

Investigating the relationship between self-confidence and psychological capital in student athletes during the Corona period

Hamidreza Jalili¹ , Somaye Talighi² , and Tayyaba Kamrani Nia³ 

1. Assistant Professor of Education, Qom, Iran
2. Physical Education Expert, Physical Education Department, Assistant, University of Medical Sciences, Qom, Iran
3. Director of Abuzar Mahabad Cultural and Educational Center, Iran

Article Info

Article type:

Research Article

Article history:

Received 25 June 2024
 Received in revised form
 20 July 2024
 Accepted 29 July 2024
 Available online 02
 August 2024

Keywords:

Self-confidence,
 psychological capital,
 athlete,
 Corona.

ABSTRACT

Objective: The aim of the present study was to investigate the correlation between self-confidence and psychological capital of athletes (students with a history of continuous sports activity for at least one year) during the Corona period.

Method: The statistical population of this study was 200 male student athletes who were randomly selected and two self-efficacy and psychological capital questionnaires were distributed among them. The data were analyzed using Pearson correlation tests, analysis of variance, and SPSS version 24 software.

Results: The findings showed that there is a significant positive relationship between psychological capital and self-confidence with 99% confidence ($\alpha=0.01$) and a correlation coefficient of 0.369. Self-confidence and the subcomponents of psychological capital (self-efficacy, hope, resilience and optimism) were at a significance level ($\alpha=0.01$) of 99% confidence and the correlation coefficients of each were 0.196, 0.254, 0.20 and 0.571 respectively. Also, the average of psychological capital was 108.63 and the average of self-confidence was 27.56. Also, in the subscales of psychological capital, 29.25 (self-efficacy), 27.54 (hopefulness), 26.78 (optimism) and 24.97 (resilience) had the highest to lowest average.

Conclusions: According to the results, it can be concluded that there is a positive relationship between them and that psychological capital and its scales are an important factor for people's self-confidence in acute stressful situations such as the outbreak of the Covid-19 virus. The stronger and more prominent the psychological capital of student athletes, the more self-confidence they have.

Cite this article: Jalili H.R, Talighi S, Kamrani Nia T. Investigating the relationship between self-confidence and psychological capital in student athletes during the Corona period. *Functional Research in Sport Psychology*, 2024;1(2):40-51. <https://doi.org/10.32598/JFRSP.1.2.51>



© The Author(s).

DOI: <https://doi.org/10.32598/JFRSP.1.2.51>

Publisher: University of Qom.

Extended Abstract

Introduction

Volleyball is a team sport that requires high physical and perceptual-cognitive fitness, therefore, during the competition, an increase in the feeling of physical and mental fatigue is observed among the players. Psychological skills refer to the inherent or learned characteristics of the athlete that make his success possible or probable. Wingberg and Gold have introduced psychological factors as the first reason for day-to-day fluctuations in sports performance. Jay proposes two types of complete performance and relative performance. He believes that perfect performance refers to a person's optimal mental performance; In this way, it is not possible to achieve full performance in competitive sports, and factors potentially affect the player's performance. In this regard, Jay refers to two categories of physiological and psychological inhibitory factors; Therefore, if the level of psychological skills of players is high, they can actively control and reduce the negative effects of psychological inhibiting factors and maximize their relative performance for a specific competition. In most cases, researchers and psychologists focus on the negative roles of sports psychology such as stress, anxiety, anger, aggression, and mental disabilities on the performance of athletes, and less attention has been paid to human capabilities based on mental toughness. Today, mental toughness plays a positive role as an important variable in achieving sports results and is one of the main requirements for the success of athletes. Mental toughness is directly related to the personality and fighting spirit of athletes; A person with high mental toughness is expected to perform better than others in high-pressure competitive situations by overcoming stress and competitive atmosphere. Mental toughness is considered as a psychological characteristic and one of the contributing and effective factors in the success of sports performance in all athletes and at all levels. The purpose of this research is to investigate the effect of mental toughness on volleyball athletes in league competitions.

Method: The research design and implementation method were experimental, and the sampling method was implemented randomly. The statistical population of this research was the volleyball athletes of the Ifa and Chadormelo teams of Ardakan city in 2023, whose

sports performance is measured in different parts during a competition season. The number of these people was 42. These 42 athletes were from 2 top league teams participating in Iran's 2023 season. The minimum sample size in correlational studies is 30 people. The sample size was estimated based on Cochran's formula. Based on Cochran's formula, a sample of 38 people is required and estimated for a limited population with 42 people. With the possibility of dropping out, all 42 people were selected as a statistical sample. The sampling method was done in convenient sampling method. The research tools were mental toughness and sports performance questionnaires. Finally, the data were analyzed using Pearson's chi-square method and SPSS software version 27.

Results: The results of the research showed that there is a positive and significant correlation between psychological toughness and sports performance. 9.3 percent of the variance of performance/ Also, among the components of tenacity, the fighting component explained a significant predictor of sports performance. The findings showed that mental toughness athletes have better performance. Therefore, evaluating and strengthening mental toughness can be practical in intervention planning to increase performance.

