



Original Article

Career Transition from Junior to Senior in Elite Athletics: A Grounded Theory Study

Saber Mehri^{1,2} , Mehdi SHabhazi^{2*} , Keyvan Salehi³ , Mohammad Khabiri⁴ 

- 1- Department of Behavioral and Cognitive Sports Sciences, Faculty of Sport Sciences and Health, University of Tehran, Tehran, Iran.
- 2- Department of Sport Psychology, Sport Sciences Research Institute, Tehran, Iran., Faculty of Sport Sciences and Health, University of Tehran, Tehran, Iran.
- 3- Department of Methods, Educational Planning, and Curriculum, faculty of Psychology and Education, University of Tehran, Tehran, Iran.
- 4- Department of Behavioral and Cognitive Sports Sciences, Faculty of Sport Sciences and Health, University of Tehran, Tehran, Iran.

Received: 26/04/2023, Revised: 17/06/2023, Accepted: 25/06/2023

Abstract

Purpose: The purpose of this study was to explain the Career transition from junior to senior in elite athletics in order to reveal the transition process and present it in the form of an intermediate theory.

Methods: After studying and implementing the interviews, the resulting data were analyzed using MaxQuda software. The results and codes obtained in this study at three descriptive, interpretive and explanatory levels were based on the Career transition experiences of junior to senior athletes aged 18 to 22 who had national experience in age groups.

Results: According to the paradigm model, categories include causal condition (perception of transition, psychological factors, personal growth factors), contextual conditions (function development factors, sources of support, , sources of stress, external motivation provided), phenomenon factor (metacognition centered Agency) intervening condition (cultural and communication factors), action and interaction strategy (macro-level management programs, educational programs, role modeling, coping strategies) and consequences from the main research category (mental health and well-being, mental health, excellent sports performance at the adult level, secondary profession) were extracted.

Conclusion: Data analysis adds precision to the current understanding of the Career transition from Junior to Senior in Elite Athletics, providing both researchers and practitioners with a detailed understanding of the process of career transition from junior to senior. This knowledge can be used to support the work of researchers and practitioners.

Keywords: Athletic career transition, Dual Career, Talent development in sport, Grounded Theory Study Paradigm Pattern, Metacognition-Centered Agency.

* Corresponding Author: Mehdi Shahbazi, E-mail: shahbazimehdi@ut.ac.ir

How to Cite: Mehri, S., Shahbazi, M., Salehi, K., Khabiri, M. Career Transition from Junior to Senior in Elite Athletics: A Grounded Theory study. *Sports Psychology*, 2025; 17(2): 40-74. In Persian



Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Extended Abstract Background and Purpose

Career transitions represent a pivotal and inherently complex phase within the athletic development continuum, particularly the progression from junior to senior competitive levels in elite sports. This process, known as the Junior-to-Senior Career Transition (JSCT)¹, extends beyond mere chronological advancement, encompassing a multifaceted interplay of psychological, developmental, socio-environmental, and organizational factors that collectively determine an athlete's long-term success and well-being. This grounded theory² study, conducted within the context of Iranian elite track and field athletics, sought to move beyond simplistic models and elucidate the underlying structure and dynamics of this critical JSCT process. The primary objective was to construct a substantive, mid-range theory that accurately reflects the lived experiences of athletes navigating this passage, thereby generating actionable knowledge for talent development stakeholders.

Materials and Methods

The investigation adopted a qualitative, systematic grounded theory approach, as existing theoretical frameworks were deemed insufficient to capture the nuances of the transition within the Iranian socio-cultural context. The study focused on a purposively selected sample of 18 national-level track and field athletes (aged 18–22 years), all possessing significant experience in age-group competitions. Data were collected through in-depth, semi-structured interviews, ranging from 50 to 100 minutes, which were subsequently transcribed verbatim and analyzed using MAXQDA 2020 software. The analysis rigorously followed the three-stage coding procedure—open, axial, and

selective coding—as prescribed by the Straussian grounded theory methodology

Results

The open coding phase initially generated 137 discrete codes, which were progressively synthesized into 42 subcategories and ultimately 18 core categories. These categories were systematically organized within a paradigmatic model⁴, revealing the complex architecture of the JSCT. The model delineates the following interconnected components:

Causal Conditions: These are the foundational antecedents that instigate or shape the transition phenomenon. Four key causal factors were identified:

1. **Perception of Transition:** Athletes' subjective understanding and expectations of the JSCT process significantly color their experience. A realistic and informed perception facilitates adaptation, while misconceptions or underestimation of challenges can lead to distress.

2. **Psychological Factors:** This encompasses a constellation of mental attributes crucial for resilience, including motivation, self-confidence, commitment, mental toughness, goal orientation, and the ability to manage performance anxiety and negative thoughts.

3. **Personal Growth Factors:** The athlete's development outside the sporting domain, such as cultivating a balanced lifestyle, acquiring sport-specific knowledge, developing time-management skills, and seizing growth opportunities, was found to be instrumental.

4. **Physical Demands:** The significant increase in training intensity, volume, and physical requirements at the senior level was highlighted as a primary stressor and a key differentiator from the junior category.

Contextual Conditions: This refers to the specific environment in which the transition

unfolds. Four contextual elements were extracted:

1. **Performance Development Factors:**

This includes access to quality training facilities, technical skill refinement, early competitive success at the senior level, and the ability for self-reflection and performance evaluation.

2. **Support Resources:** The availability and quality of emotional, informational, tangible, and financial support from family, coaches, teammates, peers, and sports organizations were deemed critical.

3. **Sources of Stress:** Numerous stressors were identified, including heightened performance standards, financial pressures, time management conflicts between sport and education/career, fear of injury, outcome-oriented pressure from federations, and organizational criticism.

4. **External Motivation Provided:** The role of extrinsic motivators such as financial rewards, contractual incentives, and public recognition was ambivalent, acting as both a facilitator and a potential underminer of intrinsic drive.

Intervening Conditions: These are broad structural conditions that influence the strategies employed. They can either facilitate or constrain the transition:

1. **Cultural Factors:** The overarching organizational culture of sports federations and the pervasive "youth culture" with its potential distractions (e.g., social life, entertainment) significantly impact an athlete's focus and commitment.

2. **Communication Patterns:** The quality of relationships and communication with coaches, family, and peers is vital. Conflicts, especially with coaches regarding injury management or training loads, were cited as major disruptive factors.

Core Phenomenon: Metacognition-Centered Agency⁵: Emerging as the central category, this construct represents the athlete's capacity for self-regulated, strategic action based on higher-order cognitive

awareness. It involves the active monitoring, control, and orchestration of one's cognitive processes, emotional states, and resources in response to the challenges of the JSCT. An athlete with strong metacognition-centered agency can intelligently assess situational demands (causal conditions), navigate environmental constraints and resources (contextual and intervening conditions), and deploy effective strategies to progress toward their goals.

Action/Interaction Strategies: These are the deliberate steps taken by athletes and support systems to manage the transition. Four key strategy clusters were identified:

1. **Macro-Level Management Programs:** Strategic planning at an organizational level, including clear competitive calendars, periodization, and structured talent development pathways.

2. **Educational Programs:** Initiatives aimed at enhancing athletes' psychological skills, life skills, parental education on athlete support, and financial literacy.

3. **Mentoring/Role Modeling:** Learning from and consulting with experienced senior athletes or coaches who have successfully navigated the JSCT provides invaluable guidance and normalizes challenges.

4. **Coping Strategies:** Employing both problem-focused (e.g., seeking information, planning) and emotion-focused (e.g., cognitive restructuring, emotional regulation, using social support) coping mechanisms to handle stress and setbacks.

Consequences: These are the outcomes resulting from the interplay of all preceding components. Three primary consequence areas were identified:

1. **Psychological Health and Well-being:** The transition's impact on the athlete's mental health, self-esteem, life satisfaction, and overall psychological balance.

2. **Elite Athletic Performance at the Senior Level:** The ultimate sporting

outcome, measured by success in senior national and international competitions.

3. **Secondary Career/Vocation:** The development of a parallel or subsequent career path (e.g., in education, coaching, or another profession), which contributes to life balance and prepares for post-athletic life.

Conclusion

The transition from junior to senior competitive levels represents a critical and multifaceted developmental phase in the athletic career trajectory, particularly within elite track and field. This grounded theory study, situated in the Iranian context, sought to move beyond superficial descriptions and construct a substantive, process-oriented model of this complex phenomenon. Through in-depth analysis of the lived experiences of national-level athletes, the research identified a network of interrelated factors that collectively shape the transition outcome.

The core of the proposed model is Metacognition-Centered Agency—the athlete's capacity for strategic, self-regulated action driven by an awareness and control of their own cognitive and emotional processes. This central capacity acts as the linchpin, determining how an athlete navigates the constellation of surrounding conditions. These include causal conditions such as personal psychology, perception of the transition, and physical readiness; contextual conditions like available support, performance development resources, and sources of stress; and intervening conditions encompassing cultural and communicative dynamics. The effectiveness with which an athlete employs action strategies—including macro-level planning, educational initiatives, mentorship, and personal coping mechanisms—is fundamentally mediated by their level of metacognition-centered agency. The ultimate consequences manifest in three key domains: psychological health and well-

being, elite athletic performance at the senior level, and the development of a secondary career or vocation.

The findings underscore that a successful junior-to-senior transition is not an automatic outcome of talent but a dynamic process requiring deliberate preparation and support. A holistic, multi-system approach is essential. This involves concurrently strengthening the athlete's internal psychological and metacognitive resources while cultivating a supportive, well-structured, and intelligently managed external environment. Coaches, sport psychologists, and federations must work collaboratively to provide clear developmental pathways, robust multi-source support networks (especially from family and coaches), and educational programs that equip athletes with the life and mental skills necessary for this challenging passage.

This study contributes a culturally-situated, detailed framework that enhances theoretical understanding and offers practical guidance for talent development systems. By recognizing and fostering metacognition-centered agency within a supportive ecosystem, stakeholders can significantly improve the likelihood of successful transitions, thereby nurturing not only more resilient and successful senior athletes but also well-rounded individuals prepared for sustainable careers within and beyond sport.

Funding

This study received no financial support from any public, commercial, or non-profit funding agencies.

Authors' Contributions

All authors contributed equally to the conception, design, execution, data analysis, and manuscript preparation of this study. Each author participated in drafting,

reviewing, and approving the final version of the manuscript.

Conflicts of Interest

The authors declare that there is no conflict of interest regarding the publication of this article.

Acknowledgement

The authors extend their sincere gratitude to all the athletes who generously shared their time and experiences to participate in this study.



نوع مقاله: پژوهشی

گذار حرفه‌ای رده‌سنی جوانان به بزرگسالان در دو و میدانی کاران نخبه: مطالعه‌ای مبتنی بر

نظریه داده بنیاد

صابرمهری^۱، مهدی شهبازی^۱، کیوان صالحی^۳، محمد خیبری^۱

۱. گروه علوم رفتاری و شناختی، دانشکده علوم ورزشی و تندرستی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

۲. گروه روان‌شناسی ورزشی، پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، تهران، ایران.

۳. گروه روش‌ها و برنامه ریزی درسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۲/۰۶، تاریخ اصلاح: ۱۴۰۲/۰۳/۲۷، تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۴/۰۴

چکیده

هدف: هدف از این مطالعه، تبیین فرایند گذار حرفه‌ای رده‌سنی جوانان به بزرگسالان در دو و میدانی کاران نخبه به منظور آشکارسازی فرایند گذار و ارائه آن در قالب نظریه‌ای میانی بود.

روش‌ها: پس از مطالعه و پیاده‌سازی مصاحبه‌ها داده‌های حاصل با استفاده از شیوه کدگذاری سه مرحله‌ای باز، محوری و گزینشی با نرم افزار مکس کیودی‌ای تحلیل شد. نتایج و کدهای حاصله در این مطالعه در سه سطح توصیفی، تفسیری و تبیینی بر تجارب گذار حرفه‌ای دو و میدانی کاران جوان ۱۸ تا ۲۲ سال که تجربه ملی در رده‌های سنی داشتند متکی بود.

یافته‌ها: باتوجه به الگوی پارادایمی مقوله‌هایی شامل شرایط علی (ادراک از گذار، عوامل روان‌شناختی، عوامل رشد فردی)، عوامل زمینه‌ای (عوامل توسعه عملکرد، منابع حمایتی، منابع استرس، انگیزه بیرونی ارائه شده)، عوامل مداخله‌گر (عوامل فرهنگی و ارتباطات)، مقوله اصلی پژوهش (عاملیت فراشناخت محور)، راهبردها (برنامه‌های مدیریتی سطح کلان، برنامه‌های آموزشی، الگودهی، راهبردهای مقابله‌ای) و پیامدهای ناشی از مقوله اصلی تحقیق (سلامت و بهزیستی روانی، عملکرد ورزشی عالی در سطح بزرگسالان، حرفه ثانویه) استخراج گردید.

نتیجه‌گیری: تحلیل داده‌ها به درک فعلی از گذار حرفه‌ای از جوانان به بزرگسالان دقت و درک می‌دهد و هم به محققین و هم متخصصان درک دقیقی از فرآیند گذار حرفه‌ای رده سنی جوانان به بزرگسالان ارائه می‌دهد. این دانش می‌تواند برای حمایت از کار پژوهشگران و متخصصان مورد استفاده قرار گیرد.

واژه‌های کلیدی: گذار حرفه‌ای در ورزش قهرمانی، مسیر دوگانه (ورزش و تحصیل/اشتغال). پرورش استعداد در ورزش، الگوی پارادایمی نظریه داده بنیاد، عاملیت فراشناخت محور.

* Corresponding Author: Mehdi Shahbazi, E-mail: shahbazimehdi@ut.ac.ir

How to Cite: Mehri, S., Shahbazi, M., Salehi, K., Khabiri, M. Career Transition from Junior to Senior in Elite Athletics: A Grounded Theory study. *Sports Psychology*, 2025; 17(2): 40-74. In Persian



Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

مقدمه

نتیجه رویدادهای مهمی هستند که در زندگی فرد اتفاق می‌افتد و بنابراین عموماً پیش‌بینی نشده و غیرارادی هستند [۴]. این طبقه‌بندی منجر به توسعه مدل‌هایی شد که نه تنها گذارهای هنجاری، بلکه مراحل هنجاری گذار را نیز توصیف می‌کردند، مانند مدل شش مرحله‌ای گذار در ورزش قهرمانی استامبولوا^۷. مدل گذار حرفه‌ای شش مرحله‌ای استامبولوا نقش مهمی در درک گذارهای مختلف در ورزش داشت و شامل موارد زیر بود: (الف) شروع تخصص در ورزش (ب) گذار به تمرین با شدت بیشتر در ورزش انتخابی، (ج) گذار از ورزش جوانان به بزرگسالان/موفقیت بالا، (د) از ورزش‌های آماتور به حرفه‌ای، (ه) از اوج به مرحله نهایی، و (ی) گذار به پس از دوران قهرمانی [۵]. استامبولوا و همکاران (۲۰۰۷، ۲۰۰۹) یک گذار را به عنوان یک تغییر رشدی توصیف می‌کنند که ممکن است پیامدهای مثبت یا منفی داشته باشد و به روشی برای مقابله نیاز دارد. چنین گذاری را می‌توان به عنوان فشار تجربه کرد و اغلب با ابهام در مورد تغییرات پیش‌بینی‌شده و همچنین نگرانی در مورد نقش‌ها و مسئولیت‌های اضافی مرتبط با زندگی به عنوان یک دانش‌آموز ورزشکار همراه است. علاوه بر این، مدل رشد ویلمن و لاوالی^۸ (۲۰۰۴) بر موانع رشدی که در طول دوره گذار در دوران ورزش قهرمانی^۹ با آن مواجه می‌شوند، از جمله گذار در حوزه‌های تحصیلی، اجتماعی و روان‌شناختی تأکید می‌کند [۵].

روان‌شناسان ورزشی تشویق شدند تا "رویکرد کل‌نگر"^{۱۰} را هنگام در نظر گرفتن تغییراتی که ورزشکاران با آن مواجه شدند اتخاذ کنند [۶]. گاهی اوقات، نظریه می‌تواند از عمل حذف شده باشد، اما نظریه می‌تواند به ما امکان دهد درک بهتری از یک مفهوم ایجاد کنیم و به پیش‌بینی آنچه ممکن است در موقعیت‌های مختلف اتفاق بیفتد کمک می‌کند. در مبحث گذار حرفه‌ای، از چهارچوب‌های مختلفی برای توضیح

ورزشکاران حرفه‌ای در دوران ورزش قهرمانی خود با چالش‌های متعددی روبه‌رو هستند و بایستی این چالش‌ها به طور موفقیت‌آمیزی مدیریت شوند [۱]. یکی از چالش‌هایی که ورزشکاران در طول دوران قهرمانی خود با آن مواجه می‌شوند گذار حرفه‌ای^۱ است. گذار^۲ به عنوان «یک رویداد یا اتفاق که منجر به تغییر در مفروضات در مورد یک فرد و دنیایش می‌شود و بنابراین نیاز به تغییر متناظر در رفتار و روابط فرد دارد» توصیف شده است [۲]. و منظور از گذار حرفه‌ای گذار در طول دوران قهرمانی ورزشکار است. به عنوان مثال، ورزشکاران ممکن است یک تغییر مورد انتظار را تجربه کنند، مانند گذار به یک گروه سنی رقابتی بالاتر، یا تغییر مربی. ورزشکاران در طول دوران حرفه‌ای خود ممکن است گذارهای حرفه‌ای زیادی را تجربه کنند، از جمله آسیب، حذف یا عدم انتخاب، و گذار پایان دوران قهرمانی، که همگی ممکن است نیاز به تغییرات اساسی دارند [۳]. استامبولوا^۳ (۲۰۰۳) اظهار داشت که الزامات گذار در دوران قهرمانی یک تضاد درونی بین آنچه فرد هست و آنچه که می‌خواهد باشد یا باید باشد ایجاد می‌کند، و او را برای به‌کارگیری منابع درونی جهت غلبه بر گذار برمی‌انگیزاند. این گذار می‌تواند هنجار^۴ باشد و به راحتی قابل پیش‌بینی باشد (گذار از ورزش جوانان به بزرگسالان^۵). یا غیر هنجاری^۶، به طور کلی غیرقابل پیش‌بینی و غیرارادی، به عنوان مثال، یک آسیب پایان فصل [۴]. گذارهای هنجاری عموماً به عنوان بخشی از توالی معینی از رویدادها یا تغییرات بیولوژیکی، اجتماعی و عاطفی مرتبط با سن، قابل پیش‌بینی هستند و عموماً به فرآیند اجتماعی شدن و ماهیت سازمانی محیطی که فرد در آن درگیر است مربوط می‌شود (مثلاً مدرسه، خانواده، ورزش). در مقابل، گذارهای غیرهنجاری با یک برنامه مشخص اتفاق نمی‌افتند، بلکه

دانشگاه. بیرون رفتن: خروج از یک موقعیت یا شرایط، به عنوان مثال: از دست دادن شغل، که می‌تواند شامل یک روند سوگواری باشد.

