

تعیین اعتبار و پایایی پرسشنامه اعتماد به نفس ورزشی در ورزشکاران ایرانی

دکتر محسن شفیع‌زاده^۱، دکتر عباس بهرام^۲

پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری

تاریخ دریافت مقاله: ۸۸/۵/۵

تاریخ پذیرش مقاله: ۸۸/۷/۱۲

چکیده

هدف از انجام این تحقیق، تعیین اعتبار و پایایی پرسشنامه منابع اعتماد به نفس ورزشی در بین ورزشکاران ایرانی بوده است. برای تعیین اعتبار عاملی اکتشافی پرسشنامه از یک نمونه ۳۱۱ نفری (۲۰۸ نفر مرد، ۱۰۳ نفر زن) و برای تعیین اعتبار عاملی تأییدی و ثبات درونی پرسشنامه‌ها از یک نمونه ۳۰۰ نفری (۲۰۵ نفر مرد، ۹۵ نفر زن) و برای تعیین پایایی زمانی پرسشنامه‌ها از یک نمونه ۱۰۰ نفری (۶۵ نفر مرد، ۳۵ نفر زن) به صورت تصادفی خوشه‌ای از گروه ورزشکاران نخبه و غیرنخبه نمونه‌گیری به عمل آمد. ابزار تحقیق را پرسشنامه منابع اعتماد به نفس ورزشی تشکیل می‌داد که توسط ویلی و همکاران (۱۹۹۸) ساخته و تعیین اعتبار و پایایی شد. جهت تعیین اعتبار عاملی اکتشافی از روش تحلیل عاملی مؤلفه‌های اصلی، جهت تعیین اعتبار عاملی تأییدی از الگوی معادلات ساختاری و جهت تعیین ثبات درونی و زمانی از روش‌های آلفای کرونباخ و ضریب همبستگی درون گروهی استفاده شد. نتایج نشان دادند که پرسشنامه یادشده با تعیین هفت عامل اعتماد به نفس و ۳۵ سؤال دارای اعتبار سازه عاملی قابل قبولی است و همچنین ثبات درونی و پایایی زمانی کل پرسشنامه و خرده مقیاس‌های آن مورد تأیید هستند.

نتیجه اینکه استفاده از نسخه فارسی پرسشنامه منابع اعتماد به نفس ورزشی در محیط‌های ورزشی جهت شناخت عوامل اعتماد به نفس ورزشکاران می‌تواند مورد

^۱. استادیار دانشگاه تربیت معلم تهران

^۲. دانشیار دانشگاه تربیت معلم تهران

استفاده روان‌شناسان و مربیان قرار گیرد تا با استفاده از اطلاعات آن بتوانند برنامه‌های مداخله‌ای را برحسب نیاز ورزشکاران تدوین کنند.

کلیدواژه‌های فارسی: اعتماد به نفس ورزشی، ورزشکاران نخبه و غیرنخبه، تحلیل عاملی، پایایی.



مقدمه

سطح روانی ورزشکار از جمله مقوله‌هایی است که در دهه‌های اخیر توسط متخصصان علوم ورزشی مورد توجه قرار گرفته تا آنجایی که شاخه‌ای با عنوان روان‌شناسی ورزشی ایجاد گردیده و در روند تکامل خود به بسیاری از پرسش‌ها پاسخ داده است. از جمله موضوعات روان‌شناسی کاربردی در دهه اخیر مسئله اعتماد به نفس و منابع آن در ورزشکاران بوده است. اعتماد به نفس^۱، یکی از عوامل روانی مهم و حیاتی در جهت رسیدن به عملکرد سطح عالی می‌باشد. این عامل روانی در ورزش‌ها نیز بسیار مهم است و می‌تواند تفاوت بین پیروزی و شکست را به وجود آورد. تأثیرات بالقوه آن بر عملکرد ورزشکار آن قدر قابل توجه است که برخی از آن به عنوان پیشگویی کام‌بخش^۲ نام می‌برند و آن به این معناست که ورزشکار، با داشتن اعتماد به نفس بالا قادر خواهد بود حوادث آینده را آن چنان که می‌خواهد پیش‌بینی و ایجاد کند (۱،۲). شواهد پژوهشی حاکی از آن است که هر چقدر فشار رقابت ورزشی بیشتر باشد نیاز ورزشکار به برخورداری از اعتماد به نفس نیز بالاتر خواهد بود (۳).

از لحاظ مفهومی، اعتماد به نفس به صورت باور و اعتقاد فرد در توانایی انجام وظایف مربوطه تعریف شده است که به دو صورت صفتی و حالتی می‌باشد. اعتماد به نفس حالتی ورزشی^۳، به باور فرد در توانایی انجام مهارت‌های ورزشی مربوطه در زمان پیش از رقابت گفته می‌شود، حال آنکه اعتماد به نفس صفتی ورزشی^۴ را اعتقاد و باور فرد در توانایی انجام مهارت‌های ورزشی در تمام زمینه‌ها تعریف کرده‌اند که اولی به صورت اقتضایی و دومی به صورت پایدار بروز می‌کند (۴). ویلی، با پیشنهاد دیدگاه اعتماد به نفس ورزشی که به دو صورت صفتی و حالتی عنوان شد، قصد داشت تا اطمینان و باور به انجام کارها را با توجه به شرایط و زمینه‌های خاص ورزشی تعریف و عملیاتی کند (۵).

پس از عملیاتی کردن اعتماد به نفس ورزشی، ویلی (۶) در پژوهش دیگری در مورد شناسایی عواملی که موجب تولید اعتماد به نفس می‌شوند، ترکیبی از الگوی نظری خود را با الگوی خود-کارآمدی "باندورا" مورد استفاده قرار داد و الگوی نظری منابع اعتماد به نفس ورزش را پیشنهاد و پرسشنامه‌ای را با همان عنوان تدوین کرد. این الگوی نظری نشان می‌دهد که

