

## رابطه عملکرد خانواده با استحکام ذهنی در ورزشکاران پارالمپیک

حمیده سبزلزاده<sup>۱</sup>، رخساره بادامی<sup>۲</sup>، و مریم نزاقت الحسینی<sup>۳</sup>

تاریخ دریافت: ۹۲/۱۰/۲۷ تاریخ پذیرش: ۹۳/۲/۷

### چکیده

هدف از انجام پژوهش حاضر، مطالعه ارتباط بین عملکرد خانواده با استحکام ذهنی در ورزشکاران پارالمپیک بود. این پژوهش، توصیفی و از نوع همبستگی است. نمونه آماری پژوهش حاضر را ۵۰ نفر از ورزشکاران پارالمپیک بازی‌های ۲۰۱۲ لندن تشکیل دادند. برای اندازه‌گیری داده‌ها از دو پرسش‌نامه استحکام ذهنی گلی و شیرد، و پرسش‌نامه ۴۵ عاملی عملکرد خانواده استفاده شد. نتایج نشان داد رابطه مثبت و معناداری بین عملکرد خانواده و استحکام ذهنی ورزشکاران پارالمپیک وجود دارد. همچنین هر سه بعد عملکرد خانواده، متغیرهای پیش‌بینی‌کننده معناداری در تعیین استحکام ذهنی بودند. یافته‌های این پژوهش، اهمیت عملکرد خانواده را در شکل‌گیری استحکام ذهنی مشخص نمود.

**کلیدواژه‌ها:** استحکام ذهنی، عملکرد خانواده، ورزشکاران پارالمپیک.

## Relationship between Family Functioning and Mental Toughness in Paralympic Athletes

Hamideh Sabzalizadeh, Rokhsareh Badami, and Maryam Nezakat Alhosseini

### Abstract

The purpose of this research was to study the relationship between family functioning and mental toughness in Paralympic athletes. This is a descriptive and correlational research. The sample statistics comprises 50 athletes who have competed in the London 2012 Paralympic Games. Data were measured using two questionnaires: Sport Mental Toughness Questionnaire Golby and Sheard, and 45-factor Family Functioning Questionnaire. Reliability and validity of both questionnaires had been confirmed in previous studies. The results showed that there is a significant positive relationship between family functioning and mental toughness in Paralympics athletes. The three dimensions of family functioning were significant predictor variables in determining mental toughness. The findings revealed the importance of family functioning in the formation of mental toughness.

**Keywords:** Mental Toughness, Family Functioning, Paralympic Athletes.

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان

۲. استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان (نویسنده مسئول)

۳. استادیار دانشگاه اصفهان

## مقدمه

در سطوح بالای یک رقابت که آمادگی جسمانی و مهارتی ورزشکار به اوج می‌رسد، این عوامل روانی هستند که نقش تعیین‌کننده‌ای در موفقیت ورزشکاران ایفا می‌کنند. یکی از عوامل روانی بسیار مهم در تعیین موفقیت ورزشکاران، استحکام ذهنی<sup>۱</sup> است (فرخی، کاشانی، و متشرعی، ۱۳۹۰). استحکام ذهنی، به عنوان توانایی مقابله با فشارها و سختی‌ها، عبور از موانع و شکست‌ها، تمرکز بر هدف، حفظ و کسب آرامش پس از شکست، و اجرای باثبات در سطوح بالای رقابتی تعریف شده است. به عبارت دیگر، استحکام ذهنی، مهارتی است که ورزشکاران را قدرتمند می‌کند تا در موقعیت‌های دشوار و پرفشار، موفق عمل کنند (جونز، هنتون، و کاناگتون<sup>۲</sup>، ۲۰۰۲). استحکام ذهنی، باعث بالابردن آستانه تحریک‌پذیری و توسعه عملکرد روانی فرد می‌شود، بازیکنان را قادر می‌سازد تا در مقابل حریف، بهتر رقابت کنند و سطح بالاتری از اجرا را به نمایش بگذارند و در شرایط پر-استرس مسابقه و زمانی که زیر فشار هستند، اعتمادبه-نفس<sup>۳</sup>، تمرکز و کنترل بیشتری را از خود نشان دهند (ایزدمهر، ۱۳۹۱). در یک جمله، استحکام ذهنی را "پشتکار مداوم و اعتقاد راسخ به سوی برخی اهداف؛ علی‌رغم شدت یا فشار" تعریف کرده‌اند (میدلتون، مارش، مارتین، و ریچارد<sup>۴</sup>، ۲۰۰۴).

