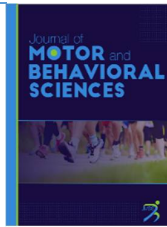




مجله علوم حرکتی و رفتاری



Original Research

The Relationship between Coaches' Verbal Aggressiveness and Competitive Anxiety among Adolescent: A Mental Toughness Mediation Analysis

Athena Gharayagh Zandi^{1*}, Sahar Zarei²

1. Department of Motor Behavior and Sports Psychology, Faculty of Physical Education and Sports Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran

2. Department of Motor Behavior and Sports Psychology, Faculty of Physical Education and Sports Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran

ARTICLE INFO

Received: 2020/04/21
Revised: 2020/05/04
Accepted: 2020/06/06

Keyword:

Competitive Anxiety
Verbal Aggressiveness
Mental Toughness
Emotion Regulation
Motivational Climate
Martial Arts

ABSTRACT

Introduction & Purpose: coaches' verbal aggression, competitive anxiety, and mental stubbornness are three important factors influencing athletes' experiences. This study aimed to examine the relationship between coaches' verbal aggressiveness and competitive anxiety with the meditation of mental toughness among adolescent athletes.

Methodology: In this cross-sectional study, One hundred and fifty-five girl martial arts athletes (Mage = 15.02, SD = 1.35) completed three questionnaires: coaches' verbal aggressiveness, competitive anxiety-2 and mental toughness in sport during their training sessions. The data were analyzed by using the correlation coefficient and Bootstrap test (to determine the mediating role of mental toughness).

Results: The results revealed that coaches' verbal aggressiveness associated positively with competitive anxiety and negatively with mental toughness. The effect of coaches' verbal aggressiveness on competitive anxiety was mediated by mental toughness.

Conclusion: All findings indicate that coaches' verbal aggressiveness increase competitive anxiety in adolescent athletes and self-compassion plays an important role in moderating the coaches' verbal aggressiveness and competitive anxiety among athletes.

* **Corresponding Author:** Athena Gharayagh Zandi. Department of Motor Behavior and Sports Psychology, Faculty of Physical Education and Sports Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran

Email: AthenaGharayaghZandi@Gmail.com



ارتباط پرخاشگری کلامی مربی و اضطراب رقابتی در ورزشکاران نوجوان: نقش واسطه‌ای سرسختی ذهنی آتنا غرایاق زندی*¹، سحر زارعی²

1. دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه رفتار حرکتی و روانشناسی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران، تهران، ایران
2. دانشجوی دکترا، گروه رفتار حرکتی و روانشناسی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

چکیده

مقدمه و هدف: پرخاشگری کلامی مربی، اضطراب رقابتی و سرسختی ذهنی سه عامل مهم اثرگذار بر تجربیات ورزشکاران هستند. هدف این پژوهش بررسی اثر پرخاشگری کلامی مربی بر اضطراب رقابتی ورزشکاران نوجوان با نقش واسطه‌ای سرسختی ذهنی بود.
روش شناسی: در این مطالعه مقطعی، 155 دختر ورزشکار رزمی کار (میانگین و انحراف سنی = 13/5 ± 15/02 سال) سه پرسشنامه پرخاشگری کلامی مربی، اضطراب رقابتی -2 و سرسختی ذهنی در ورزش را در طول جلسه تمرین تکمیل نمودند. داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی تحلیل شد و آزمون بوت استرپ جهت تعیین نقش واسطه‌ای سرسختی ذهنی استفاده شد.
نتایج: نشان داد که پرخاشگری کلامی مربی با اضطراب رقابتی ارتباط مثبت و با سرسختی ذهنی ارتباط منفی معناداری دارد. همچنین تأثیر پرخاشگری کلامی مربیان بر اضطراب رقابتی، توسط سرسختی ذهنی واسطه شده است.
نتیجه گیری: نتایج به دست آمده از این پژوهش، اشاره دارد به اینکه پرخاشگری کلامی مربی به افزایش اضطراب رقابتی در ورزشکاران نوجوان می‌انجامد و سرسختی ذهنی بالاتر به کاهش ادراک پرخاشگری کلامی مربی و تجربه کمتر اضطراب رقابتی منجر می‌شود.

اطلاعات مقاله

دریافت مقاله: 98/02/02
بازنگری مقاله: 98/02/15
پذیرش مقاله: 98/03/17

کلید واژگان

اضطراب رقابتی
پرخاشگری کلامی
استحکام ذهنی
تنظیم هیجان
جو انگیزشی
هنرهای رزمی

مقدمه

مشارکت ورزشی، به‌طور بالقوه، تجارب مثبتی برای ورزشکاران فراهم می‌آورد، با این‌حال، دوران نوجوانی به‌عنوان یک دوره مهم برای استمرار ورزش شناخته شده است، دوره‌ای که بیشترین کناره‌گیری در آن اتفاق می‌افتد (کرین و تیمپل¹، 2014؛ آلسی² و همکاران، 2020). به نظر می‌رسد احساسات تجربه شده در طول فعالیت‌های ورزشی از اهمیت خاصی برخوردار هستند و مقابله با این هیجانات عاملی تأثیرگذار مهمی بر تجربیات نوجوانان در ورزش خود، محسوب می‌شود (محمی‌الدینی، پائولی و بوئر³، 2009؛ نیکلز، پری، جونز، مورلی و کارسون⁴، 2013). یکی از قابل توجه‌ترین هیجانات منفی که ورزشکاران از جمله نوجوانان در ورزش تجربه می‌کنند، اضطراب رقابتی⁵ است (پونز، ویلادریش، رامیس و پولمن⁶، 2018).