¹. Self- Confidence

². Self-Fulfilling Prophecy

³. State Sport-Confidence

⁴. Trait Sport-Confidence

فرهنگ سازمانی^۱ شامل سطح رقابت، جو انگیزشی و هدف برنامه ورزشی و ویژگی‌های فردی ورزشکار شامل خصیصه‌های شخصیتی، نگرش، عوامل جمعیت شناختی و رقابت‌جویی بر منابع یا عوامل پیشگویی‌کننده اعتماد به نفس ورزشی مؤثرند. خود منابع نیز بر اعتماد به نفس ورزشی مؤثرند. اعتماد به نفس ورزشی پیشگویی‌کننده نوع احساسات (رضایت‌مندی، لذت)، شناخت (اضطراب شناختی و اعتماد به نفس حالتی) و رفتارها (تلاش و عملکرد) خواهد بود. منابع نه گانه اعتماد به نفس ورزشی که توسط ویلی پیشنهاد شده‌اند شامل: ۱- تسلط، حاکی از اطمینان فرد در کسب مهارت‌های جدید و افزایش مهارت‌ها ۲- نمایش توانایی، حاکی از اعتماد به نفس فرد در نمایش توانایی انجام کارها به دیگران و برتری جویی نسبت به آنان ۳- آمادگی بدنی و ذهنی حاکی از اعتماد در توجه و تمرکز برای دستیابی به اهداف ۴- خود نمایشی بدنی، حاکی از اطمینان نسبت به ظاهر بدنی ۵- حمایت اجتماعی، حاکی از کسب اعتماد به نفس از راه روابط انسانی مانند هم تیمی، خانواده یا مربی ۶- سبک رهبری، حاکی از اعتماد و باور فرد نسبت به توانایی تصمیم‌گیری مربی ۷- تجارب تقلیدی، نشان‌دهنده اعتماد به نفس حاصل از مشاهده اجرای موفق افراد دیگر ۸- آرامش محیطی، حاکی از شرایط محیطی است که فرد در آن زمینه به کار می‌پردازد ۹- مطلوبیت اقتضایی، نشان‌دهنده نوع رضایت‌مندی فرد از شرایط بیرونی هستند.

بررسی الگوی نظری پیشنهادی "ویلی و همکاران" در تحقیقات مختلف نتایج متفاوتی را نشان داده است (۷، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱). برای مثال وو^۲ (۹) در مقایسه مردان و زنان رشته بسکتبال، منابع اعتماد به نفس را هشت عامل دانست که در بین دو جنس متفاوت بودند. ویلسون^۳ (۱۱) در بررسی الگوی نظری منابع اعتماد به نفس ورزشی در ورزشکاران سالمند، دانشگاهی و دبیرستانی دو جنس منابع اعتماد به نفس را شش عامل شناسایی کرد که از بین آنها آمادگی بدنی و ذهنی مهم‌ترین پیشگویی‌کننده اعتماد به نفس در گروه‌های مختلف بوده است. دونگ فنگ، چن، هوانگ یو و کانگ^۴ (۷) در تحقیق دیگری در دختران و پسران دبیرستانی با هدف بررسی رابطه بین توانایی درک شده، جو انگیزشی، هدف‌گرایی و منابع اعتماد به نفس نشان دادند که از بین منابع اعتماد به نفس، هشت عامل تأیید می‌شود. ویلسون و همکاران (۱۰) با استفاده از روش تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی نشان دادند که هشت عامل از نه عامل پیشنهادی «ویلی» تأیید می‌شوند و منبع مطلوبیت اقتضایی تأیید نمی‌شود. بنابراین، نیاز به

1. Organizational Culture

2. Wu

3. Wilson

4. Dong fang, Chen, Hung-Yu & Kang

تأیید ساختاری این پرسشنامه را پیشنهاد کرد. با این وجود، «هایس»^۱ و همکاران (۸) در ورزشکاران موفق سطح جهانی، وجود نه منبع اعتماد به نفس را تأیید کردند. نگاهی به تحقیقاتی که قصد بررسی عوامل پیشگویی کننده، اعتماد به نفس ورزشی را داشته اند و از ابزار ویلی استفاده نکردند نیز نقش منابع مذکور را اثبات می کنند (۲۱، ۲۰، ۱۹، ۱۸، ۱۷، ۱۶). هانتون و جونز (۳) در شناگران نخبه، لان و همکاران (۱۷) در ورزشکاران دوگانه، هال و کر (۱۶) در شمشیربازان تأثیر آمادگی درک شده را مهم دانستند. لان و همکاران (۲۰) در رگبی بازان، مایر و فلتز (۲۱) در والیبالیست ها و هالپین (۱۹) تأثیر مربی و افراد خانواده را در افزایش اعتماد به نفس ورزشی مهم دانستند.

مرور تحقیقات انجام گرفته نشان می دهند که عوامل مختلفی پیشگویی کننده اعتماد به نفس ورزشکاران هستند که طبق الگوی نظری «ویلی» تعداد آنها نه عامل است. اما به نظر می رسد با تغییر نوع ورزشکاران و عوامل جمعیت شناختی مختلف که در الگوی نظری نیز پیشنهاد شده است، کمیت یا ساختار منابع تغییر پیدا می کنند؛ به طوری که در برخی از جوامع آماری تعداد آن را هشت عامل و حتی شش عامل نیز معرفی کرده اند. از این رو، از ضرورت های انجام تحقیق حاضر شناخت عوامل و متغیرهایی است که از جانب ورزشکار به عنوان مهم ترین پیشگویی کننده و یا به عقیده "مارتنز" به عنوان پیش درآمد و به عقیده «ویلی» به عنوان منابع اعتماد به نفس مطرح هستند. شناخت منابع ضمن تعیین وضعیت اعتماد به نفس ورزشی، به انتخاب راه های مداخله ای که بر حسب نیاز و خواسته ورزشکار و نقاط قوت و ضعف او باشد، کمک خواهد کرد. از طرف دیگر، موضوع مطلوبیت اقتضایی^۲ و اعتبار فرهنگی^۳ یا اعتبار بوم شناختی^۴ مطرح است. این موضوع در خصوص ساخت و تعمیم ابزار، به تأثیر عوامل اجتماعی و فرهنگی حاکم بر زمینه تحقیق مربوط است که به نوعی بر رفتارهای انسان تأثیر می گذارند زیرا هدف تحقیق، آن است که یافته ها و منابع، مناسب فرهنگ و محیط اصلی تحقیق باشند (۱۲). در خصوص اعتبار تأییدی ابزار چون به شیوه قیاسی^۵ و به قصد تأیید الگوی نظری پیشنهادی اولیه و یا تعمیم آن به جوامع و زمینه های دیگر انجام می گیرد (۱۳)، بنابراین برای قابل استفاده بودن ابزار از یک طرف به دلیل ترجمه و برگردان واژه های اصلی به زبان دیگر احتمال تغییر لفظ کلمات وجود دارد و از طرف دیگر، ممکن است برخی از خرده مقیاس ها دارای اعتبار فرهنگی لازمه در آن

¹. Hays

². Social Desirability

³. Cultural Validity

⁴. Ecological Validity

⁵. Deductive

جامعه نباشند، بنابراین تأیید مجدد سازه‌های آن از روش اعتبار سازه تأییدی برای استفاده پرسشنامه منابع اعتماد به نفس ورزشی در ورزشکاران ایرانی ضروری بود. و بالاخره، تعیین پایایی یکی دیگر از ملزومات و پیش فرض‌های مهم ابزارسنجی است که به نوعی با تکرارپذیر بودن پاسخ‌ها در شرایط و زمان‌های مختلف ارتباط دارد (۱۴). برای پرسشنامه منابع اعتماد به نفس ورزشی، «ویلی» و همکاران (۶) پایایی بالایی را گزارش کردند، ولی لازم بود که با تغییر جامعه، بار دیگر پایایی زمانی و ثبات درونی پرسشنامه آزمون شود. با تعیین شاخص‌های آماری فوق برخورداری از یک ابزار قابل استفاده برای ورزشکاران داخل کشور امکان‌پذیر خواهد شد، زیرا برخی از تحقیقات انجام شده داخلی فاقد چنین رویکرد ابزارسنجی بودند (۱۵).

