



جمهوری اسلامی ایران
وزارت علوم تحقیقات و فناوری



دانشگاه اراک

دانشکده علوم انسانی گروه تربیت بدنی

پایان نامه دوره کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی (گرایش رفتار حرکتی)

عنوان:

ارتباط عملکرد مهارتی و آمادگی روانی با کارآمدی جمعی در بازیکنان فوتبال

استاد راهنما:

دکتر علیرضا بهرامی

استاد مشاور:

دکتر داریوش خواجهوی

پژوهشگر:

محسن کاوسی اصلان‌شاه

بسم الله الرحمن الرحيم



« صورت جلسه دفاع از پایان نامه کارشناسی ارشد »

با تأییدات خداوند متعال و با استعانت از حضرت ولی عصر (عجل الله تعالی فرجه الشریف)

جلسه دفاعیه پایان نامه کارشناسی ارشد آقای محسن کاوسی اصلان شاه شماره دانشجویی ۹۱۱۱۳۶۴۱۰۴ رشته تربیت بدنی گرایش رفتار حرکتی

تحت عنوان: ارتباط عملکرد مهارت و آمادگی روانی با کارآمدی جمعی در بازیکنان فوتبال

با حضور هیأت داوران در محل سالن دفاعیه دانشکده علوم انسانی در تاریخ ۹۳/۰۶/۲۵ تشکیل گردید.

در این جلسه، پایان نامه با نمره (به عدد، به حروف.....) مورد قبول (P) در مردود (F) تمدید مهلت دفاع (طبق صورت جلسه) (EP) و با درجه: عالی (P-Ex) بسیار خوب (P-VG) خوب (P-Go) قابل قبول غیر قابل قبول مورد دفاع قرار گرفت.

نام و نام خانوادگی	سمت	مرتبۀ علمی	امضاء
دکتر علیرضا بهرامی	استاد راهنمای اول	استادیار	
دکتر داریوش خواجوی	استاد مشاور اول	استادیار	
دکتر عباس صارمی	داور داخلی پایان نامه	استادیار	
	نماینده تحصیلات تکمیلی		

جیت افزایش فضا در جدول، هر يك از ست ها كه در پایان نامه مصدق ندارد، حذف گردند.

دفاع مطابق مجوز اخذ شده و ضوابط و آیین نامه دوره کارشناسی ارشد صورت پذیرفته است و نتیجه آن مورد تأیید است. تحصیلات تکمیلی دانشکده

و من الله التوفیق

تقدیم بہ

روح پاک پدرم کہ عالمانہ بہ من آموخت تا چگونہ در عرصہ زندگی، ایستادگی را تجربہ نمایم

و بہ مادرم، دریای بی کران فداکاری و عشق کہ وجودم برایش ہمہ رنج بود و وجودش برایم ہمہ مہر

سپاس و قدردانی

سپاس خدای راکه سخوران، در ستودن او بماند و شمارندگان، شمردن نعمت های او ندانند و کوشندگان، حق او را کزاردن نتوانند. و سلام و دورد بر محمد و خاندان پاک او، طاهران معصوم، هم آمان که وجودمان و مدار وجودشان است؛ و نفرین

پیوسته بر دشمنان ایشان تا روز ستاخره...

بدون شک جایگاه و منزلت معلم، اجل از آن است که در مقام قدردانی از زحمات بی شائبه ی او، بازبان قاصرو دست ناتوان، چیزی بنگاریم. اما از آنجایی که تجلیل از معلم، سپاس از انسانی است که هدف و غایت آفرینش را تأمین می کند و سلامت امانت بانی راکه به دستش سپرده اند، تضمین؛ بر حسب وظیفه و از باب "من لم یشکر المنعم من المخلوقین لم یشکر الله عزوجل": از پدر و مادر عزیزم... این دو معلم بزرگوارم... که، همواره بر کوتاهی و درستی من، قلم عنو کشیده و کریمانه از کنار غفلت هایم گذشته اند و در تمام عرصه های زندگیار و یاور ی بی چشم داشت برای من بوده اند؛ از استاد با کمالات و شایسته؛ جناب آقای دکتر علیرضا بهرامی که در کمال سعه صدر، با حسن خلق و فروتنی، از هیچ گلی در این عرصه بر من دریغ ننمودند و زحمات راهنمایی این رساله را بر عهده گرفتند؛ از استاد صبور و باتقوا، جناب آقای دکتر داریوش خواجوی، که زحمت مشاوره این رساله را در حالی منتقل شدند که بدون مساعدت ایشان، این پروژه به نتیجه مطلوب نمی رسید؛ و از استاد فرزانه و دلسوز؛ جناب آقای دکتر عباس صارمی که زحمت داوری این رساله را منتقل شدند؛ کمال شکر و قدردانی را دارم.

باشد که این خردترین، بخشی از زحمات آمان را سپاس گوید.

