

*Original Research*

## Is There any Relationship between Sport Orientation and Competitive Anxiety in Sport Teams and Individual Sports?

Mahboubeh Ghayour Najafabadi<sup>1</sup>, Maryam Rezaii Aderyani<sup>2</sup>, Mohammad Hadi Resalati\*<sup>3</sup>

1. PhD of Motor Behavior, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran
2. PhD of Clinical Psychology, University of Esfahan, Esfahan, Iran
3. Masters Student of Motor Development, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran

Received: 2019/10/22 Revised: 2019/11/16 Accepted: 2019/12/20

### Abstract

**Introduction & Purpose:** The purpose of this study was the relationship between sport orientation and competitive anxiety in female athletic team and individual sport Olympiad for medical universities in 1396 that took part in Shahr-e-kord.

**Methodology:** In order to, 131 subjects were selected using systematic sampling. Female students completed a modified version of the competition anxiety (SCAT) and sport orientation (SOQ).

**Results:** Analyzes showed that there was no significant relation between competition anxiety and sport orientation factors but there was significant relation between competition anxiety and age. Also, statistical results showed that there is a significant relationship between age and competitive anxiety and it was determined that individual and team groups differed in terms of competitive anxiety and sport orientation type.

**Conclusion:** The conclusion revealed that competition anxiety decreased with increasing age in both individual sports and sport teams. So completion anxiety has a direct relation with age increase.

**Keywords:** sport orientation, competition anxiety, competitiveness, willingness to win, goal orientation

**Citation:** Ghayour Najafabadi Mahboubeh, Rezaii Aderyani Maryam, Resalati Mohammad Hadi, Is There any Relationship between Sport Orientation and Competitive Anxiety in Sport Teams and Individual Sports?, Journal of Motor and Behavioral Sciences, Volume 2, Number 4, Winter 2019, Pages 330-337.

\* **Corresponding Author:** Mohammad Hadi Resalati, Masters Student of Motor Development, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran

**Email:** m.hadi.resalati@ut.ac.ir

## آیا رابطه ای بین جهت گیری ورزشی و اضطراب رقابتی در رشته های تیمی و انفرادی وجود دارد؟

محبوبه غیور نجف آبادی<sup>۱</sup>، مریم رضایی آدریانی<sup>۲</sup>، محمد هادی رسالتی<sup>۳\*</sup>

۱. استادیار رفتار حرکتی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

۲. دکترای روانشناسی بالینی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

۳. دانشجوی کارشناسی ارشد رشد حرکتی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

دریافت مقاله: ۹۸/۰۷/۳۰ بازنگری مقاله: ۹۸/۰۸/۲۵ پذیرش مقاله: ۹۸/۰۹/۲۹

### چکیده

**مقدمه و هدف:** هدف پژوهش، بررسی رابطه جهت گیری ورزشی و اضطراب رقابتی در رشته های تیمی و انفرادی دختران شرکت کننده در سیزدهمین المپιάد ورزشی دانشگاه های علوم پزشکی (۱۳۹۶) که در استان چهار محال بختیاری برگزار شد، بود.

**روش شناسی:** ۱۳۱ نفر آزمودنی با متوسط سن  $(22/2 \pm 2/3)$  تصادفی انتخاب شدند. آزمون ها، جهت گیری ورزشی و اضطراب رقابتی را پیش بینی می کرد. این آزمودنی ها شرکت کنندگان در المپιάد ورزشی دانشگاه های علوم پزشکی بودند.

**نتایج:** بین سن و اضطراب رقابتی تفاوت معناداری وجود دارد. در نتیجه با افزایش سن اضطراب رقابتی کاهش می یابد. از نتایج آماری مشخص شد که بین سن و اضطراب رقابتی رابطه معناداری وجود دارد و تعیین شد گروه های انفرادی و تیمی از نظر اضطراب رقابتی و نوع جهت گیری ورزشی باهم متفاوتند. هم چنین بین سن و اضطراب رقابتی تفاوت معناداری وجود دارد و بین اضطراب رقابتی و هدف مندی نیز اختلاف معناداری وجود دارد. در نتیجه بین اضطراب رقابتی و فاکتورهای جهت گیری ورزشی تفاوت معناداری وجود ندارد.

