

پژوهش‌های فیزیولوژی و مدیریت در ورزش

دوره ۱۳، شماره ۱، بهار ۱۴۰۰

ص ص : ۱۸۶ - ۱۷۱

## تدوین مدل کیفی توسعه جایگاه روان‌شناسی ورزشی در رشته‌های المپیک و مدال آور

سیدمجید زارعیان<sup>۱</sup> - زینت نیک آئین<sup>۲\*</sup> - سیدمحمدکاظم واعظ موسوی<sup>۳</sup>

۱. دانشجوی دکتری دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی، تهران، ایران ۲. استادیار گروه مدیریت ورزشی، دانشگاه آزاد

اسلامی واحد تهران مرکزی، تهران، ایران ۳. استاد دانشگاه جامع امام حسین (ع)، تهران، ایران

(تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۰۹/۲۸، تاریخ تصویب: ۱۳۹۸/۰۳/۰۷)

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف تدوین مدل کیفی توسعه جایگاه روان‌شناسی ورزشی در رشته‌های المپیک و مدال آور انجام گرفت. پژوهش از نظر هدف کاربردی و با توجه به ماهیت پژوهش، از نوع پژوهش‌های کیفی و از نوع نظریه‌زمینه‌ای یا مبنایی است. جامعه آماری تحقیق شامل تمامی افرادی است که در ساختار روان‌شناسی ورزشی از حیث اجرایی و علمی صاحب‌نظر و تأثیرگذارند. به روش نمونه‌گیری (گلوله‌برفی) ۲۴ نفر به‌عنوان نمونه تحقیق انتخاب شدند. بعد از ۱۹ مصاحبه اشباع اطلاعاتی حاصل شد، اما برای اطمینان مصاحبه‌ها تا نفر ۲۴ ادامه پیدا کرد. منظور از رشته‌های المپیک و مدال آور، رشته‌هایی بودند که در المپیک حضور دارند و ایران در این رشته‌ها فعال است. برای تجزیه و تحلیل مصاحبه‌ها ابتدا براساس رویکرد گروند تئوری، مصاحبه‌ها تحلیل و کدهای هر بخش استخراج شد. نتایج نشان داد که احساس نیاز مسئولان ورزش و مراجع قانون‌گذار به‌عنوان شرایط علی، توسعه رشته و ایجاد انجمن روان‌شناسی ورزشی به‌عنوان بستر حاکم، ضعف‌های مدیریتی و کمبود متخصصان به‌عنوان شرایط مداخله‌گر، الزام برای ایجاد کمیته‌های روان‌شناسی ورزشی در فدراسیون‌ها به‌عنوان راهبرد اصلی و بهبود عملکرد و کیفیت زندگی ورزشکاران به‌منزله پیامد اصلی شناسایی شدند. توسعه روان‌شناسی ورزش از همه جنبه‌ها در نهایت می‌تواند بهره‌وری فدراسیون‌های ورزشی را بهبود بخشد.

### واژه‌های کلیدی

المپیک، روان‌شناسی ورزشی، رشته‌های ورزشی، مدل توسعه.

## مقدمه

ویژگی اصلی این رشته، تمرکز روی مطالعه رفتار فرد در فعالیت‌های حرکتی است. بنابراین می‌توان روان‌شناسی ورزشی را به صورت کاربرد اصول و مفاهیم مختلف دانش روان‌شناسی در یادگیری و اجرای مهارت‌های حرکتی یا مشارکت در هر نوع فعالیت ورزشی برای عموم تعریف کرد. یا روان‌شناسی ورزشی دانشی میان‌رشته‌ای است که به بررسی داده‌های دو دانش حرکت‌شناسی و روان‌شناسی می‌پردازد. این رشته همزمان به بررسی چگونگی تأثیر عوامل روان‌شناختی بر عملکرد انسان و همین‌طور چگونگی مشارکت تأثیرات ورزش و تمرین‌های ورزشی بر عوامل روان‌شناختی و جسمی می‌پردازد. مطالعه روان‌شناسی و استفاده از آن در موقعیت ورزشی شخص را توانا می‌سازد که رفتاری را توصیف، تبیین و پیش‌بینی کند. بسیار مهم است که مربی همان‌طور که برای توسعه مهارت‌های جسمی ورزشکار تلاش می‌کند، برای توسعه نحوه تفکر و مهارت‌های ذهنی نیز به او کمک کند (۴).

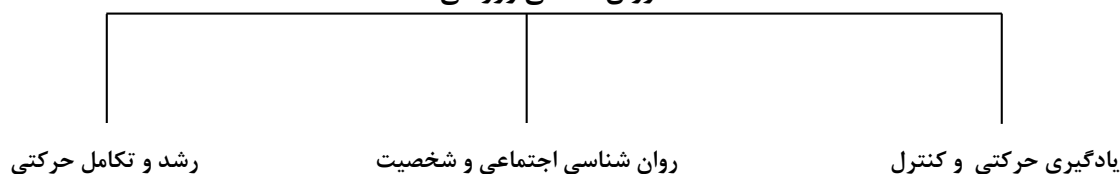
محققان و تشکیلات مختلفی در سراسر دنیا به مطالعه و بررسی موضوعات متنوعی در قالب روان‌شناسی ورزشی می‌پردازند. برای مثال روان‌شناسی ورزشی توسط جامعه روان‌شناسی برای فعالیت ورزشی و تربیت بدنی در آمریکای شمالی (NASPSPA) در سه زمینه مختلف تقسیم‌بندی شده است.

از مهم‌ترین ابعاد علمی ورزش مبحث روان‌شناسی است. به‌طور کلی اجرای بهینه مهارت‌های ورزشی به وجود سه نوع آمادگی جسمانی، مهارتی و روانی وابسته است. از آنجا که روش‌های مختلف تمرینی و شیوه‌های اجرای مهارت تکامل یافته‌اند و فاصله بین قهرمانان بسیار نزدیک و مسابقات رقابتی‌تر شده‌اند، به‌نظر می‌رسد تفاوت عملکرد قهرمانان بیش از هر زمانی به آمادگی روانی آنها مربوط باشد (۱). گوکیاردی<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۰۸) اظهار می‌کنند که امروزه با پیشرفت علم روان‌شناسی، بحث تأثیر مهارت‌های روانی در اجرای مهارت‌های ورزشی از اهمیت بسزایی برخوردار شده و عوامل روانی که در عملکرد ورزشی سهیم‌اند، مورد علاقه گسترده ورزشکاران، مربیان و روان‌شناسان ورزش قرار گرفته است (۲).

روان‌شناسی ورزشی شاخه‌ای از علم ورزش است که در جست‌وجوی پاسخگویی به پرسش‌های مختلف در زمینه رفتار انسانی در حیطه ورزش و سایر فعالیت‌های بدنی است، به‌طوری‌که در آن اصول و مبانی روان‌شناسی را در ورزش به‌طور کاربردی به کار می‌برد تا این اصول به‌منظور بهبود اجرا به کار گرفته شوند (۳).

رشته روان‌شناسی ورزشی با گرایش به بررسی جنبه‌های متنوع شخصیت افراد و ویژگی‌های شرکت‌کنندگان در فعالیت‌های ورزشی شکل گرفته و

## روان‌شناسی ورزشی



شکل ۱. تقسیم‌بندی حیطه‌های روان‌شناسی ورزشی بر اساس تقسیم‌بندی جامعه روان‌شناسی ورزشی آمریکای شمالی (لامارتین؛ ۱۹۸۴).

ویژگی اصلی این رشته، تمرکز بر مطالعه رفتار فرد در فعالیتهای حرکتی است (۵). بنابراین می‌توان روان‌شناسی ورزشی را به صورت کاربرد اصول و مفاهیم مختلف دانش روان‌شناسی در یادگیری و اجرای مهارت‌های حرکتی یا مشارکت در هر نوع فعالیت ورزشی برای عموم تعریف کرد. یا روان‌شناسی ورزش دانشی میان‌رشته‌ای است که به بررسی داده‌های دو دانش حرکت‌شناسی و روان‌شناسی می‌پردازد. این رشته همزمان به بررسی چگونگی تأثیر عوامل روان‌شناختی بر عملکرد انسان و همین‌طور چگونگی مشارکت تأثیرات ورزش و تمرین‌های ورزشی بر عوامل روان‌شناختی و جسمی می‌پردازد. مطالعه روان‌شناسی و استفاده از آن در موقعیت ورزشی شخص را توانا می‌سازد که رفتاری را توصیف، تبیین و پیش‌بینی کند. بسیار مهم است که یک مربی همان‌طور که برای توسعه مهارت‌های جسمی یک ورزشکار تلاش می‌کند، برای توسعه نحوه تفکر و مهارت‌های ذهنی نیز به او کمک کند (۵). بیشتر مطالعات در حیطه روان‌شناسی ورزش دو هدف مهم دنبال می‌کنند:

۱. فهم چگونگی تأثیر عوامل روانی بر عملکرد جسمانی افراد؛
۲. پی بردن به این موضوع که مشارکت در ورزش‌ها چگونه سبب پیشرفت جنبه‌های روانی شخصیت، سلامت و حس خوب بودن می‌شود.

