مسابقات گذشته مهم‌ترین منبع اعتماد به نفس است (Vealey, Chase et al. 2018). تجربه‌های جایگزین در مراحل اولیه یادگیری به عنوان منبع مهم اعتماد به نفس برای ورزشکاران به حساب می‌آید (Chase, Feltz et al. 1992). Magyar & Duda (2002) در تحقیقی اهمیت منابع محیطی اعتماد به نفس، از قبیل حمایت اجتماعی، رفتار هدایت‌گرایانه مربی و آسایش محیطی را نشان دادند. Machida & Otten (2017) در تحقیق خود بر روی ورزشکاران رشته‌های مختلف مهم‌ترین منبع اعتماد به نفس را تسلط ورزشکار بر اجرای مهارت می‌داند. Woodman & Hardy (2003) در تحقیق خود نشان دادند ورزشکاران با اعتماد بنفس ورزشی بالا سطح عملکرد بهتری دارند. جمله‌ای هست از بروس لی که می‌گوید ورزشکاری که یک فن و مهارت را هزار بار اجرا کرده خیلی خطرناکتر از ورزشکاری است که هزار فن و مهارت را یک بار اجرا کرده است. تجربیات ورزشی مربیان و ورزشکاران گواه این موضوع است هر چه فشار رقابت ورزشی و سطح مسابقات بالاتر باشد ورزشکار نیاز به حمایت بیشتر از سوی مربیان، والدین و جامعه دارد تا اعتماد به نفس خودش را بالاتر ببرد.

از دیگر عوامل اثرگذار بر عملکرد افراد در تیم‌های ورزشی گروهی انسجام اجتماعی^۳ است که متاثر از ورزش و فعالیت‌های بدنی است. انسجام اجتماعی یکی از مولفه‌های عمده تامین سلامت اجتماعی است که در جهت حفظ و نگهداری جامعه و ارزش‌های آن اهمیت اساسی دارد. منظور از انسجام در واقع ارزیابی کیفیت روابط افراد در جامعه و گروه‌های اجتماعی است که به آن تعلق

