

فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی

سال دوازدهم شماره ۴۵ بهار ۱۳۹۶

ویژگی‌های روان‌سنجی و هنجاریابی نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری (فرم ۱۶ سؤالی)

ولی‌اله کاشانی^{۱*}

محمدعلی سلطانیان^۲

فاطمه نجاری اردستانی^۳

چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی و هنجاریابی نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری بود. به این منظور، ۳۸۴ ورزشکار مرد و زن در سه سطح مهارتی و در ۱۰ رشته ورزشی (تیمی و انفرادی) به صورت نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب و نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری را تکمیل کردند. روش اجرا بدین صورت بود که ابتدا با استفاده از روش باز ترجمه، صحت ترجمه ابزار مورد تأیید قرار گرفت. جهت بررسی روایی سازه عاملی از تحلیل عاملی تأییدی و جهت بررسی همسانی درونی از ضریب آلفای کرونباخ و جهت بررسی پایایی زمانی از ضریب همبستگی درون طبقه‌ای استفاده شد. نتایج پژوهش نشان‌دهنده برازش مطلوب مدل نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی بود، به طوری که شاخص‌های برازندگی (RMSEA، ۰/۰۵۵؛ CFI، ۰/۹۸ و TLI، ۰/۹۷)، همسانی درونی (خود انتقادی ۰/۹۱، خود تقویتی، خودمدیریتی، ارزیابی اجتماعی ۰/۹۰ و کل مقیاس ۰/۹۱) و پایایی زمانی (خود انتقادی ۰/۹۱، خود تقویتی ۰/۹۵، خودمدیریتی ۰/۹۴، ارزیابی اجتماعی ۰/۹۳ و کل مقیاس ۰/۹۲) بیانگر روایی و پایایی مطلوب نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری می‌باشد. یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری می‌تواند به عنوان یک ابزار مناسب جهت مطالعه و ارزیابی خودگفتاری زنان و مردان ورزشکار ایرانی مورد استفاده قرار گیرد.

واژگان کلیدی: خود تقویتی؛ خودانتقادی؛ خودمدیریتی؛ ارزیابی

۱- استادیار گروه علوم ورزشی دانشگاه سمنان، سمنان، ایران، (نویسنده مسئول) Email: vkashani@semnan.ac.ir

۲- استادیار گروه علوم ورزشی دانشگاه سمنان، سمنان، ایران

۳- کارشناسی ارشد رفتار حرکتی دانشگاه سمنان

مقدمه

در روان‌شناسی ورزشی پژوهش‌های متعددی در حمایت از برنامه‌های آموزشی مهارت‌های روانی برای بهبود اجراهای ورزشی به انجام رسیده است (مینگ و مارتین^۱، ۱۹۹۶). این پژوهش‌ها، تکنیک‌های مداخله‌ای بی‌شماری را برای بهبود اجرا و رضایت‌مندی ورزشکاران به کار گرفته (میلر^۲، ۲۰۰۶) و به نقش مهم این تکنیک‌ها در پیشرفت اجرا اشاره کرده‌اند (گوداس، هتزیدی میترون و کایکید^۳، ۲۰۰۶). در این میان، به‌ویژه راهبردهای شناختی، با استفاده از الگوهای مؤثری از قبیل خودگفتاری^۴، هدف‌گزینی^۵، آرام‌سازی^۶ و تنظیم انگیزش^۷ تأثیر یا تغییرات مثبتی را به‌وجود آورده‌اند (پاپیونو و همکاران، ۲۰۰۴). نوع خاصی از این تکنیک‌ها، خودگفتاری است (میلر، ۲۰۰۶) که میشن باوم^۸ (۱۹۷۷) از آن به‌عنوان "مرکز تعدیلات رفتارشناختی" یاد می‌کند (هتزیگور گیادیس^۹، ۲۰۰۹). خودگفتاری یک حقیقت مشاهده شده است که ورزشکاران در طول تمرین و رقابت به آن می‌پردازند و به‌عنوان یک پدیده چندوجهی مرتبط با کلامی‌سازی تفکرات توسط ورزشکارانی که با خود صحبت می‌کنند، تعریف شده است. این کلامی‌سازی موجب تفسیر ادراکات و احساسات، تنظیم شناخت، ارائه دستورالعمل و تقویت خود می‌گردد.

خودگفتاری می‌تواند به‌صورت کلامی یا غیرکلامی به شکل یک کلمه، یک فکر، یک لبخند، اخم و یا ... اظهار شود. بنابراین در یک نمای کلی‌تر می‌توان گفت هر زمان به چیزی فکر می‌کنید یا یک گفتگوی درونی با خود انجام می‌دهید، در حال خودگفتاری هستید که می‌تواند با صدای بلند یا به شکل تفکری که در ذهن شما شکل می‌گیرد، بروز کند که چنین مکالمه‌ای به فرد کمک می‌کند تا در لحظه حاضر باقی مانده و بر روی تکلیفی که در حال اجرای آن است تمرکز کند. خودگفتاری کلید کنترل شناختی

1- Ming, Martin and Ehrlich
3- Goudas, Hatzidimitriou & Kikidi
5- Goal-setting
7- Motivation regulation
9- Hatzigeorgiadis

2- Miler
4- Self-talk
6- Relaxation
8- Meichenbaum

و ابزاری برای افزایش سطح اجرا و بهبود عملکرد است. اعتقاد روان‌شناسان این است که ورزشکار با تمرکز روی افکار دلخواه به سمت آنها حرکت کرده و این افکار سبب بروز رفتار دلخواه خواهند شد. به‌طور قطع تمام انواع خودگفتاری به‌میزان برابر برای تمام تکالیف اثربخش نیستند. استفاده از برخی نشانه‌های کلامی خاص می‌تواند برای برخی از تکالیف، مؤثرتر از بقیه باشد. به علاوه شواهدی وجود دارد که برخی عبارات و نشانه‌ها می‌توانند نسبت به سایر کلمات برای اجرای تکالیفی خاص مؤثرتر باشند. نشانه‌های کلامی مختلف عملکردهای متفاوتی دارند. انتخاب خودگفتاری مناسب باید بر اساس توجه دقیق به نیازهای تکلیف و نیازهای فرد و در ارتباط با اهداف اجرا باشد (هتزیگورگیادیس، تئودراکیس و زوربنس^۱، ۲۰۰۷).

مروری بر پژوهش‌ها نشان می‌دهد که خودگفتاری یکی از موضوعات جالب و مهم روان‌شناسی است که با یادگیری مهارت و عملکرد ورزشی مرتبط شده است (زرواس، استاورا و فیوچانتاکی^۲، ۲۰۰۷). تا به امروز، روان‌شناسان ورزش از روش‌های مختلفی برای مطالعه خودگفتاری ورزشکاران استفاده کرده‌اند. به‌ویژه آنها از خود گزارشی‌ها، به کارگیری و بررسی بخش‌ها، سوالات باز- بسته و مصاحبه استفاده کرده‌اند (گولد، اکلند و جکسون^۳، ۱۹۹۲؛ ارلیک و پارتینگ تون^۴، ۱۹۹۸؛ وان رالت، بریور، ریورا و پتیتراس^۵، ۱۹۹۴). علاوه بر این، ون رالت و همکاران (۱۹۹۴) از روش‌های مشاهده به‌منظور ثبت رفتارهای ورزشکاران تحت تأثیر خودگفتاری با کمک ارزیاب‌هایی که به‌صورت ویژه‌ای برای این مسئله آموزش دیده بودند، استفاده نمودند. اما بدون تردید یکی از روش‌هایی که با استفاده از آن می‌توان زمینه توسعه کمی و کیفی دانش در یک حوزه خاص به‌ویژه در حوزه روان‌شناسی ورزشی را توسعه و ارتقاء بخشید، استفاده از مطالعات پرسش‌نامه‌ای می‌باشد. علاوه بر این، ماهیت ارزشیابی و سنجش مهارت‌های ذهنی، پژوهش‌گران را به توسعه و گسترش آزمون‌های روانی متعدد رهنمون کرده است، اگر چه بسیاری از این

1- Hatzigeorgiadis, Theodorakis & Zourbanos

2- Zervas, Stavrou & Psychountaki

3- Gould, Eklund & Jackson

4- Orlick & Partington

5- Van Raalte, Brewer, Rivera & Petritas

آزمون‌ها در کاربردپذیری^۱ و روایی پیشگو و سازه^۲، مورد تردیدند. همچنین قابل ذکر است که ورزش قهرمانی امری است که همواره مورد توجه دست‌اندرکاران سیاست‌گذاری ورزش کشور قرار گرفته است. کسب افتخارات و مقام‌های قهرمانی در عرصه رقابت‌های منطقه‌ای و بین‌المللی از اهداف مهم ورزش قهرمانی است که نیل به این مهم جز با تلاش فراوان و به‌کارگیری تمامی امکانات مسیر نخواهد بود. استفاده از پژوهش‌های علمی و اجرای آزمون‌های معتبر برای سنجش توانایی‌های ذهنی ورزشکاران، گامی مفید در این عرصه تلقی می‌گردد. چرا که با استفاده از نتایج این پژوهش‌ها، مربیان به نقاط قوت و ضعف بازیکنان خود پی می‌برند و بر اساس اطلاعات به‌دست آمده، به طراحی تمرینات ویژه و اختصاصی مورد نظر، اقدام می‌ورزند (هیوجز، ۱۹۹۵؛ دایاس و گوش، ۱۹۹۵؛ میرزایی، ۲۰۰۴).

در همین راستا می‌توان بیان نمود که مقیاس خودگفتاری^۳ در ورزشکاران در سطوح مهارتی مختلف می‌تواند به‌همراه دیگر ابزارها در شناسایی نوع، محتوا و تعداد افکار مداخله‌گر در ذهن ورزشکاران قبل از مسابقه کاربرد داشته باشد (زینسر، بانکر و ویلیامز، ۱۹۹۸). همچنین ورزشکاران می‌توانند از مقیاس خودگفتاری به شکل گذشته نگر برای یادآوری راهبردهای خودگفتاری‌شان در طول رقابت برای افزایش عملکردشان استفاده کنند. با توجه به اهمیت و ضرورت عامل خودگفتاری در موفقیت ورزشکاران، طراحی و توسعه ابزاری جهت این سازه روان‌شناختی از اهمیت بالایی برخوردار بوده و پژوهش‌گران بر آن شدند تا ابزاری جهت بررسی خودگفتاری طراحی کنند. یکی از اولین ابزارها در این حوزه، مقیاس ۱۸ سؤالی خودگفتاری سیگرت (۱۹۹۵) بود که البته ویژگی‌های روان‌سنجی این نسخه مورد تأیید قرار نگرفت. به همین منظور نسخه ۲۷ سؤالی توسط دانکن و چینه (۱۹۹۹) ساخته شد که این نسخه نیز تنها بعد شناختی خودگفتاری را شامل و تمرکز بیشتر نسخه ۲۷ سؤالی بر خودگفتاری آشکار بود (برینتاپت،

1- Applicability
3- The Self-Talk Scale

2- Construct and Predictive Validity

هین و کرامر، ۲۰۰۹). تا اینکه بریتنپت و همکاران (۲۰۰۹) برای سنجش میزان خودگفتاری در یک پژوهش گسترده و طی شش مرحله ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه خودگفتاری مورد بررسی قرار دادند.

