

بررسی سبک‌های اسنادی دانشجویان ورزشکار و غیرورزشکار در موقعیتهای شکست و موفقیت در تکلیف شناختی

❖ دکتر حسن محمدزاده، استادیار گروه تربیت بدنی دانشگاه ارومیه

فهرست :

۹۷	چکیده
۹۸	مقدمه
۱۰۲	روش‌شناسی تحقیق
۱۰۳	یافته‌های تحقیق
۱۰۵	بحث و نتیجه‌گیری
۱۰۶	منابع و مأخذ

چکیده: هدف این پژوهش، بررسی سبک‌های اسنادی دانشجویان ورزشکار و غیرورزشکار در رویارویی با موفقیت و شکست هنگام اجرای تکلیف شناختی بود. به همین منظور، ۳۰ دانشجوی ورزشکار و ۳۰ دانشجوی غیرورزشکار به صورت گزینشی و نمونه‌گیری سیستماتیک انتخاب شدند. هر یک از گروه‌ها مجدداً به صورت تصادفی به دو گروه تقسیم و در یک طرح نیمه تجربی پس از آزمون سازماندهی شدند. تمام گروه‌ها، تکلیف شناختی جورچینی پازل تصویری را اجرا کردند. برای گروه‌های شکست، امکان چیدن کامل پازل به دلیل تعویض برخی قطعات آن وجود نداشت. سپس آزمودنی‌ها پرسشنامه‌های سببی گرینگون-راین (۲۰۰۰) را پر کردند. اطلاعات حاصل برای تعیین ابعاد سه گانه مرکز کنترل پایداری و عمومیت، با استفاده از آزمون واریانس عاملی تحلیل و بررسی شدند. براساس نتایج تحقیق، افراد ورزشکار در رویارویی با شکست در زمینه‌های غیرورزشی نیز دارای اسنادهای دورنی و ناپایداری بودند و احتمال موفقیت در آینده را غیرممکن نمی‌دانستند. بیشترین دلایل ارائه شده گروه ورزشکار غیرموفق به عاملهای دورنی و ناپایدار از جمله تلاش مربوط می‌شدند. گروه غیرورزشکار ناموفق، علت عملکرد خود را به عاملهای بیرونی و پایدار نسبت دادند. نهایتاً، نتایج نشان می‌دهند که شرکت در فعالیتهای ورزشی، سبب نوعی دید خوش‌بینانه به وقایع و امور غیرورزشی می‌شوند و اسنادهای فرد در قبال موفقیت و شکست در امور اجرایی برای بهبود عملکرد در آینده هستند.

واژگان کلیدی: اسنادهای سببی، موفقیت، شکست

مقدمه

افزایش روز افزون دانش بشری در زمینه آثار فعالیت جسمانی بر ویژگیهای ساختاری و عملکرد انسان آنچنان بر همگان روشن و آشکار شده است که به تمام اقشار جامعه، فعالیت جسمانی توصیه می‌شود. انسان موجود چند بعدی است و تشریح تأثیر و تأثر ابعاد جسمانی، روانی و اجتماعی چندان آسان نیست، اما این تعادل بر همگان اثبات و پذیرفته شده است (۱).

ارتباط سلامت جسمانی و روانی از جمله موضوعاتی است که روان‌شناسان و فیزیولوژیستهای ورزشی را بیش از پیش به همکاری واداشته و مبانی شاخه جدید فیزیولوژی روانی را فراهم کرده است. فعالیت جسمانی، سبب بهبود عملکرد روانی، ارتقای تواناییهای روانی و افزایش ظرفیت اجرا در موقعیتهای ورزشی می‌شود.

از طرف دیگر، بهبود عملکرد افراد ورزشکار مختص میدانهای ورزشی نمی‌شود. بهبود خود-پنداره^۱، عزت نفس^۲ و نیز ارتقای احساس اعتماد به نفس ناشی از موقعیتهای ورزشی، موجب می‌شود که این افراد در امور روزمره و زندگی عادی خود نیز موفق تر شوند و عملکرد بهتری را نشان دهند.

