Sport. Psychol. Stud, 2026, 15(58): 124-137 , doi: 10.22089/spsyj.2026.18410.2601

Sport Psychology Studies

Journal hompage: https://spsyj.ssrc.ac.ir

Article Type: Original

Comparative Analysis of Group Cohesion in Successful and Unsuccessful Sports Teams: Evidence from Girls' School Volleyball

Farzaneh Davari*[1], Samaneh sadat Khalili Rad[2], Khojaste Azimpour [3]

1. Department of Physical Education, Farhangian University, P.O. Box 14665-889, Tehran.
2. Department of Motor Behavior and Sport Management, Faculty of Sport Sciences, Urmia University, Urmia, Iran.
3. Department of Motor Behavior, Faculty of Sport Sciences, Isfahan (Khorasgan) Branch, Islamic Azad University, Isfahan, Iran.

Received: 17/08/2025, Revised: 31/12/2025, Accepted: 05/01/2026

* Corresponding Author: Farzaneh Davari, E-mail farzanehdavari@cfu.ac.ir

How to Cite: Davari, F., Khalili Rad, S.S. Azimpour, K. (2026). Comparative Analysis of Group Cohesion in Successful and Unsuccessful Sports Teams: Evidence from Girls' School Volleyball. *Sport Psychology Studies*, *15*(58), 124-137. In Persian

Extended Abstract

Background and Purpose

Team sports provide a vital context for developing social, psychological, and physical skills, with team cohesion playing a key role in their success. Team cohesion consists of two main dimensions: task cohesion (commitment to team goals) and social cohesion (interpersonal relationships), both of which enhance communication, reduce conflict, and increase member satisfaction. Research indicates that higher cohesion improves performance, resilience, and motivation among members, although high cohesion does not always guarantee success and warrants further investigation. Understanding the distinct impacts of different cohesion dimensions on team success is crucial for coaches to develop more effective strategies. This study aims to comprehensively examine the role of various dimensions of team cohesion in the success of girls' high school volleyball teams, providing scientific insights within a specific cultural and social context and offering practical recommendations for coaches and sports managers.

Materials and Methods

The present study is field-based causal-comparative research. The statistical population consisted of 114 players participating in the national girls' high school volleyball competitions in 2022. Due to the

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/).

limited population size, a census sampling method was used. After excluding incomplete or invalid questionnaires, 105 valid responses remained for statistical analysis. The mean age of participants was 16.24 ± 0.82 years, including 22 players from successful teams (top four) and 83 players from unsuccessful teams. The research instrument was the Group Environment Questionnaire (GEQ) developed by Widmeyer, Brawley, and Carron (1987), comprising 18 items measuring four dimensions of team cohesion: individual task cohesion, group task cohesion, individual social cohesion, and group social cohesion. The questionnaire utilizes a 9-point Likert scale, ranging from 1 (strongly disagree) to 9 (strongly agree). Its validity and reliability have been confirmed in previous national and international studies. In this study, internal consistency reliability was verified with a Cronbach's alpha coefficient of 0.73.

Data collection was conducted in person after obtaining the necessary permissions. The researcher visited the competition venues, provided participants and team officials with explanations about the study objectives and questionnaire completion, and collected the completed questionnaires within the allotted time. Data were analyzed using SPSS version 22. Descriptive statistics, including mean, standard deviation, frequency, and percentage, were calculated. The Kolmogorov-Smirnov test was applied to assess the normality of data distribution. Based on these results, independent t-tests were used for normally distributed variables, while the Mann-Whitney test was applied for variables with non-normal distributions. The significance level was set at $P<0.05$.

Findings

The demographic analysis of the study sample showed that the highest frequency was among 17-year-old students (38.1%), followed by 16-year-olds (37.1%) and 15-year-olds (21%), with the lowest percentage being 18-year-olds (3.8%). Regarding grade distribution, 39% of participants were in the second and third grades each, and 22% were in the first grade. In terms of sports experience, 38.1% had two years, 30.5% had three years, and 18.1% had four years of experience, while 11.4% reported one year or less, and only 1.9% had five years of experience. These findings indicate that the sample was concentrated mainly in the middle-age and schooling groups with moderate sports experience.

The Kolmogorov-Smirnov test revealed that individual task cohesion ($p = 0.823$), group social cohesion ($p = 0.228$), and overall group cohesion ($p = 0.776$) followed a normal distribution, while individual social cohesion ($p = 0.025$) and group task cohesion ($p = 0.028$) did not. An independent t-test showed that successful volleyball teams had significantly higher individual task cohesion ($M = 6.48$, $SD = 0.87$) than unsuccessful teams ($M = 5.79$, $SD = 1.01$), $t(103) = 2.919$, $P=0.004$. Additionally, group social cohesion was significantly greater in successful teams

(M = 5.50, SD = 0.76) compared to unsuccessful teams (M = 4.91, SD = 0.86), t(103) = 2.889, P=0.005. The Mann-Whitney test indicated that individual social cohesion ranks were higher in successful teams (mean rank = 6.22) than unsuccessful ones (mean rank = 5.45), U = 395.000, Z = -4.097, P<0.05. Similarly, group task cohesion was significantly greater in successful teams (M = 6.56, SD = 0.87) than in unsuccessful teams (M = 5.18, SD = 0.55), U = 163.500, Z = -5.929, P<0.001. Finally, overall group cohesion was significantly higher in successful teams (M = 6.39, SD = 0.47) compared to unsuccessful teams (M = 5.37, SD = 0.52), t(103) = 8.290, P<0.001. In summary, all measured dimensions of team cohesion—especially individual task cohesion, group task cohesion, and social cohesion—were significantly stronger in successful volleyball teams, highlighting the critical role of cohesion in team performance and success.

Conclusion

The purpose of this study was to examine the role of team cohesion components in the performance of successful and unsuccessful girls' high school volleyball teams. The results showed that individual task cohesion, individual social cohesion, group task cohesion, and group social cohesion were significantly higher in successful teams. Individual task cohesion was identified as the most important factor in increasing commitment to tasks and improving team performance, while social cohesion served a complementary role in creating collective identity and reducing conflicts. Balancing these two dimensions is essential for sustained success. Additionally, group task cohesion is a key factor in enhancing teamwork and team resilience, whereas group social cohesion showed mixed effects and requires careful management. Team-building programs should aim to strengthen both cohesion dimensions in a balanced manner. These findings align with prior research and emphasize that multidimensional team cohesion is a critical factor in the success and efficiency of sports teams. It is recommended that coaches and managers implement targeted interventions to enhance team cohesion, thereby improving team performance and sustainability.

