

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

پایان نامه دوره کارشناسی ارشد در رشته مدیریت ورزشی

موضوع:

رابطه بین سبک های رهبری مربیان و اضطراب رقابتی ورزشکاران شرکت کننده در دهمین
المپیاد فرهنگی ورزشی دانشجویان دختر و پسر دانشگاهها و موسسات آموزش عالی سراسر
کشور

استاد راهنما:

دکتر سید عماد حسینی

اساتید مشاور:

آقایان دکتر فرزام فرزاد، دکتر مهدی محمدی نژاد

دانشجو:

هادی قانعی مطلق

تیر ماه ۱۳۹۰

سپاسگزاری

با سپاس از الطاف پروردگار متعال که نخستین و بزرگترین یاریگر بندگان در آغاز و پایان هر کاریست.

بی تردید تهیه و نگارش این پایان نامه مرهون زحمات و راهنمایی‌های خردمندان و مشفقانه استاد گرانمایه جناب آقای دکتر سید عطاء حسینی و حمایت‌های بی دریغ ایشان می‌باشد. ارج نهادن به این زحمات را بر خود واجب دانسته و توفیق روز افزون ایشان را در پیشبرد علوم ورزشی آرزو مندم.

از استاید فرزانه؛ آقایان دکتر فرزام فرزاد و دکتر مهدی محمدی نژاد که نعمت حضور
در کلاس علم و اخلاق ایشان را داشتم و زحمت مشاوره این کار تحقیقی بر عهده این
عزیزان بود، کمال سپاسگزاری را دارم.

قدرشناسی ست اگر از برادر عزیزم مهدی که در واقع گام نهادن در مسیر کنونی علم را
مدیون او می باشم یادی نکنم و از او سپاسی به جانیاورم.

و در پایان از تمام دوستانی که در انجام این پروژه مرایاری کردند کمال تشکر و قدردانی را
دارم.

تقدیم بہ

تمامی آنہابی کہ دوستان دارم

خصوصاً

پدر و مادر عزیزم

کہ آرامش امروزم مرہون زحمات دیروز آنہاست

چکیده:

هدف این تحقیق تعیین سبک های رهبری مربیان و اضطراب رقابتی ورزشکاران حاضر در المپιάد دهم و بررسی ارتباط بین این دو متغیر بوده است.

جامعه آماری تحقیق ۳۲۳۳ نفر از ورزشکاران حاضر در المپιάد دهم بودند، نمونه انتخابی شامل ۳۴۵ نفر از ورزشکاران و تعداد ۷۵ نفر از مربیان آنها بودند. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه سبک های رهبری فرد لوتانز و پرسشنامه اضطراب رقابتی scat که پایایی آنها به ترتیب ۰.۸۴ و ۰.۷۶ توسط آزمون آلفای کرونباخ محاسبه شد. تجزیه و تحلیل داده ها از طریق آمار توصیفی شامل توزیع و درصد فراوانی و آمار استنباطی شامل آزمون آماری یومن ویتنی و کروسکال و الیس و اسپیرمن انجام شد.

نتایج تحقیق نشان داد در میان این مربیان، سبک وظیفه مدارانه دارای بالاترین میانگین (۳۹/۶۰) و سبک انسان گرایانه دارای کمترین میانگین ها (۳۲/۸۵) بوده است. همچنین میانگین سبک تلفیقی (۳۶/۲۲) و میانگین اضطراب (۲۳/۳۲) بود و همچنین اکثر ورزشکاران اضطراب متوسط و بالایی داشتند به طوریکه (۴۲/۳) درصد از ورزشکاران دارای اضطراب بالا و (۴۸/۷) درصد دارای اضطراب متوسط و (۹) درصد دارای اضطراب پایین بوده اند. رابطه معنی دار و معکوسی بین سبک انسان گرایانه و سبک تلفیقی به ترتیب ($\alpha < 0.013$ ، $\alpha < 0.002$) با اضطراب رقابتی وجود داشت. درحالی که رابطه معنی داری با سبک وظیفه گرایانه با اضطراب رقابتی وجود نداشت.

مبنتی بر یافته های تحقیق توصیه می شود مربیان به منظور کاهش اضطراب رقابتی ورزشکاران ترجیحاً از سبک های انسان گرایانه و تلفیقی استفاده کنند که این در جای خود کمک به افزایش کارآمدی ورزشکاران و سرانجام بهینه ساختن موفقیت های تیمی خواهد شد.