چکیده

ارتباط عملکرد مهارتی و آمادگی روانی با کارآمدی جمعی در بازیکنان فوتبال

محسن کاوسی اصلانشاه

هدف از این تحقیق، بررسی ارتباط عملکرد مهارتی و آمادگی روانی با کارآمدی جمعی در بازیکنان فوتبال بود. بدین منظور ۸۰ نفر از بازیکنان فوتبال مرد به صورت تصادفی از تیم‌های فوتبال استان مرکزی انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از آزمون‌های مهارتی فوتبال شامل: شیرین کاری با توپ، آزمون دربیبل کردن، دو رفت و برگشت با توپ و آزمون هدف‌گیری، پرسش‌نامه مهارت‌های ذهنی اوتاوا و پرسش‌نامه کارآمدی جمعی در ورزش استفاده شد. سپس داده‌ها با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون، رگرسیون خطی ساده در سطح $P \leq 0/05$ تحلیل شد. نتایج تحقیق نشان داد که بین عملکرد مهارتی و آمادگی روانی با کارآمدی جمعی ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد و کارآمدی جمعی با سن، سابقه قهرمانی، سابقه ورزشی و سابقه عضویت در تیم رابطه مثبت و معناداری دارد. همچنین نتایج نشان داد که هر دو متغیر پیش‌بین یعنی عملکرد مهارتی و آمادگی روانی پیش‌بینی‌کننده مناسبی از کارآمدی جمعی بودند.

بنابراین، بر اساس یافته‌های این تحقیق، بین عملکرد مهارتی و آمادگی روانی با کارآمدی جمعی رابطه وجود دارد و ورزشکاران با عملکرد مهارتی و آمادگی روانی بالاتر اعتقاد بیشتری به توانایی‌های تیم خود دارند. همچنین، با توجه به یافته‌های تحقیق می‌توان میزان کارآمدی جمعی بازیکنان را بر اساس عملکرد مهارتی و آمادگی روانی پیش‌بینی کرد.

واژه‌های کلیدی: عملکرد مهارتی، آمادگی روانی، کارآمدی جمعی.

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
فصل اول طرح پژوهش	۱
مقدمه	۲
بیان مسئله	۳
اهمیت و ضرورت تحقیق	۵
اهداف تحقیق	۸
الف- هدف کلی:	۸
ب- اهداف ویژه:	۸
فرضیه‌های تحقیق:	۹
پیش فرض‌های تحقیق:	۹
قلمرو تحقیق:	۹
محدودیت‌های تحقیق:	۹
تعریف واژه‌ها	۱۰
الف- تعریف نظری واژه‌ها:	۱۰
ب- تعریف عملیاتی واژه‌ها:	۱۰
فصل دوم مبانی نظری و پیشینه تحقیق	۱۱
مقدمه	۱۲
مهارت	۱۲
روش‌های طبقه‌بندی تک بعدی	۱۳
طبقه‌بندی دو بعدی جنتایل	۱۸
مهارت‌های روانی	۲۰
آمادگی روانی	۲۱
آمادگی روانی عمومی	۲۲
آمادگی روانی ویژه	۲۵
خودکارآمدی	۳۴
کارآمدی جمعی	۳۵
منابع خودکارآمدی	۳۸
منابع اطلاعاتی کارآمدی جمعی	۴۱
ابعاد و منابع بی نظمی در خودکارآمدی و کارآمدی جمعی	۴۲
دستورالعمل‌های ویژه کارآمدی جمعی	۴۴

۴۷.....	پیشینه تحقیق.....
۴۷.....	بخش اول - تحقیقات انجام شده در داخل کشور.....
۴۸.....	بخش دوم - تحقیقات انجام شده در خارج کشور.....

۵۳..... فصل سوم روش شناسی پژوهش

۵۴.....	مقدمه.....
۵۴.....	روش پژوهش.....
۵۴.....	جامعه آماری و تعداد نمونه.....
۵۵.....	متغیرهای پژوهش.....
۵۵.....	جمع آوری اطلاعات.....
۶۱.....	روش و نحوه اجرای تحقیق.....
۶۱.....	روش تجزیه و تحلیل آماری.....

۶۲..... فصل چهارم تجزیه و تحلیل داده ها و نتایج

۶۳.....	مقدمه.....
۶۳.....	بخش اول: توصیف آماری داده ها.....
۶۴.....	الف- سن.....
۶۴.....	ب- تحصیلات.....
۶۴.....	ج- سابقه ورزشی.....
۶۵.....	د- سابقه قهرمانی.....
۶۵.....	ذ- سابقه عضویت در تیم.....
۶۶.....	بخش دوم: استنباط آماری داده ها.....
۶۶.....	آزمون نرمال بودن متغیرها.....
۷۰.....	آزمون فرضیه ها.....
۷۰.....	فرضیه اول پژوهش.....
۷۲.....	فرضیه دوم پژوهش:.....
۷۳.....	فرضیه سوم پژوهش:.....
۷۵.....	فرضیه چهارم پژوهش:.....