The key message of this study is that team cohesion, especially the individual and group task cohesion dimensions, plays a vital and central role in the success and improvement of sports team performance. Social cohesion, as a complementary factor, is important for creating a collective identity and reducing conflicts; however, its impact on team performance is complex and sometimes contradictory. Therefore, to achieve sustainable success, team-building programs should simultaneously strengthen both task and social cohesion to maintain commitment, cooperation, and a positive psychological climate within the team. This approach enhances efficiency, motivation, and member satisfaction, laying the foundation for the long-term success of teams.

Key Words: Individual Task Cohesion, Individual Social Cohesion, Group Task Cohesion, Group Social Cohesion, Team Cohesion.

Ethical Considerations

All ethical principles are considered in this article. The participants were informed about the purpose of the research and its implementation steps. They were also assured of the confidentiality of their information and could leave the study at any time. Written consent was obtained from the participants. The principles of APA and the Helsinki Convention were also observed.

Authors' Contributions

Conceptualization: Khojaste Azimpour, Farzaneh Davari
Data Collection: Khojaste Azimpour
Data Analysis: Khojaste Azimpour, Farzaneh Davari
Manuscript Writing: Farzaneh Davari
Review and Editing: Samaneh Sadat Khalili Rad, Farzaneh Davari
Responsible for funding: Samaneh Sadat Khalili Rad, Farzaneh Davari
Literature Review: Samaneh Sadat Khalili Rad, Farzaneh Davari
Project Manager: Farzaneh Davari
Conflict of Interest: There is no conflict of interest.

مطالعات روان‌شناسی ورزشی، زمستان ۱۴۰۵، دوره ۱۵، شماره ۵۸، صص ۱۳۷-۱۲۴. doi: 10.22089/spsyj.2026.18410.2601

مطالعات روان‌شناسی ورزشی

Journal hompage: https://spsyj.ssrc.ac.ir

نوع مقاله: پژوهشی اصیل

تحلیل مقایسه‌ای انسجام گروهی در تیم‌های ورزشی موفق و ناموفق: شواهدی از والیبال آموزشگاهی دختران

فرزانه داوری*[۱]، سمانه السادات خلیلی راد[۲]، خجسته عظیم پور[۳]

۱. گروه آموزش تربیت بدنی، دانشگاه فرهنگیان، صندوق پستی ۸۸۹-۱۴۶۶۵ تهران، ایران

۲. گروه رفتارحرکتی و مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه ارومیه، ارومیه، ایران

۳. گروه رفتارحرکتی، دانشکدهٔ علوم ورزشی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۵/۲۶، تاریخ اصلاح: ۱۴۰۴/۱۰/۱۰، تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۱۰/۱۵

* Corresponding Author: Farzaneh Davari, E-mail farzanehdavari@cfu.ac.ir

How to Cite: Davari, F., Khalili Rad, S.S. Azimpour, K. (2026). Comparative Analysis of Group Cohesion in Successful and Unsuccessful Sports Teams: Evidence from Girls' School Volleyball. *Sport Psychology Studies*, *15*(58), 124-137. In Persian

چکیده

هدف: انسجام تیمی یکی از عوامل مهم موفقیت در ورزش‌های گروهی محسوب می‌شود که هماهنگی و همکاری اعضا را افزایش می دهد. بنابراین، هدف پژوهش حاضر، مقایسه میزان انسجام تیم‌های ورزشی موفق و ناموفق مسابقات والیبال آموزشگاه‌های متوسطه دوم دخترانه کشور بود.

مواد و روش ها: جامعه آماری شامل ۱۰۵ نفر از اعضای تیم‌های شرکت‌کننده با میانگین سن ۰.۸۲ ± ۱۶.۲۴ سال بود. داده‌ها با پرسشنامه استاندارد انسجام گروهی (GEQ) شامل چهار بعد انسجام تکلیف فردی، انسجام اجتماعی فردی، انسجام تکلیف گروهی و انسجام اجتماعی گروهی گردآوری شد. برای تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی و آزمون‌های کولموگروف-اسمیرنوف، تی مستقل و یومن ویتنی در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۲ استفاده گردید.

یافته ها: نتایج نشان داد، تیم‌های موفق در تمامی ابعاد انسجام گروهی، شامل انسجام تکلیف فردی، انسجام اجتماعی فردی، انسجام تکلیف گروهی و انسجام اجتماعی گروهی، دارای میانگین معنادار بالاتری نسبت به تیم‌های ناموفق بودند.

نتیجه گیری: با توجه به این نتایج، تاکید می‌شود که توسعه و تقویت انسجام تیمی می‌تواند به عنوان راهبردی موثر در افزایش عملکرد تیم‌های ورزشی به ویژه در سطح آموزشگاهی مورد توجه قرار گیرد.

کلید واژه ها: انسجام تکلیف فردی، انسجام اجتماعی فردی، انسجام تکلیف گروهی و انسجام اجتماعی گروهی، انسجام گروهی تیم.