مطالعه اول شامل یک مجموعه ۹۰ سؤال بود که تمامی جنبه‌های مهم خودگفتاری (از جمله بعد شناختی، عاطفی و جنبه‌های رفتاری خود تنظیمی) را در بر می‌گرفت که البته پس از بررسی اولیه تنها ۵۴ سؤال از مجموعه ۹۰ سؤالی که بار عاملی بالایی داشتند باقی ماندند. شرکت کنندگان در این پژوهش ۲۶۷ (۱۸۱ زن، ۷۷ مرد و ۹ نفر که اطلاعاتشان در دسترس نبود) بودند. پس از جمع‌آوری داده‌ها، تجزیه و تحلیل مؤلفه‌های اصلی (یک عامل کلی و چند عامل کوچک‌تر) انجام گرفت. ۲۲ سؤال از این مجموعه که در این مرحله دارای بالاترین بار عاملی بودند و بیشترین تبیین را از عامل اصلی (خودگفتاری) ارائه دادند، باقی ماندند. همسانی درونی نسخه ۲۲ سؤالی ۰/۹۳ به‌دست آمده بود که از مقدار قابل قبولی برخوردار بود. هدف از مطالعه دوم تعیین ساختار عاملی مقیاس خودگفتاری (STS) بود. نتایج در این مرحله عدم برازش مدل تک عاملی را نشان داد. اما نتایج با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی و چرخش واریماکس از مدل چهار عاملی خودگفتاری حمایت کرد. در ادامه و با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی، نتایج به دست آمده در این مرحله موجب حذف چهار سؤال شد (این چهار سؤال دارای بار عاملی پایینی نسبت به دیگر سؤالات بودند). پس از حذف این چهار سؤال بار دیگر تحلیل عاملی تأییدی بر روی ۱۸ سؤال باقی‌مانده اجرا شد. نتایج نشان داد که سه سؤال دارای بار عاملی پایین‌تر از ۰/۶۱ و ۱۵ سؤال دارای بار عاملی بالاتر از ۰/۸۷ هستند.

در مرحله سوم مقیاس خودگفتاری به‌لحاظ ثبات زمانی نیز مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج با استفاده از روش آزمون مجدد نشان داد که ضریب همبستگی درون طبقه‌ای نمره کل مقیاس خودگفتاری (STS) معنادار می‌باشد ($r=0/99$). در مرحله چهارم و پنجم نتایج روایی همگرا و واگرا حمایت بیشتری برای روایی ابزار فراهم نمود، به‌طوری‌که همبستگی‌های مثبت میان خرده‌مقیاس‌های خودگفتاری، نشان داد که

ورزشکاران با نمرات خودگفتاری بالا، سطوح بالایی از ارزیابی شناختی یا سازگاری فعال را آشکار خواهند کرد. از سوی دیگر، همبستگی غیرمعناداری میان خرده‌مقیاس‌های مقیاس خودگفتاری و مقیاس مطلوبیت اجتماعی وجود دارد که از روایی واگرایی مقیاس خودگفتاری حمایت می‌کند. در مرحله پایانی روایی مقیاس خودگفتاری (STS) مورد ارزیابی قرار گرفت. نتایج در این مرحله نشان داد که دو سؤال مربوط به عامل ارزیابی اجتماعی دارای میزان روایی ضعیفی بوده و در نتیجه از شمار سؤالات حذف و ۱۶ سؤال باقی ماند. مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی دارای چهار عامل خود انتقادی (سؤال ۱، ۷، ۱۰ و ۱۴)، خودتقویتی (سؤال ۲، ۵، ۸ و ۱۳)، خودمدیریتی (سؤال ۳، ۹، ۱۲ و ۱۵) و ارزیابی اجتماعی (سؤال ۴، ۶، ۱۱ و ۱۶) را که عامل کلی خودگفتاری را می‌سجد؛ که عامل خود انتقادی شامل جملاتی است که محتوای آن دربردارنده انتقاداتی از عملکرد یا بخش ویژه‌ای از اجرا می‌باشد. عامل خودتقویتی (جملاتی که محتوای آن دربردارنده تأیید و تشویق و تقاضای تکرار آن اجرا به جهت رضایت می‌باشد) عامل خودمدیریتی جملاتی که محتوای آن دربردارنده کنترل و مدیریت برخی افکار و رفتارها و یا دقت در عملکرد در تمرین یا کنترل شرایط خارج از تمرین و مسابقه می‌باشد و آخرین عامل ارزیابی اجتماعی شامل جملاتی که دربردارنده نظرات احتمالی دیگران در مورد اجرای ورزشکار و پاسخ احتمالی ورزشکار است (برینتاپ و همکاران، ۲۰۰۹).

به‌طور کلی نتایج پژوهش برینتاپ و همکاران (۲۰۰۹) بر روی سازه نسخه ۱۶ سؤالی مقیاس خودگفتاری (STS) از شاخص‌های برازش مطلوب در مدل مرتبه اول و دوم و همبستگی درون طبقه‌ای قابل قبول (بالتر از ۰/۷۰) برخوردار بود. قابل ذکر است که مقیاس خودگفتاری (STS) توانایی بالایی در تعیین هر تفاوتی در خودگفتاری با توجه به متغیرهای مستقل متنوع از قبیل سن، جنس، تجربه و سطح رقابت دارد. همچنین مقیاس کوتاه بوده، و تکمیل آن زمان کوتاهی می‌برد و به آسانی می‌تواند برای بررسی خودگفتاری ورزشکاران که با عملکرد ورزشی آنها در ارتباط است، به کار گرفته شود (برینتاپ و همکاران، ۲۰۰۹).

در ادامه اینکه با توجه به اهمیت تدوین هنجار در خودگفتاری، در راستای: ۱- تعیین یک چهارچوب علمی و عملی قابل استناد در کشور جهت تفسیر نتایج خام به‌دست آمده از مقیاس خودگفتاری (STS)، ۲- ارزیابی دقیق وضعیت بازیکنان فوتبال، هندبال، والیبال، بسکتبال و واترپلو و بدمینتون، تنیس روی میز، شنا، تیراندازی و کیک بوکسینگ و تبیین وضعیت فعلی و شناخت نقاط قوت و ضعف، ۳- طراحی تمرینات اختصاصی متناسب با نیازمندی‌های هر بازیکن، انجام چنین تحقیقی ضروری به‌نظر می‌رسد و می‌تواند گامی مؤثر در جهت توسعه میزان اطلاعات موجود برای استفاده مربیان، بازیکنان و محققان ورزشی، در زمینه رشته‌های ورزشی باشد. این مقیاس‌ها از جنبه‌های نظری و کاربردی برای روان‌شناس ورزشی اهمیت دارند. یکی از موارد استفاده آنها از جنبه نظری، کمک به ارزیابی دقت نظریه‌های روان‌شناسی است و فراهم کردن موقعیتی است که روان‌شناسان بتوانند این نظریه‌ها را به‌عمل در آورند. هم‌چنین از جنبه کاربردی، برای پیشگیری از سوء تعبیرهایی که هنگام استفاده از این مقیاس‌ها رخ می‌دهد، باید روایی و پایایی آنها کاملاً روشن باشد، زیرا که دانش کافی درباره مفاهیم آماری و درک مفهوم روایی و پایایی، در تصمیم‌گیری نتایج نهایی ضروری است. اگر چه کسانی که آزمون را اجرا می‌کنند، باید بدانند که نتایج آزمون مطلق یا غیرقابل انکار نیست و ممکن است خطاهایی در اجرای آن رخ دهد، اما موظفند منابع خطا در سنجش را بشناسند و برای کاهش آن بکوشند (واعظ موسوی، ۲۰۰۱).

اگر چه روایی و پایایی نسخه اصلی این مقیاس توسط طراحان این مقیاس بررسی شده است (برینتاپت و همکاران، ۲۰۰۹)، اما روایی و پایایی نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری تاکنون در کشور در بین ورزشکاران مورد بررسی قرار نگرفته است، البته در همین راستا باید به پژوهش خدایار فرد، برینتاپت، اکبری زردخانه، عبادی‌فرد آذر^۱ که به تعیین ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی (STS) در بین دانشجویان پرداختند اشاره نمود. نتایج تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی و همسانی درونی چهار خرده‌مقیاس مقیاس خودگفتاری در این پژوهش مقادیر قابل قبولی به‌دست آمد. با وجود

1- Khodayarifard, Brinthaupt, Akbari Zardkhaneh, Ebadi Fard Azar

پژوهش مذکور در این حوزه اما از یک طرف برای قابل استفاده بودن ابزار خودگفتاری در بین ورزشکاران جامعه ایرانی و از طرف دیگر تعیین هنجار مناسب خودگفتاری ویژه ورزشکاران پژوهش حاضر به تعیین روان‌سنجی و هنجاریابی نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری (فرم ۱۶ سؤالی) در بین جامعه ورزشکاران پرداخته است.

روش پژوهش

پژوهش حاضر از نوع پژوهش‌های زمینه‌یابی می‌باشد.