**واژگان کلیدی:** جهت گیری ورزشی، اضطراب رقابتی، رقابت طلبی، تمایل به پیروزی، هدف گرایی

**ارجاع:** غیور نجف آبادی محبوبه، رضایی آدریانی مریم، رسالتی محمد هادی، آیا رابطه ای بین جهت گیری ورزشی و اضطراب رقابتی در رشته های تیمی و انفرادی وجود دارد؟، مجله علوم حرکتی و رفتاری، دوره دوم، شماره ۴، زمستان ۱۳۹۸، صفحات ۳۳۷-۳۳۰.

**نویسنده مسئول:** محمد هادی رسالتی، دانشجوی کارشناسی ارشد رشد حرکتی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

آدرس الکترونیکی: [m.hadi.resalati@ut.ac.ir](mailto:m.hadi.resalati@ut.ac.ir)

## مقدمه

امروزه به علت توجه کمتر به مسئله روان‌شناسی ورزشی، ورزشکاران در معرض شکست‌های بیشتری قرار می‌گیرند که این شکست‌ها زبان‌های جبران ناپذیری را به فرد ورزشکار و جامعه ورزشی متحمل می‌کند. با این تفاسیر توجه به روان‌شناسی ورزشی و متغیرهای مرتبط با عملکرد ورزشکار می‌تواند بسیار مفید باشد. اضطراب یکی از مهمترین ساختارهای به دست آمده در زمینه روان‌شناسی تمرین و ورزش است. اضطراب مستلزم مفهوم نا امن و مبهم و تهدیدی است که فرد منبع آن را درک نمی‌کند. یکی از شاخه‌های بحث اضطراب که توجه بسیاری از روان‌شناسان ورزشی را به خود معطوف کرده، اضطراب رقابتی است که این نوع از اضطراب در موقعیت‌های ورزشی و رقابت جوانه ایجاد می‌شود (لاوان و ویلیامز<sup>۱</sup>: ۲۰۰۰) اضطراب رقابتی صفتی و حالتی که از جمله زیر مجموعه‌های اضطراب رقابتی هستند که به عنوان درک موقعیت‌های جدید رقابتی به عنوان یک عامل خطرزا و تهدید شناخته می‌شوند. موارد فوق از عوامل مهم روانی اند که بر ورزشکار و بر عملکرد آن‌ها تاثیر زیادی دارند. گاهی از روان‌شناسی ورزشی در یاری رساندن به ورزشکار در اجرای مهارت‌های ورزشی و همچنین در کاهش عواملی مثل اضطراب که عملکرد و کارایی را تضعیف می‌کند، استفاده می‌شود. اضطراب رقابتی به عنوان ساختار موقعیت‌های ویژه یا مختص به ورزش استنتاج می‌شود. پژوهش‌های زیادی در زمینه اضطراب رقابتی صورت گرفته است. ابوالقاسمی، کیامرثی، آریاپوران و درتاج (۲۰۰۶) در پژوهشی با عنوان بررسی ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی با عملکرد ورزشی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان ورزشکار، نشان دادند که رابطه هریک از مولفه‌های ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی با عملکرد ورزشی و پیشرفت تحصیلی رابطه منفی و معناداری بود که این هم‌بستگی در ورزشکاران رشته‌های تیمی بیشتر از ورزشکاران رشته‌های انفرادی بود. "هانتون، توماس و ماینارد"<sup>۲</sup>