Conclusion: Finally, the results of examining the role of the mediator variable showed that mental toughness has a significant effect on sports performance through the creation of a skill including (1) Control: the individual's tendency to believe they can influence their life and emotions; (2) Commitment: the persistence in pursuing goals despite difficulties; (3) Challenge: viewing potential threats as opportunities for personal growth. The results of the research showed that mental toughness has a positive effect the number of services leading to points, the number of passes leading to points, the number of points received, the number of personal fouls, points leading to defense on the net, points leading to backcourt defense, and the number of spikes. Therefore, People with high mental toughness usually have a higher ability to deal with mental and physical pressures. This can improve the performance of volleyball players during the game and, as a result, increase their points. Mental toughness can play a role as an effective factor in improving players' focus and attention. People with high mental toughness usually have a higher ability to maintain concentration and pay attention to the game,

which can improve their performance and, as a result, the number of services leading to points, the number of passes leading to points, the number of points received, the number of errors Personal, points leading to net defense, points leading to backcourt defense, number of spikes help more. Therefore, it is clear that mental toughness plays an important role in the performance of volleyball players and can improve the number of serves leading to points, the number of passes leading to points, the number of points received, the number of personal fouls, points leading to net defense, points leading to The backfield defense, the number of their spikes will help. Therefore, training and developing mental toughness can be used as an effective strategy to improve the performance of volleyball players.

Research limitations:

Among the limitations of this research is the lack of control over the stressful conditions of the subjects outside of training, the limitedness of the examined sample and as a result the problem of generalizing it to other athletes in different disciplines, the existing research gap in relation to the study of the research variables, the research sample. It was related to the city of Ardakan, Yazd, and according to cultural and social factors, this case may be effective in generalizing the results at the national level and other groups. In the present study, variables such as social class, educational status, etc. It is one of the influential factors, which may have influenced the results, so it is

suggested to use each person's favorite music in future research.

Keywords: Mental Toughness, Players' Performance, Results, Volleyball.

Ethical Considerations**Compliance with ethical guidelines**

The ethical principles observed in the article, such as the informed consent of the participants, the confidentiality of information, the permission of the participants to cancel their participation in the research. Ethical approval was obtained from the Research Ethics Committee of the University of Qom.

Funding

This study was extracted from the thesis of first author.

Authors' contribution

All authors contributed equally to the conceptualization of the article and writing of the original and subsequent drafts.

Conflict of interest

The authors declared no conflict of interest.

Acknowledgements

The authors would like to thank all participants of the present study.

بررسی میزان رابطه خودباوری با سرمایه روانشناختی در ورزشکاران دانش آموز در دوره کرونا

حمیدرضا جلیلی^۱، سمیه طلیقی^۲ ✉، طیبه کامرانی نیا^۳ ^{ID}

۱. استادیار معلم آموزش و پرورش، قم، ایران
۲. کارشناس تربیت بدنی، اداره تربیت بدنی، معاونت دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی، قم، ایران
۳. مدیر کانون فرهنگی و تربیتی ابوذر مهاباد، کردستان، ایران

اطلاعات مقاله

چکیده

نوع مقاله:

مقاله پژوهشی

هدف

هدف پژوهش حاضر بررسی میزان همبستگی بین خودباوری و سرمایه روانشناختی ورزشکاران (دانش آموزانی با سابقه فعالیت ورزشی مداوم حداقل یک سال) در دوران کرونا بوده است.

روش پژوهش

جامعه آماری این پژوهش ۲۰۰ ورزشکار دانش آموز پسر می باشد که به شیوه تصادفی انتخاب و بین آنها دو پرسشنامه خودکارآمدی و سرمایه روانشناختی توزیع شد. داده ها توسط آزمون های همبستگی پیرسون، تحلیل واریانس و نرم افزار SPSS نسخه ۲۴ تجزیه و تحلیل شدند.

یافته ها

یافته ها نشان داد که بین سرمایه روانشناختی و خودباوری با ۹۹ درصد اطمینان ($\alpha=0/01$) و ضریب همبستگی $0/369$ رابطه مثبت معنادار وجود دارد. خودباوری و زیرمولفه های سرمایه روانشناختی (خودکارآمدی، امیدواری، تاب اوری و خوش بینی) در سطح معناداری ($\alpha=0/01$) ۹۹ درصد اطمینان بوده است و ضریب همبستگی هر کدام به ترتیب $0/196$ ، $0/254$ ، $0/20$ و $0/571$ می باشد. همچنین، میانگین سرمایه روانشناختی برابر با $108/63$ و میانگین خودباوری $27/56$ می باشد. همچنین در زیرمقیاس های سرمایه روانشناختی، $29/25$ (خودکارآمدی)، $27/54$ (امیدواری)، $26/78$ (خوش بینی) و $24/97$ (تاب اوری) از بیشترین به کمترین میانگین را دارا می باشند.

نتیجه گیری

با توجه به نتایج می توان استنباط کرد که رابطه مثبت بین آنها برقرار است و سرمایه روانشناختی و مقیاس های آن عامل مهمی برای خودباوری افراد در شرایط حاد استرس زا مانند زمان شیوع ویروس کووید ۱۹ می باشد و هر چقدر سرمایه روانشناختی دانش آموزان ورزشکار قوی تر و پررنگ تر باشد، خودباوری بیشتری در آنها دیده می شود.

کلیدواژه ها:

خودباوری،
سرمایه روانشناختی،
ورزشکار،
دانش آموز،
کرونا.

استناد: جلیلی، حمیدرضا؛ طلیقی، سمیه؛ و کامرانی نیا، طیبه. بررسی میزان رابطه خودباوری با سرمایه روانشناختی در ورزشکاران دانش آموز در دوره کرونا. مطالعات عملکردی در روانشناسی ورزشی، ۱۴۰۳، ۱ (۲)، ۵۱-۴۰.

DOI: <https://doi.org/10.32598/JFRSP.1.2.51>



© نویسندگان.

ناشر: دانشگاه قم.

