

Research Article

Detection of Cognitive, Affective, and Behavioral Items Related to Soccer Players' Technical and Tactical Performance

M. Bibak¹, M. Kajbaf^{2*}, H. Taher Neshat Doost² & A. Movahedi³

1. Phd Candidate, University of Isfahan, Iran. Email: bibakmohamad74@gmail.com

2. Corresponding author, Professor of Psychology, University of Isfahan. Iran. Email: m.kajbaf2006@gmail.com- H.neshat@edu.ui.ac.ir

3. Professor of Psychomotor learning and development, University of Isfahan, Iran. Email: armovahedi@yahoo.com

Abstract

Aim: The present study aimed to detect cognitive, affective, and behavioral items related to soccer players' technical and tactical performance. **Method:** The method of this study was Thematic Analysis (King, 2004). First, using exploratory study of specialized texts, units were identified and encoded and also units of each category were determined. Then by nonprobability based qualitative-purposive sampling method and via exploratory interviews with soccer players (n=25), coaches (n=11) and football specialists (n=50), statements were identified, then a network of comprehensive themes was made and then main themes and categories were identified. **Results:** The themes and categories included cognitive items (20 items), affective items (13 items), behavioral items (16 items), cognitive- affective items (9 items), cognitive- behavioral items (6 items), affective- behavioral items (6 items), social items (6 items), basic items (3 items) and team items (11 items). **Conclusion:** Detection of cognitive, affective, and behavioral items related to soccer players' technical and tactical performance, is useful and effective to distinguish successful soccer players, performance technical and tactical improvement, maintenance successful soccer players, counseling, injury prevention, and rehabilitation.

Key words: *Affective Item, Behavioral Item, Cognitive Item, Football player, Sport Performance*

Citation: Bibak, M., Kajbaf, M., Taher Neshat Doost, H., & Movahedi, A. (2023). Detection of Cognitive, Affective, and Behavioral Items Related to Soccer Players' Technical and Tactical Performance. *Quarterly of Applied Psychology*, 17 (1):81-106.

کشف مؤلفه‌های شناختی، عاطفی و رفتاری مرتبط با عملکرد ورزشی فردی و گروهی فوتبال‌بایست‌ها

محمد بی‌باک^۱، محمداقبر کجیاف^{۲*}، حمید طاهر نشاط دوست^۳ و احمد رضا موحد^۴

۱. دانشجوی دکتری روان‌شناسی دانشگاه اصفهان، ایران. ایمیل: bibakmohamad74@gmail.com

۲. استادگروه روان‌شناسی دانشگاه اصفهان، ایران. ایمیل: m.kajbaf2006@gmail.com-H.neshat@edu.ui.ac.ir

۳. استادگروه رفتار حرکتی دانشگاه اصفهان ایران. ایمیل: armovahedi@yahoo.com

چکیده

هدف: افراد مبتلا به اختلال افسردگی اساسی نقایصی در شناخت گرم مانند سوگیری توجه نسبت به محرک‌های منفی نشان می‌دهند. همچنین سطح پایینی از عاطفه مثبت و سطح بالایی از عاطفه منفی را تجربه می‌کنند. هدف پژوهش حاضر بررسی تأثیر تحریک الکتریکی فراجمجمه‌ای قشر خلفی- جانبی و شکمی- میانی پیش‌پیشانی بر سوگیری هیجانی و عاطفه افراد مبتلا به اختلال افسردگی اساسی بود. **روش:** در این پژوهش از طرح متقاطع یک سو کور استفاده شد. ۲۳ بزرگسال مبتلا به اختلال افسردگی اساسی طی سه جلسه سه نوع متفاوت تحریک شامل: (۱) تحریک قشر خلفی- جانبی و مهار قشر شکمی- میانی پیش‌پیشانی (۲) مهار قشر خلفی- جانبی و تحریک قشر شکمی- میانی پیش‌پیشانی و (۳) شبه تحریک دریافت کردند و عملکردشان به وسیله آزمون کامپیوتری دات پروب و پرسشنامه عاطفه مثبت و منفی (پاناس) ارزیابی شد. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد که بین حالت‌های مختلف تحریک در سوگیری توجه در بیماران افسرده تفاوت معناداری وجود ندارد. در رابطه با وضعیت عاطفی زمانی که افراد در ناحیه قشر خلفی- جانبی پیش‌پیشانی تحریک آندی و در ناحیه قشر شکمی- میانی تحریک کاتدی می‌شدند، تفاوت در سطح $p < 0/05$ معنادار بود. **نتیجه‌گیری:** سوگیری توجهی نوعی از شناخت گرم است و این شناخت در افسردگی تحت تأثیر قرار می‌گیرد. در این پژوهش تحریک الکتریکی فراجمجمه‌ای در نواحی درگیر این شناخت در نمرات سوگیری توجه بیماران تغییری ایجاد نکرد. با این حال، تحریک الکتریکی توانست وضعیت عاطفی افراد مبتلا به اختلال افسردگی را با کاهش شدت عاطفه منفی، بهبود ببخشد.

کلید واژه‌ها: عملکرد ورزشی، فوتبال‌بایست، مؤلفه‌های رفتاری، مؤلفه‌های شناختی، مؤلفه‌های عاطفی

استناد به این مقاله: بی‌باک، محمد، کجیاف، محمداقبر، طاهر نشاط دوست، حمید، و موحد، احمد رضا. (۱۴۰۲). کشف مؤلفه‌های شناختی، عاطفی و رفتاری مرتبط با عملکرد ورزشی فردی و گروهی فوتبال‌بایست‌ها. فصلنامه علمی- پژوهشی روان‌شناسی کاربردی، ۱۷ (۱ پیاپی ۶۵)، ۸۲-۱۰۶.

مقدمه

فوتبال ورزشی جذاب، پرطرفدار و مردمی‌ترین ورزش دنیا است و علاوه بر داشتن ابعاد روان-شناختی، اجتماعی، فرهنگی، سیاسی، اقتصادی و ورزشی، نقش مهمی در تفریح و سرگرمی، ارتقا سلامت و شکل‌دهی گروه‌ها و اجتماعات دارد (اوراز و مزو، ۲۰۱۵). یکی از زمینه‌های علوم ورزشی که در سال‌های اخیر موجب ارتقای کیفیت عملکرد فوتبالیست‌ها و ثبت رکوردهای بهتر و برتری آن‌ها در رقابت‌ها شده است، علم روان‌شناسی ورزش است (سهرابی و فتحی، ۱۳۹۳). این رشته به مربیان و ورزشکاران کمک می‌کند تا پس از ارزیابی‌های روان‌شناختی، راهبردهای مداخله‌ای مورد نیاز ورزشکاران را طراحی و اعمال نمایند (کاکس، ۱۳۹۲). پژوهش‌ها نشان می‌دهند نه تنها فراگیری مهارت‌های روان‌شناختی عمومی برای ورزشکاران و مربیان ضروری است، بلکه هر رشته ورزشی به مهارت‌های روان‌شناختی مخصوص خود نیازمند می‌باشد (فریتاس، دیاس و فونکا، ۲۰۱۳). امروز همه به خوبی می‌دانند که برای یک فوتبالیست نخبه شدن، علاوه بر ویژگی‌های جسمانی مهم، وجود و استفاده مؤثر از مؤلفه‌ها و مهارت‌های روان‌شناختی نیز لازم و ضروری است (فرناندز و جانسون، ۲۰۲۱). در روان‌شناسی ورزش از نظر پیشینه نظری سه رویکرد غالب مطرح شده است (واینبرگ و گولد، ۲۰۱۹): ۱. رویکرد روان فیزیولوژیک، ۲. رویکرد روانی-اجتماعی و ۳. رویکرد شناختی-رفتاری. از آنجایی که در فوتبال شناسایی عوامل روان‌شناختی مؤثر بر عملکرد فوتبالیست‌ها هم در فرآیند آموزش و هم در کیفیت عملکرد آن‌ها در مسابقات مؤثر است (استبان، آلمدیلا، مندز و توبال، ۲۰۲۰)، این پژوهش با رویکرد شناختی-رفتاری در صدد کشف مؤلفه‌های شناختی، عاطفی و رفتاری مرتبط با عملکرد ورزشی فوتبالیست‌ها می‌باشد. در تحقیقات پیشین توسط متخصصین و پژوهشگران به برخی از این مؤلفه‌ها به تفکیک پرداخته شده‌است. از جمله مؤلفه‌ها و مهارت‌های شناختی ورزشکاران فوتبالیست که به آن‌ها پرداخته شده‌است، می‌توان به این موارد اشاره نمود: واقع‌گرایی، حل مسئله، خود‌گویی (راملنس و آدزار، ۲۰۱۵)، هدف‌گزینی، تصویرسازی ذهنی (واینبرگ و گولد، ۲۰۱۹) توجه (کاستاس، کاراگئورگیس و تری، ۲۰۱۱) توجه و تمرکز، تفکر خلاق، باورها، برنامه‌ریزی و طرح‌ریزی مسابقه، تجزیه و تحلیل، کنترل فکر، بازیافت تمرکز، تمرین ذهنی، گفتگوی درونی، راهبردهای کنترل فکر، افکار و تصاویر ورزشی مثبت، خوش‌بینی، کنار آمدن با موقعیت‌های پیش‌بینی نشده هنگام منحرف شدن توجه، برنامه آماده‌سازی ذهنی پیش از مسابقه، حافظه، یادگیری، ادراک، خودکارآمدی (مولود و عبالقادر، ۲۰۱۷)، بازخورد، آگاهی از افکار و احساسات، کانون توجه و پردازش اطلاعات (واینبرگ و گولد، ۲۰۱۹).