از جمله عاملهای روانشناختی که احتمالاً بر اثر شرکت مستمر در فعالیتهای جسمانی و ورزشی تغییر می‌یابند. اسنادهای سببی^۳ هستند. در حقیقت، شخص برای توجیه عملکرد در موقعیتی خاص می‌تواند به شیوه‌های اسنادی استناد و نتیجه را توجیه کند. طبق این نظریه، شیوه اسنادی بدبینانه یا منفی، استعداد و آمادگی بالاتری را برای درماندگی و یا نهایتاً افسردگی

دارد. در صورتی که شیوه اسنادی مثبت یا خوشبینانه، مصونیت بیشتری را در مقابل درماندگی و افسردگی ایجاد می‌کند (۲).

سلیگمن^۴ و همکارانش (۱۹۷۵)، سه بعد ساختاری مثبت و منفی اسنادها را توصیف کرده‌اند. ابعاد اول و دوم یعنی «پایدار-موقت»^۵ و «ویژه-عمومی»^۶، وقایع منفی زندگی و ناامیدی فرد را تشکیل می‌دهند. برای مثال، هنگام درک بسیار پایدار و عمومی یک واقعه منفی، احتمال بیشتری وجود دارد که فرد تلاش خود را بیهوده بداند و در نتیجه دچار ناامیدی شود. بعد سوم، «شخصی سازی»^۷ یا فردی سازی وقایع است، افرادی که وقایع منفی را درونی قلمداد می‌کنند، خودشان را «کم ارزش و بی استعداد» می‌دانند در صورتی که آن دسته از افرادی که وقایع را به متغیرهای بیرونی نسبت می‌دهند، ممکن است عزت نفس خود را از دست ندهند. شیوه اسنادی فرد در کودکی شکل می‌گیرد؛ معمولاً حدود ده سالگی که کودک شیوه‌ای خوشبینانه یا بدبینانه درباره دنیای خود دارد. این شیوه ریشه در شیوه اسنادی والدین (خصوصاً مادر) دارد، اما با انتقادات و یا تأثراتی از معلمان و اطرافیان دیگر تا حدی تغییر می‌کند (۱۰ و ۱۳).

زمانی که فرد مشکل غیرقابل حل را تجربه می‌کند، در می‌یابد که پاسخهای وی بی اثر است و از خود

1. Self-Concept
2. Self-esteem
3. Casual Attributions
4. Seligman
5. Persistent-Temporary
6. Specific-Global
7. Personalization

بعد مکان کنترل

بعد ثبات	پایدار	درونی	بیرونی
	ناپایدار	تلاش	سختی تکلیف

شکل ۱. ابعاد اسنادی مبتنی بر چهار گونه تبیین نتایج عملکرد

بیشترین توجه در ابعاد اسنادهای سببی، بر مکان کنترل متمرکز شده است. روتر^۱ (۱۹۶۶) از جمله افرادی است که در این باره مطالعات فراوانی داشته و نهایتاً پرسشنامه‌های برای تعیین مکان کنترل ارائه کرده است. روتر عقیده دارد، همه ما بر این باور هستیم که بر وقایع زندگی خود کنترل داریم و یا نیروهای خارجی مسیر زندگی ما را تعیین می‌کنند. در موقعیت اول، مکان کنترل درونی و در وضعیت دوم، کنترل بیرونی است. افراد با مکان کنترل درونی باور دارند که می‌توانند آینده خود را شکل دهند و اعمالشان نیز به این کار مؤثر است و این باور، باعث تقویت بعضی ارزشها در آنها می‌شود. افراد با کنترل بیرونی دقیقاً در نقطه مقابل قرار دارند و بیشتر امیدوارند که اوضاع از آنچه هست بدتر نشود (۱۴).

