

## بررسی چالش‌های پیش روی روان شناسان ورزشی برای ورود به تیم‌های والیبال

سید احمد قاضی عسگر<sup>1\*</sup>، امیرحسین معماری<sup>1</sup> و محمد خبیری<sup>2</sup>

1- مرکز تحقیقات پزشکی ورزشی، پژوهشکده علوم اعصاب، دانشگاه علوم پزشکی تهران

2- دانشیار دانشگاه تهران

[ghaziasgar.a@ut.ac.ir](mailto:ghaziasgar.a@ut.ac.ir)

## مقدمه

از گذشته تا به امروز علم روانشناسی ورزش پیشرفت‌های بسیار زیادی داشته است. افزایش کمی و کیفی کتب و مقالات منتشر شده در این زمینه، برگزاری همایش‌ها و کنگره‌های علمی، اختصاص دادن برنامه‌های تلویزیونی و رادیویی با بحث روانشناسی ورزش و علاوه بر آنها تربیت تعداد زیادی مشاوران روانشناس ورزش همه و همه بیانگر پیشرفت‌های همه جانبه علم روانشناسی ورزش است (۱). بدیهی است با افزایش تعداد مشاوران روانشناس ورزشی نگرانی‌ها در خصوص اشتغال آنها نیز افزایش یابد. اگرچه مطالعات نشان می‌دهد حضور روانشناس ورزش با تجربه در کنار تیم‌های ورزشی و ارائه خدمات روانشناسی ورزش به مربیان و ورزشکاران می‌تواند از فشارهای روانی تیم کاسته و بر میزان موفقیت تیم‌ها در طول فصل مسابقات بیفزاید (۱)، اما باز هم نگرانی‌های زیادی در رابطه با میزان کم درخواست برای استفاده از خدمات کاربردی روانشناسی ورزش مانند مشاوره‌های فردی و تیمی وجود دارد (۲). قاضی عسگر و همکارانش، با بررسی شرایط کنونی ۳۶۵ تن از ورزشکاران زن و مرد نخبه کشورمان برای استفاده از خدمات روانشناسی ورزش در سال ۱۳۹۰ نشان دادند، حدود ۶۵ درصد مردان و ۹۴ درصد زنان ورزشکار از خدمات روانشناسی ورزش استفاده نمی‌کنند، این در حالی است که بیش از نیمی از آنها به استفاده از روانشناس ورزشی در آینده فکر می‌کنند و تمایل دارند از خدمات روانشناسی ورزش استفاده نمایند (۳). پژوهش‌ها نشان می‌دهند آگاهی از موانع و چالش‌های کار با ورزشکاران و تیم‌های ورزشی، ما را در کاربردی‌تر شدن علم روانشناسی ورزش و همچنین به کارگیری هرچه بیشتر دانش آموختگان و متخصصان این رشته یاری می‌رساند (۴). تحقیقات متعددی در خارج از کشور، درک منفی ورزشکاران و مربیان از روانشناسی ورزش را از اساسی‌ترین موانع استفاده از خدمات روانشناسی ورزش دانسته‌اند (۴-۵). علاوه بر این مطالعات دیگری نشان دادند، فقدان دانش و تجربه ورزشی روانشناس و همچنین توانایی کم روانشناسان برای برقراری ارتباط مؤثر با ورزشکاران و کادر تیم تأثیر به‌سزایی در استفاده ورزشکاران و مربیان از خدمات روانشناسی ورزش می‌گذارد (۶). محدودیتهای اجرایی همچون مشکلات مالی تیم‌ها برای استخدام روانشناس ورزش و محدودیت زمانی ورزشکاران برای استفاده از خدمات آنها نیز از دیگر موانع مهم به شمار می‌آید (۴-۶). در داخل کشورمان خبیری و همکاران موانع ورود روانشناسان ورزش به تیم‌های ورزشی ایران را مورد بررسی قرار دادند و مهم‌ترین موانع کار روانشناسان با تیم‌های ورزشی را کمبود دانش و تجربه ورزشی روانشناس، کمبود آگاهی و اطلاعات ورزشکاران از روانشناسی ورزش و همچنین عدم شفافیت در سرویس دهی خدمات روانشناسی ورزش بیان کردند (۷). پژوهش‌های متعددی اهمیت مهارت‌های روانی در به اوج رسیدن عملکرد والیبالیست‌ها را نشان داده است. در سالهای اخیر رشته والیبال در کشورمان پیشرفت‌های زیادی را بدست آورده است. کسب مقام‌های آسیایی، جهانی و همچنین حضور تیم ملی بزرگسالان در بازی‌های المپیک ریو باعث شده است درخواست‌های هواداران و رسانه‌ها برای حفظ و کسب نتایج بهتر این تیم بیشتر از گذشته شود. از این رو به منظور حفظ و بهبود مهارت‌های روانی والیبالیست‌ها حضور روانشناسان ورزشی در کنار ورزشکاران و تیم‌های حرفه‌ای والیبال ضروری به نظر می‌رسد. بنابراین هدف از پژوهش حاضر بررسی چالش‌های پیش‌روی روانشناسان ورزش به منظور کار با

