

## تأثیر اعتماد به نفس و انگیزش درونی بازیکنان، و انسجام و کارآمدی تیمی بر عملکرد تیم‌های والیبال

میثاق حسینی کشتان<sup>۱</sup>، رحیم رمضان‌نژاد<sup>۲</sup>، مهرعلی همتی‌نژاد<sup>۳</sup>، محمد ریحانی<sup>۱</sup>، کاظم دانش ثانی<sup>۲</sup>

۱- دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه گیلان

۲- دانشیار مدیریت ورزشی، دانشگاه گیلان

۳- دانش‌آموخته کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی، دانشگاه گیلان

تاریخ پذیرش مقاله: ۹۲/۶/۲۵

تاریخ دریافت مقاله: ۹۱/۷/۲۹

## چکیده

**هدف:** هدف از پژوهش حاضر بررسی تأثیر دو متغیر روانشناختی فردی شامل اعتماد به نفس و انگیزش درونی بازیکنان و دو متغیر روانشناختی اجتماعی تیمی شامل انسجام و کارآمدی تیمی بر عملکرد تیم‌های والیبال دانشجویی بود. **روش‌شناسی:** از بین ۱۲۰ ورزشکار ۱۰ تیم شرکت‌کننده در مسابقات والیبال دانشجویان پسر دانشگاه‌های آزاد منطقه ۱۰ کشور چهار پرسشنامه محیط گروهی (کارون و همکاران، ۱۹۸۵)، کارآمدی تیمی (فلتز و لیرگ، ۱۹۹۸)، اعتماد به نفس ورزشی (ویلی، ۱۹۸۶)، و پرسشنامه انگیزه درونی (مک آلوی و همکاران، ۱۹۸۹) را تکمیل کردند. داده‌ها با استفاده از آزمون ضریب همبستگی پیرسون، تجزیه و تحلیل واریانس یک طرفه و آزمون تعقیبی توکی تحلیل شدند. برای ارزیابی عملکرد تیم‌ها، جدول رده‌بندی در انتهای مسابقات به سه قسمت تقسیم شد. ۴ تیم اول جزء تیم‌های موفق، ۳ تیم بعدی جزء تیم‌های کمتر موفق و ۳ تیم آخر به عنوان تیم‌های ناموفق در نظر گرفته شدند. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد، بازیکنان تیم‌های موفق نسبت به تیم‌های کمتر موفق و ناموفق اعتماد به نفس و کارآمدی تیمی بیشتری داشتند. البته تفاوت معناداری بین اعتماد به نفس بازیکنان تیم‌های کمتر موفق و ناموفق دیده نشد. همچنین یافته‌ها نشان دادند تفاوت معناداری بین انگیزش درونی بازیکنان و سطوح انسجام تیمی تیم‌های موفق، کمتر موفق و ناموفق وجود ندارد. روابط متغیرهای پژوهش نشان داد، رابطه مثبت و معناداری بین کارآمدی تیمی با میزان اعتماد به نفس بازیکنان تیم‌ها وجود دارد ( $r=0/41$ ). همچنین بین انگیزش درونی بازیکنان با انسجام تیمی رابطه مثبت و معناداری مشاهده شد ( $r=0/41$ ). **نتیجه‌گیری:** به طور کلی، یافته‌ها از تأثیر این ویژگی‌های بازیکنان و پویایی گروه بر عملکرد و موفقیت تیمی حمایت می‌کند.

واژه‌های کلیدی: پویایی گروه، عملکرد تیمی، موفقیت تیمی

### The Effect of Self-Confidence and Intrinsic Motivation of Players, Team Cohesion and Collective Efficacy on Performance of Volleyball Teams

#### Abstract

**Aim:** The purpose of the present study was survey has examined the effect of two individual psychological variables include self-confidence and motivation of players, and two social psychological variables include team cohesion and collective efficacy on performance of student's volleyball teams. **Methodology:** Players from 10 teams ( $n=120$ ) that participated in volleyball competitions of AZAD university's (region 10) completed the 4 questionnaires comprised group environment questionnaire (Carron et al, 1985), Collective efficacy (Feltz & Lirgg, 1998), trait sport-confidence inventory (Villay, 1986), and Intrinsic motivation questionnaire (McAuley, 1986). Data were analyzed with Pearson correlation coefficient, one way ANOVA and Tukey Post hoc test. For evaluation of team performance, the schedule of competition in end of competitions was divided to three parts. The first four teams were considered as successful teams, the second three ones were considered as less successful teams, and the third three ones were considered as unsuccessful teams. **Finding:** Results showed that athletes from successful teams rated high in self-confidence and collective efficacy than less successful and unsuccessful teams. There is no significant difference between athletes self-confidence of less successful teams than unsuccessful teams. Also, findings revealed that there were no significant differences between athlete's intrinsic motivation and cohesion level of successful, less successful and unsuccessful teams. At last result showed there is positive and significant correlation between collective efficacy with player's Confidence ( $r=0.41$ ) and player's intrinsic motivation with team cohesion ( $r=0.41$ ). **Conclusion:** Overall, findings supported the effect of some of individual characteristic and team dynamics on team performance and success.

