

رابطه بین مولفه های سبک رهبری و عملکرد ورزشکاران (مورد مطالعه بسکتبالیست های شهر همدان)

پرستو ذوالفقاری فر^۱

مجید سلیمانی فر^{۲*}

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۱/۲۵ تاریخ چاپ: ۱۴۰۰/۰۲/۲۷

چکیده

پژوهش حاضر به تعیین رابطه بین مولفه های سبک رهبری و عملکرد ورزشکاران (مورد مطالعه بسکتبالیست های شهر همدان) پرداخت. این تحقیق از لحاظ هدف، کاربردی و از لحاظ روش توصیفی و همبستگی بود. جامعه آماری شامل کلیه ورزشکاران زن بسکتبال شهر همدان در سال ۱۴۰۰ به تعداد ۶۵۰ نفر بود. نمونه آماری با روش در دسترس و با تائید فرم رضایت نامه شرکت در پژوهش با استفاده از جدول مورگان و کرجسی به تعداد ۲۴۱ نفر برآورد شد. سطح سبک رهبری مربیان ۷۲٪/۸ و عملکرد ورزشکاران ۸۳٪ بود. نتایج حاصل از همبستگی پیرسون و رگرسیون چندمتغیری با نرم افزار SPSS نشان داد که بین سبک رهبری مربیان با عملکرد ورزشکاران رابطه معنی داری وجود داشت. از طرفی مولفه های سبک رهبری مربیان از جمله تمرین و آموزش، رفتار دموکراتیک، رفتار آمرانه، حمایت اجتماعی و بازخورد مثبت با عملکرد و پیشرفت ورزشکاران دارای رابطه معنی داری بودند. همچنین مشخص شد که مؤلفه های سبک رهبری مربیان از جمله تمرین و آموزش، رفتار دموکراتیک، رفتار آمرانه و بازخورد مثبت، توانایی پیش بینی عملکرد ورزشکاران را داشتند.

واژگان کلیدی

سبک رهبری مربیان، عملکرد ورزشکاران، مؤلفه های سبک رهبری

^۱ کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی گرایش بازاریابی، دانشگاه آزاد اسلامی، همدان، ایران. (p.zolfaghari far9396@gmail.com)

^۲ استادیار گروه تربیت بدنی، واحد ملایر، دانشگاه آزاد اسلامی، ملایر، ایران. (* نویسنده مسئول: mjd_slymn@yahoo.com)

مقدمه

امروزه گستره تحقیقات علوم ورزشی تا آنجا پیش رفته است که عدم استفاده از یافته‌های علمی در عمل، موجب عدم کارایی و عقب ماندن از کاروان توسعه و پیشرفت می‌شود. تحولات سریع و تغییرات در ورزش و بالا رفتن سطح توقعات نیروهای انسانی بسیاری از چالش‌ها در ورزش را برجسته نموده است و همچنین کسب پیشرفت 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 (علی محمدی و همکاران، ۱۳۹۲) و این مهم سبب شده است تا پژوهشگران بیش از پیش به بررسی عوامل موثر در ارتقای عملکرد ورزشکاران^۱ بپردازند. آنچه که در دست یابی به این موفقیت کمک می‌کند این است که مربیان ورزشی از مهارت‌ها و توانمندی‌های شایسته به منظور ارتقاء عملکرد ورزشکاران برخوردار باشند (چی و همکاران، ۲۰۱۷؛ حاجیان زهابی و تندنویس، ۱۳۹۲).

مربیگری هنر راهنمایی یک فرد به منظور شناسایی و توسعه‌ی نقاط قوت فردی، کشف، جبران و مدیریت نقاط نیازمند توسعه فردی، برنامه‌ریزی برای مسیر شغلی و توسعه فردی و بهبود ارتباط اثربخش است (سنگری و پورولی، ۱۳۹۳). مربیان به عنوان رهبران و نیروهای متخصص در باشگاه‌های ورزشی نقش عمده کلیدی در توسعه، موفقیت‌های ورزشی و تربیت و آماده سازی ورزشکاران دارند. اگر چه مربیان به عنوان مدیر رسمی در باشگاه‌ها و سازمان‌های ورزشی تلقی نمی‌شوند، اما در انجام کارها و فعالیت‌ها و وظایف شغلی از مهارت‌های مدیریت و مربیگری هدف‌دار بهره می‌گیرند (رابینز^۲ ترجمه اعرابی و پارسائیان، ۱۳۹۴). از این رو، مربیگری نوعی رابطه تعاملی است که به افراد در زمینه شناسایی، هدایت و تحقق اهداف شخصی کمک نموده و علاوه بر افزایش مهارت‌های ارتباطی، حل مساله، کارگروهي و ارتقای توانمندی‌های فردی، به توسعه شایستگی‌های ورزشی می‌انجامد (کاپلان^۳؛ لوبانز^۴؛ ۲۰۰۶؛ لوبانز^۵؛ ۲۰۰۹).

بنا به دیدگاه یادگیری اجتماعی، مربی دارای موقعیتی است که به عنوان الگو مطرح شده و رفتارهای مناسب را تقویت و رفتارهای ناشایست را تصحیح می‌کند و توانایی مربی در برقراری ارتباط مؤثر اهمیت زیادی دارد (کارون و چیلادورا^۶؛ ۱۹۸۱). لذا نقش مربی در تربیت بدنی و ورزش نقشی مشهود و انکارناپذیر بوده و پیوسته به عنوان یک ضرورت مورد توجه می‌باشد (طاهری، ۱۳۸۹). به واقع یکی از ابعاد مهم در تصمیم‌گیری مربیان، انتخاب سبک و شیوه مربیگری است. سبک رهبری مربیان^۷ بدین معنا است که مربی چگونه تصمیم می‌گیرد، کدام مهارت‌ها و استراتژی‌ها را آموزش می‌دهد، چگونه تمرین و مسابقه را سازماندهی می‌کند، از چه روش‌هایی برای ایجاد نظم و انضباط تیمی استفاده می‌کند و از همه مهم‌تر، در تصمیم‌گیری‌ها چه نقشی برای ورزشکاران در نظر می‌گیرد (حسینی کشتان، ۱۳۸۶).

لذا نقش مربی در تربیت بدنی و ورزش نقشی مشهود و انکارناپذیر بوده و پیوسته به عنوان یک ضرورت مورد توجه می‌باشد. به نظر می‌رسد که شخصیت و سبک رهبری و رفتاری مربیان با عملکرد ورزشکاران در ورزش‌های گروهی ارتباط داشته باشد و شیوه رهبری مربیان موفقیت و ارتقای عملکرد برای ورزشکاران را به همراه داشته باشد که این مهم سبب شده است تا امروزه مسأله سبک رهبری مربیان و تاثیر مثبت آن بر عملکرد ورزشکاران مورد توجه ویژه پژوهشگران قرار گیرد، پژوهش حاضر نیز در همین راستا به بررسی رابطه بین مولفه های سبک رهبری و عملکرد ورزشکاران (مورد مطالعه بسکتبالست‌های شهر همدان) خواهد پرداخت.

1. performance and progress of basketball athletes

2. CHEE

3. Rabins

4. Caplan

5. Lubans

6. Carron & Chelladurai

7. leadership style of coaches

مبانی نظری

سبک رهبری مربیان

سبک رهبری فرایندی است رفتاری، با ماهیت بین فردی که با هدف تأثیر و ایجاد انگیزه در اعضاء و برای تحقق اهداف سازمان یا گروه ایجاد می شود. سبک رهبری نیز الگوی رفتاری فرد است که به هنگام اقدام برای نفوذ در فعالیت های دیگران، از خود نشان می دهد (کیانی، ۱۳۹۷).

مولفه ای سبک رهبری

تمرین و آموزش: رفتار تمرین و آموزش، رفتاری است برای بهبود بازی ورزشکاران از طریق آموزش تکنیک ها. در سبک آموزش و تمرین، مربی بر آموزش نقاط قوت و ضعف و بهبود مهارت های بازیکنان تأکید می ورزد (محدث و همکاران، ۱۳۸۹). رفتار دموکراتیک: در رفتار دموکراتیک، مربی به ورزشکاران اجازه می دهد در تصمیم گیری های مربوط به تعیین اهداف گروهی و روش دستیابی به آن ها مشارکت کنند و نظر بازیکنان را در مورد روش بازی و تمرین و موضوعات مهم مربیگری جویا می شود (محدث و همکاران، ۱۳۸۹).

رفتار آمرانه: در رفتار آمرانه مربی هرگز بازیکنان را در تصمیم گیری ها و مسائل تیم دخالت نمی دهد و بازیکنان باید دستورهای مربی را اجرا کنند (محدث و همکاران، ۱۳۸۹).

حمایت اجتماعی: رفتار حمایت اجتماعی، رفتاری است که مربی با استفاده از آن برای ارضای نیازهای متقابل شخصی ورزشکاران تلاش می کند (محدث و همکاران، ۱۳۸۹).

بازخورد مثبت: در رفتار بازخورد مثبت، مربی از ورزشکاران تقدیر و از بازی آنها تعریف می کند (محدث و همکاران، ۱۳۸۹).

انتخاب سبک رهبری مربی

مربیان نه فقط به اجرای مهارت های ورزشی، بلکه باید به مهارت های روانی افراد و تیم توجه کنند، بنابراین توجه به فرایندهای فردی و گروهی با نیازهای فردی ورزشکاران و تیم ضروری است و جزیی از کارآمدی مربی محسوب می شود (رونین، ۲۰۰۴). تحقیق و بررسی شیوه های رهبری ورزشی و اثرات آن در ورزش و ورزشکار نیازمند درک پیشرفت و ترقی تیم های ورزشی به عنوان یک سازمان است ادامه سبکی که مربی در رهبری تیم انتخاب می کند می تواند موجب بهبود و پیشرفت مربیگری و ارزیابی تأثیر آن بر روی موفقیت ورزشکاران و انگیزش آنان شده و راحتی کار آنها را تسهیل بخشد؛ زیرا روش و رفتار رهبری مناسب و مؤثر به عنوان یکی از مهم ترین تصمیمات موفقیت و رضایتمندی تیم به شمار می رود (کاکینگلو، ۲۰۰۳)، مربی در نقش یک رهبر باید به عنوان یک برانگیزاننده، راه ها و روش های مطمئن و مؤثری را برای پیشرفت و موفقیت ورزشکاران ایجاد کند. سبکی که مربیان در رهبری خود به نمایش می گذارند، مهم ترین خصوصیات است که بر انگیزش بازیکنان و چگونگی ادراک آنها از مربی اثر می گیرد. (انشل، ۱۳۸۰).