¹ Sport confidence

² Mental toughness

³ Group cohesion

دارند. انسجام اجتماعی گستره‌ای است که مردم فکر می‌کنند با دیگران چه مقدار وجه اشتراک دارند و به چه میزان به جامعه و گروه‌های اجتماعی تعلق دارند. اعضای یک تیم ورزشی برای کسب موفقیت نیاز به اتحاد گروهی، یکپارچگی و همبستگی تیمی نیاز دارند. انسجام تیمی به وجود احساس جذابیت میان فردی و احساس تعلق اعضا به گروه و همچنین میل اعضا به ماندن در گروه گفته می‌شود. در ورزش‌های گروهی افراد با یکدیگر در حال کنش متقابل و در تعامل با هم می‌باشند و موفقیت زمانی حاصل می‌شود که اعضای تیم به شیوه‌ای موثر و هماهنگ با هم کار می‌کنند. همچنین انسجام به تمامی افراد کمک می‌کند تا از فشارهای روانی به سازماندهی مجدد برسند و افراد تیم به تلاش مستمر برای رسیدن به شرایط بازی ایده‌آل برسند. پژوهشگران حوزه روان‌شناسی معتقدند که داشتن هدف مشترک که بتواند تلاش‌های تمام اعضای تیم با یکدیگر هم راستا نماید برای کسب موفقیت جنبه حیاتی دارد. در ورزش‌های گروهی شرط لازم برای تحقق اهداف مشترک، داشتن وحدت و انسجام تیمی است (Kim & Cruz, 2016). انسجام گروهی یک فرایند پویا و فعال است که منعکس کننده شدت تلاش گروه برای باقی ماندن در کنار یکدیگر به عنوان یک واحد برای رسیدن به اهداف مطلوب و ارضای نیازهای عاطفی اعضای تیم است (Martens, 1979). انسجام گروهی را یک ساختار چند بعدی تعریف می‌کنند که در آن اهداف و فعالیت‌های اعضای تیم بخوبی توسعه داده شده و ارتباط بین اعضای گروه به صورت مثبتی حفظ می‌شود (Yukelson, Weinberg et al. 1984). Carron (۱۹۸۲) انسجام گروهی را شامل دو بعد می‌داند که اولی انسجام تکلیفی (که شامل انسجام تکلیفی فردی و انسجام تکلیفی گروهی) و دومی انسجام اجتماعی (که شامل انسجام اجتماعی فردی و انسجام اجتماعی گروهی) در نظر گرفته است. انسجام تکلیفی که عبارت از ارزیابی عینی ورزشکاران از سطح تلاش هماهنگ یا کار تیمی گروه‌هایشان است، به عبارتی انسجام تکلیفی نشان می‌دهد تا چه اندازه تیم و هریک از اعضای گروه به هدف‌های خود می‌رسند و مکمل کار گروهی دیگر اعضای تیم است. انسجام اجتماعی که بیانگر میزان جذابیت بین فردی در بین اعضای گروه است و درجه شباهت اعضای گروه به یکدیگر و لذت بردن از همراهی با یکدیگر است (Carron, Hausenblas et al. 1996). به عبارت دیگر میزانی است که گروه اجازه می‌دهد شخص به اهداف دلخواه خود برسد. انسجام اجتماعی مربوط به رضایت‌مندی در برآوردن نیازهای اجتماعی و احساسی اعضای تیم و نیز میزان دوستی و وابستگی آنها می‌باشد (Ansell, 2017). Zakaroo & Maccoy (۲۰۰۶) در تحقیقات خود نشان دادند که سطوح بالای انسجام تیمی برای موفقیت تیمی که نیازمند تعادل مربوط به وظیفه بیشتر است بسیار ضروری است (Moolen. Dröge, Halstead et al. 1996). در تحقیق خود نشان داد وقتی اعضای یک تیم روی اهداف مشترک از قبل تعیین شده متمرکز می‌شوند با انسجام بالا تلاش می‌کنند که گروه بصورت کامل حفظ شود و در نتیجه احتمال زیست پذیری گروه بیشتر می‌شود (Fibbins, Lederman et al. 2021). Garuoo (۲۰۰۰) نشان داد که انسجام تاثیر ناچیزی بر عملکرد دارد ولی بر عکس عملکرد تاثیر بیشتری بر انسجام می‌گذارد و تیم‌های برنده از تیم‌های بازنده انسجام بیشتری دارند (Wolanin, Gross et al. 2015). Carron, Kelman, Vealey & Stevenson (۲۰۰۰) در تحقیق فراتحلیلی بروی ۴۶ تحقیق دیگر در مورد رابطه انسجام و عملکرد تیمی گزارش کردند که سطوح بالای انسجام موجب موفقیت تیم می‌شود (Benson, 2012). سیاستگذاران و صاحب نظران، ورزش و فعالیت‌های بدنی را به عنوان پدیده‌ای که قادر به ترمیم

پیوندهای اجتماعی گسسته شده است می‌دانند. (Wrona, ۲۰۰۲) در تحقیقات خود همبستگی مثبتی بین انسجام و عملکرد ورزشی در رویدادهای ورزشی جمعی همانند بسکتبال و هندبال نشان داده است در حالیکه در ورزش‌های انفرادی همانند بولینگ و تیراندازی بدون تاثیر یا تاثیر منفی بوده است (Wrona, ۲۰۲۰). Range (۲۰۰۲), Carron & et al (۲۰۰۲), Hunge (۲۰۰۴), Mayer (۲۰۰۴), Ramazanynjad & Hossieni keshtian (۲۰۰۹) گزارش دادند انسجام تیمی بر موفقیت و عملکرد ورزشکاران تاثیر زیادی دارد. Karioze & et al (۱۹۹۸), Moray (۲۰۰۶) و Ramazanynjad (۲۰۰۹) بین انسجام تیمی و درصد پیروزی‌های یک تاثیر مثبتی (Keshtan, Ramzaninezhad et al. 2010) تیم مشاهده کردند.

