

تأثیر برنامه‌های آماده سازی معلمان ورزش در ایجاد رضایت و انسجام تیمی دانش آموزان دختر تیم‌های والیبال مقطع متوسطه شهر بیرجند

*فهیمة ایمانیور^۱، دکتر محمد کشتی‌دار^۲، دکتر احمد خامسان^۳، دکتر جعفر خوشبختی^۴

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۸۸/۷/۲۶ تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۸۹/۸/۲۲

چکیده

هدف از این تحقیق، بررسی تأثیر برنامه‌های آماده سازی معلمان ورزش در ایجاد انسجام تیمی و رضایت دانش آموزان دختر تیم‌های والیبال مدارس بیرجند و همچنین بررسی رابطه بین سابقه تدریس مربی و میزان تأثیر برنامه آماده سازی بر انسجام تیمی و رضایت دانش آموزان است. روش پژوهش شبه آزمایشی است و جامعه آماری از دانش آموزان دختر ۱۹-۱۴ ساله مقطع متوسطه شهر بیرجند تشکیل می‌شد که عضو تیم والیبال مدارس بودند که دوره آماده سازی را برگزار کرده بودند. از میان آنها ۱۱۵ دانش آموز به صورت تصادفی، به عنوان گروه نمونه انتخاب شدند. شرکت کنندگان پرسشنامه‌های انسجام تیمی (GEQ) کارون، ویدمی‌یر و برولی (۱۹۸۸) و رضایت ورزشکار (ASQ) رایمر و چلادورای (۱۹۹۸) را تکمیل کردند. پرسشنامه GEQ شامل ۱۸ سؤال است و انسجام تیمی را اندازه‌گیری می‌کند. پرسشنامه ASQ نیز با ۱۴ سؤال، رضایت ورزشکار را اندازه‌گیری می‌کند. ثبات درونی پرسشنامه‌ها به ترتیب ۰/۷۱ و ۰/۸۸ گزارش شده است. روایی صوری آنها نیز به دست آمده است. دانش آموزان، قبل و بعد از برنامه‌های آماده سازی، این پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون t همبسته (وابسته)، همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام استفاده شد. نتایج نشان می‌دهد بین سابقه تدریس مربی و میزان تأثیر برنامه آماده سازی بر رضایت ورزشکار، رابطه وجود دارد ($r = 0/207, p < 0/05$). همچنین بین خرده‌مقیاس‌های آزمون انسجام تیمی و رضایت ورزشکار، قبل و بعد از دوره‌های آماده سازی، رابطه وجود دارد. این رابطه برای دو خرده‌مقیاس کوشش فردی نسبت به تکلیف گروه و انسجام گروهی در تکلیف معنی‌دار است (به ترتیب قبل و بعد از دوره‌ها $B = 0/725, p < 0/001$ و $B = 1/027, p < 0/001, B = 0/602$ ، ولی برای دو خرده‌مقیاس دیگر یعنی کوشش فردی نسبت به گروه، از لحاظ اجتماعی و انسجام گروهی از لحاظ اجتماعی معنی‌دار نیست. نتایج، تفاوت معنی‌داری بین انسجام تیمی دانش آموزان و رضایت آنان، قبل و بعد از

۱. کارشناس ارشد تربیت بدنی عمومی

۲، ۳، ۴. استادیار دانشگاه بیرجند

برنامه‌های آماده سازی نشان نداد ($t = 0/698, p < 0/05$) و ($t = 0/041, p < 0/05$). همچنین بین سابقه تدریس مربی و میزان تأثیر برنامه آماده سازی بر انسجام گروهی، رابطه معنی داری وجود ندارد ($r = 0/059, p < 0/05$). به طور کلی، نتایج این پژوهش نشان می‌دهد دوره‌های آماده سازی مربیان، مطلوب و تأثیرگذار نبوده و تغییری در سطوح انسجام تیمی و رضایت دانش‌آموزان ایجاد نکرده است. برگزاری کلاس‌های آموزشی برای معلمان، به منظور بالا بردن سطح اطلاعات آنها در زمینه شیوه‌های مناسب آموزش و ایجاد رضایت در دانش‌آموزان مفید به نظر می‌رسد.

کلیدواژه‌های فارسی: انسجام تیمی، رضایت دانش‌آموز، برنامه‌های آماده‌سازی.

مقدمه

علم روان‌شناسی ورزش به طور فزاینده‌ای، نظر پژوهشگران و مربیان ورزش را به خود جلب کرده است. این علم، رفتار انسان را در سه منبع اصلی ورزشکار، مربی و محیط مطالعه می‌کند (۱). یکی از موضوعات روان‌شناسی ورزش، همبستگی تیمی یا «با هم بودن» اعضای گروه است که مبحث مرتبط با محیط است.

مربیان کارآمد تلاش می‌کنند تا جو تیمی را به گونه‌ای تقویت کنند که ورزشکاران از تلاش‌ها و عملکردهای یکدیگر حمایت دوجانبه نموده، احساس رضایت گروهی داشته باشند و از بودن در تیم احساس افتخار کنند (۲). همبستگی تیمی قوی، تعهد ورزشکار را به حداکثر تلاش برای برآوردن نیازهای تیمی تقویت می‌کند (۳). انسجام و وحدت گروهی، جذابیت و احساس کارآمدی به وجود می‌آورد. انسجام باعث کاهش تنش گروه می‌شود و در نتیجه، همه افراد می‌توانند نقش خود را در گروه به خوبی انجام دهند (۴). از سوی دیگر، نداشتن انسجام، در فرد ابهام و اضطراب ایجاد می‌کند و عملکرد او را به صورت منفی تحت تأثیر قرار می‌دهد (۵). گروه‌های منسجم‌تر، رضایت اعضایی را فراهم می‌کنند که ممکن است احساس وفاداری و تعهد زیادی به گروه داشته باشند (۶).

