

انتظارات ورزشکاران نخبه از روانشناسی ورزش و موانع ورود روانشناسان ورزشی

به تیم‌های ورزشی در ایران

محمد خبیری^۱، امیرحسین معماری^۲، سید احمد قاضی عسگر^۳، توحید سیف برقی^۴، رامین کردی^۵، محمد اربابی^۶

۱- دانشیار، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تهران

۲- استادیار، مرکز تحقیقات پزشکی ورزشی دانشگاه علوم پزشکی تهران

۳- کارشناس تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تهران

۴- استادیار، گروه پزشکی ورزشی دانشگاه علوم پزشکی تهران

۵- دانشیار، مرکز تحقیقات پزشکی ورزشی دانشگاه علوم پزشکی تهران

۶- دانشیار، گروه روانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی تهران

تاریخ دریافت مقاله: ۹۱/۶/۱۰

تاریخ پذیرش مقاله: ۹۲/۷/۲۷

چکیده

هدف تحقیق: هدف از مطالعه حاضر بررسی انتظارات ورزشکاران از روانشناسی ورزش و همچنین بررسی موانع پیش روی روانشناسان برای ورود به تیم‌های ورزشی بود. **روش تحقیق:** بدین منظور ۳۶۵ نفر از ورزشکاران نخبه حاضر در تیم‌های ملی و لیگ برتر چهار رشته ورزشی چک لیست انتظارات و پرسش‌نامه موانع را تکمیل کردند. از آزمون‌های توصیفی جهت گزارش متغیرهای انتظارات و موانع استفاده شد. ارتباط انتظارات با متغیرهای کیفی از آزمون χ^2 و برای آزمون ارتباط بین موانع و متغیرهای زمینه‌ای کیفی از آزمون تحلیل واریانس استفاده گردید. **یافته‌ها:** نتایج نشان می‌دهد ۷۲/۲ درصد از ورزشکاران، مشاوره خصوصی را برای ملاقات با روانشناس ورزشی انتخاب کرده‌اند. همچنین ۳۳/۵ درصد تمایل جدی داشتند در مورد نگرانی‌های شخصی خود با روانشناس مشورت کنند و این مساله برای عملکرد ورزشی ۵۸/۹ درصد بود. بعلاوه مهمترین موانع ورود روانشناسان به تیم‌های ورزشی، به ترتیب کمبود دانش و تجربه ورزشی روانشناس، کمبود آگاهی ورزشکاران از روانشناسی و عدم شفافیت در خدمات روانشناسی ورزشی بود. **نتیجه‌گیری:** مطالعه اخیر نشان داد ورزشکاران نخبه به مشاوره خصوصی اعتماد بیشتری دارند و کمبود اطلاعات کافی در ورزشکاران و روانشناسان را مهمترین موانع توسعه روانشناسی در ورزش ایران می‌دانند.

واژه‌های کلیدی: روانشناسی ورزش، انتظارات، موانع و ورزشکاران نخبه

Athletes' expectations toward sport psychology consulting and barriers to sport psychologists in Iran

Abstract

Purpose: The aim of this study was to investigate athletes' expectations toward sport psychology in addition to barriers to sport psychologists practice. **Methods:** A total of 365 elite athletes attending different national teams and primer leagues were asked to complete expectations checklist and barriers questionnaire. Descriptive statistics were reported; furthermore association between expectations and independent variables analyzed by Qi-square and association between barriers and independent variables analyzed by analysis of variance. **Results:** The result showed that 72.2% of participants preferred the individual counseling rather than other kinds such as group counseling to deal with psychologists. Seeing a sport psychology consultant, 33.5% had serious interest to talk about personal concerns while 58.9% were interested in talking about performance concerns. Furthermore, the most important barriers against sport psychologists were lack of sports knowledge in psychologists and lack of knowledge of sport psychology in athletes followed by lack of clarity in psychological services. **Conclusion:** Current study indicated that athletes had a preference for individual counseling and they believed that inadequate information among athletes and psychologists were the major barriers to progress of sport psychology in Iran.

Key words: Sport psychology, expectations, barriers, elite athletes

✉ نویسنده مسئول: امیرحسین معماری

تهران، جلال آل احمد، روبروی بیمارستان شریعتی، پلاک ۷، مرکز تحقیقات پزشکی ورزشی، تلفن: ۸-۸۸۶۳۰۲۲۷، فاکس: ۸۸۰۰۳۵۳۹

E-Mail: amirmemari@farabi.tums.ac.ir

مقدمه

نتایج مطالعات نشان می‌دهد که حضور روانشناس ورزشی با تجربه در کنار تیم‌های ورزشی و کسب اعتماد مربیان و ورزشکاران می‌تواند از فشارهای روانی تیم کاسته و بر میزان موفقیت تیم‌ها در فصل مسابقات بیافزاید. اهمیت این موضوع به گونه‌ای است که می‌توان گفت آماده کردن ورزشکاران از نظر روانی مهمترین عامل موفقیت آنان در مسابقات به شمار می‌رود (۱، ۲). اسمیت بیان می‌کند درصد بسیار زیادی از ورزشکاران، بعد از یک فصل کار با روانشناس، نقش آن را در موفقیت خود بسیار مهم ارزیابی کرده‌اند و تنها ۲ درصد آنها کار با روانشناس ورزشی را غیرضروری دانستند (۳). هرچند برخی تحقیقات، تمرینات ذهنی و آمادگی روانی در سطح حرفه‌ای را از تمرینات بدنی مهم تر دانسته و آن را مهمترین عامل پیروزی در مسابقات بیان کرده‌اند، اما غالباً مربیان و ورزشکاران به طور منظم از خدمات روانشناسی ورزش استفاده نمی‌کنند (۴-۶). از همین روست که محققین اعتقاد دارند، بررسی نیازمندی‌ها و مشکلات بهره‌وری از روانشناسی ورزشی مانند کیفیت انتظارات ورزشکاران از روانشناس ورزشی یا موانع موجود بر سر راه روانشناسان ورزشی می‌تواند به بهبود کمی و کیفی استفاده ورزشکاران از روانشناسی ورزش منجر شود (۷-۹). نتایج مطالعات پیشین حاکی از آن است که آگاهی از انتظارات در روند مشاوره و نتایج حاصل از آن تاثیر می‌گذارد (۸، ۹). برقراری ارتباط سریع و موثر بین مشاور و ورزشکار، تا حدود زیادی به این وابسته است که مشاوران از انتظارات مراجعه‌کننده با خبر باشند. لذا کاهش نگرانی در مورد برقراری ارتباط با ورزشکاران باعث افزایش تمرکز در روند مشاوره و در نتیجه بهبود کیفیت مشاوره خواهد شد (۱۲). انتظارات و نگرش مراجعه‌کننده رویکرد کلی و اختصاصی وی را نیز تعیین می‌کند؛ زمان، مکان و شیوه مورد علاقه مشاوره از آن جمله خواهد بود. بعلاوه امکان دارد برخی افراد دارای انتظارات غیر معقول باشند، که این نوع انتظارات نیز می‌تواند در روند مشاوره تاثیرگذار باشد (۹، ۱۰).