کوباسا<sup>۵</sup>، استحکام ذهنی را ترکیبی از باورهای فرد در مورد خود و جهان می‌داند که از سه مؤلفه تعهد، کنترل، و مبارزه‌جویی تشکیل شده است. مؤلفه تعهد (در مقابل از خود بیگانگی) به تمایلی برمی‌گردد که فرد را به‌طور عمیق درگیر انجام کار می‌کند. افراد

متعهد، در موقعیت‌های پرفشار کمتر دست از کار بر-می‌دارند. مؤلفه کنترل، به این باور مرتبط است که رویدادهای زندگی و پیامدهای آنها قابل کنترل و پیش‌بینی هستند. فردی که احساس کنترل را داراست به تلاش و عمل خود بیش از شانس اهمیت می‌دهد و بر این باور است که با تلاش خود می‌تواند رخدادهای اطرافش را تحت تأثیر قرار دهد. مبارزه-جویی، باوری است که تغییرهای زندگی را طبیعی و مثبت می‌شمارد. فردی که این باور را دارد، تغییرهای مثبت یا منفی پیرامون خود را نه تنها تهدیدی برای امنیت و آسایش خود نمی‌پندارد؛ بلکه آن را نیازمند سازگاری مجدد و فرصتی برای یادگیری و رشد بیشتر می‌داند (کوباسا، ۱۹۸۲).

جونز و پارکر<sup>۶</sup> (۲۰۱۳) در مطالعه‌ای با هدف بررسی رابطه بین استحکام ذهنی و تجربه ورزشی، دریافتند ۱۴ درصد از تغییرات استحکام ذهنی به‌واسطه تجربه ورزشی افراد پیش‌بینی می‌شود. گوچاردی و جونز<sup>۷</sup> (۲۰۱۲) نیز، بر وجود ارتباط معنادار بین استحکام ذهنی و تجربه ورزشی بازیکنان کریکت اشاره داشته‌اند. حاتمی، شاه‌میر، ادیب‌پور و طهماسبی (۱۳۹۱) ارتباط بین سرسختی ذهنی و آمادگی جسمانی را مطالعه کردند و دریافتند ترکیب ویژگی‌های جسمانی و روان‌شناختی، موجب دستیابی ورزشکاران به اوج عملکرد می‌شود. عبدلی، عابدان-زاده، و رمضان‌زاده (۱۳۹۲) نیز با بررسی ارتباط بین استحکام روانی و راهبردهای روان‌شناختی دریافتند همبستگی معناداری بین استحکام ذهنی و راهبردهای روان‌شناختی، در هر دو بعد تمرین و رقابت، مشاهده شد.

در اینجا، این سوال اساسی مطرح می‌شود که عوامل مؤثر بر توسعه "استحکام ذهنی" که یک ویژگی شخصیتی است، کدامند؟

1. Mental Toughness
2. Jones, Hanton & Connanghton
3. Centralization
4. Middleton, Marsh, Martin & Richards
5. Kobasa

6. Parker
7. Gucciardi & Gones

خانواده با سرسختی ذهنی رابطه دارد (بروکس<sup>۵</sup>، ۱۹۹۷؛ ورنر<sup>۶</sup>، ۱۹۹۴). البته در این مطالعات، رابطه عملکرد خانواده با سرسختی ذهنی در ورزش که استحکام ذهنی نام گرفته، مطالعه نشده است. بنابراین، هدف از پژوهش حاضر مطالعه رابطه عملکرد خانواده با استحکام ذهنی در ورزشکاران پارالمپیک می‌باشد. ورزشکاران پارالمپیک قشر مهمی از ورزشکاران کشور را تشکیل می‌دهند که به نظر می‌رسد به دلیل ویژگی‌های خاص فیزیکی و بدنی، نقش عملکرد خانواده در استحکام ذهنی آن‌ها برجسته باشد. همچنین هدف دیگر این مطالعه، قابلیت پیش‌بینی استحکام ذهنی از روی عملکرد خانواده است.

### روش پژوهش

پژوهش حاضر از نوع همبستگی، و روش آن پیمایشی است. جامعه آماری این پژوهش را ورزشکاران پارالمپیک بازی‌های ۲۰۱۲ لندن تشکیل می‌دادند که تعداد آنها ۷۹ نفر (۷ زن و ۷۲ مرد) بود که از این تعداد ۵۰ نفر (۳ زن و ۴۷ مرد) به صورت در دسترس به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند.

### ابزار جمع‌آوری اطلاعات

برای جمع‌آوری داده‌ها از دو پرسش‌نامه عملکرد خانواده، و استحکام ذهنی استفاده شد. پرسش‌نامه عملکرد خانواده در سال ۱۹۸۳ توسط اپشتاین، بالدوین و بیشاب<sup>۷</sup> ساخته شد. این پرسش‌نامه دارای ۴۵ سؤال است و در مقیاس چهار درجه‌ای لیکرت (کاملاً موافقم، موافقم، کاملاً مخالفم، و مخالفم) تنظیم شده است. ۲۰ سؤال، مؤلفه حل مسئله (قدرت ابداع و ابتکار خانواده در حل مشکلات، حمایت از یکدیگر در مواقع بحران، و چاره‌اندیشی برای حل مشکل)، ۱۷ سؤال، مؤلفه نقش‌های خانوادگی (چگونگی تقسیم