مقدمه

ویروس کرونا، از خانواده بزرگ ویروس‌ها است که به نام COVID-19 نامگذاری شده است و نقطه آغاز و شیوع ویروس کرونا از دسامبر سال ۲۰۱۹ و از شهر یوهان چین بوده است که این ویروس مناطق بسیاری را از جمله آفریقا، آمریکا، مدیترانه شرقی، اروپا، آسیای جنوب شرقی و اقیانوس آرام غربی را آلوده ساخته است [۱]. در ایران نیز کرونا شیوع فراوانی دارد و سلامت جسمی و روانی افراد را به طور جدی به خطر انداخته است [۲]. از مهم ترین نشانه‌های این بیماری، علائم حاد تنفسی است که در ۲ درصد موارد منجر به مرگ می‌شود و علائم و نشانه‌های عفونت شامل تب، سرفه و مشکل در تنفس است [۳]. در دهه‌های اخیر، بیماری‌های عفونی موجب بروز برخی تحولات رفتاری و فرهنگی شده‌اند [۴]. از این طریق انسان بتواند سازگاری‌های فرهنگی و رفتاری خود برای به حداقل رساندن یا کاهش شیوع بیماری‌های عفونی را فراهم سازد و اگر چه بسیاری از تغییرات رفتاری مانند انتقال اطلاعات، دوری از جمعیت‌های انسانی مانند قرنطینه‌خانه‌گی، اجتناب از جمعیت و مشارکت در درمان‌های ضدویروسی تا اندازه‌ای در کشورهای مختلف اثراتی مثبت داشته است [۵]. ولی این اثرات با وجود تاثیر بر سلامت جسمی، عموماً نتوانسته‌اند پیامدهای روانی بیماری را از بین ببرند [۶]. کیو و همکاران (۲۰۲۰) دریافتند که پریشانی‌های روانی مانند وحشت‌زدگی، اضطراب، افسردگی، ترس، افکار ناامیدی اساسی‌ترین واکنش‌های روانی آسیب‌زا در اغلب افراد آسیب‌دیده و افراد در معرض شیوع بیماری‌ها بودند [۷]؛ از این رو، لوتانز با همکاران با ترکیب نیروهای امید، خوشبختی، خودکارآمدی و تاب‌آوری، مفهوم جدید تحت عنوان سرمایه روانشناختی را مطرح ساختند و این چهار عامل هنگامی که با هم ترکیب می‌شوند، انرژی ترکیبی موثرتری خواهند داشت [۸]. این عوامل تاثیر هم‌افزایی بر یکدیگر دارند و در یک فرآیند تعاملی و ارزشیابی، به زندگی فرد معنا بخشیده، تلاش فرد برای تغییر موقعیت‌های فشارزا را تداوم می‌بخشند، او را برای ورود به صحنه‌های عمل آماده نموده و مقاومت و سرسختی او را در تحقق اهداف تضمین می‌کنند [۹]. سرمایه روانشناختی به عنوان یک ظرفیت روانی مطلوب و با بهره‌گیری از ترجیحات فکری، به توانایی راه‌حلیابی افراد تاثیر می‌گذارد و آن را تسهیل می‌کند [۱۰]. سیلگمن معتقد است که سرمایه روانشناختی، جنبه‌های مثبت زندگی آدمی را در برمی‌گیرد و معتقد است که سرمایه انسانی و اجتماعی آشکار بوده، به آسانی قابل مشاهده است و می‌توان آن را به سادگی اندازه‌گیری و کنترل نمود، در حالی که سرمایه روانشناختی، بیشتر بالقوه بوده، اندازه‌گیری و توسعه آن دشوار است. بنابراین سرمایه روان‌شناختی، شامل درک شخصی فرد از خودش، داشتن هدف برای رسیدن به موفقیت و پایداری در برابر مشکلات تعریف می‌شود [۱۱]. مطالعات موجود در مورد سرمایه روانشناختی بر بحث در مورد ساختار درونی و ارتباط آن با سایر زمینه‌ها مانند سلامت روانشناختی، بهزیستی فردی و رفتار فردی متمرکز بوده است و در این بین، همبستگی سرمایه روانشناختی و سلامت روانشناختی در مطالعات متعددی مورد بررسی قرار گرفته است [۱۲]. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که تمامی ابعاد سرمایه روانشناختی با هیجانات مثبت و منفی، افسردگی، اضطراب و اضطراب اجتماعی رابطه منفی دارند [۱۳]. طبق نتایج پژوهشی امینی و همکاران افرادی که سرمایه روانشناختی بالایی دارند دارای ویژگی‌های شخصیتی هستند که سلامت روان، هیجان و انگیزه آنها را افزایش می‌دهد. سرمایه روانشناختی، افراد را در مقابله با شرایط ناگوار مجهز و به حفظ بهداشت روانی آنان کمک می‌کند [۱۴]. همچنین، توکلی در پژوهش خود نشان داد که متغیر سرمایه روانشناختی بر اضطراب اجتماعی اثر مستقیم و غیرمستقیم داشت، یعنی علاوه بر اثر مستقیم، به واسطه سبک مقابله‌ای کارآمد (مثبت) و ناکارآمد (منفی) بر اضطراب اجتماعی به صورت غیرمستقیم اثرگذار بوده است [۱۵] و در نتایج اسماعیل نسب و میروسیفی (۱۳۹۹) نشان داده شد که سلامت سازمانی و سرمایه روانشناختی بر ارتقای بهزیستی کارکنان در سازمان‌های ورزشی تاثیر مستقیم و معناداری دارد [۱۶].