تحقیقات نشان داده‌اند متغیرهایی مانند جنس، سن، نوع ورزش (گروهی یا انفرادی)، تجارب گذشته ارتباط با روانشناس ورزشی روی نگرش و انتظارات ورزشکاران برای پذیرش روانشناسان ورزشی تأثیر می‌گذارد (۸-۱۱). روبرت

و همکاران نشان دادند ورزشکاران برای بیان مسائل مربوط به عملکرد ورزشی خود نسبت به مسائل شخصی تمایل بیشتری از خود نشان می‌دهند (۵). همچنین نتایج نشان می‌دهند مردان، جوانان و ورزشکارانی که در ورزش‌های گروهی و تماسی فعالیت می‌کنند ترس بیشتری برای مشاوره با روانشناسی ورزش دارند (۱۱). این مطالعات انتظارات از روانشناسی ورزش در بین زنان و مردان را متفاوت می‌دانند. در روند مشاوره، زنان یک مشاور قابل اعتماد و خوش اخلاق را ترجیح می‌دهند در حالی که مردان تمایل دارند با یک مشاور نقاد و تحلیل‌گر مشورت کنند (۹-۱۱).

علاوه بر جنسیت، سن از دیگر عوامل جمعیت شناختی است که بر میزان ظرفیت پذیرش و همچنین تمایل برای درخواست کمک^۱ تاثیر می‌گذارد. مارتین نشان داد ترس از فاش شدن مسائل محرمانه، سوءظن به مفید بودن مشاوره و افزایش پریشانی در صورت مراجعه به مشاور باعث شده نوجوانان کمتر از بزرگسالان از خدمات روانشناسی استفاده کنند. ورزشکارانی که در ورزش‌های تماسی شرکت می‌کنند نسبت به ورزشکارانی که در فعالیت‌های غیرتماسی شرکت می‌کنند تمایل بیشتری برای استفاده از خدمات روانشناسی ورزش داشته‌اند (۱۰، ۱۱). سایر محققان بر این باورند، تجربه مثبت ملاقات با روانشناس، احتمال همکاری مراجعه‌کننده را در روند مشاوره افزایش می‌دهد (۱۲، ۱۳).

از سوی دیگر ارزیابی مشکلات موجود بر سر راه روانشناسان ورزشی، در جهت کاربردی شدن روانشناسی ورزش و به‌کارگیری هرچه بهتر دانش آموختگان و متخصصان این رشته موثر شمرده می‌شود (۷، ۱۴). تحقیقات، درک منفی از روانشناسی ورزش را از اساسی ترین موانع استفاده از خدمات روانشناسی ورزش دانسته‌اند (۷، ۹، ۱۴-۱۹). علاوه بر این مطالعات دیگری نشان دادند، فقدان دانش ورزشی روانشناس در یکی شدن روانشناسان با ورزشکاران و تیم تأثیر به‌سزایی می‌گذارد (۱۵، ۱۸، ۲۰). محدودیت‌های اجرایی همچون مشکلات مالی تیم‌ها برای استخدام روانشناس ورزشی و محدودیت زمانی ورزشکاران برای استفاده از خدمات روانشناسی ورزش نیز از دیگر موانع مهم به شمار می‌آید (۹، ۱۴، ۱۹، ۲۱، ۲۲). تحقیقات، عدم

¹ Openness

شرکت کردند. مشخصات ورزشکاران شرکت‌کننده در پژوهش به تفکیک جنس، سن، تجربه قبلی ملاقات با روانشناس ورزشی، نوع ورزش و سطح بازی در جدول ۱ آمده است.

جدول ۱. مشخصات جمعیت‌شناختی و عمومی شرکت‌کنندگان

۲۲۰	مرد	جنس
۱۴۱	زن	
۱۲۰	۲۰<	سن (سال)
۱۱۲	۲۵-۲۰	
۱۱۳	۲۵>	تجربه بازی (سال)
۵۸	۵>	
۱۶۸	۱۰-۵	
۹۱	۱۵-۱۰	
۳۴	۱۵<	تجربه قبلی ملاقات با روانشناس
۱۵۵	خیر	
۲۱۰	بله	نوع ورزش
۲۵۹	تماسی	
۹۹	غیرتماسی	نوع ورزش
۲۸۴	تیمی	
۷۴	انفرادی	سطح بازی
۲۲۸	لیگ برتر	
۱۱۵	تیم ملی	

روش اندازه‌گیری

در بخش اول پرسش‌نامه، علاوه بر اطلاعات شخصی و دموگرافیک شرکت‌کنندگان، پست تخصصی، مدت زمان پرداختن به رشته ورزشی مورد نظر، مدت زمان تمرین در هفته، بالاترین سطح مسابقاتی که شرکت کرده‌اند، میزان درآمد ورزشی سال گذشته و تعداد دفعات مراجعه به روانشناس ورزشی آورده شده بود. در ادامه، انتظارات ورزشکاران از روانشناسی ورزش با سه سوال مورد ارزیابی قرار گرفت (۱۰). دو سوال نخست به میزان تمایل ورزشکاران برای مشورت با روانشناسان در مورد نگرانی‌های شخصی و عملکرد ورزشی اشاره داشت؛ تکمیل‌کنندگان پرسش‌نامه یک گزینه را از میان سه گزینه‌ی به هیچ وجه، تا حدودی و بسیار زیاد علامت زدند. سوال سوم، بیانگر تمایل ورزشکاران برای چگونگی استفاده از خدمات

