

## تأثیر رفتار مربیان بر خودکارآمدی و منش ورزشی ورزشکاران زن رشته کبدی

احلام حیدری آل کثیر، امین خطیبی\*، صدیقه حیدری نژاد

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی، دانشگاه شهید چمران اهواز ۲- استادیار دانشگاه شهید چمران اهواز ۳- استاد دانشگاه شهید چمران اهواز

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۷/۰۴/۲۳

تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۰۲/۰۸

### The effect of coaching behavior on female Kabbadi athlete's self-efficacy and sportspersonship

Ahlam Heidari Alekasir<sup>1</sup>, Amin Khatibi<sup>2\*</sup>, Sedighe Heidari Nejad<sup>3</sup>

1- Student of sport management, Shahid Chamran University of Ahvaz

2- Assistance Professor of sport management, Shahid Chamran University of Ahvaz

3- Professor of sport management, Shahid Chamran University of Ahvaz

Received: (2018/04/27)

Accepted: (2018/07/13)

#### Abstract

The purpose of this research was to determine the effect of coaching behavior on self-efficacy and sportspersonship of female Kabbadi athletes. Statistical population of this research was all athletes, which participated in the semifinal rounds of women's Kabbadi premier leagues in 2017 and census method was used for sampling. The Research instrument was the questionnaire that after confirming validity and reliability, distributed statistical samples. For data analysis, the Pearson correlation coefficient, leaner regression, one way ANOVA and LSD post hoc have been used. Regression analysis showed that positive coaching behaviors increase self-efficacy and sportspersonship while negative coaching behaviors decrease self-efficacy and sportspersonship. In addition, self-efficacy had a positive significant effect on sportspersonship. Based on this research finding, suggested that coaches know the behaviors that athletes considered them as positive or negative and to be aware of the effect of their behaviors on athletes' performance and as they prepare athletes for competitions, coaches to be presented in competitions with readiness

#### Keywords

Coaching behavior, self-efficacy, sportspersonship, Kabbadi.

#### چکیده

هدف این پژوهش بررسی تأثیر رفتار مربیان بر خودکارآمدی و منش ورزشی ورزشکاران زن رشته کبدی بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه بازیکنان حاضر در دور نیمه نهایی لیگ برتر کبدی بانوان در سال ۱۳۹۶ بود و برای نمونه‌گیری از روش کل شمار استفاده شد. ابزار پژوهش پرسشنامه بود که پس از تأیید روایی و پایایی در بین نمونه آماری توزیع شد. برای تحلیل داده‌ها از آزمون‌های ضریب همبستگی پیرسون، رگرسیون خطی، تحلیل واریانس یک راهه و آزمون تعقیبی ال.اس.دی استفاده شد. نتایج تحلیل رگرسیونی نشان داد رفتارهای مثبت مربیان موجب افزایش خودکارآمدی و منش ورزشی ورزشکاران می‌شود و رفتارهای منفی مربیان موجب کاهش خودکارآمدی و منش ورزشی ورزشکاران می‌شود. همچنین خودکارآمدی نیز تأثیر مثبت و معناداری بر منش ورزشی داشت. براساس یافته‌های این پژوهش پیشنهاد می‌شود مربیان با رفتارهایی که از دیدگاه ورزشکاران، رفتارهای مثبت و یا منفی تلقی می‌شوند، آشنا شده و از تأثیر رفتار خود بر عملکرد ورزشکاران مطلع شوند و همانطور که ورزشکاران را برای مسابقات آماده می‌کنند، خود نیز با آمادگی در رقابت‌ها حاضر شوند.

#### واژه‌های کلیدی

رفتار مربیان، خودکارآمدی، منش ورزشی، کبدی.

\* نویسنده مسئول: امین خطیبی

E-mail: khatibi83@yahoo.com

\*Corresponding Author: Amin khatibi

## مقدمه

طی سال‌های اخیر فاکتورهای اجتماعی و روانشناسی موثر بر رفتار ورزشکاران به دقت مورد بررسی پژوهشگران قرار گرفته است (۱۴). پدر و مادر، معلم، همسر و همین‌طور هواداران، نمونه‌هایی از افرادی هستند که یک ورزشکار به طور مستقیم یا غیر-مستقیم از آن‌ها تأثیر می‌پذیرد. اما مسئله مهم در این راستا، ارتباط بین بازیکنان و مربی است که از اهمیت حیاتی برخوردار است. در گذشته مربیان، تنها به افزایش مهارت‌های جسمانی، فنی و تاکتیکی در بازیکنان جوان خود بسنده می‌کردند، اما اکنون مربی نه تنها از لحاظ جسمی بلکه توسعه مهارت‌های روانی را هم بر عهده دارد و به عنوان یک ناظر، دوست و حامی به بازیکنان نزدیک می‌شود (۱۸).

رفتارهای مختلف مربی می‌تواند بر رفتار مثبت یا منفی ورزشکاران تأثیرگذار باشد. برای مثال برخی رفتارها ممکن است به کاهش اضطراب، افزایش اعتماد به نفس و تمایل به ادامه مشارکت در ورزش و توسعه مهارت‌ها منجر شود (۱۰) و برخی رفتارها نیز موجب عصبانیت، پراکندگی در تیم و بی‌انگیزگی ورزشکاران شود (۹). بعلاوه رفتار مربی می‌تواند روی کیفیت و نوع ارتباط میان ورزشکار و مربی که بخش مرکزی فرایند مربیگری است، تأثیرگذار باشد. ارزیابی ورزشکاران از رفتار مربیان معمولاً متأثر از سه عامل است؛ عامل اول متغیرهای موقعیتی، از قبیل ماهیت ورزش، سطح و ماهیت رقابت و جو تیم ورزشی است؛ عامل دوم متغیرهای مربوط به تفاوت‌های فردی بین ورزشکاران و مربیان است از قبیل جنسیت، سن، نگرش‌ها و انگیزه‌ها؛ عامل سوم ادراکات مربی از رفتار ورزشکاران است (۱۶). هرچند اغلب مربیان تلاش می‌کنند به گونه‌ای رفتار کنند که موجب موفقیت و توسعه فردی ورزشکاران شود، با این حال معمولاً آگاهی کمی درباره رفتارهایی دارند که می‌تواند اثربخشی این تلاش‌ها را کاهش دهد (۲۵). بعلاوه پژوهش‌های کمی درباره رفتارهای بهینه و همچنین فاکتورهای موثر بر اثربخشی رفتارهای مربیان انجام شده است. کنو و ویلیامز<sup>۱</sup> (۱۹۹۲) برای اولین بار ابزاری را تحت عنوان پرسشنامه رفتار مربی<sup>۲</sup> طراحی کردند تا عکس‌العمل‌های ورزشکاران را نسبت به رفتارهای مثبت و منفی مربیان در حین مسابقه ارزیابی کنند. آن‌ها در اولین پژوهش خود به بررسی تأثیر اضطراب رقابتی ورزشکاران زن رشته بسکتبال بر ارزیابی آن‌ها از رفتارهای مربی پرداختند و دریافتند ورزشکارانی که اضطراب رقابتی بالاتر و اعتماد به نفس

پایین‌تری دارند، رفتارهای مربی را بصورت منفی‌تری ارزیابی کرده‌اند (۱۵). کنو و ویلیامز (۱۹۹۹) در پژوهش دیگری دریافتند ورزشکارانی که احساس می‌کنند با مربی خود سازگاری بیشتری دارند، تأثیرات شناختی و جسمانی منفی کمتری از رفتار مربی خود درک کرده‌اند (۱۶). ویلیامز و همکاران (۲۰۰۳) طی پژوهشی به بررسی روایی سازه پرسشنامه رفتار مربی پرداختند. نتایج پژوهش مدل دو عاملی رفتار مربی (رفتار منفی-رفتار مثبت یا حمایتی) را تأیید کرد، همچنین مشخص شد ورزشکاران با اضطراب بیشتر، اعتماد به نفس پایین‌تر و سازگاری کمتر با مربی، غالباً رفتار مربی را بصورت منفی ارزیابی کرده‌اند. همانطور که نتایج این پژوهش‌ها نیز نشان می‌دهد، ادراک ورزشکاران از توانایی‌های خود می‌تواند بر درک آن‌ها از رفتار مربی تأثیرگذار باشد (۲۸). بندورا<sup>۳</sup> (۱۹۹۷) این اعتقاد فرد به توانایی‌های خود برای سازماندهی و انجام اعمال مورد نیاز برای دستیابی به نتایج مطلوب را تحت عنوان خودکارآمدی<sup>۴</sup> تعریف می‌کند (۲) که یکی از مهمترین ویژگی‌ها برای موفقیت ورزشکاران محسوب می‌شود.