(۲) وقتی مردم یاد می‌گیرند که یک موقعیت جدید چگونه کار می‌کند، وارد مرحله گذار می‌شوند. افراد تلاش می‌کنند، تعادل را برقرار می‌کنند و پیامدها و الزامات وضعیت جدید را با بقیه زندگی خود ادغام می‌کنند.

(۳) آنچه در پی می‌آید مرحله خروج است که در آن افراد به یک سری گذار پایان می‌دهند و مشتاقانه منتظر چیز بعدی هستند. این گذار در سایر جنبه‌های زندگی آنها یکپارچه می‌شود و دوره‌ای از ثبات وجود دارد [۱۱].

شلوسبرگ (۱۹۸۴) سه دسته از عوامل را در فرآیند گذار و سازگاری با آن مؤثر می‌دانند. این عوامل عبارتند از: ویژگی‌های گذار، ویژگی‌های فرد و ویژگی‌های محیط. در نهایت، فرآیند گذار بر نتیجه گذار اثر می‌گذارد. این مدل بیشتر به شناسایی نحوه حرکت افراد در فرآیند گذار می‌پردازد و به دنبال شناخت آسیب‌های گذار نیست [۱۲]. غلبه بر گذار بستگی به موارد زیر دارد: الف) ویژگی‌های شخص؛ ب) ادراک گذار؛ و ج) ویژگی‌های محیط قبل و بعد از گذار (حمایت نهادی، حمایت خانواده و غیره). تعیین سن دقیق در دوران نوجوانی برای شروع گذار حرفه‌ای رده‌سنی جوانان به بزرگسالان دشوار است زیرا به عوامل مختلفی بستگی دارد: جنسیت، نوع ورزش و زمینه اجتماعی- فرهنگی [۱۳]. هر یک از این گذارها می‌توانند به تنهایی الزامات و نیازهای ضروری را به دنبال داشته باشند [۱۰]. هنگامی که الزامات گذار سنی از جوانی به بزرگسالی با گذار همزمان (منظور سیستم‌های گذار همزمان در فرآیند رشدی) ترکیب شود، می‌توان الزامات را به طور تصاعدی افزایش دهد [۱۰]. فرآیند گذار حرفه‌ای رده سنی جوانان به بزرگسالان معمولاً بین یک تا چهار سال طول می‌کشد

مسیر ورزشکار تا نخبگی استفاده شده است. شاید مفیدترین نظریه در مورد کاوش در گذار، «مدل گذار حرفه‌ای استامبولو» باشد. این الگو، گذار حرفه‌ای را به عنوان فرآیندی در نظر می‌گیرد که تضاد بالقوه‌ای را بین آنچه ورزشکار است و آنچه ورزشکار می‌خواهد باشد، ایجاد می‌کند، که نیاز به یک پاسخ مقابله‌ای دارد. این پاسخ مقابله‌ای یا مؤثر است، که منجر به یک گذار موفق می‌شود، یا بی‌اثر است، که منجر به گذار دشوار (بحران) می‌شود [۷]. یکی از چالش‌های موجود گذار حرفه‌ای رده‌سنی جوانان به بزرگسالان (گذار در دوره قهرمانی از رده سنی جوانان به رده سنی بزرگسالان) است. گذار رده‌سنی از جوانی به بزرگسالی معمولاً زمانی اتفاق می‌افتد که ورزشکاران از مسابقات جوانان (زیر ۲۰ سال) به مسابقات بزرگسالان (تمام سنین) پیشرفت کنند. بنی و اوکانر (۲۰۰۶) سال‌های گذار را بین ۱۸ تا ۲۴ سالگی توصیف کردند [۸]. با این حال، این بسته به ورزش متفاوت خواهد بود، به ویژه در ورزش‌هایی مانند ژیمناستیک که در آن ورزشکاران احتمالاً در سال‌های جوانی خود به اوج سنی می‌رسند [۹]. این گذار می‌تواند به ویژه دشوار باشد زیرا می‌تواند ورزشکاران جوان را در هر دو حوزه ورزشی و غیرورزشی به چالش بکشد [۱۰]. اگرچه نظریه شلوسبرگ (۱۹۸۴) کاملاً بر روی گذار بزرگسالان متمرکز است، می‌توان آن را برای جوانان و نوجوانان نیز به کار برد. این نظریه اذعان دارد که بزرگسالان به طور مداوم در حال گذار هستند. واکنش‌ها به گذار بستگی به نوع گذار (رویدادها و غیر رویدادها)، ادراک و زمینه و همچنین تأثیر بر زندگی آنها دارد. گذار یک فرآیند در طول زمان است و نقطه پایانی ندارد و شامل مراحل جذب و ارزیابی مستمر در هنگام ورود، عبور و خروج افراد است.

(۱) اولین مرحله برای گذار را می‌توان به صورت زیر در نظر گرفت: نقل مکان: حرکت به یک موقعیت یا شرایط جدید به عنوان مثال: دور شدن از خانه و شروع

مسئله، خودکنترلی، پذیرش مسئولیت، تأمل در خود، عزم، تعهد، انگیزه) پیشنهاد شده‌اند تا به ورزشکاران کمک کنند تا به طور مؤثر با الزامات و موانع کنار بیایند [۲۱]. به طور خاص، منابع فردی به شدت با درجه سازگاری درک شده با سطوح بزرگسالان و با رضایت از ورزش مرتبط بود [۲۱]. مطالعات اخیر نشان داد که سطوح بالای انگیزه به سازگاری ورزشکاران در طول گذار حرفه‌ای رده‌سنی جوانان به بزرگسالان کمک می‌کند [۱۸، ۲۲]. علاوه بر این، هویت ورزشی با تشویق ورزشکاران به اولویت دادن به ورزش و اختصاص زمان و تلاش خود برای توسعه ورزش به شدت با نتیجه گذار حرفه‌ای رده‌سنی جوانان به بزرگسالان مرتبط است [۱۸]. هولینگز، مالت و هیوم (۲۰۱۴) با پنج مرد و شش ورزشکار زن نیوزلندی که در مسابقات قهرمانی دو و میدانی نوجوانان جهان بین سال‌های ۱۹۹۲ و ۲۰۰۶ به فینال مسابقات خود رسیدند، (پنج تا موفق و شش تا ناموفق) از طریق مصاحبه به بررسی گذار حرفه‌ای رده‌سنی جوانان به بزرگسالان ورزشکار نخبه دوو میدانی پرداختند: در واقع به دنبال این بودند که چرا برخی انجام گذار موفقیت‌آمیزی دارند و برخی دیگر این کار را نمی‌کنند؟ آن‌ها یافتند که ورزشکارانی که برای تبدیل شدن به ورزشکاران بزرگسال موفق پیشرفت کردند: (۱) تعهد قابل توجهی به یک هدف کاملاً عینی و واقعی دارند، (۲) به موفقیت بین‌المللی اولیه در مقطع بزرگسال دست یافتند و (۳) یک هویت غالب و قدرت کلیدی داشتند. ورزشکارانی که به عنوان یک ورزشکار بزرگسالان بین‌المللی ادامه پیدا نکردند، دارای ویژگی‌های زیر بودند: (۱) الزامات و استرس‌های رقابتی در زندگی اجتماعی، تحصیلی/ شغلی خود، و (۲) عدم پیشرفت [۲۳]. این مطالعه نشان داد ورزشکارانی که اهداف عینی داشتند و متعهد به آن بودند و در زندگی خود تعادل بین حرفه ورزشی خود و تحصیل و یا شغل

و اغلب توسط ورزشکاران به عنوان بحرانی‌ترین و دشوارترین مرحله گذار در طول دوران حرفه‌ای ورزشی‌شان توصیف می‌شود [۱۴]. تحقیقات تا به امروز نشان داده‌اند که به طور کلی ورزشکاران در طول گذار حرفه‌ای رده‌سنی جوانان به بزرگسالان چالش‌های ذهنی و جسمی متعددی مانند استانداردهای بالاتر در تمرین و رقابت و سازگاری اجتماعی را تجربه می‌کنند و اغلب تعادل بین الزامات تحصیلی حاصل از تغییرات گذار از متوسطه به آموزش عالی و الزامات ورزشی را دشوار می‌دانند [۱۵]. گذار حرفه‌ای از جوانی به بزرگسالی می‌تواند با این واقعیت چالش برانگیزتر شود که این گذار ممکن است چندین سال طول بکشد و ورزشکاران در یک دوره مداوم عدم اطمینان و چالش قرار دارند [۱۶]. گذار حرفه‌ای رده‌سنی جوانان به بزرگسالان یکی از دلایل اصلی ترک تحصیل در ورزشکاران است تقریباً تنها یک سوم از ورزشکاران جوان با موفقیت در حال گذار و ادامه به سطوح بالاتر در ورزش هستند [۱۷، ۱۸].

محور اصلی شواهد مفهومی در مورد گذار در دوران قهرمانی (گذار حرفه‌ای)، مفهوم مقابله است، یعنی فرآیند استفاده از منابع (داخلی و بیرونی) برای مدیریت الزامات و چالش‌هایی که ورزشکاران در یک دوره رشد معین با آن مواجه هستند و پیامدهایی در ادامه در دوران قهرمانی خود یا سازگاری با زندگی پس از قهرمانی دارد [۱۹]. بنابراین، گذار موفقیت‌آمیز در هر دوره‌ای از قهرمانی وجود دارد و شامل تعامل پیچیده بین منابع مقابله‌ای موجود و چالش‌ها یا الزامات هنجاری و غیرهنجاری است که ورزشکاران با آن مواجه هستند و در حوزه‌های مختلف زندگی فرد رخ می‌دهد [۱۹]. به این ترتیب، منابع داخلی و خارجی برای کمک به آنها برای مقابله با گذار حرفه‌ای رده‌سنی جوانان به بزرگسالان مورد نیاز است [۲۰]. برای تسهیل یک گذار موفق، مهارت‌ها و نگرش‌های روان‌شناختی (مانند حل

بافتار و فرهنگ کشور ایران را می‌طلبد. اکثر تحقیقاتی که گذار حرفه‌ای رده‌سنی جوانان به بزرگسالان در کشورهای اسکاندیناوی با فرهنگ و بافتار همان منطقه انجام شده‌اند. با توجه به نیاز به درک گذار حرفه‌ای رده‌سنی جوانان به بزرگسالان در زمینه‌های مختلف، به ویژه آن‌هایی که از نظر فرهنگی با محیط اسکاندیناوی متفاوت هستند، این مطالعه بر زمینه ورزش در ایران، به ویژه رشته دو و میدانی تمرکز داشت. یک مسیر مشترک برای رشد استعداد‌های جوان، شروع رقابت در سطوح بزرگسالان در لیگ‌های کشوری و داخلی است. ورزشکاران قبل از ورود به رده سنی بزرگسالان می‌توانند از این طریق خود را محک بزنند. آگاهی از شاخص‌های گذار حرفه‌ای می‌تواند به ورزشکاران در دوران گذار از رده‌سنی جوانان به بزرگسالان در دوران قهرمانی کمک کرد. لذا پژوهش حاضر به دنبال استفاده از روش نظریه داده بنیاد جهت شناسایی فرایند گذار حرفه‌ای رده‌سنی جوانان به بزرگسالان در دو و میدانی کاران نخبه است.

روش شناسی پژوهش

طرح پژوهش

پژوهش حاضر به لحاظ رویکرد، از نوع کیفی و به لحاظ هدف در یک بخش از نوع کاربردی و در بخش دیگری از نوع بنیادی است. با توجه به اینکه نظریه‌های موجود نمی‌توانند جنبه‌ها، ابعاد مختلف و فرایند گذار حرفه‌ای رده‌سنی جوانان به بزرگسالان در جامعه ایرانی را تبیین کنند از راهبرد نظریه داده‌بنیاد طرح نظام‌مند استفاده شد.

میدان پژوهش و نمونه مورد مطالعه

قلمرو موضوعی این پژوهش شامل حوزه گذار حرفه‌ای رده سنی جوانان به بزرگسالان دو و میدانی کاران نخبه جوان ۱۸ تا ۲۲ سال که سابقه عضویت در تیم ملی و کسب مدال در مسابقات آسیایی و جهانی را در رده‌سنی نوجوان و جوان داشته‌اند، بود. نمونه‌گیری این پژوهش به صورت هدفمند تا

خود ایجاد کردند به مراتب گذار موفق‌تری را سپری می‌کردند. به عنوان یک نمونه گذار موفق در دو و میدانی کشور ایران می‌توان به احسان حدادی که سابقه کسب مدال قهرمانی جوانان جهان (۲۰۰۶) را داشت، اشاره کرد که پس از گذار به رده بزرگسالان در بازی‌های المپیک (۲۰۱۲) (نقره) و مسابقات قهرمانی جهان دو و میدانی (۲۰۱۱) (برنز) و ۴ دوره بازی‌های آسیایی (۴ طلا) و ۶ دوره قهرمانی آسیا (۶ طلا) موفق به کسب مدال گردید. چه عواملی روند رسیدن به سطح نخبگی را در چنین ورزشکارانی تسهیل می‌کند؟ همچنین باتوجه به اطلاعات موجود نمونه از گذار ناموفق را می‌توان به ورزشکاران تیم ملی دو و میدانی نوجوانان ایران حاضر در مسابقات آسیایی تایلند (۲۰۱۷)، با ۲۱ شرکت‌کننده اشاره داشت. از آن ۲۱ ورزشکار ملی‌پوش تنها ۴ نفر امروزه به سطح بزرگسالان گذار موفق را سپری کردند، ۱۷ نفر نتوانستند به سطح بزرگسالان گذار کنند همچنین تیم دو و میدانی دختران و پسران نوجوان ایران که برای حضور در رقابت‌های قهرمانی سال ۲۰۱۹ آسیا با ۲۰ ورزشکار راهی هنگ‌کنگ شدند تنها ۴ نفر به سطح بزرگسالان گذار موفق داشتند و ۱۶ نفر گذار ناموفقی را طی کردند. از ۳ شرکت‌کننده تیم ملی دو و میدانی در مسابقات المپیک جوانان (بومینس آیرس آرژانتین، ۲۰۱۸) هیچ یک گذار حرفه‌ای به رده بزرگسالان نداشتند. از آنجا که رشته دو و میدانی در میان رشته‌های مدال‌آور به دلیل وجود ۲۴ ماده مختلف در بین مردان و ۲۳ ماده در بین زنان، دارای جایگاهی تعیین‌کننده در المپیک می‌باشد، اهمیت و ضرورت بررسی عوامل موثر جهت رسیدن به سطح نخبگی یا رشد استعدادها از قبیل گذار حرفه‌ای رده‌سنی جوانان به بزرگسالان را می‌رساند. فهم عوامل مهم در گذار حرفه‌ای رده‌سنی جوانان به بزرگسالان در دو و میدانی کاران نخبه ایران نیازمند پژوهشی باتوجه به

راهنما و مشاور و متخصص پژوهش کیفی) در مدت زمان کافی ۴ ماه انجام شد.

روش اجرا

بر اساس اصول حاکم بر روش نظریه داده بنیاد، الگوی پارادایمی داده‌های گردآوری شده در سه مرحله کدگذاری باز، محوری و انتخابی شناسایی و ارائه گردید.

تحلیل داده‌ها

تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار تحلیل کیفی مکس کیو. دی.ای، نسخه ۲۰۲۰ طی سه مرحله کدگذاری باز، محوری و انتخابی به دست آمد. به طوری که طی فرآیند کدگذاری باز مقوله‌هایی شامل شرایط علی، عوامل زمینه‌ای، عوامل مداخله‌گر، راهبردها، پدیده اصلی و پیامدهای ناشی از مقوله اصلی تحقیق شناسایی و تنظیم گردید. در کدگذاری باز هر چیزی کدگذاری می‌شود، بنابراین کدهای خیلی زیادی بدون توجه به روابط بین آن‌ها پیدا شد [۲۴].

ملاحظات اخلاقی

با اینکه در پژوهش حاضر به ملاحظات اخلاقی توجه شده است، اما کد اخلاق به آن اختصاص نیافت. برای رعایت اصول اخلاقی به شرکت‌کنندگان نسبت به روند اجرای اطلاع‌رسانی شد. آن‌ها رضایت‌نامه کتبی مبنی بر شرکت در پژوهش را امضا کردند. اطلاعات استخراج‌شده و نام شرکت‌کنندگان محرمانه بود و اجازه خروج از پژوهش هر زمان که بخواهند به آن‌ها داده شد.

یافته‌ها

کدگذاری باز

نخستین مرحله در فرایند تحلیل داده‌ها در طرح نظام‌مند، انجام کدگذاری باز است. کدگذاری باز از نظر واحد تحلیل به صورت سطر به سطر، عبارت به عبارت، یا پاراگراف به پاراگراف یا به صورت صفحه‌ی جداگانه انجام می‌شود. چنانچه واحد کدگذاری، سطر باشد به هر یک از سطرها یا

حد کفایت داده ادامه یافت. به این ترتیب ۱۸ مصاحبه با ورزشکارانی که ملاک ورود به پژوهش را داشتند انجام گرفت.