مربیگری در دنیای کنونی ورزش، وظیفه ای مهم و مورد توجه است و در طول دهه های گذشته توانسته حرفه و تخصصی مهم معرفی شود. موفقیت یک تیم ورزشی، به عوامل متعددی بستگی دارد که از آن جمله می توان به سبک رهبری مربی، منابع مادی و مالی، ارائه تاکتیک ها و راهکارهای جدید و نو توسط مربی، وجود بازیکنان خلاق و تکنیکی در تیم و انسجام تیمی و غیره اشاره کرد (باقری، ۱۳۸۴). رفتار مربی نقش مهمی در عملکرد و موفقیت گروه دارد. در واقع، مربی در نقش رهبر تیم، سازنده ای قوی و زیربنای پیشرفت ورزشکاران و فراهم کننده بخش بزرگی از شرایط پیروزی و موفقیت است (نوروزی و همکاران، ۱۳۹۱)، مربیان افرادی هستند که توانایی درک ورزشکاران را دارند و می دانند که چگونه به ورزشکاران بیاموزند در محدوده و قواعد خاص یک بازی تلاش کنند. مربیگری ویژگی های موقعیتی متعددی را در برمی گیرد؛ تا آنجا که یک مربی باید بداند چه چیزهای ویژه ای و چگونه آنها را به ورزشکار بگوید (بارتلز، ۲۰۰۹). رفتار و سبک هدایت یک رهبر (مربی) و نحوه ارتباط با ورزشکاران فاکتور مهمی است که می تواند موفقیت و یا شکست یک نهاد و یا یک تیم را تحت تأثیر خود قرار دهد (بالزاده، ۱۳۹۰).

سبک رهبری مربی عامل موفقیت ورزشکار

به عقیده فراست در بین سه عامل ورزشکار، مربی و تماشاگر، مربیان محور اصلی و رکن مهم تیم‌های ورزشی هستند. مربی در رهبری تیم به عنوان سازمان‌دهنده قوی و زیربنای هر پیشرفت مطرح است (فتیحی و نوروزی، ۱۳۹۲). انشل معتقد است مربیان در نمایش رفتارهای درست الگوی پیروان خود هستند (کاظمی، ۱۳۷۹). از دیدگاه مارتنز سبک رهبری مربی راهی است که او به طور مشخص برای کمک به گروه انتخاب می‌کند تا وظایف محول شده را انجام دهد و در ضمن آن، نیازهای گروه برآورده شود (باقری، ۱۳۸۴). بیشتر مربیان موفق سبک‌های مربیگری گوناگونی را به کار می‌گیرند که گاهی اوقات به سرعت آن را عوض می‌کنند رهبری مؤثر در ورزش تابعی از اجرای نقش‌ها و سبک‌های گوناگون است تا نیازهای ورزشکاران را برآورده سازد و به هدف‌های تیم دست یابد لازم است مربیان هم به اجرای مهارت‌های ورزشی و هم به مهارت‌های روانی افراد تیم توجه کنند (باقری، ۱۳۸۴)؛ بنابراین، توجه به فرایندهای فردی و گروهی با نیازهای فردی ورزشکاران و تیم ضروری است و جزئی از کارآمدی مربی محسوب می‌شود (کاظمی، ۱۳۷۹). تحقیقات مداوم در زمینه رهبری مربی می‌تواند باعث بهبود عملکرد مربی شود و ارزیابی مؤثر از رهبری مربی نقش بسزایی در رضایت ورزشکاران و عملکرد آنان دارد. به همین خاطر رفتار مؤثر مربی می‌تواند عامل مهم و تعیین‌کننده‌ای در موفقیت و رضایت ورزشکاران باشد (مربیان و انسجام) رهبری، فرآیند نفوذ بر اعضای تیم است تا ورزشکاران با انگیزش، سخت‌کوشی و تعهد و رضایت‌مندی به اهداف تیمی دست یابند (رحیمی، ۱۳۹۵).

عملکرد ورزشی

عملکرد ورزشی، تلاش جسمانی و روانی یک فرد یا یک گروه و یا تیم ورزشی است که به منظور رسیدن به یک هدف مشخص صورت می‌گیرد. این تعریف عامیانه‌ای از عملکرد ورزشی است که شامل هرگونه عمل ورزشی می‌شود. به عبارتی هم برای ورزشکاران حرفه‌ای و هم برای کسانی که برای حفظ سلامت جسمانی ورزش می‌کنند به کار گرفته می‌شود. تعریف عملکرد ورزشی به معنی اخص آن یعنی تلاش جسمانی و روانی یک فرد یا یک تیم ورزشی که در رقابت‌های ورزشی به قصد پیروزی و شکست دادن فرد یا تیم مقابل صورت می‌پذیرد (ادیال باف مقدم، ۲۰۱۲).

عملکرد ورزشی را می‌توان به عنوان کل ارزش مورد انتظار مربی از رویدادهای رفتاری مجزا که فرد در طی یک دوره زمانی مشخص انجام می‌دهد، تعریف کرد. این عملکرد یک ویژگی رفتاری است که بین مجموعه رفتارهای هم‌تیمی‌ها و رفتارهایی که از سوی یک فرد در زمان‌های متفاوت انجام می‌گیرد، تمایز قائل می‌شود. عملکرد ورزشی از متغیرهایی است که تحت تأثیر مسائل روان‌شناختی ورزشکاران قرار می‌گیرد (ابوالقاسمی و همکاران، ۱۳۸۸).

عملکرد ورزشی بازیکنان با توجه به نوع هدفی که در ورزش ارزیابی می‌کنند، متفاوت است. معمولاً عملکرد ورزشی بازیکنان برحسب اهداف نتیجه‌ای، ارزیابی می‌شود و نتیجه بازی به صورت برد و باخت، تعیین‌کننده عملکرد بازیکنان می‌باشد (جعفری، پاکدامن، فتح آبادی و واعظ طبسی، ۲۰۱۵).

عوامل مؤثر بر عملکرد ورزشی

۱) تأثیر عوامل اقتصادی بر عملکرد ورزشی

نتایج برخی از مطالعات حاکی از آن است که عواملی مانند تولید ناخالص داخلی، جمعیت و ... می‌توانند در کسب افتخارات بین المللی و ارتقای عملکرد ورزشی نقش داشته باشند. با این حال، علیرغم رشد تحقیقات در این حوزه و به روز نوعی پراکندگی اطلاعات، تسلط بر تمامی ابعاد این حوزه امکان پذیر نیست. از این رو، ترکیب نتایج و استفاده از پژوهش‌های انجام شده پیشین برای به دست آوردن یک تصویر کلی از یک موضوع پژوهشی، به مراتب موثرتر از تعریف طرح های پژوهشی جدید است.

در سال های اخیر تحقیقات فراوانی در زمینه عملکرد ورزشی کشورهای مختلف در رویدادهای بزرگ ورزشی از جمله المپیک در حوزه های مختلف صورت گرفته است. در همه این تحقیقات، تعداد مدال های کسب شده در رویدادهای ورزشی بازی های المپیک، بازی های آسیایی، المپاد دانشجویان جهان (فیزو) و (جام جهانی فوتبال) به عنوان شاخص عملکرد ورزشی در نظر گرفته شده اند و هر کدام، عوامل متعددی را به عنوان «عامل اثرگذار در موفقیت در رویدادهای بزرگ» معرفی نموده اند. متأسفانه، تحلیل های متعدد و پراکنده ای که در این قلمرو انجام شده، همچون جزیره ای جدا از یکدیگر رها شده اند، درحالی که با انجام یک فرا تحلیل می توان به ترکیب و تلفیق این پژوهش ها پرداخت و علاوه بر ارائه مسائل موجود در تحقیقات، هم به راهکارها و پیشنهادات این تحقیقات توجه داشت و هم موضوعات مغفول در این پژوهش ها را شناسایی نمود. به عبارتی، با مقایسه تحقیقات، تجزیه و تحلیل آنها و ارائه تفسیری جدید از پژوهش ها، دید کل نگرانه ای از پژوهش های صورت گرفته به دست می آید که به سازمان های متولی ورزش اجازه می دهد تا از حجم بسیار زیاد اطلاعات رهایی یافته و با بهره مندی از نتایج و دستاوردهای این تحقیقات، به برنامه ریزی مناسب در این حوزه مبادرت نمایند. از این رو، می توان با مطالعه و فرا تحلیل تحقیقاتی که تاکنون در مورد عوامل اقتصادی - اجتماعی مؤثر بر عملکرد ورزشی کشورها در رویدادهای بزرگ صورت یافته است، این عوامل را شناسایی و درک کرد و این امکان فراهم می شود که بتوان توصیه ها و پیشنهادات لازم جهت برنامه ریزی و تأمین نیازهای ورزش قهرمانی کشور و کسب افتخارات بین المللی - جهانی در رشته های ورزشی و مسابقات آسیایی و المپیک را به مسئولان ارائه داد. با توجه به متغیرهای مختلفی که به عنوان عامل اثرگذار در تحقیقات مختلف، در نظر گرفته شده اند، مشخص می شود که عامل اقتصادی، مهم ترین عامل در کسب می باشد که به نوعی عوامل دیگر همچون جمعیت، هزینه سلامت، نرخ باسوادی، میزبانی مسابقات و... را تحت تأثیر قرار می دهد. به عبارتی دیگر، یکی از مؤلفه های مهم در حیطه ورزش، عوامل اقتصادی می باشد. مطالعات زیادی در این زمینه انجام گرفته که نشان دهنده وجود ارتباط معنادار بین عوامل اقتصادی با عملکرد ورزشی کشورها در رویدادهای بزرگ می باشد (فخری و همکاران، ۱۳۹۳).

۲) تأثیر جهت گیری هدف بر عملکرد ورزشی

متغیرهای دیگری که با عملکرد ورزشی ارتباط دارد، جهت گیری هدف می باشد. به طور کلی افراد، دارای جهت گیری مبتنی بر تکلیف یا جهت گیری مبتنی بر خود هستند. تصور می شود که شرایط باعث این جهت گیری ها می شود (ایمز، ۱۹۹۲). نتایج پژوهش ها حاکی است ورزشکارانی که جو مربوط به ورزش را تسلط آمیز می دانند با انگیزش درونی بیشتری دریافت می کنند، نگرش مثبتی در مورد ورزش دارند و برای ارزیابی عملکرد خود، از اهداف تسلط آمیزتر و اطلاعات مناسب تر استفاده می کنند، در نتیجه باورهای خودکارآمدی آنها بالا می رود و احساس می کنند که ورزش و مکان ورزشی دارای یک جو مبارزه طلبی مثبت است. برعکس، زمانی که ورزشکاران نگرش منفی ای در مورد محیط ورزشی دارند، آن را به عنوان یک جو مبارزه طلبی می بینند، ادراک منفی از خود نشان می دهند، عقاید خودکارآمدی پایینی دارند، به صورت بهنجار از اهداف ارجایی و منابع اطلاعات استفاده می کنند و بر نتایج فعالیت متمرکز می شوند (کوری و همکاران، ۱۹۹۶؛ فر-کاجی، ۲۰۰۰؛ کاووسانو و همکاران، ۱۹۹۶).