رابرتس، اسپینک، و پمبرتن^۱ (۱۹۹۹)، می‌گویند: «با توجه به اهمیت انسجام، گمان می‌کنیم معنای این واژه را فهمیده‌ایم، ولی تاکنون معنای دقیق آن درک نشده است» (۷). به طور غیررسمی، مربیان و ورزشکاران، انسجام تیمی^۲ را با هم بودن، اتحاد تیمی، روحیه و حس کار تیمی می‌نامند (۸). یکی از اولین تعریف‌های رسمی مفهوم انسجام توسط فستینگر، اسکاتر و بک^۳ (۱۹۵۰)، به این صورت ارائه شد: «انسجام، میدان کلی زورآزمایی اعضا برای ماندن در تیم

1. Roberts, Spink & Pemberton

2. Team cohesion

3. Festinger, Schacter & Back

است» (۹)، اما تعریف جامع‌تر انسجام تیمی توسط کارون، برولی و ویدمی^۱ در سال ۱۹۹۸ بیان شد. با توجه به این تعریف، انسجام تیمی فرآیند پویایی است که تمایل گروه را برای به هم چسبیدن^۲ و در کنار هم ماندن، به عنوان یک واحد به منظور تعقیب اهداف یا ایجاد رضایت اعضا به وسیله ارضای نیازهای واقعی آنها منعکس می‌کند (۱۰).

هاگستورم و سلوین^۳ (۱۹۶۵)، میکالاکي^۴ (۱۹۶۹) و پترسون و مارتنز^۵ (۱۹۷۲) نشان دادند انسجام گروهی، حداقل دو بُعد مجزا و مستقل دارد. یکی از این ابعاد با کشش بین فردی^۶ ارتباط دارد و انسجام اجتماعی^۷ نامیده می‌شود. انسجام اجتماعی، میزان علاقمندی اعضای تیم تیم به همدیگر و لذت بردن از همنشینی با یکدیگر است. دومین بُعد اصلی انسجام تیمی، انسجام تکلیف^۸ نام دارد. انسجام تکلیف، میزان همکاری اعضای گروه با یکدیگر برای رسیدن به تکلیف ویژه و مشخصی است که با هدف تیم یا گروه همخوانی دارد. به طور قطع، دست‌کم دو بعد اصلی برای انسجام تیمی وجود دارد، اما یوکلسون، وینبرگ و جکسون^۹ (۱۹۸۴) و (۱۹۸۳)، نشان دادند که ممکن است انسجام چهار بعد داشته باشد (۱۱). کارون و همکارانش (۱۹۹۸)، نیز چهار بعد را برای انسجام پیشنهاد کردند. این ابعاد شامل یکپارچگی گروهی - تکلیف^{۱۰} (GI-T)، یکپارچگی گروهی - اجتماعی^{۱۱} (GI-S)، کشش فردی به گروه - تکلیف^{۱۲} (ATG-T) و کشش فردی به گروه - اجتماعی^{۱۳} (ATG-S) می‌باشند (۹). سه نتیجه مهم انسجام تیمی از نظر کارت‌رایت^{۱۴} عبارتند از: موفقیت تیمی^{۱۵}، عملکرد تیمی^{۱۶} و رضایت تیمی^{۱۷} (۱۱). در مورد رضایت تیمی، کارون (۱۹۸۴) می‌گوید: «در حالی که انسجام

1. Carron, Brawley & Widmeyer
2. Stick together
3. Hagstorm & Selvin
4. Mikalachi
5. Peterson & Martens
6. Individual attraction
7. Social cohesion
8. Task cohesion
9. Yukelson, Weinberg & Jackson
10. Group integration- task
11. Group integration- social
12. Attraction to group- task
13. Attraction to group- social
14. Cartwright
15. Team success
16. Team performance
17. Team satisfaction

ساختاری گروهی است، خشنودی ساختاری فردی است». بررسی نوشته‌های علمی کارون نشان می‌دهد ارتباط مثبت قوی‌ای بین انسجام و خشنودی وجود دارد (۲). ویلیامز و هاکر^۱ (۱۹۸۲)، (۱۹۸۲)، تلاشی جدی برای آزمایش رابطه بین انسجام، عملکرد و رضایت به کار بستند. آنها نتیجه گرفتند که موفقیت، عملکرد و انسجام به رضایت بیشتر منجر می‌شود، اما رضایت به هیچ کدام از آنها منجر نمی‌شود. از نظر آنها موفقیت به افزایش انسجام و رضایت بیشتر و افزایش انسجام به رضایت بیشتر منجر می‌شود (۱۲)؛ بنابراین می‌توان به ارتباط مثبت بین انسجام گروهی و رضایت ورزشکاران از حضور در تیم پی برد. از سوی دیگر، انسجام گروهی و عملکرد، همچنین انسجام گروهی و موفقیت ارتباط مثبت و معنی‌داری با هم دارند. پژوهشگران زیادی به بیان این ارتباط پرداخته‌اند، اما باید گفت یافته‌های تحقیقات درباره ارتباط انسجام و موفقیت تیم، دوپهلو هستند. برخی پژوهشگران پی برده‌اند انسجام با موفقیت تیمی ارتباط دارد (۱). نیکسون و و مارتنز^۲ (۱۹۹۸) ارتباط بین انسجام و عملکرد تیم‌ها را مثبت اعلام کردند. (۱۳)، اما پژوهشگران دیگر دریافته‌اند موفقیت ارتباطی با انسجام ندارد (۱).

علاوه بر مطالب بیان شده، باید گفت آموزش‌ها و تمرینات مختلف هم می‌تواند بر انسجام و در نهایت بر رضایت مؤثر باشد. بویل^۳ (۲۰۰۳)، تأثیر تمرینات سخت را روی افزایش انسجام تیمی و مهارت‌های روان‌شناختی در بین بازیکنان نخبه نت بال، طی یک فصل بررسی کرد. نتایج نشان داد در سه بعد از چهار بعد انسجام تیمی یعنی ATG-T، ATG-S، ATG-T تفاوت معنی‌داری بین گروه‌های کنترل و آزمایش وجود دارد. همچنین برنامه تمرین سخت، تأثیر زیادی بر انسجام تیمی داشته است. آلن^۴ (۱۹۹۶)، تأثیر برنامه تمرین سخت را روی انسجام تیمی ۹۰ نفر از اعضای تیم فوتبال بانوان دانشگاه کانادا بررسی کرد. نتایج نشان داد به همان اندازه که ارتباط و اعتماد پیشرفت کرده است، انسجام تیمی هم افزایش یافته است. نتایج تحقیق می‌یر و وینگر^۵ (۱۹۹۸)، افزایش انسجام تیمی، به ویژه انواع اجتماعی را در تیم تنیس دختران دبیرستانی نشان داد (۱۴). مکین تایر، استروبل، هانر، کانینگام و تدرو^۶ (۲۰۰۲)، تحقیقی درباره تأثیر آموزش کار تیمی بر پایه تئوری^۷ را روی انسجام و عملکرد تیمی اجرا

-
1. Williams & Hacker
 2. Nixon & Martens
 3. Boyle
 4. Allain
 5. Meyer & Wenger.
 6. McIntyre, Strobel, Hanner, Cunningham & Tedrow.
 7. Theory- based teamwork training

کردند. محققان از طرح پیش‌آموزش^۱، پس‌آموزش^۲ و پس از پس‌آموزش^۳ برای تعیین تأثیر آموزش روی انسجام تیمی استفاده کردند. نتایج نشان داد آموزش‌ها باعث افزایش انسجام تیمی می‌شود (۱۵).