شفافیت خدمات روانشناسی ورزش و ضعف در درک تفاوت بین کار بالینی و آموزشی را یک مانع دیگر برای ورود روانشناسان ورزشی به تیم‌های ورزشی بیان کرده‌اند (۱۵، ۱۸، ۲۳). پایین در تحقیق خود اعلام کرد ورزشکاران تمایل مثبتی برای کار با یک روانشناس با تجربه و آگاه از ورزش تخصصی شان نشان می‌دهند (۱۴). همچنین کارآمدی روانشناسی ورزش نیز از دیگر مواردی است که محققان به آن اشاره کرده‌اند (۷، ۹، ۲۱).

مطالعات صورت گرفته در کشورهای مختلف نتایج متفاوتی پیرامون انتظارات و موانع پیش روی کاربردی شدن علم روانشناسی ورزشی منتشر نموده‌اند. علی‌رغم توسعه روزافزون این علم، باز هم عواملی استفاده از خدمات ارزشمند آن را محدود کرده است (۲۴). در ایران نیز که روانشناسی ورزش، علمی نوپا و در حال توسعه می‌باشد، نیاز به شناخت نیازمندی‌ها و عوامل محدودکننده آن بطور جدی احساس می‌شود. لذا هدف پژوهش حاضر، بررسی دیدگاه ورزشکاران نخبه ی تیم‌های ملی و لیگ‌های معتبر والیبالی، فوتسال، بسکتبال و تکواندو در سراسر کشور در مورد موانع موجود بر سر راه مشاوران ورزشی برای ورود به تیم‌ها و همچنین ارزیابی انتظارات آنها از روانشناسی ورزش بوده است.

روش تحقیق

شرکت‌کنندگان

جامعه مورد مطالعه شامل ورزشکاران حاضر در لیگ برتر والیبالی، تکواندو، بسکتبال و فوتسال بوده است. نمونه‌ی آماری مطالعه حاضر را ۳۶۵ نفر از ورزشکاران زن و مرد (نخبه) با میانگین سنی $23/3 \pm 5/2$ سال تشکیل می‌دهند. بر اساس فرمول حجم نمونه برای مطالعات مقطعی و با در نظر گرفتن تعداد سوالات پرسش‌نامه موانع (۱۸ سوال به ازای هر سوال حداقل ۵ نمونه) و با در نظر گرفتن ۴ دسته ورزشی، ۳۶۰ نفر حجم نمونه مطلوب بود. نمونه‌گیری خوشه‌ای در هر رشته ورزشی میان تیم‌های حاضر در لیگ صورت پذیرفت و هیچ اولویتی برای تیم‌های تهرانی یا شهرستانی وجود نداشت. نرخ پاسخ‌دهی میان بازیکنان در رشته‌های مختلف به ترتیب زیر بوده است والیبالی ۷۰٪، تکواندو ۶۵٪، فوتسال ۵۵٪ و بسکتبال ۴۹٪. شرکت‌کنندگان پس از امضای رضایت‌نامه آگاهانه در طرح

روانشناسی بود، ورزشکاران به یکی از سه گزینه ی مشاوره به صورت خصوصی، گروهی و یا مشاوره با واسطه مربی پاسخ دادند.

در بخش دوم، پرسش‌نامه‌ای که به بررسی موانع احتمالی موجود برای ورود روانشناسان به تیم‌های ورزشی می‌پرداخت، آورده شده بود. پرسش‌نامه تکمیل شده توسط ورزشکاران شامل ۹ مانع شایع و مطرح در این زمینه بود که بعد از مطالعه‌ی پژوهش‌های پیشین در پرسش‌نامه گنجانده شده بود (۷، ۱۴). این پرسش‌نامه توسط پایان ۲۰۰۴ تحت اعتبار سنجی قرار گرفته و یک گروه خبره روانشناسی ورزش آن را تایید نموده بودند (۱۴، ۲۵).

یافته‌های تحقیق

انتظارات ورزشکاران از خدمات روانشناسی ورزش

جدول ۲ به نتایج مربوط به روش ترجیحی مشاوره در ورزشکاران اشاره دارد. نتایج حاکی از تفاوت معنادار بین انتخاب روش‌های مشاوره بود ($p < 0.05$ و $\chi^2 = 240/25^a$) و عمده ورزشکاران تمایل به مشاوره خصوصی داشتند. با این وجود، تحلیل آماری کای دو (χ^2) فقط در مورد ورزش‌های تیمی و انفرادی که ورزشکاران ورزش‌های گروهی تمایل بیشتری برای مشاوره به روش خصوصی نسبت به ورزشکاران انفرادی داشتند، معنادار بود (۷۷/۴ در مقابل ۵۴/۹ درصد)، ($df = 1$ و $p < 0.05$ و ارزش ۱۷/۸۹). و در سایر متغیرها مانند جنس و سن ارتباطی با انتخاب ورزشکاران نداشت. هر چند بنا بر جدول شماره ۲ ورزشکارانی که بیش از ۱۵ سال تجربه ورزشی دارند با ۷۸/۱ درصد، بیشترین تمایل را برای استفاده از مشاوره به روش خصوصی را دارند.

