

# Sport Psychology Studies

Sport Sciences Research Institute of Iran

Monthly Journal of Sport Psychology Studies

Fall 2023/ Vol. 12/ No. 45/ Pages 127-140

## The Impact of National Games on Team Cohesion and Its Mediating Role on the Inefficiency Indicators of Collision and non-collision athletes

Mojtaba Dehestani Ardakani<sup>1\*</sup> , Morteza Pourazar<sup>2</sup>, Beheshteh Eghbali<sup>3</sup>, Hossein Samadi<sup>4</sup>, Nashmin Azizidarabkhani<sup>5</sup>

1. Department of Sport Sciences, Ardakan University, Ardakan, Iran.
2. Department of Physical Education, Farhangian University, Tehran, Iran
3. Department of Physical Education, Tehran University, Tehran, Iran
4. Department of Motor Behavior, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, Yazd University,
5. Department of Physical Education, Faculty of Human Sciences, Tehran University of Science and Research

**Received:** 03/05/2023

**Accepted:** 08/12/2023

Dehestani Ardakani, M; Pourazar, M; Eghbali, B; Samadi, H; & Azizidarabkhani, N. (2023). The Impact of National Games on Team Cohesion and Its Mediating Role on the Inefficiency Indicators of Collision and non-collision athletes. *Sport Psychology Studies*, 12(45), 127-40. In Persian. DOI: 10.22089/SPSYI.2023.14722.2393

### Abstract

Various factors such as ineffective behaviors of team sports athletes and experience, affect team cohesion. Therefore the purpose of the present study was to investigate the impact of national games on team cohesion and its mediating role on the inefficiency indicators of collision and non-collision athletes. Seventy-five collision athletes and 114 noncollision athletes participated in this study. Brunel's Behavioral Characteristics Questionnaire and Karen's Group Environment Questionnaire (GEQ) were used to assess group cohesion in two dimensions of obligation cohesion and social cohesion. In order to analyze the data, independent T-test, one-way ANOVA test and Pearson's correlation coefficient were used at the  $P \leq 0.05$  level. The results showed a significant difference in tension, game ability, and confusion subscale among collision and non-collision athletes. Besides, antecedent and experience in national teams were the most important factors on team cohesion. The results suggest that besides recognizing efficient and inefficient behaviors, training use of negative moods could be applied by sport psychologist at exercise programs.

**Key words:** Contact Athlete, Disturbance, Indices of Inefficiency, Stress, Tiredness

\* Corresponding author: Mojtaba Dehestani Ardakani, Tel: 09133579717, E-mail: m.dehestani@ardakan.ac.ir  
<https://orcid.org/0000-0001-8830-1008>



**Copyright:** © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

## Extended Abstract

### Background and Purpose

The capability to deal with and control anxiety and stress before the competition's launch is one of the important factors in the training program of elite athletes and successful brigades (Chang et al., 2020). On the other hand, numerous researchers believe that brigades with a high position of Intra-group cohesion are suitable to use all the athletes' capacities to achieve platoon pretensions and eventually achieve success by impacting the position of tone-confidence of the athletes (Benson, Siska & Eyes, 2016; Cairney, Clarke, Koen, et al., 2018). Thus, the effect of platoon cohesion and behavioral characteristics on the performance of athletes has taken a large share of sports psychology conversations in the last many times. Chang et al. (2011) in a study stated that the characteristics of a platoon leader, such as being probative and instructional, are an important predictor of platoon cohesion. Team cohesion in sports fields has been considered to include two confines of task cohesion and social cohesion, where task cohesion indicates the position of commitment of individuals to achieve a thing and social cohesion indicates the magnet of individualization to the group. It seems that adding platoon cohesion through the control of negative behavioral characteristics similar to anxiety increases the position of provocation and tone-confidence of athletes, so in this way, athletes can contend with ease and with all their strength (Kristansdottir et al., 2018). Kaa et al. (2019) reported that there was a positive and significant relationship between Intra-group cohesion and platoon trust, which increases intra-term cohesion as platoon trust increases. The success factor is different in collision and non-collision disciplines. The success factor of athletes in collision disciplines is impulsivity and in non-collision disciplines, tone-regulation (Bashart et al., 2013). Jones

(2003) also showed that wrathfulness can have positive or negative results on athletes' performance. He stated that in platoon sports, inordinate wrathfulness and pressure cause hindrance in the power of attention, evaluation of information and feedback entered through the trainer, dislocation of performance, and the circumstance of incorrect responses by athletes through increased pressure. Wilson et al. (2019) showed the actuality of a relationship between the internal durability of elite womanish athletes, with tone--adequacy and stress operation, to succeed and ease platoon performance. Factors such as adding athletes' experience in colorful events, training to contend on a lot of exertion, or, reducing exertion and energy frugality in different conditions increase the effectiveness and performance of athletes. Pierce (2007) stated during inquiries that professional and educated football players who had a history of playing in prestigious leagues and having good tone-confidence, performed more compared to other football players. Considering the significance of platoon cohesion in platoon success, the lack of studies on probing behavioral subscales in collision and non-collision disciplines and successful, less successful, and unprofitable athletes, and the lack of disquisition of the relationship of these subscales with platoon cohesion and the position of players' experience, the present study decided to probe the impact of experience and history of public games on platoon cohesion and success of athletes in collision and non-collision disciplines.

### Materials and Methods

The research method is descriptive-correlational. The statistical population includes all collision and non-collision sports fields. According to the factor analysis studies, at least 5 to 10 subjects per item (in this study, there are the particulars of confusion, depression, fatigue, pressure, and prankishness) which means at least 60 subjects for collision disciplines and at least 60 subjects for non-collision disciplines are needed (Klein, 2015). The sample size included 75

athletes of collision sports (combat and ball) and 114 athletes of non-collision sports (calisthenics, swimming, badminton, volleyball, table tennis, and skating) are considered. To follow the research ethics and the rights of the subjects, they were told that they could withdraw if they didn't want to continue and complete the questionnaires. In addition, they were told that all the information in the questionnaires would be fully nonpublic and anonymous. The questionnaires included Brunel's Behavioral Characteristics Questionnaire and Karen's Group Environment Questionnaire. They were asked to complete the questionnaires in favorable conditions and deliver them to the club director. After collecting the questionnaires, their scoring and analysis began. To dissect the data after Kolmogorov Smirnov ( $p \geq 0.05$ ) and ensure the normal distribution of the data, an independent t-test, one-way analysis of friction test, and Pearson correlation measure were used at a significance level of  $P \leq 0.05$ .

### Findings

The results of the present study showed that the athletes of collision disciplines attained the smallest scores in sub-scales of pressure and playing capability, independently. The athletes of non-collision disciplines also attained the loftiest scores in the subscale of playing capability and the smallest scores in the subscale of pressure. The results of the independent t-test verified that there is a significant difference in the subscales of confusion, pressure, and playing capability between the athletes of collision disciplines and the athletes of non-collision disciplines. To compare and examine the behavioral subscales affecting success, after grouping all the athletes grounded on the platoon position and the positions won in one-time events into three groups of successful athletes, less successful athletes, and unprofitable athletes, a one-way analysis of friction test was used. The results of the test showed that there is a significant difference in sub-scales of confusion, and pressure between the three

groups of athletes, however, no significant difference was observed in other sub-scales. After using the Kolmogorov Smirnov (K- S) test and icing the normal distribution of the data, Pearson's correlation test was used to probe the relationship between platoon cohesion and public history with the athletes' behavioral subscales. The results of the test showed that there is an inverse and significant correlation between pressure and confusion with the platoon cohesion of order-winning athletes. In addition, a significant and inverse relationship was observed between the position of pressure and confusion of the athletes with their history of public games.