واژه های کلیدی:

سبک های رهبری، اضطراب رقابتی، مربیان، ورزشکاران، المپιάد فرهنگی - ورزشی

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
	فصل اول
۱	۱-۱ مقدمه
۳	۲-۱ (۲-۱) تعریف مسئله
۶	۳-۱ (۳-۱) اهمیت و ضرورت
۸	۴-۱ (۴-۱) اهداف این پژوهش
۸	۱-۴-۱ (۱-۴-۱) هدف اصلی
۸	۲-۴-۱ (۲-۴-۱) اهداف جانبی
۸	۵-۱ (۵-۱) فرضیات پژوهش
۸	۱-۵-۱ (۱-۵-۱) فرضیه اصلی
۹	۲-۵-۱ (۲-۵-۱) فرضیه های جانبی
۹	۶-۱ (۶-۱) محدودیت ها و حدود پژوهش
۹	۱-۶-۱ (۱-۶-۱) حدود پژوهش
۹	۲-۶-۱ (۲-۶-۱) محدودیتهای تحقیق
۱۰	۷-۱ (۷-۱) تعریف واژه ها و اصطلاحات
۱۰	۱-۷-۱ (۱-۷-۱) واژه های نظری
۱۰	۲-۷-۱ (۲-۷-۱) واژههای عملیاتی
	فصل دوم
۱۳	۱-۲ (۱-۲) مقدمه
۱۳	۲-۲ (۲-۲) رهبری
۱۳	۱-۲-۲ (۱-۲-۲) تعریف رهبری
۱۴	۲-۲-۲ (۲-۲-۲) تمایز مدیریت و رهبری
۱۴	۳-۲-۲ (۳-۲-۲) تعریف سبک رهبری
۱۴	۴-۲-۲ (۴-۲-۲) تئوری های رهبری
۱۵	۱-۴-۲-۲ (۱-۴-۲-۲) تئوری های شخصیتی رهبری
۱۶	۲-۴-۲-۲ (۲-۴-۲-۲) تئوری های رفتاری رهبری
۱۹	۳-۴-۲-۲ (۳-۴-۲-۲) تئوری های اقتضایی
۲۴	۵-۲-۲ (۵-۲-۲) سیستمهای مدیریت
۲۴	۱-۵-۲-۲ (۱-۵-۲-۲) سبک رهبری لیکرت
۲۷	۲-۵-۲-۲ (۲-۵-۲-۲) سبک های انسانگراییانه و وظیفه مدارانه
۲۸	۳-۲ (۳-۲) رهبری در ورزش

۲۸	کاربرد نظریه های رهبری در ورزش (۱-۳-۲)
۳۱	رهبری و مربیگری در تیم های ورزشی (۲-۳-۲)
۳۷	اضطراب (۴-۲)
۳۷	تعریف اضطراب (۱-۴-۲)
۳۷	اهمیت (۲-۴-۲)
۳۸	علل اختلالات اضطراب بر پایه نظریه های مختلف (۳-۴-۲)
۳۸	نظریه زیست شناسی (۱-۳-۴-۲)
۳۸	نظریه روانکاو (۲-۳-۴-۲)
۳۸	نظریه رفتار گرایان (۳-۳-۴-۲)
۳۸	نظریه شناختی (۴-۳-۴-۲)
۳۹	انواع اضطراب (۴-۴-۲)
۳۹	اضطراب سوماتیک و شناختی (۱-۴-۴-۲)
۴۰	اضطراب حالتی و صفتی در رقابتهای ورزشی (۲-۴-۴-۲)
۴۱	اضطراب رقابتی (۵-۴-۲)
۴۱	علل بروز اضطراب رقابتی (۱-۵-۴-۲)
۴۳	علائم اضطراب رقابتی (۲-۵-۴-۲)
۴۴	روش های اندازه گیری اضطراب (۳-۵-۴-۲)
۴۵	پیشینه تحقیق (۵-۲)
۴۵	تحقیقات داخل کشور (۱-۵-۲)
۴۷	تحقیقات انجام شده در خارج از کشور (۲-۵-۲)
۵۱	تاریخچه المپیاد دانشجویان کشور (۶-۲)
۵۲	جمع بندی (۷-۲)
فصل سوم	
۵۵	مقدمه (۱-۳)
۵۵	روش تحقیق (۲-۳)
۵۵	جامعه و نمونه آماری تحقیق (۳-۳)
۵۶	متغیر های تحقیق (۴-۳)
۵۶	ابزار گردآوری اطلاعات (۵-۳)
۵۶	روش کتابخانه ای (۱-۵-۳)
۵۶	روش میدانی (۲-۵-۳)
۵۶	پرسشنامه سبک های رهبری (۱-۲-۵-۳)
۵۷	پرسشنامه اضطراب رقابتی (SCAT) (۲-۲-۵-۳)
۵۷	پرسشنامه اطلاعات فردی (۳-۲-۵-۳)
۵۷	روایی و پایایی پرسشنامه (۶-۳)
۵۷	روش اجرای تحقیق (۷-۳)

۵۸..... (۸-۳) روش آماری مورد استفاده.....

فصل چهارم

۶۰..... (۱-۴) مقدمه.....

۶۰..... (۲-۴) توصیف یافته های تحقیق.....

۶۰..... (۱-۲-۴) توصیف مشخصات فردی مربیان.....

۶۳..... (۲-۲-۴) توصیف مشخصات فردی ورزشکاران.....