بندورا<sup>۵</sup> (۱۹۹۷) معتقد است چهار منبع تجربیات اصلی، تجربیات جانشین، تشویق کلامی، وضعیت عاطفی و فیزیولوژیک در شکل‌گیری باورهای خودکارآمدی دخیل هستند، با این حال از بین این چهار منبع، تجربیات اصلی، مهمترین منبع است (۲). هرچند ممکن است، فرد توانایی تشخیص کامل سهم خود در آن تجربه را نداشته باشد. برای مثال وقتی یک ورزشکار حاکی نمی‌تواند امتیازی کسب کند، برای او دشوار است که تعیین کند، ایراد از شکل اجرای مهارت است یا توانایی ذاتی او. بنابراین احتمالاً ورزشکاران از بازخوردهایی که دریافت می‌کنند برای تفسیر تجربیات خود استفاده می‌کنند. لذا مربی، والدین یا هم تیمی‌ها با تشویق‌های کلامی یا غیرکلامی می‌توانند در شکل‌گیری ادراک خودکارآمدی یک ورزشکار نقش تعیین‌کننده‌ای داشته باشند (۲۴). در این بین مربی نقش برجسته‌ای دارد زیرا هر رفتاری از مربی برای ورزشکارانش مهم است. حتی انتظارات مربی از ورزشکاران نیز می‌تواند روی عملکرد آن‌ها تأثیرگذار باشد. جکسون، ناپ و بوچامپ<sup>۶</sup> (۲۰۰۹) نیز دریافتند رفتارهای کلامی و غیرکلامی مربیان در احساس خودکارآمدی ورزشکاران تأثیرگذار است (۱۳).

4. Self-efficacy  
5. Bandura  
6. Jackson, Knapp & Beauchamp

1. Kenow & Williams  
2. Coaching Behavior Questionnaire (CBQ)  
3. Bandura.

خودکارآمدی از پیش‌بینی کننده‌های رفتار است، احتمال می‌رود احساس خودکارآمدی بتواند بر منش ورزشی ورزشکاران نیز تأثیرگذار باشد. با این حال در پژوهش‌های پیشین کمتر روابط میان رفتار مربی، خودکارآمدی و منش ورزشی ورزشکاران مورد بررسی قرار گرفته است. دانا، سبزی و گوزل‌زاده (۲۰۱۷) طی پژوهشی در بین بانوان بسکتبالیست دریافتند کارآمدی مربیان تأثیر مستقیمی بر خودکارآمدی بازیکنان و کارآمدی جمعی ندارد ولی خودکارآمدی بازیکنان اثر مستقیم و منفی بر کارآمدی جمعی دارد (۶). نورمها، جلالی فراهانی، علیدوست قهفرخی و ابراهیم نژاد (۲۰۱۷) در بررسی والیبالیست‌های لیگ برتر استان هرمزگان دریافتند بین ابعاد سبک رهبری (آموزش و تمرین، دموکراتیک، حمایت اجتماعی، بازخورد مثبت) و خودکارآمدی رابطه مثبت و معنادار، اما بین سبک رهبری آمرانه مربیان و خودکارآمدی رابطه منفی و معنادار وجود دارد (۲۱). چپری، یوسفی و زردتشتیان (۲۰۱۸) در بررسی بازیکنان لیگ برتر فوتبال زنان دریافتند رفتار مربیگری طبیعی و رفتار مربیگری واکنشی مثبت، تأثیر مثبت و معناداری بر خودکارآمدی دارند ولی رفتار مربیگری واکنشی منفی، تأثیر منفی و معناداری بر خودکارآمدی دارد (۵). ولجکویک، جورویک، دیمیک، موجانویک و مارکویک<sup>۴</sup> (۲۰۱۶) دریافتند رفتار ادراک شده مربیان از سوی ورزشکاران در ورزش‌های تیمی و انفرادی با هم تفاوت معناداری دارد. ورزشکاران انفرادی نمره بالاتری به سبک‌های آموزش، حمایت اجتماعی و بازخورد مثبت مربیان دادند، اما نمره پایین‌تری به رفتارهای منفی مربیان دادند (۲۷). هویگارد، کویپر، فرانس، بون و پترس<sup>۵</sup> (۲۰۱۵) طی پژوهشی به بررسی تأثیر رفتار مربی در حین تمرین و مسابقه بر خودکارآمدی جمعی زنان هندبالیست نخبه پرداختند و دریافتند سطوح بالاتر آموزش، رفتار آموزشی، بازخورد مثبت، حمایت اجتماعی و رفتار مثبت مربی (رفتارحمایتی) می‌تواند سطح بالاتری از خودکارآمدی جمعی را پیش‌بینی کند. در مقابل سطوح بالاتر رفتارهای منفی مربی، سطوح پایین‌تری از خودکارآمدی جمعی را پیش‌بینی می‌کند (۱۲). سویل و بری<sup>۱</sup> (۲۰۱۶) طی پژوهشی دریافتند دیدگاه مربی نسبت به توانایی‌های ورزشکاران بر رفتار مربی و همچنین احساس خودکارآمدی ورزشکاران جوان تأثیر مثبت و معناداری دارد (۲۴). بالتر و کیپ<sup>۲</sup> (۲۰۱۶) طی پژوهشی دریافتند ادراک منش ورزشی در رفتارهای مربی با افزایش رفتارهای اجتماعی و کاهش رفتارهای ضد

بندورا در تئوری شناختی اجتماعی خود رفتار انسان را به عنوان تعاملی پویا و سه‌گانه بین ویژگی‌های شخصیتی، رفتار و محیط در نظر می‌گیرد، به نحوی که رفتار انسان به صورت منحصر به فردی توسط هر یک از این سه عامل تعیین می‌شود (۱۹). این تئوری بر این فرض استوار است که افراد از نوعی خودباوری برخوردارند که به آن‌ها اجازه می‌دهد تا افکار، احساسات و اعمالشان را کنترل کنند (۲)؛ بر همین اساس خودکارآمدی یکی از پیش‌بینی کننده‌های مهم رفتار به شمار می‌رود. از این رو پیش‌بینی می‌شود مربیان با رفتار خود بتوانند بر رفتار ورزشکاران تأثیرگذار باشند. چنانکه بالتر و کیپ<sup>۱</sup> (۲۰۱۶) نیز معتقدند مربیانی که بر تلاش، یادگیری و مسائل اخلاقی تأکید دارند، رفتارهای ورزشی خوب را در میان ورزشکاران رواج می‌دهند و از سوی دیگر، وقتی تأکید مربیان بر رفتارهایی است که با منش ورزشی مغایرت دارد، رفتارهای غیرورزشی از سوی ورزشکاران افزایش می‌یابد (۴).