همچنین، فلتر و لیرک بیان می‌کنند که سازه خودکارآمدی، از تاثیرگذارترین سازه‌های روانشناختی در پیشرفت‌های ورزشی می‌باشد و افرادی که خودکارآمدی بیشتری دارند، اهداف سخت‌تری را در نظر می‌گیرند و تلاش بیشتری برای دستیابی به آن اهداف می‌کنند [۱۷]. خودباوری و عوامل موثر بر آن سال هاست که در کانون توجه روانشناسان و کارشناسان جای دارد [۱۸]. باورهای خودکارآمدی در جنبه‌های مختلف زندگی، جایگاه والایی داشته و در طرز تفکر افراد، چگونگی رویارویی با مشکلات و تصمیم‌گیری نقش مهمی دارد [۱۹]. خودباوری از نظریه شناخت اجتماعی بندورا (۱۹۷۷)، به باورها یا قضاوت‌های فرد به توانایی‌های خود در انجام وظایف و مسئولیت‌ها اشاره دارد. بندورا بیان می‌دارد که خودباوری، توان سازه‌ای است که بدان وسیله، مهارت‌های شناختی، اجتماعی، عاطفی و رفتاری انسان برای تحقق اهداف مختلف به گونه‌ای اثربخش سازماندهی می‌شوند [۲۰]. همچنین مطالعات صورت گرفته روی ورزشکاران المپیک نشان داد خودباوری و کارایی تیمی از موثرترین عوامل بر عملکرد ورزشی آنها بوده است [۲۱]. رودگریان و همکاران در پژوهشی با هدف مدل‌یابی روابط ساختاری بین خودباوری، سرمایه روانشناختی و اضطراب تحصیلی دانش‌آموزان متوسطه دوم در شهرستان بابل به این نتیجه رسیدند که خودباوری و مولفه‌های روانشناختی در کاهش اضطراب امتحان دانش‌آموزان

اثر دارد و موجب می‌شود تا دانش‌آموزان از لحاظ روانی آمادگی مواجهه با امتحان را داشته باشند [۲۲]. با توجه به اهمیت مطالب بیان شده در صدد پاسخ به این سوال می‌باشیم که: آیا سرمایه روانشناختی ورزشکاران دانش‌آموز در دوران شیوع کرونا می‌تواند ارتباطی با خودباوری آنان داشته باشد یا خیر؟

مواد و روش‌ها

طرح پژوهش: روش تحقیق حاضر از نوع بنیادین، کمی، توصیفی و از نوع همبستگی می‌باشد.

شرکت‌کننده‌ها: جامعه آماری آن شامل ۲۰۰ نفر از دانش‌آموزان ورزشکار می‌باشد که در دوران کرونا در حال تمرین کردن بوده‌اند. به منظور رعایت اصول در محرمانه بودن اطلاعات به آزمودنی‌ها اطمینان داده شد و بین آنها دو پرسشنامه خودکارآمدی و سرمایه روانشناختی توزیع شد.

ابزار اندازه‌گیری:

پرسشنامه سرمایه روانشناختی لوتانز (PCQ):

نخستین فرم این پرسشنامه در سال ۲۰۰۷ توسط لوتانز طراحی و ساخته شده است؛ که به طور وسیعی در ساختارهایی که امید، تاب‌آوری، خوش‌بینی و خودکارآمدی را می‌سنجد مورد استفاده قرار گرفته است. این پرسشنامه شامل ۲۴ سوال است که شامل ۴ خرده‌مقیاس امیدواری، تاب‌آوری، خوش‌بینی و خودکارآمدی می‌باشد. هر خرده‌مقیاس ۶ گویه دارد و شرکت‌کننده به هر گویه در مقیاس ۶ درجه‌ای (از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم) لیکرت پاسخ می‌دهد. برای به دست آوردن نمره سرمایه‌های روانشناختی ابتدا نمره هر خرده‌مقیاس به صورت جداگانه به دست می‌آید و سپس مجموع آنها به عنوان نمره کل سرمایه‌های روانشناختی محسوب می‌شود. روایی و پایایی این پرسشنامه در تحلیل عاملی و معادلات ساختاری نسبت خن دو این آزمون ۲۴/۶ و آماره‌های CFI و RMSEA در این مدل را ۰/۹۷ و ۰/۰۸ گزارش کرده است که روایی عاملی آزمون مورد تأیید قرار گرفته است. (به نقل از بقایی، ۱۴۰۱). در پژوه‌های داخلی میزان پایایی این پرسشنامه بر اساس آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آمده است (بهادری خسروشاهی، هاشمی نصرت‌آباد، باباپور خیرالدین، ۲۰۱۲). همچنین در پژوهش بقائی پایایی این ابزار بر حسب آلفای کرونباخ در این پژوهش برای کل ابزار به مقدار ۰/۸۱ به دست آمد.

پرسشنامه خودکارآمدی:

