

بررسی ارتباط ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی با عملکرد ورزشی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان ورزشکار

دکتر عباس ابوالقاسمی

استادیار دانشگاه محقق اردبیلی

آذر کیامرثی

مربی دانشگاه آزاد اسلامی - واحد اردبیل

سعید آریا پوران

کارشناس ارشد روانشناسی

دکتر فریبرز درتاج

استادیار دانشگاه شهید باهنر

چکیده

هدف از این مطالعه بررسی ارتباط ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی با عملکرد ورزشی و پیشرفت تحصیلی در ورزشکاران رشته‌های ورزشی انفرادی (کشتی، تنیس و رزمی) و گروهی (فوتبال، والیبال و بسکتبال) است. آزمونی‌های پژوهش شامل ۲۴۴ نفر دانشجوی پسر (۱۲۶ ورزشکار گروهی و ۱۱۸ ورزشکار انفرادی) بود که به صورت تصادفی از میان دانشجویان ورزشکار انتخاب شدند. وای جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس ابهام-تعارض نقش، پوسننامه اضطراب رقابتی و چک لیست عملکرد ورزشی استفاده شد.

نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که هر یک از متغیرهای ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی با عملکرد ورزشی و پیشرفت تحصیلی رابطه منفی معنی داری دارند. این همبستگی در ورزشکاران گروهی از انفرادی بیشتر بود. ضریب رگرسیون چند متغیری نشان داد که ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی ۳۶ و ۲۴ درصد از واریانس عملکرد ورزشی را به ترتیب در ورزشکاران گروهی و انفرادی تبیین می‌کنند. همچنین، سه متغیر یاد شده ۴۵ و ۱۶ درصد از واریانس پیشرفت تحصیلی را به ترتیب در ورزشکاران گروهی و انفرادی تبیین کردند. این نتایج نشان می‌دهد که افزایش ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی کاهش عملکرد ورزشی و پیشرفت تحصیلی را به دنبال خواهد داشت.

کلید واژگان: ابهام نقش، تعارض نقش، اضطراب رقابتی، عملکرد ورزشی و پیشرفت تحصیلی.

مقدمه

امروزه، به دلیل توجه کمتر به روانشناسی ورزش، ورزشکاران ممکن است شکستهای پیلپی ای را متحمل شوند که خسارتهای جبران ناپذیری برای آنان و جمعه ورزشی به بار می آورد. لذا، توجه به روانشناسی ورزش و متغیرهای مرتبط با عملکرد ورزشکاران می تواند نتایج سودمندی داشته باشد. مؤلفه های مهمی در روانشناسی ورزش وجود دارد که با عملکرد ورزشکاران در ارتباط هستند. از جمله این متغیرها ابهام نقش^۱، تعارض نقش^۲ و اضطراب رقابتی^۳ است.

ابهام نقش به عنوان فقدان وضوح اطلاعات در باره انتظارات مرتبط با موفقیت یک شخص تعریف شده است (کاهن^۴ و همکاران، ۱۹۶۴). براساس مدل نظری کاهن و همکاران (۱۹۶۴) تجربه ابهام نقش می تواند به واکنشهای متناقض، احساسات تنش، کاهش اعتماد به نفس و نارضایتی در فرد منجر شود. ورزشکاران ممکن است در پستهای خود به ویژه پستهای جدید دچار ابهام نقش شوند. آیس و کلون^۵ (۲۰۰۱) به دست آوردند که ابهام نقش با اضطراب رقابتی در بازیکنان بسکتبال ارتباط مثبت دارد. بیوکامپ^۶ و همکاران (۲۰۰۲) دریافتند که ابهام نقش به طور مستقل پیش بینی کننده کارایی و مؤثر بودن عملکرد فرد است. مطالعه بیوکامپ و همکاران (۲۰۰۳) نشان داد که ابهام نقش با اضطراب پیش از رقابت در هر دو جنسیت رابطه دارد. همچنین، ابهام نقش با اضطراب جسمانی پیش از رقابت در مردان ارتباط مثبت داشت ($p < 0.05$). بیوکامپ و همکاران (۲۰۰۵) به دست آوردند که زنان تیم هاکی روی چمن سطوح پایین تری از ابهام نقش را در مورد نقاط قوت خود تجربه کردند، درحالی که مردان چنین تجربه ای نداشتند. در این پژوهش نیز ابهام نقش با عملکرد ورزشی ارتباط مثبت معنی داری داشت. نریمانی و آریاپوران (۱۳۸۴) در پژوهشی بین تحمل ابهام و عملکرد ورزشی ارتباط مثبت معنی داری به دست آوردند.