روزنهام^۲ و سلیگمن (۱۹۷۲) نشان دادند، مفاهیم قبلی در مورد ساختار اسنادهای درونی و بیرونی کافی نبوده‌اند و در برخی موارد نیز گمراه کننده هستند (۱۶). به همین منظور فریز^۳ و وینر (۱۹۷۱) عقیده دارند که علاوه بر بعد درونی و بیرونی، بعد پایداری و ناپایداری

می‌پرسد: علت درماندگی من چیست؟ اسناد سببی (توجهی) که فرد بیان می‌کند، تعیین کننده اساسی این مطلب است که ناکامی بعدی در آینده چه زمانی و کجا تکرار خواهد شد. اولین بعد شیوه‌های اسنادی، درونی و یا بیرونی بودن اسناد است. زمانی که فرد با مشکلات غیرقابل حل روبه‌رو می‌شود، در می‌یابد که پاسخ مؤثر نیست و حتی ممکن است تصور کند (خودش) ناتوان است، ولی مشکل قابل حل است یا اینکه مشکلات غیرقابل حل هستند. او ناتوان نیست و توان حل مشکل را دارد. توجه اول، درونی و توجه دوم، بیرونی است. زمانی که افراد در تکالیف مهمی شکست می‌خورند، برای ناکامی خود اسنادهای درونی می‌سازند و نتیجتاً عزت نفس آنها شدیداً تنزل می‌یابد و انفعالها ظاهر می‌شوند. اما زمانی که توجه ایشان بیرونی باشد، انفعالها صورت می‌گیرند، اما عزت نفس هنوز بالا است. بعد دوم، سنجش پایداری علت است. ممکن است که شخص عقیده داشته باشد، علت پایدار نیست و گذر است. مثلاً، نتیجه نامطلوب امتحان کلاسی را به بدخواهی شب قبل نسبت دهد که علتی موقتی و درونی است و یا به بدشانسی نسبت دهد که علتی موقتی و بیرونی است. بعد سوم و نهایی، موضوع عمومی - ویژه بودن علت است. شخص در مواجهه با ناکامی خود می‌گوید، عامل شکست او دلیلی است که در دامنه‌هایی از موقعیتهای باعث ناکامی او شده و یا فقط در موقعیت خاص و مشابه اثرگذار بوده است (۱۶ و ۱۷).

وینر^۴ (۱۹۷۲) اسنادها را به نوعی به ادراکات فرد از محیط مربوط می‌داند و به دو بعد مکان کنترل^۵ و پایدار نیز اشاره‌ای دارد. مکان کنترل، در حقیقت همان اسناد علت موفقیت یا شکست به عامل درونی یا بیرونی است. پایداری نیز اشاره به این دارد که عامل موفقیت ثابت و یا متغیر است (۵) (شکل ۱).

1. Weiner
2. Locus control
3. Rotter
4. Rosenbaum
5. Frize

نتایج نشان دادند که آثار درماندگی در گروه کنترل بیرونی، حتی در تکالیف بدون حل مسأله نیز وجود دارند (۷).

گیرنگون^۵، فلورانس^۶ و راین^۷ (۲۰۰۰) نیز تغییرات اسنادهای سببی ناشی از موفقیت، شکست، سنجش پایداری اجرا و انتظارات خود-کارآمدی را برای عملکرد تکلیف ثانویه، روی دانش آموزان دوره دبیرستان با استفاده از تکلیف تیراندازی با رایانه مطالعه کردند. نتایج نشان دادند، گروه موفقیت دارای انتظارات خود-کارآمدی بالاتری بود. همچنین، پایداری اجرای گروه شکست پایین تر از گروه موفقیت بود و درونی سازی علت شکست، همبستگی منفی با پایداری اجرای داشت. نتایج این تحقیق، گواهی بر مدعای تأثیر شکست ادراکی حرکتی بود (۹). جانسون و بیدل^۸ (۱۹۸۸) سبکهای اسنادی برای موفقیت و شکست را در تکلیف تعادلی بررسی کردند. آنها مشاهده کردند، کودکانی که به آسانی کار را رها می کردند، اظهارات منفی تری درباره خود داشتند و شکست را به فقدان توانایی و سختی تکلیف نسبت می دادند. اما افرادی که پایداری بیشتری از خود نشان دادند، اظهاراتشان در مورد راهبردهای عملکرد بود. نتایج مشابهی نیز در بررسیهای مربوط به دانش آموزان تربیت بدنی دوره متوسطه به دست آمد (مارتینیک^۹ و گریفیت^{۱۰}؛ ویلیامز، ۱۹۹۷). این مطالعات، ارتباطی میان ادراکات فرد از موفقیت، شکست و

نیز می توانند در تعیین اسنادها مؤثر واقع شوند. آنها با توجه به این دو بُعد، چهار عامل دیگر را در تعیین محل اسنادها پیش بینی کرده اند که عبارتند از: کوشش (درونی و ناپایدار)؛ توانایی (درونی و پایدار)؛ شانس (بیرونی و ناپایدار) و سختی تکلیف (بیرونی و پایدار) (۵).

