



**Accepted Manuscript**

**Accepted Manuscript (Uncorrected Proof)**

**Title: Predicting the psychological productivity of karatekas based on demographic variables**

**Authors:** M. Batavani<sup>1</sup>, H. foroghi poor\*<sup>2</sup>, M. Solymani<sup>3</sup>, N. Aghaei<sup>4</sup>

1. Department of Physical Education, Borujard Branch, Islamic Azad University, Borujard, Iran
2. Department of Physical Education, Borujard Branch, Islamic Azad University, Borujard, Iran
3. Department of Physical Education, Malayer Branch, Islamic Azad University, Malayer, Iran
4. Associate Professor of Sports Management, Faculty of Physical Education and Sports Sciences, Khwarazmi University, Tehran, Iran

**\*Corresponding:** Hamid foroghi poor<sup>1</sup> Department of Physical Education, Borujard Branch, Islamic Azad University, Borujard, Iran

foroghiborojerd@yahoo.com

**To appear in: Sport Psychology Studies**

**Receive Date: 06 June 2021**

**Revise Date: 04 October 2021**

**Accept Date: 11 October 2021**

**First Publish Date: 12 October 2021**

This is a “Just Accepted” manuscript, which has been examined by the peer-review process and has been accepted for publication. A “Just Accepted” manuscript is published online shortly after its acceptance, which is prior to technical editing and formatting and author proofing. Journal of Sport Psychology Studies provides “Just Accepted” as an optional service which allows authors to make their results available to the research community as soon as possible after acceptance. After a manuscript has been technically edited and formatted, it will be removed from the “Just Accepted” Website and published as a published article. Please note that technical editing may introduce minor changes to the manuscript text and/or graphics which may affect the content, and all legal disclaimers that apply to the journal pertain.

**Please cite this article as:**

Batavani, M., foroghi poor, H., Solymani, M., Aghaei, N. Predicting the psychological productivity of karatekas based on demographic variables. Sport Psychology Studies, 2021; ( ): -. doi: 10.22089/spsyj.2021.10632.2190

نسخه پذیرفته شده پیش از انتشار

عنوان: پیش‌بینی بهره‌وری روان‌شناختی کاراته‌کاها براساس متغیرهای جمعیت‌شناختی

نویسندگان: محمدعلی باتوانی<sup>۱</sup>، حمید فروغی پور<sup>۲\*</sup>، مجید سلیمانی<sup>۳</sup>، نجف آقایی<sup>۴</sup>

۱. گروه تربیت‌بدنی، واحد بروجرد، دانشگاه آزاد اسلامی، بروجرد، ایران
۲. گروه تربیت‌بدنی، واحد بروجرد، دانشگاه آزاد اسلامی، بروجرد، ایران
۳. گروه تربیت‌بدنی، واحد ملایر، دانشگاه آزاد اسلامی، ملایر، ایران
۴. دانشیار مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

\*نویسنده مسئول: حمید فروغی پور، گروه تربیت‌بدنی، واحد بروجرد، دانشگاه آزاد اسلامی، بروجرد، ایران.  
ایمیل: foroghiborojerd@yahoo.com

نشریه: مطالعات روان‌شناسی ورزشی

تاریخ دریافت: ۱۶ خرداد ۱۴۰۰

تاریخ بازنگری: ۱۲ مهر ۱۴۰۰

تاریخ پذیرش: ۱۹ مهر ۱۴۰۰

تاریخ اولین انتشار: ۲۰ مهر ۱۴۰۰

این نسخه «پذیرفته شده پیش از انتشار» مقاله است که پس از طی فرآیند داوری، برای چاپ، قابل پذیرش تشخیص داده شده است. این نسخه در مدت کوتاهی پس از اعلام پذیرش به صورت آنلاین و قبل از فرآیند ویراستاری منتشر می‌شود. نشریه مطالعات روان‌شناسی ورزشی گزینه «پذیرفته شده پیش از انتشار» را به عنوان خدمتی به نویسندگان ارائه می‌دهد تا نتایج آنها در سریع‌ترین زمان ممکن پس از پذیرش برای جامعه علمی در دسترس باشد. پس از آنکه مقاله‌ای فرآیند آماده سازی و انتشار نهایی را طی می‌کند، از نسخه «پذیرفته شده پیش از انتشار» خارج و در یک شماره مشخص در وبسایت نشریه منتشر می‌شود. شایان ذکر است صفحه آرایی و ویراستاری فنی باعث ایجاد تغییرات صوری در متن مقاله می‌شود که ممکن است بر محتوای آن تاثیر بگذارد و این امر از حیطة مسئولیت دفتر نشریه خارج است.