از جمله مؤلفه‌ها و مهارت‌های عاطفی فوتبالیست‌ها که مورد توجه و پژوهش قرار گرفته است می‌توان واکنش به استرس، کنترل ترس، آرام‌سازی روانی، نیروبخشی، هوش هیجانی، همدلی، اعتماد به نفس، انگیزش پیشرفت، امیدواری، شادمانی، تنظیم استرس، پرنرژی بودن، تنظیم سطح انگیزختگی، انگیزش پیشرفت، نگرش مثبت، مصمم و متعهد بودن، روش‌های تعدیل انگیزختگی (واینبرگ و گولد، ۲۰۱۱ و ۲۰۱۹)، کنار آمدن با سختی‌ها، خوب بازی کردن تحت فشار، رهایی از نگرانی، کنترل هیجانی، آرام‌سازی و کنترل پرخاشگری (واعظ موسوی و مسیبی، ۱۳۹۱) را ذکر نمود.

از جمله مؤلفه‌ها و مهارت‌های رفتاری فوتبالیست‌ها که مورد توجه و پژوهش قرار گرفته است، می‌توان به زمان واکنش، جهت‌یابی پاسخ، سرعت حرکت، چالاکی انگشتی، چالاکی دستی، یکپارچگی پاسخ و کفایت فیزیکی (اشمیت، ۱۳۹۲)، فضا سازی انفرادی، فضا سازی گروهی، پاس-دادن و حمایت‌کردن، حمله با سانترهای قطری و سانترهای از گوش، حمله از نقاط مرکزی، دریبل‌کردن، شوت‌زدن، مهارت‌های دروازه‌بانی (متوقف کردن شوت و حمایت از دفاع، سانتر و پخش کردن توپ)، دفاع انفرادی، دفاع تیمی، شروع مجدد بازی در دفاع با ضربه‌های آزاد، ضربه‌های کرنر، پرتاب‌ها و ضربه‌های دروازه و شروع مجدد بازی در حمله با ضربه‌های آزاد مستقیم، ضربه‌های آزاد غیرمستقیم، ضربه‌های کرنر، پرتاب‌ها و ضربه‌های دروازه، سخت‌کوشی (که شامل سه بعد تعهد، کنترل و مبارزه‌طلبی است (کوالسکی، ۲۰۱۸)، نجات دروازه، دفع توپ با مشت توسط دروازه‌بان، سرزدن، پرش برای زدن توپ، تکل‌زدن، شوت در چارچوب، ضربه ایستگاهی، پرتاب‌اوت (اسماعیل‌زاده و نوشادی، ۱۳۹۲) همبستگی و انسجام تیمی (زیسیس و واسیلیون، ۲۰۱۲)، حفظ فردی توپ، نظم و انضباط (وقت‌شناسی، رعایت بهداشت و رفتاری)، برنامه تمرین و آمادگی، کنترل توپ، حمله، فرار، حریف‌گیری منطقه‌ای، حریف‌گیری تن‌به‌تن، سد کردن، بازگشت سریع، بازخیز، گل‌زدن یا تمام کردن، سرعت، حمایت از سایر بازیکنان، مقاومت کافی، شجاعت در درگیری، دید کافی، پاس‌گل‌دادن، رهبری بازی، تیم‌سازی، جهت‌گیری تیمی، مربی‌پذیری، فعال بودن، خودکاری، مهارت‌های تعاملی، همبستگی گروهی (واعظ موسوی و مسیبی، ۱۳۹۱) کنترل انرژی، رقابت‌جویی (واینبرگ و گولد، ۲۰۱۹)، همکاری، کم‌کاری، تک‌روی، رقابت، اجتناب، مصالحه (دیدرو، ۲۰۱۰)، خودکارآمدی رفتاری (مولود عبالقادر، ۲۰۱۷)، گروه‌گرایی، درون‌گرایی، برون‌گرایی، جسارت و پرخاشگری (ایوارسون، ۲۰۰۸) اشاره نمود.

از آن جایی که یکی از موضوعات چالشی در رشته‌های ورزشی، شناسایی عوامل مؤثر بر کسب موفقیت ورزشی و نیز حفظ و تداوم آن است (موسوی و واعظ موسوی، ۱۳۹۴)، برای درک پیچیدگی موضوعات روان‌شناختی فوتبال، شناسایی فوتبالیست‌های موفق، کمک به ارتقاء

عملکرد فردی و تیمی آن‌ها، پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و تسریع بازتوانی آن‌ها، شناخت گسترده‌تر و عمیق‌تر این مؤلفه‌ها ضروری است. در پژوهش‌هایی که تاکنون انجام شده‌است تنها به بررسی تعدادی از مؤلفه‌های روان‌شناختی مؤثر بر عملکرد ورزشی فوتبال‌بلیست‌ها پرداخته شده است. اقدام نوآورانه این پژوهش این است که به دنبال پاسخ به این سؤال است که: مؤلفه‌های شناختی، عاطفی و رفتاری مرتبط با عملکرد ورزشی فردی و گروهی فوتبال‌بلیست‌ها کدام اند؟

روش پژوهش

روش پژوهش، کیفی از نوع تحلیل مضمون (کینگ، ۲۰۰۴) می‌باشد. در این پژوهش ابتدا به گردآوری داده‌ها و بازخوانی آن‌ها اقدام شد. سپس شناسایی گزاره‌ها و کد گذاری آن‌ها انجام شد. پس از ادغام، ترکیب و فروگاهی، مضامین فرعی شناسایی و کشف شدند. از آن‌ها شبکه مضامین وسیع تشکیل شد و در نهایت سلسله مراتب مضامین شامل مضامین فرعی و مضامین اصلی شناسایی و تشکیل شد.

جامعه آماری پژوهش شامل جامعه فوتبال باشگاه‌های معتبر ایران می‌شدند که عبارت بودند از فوتبال‌بلیست‌ها و مربیان (از مجموع ۳۲ باشگاه لیگ برتر و دست یک فوتبال ایران که تعداد بازیکنان و مربیان آن‌ها ۱۲۰۰ نفر پیش‌بینی شده‌است) و متخصصین دانشگاهی رشته فوتبال. روش نمونه‌گیری پژوهش، نمونه‌گیری غیراحتمالی از نوع هدفمند (که تا حد اشباع نظری انجام شد)، شامل فوتبال‌بلیست‌ها و مربیان باشگاه پارس جنوبی جم، استادان رشته فوتبال در اصفهان، متخصصین روان‌شناسی ورزش و تربیت‌بدنی از دانشگاه اصفهان و آزاد اسلامی اصفهان بود، که بر اساس اعلام آمادگی و تخصص آن‌ها انتخاب شدند. در این پژوهش تعداد ۲۵ نفر فوتبال‌بلیست، تعداد ۱۱ نفر مربی و تعداد ۵۰ نفر متخصص فوتبال مشارکت داشتند.

ملاک‌های ورود به این پژوهش شامل حداقل تجربه سه سال فعالیت در زمینه فوتبال، انگیزه کافی جهت مشارکت در پژوهش، داشتن وقت کافی جهت پاسخگویی به سؤالات مصاحبه، داشتن تعهد جهت ادامه همکاری تا پایان پژوهش و دارا بودن حداقل ۱۸ سال سن و ملاک‌های خروج از پژوهش شامل عدم تمایل به همکاری یا پیش‌بینی عدم وقت‌گذاری کافی در تمامی مراحل اجرای پژوهش، بیماری جسمانی جدی که مانع تمرکز یا آرامش بشود، سن بالای ۶۵ سال و زیر ۱۸ سال و تجربه کمتر از ۳ سال فعالیت در حوزه فوتبال بود.

ابزارهای پژوهش

در این پژوهش برای گردآوری اطلاعات از دو ابزار مصاحبه نیمه‌ساختاریافته^۱ و پرسشنامه بازپاسخ^۲ استفاده شد. گرچه مصاحبه یک آزمون استاندارد نیست ولی می‌تواند اطلاعاتی را فراهم آورد که از طریق سایر روش‌ها قابل کسب نیست و لازم است به عنوان یک وسیله گردآوری اطلاعات، ملاحظات روان‌سنجی لازم را از قبیل میزان ساختارمندی، دقت، مراقبت از سوگیری، توازن میان محتوا و فرآیند و اکتشافی بودن داشته باشد (مارنات، ۱۳۷۵). یکی از انواع مصاحبه، مصاحبه نیمه‌ساختاریافته است که به پژوهشگر اجازه می‌دهد از طریق سؤالات از قبل تعریف شده، داده‌های تقریباً یکسانی را از مصاحبه‌شوندگان جمع‌آوری نموده و مسیر مصاحبه را به سمت گردآوری اطلاعات عمیق‌تر هدایت نماید (ایزاک، ۱۳۷۶). این مصاحبه تا حد اشباع اطلاعات ادامه پیدا می‌کند. اشباع داده یا اشباع نظری رویکردی است که در پژوهش‌های کیفی برای تعیین کفایت نمونه‌گیری مورد استفاده قرار می‌گیرد و به این معنا است که خصوصیات یک دسته یا طبقه تئوریک به اشباع رسیده است (هسه-بایر و لوی، ۲۰۱۰).