روش‌شناسی پژوهش

شرکت‌کنندگان

جامعه آماری تحقیق را ورزشکاران نخبه و غیر نخبه تشکیل می‌دادند که در سه مرحله از نمونه‌های مختلف اطلاعات جمع‌آوری شدند. در مرحله اول که با هدف بررسی اعتبار عاملی اکتشافی انجام شد، حجم نمونه متناسب با هدف تحقیق و تعداد سؤال ۳۱۱ آزمودنی مرد (۲۰۸) و زن (۱۰۳) بین ۱۹ الی ۲۷ سال بود. در مرحله دوم که با هدف تعیین اعتبار عاملی تأییدی و ثبات درونی انجام شد نیز حجم نمونه تعداد ۳۰۰ آزمودنی مرد (۲۰۵) و زن (۹۵) بین ۱۹ الی ۲۷ سال بود. آزمودنی‌های این دو مرحله، با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی از تیم‌های ملی رشته‌های مختلف ورزشی و نیز باشگاه‌های کشور و ورزشکاران دانشجوی در دو سطح نخبه (مقام‌دار ملی و بالاتر) (نمونه اول=۱۸۰، نمونه دوم=۱۶۰) و غیر نخبه (فاقد مقام) (نمونه اول=۱۳۱، نمونه دوم=۱۴۰) و از رشته‌های ورزشی بسکتبال، فوتبال، فوتسال، والیبال، هندبال، دو و میدانی، تنیس روی میز، کشتی، ووشو، کیک بوکسینگ، تکواندو، قایقرانی، وزنه برداری و اسکی انتخاب شدند. در مرحله سوم، با هدف بررسی پایایی زمانی از تعداد ۱۰۰ آزمودنی نخبه و غیر نخبه به روش نمونه‌گیری در دسترس در محل تمرینی با فاصله زمانی سه هفته، دو بار پرسشنامه توزیع و جمع‌آوری شد.

ابزار

ابزارهای تحقیق را پرسشنامه‌های اطلاعات فردی و منابع اعتماد به نفس ورزشی تشکیل می‌دادند.

در پرسشنامه اطلاعات فردی مواردی مانند: سن، جنسیت، سابقه رقابتی و تمرینی و نیز سطح افتخارات ملی، آسیایی، جهانی و المپیکی مشخص می‌شدند که به همراه پرسشنامه منابع اعتماد به نفس در اختیار آزمودنی‌ها قرار می‌گرفتند.

پرسشنامه منابع اعتماد به نفس ورزشی که توسط "ویلی" و همکاران (۶) طراحی و آزمون‌سنجی شد، مشتمل بر ۴۳ سؤال و نه خرده‌مقیاس است که با روش نمره‌گذاری ۷ نمره‌ای لیکرت (۱=کاملاً بی‌اهمیت تا ۷=کاملاً مهم) سنجیده می‌شود. این پرسشنامه از ورزشکار می‌خواهد تا به زمانی فکر کند که در هنگام فعالیت ورزشی احساس اعتماد به نفس بسیار بالایی دارد، در چنین شرایطی از ورزشکار می‌خواهد تا به چیزهایی که به او اعتماد به نفس می‌دهند یا به او کمک می‌کنند تا نسبت به توانایی‌های خود باور داشته و برای موفقیت به خود مطمئن باشد، فکر کند.

روش اجرا

اولین قدم در اجرای تحقیق، آماده‌سازی پرسشنامه‌ها جهت توزیع در بین ورزشکاران بود. پرسشنامه‌ها پس از ترجمه و بررسی اعتبار صوری در مرحله اول تحقیق در جامعه مورد نظر استفاده شدند تا اعتبار عاملی اکتشافی آنها محاسبه شود. پس از آن، مرحله اول و دوم اجرای تحقیق شروع شد. در این مراحل که هدف، اجرای پرسشنامه و جمع‌آوری اطلاعات به‌منظور بررسی اعتبارهای عاملی بود، پس از هماهنگی با فدراسیون‌ها و باشگاه‌های ورزشی و دانشجویان شرکت‌کننده در مسابقات ورزشی دانشگاهی که شامل رشته‌های ورزشی بسکتبال، فوتبال، فوتسال، والیبال، هندبال، دو و میدانی، تنیس روی میز، کشتی، ووشو، کیک بوکسینگ، تکواندو، قایقرانی، وزنه‌برداری و اسکی بودند، پرسشنامه‌ها در بین ورزشکاران توزیع و جمع‌آوری شدند. لازم است توضیح داده شود که هر دو گروه نخبه و غیرنخبه در شرایط یکسانی از اردوهای تیم ملی (نخبه) و باشگاه‌های ورزشی و مسابقات دانشجویی (نخبه و غیرنخبه) اغلب در تهران انتخاب شدند. پرسشنامه‌های جمع‌آوری شده با توجه به شیوه نمره‌گذاری، امتیاز داده شد و نمرات هر فرد در بخش‌های مختلف تعیین و وارد رایانه شدند تا مورد تجزیه و تحلیل قرار گیرند. در مرحله سوم، حجم نمونه معینی از ورزشکاران به عنوان گروه نخبه، و دانشجویان و ورزشکارانی به عنوان گروه غیرنخبه انتخاب شدند و در دو مرحله با فاصله زمانی سه هفته پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند.

روش‌های آماری پژوهش

روش‌های آماری که برای تجزیه و تحلیل مورد استفاده قرار گرفتند شامل: آمار توصیفی و استنباطی هستند. از آمار توصیفی برای محاسبه شاخص‌های مرکزی و پراکندگی و ترسیم نمودارها استفاده شد.

به منظور تعیین اعتبار سازه‌ی عاملی از دو روش اکتشافی و تأییدی استفاده شد. برای تعیین اعتبار سازه‌ی اکتشافی از روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی^۱ استفاده شد. از روش الگوی معادلات ساختاری^۲، برای تحلیل عاملی تأییدی استفاده گردید که با شیوه همبستگی، رابطه هم‌متغیر را با خرده مقیاس خود تعیین می‌کند. از روش آلفای کرونباخ برای بررسی ثبات درونی و ضریب همبستگی درون گروهی جهت تعیین پایایی زمانی استفاده شد.