۷۹..... فصل پنجم بحث و نتیجه گیری

۸۰.....	مقدمه.....
۸۰.....	خلاصه تحقیق.....
۸۱.....	یافته های تحقیق.....
۸۲.....	بحث و نتیجه گیری.....

۸۲.....	رابطه عملکرد مهارتی با کارآمدی جمعی
۸۵.....	رابطه آمادگی روانی با کارآمدی جمعی
۸۶.....	عملکرد مهارتی می‌تواند کارآمدی جمعی را پیش‌بینی کند
۸۷.....	آمادگی روانی می‌تواند کارآمدی جمعی را پیش‌بینی کند
۸۸.....	نتیجه‌گیری
۸۹.....	پیشنهادها
۸۹.....	الف- پیشنهادهای آموزشی- کاربردی
۹۰.....	ب- پیشنهادهای پژوهشی
۹۱.....	منابع و مأخذ
۱۰۵.....	پیوست‌ها

فهرست اشکال و نمودار

- شکل ۲-۱ طبقه‌بندی مهارت‌های حرکتی به سه دسته مجرد، مداوم و زنجیره‌ای ۱۴
- شکل ۲-۲: پیوستار باز - بسته در مهارت‌های حرکتی ۱۶
- شکل ۲-۳: پیوستار مهارت‌های حرکتی - شناختی ۱۸
- نمودار ۴-۱: نمودار توزیع نرمال (عملکرد مهارتی) ۶۷
- نمودار ۴-۲: نمودار توزیع نرمال (آمادگی روانی) ۶۸
- نمودار ۴-۳: نمودار توزیع نرمال (کارآمدی جمعی) ۷۰
- نمودار ۴-۴: نمودار توزیع نرمال خطاها ۷۳
- نمودار ۴-۵: نمودار پراکندگی توزیع فراوانی خطاها ۷۴
- نمودار ۴-۶: نمودار توزیع نرمال خطاها ۷۶
- نمودار ۴-۷: نمودار پراکندگی توزیع فراوانی خطاها ۷۶

فهرست جداول

- جدول ۴-۱: اطلاعات مربوط به سن آزمودنی‌ها..... ۶۴
- جدول ۴-۲: اطلاعات مربوط به تحصیلات آزمودنی‌ها..... ۶۴
- جدول ۴-۳: اطلاعات مربوط به سابقه ورزشی آزمودنی‌ها..... ۶۴
- جدول ۴-۴: اطلاعات مربوط به سابقه قهرمانی..... ۶۵
- جدول ۴-۵: اطلاعات مربوط به سابقه عضویت در تیم..... ۶۵
- جدول ۴-۶: شاخص آماری (عملکرد مهارتی)..... ۶۶
- جدول ۴-۷: آزمون نرمالیته داده‌های تحقیق (عملکرد مهارتی)..... ۶۷
- جدول ۴-۸: شاخص‌های آماری (آمدگی روانی)..... ۶۸
- جدول ۴-۹: آزمون نرمالیته داده‌های تحقیق (آمدگی روانی)..... ۶۹
- جدول ۴-۱۰: شاخص‌های آماری (کارآمدی جمعی)..... ۶۹
- جدول ۴-۱۱: آزمون نرمالیته داده‌های تحقیق (کارآمدی جمعی)..... ۷۰
- جدول ۴-۱۲: رابطه بین عملکرد مهارتی و کارآمدی جمعی..... ۷۱
- جدول ۴-۱۳: همبستگی بین عملکرد مهارتی با زیرمقیاس‌های کارآمدی جمعی..... ۷۱
- جدول ۴-۱۴: همبستگی کارآمدی جمعی با سابقه ورزشی، سابقه قهرمانی، سابقه عضویت در تیم و سن..... ۷۱
- جدول ۴-۱۵: رابطه بین آمدگی روانی کارآمدی جمعی..... ۷۲
- جدول ۴-۱۶: بررسی ارتباط بین خرده مقیاس‌های آمدگی روانی با کارآمدی جمعی..... ۷۲
- جدول ۴-۱۷: ضرایب تعیین متغیر تأثیرگذار بر کارآمدی جمعی..... ۷۴
- جدول ۴-۱۸: تحلیل واریانس رگرسیون کارآمدی برای متغیر عملکرد مهارتی..... ۷۵
- جدول ۴-۱۹: میزان متغیرهای تأثیرگذار در میزان کارآمدی جمعی..... ۷۵
- جدول ۴-۲۰: ضرایب تعیین متغیر تأثیرگذار بر کارآمدی جمعی..... ۷۷
- جدول ۴-۲۱: تحلیل واریانس رگرسیون کارآمدی جمعی برای متغیر آمدگی روانی..... ۷۷
- جدول ۴-۲۲: ضرایب رگرسیونی برای تعیین ارتباط کارآمدی جمعی با آمدگی روانی..... ۷۸