لطفا این گونه استناد شود:

Batavani, M., foroghi poor, H., Solymani, M., Aghaei, N. Predicting the psychological productivity of karatekas based on demographic variables. *Sport Psychology Studies*, 2021; (): -. doi: 10.22089/spsyj.2021.10632.2190

## Abstract

The present study was designed and conducted to investigate the prediction of psychological productivity of karatekas with emphasis on the demographic variable. The statistical population of the study included karate athletes in Isfahan who were selected as a sample according to the available selection of 365 people. Finally, after distributing and collecting research questionnaires, 341 questionnaires were analyzed. Data collection tools included a standard questionnaire. The results showed that in the first step, age alone predicted 29% of the variances of karatekas psychological productivity. Also, in the second step, the role of age and marriage predicted 36% of the variances of psychological productivity of karatekas. In the third step, the role of age, marriage, and income was predicted by 40% of the variances of karate psychological productivity. In the fourth step, age, marriage, income, and education accounted for 44% of the variations in karatekas' psychological productivity. In other words, among demographic variables, age, marriage, income and education, respectively, had a strong predictive role in the psychological productivity of karatekas. The results of the present study can provide a basis for identifying talented karatekas in psychological fields.

**Keywords:** Productivity , Karate , Competitive atmosphere

## چکیده

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی بهره‌وری روان‌شناختی کاراته‌کاها با تأکید بر متغیر جمعیت‌شناختی طراحی و اجرا شد. جامعه آماری پژوهش، ورزشکاران رشته کاراته در شهر اصفهان بودند که برحسب انتخاب در دسترس، ۳۶۵ نفر به‌عنوان نمونه مشخص شدند. پس از پخش و جمع‌آوری پرسش‌نامه‌های پژوهش، ۳۴۱ پرسش‌نامه تجزیه و تحلیل شد. ابزار گردآوری اطلاعات پرسش‌نامه‌های استاندارد بود. نتایج نشان داد، در گام اول، سن به‌تنهایی ۲۹ درصد از واریانس‌های بهره‌وری روان‌شناختی کاراته‌کاها را پیش‌بینی کرد. در گام دوم، سن و تأهل، ۳۶ درصد از واریانس‌های بهره‌وری روان‌شناختی کاراته‌کاها را پیش‌بینی کردند. در گام سوم، سن، تأهل و درآمد ۴۰ درصد از واریانس‌های روان‌شناختی کاراته‌کاها را پیش‌بینی کردند. در گام چهارم، سن، تأهل، درآمد و تحصیلات، ۴۴ درصد از واریانس‌های روان‌شناختی کاراته‌کاها را پیش‌بینی کردند؛ به‌عبارتی، در میان متغیرهای جمعیت‌شناختی به‌ترتیب سن، تأهل، درآمد و تحصیلات نقش پیش‌بینی‌کننده قوی در بهره‌وری روان‌شناختی کاراته‌کاها داشتند. نتایج پژوهش حاضر می‌تواند زمینه‌ای را برای شناسایی کاراته‌کاها مستعد در حوزه‌های روان‌شناختی فراهم کند.

**واژگان کلیدی:** بهره‌وری، کاراته، فضای رقابتی.

مقدمه

حمایتی گسترده‌ای برای ارتقای عملکرد ورزشکاران شکل گرفته است. دستیابی به عملکرد ورزشی مطلوب در میان ورزشکاران در عرصه رقابتی امروز اهمیت فراوانی دارد و می‌تواند زمینه‌ای جدی برای موفقیت تیم‌ها و باشگاه‌های ورزشی فراهم کند (شینکی و همکاران، ۲۰۱۸). در این بین، بهبود بهره‌وری نقش اساسی در موفقیت ورزشکاران در عرصه‌های رقابتی دارد. محققان در این حوزه مطالعاتی را انجام داده‌اند و تلاش‌هایی در بهبود میزان بهره‌وری ورزشکاران کرده‌اند (کوگان، ۲۰۱۹).

بهره‌وری روان‌شناختی به توانایی ذهنی افراد در استفاده از ظرفیت‌ها و توانایی‌های فکری در مسیر پاسخ به شرایط فردی و محیطی اشاره دارد. ایجاد بهره‌وری روان‌شناختی می‌تواند شرایطی را برای ارتقای تمرکز ذهنی افراد فراهم کند؛ به عبارتی، استفاده از بهره‌وری روان‌شناختی می‌تواند شرایطی را در مسیر ارتقای عملکرد ذهنی افراد به وجود آورد (شینکی و همکاران، ۲۰۲۰). همواره ارکان مختلف ورزش برای دستیابی به سطح مطلوبی از موفقیت‌های ورزشی تلاش کرده‌اند. تلاش در جهت موفقیت‌های ورزشی و ارائه سطحی مطلوب از عملکرد باعث شده است تا فضای رقابتی در ورزش ارائه شود که در آن تمامی ورزشکاران برای دستیابی به اهداف خود تلاش می‌کنند (هنریکسن و همکاران، ۲۰۲۰). فضای رقابتی موجود در ورزش باعث شده است تا تلاش مداومی در مسیر موفقیت‌های ورزشی از سوی ورزشکاران و عوامل وابسته به آن انجام شود (بوسیا<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). موجیکا<sup>۹</sup> (۲۰۱۷) مشخص کرد، در فضای رقابتی ورزش، ورزشکاران به واسطه تأکید بر مسائل درونی و بیرونی خود می‌توانند در مسیر موفقیت گام بردارند. گوبلین، ویسن استینر، الدنزین و گاگنه<sup>۱۰</sup> (۲۰۱۳) نیز بیان کردند، جنبه‌های جمعیت‌شناختی ورزشکاران نقش مهمی در عملکرد و موفقیت‌های ورزشی ورزشکاران دارد. ورزشکاران همواره در

