

رشد و یادگیری حرکتی \_ ورزشی \_ بهار و تابستان ۱۳۹۱  
شماره ۹ - صص : ۵۵ - ۳۷  
تاریخ دریافت : ۱۲ / ۱۱ / ۸۹  
تاریخ تصویب : ۲۰ / ۱۰ / ۹۰

## ارتباط جهت گیری ورزشی و اضطراب رقابتی در ورزشکاران شرکت کننده در دهمین المپیاد ورزشی دانشجویی

۱. اکبر جمشیدی<sup>۱</sup> \_ ۲. الهه عرب عامری \_ ۳. نرجس علیزاده \_ ۴. افشین سلمانیان

۱. مربی دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت، ۲. استادیار دانشگاه تهران، ۳. کارشناس ارشد دانشگاه تهران، ۴. مربی دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهمیرزاد

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر، بررسی ارتباط جهت گیری ورزشی و اضطراب رقابتی در ورزشکاران زن و مرد رشته های ورزشی تیمی و انفرادی شرکت کننده در دهمین المپیاد ورزشی دانشگاه های سراسر کشور در سال ۱۳۸۹ است. تحقیق حاضر از نوع توصیفی و روش تحقیق همبستگی است. به این منظور، ۶۸۸ نفر (۳۵۱ مرد و ۳۳۷ زن) با استفاده از نمونه گیری تصادفی ساده از بین دانشجویان شرکت کننده در این مسابقات انتخاب شدند. نخست کل آزمودنی های انتخاب شده، در اردوی آمادگی به منظور شرکت در این مسابقات، پرسشنامه جهت گیری ورزشی گیل را تکمیل کردند، سپس چند ساعت قبل از مسابقه به پرسشنامه اضطراب رقابتی مارتنز پاسخ دادند. اطلاعات جمع آوری شده با استفاده از تحلیل رگرسیون چندگانه همزمان، آزمون آماری تحلیلی واریانس چندمتغیره (ANOVA) و آزمون آماری تی مستقل (t.test) بررسی شد. نتایج نشان داد که جهت گیری ورزشی، اضطراب رقابتی را پیش بینی می کند. در واقع با افزایش رقابت طلبی و هدف گرایی، اضطراب رقابتی کاهش اما با افزایش تمایل به پیروزی، اضطراب رقابتی نیز افزایش یافت. همچنین مشاهده شد زنان ورزشکار نسبت به مردان ورزشکار مضطرب تر بودند ( $P=0/001$ ). ضمن اینکه اضطراب رقابتی ورزشکاران رشته های انفرادی نسبت به ورزشکاران رشته های ورزشی تیمی بیشتر بود ( $P=0/004$ ). در نهایت، نتایج نشان داد که مردان ورزشکار رقابت طلب تر بودند و تمایل به پیروزی بیشتری نسبت به زنان ورزشکار داشتند، درحالی که زنان ورزشکار هدف گراتر از مردان ورزشکار بودند ( $P=0/002$ )، اما بین جهت گیری ورزشی ورزشکاران رشته های تیمی و انفرادی تفاوت معنی داری مشاهده نشد ( $P>0/05$ ).

### واژه های کلیدی

جهت گیری ورزشی، اضطراب رقابتی، رقابت طلبی، تمایل به پیروزی، هدف گرایی.

## مقدمه

یکی از عوامل مهم روانی که عملکرد ورزشکاران را، به ویژه در موقعیت‌های حساس و تعیین‌کننده، به شدت تحت تأثیر قرار می‌دهد، اضطراب است. براین اساس پژوهش در حوزه روانشناسی ورزش برای شناسایی متغیرهای مهم و تأثیرگذار درون فردی به منظور یاری رساندن به ورزشکاران در اجرای مهارت‌های ورزشی و همچنین کاهش عواملی مثل اضطراب<sup>۱</sup> که عملکرد و کارایی را تضعیف می‌کند، ضروری و اجتناب‌ناپذیر است (۴). اضطراب مستلزم مفهوم ناامنی یا تهدیدی است که فرد منبع آن را به وضوح درک نمی‌کند (۵). یکی از گرایش‌های اضطراب که در سال‌های اخیر توجه محققان حوزه روانشناسی ورزش را به خود معطوف کرده، اضطراب رقابتی است. این نوع اضطراب در موقعیت‌های رقابت جویانه ورزشی ایجاد می‌شود (۳۲). اضطراب رقابتی در واقع، اضطراب حالتی و صفتی رقابتی است. مارتنز اضطراب صفتی رقابتی را تمایل به درک موقعیت‌های رقابتی به مثابه عاملی تهدیدکننده عنوان کرد که پاسخ به این موقعیت‌ها با احساس نگرانی یا تنش همراه است، درحالی‌که واکنش اضطرابی که در موقعیت‌های خاص رقابتی تولید می‌شود، اضطراب حالتی رقابتی نام دارد (۳۶). حتی بازیکنان حرفه‌ای که اضطراب زیادی دارند، در مقایسه با بازیکنانی که اضطراب کمی دارند، وقتی در حالت اضطرابی قرار گیرند، افزایش زیادی را در انگیزش فیزیولوژیکی از خود نشان می‌دهند، بنابراین بیشتر مستعد افت در اجرا هستند (۱۰). نتایج بیشتر تحقیقات نشان داده است که اضطراب رقابتی می‌تواند عملکرد ورزشکاران را تحت تأثیر قرار دهد، به عبارت دیگر هر چه میزان اضطراب رقابتی (صفتی و حالتی) بیشتر باشد، عملکرد ورزشکاران در حین رقابت ضعیف‌تر خواهد شد (۲۹، ۳۰، ۳۶).