کبدی یا همان زو یک بازی ایرانی است اصل و منشا بازی بومی و محلی دارد این بازی در تمام ایران معروف است این بازی به اسامی مختلفی نامیده می‌شود؛ این بازی در گیلان شیرین دودو، در خراسان، گلستان و مازندران زو و در سیستان و بلوچستان کبدی نامیده می‌شود. کبدی یک بازی فضای آزاد است که ترکیبی از کشتی و راگبی است. برای گرفتن مهاجم یا فرار از دست حریف در این بازی به مهارت‌های انعطاف‌پذیری، چابکی، استقامت و حضور ذهن و جرات و شجاعت زیادی نیاز است. یک بازی تیمی جنگی است که بدون هیچ تجهیزاتی در زمین مستطیل شکل، چه در فضای باز و چه در داخل سالن با هفت بازیکن روی زمین در هر طرف انجام می‌شود. بازی در دو نیمه ۲۰ دقیقه‌ای با فاصله ۵ دقیقه انجام می‌شود هم چنین در این ورزش نیاز به اعتماد به نفس بالایی است چرا که در مسابقات ملی و بین‌المللی شما با حریفان مقتدری از کشورهای دیگر روبرو خواهید شد که اگر از اعتماد به نفس کافی برخوردار نباشید باعث نتیجه نگرفتن تیم شما می‌گردد. وجود روحیه جمع‌گرایی و انسجام گروهی در این ورزش از جمله عوامل موثر در پیروزی است. البته از معضلات ما ایرانی‌ها یکی عدم انجام بازی‌های با محتوای افزایش کار گروهی و جمع‌گرایی در دوران کودکی می‌باشد. در حالیکه کار تیمی در ورزش‌های گروهی از مهم‌ترین عوامل برد و باخت تیم‌های ورزشی می‌باشد. بازی کبدی از جمله بازی‌های دارای مسابقاتی در سطح آسیا، جهان و المپیک است و با توجه به زمینه‌های راحت و آسان انجام این بازی در تمام استان‌های کشور و دستیابی به مدال آسیایی و حتی انس مدال جهانی این رشته نیز وجود دارد چرا که قدرتمندترین تیم‌های کبدی همانند هندوستان و پاکستان در آسیا قرار دارند. البته این رشته ورزشی آنچنان که باید و شایسته است مورد توجه مسئولین قرار نگرفته است و تا کنون در این رشته ورزشی کار پژوهشی توسط محقق یافت نشده است، لذا در این مقاله ابتدا ما در پی معرفی رشته ورزشی کبدی و تعیین عوامل موثر بر اعتماد به نفس و رتبه بندی این عوامل در ورزشکاران کبدی کار تیم ملی کشورمان می‌باشیم و بعد هم در صدد تعیین عوامل تاثیرگذار بر انسجام گروهی آنها و سپس مطالعه تاثیر این عوامل بر یکدیگر می‌باشیم که تاکنون پژوهشی در این زمینه اجرا نشده است و ما امید داریم با اجرای تحقیقات این چینی ضمن گسترش این ورزش ارزان قیمت که فضای چندانی نمی‌گیرد و قادر به اجرای آن به شکل سالنی و فضای باز بر روی ماسه بادی که در منطقه سیستان این فضا به اندازه کافی وجود و ضمن اینکه جزو بازی‌های بومی و محلی این منطقه کشور می‌باشد و موجب گسترش بازی‌های بومی و محلی استان می‌گردد و در طی سال‌های مختلف همیشه تعدادی از ورزشکاران تیم ملی این رشته از منطقه سیستان بودند، از انجای که یکی از عوامل افزایش اعتماد به نفس از باخورد و حمایت‌های اجتماعی ناشی

می‌شود (Vealey, 1988) و از طرفی توجه به جغرافیای سیاسی منطقه سیستان که امکان مخاطرات اجتماعی از جمله اعتیاد فراگیر بخاطر مرز طولانی و گسترده ۹۰۰ کیلومتری با کشور افغانستان و پاکستان به عنوان بزرگ‌ترین تولید کننده مواد مخدر تریاک در دنیا و ترانزیت این مواد از ایران به سایر کشورهای اروپایی و آمریکایی و نبود ورزشگاه‌ها و فضاهای مناسب طبیعی و مصنوعی برای گذران اوقات و همچنین بخاطر دوری از مرکز کشور و عدم دسترسی به امکانات مدرن ورزشی دارای اعتماد به نفس مناسبی نیستند امیدوارم با انجام تحقیقات این چینی ضمن جلب توجه اذهان عمومی به ورزش دیگری غیر از فوتبال که امکان بالای برای بدست آوردن مدال در عرصه‌های بین‌المللی و المپیک وجود دارد؛ در راستای بسط و گسترش این رشته ورزشی که جزو بازی‌های بومی و محلی است هم قدمی کوچک برداریم و همچنین کمکی برای افزایش دانایی مربیان توانا و زحمت‌کش این رشته ورزشی باشد.