مارتنز⁷ (1977) اضطراب رقابتی را «تمایل به درک موقعیت‌های رقابتی به‌عنوان عاملی تهدیدآمیز و پاسخ دادن به آن‌ها با احساس ترس و تنش» تعریف کرد (ص 23)؛ بنابراین در عرصه ورزش، تعریف اضطراب با ایجاد دو سطح پاسخ، گسترش یافته است که عبارت‌اند از اضطراب شناختی⁸ و جسمانی⁹ (مولینا، ساندین و کورین¹⁰، 2014). اضطراب جسمانی به «عناصر فیزیولوژیکی و عاطفی تجربه اضطراب» اطلاق می‌شود (مارتنز و همکاران، 1990، ص 6). با این حال در گروه نوجوانان اضطراب شناختی به‌نوبه خود به دو جزء (نگرانی¹¹ و اختلال در تمرکز¹²) تقسیم شده است (گروسبارد، اسمیت، اسمول و کامینگ¹³، 2009؛ اسمیت، اسمول و شولتز¹⁴، 1990). مورد اول نگرانی یا نگرش بدبینانه در مورد پیامدهای منفی فردی و اجتماعی بالقوه مرتبط با عملکرد ضعیف است (ساراسون¹⁵، 1984)؛ مورد دوم اختلال در تمرکز است، یعنی دشواری که یک ورزشکار در تمرکز روی وجوه اصلی کار در دست اجرا دارد که از فکر کردن روشن و دقیق در حین مسابقه جلوگیری می‌کند (نیدفر و ساگل¹⁶، 2006). این تمایز سه بعدی بخشی از یک چارچوب مفهومی بالاتر (اضطراب رقابتی) را تشکیل می‌دهند (اسمیت، 2008). مطالعات مختلفی حاکی از تأثیر منفی اضطراب رقابتی بر عملکرد و به‌طور کلی مشارکت ورزشی نوجوانان است (به‌عنوان مثال پونز و همکاران 2018؛ موریس و کلووسانو¹⁷،

16. Nideffer, & Sagal
17. Morris, & Kavussanu
18. Wolf, Evans, Laborde, & Kleinert
19. Mental Toughness
20. Gerber
21. Wilson, Bennett, Mosewich, Faulkner, & Crocker
22. Middleton
23. Gucciardi et al
24. Cowden, Fuller, & Anshel
25. Schaefer, Vella, Allen, & Magee
26. Gómez-López
27. Ong, & Griva
28. Jones, Hanton, & Connaughton
29. Wilson, Bennett, Mosewich, Faulkner, & Crocker
30. Kalinin, Balázsi, Péntek, Duică, & Hanțiu

1. Crane, & Temple
2. Alesi
3. Mohiyeddini, Pauli, & Bauer,
4. Nicholls, Perry, Jones, Morley, & Carson
5. Competitive Anxiety
6. Pons, Viladrich, Ramis, & Polman
7. Martens
8. Cognitive anxiety
9. Somatic anxiety
10. Molina, Sandín, & Chorot
11. Worry
12. Concentration Distraction
13. Grossbard, Smith, Smoll, & Cumming
14. Schutz
15. Sarason

ارزشمندی)، پایداری¹⁵ (در انگیزش، نگرش و تلاش) و کنترل¹⁶ (بر هیجان و توجه) در سختی‌ها و شرایط فشارزا، اهداف خود را پیگیری کنند (جونز و همکاران، 2007؛ گوچیاری و همکاران، 2009؛ 2015 الف).

در این پژوهش، اثر ادراک رفتار پرخاشگری کلامی مربی انتخاب شده است، زیرا وی نماینده سلسله مراتب مراجع قدرت در محیط ورزشی است (وایلمن و لاواللی¹⁷، 2004). علاوه بر این، به‌عنوان یک رهبر، مربی به دلیل توانایی داوری و تأمین پاداش یا مجازات برای ورزشکاران، نقش مهمی در روند جامعه‌پذیری ورزش ایفا می‌کند (جیوین¹⁸، 2001؛ هورن¹⁹، 2008). این مسئله در ورزشکاران نوجوان کاملاً مشهود است که مربی را الگویی می‌دانند که به آن‌ها کمک می‌کند تا از طریق رفتار و دستورالعمل‌های خود، استقلال، شایستگی، تعهد و رابطه خود را توسعه دهند (آلسی و همکاران، 2019؛ گرانو-گالگوس²⁰ و همکاران، 2017). انتخاب نمونه فعلی متناسب با نقش اساسی که مربی در این مرحله از توسعه ایفاء کرده است، صورت گرفته شد. افزون بر این مطالعات حاکی از آن است که اضطراب رقابتی با عملکرد ورزشی در ورزش‌های انفرادی (مانند رمی) رابطه معکوس دارد (پسکورسکا²¹ و همکاران، 2016؛ مرینو فرناندز²²، 2019)؛ همچنین ورزشکاران نوجوانی که در ورزش‌های انفرادی مشارکت می‌کنند هیجان اضطراب را بیشتر تجربه می‌کنند (پلهر²³ و همکاران، 2019)، به علاوه شواهد پژوهشی نشان می‌دهند که دختران در مقایسه با هم‌تایان خود پرخاشگری کلامی مربی را بیشتر ادراک می‌کنند (روگیرو و لاتین²⁴، 2008)، سرسختی ذهنی کمتری دارند (محبی، زارعی و صحبتی‌ها، 2017؛ محبی و زارعی، 2019) و اضطراب رقابتی بالاتری تجربه می‌کنند (محبی و زارعی، 2018). با این حال، یک بررسی کوتاه از ادبیات نشان می‌دهد تعامل بین هیجان اضطراب رقابتی، پرخاشگری کلامی مربی و سرسختی ذهنی در نوجوانان رشته انفرادی مورد بررسی قرار نگرفته است.