برای تدوین پرسشنامه بازپاسخ، ابتدا متون تخصصی شامل داده‌های نظری و یافته‌های پژوهشی مرتبط با موضوع، مورد بررسی قرار گرفتند. در نتیجه این بررسی، مقوله‌ها و مؤلفه‌های روان-شناختی اصلی مؤثر بر عملکرد فوتبالیست‌ها شناسایی شدند. از طریق مطالعات عمیق‌تر واحدهای معنایی هر مقوله مشخص شدند، آن‌گاه برای هر واحد معنایی سؤالاتی طراحی گردید. برای طراحی سؤالات از آثار ثرنادایک (۱۳۷۵)، مارنات (۱۳۷۵) و پاشا شریفی (۱۳۸۵) استفاده شد. از نظر لینکن و گوبا (۱۹۸۵) در پژوهش‌های کیفی چهار ویژگی لازم است رعایت گردد. اول اعتبارپذیری^۳ است. در این پژوهش برای رعایت این موضوع ابتدا از سؤالات طراحی شده، پرسشنامه اولیه‌ای تدوین شد و در اختیار پنج نفر از متخصصین قرار گرفت تا از نظر صوری و محتوایی، میزان انطباق با اهداف پژوهش و قابلیت پاسخگویی به سؤالات پژوهش، اظهار نظر نمایند. در نتیجه این اقدام تعدادی از سؤالات حذف، تعدیل یا اضافه گردید و در نهایت با نظر استادان راهنما و مشاور تعداد یازده سؤال طراحی گردید. از نظر این‌دو، پژوهش کیفی سه ویژگی دیگر هم لازم است داشته باشد. انتقال‌پذیری^۴ به این معنا که یافته‌ها در زمینه‌ها و موقعیت‌های مشابه هم قابل کاربرد باشد. در این پژوهش برای رعایت این امر بیان ویژگی‌های دقیق مصاحبه‌شوندگان و رعایت شرایط مشابه و یکسان در مصاحبه‌ها انجام شده است. تکرارپذیری^۵ به معنای

1 . Semi-structured Interview

2 . Open-ended Questionnaire

3 . Credibility

4 . Transferability

5 . Dependability

این است که یافته‌ها باثبات و قابل تکرار هستند. برای انجام این امر در این پژوهش، فرآیند مصاحبه‌ها و نیز فرآیند ثبت، گردآوری و تحلیل داده‌ها به طور دقیق تبیین شده است. تأییدپذیری^۱ به درجه طبیعی بودن یافته‌ها و میزان پیشگیری از آمیخته‌شدن یافته‌ها با سوگیری‌ها، انگیزش‌ها یا علائق پژوهشگر گفته می‌شود. برای تأییدپذیری در این پژوهش و به منظور پیشگیری از سوگیری اطلاعات گردآوری‌شده، از سه پژوهشگر با تجربه استفاده شد تا یافته‌های پژوهش را از نظر گزاره‌های کشف‌شده، مضامین فرعی و مضامین اصلی مجدداً بررسی نمایند و توافق قابل قبولی حاصل شد.

شیوه اجرای پژوهش

در این پژوهش پس از تکمیل برگه اطلاعات جمعیت‌شناختی، ابتدا به گردآوری داده‌ها از طریق مطالعه اکتشافی متون تخصصی پرداخته شد. از طریق مطالعه پیشینه و ارتباط معنایی، مقوله‌های اصلی که شامل مؤلفه‌ها و مهارت‌های مؤثر بر عملکرد فوتبالیست‌ها بودند، شناسایی شدند. سپس واحدهای متناسب با موضوع پژوهش شناسایی، ادغام، جمع‌بندی و فروگاهی شدند، آنگاه کدگذاری واحدها صورت گرفت و واحدهای هر مقوله در جای خود مشخص شدند. پس از آن برای گردآوری اطلاعات از طریق مصاحبه اکتشافی با فوتبالیست‌ها، مربیان و متخصصین فوتبال تا حد اشباع اطلاعات اقدام شد. ابتدا نسبت به بازخوانی اطلاعات گردآوری‌شده اقدام شد، سپس گزاره‌های مناسب از آن‌ها استخراج گردید. گزاره‌ها ادغام، ترکیب و فروگاهی شدند و مضامین فرعی شناسایی و کشف شدند. از مضامین کشف شده، شبکه مضامین وسیع تشکیل گردید و کدگذاری آن‌ها انجام شد و سپس سلسله مراتب مضامین شامل مضامین فرعی و مضامین اصلی شناسایی و تشکیل شد. در مرحله اول گردآوری اطلاعات، از مصاحبه با فوتبالیست‌ها تعداد ۷۱ گزاره، از مصاحبه با مربیان فوتبال تعداد ۴۷ گزاره و از مصاحبه با متخصصین فوتبال ۵۷ گزاره به دست آمد. این گزاره‌ها جمعیت، ترکیب، فروگاهی و کدگذاری شدند. در مرحله دوم از گزاره‌های کدگذاری شده از مصاحبه با فوتبالیست‌ها ۳۹ مضمون فرعی، از مصاحبه با مربیان فوتبال ۲۶ مضمون فرعی و از مصاحبه با متخصصین فوتبال ۳۱ مضمون فرعی به دست آمد و در بررسی متون تخصصی ۶۱ مضمون فرعی شناسایی شد. در مرحله سوم پس از جمعیت، ترکیب، فروگاهی و کدگذاری مضامین به دست آمده از چهار منبع ذکر شده، تعداد ۹۰ مضمون شناسایی شد. آنگاه نسبت به اختصاص مضامین فرعی به مضامین اصلی اقدام گردید که در قالب نه مضمون

^۱ . Confirmability

اصلی مشخص شدند. از این تعداد مضمون کشف شده به ترتیب در زمینه شناختی ۲۰ مؤلفه، در زمینه عاطفی ۱۳ مؤلفه، رفتاری ۱۳ مؤلفه، مؤلفه‌های پایه ۳ مورد، در زمینه شناختی عاطفی ۹ مؤلفه، شناختی رفتاری ۶ مؤلفه، رفتاری عاطفی ۶ مؤلفه، در زمینه تیمی ۱۱ مؤلفه و در زمینه اجتماعی ۶ مؤلفه به دست آمد.

یافته‌های پژوهش

یافته‌های پژوهش از طریق مطالعه اکتشافی متون تخصصی و مصاحبه اکتشافی با فوتبالیست‌ها، مربیان و متخصصین فوتبال به دست آمد. فوتبالیست‌های مشارکت کننده در این پژوهش ۸۰ درصد متأهل و ۲۰ درصد مجرد بودند، با میانگین سنی ۲۷ سال، ۶۴ درصد آن‌ها در سنین ۲۰ تا ۲۵ سال قرار داشتند. از نظر سطح تحصیلات ۴۴ درصد آن‌ها در مقطع کارشناسی بودند که بیشترین فراوانی تحصیلات را به خود اختصاص داده بودند و از نظر سابقه فعالیت ۵۶ درصد آنان از ۶ تا ۱۵ سال تجربه بازی فوتبال داشتند. مربیان فوتبال مشارکت کننده در این مطالعه همگی مرد و متأهل بودند، ۴۵ درصد آن‌ها با تحصیلات کارشناسی بیشترین فراوانی مقطع تحصیلی را به خود اختصاص داده بودند، میانگین سنی آن‌ها ۳۸ سال بود و ۷۲ درصد آن‌ها بین ۱۰ تا ۲۹ سال سابقه مربی‌گری داشتند. متخصصین فوتبال مشارکت کننده در این پژوهش ۹۰ درصد مرد و ۱۰ درصد زن بودند، ۹۴ درصد آن‌ها متأهل و میانگین سنی ۵۲ سال داشتند. ۵۲ درصد جمعیت متخصصین در سنین ۴۵ تا ۵۴ سال قرار داشتند. از نظر سطح تحصیلات تنها ۴ درصد در مقطع کارشناسی ارشد و ۹۶ درصد در مقطع دکتری بودند و ۷۸ درصد آن‌ها ۲۰ سال و بیشتر سابقه فعالیت داشتند.

در مطالعه اکتشافی تعداد ۷۴ منبع فارسی و ۱۵۹ منبع لاتین بر اساس اشباع نظری به عنوان متون تخصصی پژوهش انتخاب شدند. ابتدا واحدهای معنایی مرتبط با موضوع پژوهش شناسایی شدند، سپس واحدها ادغام، ترکیب و فروگاهی شدند، آن‌گاه کدگذاری واحدها صورت گرفت و در نهایت واحدهای هرم‌مقله بر اساس ارتباط معنایی مشخص شدند. بر اساس متون تخصصی مؤلفه‌های زیر به عنوان مؤثرترین عوامل تأثیرگذار بر موفقیت فوتبالیست‌ها به دست آمد:

جدول ۱. مؤلفه‌های مستخرج شده از متون تخصصی

نسبت	تعداد	مضامین فرعی	مضامین اصلی
۲۱/۳	۱۳	تصویرسازی ذهنی، خودگویی، تمرکز و توجه، کانون توجه و پردازش اطلاعات، واقع‌گرایی، حل مسئله، تمرین ذهنی، طرح ریزی مسابقه، تفکر خلاق، تجزیه و تحلیل، کنترل فکر، آگاهی از افکار و احساسات و بازیابی تمرکز	مؤلفه‌ها و مهارت‌های شناختی
۱۸	۱۱	انگیزش پیشرفت، کنترل برانگیختگی، تنظیم سطح انگیزتگی، شادمانی، آرمیدگی، نیروبخشی (کنترل انرژی و پارانرژی بودن)، مدیریت استرس، کنترل اضطراب، کنترل ترس، کنترل هیجان و رابطه خلق و عملکرد ورزشی	مؤلفه‌ها و مهارت‌های عاطفی
۱۶/۴	۱۰	رفتارهای جرأت مندانه، اجرای عالی تحت فشار، اجرای روان، مهارت‌های حرکتی، مهارت‌های تکنیکی فوتبالیست‌ها، مهارت‌های تکنیکی دروازه بان، مهارت‌های تکنیکی مدافعان، مهارت‌های تکنیکی بازیکنان خط میانی، مهارت‌های تکنیکی بازیکنان خط حمله و ضربه پنهالی	مؤلفه‌ها و مهارت‌های رفتاری
۵	۳	تعهد، اعتماد به نفس و هدف‌گذاری	مؤلفه‌ها و مهارت‌های پایه
۹/۸	۶	خودگویی انگیزشی و مثبت، امیدواری، مثبت‌اندیشی، هوش هیجانی، همدلی و اعتماد	مؤلفه‌ها و مهارت‌های شناختی - عاطفی
۶/۵	۴	بازخورد، خودتنظیمی، مهارت‌های ادراکی - حرکتی و فنی - حرکتی و خودکارآمدی	مؤلفه‌ها و مهارت‌های شناختی - رفتاری
۵	۳	تاب‌آوری، سخت‌کوشی و مربی‌پذیری	مؤلفه‌ها و مهارت‌های عاطفی - رفتاری
۱۸	۱۱	مهارت‌های تیمی پایه، مدیریت تضاد، کارایی تیم، انسجام تیم، جهت‌گیری تیمی، فعال بودن در تیم، مهارت‌های تعاملی، همبستگی گروهی، تعهد تیمی، پویایی تیم و رهبری تیم	مؤلفه‌ها و مهارت‌های تیمی
۱/۶	۱	اخلاق‌مداری	مؤلفه‌ها و مهارت‌های اجتماعی
۱۰۰	۶۱		جمع واحدها

همچنان که مشاهده می‌شود مؤلفه‌های شناختی با ۲۱/۳ درصد بیشترین و سپس مؤلفه‌های عاطفی و تیمی با ۱۸ درصد قرار دارند.