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

ورزش‌های تیمی از دیرباز به عنوان بستری مهم برای توسعه مهارت‌های اجتماعی، روانشناختی و جسمانی افراد شناخته شده‌اند. یکی از عوامل کلیدی موفقیت در ورزش‌های گروهی، میزان انسجام تیمی است که به عنوان نیرویی تعاملی میان اعضای تیم تعریف می‌شود و نقش مؤثری در ایجاد هماهنگی، همکاری و بهبود عملکرد تیم دارد (فیلو و همکاران، ۲۰۱۴). انسجام تیمی شامل دو بعد اصلی است: انسجام تکلیف،[1] که به تعهد اعضا نسبت به اهداف و وظایف تیمی اشاره دارد و انسجام اجتماعی،[2] که بر روابط و تعاملات بین فردی اعضا تمرکز می‌کند. وجود انسجام بالا در تیم می‌تواند منجر به بهبود ارتباطات، کاهش تعارض‌ها و افزایش رضایت اعضا شود که همه این عوامل، به صورت مستقیم یا غیرمستقیم در موفقیت تیم تأثیرگذار هستند (مک ایوان[3] و همکاران، ۲۰۲۳). با وجود این اهمیت، تیم‌های موفق ورزشی معمولاً دارای انسجام تکلیفی و اجتماعی بالایی هستند که شامل اهداف مشترک، اعتماد متقابل، ارتباط مؤثر و تعهد اعضا به نقش‌ها و وظایف خود می‌باشد. این انسجام، هماهنگی و همکاری درون تیم را افزایش داده و زمینه‌ساز ارتقای عملکرد و انگیزه می‌شود، به طوری که تیم‌های دارای انسجام بالا، اغلب نتایج مطلوب‌تری در رقابت‌ها کسب می‌کنند. در مقابل، تیم‌های ناموفق به دلیل ضعف در ابعاد انسجام، تعارض‌های بیشتری را تجربه کرده و عملکرد ضعیفی دارند که نهایتاً منجر به شکست تیم می‌شود. بنابراین، انسجام تیمی نه تنها عاملی برای موفقیت، بلکه معیار تمایز بین تیم‌های موفق و ناموفق در ورزش محسوب می‌شود (مونیوز و همکاران، ۲۰۲۳). همچنین، از منظر نظریه‌های روانشناسی، مانند مدل تعامل-رابطه کارون (۱۹۹۹) و نظریه خودتعیینی مطالب فوق تایید شده است (مارکوس[4] و همکاران، ۲۰۱۰). در همین راستا، مطالعات متعددی در زمینه انسجام تیمی و تأثیر آن بر موفقیت تیم‌های ورزشی انجام شده است. در تحقیق لیو (۲۰۲۴)، یافته‌ها نشان می‌دهد که رهبری هوشیارانه می تواند انسجام فردی، اجتماعی و گروهی تیم های ورزشی را ارتقا دهد و این انسجام ها عامل مهمی در بهبود عملکرد تیمی هستند. در تحقیق مونیوز[5] و همکاران (۲۰۲۳)، نتایج نشان داد که ترکیب فردگرایی پایین، انسجام اجتماعی بالا و روحیه تیمی متوسط بهترین وضعیت برای تقویت مهارت‌های ذهنی و اعتماد به نفس ورزشکاران است. این مطالعه تأکید می‌کند که انسجام اجتماعی و گروهی قوی، برای بهبود عملکرد تیمی اهمیت زیادی دارد. همچنین در تحقیق گیو[6] و همکاران (۲۰۲۲)، یافته‌ها نشان داد انسجام فردی، اجتماعی و گروهی در تیم های ورزشی چینی به طور معنی داری با تقویت تاب آوری ذهنی ورزشکاران ارتباط دارد و اشتیاق اعضا به تیم شکل می گیرد که منجر به بهبود عملکرد افراد می شود. لوپز[7] و همکاران (۲۰۲۳)، این موضوع را تایید کردند که ارتقای انسجام فردی، اجتماعی و گروهی باعث افزایش تاب‌آوری تیمی و در نهایت بهبود عملکرد تیم‌های ورزشی می شود. بر اساس این تحقیقات، روشن است که انسجام تیمی در ابعاد فردی، اجتماعی و گروهی نقش حیاتی در بهبود عملکرد تیم‌های ورزشی ایفا می‌کند. رهبری هوشیارانه، کاهش فردگرایی و افزایش انسجام گروهی نقش مؤثری در تقویت مهارت‌ها، تاب‌آوری ذهنی و اشتیاق اعضا دارند که همگی به ارتقای کیفیت عملکرد تیم منجر می‌شود. با این حال، تفاوت‌های فرهنگی، محیطی و سطح رقابت می‌تواند میزان تأثیر این عوامل را تغییر دهد (دهستانی و همکاران، ۲۰۲۳). اما علیرغم اهمیت انسجام تیمی، شکاف‌ها و چالش‌های مهمی در پژوهش‌های موجود دیده می‌شود. نخست آنکه، اکثر تحقیقات به بررسی کلی انسجام پرداخته‌اند و توجه کافی به نقش دقیق ابعاد مختلف انسجام در

[1] Task cohesion
[2] Social cohesion
[3] McEwan
[4] Marcos
[5] Muñoz
[6] Gu
[7] Lopez

سطوح ورزشی متفاوت، فرهنگ‌های متنوع و گروه‌های سنی مختلف نشده است. همچنین تأثیر تفاوت‌های محیطی و فرهنگی بر انسجام تیمی و پیامدهای احتمالی انسجام بیش از حد (مانند کاهش نوآوری یا خستگی جمعی) به‌ندرت مورد بحث و بررسی قرار گرفته است. علاوه بر این، بیشتر مطالعات به تیم‌های حرفه‌ای یا مردان ورزشکار پرداخته‌اند و بخش قابل توجهی از تیم‌های مدارس متوسطه دخترانه در بستر فرهنگی-اجتماعی خاص ایران، کمتر مورد توجه بوده‌اند. بر این اساس، ضرورت دارد که تحقیقات بومی و جامع‌تر انجام شود تا ضمن روشن شدن نقش هر یک از ابعاد انسجام تیمی، اثرات فرهنگی، محیطی و جنسیتی نیز مورد تحلیل قرار گیرد. در این راستا، پژوهش حاضر قصد دارد به صورت جامع، تأثیر ابعاد مختلف انسجام تیمی را بر موفقیت تیم‌های والیبال مدارس متوسطه دوم دخترانه بررسی نماید تا به تعمیق شناخت از این متغیر، در بستر فرهنگی-اجتماعی خاص کمک کند و راهکارهای کاربردی به مربیان و مدیران ورزشی ارائه نماید.

روش پژوهش

پژوهش حاضر از نظر ماهیت و روش، یک مطالعه علی–مقایسه‌ای می‌باشد که به صورت میدانی انجام شده است. جامعه آماری شامل ۱۱۴ نفر از بازیکنان تیم‌های شرکت کننده در مسابقات والیبال آموزشگاه‌های متوسطه دوم دخترانه سراسر کشور بود. با توجه به حجم محدود جامعه، نمونه‌گیری به صورت سرشماری انجام شد، اما پس از حذف پرسشنامه‌های ناقص یا مخدوش، تعداد ۱۰۵ پرسشنامه معتبر برای تحلیل آماری باقی ماند. میانگین سنی شرکت‌کنندگان برابر با ۱۶.۲۴ ± ۰.۸۲ سال بود. نمونه نهایی شامل ۲۲ نفر از بازیکنان تیم‌های موفق (چهار تیم برتر) و ۸۳ نفر از بازیکنان تیم‌های ناموفق بود. تیم‌های موفق بر اساس جایگاه نهایی در مسابقات والیبال آموزشگاه‌های متوسطه دوم مشخص شدند؛ یعنی چهار تیم برتر رقابت‌ها، به عنوان تیم‌های موفق و سایر تیم‌ها به عنوان تیم‌های ناموفق در نظر گرفته شدند. این روش تعیین موفقیت، بر پایه عملکرد واقعی تیم‌ها در مسابقات است که معیاری عینی و معتبر برای تمایز وضعیت تیم‌ها می‌باشد. جهت رعایت ملاحظات اخلاقی، رضایت کتبی والدین و موافقت شفاهی دانش‌آموزان قبل از انجام پژوهش اخذ گردید.