در مقابل روان‌شناسی کاربردی<sup>۱</sup> تنها روی یک جنبه از روان‌شناسی ورزش تأکید دارد که شامل اندازه‌گیری و آموزش مهارت‌های روانی و روش‌ها به ورزشکاران، مربیان و داوران است، تا از این طریق بتواند توانایی‌های روانی افراد را به سطحی بالا و برابر با توانایی‌های بدنی‌شان برساند. به بیان دیگر، در روان‌شناسی ورزش به مطالعاتی عمومی در مورد افراد و رفتار آنها در ورزش پرداخته می‌شود، یعنی موضوعاتی همچون شخصیت، عوامل روانی - اجتماعی،

طی دهه‌های اخیر بر اثر شماری از شرایط اقتصادی، اجتماعی و همچنین در پی دگرگونی‌های فرهنگی، اجتماعی متعددی که در خلال این دوره پدید آمد، توجه شایان ذکری به ورزش نشان داده شد و با احیای بازی‌های المپیک و برگزاری نخستین دور جدید المپیک در سال ۱۸۹۶، ورزش عملاً بر اریکه قدرت نشست. شاید موفقیت چشمگیر و پیشرفت شایان ملاحظه‌ای که در برپایی این دوره‌ها به دست آمد، از عوامل عمومی بود که توجه به ورزش را در تمام سطوح برانگیخت و آنچه به یاری این رویکرد آمد، نقش مهم رسانه‌های گروهی، به‌ویژه تلویزیون، در همگانی ساختن ورزش و ساده‌سازی مفاهیم آن و ایجاد گرایش‌های مثبت به آن بود (۵). همان‌گونه که گفتیم، ورزش مجموعه‌ای از فعالیت‌های استرس‌زاست و این تصویری غلط از ورزش رقابتی و قهرمانی است که آن را محیطی همراه با آرامش و امنیت بدانند. هدف اصلی تیم‌ها و ورزشکاران در مسابقات ورزشی، پیروزی و موفقیت در عملکرد و اجراست و این هدف از جانب مربی، رسانه‌ها و هواداران تیم در قالب انتظارات نقش بر ورزشکار فشار می‌آورد. بر این اساس ورزشکار به علت ترس از عدم موفقیت یا ضعیف و ناکارآمد جلوه کردن، مدام تحت استرس‌های مختلفی چون ارتکاب خطای روانی یا بدنی، تحمل درد و ناراحتی، مشاهده تقلب یا موفقیت رقیب، دریافت جریمه از سوی داور و توبیخ و سرزنش از سوی مربی، قرار می‌گیرد (۶).

روان‌شناسی ورزشی شاخه‌ای از علم ورزش است که در جست‌وجوی پاسخگویی به پرسش‌های مختلف در زمینه رفتار انسانی در حیطه ورزش و سایر فعالیت‌های بدنی است، به‌طوری‌که در آن اصول و مبانی روان‌شناسی را در ورزش به‌طور کاربردی به کار می‌گیرد تا این اصول به‌منظور بهبود اجرا به کار روند. رشته روان‌شناسی ورزشی با گرایش به بررسی جنبه‌های متنوع شخصیت افراد و ویژگی‌های شرکت‌کنندگان در فعالیتهای ورزشی شکل گرفته و

یادگیری حرکتی و سایر مواردی که به رفتار فرد در حیطه ورزش و اجرای مطلوب مهارت‌های حرکتی مربوط می‌شود، بررسی و مطالعه می‌شود. اما در روان‌شناسی کاربردی شامل موضوعات اختصاصی‌تری مانند ارتقای عملکرد و رشد شخصیت از طریق شناخت و به‌کارگیری اصول روان‌شناسی در زمینه ورزش است. به‌عبارت دیگر، تعیین میزان تأثیر عوامل روانی بر فعالیت‌های حرکتی و تعیین کیفیت اثرگذاری تجربیات اولیه حرکتی افراد بر روی عوامل روانی، موضوعاتی هستند که مورد توجه روان‌شناسان ورزشی کاربردی است. بنابراین روان‌شناسان ورزشی کاربردی در پی یافتن اطلاعات مفید و بالارزش در زمینه بهبود سطح فعالیت‌های ورزشی افراد در هر دو جنبه ورزش‌های انفرادی و تیمی‌اند (۳).

خیلی از قهرمانان المپیک موفقیت خود را به دلیل ارتقای مسائل روانی و برخی دیگر روی مؤلفه‌های دیگر از جمله تمرکز، کنترل استرس و بالا بردن اعتمادبه‌نفس خود می‌دانند. اگر ما توانایی تمرکز یا کنترل استرس ورزشکاری را که ۵۰ درصد است در زمان کوتاهی به ۶۰ تا ۷۰ درصد برسانیم، همین تفاوت اندک نیز کمک مؤثری به بهبود عملکرد ورزشکار خواهد کرد (۷). تحقیقات زیادی در مورد تأثیر روان‌شناسی ورزش بر بهبود عملکرد ورزشکاران انجام گرفته است. برای مثال خنجری و همکاران (۱۳۹۲)، طی مطالعه‌ای به بررسی تأثیر یک دوره برنامه تمرین مهارت‌های روان‌شناختی بر مهارت‌های ذهنی منتخب و عملکرد تکواندوکاران نوجوان زن تیم ملی ایران پرداختند. نتایج آزمون آماری تی مستقل نشان داد که بین گروه کنترل و آزمایش در مهارت‌های واکنش به استرس و تمرکز پس از اجرای یک دوره برنامه تمرین مهارت‌های روان‌شناختی تفاوت معناداری وجود داشت. در نهایت، نتایج این مطالعه نشان داد تمرین مهارت‌های روان‌شناختی می‌تواند در ارتقای عملکرد نهایی تکواندوکاران نوجوان زن تیم ملی

ایران تأثیرگذار باشد (۱۱). سی<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۵)، طی مطالعه‌ای به بررسی تأثیر سیستم ورزشی چینی و ویژگی‌های فرهنگ چینی در خدمات روان‌شناسی ورزشی المپیک پرداختند. در این مطالعه از ۱۵ مشاور روان‌شناسی ورزشی که برای خدمت به تیم ملی چین در بازی‌های المپیک پکن ۲۰۰۸ شرکت کردند، مصاحبه نیمه‌ساختاریافته‌ای پس از پایان بازی‌ها انجام گرفت. دو بعد کلی نفوذ اجتماعی فرهنگی در خدمات روان‌شناسی ورزشی المپیک چین بررسی شد که شامل ۸ آیتم برتر و ۲۶ آیتم سطح پایین‌تر است. نتایج این مطالعه نشان داد که سیستم و ترکیب موفقیت‌آمیز ویژگی‌های کل ملت با ویژگی‌های فرهنگی چین در خدمات روانی موجب ارتقای خدمات روان‌شناسی ورزشی می‌شود. به بیان دیگر، عوامل اجتماعی فرهنگی تأثیر بسیاری روی خدمات روان‌شناسی ورزشی المپیک چینی دارد (۱۲).

آرنولد و سرکار<sup>۲</sup> (۲۰۱۵)، طی مطالعه‌ای به بررسی و آماده‌سازی ورزشکاران و تیم‌های المپیک با به‌کارگیری از تجارب بهترین روان‌شناسان پرداختند. این محققان بهترین عمل را به‌منظور افزایش درک روانی ورزشکاران برای بازی‌های رقابتی المپیک ارائه داده‌اند. این مطالعه از تجربیات ۱۵ پزشک روان‌شناسی که در مجموع بیش از ۲۰۰ سال تجربه دست اول در خصوص آماده‌سازی ورزشکاران به‌منظور بازی‌های المپیک داشتند، تشکیل شده است (۱۳). با توجه به آنچه ذکر شد، دلیل اصلی انجام این پژوهش اهمیت توسعه روان‌شناسی ورزشی در ساختار ورزش کشور و فدراسیون‌های ورزشی و رشته‌های المپیک و مدال‌آور است.

## روش تحقیق

مصاحبه‌ها تا نفر ۲۴ ادامه پیدا کرد. برای تجزیه و تحلیل مصاحبه‌ها ابتدا براساس رویکرد گروندد تئوری مصاحبه‌ها تحلیل شد و کدهای مصاحبه در سه مرحله باز (۲۱۱ کد)، انتخابی (۵۶ کد) و محوری (۵ کد) استخراج شدند. سپس با توجه به کدهای به دست آمده مدل کیفی توسعه روان‌شناسی ورزش در کشور تدوین شد.

## یافته‌های تحقیق

در جدول ۱، افراد مصاحبه‌شونده، برحسب جنسیت و تخصص (آنان) ارائه شده است.

پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی و با توجه به ماهیت پژوهش، از نوع پژوهش‌های کیفی و از نوع نظریه زمینه‌ای یا مبنایی است. جامعه آماری تحقیق شامل تمامی افرادی است که در ساختار روان‌شناسی ورزشی کشور از حیث اجرایی یا علمی صاحب نظر و تأثیرگذارند. به روش نمونه‌گیری (گلوله‌برفی) ۲۴ نفر به عنوان نمونه تحقیق انتخاب شدند. منظور از رشته‌های المپیک و مدال آور رشته‌هایی بودند که در المپیک حضور دارند و ایران در این رشته‌ها فعال است. بعد از ۱۹ مصاحبه اشباع اطلاعاتی حاصل شد، اما برای اطمینان

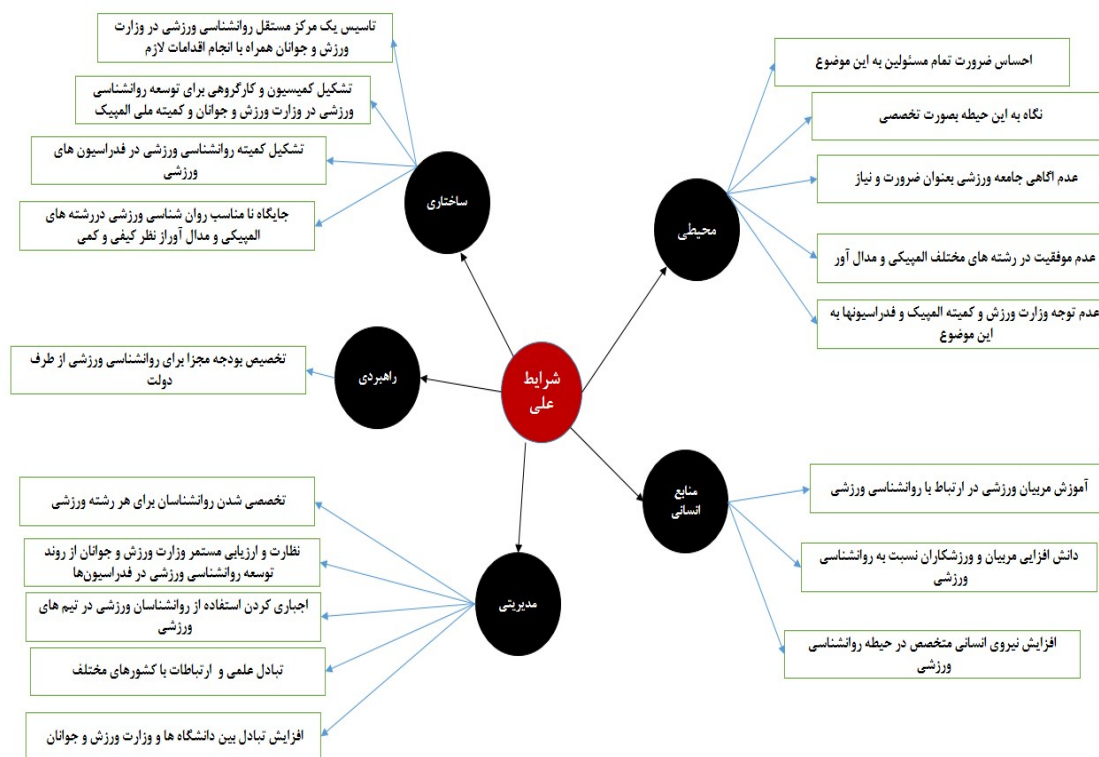
جدول ۱. تعداد مصاحبه‌شوندگان به تفکیک جنس و تخصص

| کد  | تخصص                             | مرد | زن |
|-----|----------------------------------|-----|----|
| الف | دکتری تخصصی روان‌شناسی ورزشی     | ✓   |    |
| ب   | دکتری تخصصی روان‌شناسی ورزشی     | ✓   |    |
| پ   | دکتری تخصصی روان‌شناسی ورزشی     | ✓   |    |
| ت   | دکتری تخصصی مدیریت ورزشی         | ✓   |    |
| ث   | دکتری تخصصی مدیریت ورزشی         |     | ✓  |
| ج   | دکتری تخصصی مدیریت ورزشی         | ✓   |    |
| چ   | دکتری تخصصی مدیریت ورزشی         | ✓   |    |
| ح   | معاون وزیر ورزش و جوانان         | ✓   |    |
| خ   | معاون وزیر ورزش و جوانان         | ✓   |    |
| د   | معاون وزیر ورزش و جوانان         |     | ✓  |
| ذ   | معاون وزیر ورزش و جوانان         | ✓   |    |
| ر   | مدیرکل وزارت ورزش و جوانان       | ✓   |    |
| ز   | رئیس فدراسیون ورزشی              | ✓   |    |
| س   | رئیس فدراسیون ورزشی              | ✓   |    |
| ش   | رئیس فدراسیون ورزشی              | ✓   |    |
| ص   | رئیس فدراسیون ورزشی              | ✓   |    |
| ض   | رئیس فدراسیون ورزشی              | ✓   |    |
| ط   | رئیس فدراسیون ورزشی              | ✓   |    |
| ظ   | نایبرئیس فدراسیون ورزشی          |     | ✓  |
| ع   | نایبرئیس فدراسیون ورزشی          |     | ✓  |
| غ   | نایبرئیس فدراسیون ورزشی          | ✓   |    |
| ف   | نایبرئیس فدراسیون ورزشی          | ✓   |    |
| ق   | کارشناس خبره وزارت ورزش و جوانان |     | ✓  |
| ک   | کارشناس خبره وزارت ورزش و جوانان | ✓   |    |

تا ماهیت پدیده و اینکه چه چیز موجب تداوم یا توقف آن می‌شود، روشن شده و نحوه شکل‌گیری آن توضیح داده می‌شود.

وقتی هدف مطالعه شناخت کنش متقابل باشد، اولین قدم، بیان روابط کنش - کنش متقابل با نزدیک‌ترین شرایط مؤثر بر آنهاست. سپس محقق به دنبال وارد کردن شرایط و تحلیل‌های بسیاری است. این کار کمک می‌کند

می‌شوند. از میان مقوله‌های استخراج‌شده، احساس نیاز مسئولان و مراجع قانون‌گذار به‌عنوان کلید اصلی ارتقای جایگاه روان‌شناسی ورزشی در رشته‌های المپیک و مدال‌آور (و شرط‌علی و اصلی) مطرح شده است (شکل ۱).



شکل ۱. شرایط علی: احساس نیاز مسئولان و مراجع قانون‌گذار

همچنین ت درباره لزوم قوانین حمایتی می‌گوید: «در کشور ما تا زور نباشد چیزی جواب نمیده. فدراسیون‌های ورزشی هم تا زمانی که مجبور نباشند از روان‌شناس ورزشی استفاده نمی‌کنند. به نظرم وزارت ورزش و جوانان باید با وضع قوانین و دستورالعمل و آیین‌نامه، فدراسیون‌ها رو مجبور کنه تا از روان‌شناس ورزشی استفاده کنند. مخصوصاً برای تیم‌های پایه.»

۲. ضعف‌های مدیریتی و کمبود متخصصان (شرایط مداخله‌گر). شرایطی هستند که کنش‌ها و تعاملات از آنها متأثر می‌شوند. این شرایط مجموعه‌ای از متغیرهای میانجی و واسط را تشکیل می‌دهند. شرایط مداخله‌گر، شرایط

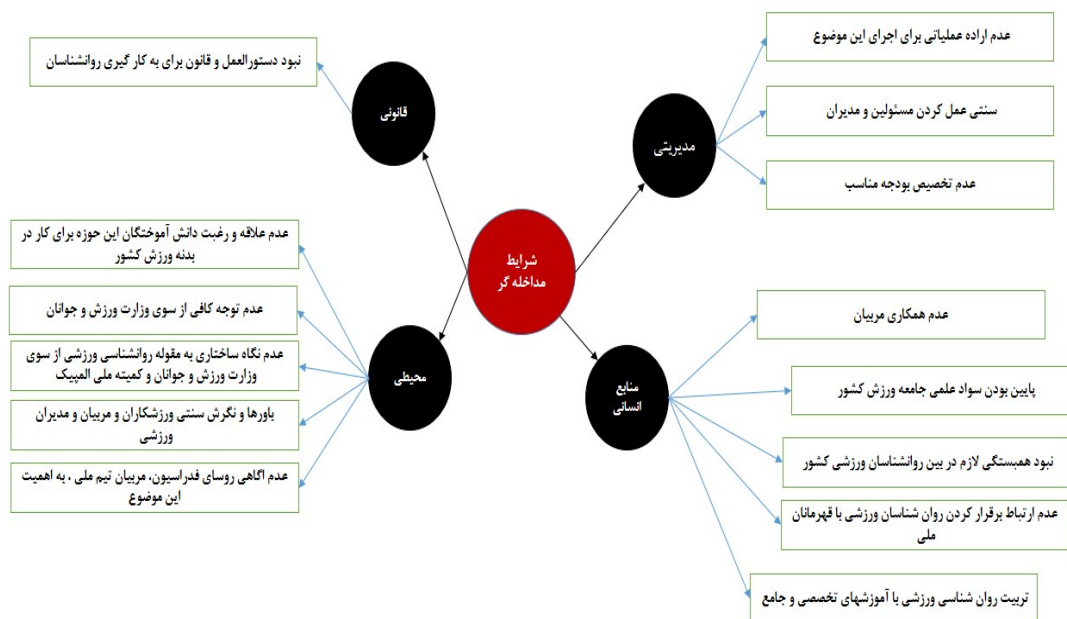
با توجه به مصاحبه‌های انجام‌گرفته، یافته‌های زیر به‌دست آمد:

۱. احساس نیاز مسئولان ورزش و مراجع قانون‌گذار (شرایط علی)، که با مجموعه‌ای از مقوله‌ها به‌همراه ویژگی‌هایشان، سبب ایجاد و توسعه پدیده یا مقوله محوری

برای ارتقای جایگاه روان‌شناسی ورزشی در رشته‌های المپیک و مدال‌آور به مرجع قانونی نیازمندیم که اولاً از توسعه روان‌شناسی ورزشی حمایت کند و ثانیاً راهگشای مشکلات کلیدی روان‌شناس‌های ورزشی در مواجهه با بی‌قانونی باشد. وقتی مسئولان ورزش احساس نیاز نکنند و پیش‌بینی‌های قانونی برای ارتقای آن پیش‌بینی نشود، بالطبع روان‌شناسی ورزشی از نظر ساختاری پیشرفت نخواهد کرد. در این باره پ می‌گوید:

«برخی از رؤسای فدراسیون‌ها اصلاً اعتقادی به روان‌شناس ورزشی ندارند و برخی از آنها هزینه کردن برای روان‌شناسی ورزشی را ضروری نمی‌دانند.»

ساختاری هستند که مداخله سایر عوامل را تسهیل یا محدود می‌کنند (شکل ۲).



شکل ۲. شرایط مداخله گر: ضعف‌های مدیریتی و کمبود متخصصان

همچنین کمبود متخصصان روان‌شناسی ورزشی در کشور از موارد مورد اشاره در مصاحبه‌ها بود. در این مورد خ می‌گوید:

«...ببینید روان‌شناسی ورزشی در ایران مقوله نوپایی است که دکتر واعظ زحمات زیادی برای رشد آن کشیده‌اند. نباید انتظار داشته باشیم که یک‌شبه همه فدراسیون‌ها و تیم‌ها از روان‌شناس ورزشی استفاده کنند. فارغ‌التحصیلان ما هنوز به آن توانایی لازم هم نرسیده‌اند. بنابراین لزوم توجه و رشد پله به پله ضروری است.»

همچنین ت می‌گوید:

«مگر ما چقدر روان‌شناس ورزشی در کشور داریم؟ آیا این افراد شناخته شده هستند؟ آیا پاسخگوی نیازهای ما می‌باشند؟»

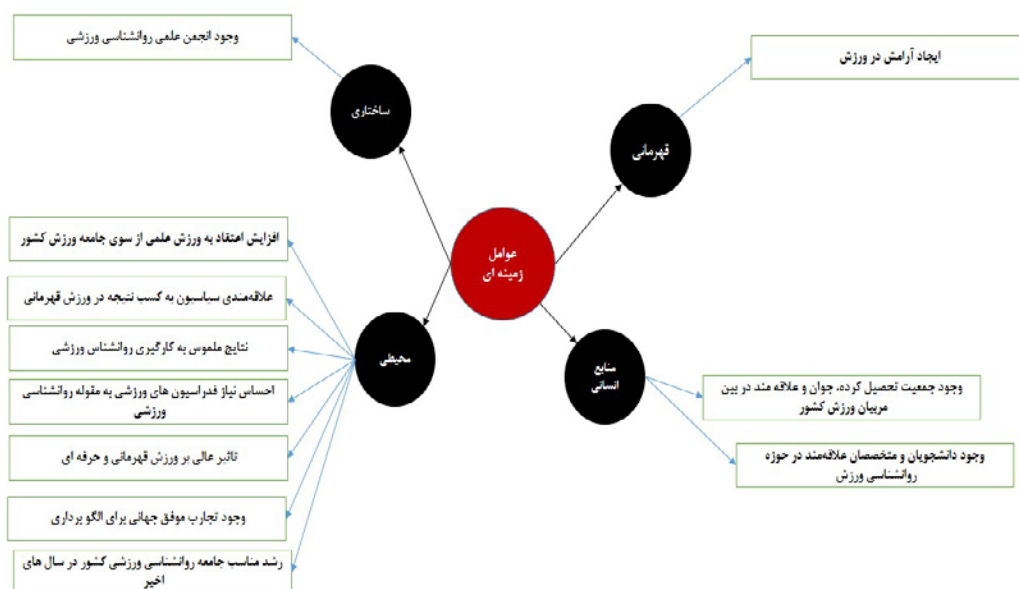
پ نیز می‌گوید:

مدیران راهگشای مشکلات و تعیین‌کننده اهداف هر سازمان هستند. مهم‌ترین وظیفه مدیران، تصمیم‌گیری است و بی‌گمان تصمیمات مدیر رابطه زیادی با مدت زمانی دارد که مدیر قصد دارد در سازمان بماند. در صورتی که مدیر فدراسیون بداند قرار است با کسب مدال و فعالیت‌های سریع ارزیابی شود، به سمت فعالیت‌های زودبازده روی خواهد آورد. تفکر مدیران از مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار بر تصمیمات مدیران است. در این خصوص الف می‌گوید:

«مهم‌ترین فاکتورهای داخلی همون‌طور که قبلاً عرض کردم ثبات مدیریتی است، اگر مدیر بداند که مثلاً X سال به عنوان مدیر می‌خواهد باشد در آن مدت ماندنش می‌تواند برنامه‌ریزی‌های خوبی بکند، روان‌شناسی را بیاورد که به فدراسیون و ورزشکار کمک کند.»

است. این شرایط را مجموعه‌ای از مفاهیم، مقوله‌ها و متغیرهای زمینه‌ای تشکیل می‌دهند. گاهی اوقات متغیرهای بسیار مرتبط را در ذیل شرایط علی و متغیرهایی با ارتباط کمتر را ذیل بستر طبقه‌بندی می‌کنند. در حال حاضر، عوامل زمینه‌ای بر کنش‌ها و تعاملات اثر می‌گذارند (شکل ۳).

«...خیلی از مربیان ورزشی خودشان را در هر زمینه‌ای عقل کل می‌دانند. خیلی از مربیان با سیستم‌های سنتی رشد کرده‌اند و واقعاً دشوار است آنها را در مورد لزوم به‌کارگیری روانشناس ورزشی را توجیه کرد...»  
 ۳. عوامل زمینه‌ای (توسعه رشته و ایجاد انجمن روان‌شناسی ورزشی). شرایط خاصی است که بر کنش و تعاملات تأثیر می‌گذارد و تمییز آنها از شرایط علی مشکل



شکل ۳. عوامل زمینه‌ای: توسعه رشته و ایجاد انجمن روان‌شناسی ورزشی

نیاز داریم ما هنوز ساختارمان براساس اینکه نیاز به روان‌شناس ورزشی داشته باشیم طراحی نشده است. بنابراین در چارتمان تغییراتی انجام بدیم به‌گونه‌ای که روان‌شناسی ورزشی اهمیتش مشخص شده باشد. مسلماً به همون اندازه‌ای که به این حوزه اهمیت می‌دهیم می‌توانیم یک آدم ماهر را جذب کنیم که بیا در فلان جایگاه مدیریتی بیا این قضیه رو برای ما جمع و جور بکن.»

در این مورد و می‌گوید:

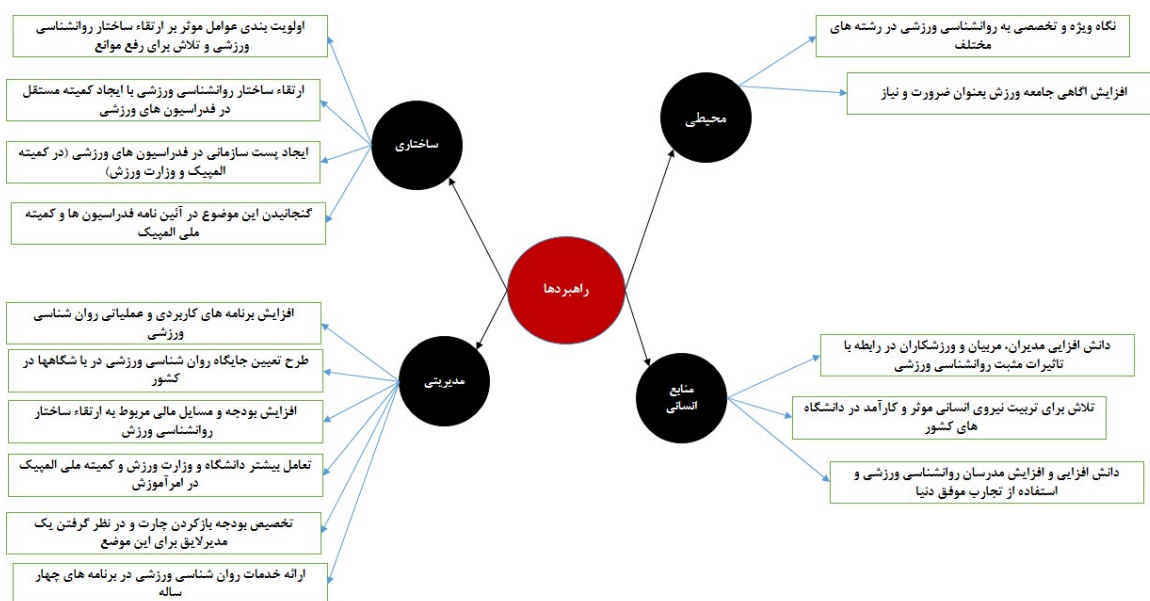
«یه زمانی اصلاً کسی نمی‌دونست روان‌شناسی ورزشی یعنی چی. ولی الان خیلی خوب رشد کردیم و دانشجویهای