نتایج تحقیق ایز، لاگید و هاردی^۴ (۲۰۰۷)، نشان داد بازیکنانی که هر سه درجه کارکرد رهبری نتایج تحقیق ایز، لاگید و هاردی^۴ (۲۰۰۷)، نشان داد بازیکنانی که هر سه درجه کارکرد رهبری را دریافت کردند، از عملکرد تیم راضی‌تر بودند و این عامل، در مقایسه با بازیکنانی که درجه‌های کمتری را تجربه کرده‌اند، تیم‌ها را یکپارچه‌تر کرده است (۱۶). کارون و اسپینک^۵ (۱۹۹۳) پژوهشی انجام دادند تا تعیین کنند که آیا انسجام می‌تواند از طریق برنامه‌مداخله‌ای روان‌شناختی که بر مفاهیم تیم‌سازی تأکید دارد، در کلاس‌های آمادگی جسمانی افزایش یابد. شرکت‌کنندگان در کلاس‌های ایروبیک دانشگاه به‌طور تصادفی به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند و استراتژی‌های تیم‌سازی در کلاس‌های آزمایشی به‌کار گرفته شد. آنالیز داده‌ها نشان داد شرکت‌کنندگان در شرایط آزمایش (تیم‌سازی)، در مقایسه با شرکت‌کنندگان در شرایط کنترل، کشش فردی بیشتری به کار گروهی (ATG-Task) دارند؛ به عبارت دیگر انسجام کاری بیشتری دارند. همچنین آزمون T نشان داد برنامه‌تیم‌سازی به‌طور چشمگیری رضایت فردی را افزایش می‌دهد. محققان نشان دادند هر گاه فرد انسجام گروهی بیشتری ادراک کند، رضایت او از تجربه فعالیت بدنی نیز بیشتر است (۱۷). با توجه به این که رابطه بین انسجام تیمی و رضایت ورزشکار با عملکرد و موفقیت تا حدی مشخص گردید، ضرورت و اهمیت بررسی انسجام تیمی و رضایت ورزشکار، بعد از دوره‌های آماده‌سازی معلمان دوچندان به نظر می‌رسد.

تحقیقات اخیر کمتر به بررسی انسجام گروهی و رضایت در مدارس و در میان دانش‌آموزان، به‌ویژه دختران پرداخته‌اند. از این نظر، تحقیق حاضر دارای رویکرد جدیدی است. با توجه به این که برخی افراد مستعد در مقاطع تحصیلی مختلف ممکن است به دلیل رفتار نامناسب مربی از ادامه ورزش خودداری کنند و در نتیجه، استعدادهایی که پشتوانه ورزش کشور هستند، از صحنه رقابت خارج شوند؛ ایجاد محیطی امن و به دور از تنش و اضطراب، ضروری به نظر می‌رسد.

-
1. Pre-training.
 2. Post-training.
 3. Post-post-training.
 4. Eys, Loughead & Hardy
 5. Carron & Spink

با توجه به این که هر گروهی برای رسیدن به اهداف خود نیازمند کار مجموعه‌ی اعضای گروه است و به علاوه، رضایت یا غرور بازیکن از اجرای بازی، برابر یا حتی مهم‌تر از موفقیت یا شکست تیم است و با اشاره به این که توجه به بهداشت روانی محیط‌های آموزشی، به‌ویژه مدارس، نگرشی بنیادی در اصول برنامه‌ریزی آموزشی محسوب می‌شود و از این نظر، عملکرد معلم به عنوان رهبر گروه نقش مهمی در گروه دارد، این تحقیق درصدد برآمده با بررسی برنامه‌های آماده‌سازی که توسط معلمان ورزش تدوین می‌شود، به این سؤالات پاسخ دهد که آیا برنامه‌های آماده‌سازی معلمان ورزش در ایجاد انسجام تیمی و رضایت دانش‌آموزان دختر ورزشکار مؤثر است؟

روش پژوهش

طرح تحقیق حاضر، شبه‌آزمایشی است و از نوع پیش‌آزمون و پس‌آزمون با یک گروه می‌باشد. روش اجرا به این صورت بود که دانش‌آموزان پرسشنامه‌های رضایت ورزشکار و انسجام تیمی را قبل و بعد از برنامه‌های آماده‌سازی طراحی شده توسط معلمان تکمیل کردند. دوره‌های آماده‌سازی معلمان بیشتر شامل برنامه‌های آمادگی جسمانی، اجرای تکنیک‌ها به‌صورت فردی و کار تیمی دانش‌آموزان با یکدیگر بود.

جامعه‌ی آماری پژوهش شامل دانش‌آموزان دختر عضو تیم والیبال مدارس شهر بیرجند بود که دوره‌ی آموزشی آماده‌سازی برای مسابقات والیبال بین مدارس را گذرانده بودند. که تعداد آنها ۱۵۰ نفر بود. حجم نمونه به دلیل احتمال افت آزمودنی‌ها ۱۱۵ نفر در نظر گرفته شد و در نهایت ۱۰۷ پرسشنامه تحلیل گردید.