ابزار گردآوری داده‌ها

برای گردآوری داده‌ها از مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته که به شکل حضوری برگزار شد، استفاده گردید. پس از هماهنگی با ورزشکاران و جلب رضایت مبنی بر اطمینان از محرمانه ماندن محتوای مصاحبه و استفاده ابزاری جهت انجام پژوهش، کلیه مصاحبه‌ها توسط پژوهشگر اصلی انجام شد. فهرست‌واری از موارد مورد نظر جهت کنترل بهتر مصاحبه با رعایت اصل انعطاف‌پذیری در مقابل مسیرهای بدیع در فرایند مصاحبه در اختیار پژوهشگر قرار داشت. مصاحبه‌ها بین ۵۰ تا ۱۰۰ دقیقه به طول انجامید و مکالمات با استفاده از دستگاه ضبط صوت موبایل شیائومی ذخیره و ضبط شد و سپس کلمه به کلمه ثبت شدند. ابتدا هر مصاحبه توسط پژوهشگران مورد بررسی قرار گرفته شد تا مفهوم و درک بهتری از آن حاصل شود. سپس هر مصاحبه پس از نگارش مجدداً با فایل صوتی مقایسه شد. در این مرحله سعی شد جهت بررسی شرایط و وضعیت‌های هیجانی و عاطفی به زیر و بم صدا و کلمات توجه شود و موضوعات خیلی مهم با تاکید بیشتر (خط کشیدن زیر آنها) از بقیه قسمت‌ها متمایز شوند. در فرایند جمع‌آوری داده‌ها و تحلیل آن، پژوهشگر هرگونه نگرش تازه و بدیع در ارتباط با داده‌ها را که حاصل می‌شد را نگارش و برای مصاحبه‌های بعدی به کار می‌برد. برای اطمینان از صحت و سقم و داده‌ها و میزان اعتبار نتایج پژوهش عقیده پژوهش‌گران در ارتباط با یافته‌های پژوهش اخذ و در صورت نیاز تغییرات اعمال گردید. همچنین به منظور بررسی پایایی نتایج و عدم سوگیری سلیقه و نظر شخصی، تمام مراحل پژوهش توسط تیم پژوهشی (استادان

و بهداشت روان‌شناختی، عملکرد ورزشی عالی در سطح بزرگسالان و حرفه ثانویه شناسایی و تشکیل گردید.

کدگذاری محوری

مرحله دوم کدگذاری داده‌ها به کدگذاری محوری مرسوم است. در این مرحله مقوله‌های ۱۸ گانه شناسایی شده در مرحله قبل، در قالب الگوی پارادایمی تنظیم می‌شود به گونه‌ای که مقوله‌ها در شش بخش پدیده اصلی، شرایط علی، شرایط واسطه‌ای، زمینه، راهبرد و پیامد جایگذاری می‌شود. یک از بخش‌های شش‌گانه الگوی پارادایمی با استفاده مقوله‌های تشکیل دهنده، به اختصار تشریح می‌شود.

«شرایط علی» به حوادث، رویدادها و اتفاقاتی اشاره دارد که منجر به وقوع یا توسعه یک پدیده می‌شوند. پدیده به معنای ایده، حادثه، رویداد و واقعه اصلی است که در مورد آن مجموعه‌ای از کنش‌ها یا واکنش‌ها برای اداره کردن آن هدایت می‌شوند یا مجموعه‌ای از کنش‌ها به آن مربوط است [۲۷]. در این مطالعه مقوله‌هایی نظیر ادراک از گذار، عوامل روان‌شناختی، عوامل رشد فردی و الزامات جسمانی به عنوان شرایط علی شناسایی و در الگوی پارادایمی جایگذاری گردید.

ادراک از گذار: نمونه نقل‌قول برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۱۶) به شرح: «تو بزرگسالان بچه بازی نیست دیگه، اگر با دید جوانان بخوای تمرین کنی به هیچ‌جایی نمی‌رسی باید بدونی کجا اومدی»

عوامل روان‌شناختی: نمونه نقل‌قول برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۱) به شرح: «تو بزرگسالان که رسیدم یهو با یک رکورد خفن روبه‌رو شدم که شاید فکر کردن به شکستش خنده دار بود، اما سال اول مریم گفت هدفمون این رکورد، بعد فهمیدم باید گام به گام با برنامه‌ریزی و تلاش به اون برسیم.»

جمله‌ها، کدی الصاق می‌شود. این کدها باید بتواند حداکثر فضای مفهومی و معنای آن را اشباع کنند [۲۵]. در این قسمت به‌جای ارائه تمامی صفحات نگارش شده از مصاحبه‌ها، کدهای باز براساس روایت‌های برآمده از متون مصاحبه ارائه شده است. با استناد به کدگذاری مرحله اول که به کدگذاری باز معروف است، از طریق بازبینی مصاحبه‌های انجام گرفته با ورزشکاران و وارد کردن آن به نرم‌افزار تحلیل کیفی مکس کی‌و‌دی ای ۱۳۷ کدباز شناسایی گردید. لازم به ذکر برخی کدها منحصر به فرد و برخی نیز دو مرتبه یا بیش از دو مرتبه مطرح شده بود. در ادامه کدگذاری باز، کدهای اولیه شناسایی شده به صورت یک شبکه با هم در ارتباط قرار می‌گیرند. همانگونه که ملاحظه می‌شود در ضمن انجام تحلیل، پژوهش‌گر به کدهای اولیه متعددی دست یافته است. نکته مهم در این میان این است که این کدها باید مبنایی باشند، یعنی باید پدیده‌های مشابه با همدیگر طبقه‌بندی شوند، در غیراین صورت بین تعدادی زیادی گزاره مفهومی گرفتار می‌شویم که نمی‌دانیم با آن‌ها چه کنیم. وقتی در داده‌ها پدیده خاصی را مشخص کردیم آنگاه می‌توانیم مفاهیم را بر محور آن‌ها گروه‌بندی کنیم. این کار تعداد واحدهایی را که باید با آن‌ها کار کنیم کاهش می‌دهد. روند طبقه‌بندی مفاهیم که به نظر می‌رسد به پدیده‌های مشابه ربط پیدا می‌کند مقوله‌پردازی نامیده می‌شود. آنگاه به مقوله‌ای که پدیده‌ای را شامل می‌شود یک اسم مفهومی می‌دهیم باید توجه داشت که این اسم باید انتزاعی‌تر از اسامی مفهومی باشد [۲۵]. این نگرش‌ها همه مبتنی بر نگرش‌های کمی و تجربی است؛ اما در یک نگرش کیفی می‌توان نظریه را به مثابه مفهوم سازی دانست [۲۶]. در مرحله دوم کدگذاری باز ۴۲ زیرمقوله شناسایی شد و در ادامه با استناد به نتایج مقوله‌بندی و روابط بین زیرمقوله‌های شناسایی شده، ۱۸ مقوله با نام‌های عاملیت فراشناخت محور، ادراک از گذار، عوامل روان‌شناختی، عوامل رشد فردی، عوامل توسعه عملکرد، منابع حمایتی، منابع فشار روانی، انگیزه بیرونی ارائه شده، الزامات جسمانی که تجربه می‌کنند، عوامل فرهنگی، ارتباطات، برنامه‌های مدیریتی سطح کلان، برنامه‌های آموزشی، مشورت / الگودهی، راهبردهای مقابله‌ای، بهزیستی

منابع حمایتی، نمونه نقل‌قول برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۴) به شرح: «قبل از مسابقات جهانی نایروبی (۲۰۲۱) احسان حدادی اومد اردو، یک دیسک به من و هم‌تیمیون هدیه داد، اینقدر روحیه گرفتیم که انگار می‌خواستیم دنیا رو جابجا کنیم، با اینکه من مدیون خونادم فقط ولی واقعا چنین حمایت‌های انگیزه آدمو برای هدف‌های بزرگتر خیلی زیاد میکنه»

منابع استرس، نمونه نقل‌قول برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۱۲) به شرح: «یکی از منابع استرسی که یک ورزشکار تو روند قهرمانیش به خصوص اوایل دوره بزرگسالی تجربه می‌کنه، آسیب‌های ورزشیه، مخصوصا وقتی که لاعلاج یا دیر خوب بشن، همین باعث میشه خیلی از اون انرژی که از دوران جوانان با خودت داشتی رو از دست بدی، من متاسفانه دچار یک آسیب بدی شدم و هیچکیم نمی‌فهمه چمه و فدراسیون هم قوربونش برم اصلا خیالش نیست من کجام؟ چی شدم؟»

انگیزه بیرونی ارائه‌شده نمونه نقل‌قول برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۱۲) به شرح: «وقتی در دوران جوانان که بودم انرژی درونیم، ارزش‌هام و خانواده شارژم می‌کردند می‌دویدم و تمرین سخت می‌کردم و مسابقه می‌دادم، اما به محض ورود به بزرگسالان یهو به چی بهم گفت برو دنبال نون خربزه آبه، واقعا دیگه فقط پول و پاداش می‌تونست شارژم کنه»

«شرایط مداخله‌گر» به شرایط ساختاری مربوط به راهبردهای کنش/کنش متقابل که مربوط به یک پدیده است، اشاره دارد. آنها تسهیل‌گر یا محدودکننده راهبردهایی هستند که درون یک زمینه خاص قرار دارند. این شرایط شامل فضا، زمان، محل زندگی، وضعیت فن شناختی، خانواده، تاریخ و بیوگرافی فردی هستند. محدوده آنها از

عوامل رشد فردی: نمونه نقل‌قول برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۸) به شرح: «به نظر من تفاوت یک ورزشکار موفق با یک ورزشکار ناموفق در تمرین کردنش نیست، مخصوصا تو بزرگسالان بدنا تو خونه‌ها ساخته میشه، اینکه از ورزش بغمی، دانشت رو ببری بالا بفهمی تمرینی که می‌گیری درسته یا نه»

الزامات جسمانی نمونه نقل‌قول برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۳) به شرح: «من چون توی جوانان هم قهرمان بزرگسالان بودم خیلی برام مهم نبود، حقیقتا یهو تمرینام خیلی سخت شد و خود این بهم به طور استرس وارد کرد که چه خبره مگه؟ من که قهرمان ایرانم، یکی دوتا مسابقه که دادم فهمیدم باید حتی جلسات تمرینم رو بیشتر کنم و گرنه نه به رکورد می‌رسم و نه می‌تونم اون قهرمان قبلی بمونم»

«زمینه» مجموعه خاص ویژگی‌های مربوط به پدیده است. یعنی مکان حوادث یا وقایع مربوط به یک پدیده در طول یک دوره محدود. زمینه بیانگر مجموعه خاص شرایطی است که درون آن راهبردهای کنش/واکنش صورت می‌پذیرد [۲۷]. در این مطالعه مقوله‌هایی نظیر عوامل توسعه عملکرد، منابع حمایتی، منابع استرس، انگیزه بیرونی ارائه‌شده، به عنوان زمینه شناسایی و در الگوی پارادایمی جایگذاری گردید.

عوامل توسعه عملکرد، نمونه نقل‌قول برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۳) در ارتباط با موفقیت اولیه به عنوان یکی از زیر مقوله‌های عوامل توسعه عملکرد به شرح: «من در دوران جوانان قهرمان بزرگسالان ایران بودم، وقتیکه وارد بزرگسالان شدم خیلی ترس نداشتم، تا اینکه اولین مسابقه رو به یکی واگذار کردم و او رکورد ایران رو زد، خیلی شوک بودم و تا چند مسابقه عملکرد خوبی نداشتم».

راهبردهای مقابله‌ای به عنوان راهبردها شناسایی و در الگوی پارادایمی جایگذاری گردید.

برنامه‌های مدیریتی سطح کلان، نمونه نقل‌قول برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۱۰) در ارتباط با تقویم ورزشی مشخص به عنوان یکی از زیر مقوله‌های برنامه‌های مدیریتی سطح کلان به شرح «یکی از مهمترین فاکتورهایی که به یک ورزشکار در روند رسیدن به سطح نخبگی به ویژه در سطح بزرگسالان کمک می‌کند آگاه بودن از زمانبندی مسابقات که بتوانیم به وسیله اون فصل‌بندی کنیم، پیک بدنیمون رو دقیق دربیاریم، بدونیم کی باید تیپر کنیم، یعنی واقعا اگر بخوام بگم یه راه حل خوب که به یک ورزشکار برای رسیدن به سطح نخبگی می‌تونه خیلی کمک کنه یک تقویم درست حسابی و دقیق به ورزشکاراست».

برنامه‌های آموزشی نمونه نقل‌قول برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۲) در ارتباط با آموزش فرزندپروری به والدین به عنوان یکی از زیر مقوله‌های برنامه‌های آموزشی به شرح: «کاش یکی بود به پدرم آموزش میداد اینقدر متوقع نباشه، اینقدر بهم فشار روانی وارد نکنه، من همیشه تو مسابقه بیشتر از مسابقه توقع پدرم به من استرس وارد می‌کرد، قطعا در کنار تمرین و همه شرایط خوب توجیح کردن و آموزش چگونگی رفتار با یک بچه قهرمان به والدین مهمترینه که حلال مشکلات است».

الگودهی، نمونه نقل‌قول برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۱۸) به شرح «فرزانه فصیحی یک الگوی خیلی خوبه ورزشکار موفقه، اون خیلی زحمت کشید، کلی هزینه کرد، رفت صربستان تمرین کرد، ۱۲، ۱۳ تا مسابقه داد کلی رکورد جابجا کرد، جز این روش هیچ روشی جواب نمیده، برای همین مسابقه پیش‌رو فرزانه ۵ تا مسابقه تا الان داده و ما چی؟ به نظر من به فرزانه نباید حسادت کرد باید از اون الگو گرفت، همه حرف می‌زنند ولی وقتی از نزدیک ببینی چقدر داره تلاش می‌کنه دیگه ساکت میشی به جای حرف زدن مثل فرزانه رفتار می‌کنی»

راهبردهای مقابله‌ای نمونه نقل‌قول برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۱۳) به شرح: «من چه کار کردم؟ من فقط

دورترین شرایط به وضعیت، تا نزدیکترین به آنهاست [۲۷]. در این مطالعه مقوله‌هایی نظیر عوامل مداخله‌گر (عوامل فرهنگی و ارتباطات) به عنوان شرایط مداخله‌گر شناسایی و در الگوی پارادایمی جایگذاری گردید.

عوامل فرهنگی، نمونه نقل‌قول برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۹) به شرح: «نوع تفریحات و خوش‌گذرونی این روزها وسوسه‌انگیزه و دایره ارتباطی، تعدد و تنوع آن شامل دانشگاه، تمرین، دوستان دوران کودکی و غیره می‌تواند تعهد به تمرین رو از بین ببرد یا قطعا تاثیر گذاره که منم اسیر همین شدم»

ارتباطات، نمونه نقل‌قول برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۸) در رابطه با تعارض با مربی به عنوان یکی از زیر مقوله‌های ارتباطات به شرح: «من ورودی مسابقه بسیار مهم بین‌المللی را بدست آورده بودم قبل از یک تایم تریل درد بسیار زیادی در همسترینگم وجود داشت و به نظر می‌رسید که دارم آسیب می‌بینم و این مسئله را با مربی خودم در میون گذاشتم اما اعتنایی نکرد و گفت باید بدوی، من دویدم و همسترینگ پاره کردم و چون تمام سختی‌هایی که کشیده بودم یهو خراب شد دیگر از ورزش بیزار شدم».

«راهبردهای کنش/کنش متقابل» به اداره کردن، مدیریت، پاسخ دادن یا انتقال دادن به پدیده، تحت مجموعه خاصی از شرایط مشاهده شده، از سوی کنش‌گران تدبیر می‌شود. کنش/کنش متقابل ویژگی‌های معینی دارد: نخست ذاتاً فرایندی است؛ از این رو می‌تواند برحسب جنبش یا تغییر در طول زمان مطالعه شود. دوم، کنش/کنش متقابل هدف محور است؛ یعنی در پاسخ به مدیریت پدیده انجام می‌شود، از این رو از طریق راهبردها و تاکتیک‌ها روی می‌دهد. سوم، کنش/کنش متقابل شکست خورده هم اهمیت دارد، چرا که در کنش/کنش متقابل شرایط مداخله‌گر هم باید بررسی شود [۲۷]. در این مطالعه مقوله‌هایی نظیر برنامه‌های مدیریتی سطح کلان، برنامه‌های آموزشی، الگودهی و

درس بخونم و هزینه‌اش هم نرفتن به المپیک بود، مشکلی هم نداشتم، چون به هر حال وجهه‌ای دیگه‌ای رو در خودم ساختم که دغدغه‌های شغلی آینده‌م رو کمتر می‌کنه و شاید اینجوری برای تمرین و اهداف ورزشی آینده‌ام بهتر باشه و با حال بهتری به تمرین بپردازم».

در واقع در کدگذاری محوری برای تشخیص یک مقوله برحسب شرایطی که موجب ایجاد آن شده است، زمینه‌ای که پدیده را احاطه کرده، استراتژی‌هایی که در برابر این پدیده اتخاذ شده است و پیامدهای این استراتژی‌ها تمرکز شده است. هر یک از این ویژگی‌ها زیر مقولات نامیده می‌شوند. از نظر کوربین و استراس کاربرد این مدل محقق را قادر می‌سازد تا درباره داده‌ها به طور منظم بیاندهد و آن‌ها را به شیوه‌های پیچیده بهم مرتبط کند [۲۷].

پدیده محوری

پدیده محوری مکشوف در این پژوهش عاملیت فراشناخت محور بود. فراشناخت، به دانش فرد درباره نظام شناختی خود و چگونگی کنترل آن گفته می‌شود. پیشوند فرا به معنی ارتقا و بالا بردن است. فراشناخت، شناختی است به معنی فکرکردن درباره افکار خود، که فکر کردن می‌تواند درباره آنچه شخص می‌داند باشد، می‌تواند درباره حالت شناختی و احساسی فرد باشد. برای تمایز قائل شدن بین افکار فراشناختی و افکار دیگر، لازم است که منبع فراشناختی را بررسی کنیم. افکار فراشناختی از بیرون نشات نمی‌گیرد و منبع آن به بازنمایی‌های ذهنی شخص از آن واقعیت مربوط می‌شود، که می‌تواند شامل آنچه باشد که شخص می‌داند، اینکه چطور کار می‌کند و احساسی که شخص درباره انجام آن تکلیف دارد [۲۸]. عاملیت به معنای عاملیت یک شخص به معنای قابلیت یا توانمندی مستقل یک شخص برای کنش بر اساس اراده خودش می‌باشد. پس بنابراین عاملیت فراشناخت محور یعنی میزان اندازه و ظرفیت و دانش یک فرد برای کنش است.

به چیزهای منفی که به خودم می‌گفتم گوش ندادم. من خیلی ساده افکار منفیم رو نادیده گرفتم و سعی کردم مثبت فکر کنم تا بیشتر توانمندی‌های خودم رو باور کنم».

«پیامدها» به برون داده‌ها یا نتایج کنش/ واکنش اشاره می‌کنند. کنش/ کنش متقابل که در پاسخ به یا در اداره یک پدیده انجام می‌شوند، پیامدها و نتایجی دارند، اینها همیشه قابل پیش‌بینی نیستند یا بصورت هدفمند انجام نشده‌اند. ممکن است برای افراد، مکان‌ها یا اشیاء باشند یا ممکن است حوادث یا اتفاقاتی مانند بیماری باشند. آنها ممکن است بالقوه یا بالفعل باشند. در زمان حاضر یا در آینده اتفاق بیفتند. از این رو آنچه پیامدهای کنش/ کنش متقابل در یک برهه زمانی است ممکن است بخشی از شرایط در زمانی دیگر باشد [۲۷]. در این مطالعه مقوله‌هایی نظیر سلامت و بهزیستی روانی، بهداشت روانی، عملکرد ورزشی عالی در سطح بزرگسالان و حرفه ثانویه به عنوان شرایط پیامد شناسایی و در الگوی پارادایمی جایگذاری گردید.