**Key words:** Team dynamics, Team performance, Team success

✉ نویسنده مسئول: محمد ریحانی

دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه گیلان، تلفن: ۰۹۱۵۸۸۴۱۱۲۹

E-Mail: sport8287@yahoo.com

## مقدمه

عملکرد تیمی<sup>۱</sup> همیشه با مجموع تلاش و توانایی‌های اعضای تیم برابر نیست، بلکه یک سری واکنش‌ها و عوامل پیچیده در تیم بسیار مؤثر هستند. به همین دلیل در سال‌های اخیر، برخی پژوهشگران تأثیر عوامل روان شناختی فردی و اجتماعی را بر عملکرد تیمی بررسی کرده‌اند و نظریه‌ها و مدل‌های مختلفی را ارائه داده‌اند. نتایج بیشتر پژوهش‌ها در این باره نشان می‌دهد که عوامل تقریباً مشابهی بر عملکرد تیم تأثیر می‌گذارد (۱). با مرور مدل‌ها و پژوهش‌های گذشته می‌توان عوامل مؤثر بر عملکرد و موفقیت تیمی را در قالب سه متغیر ویژگی‌های بازیکنان<sup>۲</sup>، ویژگی‌های مربیان<sup>۳</sup> و عوامل تیمی<sup>۴</sup> جمع‌بندی کرد. ویژگی‌های بازیکنان مانند سن، سابقه، انگیزش، اضطراب و اعتماد به نفس بازیکنان؛ ویژگی‌های مربی مانند درجه مربیگری، سن، سابقه، سبک رهبری و رفتار مربی؛ و در نهایت عوامل تیمی مانند موفقیت‌های گذشته تیم یا گروه، انسجام و اعتماد به نفس تیمی هستند (۲). پژوهشگران تأثیر عوامل مختلفی همچون اعتماد به نفس، انگیزش، اضطراب، تعارض و ابهام نقش را بر موفقیت و عملکرد بازیکنان نشان داده‌اند (۸، ۷، ۶، ۵، ۴، ۳) که هر یک از این عوامل می‌توانند تسهیل کننده و مخل عملکرد ورزشی باشند. البته از بین این عوامل، محققان بسیاری بر نقش اعتماد به نفس و انگیزش تأکید کرده‌اند که در تحقیق حاضر این دو متغیر بررسی شده است.

از عوامل مؤثر بر عملکرد ورزشی، صفت و مهارت روانی اعتماد به نفس است که روش فکر کردن، احساس و عمل فرد را در بر می‌گیرد. روانشناسان معتقدند افرادی که اعتماد به نفس پایینی دارند هرگز نمی‌توانند به موفقیت‌های چشمگیری نایل شوند. به عبارت بهتر، اعتماد به نفس را می‌توان نوعی کارآمدی فردی یا خودکارآمدی<sup>۵</sup> در نظر گرفت که می‌تواند بر کارآمدی و عملکرد تیم اثرگذار باشد. اعتماد به نفس ورزشی<sup>۶</sup> نیز به اطمینان ورزشکار از توانایی‌های خود در کسب موفقیت گفته می‌شود. به بیان دیگر، اعتماد به نفس ورزشی تمایل و انتظار ورزشکار را از عملکرد مناسب و موفقیت در رویدادهای ورزشی بالا می‌برد (۹)، به طوری که برخی پژوهشگران، اعتماد به نفس ورزشی را یک مهارت پیشرفته معرفی کرده‌اند (۱۰). نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد اعتماد

به نفس، پیش‌بینی‌کننده سطح عملکرد ورزشکاران در رشته‌های مختلف ورزشی است (۱۴، ۱۳، ۱۲، ۱۱). چلادوری و همکاران (۲۰۰۵)، در پژوهش خود اعتماد به نفس ورزشی را مهمترین عامل تأثیرگذار بر عملکرد ورزشی معرفی می‌کنند (۱۵). نتایج تحقیقات چاس (۲۰۰۱)، بوت و همکاران (۲۰۰۳) و وودمن و همکاران (۲۰۰۳) نشان می‌دهد ورزشکاران با اعتماد به نفس ورزشی بالا سطح عملکرد بهتری دارند (۱۷، ۱۶، ۱۴). همچنین نتایج تحقیقات بندورا (۱۹۹۷) و فلتز و لیرگ (۱۹۹۸) نشان داد ورزشکاران با اعتماد به نفس بالا سطح عملکرد بهتری داشتند و عملکرد پیشین فرد نیز عاملی مؤثر بر اعتماد به نفس و عملکرد بعدی ورزشکاران بود و رابطه‌ای دوطرفه بین اعتماد به نفس و عملکرد ورزشکاران وجود داشت (۱۹)، در همین راستا، بورک و همکاران (۲۰۰۲) نشان دادند اعتماد به نفس پایین به دلیل عملکرد نامطلوب و تجارب منفی پیشین بر عملکرد بعدی دختران ژیمناست اثرگذار بود (۲۰).

علاوه بر اعتماد به نفس، انگیزش نیز با تقسیم بندی‌های مختلفی مانند انگیزش درونی - بیرونی بررسی شده است. انگیزش درونی<sup>۷</sup> در ورزش شامل تهیج، تفریح، علاقه به عمل، فرصتی برای اثبات توانایی خود، بهبود مهارت و لذت بردن از ورزش است. این نوع انگیزش از نظر کیفیت با نیازهای فیزیولوژیک و انگیزش بیرونی نظیر پول و پاداش متفاوت است. ورزشکاری که به صورت درونی برانگیخته می‌شود، فقط برای تجربه‌ای تلاش می‌کند که در خود ورزش و فعالیت ورزشی وجود دارد. انگیزه‌های درونی زمانی معنا پیدا می‌کنند که با یک عامل و یا پاداش بیرونی تقویت شود. به عبارت بهتر، فرد برای رسیدن به حالت یا شرایط معین بیرونی، رفتاری را انجام می‌دهد. از نظر گیل (۲۰۰۰)، هر چند پاداش‌های بیرونی معمول هستند، ولی اکثر افراد در فعالیت‌های ورزشی به دلیل انگیزه‌های درونی شرکت می‌کنند که عامل مهمی بر عملکرد ورزشی است (۲۱). نتایج مطالعه مک اینرنی و همکاران (۲۰۰۱) نشان داد، رابطه معنادار و بالایی بین انگیزش درونی و عملکرد