روش تحقیق

این پژوهش از نوع توصیفی بوده که به شکل میدانی اجرا شده است. برای جمع‌آوری داده‌ها از تکنیک پرسش‌نامه استفاده شده است. جامعه آماری شامل ۱۴ بازیکن دعوت شده به اردوی تیم ملی کبدی در سال ۱۳۹۵ می‌باشند. که از تمام بازیکنان به عنوان نمونه تحقیق استفاده گردید. محقق با حضور در اردوی تیم ملی کبدی، پرسش‌نامه‌های تحقیق را در اختیار بازیکنان قرار داده و سپس جمع‌آوری شده است. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم افزار آماری spss نسخه ۱۸ استفاده گردید. ابزارهای مورد استفاده برای جمع‌آوری اطلاعات جهت رسیدن به اهداف تحقیق به قرار ذیل می‌باشد ۱- پرسش‌نامه جمعیت شناختی برای جمع‌آوری اطلاعات در خصوص سن، جنسیت، رشته تحصیلی، تاهل، سابقه ورزشی استفاده گردید. ۲- پرسش‌نامه انسجام اجتماعی این پرسش‌نامه در سال ۱۹۸۵ توسط وید مایر و براولی و بر اساس مدل مفهومی کارن (۱۹۸۲) برای اندازه‌گیری میزان انسجام گروهی در تیم‌های ورزش در قالب ۱۸ سؤال تهیه گردید و انسجام گروهی را در دو بعد تکلیفی و انسجام اجتماعی اندازه‌گیری می‌کند، پاسخ‌ها بر اساس مقیاس ۹ ارزشی لیکرت از کاملاً موافق تا کاملاً مخالف اندازه‌گیری شدند (Shirani & rezvan, et al, ۲۰۱۶). Moradi (۱۹۸۳) ثبات درونی خرده مقیاس‌های انسجام اجتماعی و انسجام تکلیفی پرسش‌نامه را ۰/۷۲ و ۰/۷۱ گزارش کردند. Horn (۲۰۰۲) توانایی این پرسش‌نامه را برای اندازه‌گیری در رشته‌های مختلف ورزشی تایید کرده است. ۳- پرسش‌نامه اعتماد به نفس ورزشی توسط Vealey & et al (۱۹۶۷) طراحی و آزمون سنجی گردید مشتمل بر ۴۳ سؤال و ۹ خرده مقیاس است که با مقیاس ۷ ارزشی لیکرت از کاملاً بی اهمیت تا کاملاً مهم ارزش‌گذاری شده، این پرسش‌نامه از ورزشکار می‌خواهد تا به هنگام فعالیت ورزشی به چیزهایی که به او اعتماد به نفس بالایی می‌دهد یا به او کمک می‌کند تا نسبت به توانایی‌ها خود باور داشته باشد و برای موفقیت خود مطمئن باشد فکر کند. پایایی و روایی این پرسش‌نامه قبلاً توسط دولت آبادی و همکاران تایید شده است و ثبات درونی آن با استفاده از روش الفای کرونباخ ۰/۹۵ بدست آمده است و برای خرده مقیاس آن نیز ۰/۹۲ بدست آمده است. ضریب پایایی آلفای کرانباخ برای پرسش‌نامه انسجام اجتماعی ۰/۹۲ و برای پرسش‌نامه اعتماد به نفس ۰/۹۴ به دست آمده است (vet al. Lila & Abbas, ۲۰۰۲).

یافته‌ها

برای انجام تحلیل آماری با توجه به کم بودن تعداد افرادی که پرسش‌نامه‌ها را پر کرده‌اند ۱۴ نفر افراد دعوت شده به اردوی تیم ملی از آزمون‌های ناپارامتری برای انجام تحلیل‌ها استفاده کردیم. آزمون‌های ناپارامتری که مورد استفاده قرار گرفت عبارتند از آزمون مقایسه میانگین چندگانه کروسکال والیس، آزمون مقایسه میانگین یک جامعه به عدد ثابت (آزمون ویلکاکسون) و برای وجود ارتباط و میزان آن از ضریب همبستگی ناپارامتری اسپیرمن استفاده شد. در نهایت برای ارزیابی اهمیت زیرشاخص‌ها در هر پرسش‌نامه بوده، که با استفاده از این آزمون اولویت‌بندی را بر مبنای میانگین رتبه‌ها انجام گرفت.