یکی 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 (اوهتانی، سوگیتا و ماریویاما<sup>۱</sup>، ۲۰۰۶). بهره‌وری ورزشکاران در مسیر فعالیت‌های ورزشی یکی از مباحث مهمی شده که محققان دنبال کرده‌اند (وارگاس و جیمینز<sup>۲</sup>، ۲۰۲۰؛ کریلوا، کوزاروا، دادلین و دادلو<sup>۳</sup>، ۲۰۲۰؛ ماسزسیک، دوپراکوسکی، نیتی کروک، زاک، کووالسیک و توبرک<sup>۴</sup>، ۲۰۲۰). پاولیدیس و گارگالیانوس<sup>۵</sup> (۲۰۱۴) اشاره کردند، عملکرد ورزشکاران با توجه به ظرفیت‌های آنان و بهره‌گیری از امکانات موجود، به‌عنوان یک مسئله مهم مدنظر باشگاه‌های ورزشی است. دستیابی به عملکرد مطلوب ورزشکاران با توجه به جنبه‌های فردی و محیطی نیازمند برخورداری از تلاش‌های درونی و بیرونی مرتبط با ورزشکاران است که در این بین وضعیت محیطی نقش مهمی در این زمینه دارد؛ به‌صورتی که می‌تواند بر موفقیت یا نبود موفقیت ورزشی ورزشکاران تأثیر مستقیم داشته باشد (بونک و تمینن<sup>۶</sup>، ۲۰۲۱).

ایجاد بهره‌وری روان‌شناختی می‌تواند نقش مهمی در ایجاد شاخص‌های روان‌شناختی از جمله تمرکز و اعتمادبه‌نفس داشته باشد تا بستر مناسبی برای بهبود جنبه‌های عملکردی فراهم کند. دستیابی به بهره‌وری مطلوب در میان ورزشکاران یکی از مسائل مهم است (هنریکسن، شینک، موئش، مک کن، پرهام، لارسن و تری<sup>۷</sup>، ۲۰۲۰). ارتقای عملکرد ورزشکاران همواره به‌عنوان نگرانی مدنظر بوده است؛ به‌صورتی که سیاست‌های