هدف از این مطالعه، با توجه به جایگاه ارزنده ورزش‌های رمی در ایران، تجزیه و تحلیل چگونگی اثر پرخاشگری کلامی مربی بر سرسختی ذهنی و اضطراب رقابتی است که توسط رمی‌کاران نوجوان درک می‌شود. به‌طور خاص، ما فرض می‌کنیم که ادراک رمی‌کاران نوجوان از پرخاشگری کلامی مربی، با اضطراب رقابتی همراه خواهد بود، درحالی‌که اثر این ادراک بر سرسختی ذهنی منفی

ذهنی و هیجان اضطراب رقابتی در ورزشکاران نوجوان را مورد بررسی قرار داده‌اند. علاوه بر ویژگی‌های درون فردی مانند سرسختی ذهنی که ممکن است بر اضطراب رقابتی اثرگذار باشد، مطالعات حاکی از آن است که عوامل بین فردی (مانند رفتار مربی) نیز می‌توانند در تجربه هیجانی و رشد روان‌شناختی ورزشکاران نقش بسزایی داشته باشند (رامیس، تورگروسا، ویلادریچ و کروز¹، 2017؛ کیم و پارک²، 2020). یکی از رفتاری که بیشتر در محیط آموزشی³ بررسی شده (بکیاری و سیانا⁴، 2016) و اخیراً در حوزه ورزشی مورد توجه قرار گرفته است پرخاشگری کلامی مربی⁵ است (شرمپاس و بکیاری⁶، 2018). پرخاشگری کلامی به‌عنوان «صدمه زدن یا آسیب رساندن به دیگران» تعریف می‌شود و در سه بعد (الف) شناختی، از افکار منفی خلق و خوی انسان، خشم و بدبینی تشکیل شده است (ب) عاطفی، با هیجاناتی مانند عصبانیت و غضب برخورد می‌کند (ج) رفتاری، متشکل از طیف وسیعی از پرخاشگری مشاهده می‌شود (یاراتان و اولوداگ⁷، 2012). در تنها مطالعه روی والیبالیست بزرگسالان نشان داده شد که پرخاشگری کلامی مربی با اضطراب و اعتماد به نفس حالتی رابطه مستقیمی دارد و محققان اذعان داشتند که تحقیقات بیشتری باید در ورزش صورت بگیرد (بکیاری و همکاران، 2006). مطالعات روی ورزشکاران جوان نشان می‌دهد که پرخاشگری کلامی مربی منجر به جهت‌گیری خود مدار در کلاس تربیت بدنی می‌شود (بکیاری و سیانا، 2016) و با جو انگیزشی کنترلی همراه است (بکیاری، دیگلیدیس و ساکلاریو⁸، 2015). از سوی دیگر در مطالعات پیش‌مشخص شد که این نوع جهت‌گیری انگیزشی در ورزشکاران نوجوان با افزایش هیجانات منفی مانند اضطراب همراه است (منگاسی⁹ و همکاران، 2019؛ اسوریو، کروز، صوفیه و پیکسوتو¹⁰، 2017)؛ بنابراین درحالی‌که پرخاشگری کلامی مربی بر اضطراب حالتی رقابتی ورزشکاران تیمی و بزرگسال اثرگذار است. این نوع رفتار بر ساز و کارهای پاسخ‌دهی ورزشکاران جوان‌تر و تجربه اضطراب رقابتی در آن‌ها ممکن است اثرگذار باشد. افزون بر این مطالعات نشان می‌دهند که پرخاشگری کلامی مربی بر انگیزش درونی (بکیاری، 2014)، تنظیم هیجان (مورنو-مورسیا و همکاران¹¹، 2019؛ گومز-لوپز و همکاران، 2020) و اعتماد به نفس (ویلی و چیس¹²، 2008) ورزشکاران به‌صورت منفی اثرگذار است، این در حالی است که ویژگی سرسختی ذهنی باعث می‌شود تا ورزشکاران نوجوان مربیان را به‌عنوان سرمایه اجتماعی بیشتر ادراک (گوچیاری و جونز، 2012؛ نیکولز، موری و پری¹³، 2016) و با اطمینان¹⁴ (خود باوری و خود

13. Nicholls, Morley, & Perry

14. Confidence

15. Consistency

16. Control

17. Wylleman, & Lavallee

18. Givvin

19. Horn

20. Granero-Gallegos

21. Piskorska

22. Merino Fernández

23. Pluhar

24. Ruggiero, & Lattin

1. Torregrosa, Viladrich, & Cruz

2. Kim, & Park,

3. School settings

4. Tsiana

5. Coaches' verbal aggressiveness

6. Sympas, & Bekiari

7. Yaratana, Uludag

8. Digelidis, & Sakelariou

9. Menegassi

10. Osório, Cruz, Sofia, & Peixoto

11. Moreno-Murcia

12. Vealey, & Chase

و سه بعد نگرانی (پنج سؤال)، اختلال تمرکز (پنج سؤال) و اضطراب جسمانی (پنج سؤال) مقیاس اضطراب را می‌سنجد و بر اساس مقیاس چهار ارزشی لیکرت از یک (اصلاً) تا چهار (خیلی زیاد) نمره‌گذاری می‌شود و نمره کل برای اضطراب، از مجموع نمره تمام خرده مقیاس‌ها به دست می‌آید. نسخه فارسی این ابزار در فرهنگ ایرانی هنجاریابی شده و پایایی آن بر اساس ضریب آلفای کرونباخ در ورزشکاران نوجوان 0/83 گزارش شده است (مقدم زاده، خبیری و مهرصفر، 2017).