ابزار پژوهش

پرسشنامه مورد استفاده در این پژوهش، پرسشنامهٔ محیط گروهی (GEQ[1]) کارون، ویدمیر و براولی (۱۹۸۷)، می‌باشد که از ۱۸ سؤال تشکیل شده است و چهار بعد از ابعاد انسجام گروهی را در بر می‌گیرد. پرسشنامهٔ مذکور برای برآورد میزان انسجام در گروه، از دیدگاه ورزشکاران طراحی شده است. بر طبق این پرسشنامه انسجام دارای چهار بعد است: ۱- انسجام تکلیف فردی (ATG-T) ۲- انسجام تکلیف گروهی (GI-T) ۳- انسجام اجتماعی فردی (ATG-S) ۴- انسجام اجتماعی گروهی (GI-S). این پرسشنامه با مقیاس لیکرت ۹ درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود (عدد ۹ = «کاملاً موافقم» تا عدد ۱ = «کاملاً مخالفم»). این ابزار، پیش‌تر در پژوهش شمسایی و همکاران (۱۳۸۸)، در ایران مورد استفاده قرار گرفته و روایی محتوایی آن تأیید شده است. روایی پرسشنامه به دلیل استفاده مکرر در پژوهش‌های داخلی و خارجی و تأیید ساختار چهارعاملی آن معتبر تلقی شد. پایایی ابزار در پژوهش شمسایی و همکاران (۱۳۸۸)، با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰.۷۹ گزارش شده است. در پژوهش حاضر، پایایی کلی پرسشنامه، با روش آلفای کرونباخ (α =۰.۷۳)، انسجام تکلیف فردی (α =۰.۷۵)، انسجام تکلیف گروهی (α =۰.۷۸)، انسجام اجتماعی فردی (α =۰.۷۱)، انسجام اجتماعی گروهی (α =۰.۷۴) محاسبه و تایید شد (کارون و همکاران، ۱۹۸۵).

روش جمع آوری داده‌ها:

ابتدا مجوزهای لازم از مراجع ذی‌ربط برای اجرای پژوهش اخذ شد. سپس فهرست تیم‌های شرکت‌کننده تهیه و محل برگزاری مسابقات شناسایی گردید. به دلیل متمرکز بودن برگزاری مسابقات، پژوهشگر شخصاً به محل مراجعه کرده و پس از ارائه

[1] Group Environment Questionnaire

توضیحات لازم درباره اهداف پژوهش و شیوه تکمیل پرسشنامه، ابزارها را در اختیار بازیکنان یا مسئولان تیم قرار داد. بازیکنان موظف بودند پرسشنامه‌ها را در مدت تعیین‌شده تکمیل و بازگردانند. تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۲ انجام شد. در بخش آمار توصیفی از شاخص‌هایی مانند میانگین، انحراف معیار، فراوانی و درصد استفاده شد. در بخش آمار استنباطی، برای بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها از آزمون کولموگروف–اسمیرنوف استفاده شد. با توجه به نتایج آزمون نرمال‌بودن، برای مقایسه گروه‌ها در متغیرهای دارای توزیع نرمال از آزمون t مستقل و در متغیرهای فاقد توزیع نرمال از آزمون یومن–ویتنی استفاده گردید. سطح معناداری آزمون‌ها $p < 0.05$ در نظر گرفته شد.

یافته ها

نتایج حاصل از بررسی مشخصات دموگرافیک نمونه پژوهش نشان داد، که بیشترین فراوانی مربوط به دانش آموزان ۱۷ ساله (۳۸.۱ درصد) بود، پس از آن ۱۶ ساله با ۳۷.۱ درصد و ۱۵ ساله با ۲۱ درصد قرار داشتند. کمترین درصد مربوط به ۱۸ ساله (۳.۸ درصد) بود. در مورد توزیع پایه تحصیلی، بیشترین سهم به پایه های دوم و سوم با هرکدام ۳۹ درصد اختصاص داشت و ۲۲ درصد در پایه اول بودند. از نظر سابقه فعالیت ورزشی، ۳۸.۱ درصد از شرکت کنندگان دو سال، ۳۰.۵ درصد سه سال و ۱۸.۱ درصد چهار سال سابقه فعالیت داشتند، در حالی که ۱۱.۴ درصد سابقه یک سال یا کمتر و فقط ۱.۹ درصد سابقه پنج سال فعالیت داشتند. این نتایج نشان‌دهنده تمرکز بیشتر نمونه بر گروه‌های سنی و تحصیلی میانی و تجربه ورزشی متوسط است.

جدول ۱، نتایج آزمون کولموگروف– اسمیرنوف برای بررسی نرمال بودن توزیع داده‌های پژوهش را نشان می دهد. بر این اساس، متغیرهای انسجام تکلیف فردی (۰/۸۲۳) انسجام اجتماعی گروهی (۰/۲۲۸) و انسجام کل گروهی (۰/۷۷۶) از توزیع نرمال برخوردار بوده‌اند، در حالی که متغیرهای انسجام اجتماعی فردی(۰/۰۲۵) و انسجام تکلیف گروهی (۰/۰۲۸) فاقد توزیع نرمال بوده‌اند.

جدول ۱- نتایج آزمون کولموگروف–اسمیرنوف برای متغیرهای پژوهش

متغیر	N	میانگین	انحراف استاندارد	سطح معنی داری
انسجام تکلیف فردی	۱۰۵	۵.۹۴	۱.۰۲	۰.۸۲۳
انسجام اجتماعی فردی	۱۰۵	۵.۶۱	۰.۸۷	۰.۰۲۵
انسجام تکلیف گروهی	۱۰۵	۵.۴۷	۰.۸۴	۰.۰۲۸
انسجام اجتماعی گروهی	۱۰۵	۵.۰۳	۰.۸۷	۰.۲۲۸
انسجام گروهی (کل)	۱۰۵	۵.۵۹	۰.۶۶	۰.۷۷۶