بازیکنان و تیم‌های والیبالی می‌باشد.

## روش شناسی

نمونه آماری پژوهش حاضر را 125 والیبالیست زن و مرد حاضر در تیم‌های ملی و لیگ‌برتر با میانگین سنی (۵/۰۲ ± ۲۵/۰۳) تشکیل دادند که به صورت داوطلبانه در پژوهش شرکت کردند. شرکت کنندگان به صورت تصادفی انتخاب شدند و سپس جهت جمع‌آوری داده‌ها پرسشنامه محقق ساخته موانع ماتیو پاین ۱ 2004 را تکمیل کردند. پرسشنامه تکمیل شده توسط ورزشکاران شامل 9 مانع شایع و مطرح در این زمینه بود که بعد از مطالعه‌ی پژوهش‌های پیشین در پرسشنامه گنجانده شده بود (۴). این پرسشنامه توسط پاین 2004 تحت اعتبار سنجی قرار گرفته و یک گروه خبره روانشناسی ورزش آن را تایید نموده بودند (۴). پاسخ سوالات به صورت مقیاس لیکرت 5 تایی طراحی شد که شرکت کنندگان یک گزینه را از به هیچ وجه تا بسیار زیاد علامت زدند. همچنین 9 پرسش به تصادف به صورت معکوس مرتب شده بودند. نمره هر خرده آزمون میانگینی از 1 تا 5 بوده که میزان بیشتر مقیاس نشان دهنده گزارش بیشتر مورد مذکور بعنوان مانع بود. برای بررسی محتوا نیز پس از طی روند ترجمه مستقیم و ترجمه معکوس توسط مترجمین دو زبانه، پرسشنامه در اختیار اساتید خبره در زمینه علوم ورزشی و روانشناسی ورزشی قرار گرفت تا از نظر محتوا، زبان و فرهنگ، تطبیقات لازم را برای عبارات بررسی نمایند. نتیجه نهایی با تغییرات جزئی در 3 آیتم برای ساده‌تر نمودن جملات و اضافه شدن یک مثال به یکی از عبارتها، مورد تأیید همه قرار گرفت. بعلاوه جهت ارزیابی پایایی پرسشنامه آزمون آلفای کرونباخ برای هر خرده آزمون انجام شد که نتایج نشان دهنده پایایی خوب و قابل قبول 61/0 الی 69/0 بود. همچنین ضریب دو نیمه گاتمن برای کل پرسشنامه در حد مطلوب 67/0 بود.

## نتایج

نتایج به دست آمده بر اساس آمار توصیفی (SD±Mean) نشان داد که نداشتن دانش و تجربه ورزشی روانشناس ورزشی (۳/۵۳±۷۹/۰)، عدم آگاهی کافی ورزشکاران از روانشناسی ورزش (۳/۵۲±۷۵/۰) و همچنین محدودیت مالی برای استخدام روانشناس ورزش (۲/۶۸±۹۲/۰) به ترتیب از مهمترین چالش‌های پیش روی کار روانشناسان ورزش با والیبالیست‌های نخبه است. علاوه بر این، شفاف نبودن سرویس دهی مشاوران (۲/۶۸±۷۵/۰)، محدودیت زمانی ورزشکاران برای استفاده از خدمات مشاوره (۲/۶۴±۷۸/۰)، شفاف نبودن نقش روانشناسان در تیم (۲/۶۱±۷۲/۰)، عدم توانایی برقراری ارتباط مؤثر روانشناس با ورزشکاران (۲/۵۳±۸۸/۰) و در نهایت نگرش منفی ورزشکاران (۲/۲۰±۸۲/۰) و مربیان (۲/۱۰±۸۴/۰) نسبت به روانشناسی ورزش از دیگر چالش‌های پیش روی روانشناسان جهت کار با والیبالیست‌های نخبه است.