جدول ۱. بررسی میزان اعتماد به نفس و انسجام اجتماعی ورزشکاران

شاخص	میانگین	انحراف استاندارد	آماره‌آزمون ویلکاکسون	سطح معنی داری
انسجام اجتماعی	۷/۲۲	۱/۰۳	-۳/۳۰	۰/۰۰۱
اعتماد به نفس	۵/۴۴	۰/۸۱	-۳/۳۰	۰/۰۰۱

با توجه به نتایج جدول بالا واضح است که به صورت معناداری ورزشکاران شرکت کننده در نظرسنجی به انسجام اجتماعی و اعتماد به نفس بالای خود اذعان دارند.

تاثیر متغیرهای جمعیت شناختی بر شاخص‌ها:

با میزان خطای آلفای ۰/۱ تنها متغیر سطح تحصیلات است که بر میزان اعتماد به نفس و انسجام اجتماعی ورزشکاران تاثیر معنی‌داری داشته است. با توجه به نتایج جدول زیر کمترین میزان اعتماد به نفس در میان ورزشکاران با مدرک کارشناسی و بیشترین میزان اعتماد به نفس در بین ورزشکاران با مدرک دیپلم بود و همچنین کمترین میزان انسجام اجتماعی در بین ورزشکاران با مدرک کارشناسی و بیشترین میزان انسجام اجتماعی در بین ورزشکاران با مدرک کارشناسی ارشد است. در ضمن با توجه به آزمون انجام شده این اختلافات بین افراد با مدارک تحصیلی مختلف معنی دار است.

جدول ۲. تاثیر متغیرهای شناختی بر اعتماد به نفس و انسجام اجتماعی

اعتماد به نفس				انسجام اجتماعی			سطح تحصیلات
میانگین	انحراف استاندارد	آماره آزمون ویلکاکسون	سطح معنی داری	میانگین	انحراف استاندارد	آماره آزمون ویلکاکسون	
۵/۹۲	-	۵/۹۰	۰/۰۵۲	۶/۱۱	-	۸/۹۰	دیپلم
۴/۴۲	۰/۴۴			۶/۰۶	۰/۱۰		کارشناسی
۵/۷۰	۰/۶۸			۷/۶۸	۰/۸۴		کارشناسی ارشد

ارتباط بین اعتماد به نفس و انسجام اجتماعی:

برای بررسی ارتباط بین اعتماد به نفس و انسجام اجتماعی از ضریب همبستگی اسپیرمن استفاده شده است. نتایج ضریب همبستگی نشان می‌دهد که اولاً این ارتباط به صورت معنی‌داری وجود داشته و بالا بوده (۰/۸۱) و ثانیاً جهت آن مثبت می‌باشد. نتایج را در جدول (۳) مشاهده می‌گردد.

جدول ۳. ضریب همبستگی بین اعتماد به نفس و انسجام اجتماع

ضریب همبستگی اسپیرمن	سطح معنی‌داری	اعتماد به نفس - انسجام اجتماعی
۰/۸۱	۰/۰۰۰	

رتبه بندی بین زیرشاخص‌های اعتماد به نفس و انسجام اجتماعی:

با استفاده از آزمون ناپارامتری فریدمن که اولویت بندی بر مبنای رتبه انجام می‌دهد برای دو پرسش‌نامه اعتماد به نفس و انسجام اجتماعی زیرشاخص‌ها به ترتیب اهمیت اولویت‌بندی شده است.

جدول ۴. رتبه بندی زیرشاخص‌های انسجام اجتماعی

زیرشاخص	میانگین رتبه	اولویت در شاخص
انسجام تکلیف فردی	۲/۷۹	اول
انسجام اجتماعی فردی	۲/۱۸	چهارم
انسجام تکلیف گروهی	۲/۶۸	دوم
انسجام اجتماعی گروهی	۲/۳۶	سوم

آماره آزمون فریدمن برای جدول بالا ۲/۲۱ و سطح معنی‌داری آزمون نیز ۰/۵۳ می‌باشد که با توجه به آزمون انجام شده مشخص است که اختلاف معنی‌داری بین زیرشاخص‌های انسجام اجتماعی از نظر اهمیت وجود ندارد، یعنی از دیدگاه ورزشکاران همه از اهمیت یکسانی در انسجام اجتماعی دارند. کم اهمیت‌ترین زیرشاخص در انسجام اجتماعی، انسجام اجتماعی فردی و مهم‌ترین زیر شاخص در انسجام اجتماعی شامل انسجام تکلیف فردی است.