نتایج مطالعه لوگینبول و کراو^۱ (۱۹۷۵) نشان دادند که تمایل استاد موفقیت به عاملهای درونی و ناپایدار بیشتر از شکست بود و تعامل قوی، تمایل به استاد موفقیت به شکست در مقابل توانایی، همچنین استاد شکست به فقدان توانایی در مقابل فقدان کوشش وجود دارد و نهایتاً عامل سختی تکلیف، اثرمعناداری در اسنادها نداشت (۱۱). کوهن^۲ (۱۹۹۵) تأثیر آموزشهای اسنادی نوجوانان ۱۲ تا ۱۶ سال را بررسی کرد. نتایج نشان دادند که آموزشهای اسنادی، موجب درونی تر شدن اسنادها و بهبود رفتار می شوند (۱۱). پزوتو^۳ (۱۹۹۵) تأثیر نوع مکان کنترل را بر رفتارهای ریسک پذیری بررسی کرد. نتایج نشان دادند که افراد با مکان کنترل درونی، ریسک پذیری بالاتری نسبت به گروه کنترل بیرونی از خود نشان می دهند (۱۵).

با توجه به نظریه اسنادهای سببی، زمانی که ناکامی به فقدان توانایی (علت درونی پایدار) نسبت داده شود، می توان انتظار ناتوانی کنترل را داشت که مشابه اعتماد به نفس پایین است. این وضعیت، شامل باوری است که فرد ظرفیت دستیابی به تکلیف معین را ندارد. وینر و آبرامسون (۱۹۸۵) بیان می دارند که اسنادهایی از قبیل فقدان توانایی و عنوان دلیل ناکامی، نه تنها به انتظارات ناکامی در آینده منجر می شوند، بلکه این عواطف منفی شدید، احساس توانایی را نیز تهدید می کنند. کوهن و فیلیپز^۲ (۱۹۷۶) آثار متقابل درماندگی و تکلیف مورد استفاده برای آزمون را روی افراد، با امکان کنترل درونی و بیرونی بررسی کردند.

1. Loghinbul&Crow
2. Cohen
3. Pezotto
4. Philipset
5. Gernigon
6. Fleurance
7. Raine
8. Jhonson & Biddle
9. Martinek
10. Griffith

مکان کنترل				
درونی			بیرونی	
توانایی کنترل	پایدار	ناپایدار	پایدار	ناپایدار
قابل کنترل	تلاش پایدار	کوشش ناپایدار	تلاش پایدار دیگران	تلاش ناپایدار دیگران
غیر قابل کنترل	توانایی	خلق و خوی	دشواری تکلیف	شانس

شکل ۲. ابعاد سه گانه سببی از دیدگاه وینر

ارتباط مثبت این عاملها می شود و شکست، این رابطه را به همبستگی منفی سوق می دهد (۴).

نتایج این تحقیق، از یافته های محققانی چون آلدن^۳ (۱۹۸۶)، دن بوئر^۴، هاسپرز^۵ (۱۹۹۱) مبنی بر ارتباط میان تأثیر موفقیت و شکست در ثبات اسنادها و انتظارات خود - کارآمد حمایت می کنند که در زمینه تکالیف غیر ورزشی هستند (۶).

والتسون^۶ (۱۹۹۹) ارتباط معناداری میان مرکز کنترل و آمادگی قلبی عروقی مشاهده کرد. مطالعات او نشانگر ارتباط رفتارهای سلامتی و آمادگی قلبی - عروقی به صورت همبستگی مثبت و متقابلاً، رفتارهای خطرزا مانند چاقی و مصرف سیگار به صورت همبستگی منفی با شیوه های اسنادی بودند (۱۹).