<sup>۱</sup> - Ohtani, M., Sugita, M., Maruyama

- Vargas, Jiménez

<sup>۲</sup> - Krylovas, Kosareva, Dadelienė, Dadelo

<sup>۳</sup> - Maszczyk, Dobrakowski, Nitychoruk, Żak, Kowalczyk, Toborek

<sup>۴</sup> - Pavlidis, Gargalianos

<sup>۵</sup> - Bonk, D., & Tamminen

<sup>۶</sup> - Henriksen, Schinke, Moesch, McCann, Parham, Larsen, Terry

<sup>۸</sup> - Boccia

<sup>۹</sup> - Mujika

<sup>۱۰</sup> - Gulbin, Weissensteiner, Oldenzel, Gagné

بهبود بهره‌وری ورزشکاران رشته کاراته نشود. این موضوع سبب شده است تا ضرورت و دغدغه بهبود بهره‌وری ورزشکاران رشته کاراته به‌عنوان مسئله‌ای مهم به‌صورت جدی مدنظر قرار نگیرد. درحقیقت، ورزشکاران رشته کاراته به‌علت بودن در محیط‌های رقابتی داخلی و خارجی باید همواره از سطح مطلوبی در حوزه بهره‌وری برخوردار باشند. انجام پژوهش حاضر می‌تواند ضمن بهبود شواهد علمی در این حوزه، شواهد و راهکارهایی برای بهبود بهره‌وری ورزشکاران رشته کاراته ارائه کند. از طرفی بی‌توجهی به متغیرهای جمعیت‌شناختی در پیش‌بینی بهره‌وری ورزشکاران به‌خصوص کاراته‌کاها سبب شده است تا امروزه در فعالیت‌های ورزشی ورزشکاران به این موضوع توجه کمتری شود. خلأ پژوهشی در این زمینه نیز نقش تعیین‌کننده‌ای در بهره‌گیری از متغیرهای جمعیت‌شناختی در پیش‌بینی بهره‌وری کاراته‌کاها داشته است. توجه به بهره‌وری روان‌شناختی در میان ورزشکاران می‌تواند زمینه را برای ارتقای عملکرد آنان نیز فراهم کند. با توجه به نبود مطالعات جامع در زمینه بهبود وضعیت بهره‌وری روان‌شناختی ورزشکاران، انجام مطالعات در این حوزه زمینه را برای بهبود شواهد درخصوص کارکردها و تأثیرگذاری متغیرهای جمعیت‌شناختی بر بهره‌وری روان‌شناختی ورزشکاران فراهم می‌کند. با انجام پژوهش حاضر می‌توان ضمن توجه به متغیرهای جمعیت‌شناختی مسیر بهبود، وضعیت بهره‌وری روان‌شناختی ورزشکاران به‌خصوص کاراته‌کاها را نیز مشخص نمود؛ بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی بهره‌وری روان‌شناختی کاراته‌کاها با تأکید بر متغیر جمعیت‌شناختی طراحی و اجرا شد.

### روش‌شناسی پژوهش

#### روش پژوهش

روش پژوهش حاضر از نظر روش گردآوری اطلاعات از نوع همبستگی بود که به‌صورت میدانی اجرا شد. روش پژوهش از لحاظ ماهیت نیز از نوع کاربردی بود.

محیط‌های ورزشی نیازمند برخورداری از حجم مطلوبی از عملکرد هستند؛ به‌عبارتی، عملکرد ورزشکاران نقش مهمی در کسب موفقیت‌های ورزشی دارد. این موضوع سبب شده است تا عملکرد ورزشی به‌عنوان حوزه کلیدی مدنظر پژوهشگران قرار گیرد (سینق و پارمار<sup>۱</sup>، ۲۰۱۶). موفقیت ورزشی به بررسی کل نگران، چندبعدی، و تعاملی نیازمند است تا بتواند ورزشکاران نخبه را از جنبه‌های توانایی‌های جسمی، مهارت‌های روان‌شناختی، ویژگی‌های شخصیتی، مهارت‌های تکنیکی، و مهارت‌های تاکتیکی توصیف کند (واعظ موسوی و موسوی، ۲۰۱۴).

متغیرهای جمعیت‌شناختی به‌عنوان یکی از متغیرهای مهم شناخته شده است که نقش مهمی در وضعیت حاکم بر افراد دارد. مسائل جمعیت‌شناختی سبب بروز تفاوت‌هایی در میان افراد است که این تفاوت‌ها از منظر ماهیتی، محیطی و سبک زندگی تعیین‌کننده رفتارها، نگرش‌ها و به‌صورت کلی عملکرد افراد است (یازیزی و دوزنسی<sup>۲</sup>، ۲۰۲۰). توجه به مسائل جمعیت‌شناختی افراد و اشراف بر کارکردهای هر یک از این متغیرها می‌تواند بر علت‌یابی موفقیت یا شکست افراد تأثیرگذار باشد (واسوس و نانکرویس<sup>۳</sup>، ۲۰۱۲). بهره‌گیری از ظرفیت‌های متغیرهای جمعیت‌شناختی در پیش‌بینی بهره‌وری ورزشکاران می‌تواند ظرفیت‌های مطلوبی در ورزش ایجاد کند که می‌توان از آن در مسیر بهره‌وری ورزشکاران استفاده کرد (رینولدزریال قیشر و کابیل<sup>۴</sup>، ۲۰۱۲). با توجه به اهمیت دستیابی به بهره‌وری در میان ورزشکاران به‌خصوص ورزشکاران رشته کاراته، تلاش‌های جدی برای بهبود بهره‌وری در پژوهش‌های حوزه ورزش به‌خصوص پژوهش‌های داخلی نشده است. خلأ پژوهشی در این حوزه سبب شده است تا تلاش‌های منسجمی در راستای

<sup>۱</sup> - Singh, Parmar,

<sup>۲</sup> - Yazici, Duzenci

<sup>۳</sup> - Vassos, Nankervis,

<sup>۴</sup> - Reynolds,, Fisher, Cavil



## شرکت‌کنندگان

جامعه آماری پژوهش، ورزشکاران رشته کاراته در شهر اصفهان بودند که برحسب انتخاب در دسترس، تعداد ۳۶۵ نفر به‌عنوان نمونه مشخص شدند. پس از پخش و جمع‌آوری پرسش‌نامه‌ها، ۳۴۱ پرسشنامه تجزیه و تحلیل شد.

