

Research Paper

Predicting the Success of Elite Track and Field Athletes Based on the Dimensions of Patience**Jahangir Aghae¹, Mohammad Nik Ravan², Reza Saboonchi³**

1. Department of Physical Education, Borujerd Branch, Islamic Azad University, Borujerd, Iran
2. Department of Physical Education, Borujerd Branch, Islamic Azad University, Borujerd, Iran (Corresponding Author)
3. Department of Physical Education, Borujerd Branch, Islamic Azad University, Borujerd, Iran

Abstract

Objectives: The present study was designed and conducted to investigate the role of patience dimensions on the success of elite athletics athletes.

Methods & Materials: This research was applied research in terms of purpose and field implementation method in terms of descriptive-correlational analysis. The statistical population consists of all field athletes. The sample size was determined based on a cluster model of 273 elite track and field athletes. Data collection tools included the Patience Date Questionnaire et al. (2015) and the Mousavi and Vaez Mousavi (2014) Sports Success Questionnaire. In order to analyze the data of the present study, the structural equation test was used to examine the research model.

Results: According to the results, the path coefficient between patience and success in sports among elite track and field athletes is equal to 0.36. Also, the statistical value of t (significance coefficient) for these two variables is equal to 5.28 and since these values are more than 1.96, this relationship is confirmed. In other words, patience has a positive and significant effect on success in sports among elite track and field athletes, and the higher the patience, the higher the success rate in sports.

Conclusions: Also, according to the results of the present study, it is suggested that training courses be held to improve the skills

Received:
07 May 2021

Accepted:
23 Aug 2021

Keywords:
Patience,
Hardiness,
Success

1. Email: JahangirAghaii113@yahoo.com
2. Email: Nikravan89@yahoo.com
3. Email: saboonchi.reza@yahoo.com



of athletes regarding the variable of patience and its dimensions. It is also suggested to implement written evaluations to identify the athletes' patience status.

Extended Abstract

Background and Purpose

Given the importance of sports success, trying to achieve it has been considered as a concern. Patience plays an important role in the process of concentration and thinking of athletes and prepares them to attend sporting events. Athletes' use of patience capacities can lead to their desired performance (1). On the other hand, improving the success of sports can create desirable capacities in individual and group areas (2). Despite the importance of patience in sports, various studies have not been conducted in this area. A research gap in examining the role of the dimensions of patience in the success of elite track and field athletes has led to create codified strategies to improve the success of elite track and field athletes. On the other hand, this issue has been able to overshadow the development process of the success of elite track and field athletes. Realizing the noticeable effect of patience on the success of elite athletes can play an important and decisive role in using

patience in athletics. In other words, identifying the role of patience in the success of athletes can provide the concern of using patience and creating a system to promote it in sports clubs. Undoubtedly, patience, considering its capacities to influence athletes' attitudes and behaviors, can make positive changes among athletes. Understanding the capacity of patience in sports can facilitate the process of using this variable. The present study due to improving mental and behavioral systems can provide conditions for the sports success of elite athletes, especially in athletics. Given the system and nature of track and field, which is a record-based sport, patience can also be a must to motivate them. In other words, patience can activate the existing motivational system among athletes in this field and prevent them from developing some negative characteristics such as burnout. It implies that understanding the functions of patience in some characteristics of elite track and field athletes seems to be necessary to create valuable evidence for the development of patience capabilities in athletes' training systems. On the other hand, due to the lack of sufficient



evidence on the role of the dimensions of patience in the success of elite track and field athletes, conducting the present study can pave the way for paying more attention to the functions of patience in athletes' performance. With this in mind, the present study was designed and carried out to investigate the role of the dimensions of patience in the success of elite track and field athletes.

Material and Methods

This study was applied research (in terms of purpose) and a field study (in terms of implementation), which used the descriptive-correlational analysis to analyze data. The statistical population of the study consisted of all male and female track and field athletes from all over the country. The sample size was selected by cluster random sampling. It included 273 athletes, i.e., females (129) and male (144). These people were identified according to the geographical distribution in the country as well as different parts of this sport. In this way, sampling was done according to the geographical regions of the country (north, south, west, east and center) as well as various sports items. The standard questionnaires

were used to analyze the data.

Findings

The descriptive results of the present study showed that 47.3% of the respondents were female and 52.7% of the respondents were male. It was also found that 20.5% of the participants had a diploma, 35.9% a postgraduate degree, 35.9% a bachelor's degree, and 7.7% a master's degree. Besides, the descriptive results showed that 3.3% of the subjects were under 16 years old, 45.4% between 16-20 years old, 40.7% between 21-25 years old, and 10.6% over 25 years old. The results of Kolmogorov-Smirnov test showed that the distribution of data in the present study was normal. According to the results, it can be said that the path coefficient between patience and success in sports among elite runners is equal to 0.36. In addition, the statistical value of t (significant coefficient) for these two variables is equal to 5.28. Since these values are more than 1.96, this relationship is confirmed. In other words, patience has a positive and significant effect on success in sports among elite runners. In fact, as patience grows, so does your success in sports. According to the results of the research fit, the study model has a good fit.



Conclusion

One of the most important challenges in sports science is identifying the factors influencing the acquisition and maintenance of sports success (3, 4). The track and field athletes' success is an active learning process that is achieved through purposeful practice and the improvement of skills necessary to achieve a high level of track and field athletes' performance and victory (5). Optimal performance in sports is the result of a combination of technical (technical and tactical), physical (strength, speed, etc.), mental (concentration, self-confidence, anxiety control, etc.) and moral (courage, fearlessness, endurance, patience, etc.) abilities. The absence of any of the above factors hinders the athletes' proper performance. Athletes use cognitive, behavioral, and ethical skills, and strategies such as developed competitive programs, confronting skills, thought and emotion control, motivation management, and refocusing to achieve the peak of athletic performance. The evidence suggests that successful athletes have mental skills such as commitment, motivation, concentration, self-confidence, imagery, goal setting, positive self-talk, anxiety control, and the ability

to deal with problems (patience).

Patience as one of the key variables can play an important role in improving individual capacities and overshadowing some attitudes and behavioral issues. Using patience in sports can lead to an increase in the concentration of athletes. Patience is one of the behavioral characteristics that can lead to a reduction in negative behaviors. This plays an important role in reducing the amount of some unwanted stress and strain on athletes. This can pave the way for athletes' sport success.

Keywords: Patience, Hardiness, Success.

Article Message

It is also suggested to implement written evaluations in order to identify the patience of athletes. In order to conduct the present research, there were some limitations, such as the impossibility of examining other sports fields, as well as the lack of comparison of research variables between professional and beginner athletes.

Ethical Considerations

Compliance with Research Ethical Guidelines

This article has been done considering all ethical principles.



Funding

This article is taken from the doctoral dissertation of the first person.

Authors' Contributions

All authors have participated in designing, implementing and writing all parts of the present study.

Conflicts of Interest

The authors declared no conflict of interest

Acknowledgement

This article is extracted from the doctoral dissertation with the guidance and advice of the author's professors. We would like to thank everyone who helped us with this study.