۶۵..... (۳-۲-۴) توصیف یافته های مربوط به پرسش های پرسشنامه.....

۶۶..... (۱-۳-۲-۴) توصیف پرسش های پرسشنامه مربوط به سبک های رهبری مربیان.....

۶۶..... (۲-۳-۲-۴) توصیف پرسش های پرسشنامه مربوط به اضطراب ورزشکاران.....

۶۷..... (۳-۴) آزمون فرضیه های تحقیق.....

۶۷..... (۱-۳-۴) بررسی وضعیت طبیعی بودن مؤلفه های تحت مطالعه توسط آزمون کولموگروف - اسمیرنوف.....

۶۸..... (۲-۳-۴) فرضیه اول.....

۶۸..... (۱-۲-۳-۴) جنسیت.....

۶۸..... (۲-۲-۳-۴) سن.....

۶۹..... (۳-۲-۳-۴) رشته تحصیلی.....

۷۰..... (۴-۲-۳-۴) میزان تحصیلات.....

۷۱..... (۵-۲-۳-۴) سابقه مربیگری.....

۷۲..... (۳-۳-۴) فرضیه دوم.....

۷۳..... (۱-۳-۳-۴) جنسیت.....

۷۳..... (۲-۳-۳-۴) سن.....

۷۴..... (۳-۳-۳-۴) رشته ورزشی.....

۷۵..... (۴-۳-۳-۴) سابقه ورزشی.....

۷۵..... (۵-۳-۳-۴) سابقه قهرمانی.....

۷۷..... (۵-۳-۴) فرضیه چهارم.....

۷۷..... (۶-۳-۴) فرضیه پنجم.....

فصل پنجم

۸۰..... (۱-۵) مقدمه.....

۸۰..... (۲-۵) خلاصه تحقیق.....

۸۱..... (۳-۵) یافته های حاصل از تحقیق.....

۸۱..... (۱-۳-۵) توصیف مشخصات فردی مربیان.....

۸۲..... (۲-۳-۵) توصیف مشخصات فردی ورزشکاران.....

۸۲..... (۳-۳-۵) توصیف یافته های مربوط به پرسش های پرسشنامه.....

۸۲..... (۱-۳-۳-۵) توصیف پرسش های پرسشنامه مربوط به سبک های رهبری مربیان.....

۸۳..... (۲-۳-۳-۵) توصیف پرسش های پرسشنامه مربوط به اضطراب ورزشکاران.....

۸۳	۴-۳-۵) آزمون فرضیه‌های تحقیق
۸۳	۱-۴-۳-۵) فرضیه اول
۸۳	۲-۴-۳-۵) فرضیه دوم
۸۴	۳-۴-۳-۵) فرضیه سوم
۸۴	۴-۴-۳-۵) فرضیه چهارم
۸۴	۵-۴-۳-۵) فرض پنجم
۸۴	۴-۵) بحث و بررسی
۸۸	۵-۵) پیشنهادات تحقیق
۸۸	۱-۵-۵) پیشنهادهای کاربردی
۸۹	۲-۵-۵) پیشنهادات پژوهشی

فهرست شکل‌ها

صفحه	عنوان
۱۹.....	شکل ۱-۲ شبکه مدیریت
۲۲.....	شکل ۲-۲ الگوی موقعیتی رهبری هرسی و بلانچارد
۲۵.....	شکل ۳-۲ رابطه سه متغیر در سبک رهبری لیکرات
۲۹.....	شکل ۴-۲ مدل چند بعدی رهبری در ورزش
۳۱.....	شکل ۵-۲ مدل کارآمدی سبکهای رهبری مریان