برخی از محققان اعتقاد دارند که شماری از جنبه‌های روانی (مثل اضطراب رقابتی، اعتماد به نفس، حس رقابت جویی و ...) در انگیزه و چرایی پرداختن افراد به ورزش تأثیر بسزایی دارند (۱۲). بنابراین با توجه به اینکه رقابت در همه افراد ایجاد اضطراب می‌کند و از طرفی دیگر دلیل و چرایی افراد در ورزش نیز متفاوت است (۱۸)، یکی از عواملی که ممکن است میزان اضطراب رقابتی را پیش‌بینی کند، جهت‌گیری ورزشی<sup>۲</sup> است. اسپنس و هلمریچ<sup>۳</sup> جهت‌گیری ورزشی را به طور چندبعدی و با ابعاد چیرگی، کار و رقابتی مفهوم‌سازی کرده و اشاره

1 - Anxiety

2 - Sport Orientation

3 - Spence J.T &amp; Helm Reich

می‌کنند که برخی افراد حالت گرایش به پیشرفت را با تمایل به تلاش برای برتری بر دیگران و با تأکید بر سخت‌کوشی، و حتی تمایل به بهتر عمل کردن نسبت به دیگران آشکار می‌سازند. باومن در سال ۲۰۰۱ جهت‌گیری ورزشی را میل به مسابقه یا تمایل به پیروزی تعریف کرده است که براساس آن ورزشکاران هدف‌هایی را در طول رقابت برمی‌گزینند و برای دستیابی به آن تلاش می‌کنند (۱۴). افراد بر اساس جهت‌گیری ورزشی که اتخاذ می‌کنند، با دلایل متفاوتی در فعالیت‌های ورزشی و جسمانی درگیر شده و با روش‌های گوناگون در موقعیت‌های مختلف برانگیخته می‌شوند (۱۶). بنابراین آگاهی از اینکه چرا بعضی افراد انگیزش زیادی برای دستیابی به اهداف خود دارند و برخی دیگر این‌گونه نیستند، حائز اهمیت است. مبانی نظری جهت‌گیری ورزشی از نظریه اهداف پیشرفت نشات می‌گیرد. یکی از نظریه‌هایی که در سال‌های اخیر برای تبیین شناخت، انگیزش و عواطف افراد در موقعیت‌های مختلف توسط روانشناسان ارائه شده، نظریه اهداف پیشرفت است. این نظریه هم عوامل شخصی (ادراکات، ارزش‌ها و عواطف) و هم عوامل موقعیتی را مورد توجه قرار می‌دهد. براین اساس نظریه اهداف پیشرفت مدلی را پیشنهاد می‌کند که می‌توان بر مبنای آن درگیری‌های شناختی، انگیزشی و رفتاری افراد را که در سطوح مختلف و به اشکال گوناگون صورت می‌گیرد، توجیه کرد (۳۸). موری<sup>۱</sup> در سال ۱۹۳۸ ابتدا انگیزه پیشرفت را به‌عنوان عامل شخصیتی مطرح و آن را نیاز به رسیدن به آرزو تعریف کرد. اتکینسون<sup>۲</sup> در سال ۱۹۷۴ و با گسترش کار موری، انگیزه پیشرفت را به‌عنوان ترکیبی از دو سازه شخصیتی (انگیزه برای کسب موفقیت و انگیزه اجتناب از شکست) تعریف کرد. این دو انگیزه در همه افراد وجود دارد، اما همه ما به یک اندازه از این دو انگیزه برخوردار نیستیم و عامل شخصیتی کلیدی در تفاوت و توازن بین این دو انگیزه است (۲۰، ۴۴).

دایان گیل در مطالعه جهت‌گیری رقابتی در ورزش، چارچوب هلمریچ و اسپنس و اضطراب رقابتی مارتنز را با هم ادغام کرد. مدل فرایند رقابتی مارتنز با حالات عینی رقابت آغاز می‌شود. حالات ذهنی رقابت شامل عمل متقابل تفاوت‌های فردی و حالت عینی رقابت است. افراد به شدت رقابتی، نسبت به آنهایی که چندان رقابتی نیستند، موفقیت ورزشی را به طور رقابتی تفسیر خواهند کرد و تفسیرهایشان اثرگذار خواهد بود. در واقع، گیل

---

1 - Murray

2 - Atkinson

از چارچوب ویژه ورزش مارتنز و چشم انداز چندبعدی پیشرفت اسپنس و هلمریچ برای تهیه ساختار یک مقیاس جهت گیری ورزشی استفاده کرد (۱).

جهت گیری ورزشی از سه مؤلفه رقابت طلبی<sup>۱</sup>، تمایل به پیروزی<sup>۲</sup> و هدف گرایی<sup>۳</sup> تشکیل شده است. جهت گیری ورزشی و مؤلفه های آن از جمله عوامل اثرگذار بر عملکرد و شرکت در فعالیت های ورزشی به شمار می آیند. جهت گیری ورزشی به تلاش فرد برای چیره شده بر یک مشکل، کسب مهارت، غلبه بر مانع و عملکرد بهتر نسبت به دیگران اشاره دارد. رقابت طلبی به تلاش برای کسب رضایت در شرایط مقایسه ای برخی معیارهای عالی در حضور قضاوت و داوری دیگران تعریف شده است. براین اساس افراد بسیار رقابتی، موقعیت و شرایط ورزشی را به طور متفاوتی نسبت به افراد غیررقابتی تعبیر و تفسیر می کنند و نوع ادراک آنها از این شرایط رقابتی بر رفتار آنها تأثیر خواهد داشت (۳۵). تمایل به پیروزی، اشتیاق فرد برای پیروزی از طریق مقایسه های بین فردی است. می توان گفت اگر تمایل به پیروزی مهم ترین عامل برای بازیکنان یک تیم ورزشی باشد، رقابت درون گروهی خیلی جدی و سخت خواهد بود و در نتیجه تأثیرات روانشناختی ورزشی زیانباری را به همراه خواهد داشت. هدف گرایی نیز به عنوان یکی از مؤلفه های جهت گیری ورزشی بر عملکرد فردی تأکید دارد و در واقع بر اهداف شخصی در ورزش متمرکز است و موفقیت را نسبت به خود افراد ارزیابی می کند. همچنین هدف گرایی به طور ضمنی به اهداف و تلاش های فرد برای به دست آوردن یک عملکرد معین اشاره می کند (۱۴).

گیل و همکارانش نیز بین مؤلفه های جهت گیری ورزشی تفاوت قائل شدند. تمایل به پیروزی و هدف گرایی، بازتابی از انتخاب ها و پاسخ های فرد طی یک فعالیت ورزشی است. ورزشکارانی که متمایل به پیروزی هستند، دوست دارند برنده شوند و از بازنده شدن در ورزش دوری می کنند، آنها موفقیت را نسبت به دیگران ارزیابی می کنند. افراد هدف گرا، بر روی اهداف شخصی در ورزش تمرکز دارند و موفقیت را نسبت به خودشان ارزیابی می کنند. هر دو آنها متمایل به اجرای خوب هستند. در مقایسه با هدف گرایی و تمایل به برنده شدن، رقابت طلبی به شدت روی انتخاب فرد برای شرکت در ورزش های رقابتی تأثیر می گذارد. افراد به شدت رقابت طلب، در پیوستن به ورزش های رقابتی علاقه نشان می دهند (۱۶).