مقوله‌هایی نظیر سلامت و بهزیستی روانی، بهداشت روانی، نمونه نقل‌قول برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۱) در ارتباط با حال خوب و احساس ارزشمندی خود به عنوان یکی از زیر مقوله‌های بهزیستی روانی به شرح: «من الان حال خوبی دارم، احساس می‌کنم تلاشمو به اندازه خودم کردم و پشیمون نیستم، مهمتر از هرچیز حالم با ورزش کردنم خوبه، لذت می‌برم و از خودم راضیم»

عملکرد ورزشی عالی در سطح بزرگسالان نمونه نقل‌قول برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۱۶) به شرح: «ثمره ورزشی جوانان و تربیت درست و راه درست در رده سنی جوانان یعنی اینکه بتوانی در بزرگسالان با همون شیب پیشرفت کنی، اصلا نخبه یعنی قهرمانی در بزرگسالان و (لاغیر).

حرفه ثانویه، نمونه نقل‌قول برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۱۸) در ارتباط با تحصیلات به عنوان یکی از زیر مقوله‌های حرفه ثانویه به شرح: «من شانس حضور در مسابقات المپیک ۲۰۲۰ توکیو رو داشتم، اما تصمیم گرفتم

موفق رده سنی جوانان به بزرگسالان و رسیدن به سطح نخبگی اتخاذ کند.

نمونه نقل قول برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۷) به شرح: «در شهر ما پیست دو و میدانی نیست، من روی آسفالت تمرین می‌کردم، خب به طبع خیلی آسیب‌زا بود، هر دو هفته‌ای یکبار ۱۳۰ کیلومتر باید از شهر می‌رفتم تا به پیست برسیم، شرایط سختی داشتم و بقیه بهم می‌گفتند دیوانه‌ای ورزش رو ول کن برو یک رشته دیگری یا برو دنبال کار، ولی من خوش‌بین و امیدوار بودم، من بیدی نبودم که با این بادهای بلرزیم، از همه مهمتر اطمینان به خودم و توانمندی‌هایم داشتم، امکانات نداشتم ولی درونم چیزی بود که انگار می‌دانست، سخت تلاش کردم، خوشحالم که با تحمل اون سختی‌ها تونستم ورودی مسابقات جهانی رو بدست بیارم»

کدگذاری گزینشی (نظری)

کدگذاری نظری عبارت است از چینش کدهای محوری در کنار هم براساس منطق و ارتباط دادن آن با سایر مقوله‌ها، اعتبار بخشیدن به روابط و پر کردن جاهای خالی با مقولاتی که نیاز به اصلاح و گسترش بیشتر دارند [۳۰]. در واقع این مرحله انتزاعی‌ترین سطح کدگذاری است که از طریق آن روابط بین مقوله‌های ایجاد شده تشریح می‌شود. برای رسیدن به یکپارچگی مورد نظر در این مرحله لازم است محقق پدیده اصلی را تنظیم و خود را به آن متعهد کند. خروجی این مرحله چیزی نیست جزء نظریه‌پردازی که حاصل شده است. فریدمن (۱۹۹۹) نظریه را به مثابه یک چهارچوب نظم‌بخش می‌داند که امکان می‌دهد از داده‌های مشابه برای پیش‌بینی و تبیین حوادث تجربی استفاده شود. برخی دیگر نیز نظریه را فرضیه قابل جانشین می‌پندارند. این نگرش‌ها همه مبتنی بر نگرش‌های کمی و تجربی است؛ اما در یک نگرش کیفی می‌توان نظریه را مثابه مفهوم‌سازی دانست [۲۶]. در این قسمت کدگذاری‌های محوری به

فراشناخت به افراد این امکان را می‌دهد تا به طور آگاهانه و سنجیده از مهارت‌هایی که به نظرشان مؤثرتر است، استفاده کنند. فرآیندهای انعکاس و ارزیابی، اسناد مثبت، تصدیق سهم آنها در یک نتیجه موفق، و همچنین انتقال مهارت‌ها و دانش به سایر حوزه‌ها را تشویق می‌کند [۲۹]. فراشناخت افراد را قادر می‌سازد تا با راهبردهای مناسب مهارت‌های خود را با وظایف تطبیق دهند. این فرآیند ضروری است زیرا کنترل شناختی بیشتری می‌دهد و می‌تواند مهارت‌های پردازش اطلاعات را بهبود بخشد و در نتیجه کارایی توانایی یادگیری و حل مسئله را افزایش دهد [۲۹].

عاملیت فراشناخت محور یک ظرفیت چند بعدی شناختی، بینشی و فراشناختی است که زمینه‌ای را فراهم می‌نماید که ضمن تشخیص و تصمیم‌هوشمندانه با واقعیت‌ها تناسبی بهینه و هوشمندانه برقرار نموده و در عمل بر محدودیت‌های جسمی، کارکردی، امکاناتی و محیطی فائق آمده و می‌تواند عملکرد بهینه و هوشمندانه‌ای را به منظور درک شرایط و اقدام موثر برای گذار از شرایط موجود به شرایط ممکن فراهم نموده و عینیت بخشد. فردی که از به‌خوبی از عاملیت فراشناخت‌محور برخوردار است، خواسته خود را هدف قرار می‌دهد سپس داشته‌های خود را بررسی می‌کند، براساس داشته‌های موجود، بهینه‌ترین حالت، یا نزدیک‌ترین یا شرایط ممکن برای نیل به هدف را انتخاب نموده و هوشمندانه و خستگی ناپذیر اقدام می‌کند. بنابراین یک ورزشکار که به لحاظ عاملیت فراشناخت محور غنی باشد، از قابلیت و توانمندی خود برای غلبه بر محدودیت‌ها و تعامل بهینه با شرایط علی شامل ادراک از گذار، عوامل روان‌شناختی، عوامل رشد فردی و الزامات جسمانی در دوره بزرگسالی آگاهی دارد و می‌تواند با وجود شرایط زمینه‌ای همچون منابع فشار روانی، کمبود عوامل پیشرفت عملکرد و شرایط مداخله‌گر همچون مشکلات ارتباطی و خانوادگی و مشکلات فرهنگی راهبردهای موثری در جهت گذار حرفه‌ای

صورت ترکیبی و محتوای هر یک از آنها در قالب کدهای شناسایی شده در قالب گزاره‌ها پرداخته شد. شیوه نظری قرار داده شدند. با استناد به نتایج کدگذاری محوری، کدگذاری‌های نظری به شرح جدول ۱ است. تشکیل الگوی پارادایمی به تبیین روابط بین مقوله‌های

جدول ۱. کدگذاری محوری الگوی ارایه مدل گذار حرفه‌ای جوانان به بزرگسالان دو و میدانی کاران نخبه

ردیف	عناصر شش‌گانه الگوی پارادایمی	مقوله
۱	عوامل علی	ادراک از گذار
۲		عوامل روان‌شناختی
۳		عوامل رشد فردی
۴		الزامات جسمانی
۱	عوامل زمینه‌ای	عوامل رشد عملکرد
۲		منابع حمایتی موجود
۵		منابع فشار روانی
۶		انگیزه‌های بیرونی
۱	عوامل مداخله‌ای	عوامل فرهنگی
		ارتباطات
۱	راهبردها	برنامه‌های مدیریتی سطح کلان
۲		برنامه‌های آموزشی
۳		مشورت / الگودهی
۴		راهبردهای مقابله‌ای
۱	پیامد	سلامت روانی، بهزیستی روانی بهداشت روانی
۲		عملکرد ورزشی عالی در سطح بزرگسالان
۳		حرفه ثانویه
۱	پدیده محوری (مقوله اصلی)	عاملیت فراشناخت محور

ارتباط بین مقوله‌ها

دیگران، احتمال گذار حرفه‌ای موفق‌تری را تحقق بخشد. به عبارتی هرچقدر عاملیت فراشناخت محور ورزشکار و ظرفیت‌ها و شناخت عمیق او برای عملکردی فراگنشی و پرهیز از کنشگری منفعل غنی‌تر باشد احتمال موفقیت در

۱. اگر یک ورزشکار درک و آگاهی بیشتری از مرحله گذار و فراز و فرودها و ویژگی‌های آن داشته باشد می‌تواند مبتنی بر ارتقای بینش فردی و استفاده از تجارب موفق

۵. حمایت‌های اجتماعی از قبیل خانواده و مربیان چه به صورت مالی و چه به صورت عاطفی و اطلاعاتی منابع استرس فرد را تقلیل داده، زمینه لازم برای حفظ اولویت‌های فرد در راه رسیدن و روند رشد نخبگی تا سطح بزرگسالان را فراهم نموده، احتمال ارتقای بهزیستی روان‌شناختی و عملکرد بهینه و پایدار را افزایش خواهد داد.

۶. تقویت عاملیت فراشناخت‌محور در ورزشکاران جوان، مهم‌ترین عامل تعالی‌بخش و خنثی‌کننده و تعدیل‌گری راهبردی در کاهش آسیب‌ها و تفکرات سمی در مواجهه با پیامدهای منابع فشار روانی است به‌گونه‌ای که ضمن تسهیل بهداشت روانی مثبت، احتمال تصمیم‌گیری‌های هدفمند اقتصادی، استفاده بهینه از تجارب پیشکسوتان و سایر نمونه‌های موفق را فراهم نموده و گذار حرفه‌ای رده سنی جوانان تا بزرگسالان را افزایش می‌دهد.

۷. برنامه‌های مدیریتی سطح کلان زمینه‌ای برای فراهم کردن عوامل رشد عملکرد و ایجاد زمینه‌های حمایتی مهیا می‌کند، از طریق برنامه‌های آموزشی مهارت‌های فراشناختی فرد را بالا می‌برد و بنابراین آمادگی فرد برای ورود به گذار حرفه‌ای بیشتر می‌شود و با استفاده از راهبردهای مقابله‌ای چالش‌های موجود در مرحله گذار به احتمال زیاد آسان‌تر درک می‌شود و احتمال گذار حرفه‌ای موفق رده سنی جوانان به بزرگسالان را رقم می‌زند.

۸. مشورت و الگودهی و تجربه زیسته ورزشکارانی که تجربه گذار حرفه‌ای موفق را داشته‌اند می‌تواند درک ورزشکاران را از مرحله گذار بیشتر کند و با آگاهی بیشتر و بکار بردن راهبردهای مقابله‌ای مورد نظر از خود در برابر چالش‌های موجود محافظت کنند و در مجموع روند رشد استعداد تا مرحله بزرگسالی با ضمانت بیشتری طی شود و فرد به موفقیت‌های بیشتری در رده سنی بزرگسالان دست یابد و همچنین به واسطه احساس خشنودی از خود

مواجهه با چالش‌های موجود و گذار حرفه‌ای بهتر افزایش می‌یابد.

۲. هرچقدر تسلط یک ورزشکار به لحاظ استفاده از راهبردهای شناختی هوشمندانه و اقتصادی، مدیریت هیجان بافت‌محور و سرمایه‌های روان‌شناختی افزایش یابد، عاملیت فراشناخت‌محور غنی‌تر، تصمیم‌گیری اقتصادی متناسب‌تر و کنشگری فعال و بهتری را در ارتباط با چالش‌های روانی، محیطی، موقعیتی و عملکردی دوران گذار خواهد داشت. این امر زمینه‌ساز ارتقای بهداشت روانی بهتری را برای ورزشکار فراهم خواهد کرد.

۳. توسعه متوازن و چندبعدی در زمینه‌های فردی و تحولی و حرفه‌ای از جمله سبک زندگی حرفه‌ای برنامه‌ریزی، استفاده حداکثری از فرصت‌های پیش‌آمده و تقویت هوش معنوی به منظور افزایش قدرت تاب‌آوری، گذشت، صبوری و فداکاری برای رسیدن به ارزش‌ها، ظرفیتی را در فرد ایجاد و تقویت می‌کند که نسبت به چالش‌های موجود در گذار مقاوم‌تر بوده و امکان موفقیت او در اتخاذ تصمیمات و عملکرد بهینه را افزایش می‌دهد. می‌توان ظرفیت ایجاد شده را همان عاملیت و محتوای آن را فراشناخت دانست. در مجموع عاملیت‌فراشناخت‌محور آمادگی بهتری را برای ورود به مرحله گذار حرفه‌ای ایجاد می‌کند و به احتمال بیشتری می‌تواند با موفقیت این مرحله را گذار کند و همچنین پیش‌بینی می‌شود بهزیستی روان‌شناختی و حرفه‌ثانویه فرد نیز به تناسب رشد خواهد کرد.

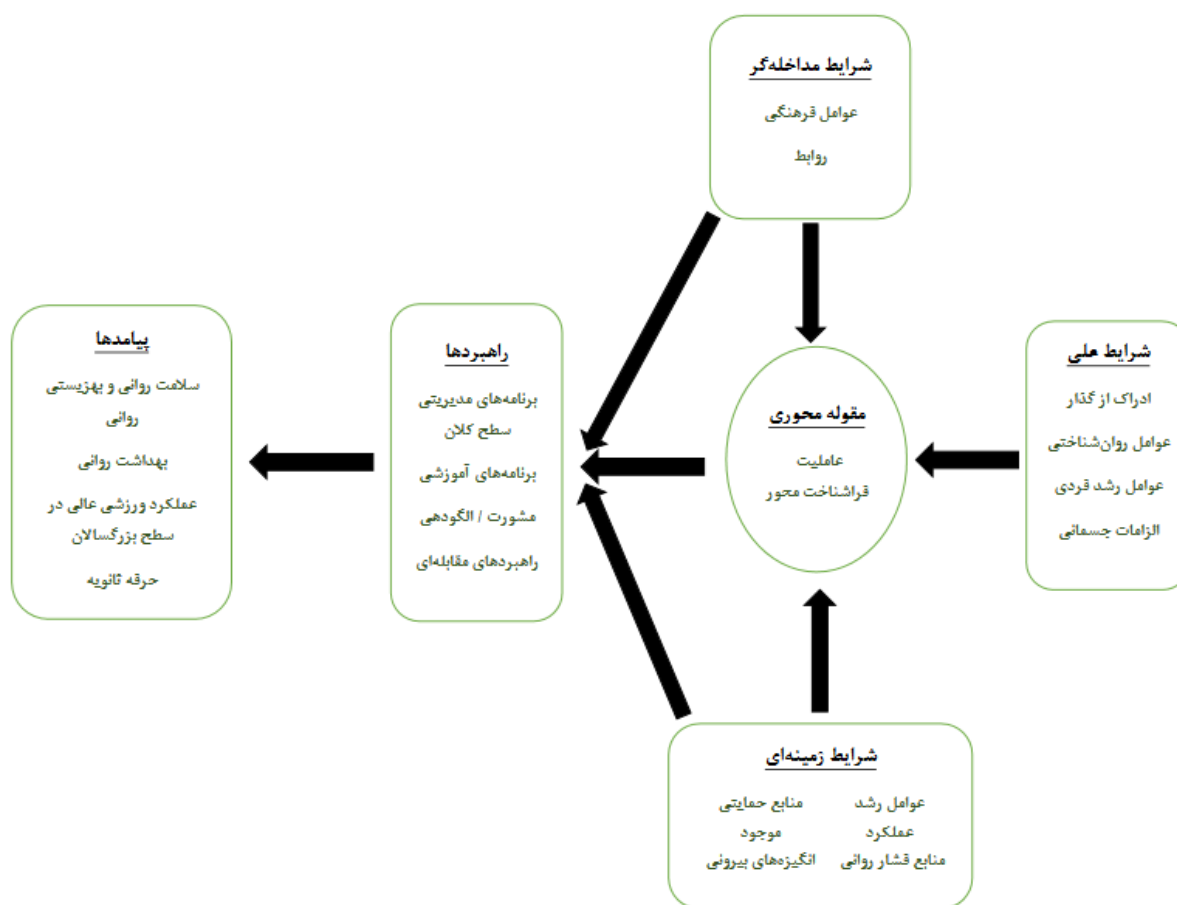
۴. عوامل رشد عملکرد مثل قراردادهای ورزشی توجه رسانه‌ای، امکانات تمرینی می‌تواند زمینه مناسب برای ارتقای انگیزه‌های درونی و بیرونی فرد را فراهم نماید. حفظ عاملیت انگیزه‌محور خود یکی از پایه‌های مهم عاملیت فراشناخت‌محور به منظور گذار موفق و پایدار است.

که در مجموع بهزیستی روان‌شناختی و بهداشت روانی مثبت فرد را به همراه داشته باشد. (شغلی و تحصیلی) نیز می‌تواند زمینه‌های رشد و موفقیت خود را فراهم کند.

۹. در نهایت با رشد جنبه‌های مختلف فرد ورزشکار علاوه بر موفقیت در زمینه ورزشی در دیگر ابعاد زندگی خود

جدول ۲. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی مشارکت‌کنندگان

ردیف	کد مصاحبه	جنسیت	سن	سابقه ورزشکار
۱	A1	زن	۲۱	رکورددار ایران در رده جوانان، عضو تیم ملی جوانان
۲	A2	زن	۲۲	کسب ورودی جهانی رده‌های سنی
۳	A3	زن	۱۹	رکورددار ایران، کسب ورودی جهانی
۴	A4	مرد	۲۰	کسب ورودی المپیک جوانان و مسابقات قهرمانی جوانان جهان
۵	A5	زن	۲۰	کسب ورودی مسابقات قهرمانی جوانان جهان
۶	A6	مرد	۲۰	کسب ورودی مسابقات قهرمانی جوانان جهان
۷	A7	مرد	۲۰	کسب ورودی مسابقات قهرمانی جوانان جهان
۸	A8	مرد	۲۰	کسب ورودی مسابقات قهرمانی جوانان جهان
۹	A9	زن	۲۲	عضو تیم ملی اعزامی به رقابت‌های نوجوانان آسیا ۲۰۱۷
۱۰	A10	مرد	۱۸	کسب ورودی مسابقات قهرمانی جوانان جهان
۱۱	A11	زن	۲۲	عضو تیم ملی اعزامی به رقابت‌های نوجوانان آسیا ۲۰۱۷
۱۲	A12	مرد	۲۰	کسب ورودی المپیک جوانان و مسابقات قهرمانی جوانان جهان
۱۳	A13	مرد	۲۲	عضو تیم ملی اعزامی به رقابت‌های نوجوانان آسیا کسب ورودی مسابقات نوجوانان جهان
۱۴	A14	زن	۱۸	رکورددار ایران عضو تیم ملی جوانان ایران
۱۵	A15	زن	۲۱	دارنده مدال برنز آسیا رده سنی
۱۶	A16	مرد	۲۲	کسب ورودی المپیک جوانان و مسابقات قهرمانی جوانان جهان
۱۷	A17	زن	۲۱	عضو تیم ملی اعزامی به رقابت‌های نوجوانان آسیا
۱۸	A18	زن	۲۲	عضو تیم ملی اعزامی به رقابت‌های نوجوانان آسیا رکورددار ایران



شکل ۱- مدل گذار حرفه‌ای رده سنی جوانان به بزرگسالان دو و میدانی کاران نخبه ایران

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این مطالعه بررسی فرایند گذار حرفه‌ای رده سنی جوانان به بزرگسالان دو و میدانی کار نخبه ایران بود. به این ترتیب، شرایط علی، شرایط زمینه‌ای، شرایط مداخله‌گر و راهبردهای مداخله و پیامدها براساس الگوی پارادایمی شناسایی شدند.