(۲۰۰۴) بیان کردند که شدت اضطراب با نزدیک شدن به مسابقه افزایش و میزان اعتماد به نفس کاهش می‌یابد و رابطه بین اضطراب رقابتی و عملکرد را منفی و معنادار بیان کردند. بالجیندر<sup>۳</sup> (۲۰۱۴) تفاوت معناداری را بین زیرمولفه‌های اضطراب رقابتی در بازیکنان فوتبال و هاکی به دست آورد. در پژوهش طولی "باجانک، میلیچویچ، کاسوم و مارینکوویچ"<sup>۴</sup> (۲۰۱۴) با عنوان: "اضطراب رقابتی، اعتماد به نفس و مهارت‌های روانی در ورزشکاران عالی بدون معلولیت و با معلولیت" که بر روی ۲۴ نفر از شرکت کنندگان بازی‌های المپیک و پارالمپیک، رقابت‌های جهانی و قهرمانی اروپا انجام گرفت، تفاوت معناداری بین این دو گروه ورزشکار در مدت زمان تمرین و تجربه ورزشی مشاهده نشد و در بیشتر مواقع شبیه به هم بودند. یکی از عواملی که می‌تواند و ممکن است میزان اضطراب رقابتی را پیش‌بینی کند، جهت گیری ورزشی می‌باشد. اسپنس، ویلیام بین، ویلیام لاکر و هلمریچ<sup>۵</sup> جهت گیری ورزشی را بطور چند بعدی و با ابعاد چیرگی کار و مفهوم رقابتی مفهوم سازی کرده است و بیان می‌کند که برخی افراد حالت گرایش به پیشرفت را با میل به تلاش برای برتری از دیگران و با تاکید و تکیه بر سخت کوشی و تلاش زیاد آشکار می‌سازند. موفقیت و شکست در میدان ورزشی به عوامل بیشماری بستگی دارد. علاوه بر اضطراب که پیش‌تر اشاره شد، جهت گیری ورزشی نیز نوعی انگیزه برای رسیدن به موفقیت است. این انگیزه یا به گفتاری دیگر، احساس نیاز به موفقیت بر پایه برتری طلبی، رقابت، اهداف چالش برانگیز، اصرار بر انجام کار و دستیابی به هدف و حل مشکلات بنا شده است (باقرزاده، شیخ، سوری و بهرامی، ۲۰۰۵). باومن<sup>۶</sup> در سال ۲۰۰۱ جهت گیری ورزشی را میل به مسابقه و تمایل به برنده شدن تعریف کرده است که ورزشکار با توجه به آن هدف‌هایی را انتخاب کرده و برای رسیدن به آنها تلاش می‌کنند. (الیزابت دنیلز<sup>۷</sup> ۲۰۰۵) افراد بر اساس نوع جهت گیری که اتخاذ می‌کنند، با دلایل مختلف وارد ورزش می‌شوند و با روش‌های گوناگون در

5- Spenece, Helmreich, William Beane, William Lucker  
6- Bauman  
7- Elizabeth Daniels  
8- Finkberg, Dinucci

1- Lavan, Williams  
2- Hanton, Thomas, Maynard  
3- Baljinder  
4- Bačanac, Miličević-Marinković, Kasum, Marinković