فصل اول

طرح پژوهش

مقدمه

در دنیای قهرمانی، بحث مهارت‌های روانی در موفقیت ورزشکاران در سطوح مختلف رقابتی از اهمیت چشم‌گیری برخوردار می‌باشد. در سطوح بالای رقابت‌های ورزشی، ورزشکاران به آمادگی فراتر از تمرین‌های فشرده و تلاش‌های مستمر جسمانی نیاز دارند که به نظر می‌رسد آمادگی روانی یکی از مهمترین آن‌ها است. مطالعات در حیطه روان‌شناسی ورزشی نشان داده‌اند که مهارت‌های روانی با برتری و موفقیت در ورزش ارتباط داشته و برای توسعه مهارت‌ها و موفقیت ورزشی ضروری هستند؛ ورزشکارانی که از نظر روانی در وضعیت مطلوبی قرار دارند، موفقیت بیشتری را در ورزش تجربه کرده‌اند و این سلامت روانی سبب اعتماد به نفس و شادابی بیشتر تمرینات آن‌ها شده است (۲).

در برخی از ورزش‌ها، ورزشکاران به عنوان اعضای تیم به رقابت می‌پردازند، نه به عنوان فرد و با هم برای یک هدف کار می‌کنند. برداشت فرد از قابلیت تیم برای رسیدن به یک هدف معین می‌تواند تأثیر اساسی بر عملکرد تیم به عنوان یک کل داشته باشد. به عنوان مثال، اگر گروهی از ستاره‌های ورزشی که در یک تیم بازی می‌کنند تنها برای رسیدن به هدف خود تلاش کنند ممکن است به سرعت حس کارآمدی جمعی^۱ در آن‌ها کاهش یابد (۵۲). در فوتبال هر فرد با هر میزان توانایی قادر به مشارکت می‌باشد، از این‌رو مهارت‌های فردی دارای گستره‌ای وسیع از پایه‌های مقدماتی، شامل در اختیار قرار گرفتن توپ تا تحت کنترل در آوردن آن در وضعیت‌های بسیار مشکل مسابقه است. مربیان فوتبال خصیصه یا ویژگی برخوردار از مهارت را یک صفت ممتاز و یک امتیاز مهم در انتخاب بازیکنان خود می‌دانند و هم اکنون بازیکنان ارزشمند دنیا کسانی هستند که از مهارت‌های بالایی در حفظ و کنترل توپ برخوردار هستند و قادرند تا با تکیه بر این مهارت‌ها نقش ارزنده‌ای را در زمین ایفا نمایند و در مواقع حساس تیم خود را موفق از میدان مسابقه خارج نمایند. نکته مهم برای بازیکنان این است که مهمترین مهارت‌های فردی را شناسایی نمایند و راه‌های توسعه این مهارت‌ها را با کمک مربیان بیاموزند (۱۷).

با توجه به اینکه فعالیت ورزشی فرد تحت تأثیر عوامل روانی و فیزیکی زیادی قرار دارد، شناخت چنین عواملی برای مربیگری و آموزش مهارت‌های ورزشی نقش بسیار تعیین‌کننده‌ایداراست،

1. Collective efficacy

لذا در این تحقیق در نظر داریم که ارتباط عملکرد مهارتی و آمادگی روانی با کارآمدی جمعی در بازیکنان فوتبال را مورد بررسی قرار بدهیم.

بیان مسئله

توانایی اجرای مهارت‌ها، ویژگی برجسته زندگی انسان است. مهارت‌های انسانی انواع زیادی دارند. ما همگی با تعدادی از مهارت‌های بالقوه متولد می‌شویم و فقط به کمی بلوغ نیاز داریم تا این مهارت‌ها تقریباً کامل شوند. راه رفتن، دویدن، بالانس‌زدن، دوری از محرک‌های دردناک و ... مثال - هایی از مهارت‌های ذاتی هستند. به منظور رسیدن به کمال در سایر مهارت‌ها، به مراتب به تمرین بیشتری نیاز داریم. بنابراین اجرای مهارت‌ها و یادگیری آن‌ها ویژگی بیشتر زندگی ما انسان‌هاست (۱۲).

امروز بسیاری از کشورها با استفاده از تخصص روان‌شناسان و متخصصین علوم ورزشی سعی در بهبود عملکرد ورزشکاران خود دارند. ابعاد وجودی انسان در زمینه جسمانی و روانی بروز می‌کند و توجه سوگیرانه فقط به یکی از این زمینه‌ها نه تنها مانع موفقیت می‌شود بلکه تعادل قوای جسمانی و روانی را بر هم می‌زند. همه ورزشکارانی که خواستار عملکرد ورزشی بالا هستند باید با توسعه آمادگی روانی به همراه آمادگی جسمانی آشنا باشند. امروز تأکید بر این است که ورزشکاران علاوه بر تمرینات منظم و جدی و پیشرفته، از نظر روانی نیز می‌بایست در وضعیت مطلوبی قرار داشته باشند تا بتوانند به موفقیت بیشتر دست یابند. شاید بتوان گفت در همه رشته‌های ورزشی، ارزش مسائل روانی، از تمرینات بدنی و جسمانی، کمتر نیست (۱۹).