References

1. Koç, Y. A study on the relationship between high school students' physical education course sportsmanship behaviors and their patience levels. *Recent Developments in Education*, 2017:191-200.
2. Nicholls, AR, Polman, RC, Levy, AR, & Backhouse, SH. Mental toughness in sport: Achievement level, gender, age, experience, and sport type differences. *Personality and individual differences*, 2009; 47(1), 73-5.
3. Loland, S. Fair play in sport: A moral norm system. Routledge. 2013.
4. Ward, P., Williams, AM. Perceptual and cognitive skill development in soccer: The multidimensional nature of expert performance. *Journal of sport and exercise psychology*, 2003; 25(1), 93-111.
5. Starkes, JL, Ericsson, KA. Expert performance in sports: Advances in research on sport expertise. *Human Kinetics*.2003.



مقاله پژوهشی

پیش‌بنی موفقیت ورزشکاران نخبه‌دو و میدانی بر اساس ابعاد صبر

جهانگیر آقایی^۱، محمد نیک‌روان^۲، رضا صابونچی^۳

۱. گروه تربیت بدنی، واحد بروجرد، دانشگاه آزاد اسلامی، بروجرد، ایران

۲. گروه تربیت بدنی، واحد بروجرد، دانشگاه آزاد اسلامی، بروجرد، ایران (نویسندهٔ مسئول)

۳. گروه تربیت بدنی، واحد بروجرد، دانشگاه آزاد اسلامی، بروجرد، ایران

چکیده

اهداف: پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش ابعاد صبر بر موفقیت ورزشکاران نخبه‌دو و میدانی طراحی و اجرا گردید.

مواد و روش‌ها: این پژوهش به لحاظ هدف از نوع پژوهش‌های کاربردی و به لحاظ روش اجرا میدانی و به لحاظ نوع تحلیل توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری را کلیه ورزشکاران دوومیدانی کار تشکیل می‌دهد. حجم نمونه بر اساس مدل خوشه‌ای تعداد ۲۷۳ نفر از دو و میدانی‌کاران نخبه مشخص نمودند. ابزار گردآوری اطلاعات شامل پرسش‌نامه صبر خرمائی و همکاران (۲۰۱۵) و پرسش‌نامه موفقیت ورزشی موسوی و واعظ موسوی (۲۰۱۴) بود. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش حاضر از آزمون معادلات ساختاری جهت بررسی مدل پژوهش استفاده گردید.

یافته‌ها: مطابق با نتایج مشخص گردید که ضریب مسیر بین صبر و موفقیت در ورزش در بین دوومیدانی‌کاران نخبه برابر با ۰/۳۶ است. همچنین مقدار آماری تی (ضریب معناداری) برای این دو متغیر برابر با ۵/۲۸ است و چون این مقدار بیشتر از $\pm 1/96$ است لذا این رابطه تأیید می‌شود. به عبارتی صبر بر موفقیت در ورزش در بین دوومیدانی‌کاران نخبه اثر مثبت و معناداری دارد و هر اندازه صبر بالا رود، میزان موفقیت در ورزش نیز افزایش می‌یابد. **نتیجه‌گیری:** همچنین با توجه به نتایج پژوهش حاضر پیشنهاد می‌گردد تا دوره‌های آموزشی در جهت بهبود مهارت‌های ورزشکاران در خصوص متغیر صبر و ابعاد آن برگزار شود. همچنین پیشنهاد می‌گردد ارزیابی‌های مدونی در جهت شناسایی وضعیت صبر ورزشکاران اجرایی گردد.

تاریخ دریافت:

۱۴۰۰/۰۲/۱۷

تاریخ پذیرش:

۱۴۰۰/۰۶/۰۱

واژگان کلیدی:

صبر، سرسختی

ذهنی، موفقیت

1. Email: JahangirAghaii113@yahoo.com.

2. Email: Nikravan89@yahoo.com

3. Email: saboonchi.reza@yahoo.com



مقدمه

دستیابی به موفقیت ورزشی به‌عنوان یک مسئله مهم همواره مورد توجه بوده است (۱). موفقیت به‌عنوان یکی از مسائل مهم و کلیدی در ورزش مشخص شده است که تلاش‌های جدی برای بهبود شواهد در خصوص آن ایجاد شده است (۲). موفقیت ورزشی، فرآیند یادگیری فعالی است که در اثر تمرین هدفمند و بهبود مهارت‌های ضروری برای رسیدن به سطح بالایی عملکرد ورزشی و پیروزی به دست می‌آید (۳). عملکرد مطلوب در ورزش حاصل ترکیبی از توانایی‌های فنی (تکنیکی و تاکتیکی)، جسمانی (قدرت، سرعت و ...) و روانی (تمرکز، اعتمادبه‌نفس، مهار اضطراب و ...) و اخلاقی (شجاعت، نترسی، استقامت، صبر و...) است. فقدان هر کدام از موارد گفته‌شده مانع عملکرد مطلوب ورزشکاران می‌شود (۴). ورزشکاران در یک مسابقه ورزشی از نظر استعداد، تمرین، انگیزش و ویژگی‌های شخصیتی و روان‌شناختی با یکدیگر متفاوت هستند. اما در این میان به نظر می‌رسد که عملکرد ورزشی نقش تعیین‌کننده‌ای در کسب نتیجه داشته باشد (۵). ورزشکاران برای رسیدن به اوج عملکرد ورزشی از مهارت‌های شناختی، رفتاری، اخلاقی و راهبردهایی مانند برنامه‌های رقابتی توسعه‌یافته، مهارت‌های مقابله‌ای، کنترل افکار و هیجان، مدیریت انگیزش و تمرکز مجدد استفاده می‌کنند (۶). شواهد حاکی از آن است که ورزشکاران موفق دارای مهارت‌های ذهنی مانند تعهد، انگیزش، تمرکز، اعتمادبه‌نفس، تصویرسازی، کنترل اضطراب و توانایی مقابله با مشکلات (صبر) هستند (۷).