نتایج

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار سن، قد، وزن و سابقه شرکت کننده‌ها به تفکیک مراحل پژوهش

مرحله پژوهش	شاخص‌ها	جنسیت	
		مردان (میانگین، انحراف معیار)	زنان (میانگین، انحراف معیار)
اول	سن (سال)	۲۳/۷۱ (۳/۹۶)	۲۰/۵۷ (۳/۸۲)
	قد (سانتی متر)	۱۸۰/۸۳ (۱۲/۴۷)	۱۶۹/۷۷ (۷/۸۴)
	وزن (کیلوگرم)	۷۵/۵۴ (۱۲/۰۷)	۶۰/۵۶ (۸/۸۶)
	سابقه تمرینی (سال)	۹/۱۳ (۴/۶۳)	۶/۴ (۳/۳۲)
	سابقه رقابتی (سال)	۶/۸۴ (۳/۸۲)	۴/۹۴ (۲/۹۳)
دوم	سن (سال)	۲۳/۸۶ (۳/۹۰)	۲۰/۶۸ (۳/۹۱)
	قد (سانتی متر)	۱۸۱/۰۳ (۱۲/۶۷)	۱۶۹/۸۱ (۷/۹۷)
	وزن (کیلوگرم)	۷۵/۸۷ (۱۲/۲۵)	۶۰/۶۷ (۹/۰۲)
	سابقه تمرینی (سال)	۹/۳۳ (۴/۵۶)	۶/۲۳ (۳/۳۱)
	سابقه رقابتی (سال)	۶/۹۶ (۳/۷۷)	۴/۸۳ (۲/۹۴)

نتایج مربوط به ویژگی‌های جمعیت شناختی آزمودنی‌ها، در دو مرحله پژوهش (جدول شماره ۱) نشان داده شده است.

^۱. Principal Components Analysis

^۲. Structural Equations Model (SEM)

اعتبار سازه پرسشنامه منابع اعتماد به نفس ورزشی

نتایج نشان دادند، تمامی پیش فرض‌های مربوط به استفاده از تحلیل عاملی رعایت شده‌اند و حتی از حد تعیین شده بالاتر نیز هستند. بدین ترتیب که نتایج آزمون کفایت حجم نمونه $0/895$ که بالا می‌باشد و همچنین آزمون کرویت بارلت نیز معنی‌دار ($p < 0/000$)، $X^2 = 6895$ به دست آمده است. بنابراین ادامه یافتن مراحل دیگر تحلیل عاملی بلامانع است.

نتایج تحلیل عاملی اکتشافی نشان داد که سؤالات پرسشنامه منابع اعتماد به نفس ورزشی در مجموع، $55/33$ درصد از کل واریانس مربوط به عوامل تشکیل‌دهنده اعتماد به نفس ورزشی را تشکیل می‌دهند که دربرگیرنده ۳۵ سؤال از ۴۳ سؤال و هفت خرده مقیاس از نه خرده مقیاس پرسشنامه اصلی بود. در واقع سؤالات ۲، ۶، ۱۰، ۱۴، ۱۶، ۱۹، ۲۵، ۳۵ و خرده مقیاس‌های مطلوبیت موقعیتی و تسلط، در پرسشنامه قرار نگرفته‌اند.

بالاترین درصد واریانس، مربوط به عامل اول یعنی آمادگی ذهنی و مهارتی ($15/6$ درصد) و کمترین درصد واریانس مربوط به عامل حمایت دیگران ($5/49$ درصد) است. درصد واریانس سایر عامل‌ها به ترتیب خود-ادراکی ($8/16$ درصد)، تجارب تقلیدی ($7/21$ درصد)، رهبری مربی ($7/21$ درصد)، آسایش محیطی ($6/13$ درصد) و نمایش توانایی ($5/53$ درصد) بود.

همچنین نتایج بار عاملی سؤالات نشان می‌دهند که به جز سؤالات «می‌دانم از لحاظ ذهنی برای این موقعیت ورزشی آماده‌ام» و «به تکلیف موردنظر توجه دارم» در مورد عامل آمادگی ذهنی و مهارتی که بار عاملی حدود $0/40$ را دارند، سایر عامل‌ها بار عاملی متوسط و بالایی داشته‌اند.

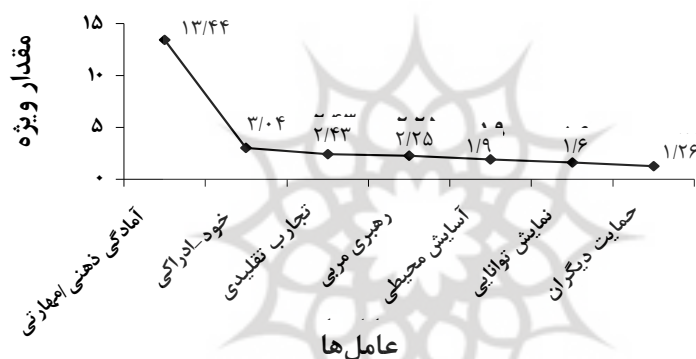
میانگین بار عاملی هر یک از خرده مقیاس‌ها بدین صورت است: آمادگی ذهنی و مهارتی ($0/53$)، خود-ادراکی ($0/58$)، تجارب تقلیدی ($0/75$)، رهبری مربی ($0/66$)، آسایش محیطی ($0/71$)، نمایش توانایی ($0/59$) و حمایت دیگران ($0/56$). توجه به میانگین بارهای عاملی سؤالات نشان می‌دهد که عامل تجارب تقلیدی و سپس آسایش محیطی، بالاترین مقادیر مورد پذیرش بار عاملی را دارند.

بنابراین از بین ۳۵ سؤال شناخته شده پرسشنامه، ۱۱ سؤال مربوط به عامل آمادگی ذهنی و مهارتی، ۳ سؤال مربوط به عامل خود-ادراکی، ۵ سؤال مربوط به عامل تجارب تقلیدی، ۵ سؤال مربوط به عامل رهبری مربی، ۳ سؤال مربوط به عامل آسایش محیطی، ۵ سؤال مربوط به عامل نمایش توانایی و ۳ سؤال مربوط به عامل حمایت دیگران هستند.

شکل شماره ۱ نشان می‌دهد که هفت عامل اعتماد به نفس ورزشی مقدار ویژه لازم (حداقل ۱) را برای باقی‌ماندن در ساختار پرسشنامه دارا هستند. بدین معنی که بالاترین مقدار ویژه

به ترتیب مربوط به عامل آمادگی ذهنی و مهارتی (۱۳/۴۴)، خود-ادراکی (۳/۰۴)، تجارب تقلیدی (۲/۴۳)، رهبری مربی (۲/۲۵)، آسایش محیطی (۱/۹۰)، نمایش توانایی (۱/۶۰) و حمایت دیگران (۱/۲۶) می‌باشد. بنابراین پرسشنامه اعتماد به نفس ورزشی دارای هفت منبع شناخته شده بالاست.