1 - Competitiveness

2 - Winning

3 - Goal Orientation

جونز و سوین<sup>۱</sup> طی تحقیقی نشان دادند، ورزشکارانی با نمره‌های بیشتر در رقابت طلبی نسبت به ورزشکارانی با نمره‌های کمتر، دارای سطوح پایین‌تری از اضطراب رقابتی‌اند (۲۷). مارتین و گیل<sup>۲</sup> دریافتند که در دوندۀ‌های مارتن، هدف‌گرایی اهمیت بیشتری نسبت به پیروزی‌گرایی دارد، درحالی‌که بیشترین نمره آنها مربوط به مؤلفه رقبت طلبی بود (۳۷). کانگ<sup>۳</sup>، ابعاد جهت‌گیری ورزشی را در میان ورزشکاران و غیرورزشکاران تایوانی و ارتباط آن را با اضطراب رقابتی را بررسی کرد و دریافت که ورزشکاران به طور معنی‌داری در رقابت‌طلبی، هدف‌گرایی و تمایل به پیروزی نمره‌های بیشتر و در اضطراب رقابتی نمره‌های کمتری نسبت به غیرورزشکاران داشتند (۳۴).

با توجه به مطالب گفته شده، محقق در پی پاسخ به پرسش‌های زیر است: آیا جهت‌گیری ورزشی و مؤلفه‌های آن می‌تواند میزان اضطراب رقابتی ورزشکاران را پیش‌بینی کند؟ آیا جهت‌گیری ورزشی بین ورزشکاران زن و مرد یا بین ورزشکاران رشته‌های تیمی و انفرادی متفاوت است؟ آیا اضطراب رقابتی بین ورزشکاران زن و مرد یا بین رشته‌های ورزشی تیمی و انفرادی تفاوت دارد؟

## روش تحقیق

تحقیق حاضر از نوع توصیفی و روش تحقیق همبستگی است و سعی دارد ارتباط جهت‌گیری ورزشی را به عنوان متغیر پیش‌بین و اضطراب رقابتی را به عنوان متغیر ملاک ارزیابی کند. جامعه آماری تحقیق ورزشکاران شرکت‌کننده در دهمین المپیاد ورزشی دانشجویان سراسر کشور در سال ۱۳۸۹ شامل ۲۷۲۱ زن (۱۲ رشته ورزشی با حضور ۷۰ دانشگاه به میزبانی دانشگاه‌های صنعتی شاهرود، سمنان و دامغان) و ۳۹۷۲ مرد (۱۶ رشته ورزشی با حضور ۹۰ دانشگاه به میزبانی دانشگاه‌های مازندران، صنعتی نوشیروانی بابل، علوم کشاورزی و منابع طبیعی ساری و غیرانتفاعی شمال آمل) هستند. برای گزینش نمونه آماری با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده، با توجه به فرمول نمونه‌گیری کرجسی و مورگان، ۶۸۸ نفر (۳۵۱ مرد و ۳۳۷ زن) انتخاب شدند

1 - Gones. G & Swain. A

2 - Martin & Gill

3 - Kang

(شایان ذکر است که با توجه به پیش‌بینی عدم برگشت یا برگشت ناقص تعدادی از پرسشنامه‌ها، ۷۰۰ پرسشنامه توزیع شد که در نهایت ۶۸۸ پرسشنامه قابل قبول مورد ارزیابی قرار گرفت). برای گردآوری ویژگی‌های فردی ورزشکاران (جنس، نوع رشته ورزشی و ...) از پرسشنامه اطلاعات شخصی و برای سنجش جهت‌گیری ورزشی از پرسشنامه استاندارد شده گیل و دیتز<sup>۱</sup> (۱۹۸۸) که روایی و پایایی آن توسط وارتن برگ<sup>۲</sup> (۱۹۸۸) به دست آمده (۰/۸۶) و در کشور ما نیز توسط بهرام و همکاران (۱۳۸۲) تعیین شده است (۰/۸۹)، استفاده شد (۳). همچنین برای سنجش اضطراب رقابتی ورزشی از پرسشنامه استاندارد شده مارتنز<sup>۳</sup> (۱۹۹۰) استفاده شد که روایی و پایایی آن را مارتنز (۱۹۹۰) تایید کرده است (۰/۷۸) و به علت محتوای سؤالات، قابلیت اجرا در کشورهای مختلف با فرهنگ‌های متفاوت را دارد، چنانچه در کشور ما نیز در پژوهش‌های گوناگون (۷) مورد استفاده قرار گرفته و نتایج معتبری را نشان داده است. برای جمع‌آوری اطلاعات، آزمودنی‌ها ابتدا پرسشنامه جهت‌گیری ورزشی راه زمانی که در اردوی آمادگی برای مسابقات بودند، تکمیل کردند و با توجه به اینکه بهترین زمان تکمیل پرسشنامه اضطراب رقابتی نیم تا یک ساعت قبل از رقابت ورزشی است، یک ساعت قبل از مسابقه، آزمودنی‌ها به پرسشنامه اضطراب رقابتی پاسخ دادند.

### روش آماری

در ابتدا اطلاعات و داده‌های تحقیق براساس روش‌های آمار توصیفی (جداول، فراوانی‌ها، میانگین‌ها، درصد و نمودار) تجزیه و تحلیل شد. از آزمون کلموگروف اسمیرنوف (K.S) برای تعیین نرمال بودن داده‌ها و از آزمون لون (Levene) برای تعیین همگنی واریانس‌ها استفاده شد. در ضمن بررسی نمودار پراکندگی متغیرها نیز نشان داد که بین ابعاد جهت‌گیری ورزشی و اضطراب رقابتی خطی وجود دارد.

برای تجزیه و تحلیل ارتباط جهت‌گیری ورزشی با اضطراب رقابتی ورزشکاران از تحلیل رگرسیون چندگانه همزمان، برای مقایسه اضطراب رقابتی بین ورزشکاران زن و مرد و همچنین مقایسه اضطراب رقابتی بین ورزشکاران رشته‌های ورزشی تیمی و انفرادی از آزمون تی مستقل (t.test)، برای مقایسه جهت‌گیری ورزشی بین ورزشکاران زن و مرد و همچنین مقایسه جهت‌گیری ورزشی بین ورزشکاران رشته‌های ورزشی تیمی و

1 - Gill & Deeter

2 - Wartenberg

3 - Martinz

انفرادی، از آزمون آماری تحلیل واریانس چند متغیره (MANOVA) استفاده شد. شایان ذکر است که با توجه به اهداف محقق و بررسی جهت گیری ورزشی در ورزشکاران زن و مرد و تیمی و انفرادی به صورت مجزا و البته با توجه به تحقیقات گذشته، از روش آماری تحلیل واریانس چندمتغیره استفاده شد.