### Discussion

The study's findings indicated a significant difference in the subscales of confusion, pressure, and playing capability between the athletes of collision and non-collision disciplines; in collision disciplines, pressure and in non-collision disciplines, playing capability was the most influential factor on the behavioral characteristics of athletes. In this regard, Van et al.'s study (2003) also showed that the negative actions that appeared before the competition, like inordinate pressure and negative feelings, in addition to performance loss, overshadowed platoon cohesion through the reduction of individual athletes' effectiveness. Hence, it eventually causes athletes to move down from optimal performance. Roboza et al. (2003) stated that educated and professional athletes, due to their familiarity with strategies to control negative actions affecting performance and familiarity with ways dealing with conditions that lead dysfunctional behavioral conditions, can acclimate these actions. Bendit et al. (2014) noted that the athletes of collision fields scored advanced in the factor of feelings and scored lower in the factor of meticulousness and inflexibility. It's worth noting that the circumstance of negative actions in collision courses increases due to the unpredictability of the terrain, fast and dynamic play, and high intensity of contact (Lee et al., 2014). Peter et al. (2006) also conducted a research on the

relationship between the mood and the performance of Taekwondo athletes from the Philippine. They found that pressure and negative feelings, confusion, lack of energy, and wrathfulness before the game are the main factors that reduce the performance of the athletes. Non-professional athletes witness a drop in performance due to increased pressures and negative feelings due to the significance of competitions and a lack of familiarity with strategies to control negative feelings. This group of athletes reacts further to negative stimulants than professional athletes. These responses especially in sports where the external prize is veritably important for the athlete or when the athlete's performance has a direct impact on the defeat or palm of the platoon (penalty in football, penalty in basketball) cause a drop in performance and negative feelings on performance (Maxwell, 2004). The present study's findings imply that there's a significant relationship between the history and experience of public games with the capability to control ineffective actions, which was in line with the results of some inquiries. Additionally, in probing the causes of athletes' failure and the reasons for poor performance in sensitive competitions, Sink et al. (2001) stated that lack of experience in sensitive competitions and lack of attention and sufficient tone-confidence are the most important factors in reducing performance and circumstance of unusual situations in athletes.

**Keywords:** Disturbance; Stress; Fatigue; Inefficiency indicators; Athletes of collision disciplines

## References

1. Chang, Cindy, Margot Putukian, Giselle Aerni, Alex Diamond, Gene Hong, Yvette Ingram, Claudia Reardon, and Andrew Wolanin. 2020. Mental health issues and psychological factors in athletes: Detection, management, effect on performance and prevention: American Medical Society for Sport.
2. Benson, A.J., Šiška, P., Eys, M., Priklerová, S. & Slepíckab, P. (2016) A prospective multilevel examination of the relationship between cohesion and team performance in elite youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 27, 39–46. doi: 10.1016/j.psychsport.2016.07.009.
3. Cairney, J., Clark, H. J., Kwan, M. Y., et al. (2018). Measuring sport experiences in children and youth to better understand the impact of sport on health and positive youth development: designing a brief measure for population health surveys. *BMC public health*, 18(1), 446. Doi: 10.1186/s12889-018-5325-9.
4. Chung, M., Embi, M. Z., & Fauzee, O. (2011). The influence of coach leadership style towards cohesiveness among high school team sports athletes. Education and Development Conference. Bangkok, Thailand.
5. Kristjánsdóttir, H., Erlingsdóttir, A. V., Sveinsson, G., & Saavedra, J. M. (2018). Psychological skills, mental toughness and anxiety in elite handball players. *Personality and Individual Differences*, 134, 125-130.
6. Kao, S-F.; Tsai, C-Y.; Schinke, R., & Watson, J. C. (2019). A cross-level moderating effect of team trust on the relationship between transformational leadership and cohesion. *Journal of Sports Sciences*, 37(24), 2844-2852.
7. Besharat, mohamadali. Ghahremani, mohammadhossein. Naghiporgivi, behnam(2014). The predictive role of self-regulation and impulsivity in sports success comparing collision and non-collision sports. *Journal of motor behavior*. Issue 8. 146-131. (in Persian).
8. Jones, M. V. (2003). Controlling emotions in sport. *The Sport Psychologist*, Lazarus, R. S. (2000). How emotions influence performance in competitive sports. *The Sport Psychologist*, 14,229–252.
9. Wilson D, Bennett EV, Mosewich AD, Faulkner GE, Crocker PR. "The zipper effect: Exploring the interrelationship of mental toughness and self-compassion among Canadian elite women athletes". *Psychology of Sport and Exercise*. (2019); (40): 61-70.
10. Pears.D. (2007). Cognitive component of competitive state anxiety in semiprofessional soccer: A case stud. *Journal of Sports Science and Medicine*. Suppl. 10.

11. Vann B. Scott Jr., Renee D. Robare, David B. Raines (2003). Emotive Writing Moderates the Relationship between Mood Awareness and Athletic. *North American Journal of Psychology*. Vol. 5, No.2.
12. Benedict, C., & Parker, Tonya. M. (2014). Baseline Concussion Testing: A Comparison between Collision, Contact, and Non-Contact Sports. *Honors Projects*. Retrieved from <http://scholarworks.gvsu.edu/honorsprojects>.
13. Peter C. Terry, Sarah L. Dinsdale, Costas I. Karageorghis(2006). Use and Perceived Effectiveness of Pre-competition Mood Regulation Strategies among Athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 3, 314-28.

# مطالعات روانشناسی ورزشی

پژوهشگاه تربیت بدنی

فصلنامه مطالعات روانشناسی ورزش

پاییز ۱۴۰۲، دوره ۱۲، شماره ۴۵، صفحه‌های ۱۴۰-۱۲۷

## تأثیر بازی‌های ملی بر انسجام تیمی و نقش میانجی‌گری آن بر شاخص‌های ناکارآمدی ورزشکاران رشته‌های برخوردی و غیربرخوردی

مجتبی دهستانی اردکانی<sup>۱\*</sup>، مرتضی پورآذر، بهشته اقبالی<sup>۲</sup>، حسین صمدی<sup>۳</sup>، نشمین عزیزی دارابخانی<sup>۴</sup>

۱. استادیار گروه علوم ورزشی دانشگاه اردکان

۲. استادیار گروه آموزش تربیت بدنی، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران

۳. کارشناسی ارشد، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

۴. استادیار، گروه رفتار حرکتی، گروه تربیت بدنی و علوم ورزش، دانشگاه یزد

۵. دانشجوی دکتری، گروه تربیت بدنی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه علوم و تحقیقات تهران