شرکت‌کنندگان

در پژوهش حاضر جامعه آماری شامل ورزشکاران مرد و زن در سه سطح مهارتی (نخبه، ماهر و مبتدی) و ۱۰ رشته ورزشی در دو نوع ورزش‌های تیمی و انفرادی شهر تهران بود. در پژوهش حاضر با توجه به هدف مورد نظر حجم نمونه انتخاب گردید، به طوری که ورزشکاران دارای مقام‌های در سطح آسیا و جهان و مسابقات بین‌الملل به‌عنوان افراد نخبه و ورزشکاران دارای مقام در مسابقات کشوری و دانشجویی و لیگ دسته یک به عنوان افراد ماهر انتخاب شدند. علاوه بر این ورزشکاران مبتدی به افرادی اطلاق گردید که در رشته ورزشی مورد نظر پژوهشگران ۱ الی ۳ سال تجربه داشته‌اند و در مسابقات کشوری و لیگ صاحب مقام نبوده‌اند (زیدآبادی، رضایی و متشرعی، ۲۰۱۴). با عنایت به اینکه نمونه مورد نیاز در مطالعات تحلیل عاملی ۱۰ آزمودنی به ازای هر گویه پیشنهاد شده است، پس از توزیع و جمع‌آوری نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی، تعداد ۳۸۴ نفر ورزشکار در سه سطح مهارتی نخبه، ماهر و مبتدی در دو رشته تیمی و انفرادی نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی را تکمیل کردند. در نتیجه نمونه پژوهش حاضر، فراتر از نمونه مورد نیاز پیشنهاد شده (به ازای هر سؤال ۱۰ نفر) در مطالعات تحلیل عاملی خواهد بود که منجر به افزایش احتمال برازش مدل‌های مفروض و در نتیجه روایی سازه خواهد شد. شایان ذکر است انتخاب این دامنه وسیع سطح مهارت و نوع رشته ورزشی، قابلیت تعمیم‌پذیری یافته‌ها پژوهش را افزایش می‌دهد (کالین، ۲۰۰۵).

شیوه گردآوری داده‌ها

در این پژوهش ابتدا با استفاده از روش باز ترجمه، صحت ترجمه مقیاس خودگفتاری توسط چند متخصص و مترجم مورد تأیید قرار گرفت. روش باز ترجمه بدین شکل بود که در ابتدا مقیاس توسط دو نفر از متخصصان روان‌شناسی ورزش ترجمه شده و سپس ترجمه فارسی توسط دو متخصص آموزش زبان انگلیسی به انگلیسی برگردان شد. در نهایت با مقایسه دو متن انگلیسی (متن اصلی و متن به‌دست آمده از ترجمه فارسی به انگلیسی)، اصلاحات لازم انجام و فرم نهایی فارسی مقیاس خودگفتاری تهیه گردید. پس از تأیید صحت ترجمه، مقیاس در جامعه‌ای کوچک (۳۰ نفر) از ورزشکاران مرد و زن توزیع و تکمیل شده و اصلاحات احتمالی آن لحاظ شد (مطالعه مقدماتی). پس از اجرای مقدماتی و انجام اصلاحات، از گروه همکاران طرح برای یکسان‌سازی اجرا (توزیع و جمع‌آوری مقیاس‌ها) در جامعه هدف دعوت به‌عمل آمد و موارد مهم و مورد تأکید در اجرای طرح مرور و یکسان‌سازی شد. در مرحله بعد مجوزهای لازم به‌منظور توزیع مقیاس‌ها از مسئولان مربوط اخذ و مقیاس‌ها میان نمونه‌های آماری توزیع، تکمیل و جمع‌آوری شد. مقیاس‌ها پس از تکمیل و جمع‌آوری توسط متخصص آمار دسته‌بندی و با استفاده از روش‌های آماری مناسب مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت (کاشانی، فرخی، کاظم‌نژاد و شیخ، ۲۰۱۴).

روش آماری

در پژوهش حاضر از آمار توصیفی برای محاسبه شاخص‌های مرکزی و پراکندگی و ترسیم نمودارها استفاده شد. در آمار استنباطی مطابق نظر متخصصان معادلات ساختاری مبنی بر اینکه زمانی که پژوهش‌گران یک مدل مفروض را در اختیار دارند، روش آماری مورد استفاده در مرحله اول باید تحلیل عاملی تأییدی باشد و نه اکتشافی، از روش تحلیل عاملی تأییدی مبتنی بر مدل معادلات ساختاری برای بررسی و تأیید خرده مقیاس‌های مقیاس و به‌عبارت دیگر تأیید روایی سازه (عاملی) مقیاس استفاده شد. همسانی (ثبات) درونی مقیاس از طریق تعیین ضریب آلفای کرونباخ و پایایی زمانی (ثبات پاسخ) سؤالات

به‌وسیله تعیین ضریب همبستگی درون طبقه‌ای در روش آزمون مجدد، تعیین شد. تحلیل عاملی تأییدی و همسانی درونی مقیاس‌ها بر روی تمامی آزمودنی‌های پژوهش و آزمون مجدد مقیاس بر روی ۳۳ ورزشکار مرد (۱۴ نفر) و زن (۱۹ نفر) از آزمودنی‌های پژوهش و با دو هفته فاصله، اجرا شد. جهت انجام محاسبات آماری مذکور، از دو نرم‌افزار اس.پی.اس.اس نسخه ۲۲ و لیزرل ۸.۸ استفاده شد.

یافته‌ها

در جدول (۱)، خصوصیات جمعیت شناختی آزمودنی‌ها از جمله نسبت و تعداد جنسیت، سطح مهارت و نوع رشته ورزشی نمایش داده شده است.

جدول (۱) ویژگی‌های جمعیت شناختی آزمودنی‌های پژوهش

متغیر شاخص	سطح مهارت	تعداد	میانگین سنی	میانگین سال‌های تجربه	
جنسیت	مردان	ماهر	۳۵	$۱۱/۵۸ \pm ۴/۱۲۷$	
		نیمه ماهر	۵۲	$۸/۳۴ \pm ۳/۶۹۷$	
		مبتدی	۱۱۰	$۲/۵ \pm ۰/۷۰۷$	
	زنان	ماهر	۲۷	$۲۲ \pm ۲/۱۹۱$	$۸ \pm ۱/۷۸۹$
		نیمه‌ماهر	۴۱	$۲۴/۰۲ \pm ۲/۹۲۲$	$۸/۳۵ \pm ۴/۳۸۹$
		مبتدی	۱۱۹	$۲۱/۶ \pm ۲/۴۸۲$	$۴/۸۳ \pm ۳/۲۰۵$

همان‌طور که در جدول (۱) نشان داده شده است در پژوهش حاضر در مجموع ۳۸۴ شرکت‌کننده مقیاس خودگفتاری را به طور صحیح تکمیل کردند و لذا با توجه به جدول (۱) ورزشکاران نیمه‌ماهر و مبتدی در بخش سطوح مهارتی در بین مردان و ورزشکاران نیمه‌ماهر و مبتدی در بین زنان، تعداد بیشتری را به خود اختصاص داده‌اند.

جدول (۲) شاخص مرکزی و پراکندگی نمرات خودگفتاری مردان و زنان ورزشکار در ۳ سطح مهارتی

عامل متغیر	خود انتقادی	خود تقویتی	خود مدیریتی	ارزیابی اجتماعی	خودگفتاری
ماهر	۱۲/۹۴±۳/۰۴	۱۴±۳/۱۰	۱۳/۲۶±۳/۱۰	۱۲/۶۸±۲/۷۶	۵۲/۸۹±۱۰/۲۱
مردان نیمه‌ماهر	۱۲/۷۵±۲/۳۲	۱۲/۷۸±۲/۵۰	۱۳/۴۷±۲/۲۵	۱۳/۰۱±۲/۲۶	۵۲/۰۲±۷/۴۹
جنسیت مبتدی	۱۱±۱/۴۱	۱۲±۰	۱۴/۵۰±۳/۵۳	۱۳/۵۰±۰/۷۰	۵۱±۲/۸۲
ماهر	۱۴/۵۰±۳/۰۲	۱۵/۱۲±۲/۷۴	۱۷/۲۵±۲/۳۷	۱۳/۵۰±۳/۶۶	۶۰/۳۷±۸/۵۰
زنان نیمه‌ماهر	۱۲/۶۰±۲/۷۲	۱۳/۱۵±۲/۲۲	۱۳/۶۵±۲/۳۲	۱۲/۷۰±۲/۴۶	۵۲/۱۰±۷/۳۳
مبتدی	۱۲/۸۵±۳/۳۴	۱۳/۲۵±۳/۶۳	۱۳/۸۵±۳/۵۷	۱۳/۱۵±۳/۰۵	۵۳/۱۲±۱۱/۲۷

همان‌طور که در جدول (۲) نشان داده شده است، بالاترین مقدار میانگین خودگفتاری مربوط به زنان ماهر در عامل خودمدیریتی (۱۷/۲۵) و پایین‌ترین مقدار میانگین خودگفتاری مربوط به مردان مبتدی در عامل خودانتقادی (۱۱) است.

روایی سازه

در ادامه روایی سازه مقیاس خودگفتاری با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی مبتنی بر مدل‌یابی معادلات ساختاری مورد بررسی قرار گرفت. مدل‌یابی معادلات ساختاری یک رویکرد آماری جامع برای آزمون فرضیه‌ها درباره روابط بین متغیرهای مشاهده شده یا آشکار و متغیرهای مکنون می‌باشد. با استفاده از این روش می‌توان قابل قبول بودن مدل‌های نظری را در جوامع خاص آزمون کرد. تحلیل عاملی تأییدی یکی از روش‌های آماری است که برای بررسی ارتباط بین متغیرهای مشاهده شده (سوالات) و متغیرهای مکنون (عامل‌های به‌دست آمده) به‌کار برده می‌شود و بیانگر مدل اندازه‌گیری است. با توجه به اینکه عامل‌های مقیاس‌های خودگفتاری قبلاً توسط سازندگان این مقیاس‌ها اکتشاف و تأیید شده است و مطابق نظر متخصصان معادلات ساختاری مبنی بر اینکه زمانی که محققان یک مدل مفروض را در اختیار دارند، روش آماری مورد استفاده در مرحله اول باید تحلیل عاملی تأییدی باشد و نه اکتشافی، به‌منظور بررسی و تأیید روایی سازه (عاملی) این مقیاس‌ها در جامعه ورزشکاران ایرانی کافی است با استفاده از تحلیل

عاملی تأییدی مبتنی بر مدل معادلات ساختاری، به تأیید عامل‌های این مقیاس‌ها یا به عبارت دیگر به بررسی و تأیید روایی سازه مقیاس‌های مذکور در جامعه حاضر بپردازیم. تحلیل عاملی تأییدی مبتنی بر مدل معادلات ساختاری، این مهم را که آیا نشانگرهایی (متغیرهای مشاهده شده) که برای معرفی متغیرهای مکنون سازه خود برگزیده‌اید، معرف آن است یا نه، می‌آزماید و گزارش می‌دهد که نشانگرهای انتخابی با چه دقتی معرف یا برازنده متغیرهای مکنون، می‌باشد (شواری و گزارولی^۱، ۱۹۹۳؛ مایرز^۲، ۲۰۰۶)