پرسش‌نامه سرسختی ذهنی در ورزش³

پرسش‌نامه سرسختی ذهنی در ورزش توسط شیرد، گلی و ون ورسج⁴ (2009) ساخته شده است که دارای 14 سؤال بوده و مشتمل بر سه خرده مقیاس اطمینان (شش سؤال)، پایداری (چهار سؤال) و کنترل (چهار سؤال) است و بر اساس مقیاس پنج ارزشی لیکرت از کاملاً مخالف (یک) تا کاملاً موافق (پنج) نمره‌گذاری می‌شود. نمره کل برای سرسختی ذهنی، از مجموع نمره تمام خرده مقیاس‌ها به دست می‌آید. در ایران این پرسش‌نامه اعتباریابی شده است و پایایی آن بر اساس ضریب آلفای کرونباخ برای کل آزمون 0/83 به دست آمده است (کاشانی، فرخی، کاظم نژاد و شیخ، 2015).

روش اجرا

پس از کسب مجوزهای لازم از کمیته‌های آموزش و پژوهش فدراسیون‌ها و همچنین هماهنگی با هیئت‌های مربوطه استان تهران، اطلاعات لازم در خصوص باشگاه‌های فعال رزمی شهر تهران در سال 2019 کسب شد؛ سپس با مربیان رزمی دیدار و اهداف پژوهش برای آنان تشریح شد همچنین اطلاعات بیشتر در اختیار ورزشکاران قرار گرفت. برای تکمیل دفترچه سؤالات دستورالعمل‌های خاصی به ورزشکاران داده شد. محققان برای ارائه توضیحات در کل فرآیند جمع‌آوری داده‌ها در دسترس بودند همه ورزشکاران داوطلب بودند و فرم رضایت‌نامه را تکمیل کردند، علاوه بر این مربیان به‌عنوان سرپرست ورزشکاران در زمان تمرین، فرم رضایت‌نامه را پر می‌کردند. محدودیت زمانی برای پاسخ به سؤال‌ها مطرح نبود اما حداکثر زمان لازم برای تکمیل پرسشنامه‌ها از 10 دقیقه تجاوز نکرد. هدف این بود که ورزشکاران بدون تحت فشار قرار گرفتن از نظر زمان تکمیل پرسشنامه‌ها، با آرامش و دقت به سؤال‌ها پاسخ دهند تا ضریب دقت و اعتبار پاسخ‌ها افزایش یابد. هیچ اجباری برای شرکت در پژوهش اعمال نشد و همه ورزشکاران به‌صورت داوطلب در پژوهش شرکت کردند. پرسشنامه‌ها قبل از شروع جلسه تمرین بین ورزشکاران توزیع، تکمیل و جمع‌آوری شد. ورزشکاران نوجوان اثر منفی شرکت در این مطالعه را بر آمادگی ذهنی خود در طول تمرین درک و گزارش نکردند.

خواهد بود. همچنین سرسختی ذهنی می‌تواند در کاهش اثر پرخاشگری کلامی مربی و اضطراب رقابتی رزمی‌کاران نوجوان مؤثر باشد؛ بنابراین، بررسی رابطه پرخاشگری کلامی مربی، سرسختی ذهنی و اضطراب رقابتی، ادبیات پژوهشی را در مورد پرخاشگری کلامی مربی و سرسختی ذهنی و به‌عنوان عوامل زمینه‌ای اضطراب در موقعیت‌های رقابتی گسترش می‌دهد و شواهد تجربی را در خصوص نقش این عوامل پیش‌بین اضطراب در ورزش فراهم می‌آورد.

روش شناسی

طرح پژوهش حاضر مقطعی و از همبستگی بود و به‌صورت میدانی اجرا شد. 155 رزمی‌کار از هر چهار رشته (کاراته، تکواندو، ووشو و کونگ‌فو) سه پرسشنامه پرخاشگری کلامی مربی، اضطراب رقابتی و سرسختی ذهنی را به‌صورت داوطلبانه در طول جلسه تمرینی تکمیل کردند. میانگینی و انحراف معیار سن این گروه $(15/02 \pm 1/35)$ و تجربه ورزشی آن‌ها $(3/88 \pm 1/22)$ بود.