هر سازمانی مانند پازل است. برای اینکه یک سازمان بتواند به رسالت اصلی خود بپردازد، باید تکه‌های این پازل به‌درستی در کنار هم قرار گیرند. با نبود نیروی انسانی متبخر در امر روان‌شناسی ورزشی چگونه می‌توانیم انتظار داشته باشیم که کسب‌وکار باشگاه رونق بگیرد؟  
 د در این مورد می‌گوید:

«برای فدراسیون خودمون نیاز داریم از نیروی انسانی ماهر استفاده در امر روان‌شناسی استفاده بشه چون روان‌شناسی تخصصیه بعد میشه روان‌شناسی ورزشی که دیگه کاملاً تخصصی می‌شود. در وهله بعد به ساختار درست



۴. راهبردها (الزام برای ایجاد کمیته‌های روان‌شناسی ورزشی در فدراسیون‌ها). بیانگر رفتارها، فعالیت‌ها و تعاملات هدفداری هستند که در پاسخ به مقوله محوری و تحت تأثیر شرایط مداخله‌گر و عوامل زمینه‌ای، اتخاذ می‌شوند. در بحث توسعه جایگاه روان‌شناسی ورزشی، با حضور مقوله محوری، مداخله‌گر و عوامل زمینه‌ای برای الزام به ایجاد کمیته‌های روان‌شناسی ورزشی در فدراسیون‌ها فراهم می‌شود (شکل ۴).



شکل ۴. راهبردها: الزام برای ایجاد کمیته‌های روان‌شناسی ورزشی در فدراسیون‌ها

همچنین ت می‌گوید:

«خیلی از فدراسیون‌های ما مشکل مالی دارند. اما اگر رئیس فدراسیون بداند که چند برابر هزینه‌ای که برای روان‌شناس ورزشی می‌کند در درازمدت درمی‌آید قطعاً در این مورد سرمایه‌گذاری خواهد کرد. بعضی از فدراسیون‌ها هستند که سال‌هاست دارند از روان‌شناس ورزشی استفاده می‌کنند و چون فوایدش رو دیدند ادامه دادند.»

علاقه‌مند و اساتید خوبی هم داریم. ولی باز هم باید خیلی بیشتر از اینها به این رشته اهمیت داده بشه.»

ب نیز می‌گوید:

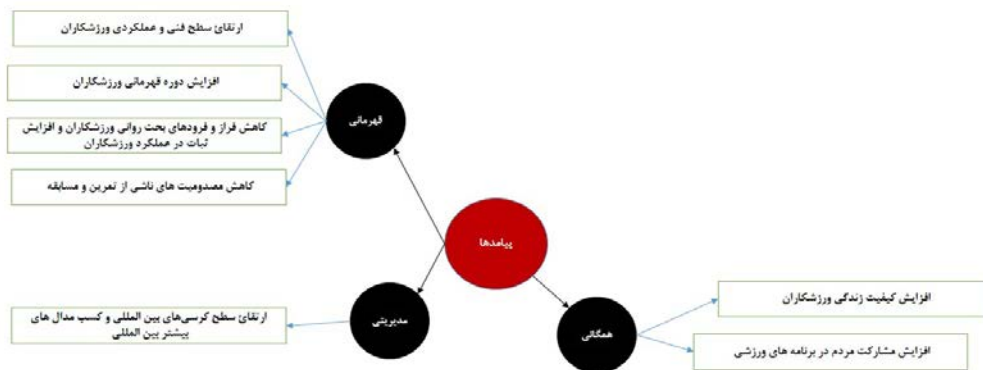
«برخی تیم‌های ما به دلیل الزام فدراسیون یه جایی دارند به نام روان‌شناسی، فقط اسمی هست و آدمی که اونجا قرار می‌گیرد در هیچ تیمی آدم علمی نیست، کسی نیست که تحصیلات روان‌شناسی ورزشی داشته باشه. فدراسیون‌ها باید بیایند ساختار این قضیه را کامل درست کنند.»

پس از عوامل مدیریتی، مهم‌ترین عاملی که می‌تواند یک مقوله را در جهت پیشرفت و توسعه قرار دهد، ارتقای ساختاری و ایجاد سازمان‌های مستقل است. اگر مدیریت را نرم‌افزار در نظر بگیریم، بدون سخت‌افزار مناسب برنامه‌های مدیر به‌درستی و اثربخش انجام نخواهد گرفت.

در این مورد الف می‌گوید: «یکی از راهبردهایی که برای ارتقای ساختار و جایگاه روان‌شناسی ورزشی باید انجام بشه تلاش برای ایجاد یک جایگاه مشخص در همه فدراسیون‌هاست...»

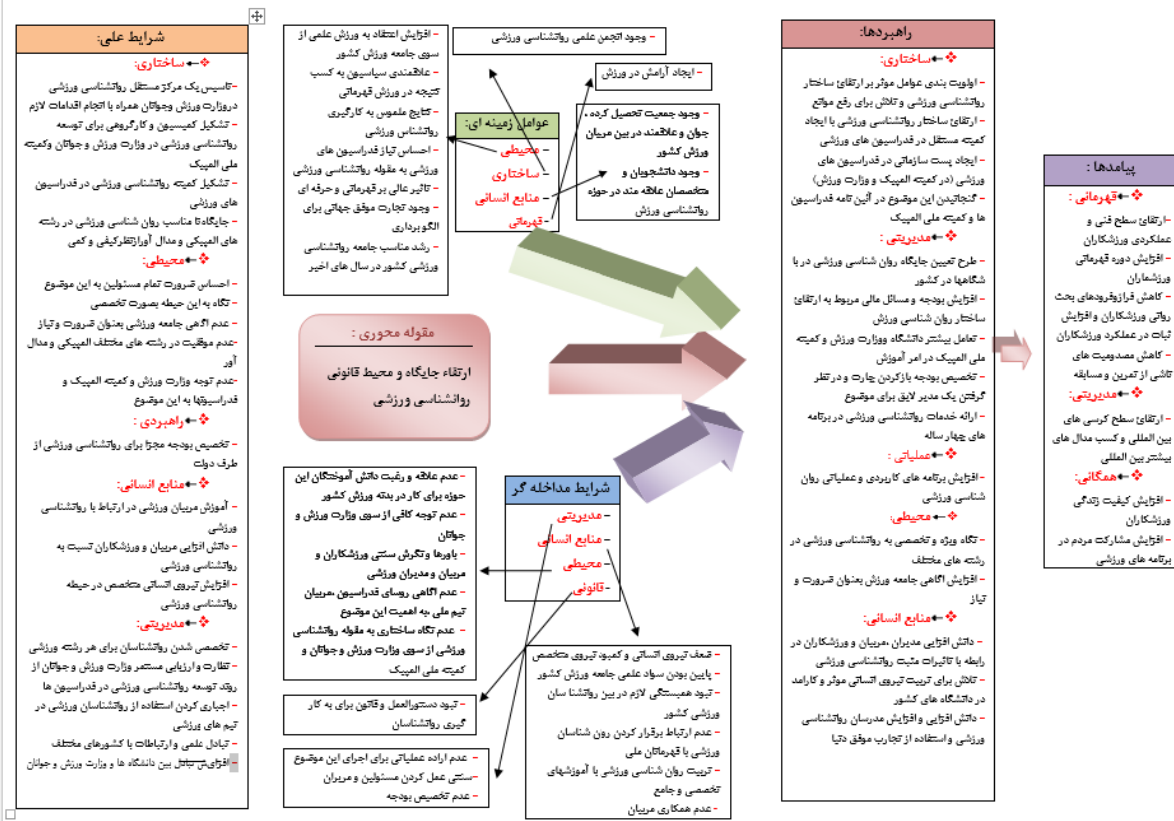
بین‌المللی، افزایش دوره قهرمانی ورزشکاران، افزایش کیفیت زندگی ورزشکاران، کاهش مصدومیت‌های ناشی از تمرین و مسابقه، کاهش فراز و فرودهای بحث روانی ورزشکاران و افزایش ثبات در عملکرد ورزشکاران و افزایش مشارکت مردم در برنامه‌های ورزشی است (شکل ۵).