جدول ۵. اولویت بندی زیر شاخص‌های اعتماد به نفس

زیرشاخص	میانگین رتبه	اولویت در شاخص
تسلط بر مهارت	۴/۵۷	پنجم
نمایش توانایی	۳/۹۳	هشتم
آمادگی بدنی روانی	۵/۵۷	دوم
خودابزاری بدنی	۴/۵۰	ششم
حمایت اجتماعی	۴/۴۳	هفتم
رفتار رهبری مربی	۴/۵۰	ششم

تجارب جایگزین	۶/۰۴	اول
آسایش محیطی	۵/۳۲	سوم
موقعیت دلخواه	۵/۱۴	چهارم

آماره آزمون فریدمن برای جدول بالا ۹/۶۵ و سطح معنی داری آزمون نیز ۰/۲۹ می باشد که با توجه به آزمون انجام شده مشخص است که اختلاف معنی داری بین زیرشاخص های اعتماد به نفس از نظر اهمیت وجود ندارد یعنی از دیدگاه ورزشکاران همه از اهمیت یکسانی در اعتماد به نفس دارند. مهم ترین زیرشاخص در اعتماد به نفس تجارب جایگزین و کم اهمیت ترین نیز نمایش توانایی است.

بحث

مطابق نتایج تحقیق بین اعتماد به نفس و انسجام گروهی ورزشکاران کبدی ارتباط بالا و معنی داری وجود دارد که البته تحقیق مشابهی توسط محققین در این زمینه پیدا نشد اما با تحقیقات (Vealey, Hauashi, Garner, Hoolman, Kiakobi, ۱۹۸۸) هماهنگی دارد. آنها در تحقیق خود بر روی اعتماد به نفس ورزشی افراد، زیر شاخص توانای فردی را درخصوص کسب موفقیت ورزشی را مهم تر می دانند، همچنین با تحقیقات (Hardy, Jones, Gold, ۱۹۹۶) Moro & Stevenson (۱۹۹۱) و Woodnotobin (۱۹۹۸) که در تحقیقات خود پی بردند اعتماد به نفس ورزشی در زمره عوامل شخصی است که آن را اوج هرم عملکرد پیشرفته ورزشی معرفی کرده اند و آن را مهم ترین عامل تاثیرگذار بر عملکرد ورزشی می دانند هم خوانی دارد (chelladorai & Kowaltman, ۲۰۰۵). همچنین با تحقیقات (Range, ۲۰۰۲) Carron & et al (۲۰۰۲) Hung, (۲۰۰۴) Mayer & et al (۲۰۰۴)، همچنین نتایج تحقیقات chad (۲۰۰۱) و Bout & et al (۲۰۰۳) و Woodman & et al (۲۰۰۳) که نشان دادند ورزشکاران با اعتماد بنفس بالا از سطح عملکرد بهتری برخوردارند و با تحقیق (Ramzanijad & Hosseini keshtan, ۲۰۰۹) که گزارش دادند انسجام تیمی بر موفقیت و عملکرد ورزشکاران تاثیر زیادی دارد نیز هم خوانی دارد. Spoonic & Carron (۱۹۹۲) و Spoonic (۱۹۹۵) و Booeil (۲۰۰۲) رابطه مثبت و معنی داری بین انسجام تیمی و افزایش انگیزه افراد برای شرکت فعالیت های ورزشی به دست آوردند؛ بنابراین اعتماد به نفس را به عنوان یکی از عوامل تاثیرگذار بر موفقیت ورزشی در نظر می گیرند. ارتباط بین تاثیر مدرک تحصیلی بر روی اعتماد به نفس تحقیق مشابه بدست نیامده است اما در این تحقیق بازیکنان دارای مدرک تحصیلی دیپلم دارای اعتماد به نفس بالاتری از افرادی که دارای مدرک کارشناسی بودند به دست آمد که ممکن است ناشی از افزایش سطح تجربه بیشتر به دلیل داشتن زمان بیشتر برای شرکت در مسابقات و اردوهای ورزشی باشد. Oxsidein (۱۹۶۵) و Mahoney (۱۹۷۷) نشان دادند که اعتماد به نفس با عملکرد عالی ارتباط نزدیک دارد. همچنین بیشترین میزان انسجام اجتماعی در بین افراد دارای مدرک کارشناسی ارشد و کمترین میزان انسجام اجتماعی در بین افراد با داشتن مدرک تحصیلی کارشناسی بوده و این ممکن است ناشی از آمادگی روانی آنها بخاطر مطالعه کتب مربوط به حیطه روان شناسی ورزشی باشد و یا افزایش سن موجب کسب تجربه در مسابقات بیشتر و میدان های ورزشی بزرگتر باشد. برخی پژوهشگران اعتماد به نفس ورزشی را مترادف با خودکفایی بکار برده اند و خودکفایی موقعیت ویژه ای از اعتماد به نفس یا باور شایستگی فرد می دانند. Hailien (۱۹۷۹) در مطالعه خود به بررسی