همچنین از آنجا که ورزشکاران در شرایط استرس‌زا رقابت می‌کنند، تحت تأثیر عوامل ذهنی روان‌شناختی قرار می‌گیرند و در موقعیت‌های رقابتی هر کس کوشش می‌کند تا به بهترین نتایج دست یابد و در چارچوب این تلاش است که می‌توان اهمیت و تأثیر قدرت و ضعف روانی را تجربه کرد. تردیدها، اضطراب، حسادت، ترس و همچنین اعتماد به نفس و بازخورد مثبت نسبت به توانایی‌های خویش، دارای پیامدهای معناداری بر کارآمدی ورزشکاران است (۷۱). بنابراین از جمله ویژگی‌های شخصیتی مهمی که به نظر می‌رسد عملکرد ورزشکاران را در شرایط استرس‌زا همچون محیط‌های ورزشی تحت تأثیر قرار داده و مانع تأثیر عوامل مزاحم می‌شود، مهارت‌های روانی می‌باشد (۵۴).

روابط بین اعضای تیم‌های ورزشی ایستا و ثابت نیستند و به راحتی تحت تأثیر منابع داخلی و خارجی قرار می‌گیرند (۳۱). در یک تیم ورزشی، شامل بازیکنان، کادر فنی و کادر مدیریتی همگی اهداف تیمی واحدی دارند و در قالب یک گروه و تیم، الگوهای رفتاری و ارتباطی مشخصی را دنبال می‌کنند (۳۱). همه اعضای تیم در نتایج به دست آمده به نوعی سهیم هستند (۳۱). البته به نظر نمی‌رسد عملکرد تیمییا مجموع تلاش و توانایی‌های اعضای تیم برابر باشد، بلکه یک سری واکنش‌ها و عوامل پیچیده‌ای در بین افراد تیم وجود دارد که در این زمینه مؤثر هستند (۳۱). در سال‌های اخیر، برخی پژوهشگران تأثیر عوامل روان‌شناختی را بر عملکرد تیمی مورد بررسی قرار داده‌اند و نظریه‌ها و مدل‌های مختلفی را ارائه داده‌اند که تقریباً اکثر پژوهش‌ها، فاکتورها و عوامل یکسانی را گزارش کرده‌اند که عملکرد تیمی را تحت تأثیر قرار می‌دهد و در این بین مطالعات افرادی مانند چلادورای^۱، کارن^۲، مورن^۳ و اسپینگ^۴ در دو دهه گذشته در خور توجه بوده است. پویایی گروه یکی از فاکتورهای مهم و تأثیر گذار بر موفقیت و عملکرد تیم‌ها می‌باشد که دارای دو بعد کارآمدی جمعی و انسجام گروهی می‌باشد که در اینجا کارآمدی جمعی مد نظر ما می‌باشد. کارآمدی جمعی بازتاب دهنده باورهاییک عضو گروه درباره توانایی آن گروه برای بسیج و هماهنگ کردن منابع جمعی آن است (۱۰۴). کارآمدی جمعی عامل مهمی برای موفقیت تیم‌های ورزشی می‌باشد، زیرا مجموع تلاش‌های اعضای تیم و مقاومتشان در برابر مشکلات و ناملایمت‌ها را تحت تأثیر قرار می‌هد و این ویژگی اغلب تیم‌های موفق ورزشی می‌باشد (۳۱). در گذشته پژوهشگرانی مانند اسپینگ (۱۹۹۰)، لیرگ^۵ و همکاران (۱۹۹۴)، گرینلس^۶ (۱۹۹۹) و واتسون^۷ (۲۰۰۱) رابطه مثبت و معنی‌داری را بین کارآمدی جمعی و عملکرد موفقیت‌آمیز تیم‌ها مشاهده نمودند (۹۳، ۷۰، ۶۱، ۱۰۱).