۵. پیامد (بهبود عملکرد و کیفیت زندگی ورزشکاران). برخی مقوله‌ها بیانگر نتایج و پیامدهایی هستند که در اثر اتخاذ کنش‌ها و تعاملات به وجود می‌آیند. در واقع پیامد ارتقای ساختار و جایگاه روان‌شناسی ورزشی ارتقای سطح فنی و عملکردی ورزشکاران، ارتقای سطح کرسی‌های بین‌المللی و کسب مدال‌های بیشتر



شکل ۵. پیامدها: بهبود عملکرد و کیفیت زندگی ورزشکاران

با توجه به نتایج حاصل از بخش کیفی، مدل ارتقای جایگاه روان‌شناسی ورزشی بدین صورت است:



شکل ۶. مدل تئوری توسعه روان‌شناسی ورزشی

بحث و نتیجه‌گیری

مهم‌ترین عوامل را «تشکیل کمیته روان‌شناسی ورزشی در فدراسیون‌های ورزشی» و «تشکیل کمیسیون و کارگروهی برای توسعه روان‌شناسی ورزشی در وزارت ورزش و جوانان و کمیته ملی المپیک» تشکیل می‌دهد. در ساختار سازمان‌های ورزشی کشور مشخص شده است که فدراسیون‌های ورزشی و کمیته ملی المپیک تحت همکاری با وزارت ورزش و جوانان بالاترین مقام ورزشی هر رشته ورزشی‌اند و یکی از مهم‌ترین فعالیت‌های آنان را ارتقای ورزش قهرمانی و حرفه‌ای کشور تشکیل می‌دهد. در واقع می‌توان گفت که تیم‌های ملی ورزشی کشور از دل فعالیت‌ها و برنامه‌های این سازمان‌ها به‌ویژه فدراسیون‌های ورزشی مستخرج می‌شوند، از این رو چنانچه در تشکیلات فدراسیون‌های ورزشی، کمیته ملی المپیک و وزارت ورزش و جوانان بخشی با نام کمیته روان‌شناسی ورزشی ایجاد شود، بی‌شک می‌تواند تأثیرات مهمی در توسعه روان‌شناسی

نتایج نشان داد «تشکیل کمیته روان‌شناسی ورزشی در فدراسیون‌های ورزشی»، «تشکیل کمیسیون و کارگروهی برای توسعه روان‌شناسی ورزشی در وزارت ورزش و جوانان و کمیته ملی المپیک»، «افزایش نیروی انسانی متخصص در حیطه روان‌شناسی ورزشی» و «افزایش تبادل بین دانشگاه‌ها و وزارت ورزش و جوانان» به‌عنوان شرایط علی مؤثر بر ارتقای جایگاه روان‌شناسی ورزشی شناسایی شدند. پس از آنکه اهمیت و جایگاه روان‌شناسی ورزشی در موفقیت تیم‌ها، بازیکنان، مربیان ورزشی و ... برای همگان مشخص شد، لازم به‌نظر می‌رسد که عوامل علی ارتقای جایگاه آن در کشور نیز مشخص شود. نتیجه تحقیق بیانگر آن بود که عوامل متعددی می‌توانند موجبات ارتقای روان‌شناسی ورزشی کشور را فراهم سازند. دو مورد از

علمی در کشور قلمداد کرد، چراکه چند سال در برخی دانشگاه‌ها تدریس شده و سپس دوباره در سطح کارشناسی‌ارشد ملغی شد. با این وصف، انگیزه‌ای برای علاقه‌مندان به این رشته وجود نخواهد داشت. از سوی دیگر، بازار کار مناسبی نیز در انتظار فارغ‌التحصیلان این رشته نیست، این موضوع می‌تواند از میزان علاقه آنان به ادامه تحصیل در روان‌شناسی ورزشی بکاهد.

بی‌توجهی به روان‌شناسی ورزشی کنار ورزشکاران المپیک، فاصله آنها را تا مدال‌آوری زیاد می‌کند. این موضوع را در المپیک لندن در خصوص یوسف کرمی، مهدی تقوی و... کاملاً شاهد بودیم که فشار روانی و استرس زیاد یک روز قبل از دیدار فینال سبب شد تا یوسف کرمی مدال المپیک را به راحتی از دست بدهد. یک ماه مانده به المپیک زمان خوبی برای آماده‌سازی ذهنی ورزشکار نیست و ما هیچ وقت نمی‌توانیم در این زمان کوتاه بهترین شرایط را برای ورزشکار فراهم کنیم (۷).

در ادامه نتایج نشان داد که عدم احساس ضرورت توسط مسئولان، ضعف نیروی انسانی و کمبود نیروی متخصص، عدم تخصیص بودجه مناسب، توجه ناکافی وزارت ورزش و جوانان، باورها و نگرش سنتی ورزشکاران و مربیان و مدیران ورزشی، عدم نگاه ساختاری به مقوله روان‌شناسی ورزشی از سوی وزارت ورزش و جوانان و کمیته ملی المپیک، عدم علاقه و رغبت دانش‌آموختگان این حوزه برای کار در بدنه ورزش کشور، نبود دستورالعمل و قانون برای به کارگیری روان‌شناسان، پایین بودن سواد علمی جامعه ورزش کشور و نبود همبستگی لازم در بین روان‌شناسان ورزشی کشور به عنوان شرایط مداخله‌گر مؤثر بر ارتقای جایگاه روان‌شناسی ورزشی در ساختار ورزش کشورند. برای توسعه هر موضوعی در کشور، ضروری است که مسئولان آن حوزه در خصوص آن موضوع احساس ضرورت کنند. همان‌گونه که پس از سال‌ها، مسئولان ورزش کشور به ضرورت موضوع

ورزشی کشور به‌ویژه در سطح تیم‌های ملی و حرفه‌ای ایفا کند. در تأیید این موضوع می‌توان به تجارب کشورهای منتخب و پیشرو اشاره کرد. همچنین افزایش اعتقاد به ورزش علمی از سوی جامعه ورزش کشور، وجود دانشجویان و متخصصان علاقه‌مند در حوزه روان‌شناسی ورزشی، علاقه‌مندی سیاسیون به کسب نتیجه در ورزش قهرمانی، احساس نیاز فدراسیون‌های ورزشی به مقوله روان‌شناسی ورزشی، وجود جمعیت تحصیل کرده، جوان و علاقه‌مند در بین مربیان ورزش کشور، نتایج ملموس به کارگیری روان‌شناس ورزشی، وجود تجارب موفق جهانی برای الگوبرداری، رشد مناسب جامعه روان‌شناسی ورزشی کشور در سال‌های اخیر و وجود انجمن علمی روان‌شناسی ورزشی عوامل زمینه‌ای مؤثر بر ارتقای جایگاه روان‌شناسی ورزشی در ساختار ورزش کشورند. برای توسعه روان‌شناس ورزشی کشور، ابتدا لازم است که زمینه‌های لازم مهیا باشد و سپس با بهبود شرایط علمی و نیز عوامل میانجی، جایگاه روان‌شناسی ورزشی کشور ارتقا یابد. یکی از زمینه‌های لازم برای ارتقای روان‌شناسی ورزشی، افزایش اعتقاد به ورزش علمی از سوی جامعه ورزش کشور است. متأسفانه هنوز در کشور اعتقاد به ورزش علمی وجود ندارد و این موضوع هم از سوی مدیران و هم مربیان و ورزشکاران قابل مشاهده است. بسیاری از ورزشکاران و مربیان هنوز هم به شیوه‌های سنتی و تجربی به فعالیت‌ها و تمرینات ورزشی می‌پردازند و تا زمانی که این اعتقاد به ورزش علمی ایجاد نشود، نمی‌توان به استقبال از روان‌شناسان ورزشی در بدنه تیم‌ها و سازمان‌های ورزشی امیدوار بود. به علاوه، وجود دانشجویان و متخصصان علاقه‌مند در حوزه روان‌شناسی ورزشی امری ضروری است که در صورت نبود آنها نمی‌توان به ارتقای جایگاه روان‌شناسی ورزشی امیدوار بود. امروزه به دلیل سردرگمی وزارت علوم و کارگروه‌های علمی هنوز نمی‌توان رشته روان‌شناسی ورزشی را به عنوان یک رشته

رسمیت شناخته شود تا بتوان به تشکیل کمیته‌های تخصصی روان‌شناسی ورزشی در بدنه وزارت ورزش و جوانان و کمیته ملی المپیک امیدوار بود. علاوه بر موارد مذکور، بودجه مناسبی به روان‌شناسی ورزشی تخصیص نمی‌یابد و باورها و نگرش ورزشکاران و مربیان و مدیران ورزشی به روان‌شناسی ورزشی هنوز سنتی است و مانند کشورهای منتخب و پیشرو، از سوی مربیان و ورزشکاران و مدیران ورزشی برای به‌کارگیری روان‌شناسان ورزشی در بدنه کادر فنی ضرورتی احساس نمی‌شود.