<sup>1</sup> Team Performance

<sup>2</sup> Players Characteristics

<sup>3</sup> Coaches Characteristics

<sup>4</sup> Team Variables

<sup>5</sup> Self efficacy

<sup>6</sup> Sport Confidence

<sup>7</sup> Intrinsic Motivation

و ویدمایر (۱۹۹۸) آن را به فرآیندهایی تعریف کرده‌اند که تمایل گروه برای پیوستن به یکدیگر و باقی ماندن به صورت یک تیم را برای رسیدن به اهداف نشان می‌دهد (۳۵). اسپینک و کارون (۱۹۹۲) و اسپینک (۱۹۹۵) رابطه مثبت و معناداری بین انسجام تیمی و افزایش رغبت و انگیزش افراد برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی مشاهده کردند (۳۶، ۳۷). بویل (۲۰۰۲) نیز رابطه معناداری بین پویایی گروه و مهارت‌های روانی ورزشکاران گزارش نمود (۳۸). پراپاوسیس و کارون (۱۹۹۶) و آیس و همکاران (۲۰۰۳) نیز رابطه معناداری بین پویایی گروه و کاهش اضطراب بازیکنان مشاهده کردند (۳۹، ۴۰). نتایج تحقیقات مختلف نشان می‌دهد انسجام تیمی نیز بر موفقیت و عملکرد ورزشکاران تأثیر زیادی دارد. رنج (۲۰۰۲)، کارن و همکاران (۲۰۰۲)، هانگ (۲۰۰۴)، مایر و همکاران (۲۰۰۴) و رضانی نژاد و حسینی کشتان (۲۰۰۹) گزارش کردند انسجام تکلیف و اجتماعی (انسجام تیمی) رابطه مثبت و معناداری با عملکرد موفق دارد (۴۱، ۴۲، ۳۰، ۱). سید گریوز و همکاران (۱۹۹۸)، مورای (۲۰۰۶) و رضانی نژاد و همکاران (۲۰۰۹) نیز در پایان فصل مسابقات، ضریب همبستگی بالایی بین افزایش انسجام تیمی و درصد پیروزی‌های یک تیم مشاهده کردند (۴۳، ۴۴، ۳۱). البته گریو (۲۰۰۰) نشان داد انسجام تیمی تأثیر ناچیزی بر عملکرد دارد و این عملکرد است که تأثیر بیشتری بر انسجام دارد و تیم‌های برنده از تیم‌های بازنده منسجم‌ترند (۴۵).

به طور کلی، بسیاری از تحقیقات نشان می‌دهد ورزشکارانی که اعتماد به نفس و انگیزش بیشتری دارند، در فعالیت‌های ورزشی نیز عملکرد بهتری از خود نشان می‌دهند (۴۶). البته اکثر پژوهش‌ها رابطه انگیزش درونی و اعتماد به نفس را با عملکرد فردی بررسی کرده‌اند، اما بر اساس نتیجه پژوهش کریستین و فردریک (۱۹۹۳) که گزارش کردند وجود ورزشکاران بیشتر دارای انگیزه درونی بالا در تیم سبب بازدهی بیشتر و عملکرد تیمی بهتر خواهد شد (۲۴)، در پژوهش حاضر نیز تأثیر انگیزش درونی و اعتماد به نفس ورزشکاران بر عملکرد مورد توجه و بررسی قرار گرفت و این که آیا انگیزش درونی و اعتماد به نفس عملکرد تیمی ورزش‌های گروهی را نیز تحت تأثیر قرار

تحصیلی دانشجویان وجود دارد (۲۲). شفیعی زاده (۲۰۰۷) نیز بین انگیزش بازیکنان و عملکرد موفقیت آمیز رابطه معناداری را گزارش کرد (۲۳). کریستین و فردریک (۱۹۹۳) نیز انگیزه درونی را بالاترین اولویت انگیزه افراد شرکت‌کننده در ورزش قهرمانی معرفی کردند و نشان دادند افرادی که انگیزه درونی بالایی دارند، عملکرد فردی بهتری دارند و تیم‌های ورزشی که تعداد بیشتری از این افراد داشته باشند، بازدهی بیشتر و در نهایت عملکرد تیمی بهتری خواهند داشت (۲۴). به طور کلی از نظر هساین و ریچارد (۲۰۰۲) انگیزش، پایه موفقیت در فعالیت‌های تفریحی و رقابتی است و تلاش هر ورزشکار در مسیر موفقیت و عملکرد بهتر به میزان انگیزش او بستگی دارد (۲۵).

علاوه بر این دو ویژگی روان شناختی فردی، ویژگی‌های روان شناختی اجتماعی تیم نیز در مدل‌های مختلفی بررسی شده‌اند که مهمترین آنها پویایی گروه<sup>۱</sup> است. کارآمدی و انسجام تیمی دو بُعد مهم پویایی گروه است که بر عملکرد و موفقیت تیمی، و همچنین بر یکدیگر نیز اثر می‌گذارند. کارآمدی تیمی به تصور اعضای تیم از قابلیت‌ها و توانایی‌های تیم خود در انجام مهارت‌های تیمی خاص و دستیابی به اهداف گفته می‌شود و عامل مهمی در موفقیت تیم‌های ورزشی است، زیرا مجموع تلاش‌های اعضای تیم و مقاومتشان در برابر مشکلات و ناملایمت‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهد و این موضوع ویژگی اغلب تیم‌های موفق ورزشی است (۲۶). در گذشته پژوهشگرانی مانند گرینلس و همکاران (۱۹۹۹)، واتسون و همکاران (۲۰۰۱)، میرس و همکاران (۲۰۰۴)، رضانی نژاد و حسینی کشتان (۲۰۰۹)، ادموند (۲۰۰۹) و حسینی کشتان و رضانی نژاد (۲۰۱۰)، رابطه مثبت و معناداری را بین کارآمدی تیمی و عملکرد موفقیت آمیز تیم‌ها مشاهده کردند (۳۲، ۳۱، ۳۰، ۲۹، ۲۸، ۲۷). هاجس و کارن (۱۹۹۲) نیز نشان دادند تیم‌هایی که کارآمدی بالایی دارند، پس از شکست تلاش بیشتری می‌کنند و عملکردشان بهتر خواهد شد و بالعکس تیم‌هایی که کارآمدی پائینی دارند، پس از شکست عملکردشان افت می‌کند (۳۳). همچنین اسپینک (۱۹۹۰) با مطالعه روی ورزشکاران نخبه والیبال نشان داد تیم‌هایی که بازیکنانشان کارآمدی تیمی بالایی دارند، عملکردشان نیز در مسابقات بهتر می‌شود (۳۴).