بعلاوه نتایج نشان داد ۳۳/۵ و ۵۸/۹ درصد از شرکت‌کنندگان تمایل بسیار زیادی برای مشاوره درمورد نگرانی‌های شخصی و عملکرد ورزشی خود دارند. درحالی‌که شرکت‌کنندگان تمایل بیشتری برای مشاوره در زمینه عملکرد ورزشی در مقایسه با نگرانی‌های شخصی داشتند (نمره‌ی میانگین عملکرد ورزشی = ۲/۵۴، نمره‌ی میانگین نگرانی‌های شخصی = ۲/۲۲، $p < 0.05$ ، $F = -8/72$ و $df = 329$). تمایل به مشاوره درمورد نگرانی‌های شخصی ($p < 0.05$ ، $df = 1$ و ارزش ۲۰/۸۹) و عملکرد ورزشی ($p < 0.05$ ، $df = 1$ و ارزش ۷/۹۲) در میان مردان و زنان تفاوت معناداری داشت که در هر دو مورد برتری با مردان بوده است. تمایل به مشاوره در مورد نگرانی‌های شخصی در ورزشکاران ورزش‌های تماشایی بیشتر از ورزش‌های غیر تماشایی بود اما این تفاوت معناداری نشد ($df = 1$ و $p < 0.05$ و ارزش ۵/۹۶^b)، (تماشی ۳۸ در برابر ۲۲ درصد). از سوی دیگر تمایل به مشاوره در مورد نگرانی‌های شخصی و عملکرد ورزشی با سن، ورزش انفرادی یا تیمی و تجربه قبلی مشاوره ارتباطی نداشت.

پاسخ سوالات به صورت مقیاس لیکرت ۵ تایی طراحی شد که شرکت‌کنندگان یک گزینه را از "به هیچ وجه" تا "بسیار زیاد" علامت زدند. همچنین ۹ پرسش به تصادف به صورت معکوس مرتب شده بودند. نمره هر خرده آزمون میانگینی از ۱ تا ۵ بوده که میزان بیشتر مقیاس نشان‌دهنده گزارش بیشتر مورد مذکور بعنوان مانع بود. برای بررسی محتوا نیز پس از طی روند ترجمه مستقیم و ترجمه معکوس توسط مترجمین دو زبانه، پرسش‌نامه در اختیار اساتید خبره در زمینه علوم ورزشی و روانشناسی ورزشی قرار گرفت تا از نظر محتوا، زبان و فرهنگ، تطبیقات لازم را برای عبارات بررسی نمایند. نتیجه نهایی با تغییرات جزئی در ۳ آیتم برای ساده‌تر نمودن جملات و اضافه شدن یک مثال به یکی از عبارات‌ها، مورد تأیید همه قرار گرفت. بعلاوه جهت ارزیابی پایایی پرسش‌نامه آزمون آلفای کرونباخ برای هر خرده آزمون انجام شد که نتایج نشان‌دهنده پایایی خوب و قابل قبول ۰/۶۱ الی ۰/۶۹ بود. همچنین ضریب دو نیمه گاتمن برای کل پرسش‌نامه در حد مطلوب ۰/۶۷ بود.

تحلیل

پس از تکمیل پرسش‌نامه‌ها توسط شرکت‌کنندگان در طرح، داده‌ها وارد نرم‌افزار SPSS 17 گردید. برای بیان و توصیف متغیرهای انتظارات به صورت درصد و موانع به صورت میانگین و انحراف معیار، از آزمون‌های توصیفی استفاده شد. برای آزمون ارتباط انتظارات با متغیرهای کیفی از آزمون χ^2 و برای آزمون ارتباط بین موانع و متغیرهای زمینه‌ای کیفی از آزمون تحلیل واریانس

جدول ۲. میزان تمایل ورزشکاران برای انتخاب روش مشاوره

مشاوره با واسطه مربی (%)	مشاوره گروهی (%)	مشاوره خصوصی (%)	روش مشاوره	
۱۸/۳	۹/۳	۷۲/۲	مجموع (%)	
۱۷/۱	۸/۶	۷۴/۳	مردان	جنس
۲۰/۳	۹/۸	۶۹/۹	زنان	
۲۲/۰	۹/۳	۶۸/۶	کمتر از ۲۰	سن
۱۷/۱	۱۰/۵	۷۴/۱	۲۵-۲۰	
۱۴/۳	۷/۶	۷۸/۱۱	بیشتر از ۲۵	
۱۹/۶	۹/۰	۷۱/۴	تماسی	نوع ورزش
۱۴/۱	۹/۸	۷۶/۱	غیر تماسی	
۱۳/۵	۹/۰	۷۷/۴	گروهی	
۳۵/۲	۹/۹	۵۴/۹	انفرادی	
۱۸/۰	۱۱/۵	۷۰/۵	بله	تجربه قبلی ملاقات با مشاور
۱۸/۸	۶/۳	۷۵/۰	خیر	
۲۶/۸	۱/۸	۷۱/۴	۵ >	تجربه ورزشی ورزشکاران
۲۰/۹	۹/۲	۶۹/۹	۱۰-۵	
۱۰/۸	۱۳/۳	۷۵/۹	۱۰-۱۵	
۱۲/۵	۹/۴	۷۸/۱	۱۵ <	

شده نداشته است. اما با توجه به جدول ۴ ورزشکاران انفرادی محدودیت مالی ($F=۱۶/۹۶$ و $P<۰/۰۵$) و درک منفی مربیان از روانشناسی ($F=۱۱/۰۷$ و $P<۰/۰۵$) را بیشتر از ورزشکاران ورزش‌های گروهی مد نظر داشته‌اند. سایر متغیرهای زمینه‌ای تأثیری بر الگوی موانع گزارش شده نداشته است.

بحث و نتیجه‌گیری

نتیجه تحلیل داده‌های مربوط به انتظارات ورزشکاران نشان داد، ورزشکاران تمایل بسیاری به مشاوره خصوصی دارند؛ این گونه به نظر می‌رسد که در ملاقات به روش خصوصی ورزشکار و مشاور سریع‌تر می‌توانند با یکدیگر ارتباط برقرار کنند و این مهم در روند و نتیجه مشاوره تأثیر می‌گذارد. ترس از فاش شدن مشکلات ورزشکاران و در پی آن انگ خوردن توسط دیگران از جمله هم‌تیمی‌ها و مربیان در مشاوره‌های گروهی و با واسطه مربی می‌تواند از دیگر دلایل این انتخاب توسط ورزشکاران باشد (۱۰). یکی دیگر از دلایل استقبال از روش خصوصی را می‌توان کم اثر بودن یا غیراختصاصی بودن مشاوره‌های گروهی و با واسطه مربی

موانع ورود روانشناسان ورزشی به تیم‌های ورزشی بنا بر جدول ۳، مهمترین موانع ورود روانشناسان به تیم‌های ورزشی به ترتیب، دانش و تجربه ورزشی روانشناس ($۳/۴۶ \pm ۰/۸۰$)، آگاهی و اطلاعات ورزشکاران از روانشناسی ورزش ($۳/۱۱ \pm ۰/۶۹$) و شفافیت در خدمات روانشناسی ورزشی می‌باشد ($۲/۷۵ \pm ۰/۷۸$). آزمون فریدمن با ضریب کای ۲ معادل $۵۷۵/۳$ و $P<۰/۰۰۱$ نشان‌دهنده تفاوت معنادار اولویت موانع مذکور بود.