ابزار

مقیاس پرخاشگری کلامی

از مقیاس پرخاشگری کلامی که توسط بکیاری و دیگلیدیس در سال 2015 ساخته شده است برای ارزیابی ادراک ورزشکاران نوجوان نسبت به پرخاشگری کلامی مربیان استفاده شد این مقیاس دارای 8 سؤال (مثلاً توهین به ورزشکاران، قضاوت منفی درباره توانایی ورزشکاران و غیره) است و بر اساس مقیاس پنج ارزشی لیکرت از کاملاً مخالف (یک) تا کاملاً موافق (پنج) نمره‌گذاری می‌شود. ارزیابی اولیه از ساختار عاملی $(0/97) =$ تحلیل عامل تاییدی، $0/02 =$ ریشه میانگین مربعات باقی‌مانده و ضریب آلفای کرونباخ مقیاس $0/97$ این ابزار حمایت کرد و این ابزار 69 درصد از واریانس کل سؤالات را تبیین کرد. روایی صوری و محتوایی پرسشنامه با استفاده از روش استاندارد ترجمه-باز ترجمه تعیین گردید. بدین صورت که ابتدا پرسشنامه توسط متخصصین زبان انگلیسی به فارسی ترجمه و بعد از آن دوباره به انگلیسی برگردانده شد. سپس با تطبیق متون ترجمه شده و متن اصلی، پرسشنامه نهایی تدوین و در اختیار پنج تن از متخصصین روانشناسی و علوم ورزشی قرار گرفت و با اعمال نظرات اصلاحی آن‌ها در نهایت پرسشنامه نهایی تنظیم گردید و در مرحله بعد ضریب باز آزمایی سه هفته‌ای در یک جامعه کوچک 20 نفری از رزمی‌کاران نوجوان $0/78$ به دست آمد و در نهایت ضریب آلفای کرونباخ در بین نمونه آماری حاضر $0/80$ به دست آمد.

پرسش‌نامه اضطراب ورزشی -12¹

این پرسش‌نامه توسط اسمیت، اسمول، کامینگ و گروسارد² (2015) ساخته شده است؛ این پرسشنامه، شامل 15 سؤال است

3. Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ)

4. Sheard, Golby, & Van Wersch

1. Sport Anxiety Scale-2

2. Grossbard

تجزیه و تحلیل آماری

برای تعیین معناداری رابطه واسطه‌های و اثر غیرمستقیم متغیر مستقل بر متغیر وابسته از طریق متغیر میانجی از روش بوت استرپ¹ در برنامه ماکرو² آزمون پریچر و هیز³ (2008) بر روی نسخه 21 نرم افزار اس.پی.اس.اس⁴ استفاده شد در سطح معناداری 0/05 صورت گرفت.

تحلیل مقدماتی داده‌های نبود مقادیر گمشده، داده‌های پرت تک متغیره و چند متغیره، عدم تخطی از فرض نرمال بودن، خطی بودن و هم خطی چندگانه و استقلال خطاها مطابق دستورالعمل تاپاچینگ و فیدل⁵ (2007) و مایرز⁶ (2013) را نشان نداد.

یافته‌ها

در جدول 1 میانگین و انحراف استاندارد نمرات ورزشکاران در ادراک پرخاشگری کلامی مربی، اضطراب رقابتی و سرسختی ذهنی ارائه شده است، نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان می‌دهد که پرخاشگری کلامی مربی با اضطراب رقابتی و مؤلفه‌های آن (نگرانی، اختلال تمرکز و اضطراب جسمانی) رابطه مثبتی دارد. این در حالی است که بین سرسختی ذهنی و پرخاشگری کلامی مربی همبستگی منفی وجود دارد. همچنین سرسختی ذهنی با اضطراب رقابتی و مؤلفه‌های آن رابطه منفی معناداری وجود دارد ($p \leq 0/001$).

جدول 1. آمار توصیفی و ماتریس همبستگی بین تمامی متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین \pm انحراف معیار	آلفای کرونباخ	1	2	3	4	5	6
پرخاشگری کلامی مربی	3/97 \pm 15/70	0/80	1					
اضطراب رقابتی کل	8/93 \pm 41/68	0/88	0/37**	1				
نگرانی	3/35 \pm 13/57	0/70	0/38**	0/90**	1			
اختلال تمرکز	3/80 \pm 13/53	0/70	0/27**	0/88**	0/70**	1		
اضطراب جسمانی	2/90 \pm 15/16	0/78	0/29**	0/73**	0/56**	0/51**	1	
سرسختی ذهنی	6/50 \pm 52/63	0/78	-0/49**	-0/46**	-0/44**	-0/45**	-0/25**	1

** : معناداری در سطح 0/001

همراه است، باین حال این اثر مستقیم (0/43) کمتر از اثر کل بود (0/84) و وقتی سرسختی ذهنی به مدل افزوده شد نتیجه حاکی از آن بود که نقش واسطه جزئی سرسختی ذهنی در ارتباط بین پرخاشگری کلامی مربی و اضطراب رقابتی بود (مقدار صفر خارج از دامنه اطمینان بود). مدل واسطه‌ای را می‌توان در شکل 1 یافت و مقادیر آماری مدل را می‌توان در جداول 2 مشاهده کرد.

به منظور تعیین معناداری مدل متغیر واسطه و اثر غیرمستقیم متغیر مستقل بر متغیر وابسته آزمون بوت استرپ انجام گرفت. نتایج نشان داد که مقدار تبیین واریانس اضطراب رقابتی بر اساس این مدل معنادار است ($R^2 = 0/25$). همان‌طور که مشاهده می‌شود همه ضریب مسیرهای مستقیم به‌طور کامل معنادار به دست آمده است ($p \leq 0/001$). اثر مستقیم نشان داد که پرخاشگری کلامی مربی با اضطراب رقابتی ورزشکاران نوجوان

جدول 2. خلاصه مدل تحلیل واسطه‌گری چندگانه برای ادراک پرخاشگری کلامی مربی و اضطراب رقابتی

متغیر پیش‌بین	متغیر میانجی	متغیر ملاک	اثر پیش‌بین بر میانجی (a)	اثر میانجی بر ملاک (b)	اثر مستقیم (c)	اثر غیرمستقیم (بر اساس فاصله اطمینان)	اثر کل (c)
پرخاشگری کلامی مربی	سرسختی ذهنی	اضطراب رقابتی	-0/81***	-0/51**	0/43**	0/64 تا 0/20	0/84**