### نتایج و یافته های تحقیق

میانگین متغیرهای تحقیق در جدول ۱ بیان شده است.

جدول ۱\_ میانگین متغیرهای تحقیق

میانگین			
تیمی	انفرادی	زن	مرد
۹۵/۱۵	۹۳/۷۲	۹۲/۶۴	۹۶/۴۳
۴۶/۷۴	۴۶/۱۰	۴۱/۸۹	۵۰/۹۸
۲۴/۶۳	۲۳/۵۲	۲۳/۲۴	۲۵/۰۸
۲۳/۷۶	۲۴/۰۹	۲۷/۵۰	۲۰/۳۶
۱۷/۲۵	۱۸/۹۰	۱۹/۶۳	۱۶/۲۸

در ادامه به منظور بررسی ارتباط بین ابعاد جهت گیری ورزشی و اضطراب رقابتی جداول مربوط به تحلیل رگرسیون همراه با توضیحات لازم آورده می شود. همان طور که جدول ۲ نشان می دهد، مقدار واریانس تبیین شده اضطراب رقابتی توسط ابعاد جهت گیری ورزشی تبیین می شود. همچنین با توجه به  $F$  مشاهده شده ( $F=29/91$ )، این مقدار واریانس تبیین شده از نظر آماری (در سطح  $0/01$ ) معنی دار است. همچنین معنی دار بودن  $F$  بیانگر وجود رابطه خطی بین جهت گیری ورزشی و اضطراب رقابتی است ( $P=0/001$ ).

جدول ۲\_ خلاصه رگرسیون چندگانه همزمان

شاخص	R	R <sup>2</sup>	F	P
مدل رگرسیون	۰/۵۵۷	۰/۳۱۰	۲۹/۹۱	۰/۰۰۱

همان طور که جدول ۳ نشان می دهد، با توجه به مقدار سطح معنی داری، مؤلفه رقابت طلبی می تواند تغییرات مربوط به اضطراب رقابتی را پیش بینی کند ( $P=0/001$ ). ضریب استاندارد شده رگرسیون ( $\beta = -0/34$ ) برای این متغیر نشان می دهد که به ازای  $0/34$  تغییر در مؤلفه رقابت طلبی،  $0/34$  تغییر در متغیر اضطراب رقابتی ایجاد می شود. با توجه به منفی بودن استاندارد رگرسیون با افزایش در رقابت طلبی، اضطراب رقابتی کاهش می یابد. همچنین با توجه به مقدار سطح معنی داری، مؤلفه هدف گرایی می تواند تغییرات مربوط به اضطراب رقابتی را پیش بینی کند ( $P=0/004$ ). ضریب استاندارد شده رگرسیون ( $\beta = -0/16$ ) برای این متغیر نشان می دهد که به ازای  $0/16$  تغییر در مؤلفه هدف گرایی،  $0/16$  تغییر در متغیر اضطراب رقابتی ایجاد می شود. با توجه به منفی بودن ضریب استاندارد رگرسیون با افزایش در هدف گرایی، اضطراب رقابتی کاهش می یابد. در نهایت، با توجه به مقدار سطح معنی داری، مؤلفه تمایل به پیروزی می تواند تغییرات مربوط به اضطراب رقابتی را پیش بینی کند ( $P=0/003$ ). ضریب استاندارد شده رگرسیون ( $\beta = 0/19$ ) برای این متغیر نشان می دهد که به ازای  $0/19$  تغییر در مؤلفه تمایل به پیروزی،  $0/19$  تغییر در متغیر اضطراب رقابتی ایجاد می شود. با توجه به مثبت بودن ضریب استاندارد رگرسیون با افزایش در تمایل به پیروزی، اضطراب رقابتی نیز افزایش می یابد.

جدول ۳ \_ رگرسیون چندگانه همزمان جهت گیری ورزشی و اضطراب رقابتی ورزشکاران

متغیر	شاخص	B	Beta	T	P
رقابت طلبی	-0/17	-0/34	-4/10	0/001	
تمایل به پیروزی	0/17	0/19	3/04	0/003	
هدف گرایی	-0/15	-0/16	-2/07	0/04	

نتایج مقایسه اضطراب رقابتی ورزشکاران مرد و زن در جدول ۴ آمده است. با توجه به ارزش سطح معنی داری ( $P=0/001$ )، بین اضطراب رقابتی ورزشکاران مرد و زن تفاوت معنی داری وجود دارد. بنابر میانگین های دو گروه، زنان ورزشکار نسبت به مردان ورزشکار مضطرب ترند.

جدول ۴\_ مقایسه اضطراب رقابتی ورزشکاران زن و مرد

P	Df	T	میانگین	ورزشکاران
۰/۰۰۱	۲۰۲	۶/۳۲	۱۶/۲۸	مرد
			۱۹/۶۳	زن

نتایج مقایسه اضطراب رقابتی ورزشکاران رشته های ورزشی تیمی و انفرادی در جدول ۵ آمده است. با توجه به ارزش سطح معنی داری ( $P=0/004$ )، بین اضطراب رقابتی ورزشکاران رشته های ورزشی انفرادی و تیمی تفاوت معنی داری وجود دارد. براساس میانگین های دو گروه ورزشکاران رشته های ورزشی انفرادی نسبت به تیمی مضطرب ترند.

جدول ۵\_ مقایسه اضطراب رقابتی رشته های ورزشی تیمی و انفرادی

P	Df	T	میانگین	ورزشکاران
۰/۰۰۴	۲۰۲	۲/۸۷	۱۸/۹۰	انفرادی
			۱۷/۲۵	تیمی

نتایج تحقیق نشان داد که اثر جنسیت در جهت گیری ورزشی معنی دار است ( $P=0/001$ ). به عبارت دیگر، بین جهت گیری ورزشی ورزشکاران زن و مرد اختلاف معنی داری وجود دارد. براساس نتایج جدول ۶، بین شاخص رقابت طلبی ورزشکاران زن و مرد اختلاف معنی داری وجود دارد ( $P=0/001$ ) و ورزشکاران مرد نسبت به ورزشکاران زن رقابت طلب ترند. همچنین بین تمایل به پیروزی ورزشکاران زن و مرد تفاوت معنی داری بین تمایل به پیروزی ورزشکاران زن و مرد تفاوت معنی داری وجود دارد ( $P=0/005$ ) و مردان ورزشکار نسبت به زنان ورزشکار تمایل بیشتری به پیروزی دارند. در نهایت، در این جدول مشاهده می شود که بین شاخص هدف گرایی ورزشکاران زن و مرد اختلاف معنی داری وجود دارد ( $P=0/001$ ) و ورزشکاران زن نسبت به ورزشکاران مرد هدف گراترند (جدول ۱).