منش ورزشی، حوزه‌ای از روانشناسی ورزشی است که هم شامل رفتارهای اخلاقی مرتبط با احترام و سلامتی دیگران (برای مثال تشویق هم‌تیمی، کمک به حریف آسیب دیده) می‌شود و هم شامل اقداماتی در راستای رعایت آداب و رسوم اجتماعی مثل دست دادن با حریف پس از مسابقه است (۴). منش ورزشی واژه‌ای است که در بطن مفهوم رفتار اخلاقی اجتماعی جای گرفته است؛ مفهومی که مکرراً به عنوان اخلاق یاد می‌شود و با ورزش، پرورش می‌یابد. فیزل<sup>۲</sup> (۱۹۸۶) منش ورزشی را به عنوان یک رقابت منصفانه، از طریق عمل کردن به عنوان یک ورزشکار مسئول، معرفی می‌کند (۷). یکی از معروف‌ترین مدل‌ها برای سنجش منش ورزشی، مدل پنج بعدی ولراند، بریر، بلانچارد و پرونچر<sup>۳</sup> (۱۹۹۷) است که ابعاد آن عبارتند از: احترام به قوانین و مقررات، احترام به حریف، احترام به عرف و قراردادهای اجتماعی، تعهد به ورزش، و رویکرد منفی به منش ورزشی مثل رقابت فقط برای جایزه و مدال (۲۶). رزاقی، مهرابی و هنری (۲۰۱۴) مدل پنج عاملی ولراند و همکاران را اعتباریابی کرده و دریافتند که دارای اعتبار و روایی قابل قبولی برای سنجش منش ورزشی در ایران است (۲۲).

با توجه به آنچه گفته شد به نظر می‌رسد رفتار مربی هم بتواند در شکل‌دهی به احساس خودکارآمدی تأثیرگذار باشد و هم بر منش ورزشی ورزشکاران. از سوی دیگر با توجه به اینکه

6. Saville & Bray  
7. Bolter & Kipp

1. Bolter & Kipp  
2. Fusel  
3. Vallerand, Brière, Blanchard & Provencher  
4. Veljkovic, Djurovic, Dimic, Mujanovic & Mar kovic  
5. Hoigaard, Cuyper, Franssen, Boen & Peters

نیمه نهایی لیگ برتر کبده بانوان در زمستان سال ۱۳۹۶ بود که مسابقات آن به میزبانی استان خراسان رضوی انجام شد. در این مسابقات ۱۱ تیم شرکت کردند و هر تیم ۱۲ بازیکن داشت (N=۱۳۲). تیم‌های حاضر در این رقابت‌ها عبارت بودند از تیم-های خراسان رضوی، فارس، ساری، گلستان، آلمینیوم اراک، قزوین، ایلام، قوچان، تهران، گیلان و اصفهان. برای نمونه‌گیری در این پژوهش از روش نمونه‌گیری کل شمار استفاده شد و از مجموع پرسشنامه‌های توزیع شده، ۱۱۰ پرسشنامه کامل و قابل استفاده بود (ضریب بازگشت پرسشنامه‌ها ۸۳٪ بود).

ابزار گردآوری داده‌ها شامل چهار بخش بود. بخش اول شامل سوالات جمعیت شناختی (سن، تحصیلات، سابقه فعالیت در ورزش) بود. بخش دوم، پرسشنامه رفتار مربیان در ورزش از کنو و ویلیامز (۱۹۹۲) با دو بعد رفتار مثبت (حمایتی) و رفتار منفی و ۲۰ گویه بود که رفتار مربی را در حین رقابت ورزشی بررسی می‌کند. بخش سوم، پرسشنامه خودکارآمدی ریگس و همکاران<sup>۴</sup> (۱۹۹۴) با ۱۰ گویه بود و ۶ گویه آن (گویه‌های شماره ۲، ۳، ۴، ۶، ۸ و ۱۰) بصورت معکوس نمره‌گذاری شده بود. بخش چهارم، پرسشنامه منش ورزشی ولراند و همکاران (۱۹۹۷) با پنج بعد (احترام به روابط اجتماعی، احترام به قوانین و مسؤلان، تعهد به ورزش، احترام و توجه به حریف، رویکرد منفی به منش ورزشی) و ۲۵ گویه بود. گویه‌های عامل رویکرد منفی به منش ورزشی (گویه‌های شماره ۵، ۱۰، ۱۵، ۲۰ و ۲۵) بصورت معکوس نمره‌گذاری شده بود. پرسشنامه‌های رفتار مربی، خودکارآمدی و منش ورزشی براساس مقیاس پنج ارزشی لیکرت از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۵) طراحی شده بود.

برای اطمینان از روایی<sup>۵</sup> صوری و محتوایی ابزار پژوهش، پرسشنامه‌ها بین ۹ تن از متخصصین مدیریت ورزشی توزیع شد و پس از کسب و اعمال نظرات، از روایی آن اطمینان حاصل شد. پایایی<sup>۶</sup> ابزار پژوهش نیز به روش همسانی درونی بررسی شد و مقدار ضریب آلفای کرونباخ برای پرسشنامه رفتار مربی ۰/۷۹۶، برای خودکارآمدی ۰/۸۱۵ و برای منش ورزشی ۰/۸۲۲ بدست آمد که حاکی از ثبات درونی ابزار پژوهش بود.

برای تجزیه و تحلیل آماری یافته‌ها از آمار توصیفی (فراوانی، درصد) و آمار استنباطی (آزمون ضریب همبستگی پیرسون، رگرسیون خطی و تحلیل واریانس یک‌راهه) استفاده شد. برای انجام محاسبات آماری از نرم افزار اس.پی.اس.اس<sup>۷</sup> نسخه ۲۲

اجتماعی نسبت به حریفان در ورزشکاران همراه است. از سوی دیگر ادراک منش ورزشی از سوی هم‌تیمی‌ها با افزایش رفتارهای اجتماعی نسبت به رقیبان و همچنین هم‌تیمی‌ها همراه است (۴). ساری و بی‌زیت<sup>۱</sup> (۲۰۱۷) به بررسی رابطه میان رفتار ادراک شده مربی، انگیزش و خودکارآمدی در بین کشتی‌گیران پرداختند و دریافته‌اند آموزش ادراک شده و رفتار آموزشی همراه با رفتار حمایت اجتماعی ادراک شده، بر خودکارآمدی و انگیزش درونی تأثیر معناداری دارد (۲۳). تومانیس، بارکوکیس و گوکیاردی<sup>۲</sup> (۲۰۱۷) نیز طی پژوهشی دریافته‌اند رفتارهای کنترلی مربی پیش‌بینی کننده احساس ناامیدی در ورزشکاران است که آن نیز موجب کاهش عملکرد اخلاقی و تمایل به انجام دوپینگ در ورزشکاران می‌شود. به نظر می‌رسد جنسیت یا نوع ورزش نیز بر منش ورزشی تأثیرگذار است (۲۰). چنان‌که همتی‌نژاد و همکاران (۲۰۱۰) نیز دریافته‌اند که ورزشکاران رشته‌های انفرادی در مقیاسه با ورزشکاران رشته‌های تیمی، از نظر منش ورزشی در سطح بالاتری قرار دارند (۱۱). همچنین کاندو<sup>۳</sup> (۲۰۱۸) دریافت نمرات منش ورزشی در زنان بیش از مردان و در رشته والیبال بیش از فوتبال بوده است (۱۷).