ابزار اندازه‌گیری برای سنجش رضایت ورزشکاران، پرسشنامه رایمر و چلادورایی^۱ (۱۹۹۸) بود که ثبات درونی آن $r = 0/88$ گزارش شده‌است (حسینی، رضانی نژاد، بنار و محدث، ۱۳۸۷). این پرسشنامه دارای چهار خرده‌مقیاس است: خرده‌مقیاس رضایت‌مندی از عملکرد تیمی، خرده‌مقیاس رضایت‌مندی از رفتار فردی، خرده‌مقیاس رضایت‌مندی از تمرین و آموزش و خرده‌مقیاس رضایت‌مندی از عملکرد فردی. برای سنجش انسجام تیمی از پرسشنامه‌ی محیط گروهی کارون، وید می‌یر و برولی (۱۹۸۸) استفاده شد که ثبات درونی آن $r = 0/71$ گزارش شده‌است (فلاح، رضانی نژاد، همتی نژاد و بنار، ۱۳۸۷). این پرسشنامه نیز شامل چهار خرده‌مقیاس است: خرده‌مقیاس کنش فردی نسبت به تکلیف گروه، خرده‌مقیاس کنش فردی نسبت به گروه از لحاظ اجتماعی، خرده‌مقیاس انسجام گروهی در تکلیف و خرده‌مقیاس انسجام

1. Riemer & Chelladurai.

گروهی از لحاظ اجتماعی. ثبات درونی به‌دست آمده در این پژوهش برای پرسشنامه‌های ASQ و GEQ به ترتیب، ۰/۹۲ و ۰/۶۷ است. قابل ذکر است که روایی صوری این پرسشنامه‌ها نیز با اظهار نظر ۱۰ نفر از اعضای هیئت علمی رشته تربیت بدنی به‌دست آمد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS و برای بررسی فرضیات از آزمون t، همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیری استفاده شد.

یافته‌ها

آزمودنی‌ها در محدوده سنی ۱۴-۱۹ سال قرار داشتند ($M=16/28 \pm 1/074$). ۴ نفر (۳/۷٪) از آزمودنی‌ها وضعیت اقتصادی خود را کم درآمد، ۱۲ نفر (۱۱/۲٪) پر درآمد و بیشتر آنها وضعیت اقتصادی خود را در حد متوسط گزارش کرده‌اند، ۷ نفر نیز به این سؤال پاسخ ندادند. اغلب افراد گروه نمونه (۳۳ نفر (۳۰/۸٪)) پایه دوم بوده‌اند و دانش‌آموزان پایه سوم (۲۴ نفر) در رتبه دوم قرار داشتند. دانش‌آموزان پیش‌دانشگاهی کمترین مشارکت را در پژوهش داشته‌اند که بیشتر به دلیل شرکت آنها در برنامه‌های درسی‌آموز سراسری کنکور می‌باشد. مربیان با سابقه ۱۰ سال، بیشترین فراوانی را داشتند و بیش از نیمی از مربیان کمتر از ۱۸ سال سابقه داشته‌اند ($M=18/33 \pm 6/30$).

به‌منظور آزمون فرضیه تأثیر برنامه‌های آماده سازی بر انسجام تیمی و رضایت ورزشکار، داده‌ها، با استفاده از آزمون t برای گروه‌های وابسته تحلیل شد. نتایج در جدول ۱ نشان داده شده است.

جدول ۱. مقایسه انسجام تیمی و رضایت دانش‌آموزان دختر والیبالیست مقطع متوسطه شهر بیرجند، قبل و بعد از اجرای برنامه آماده‌سازی با استفاده از آزمون t گروه‌های وابسته

سطح معنی‌داری	درجه آزادی	مقدار t	تعداد	میانگین بعد از آموزش	میانگین قبل از آموزش	
۰/۴۸۷	۷۸	۰/۶۹۸	۷۹	۹۲	۹۰/۹۲	انسجام تیمی
۰/۹۶۷	۹۰	۰/۰۴۱	۹۱	۷۶/۴۳	۷۶/۴۷	رضایت ورزشکار

نتایج آزمون آماری ارائه شده در جدول ۱ نشان می‌دهد فرض صفر مورد آزمون رد نمی‌شود ($t=0/698, df=78, p=0/487$) و ($t=0/041, df=90, p=0/967$)؛ بنابراین برنامه آماده سازی بر انسجام تیمی و رضایت ورزشکار تأثیر نداشته است، اما نمره دانش‌آموزان در چهار خرده‌مقیاس این آزمون، قبل و بعد از برنامه آماده سازی نیز با هم مقایسه شد (جدول‌های ۲ و ۳). نتایج نشان می‌دهد تفاوت نمرات دانش‌آموزان، قبل و بعد از آموزش در این خرده‌مقیاس، به لحاظ آماری معنی‌دار نیست.

جدول ۲. نتایج مقایسه نمره چهار خرده‌مقیاس آزمون انسجام تیمی دانش‌آموزان دختر والیبالیست مقطع متوسطه شهر بیرجند، قبل و بعد از اجرای برنامه آماده‌سازی

شاخص	میانگین قبل از آموزش	میانگین بعد از آموزش	تعداد	مقدار t	درجه آزادی	سطح معنی‌داری
کشش فردی نسبت به تکلیف گروه	۱۷/۰۱	۱۶/۵۸	۱۰۱	۰/۹۱۷	۱۰۰	۰/۳۶۱
کشش فردی نسبت به تکلیف گروه از لحاظ اجتماعی	۲۸/۴۱	۲۸/۵۹	۹۹	-۰/۳۳۱	۹۸	۰/۷۴۲
انسجام گروهی در تکلیف	۲۹/۵۶	۲۹/۷۶	۹۶	-۰/۹۲۰	۹۵	۰/۳۶۰
انسجام گروهی از لحاظ اجتماعی	۱۷/۳۱	۱۷/۲۷	۹۸	۰/۱۶۸	۹۷	۰/۱۸۶۷

جدول ۳. نتایج مقایسه نمره چهار خرده‌مقیاس آزمون رضایت دانش‌آموزان دختر والیبالیست مقطع متوسطه شهر بیرجند، قبل و بعد از برنامه آماده‌سازی

شاخص	میانگین قبل از آموزش	میانگین بعد از آموزش	تعداد	مقدار t	درجه آزادی	سطح معنی‌داری
رضایت‌مندی از عملکرد تیمی	۱۴/۵۶	۱۴/۲۷	۱۰۳	.۸۴۱	۱۰۲	.۴۰۲
رضایت‌مندی از رفتار فردی	۲۹/۹۹	۲۹/۹۳	۱۰۲	۰/۱۴۷	۱۰۱	۰/۸۸۳
رضایت‌مندی از تمرین و آموزش	۱۵/۷۱	۱۵/۸۸	۱۰۲	-۰/۳۸۴	۱۰۱	۰/۷۰۲
رضایت‌مندی از عملکرد فردی	۱۶/۳۰	۱۶/۳۹	۱۰۲	-۰/۴۳۵	۱۰۱	۰/۶۶۴

به‌منظور آزمون فرضیه رابطه بین سابقه تدریس مربی و میزان تأثیر برنامه آماده‌سازی بر انسجام گروهی و رضایت ورزشکار، داده‌ها، با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون تحلیل شد. نتایج در جدول نشان داده شده است.