صحت و برازندگی (تناسب) مدل، از طریق ارزیابی تعدادی از شاخص‌های برازندگی مورد بررسی قرار می‌گیرد. با توجه به اینکه در بین متخصصان مدل‌یابی معادلات ساختاری، توافق عمومی و کلی در مورد اینکه کدام‌یک از شاخص‌های برازندگی برآورد بهتری از مدل فراهم می‌کند، وجود ندارد، پیشنهاد می‌شود ترکیبی از ۳ تا ۴ شاخص گزارش شود (هو و بنتلر^۳، ۱۹۹۹). همچنین با توجه به اینکه شاخص‌های برازندگی در سه گروه یا طبقه مطلق، تطبیقی (مقایسه‌ای) و مقتصد (صرفه‌جو) قرار می‌گیرند و شاخص‌های هر طبقه اطلاعات متفاوتی را در مورد برازندگی و مناسب بودن مدل فراهم می‌کنند، پیشنهاد می‌شود حداقل یک شاخص از هر طبقه بررسی و گزارش شود (براون، ۲۰۰۶). در پژوهش حاضر و هم‌راستا با مطالعات اصلی روایی و پایایی مقیاس خودگفتاری (برینتاپت و همکاران، ۲۰۰۹) از بین شاخص‌های برازندگی مطلق، شاخص‌های نسبت‌خی دو به درجه آزادی و شاخص ریشه میانگین مجذور برآورد تقریب و از بین شاخص‌های برازندگی تطبیقی یا مقایسه‌ای، شاخص تاکر-لوییس یا همان شاخص برازندگی غیرهنجار بنتلر بونت و همچنین شاخص برازندگی تطبیقی و از میان شاخص‌های برازندگی مقتصد (صرفه‌جو)، شاخص نیکویی برازش تعدیل‌یافته و شاخص نیکویی برازش مقتصد مورد استفاده قرار گرفت.

برای شاخص‌های برازندگی، ملاک‌های برش متفاوتی توسط متخصصان مطرح شده است. برای مثال در شاخص‌های سی.اف.آی، تی.ال.آی و جی.اف.آی که دامنه تغییرات

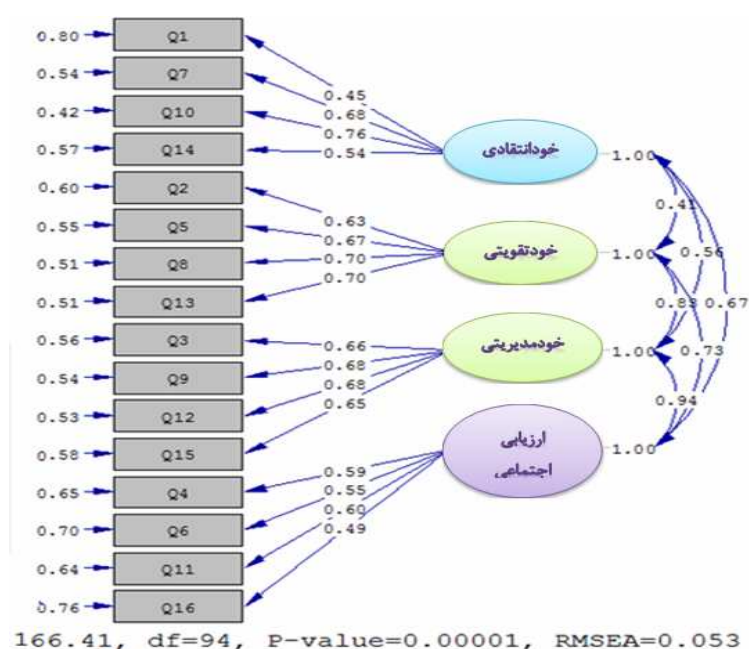
1- Schutz & Gessaroli
3- Hu, Bentler

2- Meyers

آنها بین صفر و یک می‌باشد، مقادیر بالاتر از $0/85$ نشان‌دهنده برازندگی نسبی مدل (کلویی، ۱۹۹۸)، مقادیر بالاتر از $0/90$ نشان‌دهنده برازندگی خوب و قابل قبول مدل (کلاین، ۲۰۱۱) و مقادیر بالاتر از $0/95$ نشان‌دهنده برازندگی خیلی خوب و عالی مدل می‌باشد (براون و گودک، ۱۹۹۳). اما در شاخص‌های ای.جی.اف.آی و پی.جی.اف.آی مقادیر بالاتر از $0/5$ صدم مورد قبول می‌باشد (هو و بنتلر، ۱۹۹۹). برای شاخص رمزی مقادیر کمتر از $0/08$ نشان‌دهنده قابل قبول و معقول بودن مدل و کمتر از $0/05$ نشان‌دهنده یک مدل مناسب و خوب می‌باشد (هو و بنتلر، ۱۹۹۹). همچنین برای این شاخص می‌توان فاصله اطمینان محاسبه کرد و ایده‌ال آن است که حد پایین فاصله اطمینان نزدیک صفر و حد بالا آن بیشتر از $0/1$ نباشد (هومن، ۲۰۰۵). در مورد شاخص خی.دو. به درجات آزادی توافق عمومی در مورد مقادیر قابل قبول وجود ندارد به طوریکه برخی محققان مقادیر کمتر از ۳ را قابل قبول و خوب (کلاین، ۲۰۱۱) و برخی دیگر مقادیر ۲ تا ۵ را نشان‌دهنده معقول و مناسب بون مدل می‌دانند (تری، لین و فوگارتی، ۲۰۰۳). نتایج تحلیل عاملی تأییدی (شکل ۱) با استفاده از روش برآورد بیشینه احتمال یا درست‌نمایی (ام.ال)، نشان داد که مدل اندازه‌گیری مقیاس خودگفتاری مناسب و کلیه اعداد و پارامترهای مدل معنادار است. شاخص‌های (تناسب) مدل اندازه‌گیری در جدول (۳) ارائه گردیده است که نشانگر مناسب بودن مدل اندازه‌گیری می‌باشد.

جدول (۳) مقادیر شاخص‌های برازش الگوی تحلیل عاملی تأییدی نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری (STS) ۱۶ سؤالی

مقادیر مشاهده شده	شاخص‌های برازش (STS) ۱۶ سؤالی	مقادیر مشاهده شده
۲۱۶/۶۶	x^2	مجذور کای دو
۹۸	df	درجه آزادی
۰/۰۰۱	p	سطح معنی‌داری
۲/۲۱	x^2/df	نسبت مجذور کای دو به درجه آزادی
۰/۹۶	TLI/NNFI	شاخص برازش تاکر لوئیس یا غیر هنجاری بنتلر- بونت
۰/۹۷	CFI	شاخص برازش تطبیقی بنتلر
۰/۰۵۳	RMSEA	شاخص ریشه میانگین مجذور برآورد تقریب
۰/۸۷	AGFI	شاخص نیکویی برازش تعدیل یافته
۰/۶۶	PGFI	شاخص نیکویی برازش مقتصد



شکل (۱) مدل مرتبه اول تخمین استاندارد نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی (STS)
 166.41, df=94, P-value=0.00001, RMSEA=0.053

جدول (۳) نتایج تحلیل عاملی تأییدی و مقادیر شاخص‌های برازندگی مدل اندازه‌گیری مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی را نشان می‌دهد. همان‌طور که مشاهده می‌شود شاخص‌های سی.اف.آی و تی.ال.آی بالاتر از ۰/۹۵، شاخص‌های ای.جی.اف.آی و پی.جی.اف.آی بالاتر از ۰/۵ و شاخص رمزی در مقیاس ۱۶ سؤالی برابر ۰/۰۵۳ می‌باشد که نشانگر قابل قبول و معقول بودن شاخص‌های برازندگی (تناسب) و در نتیجه برازش مناسب و مطلوب و تقریباً عالی مدل اندازه‌گیری می‌باشد. بدین ترتیب نتایج تحلیل عاملی مقیاس خودگفتاری (STS) ۱۶ سؤالی نشان می‌دهد که مقیاس مذکور از روایی سازه قابل قبول و مناسبی برخوردار است و در مجموع نتایج تحلیل عاملی مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی نشان داد، این مقیاس از روایی سازه قابل قبول و بسیار خوبی در جامعه ورزشکاران ایرانی برخوردار است.

در مدل‌یابی معادلات ساختاری برای آزمون معناداری ضریب مسیر (بار عاملی) بین متغیرهای مشاهده شده (سؤالات) و متغیرهای مکنون (عامل‌ها) مربوطه در مدل، از شاخص آماری t استفاده می‌شود، لذا پارامترهایی که دارای مقادیر t بزرگ‌تر از ۲ هستند، از لحاظ آماری معنی‌دار می‌باشند ($p < 0/05$). به عبارت دیگر، در زمینه بررسی معنادار بودن ارتباط بین متغیرهای مشاهده شده (سؤالات) و متغیرهای مکنون (عامل‌ها)، نمی‌توان بر اساس بزرگی یا کوچکی ضرایب قضاوت نمود، بلکه باید از شاخص t جهت تعیین معناداری این ضرایب مسیر استفاده کرد (هومن، ۱۳۸۸).

جدول (۴) شاخص تی و بارهای عاملی مدل نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری ۶ سؤالی (TST)

عامل‌ها (خرده‌مقیاس)	شماره سؤالات	t	P
خود انتقادی	۱	۷/۰۶	۰/۰۰۱
	۷	۱۰/۹۶	۰/۰۰۱
	۱۰	۱۲/۳	۰/۰۰۱
	۱۴	۱۰/۸۵	۰/۰۰۱
خود تقویتی	۲	۱۰/۴۳	۰/۰۰۱
	۵	۱۱/۳	۰/۰۰۱
	۸	۱۲/۱۹	۰/۰۰۱
	۱۳	۱۱/۷۷	۰/۰۰۱
خود مدیریتی	۳	۱۱/۴۹	۰/۰۰۱
	۹	۱۱/۸۹	۰/۰۰۱
	۱۲	۱۱/۸۲	۰/۰۰۱
ارزیابی اجتماعی	۱۵	۱۱/۳۴	۰/۰۰۱
	۴	۹/۶۷	۰/۰۰۱
	۶	۸/۹۵	۰/۰۰۱
	۱۱	۹/۸۴	۰/۰۰۱
	۱۶	۷/۹	۰/۰۰۱

همان‌طوری که (جدول ۴) نشان داده شده است پارامترها و شاخص t در مورد رابطه بین سؤالات با خرده‌مقیاس‌های مربوطه، مقدار t در همه سؤالات بالاتر از ۲ بوده که