- ۱ . Role Ambiguity
- ۲ . Role Conflict
- ۳ . Competitive Anxeity
- ۴ . Kahren etal.
- ۵ . Beauchamp etal.
- ۶ . Eys & Caron

تعارض نقش تداخل در فعلیتهای یک نقش با نقش دیگر است و معمولاً به مشکلات زیادی نظیر استرس، اضطراب، خستگی و غیره منجر می‌شود. اگر انتظارات مربوط به یک نقش برای ورزشکار خوب تعریف نشود، تعارض روی می‌دهد و فرد ناسازگاری بین وظایف را تجربه می‌کند. لستلرز و همکاران (۲۰۰۱) در پژوهشی بر روی ۲۰۰ دلقجوی ورزشکار نشان دادند که تعارض و تداخل در نقش ورزشی با سلامت روانی رابطه منفی دارد. در صورتی که بین جدایی نقش و سلامت روانی رابطه مثبت معنی‌داری به دست آمد. همچنین، در این مطالعه تعارض نقش با عملکرد ورزشی ارتباط منفی معنی‌داری داشت جون و جاستون^۷ (۲۰۰۳) والفینستون و هاردمن^۸ (۲۰۰۶) در پژوهشهای مجزایی نشان دادند که تعارض نقش مسئولیت‌پذیری و عملکرد ورزشی را در ورزشکاران کاهش می‌دهد.

یکی دیگر از تغییرهایی که با عملکرد ورزشی ارتباط معنی‌داری دارد، اضطراب رقابتی است. منظور از اضطراب رقابتی اضطراب حالت و صفت رقابتی است. به نظر اسپیلبرگر^۹ (۱۹۶۶) اضطراب حالت واکنش هیجانی و زودگذری است که موجب می‌شود افراد موقعیتهای خاصی را تهدیدآمیز ارزیابی کنند. در مقابل، اضطراب صفت نوعی ویژگی شخصیتی است که به خصوصیات باثبات و دیوپای فرد و تفاوت‌های فردی با دوام در افراد مستعد اضطراب اشاره دارد. یافته‌ها بر رابطه بین اضطراب و عملکرد تأکید می‌کنند و حاکی از تأثیر منفی اضطراب بر عملکرد ورزشکاران است. اضطراب رقابتی نیز عملکرد ورزشکاران را تحت تأثیر قرار می‌دهد و هر چه میزان اضطراب رقابتی بالاتر باشد، عملکرد ورزشکاران نیز در حین رقابت پایین‌تر خواهد آمد. هنین^{۱۰} (۱۹۸۰) و کران^{۱۱} (۱۹۹۳) بین اضطراب رقابتی و عملکرد ورزشی ارتباط منفی معنی‌داری به دست آوردند. فلتچر و هانتون^{۱۲} (۲۰۰۱) نشان دادند که بین میلگین نمرات اضطراب رقابتی در گروه‌های دارای مهارتهای بالا و پایین تن آرامی، گفتگو با خود و تصویرسازی تفاوت معنی‌داری وجود دارد. همچنین، در اضطراب رقابتی برای گروه‌های تن آرامی، شناختی و تصویرسازی ذهنی تفاوت معنی‌داری به دست آمد. هانتون^{۱۳} و همکاران (۲۰۰۴) نشان دادند که شدت

-
۷. Jevon & Johnston
 ۸. Elphinston & Hardman
 ۹. Speilberger
 ۱۰. Hanin
 ۱۱. Krane
 ۱۲. Fletcher & Hanton
 ۱۳. Hanton et al.