سپس از فوتبالیست‌ها مصاحبهٔ اکتشافی به عمل آمد. ابتدا گزاره‌های مرتبط با موضوع پژوهش از مصاحبه‌ها استخراج گردید. سپس مضامین فرعی و مضامین اصلی شناسایی و مشخص شدند. مؤلفه‌های به دست آمده از مصاحبه با فوتبالیست‌ها در جدول ذیل آورده شده است.

جدول ۲. مؤلفه‌های مستخرج شده از مصاحبه با فوتبالیست‌ها

نسبت	تعداد	مضامین فرعی	مضمون اصلی
۲۶	۱۰	تمرکز (توجه و دقت)، بازیابی تمرکز، برنامه‌ریزی، تمرین ذهنی، هوش‌مندی، تصمیم‌گیری، تصویرسازی، حل مسئله، خلاقیت و خودباوری	مؤلفه‌ها و مهارت‌های شناختی
۱۵/۲	۶	کنترل انگیزتگی، کنترل ترس، کنترل اضطراب، عاشق فوتبال، نیروبخشی و محبوبیت	مؤلفه‌ها و مهارت‌های عاطفی
۱۵/۲	۶	منظم‌بودن، اخلاق حرفه‌ای، سبک‌زندگی، بهترین بودن در پست خود، قدرت سازگاری و توانایی ارائه مهارت‌های فردی	مؤلفه‌ها و مهارت‌های رفتاری
۷/۷	۳	هدفمندی، اعتماد به نفس و تعهد	مؤلفه‌ها و مهارت‌های پایه
۱۰/۲	۴	انگیزه یادگیری، هوش هیجانی، اعتماد و مسوولیت‌پذیری	مؤلفه‌ها و مهارت‌های شناختی - عاطفی
۲/۶	۱	خودکنترلی	مؤلفه‌ها و مهارت‌های شناختی - رفتاری
۱۵/۲	۶	پشتکار، تسلیم‌ناپذیری، مربی‌پذیری، روحیه‌جنگندگی، تاکتیک‌پذیری و جسارت‌ورزی	مؤلفه‌ها و مهارت‌های عاطفی - رفتاری
۷/۷	۳	شخصیت مثبت، اخلاق‌مداری، مردم‌داری و احترام به بزرگ‌ترها	مؤلفه‌ها و مهارت‌های اجتماعی
۱۰۰	۳۹		جمع واحدها

بر اساس مصاحبه با فوتبالیست‌ها بیشترین مؤلفه‌های اثرگذار را شناختی با ۲۶ درصد ذکر نمودند و در مراحل بعدی مؤلفه‌های عاطفی و رفتاری قرار گرفتند.

جدول ۳. نمونه مصاحبه انجام شده با فوتبالیست‌ها، گزاره‌های کشف شده به همراه مضامین

فرعی و اصلی مربوطه

مضمون اصلی	مضمون فرعی	گزاره	نمونه مصاحبه
شناختی	تمرکز، بازیابی تمرکز	در طول بازی در همه شرایط تمرکزش را حفظ کند	س: به نظر شما یک فوتبالیست موفق چه ویژگی‌هایی دارد؟ ج: یک فوتبالیست خوب و موفق کسی است که در همه شرایط در طول بازی حتی وقتی گل می‌خورد خیلی سریع بتواند خودش را جمع کند و تمرکزش را از دست ندهد.

سپس در مصاحبه با مربیان فوتبال گزاره‌های مرتبط با موضوع پژوهش شناسایی شدند، آن‌گاه از آن‌ها، مضامین فرعی و مضامین اصلی شناسایی و مشخص شدند. از مصاحبه اکتشافی با آن‌ها این مؤلفه‌ها به دست آمد:

جدول ۴. مؤلفه‌های مستخرج شده از مصاحبه با مربیان فوتبال

نسبت	تعداد	مضامین فرعی	مضمون اصلی
۲۷	۷	قدرت یادگیری بالا، هوشمندی، تمرکز، برنامه‌ریزی، بازیابی تمرکز، تمرین ذهنی و تصویرسازی ذهنی	مؤلفه‌ها و مهارت‌های شناختی
۱۵/۳	۴	کنترل نگرانی، کنترل خشم، محبوبیت و شادمانی	مؤلفه‌ها و مهارت‌های عاطفی
۱۱/۵	۳	سرعت عمل، منظم‌بودن و اجرای روان	مؤلفه‌ها و مهارت‌های رفتاری
۷/۷	۲	اعتماد به نفس و تعهد تیمی	مؤلفه‌ها و مهارت‌های پایه
۴	۱	حس ششم	مؤلفه‌ها و مهارت‌های شناختی - عاطفی
۷/۷	۲	توانایی مدیریت بازی و مجری افکار مربی	مؤلفه‌ها و مهارت‌های شناختی - رفتاری
۱۱/۵	۳	مربی‌پذیری، بردباری و جسارت	مؤلفه‌ها و مهارت‌های عاطفی - رفتاری
۱۵/۳	۴	اصالت خانوادگی، پختگی شخصیتی، مؤدب‌بودن و اخلاق خوب	مؤلفه‌ها و مهارت‌های اجتماعی
۱۰۰	۲۶		جمع واحدها

بر اساس مصاحبه با مربیان فوتبال بیشترین مؤلفه‌های اثرگذار را شناختی با ۲۷ درصد ذکر نمودند و در مرحله بعد مؤلفه‌های عاطفی و اجتماعی قرار گرفتند.

جدول ۵. نمونه مصاحبه انجام شده با مربیان فوتبال، گزاره‌های کشف شده به همراه مضامین فرعی و اصلی مربوطه

مضمون اصلی	مضمون فرعی	گزاره	نمونه مصاحبه
شناختی	برنامه‌ریزی	با برنامه تیم همراه بوده و خودش هم برنامه داشته باشد.	س: به نظر شما یک فوتبالیست موفق چه ویژگی‌هایی دارد؟ ج: یک فوتبالیست موفق کسی است که علاوه بر این که با برنامه‌های تیم به صورت منظم همراهی می‌کند، خودش هم برای خودش برنامه داشته باشد.

از طریق مصاحبه با متخصصین فوتبال گزاره‌های مرتبط با موضوع پژوهش شناسایی و سپس مضامین فرعی و مضامین اصلی شناسایی و مشخص شدند. این مؤلفه‌ها در جدول ۶ آورده شده است.

جدول ۶. مؤلفه‌های مستخرج شده از مصاحبه با متخصصین فوتبال

نسبت	تعداد	مضامین فرعی	مضامین اصلی
۲۹	۹	کیاست و هوشمندی، برنامه‌ریزی، تمرکز و دقت، اسناددرونی، مدیریت‌زمان، بازیابی تمرکز، تمرین ذهنی، کنترل فکر و تصویرسازی ذهنی	مؤلفه‌ها و مهارت‌های شناختی
۱۶	۵	انگیزش موفقیت، کنترل استرس، کنترل ترس، آرمیدگی و نیروبخشی	مؤلفه‌ها و مهارت‌های عاطفی
۱۶	۵	اجرای روان، سرعت، مهارت‌های فردی، رویکرد تیمی و منظم بودن	مؤلفه‌ها و مهارت‌های رفتاری
۱۰	۳	هدف‌گذاری، تعهد تیمی و اعتماد به نفس	مؤلفه‌ها و مهارت‌های پایه
۶/۴	۲	هوش هیجانی و مثبت‌اندیشی	مؤلفه‌ها و مهارت‌های شناختی-عاطفی
۳/۲	۱	کارآمدی	مؤلفه‌ها و مهارت‌های شناختی-رفتاری

۱۳	۴	سرسختی، مربی پذیری، سختکوشی و جسارت	مؤلفه‌ها و مهارت‌های عاطفی- رفتاری
۳/۲	۱	اخلاق‌مداری	مؤلفه‌ها و مهارت‌های اجتماعی
۳/۲	۱	رویکرد تیمی	مؤلفه‌ها و مهارت‌های تیمی
۱۰۰	۳۱		جمع واحدها

بر اساس مصاحبه با متخصصین فوتبال بیشترین مؤلفه‌های اثرگذار را شناختی با ۲۹ درصد ذکر نمودند و در مراحل بعدی مؤلفه‌های عاطفی و رفتاری قرار گرفتند.

جدول ۷. نمونه مصاحبه انجام شده با متخصصین فوتبال، گزاره‌های کشف شده به همراه مضامین فرعی و اصلی مربوطه

مضمون اصلی	مضمون فرعی	گزاره	نمونه مصاحبه
شناختی	هدفمندی	اهداف سخت و چالشی انتخاب می‌کند و سعی می‌کند به آن‌ها برسد.	س: به نظر شما یک فوتبالیست موفق چه ویژگی‌هایی دارد؟ ج: یک فوتبالیست موفق کسی است که اولاً برای خودش هدف تعریف می‌کند، هدف‌های نسبتاً سختی را هم انتخاب می‌کند که به میزان زیادی چالش برانگیز باشند و بعد با تلاش زیاد و پشتکار می‌خواهد به آن‌ها برسد.