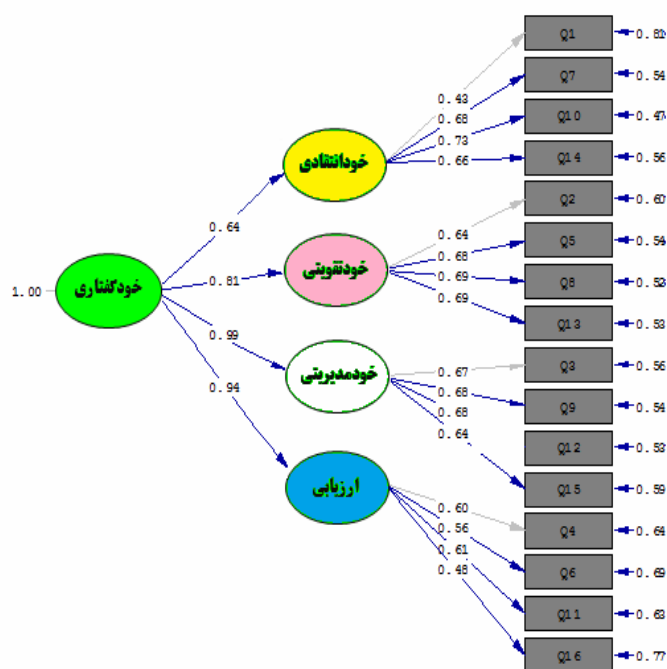
حاکمی از وجود رابطه معنی‌دار بین سؤالات و عامل‌های مربوطه می‌باشد، به‌طوری‌که تمامی متغیرهای مشاهده شده (سؤالات) قادر به پیشگویی عامل‌های خود هستند. بررسی دقیق‌تر مقادیر تخمین پارامتر هر یک از سؤالات مربوط به عامل‌ها نشان می‌دهد که مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی، در عامل خود انتقادی سؤال ۱۰ (بار عاملی ۰/۷۶ و مقدار تی ۱۲/۳)، در عامل خود تقویتی سؤال ۸ (بار عاملی ۰/۷۰ و مقدار تی ۱۲/۱۹)، در عامل خود مدیریتی سؤال ۹ (بار عاملی ۰/۶۸ و مقدار تی ۱۱/۸۹) و در عامل ارزیابی اجتماعی سؤال ۱۱ (بار عاملی ۰/۶۰ و مقدار تی ۹/۸۴) مهم‌ترین متغیرهای پیشگوکننده در عامل‌های مربوط به خود می‌باشند.

در ادامه و به‌منظور دستیابی به ساختار عاملی دقیق‌تر، از روش تحلیل عاملی مرتبه دوم^۱ استفاده شد. هدف این شیوه، رسیدن به یک روش معنی‌دارتر از داده‌هاست. در این گونه مدل‌ها فرض بر آن است که خود متغیرهای مکنون در واریانس مشترک، ناشی از یک یا چند عامل مرتبه بالاتر است. به‌عبارت دیگر، عامل‌های مرتبه دوم، عامل‌های عامل مرتبه اول به‌شمار می‌روند. این روش برای مطالعه مناسب بودن ساختار عاملی مقیاس و تأیید وجود مؤلفه‌های ادعایی سازنده یا پژوهش‌های مربوطه استفاده می‌شود (هومن، ۱۳۸۸).

همان‌طور که قبلاً ذکر شد، چهار خرده‌مقیاس مقیاس خودگفتاری مجموعاً با یکدیگر خودگفتاری کلی را ارزیابی می‌کنند. بر این اساس و در ادامه تأیید روایی سازه مقیاس خودگفتاری به‌منظور بررسی ارتباط چهار خرده‌مقیاس تأیید شده مرتبه اول با عامل کلی خودگفتاری، تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم یا سلسله مراتبی^۲ مورد اجرا قرار گرفت. نتایج نشان داد که مدل اندازه‌گیری مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی مناسب و کلیه اعداد و پارامترهای مدل معنادار است (شکل ۲). شاخص‌های برازش (تناسب) مدل اندازه‌گیری در جدول (۵) نشان داده شده است.

1- Second-order

2- Hierarchical



Chi-Square=172.51, df=95, P-value=0.00000, RMSEA=0.055

شکل (۲) مدل مرتبه دوم تخمین استاندارد نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری (STS)

جدول (۵) مقادیر شاخص‌های برازش الگوی تحلیل عاملی تأییدی مدل مرتبه دوم نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری

مقادیر مشاهده شده		شاخص‌های برازش
۱۷۲/۵۱	χ^2	مجذور کای دو
۹۵	df	درجه آزادی
۰/۰۰۰۱	p	سطح معنی‌داری
۱/۸۱	χ^2/df	نسبت مجذور کای دو به درجه آزادی
۰/۹۷	TLI/NNFI	شاخص برازش تاکر-لویس یا غیر هنجاری بنتلر-بونت
۰/۹۸	CFI	شاخص برازش تطبیقی بنتلر
۰/۰۵۵	RMSEA	شاخص ریشه میانگین مجذور برآورد تقریب
۰/۸۹	AGFI	شاخص نیکویی برازش تعدیل یافته
۰/۶۵	PGFI	شاخص نیکویی برازش مقتصد

مطابق نتایج جدول (۵)، مقادیر شاخص‌های برازندگی مرتبه دوم مدل اندازه‌گیری مقیاس خودگفتاری نیز همانند مرتبه اول، نشانگر قابل قبول و عالی بودن شاخص‌های برازندگی (تناسب) و در نتیجه برازش و صحت مناسب و مطلوب مدل اندازه‌گیری می‌باشد.

جدول (۶) شاخص تی و بارهای عاملی مدل مرتبه دوم نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری (TST)

عامل	خرده‌مقیاس	T	P
خودگفتاری	خود انتقادی	۵/۶۵	۰/۰۰۱
	خود تقویتی	۹/۱۱	۰/۰۰۱
	خود مدیریتی	۱۱/۰۶	۰/۰۰۱
	ارزیابی اجتماعی	۹/۴۰	۰/۰۰۱

همانطور که در جدول (۶)، نشان داده شده است، مقادیر شاخص t در مورد رابطه بین خرده‌مقیاس‌ها با عوامل بالاتر خود (خودگفتاری) همگی بالاتر از ۲ می‌باشد که حاکی از وجود رابطه معنی‌دار بین آنها می‌باشد. به طوری که خرده‌مقیاس خود مدیریتی (بار عاملی ۰/۹۹ و مقدار تی ۱۱/۰۶) در پیش‌بینی خودگفتاری، مهم‌ترین متغیر پیشگو می‌باشد. در مجموع نتایج تحلیل عاملی مرتبه اول و دوم مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی نشان داد، این مقیاس از ساختار عاملی و در نتیجه روایی سازه قابل قبول و بسیار خوبی برخوردار است.

در ادامه، همسانی درونی ابزار با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ مورد بررسی قرار گرفت و نتایج در جدول (۷) ارائه گردیده است.

جدول (۷) نتایج ضریب آلفای کرونباخ برای تعیین ثبات درونی نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری

ضریب آلفا	تعداد سؤالات	خرده‌مقیاس‌ها
۰/۹۱	۴	خود انتقادی
۰/۹۰	۴	خود تقویتی
۰/۹۰	۴	خود مدیریتی
۰/۹۰	۴	ارزیابی اجتماعی
۰/۹۱	۱۶	مقیاس خودگفتاری (کل)

همان‌طور که در جدول (۷) مشاهده می‌شود، نتایج ضریب آلفای کرونباخ برای تعیین همسانی درونی خرده‌مقیاس‌های مقیاس خودگفتاری ارائه شده است. همسانی درونی (ضریب آلفای کرونباخ) کل مقیاس خودگفتاری ۰/۹۱ و همسانی درونی خرده‌مقیاس‌های خودتقویتی، خودمدیریتی، ارزیابی اجتماعی ۰/۹۰ و خود انتقادی ۰/۹۱ است که همه خرده‌مقیاس‌ها در حد مطلوب و قابل قبولی قرار دارند ($\alpha > 0.70$). بنابراین مقیاس خودگفتاری و خرده‌مقیاس‌های آن از ثبات (همسانی) درونی مطلوب و قابل قبولی برخوردارند. در ادامه با استفاده از آزمون ضریب همبستگی درون طبقه‌ای (درون‌گروهی) پایایی زمانی ابزار مورد بررسی قرار گرفت و نتایج در جدول (۸) گزارش شده است.

جدول (۸) نتایج ضریب همبستگی درون‌گروهی برای تعیین پایایی زمانی نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری

شاخص‌ها	تعداد سؤالات	ضریب همبستگی درون‌گروهی	فاصله اطمینان ۹۵٪
خود انتقادی	۴	۰/۹۱	۰/۹۳-۰/۹۰
خود تقویتی	۴	۰/۹۵	۰/۹۷-۰/۹۰
خودمدیریتی	۴	۰/۹۴	۰/۹۶-۰/۹۱
ارزیابی اجتماعی	۴	۰/۹۳	۰/۹۴-۰/۹۱
مقیاس خودگفتاری (کل)	۱۶	۰/۹۲	۰/۹۰-۰/۹۷

مطابق نتایج جدول (۸)، مقادیر ضریب همبستگی درون‌گروهی مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی حاصل از آزمون مجدد با ۱۴ روز فاصله نشان می‌دهد که با فاصله اطمینان ۹۵٪ در دامنه‌ای از ۰/۹۱ تا ۰/۹۵ می‌باشد که نشان‌دهنده قابل قبول و مناسب بودن پایایی زمانی یا تکرارپذیری مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی می‌باشد و ضریب همبستگی درون‌گروهی خود انتقادی با ۰/۹۱، خود تقویتی با ۰/۹۵، خودمدیریتی با ۰/۹۴ و ارزیابی اجتماعی با ۰/۹۳ تأییدکننده پایایی زمانی هر چهار عامل مقیاس خودگفتاری (STS) می‌باشد.

هنجاریابی

در ادامه به تدوین هنجار خودگفتاری ورزشکاران با استفاده از مقیاس خودگفتاری (STS) پرداخته شد. شایان ذکر است که هنجار نمرات خودگفتاری ورزشکاران در دو جنس زن و مرد و در سه سطح مهارتی در جداول (۱۰) و (۱۱) ارائه گردیده است.