نتایج تحلیل واریانس نشان داد، متغیرهای درک منفی مربیان از روانشناسی ورزش ($F=۲۰/۱۰$ و $P<۰/۰۵$) و درک منفی ورزشکاران از روانشناسی ورزش ($F=۷/۲۰$) و $P<۰/۰۵$ میان دو جنس تفاوت داشته، بطوریکه این موانع از دید مردان بیشتر گزارش شده است. نتایج تحلیل واریانس برای گروه‌های سنی نشان داد که گزارش محدودیت زمانی ($F=۵/۶۳$ و $P<۰/۰۵$) و کار آمدی روانشناسی ورزش ($F=۶/۲۰$ و $P<۰/۰۵$) میان گروه‌ها تفاوت معناداری داشته است که به ترتیب در گروه‌های سنی ۲۵-۲۰ سال و زیر ۲۰ سال بیشتر گزارش شده است. نوع ورزش (تماسی- غیرتماسی) ارتباطی با موانع گزارش

جدول ۳. گزارش توصیفی (میانگین و انحراف از معیار) موانع ورود روانشناسان ورزشی به تیم‌های ورزشی

موانع	مجموع	جنس		نوع ورزش	
		مردان	زنان	گروهی	انفرادی
کمبود دانش و تجربه ورزشی روانشناس	۳/۴۶±۰/۸۰	۳/۳۷±۰/۸۳**	۳/۶۰±۰/۷۵	۳/۵۰±۰/۷۹	۳/۳۴±۰/۸۵
کمبود آگاهی و اطلاعات ورزشکاران از روانشناسی ورزش	۳/۱۱±۰/۶۵	۳/۰۶±۰/۶۴	۳/۱۸±۰/۷۵	۳/۱۰±۰/۷۲	۳/۱۳±۰/۶۰
عدم شفافیت در خدمات روانشناسی ورزشی	۲/۷۵±۰/۷۸	۲/۷۶±۰/۷۶	۲/۶۸±۰/۸۰	۲/۷۵±۰/۷۹	۲/۷۵±۰/۷۴
محدودیت زمانی ورزشکار	۲/۷۲±۰/۷۳	۲/۷۶±۰/۷۱	۲/۶۴±۰/۷۶	۲/۷۰±۰/۷۳	۲/۷۶±۰/۷۳
شفافیت نقش روانشناس ورزشی	۲/۶۴±۰/۷۶	۲/۶۹±۰/۷۶	۲/۵۸±۰/۷۵	۲/۶۱±۰/۷۳	۲/۷۷±۰/۸۳
محدودیت مالی	۲/۶۱±۰/۹۳	۲/۵۵±۰/۹۵	۲/۷۰±۰/۹۱	۲/۵۰±۰/۹۰*	۳/۰۰±۰/۹۴
عدم سازگاری و انطباق روانشناس با ورزشکار و مربی	۲/۵۶±۰/۹۱	۲/۶۳±۰/۹۵	۲/۶۴±۰/۸۴	۲/۵۳±۰/۹۲	۲/۶۸±۰/۸۶
درک منفی مربیان از روانشناسی	۲/۱۴±۰/۹۵	۲/۳۲±۰/۹۹*	۱/۸۵±۰/۸۱	۲/۰۴±۰/۸۸*	۲/۴۶±۱/۱۱
درک منفی ورزشکار از روانشناسی	۲/۱۱±۰/۸۵	۲/۲۱±۰/۸۷*	۱/۹۵±۰/۸۱	۲/۰۵±۰/۸۲	۲/۳۰±۰/۹۲

* P<۰/۰۵ ** P<۰/۱

حرفه‌ای است (۱، ۲). همچنین ترس از فاش شدن مسایل شخصی ورزشکاران در بین دیگران و خصوصاً امکان انتقال اطلاعات به کادر فنی و عدم اعتماد به روانشناسان از علل دیگر می‌تواند باشد. علاوه بر این، ورزشکاران ممکن است اینگونه تصور کنند که روانشناسی ورزشی فقط به مشکلات ورزشی یا بهبود عملکرد ورزشی مربوط می‌شود که خود ناشی از ناشناخته ماندن کاربردهای گسترده‌تر روانشناسی ورزشی است (۱۱). در حالیکه روانشناسی ورزشی بر اساس مدل‌های جدید برای کل زندگی یک ورزشکار در درون و بیرون از زمین برنامه‌های متفاوتی دارد، مطالعات آینده باید با طرح مداخلات مبتنی بر مدل‌های فراگیر، اثرات مثبت ورزشی و غیر ورزشی آن را پی‌گیری نمایند.

یکی از یافته‌های مهم این مطالعه این بود که تمایل مردان برای مشاوره (در مورد مشکلات شخصی و عملکرد ورزشی) بیشتر از زنان است. با وجود اینکه این یافته با نتایج مطالعات متعددی همچون زاکارجسک ۲۰۰۷، مارتین ۲۰۰۱ و ۲۰۰۵، جردن و همکاران ۱۹۹۷ و راویزا ۱۹۹۸ همسو نبود (۹-۱۱، ۱۷، ۳۱)، می‌توان گفت فرهنگ، و یا نژاد متفاوت شرکت‌کنندگان این مطالعه با مطالعات پیشین ممکن است توجیه‌کننده تفاوت نتایج بدست آمده باشد (۲، ۱۱، ۳۲، ۳۳). از سوی دیگر تفاوت در شاخص‌های فنی و مالی ورزشکاران زن و مرد می‌تواند یکی از دلایل دیگر