در جمع‌بندی، پس از ادغام، ترکیب و فروگاهی مضامین کشف شده از چهار منبع ذکر شده، تعداد ۹۰ مؤلفه به دست آمد که به ترتیب فراوانی در جدول ۸ آورده شده است:

جدول ۸. جدول تجمیعی مضامین اصلی و مضامین فرعی مستخرج شده از ۴ منبع متون تخصصی، مصاحبه با فوتبالیست‌ها، مربیان و متخصصین فوتبال

مضامین اصلی	مضامین فرعی	تعداد	نسبت
مؤلفه‌ها و مهارت‌های شناختی	تصویرسازی ذهنی، خودگویی، تمرکز و توجه، پردازش اطلاعات، واقع‌گرایی، حل مسئله، تمرین ذهنی، طرح‌ریزی مسابقه، تفکر خلاق، کنترل فکر، آگاهی از افکار و احساسات، بازیابی تمرکز، برنامه‌ریزی، هوشمندی، تصمیم‌گیری، خودباوری، قدرت یادگیری بالا، خودکارآمدی، اسناددرونی و مدیریت زمان	۲۰	۲۲/۲

۱۷/۷	۱۶	رفتارهای جرأت مندانه، اجرای عالی تحت فشار، اجرای روان، مهارت‌های حرکتی، مهارت‌های تکنیکی عمومی فوتبالیست ها، مهارت‌های تکنیکی دروازه بان، مهارت‌های تکنیکی مدافعان، مهارت‌های تکنیکی هافبک‌ها، مهارت‌های تکنیکی بازیکنان خط حمله، ضربه پنالتی، قدرت سازگاری، بهترین بودن در پست خود، سبک‌زندگی، منظم بودن، اخلاق حرفه‌ای و سرعت عمل	مؤلفه‌ها و مهارت‌های رفتاری
۱۴/۴	۱۳	رابطه خلق و عملکرد ورزشی، کنترل هیجان، کنترل ترس، کنترل اضطراب، مدیریت استرس، نیروبخشی (کنترل انرژی، پرانرژی بودن)، آرمیدگی، انگیزش پیشرفت، کنترل برانگیختگی (هیجانان)، تنظیم سطح انگیزتگی، شادمانی، عاشق فوتبال و محبوبیت	مؤلفه‌ها و مهارت‌های عاطفی
۱۲/۲	۱۱	رهبری تیم، پویایی تیم، تعهدتیمی، همبستگی گروهی، مهارت‌های تعاملی (ارتباطی)، فعال بودن در گروه، جهت‌گیری تیمی، انسجام تیم، کارایی تیم، مدیریت تضادها، مهارت‌های تیمی پایه	مؤلفه‌ها و مهارت‌های تیمی
۱۰	۹	خودگویی انگیزشی و مثبت، اعتماد، همدلی، هوش هیجانی، امیدواری، مثبت‌اندیشی، انگیزه یادگیری، مسوولیت‌پذیری و حس‌ششم	مؤلفه‌ها و مهارت‌های شناختی - عاطفی
۶/۶	۶	بازخورد، خودکارآمدی، مهارت‌های ادراکی - حرکتی و فنی - حرکتی، خودتنظیمی، توانایی مدیریت بازی و مجری افکار مربی	مؤلفه‌ها و مهارت‌های شناختی - رفتاری
۶/۶	۶	تاب‌آوری، مربی‌پذیری، سخت‌کوشی، بردباری، جسوربودن (رفتار جرأت مندانه) و سرسختی	مؤلفه‌ها و مهارت‌های عاطفی - رفتاری
۶/۶	۶	شخصیت مثبت و پخته، منش اخلاق مداری، مردم‌داری، اصالت‌خانوادگی، مؤدب‌بودن و احترام به بزرگ‌ترها	مؤلفه‌ها و مهارت‌های اجتماعی
۳/۳	۳	تعهد، اعتماد به نفس و هدف‌گذاری	مؤلفه‌ها و مهارت‌های پایه
۱۰۰	۹۰		جمع واحدها

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف کشف مؤلفه‌های شناختی، عاطفی و رفتاری مرتبط با عملکرد ورزشی فوتبالیست‌ها انجام شد. نتایج مصاحبه‌های انجام شده با فوتبالیست‌ها، مربیان و متخصصین

فوتبال و نیز بررسی متون تخصصی نشان داد که از میان ۹۰ مؤلفه کشف شده، مؤلفه‌ها و مهارت‌های شناختی (با ۲۲٪) در رتبه اول اهمیت و اثرگذاری قرار دارند. از میان مؤلفه‌ها و مهارت‌های شناختی بیشترین تکرار مربوط به تمرکز و توجه، تصویرسازی ذهنی، تمرین ذهنی و بازیابی تمرکز بود که هم در متون تخصصی و هم توسط فوتبالیست‌ها، مربیان و متخصصین فوتبال مورد توجه قرار گرفته بود. این یافته با نتیجه تحقیق جوست، استین و وان دن برگ (۲۰۱۴) که نشان داده بود مهمترین عامل روان‌شناختی مؤثر در موفقیت فوتبالیست‌ها تمرکز است، هم‌خوانی دارد. وقتی ورزشکار توجه خود را از چند موضوع یا زنجیره‌ای از افکار می‌گیرد و آن را بر فعالیت در دست اقدام معطوف می‌دارد، سبب متمرکز شدن انرژی‌ها و افزایش حداکثری دقت در انجام آن تکنیک می‌شود (واینبرگ و گولد، ۲۰۱۱). برعکس وقتی به دلایل مختلف توجه ورزشکار از فعالیت در حال انجام منحرف شود، میزان خطای او افزایش می‌یابد، در نتیجه ورزشکار برای حفظ عملکرد بهینه خود و یا ارتقاء آن بایستی هم مهارت‌های توجه و تمرکز و هم بازیابی تمرکز را فرا بگیرد (واینبرگ و گولد، ۲۰۱۹). همچنین نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش‌های فارینا و سی (۲۰۱۹) در خصوص اهمیت توجه و تمرکز و نقش تصویرسازی، توجه متمرکز و حفظ تمرکز در موفقیت فوتبالیست‌ها هم‌راستا می‌باشد. در خصوص نقش تصویرسازی بر موفقیت فوتبالیست‌ها می‌توان گفت که این مهارت هم کارکرد شناختی دارد (مانند طرح‌ریزی یک راهبرد پیروزی در مسابقه) و هم کارکرد انگیزشی (مانند استفاده از تصویرسازی به منظور کسب انرژی برای مسابقه) (گراشگور و همکاران، ۲۰۱۶) و به هر دو شیوه می‌تواند سبب موفقیت فوتبالیست‌ها گردد. تصویرسازی هم به صورت مستقیم از طریق تمرین مهارت‌ها به صورت مستمر قبل از رقابت، موجب ارتقاء عملکرد و افزایش یادگیری مهارت‌های فنی ورزشکار می‌شود و هم به صورت غیر مستقیم از طریق تأثیر بر افزایش اعتماد به نفس، افزایش انگیزش، کنترل توجه و کاهش اضطراب سبب بهبود عملکرد فوتبالیست‌ها می‌شود (یالسنین و رمضان اغلو، ۲۰۲۰). این پژوهش همچنین نشان داد که یکی از مؤلفه‌های شناختی مؤثر بر عملکرد فوتبالیست‌ها، تمرین ذهنی می‌باشد. این مهارت به ورزشکار این امکان را می‌دهد که قبل از آن که در شرایط واقعی به اجرای مهارت‌های تکنیکی خود بپردازد، در ذهن بارها آن را تمرین نموده و اشکالات احتمالی خود را با تکرار درست مهارت اصلاح نماید. همچنین تمرین ذهنی موجب می‌شود که ورزشکار از اثرات افزایش انگیزش ناشی از اجرای مهارت در حضور دیگران در امان باشد (خورند، ۱۳۹۲). در مرحله بعد مؤلفه‌ها و مهارت‌های برنامه‌ریزی و هوشمندی قرار داشتند که این یافته با نتایج پژوهش‌های ایسارین (۲۰۱۶)، ایزو، حسینی ورد و آزون (۲۰۱۹) در خصوص نقش مؤثر برنامه‌ریزی و طرح‌ریزی در موفقیت فوتبالیست‌ها و مصطفی و دیوید (۲۰۱۴)، فریتاس، دیاس و فونسکا (۲۰۱۳) در خصوص

اهمیت هوشمندی در بازی و نقش این امر در موفقیت فوتبالیست‌ها هم‌خوانی دارد. در خصوص اهمیت برنامه‌ریزی در موفقیت فوتبالیست‌ها می‌توان گفت که داشتن برنامه برای مسابقه و آموزش حین تمرین (چینا و همکاران، ۲۰۲۱) از طریق کنترل استرس، ایجاد آمادگی جسمی و روان‌شناختی، تمرین‌های واقعی و انجام گفتگو در مورد برنامه‌ها (کارلینگ، مک کال، گال و داپونت، ۲۰۱۶) سبب موفقیت فوتبالیست‌ها می‌شود، پس لازم است برنامه‌ای مدون متناسب با سن، قابلیت و توان بازیکنان، شرایط آب و هوایی و مسابقات پیش رو تدوین و اجرا گردد (واکر و هاوکینز، ۲۰۱۷).

از مؤلفه‌ها و مهارت‌های عاطفی بیشترین تکرار مربوط به کنترل استرس (مورد اشاره توسط متون تخصصی، مربیان و متخصصین فوتبال)، کنترل ترس و نیروبخشی (مورد نظر فوتبالیست‌ها، متخصصین فوتبال و متون تخصصی) بود که هرکدام توسط سه منبع مورد تأکید قرار گرفته بودند. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های واینبرگ و گولد (۲۰۱۴) و کیسری (۲۰۱۵)، در خصوص اهمیت کنترل استرس و اضطراب در موفقیت فوتبالیست‌ها هم‌راستا می‌باشد. به دلیل این‌که استرس مانع تمرکز می‌شود و با تأثیرات فرساینده و تضعیف‌کننده، عملکرد فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد، کنترل استرس با انجام مهارت‌های مقابله‌ای مناسب، سبب انجام موفقیت‌آمیز مهارت‌های فنی ورزشکار می‌شود (یداله زاده، ۲۰۲۱). همچنین یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج تحقیق لویز، سانچز و گالگوس (۲۰۱۸) و مورسیا، کونته، سیلوریا و رویز (۲۰۱۴) در خصوص نقش کنترل ترس در عملکرد موفقیت‌آمیز فوتبالیست‌ها هم‌سو می‌باشد. ترس یک هیجان ناتوان‌کننده است، مانع عملکرد مناسب و حتی موجب رفتارهای اجتنابی می‌شود (لوپز، سانچز و گالگوس، ۲۰۱۸). پس ورزشکار می‌تواند با روش‌های مختلف از جمله خودگویی‌های مثبت (تلول، گرین لس و وستون، ۲۰۱۲)، فراگیری مهارت‌های مقابله‌ای مناسب و تمرین مستمر مهارت تا رسیدن به سطح اعتماد در آن مهارت (واینبرگ و گولد، ۲۰۱۱) بر ترس خود غالب‌آید. همچنین در این پژوهش به نیروبخشی به عنوان یکی از مهارت‌های عاطفی مهم اشاره شد که این یافته با پژوهش‌های کوکا و هیگر (۲۰۱۰)، ویلیامز و زینسر و بانکر (۲۰۱۰) در خصوص تأثیر نیروبخشی بر موفقیت فوتبالیست‌ها هم‌سو می‌باشد. این مهارت با افزایش کارآمدی در تمامی مراحل آموزش، تمرین و مسابقه، باعث ارتقاء عملکرد ورزشکار می‌شود و همواره سبب حفظ انرژی در حد متعادل می‌گردد (بلوسا، ۲۰۲۱)، این موضوع سبب می‌شود که ورزشکار بتواند عملکرد بهینه خود را نشان دهد (کاکس، ۱۳۹۲).