لذا در ادامه فصل هنجار خودگفتاری ورزشکاران به تفکیک جنسیت و در سطوح مهارتی (ماهر، نیمه‌ماهر و مبتدی) با استفاده از مقیاس خودگفتاری، ارائه گردیده است. لذا در ابتدا شاخص گرایش مرکزی و پراکندگی هر بخش ارائه و سپس بر اساس نقطه درصدی به دست آمده از هر آزمون و براساس مقیاس رایج لیکرت، دسته‌بندی نمرات خودگفتاری ورزشکاران در هر خرده‌مقیاس و نیز نمره کلی خودگفتاری به یکی از طبقه‌های: خیلی ضعیف، ضعیف، متوسط، خوب و عالی، انجام گرفته است که در جدول (۹) نمایش داده شده است (قراخانلو و همکاران، ۲۰۰۵). البته برخی محققان جهت طبقه‌بندی نتایج نقاط درصدی آزمودنی‌ها در متغیرهای مختلف، از دیگر مقیاس‌ها از جمله مقیاس‌های هفت طبقه‌ای لیکرت هم استفاده می‌کنند، اما سادگی ذاتی این روش، درک دسته‌بندی عملکرد را برای ورزشکاران و مربیان، تسهیل می‌نماید.

جدول (۹) طبقه‌بندی متغیرهای اندازه‌گیری شده بر اساس مقیاس لیکرت و نقطه درصدی

نقطه درصدی	طبقه
۰-۱۰	خیلی ضعیف
۱۱-۲۵	ضعیف
۲۶-۵۰	متوسط
۵۱-۷۵	خوب
۷۶-۹۰	عالی

در ادامه و در جدول (۱۰) و (۱۱)، هنجار نمرات خودگفتاری ورزشکاران با توجه به جنسیت آنها در چهار عامل خود انتقادی، خود تقویتی، خود مدیریتی و ارزیابی اجتماعی و

نمره کلی مقیاس خودگفتاری ارائه شده است که اطلاعات به‌دست آمده از تجزیه و تحلیل داده‌ها در جدول (۱۰) و (۱۱) ارائه گردیده است.

جدول (۱۰) هنجار خودگفتاری مردان بر اساس ابزار خودگفتاری ۱۶ سؤالی

سطوح مهارتی	عامل	میانگین	انحراف استاندارد	نقاط درصدی				
				خیلی ضعیف	ضعیف	متوسط	خوب	
				۱۰	۲۵	۵۰	۷۵	۹۰
	خودانتقادی	۱۲/۹۴	۳/۰۴	۸	۱۲	۱۴	۱۴	۱۶
	خودتقویتی	۱۴	۳/۱۰	۸	۱۳	۱۴	۱۶	۱۸
	خودمدیریتی	۱۳/۲۶	۳/۱۰	۹	۱۲	۱۴	۱۵	۱۷
ماهر	ارزیابی اجتماعی	۱۲/۶۸	۲/۷۶	۹	۱۱	۱۳	۱۴	۱۶
	خودگفتاری	۵۲/۸۹	۱۰/۲۱	۴۳	۴۹	۵۵	۵۷	۶۶
	خودانتقادی	۱۲/۷۵	۲/۳۲	۱۰	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
	خودتقویتی	۱۲/۷۸	۲/۵۰	۱۰	۱۱/۵۰	۱۳	۱۴	۱۵/۸۰
	خودمدیریتی	۱۳/۴۷	۲/۲۵	۱۰	۱۲	۱۴	۱۵	۱۶
نیمه‌ماهر	ارزیابی اجتماعی	۱۳/۰۱	۲/۲۶	۱۰	۱۲	۱۳	۱۴	۱۶
	خودگفتاری	۵۲/۰۲	۷/۴۹	۴۴/۲۰	۴۸	۵۲	۵۶	۵۹/۸۰
	خودانتقادی	۱۱	۱/۴۱	۱۰	۱۰	۱۱	۱۱/۵	۱۲
	خودتقویتی	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲
	خودمدیریتی	۱۴/۵۰	۳/۵۳	۱۲	۱۲	۱۴/۵۰	۱۵	۱۶
مبتدی	ارزیابی اجتماعی	۱۳/۵۰	۰/۷۰	۱۳	۱۳	۱۳/۵۰	۱۴	۱۵
	خودگفتاری	۵۱	۲/۸۲	۴۹	۴۹	۵۱	۵۴	۵۵

با توجه به جدول (۱۰) مردان ماهر بالاترین نمرات را در خودگفتاری ابزار ۱۶ سؤالی کسب نموده‌اند، به‌طوری که افرادی که نمرات بالاتر از ۵۷ را کسب نمایند، در طبقه خوب و عالی قرار می‌گیرند.

جدول (۱۱) هنجار خودگفتاری زنان بر اساس ابزار خودگفتاری ۱۶ سؤالی

سطوح مهارتی	عامل	میانگین	انحراف استاندارد	نقاط درصدی				
				خیلی ضعیف	ضعیف	متوسط	خوب	عالی
				۱۰	۲۵	۵۰	۷۵	۹۰
ماهر	خودانتقادی	۱۴/۵۰	۳/۰۲	۹	۱۲/۲۵	۱۵/۵۰	۱۷	۱۸
	خودتقویتی	۱۵/۱۲	۲/۷۴	۱۰	۱۳/۲۵	۱۵/۵۰	۱۷/۷۵	۱۸/۵
	خودمدیریتی	۱۷/۲۵	۲/۳۷	۱۳	۱۵/۵۰	۱۷/۵۰	۱۹/۵۰	۲۰
	ارزیابی اجتماعی	۱۳/۵۰	۳/۶۶	۹	۹/۵۰	۱۳/۵۰	۱۷/۵۰	۱۹
	خودگفتاری	۶۰/۳۷	۸/۵۰	۵۲	۵۳/۲۵	۵۸	۷۰/۲۵	۷۱
نیمه ماهر	خودانتقادی	۱۲/۶۰	۲/۷۲	۹/۱۰	۱۱	۱۳	۱۴/۷۵	۱۶
	خودتقویتی	۱۳/۱۵	۲/۲۲	۱۰/۱۰	۱۲	۱۳	۱۴	۱۶
	خودمدیریتی	۱۳/۶۵	۲/۳۲	۱۰	۱۲	۱۴	۱۵	۱۷
	ارزیابی اجتماعی	۱۲/۷۰	۲/۴۶	۹	۱۱	۱۳	۱۴	۱۶
	خودگفتاری	۵۲/۱۰	۷/۳۳	۴۴/۱۰	۴۸	۵۲	۵۵/۷۵	۶۲
مبتدی	خودانتقادی	۱۲/۸۵	۳/۳۴	۹	۱۰	۱۳	۱۵	۱۸
	خودتقویتی	۱۳/۲۵	۳/۶۳	۹	۱۱	۱۳	۱۶	۱۹
	خودمدیریتی	۱۳/۸۵	۳/۵۷	۱۰	۱۲	۱۳/۵۰	۱۶	۱۹
	ارزیابی اجتماعی	۱۳/۱۵	۳/۰۵	۹	۱۱	۱۳	۱۶	۱۷
	خودگفتاری	۵۳/۱۲	۱۱/۲۷	۳۹	۴۷	۵۳	۶۰	۶۷

با توجه به نتایج جدول (۱۱) زنان ماهر بالاترین میانگین نمرات خودگفتاری را کسب نموده‌اند که افراد با نمرات ۵۸ و بالاتر در طبقه افراد خوب و عالی جای می‌گیرند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی و هنجاریابی نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری (STS) برینتاپت و همکاران (۲۰۰۹) بود. بدین منظور و جهت تعیین روایی سازه مقیاس‌های مذکور تعداد ۳۸۴ نفر ورزشکار (۱۹۷ مرد و ۱۸۷ زن) در سه سطح مهارتی ماهر (۶۲)، نیمه‌ماهر (۹۳) و مبتدی (۲۲۹) و در ۱۰ رشته ورزشی تیمی و

انفرادی به صورت نمونه‌گیری تصادفی انتخاب و مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی را تکمیل کردند. نتایج تحلیل عاملی در مدل مرتبه اول نشان داد که تمامی گویه‌ها قادر به پیشگویی عامل‌های مربوط به خود بوده و ساختار چهار عاملی مقیاس خودگفتاری (STS) تأیید می‌شود. مشاهده پارامترها و شاخص t در مورد رابطه بین سؤالات با خرده‌مقیاس‌های مربوطه نشان داد که مقدار t در همه سؤالات بالاتر از دو می‌باشد، به طوری که تمامی متغیرهای مشاهده شده قادر به پیشگویی عامل‌های خود می‌باشند. لذا مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی، در عامل خود انتقادی سؤال ۱۰ (بار عاملی ۰/۷۶ و مقدار تی ۱۲/۳)، در عامل خود تقویتی سؤال ۸ (بار عاملی ۰/۷۰ و مقدار تی ۱۲/۱۹)، در عامل خود مدیریتی سؤال ۹ (بار عاملی ۰/۶۸ و مقدار تی ۱۱/۸۹) و در عامل ارزیابی اجتماعی سؤال ۱۱ (بار عاملی ۰/۶۰ و مقدار تی ۹/۸۴)، مهم‌ترین متغیرهای پیشگوکننده در عامل‌های مربوط به خود می‌باشند.

در ادامه و به منظور دستیابی به ساختار عاملی دقیق‌تر، از روش تحلیل عاملی مرتبه دوم در مقیاس خودگفتاری استفاده شد. مقادیر شاخص‌های برازندگی مرتبه دوم مدل اندازه‌گیری مقیاس خودگفتاری (STS) نیز همانند مرتبه اول، نشانگر قابل قبول و عالی بودن شاخص‌های برازندگی (تناسب) و در نتیجه برازش صحت مناسب و مطلوب مدل اندازه‌گیری می‌باشد. به طوری که خرده‌مقیاس خود مدیریتی (بار عاملی ۰/۹۹ و مقدار تی ۱۱/۰۶) در پیش‌بینی خودگفتاری، مهم‌ترین متغیر پیشگو می‌باشد. در مجموع نتایج تحلیل عاملی مرتبه اول و دوم مقیاس خودگفتاری (STS) نشان داد، این مقیاس‌ها از ساختار عاملی و در نتیجه روایی سازه قابل قبول و بسیار مطلوبی برخوردار می‌باشد.

همچنین با استفاده از ضرایب آلفای کرونباخ، همسانی درونی کل مقیاس ۱۶ سؤالی ۰/۹۱ به دست آمد و همسانی درونی تمامی خرده‌مقیاس‌ها در حد مطلوب و قابل قبول قرار دارند ($\alpha > 0.70$). در نهایت مقادیر ضرایب همبستگی درون گروهی خرده‌مقیاس‌های مقیاس ۱۶ سؤالی حاصل از آزمون - آزمون مجدد با ۱۴ روز فاصله، در دامنه‌ای از ۰/۸۵ در خرده‌مقیاس خود انتقادی تا ۰/۹۳ در خرده‌مقیاس خود مدیریتی، متفاوت بوده و مقادیر

تمامی خرده‌مقیاس‌ها از مقدار قبول (۰/۷۵) بالاتر می‌باشند که نشان‌دهنده قابل بودن پایایی زمانی و قابلیت تکرارپذیری عامل‌های مقیاس خودگفتاری می‌باشد. همچنین مقدار ضریب همبستگی درون گروهی کل مقیاس ۱۶ سؤالی با میانگین ۰/۹۰، تأییدکننده پایایی زمانی کل مقیاس می‌باشد.