جدول ۴. نتایج همبستگی متغیرهای سابقه تدریس مربی، میزان تأثیر برنامه آماده‌سازی و انسجام گروهی و رضایت ورزشکار

		تفاضل نمرات در پیش‌آزمون و پس‌آزمون	
سابقه تدریس مربی	انسجام گروهی	ضریب همبستگی	۰/۰۵۹
		سطح معنی‌داری	۰/۳۰۴
		تعداد نمونه	۷۹
	رضایت ورزشکار	ضریب همبستگی	۰/۲۰۷
		سطح معنی‌داری	۰/۰۲۵
		تعداد نمونه	۹۱

نتایج آزمون آماری ارائه شده در جدول ۴ نشان می‌دهد فرض صفر مورد آزمون در مورد انسجام تیمی رد نمی‌شود ($t=0/059, p=0/304$)، اما در مورد رضایت ورزشکار فرض صفر رد می‌شود ($t=0/207, p=0/025$)؛ بنابراین بین سابقه تدریس مربی و میزان تأثیر برنامه آماده سازی بر انسجام گروهی رابطه‌ای وجود ندارد، اما بین سابقه تدریس مربی و میزان تأثیر برنامه آماده سازی بر رضایت ورزشکار رابطه وجود دارد.

به‌منظور آزمون فرضیه رابطه بین خرده‌مقیاس‌های آزمون انسجام تیمی و رضایت ورزشکار قبل و بعد از دوره‌های آماده سازی، داده‌ها، با استفاده از آزمون رگرسیون گام به گام تحلیل شد (جدول ۵).

جدول ۵. تحلیل واریانس رگرسیون خرده‌مقیاس‌های آزمون انسجام تیمی و رضایت دانش‌آموزان دختر والیبالیست مقطع متوسطه شهر بیرجند، قبل و بعد از اجرای برنامه آماده‌سازی

سطح معنی‌داری	مقدار F	MS	df	SS	منابع تغییر	
۰/۰۰۱	۱۶/۱۸۴	۲۶۷۲/۰۸۲	۲	۵۳۴۴/۱۶۴	رگرسیون	قبل از اجرای برنامه آماده‌سازی
		۱۶۵/۱۰۳	۷۹	۱۳۰۴۳/۱۲	باقی‌مانده	
			۸۱	۱۸۳۸۷/۲۸	جمع	
۰/۰۰۱	۱۳/۰۹۸	۱۷۵۲/۷۱۶	۲	۳۵۰۵/۴۳۲	رگرسیون	بعد از اجرای برنامه آماده‌سازی
		۱۳۳/۸۱۶	۸۲	۱۰۹۷۲/۹۲	باقی‌مانده	
			۸۴	۱۴۴۷۸/۳۵	جمع	

نتایج آزمون آماری ارائه شده در جدول ۵ نشان می‌دهد فرض صفر مورد آزمون رد می‌شود ($F=16/184, df=81, p=0/001$) و ($F=13/098, df=84, p=0/001$)؛ بنابراین بین خرده‌مقیاس‌های آزمون انسجام تیمی و رضایت ورزشکار، قبل و بعد از دوره‌های آماده سازی رابطه وجود دارد، اما این رابطه برای دو خرده‌مقیاس کشش فردی نسبت به تکلیف گروه و انسجام گروهی در تکلیف معنی‌دار است و برای دو خرده‌مقیاس دیگر معنی‌دار نیست. از چهار متغیر پیش‌بین (چهار خرده‌مقیاس آزمون انسجام تیمی)، دو متغیر کشش فردی نسبت به گروه از لحاظ اجتماعی و انسجام گروهی از لحاظ اجتماعی در معادله پیش‌بینی سهم معنی‌داری نداشتند و وارد معادله نشد؛ بنابراین معادله رگرسیون به شرح زیر است:

$$= 58/615 (1/027) \text{ انسجام گروهی در تکلیف } + (0/725) \text{ کشش فردی نسبت به تکلیف گروه } =$$

انسجام تیمی قبل از برنامه آماده‌سازی

(۰/۸۰۶) انسجام گروهی در تکلیف + (۰/۶۰۲) کشش فردی نسبت به تکلیف گروه = ۶۱/۴۷۳
 =انسجام تیمی بعد از برنامه آماده‌سازی
 رابطه بین خرده مقیاس‌های آزمون رضایت ورزشکار و انسجام تیمی، قبل و بعد از آموزش نیز بررسی شد، ولی به دلیل عدم معنی‌داری گزارش نشد.

بحث و نتیجه‌گیری

این تحقیق دو هدف عمده داشت: اول اینکه تأثیر برنامه‌های آماده‌سازی معلمان ورزش را در ایجاد انسجام تیمی و رضایت دانش‌آموزان در تیم‌های والیبال مدارس شهر بیرجند بررسی کند و دوم، ارتباط بین سابقه تدریس مربی و میزان تأثیر برنامه‌های آماده‌سازی را با انسجام تیمی و رضایت دانش‌آموزان مطالعه کند.