وضعیت اعتماد به نفس کشتی گیران نخبه پرداخت و نتیجه گرفت این ویژگی روانی، مهم‌ترین عامل متمایز کننده ورزشکاران موفق از ناموفق است. از نظر آماری اختلافی بین زیر شاخص‌های انسجام اجتماعی بدست نیامد و همه از اهمیت یکسانی برخوردار می‌باشند، اما بر اساس رتبه بندی انسجام تکلیف فردی از همه مهم تر و انسجام اجتماعی فردی در رتبه آخر قرار دارد که با تحقیقات Ansel (۱۳۸۰) و Zekaroo & Mackoor (۲۰۰۶) و Moolen (۲۰۰۵) هم خوانی دارد که نشان دادند داشتن سطوح بالای انسجام گروهی برای موفقیت لازم است و انسجام تکلیفی بالا نشان دهنده این است که تا چه حد افراد تیم در به هدف‌های خود می‌رسند. در ورزش‌های گروهی بازیکنان با یکدیگر کنش متقابل دارند و موفقیت زمانی حاصل می‌شود که اعضای تیم به شیوه‌ای موثر و هماهنگ با هم کار کنند (Moradi, ۱۳۸۳) لذا داشتن انسجام گروهی بالا علاوه بر بالا بردن امکان موفقیت میزان اعتماد به نفس ورزشکاران را نیز بالا می‌برد و بر روی یکدیگر اثر مثبت می‌گذارد. در کل می‌توان اذعان داشت اعتماد به نفس اهمیت زیادی برای ورزشکاران چه انفرادی و چه گروهی دارد به طوری که آن را خودکفایی فرد می‌دانند لذا انجام تمرینات مداوم ضمن بالا بردن مهارت فنی ورزشکاران موجب افزایش اعتماد به نفس ورزشکاران می‌گردد. در بحث انسجام گروهی زیر شاخص تکلیف فردی بالاترین رتبه را به دست آورده است و موجب موفقیت ورزشکاران می‌گردد. همچنین بین اعتماد به نفس ورزشکاران و انسجام گروهی هم بستگی بالایی بدست آمد. پتروفسکی روان شناس اجتماعی شوروی سابق به پدیده جمع‌گرایی توجه کرده و معتقد که یک تیم ورزشی یک تعاونی است رابطه بین موفقیت یا شکست به فعالیت‌های مشترک افراد تیم بستگی دارد نتایج تحقیقات بیسبال و فوتبال در ژاپن از ترویج فرهنگ فرهنگ جمع‌گرایی عملکرد ورزشی رقابت حمایت می‌کند در ساختار یک تیم ورزشی پایدار، اعضای تیم ورزشی ممکن است درک و شباهت نزدیکی در اطراف وظایف گروهی و تعامل اجتماعی داشته باشند. مطابق تحقیقات Xhange (۲۰۰۰) افراد تیم می‌توانند تحت تاثیر عفونت‌های عاطفی سایر افراد همانند تماشاچیان و بازیکنان تیم مقابل قرار بگیرند و توانایی خود را در رسالتی که به عهده دارند از دست بدهند. بهر حال مسابقات ورزشی موجب رقابت‌های پر فشار و چالشی و عوامل چندی در پیروزی یا شکست ورزشکاران تاثیر گذار می‌باشد اما داشتن انسجام تیمی و روحیه تیمی همانند اعتماد به نفس جزو عوامل مهم‌ترین عوامل موثر در موفقیت ورزشکاران کبدی کار می‌باشد چراکه هم کاری تیمی و هماهنگی بین افراد تیم نقش به سزایی در کسب موفقیت آنها دارد.