این پرسشنامه دارای ۱۷ سوال بوده و هدف آن سنجش میزان خودباوری و خودکارآمدی در افراد می‌باشد. نمره گذاری این پرسشنامه از (کاملاً مخالفم=۵ تا کاملاً موافقم=۱) به دست می‌آید که در سوالات ۱، ۳، ۸، ۹، ۱۳، ۱۵ نمره‌گذاری به شکل معکوس انجام می‌گردد. در نهایت، به منظور محاسبه میزان خودباوری فرد پاسخ دهنده، امتیاز تک تک سوالات را با هم جمع نموده و به عنوان میزان خودباوری فرد در نظر می‌گیریم. بدیهی است هر چه این امتیاز بالاتر باشد، نشان‌دهنده خودباوری بالاتر خواهد بود و برعکس. روایی و پایایی این پرسشنامه در تحقیق انجام شده توسط مقیمی فام (۱۳۷۹) ۸۲٪ a گزارش شده است و آلفای به دست آمده رضایت‌بخش می‌باشد. در تحقیق براتی (۱۳۷۵) ضریب پایایی این آزمون از طریق روش اسپیرمن-براون با طول برابر ۰/۷۶ و با طول نابرابر ۰/۷۶ و از روش دو نیمه کردن گاتمن برابر ۰/۷۶ به دست آمد. طباطبائی (۱۳۷۶) ضریب پایایی این آزمون را با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۴ a برآورد شده است. برای سنجش روایی سازه‌ای مقیاس خودکارآمدی، امتیاز به دست آمده توسط آنها اندازه‌گیری چندین ویژگی شخصیتی همبسته شده است. این اندازه‌های شخصیتی در برگرنده مقیاس درونی-بیرونی، خرده‌مقیاس کنترل شخصی، مقیاس L.E (گورینف لائو و نتین)، مقیاس درجه تمایل اجتماعی (مارل-کراون) و مقیاس بین فردی (روزنبرگ) می‌باشد. در تحقیق طباطبائی (۱۳۷۶) به منظور ارزیابی روایی سازه‌ای این آزمون نتایج حاصل از این وسیله مطابق روش مورد استفاده توسط گیبسون و دمپو و ولفوک و هوی با استفاده از روش تحلیل عاملی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت و به این نتیجه رسید که فرم فارسی این وسیله با فرم انگلیسی و اصلی آن از لحاظ سازه کاملاً همخوانی دارد و از روایی سازه‌ای خوبی برخوردار است.

روش امتیازدهی و تحلیل داده‌ها

تجزیه و تحلیل اطلاعات حاصل از این تحقیق در دو سطح آمار توصیفی و استنباطی انجام می‌شود. در سطح آمار توصیفی از فراوانی، درصد، میانگین و انحراف معیار؛ و در سطح آمار استنباطی از همبستگی پیرسون، استفاده شد. از نرم افزار **spss27** جهت آنالیز داده‌ها استفاده شد.

یافته‌ها

به منظور بررسی رابطه بین خودباوری و سرمایه روانشناختی دانش آموزان ورزشکار پسر (با سابقه فعالیت ورزشی مداوم حداقل یک سال) در دوران کرونا از همبستگی پیرسون استفاده گردید. جدول ۱، میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای این پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۱: میانگین و انحراف استاندارد متغیرها

تعداد	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف استاندارد	
۲۰۰	۱۲	۳۶	۲۹/۲۵	۴/۳۹	خودکارآمدی
۲۰۰	۱۴	۳۶	۲۷/۵۴	۴/۵۰	امیدواری
۲۰۰	۱۱	۳۶	۲۴/۹۷	۴/۶۵	تاب آوری
۲۰۰	۱۷	۳۵	۲۶/۷۸	۳/۲۱	خوش بینی
۲۰۰	۷۶	۱۳۹	۱۰۸/۶۳	۱۲/۸۶	سرمایه روانشناختی
۲۰۰	۱۷	۷۴	۲۷/۵۶	۶/۰۳	خودباوری

در جدول (۱) که میانگین است دیده شد که: میانگین سرمایه روانشناختی برابر با ۱۰۸/۶۳ و میانگین خودباوری ۲۷/۵۶ می‌باشد. همچنین در زیرمقیاس‌های سرمایه روانشناختی از بیشترین به کمترین میانگین را ۲۹/۲۵ (خودکارآمدی)، ۲۷/۵۴ (امیدواری)، ۲۶/۷۸ (خوش بینی) و ۲۴/۹۷ (تاب آوری) دارا می‌باشند.

جدول ۲. ضریب همبستگی پیرسون بین متغیرهای خودباوری و سرمایه روانشناختی

خودکارآمدی	سرمایه روانشناختی
	۱
سرمایه روانشناختی	همبستگی پیرسون سطح معناداری
خود باوری	همبستگی پیرسون سطح معناداری

۰/۳۶۹**
۰/۰۰۱

نتایج به دست آمده از پژوهش در جدول ۲ نشان داد که بین سرمایه روانشناختی و خودباوری با ۹۹ درصد اطمینان ($\alpha=0/01$) و ضریب همبستگی ۰/۳۶۹ رابطه مثبت معنادار بوده است. با توجه به رابطه مثبت و معنی‌داری دو متغیر خودباوری و سرمایه روانشناختی زیر مقیاس‌های سرمایه روانشناختی با خودباوری در زیر آورده شده است.

جدول ۳. همبستگی خودباوری و مولفه‌های سرمایه روانشناختی

خودباوری	سرمایه روانشناختی	خوشبینی	تاب آوری	امیدواری	خودکارآمدی	
					۱	همبستگی پیرسون
						سطح معناداری
				۱	۰.۵۳۰	همبستگی پیرسون
					۰.۰۰۰	سطح معناداری
			۱	۰.۴۵۹	۰.۳۵۸	همبستگی پیرسون
					۰.۰۰۰	سطح معناداری
		۱	۰.۴۳۷	۰.۴۹۷	۰.۳۶۹	همبستگی پیرسون
				۰.۰۰۰	۰.۰۰۰	سطح معناداری
	۱	۰.۷۰۷	۰.۷۵۵	۰.۸۱۴	۰.۷۵۹	همبستگی پیرسون
			۰.۰۰۰	۰.۰۰۰	۰.۰۰۰	سطح معناداری
۱	۰.۳۶۹	۰.۵۷۱	۰.۲۰۰	۰.۲۵۴	۰.۱۹۶	همبستگی پیرسون
		۰.۰۰۰	۰.۰۰۰	۰.۰۰۰	۰.۰۰۰	سطح معناداری

نتایج حاصل از این بررسی نشان داد که خودباوری و زیرمولفه‌های سرمایه روانشناختی (خودکارآمدی، امیدواری، تاب آوری و خوشبینی) در سطح معناداری ($\alpha=0/01$) ۹۹ درصد اطمینان معنادار بوده و ضریب همبستگی هر کدام به ترتیب ۰/۱۹۶، ۰/۲۵۴، ۰/۲۰ و ۰/۵۷۱ می‌باشد.