در میان عوامل متعددی که در شکل‌دهی و تحول ویژگی‌های شخصیتی مؤثرند، نقش عملکرد خانواده از دیرباز مورد توجه قرار گرفته است (مهرابی‌زاده، نجاریان، و بحرینی، ۱۳۷۹؛ عریضی، ۱۳۸۲). عملکرد خانواده بازتابی از توانایی خانواده در ایجاد همبستگی بین اعضا، حل تضادها و تعارض‌ها، موفقیت در ایجاد الگویی انضباطی، رعایت حد و مرز بین افراد، و اجرای مقررات و اصول حاکم بر این نهاد، با هدف حفاظت از کل سیستم خانواده می‌باشد (پرتز و هول<sup>۱</sup>، ۱۹۹۲). کوباسا، مدی، و پیوکستی<sup>۲</sup> (۱۹۸۲) اظهار کرده‌اند که احتمالاً تجارب دوره کودکی، و تعامل مثبت با والدین و اطرافیان می‌توانند یک شخصیت سرسخت ایجاد کنند. مدی و خوشابا<sup>۳</sup> (۱۹۹۴) بیان کردند که سرسختی تحت تأثیر تجارب غنی، متنوع، و پاداش‌دهنده دوران کودکی شکل می‌گیرد. امرینکر، منکس، ولف و توماس<sup>۴</sup> (۱۹۹۴) نیز ابراز کردند که افراد سرسخت نسبت به افراد غیر سرسخت، خانواده خود را دارای انسجام یا پیوستگی بیشتری دانسته و از وضعیت خانواده خود رضایت بیشتری داشته‌اند. در پژوهش آن‌ها، افراد سرسخت، عملکرد خانواده خود را در زمینه سازمان‌دهی، گرایش‌های فکری-فرهنگی، مذهبی-اخلاقی، و تفریحی بالاتر ادراک کرده بودند. از این رو، این پژوهشگران بیان کردند خانواده‌هایی که بر فعالیت‌های اجتماعی، مذهبی، اخلاقی، و فکری-فرهنگی بیشتر تأکید دارند، احتمالاً سرسختی اعضای خانواده آن‌ها نیز بالاتر است.

مرور پژوهش‌های معدودی که در زمینه رابطه عملکرد خانواده با سرسختی انجام شده، نشان می‌دهد که بعضی از ویژگی‌های خانوادگی از جمله روابط گرم و با محبت، حمایت عاطفی، و با ساختار بودن

5. Brooks

6. Werner

7. Epstein, Baldwin, & Bishab

1. Ports & Howl

2. Kobasa, Maddi, & Puccetti

3. Maddi, khoshaba

4. Amerikaner, Monks, Wolfe, & Thomas

زمانی این پرسش‌نامه، با استفاده از روش آزمون-آزمون مجدد، برای خرده مقیاس‌ها از ۰/۷۸ تا ۰/۸۵، و ضریب همسانی درونی آن، با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ از ۰/۷۳ تا ۰/۸۳ گزارش شده است (حاتمی و همکاران، ۱۳۹۱).

### روش‌های آماری

از آمار توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) برای رسم جداول و نمودار استفاده شد. پس از اطمینان از توزیع طبیعی داده‌ها، ضریب همبستگی پیرسون برای پی‌بردن به روابط بین متغیرها، و رگرسیون چندمتغیره برای پیش‌بینی متغیر ملاک به‌کار گرفته شد. تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار اس. پی. اس. نسخه ۱۶ انجام شد.

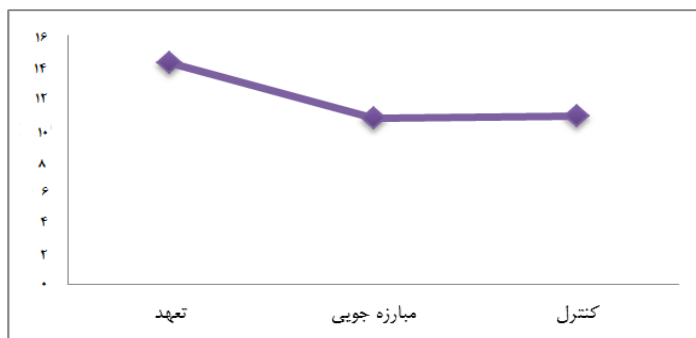
### یافته‌ها

جدول ۱، میانگین و انحراف استاندارد مربوط به مؤلفه‌های عملکرد خانواده و استحکام ذهنی را نشان می‌دهد. نمودار ۱، نیمرخ ورزشکاران در مؤلفه‌های استحکام ذهنی را نشان می‌دهد.