تحلیل داده‌ها به درک فعلی از گذار از جوانان به بزرگسالان دقت و درک می‌دهد و هم به محققین و هم متخصصان درک دقیقی از فرآیند ارائه می‌دهد. این دانش می‌تواند برای حمایت از کار محققان و متخصصان مورد استفاده قرار گیرد. پدیده محوری مطالعه حاضر عاملیت فراشناخت محور بود. عاملیت فراشناخت محور در گذار حرفه‌ای رده سنی جوانان

به بزرگسالان به معنای اندازه و ظرفیت دانش فرد درباره نظام شناختی خود و چگونگی کنترل آن در ارتباط با چالش‌های موجود در گذار است. عاملیت فراشناخت محور به هر فرایندی اطلاق می‌شود که بر هر جنبه‌ای از شناخت نظارت و کنترل دارد. تنظیم فراشناختی شامل برنامه ریزی، تخصیص منابع، تشخیص و تصحیح خطا می‌باشد [۳۱]. در حل مسئله و چالش موجود در گذار حرفه‌ای، پردازش فراشناختی ارزیابی می‌کند که آیا استراتژی فرد کار می‌کند یا خیر. افرادی که کنترل فراشناختی ندارند، استفاده از استراتژی‌های نامناسب را ادامه می‌دهند و گزینه‌های دیگر را در نظر نمی‌گیرند [۳۱] و در مجموع احتمالاً منجر به گذار ناموفق می‌شود. راهبردهای فراشناختی، تدابیری برای نظارت و هدایت مهارت‌های شناختی به شمار می‌روند.

رتبه روبه‌رو می‌شود ورزشکار با عاملیت فراشناخت محور مهارت‌روانی درس گرفتن از شکست‌ها را اتخاذ می‌کند. تجربه فراشناختی یا فرایندهای تنظیم و کنترل، یکی دیگر از فرایندهای فراشناختی است که فرایندهای تفکر فرد را در موقعیت چالش‌برانگیز گذار حرفه‌ای رده سنی جوانان به بزرگسالان هدایت می‌کند. شامل ۳ مولفه: برنامه‌ریزی، نظارت و تنظیم است. برنامه‌ریزی مستلزم تعیین هدف هوشمندانه است، انتخاب راهبردهای مناسب و تنظیم منابعی است که بر عملکرد ورزشی تأثیر می‌گذارد و مسیر رسیدن به سطح نخبگی را تا بزرگسالی ضمانت می‌کند. ورزشکاران موفق ورزشکارانی نیستند که صرفاً تمرین می‌کنند. بلکه ورزشکاران موفق ورزشکارانی هستند زندگی حرفه‌ای خود را در محور ورزش قرار می‌دهند. عوامل رشد فردی از قبیل سبک زندگی حرفه‌ای، ارتباطات سالم، استفاده از حداکثر فرصت‌های پیش‌آمده، رشد ابعاد دیگر زندگی، داشتن تعادل در زندگی. راهبرد نظارت: این مؤلفه شامل پیگیری و توجه به امور زندگی و انجام راهبردهای مناسب و رفتارهایی که روند رسیدن به سطح نخبگی را تضمین می‌کند. به طور مثال در سبک زندگی ورزشکاران حرفه‌ای غذا نمی‌خورند به خاطر گرسنگی یا از روی تکلیف، غذایی می‌خورند که بتوانند بهتر تمرین کنند. آب نمی‌نوشند به خاطر تشنگی، آب می‌نوشند به خاطر نیاز بدنی خود. نمی‌خوابند به خاطر خستگی. می‌خوابند تا ریکاوری لازم جهت تمرین با کیفیت داشته باشند. راهبرد تنظیم: شرکت در مسابقات مختلف و ارزیابی‌های دقیق ورزشکار در دوران گذار حرفه‌ای رده سنی جوانان به بزرگسالان به ورزشکار کمک می‌کند نقاط ضعف خود را شناسایی کنند. آگاهانه جهت بهبود نقاط ضعف‌شان برنامه‌ریزی کنند و به این ترتیب اعتماد به نفس خود را جهت رسیدن به سطح نخبگی در رده سنی بزرگسالان تقویت بکنند.

فراشناخت می‌تواند به درک بهتر، یادگیری بهتر، دستیابی به نتایج تحصیلی بهتر، گرفتن تصمیمات آگاهانه و هوشمندانه در زندگی کمک کند. رشد آگاهی فراشناختی به فرد در استقلال و خودآموزی یاری می‌دهد تا بر یادگیری و روند پیشرفت خود نظارت و کنترل داشته باشد و در رفع نواقص خود بکوشد و گذار حرفه‌ای موفق را تجربه کند. در واقع با توسعه مهارت‌های فراشناختی، ورزشکاران می‌توانند در دوران گذار به صورت اثر بخش چالش‌های پیش‌آمده را مدیریت کنند.

فلاول (۱۹۹۸) فراشناخت را به عنوان آگاهی از اینکه فرد چگونه یاد می‌گیرد، آگاهی از چگونگی استفاده از اطلاعات موجود برای رسیدن به یک هدف، توانایی قضاوت درباره فرایندهای شناختی در یک تکلیف یا موقعیتی خاص، آگاهی از اینکه چه راهبردهایی را برای چه هدف‌هایی مورد استفاده قرار دهد، ارزیابی پیشرفت خود در حین عملکرد و بعد از اتمام عملکرد تعریف کرده است. فراشناخت در گذار حرفه‌ای رده سنی جوانان به بزرگسالان اطلاع فرد از نظام شناختی خود این مؤلفه به دانش فرد در مورد آنچه باید درباره یادگیری و پردازش اطلاعات بداند، نحوه بررسی مطالب و فرآیندهای کنترل کننده است. یعنی فرد از توانایی‌های ذهنی خود در مواجهه با چالش‌های روانی گذار مطلع است. اطلاع فرد از تکلیف: اطلاع فرد و آمادگی فرد از چالش‌های دوران گذار، عاملیت فراشناخت محور نوعی ادراک از گذار است که به عنوان عامل تسهیل‌کننده در فرایند گذار حرفه‌ای رده سنی جوانان به بزرگسالان احتمالاً اثر بخش است. اطلاع فرد از راهبردها: این مؤلفه به آگاهی از راهبردهای شناختی و فراشناختی و اینکه فرد بداند چه وقت و کجا، از چه راهبردی می‌تواند استفاده کند، اشاره دارد. به طور مثال در دوران اولیه گذار که به واسطه تمرینات شدیدتر و الزامات بدنی بیشتر با افت عملکرد و جایگاه و

آن بودم که ثابت کنم این حرفها درست نیست. بعد قرار شد تیم تهران تشکیل شود و من به عضویت این تیم رسیدم. با آیدین و صمد نیکخواه بهرامی آشنا شدم و دوسال بعد قرار شد با همان تیمی جوانانی که من را خط زده بود و آن حرفها را زده بود بازی کنیم. خیلی انگیزه داشتم و آن بازی خوب بازی کردم و بردیم. نکته جالب این است که سرمربی تیم ملی بزرگسالان وقت آقای سعید ارمغانی بود که نظاره‌گر بازی بود و بازی من را پسندید و من را به تیم ملی بزرگسالان دعوت کرد و من به یکباره تمام یازیکنان تیم ملی جوانان که از من جلوتر بودند را پشت سر گذاشتم [۳۲]. عاملیت فراشناخت محور در گذار حرفه‌ای یعنی به این درک برسیم که نگرش یک انتخاب است. نگرش چیزی نیست که به فرد تحمیل شود. بلکه او انتخاب می‌کند چه نگرشی در موقعیت کنونی حتی در نبود امکانات داشته باشد. عاملیت فراشناخت محور یعنی قابلیتی که به فرد این امکان را می‌دهد با وجود محدودیت‌ها و موانع مختلف فرد اقدامی مناسب در جهت آنچه که می‌خواهد انجام دهد و به سمت هدف خود حرکت کند. عاملیت فراشناخت محور در گذار حرفه‌ای همانند استفاده از نرم‌افزارهای مسیریاب هستند، در فرایند رسیدن به یک مقصد اگر مسیری را اشتباه بروید یا مسیری مسدود شود، مسیری جایگزین که به لحاظ زمانی و فاصله مقرون به صرفه است پیشنهاد می‌کند. فراشناخت مانند یک راهنمای درونی است که متوجه می‌شود زمانی که توجه شما کاهش می‌یابد، زمانی که درک شما شکست می‌خورد یا موفق می‌شود، زمانی که تفکر شما معیوب است، زمانی که هدف خود دور شدید و غیره. و راهنمای داخلی اقدامی انجام می‌دهد، خواه شامل تمرکز مجدد توجه، تنظیم مجدد اهداف، تفکر در مورد یک ایده، پرسیدن سوال یا سایر حرکات ذهنی برای برخورد موثرتر با موقعیت باشد. فراشناخت شما را باهوش‌تر می‌کند یا حداقل بهتر می‌توانید از توانایی‌هایتان استفاده کنید.

آنتینویو اروین شناگر مطرح آمریکایی در المپیک ۲۰۰۰ سیدنی در سن بیست سالگی موفق به کسب مدال طلا در ماده ۵۰ متر کرال سینه شد. وی در سال ۲۰۰۴، ۲۰۰۸، ۲۰۱۲ به دلیل عدم کسب حد نصاب لازم موفق نشد به عضویت تیم ملی شنا آمریکا برسد. اما باز هم مایوس نشد. وی در سال ۲۰۱۶ به عضویت تیم ملی شنا آمریکا رسید و مدال طلایی که در سن بیست سالگی بدست آورده بود در سن سی و شش سالگی تکرار کرد. این ورزشکار در ابتدای دوران گذار حرفه‌ای رده سنی جوانان به بزرگسالان خود موفق می‌شود ولی در مرحله بعدی تا حتی سن ۳۲ سالگی از حضور در ۳ المپیک محروم می‌شود. ولی چون یک نگرش مثبتی داشته و عاملیت فراشناخت محور کمک می‌کند که این افراد به یک بینشی برسند که بتوانند شرایط موجود را مدیریت کنند. زهرا نعمتی تا سن ۱۸ سالگی قهرمان تکواندو جوانان ایران بود، وی در سن ۱۸ سالگی بر اثر سانحه تصادف دچار ضایعه نخاعی شد و متأسفانه ادامه زندگی ویلچرنشین شد. اما او ناامید نشد. رویای گرفتن مدال المپیک خود را به رویای مدال پارالمپیک تغییر داد و موفق شد در مجموع سه پارالمپیک ۲۰۱۲، ۲۰۱۶، ۲۰۲۰ سه مدال طلا، یک نقره و یک برنز کسب کند [۳۲].

مهدی کامرانی عضو سابق تیم ملی بسکتبال ایران چنین می‌گوید: وقتی تنها ۱۶ سال داشتم مربی وقت تیم ملی جوانان که سابقه معرفی و تربیت تعداد زیادی ورزشکار نابغه را در کارنامه خود داشت به من گفت که تو برای بسکتبال مناسب نیستی و قد کوتاهی داری. شنیدن این جملات آن هم زمانیکه خود را برای رسیدن به تیم ملی آماده می‌کنی واقعا دردناک بود و من را به عنوان یکی از صدفتری که به تیم ملی دعوت کرده بود خط زد و بعد رفتیم. جملات این مربی من را خیلی ناراحت کرد ولی به من انگیزه مضاعف داد و به خودم گفتم اینقدر خوب می‌شوم که کسی نتواند من را خط بزند، کلی تمرین کردم و ساعتها می‌دویدم و به دنبال

چالش‌های موجود دارد. همانطور که یک ورزشکار در یک جلسه تمرینی خیلی سخت با آگاهی بر سر تمرین حضور پیدا می‌کند و اقداماتی مثل تقویت کردن خود و یا استراحت کافی قبل تمرین انجام می‌دهد تا بتواند جلسه تمرینی سخت و دشوار را طی کند، پس بنابراین اگر نسبت به این مرحله آگاهی و اطلاعات بیشتری داشته باشد و خود را غنی از مهارت‌های لازم کند احتمال بیشتری گذار موفقیت‌آمیز خواهد داشت. در تایید این مطلب میتوان به یافته برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۲) در ارتباط با آمادگی برای مرحله بعدی رقابت به شرح زیر اشاره کرد: «من جوانان که بودم، لیگ بزرگسالان قهرمان می‌شدم، به خاطر همین بعد از پایان رده جوانان ترسی از رقا و تمرین اینا نداشتم اما اولین مسابقه بین‌المللی که دادم فهمیدم دیگه شوخی بردار نیست».

دومین عامل از مقولات علی مکشوف عوامل روان‌شناختی شناسایی شد. مطالعات زیادی عوامل روان‌شناختی متعددی چون عزم برای موفقیت، سخت کوشی، تلاش، اعتماد به نفس، کنترل داشتن، نگیزه درونی، مسئولیت‌پذیری، قدرت ذهنی و تاب‌آوری، کنترل افکار و باورهای منفی در مورد توانایی، آمادگی ذهنی و روحیه ورزشکار را به عنوان عامل تسهیل‌کننده در فرایند گذار حرفه‌ای رده سنی جوانان به بزرگسالان گزارش کردند. به طور مثال میلز و همکاران (۲۰۱۲) دریافتند که نگرش (هرگز تسلیم نشو) متمایل به دادن ۱۰۰ درصد ویژگی‌هایی بودند که احتمال بیشتری برای پیشرفت مثبت یک ورزشکار داشتند [۳۵]. یا به طور مشابه بنی و اوکانر (۲۰۰۶) دریافتند که ورزشکارانی که میل به دستیابی به دستاوردهای بیشتری در ورزش خود دارند، به طور قابل توجهی با احتمال بیشتری با موفقیت به دوره بزرگسالان منتقل می‌شوند [۸]. همچنین میلز و همکاران (۲۰۱۲) روابط بین آگاهی و تاب‌آوری را برجسته کردند.

عوامل علی مکشوف در پژوهش حاضر شامل ادراک از گذار، عوامل روان‌شناختی و عوامل رشد فردی و الزامات تمرینی بیشتر بود. اولین مقوله علی مکشوف در پژوهش حاضر ادراک از گذار بود. این مورد شامل ۲ مقوله است: ۱. انتظارات گذار ۲. درک فرایند گذار. جونز، ماهونی و گوچپاردی^۱ (۲۰۱۴)، موریس، تاد و الیور (۲۰۱۵)، موریس، تاد و یوبانک (۲۰۱۷)، اولسون و پیرسون (۲۰۱۴)، فرانک و استامبولوا^۲ (۲۰۱۹)، استامبولوا، پیرسون و اولسون^۳ (۲۰۱۷) نیز ادراک از گذار را به عنوان عامل تسهیل‌کننده در فرایند گذار حرفه‌ای رده سنی جوانان به بزرگسالان گزارش کردند. پژوهش‌ها نشان داده است که این باور وجود دارد که گذار از جوانی به بزرگسالی با عوامل متعددی از جمله عدم کنترل بر فرایند گذار، افزایش استرس و اضطراب و تجربیات منفی ارتباط دارد (به عنوان مثال کاهش اعتماد به نفس و عملکرد ضعیف) [۳۳]. کاجییا (۲۰۰۸) تاکید کرد که برخی از ورزشکاران از همان ابتدا این گذار را به عنوان یک رویداد نامطلوب درک کردند که دلیل آن افزایش تعداد الزاماتی بود که از آن‌ها داشتند. برعکس، تجارب مثبت گذار به عنوان مثال لذت بردن، عملکرد مثبت و کسب تجربه نیز توسط پژوهش‌ها برجسته شدند [۳۴]. اساساً درک ورزشکاران از گذار، و اینکه چقدر دقیق (یاغیرآن) است، ممکن است تاثیر ادراک آن‌ها بر نتایج گذار را تعیین کند. اگر ورزشکاران گذار را دشوارتر از آنچه هست درک کنند یا چالشی را که تجربه می‌کنند دست کم بگیرند، احتمالاً روند دشوارتری را تجربه خواهند کرد [۱۰].

هرچقدر یک ورزشکار آگاهی و درک بهتری از موقعیت‌های موجود در گذار حرفه‌ای رده سنی جوانان به بزرگسالان داشته باشد به احتمال زیاد پاسخ بهتری نسبت به

1. Jones, Mahoney, Gucciardi

2. Franck, Stambulova,

3. Stambulova, Pehrson, and Olsson

خصوص در دوره گذار است. آمادگی ذهنی بیشتر کمک می‌کند تا ورزشکار چالش‌های پیشرو را در دوران گذار به صورت مثبت مدیریت کنند و از طریق مواجهه مثبت با چالش‌ها روند رو به رشدی در عملکرد خود طی می‌کنند.

در تایید این مطلب یافته برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۳) در ارتباط با اعتماد به نفس به شرح زیر است: «اگر چیزی رو باور داشتم هیچ‌وقت ناامید نمی‌شدم، صدمه شکست می‌خوردم باز تلاش می‌کردم تا اون چیزی که می‌خوام بدست بیارم».

همچنین یافته برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۱) در ارتباط با پذیرش، سازگاری به شرح زیر است: «من از قبل پذیرفته بودم که چندسالی باید پشت بزرگسالان بدوام، اینطوری خودم راحت‌تر تونستم با سختی‌ها وقف بدم».

در ارتباط با انگیزه درونی نیز یافته برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۳) شامل نقل قول زیر است: «همیشه تمرین کردن منو از درون ارضا می‌کرد و حس می‌کردم من ایجاد می‌شد که با بدست آوردن هیچ پولی چنین تجربه‌ای نداشتم، حس شجاعت، برتری، حس ارزشمند بودن. ته دنیاست».