بُعد دوم پویایی گروه انسجام تیمی است که کارن، براولی

<sup>1</sup> Group Dynamic

رسیدن به شرایط مورد نظر و انجام اهداف را ارزیابی می‌کرد (۱۹). پرسش‌نامه انگیزه درونی توسط مک آلووی و همکاران (۱۹۸۹)، در قالب ۱۸ سوال انگیزش درونی ورزشکاران در رشته ورزشی خود را ارزیابی کرده است (۴۹). پرسش‌نامه اعتماد به نفس ورزشی ویلی (۱۹۸۶)، که میزان ادراک ورزشکاران از توانایی خود در کسب پیروزی و موفقیت را در قالب ۱۳ سؤال اندازه‌گیری می‌کرد (۹). در ارتباط با پایایی پرسش‌نامه‌ها، ثبات درونی پرسش‌نامه محیط گروهی توسط رضانی نژاد و حسینی کشتان (۲۰۰۹) برابر با ۰/۷۲، پرسش‌نامه کارآمدی تیمی توسط حسینی کشتان (۲۰۱۰) برابر با ۰/۷۹، پرسش‌نامه انگیزش درونی توسط حسینی کشتان (۱۳۸۸) برابر با ۰/۸۱، و در نهایت پرسش‌نامه اعتماد به نفس توسط حسینی کشتان (۱۳۸۸) برابر با ۰/۸۳، گزارش شده است (۵۰، ۳۱، ۲۹). در پژوهش حاضر نیز ثبات درونی این پرسش‌نامه‌ها در یک مطالعه راهنما و با استفاده از آلفای کرونباخ به ترتیب  $(r=0/79)$ ،  $(r=0/72)$ ،  $(r=0/81)$  و  $(r=0/93)$  به دست آمد.

### روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

برای آزمون نرمال بودن توزیع داده‌ها آزمون کولموگروف-اسمیرنوف مورد استفاده قرار گرفت. برای تجزیه و تحلیل آماری و آزمون فرضیات تحقیق با توجه به طبیعی بودن توزیع داده‌ها از آزمون ضریب همبستگی پیرسون برای بررسی رابطه بین متغیرها؛ از آزمون تجزیه و تحلیل واریانس یکطرفه برای مقایسه چهار متغیر اصلی تحقیق در بین تیم‌های موفق، کمتر موفق و ناموفق؛ نهایتاً از آزمون تعقیبی توکی برای مقایسه زوجی در سطح معناداری  $p \leq 0/05$  استفاده شد. همچنین برای ارزیابی عملکرد تیم‌ها، بر اساس موقعیت ۱۰ تیم حاضر در مسابقات، جدول نهایی رده بندی تیم‌ها در پایان مسابقات به سه قسمت تقسیم شد. تیم‌های اول تا چهارم رده بندی جزو تیم‌های رده بالا (تیم‌های موفق)، تیم‌های پنجم تا هفتم جزو تیم‌های رده میانی (کمتر موفق) و تیم‌های هشتم تا دهم به عنوان تیم‌های رده پایین (ناموفق) در نظر گرفته شدند.

### یافته‌های پژوهش

آزمون تجزیه و تحلیل واریانس یکطرفه و تعقیبی توکی برای مقایسه اعتماد به نفس و انگیزش بازیکنان تیم‌های

می‌دهد؟ از طرف دیگر، با توجه به اهمیت پویایی گروه در موفقیت و بهبود عملکرد تیمی، بررسی عوامل مؤثر بر پویایی گروه ضروری به نظر رسید. البته کارون و هاسنبلاس (۱۹۸۸)، با ارائه مدلی پویایی گروهی تیم‌های ورزشی را در قالب چهار عوامل موقعیتی و محیطی (مانند فرهنگ تیمی، هنجارهای تیمی و سطح رقابت)، عوامل شخصی (مانند ویژگی‌های فردی ورزشکاران، انگیزش، اعتماد به نفس و احساس مسئولیت)، عامل رهبری (مانند رفتار، سن، سابقه و درجه مربیگری مربیان) و عوامل تیمی (موفقیت‌های گذشته تیم، اندازه تیم و سابقهٔ اعضاء) معرفی کرده‌اند (۴۷) بنابراین با توجه به اهمیت عوامل روان شناختی فردی و اجتماعی بر بهبود عملکرد، در این پژوهش تأثیر اعتماد به نفس و انگیزش بازیکنان و همچنین کارآمدی و انسجام تیمی بر عملکرد و موفقیت تیمی تیم‌های والیبال دانشجویی بررسی شده است. سوال کلیدی این است که آیا انگیزش درونی و اعتماد به نفس ورزشکاران و همچنین کارآمدی و انسجام تیم، عملکرد تیمی را تحت تأثیر قرار می‌دهند؟ همچنین آیا بین اعتماد به نفس و انگیزش بازیکنان با پویایی گروه یعنی کارآمدی تیمی و انسجام تیمی رابطه ای وجود دارد؟

### روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر از نوع تحقیقات توصیفی و پیمایشی است.

### جامعه و نمونه آماری

تمامی ۱۰ تیم شرکت‌کننده در مسابقات والیبال دانشجویان پسر دانشگاه های آزاد منطقه ۱۰ کشور (تابستان ۱۳۸۸) جامعه آماری این پژوهش را تشکیل می‌دادند (۱۲۰ نفر). در نهایت از مجموع ۱۲۰ پرسشنامه توزیع شده ۱۰۰ پرسشنامه قابل استفاده (۸۳ درصد)، مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