* P> 0/05

نتایج جدول۲، نشان می‌دهد که بین تیم‌های موفق و ناموفق از نظر تمامی ابعاد انسجام، تفاوت‌های آماری معناداری وجود دارد. به‌طور مشخص، میانگین نمرات انسجام اجتماعی گروهی در تیم‌های موفق (۵.۵۰ ± ۰.۷۶) به‌طور معناداری بالاتر از تیم‌های ناموفق (۴.۹۱ ± ۰.۸۶) بود. همچنین، انسجام تکلیف فردی در تیم‌های موفق (۶.۴۸ ± ۰.۸۷) به‌طور معناداری بیشتر از تیم‌های ناموفق (۵.۷۹ ± ۱.۰۱) بود. در نهایت، تفاوت بسیار بارزی در انسجام گروهی کل، بین دو گروه مشاهده شد، به‌طوری که میانگین نمره تیم‌های موفق (۶.۳۹ ± ۰.۴۷) به‌طور چشمگیری بالاتر از تیم‌های ناموفق (۵.۳۷ ± ۰.۵۲) بود. این یافته‌ها به‌طور کلی بر نقش حیاتی تمامی ابعاد انسجام، به‌ویژه انسجام گروهی کل، در موفقیت تیم‌های والیبال مورد مطالعه تأکید می‌کنند.

جدول۲- نتایج آزمون تی مستقل، برای مقایسه انسجام تکلیف فردی، انسجام اجتماعی گروهی و انسجام گروهی (کل) در تیم‌های موفق و ناموفق

متغیر	گروه	N	میانگین ± انحراف استاندارد	Df	T	سطح معنی داری	اندازه اثر
انسجام اجتماعی گروهی	موفق ناموفق	۲۲ ۸۳	۵.۵۰ ± ۰.۷۶ ۴.۹۱ ± ۰.۸۶	۱۰۳	۲/۸۸۹	۰.۰۰۵	۰.۵۶
انسجام تکلیف فردی	موفق ناموفق	۲۲ ۸۳	۶.۴۸ ± ۰.۸۷ ۵.۷۹ ± ۱.۰۱	۱۰۳	۲/۹۱۹	۰.۰۰۴*	۰.۵۷
انسجام گروهی (کل)	موفق ناموفق	۲۲ ۸۳	۶.۳۹ ± ۰.۴۷ ۵.۳۷ ± ۰.۵۲	۱۰۳	۸.۲۹۰	*۰.۰۰۱	۱.۶۲

نتایج تحلیل آماری با استفاده از آزمون ناپارامتریک یومن-ویتنی در جدول ۳، نشان داد که بین تیم‌های موفق و ناموفق از نظر هر دو بعد انسجام اجتماعی فردی و انسجام تکلیف گروهی، تفاوت‌های آماری معناداری وجود دارد. میانگین رتبه‌های انسجام اجتماعی فردی در تیم‌های موفق (میانه = ۶.۲۲) به‌طور معناداری بالاتر از تیم‌های ناموفق (میانه = ۵.۴۵) بود. اندازه اثر این تفاوت ۰.۴۰ محاسبه شد که نشان‌دهنده اثری در حد متوسط است. همچنین، میانگین رتبه‌های انسجام تکلیف گروهی در تیم‌های موفق (میانه = ۶.۵۶) به‌طور معناداری بالاتر از تیم‌های ناموفق (میانه = ۵.۱۸) بود. اندازه اثر این تفاوت ۰.۵۸ به دست آمد که حاکی از اثری بزرگ است. این یافته‌ها نشان می‌دهد که سطوح بالاتر انسجام اجتماعی فردی و انسجام تکلیف گروهی، با موفقیت تیم‌های والیبال مورد مطالعه ارتباط معناداری داشته است.

جدول ۳-نتایج آزمون یومن–ویتنی برای مقایسه انسجام اجتماعی فردی و تکلیف گروهی، در تیم‌های موفق و ناموفق

متغیر	گروه	N	میانه	U	Z	سطح معنی داری	اندازه اثر
انسجام اجتماعی فردی	موفق ناموفق	۲۲ ۸۳	۶.۲۲ ۵.۴۵	۳۹۵.۰۰۰	-۴.۰۹۷	*۰.۰۰۱	۰.۴۰
انسجام تکلیف گروهی	موفق ناموفق	۲۲ ۸۳	۶.۵۶ ۵.۱۸	۱۶۳.۵۰۰	-۵.۹۲۹	*۰.۰۰۱	۰.۵۸

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر، بررسی نقش مولفه‌های انسجام گروهی در عملکرد تیم‌های موفق و ناموفق والیبال دختران آموزشگاه‌های متوسطه دوم بود. یافته‌ها نشان داد که تمامی ابعاد انسجام تیمی، اعم از انسجام تکلیف فردی، انسجام اجتماعی فردی، انسجام تکلیف گروهی و انسجام اجتماعی گروهی، به طور معناداری در تیم‌های موفق نسبت به تیم‌های ناموفق بالاتر بوده‌اند. بر اساس یافته‌های علمی موجود، ارتباط دوسویه و متقابلی بین انسجام تیمی و عملکرد تیم مشاهده شده است؛ به این معنی که انسجام تیمی می‌تواند با بهبود عملکرد تیم همراه باشد، و موفقیت تیم نیز ممکن است موجب افزایش انسجام اعضا گردد. بنابراین، این دو متغیر به صورت متقابل تقویت‌کننده یکدیگر عمل می‌کنند و

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/).

با برنامه‌ریزی مناسب و مداخلات تیم‌سازی می‌توان هر دو را بهبود بخشید.

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که ارتباط معناداری بین انسجام تکلیف فردی و انسجام اجتماعی فردی با موفقیت تیم‌های والیبال وجود دارد. این نتایج با مطالعات پیشین همسو است؛ به عنوان نمونه، کوان[1] (۲۰۲۴)، گزارش کرد که مداخلات تیم‌سازی با ارتقای انسجام تکلیف فردی همراه بوده است، به گونه‌ای که تعهد اعضا به انجام وظایف و دستیابی به اهداف گروهی افزایش یافته و تأثیر کمتری بر روابط اجتماعی داشته است. همچنین، دوردوباس[2] و همکاران (۲۰۲۳)، مشاهده کردند که مداخلات هدف‌گذاری تیمی موجب افزایش انسجام تکلیف فردی و بهبود همکاری و تعهد تیمی می‌شود. ایس[3] و کیم (۲۰۱۷)، نیز فعالیت‌های تیم‌سازی را موثر در ارتقای هر دو بعد انسجام فردی و اجتماعی دانسته‌اند. یافته‌های تاسی[4] و همکاران (۲۰۲۳) و پیازِکی و فیلو[5] (۲۰۲۵)، نیز نقش مثبت رهبران همتا در ارتقای انسجام کلی تیم و خودکارآمدی جمعی را تأیید کرده‌اند.