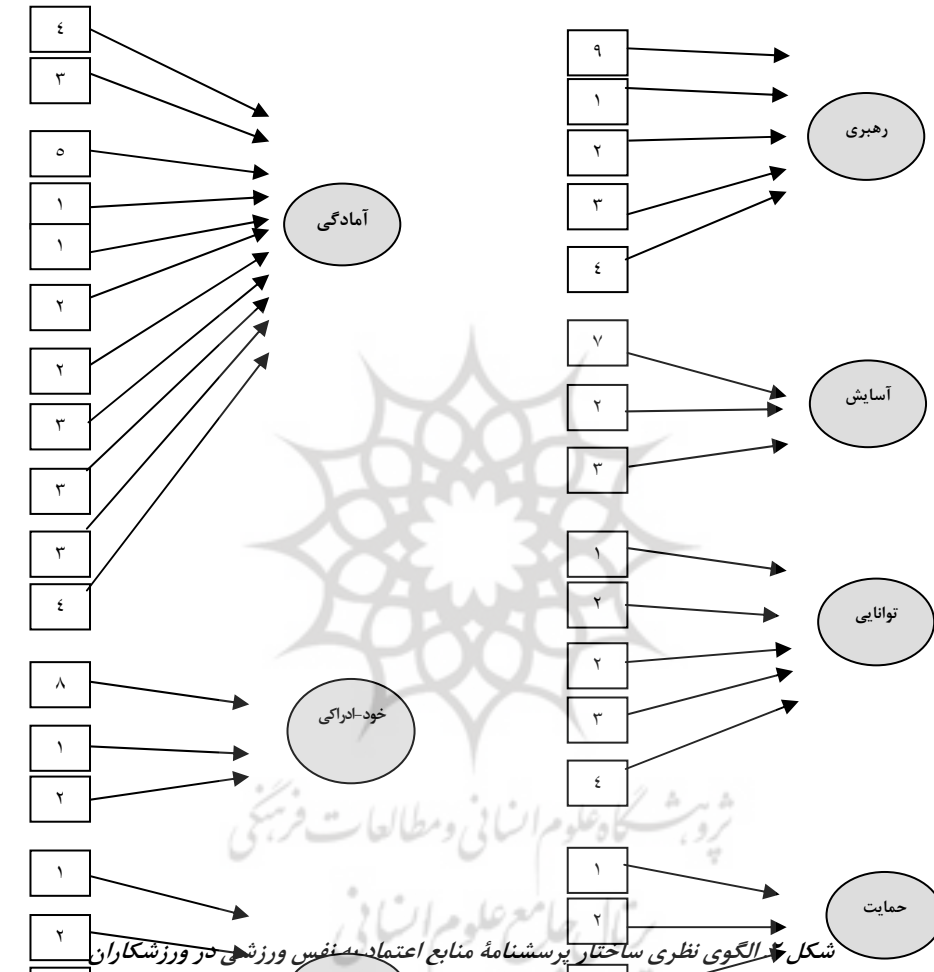
الگوی ساختاری (شکل شماره ۲ را نگاه کنید) تأیید عامل‌های اعتماد به نفس ورزشی شناخته شده و سؤالات مرتبط با آنها را نشان می‌دهد. مقدار بار عاملی فرضی برای ارتباط هر سؤال با عامل خود، ۱ در نظر گرفته شده است.



شکل ۱. نمودار خطی مقدار ویژه عامل‌های پرسشنامه منابع اعتماد به نفس ورزشی

نتایج تخمین پارامتر نشان می‌دهد که در همه عامل‌ها سؤالات مربوطه رابطه معنی‌داری داشته‌اند و دامنه رابطه، بین ۰/۴۵ الی ۰/۸۷ بوده است. بنابراین براساس الگوی معادلات ساختاری همه متغیرهای فرض شده قادر به پیشگویی و تأیید ساختاری عامل‌های خود هستند. بررسی دقیق‌تر مقادیر تخمین پارامتر هر یک از سؤالات مربوط به عامل‌ها نشان می‌دهد که در عامل آمادگی ذهنی و مهارتی، متغیر (سؤال) ۲۳ ($t=۰/۷۵$, $t=۲۷/۴۳$, $p=۰/۰۰۰$) در عامل خود-ادراکی متغیر ۱۷ ($t=۰/۷۲$, $t=۱۸/۱۵$, $p=۰/۰۰۰$) در عامل تجارب تقلیدی متغیر ۳۷ ($t=۰/۸۵$, $t=۳۹/۹۶$, $p=۰/۰۰۰$) در عامل رهبری مربی متغیر ۴۳ ($t=۰/۹۷$, $p=۰/۰۰۰$) در عامل آسایش محیطی متغیر ۲۴ ($t=۰/۸۷$, $t=۲۵/۷۳$, $p=۰/۰۰۰$) در عامل نمایش توانایی متغیر ۲۹ ($t=۰/۷۷$, $t=۲۶/۴۸$, $p=۰/۰۰۰$) و در عامل حمایت دیگران متغیر ۲۸

مهم ترین متغیرهای پیشگویی کننده در عامل مربوط به خود (r=۰/۷۲، t=۱۸/۶۲، p=۰/۰۰۰) هستند.



شکل ۳ الگوی نظری ساختار پرسشنامه منابع اعتماد به نفس ورزشی در ورزشکاران برای تأیید الگوی ساختاری، از میان‌های برازش الگو تقلید شده است. نتایج آزمون مجذور کای معنی دار (p=۰/۰۰۰، d.f=۵۳۹، X²=۱۴۵۱) بود. نسبت مجذور کای به آزادی نیز ۲/۶۹ به دست آمده است. همچنین مقدار شاخص برازش الگوی ساختاری به آمده به ترتیب برای شاخص برازش مقایسه‌ای^۱ (۰/۸۱)، شاخص نیکویی برازش^۱ (۰/۷۷)، شاخص نیکویی برازش تطبیقی^۲ (۰/۷۴)، شاخص برازش هنجاری^۳ (۰/۷۳) بودند.

^۱ Comparative Fit Index

ثبات درونی و پایایی زمانی پرسشنامه منابع اعتماد به نفس ورزشی

نتایج آلفای کرونباخ نشان داد، در کل پرسشنامه منابع اعتماد به نفس ورزشی دارای ثبات درونی بالایی (۰/۹۳) بود. در بررسی ثبات هریک از خرده مقیاس‌های پرسشنامه، نتایج نشان دادند که کمترین مقدار الفا ۰/۷۲ و مربوط به خرده مقیاس حمایت دیگران و بالاترین مقدار الفا ۰/۸۷ و مربوط به خرده مقیاس آمادگی ذهنی و مهارتی بوده اند. ضریب الفای خرده مقیاس‌های خود-ادراکی، تجارب تقلیدی، رهبری و آسایش محیطی به ترتیب ۰/۷۲، ۰/۸۶، ۰/۸۱، ۰/۷۶ و ۰/۸۰ بوده اند.