به صورت کلی موفقیت ورزشی بر اساس نظریه تمرین هدفمند، نظریه حافظه دراز مدت، مدل اشتیاق دوگانه و مهارت‌های روان‌شناختی ارتباطی با مجموعه عوامل فردی و محیطی دارد (۴). برخی جنبه‌های روان‌شناختی مطابق با نظریه مهارت‌های روان‌شناختی

ارتباطی، می‌تواند تضمین‌کننده موفقیت ورزشی باشد که این مسئله در رشته‌ها و ورزشکاران متفاوت است (۸). موفقیت ورزشی اشاره به برخورداری از حوزه‌های مختلفی شامل اجرای روان، توجه، تکنیک، حساسیت به خطا، تعهد، پیشرفت در میان ورزشکاران است (۴). یکی از چالش‌های درک رفتار ماهرانه، تشخیص مؤلفه‌هایی است که در اکتساب و حفظ موفقیت ورزشی مؤثر هستند. بررسی مطالعات مربوط به موفقیت ورزشی نشان می‌دهد عوامل زیادی در پیشرفت ورزشی ورزشکاران نقش دارند. این عوامل شامل تمرین، آموزش، توانایی درونی، سن، مهارت‌های روان‌شناختی، تعهد و لذت بردن از ورزش است. موفقیت ورزشی فرآیند یادگیری فعالی است که در اثر تمرین هدفمند و بهبود مهارت‌های ضروری برای رسیدن به سطح بالایی عملکرد ورزشی به دست می‌آید (۹). در واقع، عملکرد مطلوب در ورزش حاصل ترکیبی از توانایی‌های فنی (تکنیکی و تاکتیکی)، جسمانی (قدرت، سرعت و غیره) و روانی (تمرکز، اعتمادبه‌نفس، مهار اضطراب و غیره) است (۱۰). موفقیت هر ورزشکار به میزان انگیزه وی برای پیشرفت بستگی دارد. انگیزش پیشرفت در حیطه روان‌شناسی ورزش از اهمیت خاصی برخوردار است و عبارت است از نیاز به تسلط یافتن در کارهای سخت، دستیابی به کمال، غلبه بر مشکلات و موانع، بهتر از دیگران عمل کردن احساس غرور از موفقیت (۱۱). در نظریه هدف‌گرایی عواملی مانند هدف‌گرایی، توانایی ادراک‌شده و رفتار موفق اهمیت دارند. بر اساس نظریه اتکینسون، ورزشکاران موفق از لحاظ رقابت‌جویی در سطح بالایی قرار دارند، دارای پشتکار زیاد برای دستیابی به موفقیت بوده و بدون نگرانی درباره شکست‌های احتمالی، ورزش می‌کنند (۸). موفقیت ورزشی به‌عنوان یک متغیر مهم همواره مورد بحث از سوی پژوهشگران مختلفی بوده است. به صورتی که تلاش جهت دستیابی به عملکرد مطلوب و پایدار در میان



ورزشکاران جهت برخورداری از موفقیت ورزشی به عنوان یک مسئله مهم درک می‌گردد. تلاش جهت موفقیت ورزشی سبب گردیده است تا امروزه راهکارهایی در حوزه‌های فردی و محیطی ایجاد گردد. از طرفی پژوهشگرانی تأکید بسیاری بر مسائل جسمانی و روانی در جهت کسب موفقیت ورزشی داشته‌اند (۱۲).

به‌رغم آن‌که ورزش این قابلیت را دارد که در اکثر مقوله‌های سیاسی، اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و علمی ایفای نقش نماید و به‌راستی در جهان کنونی کمتر پدیده‌ای را می‌توان یافت که از چنین ویژگی و قابلیت‌های برخوردار باشد، با این حال این پدیده جهانی امروزه با چالشی جدی روبه‌روست که به‌راستی نمی‌توان از آن گذر نمود و این چالش کم‌رنگ شدن مقوله اخلاق در کلیه ابعاد جامعه بزرگ ورزش از جمله ورزشکاران، مربیان، داوران، تماشاگران، رسانه‌های گروهی و مدیران و کارکنان در ورزش است (۱۳). برخی از صفات نفسانی نقش بازدارنده دارند؛ یعنی حافظ وضعیت مطلوب در نفس هستند و آن را از افراط و تفریط در غرایز باز می‌دارند. به این ترتیب، زمینه‌ساز فضیلت‌های اخلاقی متعددی هستند در این میان، یکی از شاخص‌ترین و عام‌ترین صفات نفسانی بازدارنده "صبر" است (۱۴). صبر از جمله مفاهیم بنیادی قرآنی است. در قرآن کریم، تعداد ۹۳ آیه به موضوع صبر پرداخته است. از این رو کثرت استفاده از این واژه نشان‌دهنده اهمیت و جایگاه این مفهوم کلیدی است. صبر یکی از آموزه‌های مهم دینی و از راهبردهای مقابله‌ای مذهبی در برابر فشار روانی است (۱۵). صبر از جمله مفاهیم اخلاقی است که در اخلاق اسلامی روی آن تأکید شده است. آن‌چه از این واژه به ذهن می‌آید حالتی است نفسانی که برای افراد خاصی هنگام شدید، مصیبت‌ها و گرفتاری‌ها رخ می‌دهد و موجب می‌شود شخص خود نسبت به فشارها، سختی‌ها، مشکلات، مصیبت‌ها و از دست دادن‌ها از درون پایدار

و مقاوم کند و واکنش‌های تند و احساسی و دور از عقل و شرع بروز ندهد. صبر یعنی مقاومت در برابر سختی‌ها و از دست ندادن تاب و قرار. صبر فقط به معنای درون‌ریزی غم و اندوه نیست، بلکه صبر یعنی مقاومت در برابر ضربه‌ها و مهارت در به حداقل رساندن فشارهای روانی حاصل از آن است. صبر دارای کارکردهای متعدد روانی-اجتماعی است و موجب افزایش سلامت روانی، طولانی شدن عمر، جلب محبت خداوند و افزایش خودآگاهی می‌شود و روابط انسان‌ها را با دیگران بهبود می‌بخشد (۶).

صبر به عنوان یکی از متغیرهای کلیدی در میان ورزشکاران می‌تواند زمینه جهت ارائه عملکرد مطلوب در ورزش را فراهم نماید. بهبود قابلیت‌های ورزشکاران در حوزه صبر یکی از ارزشمندترین توانایی‌ها در ورزش است (۱۶). پژوهش‌های مختلفی در مورد صبر و کارکردهای آن صورت گرفته است. در تمام این پژوهش‌ها بر اهمیت و فایده این آموزه دینی در ارتقا سلامت روان تأکید شده است. بشارت، صالحی، شاه-محمدی، نادالی و زبردست (۲۰۰۹) در پژوهش خود تحت عنوان "رابطه تاب‌آوری و سخت‌کوشی با موفقیت ورزشی و سلامت روانی در ورزشکاران" به این نتیجه رسیدند که تاب‌آوری و سخت‌کوشی از عوامل مؤثر بر موفقیت ورزشی هستند (۹). رواق و گلی (۲۰۱۴) در تحقیقی تحت عنوان "بررسی نقش صبر در سلامت روان با توجه به آیات و روایات" به این نتیجه رسیدند که از آن جایی که خداوند با دو ودیعه الهی (اختیار و قدرت تفکر) انسان را مکلف کرده است بنابراین برای نیل به اهداف خود نیاز به نیروی شگرفی دارد که از آن به صبر یاد می‌شود. (۱۷). با توجه به این‌که سلامت روان در کنار سلامت جسم اهمیت بسزایی دارد، صبر به‌عنوان یکی از راه‌های سلامت روان در قرآن مورد تأکید است. در روان‌شناسی نیز، با به‌کار بردن تعابیر مختلف از آن به‌عنوان یکی از راه‌های درمان آسیب‌های روانی یاد شده است. نیکولاس،



پولمان، لوی و بکهوس^۱ (۲۰۰۹) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که سطح موفقیت ورزشی و نوع ورزش ورزشکاران با استحکام ذهنی رابطه معناداری دارد، اما ورزشکاران مرد نسبت به ورزشکاران زن، استحکام ذهنی بیشتری از لحاظ چالش، کنترل هیجانات، کنترل زندگی و اطمینان دارند (۱۸).