در ادامه نتایج نشان داد که راهبردهای مؤثر بر ارتقای جایگاه روان‌شناسی ورزشی در ساختار ورزش کشور عبارت‌اند از: ارتقای ساختار روان‌شناسی ورزشی با ایجاد کمیته مستقل در فدراسیون‌های ورزشی، دانش‌افزایی و افزایش مدرسان روان‌شناسی ورزشی و استفاده از تجارب موفق دنیا، نگاه ویژه و تخصصی به روان‌شناسی ورزشی در رشته‌های مختلف، دانش‌افزایی مدیران، مربیان و ورزشکاران در خصوص تأثیرات مثبت روان‌شناسی ورزشی، تلاش برای تربیت نیروی انسانی موثر و کارآمد در دانشگاه‌های کشور، اولویت‌بندی عوامل مؤثر بر ارتقای ساختار روان‌شناسی ورزشی و تلاش برای رفع موانع و افزایش بودجه و مسائل مالی مربوط به ارتقای ساختار روان‌شناسی ورزشی. با شناسایی جایگاه روان‌شناسی ورزشی در کشور نسبت به کشورهای منتخب و پیشرو و نیز شناسایی عوامل علی مؤثر بر ارتقای این جایگاه، به‌نظر می‌رسد که باید راهکارهایی عملیاتی بدین‌منظور تدوین شود. بنابراین راهبردهایی تدوین و ارائه شد که به شرح آن‌ا پرداخته می‌شود. یکی از این راهبردها ارتقای ساختار روان‌شناسی ورزشی با ایجاد کمیته مستقل در فدراسیون‌های ورزشی است. همان‌طور که بیان شد، ضروری است که سازمان‌های ورزشی و در رأس آنها فدراسیون‌های ورزشی از تشکیلاتی مستقل با عنوان کمیته روان‌شناسی

استعدادیابی پی بردند و به‌سوی توسعه فرایند استعدادیابی در رشته‌های ورزشی مختلف گام‌های مؤثری برداشتند، لازم است که برای توسعه روان‌شناسی ورزشی کشور نیز مسئولان احساس نیاز کنند. این در حالی است که از سوی مسئولان ورزش کشور، ضرورتی در خصوص روان‌شناسی ورزشی کشور احساس نمی‌شود که نمود آن را می‌توان در نبود روان‌شناس ورزشی در کادر فنی تیم‌های مختلف کشور مشاهده کرد. همچنین در کشور ضعف نیروی انسانی و کمبود نیروی متخصص روان‌شناسی ورزشی وجود دارد. همان‌طور که بیان شد، تعداد فارغ‌التحصیلان رشته روان‌شناسی ورزشی اندک است و معمولاً از ضعف علمی و کاربردی رنج می‌برند، چراکه در سطوح پایین علمی قرار دارند و فاقد تجربه‌های عملیاتی و میدانی هستند. اگرچه تعداد استادان این رشته در کشور اندک است، بی‌شک نمی‌توان با این تعداد اندک نیازهای ورزش کشور به روان‌شناس ورزشی را مرتفع ساخت، از این‌رو لازم است در این زمینه تمهیداتی اندیشیده شود. از سوی دیگر، توجه ناکافی از سوی وزارت ورزش و جوانان به مقوله روان‌شناسی ورزشی مشاهده می‌شود و نمود آن را می‌توان در نبود کمیته‌های تخصصی روان‌شناسی ورزشی در بدنه وزارتخانه و نیز فدراسیون‌های ورزشی و ... مشاهده کرد. وزارت ورزش و جوانان به‌عنوان متولی اصلی ورزش کشور باید با همکاری فدراسیون‌های ورزشی، روان‌شناسی ورزشی را به‌عنوان ضرورتی مهم برای توسعه ورزش کشور قلمداد کرده و برای ارتقای آن برنامه‌ریزی کند. یکی از این اقدامات می‌تواند نگاه ساختاری به مقوله روان‌شناسی ورزشی باشد، چراکه وزارت ورزش و جوانان و کمیته ملی المپیک نگاه ساختاری به مقوله روان‌شناسی ورزشی ندارند. بنابراین ضروری است که این نگاه ساختاری ایجاد شده و روان‌شناسی ورزشی به‌عنوان یکی از ارکان موفقیت ورزشکاران و تیم‌های ورزشی از سوی وزارت ورزش و جوانان و کمیته ملی المپیک به

ورزشی بهره جویند تا بدین وسیله هم بتوانند نیروی انسانی متخصص لازم را سازمان‌دهی کنند و هم اینکه تجارب علمی و عملی آنان را در روان‌شناسی رشته‌های ورزشی مختلف به کار گیرند. بی‌شک با برنامه‌ریزی و سازمان‌دهی بهتر نیروهای متخصص روان‌شناسی ورزشی با کمک یک کمیته مستقل بهتر می‌توان از پتانسیل‌های این متخصصان استفاده کرد، از این رو بهتر است با تشکیل کمیته‌های روان‌شناسی ورزشی، این روند تسریع یابد. در این زمینه، ضروری است که با افزایش بودجه و مسائل مالی مربوط به ارتقای ساختار روان‌شناسی ورزشی این امر را تسریع کرد، چراکه امروزه بدون داشتن بودجه کافی نمی‌توان امور سازمانی و ورزشی را ارتقا بخشید. همچنین، دانش‌افزایی و افزایش مدرسان روان‌شناسی ورزشی و استفاده از تجارب موفق دنیا راهبرد دیگری است که می‌تواند جایگاه روان‌شناسی ورزشی کشور را بهبود بخشد. همان‌طور که بیان شد، تعداد متخصصان روان‌شناسی ورزشی کشور بسیار اندک است و چه‌بسا بسیاری از آنان تنها در حوزه دانشگاه فعالیت می‌کنند و تاکنون به صورت علمی وارد دنیای روان‌شناسی ورزشی در تیم‌های ورزشی نشده‌اند. در اینجاست که فدراسیون‌های ورزشی و دانشگاه‌های کشور می‌توانند طی همکاری‌های دو یا چندجانبه‌ای با استفاده از روش‌هایی همچون به‌کارگیری روان‌شناسان ورزشی در تیم‌های ورزشی و نیز اعزام آنان به کشورهای پیشرفته برای طی دوره‌های تخصصی، زمینه بهبود وضعیت روان‌شناسی ورزشی در کشور را فراهم سازند. علاوه بر آن، ضروری است که رشته روان‌شناسی ورزشی در دانشگاه‌های بیشتری تأسیس شود و در زمینه تربیت این متخصصان اقدامات بیشتری انجام گیرد.

در نهایت، نتایج نشان داد که ارتقای سطح فنی و عملکردی ورزشکاران، ارتقای سطح کرسی‌های بین‌المللی و کسب مدال‌های بیشتر بین‌المللی، افزایش دوره قهرمانی

ورزشکاران، افزایش کیفیت زندگی ورزشکاران، کاهش مصدومیت‌های ناشی از تمرین و مسابقه، کاهش فراز و فرودهای بحث روانی ورزشکاران و افزایش ثبات در عملکرد ورزشکاران و افزایش مشارکت مردم در برنامه‌های ورزشی پیامدهای ارتقای جایگاه روان‌شناسی ورزشی در ساختار ورزش کشورند. نتیجه به‌دست‌آمده با نتیجه تحقیقات باغبانی و جعفری کاکلکی (۱۳۹۴) (۸)، خنجری و همکاران (۱۳۹۲)، سپاسی و همکاران (۱۳۸۵) (۹)، همسو بود. باغبانی و جعفری کاکلکی (۱۳۹۴) به این نتیجه رسیدند که در ایران هنوز کمتر تیمی است که از روان‌شناس استفاده می‌کند و این مسئله‌ای است که به اعتقاد بسیاری از کارشناسان در رقم خوردن برخی ناکامی‌ها و شکست‌های اخیر ورزشکاران ایران چه در عرصه قاره و چه جهانی و المپیک بی‌تأثیر نبوده است. خنجری و همکاران (۱۳۹۲) نیز به این نتیجه رسیدند که تمرین مهارت‌های روان‌شناختی می‌تواند در ارتقای عملکرد نهایی تکواندوکاران نوجوان زن تیم ملی ایران تأثیرگذار باشد (۱۱). در همین زمینه، سپاسی و همکاران (۱۳۸۵) دریافتند که بین نگرش مربیان لیگ‌های برتر و مربیان لیگ غیربرتر درباره جایگاه مشاور روان‌شناس ورزشی تفاوت وجود داشت و مربیان لیگ برتر به دلیل حساس بودن بازی تیم‌ها در این سطح، نقش مهم‌تری برای مشاور روان‌شناس ورزشی قائل بودند. همچنین، مربیان و ورزشکاران اظهار داشتند چنانچه مشاور روان‌شناس ورزشی را در کنار خود احساس کنند، احتمال پیروزی تیم‌های ورزشی در مسابقات وجود دارد (۱۰). برخی از مطالعات نیز دریافتند که نیاز مبرم و قوی به ترکیب مداخلات روان‌شناختی برای دستیابی به نتیجه مطلوب توانبخشی در ورزشکاران مصدوم احساس می‌شود و در همین زمینه لیبرال و همکاران (۲۰۱۴) دریافتند که بهبود شایان توجهی در عملکرد کلی ورزشی ورزشکاران بعد از مشاوره روانی وجود دارد؛ به بیانی