وظایف بین اعضاء، قدرت برنامه‌ریزی برای انجام وظایف، تبیین نقش‌ها و مرزها برای اعضاء، و ایجاد مقررات به‌منظور ایجاد نظم، و هشت سؤال، مؤلفه ابراز عواطف (ارتباط عاطفی اعضاء خانواده از طریق آگاهی- یافتن از احساسات سایرین و ابراز عواطف نسبت به یکدیگر) را می‌سنجند. نجاریان (۱۳۷۴) در پژوهش خود ضمن تأیید اعتبار نسخه فارسی این آزمون، اعتبار کل آزمون را ۰/۹۳ به‌دست آورد (نجاریان، ۱۳۷۴). پرسش‌نامه استحکام ذهنی ورزشی<sup>۱</sup> گلبی و شیرد<sup>۲</sup> (۲۰۰۹)، دارای ۱۴ سؤال و سه مؤلفه است و در مقیاس چهار درجه‌ای لیکرت (از کاملاً نادرست تا کاملاً درست) تنظیم شده است. شش سؤال آن عامل تعهد، چهار سؤال، عامل مبارزه‌جویی و چهار سؤال دیگر، عامل کنترل را می‌سنجد. روایی و پایایی این پرسش‌نامه به‌طور کامل تأیید، و ضریب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌های آن از ۰/۷۱ تا ۰/۸۰ گزارش شده است. روایی سازه این پرسش‌نامه نیز، از طریق تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی مورد حمایت واقع شده است (شیرد و همکاران، ۲۰۰۹). روایی و پایایی این پرسش‌نامه، روی نمونه ایرانی هم تأیید شده است (حاتمی و همکاران، ۱۳۹۱). ضریب ثبات

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار مربوط به متغیرهای پژوهش

انحراف معیار	میانگین	ابعاد
۴/۲۴	۵۲/۵۷	حل مسئله
۴/۳۷	۴۶/۲۲	نقش‌ها
۳/۶۲	۱۹/۵۴	ابراز عواطف
۲/۵۴	۱۴/۲۰	تعهد
۲/۱۸	۱۰/۶۴	مبارزه‌جویی
۲/۳۲	۱۰/۷۸	کنترل
۹/۰۵	۱۱۸/۲۱	مقیاس کلی عملکرد خانواده
۵/۲۷	۳۹/۰۲	مقیاس کلی استحکام ذهنی



نمودار ۱. نیمرخ گروه نمونه در مؤلفه‌های استحکام ذهنی

بر اساس نیمرخ ورزشکاران، میانگین مؤلفه تعهد، جدول ۲، نتایج به دست آمده از ضریب همبستگی بیشتر از میانگین مؤلفه‌های مبارزه جویی و کنترل پیرسون بین عملکرد خانواده و استحکام ذهنی را نشان می‌دهد.

جدول ۲. ضریب همبستگی پیرسون بین عملکرد خانواده و استحکام ذهنی

متغیرها	تعداد	ضریب همبستگی	ضریب تعیین	سطح معناداری
عملکرد خانواده	۵۰	۰/۴۷	۰/۲۲	۰/۰۱

باتوجه به نتایج جدول ۲، همبستگی مثبت و معناداری بین عملکرد خانواده با استحکام ذهنی وجود دارد و عملکرد خانواده، ۲۲ درصد از واریانس استحکام ذهنی را تبیین می‌کند.

جدول ۳. رگرسیون چندمتغیره برای پیش‌بینی استحکام ذهنی بر اساس مؤلفه‌های عملکرد خانواده

آماره/متغیر	F مدل	P مدل	خطای استاندارد	B	T	P
حل مسئله	۴/۶۸	۰/۰۱	۰/۱۱	۰/۲۲	۳/۴۵	۰/۰۱
نقش‌ها			۰/۱۵	۰/۱۵	۲/۶	۰/۰۱
ابراز عواطف			۰/۱۶	۰/۱۸	۳/۲۵	۰/۰۱

نتایج نشان داد آزمون رگرسیون چند متغیره با ضریب همبستگی چندگانه برابر با ۰/۴۸، و مجذور ضریب همبستگی برابر با ۰/۲۳، معنادار بود ( $P \leq 0.01$ ) و سه متغیر حل مسئله، نقش‌ها و ابراز عواطف، مجموعاً ۲۳ درصد واریانس استحکام ذهنی را تبیین کردند. حل مسئله ( $\beta = 0.22$  و  $P \leq 0.01$ )، نقش‌ها ( $\beta = 0.15$  و  $P \leq 0.01$ ) و ابراز عواطف ( $\beta = 0.18$  و  $P \leq 0.01$ )، هر سه، متغیرهای پیش‌بینی کننده معناداری در تعیین استحکام ذهنی بودند.

نتایج نشان داد آزمون رگرسیون چند متغیره با ضریب همبستگی چندگانه برابر با ۰/۴۸، و مجذور ضریب همبستگی برابر با ۰/۲۳، معنادار بود ( $P \leq 0.01$ ) و سه متغیر حل مسئله، نقش‌ها و ابراز عواطف، مجموعاً ۲۳ درصد واریانس استحکام ذهنی را تبیین کردند.