در زمینه رابطه متقابل انتظارات خودکارآمدی و عملکرد در حیطه‌های حرکتی و آموزش مهارت‌های ورزشی، محققان بسیاری همچون موریتس^۸ و همکاران (۲۰۰۰) از وجود رابطه مثبت و

1. Chelladurai
2. Carron
3. Morn
4. Spink
5. Lirgg
6. Greenlees
7. Watson
8. Moritz

مؤثر میان خودکارآمدی و عملکرد موفقیت‌آمیز در آینده حمایت کرده‌اند (۷۵). بیوکامپ^۱ و همکاران (۲۰۰۲) در مطالعه خود نشان دادند که آرام سازی موجب بهبود میزان عملکرد ورزشکاران می‌شود و عملکرد ورزشی نیز با خودکارآمدی ارتباط مثبت و معنی‌داری دارد (۳۶). در تحقیقی که توسط رضانی‌زاده و همکاران (۲۰۰۹) با عنوان رابطه بین کارآمدی جمعی و انسجام گروهی با عملکرد تیم‌های حرفه‌ای والیبال انجام شد نتایج نشان داد که بین کارآمدی جمعی و انسجام گروهی رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد و همچنین نتیجه گرفتند که انسجام گروهی و کارآمدی جمعی عملکرد تیم را تحت تأثیر قرار می‌دهد (۸۷). در تحقیقی که شرر^۲ و همکاران (۲۰۰۷) انجام دادند یافته‌ها نشان داد که تصویر سازی ذهنی به عنوان یک روش بالقوه برای بهبود سطح کارآمدی جمعی است اگر چه در سطح رقابتی تأثیر چنین مداخلاتی متوسط است (۴۳).

با توجه به اینکه تعداد پژوهش‌های مربوط به کارآمدی جمعی در زمینه ورزش در داخل کشور اندک و پژوهشی که رابطه عملکرد مهارتی و آمادگی روانی با کارآمدی جمعی را مورد بررسی قرار دهد، یافت نشد؛ به نظر می‌رسد پژوهش‌های بیشتری در این زمینه لازم است. لذا با توجه به نتایج مطالعات قبلی و اهمیت عملکرد مهارتی، آمادگی روانی و کارآمدی جمعی، هدف این پژوهش مطالعه بررسی رابطه بین عملکرد مهارتی و آمادگی روانی با کارآمدی جمعی در بازیکنان فوتبال است که تلاش می‌کنیم تا به سؤالات زیر پاسخ دهیم:

الف- آیا بین عملکرد مهارتی و کارآمدی جمعی در بازیکنان فوتبال ارتباط وجود دارد؟

ب- آیا بین آمادگی روانی و کارآمدی جمعی در بین بازیکنان فوتبال ارتباط وجود دارد؟

ج- آیا عملکرد مهارتی می‌تواند کارآمدی جمعی را پیش‌بینی کند؟

د- آیا آمادگی روانی می‌تواند کارآمدی جمعی را پیش‌بینی کند؟

اهمیت و ضرورت تحقیق

امروزه ورزش بخشی از زندگی مردم است. قابلیت‌های فوق‌العاده انسان در اجرای مهارت‌ها، مشخصه برجسته‌ای از وجود اوست؛ این قابلیت آدمی تقریباً ذاتی و منحصر به فرد است. انسان بدون توانایی در عملکرد ماهرانه، مانند موجود زنده‌ای است که نمی‌تواند یک برگ کتاب را تایپ کند و یا

1. Beauchamp
2. David Shearer

آن را بخواند. مهارت‌های انسان شکل‌های گوناگونی دارند؛ این نکته روشن است که آن دسته از مهارت‌ها مانند فوتبال نسبت به مهارت‌هایی مانند تایپ اهمیت بیشتری دارند (۱۱). در تمامی ورزش‌هایی که توپ در آن‌ها نقش اساسی دارد مهارت‌ها پایه و اساس آن ورزش را تشکیل می‌دهند و با تکیه و تسلط در این مهارت‌هاست که نیل به پیروزی ممکن می‌شود (۱۶). به تحقیق تأیید شده است که فوتبال ورزشی است که مهارت بازیکنان در اجرای آن نقش ویژه‌ای دارد. از این رو آموزش و ارزشیابی از مهارت بازیکنان سنجش مهم و قابل توجه از روند پیشرفت یک بازیکن محسوب می‌شود (۱۶).

یکی از زمینه‌های علوم ورزشی که در سال‌های اخیر موجب ارتقای کیفیت عملکرد ورزشکاران و ثبت رکوردهای بهتر و برتری‌ان‌ها در رقابت‌ها شده است علم روان‌شناسی ورزش است (۱۴). روان‌شناسی ورزشی به معنی به کار گرفتن نظریه‌های روان‌شناسی در زمینه‌های مختلف ورزش مانند مربیگری و آموزش است. بدین ترتیب می‌توان با استفاده از ارزیابی روان‌شناسی و راهبردهای مداخله‌ای به افراد کمک کرد تا به اجرای برتر دست یابند (۱۴). از آنجا که روان‌شناسی ورزش با تجزیه و تحلیل رفتار انسان در رشته‌های مختلف ورزشی در ارتباط است، بر جنبه‌های ذهنی اجرا متمرکز می‌شود و به همین دلیل افرادی که عمیقاً به ارزش ورزش معتقدند اغلب ادعا می‌کنند که ورزش می‌تواند به جوانان یاد دهد چگونه رهبر شوند، و اعتماد به نفس بیشتر و روابط متقابل بهتری داشته باشند (۱۴). همچنین ورزش آن‌ها را قادر می‌سازد تا به اهداف بزرگ نائل آیند. مربیان باید این کیفیت‌های روانی را آموزش داده و تلقین کنند (۱۴). یادگیری کنترل انرژی روانی، تنظیم فشارهای روانی، مهارت‌های توجه و تدوین اهداف واقعی و در عین حال رقابتی، نه تنها در ورزش بلکه در هر کوششی که برای رسیدن به موفقیت صورت می‌گیرد، از مهارت‌های مفید به شمار می‌روند (۱۴).