Dehestani Ardakani, M; Pourazar, M; Eghbali, B; Samadi, H; & Azizdarabkhani, N. (2023). The Impact of National Games on Team Cohesion and Its Mediating Role on the Inefficiency Indicators of Collision and non-collision athletes. *Sport Psychology Studies*, 12(45), 127-40. In Persian. DOI: 10.22089/SPSYJ.2023.14722.2393

دریافت مقاله: ۱۴۰۲/۰۲/۱۳

پذیرش مقاله: ۱۴۰۲/۰۹/۱۷

### چکیده

عوامل مختلفی از جمله رفتارهای ناکارآمد ورزشکاران، بازی‌های گروهی و تجربه، بر انسجام تیمی تأثیرگذار است؛ بنابراین هدف پژوهش حاضر، بررسی تأثیر سابقه و تجربه بازی‌های ملی بر انسجام تیمی و تعدیل ویژگی‌های رفتاری ناکارآمد ورزشکاران رشته‌های برخوردی و غیربرخوردی بود. تعداد ۷۵ ورزشکار رشته برخوردی و ۱۱۴ ورزشکار رشته غیر برخوردی در این پژوهش حضور داشتند. از دو پرسش‌نامه خلق و خوی بروئل و محیط گروهی کارن که میزان انسجام گروهی را در دو بعد انسجام تکلیف و انسجام اجتماعی ارزیابی می‌کردند، استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها پس از استفاده از آزمون کلموگروف-اسمیرنوف ( $P \geq 0.05$ ) و اطمینان از توزیع طبیعی داده‌ها، آزمون تی مستقل، آزمون تحلیل واریانس یک‌طرفه و ضریب همبستگی پیرسون در سطح  $P \leq 0.05$  استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد که تفاوت معناداری در خرده‌مقیاس‌های تنش، توان بازی و سردرگمی بین ورزشکاران رشته‌های برخوردی و غیر برخوردی وجود داشت. همچنین سابقه و تجربه حضور در تیم‌های ملی از مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار بر انسجام تیمی بودند. نتایج پژوهش پیشنهاد می‌کند که ضمن شناسایی رفتارهای کارآمد و ناکارآمد ورزشکاران، آموزش استفاده از استراتژی‌های کنترل خلیقات منفی توسط روان‌شناسان ورزشی در برنامه‌های تمرینی گنجانده شود.

واژگان کلیدی: آشفتگی، استرس، خستگی، شاخص‌های ناکارآمدی، ورزشکاران رشته‌های برخوردی.

\* Corresponding author: Mehdi Zemestani, Tel: 09124374452, E-mail: [m.dehestani@ardakan.ac.ir](mailto:m.dehestani@ardakan.ac.ir)

<https://orcid.org/0000-0001-8830-1008>



Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

## مقدمه

علت موفقیت بیش از ۵۰ درصد ورزشکاران حرفه‌ای، برخورداری از توانایی‌های رفتاری مثبت برای تعدیل و کنترل اضطراب و تنش‌های منفی ناشی از مسابقات حساس است و شناسایی و تقویت مهارت‌های روانی مؤثر بر عملکرد و موفقیت ورزشکاران، همواره از اهداف متخصصان و مربیان ورزش است. توانایی مقابله و کنترل اضطراب و استرس قبل از شروع مسابقه، از اجزای مهم برنامه تمرینی ورزشکاران نخبه و تیم‌های موفق است (چانگ<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). از سوی دیگر، بسیاری از محققان معتقدند تیم‌هایی که از سطح انسجام درون‌گروهی بالایی برخوردارند، از طریق تأثیر بر میزان اعتمادبه‌نفس ورزشکاران قادرند تمامی توانایی ورزشکاران را در جهت دستیابی به اهداف تیمی و درنهایت کسب موفقیت به کار برند (بنسون<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۶؛ بوسلوت<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۸؛ کابرنی<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۸)؛ بنابراین تأثیر انسجام تیمی و خصوصیات رفتاری بر عملکرد ورزشکاران، سهم زیادی از مباحث روان‌شناسی ورزش را در چند سال اخیر به خود اختصاص داده است.

یکی از عواملی که بر انسجام تیمی اثرگذار است، میزان تجربه است. براساس مدل چندبعدی رهبری، تجربه مربیان، سن و درجه آنان و همچنین سابقه و سن بازیکنان بر عملکرد، موفقیت و انسجام تیمی تأثیرگذار است (زردشتیان و خزایی، ۲۰۱۷). چانگ<sup>۵</sup> و همکاران (۲۰۱۱) در پژوهشی بیان کردند که ویژگی‌های یک رهبر تیم همچون حمایتی و آموزش‌دهنده بودن، پیش‌گویی مهمی از انسجام تیم است. درواقع حمایت مربی و وجود همبستگی میان اعضای گروه به‌ویژه ورزش‌های گروهی، شرط لازم برای تحقق اهداف مشترک و انسجام گروهی است. همچنین افزایش ارتباط بین مربی و ورزشکاران، به‌خصوص در ورزش‌های گروهی، انسجام تیم را محکم‌تر می‌کند.

یکی دیگر از عوامل مؤثر بر انسجام تیم، حمایت افراد از موفقیت دیگر اعضای گروه است؛ زیرا رسیدن به اهداف به‌صورت جمعی را دست‌یافتنی می‌داند (آوبک و ووبر<sup>۶</sup>، ۲۰۱۴). انسجام تیمی در رشته‌های ورزشی را شامل دو بعد انسجام تکلیف و انسجام اجتماعی دانسته‌اند که انسجام تکلیف بیانگر میزان تعهد افراد برای رسیدن به هدف و انسجام اجتماعی بیانگر جاذبه افراد به گروه است. این دو بعد از انسجام می‌تواند بر کارایی گروهی مؤثر باشد. درواقع انسجام تیمی، یک ساختار مطالعه‌شده در پویایی گروه است. اگر افراد یک گروه