۳) تأثیر اضطراب رقابتی بر عملکرد ورزشی

یکی دیگر از متغیرهایی که با عملکرد ورزشی ارتباط معنی داری دارد، اضطراب رقابتی^۱ است. منظور از اضطراب رقابتی، اضطراب حالت و صفت رقابتی می باشد. به نظر اسپیل برگر^۳ (۱۹۶۶) اضطراب حالت، واکنش هیجانی و زودگذری است که موجب می گردد افراد موقعیت های خاصی را تهدیدآمیز ارزیابی نمایند.

^۱. cometetive anxiety

^۲cometetive anxiety

^۳Spilberger

اضطراب رقابتی، اضطرابی است که در موقعیت‌های رقابت جویانه ورزشی ایجاد می‌شود. ممکن است ورزشکاری از تمام عوامل و امکانات فیزیکی مورد نیاز برای موفقیت ورزشی برخوردار بوده و از نظر فنی و تاکتیکی، آموزش‌های لازم را دیده باشد؛ اما توانایی غلبه بر فشارهای رقابتی و کنترل اضطراب رقابتی را نداشته باشد (صدارتی، ۲۰۰۴).

عموماً ورزشکاران به دلایل مختلف از جمله تمایل شدید جهت کسب موفقیت ورزشی، پایین بودن توانایی و یا نداشتن قابلیت‌های مورد نیاز جهت اجرای مطلوب، مضطرب می‌شوند و این اضطراب به عنوان یک عامل منفی در عملکرد آنها دخالت می‌کند (صابونچی، کیا، کوثری فرد و کوثری فرد، ۲۰۱۳).

۴) تأثیر اضطراب شناختی و جسمی بر عملکرد ورزشی

توانایی پیش‌بینی‌های عملکرد روی ورزش‌های فضای باز که ارتباط بین حریفان بیشتر و کنترل محیطی کمتر (مثل فوتبال و بسکتبال) نسبت به ورزش‌های فضای بسته که فردی‌ترند (مثل تیراندازی، گلف) قوی‌تر است. همچنین یافته‌ها نشان داده است که افراد با تجارب کمتر (ورزشکاران مبتدی) پیوسته میزان اضطرابشان حتی در زمان عملکرد در حال بالا رفتن است، درحالی‌که ورزشکاران مجرب و ماهر افزایش مشابهی را در قبل از مسابقه نشان دادند ولی سپس درست قبل و در حین عملکرد اضطراب آنها کاهش نشان داده شده است. اگرچه حداقل ۵۰٪ ورزشکاران صرف‌نظر از اینکه به صورت گروهی با فردی ورزش می‌کنند شکست برای آنها اجتناب‌ناپذیر است (آنها پیروز نمی‌شوند). درعین حال پیروزی تنها چیزی است که برای ورزشکاران ارزش دارد و زمانی که ورزشکاران پیروز نمی‌شوند، احساس اضطراب و شکست می‌کنند، به عبارت دیگر، ورزشکارانی که با جهت‌گیری عملکردی ورزش می‌کنند بیشتر در گیر معیار کارایی شخصی بوده و درگیری سبقت از دیگران و رسیدن به پیروزی را ندارند و به همین دلیل آنها می‌توانند شکست بخورند، خوب بازی کنند در نتیجه از ورزش لذت برده و زمان رضایت بخشی را سپری کنند، در واقع اگر آنها از سطح عملکردشان خشنود باشند حتی اگر پیروز نشوند. ممکن است رقابت را مانند یک پیروزی ببینند (سرداری پور و احدی، ۱۳۸۹).

مطالعات نشان داده‌اند که پیش از بازی به‌ویژه اضطراب، اهمیت ویژه‌ای در عملکرد ورزشی بازیکنان دارند. نباید از نظر دور داشت که رابطه بین اضطراب و عملکرد ورزشی به صورت دو جانبه می‌باشد. به عنوان مثال نه تنها اضطراب بر روی عملکرد ورزشی تأثیر می‌گذارد بلکه کیفیت عملکرد ورزشی می‌تواند بر روی سطح اضطراب تأثیر گذار باشد. چنانچه مشاهده می‌شود ساختار چند بعدی اضطراب و تعامل ابعاد آن با هم نمودار پیچیده‌ای از تأثیر اضطراب بر عملکرد ورزشی را نشان می‌دهد، از سوی دیگر هر چه سطح مسابقات بالاتر می‌رود جامعه تأکید بیشتری بر روی نتیجه یک رویداد ورزشی دارد و در نتیجه افزایش اضطراب را در پی خواهد داشت. همچنین عملکرد ورزشی در ورزش‌های گروهی با متغیرهای بی‌شماری همراه است و سنجش آن همواره با ایراد روبروست و به طریق اولی ارتباط دادن سطح عملکرد ورزشی با یک متغیر مانند اضطراب بدون آنکه مابقی متغیرها کنترل شوند و یا وارد معادله شوند همواره با خطاهای زیادی همراه خواهد بود. به عنوان مثال در یک ورزش انفرادی مانند وزنه‌برداری عملکرد ورزشی ورزشکار در مقابل وزنه‌ای که باید بالای سر ببرد با عملکرد ورزشی یک فوتبالیست که با یک گروه بازیکن روبروست کاملاً متفاوت است چرا که عملکرد ورزشی ورزشکاران در ورزش‌های گروهی در گرو چگونگی عملکرد ورزشی هم‌تیمی‌ها و همچنین چگونگی عملکرد ورزشی تیم مقابل است که در این میان متغیرهای بی‌شماری در عملکرد ورزشی فرد تأثیر می‌گذارند؛ اما در ورزش وزنه‌برداری، فرد فقط با تکیه بر توانایی‌های خود عملکرد ورزشی نشان می‌دهد و همچنین میزان وزنه مقدار ثابتی می‌باشد نتیجتاً متغیرهای کمتری عملکرد ورزشی را تحت تأثیر قرار می‌دهند. همچنین سنجش عملکرد ورزشی یک وزنه‌بردار با توجه به وزنه‌ای که بالای سر می‌برد بسیار راحت‌تر و دقیق‌تر از سنجش عملکرد ورزشی یک ورزشکار گروهی می‌باشد. در نتیجه، بهتر است جهت بررسی عملکرد ورزشی و اندازه‌گیری میزان اضطراب از ورزش‌های انفرادی شروع کنیم. در نتایج به دست آمده نیز مشاهده شد که سطوح پایین اضطراب کاهش عملکرد ورزشی را به دنبال دارد و به دنبال افزایش اضطراب عملکرد ورزشی

بهرتر می شد و پس از آنکه اضطراب بسیار بالا می رفت عملکرد ورزشی دوباره حالت نزولی داشت. در مجموع این پژوهش به نقش اضطراب رقابتی در عملکرد ورزشی صحنه گذاشت و نشانگر اهمیت توجه به روان شناسی در حیطه ورزش می باشد. در نهایت سطوح پایین اضطراب به عملکرد ضعیف تری منجر شده است و هنگامی که اضطراب در سطح متوسط باشد، بهترین عملکرد مشاهده می شود و با بالا رفتن شدید اضطراب، عملکرد مجدداً افت کرده است. می توان چنین استنباط نمود که برای بهبود عملکرد ورزشی نیاز به یک سطح بهینه اضطراب می باشد پایین نیز مانند اضطراب بالا به تخریب عملکرد منجر می شود (سرداری پور و همکاران، ۲۰۱۰).

۵) تأثیر کمال گرایی بر عملکرد ورزشی

یکی از متغیرهایی که با عملکرد ورزشی ارتباط دارد، کمال گرایی است. کمال گرایی یک سازه تقریباً جدید روان شناختی است که اخیراً مورد توجه برخی از روانشناسان ورزشی قرار گرفته است، هرچند الگوی رفتاری کمال گرایی به عنوان یک عامل مثبت و سازگار توصیف شده (هماچک، ۱۹۷۸)، اما این سازه نیز به عنوان سبک منفی و ناسازگار در رفتار مورد توجه بوده است (فلت و همکاران، ۱۹۹۱). کمال گرایی به منزله تمایل پایدار فرد به وضع معیارهای کامل و دست نیافتنی و تلاش برای تحقق آنهاست (بورنز، ۱۹۸۰) که با خود ارزشیابی های انتقادی از عملکرد شخصی همراه می باشد (فراست و همکاران، ۱۹۹۰).

کمال گرایی با شکل دهی به انتظارات و معیارهای غیرواقع بینانه و ارزشیابی انتقادی و سرزنش از خود، فرد را در زمینه روابط بین فردی با مشکل مواجه می سازد. این وضعیت نامطلوب از یک سو باعث می شود که فرد کمال گرا فرصت و امکان برقراری رابطه مطلوب را از دست بدهد و از سوی دیگر موجب خواهد شد تا جایگاه اصلی خود را در نزد دیگران از دست بدهد. این چرخه معیوب عامل تداوم و تشدید پردازش به خود و مشکلات روان شناختی است، فرایندی که تا حدود زیادی همبستگی کمال گرایی و عملکرد ورزشی را تبیین می کند. همچنین در تبیین این نتیجه می توان گفت که عملکرد ورزشی کمتر افراد کمال گرا، ناشی از وجود ویژگی هایی نظیر تشدید معیارهای آرمانی انعطاف ناپذیر، تقویت انتظارات غیرواقع بینانه، توجه انتخابی و تعمیم افراطی شکست ها، ارزیابی سختگیرانه از خود، گرایش به تفکر همه یا هیچ و راهبردهای مقابله ای اجتنابی است (بورنز، ۱۹۸۰؛ پاچت، ۱۹۸۴).