نتایج نشان داد بین انسجام تیمی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه شهر بیرجند، قبل و بعد از برنامه آماده‌سازی تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. نتایج پژوهش در این مورد با نتایج آلن (۱۹۹۶)، می‌یر و وینگر (۱۹۹۸)، بویل (۲۰۰۳)، کارون و اسپینک (۱۹۹۳)، مکین تیر، استروبل، هانر، کانینگام و تدر (۲۰۰۲) همخوانی ندارد. آنها نشان دادند آموزش‌ها باعث افزایش انسجام تیمی می‌شود. اما عواملی که موجب تغییرات سطوح انسجام گروهی در تیم‌های دانش‌آموزی می‌شود، تا حد زیادی یکسان‌اند. یکی از این عوامل، سابقه حضور بازیکنان در کنار یکدیگر یا پایداری تیم است در حالی که معمولاً، اغلب تیم‌های دانش‌آموزی به سرعت چهره عوض می‌کنند و بازیکنان‌شان جایگزین می‌شوند، همچنین دوره آماده‌سازی قبل از مسابقات در بیشتر تیم‌ها کوتاه‌مدت است. عوامل دیگری مانند میانگین سنی بازیکنان، فرهنگ و نژاد بازیکنان، بزرگی و موقعیت تیم‌ها و ... در اغلب تیم‌های دانش‌آموزی یکسان می‌باشند. با توجه به نتایج تحقیقات پژوهشگرانی مانند لندرز و کروم (۱۹۷۱)، ویدمی‌یر و مارتنز (۱۹۷۸)، ویلیامز و هاگر (۱۹۸۲)، رادر و گیل (۱۹۸۲)، نیکسون و مارتنز (۱۹۹۸) که ارتباط بین انسجام و عملکرد تیم‌ها را مثبت اعلام کردند؛ انتظار می‌رود با توجه به عدم افزایش انسجام تیمی دانش‌آموزان، عملکرد تیمی نیز در سطح ضعیفی باشد و تیم در دستیابی به اهداف موفق نباشد. از طرف دیگر، با توجه به نتایج پژوهشگران و همچنین طبق مدل مفهومی کارون (۱۹۸۲)، سبک رهبری و رفتار مربیان از عوامل مهم و اثرگذار بر انسجام گروهی است. مرادی (۱۳۸۳)، حسینی (۱۳۸۶)، شیلدز^۱ و همکاران (۱۹۹۶) و روناین^۲ (۲۰۰۴) بین انسجام گروهی

1. Shields
 2. Ronayne

با سبک‌های رهبری آموزش و تمرین، دموکراتیک، حمایت اجتماعی و بازخورد مثبت، ارتباط مثبت و معنی‌دار و با سبک رهبری آمرانه ارتباط منفی و معنی‌داری گزارش کردند. نتایج نشان داد بین رضایت دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه شهر بیرجند، قبل و بعد از برنامه‌های آماده سازی تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. نتایج پژوهش در این مورد با نتایج ویلیامز و هاکر (۱۹۸۲)، کارون و اسپینک (۱۹۹۳)، ایز، لاگید و هاردی (۲۰۰۶)، همخوانی ندارد. با توجه به تحقیقات ویلیامز و هاکر (۱۹۸۲) و کارون (۱۹۸۴)، ارتباط مثبت و قوی بین انسجام و خشنودی وجود دارد. بعضی از نتایج تحقیقات نیز این نظر را مطرح می‌کنند که اعضای تیمی که همبستگی زیادی با هم دارند، رضایت بیشتری را نیز تجربه می‌کنند. با توجه به عدم بهبود انسجام تیمی، به نظر می‌رسد تمام عوامل مؤثر و پیامدهای احتمالی بیان شده برای آن، در زمینه رضایت ورزشکار نیز مطرح است و باعث نارضایتی ورزشکار می‌شود. از آن جمله می‌توان عملکرد نامطلوب تیم، عدم موفقیت در دستیابی به اهداف مشترک تیمی، ایجاد تنش در گروه و افزایش پرخاشگری را نام برد. ایز و دیگران (۲۰۰۳)، بیوچمپ، بری، ایز و کارون^۱ (۲۰۰۶)، بیتوز، تئودوراکیز و تیگلیس^۲ (۲۰۰۷) نتیجه گرفتند که ابهام نقش با رضایت ورزشکار رابطه منفی دارد. بری، بیوچمپ، ایز و کارون (۲۰۰۵) نیز نشان دادند وضوح نقش، ارتباط منفی بین ابهام نقش و رضایت ورزشکار را کاهش می‌دهد؛ بنابراین نارضایتی ممکن است از ابهام در نقش سرچشمه بگیرد. چلاک جو و مک میلین^۳ (۱۹۹۰) نشان دادند درک بازیکنان از رفتارهای رهبری می‌تواند پیش‌بینی کننده رضایت بازیکن از مربی باشد. این یافته، اهمیت کنش‌های رفتاری و شیوه برخورد مربیان را در تأمین رضایت‌مندی ورزشکاران نشان می‌دهد. در ضمن، با توجه به عدم رضایت دانش‌آموزان، احتمال تحلیل رفتگی در آنان افزایش می‌یابد که می‌تواند به کناره‌گیری آنان از ورزش منجر شود. تحلیل رفتگی از احساس پریشانی و عدم رضایت ناشی از ناتوانی در رسیدن به اهداف نشئت می‌گیرد و در نتیجه آن بدبینی، نگرش و افکار منفی نسبت به کار، مردم و زندگی به افزایش می‌یابد.

بر اساس نتایج پژوهش، بین سابقه تدریس مربی و میزان تأثیر برنامه آماده سازی بر انسجام گروهی رابطه‌ای وجود ندارد. پژوهشی که به‌طور مستقیم با این موضوع مرتبط باشد در دسترس نبود، اما تحقیقاتی با ارتباط نسبی یافت شد. نتایج پژوهش در این مورد با پژوهش‌های زیر همخوانی ندارد. تورمن^۴ (۲۰۰۳)، نشان داد برخی از رفتارهای مربیان مانند بی‌عدالتی،

1. Beauchamp, Bray, Eys & Carron
2. Bebetos, Theodorakis & Tsigilis
3. Challace joe & McMillin
4. Turman

سطوح انسجام تیمی را کاهش می‌دهد و برخی دیگر مانند طنز و شوخی، افزایش انسجام تیمی را در پی دارد. نتایج پژوهش حسینی کشتان، رضانی نژاد، بنار و محدث (۱۳۸۷) نیز نشان می‌دهد رفتارهای حمایت اجتماعی، آموزش و تمرین و بازخورد مثبت مربیان به ترتیب ذکر شده، باعث افزایش سطوح انسجام گروهی می‌شوند. مرادی، کوزه چیان، احسانی و جعفری نیز (۱۳۸۵) به بررسی رابطه سبک‌های رهبری مربیان و انسجام گروهی بازیکنان و وجود ارتباط بین انسجام گروهی بازیکنان و موفقیت تیم‌ها پرداخته‌اند. با توجه به نتایج تحقیق آنها، سبک رهبری مربیان از عوامل مرتبط با انسجام گروهی است و انسجام گروهی نیز از عوامل مرتبط با موفقیت تیم‌های ورزشی است. احتمالاً بها ندادن به امر تربیت بدنی در آموزش و پرورش و عدم سرمایه گذاری روی تربیت بدنی و در نتیجه انگیزه پایین معلمان می‌تواند از عوامل عدم ارتباط سابقه تدریس مربی و میزان تأثیر برنامه آماده سازی بر انسجام گروهی می‌باشد.