دارای روابط قوی با یکدیگر باشند، هویت گروهی تقویت شود و تمایل به افزایش عملکرد وجود داشته باشد، در آن صورت انسجام تیم نیز افزایش می‌یابد (چینیارا و بنتین<sup>۷</sup>، ۲۰۱۶). همچنین برخی پژوهشگران معتقدند که پویایی گروهی که دارای ابعاد خودکارآمدی و انسجام تیمی است، تأثیر چشمگیری بر کسب موفقیت ورزشکاران دارد. به نظر می‌رسد که افزایش انسجام تیمی از طریق کنترل خصوصیات رفتاری منفی از قبیل اضطراب سبب افزایش سطح انگیزش و اعتمادبه‌نفس ورزشکار می‌شود تا از این طریق ورزشکاران با آسودگی و تمام توان خود به رقابت بپردازند (کریستانسودتیر<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۱۸). نتایج تحقیق حسانا و رفانتیرا<sup>۹</sup> (۲۰۱۹) نشان داد که خلق‌وخوی ورزشکاران قبل از شروع مسابقه عامل مهمی در پیش‌بینی میزان کارایی ورزشکاران است. کائو<sup>۱۰</sup> و همکاران (۲۰۱۹) گزارش کردند که میان انسجام درون‌گروهی و اعتماد تیمی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد که با افزایش اعتماد تیمی، انسجام درون تیم نیز افزایش می‌یابد. از سوی دیگر، نجفی و همکاران (۲۰۱۸) معتقدند که مربیان می‌توانند با توجه به ویژگی‌های شخصی ورزشکاران و شرایط تیمی، سبک رهبری مناسب را برگزینند تا از این طریق انسجام گروهی و اضطراب بازیکنان را کاهش دهند. ترنیک<sup>۱۱</sup> و همکاران (۲۰۱۶) دریافتند که بازیکنان حرفه‌ای فوتبال و واترپلو دارای ویژگی‌های شخصیتی سازگاری، وظیفه‌شناسی و گشودگی بیشتری هستند که درنهایت بر عملکرد تیمی نقش دارد. ترول<sup>۱۲</sup> و همکاران (۲۰۰۷) معتقدند که بروز عکس‌العمل‌های رفتاری منفی (تنش بیش‌ازحد، آشفتگی، ترس و تردید) به‌ویژه در ورزشکاران غیرحرفه‌ای، توانایی ورزشکار را در تمرکز مهارت‌های خود در جهت دستیابی به اهداف مدنظر مربی مختل می‌کند و در نتیجه اهداف فرعی جایگزین اهداف تیمی می‌شود (خانجانی و همکاران، ۲۰۱۴).

ورزشکاران حرفه‌ای از ویژگی‌های رفتاری مثبت همچون انگیزه، اعتمادبه‌نفس، تمرکز، حمایت اجتماعی ادراک‌شده و تاب‌آوری بیشتری برخوردار هستند که آن‌ها را از ویژگی‌های رفتاری منفی حمایت می‌کند و موجب افزایش عملکرد گروه می‌شود (فلچر و سارکار<sup>۱۳</sup>، ۲۰۱۳). عامل موفقیت در رشته‌های برخوردی و غیربرخوردی متفاوت است. عامل موفقیت ورزشکاران در رشته‌های برخوردی، تکانشوری و در رشته‌های غیربرخوردی، خودتنظیم‌گری است (بشارت و همکاران، ۲۰۱۴). براساس پژوهش حسین‌نژاد و

8. Kristjánssdóttir
9. Hasanah & Refanthira
10. Kao
11. Trninić
12. Thelwell
13. Fletcher & Sarkar

1. Chang
2. Benson
3. Bosselut
4. Cairney
5. Chung
6. Aubke & Wober
7. Chiniara & Bentein

هیجانی و رفتاری مطلوب در بهبود عملکرد ورزشکاران حتی با سطوح متفاوت مهارت و تسلط، ضروری است.

از طرفی، بررسی پژوهش‌های انجام‌شده بر ورزشکاران نخبه و مقایسه آن با سایر ورزشکاران مؤید آن است که ورزشکاران موفق علاوه بر آشنایی با استراتژی‌های کنترل رفتارهای ناکارآمد، از عمر ورزشی طولانی‌تری برخوردارند. ویلسون و همکاران (۲۰۱۹) وجود ارتباط بین سرسختی ذهنی ورزشکاران نخبه زن، با خودکفایی و مدیریت استرس را برای موفقیت و ارتقای عملکرد تیمی نشان دادند. اندرو<sup>۷</sup> و همکاران (۲۰۰۴) نیز در بررسی عکس‌العمل رفتاری ورزشکاران در شرایط رقابتی، اظهار کردند که ورزشکاران برای کسب آمادگی روانی لازم به‌منظور شرکت در مسابقات رقابتی، باید سازگاری رفتاری لازم را قبل از شرکت در مسابقه کسب کنند. سازگاری مثبت از طریق کنترل دقیق خلق‌وخوی منفی ورزشکار و تبدیل آن به حالات مثبت توسط مربی و روان‌شناسان تیم در جلسات تمرین ایجاد می‌شود. بوسلوت<sup>۸</sup> و همکاران (۲۰۱۲) در بررسی علل شکست و ناکامی ورزشکاران و دلایل عملکرد ضعیف در مسابقات حساس، اظهار کردند که نداشتن تجربه در مسابقات حساس و نبود تمرکز و اعتمادبه‌نفس کافی، مهم‌ترین عوامل مؤثر بر کاهش عملکرد و بروز حالات غیرمعمول در ورزشکاران هستند. عواملی مانند افزایش تجربه ورزشکاران در تورنمنت‌های مختلف، آموزش اصرار به فعالیت زیاد یا برعکس کاهش فعالیت و اقتصاد انرژی در شرایط مختلف، باعث افزایش اثربخشی و عملکرد ورزشکاران می‌شود. پیرس (۲۰۰۷) اظهار کرد، فوتبالیست‌های حرفه‌ای و باتجربه که سابقه بازی در لیگ‌های معتبر دارند، با برخورداری از اعتمادبه‌نفس مطلوب، عملکرد بهتری در مقایسه با سایر فوتبالیست‌ها دارند. طبق مطالعات، انسجام تیمی یکی از عوامل مهم و تأثیرگذار بر هماهنگی میان اعضای تیم است که در نهایت می‌تواند به افزایش عملکرد تیم منجر شود؛ بنابراین با توجه به اهمیت انسجام تیمی در موفقیت تیمی و کمبود مطالعات در زمینه بررسی خرده‌مقیاس‌های رفتاری در رشته‌های برخوردی و غیربرخوردی و در ورزشکاران موفق، کمتر موفق و ناموفق و بررسی‌نشدن رابطه این خرده‌مقیاس‌ها با انسجام تیمی و میزان تجربه بازیکنان، بر آن شدیم تا به بررسی تأثیر تجربه و سابقه بازی‌های ملی بر انسجام تیمی و موفقیت ورزشکاران رشته‌های برخوردی و غیر برخوردی بپردازیم.