جدول ۶ - تاثیر متغیرهای بین گروهی

ارزش P	F	Mean Square	df	متغیر	عوامل
۰/۰۰۱	۸۸/۵۹	۴۲۱۳/۱۵	۱	رقابت طلبی	جنسیت
۰/۰۰۵	۸/۱۸	۱۷۲/۶۲	۱	تمایل به پیروزی	
۰/۰۰۱	۴۱۰/۰۵	۲۵۹۶/۸۱	۱	هدف گرایی	

با توجه به نتایج جدول ۷، اثر نوع رشته ورزشی در جهت گیری ورزشی معنی دار نیست ( $P = ۰/۳۷۹$ ). به عبارت دیگر، بین جهت گیری ورزشی ورزشکاران و مؤلفه های آن در رشته های ورزشی تیمی و انفرادی اختلاف معنی داری وجود ندارد.

جدول ۷ - آزمون تحلیل واریانس چند متغیره

ارزش P	F	df	عوامل
۰/۳۷۹	۱/۰۳	۳	نوع رشته ورزشی

## بحث و نتیجه گیری

به طور کلی نتایج این تحقیق نشان داد که بین جهت گیری ورزشی و اضطراب رقابتی رابطه خطی وجود دارد و تغییرات اضطراب رقابتی از طریق جهت گیری ورزشی و مؤلفه های آن را پیش بینی می شود. در واقع با افزایش متغیرهای رقابت طلبی و هدف گرایی، اضطراب رقابتی کاهش می یابد. این یافته با نتایج تحقیقات کانگ (۱۹۹۰)، سالی و اسکات<sup>۱</sup> (۱۹۹۶) و هال و کر<sup>۲</sup> (۱۹۹۸) همخوانی دارد. هال و کر در سال ۱۹۹۸ در تحقیق روی ورزشکاران دریافتند که رقابت طلبی و هدف گرایی با اضطراب رقابتی ارتباط معکوس دارد (۲۸). مارتنز رقابت طلبی را به عنوان آمادگی و گرایش فرد برای کسب رضایت و خشنودی در رقابت ها بیان می کند (۸). اتکینسون در نظریه انگیزش پیشرفت خود بیان می کند که انگیزش پیشرفت را گرایش های برابند یا رفتاری،

1 - Sally & Scott

2 - Hall & Ker

واکنش‌های هیجانی و رفتار پیشرفتی یا موفقیت‌تشکیل می‌دهند. این نظریه در موقعیت‌هایی که احتمال برنده شدن پنجاه پنجاه (۵۰/۵۰) است، بیشتر صادق است. در این شرایط افراد بسیار پیشرفت‌گرا به دنبال مبارزه طلبی در این موقعیت هستند، زیرا از رقابت با افراد همسطح خود لذت می‌برند، درحالی که افراد غیرپیشرفت‌گرا از مبارزه طلبی اجتناب می‌ورزند و به دنبال کسب موفقیت در انجام تکلیف ساده ترند (۴۶). به نظر اتکینسون، افراد پیشرفت‌گرا تکالیف سخت‌تر را انتخاب می‌کنند، درحالی که کمتر مضطرب می‌شوند و بهتر عمل می‌کنند. بنابراین ورزشکارانی که دارای انگیزش پیشرفت سطح بالایی هستند، نسبت به ورزشکارانی که انگیزش پیشرفت سطح بالایی ندارند، خود را تواناتر تصور می‌کنند و در نتیجه بیشتر کوشش می‌کنند (۴۶). ضمن اینکه هارتر در نظریه انگیزش کفایت خود بیان می‌دارد افراد به سوی فعالیت‌هایی که در آن احساس کفایت می‌کنند، برانگیخته می‌شوند و چنین احساسی عامل اصلی انگیزش افراد نسبت به تکلیف خاصی است (۲). بنابراین ورزشکاران زمانی نسبت به فعالیتی احساس کفایت می‌کنند که با آمادگی زیاد و البته اهداف مناسب در آن فعالیت شرکت جویند و پیشرفت خود را در آن احساس کنند. با توجه به این یافته‌ها، به نظر می‌رسد زمانی که رقابت طلبی و هدف‌گرایی ورزشکاران بیشتر باشد، افراد از اعتماد به نفس و آمادگی بیشتری برخوردارند و این سبب می‌شود در مسابقات، اضطراب رقابتی کمتری را تجربه کنند. همچنین نتایج تحقیق حاکی از ارتباط مثبت تمایل به پیروزی و اضطراب رقابتی است. به عبارتی بهتر، با افزایش متغیر تمایل به پیروزی، اضطراب رقابتی افزایش می‌یابد. حال و کر با بررسی ورزشکاران در ۳۰ دقیقه قبل از رقابت، دریافتند که بیشتر نمره‌های در پیروزی‌گرایی به احساس اضطراب رقابتی بیشتر منجر می‌شود. براساس تحقیقات آنها، ورزشکاران با نمره‌های پیروزی‌گرایی بیشتر، چون بر پیروز شدن تأکید می‌کردند، فشار روانی بیشتری را در خود احساس می‌کردند و در نتیجه دچار اضطراب رقابتی می‌شدند (۲۸). مکالروی و کرکندل در سال ۱۳۸۰ طی تحقیقی دریافتند که در بین ورزشکاران حرفه‌ای، ۵۱ درصد به علت انجام بازی به بهترین وجه ممکن، ۳۷/۰۶ درصد به سبب بازی خوب و تنها ۱۳/۰۵ درصد به دلیل تمایل به پیروزی و برنده شدن در فعالیت‌های ورزشی شرکت می‌کردند. در واقع، می‌توان گفت که عواملی غیر از عوامل روانی مانند کسب امتیاز، تشویق و پاداش نیز می‌توانند تمایل به پیروزی افراد و در نتیجه سطح اضطراب رقابتی آنها را تحت تأثیر قرار دهند (۳۲) گیل بیان می‌کند که اگر تمایل به پیروزی مهم‌ترین عامل برای بازیکنان یک تیم ورزشی باشد، رقابت خیلی سخت و جدی همراه با اضطراب و تشویق صورت خواهد گرفت و در نتیجه تاثیرات زیان‌باری را به همراه خواهد داشت (۲۶). نتایج این تحقیق نشان داد که زنان