یکی از رشته‌های ورزشی که در دو دوره اخیر بازی‌های آسیایی (۲۰۱۰ و ۲۰۱۴) بانوان ورزشکار ایرانی در آن موفق به کسب مدال شده‌اند، رشته کبده است. کبده یک ورزش اصیل ایرانی است که در آن به انعطاف‌پذیری، چابکی، استقامت، حضور ذهن و جرأت نیاز است. به دلیل ماهیت این رشته ورزشی که با تمرکز، سرعت عمل و برخوردهای فیزیکی همراه است، آمادگی روانی ورزشکاران می‌تواند بر عملکرد آن‌ها نقش تعیین کننده‌ای داشته باشد؛ با این حال پژوهش‌های کمی در رابطه با ورزش کبده و همچنین در خصوص تأثیر رفتار مربیان در حین رقابت‌های ورزشی بر ادراکات و رفتار ورزشکاران انجام شده است. لذا این پژوهش در پی پاسخ‌گویی به این سوال است که آیا رفتار مربیان در حین رقابت‌های ورزشی بر احساس خودکارآمدی و منش ورزشی ورزشکاران زن رشته کبده تأثیر گذار است؟

## روش تحقیق

پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی و از نظر نحوه گردآوری داده‌ها توصیفی-پیمایشی بود که به روش میدانی انجام شد.

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه بازیکنان حاضر در دور

استفاده شد.

### یافته های تحقیق

۴۷/۳٪ از شرکت کنندگان در این پژوهش، دارای سنی کمتر از ۲۰ سال، ۲۹/۱٪ دارای سنی بین ۲۱ تا ۲۵ سال و ۲۰٪ نیز بین ۲۶ تا ۳۰ سال سن داشتند. همچنین ۲۶/۴٪ پاسخ دهندگان دارای مدرک تحصیلی دیپلم، ۲۲/۷٪ دارای مدرک کاردانی، ۲۸/۲٪ دارای مدرک کارشناسی و ۱۲/۷٪ نیز دارای مدرک کارشناسی ارشد بودند. در بررسی سابقه ورزشی مشخص شد، ۵۷/۳٪ دارای سابقه ورزشی یک تا پنج سال، ۳۰/۹٪ دارای سابقه ورزشی ۶ تا ۱۰ سال و ۹/۱٪ دارای سابقه ورزشی ۱۱ تا ۱۵ سال بودند. در بررسی سابقه فعالیت در لیگ کبدی نیز مشخص شد، ۲۶/۴٪ دارای یک سال سابقه، ۳۰٪ دارای دو سال سابقه و ۸/۲٪ دارای سه سال سابقه، ۸/۲٪ دارای چهار سال سابقه و ۲۷/۳٪ نیز دارای سابقه پنج سال و بیشتر بودند.

برای بررسی وضعیت توزیع داده‌ها از آزمون کولموگروف اسمیرنوف استفاده شد. با توجه به اینکه مقدار سطح معناداری بدست آمده برای همه متغیرها از ۰/۰۵ بزرگتر بود، لذا نرمال بودن توزیع داده‌ها تأیید شد و برای تحلیل داده‌ها از آزمون‌های پارامتریک استفاده شد.

برای بررسی ارتباط میان رفتار مربیان با خودکارآمدی و منش ورزشی از آزمون ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. با توجه به نتایج جدول شماره ۱، رفتار مثبت مربیان با خودکارآمدی، منش ورزشی، احترام به عرف، احترام به حریف و عدم رویکرد منفی رابطه مثبت و معناداری دارد. رفتار منفی مربیان نیز با خودکارآمدی، منش ورزشی، احترام به قوانین، تعهد به ورزش و عدم رویکرد منفی رابطه معنادار و منفی دارد. خودکارآمدی نیز با احترام به قوانین و تعهد به ورزش و عدم رویکرد منفی رابطه مثبت و معنادار دارد.

جدول ۱. همبستگی بین متغیرهای رفتار مربیان و خودکارآمدی ورزشی

خودکارآمدی	منش ورزشی	احترام به عرف اجتماعی	احترام به قوانین	تعهد به ورزش	احترام به حریف	عدم رویکرد منفی
رفتار مثبت مربیان	$r = 0/239$ sig.=0/02	$r = 0/222$ sig.=0/001	$r = 0/164$ sig.=0/086	$r = 0/122$ sig.=0/169	$r = 0/340$ sig.=0/001	$r = 0/242$ sig.=0/011
رفتار منفی مربیان	$r = -0/273$ sig.=0/004	$r = 0/006$ sig.=0/953	$r = -0/223$ sig.=0/019	$r = -0/327$ sig.=0/001	$r = 0/131$ sig.=0/174	$r = -0/443$ sig.=0/001
خودکارآمدی	-	$r = 0/112$ sig.=0/245	$r = 0/313$ sig.=0/001	$r = 0/485$ sig.=0/001	$r = 0/021$ sig.=0/826	$r = 0/383$ sig.=0/001

در جدول شماره ۲، تأثیر رفتار مثبت و منفی مربیان بر خودکارآمدی و منش ورزشی با استفاده از آزمون رگرسیون خطی بررسی شده است. همانطور که دیده می‌شود رفتار منفی مربیان بر خودکارآمدی و منش ورزشی ورزشکاران تأثیر معنادار و منفی دارد؛ به عبارت دیگر رفتار منفی مربیان موجب کاهش خودکارآمدی و منش ورزشی ورزشکاران می‌شود. همچنین رفتار

مثبت مربیان بر خودکارآمدی و منش ورزشی تأثیر مثبت و معناداری دارد؛ به عبارت دیگر رفتار مثبت مربیان موجب افزایش خودکارآمدی و منش ورزشی در ورزشکاران می‌شود. از سوی دیگر خودکارآمدی ورزشکاران تأثیر مثبت و معناداری بر منش ورزشی آنان دارد.

جدول ۲: ضرایب رگرسیون بین رفتار مربی و خودکارآمدی و منش ورزشی

متغیر پیش	متغیر ملاک	$R^2$ تعدیل	B	$\beta$	t	Sig.
رفتار منفی	منش	0/066	-0/362	-0/273	-4/238	0/004
رفتار منفی	خودکارآمدی	0/389	-0/477	-0/628	-7/463	0/001
رفتار مثبت	خودکارآمدی	0/162	0/369	0/412	5/08	0/001
رفتار مثبت	منش	0/048	0/332	0/239	3/920	0/012
خودکارآمدی	منش	0/172	0/741	0/424	5/165	0/001

در جدول شماره ۳، تأثیر رفتار مثبت و منفی مربیان بر ابعاد منش ورزشی و همچنین تأثیر خودکارآمدی بر سه بعد منش

ورزشی بررسی شده است. با توجه به اینکه پیش فرض انجام آزمون رگرسیون، وجود همبستگی است، لذا تحلیل رگرسیونی

فقط برای مولفه‌هایی انجام شد که همبستگی آن‌ها معنادار شده است.