همکاران (۲۰۱۸)، میان هوش هیجانی و خرده‌مقیاس‌های جهت‌گیری ورزشی در ورزشکاران رشته‌های برخوردی رابطه معناداری وجود دارد که تمایل به پیروزی و رقابت‌طلبی و هدف‌گزینی، به‌ترتیب انتخاب غالب ورزشکاران است. وان و همکاران (۲۰۰۳) نیز در پژوهشی مشابه اظهار کردند، اگر تنیس‌بازان بتوانند اثرات ذهنی رفتارهای منفی به‌روزشده قبل از مسابقه را تعدیل کنند، می‌توانند عملکرد سطح بالایی داشته باشند. آن‌ها ویژگی‌های رفتاری منفی از قبیل تنش بیش‌ازحد و هیجان را از مهم‌ترین متغیرهای تأثیرگذار بر عملکرد تنیس‌بازان گزارش کردند. درخصوص تفاوت ویژگی‌های شخصیتی ورزشکاران و غیرورزشکاران، نتایج پژوهش سوخته‌زاری و همکاران (۲۰۱۹) نشان داد که بین ویژگی‌های شخصیتی دانشجویان ورزشکار و غیرورزشکار تفاوت معناداری وجود دارد؛ به‌گونه‌ای که دانشجویان ورزشکار نمرات بیشتری در ویژگی‌های شخصیتی برون‌گرایی، سازگاری، ثبات عاطفی و تجربه‌اندوزی دارند. نتایج پژوهش جونز<sup>۱</sup> (۲۰۰۳) نشان داد که عصبانیت می‌تواند نتایج مثبت یا منفی بر عملکرد ورزشکاران داشته باشد. وی اظهار کرد که در ورزش‌های تیمی، عصبانیت و تنش بیش‌ازحد از طریق افزایش تنش سبب تداخل در قدرت تمرکز، ارزیابی اطلاعات و بازخورد دریافت‌شده از طریق مربی، اختلال در عملکرد و بروز عکس‌العمل نادرست توسط ورزشکاران می‌شود. درمجموع عصبانیت با تحلیل انرژی ذخیره شده باعث کاهش احتمال دستیابی به موفقیت می‌شود (جونز، ۲۰۰۳)، اما مکسول<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۰۵) در نتایج پژوهش خود اظهار کردند که بسیاری از ورزشکاران راگی از عصبانیت به‌عنوان نیروی محرک برای تکل کردن<sup>۳</sup>، هل دادن<sup>۴</sup> و سد کردن حرکات حریف بهره می‌برند. بیدای<sup>۵</sup> و همکاران (۲۰۰۰) بیان کردند، تنش، افسردگی و اضطراب کم به همراه سطوح بالای انرژی (توان بازی) از مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار بر اعتمادبه‌نفس و عملکرد ورزشکاران المپیک هستند؛ بنابراین مربیان و روان‌شناسان ورزشی همیشه در جست‌وجوی شناسایی عوامل تأثیرگذار بر عملکرد ورزشکاران و تعدیل این عوامل به‌منظور ارتقای سطح عملکرد ورزشکاران هستند. ربکا<sup>۶</sup> و همکاران (۲۰۰۶) نیز در بررسی خلق‌وخوی کاراته‌کاران شرکت‌کننده در مسابقات جهانی کاراته در کشور مالزی گزارش کردند که سطوح بالای نیرو و عصبانیت به همراه سطوح پایین تنش، افسردگی، آشفتگی و خستگی از ویژگی‌های رفتاری کاراته‌کاران موفق است؛ از این‌رو توضیح، توجیه و بسترسازی صحیح وضعیت رفتاری بهینه برای ورزشکاران و باشگاه‌های ورزشی، با هدف ایجاد تجربه شرایط

5. Beedie
6. Rebecca
7. Andrew
8. Bosselut

1. Jones
2. Maxwell
3. Tackling
4. Shoving



## روش‌شناسی پژوهش

### روش پژوهش

پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر تجربه و بازی‌های ملی بر انسجام تیمی و موفقیت ورزشکاران رشته‌های برخوردی و غیربرخوردی صورت گرفت؛ بنابراین از نوع مطالعات توصیفی-همبستگی بود.

### طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان

جامعه آماری پژوهش حاضر تمام رشته‌های برخوردی و غیربرخوردی بودند. روش نمونه‌گیری، در دسترس بود. با توجه به پیشینه پژوهش در مطالعات تحلیل عاملی که حداقل ۵ تا ۱۰ آزمودنی به ازای هر گویه نیاز است (کلین، ۲۰۱۵)، حجم نمونه این پژوهش، ۷۵ ورزشکار رشته‌های ورزشی برخوردی (رزمی و توپی) و ۱۱۴ ورزشکار غیربرخوردی (دوومیدانی، شنا، بدمینتون، والیبال، تنیس روی میز و اسکیت) لحاظ شد. در این پژوهش، شش گویه آشفتگی، سردرگمی، افسردگی، خستگی، تنش و توان بازی وجود داشت که بیانگر حداقل ۶۰ آزمودنی برای رشته‌های برخوردی و حداقل ۶۰ آزمودنی برای رشته‌های غیربرخوردی است.

### روش اجرا

پس از تشریح اهداف پژوهشی و انجام هماهنگی‌های لازم با مسئولان مربوط به باشگاه‌های ورزشی هدف، نمونه‌گیری از خرداد سال ۱۴۰۰ اجرا شد. برای رعایت اخلاق پژوهشی و رعایت حقوق آزمودنی‌ها، به آنان گفته شد هر زمان که به ادامه و تکمیل پرسش‌نامه‌ها تمایل نداشتند، می‌توانند انصراف دهند. در ضمن به آن‌ها گفته شد تمام اطلاعات پرسش‌نامه‌ها کاملاً محرمانه و بدون نام خواهد بود. پرسش‌نامه‌ها به شکل دفترچه مجلد و همراه با حاشیه تدوین شد تا به لحاظ بصری برای شرکت‌کنندگان جذاب باشد. پرسش‌نامه‌ها شامل پرسش‌نامه ویژگی‌های رفتاری بروئل و پرسش‌نامه محیط گروهی کارن بود. از آنان درخواست شد تا پرسش‌نامه‌ها را در وضعیت مساعد تکمیل کنند و به مسئول باشگاه تحویل دهند. بعد از جمع‌آوری پرسش‌نامه‌ها، نمره‌گذاری و تحلیل آن‌ها آغاز شد.

### ابزار گردآوری داده‌ها

به‌منظور بررسی ویژگی‌های رفتاری ورزشکاران، پرسش‌نامه ویژگی‌های رفتاری بروئل<sup>۲</sup> که شش خرده‌مقیاس آشفتگی، سردرگمی، افسردگی، خستگی، تنش و هیجان و توان‌بازی را به‌صورت مقیاس لیکرت پنج‌ارزشی (۱=اصلاً تا ۵=خیلی زیاد) اندازه‌گیری می‌کند و پرسش‌نامه محیط گروهی کارن (۲۰۰۲) که انسجام گروهی را براساس مقیاس نه‌ارزشی لیکرت (کاملاً موافقم=۹ تا کاملاً مخالفم=۱) ارزیابی می‌کند، استفاده شد (رضانی‌نژاد و حسینی، ۲۰۰۹). رضانی‌نژاد و حسینی (۲۰۰۹) ثبات درونی این پرسش‌نامه را با روش آلفای کرونباخ ( $F=0/72$ ) گزارش کردند. به‌منظور ارزیابی تأثیر آمادگی رفتاری و روانی بر موفقیت، ورزشکاران براساس کسب مقام و جایگاه آن‌ها در جدول مسابقات در پایان تورنمنت به سه گروه ورزشکاران موفق، کم‌موفق و ناموفق تقسیم شدند. محقق در یک آزمایش تجربی، میزان پایایی درونی خرده‌مقیاس‌های رفتاری و روانی را به میزان  $\alpha=0/84$  گزارش کرد.

### روش پردازش داده‌ها

به‌منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها پس از استفاده از آزمون کلموگروف-اسمیرنوف ( $P \geq 0/05$ ) و اطمینان از توزیع طبیعی داده‌ها، آزمون تی مستقل، آزمون تحلیل واریانس یک‌طرفه و ضریب همبستگی پیرسون، در سطح معناداری  $P \leq 0/05$  استفاده شد.