References

- Ansell, M. L. (2017). Sports supplements: motivations and correlates of use, University Of Tasmania.
- Benson, A. J. (2012). A Qualitative Examination of Role Acceptance in Interdependent Sports Teams, Wilfrid Laurier University.
- Carron, A. V., et al. (1996). "Social influence and exercise: A meta-analysis." Journal of Sport and Exercise psychology **18**(1): 1-16.
- Chase, M. A., et al. (1997). "Do coaches' efficacy expectations for their teams predict team performance?" The Sport Psychologist **11**(1): 8-23.
- Dröge, C., et al. (1996). "The role of competitive alternatives in the postchoice satisfaction formation process." Journal of the Academy of Marketing Science **25**(1): 18-30.
- Fibbins, H., et al. (2021). "Physical activity and severe mental illness." Essentials of exercise and sport psychology: An open access textbook: 385-408.
- Gardner, D. E., et al. (1996). "The relationship between perceived coaching behaviors and team cohesion among baseball and softball players." The Sport Psychologist **10**(4): 367-381.
- Heuzé, J.-P., et al. (2006). "Relationships between cohesion, collective efficacy and performance in professional basketball teams: An examination of mediating effects." Journal of sports sciences **24**(1): 59-68.
- Keshtan, M. H., et al. (2010). "The relationship between collective efficacy and coaching behaviors in professional volleyball league of Iran clubs." World Journal of Sport Sciences **3**(1): 1-6.
- Kim, H.-D. and A. B. Cruz (2016). "The influence of coaches' leadership styles on athletes' satisfaction and team cohesion: A meta-analytic approach." International Journal of Sports Science & Coaching **11**(6): 900-909.
- Machida, M., et al. (2017). "Examining multidimensional sport-confidence in athletes and non-athlete sport performers." Journal of sports sciences **35**(5): 410-418.
- Magyar, T. M. and J. L. Duda (2000). "Confidence restoration following athletic injury." The Sport Psychologist **14**(4): 372-390.
- Martens, R. (1971). "Anxiety and motor behavior: A review." Journal of Motor Behavior **3**(2): 151-179.
- Quatman, C. and P. Chelladurai (2008). "Social network theory and analysis: A complementary lens for inquiry." Journal of Sport Management **22**(3): 338-360.
- Shafizadeh, M. (2007). "Relationships between goal orientation, motivational climate and perceived ability with intrinsic motivation and performance in physical education university students." Journal of Applied Sciences **7**(19): 2866-2870.
- Shafizadeh, M. and S. Gray (2011). "Development of a behavioural assessment system for achievement motivation in soccer matches." Journal of quantitative analysis in sports **7**(3).
- Vealey, R.S., et al. (2018). Confidence. Sport, Exercise, and Performance Psychology, Routledge: 302-324.



- Wolanin, A., et al. (2015). "Depression in athletes: prevalence and risk factors." Current sports medicine reports **14**(1): 56-60.
- Woodman, T. and L. Hardy (2003). "The relative impact of cognitive anxiety and self-confidence upon sport performance: A meta-analysis." Journal of sports sciences **21**(6): 443-457.
- Wrona, D. (2020). "Sport in American culture-as a national binder, passion and great, commercial business."
- Yukelson, D., et al. (1984). "A multidimensional group cohesion instrument for intercollegiate basketball teams." Journal of Sport and Exercise psychology **6**(1): 103-117.
- Hossieni kestian.,et al. (2011)." The impact of players' self-confidence and intrinsic motivation, and team cohesion and effectiveness on volleyball team performance", Sports psychology, 452-533: (3)5
- Shirali., et al. (2016)." "Investigating the relationship between adherence to sports ethics and group cohesion in women's sports teams". Organizational Behavior Management Studies in Sports, 18-11:(3)3
- Lila, D.A & et a.l (2007)." Predictive sources of sports self-confidence in the performance level of female gymnasts.". Olympic Quarterly8, 39-94..