محبوبه غیور نجف آبادی، مریم رضایی آدریانی، محمد هادی رسالتی موقعیت‌های مخلف برانگیخته می‌شوند (فینکبرگ، دینوچی<sup>۸</sup>، ۱۹۹۹). جهت گیری ورزشی به تلاش فرد برای چیره شدن بر یک مشکل، کسب مهارت، غلبه بر مانع و عملکرد بهتر نسبت به دیگران اشاره دارد. جهت گیری ورزشی از سه مولفه رقابت طلبی، تمایل به پیروزی و هدف گرایی تشکیل شده است. رقابت طلبی به تلاش برای رضایت در شرایط مقایسه‌ای برخی معیارهای عالی در حضور قضاوت و داوری دیگران تعریف شده است. تمایل به پیروزی، اشتیاق فرد برای پیروزی از طریق مقایسه‌های بین فردی می‌باشد که این خود یکی از نگرش‌های سالم روان‌شناختی به ورزش به ویژه در افراد جوان است. هدف گرایی نیز به عنوان یکی از مولفه‌های جهت گیری ورزشی بر اهداف شخصی در ورزش متمرکز است و موقعیت را نسبت به خود افراد ارزیابی می‌کند. ورزشکارانی که تمایل به برنده شدن و هدف گرایی دارند، می‌خواهند پیروز شوند و از باختن در ورزش دوری می‌کنند و همچنین از دید آنها موفقیت یعنی بهتر بودن از دیگران. افراد هدف گرا بر روی اهداف شخصی تمرکز دارند و موفقیت را نسبت به خودشان ارزیابی می‌کنند. هر دوی این افراد متمایل به اجرای خوب و بهتر هستند. در مقایسه با هدف گرایی و تمایل به پیروزی، رقابت طلبی به شدت روی انتخاب فرد برای شرکت در ورزش های رقابتی اثر می‌گذارد. افراد به شدت رقابت طلب، در ملحق شدن به ورزش هایی با ماهیت رقابتی بسیار مشتاق هستند (فینکبرگ، دینوچی، ۱۹۹۹). در پژوهشی دیگر بیان شد که ورزشکارانی که بیشتر رقابت طلب هستند، دارای سطوح پایین تری از اضطراب رقابتی می‌باشند.

دونده‌های ماراثن، هدف گرایی اهمیت بیشتری نسبت به پیروزی گرایی دارد در حالی که بیش‌ترین نمره آن‌ها مرتبط به مولفه رقابت طلبی بود (دنیل گولده، رابرت وینبرگ<sup>۱</sup>، ۲۰۱۸). در مقایسه با جهت گیری هدفی و تمایل به برنده شدن، ورزشکاران با جهت گیری رقابتی بالا، به شدت رقابت طلبند و برای جست و جو و پیوستن به ورزش رقابتی برانگیخته می‌شوند. پژوهشی در سال ۲۰۰۶ انجام گرفت که رابطه جهت گیری ورزشی و اضطراب رقابتی در ورزشکاران وزارت علوم و فناوری را بررسی می‌کرد.

بیشتر مقالات در المپیادهای ورزشی وزارت علوم است اما برای دانشجویان علوم پزشکی که فرصت آن‌ها نسبت دانشگاه‌های وزارت علوم برای ورزش کردن کمتر است پژوهشی صورت نگرفته است. هدف این پژوهش بررسی رابطه جهت گیری ورزشی و اضطراب رقابتی در رشته‌های تیمی و انفرادی دختران شرکت کننده در سیزدهمین المپیاد ورزشی علوم ورزشی است که نتایج آن در جهت بالا بردن انگیزه دانشجویان و شناخت انواع جهت گیری‌های ورزشی و رابطه بین سن و اضطراب رقابتی و رابطه اضطراب رقابتی و هدف مندی می‌تواند مفید باشد.

در نهایت مسئولین دانشگاه‌های علوم پزشکی می‌توانند از این پژوهش جهت بالابردن انگیزه دانشجویان برای ورزش کردن و جهت گرفتن به سمت رشته‌های تیمی و انفرادی استفاده کنند. همچنین دانشجویان علوم پزشکی می‌توانند با توجه به ویژگی‌های فردی رشته‌های تیمی و انفرادی را انتخاب و شروع به فعالیت کنند.

### روش شناسی

این پژوهش به صورت مقطعی و با استفاده از ضریب همبستگی میانگین فاکتورهای اضطراب رقابتی و جهت گیری ورزشی طراحی شده است.

۱۳۱ نفر، با میانگین سن  $(2/3 \pm 22/2)$  با بازه (۳۰-۱۸) که از این تعداد ورزشکار ۸۳ (۶۲٪) در رشته‌های انفرادی و ۴۸ نفر (۳۶٪) در رشته‌های تیمی شرکت کردند. ارزیابی پرسش‌نامه در محل مسابقات در بازه زمانی ۲ ساعت قبل از مسابقات به صورت متوالی به شکل یکسان برای همه شرکت کنندگان انجام گرفت. این ورزشکاران از سابقه ورزشی متفاوت با میانگین ۳/۵ سال در بازه (۹-۱ سال) برخوردار بودند.