این امر خود نیز می‌تواند موجب ارتقای سطح کرسی‌های بین‌المللی شود. از دیگر پیامدهای به‌کارگیری روان‌شناسان ورزشی در تیم‌های ورزشی افزایش کیفیت زندگی ورزشکاران است. ورزش جوانان ممکن است مشقت‌زا باشد. در نتیجه روان‌شناس ورزشی می‌تواند این تجربه را برای آنان خوشایندتر کند. همچنین، ورزشکاران به‌طور مکرر آسیب می‌بینند و روان‌شناس ورزشی در توانبخشی به آنان، روزبه‌روز اهمیت بیشتری پیدا می‌کند. بنابراین، علاوه بر ارائه کمک‌های جسمانی به آسیب‌دیدگان، فرایندهای روانی بخش عمده‌ای از این توانبخشی‌ها را شامل می‌شود و این موضوع می‌تواند موجب افزایش دوره قهرمانی ورزشکاران نیز شود. بی‌شک آمادگی جسمانی به‌تنهایی ضامن موفقیت در ورزش نیست، بلکه ورزشکاری موفق است که آمادگی روانی نیز داشته باشد. به همین دلیل هیچ مربی و ورزشکاری جنبه‌ها و فواید روانی و اجتماعی را نادیده نمی‌گیرد. ورزشکاران حرفه‌ای معتقدند که عوامل روانی مانند تعیین هدف و انگیزش نقش مهمی در موفقیت‌های آنان داشته است. پس می‌توان کاهش مصدومیت‌های ناشی از تمرین و مسابقه و بهبود سریع‌تر مصدومیت ورزشکاران و در نهایت افزایش دوره قهرمانی ورزشکاران را نیز از پیامدهای استفاده از روان‌شناسان ورزشی دانست. در نهایت، روان‌شناس ورزشی می‌تواند موجبات افزایش مشارکت مردم در برنامه‌های ورزشی را فراهم نسازد، چراکه ورزشکاران آماتور به‌دلیل نیازها یا فواید روانی مانند آرام‌سازی در فعالیت‌های جسمانی شرکت می‌کنند و در صورت وجود روان‌شناسان ورزشی در حوزه ورزش همگانی و تربیتی نیز می‌توان مشارکت مردم در ورزش را افزایش داد.

دیگر، بین عملکرد ورزشی و سلامت روانی یا درک تأثیرات روانی ارتباط معنادار و مثبتی وجود دارد. به‌نظر می‌رسد که وجود روان‌شناسان ورزشی خیره در کنار بازیکنان و سایر عوامل تیم‌های ورزشی می‌تواند پیامدهای مثبت بسیاری را به‌دنبال داشته باشد. یکی از این پیامدها، ارتقای سطح فنی و عملکردی ورزشکاران است. این موضوع را می‌توان در تجارب تیم‌های ورزشی کشورهای منتخب و پیشرو مشاهده کرد. وجود استرس، فشار و اضطراب از جمله عواملی است که مقدار مناسب آن برای تمام افراد و از جمله ورزشکاران ضروری است. در واقع نمی‌توان و نباید استرس را به‌طور کامل در ورزشکار از بین برد، چراکه مقداری از آن برای عملکرد بازیکنان ضروری است. تأثیرات مثبت و شگرف حضور این گروه در نتایج ورزشکاران آمریکا موجب شد تا در المپیک ۱۹۵۰ در کاروان ورزشی آمریکا، نام روان‌شناسان نیز در کادر تیم‌ها باشد و در آن سال بود که در نتایج به‌دست‌آمده توسط تیم‌های ورزشی آمریکا و دیگر کشورها تفاوت‌های زیادی به‌وجود آمد و این موضوع موجب شد تا کشورهای دیگر نیز به‌دنبال دلیل این مسئله باشند. همچنین، نتایج خوب و کسب مدال‌های زیاد چین در مسابقات آسیایی گوانگجو حاصل تأثیرات مثبت حضور روان‌شناسان ورزشی در کنار ورزشکاران چینی در ۲۰ سال گذشته بود. جایگاه روان‌شناسان ورزشی در چین به‌حدی رشد کرد که در بازی‌های آسیایی گوانگجو ۵۰ روان‌شناس در کاروان ورزشی آنها حضور داشتند و حتی به‌صورت آنلاین به ارائه خدمات به کاروان ورزشکاران چینی می‌پرداختند. با این تفاسیر، امری منطقی قلمداد می‌شود که این کشورها در مسابقات و تورنمنت‌های معتبر ورزشی موفق به کسب تعداد زیادی مدال شوند و خود را به‌عنوان کشورهای منتخب و پیشرو در ورزش دنیا معرفی کنند و

## منابع و مآخذ

1. Hadi A, Comparing the mental skills of the elite players of selected sports disciplines participating in the school competitions for middle school students all over the country. Master's Thesis, Tarbiat Modares University, Tehra, (2002).
2. Gucciardi, D.F., Gordon, S., & Dimmock, J.A. Towards an understanding of mental toughness in Australian football". *Journal of Applied Sport Psychology*, 20, (2008), 261–281.
3. Robert J. Schinke, Amy T. Blodgett, Tatiana V. Ryba, San Fu Kao, Thierry R. F. Middleton, Cultural sport psychology as a pathway to advances in identity and settlement research to practice, *Psychology of Sport and Exercise*, In press, corrected proof, Available online 21 September 2018.
4. Zahavi M, Sport Psychology. Third World Conference on Psychology and Educational Sciences, Law and Social Sciences at the beginning of the third millennium, (2017).
5. Daniels, et al. The Relation between Sport Orientations and Athletic Identity among Adolescent Girl and Boy Athletes", *Journal of Sport Behavior*.28(2005), (4): 315-334.,
6. Mogharnasi M, Ghezlsefloo H, Chori A, The Effect of Psychosocial Skills on Competitive Anxiety and the Performance of the Premier League Volleyball Players and their Relationship with the National Games, *Sports Journal Quarterly*, Second Year, No. 4, (2010).
7. Farsi A, Komeili R, Abdoli B, Fouladian J, Habibifar F, *Applied Sport Psychology: Individual growth to peak performance*. Author Jane Meyer Williams. First Printing, Tehran. Science and Motion, (2016).
8. Certel, Z. Kozak, M. The Examination of Relationships between Academic Self-Efficacy, Academic Procrastination, and Locus of Academic Control of Athletes in Different Sports. in *Sports Studies and Sports Psychology*. 19, (2017).
9. Chenaneh. K., & Namazizadeh, M. Identifying Stress Sources Before-the-Game Experienced by Members of Iranian National Greco-Roman Wrestling Team. *sport psychology studies*, 4(11), (2015), Pp. 1-14.
10. Liberal, R., López-de-la-llave, A., Pérez-Llantada, M. C., & Garcia-Mas, A. Psychological impact of sports injuries and psychological well-being in relation to sports performance in competition gymnasts. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, (2014),14(3).
11. Khanjari Y, Arab Ameri E, Garooei R, Motashareei E, Hemayattalab R. The Effect of a Course of Psychological Skills Training (PST) Program on Selected Mental Skills and the Performance of Teenager Female Taekwondo Athletes of Iranian National Team. *JRSM*. 2013; 3 (5) :25-34
12. Si et al. The influence of the Chinese sport system and Chinese cultural characteristics on Olympic sport psychology services, *Psychology of Sport and Exercise*, 2014.
13. Arnold, R. Sarkar, M. Preparing athletes and teams for the Olympic Games: Experiences and lessons learned from the world's best sport psychologists, *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2015, 13: Pages 4-20.



## Developing the Qualitative Model for the Development of the Position of Sport Psychology in Olympic and Medal-Winning Fields

Seyed Majid Zareian<sup>1</sup> - Zinat Nikaein<sup>\*2</sup> - Seyed Mohammad Kazem Vaez Moosavi<sup>3</sup>

1. Ph.D. Student, Islamic Azad University, Central Tehran Branch, Tehran, Iran

2. Assistant Professor, Department of Sport Management, Islamic Azad University, Central Tehran Branch, Tehran, Iran

3. Professor, Imam Hossein University, Tehran, Iran

*(Received: 2018/12/19; Accepted: 2019/5/28)*

### Abstract

The present study aimed to develop a qualitative model for the development of the position of sport psychology in the Olympic and medal-winning fields. The present study was applied in terms of its objectives and a qualitative type according to the nature which used the grounded theory. The statistical population included all those who were influential and expert in the administration and science structure of sport psychology. 24 subjects were selected as the sample by snowball sampling method. After 19 interviews, data saturation was obtained but all the subjects were interviewed to ascertain the saturation. The Olympic and medal-winning sport fields were those present in Olympic Games and Iran is active in these fields. Firstly, interviews were analyzed by the grounded theory approach and codes were extracted from each section. The results showed that to feel the need for sport authorities and legislative authorities was identified as causal conditions; the development of the sport psychology and the establishment of the Association of Sport Psychology as the dominant platform; managerial weaknesses and the lack of specialists as intervening conditions; the need for the establishment of sport psychology committees in federations as the main strategy and improving the performance and quality of life of athletes as the main consequence. Developing the sport psychology in all aspects can ultimately improve the efficiency of sport federations.

### Keywords

Development model, Olympic, sport fields, sport psychology.

---

\* Corresponding Author: Email: z.nikaein@gmail.com ; Tel: +98912 3474880