### یافته‌ها

پس از جمع‌آوری داده‌ها، نتایج نشان داد که ورزشکاران رشته‌های برخوردی در خرده‌مقیاس‌های تنش (میانگین=۸/۲۴، انحراف معیار=۱/۷۶) و توان بازی (میانگین=۵/۳۵، انحراف معیار=۱/۵۳) به‌ترتیب بیشترین و کمترین نمرات را کسب کردند. ورزشکاران رشته‌های غیربرخوردی نیز در خرده‌مقیاس توان بازی (میانگین=۹/۴۸، انحراف معیار=۲/۰۴) بیشترین نمره و در خرده‌مقیاس تنش (میانگین=۵/۰۸، انحراف معیار=۱/۳۳) کمترین نمرات را به دست آوردند. نتایج آزمون تی مستقل مؤید آن بود که تفاوت معناداری در خرده‌مقیاس‌های سردرگمی ( $\text{sig}=0/004$ ،  $t=2/34$ )، تنش ( $\text{sig}=0/003$ ،  $t=5/08$ ) و توان بازی ( $\text{sig}=0/001$ ،  $t=2/86$ ) بین ورزشکاران رشته‌های برخوردی و ورزشکاران رشته‌های غیربرخوردی وجود داشت (جدول شماره یک).

2. Brunel Mood Scale

1. Kline

جدول ۱- میانگین خرده‌مقیاس‌های رفتاری ورزشکاران رشته‌های برخوردی و غیربرخوردی

Table 1- Mean of behavioral subscales of collision and non athletes

متغیرها	ورزشکاران غیربرخوردی	ورزشکاران برخوردی	اختلاف میانگین	تی مستقل	مقدار معناداری
آشفتگی	5.13(1.46)	6.03(1.37)	0.9	1.27	0.076
سردرگمی	4.19(1.29)	7.68(2.41)	3.49	2.34	*0.004
افسردگی	5.27(1.4)	5.16(1.59)	0.11	1.43	0.064
خستگی	6.52(1.67)	6.89(2.11)	0.37	1.19	0.071
تنش	5.08(1.33)	8.24(1.76)	3.16	2.64	*0.003
توان بازی	9.48(2.04)	5.35(1.53)	4.13	2.86	*0.001

معناداری در خرده‌مقیاس‌های آشفتگی ( $F=۳/۵۹$ ,  $P<۰/۰۰۵$ )، سردرگمی ( $F=۴/۱۱$ ,  $P<۰/۰۰۵$ ) و تنش ( $F=۳/۴۲$ ,  $P<۰/۰۰۵$ ) بین گروه‌های سه‌گانه ورزشکاران وجود داشت، اما در سایر خرده‌مقیاس‌ها تفاوت معناداری مشاهده نشد ( $P<۰/۰۰۵$ ) (جدول شماره دو).

برای مقایسه و بررسی خرده‌مقیاس‌های رفتاری تأثیرگذار بر کسب موفقیت، پس از گروه‌بندی همه ورزشکاران براساس جایگاه تیمی و مقام‌های کسب‌شده در تورنمنت‌های یک‌ساله در سه گروه ورزشکاران موفق، ورزشکاران کم موفق و ورزشکاران ناموفق، آزمون تحلیل واریانس یک‌طرفه استفاده شد. نتایج آزمون نشان داد که تفاوت

جدول ۲- مقایسه خرده‌مقیاس‌های ویژگی‌های رفتاری ورزشکاران موفق، کمتر موفق و ناموفق

Table 2- Comparison of subscales of behavioral characteristics of successful, less successful and unsuccessful athletes

مقدار معناداری	آنوا	اختلاف میانگین	گروه
0.084		1.39	ورزشکاران موفق-کم‌موفق
*0.003	*3.59	2.71	ورزشکاران موفق-ناموفق
*0.002		2.67	ورزشکاران کم‌موفق-ناموفق
*0.002		4.26	ورزشکاران موفق-کم‌موفق
*0.001	*4.11	5.74	ورزشکاران موفق-ناموفق
*0.009		3.19	ورزشکاران کم‌موفق-ناموفق
*0.005		2.83	ورزشکاران موفق-کم‌موفق
*0.001	*3.42	3.56	ورزشکاران موفق-ناموفق
*0.003		3.34	ورزشکاران کم‌موفق-ناموفق

( $r=-۰/۱۶$ ) با انسجام تیمی ورزشکاران مدال‌آور وجود داشت. همچنین رابطه معنادار و معکوس بین سطح تنش ( $r=-۰/۲۷$ ,  $P<۰/۰۰۵$ ) و آشفتگی ( $r=-۰/۲۱$ ,  $P<۰/۰۰۵$ ) ورزشکاران با سابقه بازی‌های ملی آن‌ها مشاهده شد (جدول شماره سه).

پس از استفاده از آزمون کلموگروف-اسمیرنوف (K-S) و اطمینان از توزیع طبیعی داده‌ها، برای بررسی رابطه بین انسجام تیمی و سابقه ملی با خرده‌مقیاس‌های رفتاری ورزشکاران، آزمون همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج آزمون نشان داد که همبستگی معکوس و معناداری بین تنش ( $r=-۰/۱۹$ ,  $P<۰/۰۰۵$ ) و آشفتگی ( $P<۰/۰۰۵$ ).

## جدول ۳- رابطه بین ویژگی‌های رفتاری با انسجام تیمی و سابقه بازی ملی

Table 3-The relationship between behavioral characteristics with team cohesion and national game experience

توان بازی	تنش	خستگی	افسردگی	سردرگمی	آشفتگی	خرده‌مقیاس
+0.14*	-0.19*	-0.046	-0.11	-0.11*	-0.16*	انسجام تیمی
+0.12	-0.27*	-0.11	-0.13*	-0.19*	-0.21*	سابقه بازی ملی

سطح معناداری  $(P \leq 0.05)$  \*

منفی از قبیل استرس و اضطراب را تجربه می‌کنند که سبب افت عملکرد آن‌ها می‌شود (اسکینر و برور<sup>۳</sup>، ۲۰۰۴). شایان ذکر است که بروز رفتارهای منفی در رشته‌های برخوردی به دلیل غیرپیش‌بینی بودن موقعیت محیط، بازی سریع و پویا و شدت زیاد تماس، افزایش می‌یابد (لی<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۴).