### ابزار اندازه گیری

۱- پرسش‌نامه اضطراب رقابتی: این پرسش‌نامه شامل ۱۵ سؤال ساده و کوتاه می‌باشد که میزان اضطراب رقابتی ورزشکاران

2- Gill & deeter

1- Robert S. Weinberg, Daniel Gould

آیا رابطه ای بین جهت گیری ورزشی و اضطراب رقابتی در رشته های...

را در شرایط مسابقه مورد ارزیابی قرار می دهد. پاسخ هر سؤال به صورت سه پاسخ به ندرت، گاهی اوقات و اغلب می باشد. نمره نهایی شامل جمع نمره های آیتم های ۱۵ گانه خواهد بود و پایایی و روایی این پرسش نامه بارها و بارها در فرهنگ ها و زبان های مختلف تأیید شده در ایران نیز در سال ۲۰۰۳ توسط یک گروه پژوهشی مورد اعتباریابی قرار گرفته است.

**۲- پرسش نامه جهت گیری ورزشی:** این پرسش نامه توسط گیل و دیترا<sup>۲</sup> (۱۹۸۸) طراحی شده است و جهت گیری ورزشی را در سه زیر گروه که شامل ۱۳ آیتم رقابت طلبی ۶ آیتم هدف گرایی و ۶ آیتم تمایل به پیروزی می باشد، مورد ارزیابی قرار می دهد.

پاسخ هر آیتم به صورت مقیاسی از کاملاً مخالفم، کمی مخالفم، نظری ندارم، کمی موافقم، کاملاً موافقم در نظر گرفته شده است که آلفای کرونباخ برای متغیرهای سه گانه آن ۰.۹۴ و ۰.۸۶ و ۰.۸۵ گزارش شده است.

**۳- پرسش نامه فردی:** پرسش نامه ای شامل اطلاعات بیوگرافی و شخصی شرکت کنندگان از جمله سن، سابقه ورزشی، رشته ورزشی، رشته تحصیلی و ... است.

### نتایج یافته ها

در این مطالعه ابتدا داده ها را به منظور ارائه اطلاعات توصیفی مورد بررسی قرار دادیم سپس آزمون ضریب همبستگی پیرسون بین متغیر اضطراب رقابتی با متغیرهای سه گانه جهت گیری ورزشی (رقابت طلبی - هدف گرایی - تمایل

به پیروزی) انجام شد. نمونه آماری شامل ۱۳۱ ورزشکار دختر در رشته های متفاوت ورزشی بوده است که یافته های آن به شرح زیر می باشد.

### نتایج توصیفی

سطح اضطراب رقابتی بر مجموعه ورزشکاران با میانگین  $4/7 \pm 19/4$  و در بازه (۳۰-۱۱) بدست آمد. میزان اضطراب رقابتی برای ورزشکاران انفرادی با میانگین  $4/7 \pm 19/3$  و برای ورزشکاران تیمی  $4/6 \pm 19/6$  گزارش شد.

نتایج اندازه گیری جهت گیری ورزشی نشان داد که متغیر رقابت طلب در این نمونه  $8/7 \pm 54/8$  با بازه (۶۵-۲۱) بوده است که این میزان در ورزشکاران انفرادی  $8/9 \pm 55/2$  و در ورزشکاران تیمی  $8/4 \pm 54$  تعیین گردید.

هدف گرایی در مجموع با میانگین  $4/4 \pm 26/4$  با بازه (۳۰-۱۰) بدست آمد که این میزان برای ورزشکاران رشته های انفرادی  $4/3 \pm 26/7$  و برای ورزشکاران رشته های تیمی  $4/6 \pm 25/8$  گزارش شد.