از مؤلفه‌ها و مهارت‌های رفتاری بیشترین تکرار مربوط به منظم‌بودن بود که توسط هر چهار منبع متون تخصصی، فوتبالیست‌ها، مربیان و متخصصین فوتبال به آن اشاره شده بود. نتایج این

پژوهش با یافته‌های سیلرو، آراندا، متساندز و اسکریبانو (۲۰۲۱) که نظم و انضباط را از عوامل مهم موفقیت فوتبال‌بالیست‌ها در ذیل سرسختی روان‌شناختی ذکر نموده است، هم‌خوانی دارد. نظم و انضباط در زمینه‌های فردی، رفتاری، وقت‌شناسی، احترام به قوانین و مقررات باشگاه و اجرای توافقات انجام شده مهم است. فوتبال‌بالیست‌های منظم، موفق‌تر بوده و برای مربیان محبوبیت بیشتری دارند. در مرحله بعد مهارت اجرای روان قرار داشت که توسط سه منبع متون تخصصی، مربیان و متخصصین فوتبال مورد توجه قرار گرفته است. این مهارت از طریق مدیریت افکار و هیجانات، حفظ سطح مناسب فعال‌سازی و آرام‌سازی، داشتن انگیزه کافی، برنامه‌های آماده‌سازی رقابتی و پیش‌رقابتی، نگرش ذهنی مثبت و اعتماد به نفس (واینبرگ و گولد، ۱۳۹۴ و ۲۰۱۹) می‌تواند موجب موفقیت فوتبال‌بالیست‌ها گردد.

از مؤلفه‌ها و مهارت‌های تیمی بیشترین تکرار مربوط به تعهد تیمی بود که هم در متون تخصصی و هم توسط فوتبال‌بالیست‌ها، مربیان و متخصصین فوتبال مورد توجه قرار گرفته بود. نتایج این پژوهش با یافته‌های واینبرگ و گولد (۲۰۱۹)، اوراز و مزو (۲۰۱۵) و واعظ موسوی و مسیبی (۱۳۹۱) در خصوص نقش متعهد بودن فوتبال‌بالیست به تیم و تأثیر این تعهد در عملکرد موفقیت-آمیز او هم‌خوانی نشان می‌دهد. تعهد سبب می‌شود فرد تیم را از خود بداند، با آن احساس پیوستگی نماید، با تلاش مضاعف سبب موفقیت تیم شود (ریمز، ۲۰۱۵)، و نشان‌دهنده تمایل اعضای یک گروه برای پیوستن به یک‌دیگر و متحد باقی‌ماندن برای پیگیری اهداف مشخص و یا رضای نیازهای عاطفی اعضا است که دو بعد دارد و هر دو سبب ارتقای عملکرد تیمی می‌شود: تعهد تکلیف و تعهد اجتماعی (پالیدو، اولیوا، میگال، گارسیا-کالوو، ۲۰۱۸).

از مؤلفه‌ها و مهارت‌های شناختی-عاطفی بیشترین تکرار مربوط به هوش هیجانی بود که توسط سه منبع متون تخصصی، فوتبال‌بالیست‌ها و متخصصین فوتبال به آن اشاره شده بود. مؤلفه‌ای که توسط نکیسا و قاسم زاده رهبردار (۲۰۲۱) به عنوان عاملی مهم در موفقیت فوتبال‌بالیست‌ها به آن اشاره شده است. ورزشکار با شناخت و مدیریت هیجانات و استفاده مناسب از آن‌ها می‌تواند انرژی‌های خود را در سطح بهینه حفظ نماید، انگیزه‌های خود را بالا ببرد، با دیگران هم‌دلی مناسبی نشان دهد و رابطه خوبی با دیگران برقرار نماید (سایلو، ۲۰۲۱). یکی از زمینه‌های آسیب‌پذیر فوتبال‌بالیست‌ها عدم توانایی کنترل خشم است که منجر به رفتارهای نامناسب و در نتیجه جرمه‌های فردی و تیمی می‌گردد که فوتبال‌بالیست با فراگیری مهارت هوش هیجانی می‌تواند بر خود مسلط شده و از آن جلوگیری نماید.

از مؤلفه‌ها و مهارت‌های شناختی-رفتاری بیشترین تکرار مربوط به خودتنظیمی بود که توسط متون تخصصی و فوتبال‌بالیست‌ها به آن اشاره شده بود. این یافته نتایج هم‌سویی را با نتایج

پژوهش‌های ریوربری و سارگنت (۲۰۲۱) و آساموآ (۲۰۱۳) با موضوع نقش خودتنظیمی در موفقیت ورزشکاران و پژوهش تورینگ، الفرینگ-جمسر، جوردت و ویچر (۲۰۰۹) با موضوع اهمیت زیاد خودتنظیمی در موفقیت فوتبالیست‌های جوان نشان می‌دهد. خودتنظیمی از دو طریق می‌تواند به ورزشکار کمک کند. اول از طریق خودپایی و دوم از طریق خودتنظیمی شناختی و هیجانی برای بازگشت کامل به مسابقه (بالک و انگلرت، ۲۰۲۰). مؤلفه دیگر خودکارآمدی بود که توسط متون تخصصی و متخصصین فوتبال مورد توجه قرار گرفته بود که این یافته با نتایج تحقیقات ماسکولوس، راب، بلینگ و لوبینگر (۲۰۱۸)، کینوآ و کرین (۲۰۲۰)، مونتریو، مونتریو، تورگوسا و تراواسوس (۲۰۲۱) در خصوص اهمیت بالای خودکارآمدی در موفقیت فوتبالیست‌ها هم‌خوانی دارد. خودکارآمدی حداقل به سه شیوه بر موفقیت فوتبالیست‌ها اثر دارد: اول سطح کارآمدی است، دوم تنوع حوزه‌های فعالیت و زمینه‌های عملکرد ورزشکار و سوم قوی‌تر شدن در خودکارآمدی (مولود و عبدالقادر، ۲۰۱۷).

از مؤلفه‌ها و مهارت‌های عاطفی-رفتاری کشف شده، مربی‌پذیری بود که هم در متون تخصصی و هم توسط فوتبالیست‌ها، مربیان و متخصصین فوتبال مورد تأکید قرار گرفته بود. این یافته با نتایج پژوهش واعظ موسوی و مسیبی (۱۳۹۱) در خصوص نقش مربی‌پذیری در موفقیت فوتبالیست‌ها هم‌راستا است. این ویژگی یکی از کلیدهای اساسی موفقیت هر تیم محسوب می‌شود زیرا اگر یک فوتبالیست از تکنیک بسیار بالایی برخوردار باشد ولی مربی‌پذیری نداشته باشد، محکوم به تک روی بوده و مربی او را از تیم حذف خواهد کرد. از دیگر مؤلفه‌های عاطفی-رفتاری کشف شده، مؤلفه جسوربودن (رفتار جرأت‌مندانه) بود که توسط هر چهار منبع متون تخصصی، فوتبالیست‌ها، مربیان و متخصصین فوتبال به آن اشاره شده بود. رفتار جرأت‌مندانه به عنوان نوع سالم ابراز وجود در مقابل سه نوع غیر سالم ابراز وجود یعنی پرخاشگرانه، سلطه‌گرانه و منفعلانه به ورزشکار کمک می‌کند تا با حفظ احترام طرف مقابل، شجاعانه نظر خود را بیان نموده یا در اجرای مهارت فراگرفته به خوبی و ماهرانه عمل کند (واینبرگ و گولد، ۲۰۱۹).

از مؤلفه‌ها و مهارت‌های اجتماعی بیشترین تکرار مربوط به منش اخلاق‌مداری بود که توسط هر چهار منبع متون تخصصی، فوتبالیست‌ها، مربیان و متخصصین فوتبال مورد توجه قرار گرفته بود. در پژوهش‌های پیشین به دو بعد مهم در اخلاق‌مداری در ورزش اشاره شده است: هم بعد پیشگیرانه مانند مشارکت در رفتارهای اجتماعی و بشردوستانه و هم بعد بازدارندگی مانند حوزه‌های رفتارهای ضداجتماعی و غیرانسانی (کاواسانا و استانگر، ۲۰۱۷)، لکن در این پژوهش تنها به بعد انسان‌دوستانه و مردم‌داری اشاره شده است. این پژوهش همچنین با پژوهش‌های

گاردنر (۲۰۱۸) و کنستانت (۲۰۱۹) که بعد اخلاق‌مداری در فوتبال را بسیار حیاتی می‌دانند، هم‌راستا است.