بحث

هدف از پژوهش حاضر بررسی میزان رابطه خودباوری و سرمایه روانشناختی ورزشکاران دانش آموز در دوران کرونا می‌باشد و براساس نتایج به دست آمده استنباط می‌شود که سرمایه روانشناختی و زیرمقیاس‌های آن همچون خودکارآمدی، امیدواری، خوشبینی و تاب آوری عوامل مهمی برای خودباوری افراد در شرایط حاد استرس‌زا مانند پاندمی کووید ۱۹ می‌باشد و هر چقدر سرمایه روانشناختی افراد قوی‌تر و پرنرگ‌تر باشند شاهد آن خواهیم بود که افراد خودباوری بالاتری از خود نشان دهند و ارتباط این دو متغیر با هم به طور مستقیم می‌باشد.

کرونا و پروس قدرت سرایت بالایی دارد به طوری که به طور میانگین هر شخص می‌تواند سه نفر دیگر را مبتلا کند [۲۳]. شایع‌ترین علائم طی ۲ الی ۴ روز شامل تب، خستگی، سرفه خشک، درد عضلانی و تنگی نفس می‌باشد و این بیماری در حال حاضر کل جهان را فرا گرفته است و باعث ابتلای میلیون‌ها نفر در دنیا شده است [۲۴]. تاثیر منفی COVID-19 و پیامدهای آن بسیار گسترده است، از جمله نتایج منفی در سلامت روان، افزایش علائم افسردگی و اضطراب، اختلالات استرس و بی‌خوابی، خشم و ترس است [۲۵]. سالاری و همکاران نشان دادند که طیف گسترده‌ای از نتایج روانشناختی در طی شیوع ویروس، در سطح فردی، اجتماعی، ملی و بین‌المللی مشاهده شده است و در سطح فردی، افراد احتمالاً ترس از بیماری یا مرگ، احساس درماندگی و رها شدن توسط دیگران را تجربه می‌کنند [۲۶]. همچنین احساس خودباوری، از منابع مختلف از جمله موفقیت‌ها و شکست‌های خود فرد، مشاهده موفقیت یا شکست دیگرانی که شبیه او هستند و ترغیب کلامی سرچشمه می‌گیرد؛ مشاهده موفقیت یا شکست افراد شبیه وی و به عبارتی مشاهده جانشینی کلی از نتایج مثبت دیگر ارتباط اجتماعی موفق است [۲۷]. و منظور از خودباوری این است که شخص در خود احساس اطمینان و اعتماد به نفس می‌کند که می‌تواند در یک موقعیت، به طور مناسب و موثر، اقدام و رفتار کند [۲۸]. نتایج نشان می‌دهد افراد با خودباوری بالا بیشتر از راهبردهای مقابله‌ای مساله‌مدار استفاده می‌کنند و خودباوری پائین با راهبردهای هیجان‌مدار و علائمی چون اضطراب، افسردگی در ارتباط است [۲۹]. یافته‌های پژوهشی حاکی از آن است که سرمایه روانشناختی با سطوح روانی فرد، ارتباط نزدیکی دارد یعنی برخورداری از سرمایه روانشناختی بالا به بهبود کیفیت روانشناختی فرد کمک خواهد کرد؛ بنابراین سرمایه روانشناختی می‌تواند به عنوان یک عامل محافظت‌کننده داخلی برای بهزیستی روانشناختی در نظر گرفته شود [۳۰]. همچنین، پژوهشگران معتقدند که ریشه بسیاری از مشکلات روانی و اجتماعی، تنش، استیصال، افسردگی، یاس و ناامیدی، احساس عجز، احساس تنهایی، تحمل اجتماعی و غیره در پائین بودن میزان سرمایه روانشناختی افراد، جوامع و ملت‌ها قرار دارد که با تقویت سرمایه روانشناختی می‌توان با این مشکلات مبارزه کرد [۳۱]. باید توجه داشت که هم خود بیماری‌های اپیدمی و هم راهکارهای رویارویی با آنها دارای اثرات آسیب‌زای روانشناختی بوده‌اند که عدم توجه

پژوهشگران به این گستره می‌توانند زمینه‌ساز آسیب‌های روانی شناختی گسترده گردد [۳۲]. مداخله روانشناختی مبتنی بر سرمایه روانشناختی می‌تواند به عنوان روشی کارآمد جهت افزایش مولفه‌های امید، خودکارآمدی، تاب‌آوری و خوش‌بینی و کاهش نشانه‌های افسردگی در بیماران مبتلا به افسردگی مورد استفاده قرار گیرد [۳۳]. با توجه به نتایج و همبستگی میان مقیاس‌های سرمایه روانشناختی و خودباوری دانش‌آموزان در دوران کرونا، می‌توان پیشنهاد کرد که آموزش‌ها و کارگاه‌های لازم را در راستای افزایش هر کدام از مقیاس‌های سرمایه روانشناختی و خودباوری آنها برگزار کرد [۳۴] و با توجه به اینکه کرونا تأثیرات منفی روانی زیادی را بر جامعه تحمیل می‌کند برای بهبود عملکرد و بالا بردن ظرفیت روانشناختی ورزشکاران (دانش‌آموزان ورزشکار) نیاز است آگاهی‌های لازم در جهت مدیریت بحران به آنها داده شود [۳۵].