و در پایان متغیر جهت گیری پیروزی برای کل نمونه با میانگین  $4/9 \pm 24/3$  در بازه (۳۰-۸) الی ۳۰ به دست آمد که این میزان برای ورزشکاران رشته های انفرادی  $4/8 \pm 24/7$  و برای ورزشکاران رشته های تیمی  $4/9 \pm 23/6$  محاسبه شده است.

	اضطراب رقابتی	تمایل به پیروزی	هدف گرایی	رقابت طلبی
انفرادی	$4/7 \pm 19/3$	$4/8 \pm 24/7$	$4/3 \pm 26/7$	$8/9 \pm 55/2$
تیمی	$4/6 \pm 19/6$	$4/9 \pm 23/6$	$4/6 \pm 25/8$	$8/4 \pm 54$

دهنده آن است که در سطح معناداری  $\alpha = 0.05$  گروه های انفرادی و تیمی از نظر میزان اضطراب رقابتی و نوع جهت گیری ورزشی با هم تفاوت معناداری نداشتند (جدول ۱).

در ادامه آنالیز داده ها ضریب همبستگی پیرسون برای بررسی همبستگی میان متغیرهای وابسته و سن و همچنین متغیرهای وابسته با یکدیگر محاسبه شد.

### بررسی تحلیلی

در این پژوهش به کمک روش تی مستقل تفاوت متغیرهای وابسته شامل اضطراب رقابتی و زیر متغیرهای جهت گیری ورزشی در دو دسته ورزشکاران تیمی و انفرادی مورد ارزیابی قرار گرفت که نتایج نشان دهنده این بود که میزان این متغیرها در گروه های ذکر شده تفاوت معناداری نداشته است (این نشان

که ارتباط همبستگی معکوس میان سن و میزان اضطراب رقابتی در حد متوسط ( $P < 0.1$  و  $R = 0.23$ ) نشان داده شده است.

در ادامه بین سن و مجموعه‌های رقابت طلبی، هدفمندی، پیروزی ارتباط معناداری بدست نیامد که به ترتیب  $r = -0.35$  و  $r = 0.88$  می‌باشد. ( $P > 0.3$ ).

در ادامه تجزیه و تحلیل همبستگی میان متغیرهای وابسته بیشترین همبستگی مربوط به دو متغیر پیروزی و اضطراب رقابتی بوده است که از نظر آماری معنادار نبوده است.

همبستگی میان اضطراب رقابتی و هدفمندی و همچنین رقابت طلبی وجود نداشته است.

همچنین ضریب همبستگی برای متغیرهای جهت گیری ورزشی (رقابت طلبی و پیروزی)  $r = 0.54$  رقابت طلبی و هدفمندی  $r = 0.8$  (هدفمندی پیروزی  $0.47$ ) با هر  $(0.001 < P)$  می‌باشد.

## بحث و بررسی

هدف این پژوهش بررسی ارتباط میان اضطراب رقابتی و جهت گیری ورزشی شامل رقابت طلبی، هدف گرایی و تمایل به پیروزی می‌باشد.

نتایج پژوهش نشان داد که تفاوت معناداری بین متغیرهای سن و اضطراب رقابتی وجود دارد و همین‌طور بین اضطراب رقابتی و هدفمندی و رقابت مندی نیز اختلاف معناداری وجود دارد.

نتیجه گیری این مطالعه نشان داد که بین سن و اضطراب رقابتی تفاوت معناداری وجود دارد که این نتیجه با تحقیق ۲۰۰۷ کمال گرایی همخوان می‌باشد و این نشان می‌دهد که با افزایش سن میزان اضطراب به علت بالا رفتن تجربه و تمرین و کاهش اهمیت رقابت برای آنها کاهش می‌یابد.