ایجاد بستری در جهت موفقیت ورزشکاران می‌تواند در مسیر رشد و تعالی ورزش کمک بسیاری نماید. امروزه موفقیت ورزشکاران حاصل مجموعه‌ای از شرایط ذهنی و جسمانی است و تاکید صرف بر مسائل جسمانی نمی‌تواند لازمه موفقیت‌های پایدار ورزشکاران باشد (۱۹). جعفری و همکاران (۲۰۲۱) مشخص نمودند که ارتقا جنبه‌های ذهنی ورزشکاران می‌تواند آنان را جهت حضور در رقابت‌ها آماده نماید. با توجه به ماهیت رقابتی ورزش، صبر به عنوان یکی از ویژگی‌های مهم و کلیدی در کسب موفقیت‌های ورزشکاران مشخص است. صبر به عنوان یک ویژگی رفتاری می‌تواند نقش مهمی در تمرکز ذهنی ورزشکاران داشته باشد (۲۰). دوراندیش و سالملا (۲۰۰۲) مشخص نمودند که صبر می‌تواند لازم‌تصمیم‌گیری مناسب در میان افراد باشد. بدون شک بهره‌گیری از ظرفیت‌های صبر در مسیر عملکردی ورزشکاران می‌تواند بیش از پیش اهمیت این متغیر را مشخص نماید. با توجه به اهمیت تصمیم‌گیری در فضای رقابتی ورزش، صبر می‌تواند زمینه‌جدي جهت انجام فعالیت‌های مناسب و کلیدی در میان ورزشکاران را فراهم نماید (۲۱).

با توجه به اهمیت مقوله موفقیت ورزشی، تلاش جهت دستیابی به آن به‌عنوان یک دغدغه مدنظر قرار گرفته است. صبر نقش مهمی در روند تمرکز و تفکر ورزشکاران دارد و آنان را جهت حضور در رویدادهای ورزشی مهیا می‌سازد. بهره‌گیری ورزشکاران از

ظرفیت‌های صبر می‌تواند منجر به ایجاد عملکرد مطلوب از سوی آنان گردد (۱۲). از طرفی بهبود موفقیت ورزشی می‌تواند ظرفیت‌های مطلوبی را در حوزه‌های فردی و گروهی ایجاد گردیده است. از طرفی با توجه به اهمیت صبر در حوزه‌های ورزشی، پژوهش‌های مختلفی در این حوزه به انجام نرسیده است. خلأ پژوهشی در حوزه بررسی نقش ابعاد صبر بر موفقیت ورزشکاران نخبه دوومیدانی سبب گردیده است تا راهکارهای مدونی در جهت بهبود موفقیت ورزشکاران نخبه دوومیدانی ایجاد نگردد. این مسئله از طرفی توانسته است تا روند توسعه موفقیت ورزشکاران نخبه دوومیدانی را نیز تحت الشعاع قرار دهد. پی‌بردن به ظرفیت‌های صبر در جهت موفقیت ورزشی ورزشکاران نخبه می‌تواند نقش مهم و تعیین‌کننده‌ای در جهت بهره‌گیری از صبر در رشته دو و میدانی شود. به عبارتی پی‌بردن به نقش صبر در جهت موفقیت ورزشی ورزشکاران می‌تواند دغدغه بهره‌گیری از صبر و ایجاد سیستمی جهت ارتقا آن در باشگاه‌های ورزشی را فراهم نماید. بدون شک صبر با توجه به ظرفیت‌های خود در جهت تاثیرگذاری بر نگرش و رفتارهای ورزشکاران، می‌تواند تغییرات مثبتی در میان ورزشکاران ایجاد نماید. پی‌بردن به ظرفیت‌های صبر در حوزه‌های ورزشی می‌تواند روند بهره‌گیری از این متغیر را تسهیل نماید. انجام پژوهش حاضر می‌تواند به واسطه ارتقا سیستم‌های ذهنی و رفتاری، شرایطی را جهت موفقیت‌های ورزشی ورزشکاران نخبه به خصوص در رشته دو و میدانی فراهم نمود. با توجه به سیستم و ماهیت ورزش دو و میدانی که یک ورزش رکورد محور است، صبر می‌تواند لازمه ایجاد انگیزش در میان آنان نیز باشد. به عبارتی صبر می‌تواند سیستم انگیزشی موجود در میان ورزشکاران این رشته را فعال و از ایجاد برخی ویژگی‌های منفی از جمله فرسودگی

1. Nicholls, Polman, Levy & Backhouse



انتخاب شدند. این افراد با توجه به پراکندگی جغرافیایی در سطح کشور و همچنین بخش‌های مختلف این رشته ورزشی مشخص شدند. بدین صورت که بر حسب مناطق جغرافیایی کشور (شمال، جنوب، غرب، شرق و مرکز) و همچنین رشته‌های ورزشی مختلف به نمونه‌گیری اقدام گردید.

ابزار و شیوه‌های گردآوری

ابزار پژوهش شامل پرسش‌نامه‌های زیر بود:

پرسش‌نامه صبر

پرسش‌نامه سنجش میزان صبر توسط خرمائی و همکاران در سال ۲۰۱۴ طراحی شد. این پرسش‌نامه حاوی ۲۵ سؤال است که پنج مؤلفه را شامل می‌شود. متعالی شدن، شکیبایی، رضایت، استقامت و درنگ پنج مؤلفه این پرسش‌نامه را تشکیل می‌دهند. خرمائی و همکاران (۲۰۱۳) روایی و پایایی این مقیاس را مورد بررسی قرار دادند. آن‌ها برای سنجش پایایی از آلفای کرونباخ استفاده کردند. آلفای کرونباخ خرده مقیاس‌ها در این پژوهش بدین شکل دست آمد: متعالی شدن ۰/۸۴، شکیبایی ۰/۶۷، رضایت ۰/۶۰، استقامت ۰/۶۱، درنگ ۰/۶۸. همچنین نتایج تحلیل عاملی به روش مؤلفه‌های اصلی همراه با چرخش واریماکس نشان‌دهنده وجود ۵ مؤلفه صبر بود که به ترتیب متعالی شدن، شکیبایی، رضایت، استقامت و درنگ نام‌گذاری شدند. این ۵ مؤلفه ۵۲ درصد واریانس کل نمونه را تبیین نمودند.

پرسش‌نامه میزان موفقیت ورزشی

پرسش‌نامه موفقیت ورزشی در سال (۲۰۱۴) توسط موسوی و واعظ موسوی برای ارزیابی ابعاد مختلف موفقیت در ورزش (اجرای روان، توجه، تکنیک، حساسیت به خطا، تعهد، پیشرفت) طراحی، تدوین و هنجاریابی شده است. این پرسش‌نامه مشتمل بر ۲۹ سؤال و ۶ بعد است و بر اساس طیف پنج‌گزینه‌ای (لیکرتی) به سنجش موفقیت ورزشی می‌پردازد.