جدول ۳. ضرایب رگرسیون بین رفتار مربی، خودکارآمدی و ابعاد منش ورزشی

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	$R^2$	تعدیل $R^2$	$\beta$	t	Sig.
رفتار مثبت مربی	احترام به‌عرف	۰/۱۰۴	۰/۰۹۵	-۰/۳۲۲	۳/۵۳۳	۰/۰۰۱
	احترام به حریف	۰/۱۰۶	۰/۱۰۷	-۰/۳۴۰	۳/۷۵۵	۰/۰۰۱
	عدم رویکرد منفی	۰/۰۵۹	۰/۰۵۰	-۰/۲۴۲	۲/۴۱۷	۰/۰۱۱
رفتار منفی مربی	احترام به قوانین	۰/۰۵۰	۰/۰۴۱	-۰/۲۲۳	-۲/۳۸۲	۰/۰۱۹
	تعهد به ورزش	۰/۱۰۷	۰/۰۹۸	-۰/۳۲۷	-۳/۵۹۰	۰/۰۰۱
خودکارآمدی	عدم رویکرد منفی	۰/۱۹۶	۰/۱۸۸	-۰/۴۴۳	-۶/۲۳۱	۰/۰۰۱
	احترام به قوانین	۰/۰۳۸	۰/۰۲۹	-۰/۱۹۵	۲/۰۶۵	۰/۰۴۱
	تعهد به ورزش	۰/۱۳۹	۰/۱۳۱	-۰/۳۷۳	۴/۱۷۸	۰/۰۰۱
	عدم رویکرد منفی	۰/۱۴۷	۰/۱۳۹	-۰/۳۸۳	۶/۴۹۲	۰/۰۰۱

برای بررسی تأثیر سن بر منش ورزشی و خودکارآمدی از آزمون تحلیل واریانس یک‌راهه (آنوا) استفاده شد. با توجه به نتایج شماره ۴، سن بر منش ورزشی و خودکارآمدی تأثیر معناداری دارد.

جدول ۴. تأثیر سن بر منش ورزشی و خودکارآمدی

منش ورزشی	مجذور مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	مقدار-F	مقدار-P
بین گروهی	۱۱۳۱/۹۰	۴	۲۸۲/۹۷	۲/۶۲۶	۰/۰۳۹
درون گروهی	۱۱۳۱۳/۹۵	۱۰۵	۱۰۷/۷۵۲		
جمع	۱۲۴۴۵/۸۵۵	۱۰۹			
خودکارآمدی	مجذور مربعات	درجه آزادی	میانگین	مقدار-F	مقدار-P
بین گروهی	۲۹۴/۸۴۳	۴	۷۳/۷۱	۲/۶۴۵	۰/۰۳۸
درون گروهی	۲۹۲۶/۱۱	۱۰۵	۲۷/۸۶		
جمع	۳۲۲۰/۹۵	۱۰۹			

ورزشکاران ۳۱ تا ۳۵ سال بصورت معناداری از دو گروه زیر ۲۰ سال و ۲۱ تا ۲۵ سال بیشتر است ( $P < ۰/۰۵$ ). برای بررسی تأثیر سابقه ورزشی بر منش ورزشی و خودکارآمدی نیز از آزمون تحلیل واریانس یک‌راهه (آنوا) استفاده شد. با توجه به نتایج شماره ۵، سابقه ورزشی بر منش ورزشی و خودکارآمدی تأثیر معناداری دارد.

برای مقایسه بین گروه‌های سنی از آزمون تعقیبی ال‌اس‌دی<sup>۱</sup> استفاده شد. مقایسه بین گروه‌ها نشان داد، میانگین منش ورزشی ورزشکاران ۲۶ تا ۳۰ سال در مقایسه با افراد زیر ۲۰ سال بصورت معناداری بیشتر است ( $P < ۰/۰۵$ ). مقایسه خودکارآمدی بین گروه‌های مختلف سنی نیز نشان داد میانگین خودکارآمدی

جدول ۵. تأثیر سابقه ورزشی بر منش ورزشی و خودکارآمدی

منش	مجذور	درجه	میانگین	مقدار-F	مقدار-P
-----	-------	------	---------	---------	---------

## تأثیر رفتار مربیان بر خودکارآمدی و منش ورزشی ورزشکاران زن رشته کبدی

بین گروهی	۱۳۶۳/۸۷	۳	۴۵۴/۶۲	۴/۳۴	۰/۰۰۶
درون گروهی	۱۱۰۸۱/۹۸	۱۰۶	۱۰۴/۵۴		
جمع	۵۸۰/۲۹	۱۰۹			
خودکارآمدی	مجذور مربعات	درجه	میانگین	مقدار-F	مقدار-P
بین گروهی	۵۸۰/۲۹	۳	۱۹۳/۴۳	۷/۶۵	۰/۰۰۱
درون گروهی	۲۶۴۰/۶۵	۱۰۶	۲۴/۹۱		
جمع	۳۲۲۰/۹۵	۱۰۹			

ویلیامز (۱۹۹۲) رفتارهای مثبت مربیان را شامل رفتارهایی می-داند که ضمن انتقال آرامش و اعتماد به نفس به ورزشکار، مربی خواسته‌ها و انتظارات خود را بطور شفاف و روشن به ورزشکاران منتقل کند، از جمله بیان انتقادات به شکلی سازنده، افزایش اعتماد به نفس بازیکنان بین دو نیمه، داشتن کلامی تسکین دهنده و آرامش‌بخش، خونسردی و آرامش ظاهری، تأکید بر آنچه که باید انجام شود نه آنچه که انجام شده است و کنترل احساسات از سوی مربی (۱۵). نورمپیا و همکاران (۲۰۱۷) نیز طی پژوهشی دریافتند استفاده از سبک‌های رهبری حمایت اجتماعی از سوی مربیان میزان خودکارآمدی والیبالیست‌ها را ارتقاء خواهد داد (۲۱). فلتز و لیرگ (۲۰۰۱) معتقدند وضعیت روانی ورزشکار می‌تواند در شکل‌دهی به احساس خودکارآمدی تأثیرگذار باشد. تأثیرات مثبتی از قبیل شادی، نشاط و اطمینان خاطر می‌تواند موجب افزایش احساس خودکارآمدی در ورزشکار شوند. بعلاوه در ارتباط با ورزشکاران نخبه، تشویق مثبت در مقابل گفتار منفی، مدل‌سازی، القاء اعتماد به ورزشکاران، استفاده از آموزش و تمریناتی جهت اطمینان از بهبود عملکرد و استفاده از عبارات پاداش‌دهنده موثرترین راه‌ها برای افزایش خودکارآمدی هستند. تکنیک‌های تشویقی (متقاعدسازی) ورزشکاران عبارتند از تشویق کلامی، ارائه بازخورد، گفتگوی با خود، تصویرسازی مثبت و ... (۸). میزان تأثیرگذاری این روش‌ها به پرستیژ، اعتبار، تخصص و قابل اعتماد بودن فرد تشویق کننده بستگی دارد و مربیان معمولاً منبع قابل اطمینان و موثقی برای ورزشکاران هستند. بعلاوه مربیان خبره فعالیت‌هایی را برای ورزشکاران طراحی می‌کنند که در آن‌ها موفق شوند و از قرار گرفتن ورزشکاران در موقعیت‌هایی که احتمالاً بطور متناوب شکست می‌خورند، اجتناب می‌ورزند (۲).

یافته‌های این پژوهش همچنین نشان داد رفتار منفی مربیان در حین رقابت بر احساس خودکارآمدی ورزشکاران زن تأثیر معنادار و منفی دارد یا به عبارت دیگر موجب کاهش احساس

برای مقایسه بین گروه‌های با سابقه ورزشی مختلف از آزمون تعقیبی ال‌اس‌دی استفاده شد. مقایسه بین گروه‌های مختلف نشان داد میانگین منش ورزشی ورزشکاران با سابقه بالای ۱۵ سال، بصورت معناداری از سه گروه ۱۱ تا ۱۵ سال، ۶ تا ۱۰ سال و ۱ تا ۵ سال بیشتر است ( $P < ۰/۰۵$ ). همچنین میانگین منش ورزشی ۶ تا ۱۰ سال نیز بصورت معناداری از ۱ تا ۵ سال بیشتر است ( $P < ۰/۰۵$ ). مقایسه خودکارآمدی بین گروه‌های مختلف نشان داد، میانگین افراد با سابقه بالای ۱۵ سال بصورت معناداری از گروه‌های ۶ تا ۱۰ سال سابقه و ۱ تا ۵ سال سابقه بیشتر است، میانگین ۱۱ تا ۱۵ سال نیز بصورت معناداری از ۱ تا ۵ سال بیشتر است ( $P < ۰/۰۵$ ).