نتایج پژوهش نشان داد که تفاوت معناداری در خرده‌مقیاس‌های آشفتگی، سردرگمی و تنش بین گروه‌های سه‌گانه ورزشکاران (ورزشکاران موفق، ورزشکاران کم‌موفق و ورزشکاران ناموفق) وجود دارد. صمدزاده و همکاران (۲۰۱۱) در مورد عامل هیجان در ورزشکاران سطوح مختلف بیان کردند که سطح هیجان‌خواهی ورزشکاران حرفه‌ای فراتر از ورزشکاران غیرحرفه‌ای است. خودپایی، میزان و درجه‌ای است که فرد رفتار خود را مطابق با موقعیت تنظیم می‌کند؛ به طوری که در نظر دیگران مطلوب جلوه کند. نتایج پژوهش خلجی و همکاران (۲۰۱۳) نشان داد که میان ورزشکاران نخبه و غیرنخبه در عامل خودپایی، تفاوت معناداری وجود دارد و خودپایی ورزشکاران نخبه بیشتر از ورزشکاران غیرنخبه است. پیترو و همکاران (۲۰۰۶) نیز در پژوهشی درباره بررسی رابطه بین خلق‌وخو با عملکرد تکواندوکاران تیم ملی فیلیپین تنش و هیجانات منفی، آشفتگی، عدم تنظیم انرژی و عصبانیت قبل بازی را عامل اصلی کاهش عملکرد ورزشکاران می‌دانند. ورزشکاران غیرحرفه‌ای به دلیل افزایش تنش‌ها و هیجانات منفی ناشی از اهمیت مسابقات و آشنابودن با استراتژی‌های کنترل عواطف منفی، افت در اجرا را تجربه می‌کنند. این گروه از ورزشکاران در مقایسه با ورزشکاران حرفه‌ای، بیشتر در مقابل عوامل تحریک‌زای منفی واکنش نشان می‌دهند. این واکنش‌ها به‌ویژه در ورزش‌هایی که پاداش بیرونی (جایزه) اهمیت زیادی برای ورزشکار دارد یا در زمانی که اجرای ورزشکار بر شکست یا پیروزی تیم تأثیر مستقیم دارد (پنالتی در فوتبال، پنالتی در بسکتبال) باعث کاهش عملکرد و تأثیرات منفی بر اجرا می‌شود (ماکس ول، ۲۰۰۴). از دیگر یافته‌های پژوهش حاضر، وجود رابطه معنادار بین سابقه و تجربه بازی‌های ملی با توانایی کنترل رفتارهای ناکارآمد بود که با نتایج برخی از پژوهش‌ها همسو بود؛ به‌عنوان مثال، سینک و همکاران

## بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر، بررسی تأثیر بازی‌های ملی بر انسجام تیمی و نقش میانجی‌گری آن بر شاخص‌های ناکارآمدی ورزشکاران رشته‌های برخوردی و غیربرخوردی بود. نتایج پژوهش حاکی از وجود تفاوت معنادار در خرده‌مقیاس‌های سردرگمی، تنش و توان بازی بین ورزشکاران رشته‌های برخوردی و غیربرخوردی بود که در رشته‌های برخوردی، تنش و در رشته‌های غیربرخوردی، توان بازی، بیشترین عامل تأثیرگذار بر ویژگی‌های رفتاری ورزشکاران بود. نتایج پژوهش وان و همکاران (۲۰۰۳) نیز در این راستا نشان داد که اثرات ذهنی رفتارهای منفی به‌روز شده قبل از مسابقه از قبیل تنش بیش‌ازحد و هیجانات منفی علاوه بر افت عملکرد، از طریق کاهش کارایی انفرادی ورزشکاران، انسجام تیمی را تحت تأثیر قرار می‌دهد و سبب دور شدن ورزشکاران از عملکرد مطلوب می‌شود. خسروی و حقایق (۲۰۱۷) اظهار کردند، ورزشکاران برخوردار از ویژگی‌های رفتاری متعادل می‌توانند عواطف و احساسات خود را کنترل کنند و عملکرد بهتری را نمایش دهند. از سوی دیگر، روبوزا و همکاران (۲۰۰۳) اظهار کردند، ورزشکاران باتجربه و حرفه‌ای، به دلیل آشنایی با استراتژی‌های کنترل رفتارهای منفی مؤثر بر عملکرد و کسب مهارت‌های ذهنی و آشنایی با روش‌های مقابله با شرایط به‌وجودآورنده حالات رفتاری ناکارآمد، از توانایی بیشتری برای کنترل و تعدیل این رفتارها برخوردارند. بندیت<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۴) بیان کردند که ورزشکاران رشته‌های برخوردی، در عامل احساسات نمرات بیشتر و در عامل وظیفه‌شناسی و انعطاف‌پذیری نمرات کمتری کسب کردند، اما دماروا<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۱۴) در مورد ویژگی‌های شخصیتی ورزشکاران رشته‌های برخوردی و غیربرخوردی به این نتیجه رسیدند که در عامل روان‌رجوری و برون‌گرایی، تفاوتی میان این دو گروه وجود ندارد. نتایج پژوهش‌ها در زمینه شناسایی ویژگی‌های رفتاری ورزشکاران موفق و عوامل اصلی تشدید یا تعدیل رفتارهای ناکارآمد از قبیل استرس، هیجان و تنش حاکی از آن است که ورزشکاران پیش از شروع مسابقه یا در حین رویدادهای حساس، مجموعه‌ای از رفتارهای

3. Skinner &amp; Brewer

4. Le

1. Benedict

2. Demareva

مسابقه را تعدیل و کنترل می‌کنند؛ درحالی‌که ورزشکاران کم‌تجربه با اظهار کردن یا نشان دادن رفتارهای نامطلوب از قبیل هیجانانگیزی منفی و بیش‌ازحد، سردرگمی و تنش‌های ناکارآمد، باعث ایجاد تأثیر منفی بر عملکرد خود و هم‌تیمی‌ها می‌شوند (اسکینر و برور، ۲۰۰۴).

### تشکر و قدردانی

این پژوهش با حمایت مالی دانشکده تربیت‌بدنی دانشگاه یزد به‌عنوان طرح پژوهشی اجرا شد. از تمامی ورزشکاران تیم ملی که در این پژوهش با صبر و حوصله ما را یاری کردند، قدردانی می‌کنیم.

(۲۰۰۱) در بررسی علل شکست و ناکامی ورزشکاران و دلایل عملکرد ضعیف در مسابقات حساس، اظهار کردند که نداشتن تجربه در مسابقات حساس و نبود تمرکز و اعتمادبه‌نفس کافی، مهم‌ترین عوامل مؤثر بر کاهش عملکرد و بروز حالات غیرمعمول در ورزشکاران محسوب می‌شوند. عواملی مانند افزایش تجربه ورزشکاران در تورنمنت‌های مختلف، آموزش اصرار بر فعالیت زیاد یا برعکس کاهش فعالیت و اقتصاد انرژی در شرایط مختلف باعث افزایش اثربخشی و عملکرد ورزشکاران می‌شود. ورزشکاران با تجربه با استفاده از تجارب کسب‌شده از تورنمنت‌های قبلی، تنش‌های منفی و آشفتگی پیش از