۶) تأثیر موسیقی بر عملکرد ورزشی

ارتقا عملکرد ورزشی ورزشکاران یکی از اهداف علوم ورزشی است به طوری که بیش از دو دهه است که روانشناسی ورزشی به ارتقا عملکرد ورزشی ورزشکاران توجه ویژه ای نموده است. در این بین نقش مداخلات روانشناسی ورزشی در عملکرد ورزشکاران از اهمیت بسیاری برخوردار است (سیف برقی، کردی و معماری، ۲۰۱۳). یکی از این مداخلات، استفاده از موسیقی در تمرینات ورزشی است. از مدت ها قبل، موسیقی به عنوان یک روش درمانی مورد توجه قرار گرفته است. باین حال پاره ای از نتایج تأثیر موسیقی بر بهبود وضعیت فیزیولوژیک مانند افزایش ضربان قلب، تنفس، فشارخون، سطوح اندورفین، واکنش های پوستی، امواج مغزی، واکنش های حرکتی، انعطاف پذیری و هماهنگی حرکتی و نیز تأثیر بر سیستم عصبی لیمبیک و مرکز کنترل دستگاه عصبی خودکار و نیز کاهش درد بدنی را نشان می دهند (شوم، تیلور و تیالا و شان، ۲۰۱۴).

پژوهشگران در پژوهشی گزارش کردند ورزشکاران در شرایط تمرینی با موسیقی نسبت به گروه بدون موسیقی به ضربان قلب پایین تری دست یافتند. دلیل این امر را می توان تأثیرات روانی ای دانست که به واسطه آن فرایند پردازش عصبی با گوش دادن به موسیقی مختل شده و فرد فشار تمرینی کمتری را درک می کند (استورک، کاراجورگیس و ماتین جینز، ۲۰۱۹). از دیدگاه فیزیولوژیکی، تأثیر موسیقی را شاید بتوان در تحریک بیشتر قشر مغز و افزایش تحریک پذیری نواحی حرکتی مغز نظیر بخش پیش

حرکتی یا کراتکس حرکتی اولیه دانست (برزگر، سوری، اکبر نژاد و اسیدی، ۲۰۱۳). موسیقی ابزاری است که امروزه به طور وسیع در حین ورزش و فعالیت های جسمانی به کار می رود (محمدزاده و احمدی، ۲۰۰۸) و می تواند پیامدهای مثبتی را برای فرد به دنبال داشته باشد. در این زمینه تیو، آن، اسونک، رابرت و باربارا^۱ (۲۰۱۰) گزارش کردند گوش دادن به موسیقی هنگام فعالیت ورزشی موجب کاهش معنادار شاخص میزان درک تقلا و افزایش معنادار ضربان قلب، تعداد تنفس در دقیقه، اکسیژن مصرفی و تهویه دقیقه ای می شود. سجادی، قدیری و بهرام (۲۰۱۸) در مطالعه خود بیان داشتند فعالیت ورزشی به همراه موسیقی با بالا بردن انگیزه، تحریکات شناختی را افزایش می دهد. همچنین موسیقی اطلاعات ناشی از فعالیت بدنی را که از اندام های حسی به دستگاه های عصبی مرکزی می رسد را جایگزین می کند، بازده کار را افزایش می دهد و میزان هیجانات ناشی از فعالیت را بهبود می بخشد. همچنین نتایج مطالعه بزرگر و همکاران (۲۰۱۳) حاکی از آن است که موسیقی از طریق ساز و کارهای کاهش احساس خستگی، افزایش سطوح انگیزتگی، ایجاد هماهنگی و افزایش آرامش و احساس راحتی که تمامی این عوامل مستقیماً با فرآیندهای ادراکی در ارتباط هستند، باعث بهبود و افزایش عملکرد ورزشی و اجرای حرکتی و مهارتی می شود. در این بین انواع موسیقی در سبک و ریتم با یکدیگر فرق دارند و باید در انتخاب نوع موسیقی با توجه به متغیرهای تمرینی دقت شود (بشارتی، مشکاتی و حسینی، ۲۰۱۶).

در طی دهه های اخیر، محققین علوم رفتاری به طور فزاینده ای سعی دارند تا از چگونگی خوشایندسازی ورزش و افزایش توجه افراد به آن آگاهی پیدا کنند. امروزه پروتکل های محبوب تمرینی از هر زمان دیگری کوتاه تر شده است و با شدت بیشتری در دنیای در حال توسعه کنونی در تطابق با نیازهای مربوط به سبک زندگی پر مشغله افراد مختلف جامعه در حال شکل گیری است (تامسون^۲، ۲۰۱۷) نتایج پژوهشی دیگر نشان داد افرادی که فعالیت ورزشی کافی ندارند با گوش دادن به موسیقی احتمال پرداختن و پایبندی به ورزش و شرکت در تمرینات آتی توسط آنان بیشتر می شود (استورک و مارتین جینز^۳، ۲۰۱۷). توجه به تأثیر موسیقی در ورزش و عملکرد ورزشی به دلیل حضور ورزشکاران در رویدادهای ورزشی با فشارهای روانی بالا، اهمیت استفاده از موسیقی در تمرین و مسابقات دوچندان می شود که مبین این امر استفاده از هدفون های شخصی در میان ورزشکاران ورزش های تفریحی و رقابتی است که اخیراً خیلی رایج شده است و توجه پژوهشگران زیادی را در سال های اخیر به خود معطوف کرده است (طالبی، نعیمی کیا و پیری، ۲۰۱۵).

روش پژوهش

با توجه به اینکه این تحقیق به بررسی رابطه احتمالی بین متغیرهای موجود می پردازد، بنابراین از روش همبستگی استفاده گردید. این تحقیق از نوع تحقیقات میدانی است. این تحقیق از نظر روش از نوع تحقیقات توصیفی همبستگی و از لحاظ هدف جز تحقیقات کاربردی می باشد. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه ورزشکاران زن بسکتبال شهر همدان در سال ۱۴۰۰ می باشند که به تعداد ۶۵۰ نفر می باشند و حجم نمونه ها استفاده از جدول مورگان و کرجسی به تعداد ۲۴۱ نفر در نظر گرفته شد. همچنین نمونه آماری با روش در دسترس و با تأیید فرم رضایت نامه شرکت در پژوهش انتخاب شد. تعیین ابزار جمع آوری اطلاعات با توجه به روش انتخاب شده صورت می پذیرد. به عبارتی هر روش دارای ابزار خاص خود می باشد که محقق با به کارگیری آنها می تواند نسبت به جمع آوری و طبقه بندی اطلاعات اقدام کند (حافظ نیا، ۱۳۹۷). در این پژوهش به منظور جمع آوری داده ها به روش میدانی و ابزار پرسشنامه استفاده شد. پرسشنامه بعنوان یکی از متداولترین ابزار جمع آوری اطلاعات در تحقیقات پیمایشی، می باشد. در تحقیقات توصیفی و نیز تحقیقاتی که از گستره جغرافیایی زیادی برخوردار باشد یا افراد جامعه آماری و نمونه آن زیاد باشند،

1Tiev, Ann, Swank, Robert, & Barbara

2Thompson

3Stork & Martin Ginis

معمولاً از روش پرسشنامه ای استفاده می شود (حافظ نیا، ۱۳۹۷). در پژوهش حاضر برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه استفاده شد که به شرح ذیل می باشد:

الف ابزار سنجش سبک رهبری مربیان:

ابزار سنجش سبک رهبری مربیان پرسشنامه ۴۰ سوالی چلادوری و صالح (۱۹۸۰) می باشد. این پرسشنامه مشتمل بر پنج مولفه، تمرین و آموزش، آمرانه، دموکراتیک، حمایت اجتماعی و بازخورد مثبت می باشد. مقیاس پاسخگویی آن پنج درجه ای (خیلی زیاد=۴، زیاد=۳، کم=۲، خیلی کم=۱، هیچ=۰) است که برای بدست آوردن امتیاز هر بعد، مجموع امتیازات مربوط به تک تک سوالات پرسشنامه را با هم جمع می نماییم. براساس گزارش یوسفی پاسکه (۱۳۸۶) آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۹۱ می باشد که بیانگر پایداری خوب این پرسشنامه است. در تحقیق قنبرپور نصرتی و سقر (۱۳۹۶) نیز میزان آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۸۴ به دست آمد.

ب) ابزار سنجش عملکرد ورزشکاران:

پرسشنامه عملکرد ورزشکاران در سال ۲۰۰۱، توسط چارونیو^۱ و همکاران (۲۰۰۱) ساخته شده است. این پرسشنامه مشتمل بر پنج سوال بر اساس مقیاس لیکرت است و برای ارزیابی عملکرد ورزشکاران طراحی شده است و توسط مربی مربوطه هر ورزشکار تکمیل می شود. نمرات به دست آمده از پنج سوال، نمرات نهایی عملکرد ورزشکار را نشان می دهد. این سوالات در مقیاس ۱) کاملاً مخالفم) تا ۵) کاملاً موافقم) طراحی شده است. میانگین ضریب پایداری این پرسشنامه در پژوهش نوش آبادی و همکاران (۱۳۹۴)، ۰/۷۱ محاسبه و گزارش شده است.

یافته های پژوهش

بررسی نرمال بودن متغیرها

ابتدا قبل از بررسی فرضیه های پژوهش لازم است، نرمال بودن متغیرهای تحقیق با آزمون کولموگروف – اسمیرنف^۲ مورد ارزیابی قرار گیرد. بنابراین جدول شماره ۱ به بررسی نرمال بودن متغیرهای تحقیق می پردازد.

فرض H_0 : توزیع داده های متغیرهای پژوهش نرمال هستند.

فرض H_1 : توزیع داده های متغیرهای پژوهش نرمال نیستند.

جدول ۱: نرمال بودن متغیرها

متغیرها	آماره Z	سطح معناداری
سبک رهبری مربیان	۰/۹۹۸	۰/۴۶۷
عملکرد ورزشکاران	۰/۶۷۱	۰/۳۲۱
تمرین و آموزش	۱/۰۳۶	۰/۱۲۳
رفتار دموکراتیک	۱/۲۵۱	۰/۰۸۸
رفتار آمرانه	۰/۸۶۸	۰/۲۵۴
حمایت اجتماعی	۰/۹۶۴	۰/۱۷۹
بازخورد مثبت	۰/۹۹۷	۰/۱۵

با توجه به جدول فوق می توان نتیجه گرفت که سطح معناداری تمامی متغیرها بیشتر از ۰/۰۵ می باشند. لذا توزیع داده های متغیرهای فوق نرمال هستند، بنابراین نرمال بودن متغیرهای مذکور استفاده کردن از آزمون های پارامتریک را جهت استنباط فرضیه های پژوهش توجیه می نمایند. پس فرضیه H_0 تائید و فرضیه H_1 رد می گردد.

^۱. Charbonneau

^۲. Kolmogrov-Smirnov (KS)

فرضیه اول پژوهش

بین سبک تمرین و آموزش مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معنی داری وجود دارد.

فرض H_0 : بین سبک تمرین و آموزش مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معنی داری وجود ندارد.

فرض H_1 : بین سبک تمرین و آموزش مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معنی داری وجود دارد.