با توجه به اهمیت پویایی گروه در موفقیت و بهبود عملکرد تیمی، بررسی عوامل مؤثر بر پویایی گروه ضروری و لازم به نظر می‌رسد (۴۰). کارون و هاسنبلاس^۱ در سال ۱۹۹۸ با ارائه مدلی عوامل مؤثر بر پویایی گروه در تیم‌های ورزشی را در قالب چهار فاکتور معرفی می‌نمایند؛ ۱. عوامل موقعیتی و محیطی (مانند فرهنگ تیمی، هنجارهای تیمی و سطح رقابت)، ۲. عوامل شخصی (مانند

1. Hausenblas

ویژگی‌های فردی ورزشکاران، انگیزش، اعتماد به نفس و احساس مسئولیت)، ۳. عامل رهبری (مانند رفتار، سن، سابقه و درجه مربیگری مربیان) و ۴. عوامل تیمی (موفقیت‌های گذشته تیم، اندازه تیم و سابقهٔ اعضا) (۴۰). همان طور که مشاهده شد عوامل مختلفی پویایی گروه را تحت تأثیر قرار می‌دهند، یکی از عوامل مهم و اثر گذار بر پویایی گروه و نهایتاً عملکرد موفقیت‌آمیز تیمی، عوامل شخصی و در رأس آن انگیزش و اعتماد به نفس بازیکنان می‌باشد (۴۰). انگیزش به عنوان یک محرک و سازوکار درونی و بیرونی، رفتار انسان را برانگیخته و آن را هدایت می‌کند و تمام تلاش‌های درونی و تمام نیروهای بیرونی را در بر می‌گیرد (۴۰). از سوی دیگر، اعتماد به نفس که یکی از مهارت‌های روانی می‌باشد، کاملاً بر روش فکر کردن، احساس و عمل فرد احاطه دارد؛ روان‌شناسان معتقدند افرادی که اعتماد به نفس پایینی دارند هرگز نمی‌توانند به موفقیت‌های چشم‌گیری نائل شوند (۲۰). بویل^۱ (۲۰۰۲) نیز ارتباط معنی‌داری بین پویایی گروه و مهارت‌های روانی ورزشکاران گزارش نمود (۸۷). پراپاوسیس^۲ و کارون (۱۹۹۶) و آیس^۳ و همکاران (۲۰۰۳) ارتباط معنی‌داری بین پویایی گروه و کاهش اضطراب بازیکنان مشاهده نمودند (۸۶، ۴۷). به این ترتیب پویایی گروه از لحاظ روان‌شناختی تأثیر مثبتی روی بازیکنان تیم دارد و آن‌ها می‌توانند با آسودگی و تمام توان خود به رقابت بپردازند (۴۷). باورهای کارآمدی جمعی بر آنچه که افراد برای انجام دادن به عنوان عضوی از تیم انتخاب می‌کنند و اندازه تلاشی که آن‌ها برای تلاش تیمی صرف می‌کنند و همچنین ایستادگی در هنگامی که تلاش‌های جمعی از ایجاد نتایج سریع یا رویارویی در مقابل حریف قوی بازمانده است تأثیر می‌گذارند (۲۹، ۳۰). مطابق خط مشی‌های بندورا (۲۰۰۱)، سطوح بالای کارآمدی جمعی ادراک شده باعث ایجاد سطوح بالای سرمایه‌گذاری‌های انگیزشی تیم‌ها در اقداماتشان، ایستادگی قوی آن‌ها در رویارویی با مشکلات و بازیابی شرایط از دست رفته و اجرای قویترشان خواهد بود (۳۲). از اینرو به نظر می‌رسد این سازه تیمی نقش مهمی در آمادگی روانی و عملکرد مهارتی اعضای تیم داشته باشد.

از منظر تاریخی، فوتبال از سنتی‌ترین ورزش‌هاست که بسیاری از مردم آن را می‌شناسند و خود را در تحلیل همهٔ مسائلی که در این حیطه رخ می‌دهد، توانمند می‌دانند. چنین شرایطی،

¹- Boyle

²- Prapavessis

³- Eys

مسئولیت سنگینی بر عهده روان‌شناسان ورزشی در باشگاه‌های فوتبال می‌گذارد. تغییرات این ورزش سنتی از منظر ساختاری بسیار دشوار است و در نتیجه سبب شده تا اغلب مربیان و بازیکنان نقش روان‌شناسی ورزشی را نادیده بگیرند (۲۵).