یافته‌های پژوهش حاضر با مطالعات پیشین به هماهنگی قابل توجهی دست‌یافته است. در همه مطالعات تحلیل شده، انسجام تکلیف فردی به عنوان عامل اصلی و قوی‌تر در ایجاد تعهد به وظایف تیمی و ارتقای عملکرد تیم، نقش محوری دارد. این انسجام تکلیف، به صورت مکرر به عنوان پیش بینی کننده بهبود همکاری و موفقیت تیمی برجسته شده است. از سوی دیگر، انسجام اجتماعی فردی گرچه در برخی مطالعات به عنوان عاملی مکمل در ایجاد روابط بین فردی، ایجاد هویت جمعی و کاهش تعارضات مورد توجه قرار گرفته، ولی تأثیر آن در بهبود عملکرد با نتایج متنوعی همراه بوده است.

در رابطه با انسجام تیمی و موفقیت تیم، لازم به ذکر است که ارتباط مشاهده شده میان این دو متغیر ممکن است دوطرفه باشد؛ به این معنا که علاوه بر اینکه انسجام تیمی می‌تواند با همکاری بهتر و کاهش تعارضات منجر به بهبود عملکرد و موفقیت تیم شود، موفقیت تیم نیز ممکن است باعث افزایش انسجام و تقویت پیوندهای گروهی اعضا گردد. همچنین، احتمال تأثیرگذار بودن عوامل ثالثی مانند سبک رهبری مربی، ویژگی‌های فردی بازیکنان، فرهنگ تیمی و شرایط محیطی بر هر دو متغیر وجود دارد که می‌تواند باعث شکل‌گیری همزمان انسجام و موفقیت شود.

در مقابل، نتایج کارون[6] و همکاران (۲۰۰۲)، با یافته‌های پژوهش حاضر همخوانی ندارد. آنها دریافتند که در برخی مولفه‌ها ارتباط معنی‌داری بین انسجام تیمی و عملکرد وجود ندارد، تفاوت‌های نمونه تحقیق، نوع ورزش و حجم نمونه می‌تواند علت تضاد نتایج باشد که از نظر روش شناسی اهمیت بالایی دارد.

یکی دیگر از ابعاد مهم، انسجام تکلیف گروهی است که به نگرش اعضا نسبت به همکاری و یکپارچگی در انجام وظایف تیمی اشاره دارد. این مولفه به گونه‌ای نمایانگر تعهد جمعی برای تحقق اهداف تیمی است و نتایج تحقیق نشان داد که، این انسجام در تیم‌های موفق بیشتر دیده می‌شود. همچنین انسجام اجتماعی گروهی که بازتابی از صمیمیت و روابط اجتماعی میان اعضای تیم است، نیز تأثیر معناداری بر موفقیت داشته است (پروازی و همکاران، ۲۰۲۰). این یافته با نتایج تحقیقات پیشین هم راستا است. در تحقیق، ورکو[7] و همکاران (۲۰۲۵)، ضمن تأکید بر اهمیت انسجام تکلیف گروهی به عنوان عامل کلیدی در موفقیت تیمی، نشان می‌دهد که انسجام اجتماعی گروهی در این نمونه خاص کمتر تأثیرگذار بوده است و پیشنهاد شده است که برنامه‌ها و فعالیت‌های اجتماعی برای افزایش این بعد انسجام در تیم‌ها اجرا شود. در مطالعه کو[8] و همکاران (۲۰۲۱)، نتایج نشان می‌دهد که انسجام

[1] Kwon
[2] Durdubas
[3] Eys
[4] Tassi
[5] Piasecki & Filho
[6] Carron
[7] Worku
[8] Qu

تکلیف گروهی به طور مثبت و معناداری همکاری، عملکرد و تاب‌آوری تیم را تقویت می‌کند، در حالی که انسجام اجتماعی گروهی می‌تواند باعث تحمل بیشتر اعضا نسبت به عدم همکاری و ادامه رفتارهای ناکارآمد شود. در تحقیق اورازانی[1] و همکاران (۲۰۲۳)، یافته‌ها نشان داد، مداخلات هدفمند و نظریه محور می‌توانند انسجام اجتماعی گروهی را بهبود بخشند و این افزایش انسجام اجتماعی، به تقویت هویت جمعی، همکاری و کاهش تعارضات منجر می‌شود. همچنین در تحقیق گروسمن[2] و همکاران (۲۰۲۲)، یافته‌ها نشان می‌دهد که انسجام تیمی در ابعاد مختلف به ویژه انسجام تکلیف گروهی، ارتباط قوی‌تر و مثبت‌تری با عملکرد تیم دارد. انسجام تکلیف گروهی بر همکاری و وظایف مشترک تمرکز دارد، پیش‌بینی کننده بهتری برای عملکرد تیم است نسبت به انسجام اجتماعی که بیشتر جنبه‌های کلی و روابط دوستانه را می‌سنجد.

مقایسه نتایج فوق نشان می‌دهد، انسجام تکلیف گروهی به عنوان عامل اصلی و پیش بینی کننده موفقیت تیمی، با ارتقای همکاری هدفمند، تعهد به وظایف و تاب‌آوری تیم، نقش برجسته‌ای در بهبود عملکرد ایفا می‌کند. در مقابل، انسجام اجتماعی که بر روابط عاطفی و صمیمیت تأکید دارد، نتایج متناقضی دارد؛ در برخی موارد موجب افزایش همکاری و کاهش تعارض شده و در برخی موارد به تحمل رفتارهای ناکارآمد و تضعیف عملکرد منجر شده است. بنابراین، برای موفقیت پایدار تیم‌ها باید تعادلی میان انسجام تکلیف و اجتماعی برقرار شود. انسجام تکلیف باید در اولویت برنامه های توسعه تیمی باشد، در حالی که انسجام اجتماعی به عنوان عامل مکمل در حفظ ثبات و ایجاد هویت جمعی نقش دارد. تمرکز صرف بر انسجام اجتماعی بدون توجه به تعهد و کارایی اعضا می تواند اثربخشی تیم را کاهش دهد. در نتیجه، مداخلات تیم سازی باید دو بعد انسجام را به طور همزمان تقویت کنند تا علاوه بر بهبود عملکرد، فضای همکاری و سرمایه روانشناختی تیم حفظ شود.