مطالعات قبلی نشان داد که اضطراب رقابتی در یک جمعیت دانشجویان ورزشکار رشته‌های انفرادی نسبت به رشته‌های تیمی بیشتر است و علت آن را نیازهای متفاوت یک ورزشکار انفرادی با ورزشکاران تیمی در زمینه آمادگی و مسؤلیت برای مسابقه در قالب و نتایج آن ذکر شده است

ورزشکاران انفرادی تمام مسؤلیت برد و باخت را از آن خود می‌دانند و به تنهایی این مسؤلیت را بر دوش می‌کشند اما در رشته‌های تیمی، مسؤلیت شکست بین ورزشکاران تیم تقسیم شده و هر بازیکن فرد دیگری را مسؤل باخت تیم می‌داند. در حالی که در این مطالعه تفاوتی میان اضطراب در ورزشکاران انفرادی و تیمی به دست نیامد و این موضوع برای متغیرهای جهت گیری ورزشی نیز در گروه‌های انفرادی و تیمی تفاوت نداشت. احتمالاً نتایج متفاوت ناشی از تفاوت در نمونه‌های مورد ارزیابی بوده است.

نتایج نشان داد که بین سن و هدفمندی و رقابت طلبی و پیروزی تفاوت معناداری وجود ندارد.

و دیگر اینکه بین جهت گیری ورزشی و رشته‌های تیمی و انفرادی اختلاف معناداری وجود ندارد این نتیجه با نتایج رضایی (۲۰۰۵) که جهت گیری ورزشی را در دانشجویان ورزشکار دانشگاه گیلان مورد مطالعه قرار داد همخوانی دارد.

آنها یافتند که فعالیت افراد تا حد زیادی تحت تاثیر باور آنها درباره نتایج احتمالی فعالیت قرار می‌گیرد به عبارت دیگر افرادی که نتایج را قابل دست‌یابی می‌دانند حتی اگر دست‌یابی به آن نتایج خیلی مشکل باشد بازم برای رسیدن به آنها تلاش بیشتری به کار می‌گیرند. همچنین از آنجائیکه توانایی تلاش برای موفقیت و ایستادگی در برابر شکست با جهت گیری ورزشی مرتبط است و از طرف دیگر، جهت گیری ورزشی از سه جزء رقابت طلبی، تمایل به پیروزی و هدف گرایی تشکیل شده است و نمرات این سه جزء در هر دو گروه با یکدیگر تفاوت ناچیزی داشتند. لذا تفاوت جهت گیری در بین این دو گروه از نظر آمار معنادار است.

## محدودیت ها و پیشنهادات

این مطالعه تعداد نمونه کمتری نسبت به مطالعات مشابه داشته است و همچنین از ابزارهای متعدد برای ارزیابی حالت های ذهنی و روانی ورزشکار استفاده نکرده است. مطالعه به صورت مقطعی بوده و مطابق با ویژگی‌های مطالعه نتیجه گیری قاطعانه مورد نظر نبوده و لذا پیشنهاد می‌شود مطالعات

طولی در جمعیت های بزرگتر و همچنین به کمک ابزارهای متفاوتی طراحی و اجرا شود.