نتایج ضریب همبستگی درون گروهی در مورد پایایی زمانی خرده مقیاس‌ها و کل پرسشنامه منابع اعتماد به نفس ورزشی نشان داد که در کل، پرسشنامه دارای ثبات زمانی ۰/۹۲ و قابل قبولی است. در بین خرده مقیاس‌ها، آمادگی ذهنی و مهارتی و نمایش توانایی با ثبات زمانی ۰/۸۶ و ۰/۸۵ بهترین و خود-ادراکی و حمایت دیگران با ثبات زمانی ۰/۶۹ کمترین مقدار را داشته‌اند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از انجام پژوهش حاضر، تعیین اعتبار و پایایی پرسشنامه منابع اعتماد به نفس ورزشی در بین ورزشکاران ایرانی بوده است که شامل گروه‌های نخبه و غیر نخبه مرد و زن بودند. پرسشنامه یادشده که توسط ویلی و همکاران (۶) ساخته شد و مورد آزمون قرار گرفت، ابتدا در جامعه ورزشکاران دبیرستانی آمریکا بررسی شد و لذا نسخه انگلیسی آن ایجاد گردید. در این تحقیق قصد بر آن بود تا روشن شود آیا ترجمه نسخه انگلیسی به فارسی همچنان از اعتبار و پایایی و یا به عبارتی همان ساختار پرسشنامه اولیه برخوردار است یا خیر.

نتایج تحقیق حاضر، حاکی از شناسایی و تأیید هفت منبع اعتماد به نفس ورزشی برای ورزشکاران ایرانی بود که از لحاظ ماهیت شامل انواع فردی و محیطی بودند. براین اساس، عوامل فردی اعتماد به نفس ورزشی شامل: آمادگی ذهنی و مهارتی، نمایش توانایی و خود-ادراکی، و عوامل بیرونی اعتماد به نفس ورزشی شامل: حمایت دیگران، رهبری مربی، آسایش محیطی و تجارب تقلیدی بودند. به این ترتیب در ورزشکاران تحت بررسی، منابع اعتماد به نفس ورزشی شامل شرایط داخلی (فردی) و خارجی (محیطی) می‌شود.

¹. Goodness of Fit Index

². Adjusted Goodness of Fit Index

³. Normed Fit Index

نتایج بررسی اعتبار سازه، عاملی که به صورت اکتشافی و تأییدی انجام گرفته است نشان دادند در کل خرده مقیاس‌های هفت گانه شناخته شده پرسشنامه ۵۵/۳۳ درصد از واریانس اعتماد به نفس ورزشی را به خود اختصاص داده‌اند. در واقع، بیش از نیمی از عوامل تشکیل دهنده اعتماد به نفس در ورزشکاران ایرانی هفت منبع یاد شده در بالا هستند. در تحقیقات مشابه انجام گرفته، درصد واریانس بین ۶۹ درصد الی ۷۶ درصد متغیر بوده است. برای مثال، در تحقیق ویلی و همکاران (۶) واریانس کل عامل‌ها ۶۸/۵ درصد بوده است. در تحقیق ویلسون و همکاران (۱۰) منابع اعتماد به نفس ورزشی ۷۶/۵ درصد واریانس را تشکیل می‌دادند. از آنجایی که درصد واریانس، نشان‌دهنده سهم مشترک عامل‌ها در موضوع اعتماد به نفس ورزشی است، بنابراین هرچقدر مقدار واریانس بیشتر باشد نشان دهنده پیشگویی بهتر عامل‌ها می‌باشد. در این تحقیق، نتایج نشان دادند که در کل عامل‌های اعتماد به نفس تعیین شده قادرند نصف منابع اعتماد به نفس ورزشکاران را در زمینه ورزشی آنها تشکیل دهند. اما به نظر نمی‌رسد افزایش تعداد عامل‌ها بتواند موجب افزایش درصد واریانس شود. برای مثال، در برخی از تحقیقات تنها شش عامل شناسایی شد و در تحقیق اولیه نه عامل تعیین گردید. ظاهراً تفاوت‌های فرهنگی یک عامل در تعیین تعداد و سهم واریانس عامل‌ها مؤثر است.

تفاوت تعداد عامل‌های شناخته شده در تحقیق حاضر و همچنین پژوهش‌های قبلی مربوط به دو خرده مقیاس تسلط و مطلوبیت اقتضایی بود. در مورد عامل تسلط همه سؤالات آن با عامل آمادگی بدنی و ذهنی بارگذاری شدند و به این ترتیب متغیر آمادگی ذهنی و مهارتی را به وجود آوردند. سؤالات عامل مطلوبیت اقتضایی نیز بارعاملی کافی را کسب نکردند و جزو هشت سؤالی بودند که از کل پرسشنامه حذف شدند. به این ترتیب، هفت عامل شناخته شده ۳۵ سؤال را دربر گرفتند. در تحقیق ویلسون و همکاران (۱۰) در گروه ورزشکاران ماهر سنین مختلف نیز عامل مطلوبیت اقتضایی، از کل نه خرده مقیاس حذف شد، زیرا مقدار ویژه، زیر عدد ۱ به دست آمد و بار عاملی سؤالات آنها زیر ۰/۴۰ بود. در واقع، عامل مطلوبیت اقتضایی در تدوین اولیه پرسشنامه متعلق به منابع خارجی غیرقابل پیش‌بینی بود زیرا که متعلق به نظام نظری خاصی نبود و ادراک برخی از ورزشکاران را از شرایطی که قابل سنجش مستقیم نیستند، مانند: شانس، آداب مذهبی یا سنتی خاص نشان می‌داد. از این رو، به نظر می‌رسد که عبارات مورد استفاده در این خرده مقیاس چندان در موقعیت‌های ورزشکاران مورد بررسی درک نشده یا نادیده گرفته شده است؛ برای مثال در سؤال ۶ «اعتماد به نفس من در زمانی که داور از خطاهایم چشم پوشی می‌کند، افزایش پیدا می‌کند» یا در سؤال ۱۶ «اعتماد به نفس من در زمانی که اوضاع به نفع من می‌باشد، افزایش پیدا می‌کند». از طرفی ویلسون و همکاران (۱۰)

معتقد هستند که چنین سؤالاتی در مورد گروه ورزشکارانی با این سطح رقابت نمی‌تواند مهم باشد و یا تعداد سؤالات کم یا مبهم این خرده مقیاس، منجر به چنین مشکلاتی شده باشد که به نظر می‌رسد توجیه‌کننده بی‌کفایتی این خرده مقیاس و حذف آن در تحقیق حاضر نیز بوده است. تحقیق مشابهی توسط وو(۹) انجام پذیرفت که عامل مطلوبیت اقتضایی را از جمع منابع اعتماد به نفس ورزشی حذف کرد و پرسشنامه تعدیل شده ۳۵ سؤالی را با هشت منبع معرفی کرد که حاوی ۷۱/۰۳ درصد واریانس مشترک بود. ویلسون(۱۱) نیز در تحقیق دیگر خود، شش منبع اعتماد به نفس را شناسایی و مورد تأیید قرار داد که البته با توجه به گروه ورزشکاران مسن مورد استفاده در آن، تأیید کاربرد تمام منابع احساس نمی‌شده است. در کل به نظر می‌رسد که رسیدن به واریانس مشترک مطلوب از عوامل تعیین‌کننده اعتماد به نفس ورزشی از لحاظ فنی مهم تر از تعداد منابع باشد.