به عقیده مکالی و دانکن^۷ (۱۹۸۹) اسناد موفقیت به علل درونی موجب حس رضایت و افتخار، اما اسناد موفقیت به علل بیرونی فقط باعث رضایت سطحی می شود. در مقابل، اسناد شکست به عاملهای درونی

اسنادهای ایشان نشان می دهد (۱). به عقیده وینر (۱۹۷۱) موفقیت و شکست براساس چهار عامل، درک و تبیین می شود که بدین قرارند: توانایی، تلاش، شانس و سختی تکلیف. نکته مهم این است که محتوای تبیینها بر عواطف ورزشکار و سطح عملکردشان در آینده اثر می گذارد. اگر ابعاد ثابت و مکان کنترل اسنادها را با چهار عامل تبیین موفقیت و شکست پیامیزیم، می توانیم به الگویی برای تعیین اسنادهای ورزشکار برای عملکرد دست یابیم. وینر بعد توانایی کنترل را نیز به ابعاد دوگانه قلبی اضافه کرد تا بین عاملهای درونی اما نه خیلی قابل کنترل از قبیل استعداد یا توانایی ذاتی و عاملهای درونی و قابل کنترل مانند تلاش شخصی تمایز قائل شود (شکل ۲).

مکالی^۱ (۱۹۸۵) دریافت که موفقیت ادراک شده، پیش بینی کننده بهتری از موفقیت عینی برای اسنادهای درونی، پایدار و قابل کنترل به شمار می رود. باند و بیدل^۲ (۲۰۰۱) به مطالعه ارتباط متقابل اسنادهای سببی و انتظارات خودکارآمد تحت تأثیر متغیرهای شکست و موفقیت در بازیکنان گلف پرداختند. نتایج نشان دادند که رابطه بین انتظارات خود کارآمد و اسنادهای تحت تأثیر ادراکات فرد مبنی بر موفقیت یا شکست در عملکرد و موفقیت، موجب

1. Mcauley
2. Bond & Biddle
3. Alden
4. Den boer
5. Hoppers
6. Waltson
7. Duncan

به چهار گروه آزمودنی طرح تحقیق حاوی پس آزمون سازماندهی شدند. آزمودنیها پس از انجام تکلیف جورجینی پازل تصویری، پرسشنامه اسنادهای سببی گزینگون و رایین (۲۰۰۰) را تکمیل کردند. گروههای موفقیت توانستند در زمان مقرر، پازل را تکمیل کنند، اما گروههای شکست به دلیل تعویض برخی قطعات پازل موفق نشدند در موعد مقرر پازل را تکمیل کنند. از این رو، به آنها گفته شد که در انجام تکلیف مورد نظر ناکام بوده‌اند.

متغیرهای تحقیق

متغیرهای مستقل تحقیق بدین قرار بودند: موقعیتهای شکست و موفقیت در تکلیف شناختی به عنوان متغیرهای مستقل؛ تغییرات شیوه‌های اسنادی به عنوان متغیر وابسته؛ ورزشکار و غیرورزشکار بودن افراد به عنوان متغیرهای تعدیل کننده.

ابراز جمع آوری اطلاعات

برای جمع آوری اطلاعات مورد نظر، از پرسشنامه اسنادهای سببی گزینگون و رایین (۲۰۰۰) استفاده شد. پرسشنامه شامل نه سؤال دو وضعیتی بود که در دو انتهای یک پیوستار فرض شده بود. سوالات یک، پنج و هفت پرسشنامه، مرکز کنترل را می‌سنجد، سوالات سه، شش و هشت نیز میزان پایداری و سوالات دو، چهار، و نه به سنجش عمومیت علت می‌پردازد.

ابزار آماری

برای بررسی تفاوت احتمالی بین میانگینهای گروه‌ها، از آزمون تحلیل واریانس عاملی (MONOVA) در یک طرح (۲×۲) استفاده شد.