فهرست جداول

صفحه	عنوان
۲۸.....	جدول ۲-۱ ابعاد رفتار رهبری در ورزش.....
۴۳.....	جدول ۲-۲ علائم اضطراب رقابتی.....
۴۴.....	جدول ۲-۳ روش اندازه گیری اضطراب.....
۵۰.....	جدول ۲-۴ خلاصه ای از پیشینه های تحقیق بطور مختصر.....
۶۰.....	جدول ۴-۱ توزیع و درصد فراوانی مربیان بر اساس جنسیت.....
۶۱.....	جدول ۴-۲ توزیع و درصد فراوانی سن مربیان.....
۶۱.....	جدول ۴-۳ آماره های توصیفی سن مربیان.....
۶۲.....	جدول ۴-۴ توزیع و درصد فراوانی رشته تحصیلی مربیان.....
۶۲.....	جدول ۴-۵ توزیع و درصد فراوانی میزان تحصیلات مربیان.....
۶۳.....	جدول ۴-۶ توزیع و درصد فراوانی سابقه مربیگری مربیان.....
۶۳.....	جدول ۴-۷ توزیع و درصد فراوانی ورزشکاران بر اساس جنسیت.....
۶۴.....	جدول ۴-۸ توزیع و درصد فراوانی سن ورزشکاران.....
۶۴.....	جدول ۴-۹ آماره های توصیفی سن ورزشکاران.....
۶۴.....	جدول ۴-۱۰ توزیع و درصد فراوانی ورزشکاران بر اساس رشته ورزشی.....
۶۵.....	جدول ۴-۱۱ توزیع و درصد فراوانی سابقه ورزشی ورزشکاران.....
۶۵.....	جدول ۴-۱۲ توزیع و درصد فراوانی ورزشکاران بر اساس داشتن سابقه قهرمانی.....
۶۶.....	جدول ۴-۱۳ آمار توصیفی ابعاد سبک های رهبری مربیان.....
۶۶.....	جدول ۴-۱۴ آمار توصیفی اضطراب ورزشکاران.....
۶۶.....	جدول ۴-۱۵ توزیع و درصد فراوانی ورزشکاران بر اساس سطوح اضطراب.....
۶۷.....	جدول ۴-۱۶ نتایج آزمون فرض نرمال بودن پرسشنامه ها توسط آزمون کولموگروف - اسمیرنوف.....
۶۸.....	جدول ۴-۱۷ نتایج آزمون یومن ویتنی برای بررسی تفاوت بین سبک های رهبری مربیان مرد و زن.....
۶۹.....	جدول ۴-۱۸ ارتباط بین سبک های رهبری (انسان گرایی، وظیفه گرایی و تلفیقی) با سن مربیان.....
۷۰.....	جدول ۴-۱۹ نتایج آزمون یومن ویتنی برای بررسی تفاوت بین سبک های رهبری مربیان با رشته تحصیلی متفاوت.....
۷۱.....	جدول ۴-۲۰ نتایج آزمون کروسکال والیس برای بررسی تفاوت بین سبک های رهبری مربیان با میزان تحصیلات متفاوت.....
۷۲.....	جدول ۴-۲۱ نتایج آزمون کروسکال والیس برای بررسی تفاوت بین سبک های رهبری مربیان با سابقه کار متفاوت.....
۷۳.....	جدول ۴-۲۲ نتایج آزمون یومن ویتنی برای بررسی تفاوت بین اضطراب رقابتی ورزشکاران مرد و زن.....

- جدول ۴-۲۳ ارتباط بین اضطراب رقابتی با سن ورزشکاران..... ۷۴
- جدول ۴-۲۴ نتایج آزمون یومن ویتنی برای بررسی تفاوت بین اضطراب رقابتی ورزشکاران در رشته‌های ورزشی متفاوت..... ۷۴
- جدول ۴-۲۵ نتایج آزمون کروسکال‌والیس برای بررسی تفاوت بین اضطراب رقابتی ورزشکاران با سابقه ورزشی متفاوت..... ۷۵
- جدول ۴-۲۶ نتایج آزمون یومن ویتنی برای بررسی تفاوت بین اضطراب رقابتی ورزشکاران و سابقه قهرمانی آنان..... ۷۶
- جدول ۴-۲۷ ارتباط بین سبک رهبری انسان‌گرایانه و اضطراب رقابتی ورزشکاران..... ۷۶
- جدول ۴-۲۸ ارتباط بین سبک رهبری وظیفه‌گرایانه و اضطراب رقابتی ورزشکاران..... ۷۷
- جدول ۴-۲۹ ارتباط بین سبک رهبری تلفیقی و اضطراب رقابتی ورزشکاران..... ۷۸
- جدول ۵-۱ خلاصه تحقیقات در بحث و نتیجه‌گیری..... ۸۷

فصل اول

طرح تحقیق

۱-۱ مقدمه

تربیت بدنی و ورزش با دنبال کردن اهداف متعدد در جامعه امروزی نقش بسزایی در بالا بردن سطح کیفی زندگی انسان‌ها و عملکردشان در میادین ورزشی ایفا می‌کند، که در این بین کمک گرفتن از اصول و مبانی مدیریت و روانشناسی برای بالا بردن کارایی امری ضروری است.

رهبری یکی از عوامل موفقیت سازمان است. سازمان با رهبر شایسته به سوی کمال راه می‌پیماید و بدون رهبر موثر بقاء سازمان دچار مخاطره می‌گردد. رهبر موفق نیاز به رفتارهایی دارد که پیروان را برای دست یافتن به هدف‌های معین، در موقعیت‌های مشخص یگانه ساخته و برانگیزاند [۱].

سبک رهبری به عنوان عامل تسهیل کننده و برانگیزنده کارکنان به طور مستقیم و غیرمستقیم بر بازده کاری سازمان اثر می‌گذارد [۲]. به عقیده جانگ^۱، رهبری تأثیرگذاری بر افراد و گروه‌های درون سازمانی، کمک به آنها در ایجاد اهداف و راهنمایی آنها در جهت دستیابی به اهداف است [۳].