جهت بررسی فرضیه فوق از آزمون همبستگی پارامتریک پیرسون استفاده می گردد. لذا جدول شماره ۲ با استفاده از آزمون فوق به بررسی ارتباط بین سبک تمرین و آموزش مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان می پردازد.

جدول ۲: بررسی فرضیه اول پژوهش

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	
	ضریب همبستگی	عملکرد ورزشکاران
تمرین و آموزش	۰/۸۰۶**	
	سطح معنی داری	۰/۰۰۱

سطح معناداری به دست آمده از آزمون پیرسون، کوچکتر از ۰/۰۱ می باشد که نشان می دهد با سطح اطمینان ۹۹٪ بین تمرین و آموزش با عملکرد ورزشکاران ارتباط معناداری وجود دارد. همچنین ضریب همبستگی مثبت گویای این مطلب است که هرچه میزان تمرین و آموزش مربیان بهتر شود، سطح عملکرد ورزشکاران بهبود می یابد. لذا می توان گفت که بین سبک تمرین و آموزش مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معنی داری وجود دارد. پس فرضیه اول پژوهش تأیید و فرضیه صفر رد می گردد.

فرضیه دوم پژوهش

بین سبک رهبری دموکراتیک مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معناداری وجود دارد.

فرض H_0 : بین سبک رهبری دموکراتیک مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معناداری وجود ندارد.

فرض H_1 : بین سبک رهبری دموکراتیک مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معناداری وجود دارد.

جهت بررسی فرضیه فوق از آزمون همبستگی پارامتریک پیرسون استفاده می گردد. لذا جدول شماره ۳ با استفاده از آزمون فوق به بررسی ارتباط بین سبک رهبری دموکراتیک مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان می پردازد.

جدول ۳: بررسی فرضیه دوم پژوهش

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	
	ضریب همبستگی	عملکرد ورزشکاران
رفتار دموکراتیک	۰/۶۸۱**	
	سطح معنی داری	۰/۰۰۱

سطح معناداری به دست آمده از آزمون پیرسون، کوچکتر از ۰/۰۱ می باشد که نشان می دهد با سطح اطمینان ۹۹٪ بین رفتار دموکراتیک با عملکرد ورزشکاران ارتباط معناداری وجود دارد. همچنین ضریب همبستگی مثبت گویای این مطلب است که هرچه میزان رفتار دموکراتیک مربیان بیشتر شود، سطح عملکرد ورزشکاران افزایش می یابد. لذا می توان گفت که بین سبک رهبری دموکراتیک مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معناداری وجود دارد. پس فرضیه دوم پژوهش تأیید و فرضیه صفر رد می گردد.

فرضیه سوم پژوهش

بین سبک رهبری آمرانه مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معناداری وجود دارد.

فرض H_0 : بین سبک رهبری آمرانه مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معناداری وجود ندارد.

فرض H_1 : بین سبک رهبری آمرانه مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معناداری وجود دارد. جهت بررسی فرضیه فوق از آزمون همبستگی پارامتریک پیرسون استفاده می گردد. لذا جدول شماره ۴ با استفاده از آزمون فوق به بررسی ارتباط بین سبک رهبری آمرانه مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان می پردازد.

جدول ۴: بررسی فرضیه سوم پژوهش

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	
	ضریب همبستگی	عملکرد ورزشکاران
رفتار آمرانه	-۰/۶۳۵**	
	سطح معنی داری	۰/۰۰۱

سطح معناداری به دست آمده از آزمون پیرسون، کوچکتر از ۰/۰۱ می باشد که نشان می دهد با سطح اطمینان ۹۹٪ بین رفتار آمرانه با عملکرد ورزشکاران ارتباط معناداری وجود دارد. همچنین ضریب همبستگی منفی گویای این مطلب است که هرچه میزان رفتار آمرانه مربیان بیشتر شود، سطح عملکرد ورزشکاران کاهش می یابد. لذا می توان گفت که بین سبک رهبری آمرانه مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معناداری وجود دارد. پس فرضیه سوم پژوهش تأیید و فرضیه صفر رد می گردد.

فرضیه چهارم پژوهش

بین سبک حمایت اجتماعی مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معناداری وجود دارد. فرض H_0 : بین سبک حمایت اجتماعی مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معناداری وجود ندارد. فرض H_1 : بین سبک حمایت اجتماعی مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معناداری وجود دارد. جهت بررسی فرضیه فوق از آزمون همبستگی پارامتریک پیرسون استفاده می گردد. لذا جدول شماره ۵ با استفاده از آزمون فوق به بررسی ارتباط بین سبک حمایت اجتماعی مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان می پردازد.

جدول ۵: بررسی فرضیه چهارم پژوهش

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	
	ضریب همبستگی	عملکرد ورزشکاران
حمایت اجتماعی	۰/۶۴۱**	
	سطح معنی داری	۰/۰۰۱

سطح معناداری به دست آمده از آزمون پیرسون، کوچکتر از ۰/۰۱ می باشد که نشان می دهد با سطح اطمینان ۹۹٪ بین حمایت اجتماعی با عملکرد ورزشکاران ارتباط معناداری وجود دارد. همچنین ضریب همبستگی مثبت گویای این مطلب است که هرچه میزان حمایت اجتماعی مربیان بیشتر شود، سطح عملکرد ورزشکاران افزایش می یابد. لذا می توان گفت که بین سبک حمایت اجتماعی مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معناداری وجود دارد. پس فرضیه چهارم پژوهش تأیید و فرضیه صفر رد می گردد.

فرضیه پنجم پژوهش

بین سبک بازخورد مثبت مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معناداری وجود دارد. فرض H_0 : بین سبک بازخورد مثبت مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معناداری وجود ندارد. فرض H_1 : بین سبک بازخورد مثبت مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معناداری وجود دارد. جهت بررسی فرضیه فوق از آزمون همبستگی پارامتریک پیرسون استفاده می گردد. لذا جدول شماره ۶ با استفاده از آزمون فوق به بررسی ارتباط بین سبک بازخورد مثبت مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان می پردازد.

جدول ۶: بررسی فرضیه پنجم پژوهش

متغیر ملاک	متغیر پیش بین	
	بازخورد مثبت	بازخورد منفی
عملکرد ورزشکاران	ضریب همبستگی	۰/۷۲۳**
	سطح معنی داری	۰/۰۰۱

سطح معناداری به دست آمده از آزمون پیرسون، کوچک تر از ۰/۰۱ می باشد که نشان می دهد با سطح اطمینان ۹۹٪ بین بازخورد مثبت با عملکرد ورزشکاران ارتباط معناداری وجود دارد. همچنین ضریب همبستگی مثبت گویای این مطلب است که هرچه میزان بازخورد مثبت بیشتر شود، سطح عملکرد ورزشکاران افزایش می یابد. لذا می توان گفت که بین بازخورد مثبت با عملکرد ورزشکاران زن بسکتبال شهر همدان رابطه معناداری وجود دارد. پس فرضیه پنجم پژوهش تأیید و فرضیه صفر رد می گردد.

نتیجه گیری

- با نظر به فرضیه اول پژوهش که به بررسی رابطه بین سبک تمرین و آموزش مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان می پردازد، می توان گفت که بین سبک تمرین و آموزش مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معنی داری وجود دارد. به طوری که هرچه میزان تمرین و آموزش مربیان بهتر شود، سطح عملکرد ورزشکاران بهبود می یابد. در همین راستا نتایج پژوهش های عنوان شده، همسو با نتیجه پژوهش حاضر است. عجم حسنی و همکاران (۱۳۹۷) به بررسی رابطه بین سبک رهبری تحول گرا و عمل گرای مربیان فوتبال با انسجام و عملکرد تیمی بازیکنان فوتبال استان سمنان پرداختند و نتایج کسب شده از این پژوهش نشان دهنده وجود رابطه معنادار بین سبک رهبری تحول گرا و عملکرد مربیان با انسجام و عملکرد تیمی بازیکنان فوتبال در سطح استان سمنان است. نورمها و همکاران (۱۳۹۶) به بررسی رابطه بین سبک رهبری مربیان با خودکارآمدی والیبالیست های لیگ برتر استان هرمزگان پرداختند و بررسی فرضیه های تحقیق نشان داد که بین سبک رهبری مربیان و خودکارآمدی والیبالیست های لیگ برتر استان هرمزگان رابطه معنی دار وجود دارد. همچنین بین ابعاد سبک رهبری (آموزش و تمرین، دموکراتیک، حمایت اجتماعی، بازخورد مثبت) و خودکارآمدی والیبالیست های لیگ برتر استان هرمزگان رابطه معنی دار و مستقیم وجود دارد؛ اما بین سبک رهبری آمرانه مربیان و خودکارآمدی والیبالیست های لیگ برتر استان هرمزگان رابطه معنی دار و معکوس وجود دارد. پازوکی و همکاران (۱۳۹۶) به بررسی ارتباط بین سبک رهبری دبیران تربیت بدنی با انسجام گروهی دانش آموزان در المپیادهای ورزشی درون مدرسه ای شهرستان پاکدشت پرداختند و نتایج نشان داد که بین سبک های رهبری تمرین و آموزش، حمایت اجتماعی و دموکراتیک با انسجام تکلیف همبستگی معنی داری وجود دارد. محمدی و دولتی (۱۳۹۵) به بررسی رابطه ی سبک رهبری و منابع قدرت مربیان با رضایتمندی بازیکنان لیگ والیبال استان کردستان پرداختند و یافته های تحقیق نشان دادند بین سبک رهبری تمرین و آموزش، سبک حمایت اجتماعی و قدرت مبتنی بر تخصص با رضایتمندی بازیکنان ارتباط مثبت و معنی دار وجود دارد. مصلحی و همکاران (۱۳۹۴) به بررسی رفتار و سبک های رهبری مربیان بر انسجام گروهی و موفقیت تیمی لیگ دسته اول فوتسال مازندران پرداخته اند و نتایج نشان داد که رابطه مثبت معناداری بین رفتارهای تمرین و آموزش مربی با انسجام تکلیف وجود دارد. چی و همکاران (۲۰۱۷) به بررسی رابطه بین سبک رهبری و عملکرد ورزشکاران و مربیان در مالزی پرداختند و نتایج نشان داد که بهترین شیوه مربیگری، تمرینات و آموزش به دنبال ورزشکاران، بازخورد مثبت و حمایت اجتماعی است. رفتار خودکامه کمترین ارجحیت بود.