ورزشکار نسبت به مردان ورزشکار برای رقابت مضطرب‌ترند. با توجه به تفاوت‌های جنسیتی در اضطراب رقابتی ورزشکاران، بنابر منابع مختلفی که بیان می‌کند زنان از احساسات و عواطف لطیف‌تری نسبت به مردان برخوردارند و در حوادث و وقایع مختلف بیشتر و زودتر از مردان دستخوش احساسات می‌شوند، می‌توان گفت در رقابت‌های ورزشی نیز احتمال اینکه زنان ورزشکار نسبت به مردان ورزشکار دچار اضطراب رقابتی شوند، بیشتر است. این یافته با نتایج تحقیقات سالی و اسکات (۱۹۹۶)، هنتون شلدون و همکاران<sup>۱</sup> (۲۰۰۳)، دال ریمپل استیفانی<sup>۲</sup> (۲۰۰۵)، و جو. آن ریتگویر<sup>۳</sup> (۲۰۰۷) همخوانی دارد، اما با نتایج تحقیق سلی، جی و همکاران (۲۰۰۱) که سطوح اضطراب رقابتی و تفاوت‌های جنسیتی در ۲۰ زن و ۲۲ مرد (۱۹ تا ۴۵ ساله) والیبالیست حرفه‌ای استرالیایی را قبل و طی رقابت ارزیابی کردند، همخوانی ندارد. آنها به این نتیجه رسیدند که تفاوت معنی‌داری بین سطوح اضطراب رقابتی مردان و زنان والیبالیست وجود ندارد. احتمالاً این ناهمخوانی به دلیل این بوده که نمونه تحقیق سلی جی و همکاران بسیار کوچک‌تر از تحقیق حاضر بوده همچنین نمونه تحقیق آنها تنها از یک رشته ورزشی در سطح حرفه‌ای گرفته شده بود، در صورتی که نمونه تحقیق حاضر، ورزشکارانی از رشته‌های ورزشی مختلف در سطح ورزش دانشگاهی بودند.

نتایج تحقیق حاضر نشان داد که بین جهت‌گیری ورزشی ورزشکاران زن و مرد اختلاف معنی‌داری وجود دارد. این یافته با نتایج تحقیقات امانوئل<sup>۴</sup> (۲۰۰۱)، سالی و اسکات<sup>۵</sup> (۱۹۹۶)، دانیل آرچک و همکاران<sup>۶</sup> (۲۰۰۲) و گیل (۱۹۸۸) همخوانی دارد، اما با نتایج تحقیقات، کانگ و همکاران (۱۹۹۰)، رضانی نژاد و همکاران (۱۳۸۴) که نشان دادند بین جهت‌گیری ورزشی مردان و زنان ورزشکار تفاوت معنی‌داری وجود ندارد، مغایر است. این عدم هماهنگی احتمالاً ناشی از تفاوت سطح ورزشکاران است، همان‌گونه که کانگ در تحقیقی در سال ۱۹۹۰ نشان داد که هر چه افراد ورزشکار، حرفه‌ای‌تر باشند، رقابت طلب‌تر و هدف‌گراتر خواهند بود، با توجه به اینکه آزمودنی‌های تحقیق حاضر از بهترین‌های ورزش دانشجویی کشور انتخاب شده‌اند، از این رو از نظر رقابت‌طلبی و هدف‌گرایی نسبت به آزمودنی‌های برخی تحقیقات مانند رضانی نژاد و همکاران که جهت‌گیری ورزشی

1 - Hanton Sheldon & et al

2 - Dalrymple L Stifanie

3 - Jo-Ann Reteguiz

4 - Emmanuel

5 - Sally & Scott

6 - Daniel R. Czech & et al

دانشجویان ورزشکار دانشگاه گیلان را بررسی کردند، در سطح بالاتری قرار دارند. علاوه بر این، بر خلاف آزمودنی‌های تحقیق رضائی‌نژاد و همکاران که صرفاً از یک دانشگاه بودند، آزمودنی‌های تحقیق حاضر، نمونه‌ای از دانشجویان سراسر کشور بودند که خود می‌تواند یکی از عوامل اثرگذار بر این نتایج باشد.

با توجه به اینکه جهت‌گیری ورزشی شامل سه مؤلفه رقابت‌طلبی، تمایل به پیروزی و هدف‌گرایی است، این سه مؤلفه را به طور مجزا در ورزشکاران زن و مرد مقایسه می‌کنیم. نتایج نشان داد که ورزشکاران مرد نسبت به ورزشکاران زن رقابت‌طلب‌ترند. نیکولز<sup>۱</sup> در نظریه خود به تاثیر عوامل موقعیتی و تفاوت‌های فردی بر غالب بودن نوع هدف، اشاره می‌کند. به این ترتیب که وقتی محیط حاوی رقابت بین فردی، ارزشیابی اجتماعی، بازخورد و ارزیابی هنجاری باشد، اهداف خودگرایی بیشتر است. برعکس اگر شرایط تاکید بر یادگیری، تسلط بر مهارت فردی و اهمیت دادن صرف به تلاش باشد، اهمیت تکلیف‌گرایی بیشتر غالب خواهد بود (۲).