*** : معناداری در سطح 0/001

4. Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)
5. Tabachnick, & Fidell
6. Mayers

1. Bootstrap
2. Macro
3. Preacher, & Hayes

بحث و نتیجه گیری

در این پژوهش به بررسی ارتباط پرخاشگری کلامی مربی و اضطراب رقابتی در ورزشکاران نوجوان و نقش واسطه‌ای سرسختی ذهنی پرداخته شد. نتایج برآمده از این پژوهش حاکی از آن بود که پرخاشگری کلامی مربی با اضطراب رقابتی و ابعاد آن (نگرانی، اختلال تمرکز و اضطراب جسمانی) رابطه مثبت معناداری دارد. این یافته‌ها تحقیقات قبلی را در مورد ارتباط این مفاهیم پشتیبانی و گسترش می‌دهد (بکیاری و همکاران، 2006؛ بکیاری و همکاران، 2015؛ بکیاری و سیانا، 2016؛ منگاسی و همکاران، 2019؛ اسوریو و همکاران، 2017).

تجربه اضطراب شناختی بدین معناست که ورزشکار در مورد پیامدهای فردی و اجتماعی بالقوه مرتبط با عملکرد ضعیف نگرش بدبینانه دارد (ساراسون، 1984)؛ از سوی دیگر در ادبیات پژوهشی (به‌عنوان مثال کمال‌گرایی و ترس از شکست)، ترس از ناراحت شدن و از دست دادن علاقه مربی از مهم‌ترین منابع نگرانی ورزشکار نوجوان ذکر شده‌اند (کنروی، ویلوو و متزلر¹، 2002؛ ایوانوویچ و میلوساوجویچ²، 2015) به علاوه، تعیین استانداردهای عملکردی سطح بالا با ادراک فشار مربی و تجربه اضطراب در ورزشکاران همراه است (ایوانوویچ و میلوساوجویچ، 2015)؛ بنابراین همان‌طور که مربی در زندگی ورزشکاران نقش پررنگی دارد، پرخاشگری کلامی مربی و ادراک آن از سوی ورزشکاران به‌عنوان منبع فشار دور از انتظار نیست. در واقع رفتار پرخاشگرانه مربی ممکن است باعث افزایش ادراک استانداردهای سطح بالاتر مربی از سوی ورزشکار و افزایش نگرش بدبینانه او نسبت به پیامدهای عملکرد ضعیفشان شود و این می‌تواند اضطراب و نگرانی را در آن‌ها افزایش دهد. نتایج مطالعات پیشین در خصوص نقش و جایگاه مربی در ادبیات پژوهشی کمال‌گرایی و ترس از شکست بر اضطراب رقابتی (کوری و روسادو³، 2018؛ هیل، مالینسون هوارد و جووت⁴، 2018) هم‌راستا با این نظر هستند. کنروی و همکاران (2002) اظهار داشتند که این شکست و یا عملکردی ضعیف نیست که فرد به خودی خود به دنبال جلوگیری از آن است، بلکه عواقب ناکامی و شکست (مانند کاهش خود ارزشمندی، تجربه شرم و ارزیابی منفی و غیره) است که می‌تواند ترس را برانگیزد. از سوی دیگر نگرانی در خصوص پیامدهای عملکردی ضعیف از فکر کردن روشن دقیق در حین مسابقه جلوگیری می‌کند (نیدفر و ساگل، 2006؛ کوریا و روسادو، 2018). مطالعه بکیاری و همکاران (2015) مشخص کرد که در نوجوانان پرخاشگری کلامی مربی تأثیر منفی بر جهت‌گیری تکلیف (که فرد متمرکز بر آن است) دارد. هم‌راستا با نظرات و تحقیقات پیشین به نظر می‌رسد نتیجه‌گرایی و نگرانی از

پیامدهای رقابت تمرکز ورزشکاران روی وجوه اصلی کار در دست اجرا را در یک ورزشکار دشوار می‌کند. به‌علاوه در شرایطی که ورزشکار به دنبال جلوگیری از عواقب ناکامی و شکست است، به نظر می‌رسد پرخاشگری کلامی مربی با افزایش ترس و اختلال در تمرکز مانع درک درست علائم جسمانی و زمان شروع پاسخ‌های فیزیولوژیکی در ورزشکار می‌شود (کلین⁵، 2017؛ پارسونز، جرتقیل، پارسونز، فیوریک و کویکن⁶، 2017). همچنین در پرخاشگری کلامی، مربی به خود پنداره و شایستگی ورزشکار حمله کند (بکیاری و همکاران، 2015)، در چنین شرایطی ورزشکار ممکن است نگران از دست دادن جایگاه خود باشد و این گوش به زنگی واکنش‌های فیزیولوژیکی او را افزایش دهد و پاسخ اضطرابی را در وی ایجاد کند این نظر هم‌راستا با مطالعات پیشین است (فورد و کولینز⁷، 2010؛ مارتنز، گرینبرگ و آلن⁸، 2008). به‌طوری کلی این یافته‌ها هم‌راستا با تحقیقات پیشین بیانگر نقش قدرتمند مربیان در جهت‌گیری و تجارب هیجانی ورزشکاران نوجوان است.