دانست از آنجاییکه در مشاوره‌های گروهی اکثراً به علت کمبود وقت، عمدتاً به موارد کلی و غیراختصاصی روانشناسی ورزش پرداخته می‌شود. همچنین نتایج ما نشان داد که هر دو جنس تمایل بالایی برای مشاوره‌ی خصوصی داشتند که این یافته در مطالعات پیشین نیز گزارش شده است (۱۰، ۱۷، ۲۶، ۲۷). ورزشکاران جوانتر (زیر ۲۰ سال) نسبت به گروه‌های سنی دیگر تمایل کمتری به مشاوره خصوصی داشتند و مشاوره با واسطه مربی را بیشتر ترجیح داده‌اند. تحقیقات پیشین بحث می‌کنند که سوءظن به مفید بودن مشاور و افزایش پریشانی در صورت مراجعه به مشاور باعث شده نوجوانان کمتر از بزرگسالان از خدمات روانشناسی استفاده کنند؛ بعلاوه نوجوانان به طور جدی تحت تاثیر همسلان خود هستند و ترس از انگ خوردن (مثلاً بیماری یا مشکل روانی) توسط دیگران رویکرد آنها به روانشناسی را تغییر می‌دهد. (۱۰، ۱۱). همچنین برخی تحقیقات حاکی از آن است که اگر کسی همچون مربی که برای ورزشکار قابل اعتماد است اطلاعات روانشناسی را به ورزشکار دهد نتایج بهتری در پی دارد. (۲۸-۳۰)

همانگونه که پیش‌بینی می‌شد، میزان تمایل برای مشورت در مورد عملکرد ورزشی بیشتر از مسایل شخصی بود. دلایل متعددی در این زمینه مطرح است؛ یکی از دلایل اصلی آن اهمیت و ارزش بالای کارکرد ورزشی در ورزش

دلیل این نتایج ناهمگون باشد. می‌توان پیش‌بینی کرد پس از توسعه روانشناسی ورزشی در ایران و کاربردی‌تر شدن آن، احتمالاً مساله محدودیت مالی نیز پررنگ‌تر خواهد شد که این خود هشدار برای مدیران ورزشی است تا علاوه بر آشنا کردن جامعه‌ی ورزشی با روانشناسی ورزش، برنامه‌ریزی مناسبی برای پیشگیری و مواجهه با این مانع داشته باشند (۱۴، ۱۵). از سوی دیگر می‌توان به متفاوت بودن جامعه آماری پژوهش ما با این تحقیق اشاره کرد، چرا که دیدگاه مربیان ملی و آکادمیک بریتانیا (در مطالعه متیو پین) متفاوت از دیدگاه ورزشکاران حرفه‌ای (مطالعه اخیر) به نظر می‌رسد. لذا می‌توان فرض کرد که نقطه نظر مربیان و کادر ورزشی در مورد مشکلات و موانع روانشناسی ورزشی با ورزشکاران تفاوت داشته باشد.

در ادامه و با مداخله عوامل جمعیت شناختی مشاهده شد، زنان نسبت به مردان محدودیت مالی را پررنگ‌تر دانسته‌اند؛ ممکن است تفاوت جدی منابع مالی در ورزش زنان و مردان بر آن تاثیر گذاشته باشد. علاوه بر این درک منفی مربیان از روانشناسی ورزش توسط ورزشکاران مرد مهمتر اعلام شده است.

در ورزش‌های تماسی، ورزشکاران عدم شفافیت خدمات را پررنگ‌تر از ورزشکاران غیر تماسی اعلام کرده‌اند و در عوض در ورزش‌های غیر تماسی، محدودیت مالی یکی از موانع مهم بوده است. همچنین نتایج حاکی از آن است که ورزشکاران ورزش‌های گروهی شفافیت خدمات روانشناسی ورزش را مهمتر از ورزشکاران ورزش‌های انفرادی می‌دانند این در حالی است که محدودیت مالی در ورزشکاران ورزش‌های انفرادی بیشتر به چشم می‌خورد. احتمالاً با استخدام مشاوران توسط مسئولین تیم‌ها و پرداخت هزینه‌ها توسط باشگاه برای ورزش‌های گروهی، محدودیت مالی برای ورزشکاران انفرادی عامل مهمی به شمار خواهد آمد. اما از سوی دیگر با توجه به اینکه اکثر مشاوره‌های ورزشکاران تیمی به صورت گروهی بوده است، لذا عدم برقراری ارتباط کامل و صحیح بین ورزشکاران و مشاوران عاملی برای پررنگ‌تر نشان دادن عدم شفافیت خدمات برای ورزشکاران ورزش‌های گروهی می‌باشد (۳۸). به هر حال معرفی موانعی مانند محدودیت زمانی، مالی، ابهام در نقش روانشناس و احتمال تداخل با کادر فنی در اولویت‌های بعدی نیز سایر زمینه‌های توسعه روانشناسی ورزشی را مشخص نموده است.

این تفاوت به حساب آید. علی‌رغم شواهد اندک موجود، پیشنهاد می‌شود احتمالاً توجه عمده اجتماع به ورزش مردان در کیفیت تمایل آنها به مشاوره تاثیر داشته است. نوع ورزش ممکن است به عنوان یک عامل تاثیرگذار دیگر در مراجعه به مشاوره باشد. نتایج حاکی از آن بود که به طور نسبی ورزشکاران ورزش‌های تماسی تمایل بیشتری برای مشاوره داشته‌اند. ممکن است ارتباط بیشتر ورزشکاران تماسی با حریف و حتی برخورد فیزیکی در حین مسابقه و تحمل فشار روانی بیشتر اهمیت مشاوره را در این گروه از ورزشکاران پررنگ‌تر کرده باشد. سایر نتایج نشان داد تجربه قبلی ملاقات با مشاوران روانشناسی ورزش به‌طور نسبی در تمایل افراد برای مشاوره با روانشناس تاثیر دارد که بطور کلی با نتایج تحقیقات پیشین مطابقت داشت (۱۲، ۳۴-۳۶). البته با افزایش تجربه مشاوره‌های روانشناسی در ورزشکاران ایرانی ممکن است نتایج معنادار و قوی‌تری بدست آید (۳۷).