نتیجه‌گیری

به طور کلی در رابطه با نتایج تحقیق می‌توان اظهار داشت که سرسختی روانی و خرده‌مقیاس‌های تعهد، کنترل و مبارزه‌جویی توانست بر عملکرد ورزشی والیبالیست‌ها مانند بهبود تعداد سرویس‌های منجر به امتیاز، تعداد پاس‌های منجر به امتیاز، تعداد امتیازهای دریافتی، تعداد خطاهای شخصی، امتیازهای منجر به دفاع روی تور، امتیازهای منجر به دفاع عقب زمین، تعداد اسپک‌ها تأثیر مثبت و معناداری داشته باشد. یک والیبالیست ممکن است شرایط جسمانی و مهارت حرفه‌ای لازم را برای رسیدن به موفقیت در میدانی رقابت داشته باشد اما این مسئله تنها تضمین‌کننده کسب موفقیت برای او نیست. عوامل روانشناختی موثر مانند خستگی ذهنی که در این پژوهش نیز مورد بررسی قرار گرفت یکی از عوامل تأثیرگذار در این زمینه است. طبق نتایج بدست آمده از پژوهش، تمرینات مبتنی بر سرسختی روانشناختی به عنوان روشی کارآمد با پیشینه پژوهشی مستحکم می‌تواند در جهت افزایش تعهد، کنترل و مبارزه‌جویی والیبالیست‌ها مورد استفاده قرار گیرد. بر این اساس می‌توان گفت با توجه به عوامل موثر بر عملکرد ورزشکار نخبه به طور همزمان و مداخله‌ای مانند سرسختی روانشناختی توسط فرد متخصص، می‌تواند به عملکرد او بهبود ببخشد.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش

در اجرای پژوهش ملاحظات اخلاقی مطابق با دستورالعمل کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی قم در نظر گرفته شده است، نویسندگان اصول اخلاقی را در انجام و انتشار این پژوهش علمی رعایت نموده‌اند و این موضوع مورد تأیید همه آنهاست.

مشارکت نویسندگان

تمام نویسندگان در آماده‌سازی این مقاله مشارکت یکسان داشته‌اند.

حامی مالی

این مقاله هیچ‌گونه کمک مالی از سازمان تامین‌کننده مالی در بخش‌های عمومی و دولتی، تجاری، غیرانتفاعی دانشگاه یا مرکز تحقیقات دریافت نشده است.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، این مقاله تعارض منافع ندارد.

سپاسگزاری

از همکاران گرانقدر در تربیت بدنی آموزش و پرورش و اداره کل ورزش و جوانان استان قم، تشکر و قدردانی می‌شود.

References

1. World Health Organization. (2020). Mental health and psychological considerations during the COVID-19 outbreak, 18 March 2020 (No. Who/2019-nCov/Mental Health/2020.1.). *World Health organization*.
2. Alipour, Ahmad; Ghadami, Abolfazl; Alipour, Zahra; Abdollahzadeh, Hassan. (2019). Preliminary validation of the Corona Disease Anxiety Scale (DAS) in an Iranian sample. *Quarterly Journal of Health Psychology* (4)32: 175-163.
3. Wu, Z., & McGoogan, J. M. (2020). Characteristics of and important lessons from the coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak in china: summary of a report of 72314 cases from the Chinese center for Disease Control and Prevention. *Jama*, 323(13),1239-1242.
4. Neuberg, S. L., Kenrick, D.T., Schaller, M. (2011). Human threat management systems: self-protection and disease avoidance. *Neuroscience Bio behavior revolution journal*, 35(4), 1042-1051.
5. Raude, J., McColla, K., Flamand, C., Apostolidis, T. (2019). Understanding health behavior changes in response to outbreaks: Findings from a longitudinal study of a large epidemic of mosquito-borne disease. *Social Science & Medicine*, 230,184-193.
6. Brooks, S. K., Webster, R.K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and low to reduce it: Vapid review of the evidence. *Rapid Review*. 395, 912-920.
7. Qiu, J., Shen, B., Zhao, M., Wang, Z., Xie, B., & Xu, Y. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implication and policy recommendations. *General Psychiatry*, 33,1-4.
8. Luthans, F., Avolio, B. J., Avey, J. B., & Norman, S. M. (2007). Positive psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction. *Personnal Psychology*, 60(3), 541-572.
9. Luthans, F., & Youssef, C. M. (2017). Psychological capital: An evidence-based positive approach. *Annual Review of organizational Psychology and Organizational Behavior*, 4,339-366.
10. Askari, Fahimeh; Work Experience, Mahshid; Tohidi, Afsaneh. (2017). The role of psychological capital on social problem-solving ability through the mediation of intellectual preferences. *Positive Psychology Research Journal* 2(26): 88-73.
11. Goldsmith, A., Veum, J., Darity, W. (1997). Unemployment, Joblessness, Psychological wellbeing and self-esteem: theory and evidence. *J Socie Econ*, 26, 133-158.
12. Li, D. (2020). Influence of the youth's psychological capital on social Anxiety during the COVID-19 pandemic outbreak. *Iran Journal Public Health*, 49(11), 2060-2068.
13. Zohor Fazheh, Vojihe. (2018). The relationship between social support and resilience with social anxiety and psychological distress of mothers of exceptional children. *Family Studies Quarterly*, 15(2), 301-283.
14. Dehqany, M., Javadipoor, M., & Islamdoost, S. (2015). The relationship between metacognitive beliefs and self-efficacy of teachers with their professional qualifications. *Journal of Applied Research in Psychology*. 5(4): 68-51.
15. Tavakoli, Tarlan. (2019). Presenting a model of the causal relationship between psychological capital and social anxiety and the mediating role of coping styles during the COVID-19 outbreak in female students. *Scientific Journal of Women and Culture* 12(47): 120-109.
16. Esmaeil Nasab, Nima; Miryousefi, Seyed Jalil. (2019). Investigating the role of organizational health and psychological capital on improving the well-being of employees in sports organizations. *Journal of Organizational Behavior Management Studies in Sports* 7(28): 128-115.
17. Fletz, D. L., & Lirgg, C. D. (2001). Self-efficacy beliefs of athletes, teams, and couches. *Handbook of sport psychology*, 2, 340-361.