از مؤلفه‌ها و مهارت‌های پایه بیشترین تکرار مربوط به اعتماد به نفس و تعهد بود که توسط هر چهار منبع متون تخصصی، فوتبالیست‌ها، مربیان و متخصصین فوتبال مورد توجه قرار گرفته بود. اعتماد به نفس از مؤلفه‌های ثابت اثرگذار بر موفقیت فوتبالیست‌ها تلقی می‌شود تا آن‌جا که موفقیت و شکست فوتبالیست‌ها را به وجود یا عدم وجود آن نسبت می‌دهند (کولار و کومار، ۲۰۲۰). اعتماد به نفس بالا سبب می‌شود که ورزشکار به راحتی بر عملکرد و فعالیت خود متمرکز شده و در استفاده از فرآیندهای شناختی و راهبردهای مقابله‌ای ماهرانه‌تر عمل کند (نزاکت الحسینی و جابری، ۱۳۹۳)، هدف‌گزینی بهتری داشته باشد، تلاش خود را افزایش داده و در مقابل شکست‌های مقطعی و یا هنگام عقب افتادن از حریف، نیرو و احساسات خود را بازیابی نموده و سپس با نیروی حرکتی بیشتری به کار خود ادامه دهند و عقب‌افتادگی را جبران نمایند (واینبرگ و گولد، ۲۰۱۱). همچنین به تعهد نیز به عنوان یک مؤلفه مهم پرداخته شده است. این یافته نیز با پژوهش‌های یانگ و مدیس (۲۰۱۱)، فرایه و لوئیس (۲۰۱۶)، پالیدو، اولیوا، میگال، آمادو کالرو (۲۰۱۸)، اسکالن، راسل، اسکالن، کلانچو و چاو (۲۰۱۳) در خصوص نقش تعهد ورزشی در موفقیت فوتبالیست‌ها هم‌خوانی دارد. تعهد از طریق هماهنگی آگاهانه اعضای تیم در سطحی بسیار بالاتر از تلاش‌های انفرادی یکایک اعضای تیم (مچ، دولان و زفریر، ۲۰۱۰)، متعهد شدن به اجرای یک برنامه رفتاری همه‌جانبه، متعهد شدن به اصول اخلاقی و منش‌ورزشکاری (اسکالن و همکاران، ۲۰۱۳)، افزایش انگیزه‌های درونی و بیرونی (گارسیا-مس و همکاران، ۲۰۱۰)، سبک حمایت‌گرانه مربی (پالیدو و همکاران، ۲۰۱۸) و افزایش انسجام گروهی (فرایه و لوئیس، ۲۰۱۶) بر موفقیت آن‌ها اثرگذار است.

در مقایسه نتایج این پژوهش با پژوهش‌هایی که با اهداف مشابه انجام شده است، دو نتیجه به دست می‌آید. اول این که از مؤلفه‌های شناختی به عنوان مؤلفه‌های مهم و اثرگذار بر عملکرد موفقیت‌آمیز فوتبالیست‌ها یاد شده است که این موضوع تأییدکننده یافته‌های پژوهش حاضر می‌باشد. دوم این که در پژوهش‌های پیشین به معدودی از مؤلفه‌ها پرداخته شده است، لکن در پژوهش حاضر به کشف مؤلفه‌های گسترده روان‌شناختی مؤثر بر عملکرد فوتبالیست‌ها پرداخته شده و موفق به شناسایی ۹۰ مؤلفه در نه حوزه گردیده است که این یکی از مزیت‌های مهم این پژوهش می‌باشد. شناسایی این مؤلفه‌ها در شناسایی فوتبالیست‌های موفق کمک‌کننده می‌باشد، زیرا نقش عوامل روان‌شناختی همراه با عوامل جسمانی مانند سرعت، قدرت، عوامل تکنیکی و مهارت‌های فنی فوتبال بسیار تعیین‌کننده است. کاربرد دیگر نتایج این پژوهش این است که از

طریق افزایش آمادگی‌های روان‌شناختی، به ارتقاء عملکرد فوتبالیست‌ها کمک می‌کند، خطاهای عملکردی آن‌ها را کاهش داده و دقت آن‌ها را در به‌ثمررساندن ضربات نهایی بالا می‌برد. یکی دیگر از آثار کاربرد نتایج این پژوهش پیشگیری از استرس، خشونت و رفتارهای پرخطر می‌باشد. وقتی فوتبالیست روش‌های کنترل استرس و مدیریت خشم را فراگیرد، ضمن مدیریت هیجانات خود، از جریمه‌های احتمالی تیمی و انفرادی پیشگیری نموده و با حفظ آرامش، نتایج بهتری را کسب خواهند نمود.

با توجه به نقشی که مؤلفه‌های روان‌شناختی در عملکرد موفقیت‌آمیز فوتبالیست‌ها در عرصه‌های ملی و بین‌المللی دارد و نظر به یافته‌های این پژوهش، پیشنهاد می‌شود در تمامی مراحل استعدادیابی و شناسایی، پرورش و تربیت فوتبالیست‌ها و به‌کارگیری آن‌ها در تمامی مقاطع سنی نوجوانان، امید و بزرگسالان به این مؤلفه‌ها همانند ملاک‌های جسمانی و تکنیکی توجه و عنایت لازم صورت گیرد.

موازین اخلاقی

در اجرای این پژوهش از اصول اخلاقی نظیر دادن قدرت انتخاب به مصاحبه‌شوندگان جهت ادامه یا انصراف از شرکت در پژوهش، مطلع‌نمودن مصاحبه‌شوندگان از اهداف پژوهش از طریق جلسه توجیهی، جلب رضایت و تمایل آزمودنی‌ها برای شرکت در مصاحبه‌ها، اطمینان‌دهی به کلیه آزمودنی‌ها از جهت رازداری و محرمانه‌ماندن اطلاعات آن‌ها، استناددهی دقیق و صحیح منابع علمی مورد استفاده در پژوهش و رعایت امانت‌داری در ذکر دقیق اعداد و ارقام، کلمات و عبارات مصاحبه‌شوندگان و تحلیل‌های متعهدانه استفاده شده است. همچنین پژوهش حاضر دارای کد اخلاق ۱۴۰۰/۰۸۹ از دانشگاه اصفهان است.

سپاسگزاری

از مسئولین، مربیان و فوتبالیست‌های باشگاه پارس جنوبی جم، متخصصین ورزش فوتبال از دانشگاه‌های اصفهان و آزاد اسلامی اصفهان و استادان دانشکده‌های علوم تربیتی و روان‌شناسی و تربیت بدنی دانشگاه اصفهان صمیمانه تشکر و قدردانی می‌شود.

مشارکت نویسندگان

مقاله حاضر برگرفته از پایان‌نامه دکتری نویسنده اول در رشته روان‌شناسی دانشگاه اصفهان با کد ثبت ۱۲۳۷۲۰۷ می‌باشد. نویسنده اول در نگارش، مفهوم‌سازی و اجرای پژوهش، نویسنده دوم در مفهوم‌سازی، نظارت و ویراستاری، نویسنده سوم در نظارت و ویراستاری و نویسنده چهارم در تهیه پیشینه نظری و تجربی موردنیاز پژوهش مشارکت داشته‌اند.

تعارض منافع

بنا به اظهار نویسندگان این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

منابع

- اسماعیل‌زاده، م.، نوشادی، ب. (۱۳۹۲). *آنالیز حرفه‌ای فوتبال*. تهران: انتشارات توپ. [پیوند]
- اشمیت، ر. ای. (۱۳۹۲). *یادگیری حرکتی و اجرا از اصول تا تمرین*. ترجمه نمازی‌زاده و واعظ‌موسوی. تهران: انتشارات سمت. [پیوند]
- ایزاک، (۱۳۷۶). *راهنمای تحقیق و ارزیابی در روان‌شناسی و علوم تربیتی*. ترجمه دلاور. تهران: ارسباران. [پیوند]
- پاشا شریفی، ح. (۱۳۸۵). *اصول روان‌سنجی و روان‌آزمایی*. تهران: انتشارات رشد. [پیوند]
- ثرندایک، (۱۳۷۵). *روان‌سنجی کاربردی*. ترجمه هومن، حیدر علی. تهران: انتشارات دانشگاه تهران. [پیوند]
- خورد، محمدتقی. (۱۳۹۲). *روان‌شناسی ورزشی*. گلستان. دانشگاه گلستان. [پیوند]
- سهرابی، م.، فتحی، م. (۱۳۹۳). *کاربرد مهارت‌های ذهنی در ورزش*. تهران: پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی. [پیوند]
- کاکس، (۱۳۹۲). *روان‌شناسی ورزش، مفاهیم و کاربردها*. ترجمه پاکدامن و نادری تفتی. چاپ اول. تهران: انتشارات دانشگاه شهید بهشتی. [پیوند]
- مارنات، (۱۳۷۵). *راهنمای سنجش روانی*. ترجمه پاشا شریفی و نیکخو. تهران: انتشارات رشد. [پیوند]
- موسوی، ا.، واعظ‌موسوی، م.ک. (۱۳۹۴). *معرفی مقیاس موفقیت ورزشی*. رفتار حرکتی، ش ۱۹، ص ۱۲۳ - ۱۴۲. [پیوند]
- زاکت‌الحسینی، م.، جابری، ا. (۱۳۹۳). *روانشناسی ورزش و تمرین*. اصفهان: انتشارات دانشگاه اصفهان. [پیوند]
- واعظ‌موسوی، م.ک.، مسیبی، ف. (۱۳۹۱). *روان‌شناسی ورزشی*. تهران: انتشارات سمت. [پیوند]