## بحث و نتیجه‌گیری

بررسی نتایج نشان می‌دهد کمبود دانش و تجربه ورزشی روانشناسان مهمترین چالش پیش روی آنها برای ارائه خدمات به ورزشکاران و تیم‌های والیبالی است. ورزشکاران تمایل دارند با روانشناس ورزشی کار کنند که دارای تجربه ورزشی در رشته والیبالی است. بنابراین پیشنهاد می‌شود روانشناسان ورزش علاقه‌مند به ارائه خدمات به بازیکنان و تیم‌های والیبالی خودشان دارای تجربه ورزشی والیبالی باشند یا در دوره‌های آموزشی این رشته به منظور بالا بردن علم تخصصی والیبالی شرکت کنند. از دیگر چالش‌های مهم، عدم آگاهی کافی والیبالیست‌ها از روانشناسی ورزش است. آنها بر این باور بوده‌اند که اطلاعاتشان در مورد اینکه روانشناسی ورزش چیست و چگونه می‌تواند به عملکردشان کمک کند، کافی نیست. همچنین اطلاعات کمی راجع

<sup>1</sup> MATTHEW A. PAIN

به تفاوت بین تمرین مهارت‌های ذهنی و مشاوره داشتند. شفاف نبودن سرویس دهی مشاوران روانشناس ورزش یکی دیگر از چالش‌های پیش روی آنها برای کار با بازیکنان والیبال است. ورزشکاران بر این باور بودند که روانشناسان ورزش نمی‌توانند روند کارشان و نتیجه حاصل از آن را به صورت صریح و شفاف به آنها بیان کنند. در پایان از آنجا که نگرش منفی ورزشکاران و مربیان نسبت به روانشناسی ورزش به عنوان آخرین چالش‌ها شناسایی شدند، پیش‌بینی می‌شود حضور روانشناسان در کنار والیبال‌یست‌ها کمک کننده باشد. چرا که نگرش منفی ورزشکاران و مربیان نشان از روانشناسی ورزش بیانگر عدم تأثیرگذاری و مفید نبودن روانشناسی ورزش است. همچنین این نگرش نشان می‌دهد آنها اهمیت علم روانشناسی ورزش را به خوبی درک کرده‌اند. در پایان پیشنهاد می‌شود به منظور بالا بردن اطلاعات و همچنین آشنایی هرچه بیشتر والیبال‌یست‌ها با روانشناسی ورزش و خدمات آن شرایطی فراهم شود تا آنها به صورت مدون در جلسات گروهی، انفرادی و کارگاه‌های تخصصی شرکت کنند. بدیهی است با توجه به نتایج حاصل حضور روانشناس خبره می‌تواند اثرات مثبتی در ورزش والیبال کشور داشته باشد.

### منابع

1. Martin, S.B., et al., Development and psychometric evaluation of the Sport Psychology Attitudes-- 2002, revised form: A multiple group investigation. *The Sport Psychologist*.
2. Martin, S.B., High school and college athletes' attitudes toward sport psychology consulting. *Journal of Applied Sport Psychology*, 2005. 17(2): p
3. قاضی عسگر , سید احمد; معماری , امیرحسین; خبیری, محمد. بررسی انتظارات زنان و مردان ورزشکار نخبه از روانشناسی ورزش. مجموعه مقالات هشتمین کنگره بین المللی پزشکی ورزشی ایران، اصفهان. (1390)
4. Pain M, Harwood C. (2004). Knowledge and perceptions of sport psychology within English soccer. *Journal of sports sciences*. 22(9):813-26.
5. Wilson K, Gilbert J, Gilbert W, Sailor S. (2009). College athletic directors' perceptions of sport psychology consulting. *Sport Psychologist*. 405-24:(3)23
6. Ravizza K. (1988). Gaining entry with athletic personnel for season-long consulting. *The Sport Psychologist*. 2: 243-254
7. خبیری, محمد; معماری , امیرحسین; قاضی عسگر , سید احمد. انتظارات ورزشکاران نخبه از روانشناسی ورزش و موانع ورود روانشناسان ورزشی به تیمهای ورزشی در ایران. *مجله رفتار حرکتی و روانشناسی ورزش*, دانشگاه شهید بهشتی. 1390.7: 513-522.