جولوگیری نماید. به عبارتی پی بردن به کارکردهای صبر در برخی ویژگی‌های ورزشکاران نخبه دو و میدانی می‌تواند لازمه ایجاد شواهدی ارزشمند در جهت توسعه قابلیت‌های صبر در سیستم‌های تمرینی ورزشکاران باشد. از طرفی با توجه به نبود شواهد کافی در خصوص نقش ابعاد صبر بر موفقیت ورزشکاران نخبه دوومیدانی انجام پژوهش حاضر می‌تواند ظرفیت‌های مطلوبی را در جهت ارتقا توجه به کارکردهای صبر در حوزه عملکردی ورزشکاران ایجاد نماید. با این توجه پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش ابعاد صبر بر موفقیت ورزشکاران نخبه دوومیدانی طراحی و اجرا گردید.

روش‌شناسی پژوهش

این پژوهش به لحاظ هدف از نوع پژوهش‌های کاربردی و به لحاظ روش اجرا میدانی و به لحاظ نوع تحلیل توصیفی-همبستگی است.

شرکت‌کنندگان

جامعه آماری تحقیق را کلیه ورزشکاران دوومیدانی کار تشکیل می‌دهد. حجم نمونه بر اساس مدل خوشه‌ای تعداد ۲۷۳ نفر از دوومیدانی‌کاران نخبه تعیین شده است.

جامعه آماری این پژوهش از دو گروه تشکیل شده است:

- ورزشکاران مرد دوومیدانی کار شامل کلیه ورزشکاران تیم‌های منتخب بزرگسالان و نوجوانان سراسر ایران بودند.
- ورزشکاران زن دوومیدانی کار شامل کلیه ورزشکاران گروه‌های منتخب بزرگسالان و نوجوانان سراسر ایران بودند.

جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه ورزشکاران زن و مرد دوومیدانی کار سراسر ایران بودند. تعداد ۲۷۳ نفر ورزشکار، زن (۱۲۹ نفر) و مرد (۱۴۴)، به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای به‌عنوان گروه نمونه



یافته‌ها

نتایج توصیفی پژوهش حاضر نشان داد که ۴۷/۳ در صد پاسخگویان زن و ۵۲/۷ درصد پاسخگویان را مرد تشکیل می‌دهند. همچنین نتایج نشان داد که ۲۰/۵ در صد پاسخگویان دارای مدرک تحصیلی دیپلم، ۳۵/۹ درصد پاسخگویان دارای مدرک تحصیلی فوق‌دیپلم و ۷/۷ درصد پاسخگویان دارای مدرک لیسانس و ۳۵/۹ درصد پاسخگویان دارای فوق‌لیسانس بوده‌اند. نتایج نشان داد که سن ۳/۳ درصد پاسخگویان کمتر از ۱۶ سال، ۴۵/۴ درصد بین ۱۶-۲۰ سال، ۴۰/۷ درصد بین ۲۱-۲۵ سال و ۱۰/۶ درصد بالای ۲۵ سال سن دارند. نتایج آزمون کلوموگراف-اسمیرنوف نشان داد که توزیع داده‌های پژوهش حاضر طبیعی است. با توجه به طبیعی بودن توزیع داده‌ها مشخص گردید که از نرم‌افزارهای کوواریانس‌محور و نرم‌افزار ایموس می‌بایستی استفاده گردد. جدول شماره ۱ میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

سنجش پایای مقیاس با استفاده از روش‌های همسانی درونی (۰/۸۹) و بازآزمایی در فاصله ۲۱ روز (۰/۹۰) محاسبه شده است. برای تعیین اعتبار (روایی محتوایی) از بررسی نظرات خبرگان استفاده گردید. جهت بررسی میزان پایایی از محاسبه آلفای کرونباخ استفاده گردید. پایایی پرسش‌نامه صبر میزان ۰/۸۹ و پایایی پرسش-نامه موفقیت ورزشی میزان ۰/۸۸ مشخص گردید.

روشنی پردازشی داده‌ها

به منظور تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش حاضر از آمار توصیفی و استنباطی استفاده گردید. در بخش آمار توصیفی از میانگین و انحراف استاندارد استفاده گردید. در بخش آزمون استنباطی از آمار کلوموگراف اسمیرنوف جهت تعیین وضعیت توزیع داده‌های پژوهش استفاده گردید. همچنین از آزمون معادلات ساختاری جهت بررسی مدل پژوهش استفاده گردید. کلیه روند تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش حاضر در نرم‌افزارهای اسپاس و ایموس انجام گردید.

جدول ۱- میانگین و انحراف معیار متغیرها

Table 1- Mean and standard deviation of variables

انحراف استاندارد Standard Deviation	میانگین Mean	متغیر Variable
0.562	2.87	صبر Patience
0.692	2.91	موفقیت در ورزش Success in sports

بین متغیرها را نشان می‌دهد.

جدول شماره ۲، نتایج مربوط به ماتریس همبستگی



جدول ۲- ماتریس همبستگی بین متغیرها

Table 2: Correlation matrix between variables

متغیر	صبر	متعالی شدن	شکیبایی	رضایت	استقامت	درنگ
Variable	Patience	Transcendence	Patience	satisfaction	Endurance	Delay
موفقیت در ورزش	0.587*	0.421*	0.628*	0.517*	0.529*	0.607*
Success in sports						

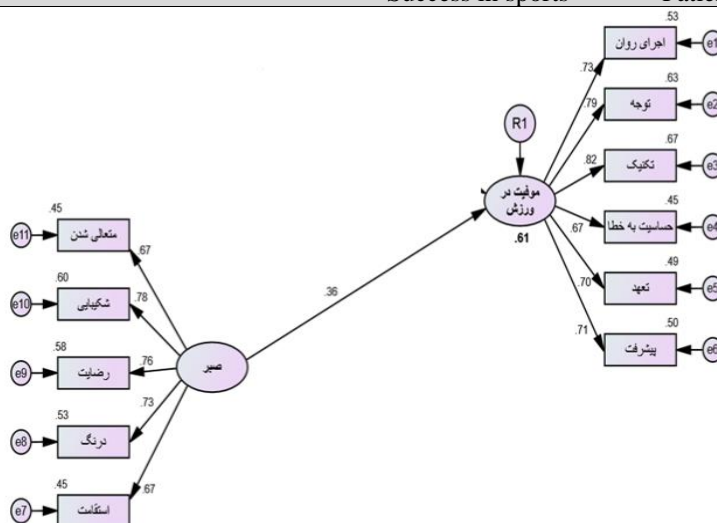
*: معناداری در سطح ۰/۰۵

مطابق با نتایج جدول ۲ مشخص گردید که میان متغیرهای پژوهش روابط معناداری وجود دارد. جدول شماره ۳، نتایج مربوط به ضرایب مسیر بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. همچنین شکل شماره ۱ و ۲ مدل پژوهش در حالت ضرایب مسیر و میزان تی را نشان می‌دهد.