- واینبرگ و گولد. (۱۳۹۴). *مبانی روان شناسی ورزش و تمرین*. ترجمه واعظ موسوی و متشرعی. ج۲. تهران. انتشارات حتمی. [پیوند]
- Asamoah, B. (2013). *The role of mental toughness. Psychological skills and team cohesion in soccer performance*. Thesis presented in fulfillment of the requirement for the degree of master of sport science in the Departement of sport science, faculty of Education at Stellenbosch university. [Link]
- Balk, Y.A., & Englert, C. (2020). Recovery self-regulation in sport: Theory, research, and practice. *International Journal of Sports Science & Coaching*: 0(0) 1–9. [Link]
- Boullousa, D. (2021). Post-Activation performance enhancement strategies in sport: A Brief Rewiew for pracyitioners. *Human Movement*, 22(3):101-109 [Link]
- Chena, M., Morcillo, J. A., Hernandez, M. L. R., Zapardiel, J. C., Owen, A., & Lozano, D. (2021). The Effect of Weekly Training Load Across a Competitive Microcycle on Contextual Variables in professional soccer. *International Journal of Environmental Research and public Health*, 18:(5019) [Link]
- Constandt, B. (2019). Does it really matter? A study on soccer fans' perceptions of ethical leadership and their role as "stakeowners". *Sport Management Review*, 23(3):374-386
- Constandt, B. (2019). *Ethics Management in Football Clubs*. Thesis May 2019. [Link]
- Costas, I. Karageorghis, P. C. Terry. (2011). *In side sport psychology*.chapter,6.Human Kintics. [Link]
- Costas, I. Karageorghis, Peter. C. Terry. (2011). *In side sport psychology*.chapter,6.Human Kintics. [Link]
- Curling, C. Mc., call, A. Le., Gall, F., & Dupont, G. (2016). The impact of short periods of match congestion on injury risk and patterns in an elite football club.*Br J Sports Med*, 50: 764-768. [Link]
- Esteban.C.R. Olmedilla.A. Méndez.I., & Tobal.J.J.(2020). Female Soccer Players' Psychological Profile: Differences between Professional and Amateur Players. *International Journal of Environmental Research and public Health*.17,4357. [Link]
- Farina, M., & Cei, A. (2019). *Concentration and self-talk in football*. Building 903,Strand London ,WC ZR2LSUK.P414-436 [Link]
- Frayeh, A. L., & Lewis. B. A. (2016). Sport commitment among adult Recreational soccer players: Jost of expanded Model. *International Journal of Exercise science*,10(1):4-24. [Link]

- Fernandes, A. A., & Jonsson. (2021). *Psychological skills, mental toughness and performance anxiety among Icelandic youth international soccer players longitudinal study*. Hallur Hallson Mai 2021 [Link]
- Freitas, D., & Fonseca. (2013). What do coaches think about Psychological skills training in soccer? A study with coaches of Elite Portuguese teams. *International Journal of sport science*, 3(3):81-91. [Link]
- Gardiner, S. (2018). Perspectives on ethics and integrity in football. In: S. Chadwick, D. Parnell, P. Widdop, & C. Anagnostopoulos (Eds.), *Routledge handbook of football business and management* (pp. 376-387). London: Routledge [Link]
- Grushko, A. I., Haidamashko, I. V., Ibragimov, R. R., Kornienko, D. S., Korobeynikova, E. Y., Leonov, S. V., & Veraksa, A. N. (2016). Does the motivation, anxiety and imagery skills contributes to football (soccer) experience? *Social and Behavioral Sciences*, 233: 181 – 185 [Link]
- Issurin, V.B. (2016). Benefits and limitations of block periodized training approaches to athletes' preparation: A review. *sport Med*, 46:329-338. [Link]
- Ivarson, A. (2008). Halmasted University. School of social and Health science. *sport psychology*:91- 120.spring 2008. [Link]
- Izzo, R., Hosseini vard.C., & Azzone.V. (2019). Performance Model Analysis of Armenian premier league soccer players using Global positioning system Technology and comparison between European championship. *Journal of sport science*, 7:39-45. [Link]
- Jooste, J., Steyn, B. J. M., & Van den berg, L. (2014). Psychological skills, Playing positions and performance of African Youth Soccer Teams. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 36(1): 85-100. [Link]
- Kavussanu, M., & Stanger, N. (2017b). *Prosocial and antisocial behaviors in sport organizations*. In: C. Wagstaff (Ed.), *The Organizational Psychology of Sport: Key Issues and Practical Applications*. New York: Routledge. [Link]
- Kenioua, M., & Krine, N. (2020). Self-efficacy scale validation among football players. *Journal of Indonesian physical Education and sport*, 6(2): 19-25 [Link]
- King, N. (2004). 'Template analysis', in G. Symon and C. Cassell (eds.) *Essential Guide To Qualitative Methods In Organizational Research*, SAGE Publications, London. [Link]
- Kissari, A. (2015). The Effectiveness of progressive Muscle Relaxation to reduce the intensity of competitive sport anxiety among the elite players football. *Research Journal of physical education science*, 3(2):4-8. [Link]

- Koua, A., & Hagger, M. S. (2010). Perceived teaching behaviors and self-determined in physical education: A test of self-determined theory. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 81:74-86. [Link]
- Kowalski. (2018). *Hardiness, Perseverative cognition, anxiety, and health-related outcomes: A case for and against psychological hardiness*. Electronic thesis and Dissertation Repository.5385. [Link]
- Kuloor, H., & Kumar, A. (2020). Selfconfidence and sport. *The International Journal of Indian Psychology*, 8(4):2349-3429. [Link]
- Lincoln & Guba. (1985). *Naturalistic Inquiry*. Newbury Park, CA: sage publication. Citation: Cohen D. Crabtree B. 'Qualitative Research Guidelines' July 2008. [Link]
- Lopez, G., Sanchez, R., & Gallagos, G. (2018). Analysis of the prediction of Motivational climate in Handball players' fear of failure. *International Journal of Environmental Research and Public Health* Published:26, January 2019. [Link]
- Mach, M., Dolan, S., & Tzafir, S. (2010). The differential effect of team members' trust on team performance: the mediation role of team cohesion. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*.83:771-794. [Link]
- Monterio, R., Monterio, D., Torregrossa, M., & Travassos, B. (2021). Career planning in elite soccer: The mediating role of self-efficacy, career goals, and athletic identity. *Movement Science and Sport Psychology*, 20 July 2021. [Link]
- Mouloud, B., & Abdelkader. (2017). Self-efficacy among football players between 16-19 years. *International Journal of Science Culture and Sport* .ISSN. 1148-1178. [Link]
- Murcia, M. J. A., Contel, L., Silveria, Y., Ruiz, L. (2014). *Fear of failing in sport*, Universidad Miguel Hernandez de Elche: Elche, Spain [Link]
- Musculus, L., Raab, M., Belling, P., & Lobinger, B. (2018). Linking self-efficacy and decision-making processes in developing soccer players. *Psychology of Sport and Exercise*, 39:72-80. [Link]
- Mustafa. S., David. F. (2014). Psychological resilience in sport performance. A review of stressors and protective Factors. *Journal of Sport Sciences*, 32:15. [Link]
- Nakisa, N., Ghasemzadeh Rahbardar, M. (2021). Comparison of IQ, EI, Sports Performance, and Psychological Characteristics of Young Male Soccer Players in Different Playing Positions. . *Ann Appl Sport Sci*. 2021; 9 (1) [Link]
- Orosz & Mezo. (2015). Psychological factors in the development of football-Talent from the perspective of an integrative sport-talent model. *Journal for the Education of Gifted Young Scientist*, 3(1):58-76. [Link]

- Pulido, J. J., Oliva, D. S., Migual, P. A. S., & Amado, D. (2018). Sport commitment in young soccer players: A self-determination perspective. *International Journal of Sports Science & Coaching*. [Link]
- Ramlanc & Adzhar. (2015). Performance of soccer skills and effects of the motivational self-talk. *Journal VMP social sciences and technology Management*, 3 (1):33-48. [Link]
- Reams, L. (2015). Sport commitment and purchase intentions of intercollegiate Boxing coaches and participants. *International Journal of sport Management, Recreation & Tourism*, 22:44-62. [Link]
- Reverberi, E., Gozzoli, C., Angelo, C. D., Lanz, M., & Sorgente, A. (2021). The Self-regulation of learning self report scale for sport practice: validation of an Italian version of football. *Original Research*. 15 March 2021. [Link]
- Scanlan, T. K., Russell, D. G., Scanlan, A., Klunchoo, T. J., & Chow, G. M. (2013). Prpjent of elite athlete commitment (PEAK): IV. Identification of new candidate commitment sources in the sport commitment Model. *Journal sport Exercise psychology*, 35:525-535. [Link]
- Sillero, J. D. B., Aranda, L. M. M., Matesanz, M. S., & Escribano, M. D. (2021). Determining Factors of Psychological Performance and Differences among Age Categories in Youth Football Players. *Sustainability 2021*, 13: 7713. [Link]
- Soylu, Y. (2021). Comparison of emotional intelligence levels of soccer players according to age and playing position. *ACTA GYMNICA*, 2021, 51: Article e2021.008. [Link]
- Thelwell, Greenlees & Weston. (2012). Examining the use of psychological skills throughout soccer performance. *Journal of sport behavior*, 33(1): 109-127. [Link]
- Toeringa, T. T., Elferink-Gemsera, M. T., Jordetb, G., & Visschera, C. (2009). Self-regulation and performance level of elite and non-elite youth soccer players. *Journal of Sports Sciences* · December 2009 [Link]
- Walker & Hawkins. (2017). Structuring a program in Elite professional soccer. *strength and Condentioning Journal*. Fitness information technology I. [Link]
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). *Foundation of sport and exercise psychology*. Human kinetics. [Link]
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2011). *Foundation of sport and exercise psychology*. Human kinetics. [Link]
- Williams, I. M., Zinsser, N., & Banker, L. (2010). Cognitiv fechmiques for bulding confidence and enhancing performance. In J.M. Williams(Ed.). *Applied sport psychology*: 305-335: Mc Graw-Hill. [Link]

- Yadolahzadeh, A. (2021). The role of mental imagery and stress management training in the performance of female swimmers. *Atena Journal of Sports Sciences*, 3: 1-11. [Link]
- Yalcin, I., & Ramazanoglu, F. (2020). The Effect of Imagery use on the self-confidence: Turkish professional Football players. *Journal of sport psychology*, 29:57-64. [Link]
- Young, B. W., & Medic, N. (2011). Examining social influences on the sport commitment of master summers. *Psychology of sport and Exercise*.12:168-175. [Link]
- Zissis, p., & Vasilion, v. (2012). The effects of a Psychological skills training program on the cohesion of a mens soccer team. *Journal of Education and Practice*, 3(4). [Link]