### ابزار پژوهش

در این پژوهش ۴ پرسش‌نامه مورد استفاده قرار گرفت. پرسش‌نامه محیط گروهی کارون و همکاران (۱۹۸۵)، در قالب ۱۸ سوال انسجام تیمی را اندازه‌گیری می‌کرد (۴۸). پرسش‌نامه کارآمدی تیمی فلتز و لیرگ، (۱۹۹۸) که با ۴۹ سؤال، میزان ادراک ورزشکاران از توانایی تیم خود در

نتایج آزمون ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که رابطه مثبت و معناداری بین اعتماد به نفس بازیکنان و کارآمدی تیمی وجود دارد؛ در حالی که رابطه معناداری بین اعتماد به نفس بازیکنان و انسجام تیمی مشاهده نشد. با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون مشخص شد بین میزان انگیزش درونی بازیکنان با انسجام تیمی و کارآمدی تیمی آنها رابطه معناداری وجود دارد و ورزشکارانی که انگیزش درونی بالاتری داشتند تیم‌هایشان از پویایی گروهی بیشتری برخوردار بودند (جدول ۴).

موفق، کمتر موفق و ناموفق؛ و همچنین مقایسه کارآمدی تیمی و انسجام تیمی تیم‌های موفق، کمتر موفق و ناموفق به کار گرفته شد. نتایج نشان داد، بازیکنان تیم‌های موفق نسبت به تیم‌های کمتر موفق و ناموفق از اعتماد به نفس و کارآمدی تیمی بیشتری برخوردار بودند. اما تفاوت معناداری بین اعتماد به نفس بازیکنان تیم‌های کمتر موفق و ناموفق دیده نشد. همچنین یافته‌ها نشان دادند تفاوت معناداری بین انگیزش درونی بازیکنان و سطوح انسجام تیمی تیم‌های موفق، کمتر موفق و ناموفق وجود نداشت (جدول ۱، ۲ و ۳).

جدول ۱. مقایسه کارآمدی و انسجام تیمی تیم‌های موفق، کمتر موفق و ناموفق

متغیرهای روان‌شناختی اجتماعی	تیم	میانگین	انحراف استاندارد	F	df	سطح معنی‌داری
کارآمدی تیمی	تیم‌های رده بالا	۵/۸۹	۰/۷۷	۴/۱	۲	۰/۰۱*
	تیم‌های رده میانی	۴/۳۱	۰/۶۸			
	تیم‌های رده پایین	۴/۲۹	۰/۷۸			
انسجام تیمی	تیم‌های رده بالا	۶/۱۳	۱/۲۲	۲/۸۶	۲	۰/۱۹
	تیم‌های رده میانی	۵/۹۳	۰/۹۷			
	تیم‌های رده پایین	۵/۷۷	۰/۹۳			

جدول ۲. مقایسه اعتماد به نفس و انگیزش درونی بازیکنان تیم‌های موفق، کمتر موفق و ناموفق

متغیرهای روان‌شناختی فردی	تیم	میانگین	انحراف استاندارد	F	df	سطح معنی‌داری
اعتماد به نفس	تیم‌های رده بالا	۶/۳۳	۰/۶۳	۳/۹۶	۲	۰/۰۱*
	تیم‌های رده میانی	۵/۱۲	۰/۷۱			
	تیم‌های رده پایین	۵/۱۴	۰/۵۹			
انگیزش درونی	تیم‌های رده بالا	۳/۱۴	۰/۹۱	۱/۲	۲	۰/۴۱
	تیم‌های رده میانی	۳/۳۳	۰/۸۰			
	تیم‌های رده پایین	۲/۹۳	۰/۵۳			

جدول ۳. آزمون تعقیبی توکی برای مقایسه کارآمدی تیمی و اعتماد به نفس تیم‌های موفق، کمتر موفق و ناموفق

متغیر	گروه	تفاوت میانگین	معنی‌داری
کارآمدی تیمی	تیم‌های رده بالا - رده میانی	۱/۵۸	۰/۰۲*
	تیم‌های رده بالا - رده پایین	۱/۶	۰/۰۲*
	تیم‌های رده میانی - رده پایین	۰/۰۲	۰/۹۱
اعتماد به نفس	تیم‌های رده بالا - رده میانی	۱/۲۱	۰/۰۱*
	تیم‌های رده بالا - رده پایین	۱/۱۹	۰/۰۱*
	تیم‌های رده میانی - رده پایین	۰/۰۲	۰/۸۹

جدول ۴. رابطه اعتماد به نفس و انگیزش درونی بازیکنان با پویایی گروه

انسجام تیمی	کارآمدی تیمی	متغیرهای روان‌شناختی اجتماعی	
		اعتماد به نفس	انگیزش درونی
۰/۲۰	۰/۴۱	ضریب همبستگی پیرسون	
۰/۱۲	۰/۰۱*	سطح معنی‌داری	
۰/۴۱	۰/۵۶	ضریب همبستگی پیرسون	
۰/۰۰*	۰/۰۰*	سطح معنی‌داری	