در ارتباط با صلاحیت، شایستگی و مسئولیت‌پذیری یافته برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۸) به شرح زیر است: «ورزش حرفه‌ای دشوار است. نیازمند تغذیه حرفه‌ای است. نیازمند هزینه‌های مالی. ولی من همه این‌ها رو پذیرفتم، همه کارها رو خودم انجام دادم، خودم درآمد کسب کردم چون شایسته کسب بهترین‌ها بودم».

سومین عامل مقوله علی گذار عوامل رشد فردی شناسایی شدند. رشد فردی به تمایل ورزشکاران برای رشد و پیشرفت اشاره دارد. در مجموع این عناصر برای پیشرفت ورزشکاران مثبت تلقی می‌شوند و ممکن است از گذار آن‌ها به ورزش بزرگسالان حمایت کنند. فرانک و استامبولوا (۲۰۱۹)

پیشنهاد دادن به ورزشکارانی که خودآگاهی دارند می‌تواند چالش‌هایی را ایجاد کند که ورزشکار تامل کند و بفهمد که برای موفقیت در سطح بزرگسالان چه چیزهایی لازم است [۳۵]. موریس^۱ و همکاران (۲۰۱۳) دریافتند که اعتماد به نفس یک عامل مهم مرتبط با گذار در فوتبال است اما ساختاری شکننده است. آن‌ها دریافتند که درک ورزشکاران از اعتماد به نفس در طول مراحل مختلف گذار تغییر کرده است، و ورزشکاران اعتماد به نفس جدیدی را پس از گذار تجربه می‌کنند [۱۰]. مطالعات ارتباط مثبتی را بین ورزشکارانی که توانایی سازگاری با الزامات جدید و موقعیت‌های چالش برانگیز با کیفیت گذار آن‌ها دارند را برجسته کردند. سرکار و هیلتن^۲ (۲۰۲۰) ورزشکارانی که قدرت ذهنی یا تاب‌آوری از خود نشان می‌دهند، توانایی غلبه بر موانع شخصی و زمینه‌ای در ورزش خود را دارند و این به عنوان یک ویژگی مهم در رشد ورزشکاران شناخته شده است [۳۶]. موریس (۲۰۱۳) دریافت که فقدان تعهد یک مانع داخلی است که می‌تواند به پیشرفت بازیکنان آسیب برساند. فقدان تعهد ممکن است به این معنا باشد که ورزشکاران به طور کامل متعهد به کار سخت و فداکاری لازم برای تبدیل شدن به یک ورزشکار بزرگسال موفق نیستند [۱۰]. همچنین به طور کلی آمادگی ذهنی این امکان را به فرد می‌دهد که در شرایط چالش‌زا و استرس‌زای دوران گذار ورزشکار بتواند بهترین عملکرد فنی خود را به نمایش بگذارد. ورزشکاران در گذار حرفه‌ای رده‌سنی جوانان به بزرگسالان با انواع مختلفی از فشارهای روانی، چالش‌ها، و مشکلات بیرونی (منابع استرس، کمبود الزامات حمایتی، کمبود امکانات) عوامل درونی مثل (تعادل زندگی، خستگی و ناامیدی، تردید به توانایی خود، ناپایداری هیجانی) روبه‌رو هستند که جزیی جدایی‌ناپذیر از محیط‌های ورزشی به

1. Morris

2. Sarkar, Hilton

قادر به یادگیری مهارت‌های جدید، جذب اطلاعات، دریافت بازخورد و آماده برای کارهای سخت توصیف شدند [۴۰].

در مجموع عناصر توسعه فردی برای پیشرفت ورزشکاران مثبت تلقی می‌شوند و ممکن است از گذار آن‌ها به ورزش بزرگسالان حمایت کنند. در دوران گذار حرفه‌ای رده سنی جوانان به بزرگسالان فرد با چالش‌ها و افکار پریشانی مواجه می‌شود. عناصر رشد فردی به وی کمک می‌کند که کارهای بیهوده و خارج از الویت را حذف کند، ارزش‌ها و اهداف خود را الویت‌بندی کند و به آن‌ها نظم دهد و برنامه‌ریزی کند. رشد فردی در دوران گذار موجب می‌شود که چطور نه بگوییم و فضای آرام در زندگی و ذهن خود ایجاد کنید. حتی کمک می‌کند تا سبک زندگی سالم، رژیم غذایی مناسب و خواب حرفه‌ای داشته باشیم.

در تایید این مطلب یافته برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۸) در ارتباط با توسعه دانش ویژه ورزش زیر مقوله‌های، مقوله رشد فردی به شرح زیر است: «برای اینکه درک درستی از برنامه تمرینی داشته باشم و هدف جلسه تمرینی رو بهتر درک کنم مطالعه می‌کردم».

دومین دسته از مقوله‌های پژوهش حاضر مربوط به مقوله‌های زمینه‌ای بود. مقوله‌های زمینه‌ای شامل عوامل رشد عملکرد، منابع حمایتی، منابع فشار روانی و انگیزه‌های بیرونی بود.

عوامل رشد عملکرد هم تسهیل‌کننده و هم تضعیف‌کننده به سمت نتایج گذار تلقی شدند. هولینگز (۲۰۱۴)، جونز، ماهونی، و گوچاردی (۲۰۱۴)، موریس، تاد و الیور (۲۰۱۶)، پامل و لاوالی (۲۰۱۹) دریافتند ورزشکارانی که بر روی دستیابی به عملکرد مثبت و پیشرفت شخصی تمرکز می‌کنند، احتمال بیشتری دارد که تجربیات مثبت گذاری داشته باشند. حامیان کلیدی شناسایی کردند که توانایی

دستیابی به تعادل زندگی را به عنوان یک عامل مهم شناسایی کردند که می‌تواند گذار از جوانان به بزرگسالان را تسهیل کند. برای اینکه ورزشکاران یک گذار موفق را تجربه کنند، تحقیقات نشان می‌دهد که برای ورزشکاران بسیار مهم است که بین تمام اجزای زندگی خود مانند ورزش، کار، تحصیل و روابط به تعادل مثبت دست یابند [۳۷]. موریس، تاد و الیور (۲۰۱۶)، اولسون و پیرسون (۲۰۱۴)، پامل و لاوالی (۲۰۱۹) توسعه دانش ویژه ورزش را به عنوان تسهیل‌کننده گذار حرفه‌ای گزارش کردند. دانش ویژه ورزش به تمایل ورزشکاران برای افزایش درک مربوط می‌شود و افزایش درک آن‌ها از عوامل کلیدی است که ممکن است بر حرفه ورزشی آن‌ها تاثیر بگذارد و از جمله تکنیک‌ها و مهارت‌های کلیدی است. چنین دانشی می‌تواند تضمین کند که ورزشکاران از مهارت‌های کلیدی آگاه هستند و می‌توانند در زمان حرکت به سمت ورزش بزرگسالان، از مهارت‌های کلیدی استفاده کنند [۳۸]. جونز، ماهونی و گوچاردی (۲۰۱۴)، موریس، تاد و الیور (۲۰۱۶)، پامل و لاوالی (۲۰۱۹) اشاره کردند ورزش نه تنها فرصتی را برای ورزشکاران جوان فراهم می‌کند تا مهارت‌های ورزشی خود را توسعه دهند، بلکه بستری برای ایجاد و توسعه مهارت‌های خود در سایر زمینه‌های زندگی نیز فراهم می‌کند [۳۹]. موریس، تاد و یوبانک (۲۰۱۷)، اولسون و پیرسون (۲۰۱۴)، استامبولوا، پیرسون و اولسون (۲۰۱۷) اشاره کردند که باید از فرصت‌هایی که همراه با گذار فراهم می‌شود بیشترین استفاده را ببرند. فرصت‌ها، موقعیت‌ها یا رویدادهایی را نشان می‌دهند که در آن نتیجه حاصل می‌تواند مثبت یا منفی باشد اما می‌تواند بر پیشرفت بازیکنان تاثیر بگذارد (به عنوان مثال، به دست آوردن فرصت به دلیل آسیب‌دیدگی رقیب، عملکرد خوب زمانی که یک پیش‌آهنگ تیم بزرگسالان حضور دارد) [۱۵]. جونز و همکاران (۲۰۱۴) یافتند ورزشکاران دارای علاقه به مربیگری به عنوان افرادی مایل و

ورزشکاران در دوران گذار تسهیل‌کننده باشد [۱۵، ۲۲، ۳۷]. حامیان موجود در مطالعه حاضر خانواده و مربیان شخصی و نوع آن عاطفی و مالی بودند اما انتظار ورزشکاران برای حمایت بهینه که می‌توانست به گذار موفق آنها کمک کند و می‌توانست به طور ویژه در طول گذار برجسته باشند: علاوه بر خانواده، مربیان، هم‌تیمی‌ها، همتایان، پشتیبانی سازمانی، مدیران، روان‌شناس، پیشکسوتان، زمان حمایت در فرایند قهرمانی، حمایت عاطفی، اطلاعاتی، ملموس، محترمانه، مالی بود. پامل و همکاران (۲۰۰۸) دریافتند که حمایت خانواده به ویژه در مراحل اولیه گذار بر کیفیت گذار ورزشکاران تاثیر می‌گذارد. خانواده‌های ورزشکاران نقش مهمی در ارائه حمایت دارند [۳۳]. همچنین آلیج (۲۰۰۸)، موریس و همکاران (۲۰۱۶) مربی را به عنوان عامل اصلی در ارائه حمایت از ورزشکاران در حال گذار معرفی کردند. حمایت اجتماعی به عنوان تسهیل‌کننده‌های خارجی شناسایی شدند که به ورزشکاران در دوران گذار از جوانان به بزرگسالان کمک می‌کردند [۳۸]. فرانک و استامبولوا (۲۰۱۹) عوامل روانی اجتماعی از جمله خانواده، مربیان و محیط باشگاه ورزشی را به موجود را که به عنوان تسهیل‌کننده فرآیند گذار تلقی می‌کردند [۳۷].

حمایت اجتماعی ممکن است تاثیر مثبتی بر انواع رفتارها و احساسات در بازتوانی آسیب‌های ورزشی، مقابله با فشارهای روانی، تحلیل‌رفتگی، فعالیت جسمانی جوانان و عملکرد ورزشکاران در دوران گذار حرفه‌ای رده سنی جوانان به بزرگسالان داشته باشد. علاوه براین، حمایت اجتماعی با افزایش ادراک جو و انسجام تیمی در ارتباط است. به طور کلی حمایت اجتماعی، اطلاعات، ارزیابی، اطمینان و همراهی را برای ورزشکاران فراهم می‌کند؛ عدم قطعیت در زمان استرس را کاهش می‌دهد؛ به بازیابی ذهن و جسم کمک می‌کند؛ و مهارت‌های ارتباطی را بهبود می‌بخشد. یک ورزشکار در مطالعه حاضر نیاز ورزشکاران را برای دسترسی

تفکر استراتژیک در مورد پیشرفت عملکرد خود را دارند و بر سایر ورزشکاران تمرکز نمی‌کنند، احتمالاً یک نتیجه گذاری مثبت را تجربه می‌کنند [۳۸، ۳۹]. فرانک و استامبولوا (۲۰۱۹)، روینزدال (۲۰۱۵) یافتند سطح مهارت فنی ورزشکاران یک تغییر مرتبط با ورزش است که در طول دوره گذار رخ می‌دهد و ورزشکاران نیاز دارند تا در طیف وسیعی از مهارت‌های خاص ورزش مهارت بیشتری پیدا کنند [۳۷، ۴۱]. موریس، تاد، و الیور (۲۰۱۶)، پامل و لاوالی (۲۰۱۹) یافتند توانایی بازتاب و ارزیابی عملکردهای شخصی، این پتانسیل را دارد که به ورزشکاران در دوران گذار از جوانان به بزرگسالان کمک کند [۳۸، ۳۹]. بنی و اوکانر (۲۰۰۶)، فرانک و استامبولوا (۲۰۱۹)، هالینگز (۲۰۱۴) نشان دادند که ورزشکاران در صورتی که عملکردهای موفق را در اوایل مرحله گذار تجربه کنند، احتمالاً یک گذار موفق را تجربه خواهند کرد. آنها ارتباط مثبتی را بین دستیابی به موفقیت زودهنگام و کیفیت گذار از جوانان به بزرگسالان توصیف کردند [۳۷].

در تایید این مطلب یافته برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۱۱) در ارتباط با مهارت‌فنی به شرح زیر است: «یکی از نقاط قوت من که حتی در دورانی که شاید بدن خیلی خوبی هم به لحاظ آمادگی نداشتم مهارت‌فنی من بود. چیزی که شاید در جوانان که باید بیشتر بهش اهمیت داد. خوشبختانه من روی تکنیکم خیلی خوب کار کرده بودم و یک نقطه قوتم بود».

دومین عامل از مقوله‌های زمینه‌ای عوامل حمایتی شامل (منابع حمایتی موجود، نوع حمایت، زمان حمایت) بود. فرانک و استامبولوا (۲۰۱۹)، موریس، تاد، و یویانک (۲۰۱۷)، موریس، تاد، و الیور (۲۰۱۵)، موریس، تاد، و الیور (۲۰۱۶)، استامبولوا، پرسون و اولسون (۲۰۱۷) دریافتند حمایت اجتماعی یک عامل بیرونی است که می‌تواند در رشد

خوبی داشته باشد زیرا می‌توسد توسط مربی خود تنبیه شود. درحالی که این ممکن است تاثیر مثبتی بر عملکرد ورزشکاران داشته باشد، ترس از تنبیه شدن می‌تواند باعث آسیب‌روانی به ورزشکار شود که می‌تواند منجر به پیامد منفی بر سلامت روان و رفاه آن‌ها شود. با این حال، برعکس، چندین مطالعه نشان دادند که پاداش‌های بیرونی، از جمله شناخته شدن به عنوان یک ورزشکار بزرگسال و افزایش دستمزد هنگام حرکت به سمت ورزش بزرگسالان، به ورزشکاران برای گذار موفقیت آمیز انگیزه می‌دهد [۲۲].

در همین راستا یافته برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۸) در ارتباط با انگیزه‌های بیرونی و تغییر در الویت‌هایش به شرح زیر است: «وقتی در دوران جوانان که بودم انرژی درونیم، ارزش‌هام و خانواده شارژم می‌کردند می‌دویدم و تمرین سخت می‌کردم و مسابقه می‌دادم، اما به محض ورود به بزرگسالان فقط پول و پاداش می‌تونست شارژم کنه».

چهارمین عامل از مقوله‌های زمینه‌ای منابع فشار روانی بود. منابع فشار روانی که می‌تواند تاثیر منفی بر رشد ورزشکاران و گذار به ورزش بزرگسالان داشته باشد. فرانک و استامبولوا (۲۰۱۹) و هولینگز (۲۰۱۴) به درک افزایش قابل توجه استانداردها بین مسابقات نوجوانان و بزرگسالان اشاره کردند. این افزایش استاندارد می‌تواند باعث شود که ورزشکاران اعتماد به نفس و باور توانایی خود را برای گذار از سطح پایه به سطح بزرگسالان کاهش دهند زیرا شکاف در استانداردهای عملکرد بسیار زیاد است [۳۷]. تحقیقات نشان داده است که اگر ورزشکاران معتقد باشند که در طول فرآیند گذار از حمایت اجتماعی کافی برخوردار نیستند، اعتماد به نفس خود را از دست می‌دهند و همچنین فشار روانی‌شان افزایش می‌یابد [۳۴]. فشار زمانی را به عنوان منبع بالقوه فشار روانی برای ورزشکاران در طول مراحل مختلف گذار به ورزش بزرگسالان شناسایی کردند.

به حمایت عاطفی دوستان خود به دور از محیط ورزشی بیان کرد: داشتن دوستان و خانواده برای حمایت از آن‌ها به دور از محیط ورزشی می‌تواند تاثیر مثبت زیادی بر کسانی که به رده‌سنی بزرگسالان گذار می‌کنند داشته باشد. هنگامی که آنان گذار می‌کنند، اغلب عبور از آن برای آن‌ها دشوار نیست، به طوری که آن‌ها در پایان روز ناامید و عصبانی خواهند شد و با داشتن نوعی حمایت و کسی که در خانه با آن صحبت می‌کنند، کمک زیادی به آن‌ها می‌شود.

در تایید این مطلب یافته برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۴) در ارتباط با حمایت خانواده و مربی به شرح زیر است: «خیلی وقت‌ها که اون چیزی که می‌خواستم نمی‌شد یا تمرین خیلی طاقت‌فرسا بود پدرم بهم خیلی کمک می‌کرد و صحبت‌هایش یک قوت و زوری بهم می‌داد که اینگار یک نیرویایی چیزی خوردم».

سومین عامل از مقوله‌های زمینه‌ای انگیزه شامل دو موضوع، تغییر در اولویت‌ها و انگیزه‌های بیرونی. بنی و اوکانر (۲۰۰۶)، کاسیجا (۲۰۰۷)، فرانک، و استامبولوا (۲۰۱۹)، موریس، تاد و یوبانک (۲۰۱۷) تغییر در اولویت‌های ورزشکاران با گذار آن‌ها از رده‌سنی جوانان به بزرگسالان گزارش کردند [۸، ۲۲، ۳۷، ۴۲]. در مطالعه ویچیچ (۲۰۰۴) برخی از ورزشکارانی که گذار ناموفق به ورزش بزرگسالان را تجربه کردند، بیان کردند که قادر به مقابله با چالش‌های بیرونی مرتبط با این گذار نبودند، انگیزه خود را از دست دادند و متعاقباً احساس کردند که باید از ورزش فاصله بگیرند و سایر زمینه‌های زندگی خود را در اولویت قرار دهند [۴۳]. انگیزه بیرونی این پتانسیل را دارد که هم تاثیر تسهیل‌کننده و هم تضعیف‌کننده بر گذار داشته باشد. انگیزه بیرونی به انجام کاری اشاره دارد زیرا منجر به یک نتیجه یا پاداش خارجی قابل تفکیک می‌شود [۴۴]. به عنوان مثال، یک ورزشکار ممکن است بخواهد در یک مسابقه عملکرد

دارند می‌شود و بودجه بیشتر هزینه تقویت افراد شانس مدال می‌شود». فرانک، و استامبولوا (۲۰۱۹)، اولسون و پیرسون (۲۰۱۴)، استامبولوا، پرسون، و اولسون (۲۰۱۷) یافتند درحالی که انگیزه درونی به عنوان یک منبع شناخته شد، فقدان انگیزه می‌تواند مانع گذار ورزشکاران به ورزش بزرگسالان شود [۳۷]. موریس و همکاران، (۲۰۱۶)، روینزدال، (۲۰۱۵) گزارش کردند که هنگام گذار از ورزش در سطح جوانان به ورزش سطح بزرگسالان افزایش قابل توجهی در فیزیک بدنی تمرین وجود دارد که می‌تواند تاثیر منفی بر روند گذار داشته باشد [۳۸، ۴۱]. درو، موریس، تاد و یوبانک (۲۰۱۹) در فرامطالعه تحقیقات کیفی در مورد گذار حرفه‌ای از جوانان به بزرگسالان منابع فشار روانی را به عنوان یک عامل خارجی تضعیف‌کننده برای گذار حرفه‌ای از جوانان به بزرگسالان شناسایی کرد [۴۷] که با نتایج مطالعه حاضر یکسان بود. به طور کلی منابع فشار روانی یک عاملی برای تقلیل منابع خودکنترلی و منابع درونی است هرچقدر ورزشکار این منابع رو صرف کنترل عوامل فشار روانی کند منابع کمتری در ارتباط با زمینه اصلی دارد.