پس از تأیید روایی سازه مبتنی بر مدل معادلات ساختاری، محقق اقدام به تعیین هنجار خودگفتاری در بین مردان و زنان ورزشکار در سطوح مختلف مهارتی نمود. با توجه به جدول (۱۰) نمرات خودگفتاری مردان ماهر در مقایسه با مردان نیمه‌ماهر و مبتدی بالاتر است و مردان ماهری که نمرات خودگفتاری آنان کمتر از ۴۰ باشد، در طبقه ضعیف و خیلی ضعیف جای می‌گیرند. با توجه به جدول (۱۰) نمرات خودگفتاری زنان ماهر در مقایسه با زنان نیمه‌ماهر و مبتدی بالاتر است و زنان ماهری که نمرات خودگفتاری آنان کمتر از ۴۴ باشد، در طبقه ضعیف و خیلی ضعیف جای می‌گیرند. با توجه به جدول (۱۱) مردان ماهر بالاترین نمرات را در ابزار خودگفتاری ۱۶ سؤالی کسب نموده‌اند، به طوری که افرادی که نمرات بالاتر از ۵۷ را کسب نمایند، در طبقه خوب و عالی قرار می‌گیرند. با توجه به نتایج جدول (۱۱) زنان ماهر بالاترین میانگین نمرات خودگفتاری را کسب نموده‌اند که افراد با نمرات ۵۸ و بالاتر در طبقه افراد خوب و عالی جای می‌گیرند.

نتایج تحلیل عاملی تأییدی در پژوهش حاضر، عامل‌های شناسایی شده در نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی را در حد مطلوبی تأیید کرد. نتایج مربوط به روایی سازه مقیاس ۱۶ سؤالی در پژوهش حاضر با مطالعات بریتانیا و همکاران (۲۰۰۹) همخوانی دارد. نتایج تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول و دوم، عامل‌های شناسایی شده در نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی را در حد مطلوبی تأیید کردند؛ برای مثال مقادیر شاخص تحلیل عاملی مرتبه دوم در پژوهش حاضر، $0/98 = \text{سی.اف.آی}$ ، $0/05 =$ شاخص رمزی و $172 =$ شاخص خی دو که بیانگر این موضوع است که این مقیاس با چهار عامل خودگفتاری خودانتقادی، خودتقویتی، خودمدیریتی و ارزیابی اجتماعی به

درستی تأیید شده است. البته در نسخه انگلیسی نیز در تحلیل عاملی مرتبه اول و دوم، عامل‌های شناسایی شده در مقیاس ۱۶ سؤالی مورد تأیید قرار گرفت که شاخص‌های مربوط به آن بدین صورت $0/91 = \text{سی.اف.آی}$ ، $0/06 = \text{شاخص رمزی}$ و $37 = \text{شاخص خی}$ دو گزارش شد. همان‌طور که شاخص‌ها نشان می‌دهد نسخه فارسی ترجمه شده مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی از شاخص‌های تناسب بهتر و قابل قبول‌تری برخوردار است. شاید دلیل اختلافات اندک بین دو نسخه نتیجه تفاوت در جوامع یا تفاوت در درک پاسخ‌دهندگان به سؤالات باشد. مسئله مهم دیگر در مورد روایی سازه مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی، قدرت پیشگویی و معنی‌داری سؤالات (گویه‌ها) در ارتباط با عامل‌های مربوط به خود می‌باشد. نتایج تحلیل عاملی تأییدی در مدل مرتبه دوم مقیاس خودگفتاری (STS) در بزرگسالان ایرانی از شاخص‌های نسبتاً مطلوبی برخوردار بود ($0/94 = \text{سی.اف.آی}$ ، $0/08 = \text{شاخص رمزی}$ و $233 = \text{شاخص خی دو}$). که البته نتایج در پژوهش حاضر نیز مقادیر تخمین پارامتر گویه‌ها و نتایج آزمون t تحلیل عاملی مقیاس خودگفتاری نشان‌دهنده ارتباط معنی‌دار سؤالات و عامل‌های مربوطه می‌باشد. همان‌طور که در بالا گفته شد، در مدل‌یابی معادلات ساختاری برای آزمون معناداری بار عاملی از شاخص آماری t استفاده می‌شود، لذا پارامترهایی که دارای مقادیر t بزرگ‌تر از ۲ هستند، از لحاظ آماری معنی‌دار می‌باشند ($P > 0/05$). به طوری که نتایج حاصله موجب تأیید سؤالات (گویه‌ها) در ساختار نظری مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی گردید.

در ادامه، مقادیر بارهای عاملی گویه‌های پژوهش بریتانپت و همکاران (۲۰۰۹)، دامنه بین $0/50$ تا $0/78$ را گزارش کردند. در پژوهش حاضر دامنه بارهای عاملی گویه‌ها $0/64$ تا $0/99$ گزارش شده است. بار عاملی گویه‌های حاضر در مقایسه با دامنه مقادیر استاندارد شده در پژوهش بریتانپت و همکاران (۲۰۰۹)، مقادیر نسبتاً بالاتری است؛ این تفاوت بیانگر این است که نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی در مقایسه با نسخه انگلیسی مقیاس خودگفتاری بریتانپت و همکاران (۲۰۰۹)، از ارتباط بیشتر و پیشگویی معنادارتری با عامل‌های مربوط به خود برخوردار است هر چند مقادیر بار عاملی و t در هر دو نسخه مقادیر قابل قبولی می‌باشند. با عنایت به مدل مرتبه دوم، مهم‌ترین عامل در

تبیین و پیش‌گویی خودگفتاری ورزشکاران، عامل خود مدیریتی می‌باشد. بنابراین تأیید مدل نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری بدون تغییری در تعداد سؤالات ناشی از ترجمه مناسب و برگردان هماهنگ اصطلاحات موجود بین دو زبان انگلیسی و فارسی بود و ارزیابی خودگفتاری ورزشکاران ایرانی با استفاده از نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری موجب درک و تفسیر صحیحی از سؤالات به شکل مشابهی با نسخه انگلیسی شده است. همچنین تأیید بی‌کم و کاست مدل چهار عاملی برینتاپت و همکاران (۲۰۰۹) در جامعه فارسی زبان، نشان‌دهنده قابلیت بالای مقیاس خودگفتاری در ارزیابی این سازه علیرغم تفاوت‌های فرهنگی است.

در بخش دیگر همسانی درونی خرده‌مقیاس‌های نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی مورد ارزیابی قرار گرفت. همان طور که در جدول (۷) نشان داده شده است، نتایج ضرایب آلفای کرونباخ برای تعیین همسانی درونی خرده‌مقیاس‌های مقیاس ۱۶ سؤالی نشان می‌دهد که همسانی درونی (ضریب آلفای کرونباخ) کل مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی ۰/۹۱ می‌باشد و همسانی درونی خرده‌مقیاس‌های خود تقویتی، خودمدیریتی، ارزیابی اجتماعی ۰/۹۰ و خود انتقادی ۰/۹۱ می‌باشد که تمامی مقادیر گزارش شده، از مقدار قابل قبول ($\alpha=0/70$) بالاتر بوده که نشان‌دهنده مطلوب بودن همسانی (ثبات) درونی عوامل مقیاس ۱۶ سؤالی بود (تاباچنیک و فیدل، ۱۹۹۶). بنابراین نتایج مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی و خرده‌مقیاس‌های آن از ثبات (همسانی) درونی مطلوب و قابل قبولی برخوردار است. در حالی که در نسخه انگلیسی مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی همسانی درونی برای کل مقیاس ۰/۸۹ و همسانی درونی چهار خرده‌مقیاس خود تقویتی، خود مدیریتی، ارزیابی اجتماعی و خودانتقادی از ۰/۷۳ تا ۰/۸۵ گزارش شد که شاخص‌های همسانی درونی برای چهار عامل مقیاس خودگفتاری با استفاده از آلفای کرونباخ نشان داد که همه ضرایب مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی قابل قبول بوده است. که مقدار آلفای کرونباخ در نسخه فارسی در هر چهار خرده‌مقیاس و هم در خرده‌مقیاس کل از نسخه انگلیسی این مقیاس بالاتر بوده است. بررسی ثبات درونی با استفاده از آلفای کرونباخ نشان داد که سؤالات نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری در ورزشکاران

ایرانی به‌عنوان یک مجموعه با هم پیوند مطلوبی دارند و به‌طور مستقیم مفهوم یکسانی را می‌سنجیدند و پاسخ‌دهندگان مفهوم کلی یکسانی را از هریک از سؤالات دریافت می‌کردند. در ادامه ضریب همبستگی درون طبقه‌ای برای کل مقیاس خودگفتاری (STS) ۱۶ سؤالی برابر با ۰/۹۰، خرده‌مقیاس خود انتقادی ۰/۸۵، خود تقویتی ۰/۹۱، خود مدیریتی ۰/۹۳ و ارزیابی اجتماعی ۰/۸۹ گزارش شد. اما متأسفانه برای نسخه انگلیسی مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی هر یک از خرده‌مقیاس‌ها به صورت جداگانه بیان نشده است تنها دامنه ۰/۷۸ تا ۰/۸۳ برای پایایی زمانی خرده‌مقیاس‌ها گزارش شده است به همین دلیل امکان مقایسه تک تک خرده‌مقیاس‌ها در دو نسخه وجود ندارد، اما به صورت کلی پایایی زمانی برای نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی بالاتر بوده است اما نکته مهم این مسئله است که پایایی زمانی یا قابلیت تکرارپذیری در هر دو نسخه قابل قبول می‌باشد.