## بحث و نتیجه‌گیری

ارتباط بین مربی و ورزشکار، پدیده بسیار پیچیده‌ای است که متأثر از متغیرهای بسیاری است، با این حال، این ارتباط می‌تواند روی توسعه ورزشکاران و موقعیت حرفه‌ای آنان تأثیرگذار باشد. نگرش ورزشکاران و مربیان شبیه یک خیابان دوطرفه است و آنچه را که ورزشکاران از رفتار مربیان ادراک می‌کنند، روی همه آنچه از ورزش به دست می‌آورد تأثیرگذار است. بنابراین چگونگی تجربیات ورزشکاران یا ارزیابی‌های آن‌ها از مربیان و رفتار آن‌ها اهمیت دارد (۲۷).

هدف این پژوهش بررسی تأثیر رفتار مربیان بر خودکارآمدی و منش ورزشی ورزشکاران زن شرکت کننده در مسابقات لیگ برتر کبدی بود. یافته‌های این پژوهش نشان داد رفتار مثبت مربی در حین رقابت بر احساس خودکارآمدی ورزشکاران زن تأثیر معناداری دارد. با توجه به مقدار مجذور R تعدیل شده، رفتارهای مثبت مربیان حدود ۴۱٪ از تغییرات خودکارآمدی ورزشکاران را پیش‌بینی می‌کند. این نتیجه با یافته‌های نورمپیا و همکاران (۲۰۱۷)، چپری و همکاران (۲۰۱۸)، هویگارد و همکاران (۲۰۱۵) و ساری و بیزیت (۲۰۱۷) همسو است (۲۱، ۵، ۱۲، ۲۳). کنو و

کمی در این باره انجام شده و نمی‌توان با قاطعیت درباره همه عوامل شکل‌دهنده منش ورزشی در ورزشکاران صحبت کرد، اما با توجه به نتیجه این پژوهش، رفتار مربیان می‌تواند در توسعه رفتارهایی که از آن به عنوان منش ورزشی یاد می‌شود تاثیرگذار باشد.

رفتارهای مثبت مربیان علاوه بر تأثیر بر منش ورزشی، بر سه بعد احترام به حریف، احترام به عرف و عدم رویکرد منفی نیز تأثیر مثبت و معناداری داشت. منظور از احترام به حریف مواردی از قبیل کمک به حریف آسیب دیده، گفتگو با داور در مواردی که داور به اشتباه امتیازی به ورزشکار داده باشد یا امتیازی را به اشتباه از حریف کسر کرده باشد و قرض دادن وسایل اضافی خود به حریف برای انجام رقابت است. احترام به عرف یا قراردادهای اجتماعی می‌تواند شامل مواردی چون دست دادن به حریف و تبریک به او به خاطر عملکرد خوبش پس از پایان مسابقه و یا دست دادن با مربیان حریف و داور باشد (۲۶). بالتر و کیپ (۲۰۱۶) با مروری بر پژوهش‌های پیشین دریافتند مربیانی که بر تلاش، یادگیری و بحث‌های اخلاقی تأکید می‌کنند می‌توانند رفتارهای ورزشی خوب را در میان ورزشکاران توسعه دهند (۴). بالتر و ویس (۲۰۱۳) نیز دریافتند مربیان با انجام شش رفتار می‌توانند بر منش ورزشی ورزشکاران خود تاثیرگذار باشند: (۱) انتظارات خود از منش ورزشی خوب را مشخص کنند، (۲) منش ورزشی خوب را تشویق کنند، (۳) منش ورزشی خوب را آموزش دهند، (۴) مربیان خود مدل‌های خوبی از منش ورزشی باشند، (۵) منش ورزشی ضعیف را تنبیه کنند و (۶) مشخص کنند منش ورزشی برای آن‌ها اولویت دارد یا برد در مسابقه (۳).

یکی دیگر از یافته‌های این پژوهش، تأثیر مثبت و معنادار رفتارهای منفی مربیان بر منش ورزشی بود. نتایج این پژوهش نشان داد، رفتارهای منفی مربیان می‌تواند ۲۷٪ از تغییرات منش ورزشی را تبیین کند. بارکوکیس و گوکیاردی (۲۰۱۷) نیز طی پژوهشی دریافتند رفتارهای کنترلی مربی پیش‌بینی کننده احساس ناامیدی در ورزشکاران است که آن نیز موجب کاهش عملکرد اخلاقی و تمایل به انجام دوپینگ در ورزشکاران می‌شود (۲۰). با توجه به نتیجه این پژوهش می‌توان گفت استرس، اضطراب، عصبانیت، رفتارهای حاشیه‌ای مثل اعتراض‌های متوالی به داور، فریادها و توهین‌های مربیان در حاشیه زمین مسابقه بر رفتار جوانمردانه ورزشکاران در زمین مسابقه تاثیرگذار است. مربی با رفتارهای خود می‌تواند شرایط مسابقه ورزشی را به سمتی سوق دهد که ورزشکار از مسابقه و عملکرد خود لذت برده و نهایت تلاش خود را در جهت بهبود عملکرد خویش و

خودکارآمدی در ورزشکاران می‌شود. با توجه به مقدار مجذور R تعدیل شده سهم رفتار منفی مربیان در کاهش خودکارآمدی ورزشکاران ۶۲٪ است که تقریباً یک و نیم برابر بیشتر از تأثیر رفتارهای مثبت مربیان در افزایش خودکارآمدی (۴۱٪) است. به بیان دیگر نقش مخرب رفتارهای منفی بسیار بیشتر از نقش سازنده رفتارهای مثبت و حمایتی از سوی مربیان است. هویگارد و همکاران (۲۰۱۵) نیز دریافتند سطوح بالاتر رفتارهای منفی مربی، سطوح پایین‌تری از خودکارآمدی جمعی را پیش‌بینی می‌کند (۱۲). چپری، یوسفی و زردتشتیان (۲۰۱۸) نیز دریافتند رفتار مربیگری واکنشی منفی، تأثیر منفی و معناداری بر خودکارآمدی دارد (۵) که با نتیجه این پژوهش همسو است. نورمهیا و همکاران (۲۰۱۷) نیز اظهار می‌کنند اگر تعامل بین مربیان و بازیکنان مثبت نباشد امکان دارد ورزشکاران احساسات ناخوشایندی را تجربه کنند و تجربیات منفی در ورزش می‌تواند با عملکرد ضعیف بازیکنان، عملکرد ضعیف تیم و کناره‌گیری بازیکنان از تیم مرتبط باشد (۲۱). از آنجایی که خودکارآمدی در افزایش انگیزش، انتخاب اهداف چالشی‌تر، تلاش بیشتر و عملکرد بهتر نقش دارد (۲) شناخت و آگاهی مربیان از این رفتارهای منفی اهمیت دارد. کنو و ویلیامز (۱۹۹۲) رفتارهای منفی مربیان را شامل رفتارهایی می‌دانند که موجب می‌شود ورزشکار در حین رقابت احساس تنش و فشار مضاعف داشته باشد. از جمله احساساتی شدن بیش از حد مربی و نمایش این احساسات در کنار زمین مسابقه، انجام رفتارهای حاشیه‌ای، ابراز عصبانیت و نمایش استرس در کنار زمین مسابقه (۱۵).