جدول ۳- ضرایب مسیر معنادار در مدل

Table 3- Significant path coefficients in the model

نتیجه	t-value	ضریب مسیر	متغیر
Result		Path coefficient	Variable
			متغیر پیش‌بین
			Predictive variable
تأیید	5.283	0.36	صبر
			موفقیت در ورزش
			Success in sports
			Patience



شکل ۱- مدل پژوهش در حالت استاندارد

Figure 1- Research model in standard mode



رابطه تأیید می‌شود. به عبارتی صبر بر موفقیت در ورزش در بین دوومیدانی کاران نخبه اثر مثبت و معناداری دارد؛ و هر اندازه صبر بالا رود میزان موفقیت در ورزش نیز افزایش می‌یابد. جدول شماره ۴، وضعیت برازش مدل پژوهش را نشان می‌دهد.

مطابق با نتایج جدول می‌توان گفت که ضریب مسیر بین صبر و موفقیت در ورزش در بین دوومیدانی کاران نخبه برابر با ۰/۳۶ است؛ همچنین مقدار آماری تی (ضریب معناداری) برای این دو متغیر برابر با ۵/۲۸ است و چون این مقادیر بیشتر از $\pm 1/96$ است لذا این

جدول ۴- شاخص‌های بزارش مدل

Table 4. Model reporting indicators

NFL	AGFI	GFI	CFI	RSMEA	X2/df	شاخص Index
بالاتر از ۰/۹	بالاتر از ۰/۹	بالاتر از ۰/۹	بالاتر از ۰/۹	کمتر از ۰/۰۵	کمتر از سه	معیار Criterion
Above 0.9	Above 0.9	Above 0.9	Above 0.9	Less than 0.5	Less than 3	
0.924	0.925	0.920	0.923	0.004	2.067	میزان Level
مطلوب	مطلوب	مطلوب	مطلوب	مطلوب	مطلوب	وضعیت Condition
Optimal	Optimal	Optimal	Optimal	Optimal	Optimal	

اخلاقی و راهبردهایی مانند برنامه‌های رقابتی توسعه‌یافته، مهارت‌های مقابله‌ای، کنترل افکار و هیجان، مدیریت انگیزش و تمرکز مجدد استفاده می‌کنند. شواهد حاکی از آن است که ورزشکاران موفق دارای مهارت‌های ذهنی مانند تعهد، انگیزش، تمرکز، اعتمادبه‌نفس، تصویرسازی، تنظیم اهداف، خودگویی مثبت، کنترل اضطراب و توانایی مقابله با مشکلات (صبر) هستند (۲۲).

صبر به عنوان یکی متغیرهای کلیدی می‌تواند نقش مهمی در بهبود ظرفیت‌های فردی داشته باشد و برخی مسائل نگرشی و رفتاری افراد را تحت الشعاع قرار دهد. بهره‌گیری از صبر می‌تواند در حوزه ورزش، منجر به ارتقا تمرکز ورزشکاران گردد. صبر یکی از ویژگی‌های رفتاری است که می‌تواند منجر به کاهش رفتارهای منفی افراد گردد. این مسئله نقش مهمی در کاهش میزان برخی تنش‌ها و استرس‌های ناخواسته وارد شده به ورزشکاران دارد. این خود می‌تواند زمینه‌ساز جدی جهت موفقیت ورزشی ورزشکاران را فراهم نماید.

مطابق با نتایج برازش پژوهش نشان داد که مدل پژوهش حاضر از برازش مناسبی برخوردار است.

بحث و نتیجه‌گیری

یکی از چالش‌های مهم در علوم ورزشی، شناسایی عوامل تأثیرگذار در اکتساب و حفظ موفقیت ورزشی است. موفقیت ورزشی، فرآیند یادگیری فعالی است که در اثر تمرین هدفمند و بهبود مهارت‌های ضروری برای رسیدن به سطح بالایی عملکرد ورزشی و پیروزی به دست می‌آید (۳). عملکرد مطلوب در ورزش حاصل ترکیبی از توانایی‌های فنی (تکنیکی و تاکتیکی)، جسمانی (قدرت، سرعت و غیره)، روانی (تمرکز، اعتمادبه‌نفس، مهار اضطراب و غیره) و اخلاقی (شجاعت، ترسی، استقامت، صبر و غیره) است. فقدان هرکدام از موارد گفته‌شده مانع عملکرد مطلوب ورزشکاران می‌شود. ورزشکاران برای رسیدن به اوج عملکرد ورزشی از مهارت‌های شناختی، رفتاری،



صبر یکی از شاخص‌های مهم در روند موفقیت ورزشکاران است. صبر به عنوان یک ویژگی رفتاری می‌تواند در عرصه رقابت‌های ورزشی، در کنترل رفتارهای افراد نقش مهمی داشته باشد. صبر یکی از ویژگی‌های مناسب در عرصه‌های ورزشی است که در میان ارکان مختلف ورزش نقش مهم و تعیین‌کننده‌ای دارد. بهره‌گیری از صبر می‌تواند در روند حرکات خشونت‌آمیز ورزشکاران نیز مهم و کلیدی باشد. با توجه به این که عملکرد ورزشکاران تا حدی تحت تأثیر حرکات و رفتارهای آنان در محیط مسابقه است، لذا صبر به واسطه ارتقا برخی ویژگی‌ها از جمله استقامت، درنگ، رضایت، شکیبایی و متعالی شدن می‌تواند منجر به کاهش این رفتارها در میان افراد گردد.

ساجز و همکاران (۲۰۲۰) مشخص نمودند که در مسیر کسب موفقیت‌های ورزشی، انگیزش نقش مهمی دارد. به نظر می‌رسد انگیزش در میان ورزشکاران به خصوص ورزشکاران نخبه دو و میدانی به واسطه بروز برخی رفتارها از جمله صبر می‌تواند شکل گیرد (۱۹). دوران‌دبوش و سالملا (۲۰۰۲) مشخص نمودند که صبر به عنوان یک وضعیت مطلوب رفتاری می‌تواند زمینه جهت شکل‌گیری انگیزش را نیز فراهم نماید. با توجه به تأثیرگذاری معناداری صبر بر موفقیت ورزشی ورزشکاران نخبه، مشخص می‌گردد که صبر به واسطه بهبود مولفه‌هایی از جمله متعالی شدن، شکیبایی، رضایت، استقامت و درنگ می‌تواند نقش مهم و تأثیرگذاری بر حوزه‌های رفتاری و نگرشی داشته باشد (۲۱). این مسئله خود می‌تواند زمینه جدی جهت ارتقا موفقیت ورزشی ورزشکاران را فراهم نماید (۲۳). بدین صورت صبر به واسطه ظرفیت‌های خود در مولفه‌های متعالی شدن، شکیبایی، رضایت، استقامت و درنگ می‌تواند نقش مهم و تعیین‌کننده‌ای در جهت بهبود سطح موفقیت‌های ورزشی ورزشکاران نخبه به خصوص ورزشکاران نخبه رشته دو و میدانی داشته باشد. در زمینه صبر، می‌توان گفت که گستردگی تأثیرات مثبت