بخش دیگری از نتایج نشان می‌دهد که سرسختی ذهنی واسطه ارتباط پرخاشگری کلامی مربی و اضطراب رقابتی بود. این نتایج بدین معناست که سرسختی ذهنی ورزشکاران رزمی کاران نوجوان بالاتر رود پرخاشگری کلامی مربی کمتر ادراک و اضطراب رقابتی پایین‌تری تجربه می‌شود. این یافته‌ها تحقیقات قبلی را در مورد ارتباط این مفاهیم پشتیبانی و گسترش می‌دهد (کوودن و همکاران، 2014؛ گوچیاردی و جونز، 2012؛ گوچیاردی و همکاران، 2015؛ رامیس و همکاران، 2017؛ نیکولز و همکاران، 2016).

سرسختی ذهنی به‌عنوان یک ویژگی مثبت نگر مفهوم‌سازی شده است که نه تنها فشارها و سختی‌های دستیابی به هدف را تعدیل می‌کند بلکه بر نگرش افراد در روی آوری به هدف و ناکامی نیز به‌طور مثبت مؤثر است (جونز و همکاران، 2007؛ گوچیاردی و همکاران، 2009). این ویژگی افراد را قادر می‌سازد که معیارهای سطح بالایی در ورزش انتخاب و برای آن تلاش کنند و از مزایای مهارت‌های روانی برای مدیریت خود در هنگام سختی‌ها بهره ببرند (محبی، زندی، نظری طب و زارعی، 2018؛ گوچیاردی و همکاران، 2015؛ الف، زارعی و همکاران، 2019). با این حال سرسختی ذهنی به معنای عدم پذیرش خود هنگام عدم دستیابی به معیارها و یا شرایط سخت نیست، مطالعات نشان می‌دهند که افراد سرسخت ذهنی هنگام عدم دستیابی به اهداف خود، با مکانیسم‌های پذیرش، بخشش و شفقت‌ورزی به نواقص و عملکرد ضعیف خود پاسخ مثبت می‌دهند و سریع‌تر خود را باز می‌یابند

5. Klein

6. Parsons, Crane, Parsons, Fjorback, & Kuyken,

7. Ford, & Collins

8. Martens, Greenberg, & Allen

1. Conroy, Willow, & Metzler

2. Ivanović, & Milosavljević

3. Correia, & Rosado

4. Hill, Mallinson-Howard, & Jowett

حوزه اطلاعات مفیدی را برای این موضوع نشان می‌دهد و پیامدهای عملی دیگری را برای مربیان و کار با این گروه سنی ارائه دهد.

تشکر و قدردانی

از کلیه مربیان و ورزشکار محترم برای همکاری در این پژوهش صمیمانه سپاسگزاریم.

منابع

- Alesi, M., Gómez-López, M., Chicau Borrego, C., Monteiro, D., & Granero-Gallegos, A. (2020). Effects of a motivational climate on psychological needs satisfaction, motivation and commitment in teen handball players. *International journal of environmental research and public health*, 16(15), 2702.
- Mayers, A. (2013). Introduction to statistics and SPSS in psychology. Pearson Higher Ed.
- Bekiari, A., Digelidis, N., & Sakelariou, K. (2006). Perceived verbal aggressiveness of coaches in volleyball and basketball: A preliminary study. *Perceptual and motor skills*, 103(2), 526-530.
- Bekiari, A., Patsiaouras, A., Kokaridas, D., & Sakelariou, K. (2006). Verbal aggressiveness and state anxiety of volleyball players and coaches. *Psychological reports*, 99(2), 630-634.
- Bekiari, A. (2014). Verbal aggressiveness and leadership style of sports instructors and their relationship with athletes' intrinsic motivation. *Creative Education*, 5(02), 114.
- Bekiari, A., & Digelidis, N. (2015). Measuring verbal aggressiveness in sport and education. *International Journal of Physical Education*, 52(4), 112-121.
- Bekiari, A., & Tsiana, I. (2016). Exploring Instructors' Verbal Aggressiveness and Students' Personal Orientations and Reasons of Discipline in Physical Education Class. *Advances in Physical Education*, 6(3), 158-168.
- Bekiari, A. and Tsiana, I. (2016) Exploring Instructors' Verbal Aggressiveness and Students' Personal Orientations and Reasons of Discipline in Physical Education Class. *Advances in Physical Education*, 6, 158-168. <https://doi.org/10.4236/ape.2016.63018>
- Cece, V., Duchesne, M., Guillet-Descas, E., & Martinent, G. (2020). Self-determined motivation, emotional process and subjective performance among young elite athletes: A longitudinal hierarchical linear modelling approach. *European Journal of Sport Science*, 1-13.
- Conroy, D. E., Willow, J. P., & Metzler, J. N. (2002). Multidimensional fear of failure measurement: The performance failure appraisal inventory. *Journal of applied sport psychology*, 14(2), 76-90.
- Correia, M. E., & Rosado, A. (2018). Fear of failure and anxiety in sport. *Análise Psicológica*, 36(1), 75-86.
- Cowden, R. G., Fuller, D. K., & Anshel, M. H. (2014). Psychological predictors of mental toughness in elite tennis: an exploratory study in learned resourcefulness and competitive trait anxiety. *Perceptual and motor skills*, 119(3), 661-678.