یکی دیگر از یافته‌های این پژوهش، تأثیر مثبت و معنادار رفتارهای مثبت و یا حمایتی مربیان بر منش ورزشی بود. با توجه به مقدار مجذور R تعدیل شده، رفتار مثبت مربیان تقریباً می‌تواند ۲۳٪ تغییرات منش ورزشی را تبیین کند. در این رابطه بالتر و کیپ (۲۰۱۶) نیز دریافتند ادارک ورزشکاران از منش ورزشی در رفتارهای مربی با افزایش رفتارهای اجتماعی و کاهش رفتارهای ضداجتماعی نسبت به حریفان همراه است (۴). بعلاوه ورزشکاران اغلب نگرش‌ها و رفتارهای غیر ورزشی را زمانی نشان داده‌اند که احساس کرده‌اند مربیانشان چنین رفتارهایی را تأیید می‌کنند، که با نتیجه این پژوهش همسو است. با توجه به نتیجه این پژوهش می‌توان گفت حفظ متانت و آرامش ظاهری از سوی مربی، کلام و صدای اطمینان بخش و تأکید مربی بر برنامه‌های تاکتیکی و آنچه که از بازیکنان انتظار دارد به جای توهین و یا انتقاد از بازیکنان می‌تواند ورزشکار را به سوی یک رقابت منصفانه سوق دهد. بدیهی است حفظ آرامش از سوی مربیان در رقابت‌ها کار آسانی نبوده و نیاز به تمرین و تجربه دارد. هرچند پژوهش‌های



موفقیت تیم بکارگیرد. از سوی دیگر مربی با رفتارهای خود می-تواند شرایط مسابقه را به سمتی سوق دهد که ورزشکار فقط به فکر کسب امتیاز و پیروزی در مسابقه به هر طریقی باشد. چنین ورزشکاری نه تنها تمرکز خود بر مسابقه را از دست می‌دهد، بلکه همانطور که نتایج این پژوهش نیز نشان داد تمایل به انجام رفتارهای اخلاقی در وی کاهش می‌یابد و احتمالاً به سمت رفتارهای خشن و یا غیراخلاقی مثل دوپینگ گرایش می‌یابد.

رفتار منفی مربیان علاوه بر تأثیر معکوس بر منش ورزشی بر سه بعد احترام به قوانین، تعهد به ورزش و عدم رویکرد منفی نیز تأثیر معنادار و منفی داشت. به عبارت دیگر با افزایش رفتارهای منفی در مربیان، احترام به قوانین و مقررات ورزشی از سوی ورزشکاران کاهش می‌یابد، تعهد فرد برای حضور منظم در جلسات تمرین و همچنین انجام رقابت با تمام وجود کاهش می‌یابد و همچنین رویکرد منفی نسبت به منش ورزشی در ورزشکار افزایش می‌یابد که به معنای رسیدن به پیروزی به هر قیمتی است و در نتیجه ورزشکار تلاش می‌کند برای برنده شدن قوانین را زیر پا بگذارد و از رفتار خسونت‌آمیز استفاده کند (۲۲) که اتفاقاً در میان این سه عامل بیشترین سهم نسبی از رفتار منفی مربیان متعلق به رویکرد منفی ورزشکار است. ارتباط بین بازیکن و مربی می‌تواند بر اساس ارزش‌گذاری متقابل، تعهد، همکاری، وابستگی، اعتماد، تعصب و احترام به یکدیگر توسعه داده شود. رابطه بین بازیکن و مربی یک فرآیند پویا و گاهی مواقع پیچیده است. با این حال به طور کلی مربی و بازیکن از یکدیگر انتظار داشته و تحقق نیازهای خود را توسط یکدیگر برآورده می‌سازند. در گذشته مربیان، تنها به افزایش مهارت‌های جسمانی، فنی و تاکتیکی در بازیکنان جوان خود بسنده می‌کردند، اما اکنون مربی نه تنها از لحاظ جسمی بلکه توسعه مهارت‌های روانی را هم بر عهده دارد و به عنوان یک ناظر، دوست و حامی به بازیکن نزدیک می‌شود. اکنون مربیان دریافته‌اند که رشد بازیکن جوان از طریق همدلی، صداقت، حمایت و پذیرش انجام می‌شود. در مقابل بعضی عناصر متضاد بین بازیکن و مربی می‌تواند منجر به نزاع و جنگ شود. طنز طعنه‌آمیز، انتقاد غیرمنصفانه، تضعیف اعتماد به نفس، نزدیک شدن بیش از حد به بازیکن، یک رابطه بی‌اثر و یا ناکارآمد و بعضاً مخرب را در پی خواهد داشت. فریب، عدم علاقه، عدم تعهد، رفتارهای خشن و سواستفاده از بازیکن، اثرات تخریب‌کننده‌ای بر روان بازیکنان جوان دارند. اجرای مسائل اخلاقی و درک اینکه مربی تا چه حد باید به بازیکن نزدیک و نقش حمایتی داشته باشد، از مسائل مهم در امر مربیگری به شمار می‌رود (۱۸).

یکی دیگر از یافته‌های این پژوهش که در پژوهش‌های پیشین کمتر به آن پرداخته شده، تأثیر مثبت و معنادار خودکارآمدی بر

منش ورزشی بود. احساس خودکارآمدی بر سه بعد از منش ورزشی نیز تأثیری مثبت و معنادار داشت که عبارتند از احترام به قوانین، تعهد به ورزش و عدم رویکرد منفی به منش ورزشی. بندورا تجربیات اصلی را مهمترین منبع خودکارآمدی می‌داند. ورزشکاران طی تمرین و مسابقه تجربیاتی را بدست می‌آورند که احتمالاً بازخوردهای مربیان در تفسیر این تجربیات تأثیرگذار است. لذا مربیان با رفتارهای مثبت و منفی یا تشویق‌های کلامی و غیرکلامی خود می‌توانند در شکل‌گیری ادراک خودکارآمدی یک ورزشکار نقش تعیین‌کننده‌ای داشته باشند (۲۴). از سوی دیگر ادراک منش ورزشی در رفتارهای مربی با افزایش رفتارهای اجتماعی و کاهش رفتارهای ضداجتماعی ورزشکاران نسبت به حرفان همراه است. بعلاوه ورزشکاران اغلب نگرش‌ها و رفتارهای غیرورزشی را زمانی نشان داده‌اند که احساس کرده‌اند مربیانشان چنین رفتارهایی را تأیید می‌کنند (۴). لذا با توجه به نتایج این پژوهش می‌توان گفت رفتار مربیان بر خودکارآمدی ورزشکاران تأثیرگذار است و خودکارآمدی هم بر منش ورزشی تأثیرگذار است.

مقایسه منش ورزشی و خودکارآمدی بین گروه‌های مختلف سنی نیز نشان دارد، با افزایش سن ورزشکاران میانگین منش ورزشی و خودکارآمدی در آنان افزایش می‌یابد. مقایسه منش ورزشی و خودکارآمدی بین گروه‌های با سابقه ورزشی مختلف نشان داد، با افزایش سابقه ورزشی ورزشکاران میانگین منش ورزشی و خودکارآمدی در آنان افزایش می‌یابد. همچنین کاندو (۲۰۱۸) نیز دریافت با افزایش سن، منش ورزشی ورزشکاران افزایش می‌یابد (۱۷). به نظر می‌رسد با افزایش سن و سابقه فعالیت ورزشی در ورزشکاران رشته کبدم، تجربیات ورزشکاران افزایش می‌یابد و به دنبال آن احساس خودکارآمدی و منش ورزشی در آنان افزایش می‌یابد. با این حال قضاوت در این باره به پژوهش‌های بیشتری نیاز دارد.