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که صبر بر موفقیت در ورزش در بین دوومیدانی کاران نخبه اثر مثبت و معناداری دارد؛ و هر اندازه صبر بالا رود میزان موفقیت در ورزش نیز افزایش می‌یابد. در پژوهش‌های اندکی به این مسئله اشاره شده است. رواق و گلی (۲۰۱۴) مشخص نمودند که صبر می‌تواند در بهبود وضعیت روانی افراد تأثیرگذار باشد و آنان را مهیا موفقیت نماید (۱۷). نیکولاس و همکاران (۲۰۰۹) نیز مشخص نمودند که موفقیت ورزشی ورزشکاران تحت تأثیر استحکام ذهنی آنان است (۱۸). اسپنیتکر و همکاران (۲۰۲۰) مشخص نمودند که صبر به عنوان یک عامل موثر در کاهش تنش‌های ذهنی کاربرد بسیاری دارد. این مسئله می‌تواند نشان دهنده ظرفیت‌های صبر در حوزه‌های عملکردی باشد (۱۶). ورزش دو و میدانی از جمله ورزشکاران رکورد محور است که می‌بایستی در آن ورزشکاران رکوردهای خود را در طول زمان و به صورت اندک اندک کاهش دهند. موفقیت در ورزش دو و میدانی یک مسئله پله‌ای است که می‌بایستی به صورت مستمر و اندک شکل گیرد. این مسئله سبب گردیده است تا انگیزش به عنوان یک متغیر مهم در میان این افراد مشخص گردد. صبر به عنوان یک حالت روانی مناسب در میان ورزشکاران نخبه دو و میدانی می‌تواند نقش مهم و تعیین‌کننده‌ای در جهت حفظ انگیزش ورزشکاران داشته باشد. لذا این انگیزش خود می‌تواند ضمن تداوم فعالیت‌های تمرینی در این رشته ورزشی، باعث گردد تا ورزشکاران از سطح رکوردی مناسبی در طول زمان برخوردار باشند.

در تفسیر این مسئله لازم به ذکر است که صبر به عنوان یک متغیر کلیدی می‌تواند در بهبود شرایط ذهنی و روانی ورزشکاران تأثیرگذار باشد و آنان را جهت موفقیت‌های ورزشی آماده نماید. از طرفی صبر ظرفیت‌های مطلوبی در جهت استحکام ذهنی ورزشکاران ایجاد می‌نماید که این مسئله نقش زیادی در بهبود شرایط عملکردی ورزشکاران خواهد داشت.



کننده‌ای در جهت ارتقا سیستم های انگیزشی ورزشکاران داشته باشد و آنان را از سطح مطلوبی از مقامت روان‌شناختی برخوردار نماید. بدون شک صبر می‌تواند ضمن نفوذ بر مسائل ذهنی ورزشکاران، باعث گردد تا آنان از سطح فکری مطلوب‌تری در جهت حضور در رویدادهای ورزشی برخوردار باشند.

بهره‌گیری از ظرفیت‌های صبر در بهبود قابلیت‌های ورزشی افراد باعث شده است تا نقش مهمی در موفقیت‌های ورزشکاران به خصوص در رشته دو-میدانی داشته باشد. با توجه به این که رشته دو-میدانی یکی از رشته‌های ورزشی است که دارای ماهیتی بر اساس رکورد است، لذا صبر می‌تواند در انگیزش ورزشی این ورزشکاران و تلاش جهت برخورداری از موفقیت‌های ورزشی نقش مهم و تعیین‌کننده‌ای داشته باشد. به عبارتی صبر می‌تواند از فرسودگی و ورزشی و کاهش انگیزه آنان جهت موفقیت‌های ورزشی بکاهد و شرایط را جهت عملکرد مطلوب در میان ورزشکاران فراهم نماید. از این رو صبر و مولفه‌های آن از جمله استقامت، درنگ، رضایت، شکیبایی و متعالی شدن می‌تواند نقش مهمی در عملکرد و موفقیت ورزشکاران نخبه دو و میدانی داشته باشد. این مسئله سبب گردیده است تا صبر و ابعاد آن به‌واسطه درگیر نمودن عملکرد ذهنی ورزشکاران، زمینه را جهت بهبود موفقیت ورزشی آنان فراهم نماید. با توجه به نتایج پژوهش حاضر پیشنهاد می‌گردد تا دوره‌های آموزشی در جهت بهبود مهارت‌های ورزشکاران در خصوص متغیر صبر و ابعاد آن برگزار شود. همچنین پیشنهاد می‌گردد ارزیابی‌های مدونی در جهت شناسایی وضعیت صبر ورزشکاران اجرایی گردد. در جهت انجام پژوهش حاضر محدودیت‌هایی از جمله عدم امکان بررسی سایر رشته‌های ورزشی و همچنین عدم مقایسه متغیرهای پژوهش در میان ورزشکاران حرفه‌ای و مبتدی وجود داشت.

این فضیلت اخلاقی، چه در سطح فرد و چه در سطح جامعه به اندازه‌ای است که می‌توان آن را یکی از مهم‌ترین شاخص‌های سلامت فرد و جامعه دانست. شاید به همین دلیل است که خداوند می‌فرماید ((خداوند صابران را دوست دارد) (آل عمران، ۱۴۶). از سوی دیگر دیدیم که صفت صبر بیش از آن که ذاتی و اولیه باشد، صفتی ثانویه و اکتسابی است. صبر می‌تواند محصول معرفت باشد به همین دلیل است که در روایتی از حضرت علی (ع) نقل شده که "صبر میوه یقین است". کاملاً روشن است که یقین نیز به‌نوبه خود نتیجه شناخت و معرفت است. بین مفاهیم دینی و اخلاقی نظیر ایمان، توکل، یقین، معرفت و صبر و امثال آن همواره رابطه‌ای دوسویه برقرار است. بنابراین، هر گاه صحبت از مفاهیم دینی و اخلاقی به میان می‌آید، به نظر می‌رسد که باید بین آن‌ها رابطه‌ای دیالکتیکی تصور کرد. رابطه‌ای که دوسویه و چرخه‌ای بودن از مختصات آن است. بدین ترتیب می‌توان تصور کرد که میزانی از معرفت و آگاهی درجه‌ای از ایمان را ایجاد می‌کند و سپس در مرحله بعد، خود ایمان منجر به درجه‌ای از توکل شده و توکل نیز به‌نوبه خود به صبر منتهی می‌شود. در این جا، این خط سیر به اتمام نمی‌رسد، بلکه مجدداً صبر در افزایش و تعمیق معرفت حق و آگاهی و نزدیک شدن به یقین مؤثر واقع می‌شود و سپس در گام بعدی ارتقای معرفت، موجد مرتبه بالاتری از ایمان می‌گردد و به تبع آن، توکل به خدا نیز محکم‌تر و ریشه‌ای‌تر می‌شود. به همین دلیل است که بنا به گفته حضرت علی (ع) نسبت صبر به ایمان، همچون سر به بدن است. زیرا صبر به‌واسطه نقش معرفتی‌اش سهم مهمی در شکل‌دهی و رشد ایمان دارد. بدون شک پرداختن به مسئله صبر و تقویت آن در میان ورزشکاران می‌تواند نقش مهم و تعیین