موجب احساس گناه و اسناد آن به عاملهای بیرونی موجب خشم و شگفتی می‌شود. این محققان با بررسی آثار موفقیت و شکست بر پاسخهای عاطفی و اسنادها متوجه می‌شوند، آن دسته از آزمودنیها که با انتظارات عملکرد پایین به نتایج موفقیت آمیزی که دست یافته بودند، عواطف مثبتی را نشان دادند و اسنادهای ایشان پایدارتر بود. اما آن دسته از آزمودنیها با انتظارات عملکرد پایین به نتایج موفقیت آمیزی دست یافته بودند، عواطف مثبتی را نشان دادند و اسنادهای ایشان پایدارتر بود. اما آن دسته از آزمودنیها با انتظارات بالا در مواجهه با شکست، عواطف منفی شدیدی را بروز دادند (۱).
چیس^۱ (۲۰۰۱) تأثیر سن، جنس و انتظارات خود کارآمدی را بر اسنادهای سببی کودکان در مواجهه با شکست در اجرای مهارتهای ورزشی مطالعه کرد. نتایج نشان دادند، اگر کودکان در کسب مهارت احساس ناکامی کنند، فعالیت را متوقف می‌کنند، اما اگر احساس کنند که توانایی کسب موفقیت را برخلاف ناکامی اخیر دارند، به فعالیت خود ادامه می‌دهند (۳).

روش شناسی تحقیق

پژوهش حاضر از نوع نیمه تجربی بود و محقق در پی تعیین آثار فعالیت جسمانی منظم بر اسنادهای سببی، پس از رویارویی با موقعیت شکست و موفقیت در تکلیف شناختی بود. جامعه آماری این پژوهش را ۲۵۰ نفر از دانشجویان ورزشکار اعزامی به مسابقات المپید سراسری دانشجویی تشکیل دادند که از میان آنها، ۳۰ نفر به صورت گزینشی انتخاب شدند. همچنین، از میان جامعه دانشجویان غیرورزشکار نیز ۳۰ نفر با استفاده از روش نمونه گیری منظم و به منظور تعدیل آثار احتمال متغیرهای مخمل، به صورت گروههای جفت شده انتخاب شدند. هر یک از گروهها به صورت تصادفی به دو گروه پانزده نفره تقسیم

1. Chiss

افراد ورزشکار و غیر ورزشکار بود. اسنادهای سببی گروههای آزمودنی و ابعاد سه گانه آن به ترتیب در جدول و نمودار ۱ آمده اند.

۱. نتایج تحلیل واریانس عاملی، تفاوت معناداری را در میانگین عامل مرکز کنترل گروههای تحقیق نشان داد ($PV = ۰,۴۹$). در بررسی محل تفاوت

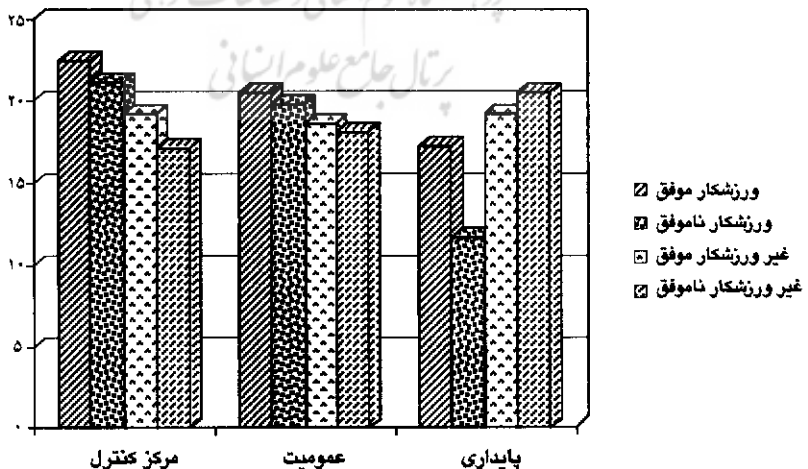
ضابطه تصمیم گیری با اطمینان ۹۵٪ و آلفای بحرانی ۰۰۵٪ اخذ شد.