در همین راستا یافته برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۱۵) در ارتباط با منابع فشار روانی به شرح: «یکی از منابع استرسی در دوران گذار از رده جوانان به بزرگسالان به ما وارد می‌شود فشار وزارت ورزش و کمیته ملی المپیک به نتیجه‌گراییه. چون فدراسیون باید در قبال عدم نتیجه‌گیری در یک رویدادی پاسخ‌گو باشد خب طبیعیه که توجه و حمایت بیشتر به افرادی که شانس مدال دارند می‌شد و بودجه بیشتر هزینه تقویت افراد شانس مدال می‌شد».

در تایید این مطلب یافته برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۸) در ارتباط با الزامات مالی به عنوان زیر مقوله منابع فشار روانی به شرح: «ورزش قهرمانی یعنی پول، شما اگر پول نداشته باشی چطوری می‌تونی دو دست کفش با این

ورزشکارانی که درحال تجربه گذار از جوانان به بزرگسالان بودند، باید تعهدات ورزشی و غیرورزشی خود را مدیریت می‌کردند، همچنین آن‌ها دریافتند که دائماً تحت فشار هستند و سعی می‌کنند زمان خود را به طور موثر مدیریت کنند [۴۵]. برخی از فشارهای زمانی که ورزشکاران شناسایی کردند شامل داشتن زمان کمتر برای فعالیت‌های غیرورزشی (مثل مدرسه، دوستان، محل کار)، زمان کمتر برای انجام تکالیف مدرسه و مشکلات در مدیریت موثر زبان بود [۴۶]. افزایش فشار برای عملکرد در سطوح بزرگسالان منبع فشار روانی در طول دوره گذار است، زیرا ورزشکاران دائماً باید توانایی‌های خود را ثابت کنند [۹]. فرانک و استامبولوا (۲۰۱۹)، پامل و لاوالی (۲۰۱۹)، استامبولوا، پرسون و اولسون (۲۰۱۷)، شکست‌ها و آسیب‌ها را به عنوان منبع فشار روانی در دوران گذار از جوانان به بزرگسالان شناسایی کردند. گذار از ورزش جوانان به بزرگسالان معمولاً یک پیشرفت غیرخطی است و ورزشکاران در طول مسیر خود با شکست مواجه می‌شوند [۳۳]. آسیب معمولاً دلیل اصلی کناره‌گیری از ورزش نیست. با این حال، می‌تواند در تصمیم‌گیری یک ورزشکار برای پایان دادن به حرفه خود نقش داشته باشد [۴۶]. در مطالعه موریس و همکاران (۲۰۱۶)، ورزشکاران گزارش دادند که سازمان‌های ورزشی تا حد زیادی حمایت می‌کنند، اما فشار روانی‌های سازمانی را به شکل افزایش انتقاد از سوی مدیریت و هم‌تیمی‌ها در مقایسه با تجربیاتشان در تیم نوجوانان تجربه کردند [۳۸]. در همین راستا یافته برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۸) در ارتباط نتیجه‌گرایی به عنوان زیر مقوله منابع فشار روانی به شرح زیر است: «یکی از منابع استرس ورزشکاران در دوران گذار از جوانان به بزرگسالان فشار وزارت ورزش و کمیته ملی المپیک به نتیجه‌گرایی است. چون فدراسیون باید در قبال عدم نتیجه‌گیری در یک رویدادی پاسخ‌گو باشد بنابراین توجه و حمایت بیشتر به افرادی که شانس مدال

می‌کردند. این فشار می‌تواند از سوی همه افراد مهمی که در رشد ورزشکاران دخیل هستند، از جمله خانواده، دوستان و فامیل دوستان خانوادگی باشند [۴۹]. ورزشکاران همچنین والدین خود را هنگامی که پیش از حد درگیر ورزش خود می‌شوند و از عملکرد آن‌ها انتقاد می‌کنند منبع تضعیف‌کننده و عامل فشار روانی می‌دانند [۲۲]. برعکس، اگر ورزشکاران در این نوع محیط نباشند، ممکن است با چالش‌های حضور در محیطی عاری از حمایت از رشد استعدادها مواجه شوند. به عنوان مثال، در چنین محیط‌هایی، مشخص شده است که ورزشکاران اغلب احساس می‌کنند که نمی‌دانند با توجه به رفتارها و فرهنگ مورد انتظار چه انتظاری داشته باشند، قبل از اینکه به ورزش بزرگسالان بروند. سطح عدم اطمینان بر میزان آمادگی ورزشکاران بر گذار تاثیر می‌گذارد [۴۰]. در نتیجه، هنگامی که آنها به ورزش بزرگسالان گذار می‌کنند و با فرهنگی مواجه می‌شوند که اغلب برای ورزشکاران جوان چالش برانگیز است، مهارت‌ها و شایستگی‌های آن‌ها را می‌طلبند، از حمایت محروم می‌شوند و توانایی خود را برای یکپارچگی "آزمایش" می‌کنند، می‌توانند اثرات منفی این موضوع را تجربه کنند [۳۸].

در همین راستا برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۱۲) در ارتباط با تعارض با مربی به عنوان زیرمقوله ارتباطات به شرح: «من ورودی مسابقه بسیار مهم بین‌المللی را بدست آورده بودم قبل از یک تایم تریل درد بسیار زیادی در همسترینگم وجود داشت و به نظر می‌رسید که دارم آسیب می‌بینم و این مسئله را با مربی خودم در میون گذاشتم اما اعتنایی نکرد و گفت باید بدوی، من دویدم و همسترینگ پاره کردم و چون تمام سختی‌هایی که کشیده بودم پهلو خراب شد دیگر از ورزش بیزار شدم».

قیمت‌ها گرفت؟ چطور می‌تواند همیشه لباس گرفت؟ چطور می‌تواند همیشه مکمل خرید؟ به نظر ۵۰ درصدش پوله».

سومین مقوله از مقوله‌های مدل پارادیمی در پژوهش حاضر مقوله‌های مداخله‌گر شامل عوامل فرهنگی (شامل: فرهنگ و ارزش‌های کلی سازمانی و فرهنگ و ارزش‌های رشد جوانان) ارتباطات (شامل ارتباطات خانوادگی، همسالان، دوستان، هم‌تیمی‌ها، تعارض مربی ورزشکار، افراد مهم) بود. جونز و همکاران (۲۰۱۴)، میلز و همکاران (۲۰۱۲)، موریس و همکاران (۲۰۱۶)، روینزدال (۲۰۱۵) و درو و همکاران (۲۰۱۹) در مورد نقش فرهنگ باشگاهی یا فرهنگ ورزش و تاثیر آن بر گذار از جوانان به بزرگسالان بحث کردند. اگر سازمانی رشد استعدادها را جزء کلیدی فرهنگ و ارزش‌های سازمانی خود بداند، ورزشکاران به احتمال زیاد در این زمینه حمایت می‌شوند، به این معنی که احتمال بیشتری برای تجربه گذار مثبت خواهند داشت [۳۸] که با نتایج پژوهش حاضر همسو بود. فین و مک کنا (۲۰۱۰)، اولسون و پرسون (۲۰۱۴)، استامبولوا، پرسون و اولسون (۲۰۱۷) یافتند فرهنگ جوانان دور از ورزش بر کیفیت گذار ورزشکاران تاثیر منفی می‌گذارد. فرهنگ جوانان به رفتارهای مشکل آفرینی اطلاق می‌شود که خارج از محیط ورزشی رخ می‌دهد و می‌تواند با جلوگیری از تمرکز ورزشکاران بر ورزش خود، مانعی برای ورزشکاران شود [۴۸، ۱۵]. در تایید این مطلب یافته برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۹) در ارتباط با فرهنگ و ارزش‌های جوانان به عنوان زیر مقوله عوامل فرهنگی به شرح: «نوع تفریحات و خوش‌گذرونی این روزها وسوسه‌انگیزه و دایره ارتباطی متعدد و تنوع آن شامل دوستان دانشگاه، تمرین، دوستای دوران کودکی و غیره می‌تونه تعهد به تمرین رو کم کنه». چندین مورد مهم دیگر به عنوان منبع مداخله‌گر برای ورزشکاران تلقی می‌شدند، اغلب برای اینکه فشار بیشتری را برای موفقیت به آن‌ها وارد

علاوه بر عوامل زمینه‌ای، مداخله‌گر و علی این پژوهش ۴ راهبرد مداخله‌ای را شناسایی کرده است که می‌تواند گذار از ورزش جوانان به بزرگسالان را تسهیل کند. ۱- راهبردهای مقابله‌ای ۲- مدل‌سازی (مشورت) و مربی‌گری ۳- برنامه‌های آموزشی ۴- برنامه‌های مدیریتی سطح کلان. مقابله به عنوان (تلاش‌های شناختی و رفتاری برای تسلط، تحمل یا کاهش الزامات و تعارض‌های بیرونی و درونی بین آن‌ها) تعریف می‌شود [۵۰]. موریس، تاد و الیور (۲۰۱۶)، پامل و لاوالی (۲۰۱۹)، استامبولوا، پرسون و اولسون (۲۰۱۷)، فرانک و استامبولوا (۲۰۱۹) راهبردهای مقابله‌ای که در ادبیات مورد بحث قرار گرفته‌اند عبارتند از تنظیم هیجانی، گوش دادن به موسیقی، توانایی حل مسئله و مقابله مشکل محور [۴۲]. در همین راستا برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۵) در ارتباط با راهبرد مقابله‌ای مورد نیاز گذار اعم از آمادگی ذهنی و روانی به عنوان زیرمقوله راهبردهای مقابله‌ای به شرح زیر است: من چه کار کردم؟ من فقط به چیزهای منفی که به خودم می‌گفتم گوش ندادم. من به سادگی افکار منفی را نادیده گرفتم و سعی کردم مثبت فکر کنم تا بیشتر توانمندی‌های خود باور کنم. توانایی به کارگیری راهبردهای مقابله‌ای همان عاملیت فراشناخت محور است که فرد را در موقعیتی چالش برانگیز برمی‌انگیزاند تا به خوبی با استفاده از منابع درونی خود بر آن چالش غلبه کند. پامل، و لاوالی (۲۰۱۹)، استامبولوا، پرسون و اولسون (۲۰۱۷) استفاده از مدل‌سازی مربیگری را به عنوان یک استراتژی مفید در هنگام مذاکره برای گذار از ورزش جوانان به بزرگسالان برجسته کردند. ورزشکاران جوان ممکن است جنبه‌هایی مانند رفتارهای موردانتظار و مهارت‌ها و دانش اساسی را که در ورزش بزرگسالان نیاز دارند را از طریق مشاهده و مدل سازی در طول مراحل مختلف گذار بیاموزند [۳۸].

همانطور که قبلاً مشخص شد، با پیشنهاد این مدل از گذار رده سنی جوانان به بزرگسالان بر اساس مطالعه کیفی داده بنیاد، راهنمایی برای متخصصان که با ورزشکارانی که در

عملکردهای ورزشی و توانایی رشد ابعاد دیگر زندگی از جمله حرفه ثانویه. بسیاری از پژوهش‌های قبلی در مورد گذار حرفه‌ای در طول دوران قهرمانی بر روی چگونگی موفقیت ورزشکاران در ورزش بزرگسالان متمرکز شده است [۲۲]. این تعریف محدود ممکن است برای سازمان‌هایی مناسب باشد که بر رشد استعدادها و دستیابی به نرخ گذار بالا از جوانان به بزرگسالان که ممکن است به سود مالی کمک کند (به عنوان مثال، فروش بازیکنانی که از سیستم جوانی خود برای سود مالی آمده‌اند) مناسب باشد. در مقابل، نهادهای حاکم روان‌شناختی، مانند شورای حرفه‌های بهداشت و مراقبت (۲۰۱۲) در بریتانیا، تصریح می‌کنند که متخصصان روان‌شناسی باید به فکر افزایش سلامت روانی و رفاه افرادی باشند که از آنها حمایت می‌کنند. این شرط نشان می‌دهد که تعریف گذار موفقیت‌آمیز که بر نتایج صرفاً عملکرد تمرکز دارد، محدود است، زیرا ممکن است در نظر نگیرد که آیا ورزشکاران از نظر روانی سالم هستند یا خیر. بنابراین علاوه بر موفقیت در رده بزرگسالان باید سلامت روانی و رشئ بعد دوم فرد شامل (زمینه‌های تحصیلی، شغلی اعم از مربیگری و غیره) مورد بررسی قرار می‌گیرد. در همین راستا برگرفته از مصاحبه با ورزشکار (با کد ۱۸) در ارتباط با حرفه ثانویه به عنوان زیر مقوله پیامدها به شرح زیر است «من شانس حضور در مسابقات المپیک ۲۰۲۰ توکیو رو داشتم، اما تصمیم گرفتم درس بخونم و هزینه‌اش هم نرفتن به المپیک بود، مشکلی هم نداشتم، چون به هر حال وجهه‌ای دیگه‌ای رو در خودم ساختم که دغدغه‌های شغلی آینده رو کمتر می‌کنه و شاید اینجوری برای تمرین و اهداف ورزشی آینده‌ام بهتر باشه و با حال بهتری به تمرین بپردازم».

پیامدهای گذار مشخص شده در مدل در سه دسته اصلی مشخص می‌شوند: بهزیستی روان‌شناختی ورزشکاران و

مدل را تقویت می‌کند زیرا منابع شخصی، حمایت محیطی و الزامات پیش‌بینی‌کننده سازگاری با سطوح نخبگی در سطح بزرگسالان بودند، در حالی که راهبردهای مقابله و حمایت محیطی پیش‌بینی‌کننده رضایت از ورزش بودند. این یافته‌ها اهمیت این تعادل خوب بین آن عوامل کلیدی را برجسته می‌کند و تأکید می‌کند که آماده‌سازی با کیفیت باید برای تسهیل پیشرفت در طول JSCT وجود داشته باشد.

۲. منابع فردی: نتایج نشان داد که منابع فردی و درونی نسبت به حمایت محیطی پیش‌بینی‌کننده قوی‌تری برای سازگاری بودند. به این ترتیب، تقویت منابع داخلی ورزشکاران در مراحل اولیه ممکن است کلیدی باشد. منابع شخصی که در این مطالعه بالاترین رتبه را کسب کردند، مهارت‌های جسمی، عوامل روانشناختی، عاملیت فراشناخت‌محور و انتظارات و درک از گذار بودند. نقش حیاتی "منابع فردی" یا "منابع داخلی" در رابطه با تعدیل در طول JSCT در ادبیات نشان داده شده است [۱۸]. با این حال، انواع منابع فردی عوامل روان‌شناختی (مانند انگیزه، هویت ورزشی) توسط محققان شناسایی شده است [۱۸، ۳۸] که نیاز به آمادگی جسمانی و ذهنی را در قبل از انجام تمرینات ورزشی در JSCT برجسته می‌کند. این آمادگی به ورزشکاران این امکان را می‌دهد تا یک جعبه ابزار جامع و گسترده از منابع شخصی برای مقابله با الزامات و چالش‌های آینده JSCT ایجاد کنند. به این ترتیب، به نظر می‌رسد که برای متخصصان و محیط‌های توسعه استعداد برای تسهیل توسعه آن منابع از اهمیت حیاتی برخوردار باشد. تعدادی از رویکردها را می‌توان به همین دلیل اجرا کرد، مانند آموزش مهارت‌های ذهنی یا یک برنامه مداخله آموزش فراشناخت، آماده‌سازی ورزشکاران برای JSCT همچنین می‌تواند توسط محیطی که در آن در حال توسعه

حال انجام یا در حال گذراندن دوره جوانانی به بزرگسالان هستند تدوین شد. از مدل گذار حرفه‌ای رده‌سنی جوانان به بزرگسالان می‌تواند به عنوان راهنمایی برای سوالات مشاوره، شناسایی تسهیل‌کننده‌ها و تضعیف‌کننده‌های بالقوه برای گذار در شرایط فعلی خود، و دوره‌های احتمالی که در آن ممکن است نیاز به مداخله و حمایت الزامی باشد شناسایی شوند و استفاده کنند. این مدل گذار همچنین مبنایی را برای پژوهش‌های آینده فراهم می‌کند.

مدل گذار حرفه‌ای رده‌سنی جوانان به بزرگسالان احتمالاً می‌تواند پیش‌بینی کند که با در نظر گرفتن راهبردهایی چون برنامه‌های مدیریتی سطح کلان، برنامه‌های آموزشی، مشورت / الگودهی، راهبردهای مقابله‌ای مذکور ورزشکاران را به لحاظ عاملیت شناخت محور غنی کند تا بر چالش‌های موجود در شرایط علی ادراک از گذار، عوامل روان‌شناختی، عوامل رشد فردی و الزامات جسمانی که تجربه می‌کنند و شرایط زمینه‌ای از قبیل عوامل توسعه عملکرد، منابع حمایتی، منابع فشار روانی، انگیزه بیرونی ارائه شده، و شرایط مداخله‌گر شامل عوامل فرهنگی و ارتباطات در گذار حرفه‌ای غلبه کند و بهزیستی و بهداشت روان‌شناختی مثبت، عملکرد ورزشی عالی در سطح بزرگسالان و رشد حرفه ثانویه یا بعد دومی (از قبیل تحصیل یا شغل) را تجربه کند.