از دیدگاه نظری، به نظر می‌رسد هفت منبع اعتماد به نفس ورزشی، مورد تأکید نظریات مرتبط با اعتماد به نفس و یا خود-کارآمدی باشند. آمادگی ذهنی و مهارتی، نمایش توانایی و تجارب تقلیدی از منابع انتظارات کارآمدی الگوی باندورا هستند که موجب افزایش اعتماد به نفس و خود-کارآمدی می‌شوند(۶). حمایت دیگران از عوامل مورد تأکید در بحث تقویت‌کننده‌ها و نظریه لیاقت درک شده هارتر هستند که نقش افراد مهم را در افزایش اعتماد به نفس مطرح کرده اند. همچنین از دیدگاه تسهیل اجتماعی زایونک^۱ که به نقش حضور افراد دیگر مانند مربی یا تماشاگر بر بهبود عملکرد به واسطه عوامل انگیزشی و تقویتی تأکید شده است(۵) نیز این خرده مقیاس قابل توجه است. خود-ادراکی مبتنی بر نظریات تصویر بدنی و خودپنداره بدنی است که نقش ظاهر درک شده را بر عزت نفس و اعتماد به نفس بدنی نشان می‌دهد. قدرت رهبری مربی نیز از طریق تصمیمات مهم و مورد پذیرش ورزشکار می‌تواند بر رفتار او مؤثر باشد و موجب افزایش اعتماد به نفس ورزشی گردد(۶،۲). آسایش محیطی به گونه‌ای، شکل خاصی از اعتماد به نفس ویژه به شرایط و محیطی است که ورزشکار در آن آرامش دارد و می‌تواند مبتنی بر دیدگاه خود-کارآمدی باشد که وضعیت اعتماد به نفس را بی‌ثبات و ویژه به تکلیف یا محیط می‌بیند و یا مبتنی بر دیدگاه اعتماد به نفس حالتی است که در تعارض با اضطراب حالتی است(۶،۵).

تحقیقاتی که قصد بررسی عوامل پیشگویی‌کننده اعتماد به نفس ورزشی را داشته‌اند نیز نقش منابع مذکور را اثبات می‌کنند(۲۱، ۲۰، ۱۹، ۱۸، ۱۷، ۱۶). هانتون و جونز(۳) در شناگران نخبه، لان و همکاران(۱۷) در ورزشکاران دوگانه، هال و کر(۱۶) در شمشیربازان تأثیر آمادگی درک

^۱. Zajonc's Social Facilitation

شده را مهم دانستند. لان و همکاران (۲۰) در رگی بازان، مایر و فلتز (۲۱) در والیبالیست‌ها و هالپین (۱۹) تأثیر مربی و افراد خانواده را در افزایش اعتماد به نفس ورزشی مهم دانستند. در کل نتایج به دست آمده، تأییدکننده منابعی است که توسط ویلی و همکارانش (۶) شناسایی و تأیید شده‌اند، ولی با توجه به شواهد موجود باید نسبت به تعمیم و کفایت تمام منابع مذکور جانب احتیاط رعایت شود.

در بررسی بارعاملی متغیرها (سؤالات) نتایج تحلیل عاملی اکتشافی که با روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی انجام گرفته بود، حاکی از بار عاملی مورد قبول ۳۵ سؤال بوده است. بدین ترتیب که به جز سؤالات ۲، ۶، ۱۰، ۱۴، ۱۶، ۱۹، ۲۵، ۳۵ که بار عاملی کمتر از ۰/۴۰ را در عامل‌های خود داشته‌اند یا در بین عوامل دیگر بارگذاری شده‌اند، بقیه سؤالات بارعاملی ۰/۴۰ و بالاتر را داشته‌اند. بنابراین، در بررسی اعتبار عاملی اکتشافی، سؤالات پرسشنامه از اعتبار عاملی مناسبی برخوردار بوده‌اند. توجه به میانگین بارهای عاملی سؤالات نشان می‌دهد که عامل تجارب تقلیدی و سپس آسایش محیطی، بالاترین مقادیر مورد پذیرش بارعاملی را داشتند. در مورد تحلیل عاملی، تأییدی، نتایج روش الگوی معادلات ساختاری حاکی از برازش متوسط و نسبتاً خوبی بوده است. ویلی و همکاران (۶) در بررسی اولیه پرسشنامه منابع اعتماد به نفس ورزشی، شاخص‌های تأیید الگوی نظری را بسیار شبیه به نتایج تحقیق حاضر به دست آوردند. در نتایج تحلیل عاملی تأییدی ویلسون و همکاران (۱۰) در خصوص ورزشکاران ماهر نیز که در نهایت تعداد ۸ منبع را تأیید کردند، در ابتدا الگوی نه منبعی را آزمودند و در هیچ یک از شاخص‌های برازش الگوی نظری به حد قابل قبول دست نیافته بودند.

مسئله مهم دیگر در مورد اعتبار سازه پرسشنامه مورد نظر، قدرت پیشگویی سؤالات است. در مقایسه بار عاملی دو نمونه مستقل ورزشکاران، بارعاملی در نمونه دوم قدرت پیشگویی قوی‌تری را نسبت به مرحله اول نشان داد و دامنه آن بین ۰/۴۶ تا ۰/۸۷ بوده است، در حالی که در مرحله اول کمتر و بین ۰/۴۰ الی ۰/۸۰ بوده است.

در مورد پایایی که به اشکال ثبات درونی و زمانی با روش‌های آلفای کرونباخ و همبستگی درون گروهی محاسبه گردید، ضریب قابل قبول و نسبتاً بالای ۰/۹۳ و ۰/۹۲ را برای کل پرسشنامه به ترتیب در ثبات درونی و زمانی نشان دادند. ویلی و همکاران (۶) نیز در تحقیق خود نشان دادند که جز در عامل خود-ادراکی که آلفای کمتر از ۰/۷ را نشان داد، سایر عامل‌ها از آلفای قابل قبولی برخوردار بودند که با نتایج پژوهش حاضر موافقت دارد.