همچنین نتایج نشان داد بین سابقه تدریس مربی و میزان تأثیر برنامه آماده سازی بر رضایت ورزشکار رابطه وجود دارد. در این مورد نیز پژوهشی با ارتباط مستقیم مستقیم، در دسترس نبود، اما تحقیقاتی که تا حدودی مرتبط باشد یافت شد. نتایج پژوهش در این مورد با نتایج پژوهش فلاح، رضانی نژاد، همتی نژاد و بنار (۱۳۸۷) همخوانی دارد. این پژوهشگران، ارتباط شیوه‌های اعمال قدرت مربیان (از دیدگاه مربیان و ورزشکاران) با رضایت‌مندی ورزشکاران زن عضو تیم‌های ورزشی نوجوانان، جوانان و بزرگسالان استان مازندران بررسی کردند. نتایج نشان داد میزان رضایت‌مندی ورزشکاران زن از رفتار و تعامل با مربی‌شان (شامل: حمایت، قدردانی، رفتار دوستانه و بازخورد مثبت) بیشتر از سایر ابعاد رضایت‌مندی می‌باشد. سابقه تدریس، همان تخصص و دانش مربی است. مطالعات نوربخش و محمدی نشان داد قدرت تخصص، مهم‌ترین دلیل اطاعت و همراهی پیروان از رهبران است. در این تحقیق نیز رضایت‌مندی ورزشکاران احتمالاً پیامدی از شیوه اعمال قدرت است. پژوهشگران زیادی از جمله چلادورای، میزان رضایت ورزشکار را در رفتار و تعامل با مربی با اهمیت می‌دانند.

نتایج تحقیق نشان داد بین خرده‌مقیاس‌های آزمون انسجام تیمی و رضایت دانش‌آموزان، قبل و بعد از برنامه آماده سازی رابطه وجود دارد، اما این رابطه برای دو خرده‌مقیاس کشش فردی نسبت به تکلیف گروه و انسجام گروهی در تکلیف معنی‌دار است و برای دو خرده‌مقیاس دیگر معنی‌دار نیست. نتایج پژوهش در این فرضیه با نتایج کارون و اسپینک (۱۹۹۳) همخوانی دارد. این یافته، ارتباط انسجام تکلیف و رضایت را نشان می‌دهد. می‌توان گفت تعیین اهداف و پذیرفتن آنها توسط تمام اعضای گروه، در ایجاد رضایت ورزشکار نقش مهمی دارد و در پی آن، اعضای گروه به‌طور متعهدانه‌ای برای رسیدن به اهداف، حداکثر تلاش خود را به کار می‌گیرند.

در این میان، رسیدن به هدف و کسب موفقیت، خشنودی و رضایت فرد را از عضویت در تیم تأمین می‌کند. همان‌طور که گفته شد، کسب موفقیت یعنی رسیدن به نتیجه مطلوب که در اثر انسجام تکلیف گروه به دست می‌آید، با انسجام گروهی ارتباط نزدیک و تنگاتنگی دارد؛ از سوی دیگر، انسجام نیز با رضایت، ارتباط مثبت و معنی‌داری دارد؛ بنابراین کسب موفقیت با رضایت در ارتباط است. عدم ارتباط انسجام اجتماعی با رضایت ورزشکار که در این پژوهش نشان داده شده است، شاید به دلیل نتیجه‌گرایی ورزشکاران و تلاش برای کسب موفقیت و رسیدن به هدف باشد. از دلایل دیگر نیز می‌توان به عدم پایداری و ثبات بازیکنان و عدم تشابه و تجانس اعضای تیم با یکدیگر اشاره کرد. سبک رهبری مورد استفاده مربیان نیز می‌تواند بر انسجام تکلیف و اجتماعی مؤثر باشد؛ بدین معنی که سبک رهبری دموکراتیک می‌تواند انسجام اجتماعی را بهینه کند.

به‌طور کلی، نتایج این پژوهش نشان داد مربیان از شیوه‌های مناسب برای ایجاد انسجام تیمی و رضایت ورزشکاران استفاده نمی‌کنند؛ بنابراین استفاده از شیوه‌های مناسب‌تر و مؤثرتر توسط مربیان توصیه می‌شود. همچنین برگزاری دوره‌ها و کارگاه‌های آموزشی برای معلمان، به‌منظور بالا بردن سطح اطلاعات آنها در زمینه شیوه‌های مناسب آموزش و ایجاد رضایت در دانش‌آموزان و استفاده کاربردی از آنها در محیط مدرسه، مفید به نظر می‌رسد. از آن‌جا که رابطه بین سابقه مربی و میزان تأثیر برنامه آماده سازی بر رضایت ورزشکار در این پژوهش تأیید شده است؛ به نظر می‌رسد دست اندرکاران امر ورزش باید برای بالا بردن رضایت ورزشکاران از مربیان با سابقه‌تر استفاده کنند.

منابع:

۱. جهانگیری، محمد، ۱۳۸۷، به‌کارگیری و اثربخشی راهبردهای تنظیم خلق قبل از رقابت در میان ورزشکاران زن و مرد رشته‌های گروهی و انفرادی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه بیرجند.
۲. انشل، مارک اچ، (۱۳۸۰). «روان‌شناسی ورزشی از تئوری تا عمل». ترجمه سید علی اصغر مسدد. تهران: اطلاعات.
۳. عبدلی، بهروز، (۱۳۸۴). «مبانی روانی-اجتماعی تربیت بدنی و ورزش». تهران: بامداد کتاب.