### بحث و بررسی

انگیزش بازیکنان تأثیر بیشتری بر عملکرد تیم‌های والیبالی دانشجویان گذاشته باشد. البته نکته مهم می‌تواند این موضوع باشد که برخی پژوهشگران مانند روناین (۲۰۰۴) و گنکالو و همکاران (۲۰۱۰) گزارش کرده‌اند، کارآمدی تیمی در ابتدای فصل مسابقات اهمیت بیشتری دارد و می‌تواند عملکرد تیمی را تحت تأثیر قرار دهد. در صورتی که انسجام تیمی در ادامه فصل مسابقات و با گذشت زمان اهمیت پیدا می‌کند و عملکرد تیم بیش از گذشته وابسته به انسجام تیمی است (۵۱، ۲). در همین راستا سید گریوز (۱۹۹۸)، مورای (۲۰۰۶) و حسینی کشتان و رضانی‌نژاد (۲۰۱۰) نیز نشان دادند، همبستگی بالایی بین افزایش انسجام تیمی و درصد پیروزی‌های تیم در پایان فصل وجود دارد (۴۴، ۴۳، ۲۹). بنابراین با توجه به این که پژوهش حاضر در تورنمنتی دانشجویی انجام گرفته است و در مدت ۶ روز کل مسابقات به پایان رسید، منطقی به نظر می‌رسد که در چنین شرایطی کارآمدی تیمی اهمیت بیشتری نسبت به انسجام تیمی پیدا کرده باشد.

همان‌طور که تجزیه و تحلیل یافته‌های پژوهش نشان دادند، اعتماد به نفس بازیکنان با کارآمدی تیمی رابطه مثبت و معناداری دارد. در حالی که رابطه معناداری بین اعتماد به نفس بازیکنان و انسجام تیمی مشاهده نشد. بنابراین می‌توان پیش‌بینی کرد تیم‌هایی که بازیکنانشان اعتماد به نفس بیشتری دارند از کارآمدی بیشتری بهره خواهند برد و احتمالاً عملکرد بهتری دارند. همان‌طور که کارون و هاسنبلاس (۱۹۹۸) در مدل نظری خود ارائه داده بودند اعتماد به نفس می‌تواند از عوامل اثرگذار بر پویایی گروه (ویژگی‌های شخصی) باشد (۴۷). بندورا (۱۹۸۶) نیز کارآمدی تیمی را متأثر از بسط و گسترش اعتماد به نفس تک بازیکنان معرفی کرده بود و اعتقاد داشت بازیکنانی که به توانایی‌های خود در انجام مهارت‌ها اعتقاد بیشتری دارند، در نهایت به توانایی‌های تیم خود در رسیدن به

نتایج پژوهش از این فرضیه حمایت کرد که کارآمدی تیمی و اعتماد به نفس بازیکنان رابطه مثبت و معناداری با عملکرد و موفقیت تیمی دارد و بازیکنان تیم‌های موفق نسبت به تیم‌های کمتر موفق و ناموفق از کارآمدی تیمی و اعتماد به نفس بیشتری برخوردار بودند. در همین زمینه کواسین و پرو (۲۰۰۴)، چلادورای و کاتمن (۲۰۰۵) و استولز (۲۰۰۸) بین اعتماد به نفس ورزشکاران با عملکرد و موفقیت تیمی (۱۵، ۱۳، ۱۱)، اسپینک (۱۹۹۰)، گرینلس (۱۹۹۹) و واتسون (۲۰۰۱) بین کارآمدی تیمی و عملکرد تیمی رابطه مثبت و معناداری گزارش کردند (۳۲، ۳۴، ۲۸). این پژوهشگران گزارش کردند تیم‌هایی که کارآمدی بالایی داشتند، نسبت به تیم‌هایی که از کارآمدی پایینی برخوردار بودند در مسابقات عملکرد بهتری از خود نشان می‌دادند. همچنین طبق پژوهش‌های پیشین، به نظر می‌رسد کارآمدی تیمی پیش‌بینی‌کننده قابل قبولی برای عملکرد تیمی باشد. یک دلیل می‌تواند این موضوع باشد که بازیکنان ماهرتر به دلیل داشتن تجربه و اعتماد به نفس بیشتر، کارآمدی بیشتری نیز دارند. به علاوه ممکن است بازیکنان تیم‌هایی که کارآمدی تیمی بیشتری داشتند، اعتماد به نفس فردی آنها نیز بیشتر باشد که این مسئله عملکرد و موفقیت تیمی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. بنابراین به نظر می‌رسد در تیم‌های ورزشی، اعتماد به نفس ورزشکاران و کارآمدی تیمی بر موفقیت تیم تأثیر می‌گذارد. همچنین یافته‌ها نشان دادند، انگیزش بازیکنان و انسجام تیمی با عملکرد و موفقیت تیمی رابطه معناداری ندارد. البته پژوهش‌های زیادی نشان داده‌اند که رابطه محکم و معناداری بین عملکرد تیمی و انسجام تیمی (۴۳، ۳۱) و انگیزش بازیکنان (۲۳) وجود دارد که در تناقض با نتایج تحقیق حاضر است. شاید عوامل دیگری مانند شرایط تیم، رفتار مربیان و کارآمدی تیمی نسبت به انسجام تیمی و

اهداف از پیش تعیین شده نیز اعتقاد بیشتری خواهند داشت و مقاومت بیشتری از خود نشان خواهند داد (۱۸). همچنین درباره تأثیر اعتماد به نفس بازیکنان بر انسجام تیمی، پراپاوسیس و کارون (۱۹۹۶)، بویل (۲۰۰۲) و آیس و همکاران (۲۰۰۳) گزارش کردند، کاهش اضطراب و افزایش اعتماد به نفس در بازیکنان سبب افزایش انسجام تیمی در بین بازیکنان تیم می‌شود که بر خلاف نتایج این پژوهش است (۳۸، ۳۹، ۴۰).

یافته‌های پژوهش حاضر نتایج نشان داد، بین میزان انگیزش بازیکنان با انسجام تیمی و کارآمدی تیمی آن‌ها رابطه معناداری وجود دارد و ورزشکارانی که از انگیزش بالاتری برخوردار بودند، پویایی گروهی تیم‌هایشان نیز بیشتر بود. اسپینک و کارون (۱۹۹۲)، اسپینک (۱۹۹۵) و بویل (۲۰۰۲) نیز رابطه مثبت و معناداری بین انسجام تیمی و افزایش انگیزش افراد برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی مشاهده کردند که با نتایج این پژوهش همخوانی داشت (۳۶، ۳۷، ۳۸). همان‌طور که در مدل کارون و هاسنبلاس (۱۹۹۸) ارائه شده است، انگیزش بازیکنان بر پویایی گروه و به ویژه انسجام تیمی تأثیر می‌گذارد (۴۷). از این رو ایجاد و حفظ سطح مناسبی از انگیزش در بازیکنان احتمالاً می‌تواند انسجام تیمی و کارآمدی تیمی را افزایش داده و در نتیجه عملکرد تیمی نیز بهبود یابد.

### نتیجه‌گیری

به طور کلی و بر اساس یافته‌های پژوهش می‌توان گفت اعتماد به نفس هر یک از ورزشکاران در رشته‌های گروهی می‌تواند سبب افزایش کارآمدی تیمی (اعتماد به نفس تیمی) شود. در صورتی که انگیزش درونی ورزشکاران می‌تواند علاوه بر افزایش کارآمدی تیمی، انسجام تیم را نیز بالا ببرد.

## منابع

- 11- Covassin T. and Pero S. (2004). The relationship between self-confidence, mood state, and anxiety among collegiate tennis players. *Journal of Sport Behavior*. (1): 55-70.
- 12- Moritz S.E., Feltz D.L., Fahrbach K.R., and Mack D.E. (1988). The relation of self-efficacy measures to sport performance: A meta-analytic review, *Research Quarterly for Exercise & Sport*. (71): 280-294.
- 13- Stolz S.L. (2008). The Importance of Self Confidence in Performance. Missouri Western State University. [webclearinghouse.net](http://webclearinghouse.net).
- 14- Woodman T. and Hardy L. (2003). The Relative Impact of Cognitive Anxiety and Self-Confidence upon Sport Performance: A Meta-Analysis, *Journal of Sport Science*. Human Kinetics Publishers. Inc. Vol. 21, PP: 443-457.
- 15- Chelladurai P. and Quatman C. (2005). Leadership and Motivation in Sport. *Journal of Olympic Coaches*. USA Publishers. Inc, Vol. 17, 8-11.
- 16- Butt J., Weinberg, and Horn T. (2003). The Intensity and Directional Interpretation of Anxiety: Fluctuations throughout Competition and Relationship to Performance. *The Sport Psychologist and Human kinetics Publishers, Inc*. Vol. 17. PP: 35-54.
- 17- Chase M. (2001). Children's Self-Efficacy, Motivation and Sports, *Research Quarterly for Exercise and Sport*, Published by American Alliance for health, Physical Education, Recreation and Dance. 72(1): 47-54.
- 18- Bandura A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*, New York: W. H. Freeman.
- 19- Feltz D.L. and Lirgg C.D. (1998). Perceived team and player efficacy in hockey. *Journal of Applied Sport Psychology*. 83, 557-564.
- 20- Burke. D.G. and Taylor P.A. (2002). Confidence, Concentration, and Competitive Performance of Elite Athletes: A natural Experiment in Olympic Gymnastics. *Journal of Sport & Exercise Psychology*. Human kinetics Publishers, Inc. Vol. 24, PP: 320-327.
- 21- Gill, Diane. L. (2000). *Psychological Dynamics of Sport and Exercise*, 2th edition, Human Kinetics, PP: 112-115.
- 22- McInerney D.M., Yeung A.S. and McInerney V. (2001). Cross-cultural validation of the Inventory of School Motivation (ISM): motivation orientations of Navajo and Anglo students. *J Appl Meas*, 2(2): 135-53.
- 1- Ramzaninezhad R. and Hoseini Keshtan M. (2009). Relationship between coach's leadership styles and team cohesion in Iran football clubs professional league. *Brazilian Journal of Biomotricity*. 3 (2) .111-120.
- 2- Ronayne L.S. (2004). Effects of Coaching Behaviors on Team Dynamics: How Coaching Behaviors Influence Cohesion and Collective Efficacy. MS in Sport Studies. Miami University.
- ۳- رستگار احمد، حجازی الهه و جمشیدی اکبر (۱۳۸۷)، ارتباط متغیرهای شناختی- انگیزشی با عملکرد ورزشی دانش آموزان. نشریه علمی پژوهشی المپیک. سال شانزدهم - شماره ۲ (پیاپی ۴۲)، ص ص ۷۴-۶۳.
- 4- Beauchamp M.R., Bray S.R., Eyes M.A. and Carmon A.V. (2002). Role Ambiguity, Role Efficacy, and Role Performance: Multidimensional and Mediation Relationships within Interdependent Sport Teams. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, Vol. 6, pp. 229-242.
- 5- Elphinston J. and Hardman S.L. (2006). Effect of an Integrated Functional Stability Program on Injury Rates in an International Netball Squad. *Journal of Science and Medicine in Sport*. Vol. 9, pp. 169-176.
- 6- Hanton S., Thomas O., and Maynard I. (2004). Competitive anxiety responses in the week leading up to competition: the role of intensity. Direction and frequency dimensions. *Psychology of Sport and Exercise*. 5, 169-187.
- 7- Settlers I.H., Settlers R. M. and Mamas A. (2001). One Role or Two? The Function of Psychological Separation in Role Conflict. *Journal of Applied Psychology*. 87(3): 574-582.
- 8- Vealey R.S. and Chase M.A. (2008). *Self-confidence in sport: Conceptual and research advances*. 3th ed. Champaign (IL): Human Kinetics; 3-32.
- 9- Vealey R.S. (1986). Conceptualization of Sport-confidence and Competitive Orientation: Preliminary Investigation and Instrument Development, *Journal of Sport Psychology*. Athletic Insight, Inc, 8 (3): 221.
- 10- More W.E. and Stevenson J.R. (1991). Understanding Trust in the performance of Complex Motor Skills. *The Sport Psychologist*. Human kinetics Publishers. (8): 1-12.