## ابزار گردآوری اطلاعات

ابزار گردآوری اطلاعات، پرسش‌نامه بود. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی بررسی‌شده در مطالعه حاضر، جنسیت، وضعیت تأهل، سن، سطح تحصیلات و... بود. برای بررسی متغیر بهره‌وری از پرسشنامه بهره‌وری اچیو<sup>۱</sup> استفاده شد. این پرسش‌نامه ۲۱ سؤال دارد که سؤالات با توجه به ماهیت موضوع بومی‌سازی شد. این پرسش‌نامه مؤلفه درونی را در بر نمی‌گرفت. سؤالات این پرسش‌نامه در طیف پنج‌ارزشی لیکرت طراحی شده است؛ بدین صورت که گزینه «خیلی زیاد» نمره پنج و گزینه «خیلی کم» نمره یک داشت. نمره‌دهی به این پرسش‌نامه براساس میانگین پاسخ به سؤالات بود. در پژوهش ایران‌زاده و پاکدل (۲۰۱۴) میزان پایایی پرسش‌نامه ۰/۸۳ گزارش شد. برای بررسی پایایی این پرسش‌نامه از محاسبه آلفای کرونباخ استفاده شد. در پژوهش حاضر، میزان پایایی این پرسش‌نامه ۰/۸۲ به دست آمد. روش آماری استفاده‌شده در این پژوهش روش رگرسیون گام‌به‌گام بود و برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار اسپ‌اس‌اس<sup>۲</sup> استفاده شد.

## یافته‌ها

جدول شماره یک، نتایج توصیفی متغیرهای جمعیت‌شناختی را نشان می‌دهد.

<sup>۱</sup>. Achieve  
<sup>۲</sup>. SPSS

جدول ۱- نتایج مربوط به متغیرهای جمعیت‌شناختی

Table 1- Results related to demographic variables

متغیر Factor	طبقات Category	فراوانی (%) Frequency
جنسیت Gender	مرد Man	70.6
	زن Female	29.4
وضعیت تأهل Marital status	تجرد Singleness	48
	متأهل Married	52
تعداد فرزند Number of children	نداشتن فرزند Not having children	12.7
	۱ فرزند 1 child	53
	۲-۳ فرزند 2-3 children	24.1
	بیش از ۳ فرزند More than 3 children	10.2
سطح تحصیلات Level of Education	دیپلم و کمتر Diploma and lower	34.3
	کاردانی و کارشناسی Associate and Bachelor	43.2
	کارشناسی و بیشتر Bachelor and higher	22.5
سن Age	کمتر از ۲۰ سال Lower than 20 years	11.4
	۲۰-۲۵ سال 20-25 years	28.5
	۲۵-۳۰ سال 25-30 years	42.5
	بیش از ۳۰ سال Over 30 years	17.2

28.7	بالا Top	میزان درآمد Income
28.6	متوسط Medium	
42.7	پایین Down	
26	کاتا Kata	رشته مسابقاتی Competitive discipline
74	کومیته Komiteh	
26	شیتوریو Shitirio	
17	شوتوکان Shotokan	سبک Style
9.6	گو جوریو Gojorio	
8.8	واردوریو Vardirio	
38.6	کیوکوشین Kiokoshin	

شماره دو تا شماره چهار، نتایج آزمون رگرسیون را نشان می‌دهد.

نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنوف نشان داد؛ توزیع داده‌ها طبیعی بود. به‌منظور پیش‌بینی بهره‌وری کاراته‌کها با تأکید بر متغیر جمعیت‌شناختی از آزمون رگرسیون استفاده شد. جداول

جدول ۲- نتایج گام اول آزمون رگرسیون

Table 2- Results of the first step of the regression test

P	T	Beta	B	R <sup>2</sup>	R	متغیرهای پیشین Previous variables	گام‌ها Steps
0.001	7.87	0.54	4.06	0.29	0.54	سن Age	گام اول step one

جدول ۳- نتایج گام دوم آزمون رگرسیون

Table 3- Results of the second step of the regression test

P	T	Beta	B	R <sup>2</sup>	R	متغیرهای پیشین Previous variables	گام‌ها Steps
---	---	------	---	----------------	---	--------------------------------------	-----------------

0.001	4.86	0.37	2.81	0.36	0.6	سن	گام دوم
0.001	4.14	0.31	1.72			Age	Step two
						تأهل	
						Marital	

جدول ۴- نتایج گام سوم آزمون رگرسیون

Table 4- Results of the third step of the regression test

P	T	Beta	B	R <sup>2</sup>	R	متغیرهای پیشین Previous variables	گام‌ها Steps
0.001	5.75	0.45	3.39	0.40	0.46	سن	گام سوم
0.001	4.83	0.36	1.99			Age	Step three
0.001	3.18	0.23	1.86			تأهل	
						Marital	
						درآمد	
						Income	