با توجه به پیشرفت‌هایی که طی سال‌های اخیر در رشته‌های مختلف ورزشی رخ داده، معمولاً ورزشکاران تیم‌های مختلف از نظر آمادگی جسمانی و سطح فنی رقابت نزدیک و تنگاتنگی با هم دارند. اما آنچه که موجب درخشش عملکرد یک گروه از ورزشکاران در زمان مسابقه می‌شود، صرف نظر از توان جسمانی، آمادگی روانی آن‌ها است. با توجه به نتایج این پژوهش، مربیان با رفتارهای مثبت و حمایتی خود می‌توانند هم به افزایش احساس خودکارآمدی در ورزشکاران کمک کنند و هم به پرورش ورزشکارانی با اخلاق و دارای منش ورزشی. بنابراین لازم است مربیان ورزشی با رفتارهایی که از دیدگاه ورزشکاران، رفتارهای مثبت و یا منفی تلقی می‌شوند، آشنا شده و از تأثیر رفتار خود بر

عملکرد ورزشکاران مطلع شوند و همانطور که ورزشکاران را برای مسابقات آماده می‌کنند خود نیز با آمادگی در رقابت‌ها حاضر شوند.

#### منابع

1. Bandura, A. Health promotion by social cognitive means. *Health education & behavior*, 2004, 31(2), 64-143.
2. Bandura, A. *The exercise of control*. New York, NY, US: W H Freeman/Times Books/ Henry Holt & Co, 1997.
3. Bolter, N. D., & Weiss, M. R. Coaching behaviors and adolescent athletes' sportspersonship outcomes: Further validation of the sportspersonship coaching behaviors scale (SCBS). *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 2013, 2, 32-47.
4. Bolter, N., & Kipp, L. Sportspersonship coaching behaviours, relatedness need satisfaction, and early adolescent athletes' prosocial and antisocial behaviour, *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2016, (In press). DOI: 10.1080/1612197X.2016.1142461.
5. Chapari, L., Yoosefi, B., & Zardtoshtian, S. The effect of coaching behavior on self-Efficacy and team performance in Iranian women football Pro League, *Journal of sport management*, (In press). 2018. DOI: 10.22059/jsm.2018.64403. [Persian].
6. Dana, A., Hamzeh Sabzi, A., and Gozalzadeh, A. The Structural Relationships of Coaching Efficacy, Players' Self-Efficacy, and Collective Efficacy in Female Professional Basketball Teams. *Journal of Sport Psychology Studies*, 2017, 18, 111-128. [Persian].
7. Feezel, R. M. Sport sports personship. *Journal of The Philosophy of Sport*, 1986, 13, 1-13.
8. Feltz, D., Lirgg, C., Self-efficacy beliefs of athletes, teams, and coaches, *Handbook of Sport Psychology*, 2nd ed. (pp. 340-361). New York: John Wiley & Sons. 2001.
9. Gearity, B., Murray, MA. Athletes' experiences of psychological effects of poor coaching. *Psychology of Sport and Exercise*, 2011. 12, 213-221. DOI:10.1016/j.psychsport.2010.11.004.
10. Hays, K., Maynard, I., Thomas, O., & Bawden, M. Sources and types of confidence identified by world class sport performers. *Journal of applied sport psychology*, 2007, 19(4), 434-456. DOI:10.1080/10413200701599173.
11. Hematinejad, M., Ramazani, R., Tabatabayee, H., Shahintabe, M., & Behroozabedini, A. Elite athletes Sportspersonship in team and individual sports, *Olympic journal*, 2010, 52(4), 29-39. [Persian].
12. Hoigaard, R., Cuyper, B., Fransen, K., Boen, F., & Peters, D. Perceived coach behavior in training and competition predicts collective efficacy in female elite handball players, *International journal of sport psychology*, 2015, 46(6):321-336. DOI: 10.7352/IJSP 2015.46.321.
13. Jackson, B., Knapp, P., & Beauchamp, M. R. The coach-athlete relationship: A tripartite efficacy perspective. *The Sport Psychologist*, 2009, 23, 203-232.
14. Joesaar, H, Hein, V., Hager, M. Youth athlete's perception of autonomy support from the coach, peer motivational climate and intrinsic motivation in sport setting: One-year effects. *Psychology of sport and exercise*, 2012, 13(3), 257-262.
15. Kenow, L.J., & Williams, J.M. Relationship between anxiety, self-confidence, and the evaluation of coaching behaviors. *The Sport Psychologist*, 1992, 6, 344-357.
16. Kenow, L.J., & Williams, J.M. Coach-athlete compatibility and athlete's perception and evaluative reactions to coaching behaviors. *Journal of Sport Behavior*, 1999, 22, 251-259.
17. Kundu, S. Sportspersonship in the university football and volleyball players of Haryana state, *International journal of physical education and sports*, 2018, 3(2), 56-60.
18. Lavoi, N. M. Expanding the interpersonal dimension: closeness in the coach-athlete relationship. *International journal of sports science & coaching*, 2007, 4(2), 497-512. DOI:10.1260/174795407783359696.
19. Murray, MA. Self-Efficacy in Sport: Research and Strategies for Working with Athletes, Teams, and Coaches, *The Sport Psychologist*, 2008, 22(2), 244-245. DOI:abs/10.1123/tsp.22.2.244.

20. Ntoumanis, N., Barkoukis, V., & Gucciardi, D. Linking coach interpersonal style with athlete doping intentions and doping use: a prospective study, *journal of sport & exercise psychology*, 2017, 39(3).188-198. DOI:10.1123/jsep.2016-0243.
21. Nour Mahya, M., Jalali Farahani, M., Alidoust Ghahfarokhi, E., & Ebrahimnezhad Salami, J. The relationship between coaches leadership style and self-efficacy volleyball players in the Premier League Hormozgan, *Organizational behavior management in sport studies*, 2017, 15(4), 11-20. [Persian].
22. Razaghi, E., Mehrabi, Q., Honari, H. Reliability and validity of persian version of sportspersonship orientations questionnaires, *Sport psychology studies*, 2014, 9, 81-92. [Persian].
23. Sari, I., Bayazit, B. The Relationship between perceived coaching behaviors, motivation and self-efficacy in wrestlers, *Journal of human kinetics*, 2017, 57, 239-251. DOI: 10.1515/hukin-2017-0065.
24. Saville, P., & Bray, S. Athletes' Perceptions of Coaching Behavior, Relation-Inferred Self-Efficacy (RISE), and Self-Efficacy in Youth Sport, *Journal of Applied Sport Psychology*, 2016, 28(1), 1-13. DOI: 10.1080/10413200.2015.1052890.
25. Smith, R.E., Smoll, F.L., & Barnett, N.P. Reduction of children's sport performance anxiety through social support and stress-reduction training for coaches. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 1995, 16, 125-142.
26. Vallerand, R. J., Brière, N. M., Blanchard, C., & Provencher, P. Development and validation of the multidimensional sportspersonship orientations scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 1997, 19(2), 197-206.
27. Veljkovic, A., Djurovic, D., Dimic, D., Mujanovic, R., Mar kovic, k. College athletes' perceptions of coaching behaviours: differences between individual and team sports, *Baltic journal of sport & health sciences*, 2016, 2(101), 61-65.
28. Williams, j., Jerome, G., Keno, L., Rogers, T., Sartain, T., & Darland, G. Factor Structure of the Coaching Behavior Questionnaire and Its Relationship to Athlete Variables, *The Sport Psychologist*, 2003, 17, 16-34. DOI: abs/10.1123/tsp.17.1.16