۴. نریمان، محمد، ۱۳۸۷، هافبک‌ها مضطرب‌ترند. بازیابی شده در تاریخ ۱۳۸۷/۱۱/۶ از: <http://www.tebyan.net/sports/EducationalScientificContent/SportResearch/2007/12/17/55906.html>
۵. نریمانی، محمد، آریاپوران، سعید، ۱۳۸۶، مقایسه خودکارآمدی و تحمل ابهام در ورزشکاران گروهی و انفرادی با افراد غیرورزشکار. حرکت، ۳۲: ۸۵-۹۶
6. Cherrington, D.J., Dyer, W.G. (2003). Organizational effectiveness. USA: Brigham Young University creative office works.
۷. رابرتس، گلین. س.، اسپینک، کوین. س.، پمبرتن، سینتیال، (۱۳۸۲). «آموزش روانشناسی ورزش: راهنمای عملی برای درک مفاهیم اساسی روانشناسی ورزش». ترجمه محمد کاظم واعظ موسوی، معصومه شجاعی. تهران: رشد.
۸. اسو آهولا، سپو، هتفیلد، براد، (۱۳۷۲). «روان شناسی ورزش با رویکرد روانی، اجتماعی». ترجمه رضا فلاحی، محسن حاجیلو. تهران: سازمان تربیت بدنی، معاونت امور فرهنگی و آموزش دفتر تحقیقات و آموزش.
9. Morgan, A. P. (2004). Sport and exercise psychology: a critical introduction. New York: Routledge.
10. Hardy, J., Eys, M. A., Loughhead, T.M. (2008). Dose communication mediates the athlete leadership to cohesion relationship. International Journal of Sport Psychology, 39 (4): 329- 345.
11. Cox, R. H. (1990). Sport psychology: concepts and applications. New York: WM. C. Brown.
12. Williams, J. A., Hacker, C.M. (1982). Causal relationships among cohesion, satisfaction and performance in women's intercollegiate field hockey teams. Journal of Sport Psychology, 4: 324- 337.
13. Gill, D. (2000). Psychological dynamics of sport and exercise. Champaign: Human kinetics.
14. Boyle, I.T. (2003). The impact of adventure-based training on team cohesion and Psychological skills development in elite sporting teams. Sidney: Universal University of Wollongong.
15. McIntyre, R.M., Strobel, K., Hanner, H., Cunningham, A., Tedrow, Lara. (2002). Toward an understanding of team performance and team cohesion over time through the lens of time series analysis. U.S. Army Research Institute for the Behavioral and Social Sciences.
16. Carron, Albert.V. , Spink, Kevin.S. (1993). Team building in an exercise setting. The Sport Psychologist, 7: 8-18.

17. Eys, M.A., Loughead, T. M., Hardy, James. (2007). Athlete leadership dispersion and satisfaction in interactive sport teams. *Psychology of Sport and Exercise*, 8: 281-296.
۱۸. بیابانگرد، اسماعیل، (۱۳۸۴). «روش‌های تحقیق در روانشناسی و علوم تربیتی». تهران: دوران.
19. Gardner, D.E., Shields, D.L., Bredmeire, B.J., Bostrom, A. (1996). The relationship between perceived coaching behaviors and team cohesion among baseball and softball players. *Sport psychologist*, 10: 367- 381.
20. Carron, A.V., Spink, K.S. (1995). The group size-cohesion relationship in exercise group. *Small Group Research*, 26: 86- 105.
21. Ronayne, L. S. (2004). Effect of coaching behavior on team dynamics: How coaching behaviors, influence team cohesion and collective efficacy over the course of a season, master of science in sport studies, physical education, health, and sport studies. Miami University.
۲۲. هومن، حیدرعلی، (۱۳۸۵). «تحلیل داده‌های چند متغیری در پژوهش رفتاری». تهران: پیک فرهنگ.
۲۳. جباری، غلامرضا، کوزه چیان، هاشم، خبیری، محمد، ۱۳۷۹، بررسی سبک رهبری، توانایی‌ها و نحوه عملکرد مربیان فوتبال باشگاه‌های دسته اول و دوم کشور (جام آزادگان). حرکت، ۶: ۱۰۳-۱۲۰.
۲۴. مرادی، محمد رضا، ۱۳۸۳، رابطه بین سبک رهبری مربیان با انسجام گروهی بازیکنان در تیم‌های بسکتبال باشگاه‌های لیگ برتر کشور. پایان نامه کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی. دانشگاه تربیت مدرس.
25. Beauchamp, M. R., Bray, S. R., Eys, M. A., Carron, A.V. (2005). Multidimensional role ambiguity and role satisfaction: A prospective examination using interdependent sport teams. *Journal of Applied Social Psychology*, 35: 2560-2576.
26. Bebetos, E., Theodorakis, N. D., Tsigilis, N. (2007). Relations between role ambiguity and athletes' satisfaction among team handball players. Retrieved: 13/01/2009, from: <http://www.thesportjournal.org/article/relations-between-role-ambiguity-and-athletesquo-satisfaction-among-team-handball-players>.
27. Bray, S. R., Beauchamp, M. R., Eys, M. A., Carron, Albert. V. (2005). Does the need for role clarity moderate the relationship between Role Ambiguity and Athlete Satisfaction? *Journal of Applied Sport Psychology*, 17: 306-318.

۲۸. عربی آیسک، رسول، ۱۳۸۸، تأثیر آسیب دیدگی ورزشی بر میزان انگیزش و تحلیل رفتگی ورزشکاران زبده هندبال. پایان نامه کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی. دانشگاه بیرجند.

29. Turman, P. D. (2003). Coaches and cohesion: The impact of coaching techniques on team cohesion in the small group sport setting. *Journal of sport behavior*, 26 (1): 86-103.

۳۰. حسینی، میثاق، رضانی نژاد، رحیم، بنار، نوشین، و محدث، فاطمه، ۱۳۸۷، رابطه رفتار مربیان با انسجام گروهی و موفقیت تیمی. اولین همایش رفتار حرکتی، دانشگاه کرمان، ۳۰-۳۱ بهمن ماه.

۳۱. مرادی، محمد رضا، کوزه چیان، هاشم، احسانی، محمد، جعفری، اکرم، ۱۳۸۵، رابطه سبک رهبری مربیان با انسجام گروهی بازیکنان در تیم‌های بسکتبال لیگ برتر کشور. حرکت، ۲۹: ۵-۱۶.

۳۲. فلاح، ماریه، رضانی نژاد، رحیم، همتی نژاد، مهر علی، بنار، نوشین، ۱۳۸۷، ارتباط بین شیوه‌های اعمال قدرت مربیان و رضایتمندی ورزشکاران زن استان مازندران. اولین همایش رفتار حرکتی، دانشگاه کرمان، ۳۰-۳۱ بهمن ماه.

33. Klein, H.J., Mulvey, P.W. (1995). Two investigations of the relationships among group goals, goal commitment, cohesion, and performance. *Organizational behavior and human decision processes*, 61: 44- 53.