در بخش‌هایی پژوهش حاضر هنجار خودگفتاری ورزشکاران زن و مرد در بین افراد ماهر، نیمه‌ماهر و مبتدی تعیین شد که در همه این موارد با توجه به جدول (۱۰ و ۱۱) نمرات خودگفتاری مردان و زنان ماهر در مقایسه با مردان و زنان نیمه‌ماهر و مبتدی بالاتر است. با توجه به عدم ارائه هنجار توسط محققان ارائه‌دهنده ابزار خودگفتاری ۱۶ سؤالی امکان مقایسه نتایج پژوهش حاضر با پژوهش‌های گذشته وجود ندارد، اما وجود دستورالعمل نمره‌دهی و هنجار قابلیت مقایسه نتایج پژوهش‌های آتی با پژوهش حاضر را به شکل مناسبی فراهم ساخته است. به‌صورت کلی نتایج پژوهش‌های حاضر نشان داد که نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی از روایی سازه، همسانی درونی و ثبات زمانی مناسب و قابل قبولی برخوردار می‌باشند. لذا با توجه به نتایج، از نسخه فارسی مقیاس خودگفتاری ۱۶ سؤالی، می‌توان به‌عنوان ابزاری روا و پایا جهت مطالعه و ارزیابی خصوصیات خودگفتاری ورزشکاران ایرانی بهره‌گیری نمود. همچنین این ابزارها به‌همراه سایر ابزارهای سنجش روان‌شناختی، بستر مناسبی را برای روانشناسان ورزشی جهت فعالیت‌های پژوهشی و کاربردی بیشتر، به‌منظور بهبود عملکرد ورزشکاران ایرانی از طریق شناسایی نقاط ضعف و طراحی تمرینات روان‌شناختی (ذهنی) مناسب فراهم

می‌آورند. علاوه بر این ارائه هنجار مربوط به زنان و مردان در دو رشته تیمی و انفرادی در سطوح مختلف مهارتی (ماهر، نیمه‌ماهر و مبتدی) حاکی از وجود تفاوت‌های معنادار در بین گروه‌ها می‌باشد، لذا این نتایج زمینه‌ای را فراهم ساخته تا مربیان و مسئولان فدراسیون‌ها و باشگاه‌ها و نیز هیئت‌های استانی در شناسایی افراد ماهر و نیز مقایسه وضعیت ورزشکاران خود در جهت شناخت نقاط قوت و ضعف خود اقدام نمایند. لذا خودگفتاری تحت تأثیر متغیرهای مختلفی قرار دارد و پژوهشات بیشتری برای کشف مکانیسم‌های پایه برای توسعه خودگفتاری لازم می‌باشد.

تاریخ دریافت نسخه اولیه مقاله: ۱۳۹۵/۰۲/۱۵
تاریخ دریافت نسخه نهایی مقاله: ۱۳۹۵/۰۸/۲۶
تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۵/۱۱/۲۰

منابع

- زیدآبادی، ر.؛ رضایی، ف و منتشرعی، ا. (۱۳۹۳). ویژگی‌های روان‌سنجی و هنجاریابی نسخه فارسی پرسش‌نامه سنجش مهارت‌های ذهنی اوتاوا-امست ۳. *مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، (۷): صص ۶۳-۸۲.
- کاشانی و، فرخی ا، کاظم‌نژاد ا، شیخ م. (۱۳۹۴). تعیین روایی و پایایی نسخه فارسی پرسش‌نامه سرسختی ذهنی ورزشی (SMTQ). *رفتار حرکتی*، ۷ (۲۰): ۴۹-۷۲.
- واعظ موسوی، م.ک. (۱۳۷۹). تعیین روایی و پایایی سه پرسش‌نامه آمادگی روانی، طرح پژوهشی پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی.
- هومن، ح.ع. (۱۳۸۸). *مدل‌یابی معادلات ساختاری با کاربرد نرم‌افزار لیزرل*، تهران: انتشارات سمت، چاپ سوم.
- Brinthaupt, T.M., Hein, M.B., & Kramer, T.E. (2009). The self-talk scale: Development, factor analysis, and validation, *Journal of Personality Assessment*, 91(1), PP.82-92 .
- Brown, T. (2006). Confirmatory factor analysis for applied research: *The Guilford Press*, New York .
- Duncan, R.M., & Cheyne, J.A. (1999). Incidence and functions of self-reported private speech in young adults: A self-verbalization questionnaire, *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 31(2), P.133 .
- Goudas, M. (2006). The effects of self-talk on throwing- and jumping-events performance, *Hellenic Journal of Psychology*, 3, PP.105-116 .
- Hatzigeorgiadis, A. (2006). Instructional and motivational self-talk: An investigation on perceived self-talk functions, *Hellenic Journal of Psychology*, 3(2), PP.164-175 .
- Hatzigeorgiadis, A., Zourbanos, N., & Theodorakis, Y. (2007). The moderating effects of self-talk content on self-talk functions, *Journal of Applied Sport Psychology*, 19(2), PP.240-251 .
- Hatzigeorgiadis, A., Zourbanos, N., Mpoupaki, S., & Theodorakis, Y. (2009). Mechanisms underlying the self-talk-performance relationship:

- The effects of motivational self-talk on self-confidence and anxiety, *Psychology of Sport and Exercise*, 10(1), PP.186-192 .
- Hu, L.t., & Bentler, P.M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives, *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), PP.1-55 .
- Kelloway, E.K. (1998). Using LISREL for structural equation modeling: *A researcher's guide: Sage*.
- Kline, P. (2011). Oaxaca-Blinder as a reweighting estimator. *The American Economic Review*, 101(3), 532-537 .
- Meyers, L.S., Gamst, G., & Guarino, A.J. (2006). Applied multivariate research: Design and interpretation: *Sage*.
- Ming, S., & Martin, G.L. (1996). Single-subject evaluation of a self-talk package for improving figure skating performance, *Sport Psychologist*, 10(3), PP.227-238 .
- Orlick, T., & Partington, J. (1988). Mental links to excellence, *The Sport Psychologist*, 2(2), PP.105-130 .
- Schutz, R., Gessaroli, M., Singer, R., Murphey, M., & Tennant, L. (1993). Use, misuse, and disuse of psychometrics in sport psychology research, *Handbook of research on sport psychology*, PP.901-917.
- Siegrist, M. (1995). Inner speech as a cognitive process mediating self-consciousness and inhibiting self-deception, *Psychological Reports*, 76(1), PP.259-265.
- Terry, P.C., Lane, A.M., & Fogarty, G.J. (2003). Construct validity of the Profile of Mood States—Adolescents for use with adults, *Psychology of Sport and Exercise*, 4(2), PP.125-139 .
- Van Raalte, J.L., Brewer, B.W., Rivera, P.M., & Petitpas, A.J. (1994). The relationship between observable self-talk and competitive junior tennis players' match performances, *Journal of Sport & Exercise Psychology*.
- Williams, J., & Krane, V. (1998). Psychological characteristics of peak performance. In JM Williams (Ed.) *Applied sport psychology personal growth to peak performance* (pp. 158-170). Mountain View: CA: *Mayfield Publishing Company*.

Zervas, Y., Stavrou, N.A., & Psychountaki, M. (2007). Development and validation of the self-talk questionnaire (S-TQ) for sports, *Journal of Applied Sport Psychology*, 19(2), PP.142-159 .

Zinsser, N., Bunker, L., & Williams, J.M. (2006). Cognitive techniques for building confidence and enhancing performance, *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*, 5, PP.349-381.

پیوست

مقیاس ۱۶ سوالی خودگفتاری

ورزشکار عزیز و گرانقدر

محققان مشخص کردند که همه‌ی افراد، حداقل در برخی شرایط یا تحت شرایط خاصی با خودشان صحبت می‌کنند. هر یک از سؤال‌های زیر به زمانی که شما ممکن است "با خودتان صحبت کنید" یا گفتگوی درونی عمیقی با خودتان (به‌صورت آهسته یا با صدای بلند) داشته باشید، مربوط می‌شود. آیا این سوالات در مورد شما صدق می‌کند؟ هر یک از جملات زیر را با دقت مطالعه بفرمائید و روش‌های مورد استفاده برای صحبت با خودتان را در مسابقات با علامت تیک نشان دهید. پاسخ‌های شما کاملاً محرمانه تلقی می‌شود.

تجربه شما در رشته ورزشی خودتان چند سال است؟

رشته ورزشی؛ سن؛ جنس؛ مرد زن سطح مهارت؛ تیم ملی؛ لیگ برتر؛ دسته ۱؛ دانشگاهی؛

متن سؤال	هرگز ندرت گاهی غالباً اغلب
من زمانی با خودم صحبت می‌کنم که باید کار دیگری انجام می‌دادم (خودانتقادی).	
من زمانی با خودم صحبت می‌کنم که اتفاق خوبی برایم رخ داده باشد (خودتقویتی).	
من زمانی با خودم صحبت می‌کنم که نیاز به کشف کردن آنچه که باید انجام دهم و یا بگویم دارم (خودمدیریتی).	
من زمانی با خودم صحبت می‌کنم که بتوانم چگونگی واکنش دیگران به چیزهایی که گفته‌ام را تصور کنم (ارزیابی اجتماعی).	
من زمانی با خودم صحبت می‌کنم که واقعاً از خودم راضی باشم (خودتقویتی).	
من زمانی با خودم صحبت می‌کنم که بخواهم چیزی که اخیراً به من گفته شده را تجزیه و تحلیل کنم (ارزیابی اجتماعی).	
من زمانی با خودم صحبت می‌کنم که از کاری که انجام داده‌ام	

احساس شرمندگی کنم (خودانتقادی).
من زمانی با خودم صحبت می‌کنم که به کاری که انجام داده‌ام،
افتخار کنم (خودتقویتی).
من زمانی با خودم صحبت می‌کنم که در ذهنم به دنبال پیدا کردن
راه‌های عملی ممکن هستم (خودمدیریتی).
من زمانی با خودم صحبت می‌کنم که واقعاً از خودم ناراحتم
(خودانتقادی).
من زمانی با خودم صحبت می‌کنم که تلاش می‌کنم چیزی را که
دیگران به من خواهند گفت و چگونگی پاسخ من به آنها را پیش
بینی کنم (ارزیابی اجتماعی).
من زمانی با خودم صحبت می‌کنم که می‌خواهم دستورالعمل یا
راهبرد و روش آنچه را که باید انجام دهم و یا بگویم، را پیدا کنم
(خودمدیریتی).
من زمانی با خودم صحبت می‌کنم که قصد دارم عملکرد خوب
خودم را تقویت کنم (خودتقویتی).
من زمانی با خودم صحبت می‌کنم که اتفاق بدی برایم افتاده است
(خودانتقادی).
من زمانی با خودم صحبت می‌کنم که می‌خواهم آنچه که باید
انجام دهم را به خودم یادآوری کنم (خودمدیریتی).
من زمانی با خودم صحبت می‌کنم که می‌خواهم چیزی را که به
شخص دیگری گفته‌ام دوباره تکرار کنم (ارزیابی اجتماعی).