این یافته با نتایج تحقیقات گیل و دیتز (۱۹۸۸)، گیل و دزوالتوسکی<sup>۲</sup> (۱۹۸۸)، فلود و هلستد<sup>۳</sup> (۱۹۹۱)، گیل و همکاران<sup>۴</sup> (۱۹۹۱)، گیل (۱۹۹۳) و امانوئل و همکاران<sup>۵</sup> (۲۰۰۱) همخوانی دارد، ولی با نتیجه تحقیقات آسیویدو و همکاران<sup>۶</sup> (۱۹۸۷) و پیچ و همکاران<sup>۷</sup> (۲۰۰۰) مغایر است. نتایج نشان داد که ورزشکاران مرد نسبت به ورزشکاران زن تمایل به پیروزی بیشتری دارند. این یافته با نتایج تحقیقات دیتز و گیل (۱۹۸۸)، گیل و دزوالتوسکی (۱۹۸۸)، فلود و هلستد (۱۹۹۱)، گیل (۱۹۹۳) و دانیل آرچک و همکاران (۲۰۰۲) که نشان دادند بین پیروزی‌گرایی زنان و مردان تفاوت معنی‌داری وجود دارد، همسوست، ولی با نتایج تحقیقات امانوئل و همکاران (۲۰۰۱) همخوانی ندارد. یکی دیگر از نتایج نشان داد که ورزشکاران زن نسبت به ورزشکاران مرد هدف‌گراترند. این نتیجه نیز با نتایج تحقیقات گیل و دیتز (۱۹۸۸)، گیل و دزوالتوسکی (۱۹۸۸)، گیل (۱۹۹۳)، امانوئل و همکاران (۲۰۰۱) و سالی و اسکات (۱۹۹۶) همخوانی دارد، اما با نتیجه تحقیقات گریگون و لیبارز

---

1 - Nikols

2 - Gill, D.L. & Dziewaltowski

3 - Flood, S.E., Hellstedt

4 - Gill & et al

5 - Emmanuel & et al

6 - Acevedo & et al

7 - Page & et al

(۲۰۰۰) که هدف گرایی ورزشکاران جودوکار و آیکیدوکار مبتدی و نخبه را بررسی و مقایسه کردند و تفاوتی در هدف گرایی از نظر جنسیت نیافتند، مغایر است.

نتایج این تحقیق نشان داد که بین اضطراب رقابتی ورزشکاران رشته‌های ورزشی تیمی و انفرادی تفاوت معنی داری وجود دارد، یعنی ورزشکاران رشته‌های ورزشی انفرادی نسبت به ورزشکاران رشته‌های ورزشی تیمی مضطرب‌ترند. این یافته با نتایج تحقیقات جوآن ریتگویز (۲۰۰۶)، سوزان میلر و واتسون<sup>۱</sup> (۱۹۹۲) و روبرت وینبرگ (۲۰۰۲) همخوانی دارد. به نظر می‌رسد ورزشکاران رشته‌های انفرادی تمام مسئولیت برد و باخت را از آن خود می‌دانند و به تنهایی این مسئولیت را بر دوش می‌کشند، ولی در ورزش‌های تیمی این مسئولیت‌ها بین کلیه اعضای تیم تقسیم می‌شود. همچنین در رشته‌های ورزشی تیمی، اگر ورزشکار قبل یا حین رقابت دچار اضطراب رقابتی شود، می‌تواند از وجود هم تیمی‌های خود یا ورزشکار با تجربه‌تری که با دادن روحیه و دلداری به دیگر همبازی‌ها، اضطراب آنها را کاهش می‌دهند، استفاده لازم را ببرد و مسلط تر کار را دنبال کند، در صورتی که در رشته‌های ورزشی انفرادی، شخص با تجربه‌تری از خود ورزشکار یا حداقل همبازی دیگری برای کاهش اضطراب رقابتی وجود ندارد. در نهایت، نتایج این تحقیق نشان داد که بین جهت‌گیری ورزشی ورزشکاران رشته‌های ورزشی تیمی و انفرادی اختلاف معنی داری وجود ندارد. این یافته با نتایج تحقیق مارتین و گیل (۱۹۹۵) و رضانی‌نژاد و همکاران (۱۳۸۴) که جهت‌گیری ورزشی را در دانشجویان ورزشکار دانشگاه گیلان بررسی کردند، همخوانی دارد.

به طور خاص، نتایج این تحقیق نشان داد که از بین مؤلفه‌های جهت‌گیری ورزشی، رقابت‌طلبی بیشترین سهم را در پیش‌بینی اضطراب رقابتی دارد. در واقع، هر چه ورزشکاران رقابت طلب‌تر باشند، نسبت به ورزشکاران هدف‌گراتر، کمتر دچار اضطراب رقابتی می‌شوند، بنابراین پیشنهاد می‌شود مربیان در سطوح مختلف از باشگاه‌ها تا تیم ملی برای افزایش کارایی و انتخاب ورزشکاران به ویژه ورزشکاران نخبه کشور، از ورزشکاران رقابت طلب استفاده کنند.

1 - Miller & Watson

## منابع و مأخذ

۱. ابوالقاسمی، عباس. آریاپوران، سعید. (۱۳۸۶). "ارتباط راهبردهای مقابله‌ای، جهت‌گیری هدف و اضطراب رقابتی با عملکرد ورزشی دانشجویان ورزشکار گروهی و انفرادی". نشریه پژوهش در علوم ورزشی، شماره ۱۳، ص ص: ۱۴۱-۱۵۵.
  ۲. اصانلو، پرستو. کشگر، سارا. (۱۳۷۷). "روانشناسی ورزشی". بول استیفن جی. انتشارات دانشگاه الزهرا.
  ۳. بهرام، عباس. شفیق زاده، محسن. خلجی، حسن. صنعتکاران، افسانه. (۱۳۸۲). "تعیین اعتبار و پایایی پرسشنامه ورزش‌گرایی". پژوهشکده تربیت‌بدنی و علوم ورزشی.
  ۴. جمشیدی، اکبر. (۱۳۸۵). "ارتباط بین جهت‌گیری ورزشی با اضطراب رقابتی در ورزشکاران زن و مرد رشته‌های ورزشی و تیمی و انفرادی". پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.
  ۵. رضانی‌نژاد، رحیم (و همکاران). (۱۳۸۴). "مقایسه جهت‌گیری ورزشی دانشجویان ورزشکار دانشگاه گیلان". نشریه حرکت، شماره ۲۶. صص: ۷۲-۵۹.
  ۶. فرخی، احمد. حکاک، الهام. (۱۳۷۹). "مقایسه دو نوع اضطراب صفتی رقابتی و حالتی رقابتی موجود در ورزشکاران مرد داخلی و خارجی شرکت‌کننده در مسابقات بین‌المللی بسکتبال". نشریه حرکت، شماره ۴، صص: ۵۵-۶۲.
  ۷. مارتنز، رینر. (۱۳۸۵). "روانشناسی ورزشی". ترجمه محمد خبیری. بامداد کتاب.
  ۸. هاردی، لو (و همکاران). (۱۳۸۵). "آمادگی روانی برای ورزشکاران حرفه‌ای". الهه عرب عامری (و همکاران)، پژوهشکده تربیت‌بدنی و علوم ورزشی.
9. Acevedo, E Gill, D.L & Dzewaltowski, D. (1987). "Learning helplessness in humans: Characteristics of ultra marathoners". Paper presented at the association for advancement of applied sport psychology conference.
10. Anne A. Poulsen A., Jenny M. Ziviani A, Monica Cuskelly. (2006). "General self-concept and life satisfaction for boys with differing levels of physical

*coordination: The role of goal orientations and leisure participation". Human Movement Science 25 . PP:839-860.*

11. Dalrymple, L. Stefanie. (2005). "Differences in test anxiety and memory between men and women". Department of Psychology, Missonuri Western State University.