### بحث و نتیجه‌گیری

یکی از مقوله‌هایی که در علم روان‌شناسی ورزشی، نظر پژوهشگران را به خود جلب کرده است، ویژگی‌های شخصیتی مؤثر در عملکرد ورزشکاران است (خلجی، گل‌محمدی، و کلانتری، ۱۳۹۲). یکی از این ویژگی‌های شخصیتی، استحکام ذهنی است (حاتمی و همکاران، ۱۳۹۱). استحکام ذهنی (سرسختی روانی)، مهم‌ترین عامل موفقیت بسکتبالیست‌های نخبه ایرانی در حیطه سازه‌های روان‌شناختی معرفی شده است (شمعونیان، فرقانی-اوزرودی، و تجاری، ۱۳۹۱، ص ۷۰). همچنین، در یکی از مطالعات اخیر، استحکام ذهنی (سرسختی)، به‌عنوان یکی از شاخص‌های استعدادیابی ورزشی، مطرح گردیده است (کجباف‌نژاد، ۱۳۹۲). از آنجایی که، اکثر پژوهش‌ها به مطالعه پیامدهای استحکام ذهنی پرداخته و شناسایی پیش‌آیندهای این سازه کمتر بررسی شده است (تورانی و رشتیانی، ۱۳۸۷)، هدف از این پژوهش، مطالعه ارتباط بین استحکام ذهنی با عملکرد خانواده در ورزشکاران پارالمپیک بود. یافته‌ها نشان داد که ارتباط بین عملکرد خانواده با استحکام ذهنی، مثبت و معنادار است. همین‌طور، سه مؤلفه عملکرد خانواده؛ یعنی، حل مسئله، نقش‌ها، و ابراز عواطف، پیش‌بینی‌کننده‌های معناداری در تعیین استحکام ذهنی بودند و مجموعاً ۲۳ درصد واریانس استحکام ذهنی را تبیین کردند. ارتباط مثبت بین عملکرد خانواده و استحکام ذهنی، با یافته‌های شریفی، عربی، و نامداری (۱۳۸۴)، تورانی و رشتیانی (۱۳۸۷)، و کرمی، شریفی، و بشلیده (۱۳۸۸) که ارتباط عملکرد خانواده با سرسختی روان‌شناختی را در دانش‌آموزان سنجیدند و همبستگی مثبت و معناداری بین این دو متغیر یافتند، همخوان است. در مطالعات مذکور، به ترتیب، ۳۲، ۲۸، و ۳۶/۶ درصد واریانس نمره سرسختی روان‌شناختی توسط مؤلفه‌های عملکرد خانواده تبیین شد. در این مطالعات،

مقدار واریانس تبیین شده به وسیله ابعاد عملکرد خانواده، نسبت به مطالعه حاضر، بالاتر بود که ممکن است به سن شرکت‌کنندگان مربوط باشد. بر اساس شواهد، تأثیر خانواده بر شخصیت فرزندان، در سنین پایین‌تر بیشتر است (همت‌بناری، ۱۳۸۶). قابلیت پیش‌بینی استحکام ذهنی بر اساس مؤلفه حل مسئله، با یافته‌های نوید، خوش‌کنش و ادیبراد (۱۳۸۷) که تأثیر آموزش مهارت حل مسئله را بر میزان سرسختی سنجیدند و به این نتیجه رسیدند که آموزش حل مسئله، سرسختی را افزایش می‌دهد، منطبق است. قابلیت پیش‌بینی استحکام ذهنی بر اساس مؤلفه ابراز عواطف، با یافته‌های بالدوین<sup>۱</sup> و همکاران (۱۹۹۳)، بروکس (۱۹۹۴)، و ورنر (۱۹۹۷) که همبستگی و نزدیکی عاطفی بین اعضای خانواده را در مقاوم ساختن افراد برای مقابله با فشارهای زندگی مهم می‌دانستند، همخوانی دارد.

نقش والدین، و عملکرد خانواده در شکل‌گیری شخصیت و ابعاد آن، در نظریه‌های مختلف نیز تأکید شده است. به اعتقاد یونگ<sup>۲</sup>، والدین تأثیر زیادی در شکل‌گیری شخصیت فرزندان دارند. وی اظهار نمود شیوه‌ای که والدین با فرزندان رفتار می‌کنند، به رشد شخصیت او کمک می‌کند و یا مانع آن می‌شود (شولتز، و شولتز، ۱۳۹۱). فروم<sup>۳</sup> معتقد بود که فرزندان از طریق تعامل با خانواده، راه‌های سازگارشدن با جامعه را فرا می‌گیرند (شولتز، ۱۳۸۴). هورنی<sup>۴</sup>، رابطه اجتماعی بین کودک و والدین را عامل اصلی رشد شخصیت کودک می‌داند. بر مبنای نظریه شخصیت هورنای، کمبود محبت و ترس از والدین، اضطراب و خصومت را پرورش می‌دهد. اریکسون نیز، که مراحل هشت‌گانه رشد روانی اجتماعی را مطرح

1. Baldwin  
2. Young  
3. Forum  
4. Horney

گذارد. هر چند، میزان تأثیرگذاری خانواده در همه مقاطع سنی یکسان نیست؛ اما، خانواده از زمان انعقاد نطفه تا اوان بزرگسالی (یعنی تا هنگامی که والدین و سایر اعضای خانواده با هم زندگی می کنند و با فرد در ارتباطند)، به نحوی بر انسان تأثیر می گذارد (همت بناری، ۱۳۸۶).