همچنین، یافته‌های این مطالعه تأییدکننده نقش بنیادین انسجام تیمی به عنوان سازه‌ای چندبعدی شامل انسجام تکلیف و انسجام اجتماعی در پیش‌بینی موفقیت و کارایی تیم‌های ورزشی است. این یافته با نتایج مطالعات گسترده در حوزه روانشناسی ورزشی و مدیریت تیم همسو می‌باشد. در تحقیق کیم[3] و همکاران (۲۰۱۷)، یافته‌ها نشان می‌دهد که برنامه تیم‌سازی هدفمند و مبتنی بر نیازهای واقعی تیم می‌تواند انسجام گروهی و عملکرد ارتباطی تیم‌های ورزشی را بهبود بخشد. همچنین تحقیق کوان (۲۰۲۲)، تاکید دارد که، مداخلات تیم سازی طراحی شده به شکل هدفمند، تعهد اعضا به تیم و همکاری در وظایف گروهی را افزایش داده و به بهبود انسجام تیمی منجر می شوند. در تحقیق دیگری که لیو[4] و همکاران (۲۰۲۱)، مورد بررسی قرار دادند و نتایج نشان داد، که برنامه‌های تیم‌سازی می‌توانند به تقویت انسجام تیمی و عملکرد کلی گروه در ورزشکاران جوان منجر شوند. علاه بر این یافته‌های تاسی و همکاران (۲۰۲۳)، نشان داد تلفیق استراتژی های تیم‌سازی با تمرینات تاکتیکی، موجب بهبود انسجام گروهی در تیم‌های ورزشی می‌شود. در نهایت، تحقیق گانوتیک و همکاران (۲۰۲۲)، بر اهمیت دوگانگی انسجام تیمی و باور به توانایی جمعی تیم، برای دستیابی به اهداف، و بهبود همکاری تیمی تأکید دارد. بنابراین، می‌توان گفت که انسجام تیمی، به ویژه ترکیب انسجام تکلیف و اجتماعی، به عنوان یک سازه حیاتی در ارتقای عملکرد و موفقیت تیم‌های ورزشی مطرح است. مداخلات تیم سازی هدفمند که متناسب با نیازهای تیم طراحی شده‌اند و همچنین توجه به باورهای جمعی اعضا، می‌توانند زمینه ساز افزایش تعهد، همکاری و هماهنگی داخلی اعضا شده و در نهایت بهره‌وری و پایداری تیم را تضمین کنند.

این پژوهش با وجود دستاوردهای مهم، محدودیت‌هایی نیز داشت.

[1] Orazani
[2] Grossman
[3] Kim
[4] Leo

از مهم‌ترین محدودیت‌های این پژوهش، عدم تعادل در حجم نمونه گروه‌های موفق و ناموفق بود. این امر به دلیل ماهیت مسابقات حذفی و تعداد کم تیم‌های برتر (فقط ۴ تیم) در مقایسه با تیم‌های ناموفق بود. پیشنهاد می‌شود مطالعات آتی با نمونه‌گیری هدفمند و متوازن‌تری این رابطه را بررسی کنند. همچنین، نمونه پژوهش، محدود به تیم‌های دخترانه آموزشگاهی بود و ممکن است نتایج به سایر سطوح و گروه‌های سنی قابل تعمیم نباشد. همچنین ابزار اندازه‌گیری انسجام تیمی مبتنی بر پرسشنامه‌های خوداظهاری بود که احتمال خطای ذهنی و پاسخ‌های اجتماعی مطلوب را در پی دارد. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده از روش‌های مشاهده‌ای و تحلیل‌های رفتاری نیز استفاده شود. علاوه بر این، بررسی تأثیر عوامل محیطی، سبک رهبری مربی و متغیرهای فردی همچون شخصیت بازیکنان بر انسجام تیمی می‌تواند شناخت عمیق‌تری فراهم آورد. بنابراین، بر اساس یافته‌های تحقیق می توان نتیجه گرفت که، انسجام تیمی به عنوان عاملی کلیدی در تعیین موفقیت تیم‌های ورزشی مطرح است. هر دو بعد تکلیفی و اجتماعی انسجام، در سطوح فردی و گروهی، نقش مهمی در بهبود عملکرد و افزایش کارایی تیم ایفا می‌کنند. تیم‌هایی که با انسجام بالا فعالیت می‌کنند، دارای تعاملات بهتر، انگیزه قوی‌تر، تعهد بیشتر و روابط سالم‌تری هستند که این عوامل همگی به ارتقای سطح عملکرد و کسب نتایج مطلوب‌تر منجر می‌شود. از این رو، توصیه می‌شود مربیان، روانشناسان ورزشی و مدیران تیم‌ها به طور سیستماتیک در جهت افزایش انسجام تیمی برنامه‌ریزی و مداخلات هدفمند انجام دهند. این امر نه تنها به افزایش کیفیت عملکرد کمک می‌کند بلکه رضایت و پایداری اعضای تیم را نیز بهبود می‌بخشد و زمینه‌ساز موفقیت‌های پایدار در ورزش خواهد بود.

پیام کلیدی این پژوهش این است که انسجام تیمی، به ویژه ابعاد تکلیف فردی و گروهی، نقش حیاتی و کلیدی در موفقیت و بهبود عملکرد تیم‌های ورزشی دارد. انسجام اجتماعی نیز به عنوان عاملی مکمل، در ایجاد هویت جمعی و کاهش تعارضات اهمیت دارد، اما تأثیر آن در عملکرد تیم پیچیده و گاه متناقض است. بنابراین، برای دستیابی به موفقیت پایدار، برنامه‌های تیم‌سازی باید همزمان به تقویت انسجام تکلیفی و اجتماعی بپردازند تا تعهد، همکاری و فضای روانشناختی مثبت در تیم حفظ شود. این رویکرد سبب افزایش کارایی، انگیزه و رضایت اعضا شده و زمینه ساز موفقیت بلندمدت تیم ها خواهد بود.

ملاحظات اخلاقی

کلیه اصول اخلاقی در این مقاله در نظر گرفته شده است. شرکت‌کنندگان در جریان هدف پژوهش و مراحل اجرای آن قرار گرفتند. آن‌ها همچنین از محرمانه بودن اطلاعات خود اطمینان داشتند و می‌توانستند هر زمان که بخواهند مطالعه را ترک کنند. از شرکت‌کنندگان رضایت نامه کتبی گرفته شده است.

مشارکت نویسندگان:

ایده‌پردازی: خجسته عظیم پور

تحلیل داده‌ها: خجسته عظیم پور، فرزانه داوری

نوشتن مقاله: فرزانه داوری

بازبینی و ویرایش: سمانه سادات خلیلی راد، فرزانه داوری

مدیر پروژه: فرزانه داوری

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، این مقاله تعارض منافع ندارد.