از قیاس نتیجه فرضیه اول پژوهش با پژوهش های پیشین می توان این گونه نتیجه گیری نمود که تمرین و آموزش از جمله مشاهده تلاش ورزشکاران به اندازه ظرفیت خود توسط مربی، توضیح تکنیک ها و تاکتیک ها برای هر ورزشکار، توجه ویژه مربی به

اصلاح اشتباهات ورزشکاران، راهنمایی هر ورزشکار به صورت جداگانه در مهارت ورزشی و شناسایی هر آنچه که باید انجام شود توسط مربی با عملکرد ورزشکاران رابطه معنی داری دارد.

علت این رابطه آن است که تمرینات و آموزش ها، در اصل به منظور آموزش و تربیت ورزشکاران، به آنها ارائه می شود. هر ورزشکاری برای طی کردن مسیر موفقیت، نیازمند تلاش و کوشش بسیار است که در نهایت بتواند عملکرد قابل قبولی از خود ارائه دهد. طبیعتاً حرکت در این مسیر به تنهایی، زمان زیادی را از ورزشکار می گیرد تا شاید به نتیجه دلخواه برسد؛ بنابراین زمانی که در این مسیر، با فردی که تجربه و توانایی بالاتری از او داشته باشد، همراه شود، در زمان کوتاه تری به هدفی که در نظر دارد می رسد.

- با نظر به فرضیه دوم پژوهش که به بررسی رابطه بین سبک رهبری دموکراتیک مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان می پردازد، می توان گفت که بین سبک رهبری دموکراتیک مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معنی داری وجود دارد. به طوری که هرچه میزان رفتار دموکراتیک مربیان بیشتر شود، سطح عملکرد ورزشکاران افزایش می یابد. در همین راستا نتایج پژوهشعنوان شده، همسو با نتیجه پژوهش حاضر است. نورمها و همکاران (۱۳۹۶) به بررسی رابطه بین سبک رهبری مربیان با خودکارآمدی والیبالیست های لیگ برتر استان هرمزگان پرداختند و بررسی فرضیه های تحقیق نشان داد که بین سبک رهبری مربیان و خودکارآمدی والیبالیست های لیگ برتر استان هرمزگان رابطه معنی دار وجود دارد. همچنین بین ابعاد سبک رهبری (آموزش و تمرین، دموکراتیک، حمایت اجتماعی، بازخورد مثبت) و خودکارآمدی والیبالیست های لیگ برتر استان هرمزگان رابطه معنی دار و مستقیم وجود دارد؛ اما بین سبک رهبری آمرانه مربیان و خودکارآمدی والیبالیست های لیگ برتر استان هرمزگان رابطه معنی دار و معکوس وجود دارد. نصرالدین و همکاران (۲۰۲۰) به بررسی تأثیر سبک رهبری مربیان در مدارس ورزشی مالزی و انگیزه بازیکنان فوتبال پرداختند و یافته ها نشان داد که بین سبک رهبری مربی و انگیزه بازیکنان یک رابطه مثبت متوسط وجود دارد. در همین حال، ابعادی مانند دموکراتیک و اجتماعی تأثیر قابل توجهی در افزایش انگیزه بازیکنان در مدارس ورزشی دارد. نامی و همکاران (۲۰۱۶) به بررسی رابطه بین سبک رهبری مربیان و استرس ورزشکاران در ورزش های گروهی از دانشگاه های تهران (ایران) پرداختند و نتایج آزمون پیرسون نشان داد که بین استرس ورزشی و سبک های رهبری مربیگری دموکراتیک و خودکامه در ورزش های گروهی در دانشگاه های تهران رابطه معنی داری وجود دارد.

از قیاس نتیجه فرضیه دوم پژوهش با پژوهش های پیشین می توان این گونه نتیجه گیری نمود که رفتار دموکراتیک از جمله درخواست ارائه نظرات در مسابقات خاص از ورزشکاران توسط مربی، اهمیت موافقت ورزشکاران در ارتباط با مسائل مهم برای مربی، ارائه اختیارات کافی به ورزشکاران در فرآیند تصمیم گیری و تشویق ورزشکاران به دادن پیشنهاد برای راه های انجام اقدامات توسط مربی با عملکرد ورزشکاران رابطه معنی داری دارد.

علت این ارتباط را می توان این گونه بیان کرد که نحوه عملکرد ورزشکاران، فارق از مهارت هایی که دارند، به میزان آزادی هایی که دارند نیز بستگی دارد. هرچه اعتماد مربیان به بازیکنان بیشتر باشد، اختیار بیشتری به آنها می دهند که در تصمیم گیری های مربوط به تیم، نقش داشته باشند و یا گاهی به طور مستقل عمل کنند. به عبارتی، رفتار غیر مستبدانه مربیان، این آزادی را به آنها می دهد که بتوانند در موقعیت های خاص، قدرت تصمیم گیری برای تیم را داشته باشند. البته توانایی تصمیم گیری فردی، بر عملکرد ورزشکار تأثیر بیشتری دارد، چرا که این بازیکن است که در حین بازی باید بتواند، نقشه های مربی را به بهترین شکل اجرا کند.

- با نظر به فرضیه سوم پژوهش که به بررسی رابطه بین سبک رهبری آمرانه مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان می پردازد، می توان گفت که بین سبک رهبری آمرانه مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معنی داری وجود دارد. به طوری که هرچه میزان رفتار آمرانه مربیان بیشتر شود، سطح عملکرد ورزشکاران کاهش می یابد. در همین راستا نتایج

پژوهش‌های عنوان شده، همسو با نتیجه پژوهش حاضر است. نورمها و همکاران (۱۳۹۶) به بررسی رابطه بین سبک رهبری مربیان با خودکارآمدی والیالیست‌های لیگ برتر استان هرمزگان پرداختند و بررسی فرضیه‌های تحقیق نشان داد که بین سبک رهبری مربیان و خودکارآمدی والیالیست‌های لیگ برتر استان هرمزگان رابطه معنی‌دار وجود دارد. همچنین بین ابعاد سبک رهبری (آموزش و تمرین، دموکراتیک، حمایت اجتماعی، بازخورد مثبت) و خودکارآمدی والیالیست‌های لیگ برتر استان هرمزگان رابطه معنی‌دار و مستقیم وجود دارد؛ اما بین سبک رهبری آمرانه مربیان و خودکارآمدی والیالیست‌های لیگ برتر استان هرمزگان رابطه معنی‌دار و معکوس وجود دارد. نامی و همکاران (۲۰۱۶) به بررسی رابطه بین سبک رهبری مربیان و استرس ورزشکاران در ورزش‌های گروهی از دانشگاه‌های تهران (ایران) پرداختند و نتایج آزمون پیرسون نشان داد که بین استرس ورزشی و سبک‌های رهبری مربیگری دموکراتیک و خودکامه در ورزش‌های گروهی در دانشگاه‌های تهران رابطه معنی‌داری وجود دارد.

از قیاس نتیجه فرضیه سوم پژوهش با پژوهش‌های پیشین می‌توان این گونه نتیجه‌گیری نمود که رفتار آمرانه بر عملکرد از جمله بهبود عملکرد ورزشکار از هنگام ورود به باشگاه، درصد مطلوب عملکرد ورزشی ورزشکار در طول تمرینات، افزایش ظرفیت‌های پیشرفت ورزشکار در طول زمان، بالا رفتن میزان مشارکت ورزشکار در هنگام تمرینات از زمان ورود به باشگاه و مشارکت قابل قبول ورزشکار با تیم در زمان مسابقات رابطه معنی‌داری دارد.

علت این رابطه آن است که وظیفه یک مربی، آموزش و راهنمایی ورزشکاران است و هرچه در این موارد، عملکرد بهتری داشته باشد، ورزشکاران حرفه‌ای و توانمندتری را پرورش خواهد داد. همانطور که گفته شد، رشد ورزشکاران، در گرو عملکرد مربیان است که بیان گر اهمیت آموزش عملی به ورزشکاران است. هنگامی که یک مربی، در سبک رهبری خود، رفتاری مستبدانه داشته باشد، اهمیتی برای بهبود عملکرد ورزشکاران نخواهد داد، چرا که تنها خود را می‌بیند. یکی از رفتارهای آمرانه مربیان، عدم آموزش عملی به ورزشکاران است، یک بازیکن، هر مقدار که در رشته ورزشی که دنبال می‌کند، استعداد داشته باشد، باز هم نیازمند تجربه و دانش مربی است که بتواند با راهنمایی‌های او، بهترین عملکرد را داشته باشد، در واقع ورزشکار، تکنیک‌ها را با هدایت مربی، به شکل صحیحی فراگرفته و اجرا می‌کند؛ بنابراین زمانی که مربی تنها به توضیح کلامی اکتفا می‌کند، انتظار بالایی در بهبود عملکرد ورزشکاران نمی‌تواند داشته باشد، زیرا ورزش، تشکیل شده از حرکات فیزیکی بدن است که آموزشی فراتر از حالت تئوری را می‌طلبد. در نتیجه مشاهده می‌شود که سبک رهبری آمرانه، به شکل غیر مستقیمی با عملکرد ورزشکاران رابطه دارد.

- با نظر به فرضیه چهارم پژوهش که به بررسی رابطه بین سبک حمایت اجتماعی مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان می‌پردازد، می‌توان گفت که بین سبک حمایت اجتماعی مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معنی‌داری وجود دارد. به طوری که هرچه میزان حمایت اجتماعی مربیان بیشتر شود، سطح عملکرد ورزشکاران افزایش می‌یابد. در همین راستا نتایج پژوهش‌های عنوان شده، همسو با نتیجه پژوهش حاضر است. نورمها و همکاران (۱۳۹۶) به بررسی رابطه بین سبک رهبری مربیان با خودکارآمدی والیالیست‌های لیگ برتر استان هرمزگان پرداختند و بررسی فرضیه‌های تحقیق نشان داد که بین سبک رهبری مربیان و خودکارآمدی والیالیست‌های لیگ برتر استان هرمزگان رابطه معنی‌دار وجود دارد. همچنین بین ابعاد سبک رهبری (آموزش و تمرین، دموکراتیک، حمایت اجتماعی، بازخورد مثبت) و خودکارآمدی والیالیست‌های لیگ برتر استان هرمزگان رابطه معنی‌دار و مستقیم وجود دارد؛ اما بین سبک رهبری آمرانه مربیان و خودکارآمدی والیالیست‌های لیگ برتر استان هرمزگان رابطه معنی‌دار و معکوس وجود دارد. پازوکی و همکاران (۱۳۹۶) به بررسی ارتباط بین سبک رهبری دبیران تربیت بدنی با انسجام گروهی دانش‌آموزان در المپیادهای ورزشی درون مدرسه‌ای شهرستان پاکدشت پرداختند و نتایج نشان داد که بین سبک‌های رهبری تمرین و آموزش، حمایت اجتماعی و دموکراتیک با انسجام تکلیف همبستگی معنی‌داری وجود دارد. محمدی و دولتی (۱۳۹۵) به بررسی رابطه‌ی سبک رهبری و منابع قدرت مربیان با رضایتمندی بازیکنان لیگ والیبال استان کردستان پرداختند