اما در قسمت دوم مطالعه با بررسی موانع پیش روی روانشناسان ورزشی دریافتیم که مهمترین مانع ورود از دید ورزشکاران نداشتن تجربه ورزشی روانشناس ورزشی است. از دیگر عوامل محدود کننده کار می‌توان به نداشتن اطلاعات کافی روانشناسی نزد ورزشکاران و عدم شفافیت خدمات روانشناسی اشاره کرد. اولویت نتایج بدست آمده به کمبود آگاهی و تجربه چه در ورزشکاران و چه در روانشناسان اشاره دارد که می‌تواند حاکی از ناآشنا بودن ورزشکاران با خدمات روانشناسی ورزش و همچنین با تجربه نبودن روانشناسان ورزشی در کشور باشد. در سال ۱۹۸۸ روایزا بر اساس تجربه کاری خود، سه مانع مهم برای ورود روانشناسان ورزش به تیم‌های ورزشی را، الف) تصور غلط در مورد روانشناسی ورزش، ب) نداشتن اطلاعات ورزشی اختصاصی نزد روانشناسان ورزشی، ج) کمبود دانش و تجربه کافی روانشناسان در محیط‌های ورزشی دانست که با نتایج حاصل از پژوهش حاضر هم سویی نسبی دارد. نوپا بودن روانشناسی ورزش در جامعه‌ی آماری روایزا در سال ۱۹۸۸ و تحقیق حاضر را میتوان دلیل هم سویی نسبی این دو نتیجه دانست (۱۵). البته در ادامه متیو پین در سال ۲۰۰۴ در تحقیق مشابهی در کشور بریتانیا، محدودیت مالی را مهمترین مانع پیش روی روانشناسان برای کار با تیم‌های ورزشی خواند (۱۴). احتمال می‌رود تفاوت ناشی از سطح اجتماعی-اقتصادی تیم‌های ورزشی میان دو کشور

و نوع ورزش عامل تعیین کننده‌ای در اولویت موانع ذکر شده بود. مطالعه اخیر نشان داد ورزشکاران با مشخصات مختلف دارای انتظارات گوناگونی از روانشناسی ورزشی هستند و مشکلات و موانع متفاوتی را احساس می‌کنند و این رویکردهای متفاوت و اختصاصی را می‌طلبند.

مطالعه اخیر محدودیت‌هایی نیز دارد که در تفسیر نتایج باید به آنها توجه کرد. از جمله می‌توان به محدودیت‌های مطالعات مقطعی اشاره کرد که نیازمند تکمیل با مطالعات طولی و مداخله‌ای و اثر آن بر انتظارات و موانع موجود می‌باشد. اگرچه ورزشکاران هدف اصلی خدمات روانشناسی ورزش هستند اما استخدام روانشناسان به دست مربیان، مسئولان و سرپرستان ورزشی است، لذا توصیه می‌شود برای تحقیقات آتی نظرات آنها نیز ارزیابی شود. همچنین می‌توان افرادی که خود ارائه دهنده سرویس‌های مشاوره هستند (روانشناس ورزشی) را نیز به عنوان جامعه‌ی آماری استفاده کرد. مطالعه حاضر به صورت کمی (پرسش‌نامه‌ای) سنجیده شده که توصیه می‌شود به صورت کیفی (مصاحبه) نیز ادامه یابد (۱۰). با همسان‌سازی توزیع شرکت‌کنندگان بر اساس عوامل جمعیت شناختی همچون جنسیت، نوع ورزش و سن احتمال می‌رود تحلیل‌ها و یافته‌ها با توان قوی‌تر صورت می‌پذیرفت.

کاربردها و توصیه‌ها

مشاوران باید از ویژگی‌های منحصر به فرد ورزشکاران آگاه باشند تا بتوانند تاثیر قوی‌تری داشته باشند. مطالعه حاضر نشان می‌دهد مشاوران برای ارائه خدمات نیاز به اطلاعات و مهارت‌های گوناگونی دارند؛ به طور مثال تفاوت‌های جنسیتی در انتظارات مشاوران را ملزم به ارائه خدمات متناسب می‌کند (۱۱). مدیران ورزشی با آگاهی از موانع ورود روانشناسان می‌توانند برای حل موانع برنامه ریزی نمایند و از پررنگ‌تر شدن موانع دیگر جلوگیری کنند. در مقابل مربیان و ورزشکاران نیز در صورت آگاهی از انتظارات و مشکلات می‌توانند ارتباط بهتری با مشاور برقرار کنند.

نتیجه‌گیری

نتایج در مجموع حاکی از تمایل به مشاوره خصوصی نزد ورزشکاران مرد و زن ایرانی بود هرچند جوان‌ترها تمایل کمتری برای آن از خود نشان دادند. در مجموع عملکرد ورزشی بیشتر از مسایل شخصی ورزشکاران را به مشاوره علاقه‌مند می‌ساخت. جنسیت و نوع ورزش از عوامل موثر بر تمایل به مشاوره بوده است. مهمترین موانع ورود روانشناسان به تیم‌های ورزشی، کمبود آگاهی و تجربه در ورزشکاران و روانشناسان ورزشی بود. در اینجا نیز جنسیت