اضطراب شناختی و اضطراب جسمی ورزشکاران با نزدیک شدن به مسابقه افزایش و اعتماد به نفس آنها کاهش می یابد. همچنین، بین اضطراب رقابتی و عملکرد ورزشی ارتباط منفی معنی داری به دست آمد. با توجه به نتایج پژوهشهای قبلی به نظر می رسد که متغیرهای ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی در ورزشکاران، با هم در پژوهشی بررسی نشده اند و در خصوص ارتباط این متغیرها نیز با عملکرد ورزشی و پیشرفت تحصیلی کمتر تحقیق شده است. به طور کلی، در این پژوهش فرض اساسی این بود که ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی با عملکرد ورزشی و پیشرفت تحصیلی رابطه دارند. فرض دیگر این بود که متغیرهای ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی هر یک از متغیرهای عملکرد ورزشی و پیشرفت تحصیلی را به طور معنی داری پیش بینی می کنند.

روش پژوهش

این پژوهش از نوع همبستگی است که به شیوه گذشته نگر صورت گرفته است. در این پژوهش تعارض نقش، ابهام نقش و اضطراب رقابتی به عنوان متغیرهای پیش بین و عملکرد ورزشی و پیشرفت تحصیلی به عنوان متغیرهای ملاک هستند. به همین منظور، از میان کلیه فنشجویان ورزشکار نیمسال اول سال تحصیلی ۸۵-۸۴، ۲۴۴ نفر به صورت تصادفی انتخاب شدند که ۱۲۶ ورزشکار از سه رشته گروهی (فوتبال، والیبال و بسکتبال) و ۱۱۸ ورزشکار از سه رشته انفرادی (کشتی، رزمی و تنیس) بودند. میانگین و انحراف معیار سنی آزمودنی ها به ترتیب ۲۱/۲۴ و ۳/۲۳ بوده است.

ابزار جمع آوری اطلاعات در این پژوهش عبارت بودند از:

الف. مقیاس ابهام - تعارض نقش: مقیاس ابهام- تعارض نقش توسط هاوس، اسکالر و لوانونی^{۱۴} (۱۹۸۳) ساخته شده است. این مقیاس ۱۴ آیتم دارد که ۶ آیتم آن ابهام نقش و ۸ آیتم دیگر تعارض نقش را می سنجد. ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس ۰/۸۴ گزارش شده است. ضرایب اعتبار خرده مقیاس ابهام نقش، خرده مقیاس تعارض نقش و کل مقیاس به ترتیب ۰/۷۱، ۰/۶۶ و ۰/۷۵ است ($p < 0/01$). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس ۰/۸۹ است.

ب. **پرسشنامه اضطراب رقابتی:** پرسشنامه اضطراب رقابتی توسط هارتنز، ویلی و برتن^{۱۵} (۱۹۹۰) ساخته شده است. این پرسشنامه ۲۰ آیتم دارد و در موقعیتهای رقابت ورزشی مورد استفاده قرار می‌گیرد. ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۹۰ گزارش شده است. ضریب همبستگی این پرسشنامه با پرسشنامه اضطراب صفت-حالت اسپیلبرگر ($r=0/63, P</math> /۰۰۱) معنی‌دار است. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۸۵ است.$

ج. **چک لیست عملکرد ورزشی:** این چک لیست شامل ۱۸ آیتم در خصوص عملکرد ورزشی و نتایج ورزشی دانشجویان در سطح دانشگاه و بالاتر است که توسط مربی تکمیل می‌شود. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ این چک لیست ۰/۷۹ است.

د. **پیشرفت تحصیلی:** پیشرفت تحصیلی عبارت است از توانایی برای اثبات موفقیت در اکتساب نوعی پیامد که برای آن تجربه‌های یادگیری طرح‌ریزی شده اند (استرانگ^{۱۶}، ۲۰۰۲). در این پژوهش برای بررسی پیشرفت تحصیلی از معدل کل نمرات دانشجویان در ترمهای گذرانده شده استفاده شده است. معدل کل نمرات دانشجویان از پرونده تحصیلی آنان استخراج شده است.