ویلسون و همکاران (۱۰) در تحقیق خود دامنه آلفای کرونباخ را بین ۰/۷۹ و ۰/۹۷ گزارش کردند که بالاترین آن متعلق به عامل رهبری مربی (۰/۹۷) و پایین‌ترین آن متعلق به خود-

ادراکی (۰/۷۹) بوده اند. بنابراین نتایج تحقیق آنان در ثبات درونی بالاتر از ثبات درونی گزارش شده در تحقیق حاضر و پژوهش ویلی و همکاران است، ولی همگی تأییدکننده پایایی پرسشنامه در جوامع مختلف بوده اند.

در مورد پایایی زمانی، نتایج کل پرسشنامه ثبات زمانی قابل قبولی را نشان دادند. ثبات زمانی، حاکی از یکسانی نتایج در چند دفعه اندازه‌گیری است که در این مورد نتایج ضریب همبستگی درون گروهی کل و خرده مقیاس‌ها متوسط تا بالا بوده‌اند (۰/۶۹-۰/۸۶). از این‌رو، پرسشنامه منابع اعتماد به نفس ورزشی دارای ثبات زمانی قابل قبول و مطلوبی است.

به نظر می‌رسد اعتماد به نفس ورزشی، تحت تأثیر تفاوت‌های فرهنگی قرار می‌گیرد. همان‌گونه که در الگوی نظری اشاره شد، ورزش قهرمانی در داخل کشور شرایط متفاوتی را نسبت به سایر کشورها دارد و این موضوع بر اولویت‌های انگیزشی، اعتماد به نفس و احساسی ورزشکاران مؤثر است. توجه به میانگین‌های به دست آمده از خرده مقیاس‌های مختلف بین پژوهش حاضر و تحقیق ویلی و همکاران (۶) نیز حاکی از تفاوت معنی‌دار ($p < 0/01$) خرده مقیاس‌ها است (در تحلیل اضافی با روش t مستقل) و میانگین نمرات منابع اعتماد به نفس ورزشی در ورزشکاران تحت بررسی این پژوهش بیشتر از تحقیق ویلی و همکاران (۶) بوده است. نتیجه اینکه، صرف نظر از تعداد و اولویت منابع، تحقیق حاضر همانند تحقیقات انجام شده قبلی نشان داد که ورزشکاران با عوامل مختلفی اعتماد به نفس خود را تأمین می‌کنند و پرسشنامه مربوطه، دارای توانایی فنی خوبی برای تشخیص اولویت‌های اعتماد به نفس ورزشی در ورزشکاران سطوح مختلف رقابتی و جنسی است.

تحقیقات آینده چنانچه در زمینه سایر جنبه‌های فنی و آماری مانند اعتبار ملاک و پیش بینی پرسشنامه انجام شود و یا پرسشنامه پیش‌گفته را با توجه به الگوی نظری منابع اعتماد به نفس ورزشی در جهت پیش بینی رفتار و اعتماد به نفس صفتی ورزشی مورد بررسی قرار دهد، و یا روی سایر جمعیت‌های ورزشی مانند معلولان، نوجوانان، بزرگسالان و سالمندان انجام شود، می‌تواند به روشنگری بیشتر توانایی‌های این پرسشنامه در تشخیص اولویت‌های اعتماد به نفس ورزشی در ورزشکاران کمک کند.

منابع:

1. Gould. D, Weinberg. R, Foundation of Sport and Exercise Psychology, 3rd Edition, Human Kinetics Publisher, 2003.
2. Williams. J. M, Psychological Characteristics of Peak performance, Applied Sport Psychology, 2001, 123-132.

3. Mills. B. D, Mitchell, C. A, Sport confidence in Early Adolescence: Validation of the Trait and State Sport Confidence Inventories for Middle School Aged Education Students, *Journal of Human Movement studies*, 31,1996, 75-87.
4. Vealey. R. S, Conceptualization of sport – confidence and competitive orientation, Preliminary Investigation and Instrument Development. *Journal of sport psychology* 8,1986, 221-246.
5. Gill.D.L, Psychological dynamics of sport and exercise, 2nd edition, Human Kinetics Publisher,1999.
6. Vealey. R. S, Hayashi. S. W, Garner- Homan. M, Giacobbi. P, Sources of sport confidence: Conceptualization and instrument development, *Journal of sport & Exercise Psychology*, 20,1998, 54-80.
7. Dong fang. C, Chen. S, Hung- Yu. C,Kang.C, Male and Female Basketball Players' Goal orientation, Perceived motivation climate, Perceived Ability and the Sources of Spore Confidence, *The Sport Journal*,6,3,2003.
8. Hays.K, Maynard.I, Thomas.O, Bawden.M, Sources and Types of Confidence Identified by World Class Sport Performance, 19,4,2007,434-456.
9. Wu. S. c, A research in relationships of athletes goal orientation, Perceived motivational climates and sport confidence, *Journal of Sport& Exercise Psychology*, 20,2000, 50-80.
10. Wilson. R Sullivan. Ph, Myers, N, Feltz. D, Sources of Sport Confidence of Master Athletes, *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26(3),2004, 369-384.
11. Wilson.R, Sources of Sport Confidence of Senior Adult,College, and High school Athletes,2000, University of Oregon, <http://kinpubs.uoregon.edu/>
12. Cohen.L, Lawrence.M, Morrison.K, *Research Methods in Education*, 5th Edition, Routledge& Falmer,2000.
13. Meyers.L, Gamst.G, Guarino.A, *Applied Multivariate Research, Design and Interpretation*,Sage Publisher, 2006.
14. Klein.P, *The handbook of Psychological Testing*,2nd Edition, Routledge Publisher,2000.
۱۵. شجاع الدین، ص و شفیع‌زاده. م (۱۳۸۳). «مقایسه منابع اعتماد به نفس ورزشی در بین ورزشکاران نخبه و غیر نخبه رشته‌های انفرادی و تیمی و ارتباط آن با عملکرد ورزشی». طرح پژوهشی دانشگاه تربیت معلم تهران.
16. Hall.H, Kerr.A, Motivational Antecedents of Precompetitive Anxiety in Youth Sport, *The Sport Psychologist*, 11,1,1997,24-42.

17. Hardy.H, Jones.G, Gould.D, Understanding psychological preparation for sport, Theory and practice of Elite Performers, Wiliam & Wilking publishers,1996.
18. Hanton.S, Jones.G, Antecedents of Multidimensional State Anxiety in Elite Competitive Swimmers, International Journal of Sport Psychology, 26,1995, 512-523.
19. Halpin.K, Confidence in College Athletes, Journal of Undergraduate Research,8,2008,1-11.
20. Lane.A,Rodgers.J,Karageorghis.C, The Antecedents of State Anxiety in Rugby League, Perceptual and Motor Skills, 84,1997,427-433.
21. Magyar.TM, Feltz.DL, The Influence of Dispositional and Situational Tendencies on Adolescents Girls' Sport Confidence Sources, Psychology of Sport and Exercise, 4,2,2003, 175-190.