18. Fourotanbagha, P., Nezami, M., Soltaninejad, A., Eskandari, H., & Manzari tavakoli, V. (2016). The effectiveness of life skills training on self-esteem and self-efficacy lower secondary school students. *Journal of Applied Research in Psychology*, 6(3): 72-61.
19. Tankamani, Narges; Sohrabi, Faramarz. (2018). The relationship between life orientation (optimism, pessimism) and depression, stress, anxiety. *Journal of Psychology Development*, 7(12): 26-13.
20. Bandura, A., (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavior change. *Psychological review*, 48, 191-215.
21. Sharifi, Mohammad; Hassani, Tavana; Nafri, Shima. (2016). Predicting social anxiety of students based on self-efficacy, self-esteem and family emotional climate. First International Conference on Psychology and Social Sciences, Tehran. <https://Civilica.com/doc/534621>
22. Rudgarian, Maryam; Zamani, Farshideh; Rasouli, Seyed Esmat. (2019). The aim of modeling the structural relationships between self-efficacy, psychological capital and academic anxiety of high school students in Babol city. *Journal of the Faculty of Medicine, Mashhad University of Medical Sciences*, 64 (5): 4175-4185.
23. Bahmani, B., Torabiyan, S., Rezainejad, S., Manzari Tavakoli, V., & Meinfard, M. (2017). Evaluate the effectiveness of training on social adjustment and emotional self-efficacy and social anxiety in adolescents. *Journal of Applied Research in Psychology*, 7(2): 80-68.
24. Bao, Y., Sun, Y., Meng, S., Shi, J., a Lu, L. (2020). 2019-Ncov epidemic: address mental health care to empower society. *The Lancet*, 395(10224), e37-e38.
25. Yang, Y., Li, W., Zhang, Q., Zhang, L., Cheung, T., & Xiang, Y.T. (2020). Mental health services for older adults in china during the COVID-19 outbreak the *Lancet Psychiatry*, 7(4), e19.
26. Salari, N., Hosseinian-Far, A., Jalali, R., Vaisi-Roygani, A., Rasoulpoor, S., Mohammadi, M... & Khaledi-Paveh, B. (2020). Prevalence of stress, anxiety, depression among the general population during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Globalization and health*, 16(1), 1-11.
27. Asghari, M. (2016). The relationship between computer experience and social skills, self-efficacy blind students. *Journal of Applied Research in Psychology*, 6(3): 18-1.
28. Pennycook, G., McPhetres, J., Zhang, Y., Lu, JG., & Rand, DG. (2020). Fighting COVID-19 misinformation on social media: Experimental evidence for a scalable accuracy-nudge intervention. *Psychological Science*, 31(7), 770-780.
29. Terry, D. J. (1994). Determinants of Coping: the role of stable and situational factors. *Journal of personality and social Psychology*, 66(5): 895.
30. Kim, M., Kim, A., Chan, H., Nywman, J., Ferris, G. R., & Perrew, P. L. (2019). The antecedents and concequeces of Positive organizational behavior: the role Psychological Capital for Promoting employee wellbeing in sport organizations. *Sport Management Review*, 22(1), 108-25.
31. Foroutan, Mohammad Reza; Ahadi, Hassan; Asgari, Parviz; Sahebi, Ali and Pishghadam, Kaveh (2019). The effectiveness of musical performance on depression and psychological capital of dysthymic individuals (depressed individuals). *Journal of Psychological Sciences*, 19(85): 79-71.
32. Jiang, W., Hou, G., Li, J., Peng, C., Wang, S., Liu, S., Zhuang, Q., Chen, J., Liu, H. (2019). Prevalence of H7N9 subtype avian influenza viruses in poultry in china, 2013-2018. *Trans boundary emergency diseases*. 66(4), 1758-1761.
33. Mokhtari, Abbas; Kojbaf, Mohammad Bagher; Abedi, Mohammad Reza. (2019). The effect of psychological capital-based intervention on hope, optimism, resilience and self-efficacy of depressed patients. *Journal of Psychological Sciences* 9(95): 1421-1411.
34. Aljouni, A. O., & Almahaireh, A. S. (2020). Relationship between coronavirus-related anxiety and optimism among undergraduates at the University of Jordan. *Journal of Critical reviews*, 7(19), 7721-7728.

35. Mirhossieni, S. M., Dadgari, A., Basirinezhad, M. H., Mohammadpour hodki, R., & Ebrahimi, H. (2020). The role of Hope to Alleviate Anxiety in COVID-19 outbreak among community Dwellers: An online Cross-sectional survey. *Annals of the Academy of Medicine, Singapore*, 49(10), 723-730.



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی