

پژوهش‌های کاربردی در مدیریت ورزشی
دوره ۲، شماره ۳ (۷ پیاپی)، زمستان ۱۳۹۲، ص ۷۵-۸۸

تعیین رابطه سخت‌رویی و انگیزه پیشرفت با احساس از موفقیت ورزشی در دانشجویان ورزشکار دانشگاه‌های ایران و عراق

حامد فرزی^{۱*}، همایون عباسی^۲، ابوذر سوری^۳، فرهاد نظری^۴

تاریخ دریافت: ۱۳۹۲/۷/۹ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۲/۱۱/۷

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی ارتباط سخت‌رویی، انگیزه پیشرفت با احساس از موفقیت ورزشی در بین دانشجویان ایرانی و عراقی شرکت‌کننده در مسابقات بین‌دانشگاهی کرمانشاه بود. این پژوهش از نوع تحقیقات توصیفی-همبستگی است. حجم جامعه مورد مطالعه ۲۲۵ نفر بودند که به صورت تصادفی طبقه‌ای ۱۴۴ نفر از آن‌ها (۸۴ دانشجوی ایرانی، ۶۰ دانشجوی عراقی) به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. جهت جمع‌آوری اطلاعات از ۳ پرسشنامه سخت‌رویی (کوباسا، ۱۹۷۹) پرسشنامه انگیزه پیشرفت (هرمانس، ۱۹۷۰) و پرسشنامه احساس از موفقیت ورزشی (ترشر و رابرتس، ۱۹۹۸) استفاده گردید. جهت بررسی پایایی ابزارهای تحقیق، تعداد ۳۰ پرسشنامه به عنوان مطالعه مقدماتی میان نمونه‌ها پخش شد و بعد از تجزیه و تحلیل داده‌ها میزان آلفای کرونباخ برای پرسشنامه سخت‌رویی ۰/۸۶، پرسشنامه انگیزه پیشرفت ۰/۷۵ و پرسشنامه احساس از موفقیت ورزشی ۰/۷۸ بدست آمد. برای تحلیل آماری داده‌ها از آمار توصیفی و به منظور بررسی فرضیات پژوهش از آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون خطی به روش همزمان استفاده شد. نتایج تحلیل داده‌های این پژوهش نشان داد که بین سخت‌رویی و موفقیت ورزشی در سطح $(p < 0/01)$ و انگیزه پیشرفت و موفقیت ورزشی در سطح $(p < 0/01)$ رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که سخت‌رویی ۵۰ درصد و انگیزه پیشرفت ۴۳ درصد از تغییرات واریانس موفقیت ورزشی را تبیین می‌کنند. در نهایت می‌توان اذعان داشت که افراد سرسخت توانایی کنترل محیط و مقابله کردن با تغییرات محیطی را دارا می‌باشند و تغییرات محیطی را عامل برای رشد و نمود خود قلمداد می‌کنند و جوامعی که افراد آن دارای انگیزه نباشند، حتی با وجود امکانات عالی و شرایط مساعد طبیعی، کم‌تر شانس توسعه و ترقی خواهند داشت.

واژگان کلیدی

سخت‌رویی، انگیزه پیشرفت، احساس از موفقیت ورزشی، مسابقات بین‌دانشگاهی.

Email: farzi_hamed@yahoo.com

۱. کارشناس ارشد مدیریت ورزشی، دانشگاه رازی کرمانشاه (نویسنده مسئول)

۲. استادیار مدیریت ورزشی، دانشگاه رازی کرمانشاه

۳. کارشناس ارشد مدیریت ورزشی، دانشگاه رازی کرمانشاه

۴. کارشناس ارشد مدیریت ورزشی، دانشگاه رازی کرمانشاه

مقدمه

انگیزش اصلی‌ترین عنصر شخصیت انسان است. این خصیصه فعالیت‌های انسان را هدایت می‌کند و سبب می‌شود که فرد کم و بیش فعال باشد. بدون وجود میل برای موفقیت، دیگر توانایی‌ها و خصیصه‌های روانشناختی تاثیر آنچنانی روی عملکرد موفق افراد ندارند (سینگ و ساینی، ۲۰۱۳). کسب موفقیت و عملکرد مطلوب ورزشکاران در مسابقات ورزشی از موضوعاتی است که بیشترین توجه سازمان‌های متولی ورزش در کشورهای مختلف را به خود معطوف نموده است (صابونچی و همکاران، ۱۳۹۲). امروزه در دنیای تمرین و ورزش، تمرین مداوم، تنها کلید موفقیت محسوب نمی‌شود؛ بلکه احتیاج به ویژگی‌های شخصیتی خاص احساس می‌شود؛ زیرا ورزشکاران در محیط استرس‌زا رقابت می‌کنند؛ که سبب بروز هیجان برای ورزشکاران می‌شود. وجود عوامل استرس‌زا نظیر داوری بد، واکنش تماشاگران، آسیب‌دیدگی و... (انشل^۱ و همکاران، ۲۰۰۰)، ضرورت وجود مهارت‌های خاص برای حفظ سلامت ورزشکاران را آشکار می‌سازد. چرا که ناتوانی در مقابله با عوامل استرس‌زا برای عملکرد موفقیت آمیز ورزشکار زیان بخش خواهد بود (بشارت، ۸۸). نقش مهارت‌های روانی در ارتقا عملکرد ورزشی در سنین مختلف و در انواع ورزش‌ها وجود دارد (مورگان^۲، ۲۰۰۶). ورزشکارانی که از نظر روانی در وضعیت سالمی قرار دارند، موفقیت بیشتری در امر ورزش کسب کرده‌اند و این سلامتی سبب شادابی بیشتر در تمرینات آن‌ها شده است (اورلایک^۳، ۱۹۸۶). یکی از مدل‌های مقابله با استرس‌های موجود در ورزش که مانع موفقیت ورزشکاران است، رویکرد روانشناسی مثبت

می‌باشد که توانمندی‌ها، محاسن افراد، استعدادها و نقاط قوت افراد را بررسی می‌کند (بشارت، ۸۸). از سازه‌های مورد بررسی این رویکرد سخت‌رویی و انگیزه پیشرفت می‌باشد.

بر اساس مبانی نظری مربوط به موفقیت ورزشی^۴، پیشرفت در رقابت‌های ورزشی (ورزش‌گرایی) به هدف‌گرایی فرد وابسته است که این هدف‌گرایی مبتنی بر هدف تکلیف‌گرایی یا هدف خود‌گرایی می‌باشد. افراد با توجه به تفاوت‌های فردی از میزان توانایی متفاوتی در مؤلفه تکلیف‌گرایی و خود‌گرایی برخوردارند. افراد تکلیف‌گرا بیشتر خود مرجع هستند؛ این افراد بیشتر بر هدف‌های مبتنی بر بهبود تکلیف و عملکرد تمرکز دارند، در صورتی که افراد خود‌گرا متمایل به تعیین هدف‌های هنجار مرجعی هستند و بر بهتر عمل کردن نسبت به سایرین یا عملکرد برابر با تلاش کمتر تمرکز دارند. افراد خود‌گرا از شایستگی ادراک شده کمتری برخوردارند؛ تلاش کمتری از خود نشان می‌دهند و بیشتر از خود و ارزش‌هایشان حفاظت می‌کنند و از فعالیت‌های چالشی و مخاطره آمیز دوری می‌کنند (کاواسانو و رابرتز^۵، ۲۰۰۱). موفقیت ورزشی به عنوان هدف اصلی ورزش‌های قهرمانی همیشه مد نظر ورزشکاران، مربیان و پژوهش‌گران عرصه‌ی ورزش بوده است (وودز^۶، ۱۳۸۸). بررسی و شناخت شاخص‌های مهم روانی ورزشکاران جوان و تعیین مقادیر اضطراب، افسردگی، مهارت‌های شخصیتی و انگیزه می‌تواند راهنمای خوبی برای مربیان، خانواده و والدین ورزشکاران و خود ورزشکار باشد تا از هدر رفتن انرژی و استعداد ورزشکار در رشته ورزشی که در آن توانایی پیشرفت را ندارد، جلوگیری شود. داوونپورت (۲۰۰۶) در

4. Sport Achievement
5. Kavussanu & Roberts
6. Wods

1. Anshel & et.al
2. Morgan
3. Orlick

ویژگی شخصیتی است که به عنوان یک منبع و سپر محافظ عمل می‌کند. کوباسا (۱۹۸۸) سرسختی را ترکیبی از باورها در مورد خویش و جهان تعریف می‌کند که از سه مؤلفه‌ی تعهد، کنترل و مبارزه جویی تشکیل شده است. شخصی که از تعهد بالای برخوردار است. اهمیت و معنای اینکه چه کسی است و چه فعالیتی انجام می‌دهد را باور دارد. افرادی که در مؤلفه کنترل قوی هستند رویدادهای زندگی را قابل پیش بینی و کنترل می‌دانند و بر این باورند که قادرند با تلاش آنچه را که در اطرافشان رخ می‌دهد، تحت تأثیر قرار دهند. اشخاصی که مبارزه جویی بالایی دارند، موقعیت‌های منفی یا مثبتی که به سازگاری مجدد نیاز دارد را فرصتی برای یادگیری و رشد بیشتر می‌دانند، تا تهدید برای امنیت و آسایش خویش (کوباسا، ۱۹۹۸؛ مدی، ۱۹۹۰، ۴ و پروکز، ۲۰۰۳).

یکی از حوزه‌های مهم برای بررسی و مطالعه علمی تأثیرات سخت کوشی بر عملکرد و رفتار، حوزه روان شناسی ورزش است. پژوهش‌های محدود انجام شده توانسته‌اند به بررسی تأثیر سخت کوشی بر عملکرد ورزشی بپردازند. مدی و هس^۴ (۱۹۹۲) با مطالعه سخت کوشی در بازیکنان بسکتبال به این نتیجه رسیدند که ورزشکاران سخت کوش رقابت‌های ورزشی را کمتر استرس زا تفسیر می‌کنند و آن‌ها را موقعیت‌هایی مطلوب، کنترل پذیر و چالش انگیز می‌بینند. گلبی و شیرد^۵ (۲۰۰۴) نیز نشان دادند که سطوح سخت کوشی در دسته‌های مختلف لیگ راگی متفاوت است و در بازیکنان حرفه‌ای لیگ برتر به بیشترین حد می‌رسد. یکی از سازه‌های روان شناختی که می‌توان پیش بینی کرد برای رفتار و موقعیت ورزشی تعیین کننده باشد، سخت رویی است.

بشارت (۱۳۸۴)، در پژوهشی رابطه سخت رویی با موفقیت

تحقیق خود روی ورزشکاران رشته کیک بوکسینگ نشان داد که مهارت‌های روانی و دو خصیصه شخصیتی انگیزه ورزشی^۱ و خود اثر بخشی با موفقیت ورزشکاران در ارتباط می‌باشد.

سخت رویی^۲ یک ویژگی شخصیتی بسیار و بارز و مهم می‌باشد که سهم بسزایی در شناخت انسان به عنوان موجودی مختار و ارزشمند داشته است. این ویژگی از انسان فردی کارآمد و توانا می‌سازد که می‌تواند حتی در بحرانی‌ترین شرایط و فشار زا ترین موقعیت‌ها به مقابله‌ای منطقی و معقولانه و کار ساز دست بزند و کماکان روان و جسم خود را حفظ نماید (کوباسا، ۱۹۷۹). سخت رویی از جمله نظام باورهای است که نقش بنیادی در کیفیت زندگی آدمی داشته و ایجاد تعادل بین ابعاد مختلف آن را به عهده دارد (بیاضی، ۱۳۷۶). در واقع سخت رویی را یک انگیزشی و عامل درونی هدایت می‌کند و به همین جهت از ثبات و پایداری زیادی برخوردار می‌باشد (کوباسا، ۱۹۷۹). وجود این سازه، فرد را در شرایط سخت پیش می‌برد و او را یاری می‌دهد تا وقایع تهدید آمیز را با موفقیت بیشتری پشت سر بگذارد؛ لذا سخت رویی، توانایی درک درست شرایط بیرونی و قابل تصمیم گیری مطلوب در مورد خویش است (جمهری، ۱۳۸۰). این افراد با جستجو در محیط اطراف خود به دنبال یافتن منابعی برای کمک به کاهش استرس در زندگی هستند تا موجب کنار آمدن موثر و بهتر آنان با دسترسی موجود شود و با تکیه بر انعطاف پذیری موجود در شخصیت موجب کاهش احساس ترس‌های درونی در موقعیت‌های جدید شوند (کوباسا، ۱۹۷۹، مدی و کوهن، ۱۹۹۸). افراد سخت رو، حوادث زندگی را کمتر استرس زا می‌دانند (قربانی و همکاران، ۲۰۰۰)؛ و با این حوادث بهتر سازگار می‌شوند (بیاضی، ۱۳۷۶). از نظر کوباسا (۱۹۸۲) سرسختی یک

4. Maddi
5. Brooks
6. Maddi & Hess
7. Golby & Sheard

1. Sport Motivation
2. Hardiness
3. Kobassa

حساب می‌آید. انگیزه پیشرفت به شرطی می‌تواند در رشد اقتصادی جامعه موثر باشد که شرایط محیطی از قبیل ارزش‌های فرهنگی - نظامی، اجتماعی و سیاسی حاکم بر جامعه بر پرکاری، تحصیل، کسب تخصص، برنامه ریزی و آینده‌نگری ارزش بگذارد و آن را تشویق کند (خدایناهی، ۱۳۸۶). مطالعه علمی در مورد این انگیزه نخستین بار توسط مورای مطرح گردید. مورای^۳ (۱۹۳۸) معتقد بود که در نیاز به پیشرفت، عبارت از نیاز به غلبه کردن به موانع، دستیابی به معیارهای عالی، رقابت کردن با دیگران و پیشی گرفتن از آنان و طبق معیار بالایی زندگی کردن است (ریو^۴، ۱۳۷۶، ترجمه سید محمدی). مک کلند^۵ (۱۹۶۱) و اتکینسون^۶ (۱۹۶۵) معتقدند که انگیزه پیشرفت، جستجو کردن موفقیت در رقابت با استانداردهای عالی می‌باشد (نائلی، ۱۳۷۳). انگیزه پیشرفت تمایل فرد در رسیدگی به اهداف شخصی تعیین شده است. این هدف ممکن است گرفتن نمره (الف) در درس روانشناسی باشد یا صعود به قله کوه (زیمباردو^۷، ۱۹۹۲). به طور کلی افراد دارای انگیزه پیشرفت احساس می‌کنند که بر زندگی‌شان تسلط دارند و از آن لذت می‌برند، آن‌ها سعی می‌کنند عملکرد خود را بهبود بخشند و ترجیح می‌دهند کارهایی را انجام دهند که چالش‌انگیز باشد و به کارهایی دست می‌زنند که ارزیابی پیشرفت آنان امکان‌پذیر باشد (توکرلد^۸، ۲۰۰۰). انگیزه پیشرفت عبارت از نیروی انجام دادن خوب کارها نسبت به استانداردهای عالی (کولمن^۹، ۲۰۰۵). همچنین رویترز انگیزه پیشرفت را سائقه برای پیشه گرفتن بر دیگران، دستیابی به پیشرفت با توجه به ملاک‌های مشخص و تلاش جهت کسب موفقیت می‌داند

ورزشی و سلامت روانی دانشجویان ورزشکار را بررسی کرده است. نتایج پژوهش نشان داد که بین مؤلفه‌های سخت‌رویی با موفقیت ورزشی و سلامت روانی همبستگی مثبت وجود دارد و این متغیرها می‌توانند تغییرات مربوط به موفقیت ورزشی و سلامت روانی را به طور معناداری پیش‌بینی کنند.

در تحقیق دیگری بشارت و همکاران (۱۳۸۸)، رابطه تاب‌آوری و سخت‌رویی را با موفقیت ورزشی و سلامت روانی را در ورزشکاران بررسی کرده‌اند. نتایج نشان داد که تاب‌آوری و سخت‌رویی با موفقیت ورزشی و سلامت روانی رابطه مثبت و معناداری دارد و با درماندگی روان‌شناختی رابطه منفی و معناداری دارند.

یکی دیگر از متغیرهای تأثیرگذار بر موفقیت ورزشی انگیزه پیشرفت است. انگیزه پیشرفت^۱ در ورزشکاران ویژگی ارزشمندی به شمار می‌رود و از همین رو، به این حوزه از روان‌شناسی توجه بسیاری شده است؛ نیاز پیشرفت عبارت است از میل به انجام دادن خوب کارها در مقایسه با معیار برتری. این نیاز افراد را برای جست‌وجو کردن «موفقیت در رقابت با معیار برتری» با انگیزه می‌کند. معیارهای برتری به این علت نیاز پیشرفت را برمی‌انگیزند که عرصه بسیار معناداری برای ارزیابی میزان شایستگی فرد تأمین می‌کنند (وودز، ۱۳۸۸).

انگیزه پیشرفت یکی از مهم‌ترین انگیزه‌های اجتماعی است که بر رفتار انسان تأثیر می‌گذارد، که می‌توان آن را در پیش‌بینی و تبیین رفتار انسان مورد توجه قرار داد (الیوت^۲، ۱۹۹۷). در واقع گفته شده که جامعه پویا نیازمند انسان‌های پویا و با انگیزه است. رشد و توسعه مقوله‌ای است که همه‌ی کشورها و جهان مطرح است. امروزه انگیزه پیشرفت از مشخصه‌های روان‌شناختی توسعه‌ی جوامع به

3. Moray
4. Rio
5. Macclelland
6. Atkinson
7. Zimbardo
8. Tocherladd
9. Coleman

1. Achievement Motivation
2. Elliot

شکایات جسمانی در افرادی که از فشارهای خانوادگی رنج می‌برند بیشتر است. راهلند و همکاران^۳ (۲۰۰۷) بر اساس پژوهشی به تعارض نقش و رابطه آن با انگیزه پیشرفت و عملکرد تحصیلی پرداخت به این نتیجه دست یافته که داشتن انگیزه پیشرفت بالا بر عملکرد دانش آموزان تأثیر بیشتری داشته و باعث بالا بردن سطح عملکرد دانش آموزان نسبت به دانش آموزانی که انگیزه پیشرفت کمی دارند می‌باشد.

کامبولتز^۴ (۲۰۱۱)، در پژوهشی تحت عنوان دستاوردهای انگیزش پیشرفت بر اساس نتیجه نشان داد که با بالا رفتن سن انگیزه پیشرفت در افراد درونی‌تر می‌شود و حس رقابتی بین افراد کمتر می‌شود و فرد از درون بر انگیزه می‌شود؛ و هر چه انگیزه پیشرفت در افراد درونی‌تر باشد در رسیدن به موفقیت بیشتر تلاش می‌کنند.

شایان ذکر است برای مدیریت علمی و حرفه‌ای ورزش کشور شناسایی عامل‌های روان‌شناختی تأثیر گذار بر رفتار و موفقیت ورزشی ضرورت به شمار می‌رود (بشارت، ۱۳۸۴). موفقیت ورزشی نیز که هدف اصلی ورزش‌های قهرمانی است ضرورت این پژوهش را نمایان می‌کند؛ زیرا به نظر می‌رسد برای کسب موفقیت ورزشی بررسی متغیرهای تأثیر گذار بر عملکرد ورزشکار از اهمیت زیادی برخوردار است. از جمله‌ی متغیرهای تأثیر گذار سخت‌رویی و انگیزه است که بر عملکرد ورزشکار تأثیر به‌سزایی دارد. از طرفی با بررسی این روابط می‌توان برای کسب موفقیت در ورزش‌های کشور برنامه ریزی هدفمند انجام و سطح رقابتی ورزشکاران را ارتقاء بخشید و تحولی اساسی در ورزش کشور ایجاد نمود.

روش‌شناسی تحقیق

پژوهش حاضر کاربردی بوده که به روش توصیفی-پیمایشی انجام شد. هدف آن بررسی رابطه انگیزه پیشرفت

و معتقد است کسی دارای انگیزه پیشرفت است این تمایل را دارد که کارش را به خوبی انجام دهد و به صورت خود جوش به ارزیابی عملکرد خود پردازد. گیج و برلانیر نیز انگیزه پیشرفت را به صوت یک میل یا علاقه به طور کلی یا موفقیت در یک زمینه خاص تعریف کرده‌اند. افراد از لحاظ این نیاز با هم تفاوت دارند، بعضی دارای انگیزه سطح بالایی هستند و در رقابت با دیگران و در کارهای خود و برای کسب موفقیت به سختی می‌کوشند، بعضی دیگر چندان پیشرفت و موفقیت ندارند و از ترس شکست آماده خطر کردن برای موفقیت نیستند (سیف، ۱۳۸۳).

افرادی که انگیزش پیشرفت در آن‌ها بالا است؛ علاقمند به برتری، به خاطر برتری هستند و نه به خاطر پاداش که به دنبال دارد. آن‌ها نقش‌ها را بر اساس فرصت‌هایی که برای برتری فراهم می‌کنند و نه به خاطر اعتبار آن‌ها، ارزیابی می‌کنند (بال^۱، ۱۹۹۴، ۱۳۷۳). مطالعات بیانگر آن است که افراد با انگیزه پیشرفت بالا معمولاً در مقابل نتایج عملکردشان خود را مسئول می‌دانند، زیرا در این صورت است که آن‌ها از عملکردشان احساس رضایت می‌کنند؛ و این افراد در پرداخت به کارهایی که نتیجه آن‌ها به شانس بستگی دارد کمتر علاقه نشان می‌دهند (مک کلند، ۱۹۷۵). جاجیم و آنا^۲ (۲۰۰۷) در تحقیقی به بررسی ارتباط میان انگیزه پیشرفت، کمال‌گرایی، امید به موفقیت و ترس از شکست با علائم افسردگی و شکایات جسمانی و فشارهای خانوادگی پرداختند. نتایج نشان داد که واکنش‌ها منفی به علائم افسردگی و شکایات جسمانی با ترس از شکست ارتباط داشت. همچنین یافته‌های حاصل از این تحقیق روشن کرد که تلاش برای رسیدن به کمال با امید به موفقیت و انگیزه پیشرفت ارتباط مثبت و معنا دار دارد و نیز تلاش برای رسیدن به کمال و امید به موفقیت و انگیزه پیشرفت با علائم افسردگی و شکایات جسمانی ارتباط منفی دارد این یافته‌ها پیشنهاد می‌کند که ترس از شکست

3. Ruhland
4. Kumbultz

1. Ball
2. Joachim & Anna

مقیاس کنترل، از ۰/۷۹ تا ۰/۸۷ برای زیر مقیاس مبارزه طلبی و از ۰/۸۰ تا ۰/۸۸ برای نمره کل سخت‌کوشی محاسبه شده، که بیانگر پایایی باز آزمایشی کافی برای مقیاس است (بشارت، ۱۳۸۸). همچنین در پژوهش حاضر پایایی سخت‌کوشی به دو روش آلفای کرونباخ محاسبه شد. ضریب پایایی به روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۶ محاسبه شده است. پرسشنامه ادراک از موفقیت ورزشی: به منظور سنجش انگیزه موفقیت ورزشی از پرسشنامه ادراک از موفقیت ورزشی که توسط رابرتز و همکاران (۱۹۹۸) طراحی شده؛ استفاده گردیده است. مبنای سؤالات این پرسشنامه احساس موفقیت در ورزش می‌باشد که نخستین بار برای تعیین انگیزه پیشرفت در ورزش طراحی شده بود و به گونه‌ای طراحی شده‌اند که به عنوان معیاری به کار گرفته شود که آیا ورزشکار به موفقیت رسیده است یا خیر. نسخه نهایی این پرسشنامه، مشتمل بر ۱۲ سؤال می‌باشد که بر اساس مقیاس لیکرت پنج درجه‌ای تنظیم شده است؛ به طوری که برای کاملاً موافق ۵، موافق ۴، بی‌نظر ۳، مخالف ۲ و کاملاً مخالف ۱ امتیاز در نظر گرفته شده است. رابرتز و همکاران همسانی درونی بالایی (۰/۸۲) برای این پرسشنامه ارائه کرده‌اند و با روش آزمون مجدد پایایی این آزمون را ۰/۸ گزارش کرده‌اند. در این پژوهش نیز پایایی این پرسشنامه از طریق آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمد. این محققین برای این پرسشنامه دو مقیاس خود‌گرایی و تکلیف‌گرایی را معرفی کرده‌اند. پرسشنامه انگیزه پیشرفت: ابزاری مدادی-کاغذی است که توسط هرنانز (۱۹۷۰) تهیه و تدوین شده و به وسیله شکرکن و برومند نسب (۱۳۸۱) به فارسی برگردانده شده است. این پرسشنامه ۲۹ ماده دارد که به صورت جملات نیمه تمام می‌باشند و گزینه‌های ارائه شده برای هر ماده بین ۴ تا ۶ گزینه متغیر است. بر این اساس حداکثر نمره هر ماده بین ۴ تا ۶ می‌باشد که با توجه به تعداد گزینه‌های هر ماده تغییر می‌کند. در برخی از

و سخت‌رویی با موفقیت ورزشی دانشجویان ورزشکار می‌باشد. جامعه آماری این پژوهش را کلیه ورزشکاران شرکت‌کننده در مسابقات بین‌دانشگاهی ایران و عراق تشکیل دادند که در سال ۱۳۹۱ در کرمانشاه برگزار شد و تعداد آن‌ها ۲۲۵ نفر بود. روش نمونه‌گیری، در این پژوهش به صورت روش تصادفی طبقه‌ای است. بر اساس جدول برآورد حجم نمونه مورگان^۱ (۱۹۷۰)، به تناسب جمعیت دانشجویان ایرانی و عراقی، ۱۴۴ نفر از دانشجویان (۸۴ دانشجوی ایرانی و ۶۰ دانشجوی عراقی) به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. برای جمع‌آوری اطلاعات این پژوهش از سه پرسشنامه استفاده شد. پرسشنامه سخت‌رویی (کوباسا، ۱۹۷۹): یک پرسشنامه ۴۵ سؤالی است که در آن سؤالات در مقیاس چهار درجه‌ای لیکرت از نمره صفر تا سه برای سه زیر مقیاس تعهد، کنترل و مبارزه طلبی محاسبه می‌شود. هر یک از زیر مقیاس‌های این آزمون بر حسب ۱۵ سؤال ارزیابی می‌شود کمترین نمره‌ی آزمونی در هر یک از زیر مقیاس‌های آزمون صفر و بیشترین آن ۴۵ است. علاوه بر سه زیر مقیاس، از جمع کل نمره‌ی زیر مقیاس‌ها یک نمره کل برای سخت‌رویی به دست می‌آید. مقیاس سخت‌رویی، ابزار معتبر برای سنجش سخت‌رویی و سلامت روانی است. در اعتبار‌یابی مقدماتی نرم‌فارسی مقیاس سخت‌رویی در مورد سه نمونه از دانشجویان، ورزشکاران و بیماران، مشخصه‌های روان‌سنجی آن به شرح زیر گزارش شده است. ضرایب آلفا از ۰/۸۸ تا ۰/۹۳ برای زیر مقیاس تعهد، از ۰/۸۵ تا ۰/۹۴ برای زیر مقیاس کنترل، از ۰/۸۹ تا ۰/۹۵ برای زیر مقیاس مبارزه طلبی و از ۰/۷۸ تا ۰/۹۴ برای نمره‌ی کل سخت‌کوشی محاسبه شده که نشانه همسانی درونی خوب مقیاس است. ضرایب همبستگی نمره‌ها با فاصله‌ی دو تا چهار هفته از ۰/۸۲ تا ۰/۹۰ برای زیر مقیاس تعهد، از ۰/۸۰ تا ۰/۸۸ برای زیر

1. Morgan

استفاده شد و در سطح آمار استنباطی از آزمون K.S، همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون به روش همزمان استفاده شد.

یافته‌ها

آزمودنی‌های پژوهش مشتمل بر ۱۴۴ نفر بودند که ۸۴ نفر از آن‌ها را دانشجویان ایرانی و ۶۰ نفر را دانشجویان عراقی تشکیل دادند. یافته‌ها در دو بخش یافته‌های توصیفی و یافته‌های مربوط به فرضیات تحقیق ارائه می‌شود؛ یافته‌های توصیفی مربوط به متغیرهای انگیزه پیشرفت، سخت‌روی و خرده مقیاس‌های آن و انگیزه موفقیت ورزشی که در جدول زیر ارائه شده است.

ماده‌ها گزینه الف کمترین نمره و در برخی دیگر گزینه الف بالاترین نمره را دارد. گرفتن نمره بالا در این آزمون حاکی از داشتن انگیزه پیشرفت بالا است. همچنین در پژوهش حاضر پایایی پرسشنامه انگیزه پیشرفت به روش آلفای کرونباخ محاسبه شد. ضریب پایایی به روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۵ بود. در این پژوهش به منظور جمع‌آوری پرسشنامه‌ها، پس از تنظیم پرسشنامه‌ها به سه زبان فارسی، عربی و انگلیسی به محل برگزاری مسابقات در هر رشته مراجعه شد و در هنگام استراحت تیم‌ها از ورزشکاران درخواست شد تا پرسشنامه‌ها را پر کنند. به منظور تجزیه و تحلیل نتایج داده‌های جمع‌آوری شده در سطح آمار توصیفی از میانگین، انحراف معیار، فراوانی و رسم جدول

جدول ۱. آماره‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

مؤلفه	تعداد	میانگین	انحراف معیار
انگیزه پیشرفت	۱۴۴	۹۳/۶۵	۵/۸۹
سخت‌روی	۱۴۴	۸۸/۸	۵/۹
تعهد	۱۴۴	۳۲/۸۵	۳/۹۵
مبارزه طلبی	۱۴۴	۲۸/۹۷	۳/۴۷
کنترل	۱۴۴	۲۶/۹۸	۳/۴۷
موفقیت ورزشی	۱۴۴	۳۷/۱۴	۴/۲۴

جدول ۲. آماره‌های توصیفی متغیرها به تفکیک ملیت

مؤلفه	تعداد	میانگین		انحراف معیار	
		عراقی	ایرانی	عراقی	ایرانی
انگیزه پیشرفت	۱۴۴	۹۴/۹	۹۲/۷۶	۵/۷۳	۵/۸۷
سخت‌روی	۱۴۴	۸۸/۰۶	۸۹/۸۳	۵/۹	۵/۶۶
تعهد	۱۴۴	۳۱/۷۵	۳۴/۳۸	۳/۵۷	۳/۹۷
مبارزه طلبی	۱۴۴	۲۸/۷۴	۲۹/۳۰	۳/۸۷	۳/۵
کنترل	۱۴۴	۲۷/۵۷	۲۶/۱۵	۳/۹۴	۲/۴۸
موفقیت ورزشی	۱۴۴	۳۸/۲	۳۶/۳۷	۴/۲۶	۴/۰۸
تکلیف‌گرایی	۱۴۴	۲۰/۳۰	۱۷/۸۳	۳/۳۹	۳/۰۰۵
خود‌گرایی	۱۴۴	۱۷/۹۲	۱۸/۵۴	۲/۵۸	۳/۹۲

تعیین رابطه سخت‌رویی و انگیزه پیشرفت با احساس از موفقیت ورزشی...

در ادامه با آزمون K.S فرض نرمال بودن داده‌ها را بررسی
کردیم که با توجه به اطلاعات جدول زیر توزیع داده‌های
پژوهش نرمال بود.

جدول ۳. نتایج آزمون K.S برای متغیرهای تحقیق

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	کلموگرف- اسمیرنف Z	سطح معنی داری
انگیزه پیشرفت	۹۳/۶۵	۵/۸۹	۰/۷۸۲	۰/۵۷۴
سخت‌رویی	۸۸/۸	۵/۹	۰/۷۲۴	۰/۶۷
موفقیت ورزشی	۳۷/۱۴	۴/۲۴	۱/۱۵۷	۰/۱۳۸

آزمون همبستگی
ضریب همبستگی بین متغیرهای پژوهش در جامعه
مورد نظر، بررسی شد؛ نتایج آزمون نشان داد بین انگیزه
پیشرفت و موفقیت ورزشی رابطه معنی‌داری وجود دارد.
همچنین بین مؤلفه‌های سخت‌رویی (بجز کنترل) و موفقیت
ورزشی رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد (جدول ۳).

جدول ۴. میزان همبستگی بین مؤلفه‌های سخت‌رویی و انگیزه پیشرفت با موفقیت ورزشی

متغیر مستقل	متغیر وابسته	سطح معناداری	میزان همبستگی	جهت
انگیزه پیشرفت	موفقیت ورزشی	۰/۶۶۲	۰/۰۰۱	مثبت
سخت‌رویی	موفقیت ورزشی	۰/۶۵۰	۰/۰۰۱	مثبت
تعهد	موفقیت ورزشی	۰/۴۵۰	۰/۰۰۱	مثبت
مبارزه طلبی	موفقیت ورزشی	۰/۴۳۱	۰/۰۰۱	مثبت
کنترل	موفقیت ورزشی	۰/۱۳	۰/۱۱۴	مثبت

برای تعیین میزان تغییرات مربوط به متغیر موفقیت ورزشی
بر حسب متغیرهای سخت‌رویی و انگیزه پیشرفت، رابطه
آن‌ها در معادله رگرسیون به صورت همزمان بررسی شد.
بررسی نتایج مربوط به تحلیل جداول زیر حاکی از آن است
که در میان سه متغیر کنترل، مبارزه طلبی و تعهد، متغیر
مبارزه طلبی، بهترین تبیین‌کننده واریانس موفقیت ورزشی
است. متغیر مبارزه طلبی، با میزان
موفقیت ورزشی ارتباط مستقیم داشته و به تنهایی ۵۷/۷
درصد از واریانس موفقیت را تبیین می‌کند. پس از آن
بهترین پیش‌بینی‌کننده موفقیت، متغیر تعهد است. این متغیر
نیز با موفقیت ارتباط مستقیم دارد و قدرت پیش‌بینی آن ۵۴
درصد است. آخرین متغیر معادله، متغیر کنترل است و سهم
ناچیزی را در تبیین تغییرات واریانس موفقیت ورزشی دارد
و تنها ۱۵ درصد واریانس را تبیین می‌کند. در مجموع
متغیرها ۵۰ درصد از واریانس تغییرات موفقیت ورزشی را
تبیین می‌کنند. متغیر انگیزه پیشرفت نیز به طور جداگانه
قادر به پیش‌بینی ۴۳ درصد از تغییرات واریانس موفقیت
ورزشی می‌باشد.

برای تعیین میزان تغییرات مربوط به متغیر موفقیت ورزشی
بر حسب متغیرهای سخت‌رویی و انگیزه پیشرفت، رابطه
آن‌ها در معادله رگرسیون به صورت همزمان بررسی شد.
بررسی نتایج مربوط به تحلیل جداول زیر حاکی از آن است
که در میان سه متغیر کنترل، مبارزه طلبی و تعهد، متغیر
مبارزه طلبی، بهترین تبیین‌کننده واریانس موفقیت ورزشی
است. متغیر مبارزه طلبی، با میزان
موفقیت ورزشی ارتباط مستقیم داشته و به تنهایی ۵۷/۷
درصد از واریانس موفقیت را تبیین می‌کند. پس از آن

جدول ۵. خلاصه مدل رگرسیون برای سخت رویی و انگیزه پیشرفت با موفقیت ورزشی

متغیر	R	R ^۲	ضریب همبستگی تعدیل شده	خطای استاندارد	F	Sig
سخت رویی	۰/۵۱۴	۰/۵۰۳	۲/۹۹	۴۹/۳۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۰
انگیزه پیشرفت	۰/۶۶۲	۰/۴۳۸	۰/۴۳۴	۳/۹۵	۱۱۰/۶۲	۰/۰۰۰

P ≤ 0/05

جدول ۶. ضرایب رگرسیون برای پیش بینی موفقیت ورزشی

متغیر	ابعاد	ضرایب استاندارد نشده		ضرایب استاندارد شده		Sig
		B	Std.error	Beta	t	
سخت رویی	مقدار ثابت	-۶/۲۳۸	۳/۸۱		-۱/۶۳	۰/۱۰۴
	کنترل	۰/۱۸۸	۰/۰۷۴	۰/۱۵۴	۲/۵۳	۰/۰۱۲
	مبارزه طلبی	۰/۶۵۷	۰/۰۷	۰/۵۷۶	۹/۴۱	۰/۰۰۱
	تعهد	۰/۵۸۷	۰/۰۶۵	۰/۵۴۶	۸/۹۸	۰/۰۰۱
انگیزه پیشرفت	مقدار ثابت	-۷/۵۳۰	۴/۲۵۵	---	-۱/۱۷۰	۰/۰۷۹
	انگیزه پیشرفت	۰/۴۷۷	۰/۰۴۵	۰/۶۶۲	۱۰/۵۱۸	۰/۰۰۱

بحث و نتیجه گیری

هدف از این پژوهش بررسی رابطه سخت رویی و انگیزه پیشرفت با احساس موفقیت ورزشی ورزشکاران شرکت کننده در مسابقات بین دانشگاهی ایران و عراق می باشد. با بررسی آمار توصیفی داده ها متوجه می شویم که به طور کلی میانگین سخت رویی (۸۸/۸)، انگیزه پیشرفت (۹۳/۶۵) و موفقیت ورزشی (۳۷/۱۴) می باشد که هر سه در سطح بالایی می باشند. این میانگین بالا شاید به این دلیل باشد که در تمام دنیا دانشجویان، یک گروه منتخب با هوش بهر بالا و دارای قابلیت استدلال منطقی و تفکر انتزاعی هستند. اگرچه بسیاری از افراد غیر دانشجو از این ویژگی ها برخوردارند، اما در بین جمعیت عادی شاید این نتایج ممکن نباشد. بشارت (۸۴)، نیز میزان سخت رویی و موفقیت ورزشی نمونه های مورد مطالعه خود را بالا گزارش کرده است. در ادامه آمار توصیفی، میزان انگیزه پیشرفت دانشجویان ایرانی از دانشجویان عراقی بالاتر بود که شاید به شرایط میزبانی ایران مربوط شود. میزان سخت رویی

دانشجویان عراقی بیشتر از دانشجویان ایرانی است؛ زیرا متغیر سخت رویی در فرهنگ ها و قومیت های مختلف متفاوت می باشد. میزان احساس از موفقیت نیز در دانشجویان ایرانی اندکی بیشتر بود که با نتایج بدست آمده در مسابقات در رشته های مختلف، هم خوانی دارد. کرینجر (۱۹۶۶)، با بررسی پیشینه پژوهش های مربوطه به انگیزش به این نتیجه دست یافت که بین نیاز به پیشرفت و عملکرد مربوط به تکلیف، در ۵۰٪ از مطالعات، رابطه معنی داری وجود دارد (بفخم، ۱۳۸۷). پس دانشجویان ایرانی که انگیزه بیشتری دارند موفقیت ورزشی آن ها مربوط به مؤلفه تکلیف گرای است و موفقیت ورزشی دانشجویان عراقی مربوط به مؤلفه خود گرای می باشد. در واقع، تفاوت های فردی انگیزش از اهمیت فراوانی برخوردار است. افراد نه تنها برحسب دلایل مختلف در فعالیت های جسمانی شرکت می کنند؛ بلکه با روش های گوناگون و در موقعیت های متفاوت نیز برانگیخته می شوند. ورزشکاران موفق به دلیل داشتن تجربه در سطوح مختلف رقابتی، انتظاراتشان از خود

(۱۹۹۰) و وایب (۱۹۹۱) نیز نشان می‌دهد که افراد دارای سرسختی بالا در برابر تهدیدها و ناکامی‌های تغییرات فیزیولوژیک (به طور کلی) و تغییر فشار خون به طور اخص را بسیار کمتر از افراد دارای سرسختی کم نشان می‌دهد. همچنین افرادی که از سخت روی بالایی برخوردارند به سادگی در برابر اعمال و رفتار خود احساس تعهد کرده و عقیده دارند که رویدادهای زندگی قابل کنترل و پیش بینی هستند، این افراد تغییر در زندگی و انطباق با آن را نوعی مبارزه برای رشد بیشتر در زندگی در نظر می‌گیرند نه تهدیدی برای امنیت خود (باقری و یوسفی، ۱۳۸۸). به طور کلی سخت رویی تغییری است که افرادی را که در شرایط بد استرس روانی سالم می‌مانند، از دیگران متمایز می‌کند. اما سازوکارهای زیستی که آثار منفی استرس را تعدیل می‌کنند؛ هنوز ناشناخته هستند (سندویک و همکاران، ۲۰۱۳). بر اساس دیگر نتایج همبستگی رابطه انگیزه پیشرفت و احساس از موفقیت ورزشی نیز معنادار بود. که با نتایج جاجیم و رامبو (۲۰۰۷)، رواه‌لاند، مارتین و فلد (۲۰۰۷) و کامبولتز (۲۰۱۱)، هم خوانی دارد. انگیزه پیشرفت، یعنی گرایش به تلاش برای انتخاب فعالیت‌هایی که هر نفس رسیدن به موفقیت یا دوری از شکست است. این انگیزه یکی از انگیزه‌های اجتماعی با اهمیت است. اتکینسون (۱۹۶۴) بیان می‌کند که افراد ممکن است به دو روش برانگیخته شوند: جستجوی موفقیت و اجتناب از شکست. او دریافت که در بعضی از افراد، اجتناب از شکست موجب برانگیختگی می‌شود (جستجو کنندگان از شکست)، انگیزه جستجو کنندگان از موفقیت به دنبال شکست افزایش می‌یابد و تلاش‌های خود را جهت موفقیت شدت می‌بخشد، ولی اجتناب کنندگان از شکست، تلاش‌های خود را به دنبال شکست، کاهش می‌دهند. یکی از مشخصات مهم اجتناب کنندگان از شکست، گرایش آن‌ها به انتخاب تکالیف خیلی آسان با خیلی مشکل است

بالا رفته است. ای امر سبب می‌شود که در جهت رسیدن به اهداف ورزشی خود از هیچ تلاشی دریغ نکنند. همچنین با توجه به نظریه انگیزش پیشرفت اتکینسون انگیزه درونی ورزشکار، محرکی برای کسب موفقیت است. بنابراین ورزشکارانی که انگیزه بالایی برای رسیدن موفقیت دارند، بدون نگرانی در مورد شکست احتمالی در صدد جستجوی شرایط پیشرفت مبارزه طلبانه هستند (انشل، ۲۰۰۱).

در آزمون همبستگی، رابطه بین سخت رویی و احساس از موفقیت، مثبت و معنا دار بود و از بین مؤلفه‌های آن فقط مؤلفه کنترل با احساس از موفقیت همبسته نبود. این یافته‌ها با نتایج تحقیقات بشارت (۱۳۸۴)، بشارت (۱۳۸۸) مبنی بر رابطه سخت رویی و موفقیت ورزشی هم خوانی دارد. در تبیین این رابطه می‌توان گفت که ورزشکاری که میزان خصیصه مبارزه طلبی در او بیشتر است رویدادهای زندگی را به منزله فرصتی برای پویایی و سازگاری مجدد و میدانی برای پژوهش و ارتقاء خویش تلقی می‌نماید و در برابر این رویدادها تسلیم منفعلانه را انتخاب نمی‌کند. فردی که مؤلفه کنترل در او زیاد است، احساس تأثیرگذاری بر جریان زندگی خود دارد و خود را در تغییر و دگرگونی شرایط توانا و مسئول می‌بیند. فردی که از تعهد بیشتری برخوردار است، نه تنها خود را واجد ارزش می‌بیند بلکه در زندگی به چیزهایی بسیار با ارزش معتقد است که اهمیت و معنای زیستن را برای وی برجسته می‌سازند (کوباسا، ۱۹۷۹). در همین زمینه مدی (۱۹۹۰) معتقد است که افراد سرسخت بیشتر از شیوه‌های مقابله گشتاوری استفاده می‌کنند که طی آن با بهره‌گیری از تمهیدات رفتاری آثار مضر رویدادها را کاهش داده و بر آن فایق می‌آیند، در حالی که در قطب دیگر شیوه‌های مقابله‌ی واپس رونده قرار دارد که فرد بر اساس ارزیابی غیر منطقی احساس تعهد فراوانی را تجربه کرده و نمی‌تواند به خوبی با منبع تهدید مقابله نماید و شیوه‌های مقابله ناهنجار متوسل می‌گردد. مطالعات مدی

واقع این است که با توجه به اینکه بیشتر افراد جامعه موفقیت در انجام وظایف را یک هدف مثبت در نظر می‌گیرند و در این زمینه تلاش می‌کنند. در نتیجه به آثار مثبتی از قبیل فزونی انتظار موفقیت‌های بعدی، غرور و صلاحیت بیشتر دست می‌یابند. بنابراین موفقیت دارای آثار مثبت اجتماعی است. دستیابی به هدف مورد انتظار موجب می‌گردد و در این صورت افراد نسبت به یکدیگر برخورد صمیمانه و خیراندیشانه از خود نشان می‌دهند (خداناهای، ۱۳۸۶). روی هم رفته، محققین با رابطه بین انگیزه پیشرفت و عملکرد ورزشکاران موافق هستند و از آن به عنوان معیار بالقوه استعداد ورزشی یاد می‌کنند. هرچند ساز و کار پشت این رابطه نیز، مبهم است (زوبر و کانزلمن، ۲۰۱۳).

نتایج دیگر این پژوهش در تحلیل رگرسیون، حاکی از این است که مؤلفه‌های سخت رویی و متغیر انگیزه پیشرفت تبیین‌کننده خوبی برای داشتن احساس از موفقیت ورزشی در ورزشکاران هستند به طوری که سخت رویی ۵۰٪ و انگیزه پیشرفت ۴۳٪ واریانس احساس از موفقیت را تبیین می‌کنند و می‌توان از ورزشکارانی سخت رو و با انگیزه برای رسیدن به موفقیت بهره جست. در نهایت باید اذعان داشت که با توجه به زیربنای مفهومی و نظری، سخت کوشی در دوران کودکی و به وسیله برخوردهای والدین و اطرافیان به وجود می‌آیند و به مرور زمان تداوم پیدا می‌کند. نتایج و تحقیقات نشان می‌دهد که افراد دارای سرسختی بالا، از عزت نفس بالایی نیز برخوردارند و با اطمینان که نسبت به خود و توانایی خویش دارند از هرگونه ارزیابی منفی اجتناب می‌ورزند افراد سرسخت توانایی کنترل محیط و مقابله کردن با تغییرات محیطی را دارا می‌باشند و تغییرات محیطی را عامل برای رشد و نمود خود قلمداد می‌کنند (کیامرثی، ۱۳۷۶). مک کلند بر این باور است که جوامعی که افراد آن دارای انگیزه نباشند، حتی با وجود امکانات عالی و شرایط مساعد طبیعی، کم‌تر شانس توسعه و ترقی خواهند داشت. (اسودی، ۱۳۷۹).

(کدیور، ۱۳۸۲). در واقع یکی از نیازهایی که پژوهش‌های زیادی را به خود اختصاص داده است نیاز به پیشرفت یا انگیزه پیشرفت است. پژوهش‌های زیادی در این زمینه نشان داده‌اند که افراد از لحاظ این نیاز با هم تفاوت زیادی دارند. بعضی از افراد دارای انگیزه سطح بالای هستند و در رقابت با دیگران و در کارهای خود، برای کسب موفقیت می‌کوشند. دیگران انگیزه‌ی چندانی به پیشرفت و موفقیت ندارند و از ترس شکست آماده‌ی خطر کردن برای کسب موفقیت نیستند. بعضی از افراد بیش از دیگران بلند پروازند و برای کسب موفقیت می‌کوشند (سیف، ۱۳۸۳). افرادی که انگیزش پیشرفت در آن‌ها بالا است؛ علاقمند به برتری، به خاطر برتری هستند و نه به خاطر پاداش که به دنبال دارد. آن‌ها نقش‌ها را بر اساس فرصت‌هایی که برای برتری فراهم می‌کنند و نه به خاطر اعتبار آن‌ها، ارزیابی می‌کنند. علاقه پیشرفت در آن‌ها بلکه از کار کردن با گروه خود متأثر نمی‌شود. بلکه از کار کردن برای خود اثر می‌گیرد. آن‌ها ترجیح می‌دهند که بتوانند برای نتایج کوشش‌های خود، با مسئولیت شخصی بپذیرند. آن‌ها مایلند سرنوشت خود را خود کنترل کنند نه اینکه امور را به دست تقدیر، شانس یا بخت بگذارند. آن‌ها دوست دارند که بر اساس ارزیابی‌ها و تجربه‌های خود و نه بر اساس عقاید دیگر، داورهای مستقل داشته باشند، اشخاص پیشرفت‌گرا اهداف خود را پس از ملاحظه احتمال موفقیت، از راه‌های گوناگون تعیین می‌کنند. اهداف آن‌ها خطرات احتمالی متوسطی را در بر می‌گیرند. به گونه‌ای که کوشش‌های آنان محکوم به شکست است نه ضمانت‌کننده موفقیت. هنگام توصیف انگیزه پیشرفت ضروری است که به زمینه‌های اجتماعی آن توجه شود. هر فرد تلاش می‌کند به وظایف مورد نظر خویش عمل کند ولی از آنجا که این امر در یک محیط اجتماعی اتفاق می‌افتد، مفاهیمی از قبیل تشریک مساعی، رقابت، تشکیل گروه، اهداف گروه و پیشرفت گروهی در این زمینه مطرح می‌شود. از آثار مثبت اجتماعی موفقیت در

منابع

- اسودی، مریم (۱۳۷۹). اثربخشی درمان شناختی بک به شیوه گروهی بر افزایش انگیزه پیشرفت دانش آموزان دختر مقطع متوسطه شهرستان درگز، پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه علامه طباطبائی.
- انشل، ام. اچ. (۲۰۰۱). روانشناسی ورزشی: از تئوری تا عمل. تهران، نشر اطلاعات، چاپ سوم.
- باقری، فریرز؛ یوسفی، حسین (۱۳۸۸). مقایسه‌ی رابطه‌ی بین سخت‌رویی، باورهای خود کارآمدی و راهبردهای خود تنظیمی عاطفی در دانش آموزان دختر. فصل نامه اندیشه و رفتار مجله روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن، دوره چهارم، شماره ۱۴.
- بال، ساموئل (۱۹۹۴). انگیزش در آموزش و پرورش. ترجمه: علی اصغر مسدد (۱۳۷۳)، شیراز، انتشارات دانشگاه شیراز، چاپ اول.
- بشارت، محمد علی (۱۳۸۴). رابطه سخت‌کوشی با موفقیت ورزشی و سلامت روانی دانشجویان ورزشکار. مجله المپیک، شماره پیاپی ۳۰: ۱۳۳-۱۲۳.
- بشارت، محمد علی؛ صالحی، مریم؛ شاه محمدی، خدیجه؛ نادعلی، حسین؛ زبردست، عدرا (۱۳۸۸). رابطه تاب‌آوری و سخت‌کوشی با موفقیت ورزشی و سلامت روانی در ورزشکاران. روانشناسی معاصر، ۳ (۲).
- بفخم، محمد (۱۳۸۷). رابطه هوش هیجانی با انگیزه پیشرفت و خلاقیت در بین دانش آموزان سال سوم راهنمایی شهرستان دزفول. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.
- بیاضی، محمدحسین (۱۳۷۶). بررسی ارتباط بین تیپ‌های شخصیتی، سخت‌رویی، استرس و بیماری‌های کرونری قلب در افراد مبتلا به بیماری کرونری قلب و افراد عادی. پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت مدرس.
- جمهوری، فرهاد (۱۳۸۰). ارتباط بین سخت‌رویی و گرایش به افسردگی و اضطراب، بین زنان و مردان دانشجوی شهر تهران. رساله دکتری روانشناسی عمومی، دانشگاه علامه طباطبائی.
- خدائپناهی، محمد کریم (۱۳۸۵). انگیزه و هیجان. تهران، انتشارات سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاه (سمت)، چاپ هفتم.
- ریو، جان مارشال (۱۳۷۶). انگیزش و هیجان. ترجمه: یحیی سید محمدی، تهران، نشر ویرایش، چاپ دوم.
- سیف، علی اکبر (۱۳۸۳). روانشناسی پرورشی (روانشناسی یادگیری و آموزشی). تهران، نشر آگاه، چاپ ششم.
- صابونچی، رضا؛ شیخ‌الاسلامی، مهدی؛ کوثری فرد، سینا؛ کوثری فرد، فرید (۱۳۹۲). مقایسه استراتژی‌های مقابله با اضطراب رقابتی در ورزشکاران رزمی با توجه به سطوح مختلف موفقیت آنان در مسابقات. پژوهش‌های کاربردی در مدیریت ورزشی، ۲ (۴)، ۸۷-۹۲.
- کدیور، پروین (۱۳۸۲). روانشناسی تربیتی. تهران، انتشارات سمت، چاپ ششم.
- کیامرثی، آذر (۱۳۷۶). ساخت و اعتبار یابی مقیاسی برای سنجش سرسختی روان شناختی و بررسی آن با تیپ شخصیتی الف شکایت جسمانی، کانون مهار، عزت نفس و عملکرد تحصیلی بین دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز. پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.
- نائلی، محمدعلی (۱۳۷۳). انگیزش و سازمان‌ها. اهواز، انتشار دانشگاه شهید چمران، چاپ اول.
- وودز، باربارا، (۱۳۸۶). روانشناسی ورزشی، ترجمه فتح‌الله مسیبی (چاپ اول)، تهران، بامداد کتاب.
- Anshel, M. H., Williams, L. R. T., Williams, S. M. (2000). Coping style following acute stress in competitive sport. *The Journal of Social Psychology*, 140: 751-773.

- Brooks, M. V. (2003). Health-related hardiness and chronic illness .Nursing Forum, 38: 11-20.
- Colman, A. M.(2005). A psychology. Oxford University Press.WWW.oup.com
- Devonport, T. J. (2006). Perceptions of the contribution of psychology to success in elite kickboxing. Journal of sports science and medicine. CSSI,99-107.
- Elliot, A. J. (1997). Integrating The classic and contemporary approaches to achievement motivation: A hierarchical model of approach and avoidance achievement goals .Educational psychologist, 34, 169-189.
- Ghorbani, N., Watson, P.J, and Morris, R. J.(2000 .(Personality, stress, and mental health: Evidence of relationship in a sample of Iranian managers .Personality and individual differences, 28: 647-657.
- Golby, J. & Sheard, M. (2004). Mental toughness and hardiness at different levels of rugby league. Personality and Individual Differences, 37: 933-942.
- Joachim, S., Anna R. (2007). Perfectionism in adolescent school students: Relations with motivation , achievement, and well-being personality and Individual Differences ,vol, 42(7) , pager 1379-1389.
- Kavussanu, M., Roberts, G.C. (2001). Moral Functioning in Sport: An Achievement Goal Perspective. Journal of Sport and Exercise Psychology, 23,37-54.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events. Personality and health: An inquiry in To hardiness. Journal of personality and social psychology, 36: 1-11.
- Kobasa, S. C. (1982). The hardy personality: Toward asocial psych of stress and health in sander, G. S. social psychology of health and illness. Hillsdale, NJ: Erbiun.
- Kobasa, S.C.(1998). Hardiness and health: prospective study. Journal of personality and social psychology, 37, 1-11.
- Kumboltz, J. (2011). Measuring achievement motivation: A review .Journal of counseling psychology. Page 191-198.
- Maddi, S. R. (1990). Issues and intervention in stress mastery. S.H. freedman (Ed.). personality and disease. Abstract.
- Maddi, S. R. Kohn, S., maddi, K. L. (1998). The effectiveness of hardiness training .Consulting psychology Journal: practice and Research, 50: 18-88.
- Maddi. S. R., Hess, M. J. (1992). Personality hardiness and success in basketball. International Journal of Sport Psychology, 23: 360-368.
- McClelland, D. J. (1975). Power: The inner experience. New York: irington.
- Morgan, T.K. (2006).A season Long mental skills staning program collegiate Volleyball players. A dissertation for the Doctor of philosophy degree. The University of Tennessee.
- Orlick, T. (1986). coaches training manual to psyching for sport. leisure, press champaign. Illinois.
- Roberts, G. G., Trespure, D. C., Balague, G. (1998). Achievement goals in sport: the development and validation of the perception of success Questionnaire journal of sports science. 16,337-347.
- Ruhland, David. Martin Gold and Field, Sheila (2007).(Role problems and the relationship of achievement motivation to scholastic performance .Journal of Educational psychology. Pages 950-959.
- Sandvik, A. M., Bartone, P.T., Hystad, S.W., Terry M. Phillips, T. M., Julian F. Thayer, J. F., Johnsen, B. H. (2013). Psychological hardiness predicts neuro-immunological responses to stress, Psychology, Health & Medicine, DOI:10.1080/13548506.2013.772304.
- Singh, D., Saini, S. (2013). Sports achievement motivation among wrestlers and judokas - a comparative study. International Journal of Behavioral Social and Movement Sciences, 2 (1), 70-75
- TucherLadd, C. E. (2000). Psychological self-Help. Available at <http://mental help.net/Zsyhelp/chap4/chap4k.htm>.
- Zimbardo, P. G. (1992). psychology and life. New York: Hyper Collins.
- Zuber, C., Conzlemann, A. (2013). The impact of the achievement motive on athletic performance in adolescent football players.European Journal of Sport Science, DOI:10.1080/17461391.2013.837513.