12. Daniel R. Czech, et al. (2002). "An exploratory investigation of optimism, pessimism and sport orientation among NCAA division I college athletes". *International Sports Journal / summer.*

13. Deeter, & Gill. (1988). "The relationship of competitiveness and achievement orientation to participation in sport actives". *Journal of Sport & exercise psychology (JSEP), 10(2); PP:139-150.*

14. Elizabeth Daniels. (2005). "The relation between sport orientation and athletic identity among adolescent girl and boy athletes". Department of psychology T University of California.

15. Emmanuel. K. (2001). "Sport orientation and goal perspective of wheelchair athletes". *Human Kinetics Publishers. Inc, 19; PP:304-315.*

16. Finkenber, M.E., Mode, & Dinucci, J.D. (1998). "Analysis of competitive orientation of female collegiate athletes". *Perceptual and motor skills, 86, PP:647-650.*

17. Flood, S.E., Hellstedt, J.C. (1991). "Gender difference in motivation for intercollegiate athletic participation". *Journal of Sport Behavior (JSB), 14(3); PP:1590-167.*

18. Frank Eirik Abrahamsen, Glyn, C.Robertsa and Anne Marte Pensgaard. (2008). "Achievement goals and gender effects on multidimensional anxiety in national elite sport". *Psychology of Sport and Exercise, Volum 9, Issue 4, PP:449-464.*

19. Gernigon & Ie-Bars. (2000). "Achievement goal in aikido and judo: A comparative study among beginner and experienced practitioners". *Journal of Applied Sport Psychology*, 12(2); PP:168-179.
20. Gill, D.L & Deeter, T.E. (1988). "Development of the sport orientation questionnaire". *Research Quarterly for exercise and sport (RQES)*.59(3); PP:191-202.
21. Gill, D.L & Dzewaltowski, D.A (1988). "Competitive orientations among intercollegiate athletes: Is winning the only thing?" *The Sport Psychologist*, 2, PP:212-221.
22. Gill, D.L. (1988). "Gender differences in competitive orientation and sport participation". *Journal Sport Psychology*, 19; PP:145-159.
23. Gill, D.L. Kelley & Martin, J.J., Caruzo. (1991). "A comparison of competitive-orientation measures". *Journal of sport & exercise psychology (JSEP)*. 13(3); PP:266-280.
24. Gill, D.L., (1993). "Competitiveness and competitive orientation in sport". *Handbook of research on sport psychology*, PP:314-327.
25. Gones, G & Swain. A. (1992). "Intensity and direction as dimensions of competitive state anxiety and relationship with competitiveness". *Perceptual and Motor Skills*. (2); PP:476-472.
26. Hall, H.K & Kerr, A. W. (1998). "Predicting achievement anxiety a social cognitive perspective". *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 20 ; PP:98-111.
27. Hanin. Y.L. (1980). "A study of anxiety in sport". *Sport psychology an analysis of athlete behavior*. PP:236-249.
28. Hanton, Sheldon, et al. (2003). "Individual differences, perceived control and competitive trait anxiety". *Journal of Sport Behavior*, 01627341, Vol. 26, Issue 1.

29. Jo-Ann Reteguiz. (2006). "Relationship between anxiety and standardized patient test performance in the medicine clerkship". *Journal of General Internal Medicine Volume 21, Issue 5*.
30. Joel R. Grossbard, Sean P. Cumming, Martyn Standage, Ronald E. Smith and Frank L. Smoll. (2007). "Social desirability and relations between goal orientations and competitive trait anxiety in young athletes". *Psychology of Sport and Exercise. Volume 8, Issue 4, July, PP:491-505*.
31. Kang, L., Gill, D., et al. (1990). "competitive orientations among athlete and non athlete in Taiwan". *International Journal of Sport Psychology, 21; PP:146-157*.
32. Lavan, Williams, (2000). "Psychological dynamic of sport and exercise". *Human Kinetics second edition chapter, 8, PP:103-125*.
33. Matens, R, Vealy, R.S. & Burton, D. (1990). "Competitive anxiety in sport". *Champaign, I,L: Human Kinetics*.
34. Martin, J.J & Gill. (1995). "Competitive orientation, self efficacy, and goal importance in Filipino marathoners". *International Journal of Sport Psychology, 26; PP:348-358*.
35. Meece, J.L, Blumenfeld, P.C., & Hoyle, R.H. (1988). "Students' goal orientation and cognitive engagement in classroom activities". *Journal of Educational Psychology, 80(4); PP:514-523*.
36. Page, S.J. O, Conner, F.A. & Wayda, V.K. (2000). "Exploring competitive orientation in a group of athletes participating in the 1996". *Paralympics trials perceptual and motor skill 91. PP:491-502*.
37. Roberts, Weinberg Daniel Gould. (1999). "Foundation of sport and exercise psychology". *Second edition chapter. 3. PP:47-70*.
38. Sally, A. Whilte, Scott, R. Zellener (1996). "The relationship between goal orientation, belief about the causes of sport success, and trait anxiety among high

*school, Intercollegiate, and recreation sport participants". The Sport Psychologist, 10, PP:58-72.*

39. Seeley, G., et al. (2001). "Anxiety levels and gender differences in social volleyball players before and during competition in an Australian setting". *Exercise Psychology, HMSC236.*

40. Stephanie J. Hanrahan, and Ester Cerin . (2009). "Gender, Level of participation, and type of sport: Differences in achievement goal orientation and attribution style". *Journal of Science and Medicine in Sport, Volume 12, Issue 4, July, PP: 508-512.*

41. Susan, Miller & Ben C. Watson. (1992). "The Relationship between communication attitude, anxiety, and depression in stutterers and nonstutterers". *Journal of Speech and Hearing Research Vol. 35, PP:789-798.*

42. Wartenberg, L & McCocheon, L. (1998). "Further reliability and ability of data on the sport orientation questionnaire". *Journal of Sport Behavior. June, 21, (3).*