شیوه اجرا: در این پژوهش برای جمع‌آوری اطلاعات ابتدا دانشجویان ورزشکار گروهی و انفرادی مشخص شدند. بعد از انتخاب آزمودنی‌ها، هدف پژوهش برای آنها توضیح داده شد و از آنها خواسته شد که به سؤالات مدرج در پرسشنامه‌های تحقیق با دقت پاسخ دهند و سؤالی را تا حد امکان بی‌جواب نگذارند. آزمودنی‌ها حدود نیمساعت در محل ورزشگاه به صورت گروهی به سؤالات پرسشنامه‌های تحقیق پاسخ می‌دادند. چک لیست عملکرد ورزشی توسط مربیان پاسخ داده شد و معدل کل نمرات دانشجویان از پرونده آموزشی آنان استخراج شد. سرانجام، داده‌های جمع‌آوری شده با روشهای آماری ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چند متغیری (روش ورود^{۱۷}) تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها

جدول ۱- میانگین و انحراف معیار متغیرهای ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی، عملکرد ورزشی و پیشرفت تحصیلی در ورزشکاران

۱۵ . Martens, Vealy & Burton

۱۶-Armstrong

۱۷ . Enter Method

متغیر	کل		گروهی		فردی	
	SD	X	SD	X	SD	X
ابهام نقش	۴/۵۱	۹/۱۸	۴/۲۸	۸/۹۶	۴/۷۳	۹/۳۸
تعارض نقش	۵/۹۷	۱۶/۶۳	۶/۰۶	۱۶/۶۱	۵/۹۲	۱۶/۶۵
اضطراب رقابتی	۳/۰۸	۱۶/۹۴	۲/۸۵	۱۶/۶۲	۳/۳۴	۱۷/۲۲
عملکرد ورزشی	۱/۰۷	۱۵/۹۹	۱/۲۰	۱۵/۹۹	۱/۹۴	۱۶/۰۱
پیشرفت تحصیلی	۱/۴۴	۱۸/۵۴	۱/۵۳	۱۸/۵۰	۱/۳۶	۱۸/۵۷

نتایج ضریب همبستگی پیوسون نشان داد که ابهام نقش ($r = -0/27$)، تعارض نقش ($r = -0/38$) و اضطراب رقابتی ($r = -0/36$) با عملکرد ورزشی در ورزشکاران انفرادی رابطه معنی داری دارد ($p < 0/01$). ابهام نقش ($r = -0/49$)، تعارض نقش ($r = -0/26$) و اضطراب رقابتی ($r = -0/52$) با عملکرد ورزشی در ورزشکاران گروهی رابطه معنی داری دارد ($p < 0/01$). تعارض نقش ($r = -0/28$) و اضطراب رقابتی ($r = -0/33$) با پیشرفت تحصیلی در ورزشکاران انفرادی رابطه معنی داری دارد ($p < 0/01$)، اما بین ابهام نقش پیشرفت تحصیلی رابطه معنی داری به دست نیامد ($r = -0/19$). ابهام نقش ($r = -0/55$)، تعارض نقش ($r = -0/27$) و اضطراب رقابتی ($r = -0/55$) با پیشرفت تحصیلی در ورزشکاران گروهی رابطه معنی داری دارد ($p < 0/01$).

در این پژوهش از تحلیل رگرسیون به روش ورود برای بررسی ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی (متغیرهای پیش‌بین) به منظور پیش‌بینی عملکرد ورزشی و پیشرفت تحصیلی (متغیرهای ملاک) استفاده شد. ابتدا ابهام نقش وارد معادله رگرسیون خطی شد و سپس تعارض نقش و سرانجام اضطراب رقابتی وارد معادله شدند.

برای تعیین تأثیر هر یک از متغیرهای ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی بر واریانس عملکرد ورزشی ورزشکاران انفرادی ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی به عنوان متغیرهای پیش‌بین و عملکرد ورزشی به عنوان متغیر ملاک در معادله رگرسیون تحلیل شدند. نتایج تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون بین میانگین نمره عملکرد ورزشی با ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی در جدول ۲ ارائه شده‌اند. بر اساس این نتایج، میزان F مشاهده شده معنی‌دار است ($p < 0/001$) و ۲۴ درصد واریانس مربوط به عملکرد ورزشی توسط متغیرهای ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی تبیین می‌شود. سهم هر یک از متغیرهای ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی در تبیین عملکرد ورزشی ورزشکاران انفرادی به ترتیب ۷ درصد، ۷ درصد و ۱۰ درصد است. ضریب رگرسیون هر یک از سه متغیر پیش‌بین نشان

می‌دهند که ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی می‌توانند واریانس عملکرد ورزشی را به صورت معنی‌داری تبیین کنند. ضرایب تأثیر ابهام نقش ($B = -0/077$)، تعارض نقش ($B = -0/079$) و اضطراب رقابتی ($B = -0/126$) با توجه به آماره‌های t نشان می‌دهند که ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی می‌توانند با اطمینان ۹۵ درصد تغییرات مربوط به عملکرد ورزشی را پیش‌بینی کنند؛ به عبارت دیگر، افزایش ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی کاهش عملکرد ورزشی را در ورزشکاران انفرادی به دنبال خواهد داشت. برای تعیین تأثیر هر یک از متغیرهای ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی بر واریانس عملکرد ورزشی ورزشکاران گروهی ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی به‌عنوان متغیرهای پیش‌بین و عملکرد ورزشی به‌عنوان متغیر ملاک در معادله رگرسیون تحلیل شدند. نتایج تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون بین میانگین نمره عملکرد ورزشی با ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی در جدول ۳ ارائه شده‌اند. بر اساس این نتایج، میزان F مشاهده شده معنی‌دار است ($p < 0/001$) و ۳۶ درصد واریانس مربوط به عملکرد ورزشی توسط متغیرهای ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی تبیین می‌شود. ضریب رگرسیون هر یک از سه متغیر پیش‌بین نشان می‌دهند که ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی می‌توانند واریانس عملکرد ورزشی را به صورت معنی‌داری تبیین کنند. سهم هر یک از متغیرهای ابهام نقش و اضطراب رقابتی در تبیین عملکرد ورزشی ورزشکاران گروهی به ترتیب ۲۴ درصد و ۱۲ درصد است. ضرایب تأثیر ابهام نقش ($B = -0/174$) و اضطراب رقابتی ($B = -0/223$) با توجه به آماره‌های t نشان می‌دهند که ابهام نقش و اضطراب رقابتی می‌توانند با اطمینان ۹۹ درصد تغییرات مربوط به عملکرد ورزشی را پیش‌بینی کنند؛ به عبارت دیگر، افزایش ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی، کاهش عملکرد ورزشی بیشتری را در ورزشکاران گروهی به دنبال خواهد داشت.

برای تعیین تأثیر هر یک از متغیرهای ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی بر واریانس پیشرفت تحصیلی ورزشکاران انفرادی ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی به‌عنوان متغیرهای پیش‌بین و پیشرفت تحصیلی به‌عنوان متغیر ملاک در معادله رگرسیون تحلیل شدند. نتایج تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون بین میانگین نمره پیشرفت تحصیلی با ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی در جدول ۴ ارائه شده‌اند. بر اساس

این نتایج، میزان F مشاهده شده معنی‌دار است ($p < 0/001$) و ۱۶ درصد واریانس مربوط به پیشرفت تحصیلی توسط متغیرهای ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی تبیین می‌شود.



ضریب رگرسیون هر یک از سه متغیر پیش بین نشان می‌دهند که ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی می‌توانند واریانس پیشرفت تحصیلی را به صورت معنی‌داری تبیین کنند. سهم هر یک از متغیرهای ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی در تبیین پیشرفت تحصیلی ورزشکاران انفرادی به ترتیب ۴ درصد، ۴ درصد و ۸ درصد است. ضرایب تأثیر تعارض نقش ($B=0/042$) و اضطراب رقابتی ($B=-0/081$) با توجه به آماره های t نشان می‌دهند که تعارض نقش و اضطراب رقابتی می‌توانند با اطمینان ۹۹ درصد تغییرات مربوط به پیشرفت تحصیلی را پیش‌بینی کنند؛ به عبارت دیگر، افزایش تعارض نقش و اضطراب رقابتی کاهش پیشرفت تحصیلی بیشتری را در ورزشکاران لفرادی به دنبال خواهد داشت.

برای تعیین تأثیر هر یک از متغیرهای ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی بر واریانس پیشرفت تحصیلی ورزشکاران گروهی ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی به عنوان متغیرهای پیش بین و پیشرفت تحصیلی به عنوان متغیر ملاک در معادله رگرسیون تحلیل شدند. نتایج تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون بین میانگین نمره پیشرفت تحصیلی با ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی در جدول ۵ ارائه شده‌اند. براساس این نتایج، میزان F مشاهده شده معنی‌دار است ($p<0/001$) و ۴۵ درصد واریانس مربوط به پیشرفت تحصیلی توسط متغیرهای ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی تبیین می‌شود. ضریب رگرسیون هر یک از سه متغیر پیش بین نشان می‌دهند که ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی می‌توانند واریانس پیشرفت تحصیلی را به صورت معنی‌داری تبیین کنند. سهم هر یک از متغیرهای ابهام نقش و اضطراب رقابتی در تبیین پیشرفت تحصیلی ورزشکاران گروهی به ترتیب ۳۰ درصد و ۱۵ درصد است. ضرایب تأثیر ابهام نقش ($B=-0/153$) و اضطراب رقابتی ($B=-0/181$) با توجه به آماره های t نشان می‌دهند که ابهام نقش و اضطراب رقابتی می‌توانند با اطمینان ۹۹ درصد تغییرات مربوط به پیشرفت تحصیلی را پیش‌بینی کنند؛ به عبارت دیگر، افزایش ابهام نقش و اضطراب رقابتی کاهش پیشرفت تحصیلی بیشتری را در ورزشکاران گروهی به دنبال خواهد داشت.

بحث و نتیجه گیری

نتایج نشان داد که بین لِهام نقش و عملکرد ورزشی در دانشجویان ورزشکار رابطه منفی وجود دارد ($p < 0/05$) که این رابطه در ورزشکاران گروهی از ورزشکاران انفرادی بیشتر بوده است. این نتیجه با یافته‌های پژوهشی آیس و همکاران (۲۰۰۱)، زیمانی و آریاپوران (۱۳۸۴)، بیوکامپ و همکاران (۲۰۰۳) و بیوکامپ و همکاران (۲۰۰۵) همخوانی دارد. احتمالاً فرد در ورزشهای انفرادی فقط با مهارتها و توانایی‌های خود سروکار دارد، در حالی که در رشته‌های گروهی مانند فوتبال و والیبال شخص تحت تأثیر اعضای تیمش قرار می‌گیرد و عملکرد او در گرو عملکرد گروهی خواهد بود و در مقابل، عملکرد او نیز بر گروه تأثیر می‌گذارد. نقشی که در ورزشهای گروهی به فرد محول می‌شود، ممکن است با نقش درونی شده‌ او نهماهنگ باشد، بنابراین این نهماهنگی باعث به وجود آمدن لِهام برای فرد می‌شود و عملکرد او را به صورت منفی تحت تأثیر قرار می‌دهد. مثلاً یک بازیکن فوتبال که همیشه در پست حمله بازی کرده است، اگر مربی او را به ضرورت در پست دیگر مانند دفاع قرار دهد، او دچار لِهام می‌شود و تحمل این لِهام نیز برای او مشکل خواهد بود و در نقش فرعی‌اش بدترین عملکرد را از خود به نمایش می‌گذارد، چرا که نقش اصلی و درونی شده‌ او نیست.

در این پژوهش بین تعارض نقش و عملکرد ورزشی ارتباط معنی‌داری به دست آمد. این ارتباط در ورزشهای گروهی از ورزشهای انفرادی به طور معنی‌داری بیشتر بود. این نتیجه با یافته‌های پژوهشی دیگر (استلر و همکاران، ۲۰۰۱؛ جون و همکاران، ۲۰۰۳؛ لفینستون و همکاران، ۲۰۰۶) همخوانی دارد. این نتیجه نشان می‌دهد که تعارض و تداخل در نقش، عملکرد ورزشی دانشجویان را کاهش می‌دهد. در ورزشهای گروهی وقتی که بازیکن دو یا چند نقش را به عهده می‌گیرد، تجربه تعارض نقش باعث می‌شود که فرد نتواند وظایف محول شده را خوب انجام دهد. بنابراین، دادن یک نقش مشخص موجب می‌شود که ورزشکار تنش و تعارض کمتری احساس کند و از عهده نقش محول شده به خوبی برآید. در این پژوهش نیز بین اضطراب رقابتی و عملکرد ورزشی در ورزشکاران ارتباط منفی معنی‌دار به دست آمد ($p < 0/05$). این رابطه در ورزشهای گروهی بیشتر از ورزشهای انفرادی بود. این نتیجه با یافته‌های پژوهشی فلتچر و هانتون (۲۰۰۱)، توماس و مایارد (۲۰۰۴) و ملرتز، ویلی و برتن (۱۹۹۰) همخوانی دارد. این پژوهشگران نشان دادند که هر چه اضطراب رقابتی بالاتر باشد، میزان موفقیت ورزشکاران کمتر خواهد شد. بر اساس الگوی محدوده کارکرد بهینه که رابطه بین انگیزندگی و اضطراب

با عملکرد را مورد توجه قرار می‌دهد، هر فرد ورزشکار محدوده اضطرابی بهینه منحصر به فردی دارد که عملکرد وی در آن محدوده به طرز مناسبی بالا می‌رود (هنین، ۱۹۸۰؛ کران، ۱۹۹۳)؛ یعنی هر ورزشکار در محدوده خاصی از اضطراب بهترین عملکرد را دارد. همچنین، ورزشکار زمانی بهترین عملکرد را دارد که اضطراب وی در محدوده کارکرد بهینه قرار داشته باشد. از سوی دیگر، هنگامی که اضطراب ورزشکار خارج از محدوده کارکرد بهینه قرار داشته باشد، عملکرد وی ضعیف می‌شود.

نتایج نشان داد که ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی ۳۶ درصد واریانس عملکرد ورزشی ورزشکاران گروهی را به صورت معنی‌داری تبیین می‌کنند، در صورتی که ۲۴ درصد واریانس مربوط به عملکرد ورزشی در ورزشکاران انفرادی توسط متغیرهای یاد شده تبیین می‌شود؛ به عبارت دیگر، افزایش ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی، کاهش عملکرد ورزشی بیشتری را در ورزشکاران گروهی در مقایسه با انفرادی به دنبال خواهد داشت. نتایج نیز نشان داد که ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی ۱۶ درصد واریانس پیشرفت تحصیلی ورزشکاران گروهی را به صورت معنی‌داری تبیین می‌کنند، در صورتی که ۴۵ درصد واریانس مربوط به پیشرفت تحصیلی در ورزشکاران انفرادی توسط متغیرهای یاد شده تبیین می‌شود؛ به عبارت دیگر، افزایش ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی کاهش پیشرفت تحصیلی بیشتری را در ورزشکاران گروهی در مقایسه با انفرادی به دنبال خواهد داشت.

در مجموع، در این مطالعه اهمیت متغیرهای ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی در عملکرد ورزشی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان ورزشکار نشان داده شده است. همچنین، شواهدی ارائه می‌کند که برای افزایش عملکرد ورزشی باید به این متغیرها توجه ویژه‌ای شود. محدود بودن نمونه پژوهش به دو دانشگاه دولتی و آزاد استان، تنوع رشته‌های ورزشی و عدم توجه به نوع رشته و نبودن ابزاری معتبر برای سنجش عملکرد ورزشی از محلولیتهای این پژوهش بود. بنابراین، تعمیم‌پذیری نتایج باید با احتیاط صورت گیرد. پیشنهاد می‌شود در پژوهشهای بعدی رشته‌های ورزشی به صورت مجزا و پستهای ورزشی به ویژه در ورزشهای گروهی مورد توجه قرار گیرد. همچنین، پیشنهاد می‌شود که به شرح وظایف و مسئولیتهای مشخص، دادن دو یا چند وظیفه به بازیکن و آموزش مهارتهای کاهش اضطراب و تمشهای ناشی از رقابت توجه شود.

منابع

الف. فارسی

۱. نریمانی، محمد و سعید آریاپوران (۱۳۸۴)؛ «بررسی ارتباط سلامت روانی، خودکارآمدی و تحمل ابهام با عملکرد ورزشی در دانشجویان»؛ گزارش پژوهشی معاونت پژوهشی و فناوری دانشگاه محقق اردبیلی.

ب. لاتین

۱. Beauchamp, M. R., S. R. Bray, M. A. Eyes & A. V. Carmon (۲۰۰۲); "Role Ambiguity, Role Efficacy, and Role Performance: Multidimensional and Mediation Relationships within Interdependent Sport Teams"; *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, Vol. ۶, pp. ۲۲۹-۲۴۲.
۲. Beauchamp, M. R., S. R. Bray, M. A. Eyes & A. V. Carom (۲۰۰۳); "The Effect of Role Ambiguity on Competitive State Anxiety"; *Journal of Sport and Exercise Psychology*, Vol. ۲۵, pp. ۷۷-۹۲.
۳. Beauchamp, M. R., S. R. Bray, A. Fielding & M. A. Eys (۲۰۰۵); "A Multilevel Investigation of the Relationship Between Role Ambiguity and Role Efficacy in Sport"; *Psychology of Sport and Exercise*, Vol. ۵, pp. ۲۸۹-۳۰۲.
۴. Elphinston, J., & S. L. Hardman (۲۰۰۶); "Effect of an Integrated Functional Stability Program on Injury Rates in an International Netball Squad"; *Journal of Science and Medicine in Sport*, Vol. ۹, pp. ۱۶۹-۱۷۶.
۵. Eys, M. A. & A. V. Carron (۲۰۰۱); *Role Ambiguity, Task Cohesion and Task Self-efficacy in Hockey*; *Small Group Research*, Vol. ۳۲, pp. ۳۵۶-۳۷۳.
۶. Fletcher, D. & S. Hanton (۲۰۰۱); "The Relation Between Psychological Skills Usage and Competitive Anxiety Response"; *Psychology of Sport and Exercise*, Vol. ۲, pp. ۸۹-۱۰۱.
۷. Hanin, Y. L. (۱۹۸۰); *A Study of Anxiety in Sport*, In W.F. Straub (Ed.), *Sport Psychology: An Analysis of Athlete Behavior*, Ithaca, NY: Movement, pp. ۲۳۶-۲۴۹.

۸. Hanton, S., O. Thomas & I. Maynard (۲۰۰۴); "Competitive Anxiety Response in the Week Leading up to Competition"; *Psychology of Sport and Exercise*, Vol. ۵, pp. ۱۶۹-۱۸۷.
۹. House, R. J., R. S. Schuler & E. Levanoni (۱۹۸۳); "Role Conflict and Ambiguity Scales: Reality or Artifacts"; *Journal Applied Psychology*, Vol. ۶۸, No. ۲, pp. ۳۳۴-۳۳۷.
۱۰. Jevon, S. M. & L. H. Johnston (۲۰۰۳); "The Perceived Knowledge and Attitudes of Governing Body Chartered Physiotherapists Towards the Psychological Aspects of Rehabilitation"; *Sport and Exercise Psychologist*, Vol. ۵, pp. ۲۰۱-۲۱۲.
۱۱. Kahen, R. L., D. M. Wolfe, R. P. Quinn, J. D. Snoek & R. A. Rosenthal (۱۹۶۴); *Organizational Stress: Studies in Role Conflict and Ambiguity*; Wiley, New York.
۱۲. Krane, V. (۱۹۹۳); A Practical Application of the Anxiety-athletic Performance Relationship"; *The Sport Psychologist*, Vol. ۷, pp. ۱۱۳-۱۲۶.
۱۳. Martens, R., R. S. Vealy & D. Burton (۱۹۹۰); *Competitive Anxiety in Sport*; Champaign, IL: Human Kinetics.
۱۴. Spielberger, C. D. (۱۹۶۶); Theory and Research on Anxiety, In C.D. Spielberger, (Eds), *Anxiety and Behavior*; New York: Academic Press.
۱۵. Settlers, I. H., R. M. Settlers & A. Mamas (۲۰۰۱); "One Role or Two? The Function of Psychological Separation in Role Conflict"; *Journal of Applied Psychology*, Vol. ۸۷, No. ۲, pp. ۵۷۴-۵۸۲.