جدول ۵- نتایج گام چهارم آزمون رگرسیون

Table 5- Results of the fourth step of the regression test

P	T	Beta	B	R <sup>2</sup>	R	متغیرهای پیشین Previous variables	گام‌ها Steps
0.001	4.48	0.42	3.31	0.44	0.52	سن	گام چهارم
0.001	4.04	0.31	1.79			Age	Step Four
0.001	3.52	0.24	1.69			تأهل	
0.001	3.10	0.18	1.52			درآمد	
						Income	
						تحصیلات	
						Education	

واریانس‌های بهره‌وری کاراته‌کها را پیش‌بینی کردند. در گام سوم، سن، تأهل و درآمد، ۴۰ درصد از واریانس‌های بهره‌وری کاراته‌کها را پیش‌بینی کردند. در گام چهارم، سن، تأهل، درآمد

همان‌طورکه در نتایج ملاحظه می‌شود، در گام اول، سن به‌تنهایی ۲۹ درصد از واریانس‌های بهره‌وری کاراته‌کها را پیش‌بینی کرد. در گام دوم، سن و تأهل، ۳۶ درصد از

قوی در بهره‌وری کاراته‌کاها داشتند. برای مقایسه وضعیت بهره‌وری روان‌شناختی کاراته‌ماها از آزمون تی مستقل استفاده شد. جدول شماره پنج نتایج این آزمون را نشان می‌دهد.

و تحصیلات، ۴۴ درصد از وریانس‌های بهره‌وری کاراته‌کاها را پیش‌بینی کردند؛ به عبارتی، در میان متغیرهای جمعیت‌شناختی به ترتیب سن، تأهل، درآمد و تحصیلات نقش پیش‌بینی‌کننده

جدول ۶- نتایج آزمون تی مستقل

Table 6- Independent t-test results

مقدار معناداری Significance	مقدار تی t-value	تعداد Number	میانگین Mean	گروه‌ها Group
0.001	3.547	241	2.89	مرد Male
		100	2.41	زن Female

سن به عنوان یکی از کلیدی‌ترین ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نقش مهمی در رفتارها و نگرش‌های فردی دارد. گوبلین و همکاران (۲۰۱۳) دریافتند، سن یکی از بارزترین متغیرهای جمعیت‌شناختی در شکل‌گیری تفاوت‌های فردی است. بدون‌شک، سن به‌واسطه کارکردهای خود در حوزه‌های رفتاری و نگرشی نقش اساسی در مسائل ذهنی افراد دارد. سن به‌عنوان یک عامل مهم نقش مهمی در توانمندی افراد دارد و این امر، خود عاملی مهم در مسیر بهره‌وری روان‌شناختی ورزشکاران است. شیپولو و همکاران (۲۰۱۴) مشخص کردند، تفاوت‌ها در برخی مسائل فردی از جمله فرهنگ می‌تواند به شکل‌گیری بستری برای ارتقای بهره‌وری منجر شود. ژنگ و ژنگ<sup>۱۷</sup> (۲۰۰۹) نیز دریافتند، تفاوت‌های فردی سبب بهبود موفقیت ورزشکاران می‌شود؛ از این رو می‌توان گفت، نتایج پژوهش حاضر با نتایج پژوهش‌های شیپولو و همکاران (۲۰۱۴) و ژنگ و ژنگ (۲۰۰۹) همخوان است<sup>۱۸</sup>. به نظر می‌رسد، تفاوت‌های فردی در برخی حوزه‌ها از جمله سن، وضعیت تأهل، درآمد و تحصیلات به‌واسطه ایجاد بستر ذهنی در ورزشکاران می‌تواند به آنان برای کسب موفقیت‌های ورزشی و دستیابی به بهره‌وری مناسب کمک فراوانی کنند. این مسئله به‌وفور در پژوهش‌ها اشاره شده است که مسائل روان‌شناختی نقش مهمی در موفقیت‌های افراد دارد.

دانیلز و هریس<sup>۱۹</sup> (۲۰۰۰) مشخص کردند، بهبود شرایط روان‌شناختی سبب بهبود و گسترش عملکرد افراد می‌شود. رایت و کروپانزانو<sup>۲۰</sup> (۲۰۰۰) نیز دریافتند، بهزیستی روان‌شناختی می‌تواند بستری برای ارتقای بهره‌وری افراد ایجاد کند؛ به‌عبارتی می‌توان گفت که متغیرهای جمعیت‌شناختی شامل سن، وضعیت تأهل، درآمد و تحصیلات به‌واسطه نفوذ بر مسائل ذهنی

نتایج آزمون تی مستقل نشان داد، بین بهره‌وری روان-شناختی کاراته‌کها برحسب جنسیت، تفاوت معناداری وجود دارد ( $t=3/547$ ؛  $P=0/001$ ). با توجه به میزان میانگین، مشخص شد که بهره‌وری روان‌شناختی کاراته‌کها در میان مردان بیشتر از زنان است.