به طور کلی، یافته های این مطالعه نشان داد که بین عملکرد خانواده با استحکام ذهنی ورزشکاران پارالمپیک، همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد و هر سه مؤلفه عملکرد خانواده (حل مسئله، نقش ها، و ابراز عواطف) پیش بینی کننده های معناداری در تعیین استحکام ذهنی بودند. بنابراین به خانواده ها پیشنهاد می شود با شریک کردن فرزندان در حل مشکلات خانواده، تقسیم وظایف و برنامه ریزی برای انجام آن ها، و حمایت عاطفی، زمینه های افزایش استحکام ذهنی را برای فرزندان فراهم آورند. شاید اهمیت این پیشنهاد برای خانواده های دارای فرزند معلول (به دلیل وضعیت جسمانی خاصی که دارند) بیشتر باشد. حسینی گل افشانی، عابدی، و احمدی (۱۳۹۲) تجارب ۱۲ معلول ضایعه نخاعی موفق را که در سطوح ملی و بین المللی فعالیت می کردند، رمزگشایی نمودند. مشارکت کنندگان این مطالعه، یکی از واکنش های اثربخش و هوشمندانه خانواده ها را که باعث رشد آنها شده بود، داشتن جاذبه و دافعه به موقع خانواده ها در مواجهه با شرایط متفاوت می دانستند. خانواده هایی که این ویژگی را داشتند، این احساس را به فرزند معلولشان منتقل می کردند که با وجود حمایت تمام عیار والدین، در صورتی که از اصول از قبل تعیین شده سرپیچی کنند، با رفتارهای قاطعانه مواجه خواهند شد؛ بر همین اساس، به پژوهشگران آتی پیشنهاد می شود عملکرد خانواده هایی را که فرزند معلول ورزشکار و غیر ورزشکار دارند، با هم مقایسه کنند. به علاوه، در مطالعه حسینی گل افشانی و همکاران (۱۳۹۲)، آشنایی با معلولان موفق، و عملکرد دیگران مهم، همچون

کرده است، در چهار مرحله اول؛ یعنی «اعتماد در برابر بی اعتمادی»، «خودمختاری در برابر تدبیر»، «شرم، و سخت کوشی در برابر حقارت»، بر نقش بی همتای والدین تأکید می کند. اریکسون، در زمینه نقش مادر در مرحله «اعتماد در برابر بی اعتمادی» معتقد است که تعامل بین کودک و مادر تعیین می کند که آیا کودک، دنیا را با نگرش اعتماد خواهد دید یا بی اعتمادی؛ اگر مادر به نیازهای جسمانی کودک پاسخ دهد و محبت، عشق، و امنیت کافی را برای او تأمین کند، از آن پس، کودک شروع به پرورش دادن حس اعتماد خواهد کرد (همت بناری، ۱۳۸۶). بندورا<sup>۱</sup> (به نقل از سید محمدی، ۱۳۸۴) درباره نقش والدین، به عنوان الگو، در کسب صفات و ویژگی های شخصیتی فرزند بیان می کند «وقتی که کودک می بیند والدینش در زمان طوفان، وحشت زده هستند یا وقتی که با غریبه ها مواجه می شوند، عصبی رفتار می کنند، به راحتی این ترس ها را تقلید می کند و بدون این که از منشأ آن آگاه باشد، آن را به بزرگسالی خود منتقل می نماید؛ مشخصاً، پایداری و جسارت به هنگام مواجه شدن با مشکلات، و خوش بینی به هنگام روبه رو شدن با تجربیات جدید، از والدین و الگوهای دیگر آموخته می شوند».

بر اساس شواهد، علاوه بر والدین، خواهران و برادران نیز، در شکل گیری شخصیت فرد تأثیرگذارند. خواهران و برادران، الگوهایی برای تقلید فراهم می کنند و نقش های مکملی را برای یکدیگر بازی می کنند که از طریق آن، می توانند کنش متقابل اجتماعی را تمرین کرده، و در مواقع تنش عاطفی، به یکدیگر یاری برسانند (همت بناری، ۱۳۸۶). از بین عوامل مؤثر بر شکل گیری شخصیت، خانواده تنها عاملی است که می توان گفت کمابیش در تمام مقاطع سنی با فرد در ارتباط است و به نحوی در او تأثیر می-