و یافته های تحقیق نشان دادند بین سبک رهبری تمرین و آموزش، سبک حمایت اجتماعی و قدرت مبتنی بر تخصص با رضایت مندی بازیکنان ارتباط مثبت و معنی دار وجود دارد. نصرالدین و همکاران (۲۰۲۰) به بررسی تأثیر سبک رهبری مربیان در مدارس ورزشی مالزی و انگیزه بازیکنان فوتبال پرداختند و یافته ها نشان داد که بین سبک رهبری مربی و انگیزه بازیکنان یک رابطه مثبت متوسط وجود دارد. در همین حال، ابعادی مانند دموکراتیک و اجتماعی تأثیر قابل توجهی در افزایش انگیزه بازیکنان در مدارس ورزشی دارد. چی و همکاران (۲۰۱۷) به بررسی رابطه بین سبک رهبری و عملکرد ورزشکاران و مربیان در مالزی پرداختند و نتایج نشان داد که بهترین شیوه مربیگری، تمرینات و آموزش به دنبال ورزشکاران، بازخورد مثبت و حمایت اجتماعی است. رفتار خودکامه کمترین ارجحیت بود. از قیاس نتیجه فرضیه چهارم پژوهش با پژوهش های پیشین می توان این گونه نتیجه گیری نمود که حمایت اجتماعی از جمله راهنمایی ورزشکاران در هنگام بروز مشکلات شخصی، ارشاد اعضای تیم و گروه در حل اختلافات توسط مربی و اهمیت رفاه شخصی ورزشکاران برای مربی با عملکرد ورزشکاران رابطه معنی داری دارد.

علت این رابطه را می توان این گونه بیان کرد که ارتباط مربی با بازیکن، مانند ارتباط بین معلم و دانش آموز و یا نمونه کوچکی از ارتباط یک پدر با فرزند است، چرا که رسالت هر سه، تربیت یک فرد در ابعاد مختلفی می باشد. همانطور که یک فرزند به والدین خود اعتماد دارد که رفتاری که با او داند به جهت خیرخواهی اوست، سعی می کند عملکردی خارج از اصول و چهارچوبی که در خانواده تعیین شده، نداشته باشد. با تعمیم این ارتباط به رابطه بین ورزشکار و مربی، می توان گفت که اعتمادی که بین بازیکن و مربی به وجود می آید، به ورزشکار این پیام را می رساند که زمانی که طبق صلاح دید مربی رفتار کند، قطعاً به نتیجه مطلوبی دست می یابند.

با نظر به فرضیه پنجم پژوهش که به بررسی رابطه بین سبک بازخورد مثبت مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان می پردازد، می توان گفت که بین سبک بازخورد مثبت مربیان با عملکرد ورزشکاران بسکتبال شهر همدان رابطه معنی داری وجود دارد. به طوری که هرچه میزان بازخورد مثبت بیشتر شود، سطح عملکرد ورزشکاران افزایش می یابد. در همین راستا نتایج پژوهش های عنوان شده، همسو با نتیجه پژوهش حاضر است. نورمها و همکاران (۱۳۹۶) به بررسی رابطه بین سبک رهبری مربیان با خودکارآمدی والیبالیست های لیگ برتر استان هرمزگان پرداختند و بررسی فرضیه های تحقیق نشان داد که بین سبک رهبری مربیان و خودکارآمدی والیبالیست های لیگ برتر استان هرمزگان رابطه معنی دار وجود دارد. همچنین بین ابعاد سبک رهبری (آموزش و تمرین، دموکراتیک، حمایت اجتماعی، بازخورد مثبت) و خودکارآمدی والیبالیست های لیگ برتر استان هرمزگان رابطه معنی دار و مستقیم وجود دارد؛ اما بین سبک رهبری آمرانه مربیان و خودکارآمدی والیبالیست های لیگ برتر استان هرمزگان رابطه معنی دار و معکوس وجود دارد. چی و همکاران (۲۰۱۷) به بررسی رابطه بین سبک رهبری و عملکرد ورزشکاران و مربیان در مالزی پرداختند و نتایج نشان داد که بهترین شیوه مربیگری، تمرینات و آموزش به دنبال ورزشکاران، بازخورد مثبت و حمایت اجتماعی است. رفتار خودکامه کمترین ارجحیت بود.

از قیاس نتیجه فرضیه پنجم پژوهش با پژوهش های پیشین می توان این گونه نتیجه گیری نمود که بازخورد مثبت از جمله تعریف و تمجید از ورزشکار در مقابل دیگران، ارائه پاداش به ورزشکار در ازای عملکرد خوب، بیان عملکرد خوب ورزشکار و ارائه اعتبار لازم در زمان درست توسط مربی با عملکرد ورزشکاران رابطه معنی داری دارد.

علت این ارتباط آن است که کنترل شرایط روحی و روانی تیم، به دست مربی است و رفتاری که دارد، می تواند مشخص کند که ورزشکاران، چه احساسی نسبت به فعالیت خود دارند. تمام ورزشکاران، به دنبال تأیید تکنیک هایی که به کار می برند، توسط مربی هستند. زمانی که مربی، به حرکاتی که بازیکن در بازی و تمرین انجام می دهد توجه داشته باشد و نظر خود را به او بگوید، با توجه به نوع بیانی که دارد، می تواند باعث افزایش انگیزه ورزشکار و یا دل سرد شدن او باشد. عبارت دیگر، سبکی که مربی در هدایت تیم دارد، تأثیر مستقیمی بر اعتماد به نفس ورزشکاران دارد. مربیانی که همواره به صورت منتقدانه، عملکرد بازیکنان خود

را دنبال می‌کنند، سطح انرژی ورزشکاران را کاهش می‌دهند که به مرور با افت عملکرد آنها همراه است؛ اما مربیانی که در کنار تذکرات، به جنبه‌های مثبت بازی ورزشکاران اشاره می‌کنند، در کنار آموزش، اعتماد به نفس آنها را نیز افزایش می‌دهند تا تأثیر پذیری آموزش خود را افزایش دهند. چرا که بهبود باور ذهنی ورزشکار که با بازخورد مثبت مربی انجام می‌گیرد، منجر به انجام هر چه بهتر تکنیک‌ها و در نهایت ارتقاء عملکرد آنها خواهد شد؛ بنابراین مشاهده می‌شود که سبک بازخورد مثبت با عملکرد ورزشکاران، در ارتباط است.

منابع و مآخذ

- ابوالقاسمی، عباس؛ کردی، حسن؛ اسکندری، پریناز (۱۳۸۸). بررسی ارتباط کمال‌گرایی و عزت‌نفس با پیشرفت ورزشی در جوانان وزنه‌بردار حرفه‌ای کشور. *تربیت‌بدنی: نشریه پژوهش در علوم ورزشی*، ۲۸ (۹۵)، ۱۳-۲۸.
- انشل، مارک اچ (۱۳۸۸). *روانشناسی ورزشی از تئوری تا عمل*. ترجمه سید علی اصغر مسدد، تهران: نشر اطلاعات.
- باقری، قدرت اله؛ تندنویس، فریدون؛ خیبری، محمد؛ زارعی‌متین، حسن (۱۳۸۴). ارتباط بین سبک‌های رهبری مربیان فوتبال با میزان تعهد و تحلیل رفتگی بازیکنان. *نشریه علوم حرکتی و ورزش*، ۳ (۵)، ۲۳-۴۰.
- بال‌زاده، امیررضا؛ تجاری، فرشاد؛ کامکاری، کامبیز (۱۳۹۰). استانداردسازی پرسشنامه روابط بین مربی و ورزشکار (CARF-Q). *فصلنامه المپیک*، ۳، ۴-۵.
- پازوکی، ایمان؛ عبدلی، یزدی؛ نوشین نامنی فرح (۱۳۹۶). ارتباط بین سبک رهبری دبیران تربیت بدنی با انسجام گروهی دانش آموزان در المپیادهای ورزشی درون مدرسه‌ای شهرستان پاکدشت. *اولین همایش ملی علوم ورزشی: ورزش، سلامت، جامعه، ارومیه*.
- حاجیان زهابی، زهرا؛ تندنویس، فریدون (۱۳۹۲). میزان ارتباط رفتارهای مربی با انگیزش موفقیت و عملکرد تیمی ورزشکاران لیگ برتر هندبال. *نشریه پژوهش در مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی*، ۶.
- حافظ نیا، محمدرضا (۱۳۹۷). *مقدمه‌ای بر روش تحقیق در علوم انسانی*. ناشر: سمت
- حسینی کشتان، میثاق (۱۳۸۶). *ارتباط بین سبک رهبری مربیان و انسجام تیمی تیمهای فوتبال لیگ برتر ایران*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه گیلان.
- رحیمی، توکل؛ هادی، حمداله؛ قادری، جعفر علی (۱۳۹۵). رابطه بین سبک رهبری مربیان و موفقیت ورزشی ورزشکاران ناجا. *اولین همایش ملی تحولات علوم ورزشی در حوزه سلامت، پیشگیری و قهرمانی، قزوین*.
- سرداری پور، مهران؛ احدی، حسن؛ نمازی‌زاده، مهدی (۱۳۸۹). بررسی نقش اضطراب شناختی و جسمی در عملکرد ورزشی. *فصلنامه روان‌شناسی تربیتی*، ۵ (۱۵)، ۱۱۱-۱۲۶.
- سنگری، نگین؛ پورولی، بهروز (۱۳۹۳). طراحی مدل معادلات ساختاری رفتار مربی گری مدیر و نتایج مرتبط با عملکرد شغلی. *فصلنامه علمی - پژوهشی فرایند مدیریت و توسعه*، ۲۷ (۳)، ۱۴۷-۱۷۲.
- عجم حسینی، مهدی؛ کریمی، حسین؛ مزجی، مهدی (۱۳۹۷). رابطه بین سبک رهبری تحول‌گرا و عمل‌گرای مربیان فوتبال با انسجام و عملکرد تیمی بازیکنان فوتبال استان سمنان. *چهارمین کنفرانس بین‌المللی مدیریت، کارآفرینی و توسعه اقتصادی، تاکستان*.
- علی محمدی، رفعت؛ نادریان جهرمی، مسعود (۱۳۹۲). ارتباط مهارت‌های روانشناختی با نمره ارزشیابی داوران در لیگ برتر ایران. *دومین کنگره بین‌المللی علم و فوتبال، تهران: فدراسیون ملی فوتبال*، ۱۱۱.
- فتحی، حسن؛ نوروزی، رسول (۱۳۹۲). رابطه سبک‌های رهبری مربیان با انگیزش پیشرفت و تعهد ورزشی جودوکاران لیگ برتر ایران. *نشریه مطالعات مدیریت ورزشی*، ۱ (۱۸)، ۱۱۶-۱۰۱.