یافته های تحقیق

هدف از این پژوهش، تعیین آثار ناشی از رویارویی با موفقیت و شکست در تکلیف شناختی

جدول ۱. نتایج تعیین ابعاد اسنادی گروههای تحقیق

گروه	آماره		مرکز کنترل		عمومیت		پایداری	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
ورزشکار موفق	۲۲/۵	۴/۳	۲۰/۵	۳/۸	۱۷/۲	۵/۹		
ورزشکار ناموفق	۲۱/۲	۳/۹	۱۹/۸	۲/۶	۱۱/۶	۵/۱		
غیر ورزشکار موفق	۱۹/۲	۵/۶	۱۸/۶	۴/۱	۱۹/۲	۴/۴		
غیر ورزشکار ناموفق	۱۷/۱	۴/۳	۱۸/۱	۳/۶	۲۰/۵	۳/۹		



نمودار ۱. مقایسه ابعاد اسنادی گروههای تحقیق

مشخص شد، تفاوت بین گروهی گروههای ورزشکار ناموفق و غیرورزشکار ناموفق معنادار بود ($PV=0,09$).

۴. بررسی دلایل ارائه شده از گروههای آزمودنی براساس الگوی وینر نشان داد، ۷۳٪ از گروه ورزشکاران موفق عامل موفقیت خود را درونی، ناپایدار و قابل کنترل می دانستند در صورتی که در گروه غیرورزشکاران موفق، این میزان فقط ۴۶٪

بین گروهی، تفاوت میانگین گروههای ورزشکار موفق و غیرورزشکار موفق و ناموفق، به ترتیب با $PV=0,003$ و $PV=0,009$ معنادار بود.

۲. تفاوت معناداری در میانگین عامل عمومیت گروههای آزمودنی مشاهده نشد.

۳. در مورد عامل پایداری، تحلیل واریانس عاملی نیز تفاوت معناداری را در میانگین گروههای آزمودنی نشان داد. با استفاده از آزمون تعقیبی

جدول ۲. توزیع اسنادهای سببی گروههای آزمودنی بر اساس الگوی وینر

ابعاد اسنادی بر اساس الگوی وینر			درصد	افراد	علت عملکرد	گروه آزمودنی
توانایی کنترل	پایداری	مرکز کنترل				
قابل کنترل	ناپایدار	درونی	۷۳/۲٪	۱۱	اعتماد به نفس	ورزشکار موفق
غیر قابل کنترل	ناپایدار	بیرونی	۲۶/۶٪	۴	سادگی تکلیف	
قابل کنترل	ناپایدار	درونی	۵۳٪	۸	خستگی	ورزشکار ناموفق
قابل کنترل	ناپایدار	درونی	۳۳٪	۵	کم دقتی	
غیر قابل کنترل	پایدار	بیرونی	۱۳/۳٪	۲	تازگی تکلیف	
قابل کنترل	ناپایدار	درونی	۴۶/۶٪	۷	اعتماد به نفس	غیر ورزشکار موفق
غیر قابل کنترل	ناپایدار	بیرونی	۴۰٪	۶	سادگی تکلیف	
غیر قابل کنترل	ناپایدار	بیرونی	۱۳٪	۲	شانس	
غیر قابل کنترل	ناپایدار	بیرونی	۶۰٪	۹	تازگی تکلیف	غیر ورزشکار ناموفق
قابل کنترل	ناپایدار	درونی	۳۳٪	۵	خستگی	
غیر قابل کنترل	ناپایدار	درونی	۱۶٪	۱	بیماری	

ناپایدار نمی‌دانند. گروه ورزشکاران ناموفق نیز برخلاف ناکامی در تکلیف حاضر، عامل شکست خود را درونی، ناپایدار و قابل کنترل دانستند و امکان موفقیت خود را در آینده با تغییر رفتار ممکن می‌دانند و از نظر عاطفی و هیجانی دچار کاهش عزت نفس یا عواطف منفی نشدند که این نتایج، با یافته‌های کوهن و فیلیس (۱۹۷۶) مطابق دارد. در مقابل، بیش از نیمی از گروه غیرورزشکاران ناموفق، عامل ناکامی خود را به عاملهای بیرونی و پایدار نسبت دادند و احتمال موفقیت خود را در آینده با این شیوه اسنادی ضعیف می‌دانند و به نوعی در حل آن احساس درماندگی کردند. که این نتایج، با یافته‌های افرادی چون باند و بیدل (۲۰۰۱) منطبق است.

شرکت دراز مدت در فعالیتهای ورزشی، موجب بهبود سیستم قلبی-عروقی و سلامت جسمانی و نهایتاً باعث بهبود شیوه‌های اسنادی و خوش بینی فرد در مقابل موفقیت و شکست در مسائل روزمره می‌شود. این موضوع با یافته‌های والتسون (۱۹۹۹) مطابق است (۱۹).