نتایج کاربردی:

۱. الگوی پارادایمی گذار حرفه‌ای رده‌سنی جوانان به بزرگسالان (JSCT): مدل گذار حرفه‌ای در دوران قهرمانی استامبولو (۲۰۰۳، ۲۰۰۹) بیان می‌کند که نتیجه گذار (به عنوان مثال، گذار مثبت یا بحران) توسط استراتژی‌های مقابله‌ای مورد استفاده توسط ورزشکاران و تعادل پویا بین موانع و منابع تعیین می‌شود. یافته‌های مطالعه حاضر این

ویژگی‌های کلیدی مانند مهارت‌های مقابله، تفکر مستقل، مهارت‌های فراشناختی، همچنین ارائه حمایت عاطفی و ملموس کمک کنند.

۷. الگوهای نقش (ورزشکاران با تجربه) به ویژه در آغاز JSCT می‌تواند یک منبع خارجی بسیار مفید برای ورزشکاران جوان باشد. به عنوان مثال، همسالان با تجربه‌تر می‌توانند آنها را تشویق کنند و به آنها کمک کنند تا درک بهتری از آنچه در سطح بزرگسالان لازم است داشته باشند. این حمایت ارزشمند از سوی ورزشکاران مسن‌تر، ورزشکاران جوان را قادر می‌سازد تا بهتر در محیط و الزامات سبک زندگی رقابت در سطوح بزرگسال ادغام شوند. ایده الگوها در محیط‌های ورزشی موفق در اسکاندیناوی شناسایی شده است [۵۱] و یافته‌های اخیر نشان می‌دهد که الگوها می‌توانند به آماده‌سازی برای JSCT کمک کنند تا یک گذار موفق را تسهیل کند [۳۹]. در حالی که مزایای الگوبرداری واضح به نظر می‌رسد، مهم است که بدانیم مداخلات مرتبط ممکن است یا به دلیل دسترسی محدود و یا ماهیت وقت‌گیر بودن چالش برانگیز باشد.

۸. جالب توجه است، "ترکیب ورزش با مدرسه/کار" یکی از الزامات اصلی در این مطالعه بود که به طور بالقوه آن را به عنوان یک عامل مثبت برای سازگاری برجسته می‌کند. تحقیقات قبلی نشان داده است که الزامات حرفه‌ای دوگانه می‌تواند برای توسعه و عملکرد ورزشی و همچنین آمادگی برای آینده مثبت باشد، اگر به صورت حمایتی و با دقت مورد بررسی قرار گیرد [۵۲]. در نتیجه، حتی ورزشکارانی که به سطح نخبگان «نمی‌رسند» این فرصت را خواهند داشت که به شیوه‌ای سالم شکست بخورند و برای گذار در سایر حوزه‌های زندگی خود مجهزتر شوند.

۹. این داده‌ها همچنین اهمیت اتخاذ یک رویکرد جامع را در رشد ورزشکاران در زمینه الزامات گذار حرفه‌ای، تشویق به

هستند تسهیل شود زیرا منابع شخصی ممکن است با منابع خارجی موجود در ارتباط باشد.

۳. الزامات: جدیدترین نتیجه‌ای که از داده‌ها به دست آمد این بود که الزامات به طور قابل توجهی با تعدیل در سطح بزرگسالان و افزودن به دانش موجود ما در ادبیات بررسی JSCT مرتبط بود. مشخص شده است که گذار شامل تعدادی از الزاماتی است که ورزشکاران برای سازگاری با مرحله بعدی دوران قهرمانی خود، در سطح بزرگسالان باید با آنها کنار بیایند. این الزامات ممکن است شامل اهداف یا الزامات بیرونی باشد که ورزشکار می‌خواهد در آن مرحله به آنها دست یابد. به عنوان مثال، متعادل کردن اهداف ورزشی با سایر اهداف زندگی و سازماندهی مجدد سبک زندگی آنها. جستجوی مسیر فردی خود در ورزش؛ مقابله با فشار انتخاب یا عدم انتخاب؛ کسب اعتبار در میان همسالان و مقابله با مشکلات بالقوه رابطه. این ممکن است پیامدهای مهمی برای روشی داشته باشد که مربیان و سازمان‌های ورزشی الزامات و چالش‌ها را از طریق فرآیند رشد درک و مدیریت می‌کنند.

۴. منابع حمایتی: اهمیت حمایت محیطی در طول JSCT مشخص شده است که ضرورت این نوع حمایت را برجسته می‌کند. یافته‌های این مطالعه این را به‌عنوان یک عامل کلیدی که به کیفیت سازگاری با سطح بزرگسالان و همچنین رضایت از ورزش کمک می‌کند، تأیید کرد. در مطالعه حاضر، حمایت مربی و خانواده بالاترین نوع حمایت محیطی بود. این موضوع ادبیات قبلی را تقویت می‌کند که نقش حیاتی شبکه‌های حمایتی جامع از همسالان و والدین را برای پیشرفت موفقیت‌آمیز ورزشکاران به رسمیت می‌شناسد.

۶. والدین می‌توانند نقش مهمی در رشد استعدادها داشته باشند. به طور مثبت، خانواده‌ها می‌توانند به توسعه

پیش‌بینی‌کننده قابل توجه تعدیل شناسایی کرد و به این ترتیب ممکن است به طور بالقوه یک مکانیسم "در حال توسعه" در طول JSCT باشد.

۷. حمایت محیطی با هم تیمی‌ها و خانواده به عنوان قوی‌ترین حامی در این زمینه بود. به این ترتیب، در دسترس بودن این نوع حمایت‌ها و استفاده بهتر از الگوهای نقش ممکن است سودمند باشد.

۸. مهمترین مقوله گذار حرفه‌ای رده جوانان به بزرگسالان که می‌تواند احتمال گذار موفق‌آمیز را پیش‌بینی کند عاملیت فراشناخت محور است. هدف اساسی آموزش مهارت‌های فراشناختی، خودکنترلی و خودآموزی می‌باشد تا افراد بتوانند فرایندهای شناختی خود را در جهت اهداف تعیین شده خویش، هدایت و کنترل کنند. مهارت‌ها و راهبردهای فراشناختی به فرد امکان می‌دهد تا به انتخاب، کنترل، نظارت، مدیریت و بهبود فرایندهای شناختی بپردازد.

پیشنهاد‌های پژوهشی:

۱. پیشنهاد می‌شود سازه عاملیت فراشناخت محور در سایر ورزش‌های دیگر مورد بررسی و واکاوی قرار بگیرد.
۲. فرایند شکل‌گیری و تقویت عاملیت فراشناخت محور به تناسب ورزش‌های مختلف و سنین مختلف و موقعیت‌های مختلف شناسایی و بازنمایی شود.
۳. عاملیت فراشناخت محور در دو و میدانی با استفاده از نمونه‌های موفق ورزشکاران نخبه دو و میدانی به صورت مجزا واکاوی و شناسایی شود.

تشکر و قدردانی

در پایان از ورزشکاران حاضر در پژوهش که مدل حاصله در پژوهش از تجربه‌زیسته آن‌ها کشف شد تشکر و قدردانی می‌شود.

رشد مهارت‌های بین فردی و حمایت از رشد حرفه دوگانه و ثانویه از قبیل (تحصیل یا شغل) نشان می‌دهد.

۱۰. مدل گذار حرفه‌ای رده جوانان به بزرگسالان مدل رشد استعداد و رسیدن به سطح نخبگی است.

در پایان، موارد زیر را پیشنهاد (کاربردی) می‌شود:

۱. ورزشکارانی که از حمایت مالی، اجتماعی و تامین مادی مناسب قبل از گذار برخوردار باشند، احتمال بیشتری برای گذار موفقیت‌آمیز از جوانان به بزرگسالان دارند.

۲. ورزشکارانی که در یکی از سه سطح علی، زمینه‌ای و مداخله‌گر حمایت می‌شوند، احتمال بیشتری دارد که دوره گذار حرفه‌ای موفق در رده جوانان به بزرگسالان را تجربه کنند نسبت به زمانی که هیچ پشتیبانی ارائه نمی‌شود.

۳. تدارک ترکیبی، که در آن تمرکز قبل از گذار بر حمایت در سطوح علی، زمینه‌ای و مداخله‌گر به عنوان تدارک ترکیبی است، به نتیجه مثبت‌تری نسبت به حمایت در یکی از این سطوح به تنهایی منجر خواهد شد.

۴. اگر ورزشکاران تغییر عملکرد منفی را تجربه کنند، احتمال بیشتری دارد که تغییرات نامطلوب سلامت روان و رفاه را تجربه کنند و بالعکس. و اگر ورزشکاران گذار عملکرد مثبت را تجربه کنند، به احتمال زیاد تغییرات مثبتی در سلامت روان و بهزیستی تجربه خواهند کرد و بالعکس.

۵. منابع فردی، حمایت‌های محیطی و اجتماعی و الزامات محیطی پیش‌بینی‌کننده‌های قابل توجهی برای سازگاری در سطح نخبگان بزرگسال هستند.

۶. نتیجه فرآیند JSCT تحت تأثیر تجربیات قبل از گذار است و بنابراین آمادگی با کیفیت (شامل انتظارات روشن، تمرین مهارت‌های ذهنی، چالش و آمادگی جسمانی) می‌تواند برای قادر ساختن ورزشکاران به خوبی از نظر فیزیکی و ذهنی آماده شود. بر اساس تحقیقات قبلی، مطالعه حاضر مهارت‌های فراشناختی را به عنوان یک

References

1. Aziziani, M., Mahmoudi, A., Mehri, S., & Hematiafif, A., Identifying the Challenges Facing Elite Athletes in Individual Sports (A Phenomenological Approach). 2021. <https://doi.org/10.22089/smrj.2021.9911.3282>
2. Stambulova, N.B. and R.D. Samuel, Career transitions, in The Routledge international encyclopedia of sport and exercise psychology. 2020, Routledge. p. 119-134.
3. Brewer, B., J.L. Van Raalte, and A.J. Petitpas, Self-identity issues in sport career transitions. Career transitions in sport: International perspectives, 2000: p. 29-43. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00049-3](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00049-3)
4. Drew, K.L., Investigating the Junior-to-Senior Transition in Sport: Interventions to Support the Transitional Process. 2020: Liverpool John Moores University (United Kingdom). <https://doi.org/10.24377/LJMU.t.00013008>
5. Streno, M., et al., International student-athlete transition into collegiate sport in the United States. Health Psychology Report, 2020. **8**(1): p. 38-46. <https://doi.org/10.5114/hpr.2019.90383>
6. Wylleman, P. and D. Lavallee, A developmental perspective on transitions faced by athletes. Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective, 2004: p. 507-527.
7. Alfermann, D. and N. Stambulova, Career transitions and career termination. 2007.
8. Bennie, A. and D. O'Connor, Athletic transition: an investigation of elite track and field participation in the post-high school years. Change: Transformations in education, 2006. **9**(1): p. 59-68.
9. Law, M.P., J. Côté, and K.A. Ericsson, Characteristics of expert development in rhythmic gymnastics: A retrospective study. International journal of sport and exercise psychology, 2007. **5**(1): p. 82-103.
10. Morris, R., Investigating the youth to senior transition in sport: From theory to practice. 2013, Aberystwyth University.
11. Schlossberg, N.K., J. Goodman, and M.L. Anderson, Counseling adults in transition: linking schlossberg's theory with practice in a diverse world. 2012: Springer Publishing Company.
12. Tojari, F., & Moshgelgosha, E., Process of Transition from Athletics to Retirement: Charner & Scholssberg Model. Sports Management Studies, 2013. **5**(19): p. 63-80.
13. Stambulova, N.B. and T.V. Ryba, A critical review of career research and assistance through the cultural lens: towards cultural praxis of athletes' careers. International review of sport and exercise psychology, 2014. **7**(1): p. 1-17.
14. Franck, A. and N.B. Stambulova, Individual pathways through the junior-to-senior transition: Narratives of two Swedish team sport athletes. Journal of Applied Sport Psychology, 2020. **32**(2): p. 168-185.
15. Stambulova, N.B., S. Pehrson, and K. Olsson, Phases in the junior-to-senior transition of Swedish ice hockey players: From a conceptual framework to an empirical model. International Journal of Sports Science & Coaching, 2017. **12**(2): p. 231-244.
16. Stambulova, N. Talent development in sport: career transitions perspective. in 2006 International Society of Sport Psychology Managing council Meeting and International Forum of the Psychology of Olympic Excellence, Taipei, Taiwan, October 13-15, 2006. 2006. Society of Sport and Exercise Psychology of Taiwan (SSEPT).
17. Franck, A., N. Stambulova, and F. Weibull, Profiles of personal characteristics and relevant pathways in the junior-to-senior transition: a longitudinal study of Swedish athletes. International Journal of Sport Psychology, 2016. **47**(6).
18. Franck, A., N.B. Stambulova, and A. Ivarsson, Swedish athletes' adjustment patterns in the junior-to-senior transition. International Journal of Sport and Exercise Psychology, 2018. **16**(4): p. 398-414.
19. Park, S., D. Lavallee, and D. Tod, Athletes' career transition out of sport: A systematic review. International review of sport and exercise psychology, 2013. **6**(1): p. 22-53.
20. Baron-Thiene, A. and D. Alfermann, Personal characteristics as predictors for dual career dropout versus continuation—A prospective study of adolescent athletes from German elite sport schools. Psychology of sport and exercise, 2015. **21**: p. 42-49.
21. Cupples, B.B., Holistic Athlete Development in Australian Rugby League: From a Better Understanding of Developmental Environments to Addressing Individual Challenges. 2020, University of Sydney.
22. Morris, R., D. Tod, and M. Eubank, From youth team to first team: An investigation into the transition experiences of young professional athletes in soccer. International Journal of Sport and Exercise Psychology, 2017. **15**(5): p. 523-539.
23. Hollings, S.C., C.J. Mallett, and P.A. Hume, The transition from elite junior track-and-field athlete to successful senior athlete: Why some do, why others don't. International Journal of Sports Science & Coaching, 2014. **9**(3): p. 457-471. <https://doi.org/10.1260/1747-9541.9.3.457>
24. Artinian, B.M., T. Giske, and P.H. Cone, Glaserian grounded theory in nursing research: Trusting emergence. 2009: Springer Publishing Company.
25. Mohammadhassan, F., et al., Presenting International Relations Development Model through sport. Strategic Studies on Youth and Sports, 2022. **21**(57): p. 149-172.

26. Flick, U., An introduction to qualitative research, Translate by Hadi Jalil (In Persian). 2022, Tehran, Iran.: Nei Press.
27. Strauss, A. and J. Corbin, Basics of qualitative research Grounded Theory (procedures and techniques). Translated by Buick Mohammadi. Institute for Humanities and Cultural Studies, Tehran, Third Edition.(Persian). 2011.
28. Khoshravesh V, J.F.T., & Shakeri H., Investigating the relationship between motivational beliefs and metacognitive experience of Tankabon city first year high school students. *Studies and Research in Behavioral sciences*, 2019. 2(5): p. 21-28.
29. Leather, C. and D. McLoughlin, Adapting to Transitions Metacognition and the Role of Expertise. *Perspectives on Language and Literacy*, 2018: p. 32-36.
30. Charmaz, K., Constructing grounded theory: A practical guide through qualitative analysis. 2006: sage.
31. Friedenberg, J., G. Silverman, and M.J. Spivey, Cognitive science: an introduction to the study of mind. 2021: Sage Publications.
32. Hamzeh, K., The miracle of the mind: How do most successful Iranian athletes get mentally prepared?, ed. second. 1399, Iran: Goalgasht. 340. [In Persian].
33. Pummell, E.K., Junior to senior transition: Understanding and facilitating the process. 2008, © EKL Pummell.
34. Morris, R., D. Tod, and E. Oliver, An analysis of organizational structure and transition outcomes in the youth-to-senior professional soccer transition. *Journal of applied sport psychology*, 2015. 27(2): p. 216-234.
35. Mills, A., et al., Identifying factors perceived to influence the development of elite youth football academy players. *Journal of sports sciences*, 2012. 30(15): p. 1593-1604.
36. Sarkar, M. and N.K. Hilton, Psychological resilience in Olympic medal-winning coaches: A longitudinal qualitative study. *International sport coaching Journal*, 2020. 7(2): p. 209-219.
37. Franck, A. and N.B. Stambulova, The junior to senior transition: a narrative analysis of the pathways of two Swedish athletes. *Qualitative research in sport, exercise and health*, 2019. 11(3): p. 284-298.
38. Morris, R., D. Tod, and E. Oliver, An Investigation Into Stakeholders' Perceptions of the Youth-to-Senior Transition in Professional Soccer in the United Kingdom. *Journal of Applied Sport Psychology*, 2016. 28(4): 375-491.
39. Pummell, E.K. and D. Lavallee, Preparing UK tennis academy players for the junior-to-senior transition: Development, implementation, and evaluation of an intervention program. *Psychology of Sport and Exercise*, 2019. 40: p. 156-164.
40. Jones, R.A., J.W. Mahoney, and D.F. Gucciardi, On the transition into elite rugby league: Perceptions of players and coaching staff. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 2014. 3(1): p. 28.
41. Røynesdal, Ø., The transition from academy to professional football: An examination of factors influencing players' progression when encountering and adapting to a first team context. 2015.
42. Čačija, G. and N. Stambulova, Qualitative study of the career transition from junior to senior in swedish basketball. Unpublished manuscript, School of Social and Health Sciences, Halmstad University, Halmstad, Sweden, 2007.
43. Vujic, A., Two contrasting cases of the transitions from junior to senior in swimming. Unpublished bachelor's thesis, Halmstad University, Halmstad, Sweden, 2004.
44. Deci, E.L. and R.M. Ryan, The " what " and " why " of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*, 2000. 11(4): p. 227-268.
45. Alge, E., Successful career transition from Young Rider to senior in equestrian sport. Unpublished manuscript, School of Social and Health Sciences, Halmstad University, Halmstad, Sweden, 2008.
46. Cacija, G., Qualitative study of the career transition from junior to senior sport in Swedish basketball. 2008, Högskolan i Halmstad/Sektionen för Hälsa och Samhälle (HOS).
47. Drew, K., et al., A meta-study of qualitative research on the junior-to-senior transition in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 2019. 45: p. 101556.
48. Finn, J. and J. McKenna, Coping with academy-to-first-team transitions in elite English male team sports: The coaches' perspective. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 2010. 5(2): p. 257-279.
49. Pummell, B., C. Harwood, and D. Lavallee, Jumping to the next level: A qualitative examination of within-career transition in adolescent event riders. *Psychology of sport and exercise*, 2008. 9(4): p. 427-447.
50. Folkman, S. and R.S. Lazarus, An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of health and social behavior*, 1980. p. 219-239.
51. Pink, M., J. Saunders, and J. Stynes, Reconciling the maintenance of on-field success with off-field player development: A case study of a club culture within the Australian Football League. *Psychology of sport and exercise*, 2015. 21: p. 98-108.