پیام مقاله

با توجه به نتایج پژوهش حاضر پیشنهاد می‌گردد تا دوره‌های آموزشی در جهت بهبود مهارت‌های ورزشکاران در خصوص متغیر صبر و ابعاد آن برگزار شود. همچنین پیشنهاد می‌گردد ارزیابی‌های مدونی در جهت شناسایی وضعیت صبر ورزشکاران اجرایی گردد.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش

این پژوهش با اهداف بنیادی مطابق با دستورالعمل - های پژوهشی و رعایت همه اصول اخلاقی انجام پذیرفته است.

حامی مالی

این پژوهش هیچ گونه کمک مالی از سازمان‌های تأمین مالی در بخش‌های عمومی، تجاری یا غیرانتفاعی دریافت نکرد.

مشارکت نویسندگان

نویسندگان در طراحی، اجرا و نگارش بخش‌های پژوهش مشارکت یکسانی داشته‌اند.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، این مقاله تعارض منافع ندارد.

تشکر و قدردانی

از همه کسانی که ما را در امر این پژوهش یاری رساندن کمال تشکر و قدردانی را داریم.

منابع

- López de Subijana, C., Ramos, J., Garcia, C., & Chamorro, J. L. The employability process of Spanish retired elite athletes: Gender and sport success comparison. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2020; 17(15), 5460.
- Funahashi, H., Shibli, S., Sotiriadou, P., Mäkinen, J., Dijk, B., & De Bosscher, V.. Valuing elite sport success using the contingent valuation method: A transnational study. *Sport management review*, 2020; 23(3), 548-562.
- Starkes J L, Ericsson K A. Expert performance in sports: Advances in research on sport expertise. Champaign, IL: Human Kinetics;2003.
- Vaez Mosavi, S. & Mosayebi, F. *Sport Psychology*. Samat Publications. Third Edition. 2010. In Persian.
- Biglari, N., HosainiNia, S.R., & Biglari, F. The Effect of Mental Hardiness on Happiness and Sport Performance among Futsal Player Female Students. *Journal of Sport Psychology Studies*, 2019; 28, 221-38. In Persian
- Khormaim, F. Faramani, A. & Soltani, E. The Role of Patience as a Moral Virtue and Personality in Predicting Students' Hope, *Journal of Medical History*, 2013;7 (28), 167-199. In Persian.
- Duberstein, PR. Conner, KR., Conwell, Y. Cox, C. Personality correlates of hopelessness in depressed inpatients 50 years of age and older. *Journal of Personality Assessment*, 2001; 77 (2), 380-90.
- Halldorsson, V. National sport success and the emergent social atmosphere: The case of Iceland. *International Review for the Sociology of Sport*, 2020.1012690220912415



9. Besharat, M; Salehi, M; Shah Mohammadi, Kh; Nadali, H; Zebardast, A. The Relationship between Resilience and Hard Work with Sports Success and Mental Health in Athletes, *Contemporary Psychology*, 2009; 3 (2). In Persian.
10. Saki, R. HossinPoor, J. & Nasri, F. The relationship between the implementation of sports extracurriculars with success in championship sports at Imam Khomeini University of Marine Sciences in Nowshahr. *Journal of Marine Science Education*, 2015; 4, 75-70. In Persian.
11. Ward, P., & Williams, A. M. Perceptual and cognitive skill development in soccer: The multidimensional nature of expert performance. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2003; 25, 93-111.
12. Koç, Y. A study on the relationship between high school students' physical education course sportsmanship behaviors and their patience levels. *Recent Developments in Education*, 2017; 191-200.
13. Pavlidis, A. Being grateful: Materialising 'success' in women's contact sport. *Emotion, Space and Society*, 2020; 35, 100673.
14. Sachs, M. L., Tashman, L. S., & Razon, S. (Eds.). *Performance excellence: Stories of success from the real world of sport and exercise psychology*. Rowman & Littlefield Publishers. 2020.
15. HossinSabet, F. & Attai, H. Investigating the Relationship between Spiritual Intelligence and Patience and Perceived Stress in Students, *Journal of Research in Religion and Health*, 2016; 2 (1), 26-33. In Persian.
16. Schnitker, S. A., Houltberg, B. J., Ratchford, J. L., & Wang, K. T. Dual pathways from religiousness to the virtue of patience versus anxiety among elite athletes. *Psychology of Religion and Spirituality*, 2020; 12(3), 294.
17. Ravagh, M. & Goli, M. Investigating the role of patience in mental health according to verses and hadiths, *International Conference on Psychology and Culture of Life*. 2014; In Persian.
18. Nicholls, A. R., Polman, R. C. J., Levy, A., & Backhouse, S. H. Mental toughness in sport: Achievement level, gender, age, experience, and sport type differences. *Personality and Individual Differences* 2009; 47, 73-75.
19. Sachs, M. L., Tashman, L. S., & Razon, S. (Eds.). *Performance excellence: Stories of success from the real world of sport and exercise psychology*. Rowman & Littlefield Publishers. 2020.
20. Jafari gilandeh, L., Madani, Y., Khabiri, M., & Golamali Lavasani, M. The Impact of " Psychological Skills Training" on Sport Success perception of Football Players. *Sport Psychology Studies*. 2021.
21. Durand-Bush N, Salmela J H. The Development and maintenance of expert athletic performance: Perceptions of world and olympic champion. *J of applied Sport Psychology*, 2002; 14, 154-71.



22. Loland, S. Fair play in sport: A moral norm system. *German Journal of Exercise and Sport Research*, 2003;33(1), 90-92.
23. Villa R. Internal Audit Role in Order to Develop an Ethical Corporate Culture as a Competitiveness Facto. Fourth Annual Forum on Business Ethics and Corporate Social Responsibility in a Global Economy. Milan.2007, 13th September.2007.

ارجاع دهی

آقایی، جهانگیر؛ نیک‌روان، محمد؛ و صابونچی، رضا. (۱۴۰۱). پیش‌بینی موفقیت ورزشکاران نخبه‌دو و میدانی بر اساس ابعاد صبر. *مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۱۱(۴۰)، ۶۲-۱۴۵. شناسه دیجیتال: 10.22089/SPSYJ.2021.10431.2154

Aghae, j; Nik Ravan, M; & Saboonchi, R. (2022). Predicting the Success of Elite Track and Field Athletes Based on the Dimensions of Patience. *Sport Psychology Studies*, 11(40), 145-62. In Persian. DOI: 10.22089/SPSYJ.2021.10431.2154