فخری، فرناز؛ رضوی، سید محمدحسین؛ خادم، امیررضا (۱۳۹۳). فراتحلیل رابطه بین عوامل اقتصادی و عملکرد ورزشی کشورها در رویدادهای ورزشی. *مطالبات راهبردی ورزش و جوانان*، ۲۸، ۲۴-۹.

کاظمی، آرزو (۱۳۷۹). ارتباط بین سبک های رهبری مربیان تیم های بسکتبال بانوان باشگاه های تهران با میزان انگیزش پیشرفت در بازیکنان مکان نشر نامشخص. پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تربیت معلم تهران.

کیانی، رامین (۱۳۹۷). بررسی رابطه سبک رهبری و فرهنگ سازمانی با رضایت شغلی مدیران آموزش و پرورش شهرستان شوش. *سومین کنفرانس توانمندسازی جامعه در حوزه علوم انسانی و مطالعات روانشناسی، تهران*، <https://civilica.com/doc/767337>

محدث، فاطمه؛ رمضانی نژاد، رحیم؛ خیبری، محمد؛ کاظم نژاد، انوشیروان (۱۳۸۹). سبک رهبری مربیان و رضایتمندی ورزشکاران حرفه های ایران. *نشریه پژوهش در علوم ورزشی*، ۱۹، ۱۳۸-۱۲۵.

محمدی، سردار؛ دولتی، مسعود (۱۳۹۵). رابطه سبک رهبری و منابع قدرت مربیان با رضایتمندی بازیکنان والیبال. *پژوهش های معاصر در مدیریت ورزشی*، ۶(۱۱)، ۱۰-۱.

مصلحی، عبدالله؛ دوستی، مرتضی؛ صفایا، علی محمد (۱۳۹۴). رفتار و سبک های رهبری مربیان بر انسجام گروهی و موفقیت تیمی لیگ دسته اول فوتبال مازندران. *نشریه مطالعات مدیریت ورزشی*، ۷(۴)، ۵۰۱-۵۱۲.

نورمها، محمد؛ جلالی فراهانی، مجید؛ علیدوست قهفرخی، ابراهیم؛ ابراهیم نژاد سلامی، جعفر (۱۳۹۶). رابطه بین سبک رهبری مربیان با خودکارآمدی والیبالیست های لیگ برتر استان هرمزگان. *مطالعات مدیریت رفتار سازمانی در ورزش*، ۴(۳)، ۳۱-۲۱.

نوروزی، سید حسینی؛ رسول، فتحی؛ حسن، صادقی؛ بروجردی، سعید (۱۳۹۱). اثر ادراک رفتارهای رهبری مربیان بر تعهد ورزشی، انگیزش پیشرفت و رضایتمندی جودوکاران لیگ برتر ایران. *مطالعات مدیریت ورزشی*، ۶(۶۱)، ۱۸۹-۲۰۶.

یوسفی پاسکه، مریم (۱۳۸۶). رابطه سبک های رهبری مربیان با جو انگیزشی در تیم های ورزشی بانوان. پایان نامه کارشناسی ارشد رشته تربیت بدنی، دانشگاه شمال، ۵۷.

- Adyal, B. Moqadam, R. (2012). *The effect of caffeine on exercise performance and substrate metabolism during exercise and one hour later in athlete girls*. Master's thesis, Physical Education and Sport Sciences, Physical Education Exercise, Hakim Sabzevari University.
- Ames, C. (1992) Achievement goals, motivational climate, and motivational processes. In *Motivation in sport and exercise, Human Kinetics Champaign*, 161-176.
- Bartels, J. M., & Magun-Jackson, S. (2009). Approach-avoidance motivation and metacognitive self-regulation: The role of need for achievement and fear of failure. *Learning and Individual Differences*, 19(4), 459-463.
- Besharati, Aazam, Meshkati, Zohreh and Hosseini, Indifference. (2016). Effect of exciting and relaxing music on acquisition and learning of handball penalty accuracy. *Research on Sport Management and Motor Behavior*, 12 (24), 275-286.
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist's script for self – defeat. *Psychology Today*, November, 14, 34-51.
- cakioglu, asli. (2003). leadership and satisfaction in soccer:examination of congruence and players' position, in partial fulfillment of the requirements for the degree ofmaster of sciencein the department of physical education and sport, *middle east technical university*.
- Caplan, J. (2006). *Coaching for the future: How smart companies use coaching and mentoring*. Jaico London, UK: CIPD.
- Carron, A.V., Chelladurai, P. (1981). The dynamics of group cohesion in sport. *Journal of Sports Psychology*, 3, 123-129.
- Charbonneau, D., Barling, J., & Kelloway, E.K. (2001). Transformational leadership and sports performance,the mediating role of intrinsic motivation. *Journal of Applied Social Psychology*, 1521-1534.

- Che, H., Rasyid, N., Tengah, R., Kam, J. (2017). The relationship between leadership style and performance of athletes and coaches in Malaysia. *Journal of Fundamental and Applied Sciences*, 9(6), 1323-1333.
- Chelladurai, P. & Saleh, S. D. (1980). Dimensions of leader behavior in sports: Development of a leadership scale. *Journal of Sport Psychology*, 2, 24-35.
- Cury, F., Biddle, S., Famose, J., Goudas, M., Sarrazin, P. & Durand, M. (1996). Personal and situational factors influencing intrinsic interest of adolescent girls in school physical education a structural equation model analysis. *Educational Psychology*, 16:305-315.
- Ferrer-Caja, E., & Weiss, M. R. (2000). Predictors of intrinsic motivation among adolescent students in physical education. *Research quarterly for exercise and sport*, 71(3), 267-279.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R., & Kolden, S. (1991). Dimensions of perfectionism and irrational thinking. *Journal of Rational – Emotive and Cognitive Behavior Therapy*, 9, 185-201.
- Hmachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology Journal of Human Behavior*, 15, 27-33.
- Jafari, A., Pakdaman, S., Fatabadi, J., & Vaez Mosavi, S. M. K. (2015). The effectiveness of training of motivational self-talk and mental imagery skills in enhancing sport performance of soccer players. *Quarterly Journal of Psychological Studies*, 4, 72-95.
- Kavussanu, M., & Roberts, G. C. (1996). Motivation in physical activity contexts: The relationship of perceived motivational climate to intrinsic motivation and self-efficacy. *Journal of sport and exercise psychology*, 18(3), 264-280.
- Lubans, J. (2009). *The Spark Plug: A Leaders Catalyst for Change*. Library leadership and management, 23(2), 87-88.
- Nami, A., Mansouri, M., Dehnavi, A., Bandali, E. (2016). Relationship between coaching leadership styles and athletic stress in team sports from universities of Tehran. *European Journal of Experimental Biology*, 3(2), 48-53.
- Nasiruddin, N., Fauzee, N., Sin, I., Omar, M. (2020). The Motivation of Football Players: The Impact of Coach Leadership Style in Malaysian Sports Schools. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 8(4), 124-133.
- Pacht, A. R. (1984). Reflections on perfect. *American Psychologist*, 39, 386-390.
- Ronayne, L. S. (2004). Effects of coaching behaviors on team dynamics: how coaching behaviors influence team cohesion and collective efficacy over the course of a season. Master of Science in Sport Studies, Physical Education, Health, and Sport Studies, Miami University.
- Sabunchi, R., Kia, F., Kosarifard, S., & Kosarifard, F. (2013). Comparison strategies to cope with competitive anxiety in athletes, martial due to varying levels of success in competitions. *Applied Research of Sport Management and Biology*, 4, 87- 92.
- Seif Barghi, T., Kordi, R., & Meamari, A. H. (2013). The Effectiveness of Mental Illustration on the Performance of Elite Football Athletes in Youth and Adults: A Clinical Trial. *Journal of Faculty of Medicine, Tehran University of Medical Sciences*, 71 (3), 171-178.
- Shum, A., Taylor, B. J., Thayala, J., & Chan, M. F. (2014). The effects of sedative music on sleep quality of older community-dwelling adults in Singapore. *Complementary therapies in medicine*, 22 (1), 49-56.
- Stork, M. J., & Martin Ginis, K. A. (2017). Listening to music during sprint interval exercise: The impact on exercise attitudes and intentions. *Journal of Sports Sciences*, 35 (19), 1940-1946.
- Stork, M. J., Karageorghis, C. I., & Martin Ginis, K. A. (2019). Let's Go: Psychological, psychophysical, and physiological effects of music during sprint interval exercise. *Psychology of Sport & Exercise*, 45, 101547.
- Talebi, R., Naimi kia, M., & Piri, Mojgan. (2015). The effect of music as a motivational component on the accuracy of isokinetic force production in non-elite Taekwondo players. *Journal of Motor Behavior*, 7(20), 89-104.
- Thompson, W. R. (2017). Worldwide survey of iftness trends for 2018: The. CREP edition. *ACSM's Health & Fitness Journal*, 21(6), 10-19.

The relationship between the components of leadership style and the performance of athletes (the case study of basketball players in Hamedan)

Prasto Zulfaqari Far¹

Majid Soleimani Far^{*2}

Abstract

The present study determined the relationship between the components of leadership style and the performance of athletes (basketball players in Hamedan city). This research was applied in terms of purpose and descriptive and correlational in terms of method. The statistical population included all the female basketball athletes of Hamedan city in 1400 in the number of 650 people. The statistical sample was estimated to be 241 people by the available method and by confirming the consent form of participating in the research using the table of Morgan and Karjesi. The level of leadership style of coaches was 72.8% and the performance of athletes was 83%. The results of Pearson's correlation and multivariate regression with SPSS software showed that there was a significant relationship between the coaches' leadership style and athletes' performance. On the other hand, the components of coaches' leadership style, including training and training, democratic behavior, authoritarian behavior, social support, and positive feedback had a significant relationship with athletes' performance and progress. It was also found that the components of coaches' leadership style, including training and training, democratic behavior, authoritarian behavior and positive feedback, had the ability to predict athletes' performance.

Keywords

coaches' leadership style, athletes' performance, leadership style components

1 Masters in Sports Management, Marketing, Islamic Azad University, Hamadan, Iran (p.zolfaghari far9396@gmail.com)

2 Assistant Professor of Physical Education Department, Malayer Branch, Islamic Azad University, Malayer, Iran (* Corresponding author: mjd_slymn@yahoo.com)