موفقیت یک تیم ورزشی به عوامل متعددی بستگی دارد. هر تیم و گروه ورزشی از منابع مادی و انسانی تشکیل شده است. با توجه به هدف‌گرا بودن سازمان‌ها بطور اعم و تیم‌های ورزشی بطور اخص، جهت نیل به اهداف، بایستی از نیروهای انسانی به عنوان نیروی اصلی، سرمایه، امکانات و تاسیسات استفاده بهینه و مطلوب نمود. از جمله عوامل بسیار مهمی که در بهره‌دهی و یا عدم نتیجه‌گیری تیم‌های ورزشی موثر است مربی آن تیم‌ها است [۴].

مربی در نقش یک رهبر باید به عنوان یک برانگیزاننده، راه‌ها و روش‌های مطمئن و موثری را برای پیشرفت ورزشکاران ایجاد کند. سبکی که مربیان در رهبری خود به نمایش می‌گذارند مهمترین خصوصیتی است که بر انگیزش بازیکنان و چگونگی ادراک آنان از مربی اثر می‌گذارد [۵]. سبک های رهبری انسان-گرایانه و وظیفه‌مدارانه که به عنوان دو طیف اصلی در رهبری مطرح هستند می‌توان به خوبی در تیم های ورزشی کاربرد آنها را دید.

بشارت (۱۳۸۴) اظهار می‌کند که در مسابقات، فراسوی سود تجاری، ارزش اقتصادی و تلاشی که برای اثبات شایستگی‌های شخصی، ملی و بین‌المللی وجود دارند، فشار و استرس بازیکنان به نقطه‌ای اوج می‌رسد. برای مدیریت علمی و حرفه‌ای ورزش، شناسایی عامل‌های روان‌شناختی تأثیرگذار بر سلامت، رفتار و موفقیت ورزشی ضرورت به شمار می‌رود [۶].

امروزه در جوامعی که انتظارات بلند پروازانه‌ای از ورزشکاران دارند، رقابت ورزشی از اهمیت به خصوصی برخوردار است. در این نوع جوامع، رقابت ورزشی خواسته‌های زیادی را بر ورزشکاران تحمیل می‌کند و اغلب اوقات نتایج رقابت های ورزشی در نتیجه تفاوت در ادراک و مهارت رقابت کنندگان مشخص می‌شود.

این امر، استرس بالایی را در افراد شرکت‌کننده ایجاد می‌کند و این استرس معمولاً ناشی از اضطراب رقابتی ورزشکاران است [۷].

تحقیقات زیادی در زمینه تأثیرات زیان‌بخش اضطراب بر عملکرد ورزشکاران انجام شده است. اضطراب به عنوان احساس ناآرامی و تنش ناشی از تقاضاهای فشارزای محیطی تعریف شده است که با برانگیختگی ارتباط دارد و نشان‌دهنده ادراک ناهماهنگی بین تقاضاهای محیط و توانایی ورزشکار برای انجام دادن آن تقاضاها است [۸].

تأثیر و تعارضات اضطراب به دو شکل شناختی و جسمانی قابل بررسی است. بر اساس ادعای مارتنز و همکاران، اضطراب شناختی، بخش ذهنی اضطراب است و به وسیله ارزشیابی منفی در مورد عملکرد و اجرا به وجود می‌آید، در حالی که اضطراب جسمانی عنصر فیزیولوژیک و عاطفی تجربه اضطرابی است که با برانگیختگی دستگاه عصبی خودمختار ارتباط دارد [۹].

حال از آنجایی که مربیان با استفاده از سبک‌های رهبری در عملکرد تیمی موثر می‌باشند و از طرفی اضطراب رقابتی ورزشکاران نیز در نتایج تیم‌های ورزشی تأثیر گذار است در این تحقیق سعی شده است تا رابطه بین این دو متغیر بررسی شود.

۲-۱) تعریف مسئله

این تحقیق با طرح این پرسش که چه عواملی روی عملکرد و بازده ورزشکاران تأثیرگذار می‌باشند در ذهن محقق ایجاد شد از جمله عواملی که این تأثیرگذاری را در مطالعات محقق داشتند می‌توان به اعتماد به نفس، تعهد، انگیزش، اضطراب رقابتی و تحلیل رفتگی اشاره کرد در ادامه روند مطالعاتی که توسط محقق انجام شد ملاحظه گردید که مربیان با اعمال سبک‌های رهبری می‌توانند روی عملکرد تیمی و موفقیت یا عدم موفقیت ورزشکاران تأثیر بسزایی داشته باشند. مطالب گفته شده در ادامه بحث در واقع بیان‌کننده این واقعیت می‌باشند.

پیش‌بینی موفقیت رهبر بسی پیچیده‌تر از آن است که تنها چند ویژگی شخصیتی یا رفتارهای برتر را برشمرد. به طور کلی، پژوهشگران در شناسایی و تعیین رابطه بین عملکرد گروه و رفتار رهبر به موفقیت نسبی دست یافته‌اند. آنچه در این میان مورد توجه قرار نگرفته، عوامل موقعیتی است که می‌تواند بر موفقیت یا شکست آنها اثر بگذارد. تلاش‌های زیادی انجام شده است تا عوامل موقعیتی که بر اثر بخشی رهبر اثر می‌گذارند، تفکیک شود. برای مثال متغیرهای تعدیل‌کننده در تئوری‌های اقتضایی شامل نوع ساختار، نوع رابطه رهبر با اعضا، موضع قدرت رهبر، روشن بودن نقش زیردستان و... می‌شود [۱۰].