1. Bandora

- کاردرمان، در پیشرفت آن‌ها نقش داشته است؛ از این رو، پیشنهاد می‌شود در مطالعات آتی، رابطه بین استحکام ذهنی با عملکرد دیگران مهم نیز سنجیده شود.
- منابع**
۱. استافورد، ل. و بهیر، ج. (بی‌تا). *تعامل والدین و کودکان*. ترجمه دهگانپور، م.، خراچی، م. (۱۳۷۷) تهران: نشر رشد.
  ۲. ایزدمهر، س. (۱۳۹۱). *سرسختی روانی در تنیس*. مجموعه مقالات علمی-آموزشی کمیته آموزش فدراسیون تنیس جمهوری اسلامی ایران. ۳۳ بهمن، ش ۲۴.
  ۳. تورانی، ح. و رشتیانی، ص. (۱۳۸۷). *رابطه عملکرد خانواده با سرسختی دانش‌آموزان دبیرستان‌های کنگاور*. *فصلنامه روان‌شناسی تربیتی*، ۱۲۲، ۸۷-۱۲.
  ۴. حاتمی، ف.، شاه‌میر، ا.، ادیب‌پور، ن. و طهماسبی، ف. (۱۳۹۱). *رابطه بین سرسختی ذهنی و آمادگی جسمانی در دانشجویان دختر*. *نشریه مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۲، ۶۴-۵۳.
  ۵. حسینی‌گل‌افشانی، س. ز.، عابدی، ح. ع. و احمدی، ف. (۱۳۹۲). *تأملی بر تجارب معلولان: اطرافیان مسبب رشد یا مانع رشد*. *نشریه تحقیقات کیفی در علوم سلامت*، ۲ (۳)، ۲۶۰-۲۴۸.
  ۶. خلجی، ح.، گل‌محمدی، ب. و کلانتری، ف. (۱۳۹۲). *مقایسه ویژگی‌های شخصیتی خودپایی و هیجان‌خواهی ورزشکاران نخبه و غیر نخبه*. *نشریه مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۳، ۹۲-۸۱.
  ۷. شریفی، خ.، عریضی، ح. ر. و نامداری، ک. (۱۳۸۴). *بررسی رابطه عملکرد خانواده با*
  - سرسختی در دانش‌آموزان. *نشریه دانشور رفتار*، ۱۰، ۹۴-۸۵.
  ۸. شمعونیان، ا.، فرقانی‌اوزرودی، م. ب. و تجاری، ف. (۱۳۹۱). *بررسی ویژگی‌های روان‌شناختی دوچرخه‌سواران نخبه موفق ایرانی*. *نشریه مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۱، ۸۰-۶۹.
  ۹. شولتز، د. پ. (۱۳۸۴). *نظریه‌های شخصیت*. ویرایش سوم، ترجمه سیدمحمدی، تهران: نشر ویرایش.
  ۱۰. شولتز، د. پ. و شولتز، س. ا. (۱۳۹۱). *نظریه‌های شخصیت*. ویرایش هشتم، ترجمه سیدمحمدی، تهران: نشر ویرایش.
  ۱۱. عبدلی، ب.، عابدان‌زاده، ر. و رمضان‌زاده، ح. (۱۳۹۲). *رابطه بین استحکام روانی و راهبردهای روان‌شناختی در دانشجویان ورزشکار*. *نشریه مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۳، ۵۰-۳۹.
  ۱۲. فرخی، ا.، کاشانی، ا. و متشرعی، ا. (۱۳۹۰). *مقایسه سرسختی ذهنی زنان و مردان ورزشکار رشته‌های تماسی و غیر تماسی در سطوح مختلف مهارتی*. *نشریه رفتار حرکتی و روان‌شناسی ورزشی*، ۸، ۸۶-۷۱.
  ۱۳. کجیاف‌نژاد، ب. (۱۳۹۲). *شناسایی و پیش‌بینی شاخص‌های استعدادیابی روان‌شناختی ورزشکاران با روش تحلیل عامل*. *نشریه مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۴، ۴۶-۳۹.
  ۱۴. کرمی، ج.، شریفی، ک. و بشلیده، خ. (۱۳۸۸). *بررسی رابطه عملکرد خانواده با سرسختی در دانش‌آموزان دوره متوسطه شهر کرمانشاه*. *نشریه دست‌آورد‌های روان‌شناختی*، ۲، ۱۸۸-۱۶۷.
  ۱۵. مهرابی‌زاده، م.، نجاریان، ب. و بحرینی، ش. (۱۳۷۹). *رابطه شیوه فرزندپروری با سلامت روانی و هماهنگی مؤلفه‌های خودپنداشت*.

کاردرمان، در پیشرفت آن‌ها نقش داشته است؛ از این رو، پیشنهاد می‌شود در مطالعات آتی، رابطه بین استحکام ذهنی با عملکرد دیگران مهم نیز سنجیده شود.