بازی فوتبال یکی از پر طرفدارترین ورزش‌های دنیا به شمار می‌آید که در آن، بازیکنان نیازمند اجرای فعالیت‌های گوناگون مثل دویدن‌های آرام و سریع، دویدن‌های به جلو و عقب و طرفین، ضربه زدن با پا و سر در زمین و هوا، چرخیدن به اطراف، تکل زدن و پرتاب می‌باشند (۱۷). با توجه به اینکه فوتبال یکی از رشته‌های محبوب در کشور ما محسوب می‌شود و با توجه به شرایط فوتبال کشور چه در رده باشگاهی و چه در رده ملی در سال‌های اخیر، به نظر می‌رسد پژوهشگران کشور باید بیش از پیش این رشته جذاب و پرتطرفدار را مورد توجه قرار داده تا شاید کمکی هر چند ناچیز به علاقه‌مندان و به خصوص مربیان و مدیران فوتبال کرده باشند. همانطور که توصیف شد اجرای بهینه مهارت‌های ورزشی به وجود سه نوع آمادگی جسمانی، مهارتی و روانی وابسته است. حال با توجه به اهمیت و ضرورت سه فاکتور: عملکرد مهارتی، آمادگی روانی و کارآمدی جمعی، و نظر به اینکه تحقیقی یافت نشد که رابطه عملکرد مهارتی و آمادگی روانی با کارآمدی جمعی را سنجیده باشد ضرورت انجام این تحقیق احساس می‌شد لذا هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه عملکرد مهارتی و آمادگی روانی با کارآمدی جمعی در بازیکنان فوتبال است.

اهداف تحقیق

الف- هدف کلی:

تعیین رابطه عملکرد مهارتی و آمادگی روانی با کارآمدی جمعی در بازیکنان فوتبال

ب- اهداف ویژه:

- ۱- تعیین ارتباط عملکرد مهارتی و کارآمدی جمعی بازیکنان فوتبال
- ۲- تعیین ارتباط آمادگی روانی و کارآمدی جمعی بازیکنان فوتبال
- ۳- پیش بینی عملکرد مهارتی بر اساس کارآمدی جمعی بازیکنان فوتبال
- ۴- پیش بینی آمادگی روانی بر اساس کارآمدی جمعی بازیکنان فوتبال

فرضیه‌های تحقیق:

- ۱- بین عملکرد مهارتی و کارآمدی جمعی بازیکنان فوتبال ارتباط وجود دارد.
- ۲- بین آمادگی روانی و کارآمدی جمعی بازیکنان فوتبال ارتباط وجود دارد.
- ۳- عملکرد مهارتی می‌تواند کارآمدی جمعی را پیش‌بینی کند.
- ۴- آمادگی روانی می‌تواند کارآمدی جمعی را پیش‌بینی کند.

پیش‌فرض‌های تحقیق:

- ۱- شرکت‌کننده‌ها سؤالات پرسش‌نامه را به دقت خوانده و آن را درک کنند.
- ۲- شرکت‌کننده‌ها صادقانه و مطابق با واقعیت به سؤالات پرسش‌نامه پاسخ بدهند.
- ۳- شرکت‌کنندگان به صورت مستقل به سؤالات پرسش‌نامه پاسخ بدهند.

قلمرو تحقیق:

- ۱- شرکت‌کننده‌ها تنها از رشته ورزشی فوتبال انتخاب شدند.
- ۲- شرکت‌کننده‌ها فقط شامل مردان بود.
- ۳- رده رقابتی و سطح مهارتی شرکت‌کننده‌ها محدود به تیم‌های باشگاهی فعال در دسته دو کشوری و باشگاهی شهر اراک در استان مرکزی بود.
- ۴- محدوده سنی شرکت‌کنندگان، دو رده سنی جوانان و بزرگسالان بود.
- ۵- زمان اجرای تحقیق سال ۹۲-۹۳ بود.

محدودیت‌های تحقیق:

- ۱- نادر بودن موضوع تحقیق و در نتیجه عدم دسترسی کافی به اطلاعات و منابع لازم.
- ۲- تفاوت در قابلیت‌های تکنیکی، تاکتیکی و جسمانی که ممکن است بر میزان درک بازیکنان از متغیرهای تحقیق تأثیرگذار باشد.
- ۳- تفاوت بازیکنان در ویژگی‌های روان‌شناختی به ویژه صفات شخصیتی که ممکن است بر متغیرهای تحقیق تأثیرگذار باشد.
- ۴- تفاوت تیم‌ها در وقوع وقایع خاص مانند برد یا باخت تیم در زمان گردآوری اطلاعات، که ممکن است بر حالات روانی شرکت‌کننده‌ها در حین تکمیل پرسش‌نامه تأثیرگذار باشد.