- 35- Carron A.V., Brawley L. and Widmeyer W. (1998). The Measurement of Cohesiveness in Sport Groups. *Advancements in Sport and Exercise Psychology Measurement*.
- 36- Spink K.S. (1995). Cohesion and Intention to Participate of Female Sport Team Athletes. *Journal of Sport & Exercise Psychology*. 17, 416-427.
- 37- Spink K.S. and Carron A.V. (1992). Group Cohesion and Adherence in Exercise Classes. *Journal of Sport & Exercise Psychology*. 14, 78-86.
- 38- Boyle I.T. (2002). The Impact of Adventure-Based Training on Team Cohesion and Psychological Skills Development in Elite Sporting Teams. University of Wollongong, Australia.
- 39- Eys M.A., Hardi J., Carron A.V. and Beauchamp M.R. (2003). The Relationship between Task Cohesion and Competitive State Anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 25 (1).
- 40- Prapavessis H. and Carron A.V. (1996). The Effect of Group Cohesion on Competitive State Anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 18 (1).
- 41- Carron A.V., Bry S.R. and Eys M.A. (2002). Team cohesion & Team Success in Sport. *Journal of Sport Science*. 20 (2): 119-126.
- 42- Huang Y.H. (2004). The Effectiveness of Charismatic Leadership and Support toward Team Behavior and Cohesion. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 75 (1): 243-256.
- 43- Murray N.P. (2006). The differential effect of Team cohesion and Leadership Behavior in High School Sports. *Individual Differences Research*. 4 (4): 216-225.
- 44- Sidgreavs D., Johnson C.A., Colman M. and Bostrom A. (1998). The Psychological Effects of Victory & Defeat on Team Cohesion. *Journal of Sport & Exercise Psychology*. 25, 364-371.
- 45- Grieve F.G. (2000). An Experimental Examination of the Cohesion-Performance Relationship in an Interactive Team Sport. *Journal of Applied Sport Psychology*. 12, 219-235.
- 46- Dongfang D.D., et al (2003). Male and female basketball players' Goal orientation, perceived motivational Climate, perceived Ability and the Sources of Sport Confidence. *United State Sport Academy*. Vol. 3, No. 3.
- 23- Shafizade M. (2007). Relationship between Goal Orientations, Motivational Climate and Perceived Ability with Intrinsic Motivation and Performance in Physical Education University Student. *Journal of Applied Science*. 7 (19): 2866-2870.
- 24- Christian M. and Frederic R. (1993). Differences in motivation for sport and exercise and their relations with participation and mental health. *Journal of sport behavior*. vol. 16.
- 25- Hsein C. and Richard C. (2002). Transformational Leadership and Organizational effectiveness in recreational Sport/ fitness Programs. *The Sport Journal*. PP: 2-5.
- 26- Heuze J.P., Raimbault N. and Fontaine P. (2006). Relationship between Cohesion, Collective Efficacy and Performance in Professional Basketball Teams. *Journal Sports SCI*. 24(1): 59-68.
- 27- Edmonds W. (2009). The Role of Collective Efficacy in Adventure Racing Teams. *Small Group Research*. Thousand Oaks. 40 (2): 163.
- 28- Greenlees I.A., Graydon J.K. and Maynard I.W. (1999). The impact of collective efficacy beliefs on effort and persistence in a group task. *Journal of Sports Sciences*. 17, 151-158.
- 29- Hoseini Keshtan M. and Ramzaninezhad R. (2010). The Relationship between Collective Efficacy and Coaching Behaviors in Professional Volleyball League of Iran Clubs. *World Journal of Sport Sciences*. 3 (1): 1-6.
- 30- Myers N.D., Payment C.A. and Feltz D.L. (2004). Reciprocal relationships between collective efficacy and team performance in women's ice hockey, group dynamics: Theory, Research and Practice. 8(3): 182-195.
- 31- Ramzaninezhad R. and Hoseini Keshtan M. (2009). The Relationship between Collective Efficacy, Group Cohesion and Team Performance in Professional Volleyball Teams. *Brazilian Journal of Biomotricity*. 3 (1): 31-39.
- 32- Watson C.B., Chemers M.M. and Preiser N. (2001). Collective efficacy: A multilevel analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 27, 1057-1068.
- 33- Hodges L. and Carron A.V. (1992). Collective efficacy and group performance. *International Journal of Sport Psychology*. 23, 48-59.
- 34- Spink K.S. (1990). Group cohesion and collective efficacy in volleyball teams. *Journal of Sport & Exercise Psychology*. 12, 301-311.

- 47- Carron A. and Hausenblas H. (1998). Group dynamics in sport (2nd edition). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- 48- Carron A.V., Widmeyer W.N. and Brawley L.R. (1985). The development of an Instrument to Assess Cohesion in Sport Team: The Group Environment Questionnaire. *Journal of Sport Psychology*. 7, 244-266.
- 49- McAuley E., Duncan T. and Tammen V. (1989). Psychometric properties of the intrinsic motivation inventory in a competitive sport setting: A confirmatory factor analysis. *Research Quarterly for Exercises and Sport*. 60 (1): 48-58.

۵۰- حسینی کشتان، میثاق؛ رضانی نژاد، رحیم؛ دادبان شهامت، مینو؛ خادمی، علی (۱۳۸۸)، بررسی کیفیت زندگی، اعتماد به نفس، اضطراب و روش‌های مقابله با استرس بازیکنان تیم ملی تکواندو، کاراته و شمشیربازی جمهوری اسلامی ایران، همایش ملی تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد ارسنجان، ۲۳ و ۲۴ دی.

- 51- Goncalo J.A., Polman E. and Maslach C. (2010). Can confidence come too soon? Collective efficacy, conflict and group performance over time. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*. 113, 13-24.