بود و حدود ۵۳٪ از آزمودنیهای این گروه موفقیت خود را به عاملهای بیرونی، ناپایدار و غیرقابل کنترل نسبت داده بودند.

۵. در گروه ورزشکاران ناموفق، ۸۶٪ از افراد عامل شکست خود را به عاملهای درونی، ناپایدار و قابل کنترل نسبت دادند، در صورتی که در گروه غیرورزشکاران ناموفق، ۶۰٪ از افراد عاملهای ناکامی خود را بیرونی، پایدار و غیرقابل کنترل و فقط ۳۹٪ از آنها علت عملکرد خود را درونی، ناپایدار و قابل کنترل دانستند.

بحث و نتیجه گیری

نتایج این تحقیق با یافته‌های بسیاری از محققان همسو هستند (۳، ۴، ۸). افراد ورزشکار، برای موفقیت خود در زمینه‌های غیرورزشی نیز شیوه‌های اسنادی درونی و پایداری ارائه می‌دهند که از احساس شایستگی و اعتماد به نفس ایشان در عملکرد ناشی می‌شود و موفقیت خود را مرهون عاملهای خارجی و

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
رتال جامع علوم انسانی

منابع و مأخذ

۱. آنتشل، مارک-اچ. (۱۳۸۰). روان‌شناسی ورزش از تئوری تا عمل، مترجم: مسدد، علی‌اصغر، انتشارات اطلاعات، تهران.

۲. طاهرپور، فیروزه. (۱۳۷۳). تأثیر نوع اسناد بر مصونیت در برابر درماندگی آموخته شده، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.

3. Chase, Melissa A. (2001), "Children's Self-efficacy, Motivational Intetion and Attribbtions in Physical Educttion and Sport, Research Quarterly for Exercise and sport. 72(1): 47-54.

4. Bond.ketherine, A. Bidle. Stuart. (2001). "Self-Efficacy and Casul Attribution in Female Gollfers." Int. Journal of Sport Psychology. 32:243-256.

5. Biddle. Stuarts, Kenneth R. (2001). "Physical Activity and Psychological Well Being." Routledg. Londin: 89-95.

6. Biddle. Stuarts, Mutrie. Nawnett. (2001). "Psychology of physical Activity." Routledge London.

7. Cohen. Sheldon, Rothbart. Myron. (1976). "Locus of control and the Generality of learned Helplessness in Hunans." Journal of personality and social psychology. 34(6): 1049-1056.

8. Fink. Dustin, Johnson. ML. (2001). "Correlation Between State Anxiety and Locus of Control." Research Quarterly for Exercise and Sport. Supplement. 72(1): A87.

9. Gernigon. Ghristophe. Fleurance, Philipe. (2000). "Effects of uncontrollability and Failure on the develoment of learned helplessness in perceptual-Motor tasks, Research Quarterly for Exercise and Sport. 71: 44-54.

10. Gordon, Robert. (1996). "Learned Helplessness and School Failure". LDA-CA Bookstore. www. Amazon.com

11. Kenney. Michelle. (1995). "The effect of Attribution Retraining of Locus of Control and Behavior". www.auc.ca.

12. Luginbuhl. James, Crowe, Donald. (1975). "Casual Attributions for Success and Failure", Journal of Personality and Social Psychology". 31: 86. 93.

13. Nicki. G. Arnold. (1977). "Learned Helplessness and Children with Disabilitis." National Center For Learning Disabilities. WWW. Nickyhayes. Co. Uk.

14. Oliver. Robert W. (1993). "Psychology and Health care", WB Saunders. Lonon. 54.

15. Pezzutto, Laine (1995). "Interactive effect of trait locus of control and situational Contingency of Risk Taking". WWW. Auc.ca.

16. Rosenbaum, M. (1999). "Learned Optimism", Knopf Pub. USA.

18. Silva. John M, Weinberg. Roberts, (1984). "Psychological Foundation of Sport. "Human Kinetics.

19. Waltson Frank. (1999). "Locus of Control and Cardiovascular Health. -WWW.Work health.org.