در سازمان تیم نیز یکی از ابعاد مهم تصمیم‌گیری مربیان، انتخاب سبک و شیوه مربیگری است. اینکه مربی چگونه تصمیم می‌گیرد، کدام مهارت‌ها و استراتژی‌ها را آموزش می‌دهد، چگونه تمرین و مسابقه را سازماندهی می‌نماید، از چه روش‌هایی برای ایجاد نظم و انضباط تیم استفاده می‌کند و از همه مهم‌تر، چه نقشی را برای ورزشکاران در تصمیم‌گیری‌ها در نظر می‌گیرد.

در مجموع درباره این روش‌ها می‌توان گفت تمامی سبک‌های مدیریت و رهبری در دو سبک کلی قرار گرفته‌اند. یکی سبک انسان‌گرایی و دیگری سبک وظیفه‌گرایی است، البته هر یک از این دو سبک در جای خود می‌تواند بهترین عملکرد را داشته باشد. تحت حاکمیت هر یک از سبک‌های یاد شده سازمان چهره و صورت متفاوت پیدا می‌کند و به هر یک از ویژگی‌های سازمان یعنی نیروهای انگیزشی، نظام تعامل، الگوی ارتباطات، فراگرد کنترل، فراگرد تصمیم‌گیری و فراگرد تعیین اهداف به گونه‌ای متفاوت عمل می‌شود، از نظریه لیکرت چنین می‌توان نتیجه گرفت که هر سازمانی در واقع یک شرکت تعاونی است و آن شیوه (سبک) مدیریتی که بتواند روحیه همکاری و تعاون را پدید آورد و به آنها بها دهد، به بهترین نتایج دست خواهد یافت.

موفقیت یا اثر بخشی یک رهبر در گرو این حقیقت است، این پیروان هستند که یک رهبر را می‌پذیرند یا رد می‌کنند. صرف نظر از آنچه رهبر انجام می‌دهد، میزان موفقیت او بستگی به چگونگی عمل پیروان دارد. روشی که هرسی و بلانچارد^۱ ارائه کرده‌اند، مبتنی بر درجه رشد یا سطح آمادگی پیروان است. آمادگی بازتاب این امر است که یک پیرو تا چه حد تمایل و توانایی برای انجام یک وظیفه دارد.

بخش دوم مدل هورن، تأثیر رفتار مربی بر عملکرد و رضایتمندی ورزشکاران را نشان می‌دهد که این تأثیر به صورت مستقیم و غیرمستقیم وجود دارد. نهایتاً رفتار مربیان بر عملکرد و رفتار بازیکنان تأثیر می‌گذارد و بین رفتار مربی در زمینه تمرین و رقابت (بازخورد، تقویت و غیره) با عملکرد و رفتار ورزشکاران رابطه مستقیمی وجود دارد. به عنوان نمونه در تحقیقاتی که توسط وانگ (۲۰۰۷)، سریبون (۲۰۰۱)، مرادی و همکاران (۱۳۸۵)، رضانی نژاد و همکاران (۱۳۸۹)، ارتباط سبک‌های رهبری با عملکرد تیمی و انسجام گروهی سنجیده شده حاکی از ارتباط بین این دو متغیر است [۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴] به علاوه، رفتار مربی می‌تواند به صورت غیرمستقیم بر عملکرد و رفتار ورزشکاران تأثیر داشته باشد که این تأثیر غیرمستقیم در نتیجه ادراک ورزشکاران از رفتار مربیان است. این ادراک از رفتار مربی با ادراک ورزشکاران از خود، عقاید، نگرش و انگیزش آنها بر عملکرد و رفتارشان به طور غیرمستقیم تأثیر می‌گذارد. بر طبق این مدل، هر ورزشکار رفتار مربی را به گونه‌ای مختلف تفسیر و درک می‌کند و این ادراک بر عملکرد و رفتار آنها تأثیر خواهد گذاشت [۱۵].

1. Hersey & Blanchard

از طرفی موفقیت یا شکست آنها تا حد زیادی نیز به آمادگی روانی آنها، آگاهی آنها از مهارت های روانی و چگونگی مقابله با فشارهای روانی از جمله اضطراب ناشی از رویارویی با حریفان بستگی دارد. ایزو آهولا^۱ و هاتفیلد^۲ (۱۹۸۶) معتقدند که تنها تفاوت در میزان آمادگی روانی و چگونگی مقابله با اضطراب موجب برد و باخت ورزشکاران سطوح بالا را فراهم می آورد [۱۶].