### منابع

- Andrew, M., Lane, P. C., Terry Matthew, J., & Stevens, S. B. (2004). Mood responses to athletic performance in extreme environments. *Journal of Sports Sciences*, 22, 886–897.
- Aubke, F., & Wober, K. (2014). Knowledge sharing in revenue management teams: Antecedents and consequences of group cohesion. *International Journal of Hospitality Management*, 41, 149-157.
- Benson, A.J., Šiška, P., Eys, M., Priklerová, S., & Slepčák, P. (2016) A prospective multilevel examination of the relationship between cohesion and team performance in elite youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 27, 39–46.
- Beedie, C. J., Terry, P. C., & Lane, A. M. (2000). The Profile of Mood States and Athletic Performance: Two meta-analyses. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12, 49-46.
- Bosselut, G., McLaren, C.D., Eys, M.A. & Heuzé, J.P. (2012). Reciprocity of the relationship between role ambiguity and group cohesion in youth interdependent sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 13, 341–348.
- Besharat, M., Ghahremani, M., & Naghiporgivi, B. (2014). The predictive role of self-regulation and impulsivity in sports success comparing collision and non-collision sports. *Journal of Motor Behavior*, (8), 131-146. (In Persian).
- Benedict, C., & Parker, T. M. (2014). Baseline concussion testing: A comparison between collision, contact, and non-contact sports. *Honors Projects*. Retrieved from <http://scholarworks.gvsu.edu/honorsprojects>.
- Chang, C., Margot Putukian, Giselle Aerni, Alex Diamond, Gene Hong, Yvette Ingram, Claudia Reardon, and Andrew Wolanin. 2020. Mental health issues and psychological factors in athletes: Detection, management, effect on performance and prevention: American Medical Society for Sport.
- Cairney, J., Clark, H. J., Kwan, M. Y. W., Bruner, M., & Tamminen, K. (2018). Measuring sport experiences in children and youth to better understand the impact of sport on health and positive youth development: designing a brief measure for population health surveys. *BMC Public Health*, 18(1), 446.
- Carron, A.V., Bry, S.R., Eys, M.A. (2002). Team cohesion & team success in sport. *Journal of Sport Science*, 20(2), 119-26.
- Chung, M., Embi, M. Z., & Fauzee, O. (2011). *The influence of coach leadership style towards cohesiveness among high school team sports athletes*. Paper presented at the Education and Development Conference, Bangkok, Thailand.
- Chiniara, M., & Bentein, K. (2018). The servant leadership advantage: When perceiving low differentiation in leader-member relationship quality influences team cohesion, team task performance and service OCB. *The Leadership Quarterly*, 29(2), 333-345.
- Demareva, V., & S Polevaya, S. (2014). Type A and B personalities from a psychological perspective. *International Journal of Psychophysiology*, 94, 120–261.

14. Erikstad, M. K., Martin, L. J., Haugen, T., & Høigaard, R. (2018). Group cohesion, needs satisfaction, and self-regulated learning: A oneyear prospective study of elite youth soccer players' perceptions of their club team. *Psychology of Sport and Exercise, 39*, 171-178.
15. Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Exercise and personality: A review and critique of definitions, concepts and theory. *European Psychological, 18*, 12-23.
16. Hoseen Nezhad, A., Sadeghi Brogerdi, S., & Shabazi, M. (2018). The relationship between emotional intelligence and sports orientation of male athletes in collision and non-collision disciplines. *Journal of Research in Sports Management and Movement Behavior, 8*(15), 9-17. (In Persian).
17. Hasanah, U., & Refanthira, N. (2019). Human problems: Competitive anxiety in sport performer and various treatments to reduce it. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research, 395*, 144-148.
18. Jones, M. V. (2003). Controlling emotions in sport. *The Sport Psychologist, 14*, 229-252.
19. Kristjánisdóttir, H., Erlingsdóttir, A. V., Sveinsson, G., & Saavedra, J. M. (2018). Psychological skills, mental toughness and anxiety in elite handball players. *Personality and Individual Differences, 134*, 125-130.
20. Kao, S. F., Tsai, C. Y., Schinke, R., & Watson, J. C. (2019). A cross-level moderating effect of team trust on the relationship between transformational leadership and cohesion. *Journal of Sports Sciences, 37*(24), 2844-2852.
21. Khanjani1, M., Bararzadeh, M., & Forghani Ozrudi, M. B. (2014). Relaxation practice influence on mood competitive agitation in female Karate fighter. *International Journal of Sport Studies, 4*(1), 67-71. (In Persian).
22. Khosravi Shirin, M. A., Haghayegh Sayed, A. (2017). Comparison of personality characteristics and personality types of contact and non- contact sport majors. *Knowledge & Research in Applied Psychology, 18*(4), 21-34. (In Persian).
23. Le, K., Donnellan, M. B., & Conger, R. (2014). Personality development at work: Workplace conditions, personality changes, and the corresponsive principle. *Journal of Personality, 82*, 44-56.
24. Lowther, J., & Lane, A.M. (2003). Relationships between mood, cohesion and satisfaction with performance among soccer players. *Athletic Insight, 4*(2), 126-142.
25. Maxwell, J. P., Grant, S., & Lipki, S. (2005). Further validation of the propensity for angry driving scale in British drivers. *Personality and Individual Differences, 38*, 213-224.
26. Najafi. F., Heydarinejad. S., & Shetabbushehri. S. N. (2018). The relationship between the leadership style of coaches, group cohesion and competitive anxiety in Women's Futsal Premier League. *Sport Management Studies, 10*(47), 185-204. (In Persian).
27. Pieter, W., Wong, R. S. K., & Ampongan, C. (2006). Mood and experience as correlates of performance in young Filipino taekwondo athletes. *Acta Kinesiologiae Tartuensis, 11*.
28. Pears, D. (2007). Cognitive component of competitive state anxiety in semiprofessional soccer: A case stud. *Journal of Sports Science and Medicine, 42*, 15-19.
29. Sokhtezary, S., Farzan, F., & Doosti, M. (2019). Comparison of personality characteristics of athletic and non-athletic students of medical sciences universities in the country. *Special issue of Humanities and Health, 1*(28), 38-47. (In Persian).
30. Skinner, N., & Brewer, N. (2004). Adaptive approaches to competition: Challenge appraisals and positive emotion. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 26*, 283-305.
31. Scott, V. B., Jr. Stiles, K., Raines, D., & Koth, A. (2002). Mood, rumination and mood awareness in the athletic performance of collegiate tennis players. *North American Journal of Psychology, 4*, 457-468.
32. Terry, P.C., Dinsdale, S. L., Karageorghis, C. I., & Lane, A. M. (2006). Use and perceived effectiveness of pre-competition mood regulation strategies among athletes. *Psychology of Sport and Exercise, 3*, 314-328.
33. Trninić, V., Trninić, M., & Penezić, Z. (2016). Personality differences between the players regarding the type of sport and age. *Acta Kinesiologica, 10*(2), 69-74.
34. Thelwell, R. C., Lane, A. M., & Weston, N. J. V. (2007). Mood states, self-set goals, self-efficacy and performance in academic examinations. *Personality and Individual Differences, 42*, 673-583.

35. Vann, B., Scott Jr., Renee D. R., & Raines, D. (2003). Emotive writing moderates the relationship between mood awareness and athletic. *North American Journal of Psychology*, 5(2), 311-324.
36. Wilson, D., Bennett, E. V., Mosewich, A. D., Faulkner, G. E., & Crocker, P. R. (2019). The zipper effect: Exploring the interrelationship of mental toughness and self-compassion among Canadian elite women athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, (40), 61-70.
37. Wong, R. S. K., Yung, J. S., & Pieter, W. (2006). Mood and performance in young malaysian karateka. *Journal of Sports Science and Medicine*, 5(CSSI), 54-59.