## منابع

10. Grossbard JR & Smith RE & Smoll FL & Cumming SP (2009) competitive anxiety in young athletes: differentiating somatic anxiety, worry & concentration disruption *Anxiety Stress Coping*. Mar;22(2):153-66. doi: 10.1080/10615800802020643. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18937102>
11. Helmreich, R & Beane, W & Lucker, W & Spence, J (1978) Achievement motivation and scientific attainment. <https://doi.org/10.1177/014616727800400209>
12. Hanton, S & Thomas, O & Maynard, I. Competitive anxiety responses in the week leading up to competition: the role of intensity, direction and frequency dimensions. *Psychology of Sport and Exercise* Volume 5, Issue 2, April 2004, Pages 169-181
13. Joachim, S & Kathleen, O (2007) Perfectionism and competitive anxiety in athletes: Differentiating striving for perfection and negative reactions to imperfection. *Personality and Individual Differences* volume 42; pages 959-969
14. Jeffrey J- Martin & Diane L Gill (1998) sport-confidence, self-efficacy, Anxiety & performance. *Journal of Sport & Exercise Psychology* 13(2):149-159.
15. John, Lata (2006) An Analysis of goal achievement orientation and sport morality levels of division I-A non-reverence collegiate athletic. *degree of philosophy spring* (PP. 40-91).
16. Lavan, Williams (2000) *Psychological dynamic of sport and exercise human kinetics second Edition chapter 8, 103-125.*
17. Peter, Terry, Andrew, M. (2005) Revolution of validity of Revised competitive state anxiety Inventory. <https://core.ac.uk/download/pdf/11037781.pdf>
18. Ramezani Nezhad, R. (2005) Sport orientation of athletic students of Guilan University. *Movement Journal [In persion]*., no.26
19. Schmit, Richard & lee (2005) *Motor control & Learning* (204-205).
20. Sedarati, M. (2002) Comparison of competitive anxiety between male and female athletes in individual and team. Master thesis *[In persion]*. Faculty of Physical Education and Sport Sciences, Al-Zahra University
21. Stephen J Bull. (1991) *Sport Psychology: A Self-help Guide*. Aslanloo, P & Keshgar, S. (1998) *[In persion]*. Al-Zahra publication.
22. Voight, Mike (2003) Relationship between goal orientation, self-confidence & multidimensional
1. Abou Alghasemi, A & Kiamarsi, A & Ariapooran, S & Dartaj, F (2006) A survey on the relationship of role ambiguity, role conflict and competitive anxiety with sport performance and academic achievements in the athletes. Institute of Humanities and Cultural Studies *[In persion]*.
2. Bačanac, L & Milićević-Marinković, B & Kasum, G & Marinković, M. Competitive anxiety, self-confidence and psychological skills in top athletes with and without disabilities: Pilot study *Facta Universitatis, Series: Physical Education and Sport* <http://casopisi.junis.ni.ac.rs/index.php/FUPhysEdSport/article/view/398>
3. Bahram, A & Shafie Zade, M & Khalaji, H & Sanaatkaran, A. (2003) Determine the validity and reliability of the Athleticism Questionnaire. Institute of Physical Education and Sport Science *[In persion]*.
4. Bagherzade, F & Sheikh, M & Souri, R. (2005) The Effect of Winning and Losing and Goal Orientation on Self-Esteem in Football Players. *Movement Journal, no.23 [In persion]*.
5. Baljinder, S. (2014) Comparative study of competitive anxiety level between footballers & hockey player from G.H.G Khalsa college Gurusar Sadhar (Ludhiana) *International journal of research pedagogy and technology in education and movement sciences (IJEMS)*, volume 2, issue 04, pages61-69
6. Bandura, A(1997) ,self-efficacy. Toward theory of personality change. *Psychological Review*,84,191-215.
7. Elizabeth, Daniels(2005) The relation between sport orientation and athletic dentition among adolescent girl and boy ,department of psychology, University of California.
8. Finkberg, M & Dinucci, J (1998). Analysis of the Effect of Competitive Trait Anxiety on Performance in Taekwondo competition. <https://doi.org/10.2466/pms.1992.75.1.239>
9. Gill, D & Deeter, T (1988) Development of the Sport Orientation Questionnaire, *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 59:3, 191-202, DOI: 10.1080/02701367.1988.10605504

محبوبه غيور نجف آبادی، مریم رضایی آدریانی، محمد هادی رسالتی

[https://books.google.com/books/about/Foundations\\_of\\_Sport\\_and\\_Exercise\\_Psychology.html?id=0hlWuAEACAAJ](https://books.google.com/books/about/Foundations_of_Sport_and_Exercise_Psychology.html?id=0hlWuAEACAAJ)

Trait Anxiety among Mexican-American Female sports youth athlete, *Journal of sports Behavior*, 01627341, Sep. Vol, 23, Issue.

23. Weinberg, R & Gould, D. *Foundations of Sport and Exercise Psychology* (2018)