### بحث و نتیجه‌گیری

نیاز به بهبود بهره‌وری سبب شده است تا تلاش‌های عمده‌ای برای بهبود بهره‌وری به‌خصوص در میان ورزشکاران شود. ورزشکاران به‌عنوان ارکان مهم و کلیدی ورزش باید از سطح مطلوبی از بهره‌وری برخوردار باشند. این موضوع موجب شده است تا محققان همواره برای بهبود بهره‌وری ورزشکاران سعی کنند. متغیرهای جمعیت‌شناختی نقش مهمی در رفتارها و نگرش‌های ذهنی افراد دارند که نشان می‌دهد، تفاوت‌های فردی به‌واسطه متغیرهای جمعیت‌شناختی می‌توانند تبیین‌کننده برخی شاخص‌های روان‌شناختی از جمله بهره‌وری روان‌شناختی افراد باشند. متغیرهای جمعیت‌شناختی به‌واسطه کارکردهای خود سبب شکل‌گیری تفاوت‌هایی می‌توانند شوند که این تفاوت‌ها نقش مهمی در شرایط افراد دارند؛ بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی بهره‌وری کاراته‌کها با تأکید بر متغیر جمعیت‌شناختی طراحی و اجرا شد.

براساس نتایج پژوهش مشخص شد، در گام اول، سن به‌تنهایی ۲۹ درصد از واریانس‌های بهره‌وری کاراته‌کها را پیش‌بینی کرد. در گام دوم، سن و تأهل، ۳۶ درصد از واریانس‌های بهره‌وری کاراته‌کها را پیش‌بینی کردند. در گام سوم، سن، تأهل و درآمد، ۴۰ درصد از واریانس‌های بهره‌وری کاراته‌کها را پیش‌بینی کردند. در گام چهارم، سن، تأهل، درآمد و تحصیلات، ۴۴ درصد از واریانس‌های بهره‌وری کاراته‌کها را پیش‌بینی کردند؛ به‌عبارتی، در بین متغیرهای جمعیت‌شناختی به‌ترتیب سن، تأهل، درآمد و تحصیلات نقش پیش‌بینی‌کننده قوی در بهره‌وری کاراته‌کها داشتند.

<sup>۱۷</sup> - Zheng

<sup>۱۹</sup> - Daniels & Harris

<sup>۲۰</sup> - Wright & Cropanzano

شده تا بدین صورت زمینه برای بهبود بهره‌وری آنان فراهم شود. همچنین پیشنهاد می‌شود، با شناسایی و شفاف‌سازی استانداردهای ورزشی در ورزش کاراته، در چیدمان و گزینش مناسب ورزشکاران متناسب با تفاوت‌های جمعیت‌شناختی میان آنان سعی شود.

#### منابع

1. [Boccia, G., Brustio, P. R., Moisè, P., Franceschi, A., La Torre, A., Schena, F., ..., & Cardinale, M. \(2019\). Elite national athletes reach their peak performance later than non-elite in sprints and throwing events. \*Journal of Science and Medicine in Sport\*, 22\(3\), 342-347.](#)
2. [Bonk, D., & Tamminen, K. A. \(2022\). Athletes' perspectives of preparation strategies in open-skill sports. \*Journal of Applied Sport Psychology\*, 34\(4\), 825-845.](#)
3. [Daniels, K., & Harris, C. \(2000\). Work, psychological well-being and performance. \*Occupational Medicine\*, 50\(5\), 304-309.](#)
4. [Gulbin, J., Weissensteiner, J., Oldenziel, K., & Gagné, F. \(2013\). Patterns of performance development in elite athletes. \*European Journal of Sport Science\*, 13\(6\), 605-614.](#)
5. [Henriksen, K., Schinke, R., Moesch, K., McCann, S., Parham, W. D., Larsen, C. H., & Terry, P. \(2020\). Consensus statement on improving the mental health of high performance athletes. \*International Journal of Sport and Exercise Psychology\*, 18\(5\), 553-560.](#)
6. [Iranzadeh, Suleiman, Pakdel-Banab. \(2014\) Investigating the role of implementing knowledge management on increasing the productivity of human resources in the Islamic Azad University of Tabriz branch. \*Productivity management\*; 28\(7\):51-74](#)
7. [Krylovas, A., Kosareva, N., Dadelienė, R., & Dadelo, S. \(2020\). Evaluation of elite athletes training management efficiency based on multiple criteria measure of conditioning using fewer data. \*Mathematics\*, 8\(1\), 66- 83.](#)
8. [Maszczyk, A., Dobrakowski, P., Nitychoruk, M., Żak, M., Kowalczyk, M., & Toborek, M. \(2020\). The effect of neurofeedback training on the visual processing efficiency in judo athletes. \*Journal of Human Kinetics\*, 71, 219-227.](#)
9. [Mujika, I. \(2017\). Quantification of training and competition loads in endurance sports: Methods and applications. \*International Journal of Sports Physiology and Performance\*, 12\(s2\), S2-9-S2-17.](#)