References

1. Carron AV. Bry SR. Eys MA. (2002). Team cohesion & team success in sport. Journal of Sport Science. (20)2: 119-126. https://doi.org/10.1080/026404102317200828

2. Carron, A. V., Widmeyer, W. N., & Brawley, L. R. (1985). The Development of an Instrument to Assess

meta-analysis study. Front Psychol. 2024 Mar 15; 15:1353944. doi: 10.3389/fpsyg.2024.1353944.
13. Leo, F. M., Gonzalez-Ponce, I., Lopez-Gajardo, M. A., Pulido, J. J., & Garcia-Calvo, T. (2021). Team building intervention program and its relationship with group processes in young athletes. International Journal of Sport Psychology, 52(2), 120-136. doi: 10.7352/IJSP.2021.52.120
14. Liu, J. (2024). Interplay of mindful leadership, team cohesion, and performance: a moderated mediation analysis in sports teams. *Curr Psychol* **43**, 30949–30962 (2024). https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-024-06684-0
15. Lopez-Gajardo, M. A., Garcia-Calvo, T., Gonzalez-Ponce, I., Diaz-Garcia, J., & Leo, F. M. (2023). Cohesion and collective efficacy as antecedents and team performance as an outcome of team resilience in team sports. *International Journal of Sports Science & Coaching*, *18*(6), 2239-2250. https://doi.org/10.1177/17479541221129198
16. McEwan, D., Shah, E. J., Crawford, K. L., Jackman, P. C., Hoffmann, M. D., Cardinal, E., & Benson, A. J. (2023). The psychometric properties of two brief measures of teamwork in sport. Journal of Sport and Exercise Psychology, 45(6), 325-336. DOI: 10.1123/jsep.2023-0147
17. Marcos FM, Miguel PA, Oliva DS, Calvo TG. (2010). Interactive effects of team cohesion on perceived efficacy in semi-professional sport. J Sports Sci Med. 2010 Jun 1;9(2):320-325.
18. Muñoz AR, Vega-Díaz M, González-García H. (2023).Team Cohesion Profiles: Influence on the Development of Mental Skills and Stress Management. J Sports Sci Med. 2023 Dec 1;22(4):637-644. DOI: 10.52082/jssm.2023.637
19. Orazani, S. N., Reynolds, K. J., & Osborne, H. (2023). What works and why in interventions to strengthen social cohesion: A systematic review. *Journal of Applied Social Psychology*, *53*(10), 938-995. https://psycnet.apa.org/record/2023-84058-001
20. Parvazishandi,M. , VaezMousavi,S. M. and Salman,Z. (2020). The Effect of Music on Basketball Players' Team Cohesion. Sport Psychology Studies, 9(31), 69-82. doi: 10.22089/spsyj.2019.1701 In Persian
21. Piasecki, P. A., & Filho, E. (2025). The influence of social and task peer-leaders on team cohesion and collective efficacy in sports: a meta-analytical

Cohesion in Sport Teams: The Group Environment Questionnaire. Journal of Sport Psychology, 7, 244-266. https://doi.org/10.1123/jsp.7.3.244
3. Dehestani Ardakani,M. , Pourazar,M. , Eghbali,B. , samadi,H. and 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), 127-140. https://doi.org/10.22089/spsyj.2023.14722.2393 In Persian
4. Durdubas, D., & Koruc, Z. (2023). Effects of a multifaceted team goal-setting intervention for youth volleyball teams. Journal of Applied Sport Psychology, 35(2), 224-243. Doi: 10.1080/10413200.2021.2021564
5. Eys, M., & Kim, J. (2017). Team building and group cohesion in the context of sport and performance psychology. In Oxford research encyclopedia of psychology. doi.org/10.1093/acrefore/9780190236557.013.186
6. Filho, E., Dobersek, U., Gershgoren, L., Becker, B., & Tenenbaum, G. (2014). The cohesion–performance relationship in sport: A 10-year retrospective meta-analysis. Sport Sciences for Health, 10(3), 165-177. doi.org/10.1007/s11332-014-0188-7
7. Ganotice FA Jr, Chan L, Shen X, Lam AHY, Wong GHY, Liu RKW, Tipoe GL.(2022). Team cohesiveness and collective efficacy explain outcomes in interprofessional education. BMC Med Educ. 2022 Nov 29;22(1):820. doi: 10.1186/s12909-022-03886-7.
8. Grossman, R., Nolan, K., Rosch, Z., Mazer, D., & Salas, E. (2022). The team cohesion-performance relationship: A meta-analysis exploring measurement approaches and the changing team landscape. Organizational Psychology Review, 12(2), 181-238. doi.org/10.1177/20413866211041157
9. Gu, S., Bi, S., Guan, Z., Fang, X., & Jiang, X. (2022). Relationships among sports group cohesion, passion, and mental toughness in Chinese team sports athletes. International journal of environmental research and public health, 19(22), 15209. doi.org/10.3390/ijerph192215209
10. Kim, Y., Park, S., & Kim, T. (2017). The development of a team building program for Korean curling team. International journal of applied sports sciences, 29(2). Doi:10.24985/ijass.2017.29.2.155
11. Kwon S. H. (2022). A team building intervention case study of a male handball team. J. Coach. Dev. 24, 103–112, doi: 10.47684/jcd.2022.03.24.1.103
12. Kwon SH. (2024). Analyzing the impact of team-building interventions on team cohesion in sports teams: a

review. *Sport Sciences for Health*, 1-14. https://doi.org/10.1007/s11332-025-01375-0

22. Qu, X., Kurokawa, S., & Han, T. A. (2021). Social cohesion VS task cohesion: An evolutionary game theory study. arXiv preprint arXiv:2101.06961.https://doi.org/10.48550/arXiv.2101.06961

23. Tassi, J. M., López-Gajardo, M. A., Leo, F. M., Díaz-García, J., & García-Calvo, T. (2023). An intervention program based on team building during tactical training tasks to improve team functioning. Frontiers in Psychology, 14, 1065323. doi: 10.3389/fpsyg.2023.1065323.

24. Worku, M. M., Adane, A. K., & Admasu, B. C. (2025). Team cohesion and its impact on individual and team performance in Ethiopian Premier League volleyball clubs. *SPORT TK- EuroAmerican Journal of Sport Sciences, 14, 71. https://doi.org/10.6018/sportk.569501*