منابع

- 11- Martin SB. (2005). High school and college athletes' attitudes toward sport psychology consulting. *Journal of Applied Sport Psychology*. 17(2):127-39.
- 12- Schell B, Hunt J, Lloyd C. (1984). An investigation of future market opportunities for sport psychologists. *Journal of Sport Psychology*. 6(3): 335-350
- 13- DeFrancesco C, Cronin JJ. (1988). Marketing the sport psychologist. *The Sport Psychologist*. 2(1): 28-38
- 14- Pain M, Harwood C. (2004). Knowledge and perceptions of sport psychology within English soccer. *Journal of sports sciences*. 22(9):813-26.
- 15- Ravizza K. (1988). Gaining entry with athletic personnel for season-long consulting. *The Sport Psychologist*. 2: 243-254
- 16- Martin SB, Wrisberg CA, Beitel PA, Lounsbury J. (1997). NCAA Division I athletes' attitudes toward seeking sport psychology consultation: The development of an objective instrument. *The Sport Psychologist*. 11: 201- 218
- 17- Jordan KB, Quinn WH. (1997). Male and female client perception of session two outcome of the problem and solution-focused approaches. *Family Therapy*. 24(1):25-37.
- 18- Partington J, Orlick T. (1987). The sport psychology consultant: Olympic coaches' views. *The Sport Psychologist*. 2(1): 95-102
- 19- Kremer P, Marchant D. (2002). Reflections and consideration of providing sport psychology services with professional football players. *Science and football IV*: 294.
- 20- Ravizza K. (1990). Sportpsych consultation issues in professional baseball. *The Sport Psychologist*. 9(9):330- 340.
- 21- Voight M, Callaghan J. (2001). The use of sport psychology services at NCAA Division I universities from 1998-1999. *The Sport Psychologist*. 15(1): 91-102
- 22- Gould D, Tammen V, Murphy SM, May JR (1989). An examination of US Olympic sport psychology consultants and the services they provide. *The Sport Psychologist*. 3(4):300-312.
- 23- Sullivan J, Hodge KP. (1991) A survey of coaches and athletes about sport psychology in New Zealand. *The Sport Psychologist*. 5(2):140-151.
- 1- Anderson A, Miles A, Robinson P, Mahoney C. (2004). Evaluating the athlete's perception of the sport psychologist's effectiveness: what should we be assessing? *Psychology of Sport and Exercise*. 5(3):255-77.
- 2- Martin SB, Kellmann M, Lavalley D, Page SJ. (2002). Development and psychometric evaluation of the Sport Psychology Attitudes-Revised form: A multiple group investigation. *The Sport Psychologist*. 16:272-290
- 3- Smith RE, Johnson J. (1990). An organizational empowerment approach to consultation in professional baseball. *The Sport Psychologist*. 4(4): 347-357
- 4- Gentner NB, Fisher LA, Wrisberg CA. (2004). Athletes' and coaches' perception of sport psychology services offered by graduate students at one NCAA division I university. *Psychological reports*. 94(1):213-6.
- 5- Harmison RJ. (2000). Athletes' attitudes toward seeking sport psychology consultation: Development and validation of the Sport Psychology Attitudes Questionnaire. Unpublished doctoral dissertation, University of North Texas, Denton, TX. 1-65
- 6- Gould D, Hodge K, Peterson K, Petlichkoff L. (1987). Psychological foundations of coaching: Similarities and differences among intercollegiate wrestling coaches. *The Sport Psychologist*. 1(4):293-308
- 7- Wilson K, Gilbert J, Gilbert W, Sailor S. (2009). College athletic directors' perceptions of sport psychology consulting. *Sport Psychologist*. 23(3):405-24.
- 8- Kingston EJ. (2008). An investigation of collegiate athletic head coaches' expectations of sport psychology consulting. Boston: Boston University
- 9- Zakrajsek RA, Zizzi SJ. (2007). Factors influencing track and swimming coaches' intentions to use sport psychology services. *Athletic Insight: The Online Journal of Sport Psychology*. 9(2):1-21.
- 10- Martin SB, Akers A, Jackson AW, Wrisberg CA, Nelson L, Leslie PJ, et al. (2001). Male and female athletes' and nonathletes' expectations about sport psychology consulting. *Journal of Applied Sport Psychology*. 13(1):18-39.

- 36- Gould D, Murphy S, Tammen V, May J. (1991). An evaluation of US Olympic sport psychology consultant effectiveness. *The Sport Psychologist*. 5(2): 111-127.
- 37- Seif-Barghi T, Kordi R, Memari AH, Mansournia MA, Jalali-Ghomi M. (2012). The effect of an ecological imagery program on soccer performance of elite players. *Asian J Sports Med*. (2):81-9.
- 38- Anderson AG, Hodge KP, Lavallee D, Martin SB. (2004). New Zealand athletes' attitudes towards seeking sport psychology consultation. *New Zealand Journal of Psychology*. 33(3):129-36.
- 24- Mahoney C, Anderson AG, Miles A, Robinson P (2002). Evaluating the effectiveness of applied sport psychology practice: Making the case for a case study approach. *Sport Psychologist*, 16 (4): 433-454.
- 25- Najafi-Ghezeljeh T, Kassaye Tessama M, Yadavar-Nikravesh M, Ekman I, Emami A (2009). The Iranian version of Angina Pectoris characteristics questionnaire: reliability assessment. *Journal of clinical nursing* 694-18(5).
- 26- Good GE, Wood PK (1995). Male gender role conflict, depression, and help seeking: Do college men face double jeopardy? *Journal of Counseling & Development*. 74(1): 70-75.
- 27- Yambor J, Connelly D. (1991). Issues confronting female sport psychology consultants working with male student-athletes. *The Sport Psychologist*. 5(4): 304-312.
- 28- Timlin-Scalera RM, Ponterotto JG, Blumberg FC, Jackson MA. (2003). A grounded theory study of help-seeking behaviors among White male high school students. *Journal of Counseling Psychology*. 50(3): 339
- 29- Barnett D, Bernard M. (1993). Role models: An athlete's perspective. *Student athletes: Shattering the myths and sharing the realities*. 35-41.
- 30- Messner MA. (1995). *Power at play: Sports and the problem of masculinity*: Beacon Press.
- 31- Aries E. (1998). Gender differences in interaction: A reexamination. *Sex differences and similarities in communication: Critical essays and empirical investigations of sex and gender in interaction*. 65-81.
- 32- Atkinson DR, Lowe SM. (1995). The role of ethnicity, cultural knowledge, and conventional techniques in counseling and psychotherapy. 387-414.
- 33- Atkinson DR, Gim RH. (1989). Asian-American cultural identity and attitudes toward mental health services. *Journal of Counseling Psychology*. 36(2):209.
- 34- Tjihuis M, Peters L, Foets M.(1990). An orientation toward help-seeking for emotional problems. *Social Science & Medicine*. 31(9): 989-95.
- 35- Courtenay WH.(2000). Behavioral factors associated with disease, injury, and death among men: Evidence and implications for prevention. *The Journal of Men's Studies*. 9(1):81-142.