عوامل بروز اضطراب رقابتی را می توان به دو دسته موقعیتی و شخصیتی تقسیم کرد. از عوامل موقعیتی ، اهمیت مسابقه (هرچه مسابقه مهم تر باشد، استرس بیشتری در پی خواهد داشت) و بی اطمینانی (هرچه بی اطمینانی به نتیجه مسابقه و ارزیابی دیگران بیشتر باشد ، استرس بیشتر خواهد بود) مهم تر از بقیه اند. عوامل شخصیتی شامل اعتماد به نفس (که رابطه معکوس با اضطراب دارد) و اضطراب صفتی است [۱۷]. یکی از علل عمده ای که در ایجاد اضطراب رقابتی نقش دارد ، عوامل اجتماعی هستند به عنوان مثال ، فشار از مداوم ناشی توقع افراد والدین و مهم (مربی) در یک ورزشکار جوان می تواند، اضطراب زیادی را ایجاد کند و متعاقباً حمایت مطلوب جامعه به نحوی که والدین به فرزند فرصت شناخت و قبول شکست را بدهند، می تواند سبب کاهش اضطراب شده و به بهبود عملکرد ورزشکار بیانجامد [۱۷].

مربی در رهبری تیم به عنوان یک سازمان دهنده قوی و زیربنای هر پیشرفت مطرح است [۱۸]. مربیان در ایفای نقش مربیگری، به دنبال ایجاد شرایطی هستند که به وسیله آن هر ورزشکار حداکثر فرصت را برای موفقیت داشته باشد و در همان حال نیز به موفقیت تیمی برسد. مربی نه فقط در مورد محیط فیزیکی حساس است، بلکه محیط های روانی و اجتماعی را هم در نظر می گیرد [۱۹].

مربیگری شکلی از رهبری در تیم های ورزشی است که در آن اهداف شناخته شده به طور هدفمند دنبال می شوند. هدف اصلی مربیگری بهبود اجرا در رقابت های ورزشی است. نقش مربی مدیریت کردن است، فرایندی برای بهبود اجرا که روی توانایی های ورزشکار پایه گذاری می شود. شاخص اصلی این نقش کمک به ورزشکار برای ایجاد اجرای مناسب در زمان مناسب است.

پژوهشگران به طور مستمر نشان داده اند که نوع رهبری مربیان نقش تعیین کننده ای بر مشارکت ورزشی افراد دارد. این موضوع برای مربیان روشن است که نقشی اثرگذار و حیاتی را در محیط های ورزشی ایفاء می کنند. هم چنین وسعت این اثرگذاری از محیط ورزشی هم فراتر می رود و سایر حوزه های زندگی ورزشکاران را در بر می گیرد. واضح است که مربیان می توانند بر محیط زندگی ورزشکاران سطوح مختلف قهرمانی، اثراتی مثبت و منفی داشته باشند [۲۰].

1 - ahola

2- hatfield

ارتباط مربی - ورزشکار مهارت‌های روان‌شناختی و بهزیستی اجتماعی ورزشکاران را بالا می‌برد و باعث رشد خودکارایی^۱ و مهارت‌های مقابله با استرس^۲ در ورزشکاران می‌شود. بر عکس، رابطه منفی مربی - ورزشکار موجب بروز استرس و شکل‌گیری نگرش‌های منفی نسبت به رقابت و موفقیت در ورزشکاران می‌گردد و هم چنین باعث بروز استرس بین فردی و تضعیف روحیه رقابتی ورزشکاران می‌شود [۲۱].

بنابراین دیده می‌شود که تمامی مباحث گفته شده در بالا حول محور مربیان و ورزشکاران در جهت ارتقای کار تیمی و بالا بردن عملکرد ورزشکاران است. عوامل متعددی وجود دارد که روی عملکرد تیمی تاثیر گذارند و در تحقیقات گذشته به آنها پرداخته شده است که از آن جمله می‌توان به سبک‌های رهبری، اعتماد به نفس، اضطراب رقابتی، انگیزش، تعهد، تحلیل رفتگی بازیکنان و غیره اشاره کرد. ولی در بین تحقیقات گذشته تحقیقی که ارتباط سبک‌های رهبری مربیان و اضطراب رقابتی ورزشکاران را که دو مقوله مهم در عملکرد تیمی می‌باشند مورد بررسی قرار دهد در مطالعات محقق مشاهده نشد.