### منابع

۱. استافورد، ل. و بهیر، ج. (بی‌تا). *تعامل والدین و کودکان*. ترجمه دهگانپور، م.، خراچی، م. (۱۳۷۷) تهران: نشر رشد.
۲. ایزدمهر، س. (۱۳۹۱). *سرسختی روانی در تنیس*. مجموعه مقالات علمی-آموزشی کمیته آموزش فدراسیون تنیس جمهوری اسلامی ایران. ۳۳ بهمن، ش ۲۴.
۳. تورانی، ح. و رشتیانی، ص. (۱۳۸۷). *رابطه عملکرد خانواده با سرسختی دانش‌آموزان دبیرستان‌های کنگاور*. *فصلنامه روان‌شناسی تربیتی*، ۱۲۲، ۸۷-۱۲.
۴. حاتمی، ف.، شاه‌میر، ا.، ادیب‌پور، ن. و طهماسبی، ف. (۱۳۹۱). *رابطه بین سرسختی ذهنی و آمادگی جسمانی در دانشجویان دختر*. *نشریه مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۲، ۶۴-۵۳.
۵. حسینی‌گل‌افشانی، س. ز.، عابدی، ح. ع. و احمدی، ف. (۱۳۹۲). *تأملی بر تجارب معلولان: اطرافیان مسبب رشد یا مانع رشد*. *نشریه تحقیقات کیفی در علوم سلامت*، ۲ (۳)، ۲۶۰-۲۴۸.
۶. خلجی، ح.، گل‌محمدی، ب. و کلانتری، ف. (۱۳۹۲). *مقایسه ویژگی‌های شخصیتی خودپایی و هیجان‌خواهی ورزشکاران نخبه و غیر نخبه*. *نشریه مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۳، ۹۲-۸۱.
۷. شریفی، خ.، عریضی، ح. ر. و نامداری، ک. (۱۳۸۴). *بررسی رابطه عملکرد خانواده با*



- What is the size of the relationship between global mental toughness? An invention of elite sport performers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 54, 519-523.
25. Kobasa, S. (1982). The hardy personality: Toward a social psychology of stress and health. In Sanders, G. & Suls, J. (Eds.), *Social psychology of health and illness* (pp. 3-32).
26. Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Puccetti, M. C. (1982). Hardiness and health: A Prospective study, *Journal of personality and social psychology*, 42, 168-177.
27. Maddi, S. R., & Khoshaba, D. M. (1994). Hardiness and mental health. *Journal of Personality Assessment*, 62 (2), 265-274.
28. Middleton, S. C., Marsh, H. W., Martin, A. J., Richard, G. E., & Perry, C. (2004). Discovering mental toughness: A qualitative study of mental toughness in elite athletes. *Self Research Centre Biannual Conference*, Berlin.
29. Portes, P. R., & Howel, S. C. (1992). Family functions and children's post divorce adjustment. *American journal of orthopsychiatry*, 4, 613-617.
30. Stewart, M., Reid, G., & Mangham, C. (1997). Fostering children's resilience. *Journal of Pediatric Nursing*, 12, 21-31.
31. Werner, E. E. (1997). Vulnerable but invincible: high risk children from adulthood. *Acta Paediatrica Supplement*. 422, 103-105.
- نشریه روان‌شناسی، ۱، ۹۷-۸۳.
۱۶. نجاریان، ف. (۱۳۷۴). عوامل مؤثر بر کارایی خانواده: بررسی روان‌سنجی مقیاس سنجش خانواده، پایان‌نامه کارشناسی ارشد واحد رودهن.
۱۷. نوید، م.، خوش‌کنش، ا.، و ادیبراد، ن. (۱۳۸۷). بررسی تأثیر مهارت‌های حل مسئله به شیوه‌های گروهی بر پرخاشگری و سرسختی فرزندان دختر ۲۰-۱۲ ساله ساکن در مراکز شبانه‌روزی بهزیستی شهرستان تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه شهید بهشتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی.
۱۸. همت‌بناری، ا. (۱۳۸۶). شخصیت و مهم‌ترین عوامل غیر وراثتی شکل‌گیری آن (با تأکید بر دیدگاه روان‌شناسان شخصیت). نشریه معرفت، ۱۱۹، ۱۲۰-۱۰۱.
19. Amerikaner, M., Monks, B., Wolfe, D., & Thomas, S. (1994). Family interaction and individual psychological health. *Journal of Counseling and Development*, 72 (6), 614-623.
20. Baldwin, A. L., Baldwin, C. P., Kasser, T., Zax, M., Sameroff, A., & Seifer, R. (1993). Contextual risk and resiliency during late adolescence. *Development and Psychopathology*, 5, 741-761.
21. Brooks, R. B. (1994). Children at risk: fostering resilience and hope. *American Journal of Orthopsychiatry*, 64, 545-553.
22. Gucciardi, D. F., & Gones, M. I. (2012). Beyond optimal performance. Mental toughness profile and indicators of developmental success in adolescent cricketers. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 34, 16-36.
23. Jones, G., Hanton, S., & Connaughton, D. (2002). What is this thing called mental toughness? An investigation of elite sport performers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 205-218.
24. Jones, M. I., & Parker, G. K. (2013).