ورزشکاران می‌توانند زمینه مطلوبی را برای موفقیت‌های ورزشی آنان ایجاد کنند. از طرفی این متغیرها می‌توانند شرایطی را برای عملکرد ذهنی مطلوب یا نامطلوب در میان ورزشکاران ایجاد کنند که همین عملکرد نقش بسزایی در بهره‌وری کاراته‌کاها خواهد داشت. این امر سبب شده است تا در پژوهش حاضر متغیرهای جمعیت‌شناختی شامل سن، وضعیت تأهل، درآمد و تحصیلات از نقش پیش‌بینی‌کنندگی قوی و معناداری برای بهره‌وری کاراته‌کاها برخوردار باشد.

از طرفی وضعیت تأهل به‌واسطه ایجاد تغییرات اساسی در نحوه سبک زندگی افراد می‌تواند بازگوکننده تغییرات اساسی در میان افراد باشد. این امر سبب شده است تا وضعیت تأهل نقش مهمی در نحوه نگرش و رفتارهای افراد به‌خصوص در میان ورزشکاران داشته باشد؛ به‌عبارتی، وضعیت تأهل به‌عنوان یک نقطه از زندگی هر ورزشکار می‌تواند به آرامش یا بروز تنش‌هایی در زندگی آنان منجر شود؛ از این‌رو وضعیت تأهل به‌عنوان یک متغیر جمعیت‌شناختی نقش مهمی در پیش‌بینی بهره‌وری روان‌شناختی کاراته‌کاها دارد. ورزشکاران رشته کاراته برای بهبود عملکرد خود باید از سطح مطلوبی در حوزه‌های روانی برخوردار باشند؛ به‌عبارتی، بهبود وضعیت روانی ورزشکاران در کنار مسائل جسمانی نیز مهم است. از طرفی متغیرهای جمعیت‌شناختی نقش مهمی در بهبود و گسترش عملکرد ذهنی و روانی افراد دارند که این امر به بهبود و ارتقای بهره‌وری ورزشکاران رشته کاراته منجر شده و موجب می‌شود تا متغیرهای جمعیت‌شناختی شامل سن، وضعیت تأهل، درآمد و تحصیلات به‌واسطه ظرفیت‌های خود به بهبود بهره‌وری ورزشکاران رشته کاراته منجر شوند.

با توجه به نتایج پژوهش حاضر پیشنهاد می‌شود، با برگزاری دوره‌های آموزشی و بهره‌گیری از روان‌شناسان ورزشی، در بهبود و گسترش عملکرد ذهنی ورزشکاران رشته کاراته در گروه‌های مختلف جمعیت‌شناختی سعی

15. [Vassos, M. V., & Nankervis, K. L. \(2012\). Investigating the importance of various individual, interpersonal, organisational and demographic variables when predicting job burnout in disability support workers. \*Research in Developmental Disabilities\*, 33\(6\), 1780-1791.](#)
16. [Vargas, P. C., & Jiménez, J. M. \(2020\). The association between sleep efficiency and physical performance in taekwondo athletes. \*Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación\*, \(37\), 227-232.](#)
17. [Wright, T. A., & Cropanzano, R. \(2000\). Psychological well-being and job satisfaction as predictors of job performance. \*Journal of Occupational Health Psychology\*, 5\(1\), 84-94.](#)
18. [Yazici, M., & Duzenci, S. \(2020\). Investigation of burnout level of active athletes according to some sportive and demographic variables. \*International Journal of Applied Exercise Physiology\*, 9\(9\), 114-126.](#)
10. [Ohtani, M., Sugita, M., & Maruyama, K. \(2006\). Amino acid mixture improves training efficiency in athletes. \*The Journal of Nutrition\*, 136\(2\), 538S-543S.](#)
11. [Pavlidis, G., & Gargalianos, D. \(2014\). High performance athletes' education: Value, challenges and opportunities. \*Journal of Physical Education and Sport\*, 14\(2\), 293-300.](#)
12. [Reynolds, L., Fisher, D., & Cavil, J. K. \(2012\). Impact of demographic variables on african-american student athletes' academic performance. \*Educational Foundations\*, 26, 93-111.](#)
13. [Singh, A., & Parmar, D. S. \(2016\). A comparative study of psychological factor among female athletes. \*International Research Journal of Engineering, IT & Scientific Research\*, 2\(1\), 8-21.](#)
14. [Vaez Mosavi, S., & Mosavi, S. \(2015\). Factors influencing sports success based on related theories and models. \*Sports Psychology Studies\*, 10, 25-50. \(In Persian\).](#)

پیش‌درآمد