بنابراین در این تحقیق به دنبال این هستیم که سبک‌های رهبری که مربیان در تیم‌های خود به عنوان یک سازمان ورزشی اعمال می‌کنند و همچنین اضطراب رقابتی ورزشکاران که بر کارایی ورزشکاران در هنگام رقابت و همچنین بهداشت روانی آنها تاثیر گذار است را مورد سنجش قرار دهیم و نیز به این پاسخ برسیم که آیا رابطه‌ای بین سبک‌های رهبری مربیان و اضطراب رقابتی ورزشکاران شرکت کننده در دهمین المپیاد فرهنگی ورزشی دانشجویان دختر و پسر دانشگاهها و موسسات آموزش عالی سراسر کشور وجود دارد یا نه؟

۱-۳) اهمیت و ضرورت

با توجه به گستردگی ورزش دانشجویی سراسر کشور و تدوین برنامه‌هایی از قبیل: کمک به بهبود کیفیت زندگی، تامین، تقویت، سلامت، نشاط و توانمندیهای دانشجویان، کمک به آمادگی جسمانی و روحی دانشگاهیان در جهت اقتدار ملی و بین‌المللی، افزایش سطح سلامت جسمی و روحی و فراهم نمودن زمینه مناسب جهت شکوفا شدن استعدادها بالقوه، دانشجویان و دانشگاهیان و ارتقاء اعتماد به نفس آنها، ارتقاء کیفیت ورزش‌های رقابتی و قهرمانی دانشجویان توسط مدیریت دانشجویی تربیت بدنی وزارت علوم، پرداختن به مباحث مهم مدیریت و روانشناسی ورزش از اهمیت قابل توجه‌ای برخوردار باشد.

روان‌شناسی ورزش، از زیر مجموعه‌های روان‌شناسی و شاخه‌های وابسته به تربیت بدنی و ورزش است که بیش از سه دهه از عمر آن نمی‌گذرد. از اصلی‌ترین محورهای مطرح شده در روانشناسی ورزش که در

1 - Self-Efficacy

2 - Coping with Stress

عملکرد ورزشکاران، بویژه سطوح قهرمانی تاثیر می‌گذارد، میزان اضطراب قبل از مسابقه و اثر آن بر حالات روانی و مهارت‌های حرکتی ورزشکاران است [۲۲].

متخصصان تربیت بدنی عواملی مانند افسردگی، اضطراب، پرخاشگری و ناهنجاری‌های اجتماعی را به عنوان عوامل تهدید کننده سلامت روانی شناسایی کرده‌اند. نتایج مطالعات آنها نشان می‌دهد چنانچه اضطراب رقابتی در ورزشکاران ایجاد شود اثرات مضر روانی بر تمرکز، کانون توجه و برانگیختگی را به دنبال خواهد داشت [۲۳].

از جمله افرادی که بر ورزشکاران تاثیر بسزایی دارند و نقش آنها در رشد و پیشرفت ورزشکاران غیر قابل انکار است مربیان تیم‌های ورزش می‌باشند. مربیان از جمله افرادی هستند که با اعمال نفوذ بر ورزشکاران نقش رهبری را در تیم‌های ورزشی اعمال می‌کنند.

مارتنز (۱۳۷۳) در خصوص مربی اعتقاد دارد که مربیگری شغلی متفاوت با سایر مشاغل موجود است و آنچه از مربی انتظار می‌رود این است که انسان‌های نجیب و خوب به جامعه تحویل دهد این حرفه، حرفه‌ای توقع برانگیز و دشواری است و نیاز به مهارت‌های متفاوتی دارد [۲۴].

بنابراین آشنایی مربیان با زمینه‌های رفتاری و روانی می‌تواند اثربخشی مدیریت مربی و کارایی تیم را افزایش دهد [۲۵].

در سازمان تیم نیز یکی از ابعاد مهم تصمیم‌گیری مربیان، انتخاب سبک و شیوه مربیگری است. اینکه مربی چگونه تصمیم می‌گیرد، کدام مهارت‌ها و استراتژی‌ها را آموزش می‌دهد، چگونه تمرین و مسابقه را سازماندهی می‌نماید، از چه روش‌هایی برای ایجاد نظم و انضباط تیم استفاده می‌کند و از همه مهم‌تر، چه نقشی را برای ورزشکاران در تصمیم‌گیری‌ها در نظر می‌گیرد [۲۶]. با وجود این، بسیاری از مربیان بر این اعتقادند که اصل اساسی در گزینش بازیکن برای کسب موفقیت، سطح توانایی بازیکن است. بنابراین آنان بازدهی گروهی را نتیجه مستقیم مجموع توانایی‌های ورزشکاران می‌دانند. در صورتی که این مربیان از ابعاد روان‌شناختی و مدیریتی مربیگری آگاهی لازم را ندارند و اهمیت استفاده از سبک رهبری و رفتار مناسب برایشان روشن نمی‌باشد [۲۷].

مربیان ممکن است طوری با ورزشکاران خود برخورد کنند که مربیان‌شان با آنان برخورد کرده‌اند، در صورتی که مربیان باید از این مسأله آگاهی یابند که سبک‌های رهبری و مدیریت تیم تا چه اندازه می‌تواند باعث ایجاد انگیزه، کاهش اضطراب و افزایش عملکرد ورزشی فرد گردد [۵]. به همین علت، موضوع سبک رهبری مربیان را می‌توان به عنوان مسأله و پرسش اصلی برای سطوح مختلف ورزش در نظر گرفت. به دلیل اهمیت نقش رفتارهای مربی بر فرآیندهای روانی و عملکرد ورزشکاران، روان‌شناسان ورزشی به مطالعه