(کوودن، جونت، کراست و هوک¹، 2018؛ محبی وزارعی، 2019؛ ویلسون و همکاران، 2019). این نوع مکانیسم‌ها که در مطالعات پیشین روشی سالمی در پذیرش و حفظ ارزشمندی خود مفهوم‌سازی شده‌اند (نفر²، 2011؛ ریس³ و همکاران، 2015). ممکن است اثر پرخاشگری کلامی مربی را که خود پنداره و ارزشمندی فرد مورد را حمله قرار می‌گیرد (بکیاری و همکاران، 2015؛ رامیس و همکاران، 2017) تعدیل کند؛ بنابراین هم‌راستا با نظرات و مطالعات پیشین به نظر می‌رسد سرسختی ذهنی باعث می‌شود تا فرد در درجه اول: با اطمینان، پایداری و کنترل بالاتر اهداف خود را دنبال کند و متمرکزتر عمل کند؛ و در درجه دوم: به جایی اینکه فرد غرق در نگرانی از عواقب عملکرد ضعیف خود و دچار حواس‌پرتی و حساسیت زیاد به رفتار مربی شود با تعهد بالاتر اهداف خود را دنبال کند و از نقش حمایتی مربی ادراک بهتری داشته باشد.

با توجه به یافته‌های این پژوهش، مربیانی که تمایل به استفاده از تکنیک‌های ارتباطی منفی مانند پرخاشگری کلامی دارند، نه تنها عملکرد ورزشکاران نوجوان را افزایش نمی‌دهند، بلکه باعث نگرانی و تجربه اضطراب عملکردی می‌شوند و مشارکت ورزشی آن‌ها را به صورت منفی تحت تأثیر قرار دهند. همچنین مشخص شد که ویژگی سرسختی ذهنی در تعدیل ادراک اثر پرخاشگری کلامی مربی و کاهش تجربه اضطراب رقابتی نقش معناداری دارد؛ بنابراین ضروری است در حوزه ورزش نوجوانان، درک اثر رفتار مربی در تعامل با ویژگی‌های شخصیتی ورزشکاران صورت بگیرد.

چنین نتیجه‌گیری اطلاعات مفیدی و برخی از پیامدهای عملی برای افرادی که با ورزشکاران نوجوان کار می‌کنند برای مداخله پیشگیرانه در مدیریت اضطراب رقابتی فراهم کرده و به مبارزه با پیامدهای مخرب آن کمک می‌کند. اول، مهم است که مربیان رزمی از تکنیک‌های ارتباطی حمایت‌گرانه بهره ببرند و از رفتارهای تهاجمی کلامی جلوگیری کنند زیرا این رفتارها با افزایش اضطراب رقابتی و کاهش سرسختی ذهنی همراه هستند. علاوه بر این، سرسختی ذهنی به عنوان مکانیسم زیربنایی در تعدیل ادراک اثر پرخاشگری کلامی مربی و تجربه اضطراب رقابتی در ورزشکاران نوجوان مورد توجه قرار گیرد و از تجربیات مثبتی برای تقویت این ویژگی بهره برد.

علی‌رغم اهمیت یافته‌های به دست آمده، این پژوهش به صورت مقطعی انجام شده است؛ بنابراین استفاده از رویکردهای آزمایشی و طولی برای کسب اطلاعات تجربی و پیامدهای تکمیلی توصیه می‌شود، همچنین در تحقیقات بعدی، باید مکانیسم‌های ارتباط پرخاشگری کلامی مربیان در تعامل با ویژگی‌های درون فردی با اضطراب ورزشکاران بیشتر مورد توجه قرار بگیرد از این رو، مصاحبه‌های عمیق با ورزشکاران و تحقیقات چند متغیره در این

3. Reis

1. Cowden, Joynt, Crust, & Hook
2. Neff

- Hill, A. P., Mallinson-Howard, S. H., & Jowett, G. E. (2018). Multidimensional perfectionism in sport: A meta-analytical review. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 7(3), 235.
- Horn, T. S. (2008). *Coaching effectiveness in the sport domain*. In T. S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (pp. 239–267, 455–459). Human Kinetics.
- Ivanović, M., Milosavljević, S., & Ivanović, U. (2015). Perfectionism, anxiety in sport, and sport achievement in adolescence. *Sport Science*, 8(1), 35-42.
- Jones, G., Hanton, S., & Connaughton, D. (2007). A framework of mental toughness in the world's best performers. *The Sport Psychologist*, 21(2), 243-264.
- Kalinin, R., Balázi, R., Péntek, I., Duică, Ș., & Hanțiu, I. (2019). Relationship between competitive anxiety and mental toughness: a latent regression analysis. *Health, Sports & Rehabilitation Medicine*, 20(2), 70-74.
- Kashani, V., Farokhi, A., Kazemnejad, A., & Shaikh, M. (2015). Validity and reliability of the Persian version of sport mental toughness questionnaire (SMTQ). *Motor Behavior*, 2(20), 49-72. (In Persian)
- Kim, Y., & Park, I. (2020). "Coach Really Knew What I Needed and Understood Me Well as a Person": Effective Communication Acts in Coach–Athlete Interactions among Korean Olympic Archers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(9), 3101.
- Klein, K. P. (2017). The Differential Effect of Two Brief Mindfulness Interventions on Cognitive and Somatic Symptoms of Anxiety.
- Martens R. (1977). *Sport competition anxiety test*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Martens, A., Greenberg, J., & Allen, J. J. (2008). Self-esteem and autonomic physiology: Parallels between self-esteem and cardiac vagal tone as buffers of threat. *Personality and Social Psychology Review*, 12(4), 370-389.
- Martens, R., Burton, D., Vealey, R. S., Bump, L. A., & Smith, D. E. (1990). Development and validation of the competitive state anxiety inventory-2. *Competitive anxiety in sport*.
- Mehdi, Q., Mohammad, A. A., & Ahmad, F. (2014). The relationship between mental toughness and competitive anxiety of elite water polo players. *Journal of Sports Psychology*, 12 (1), 889-896
- Menegassi, V. M., Rechenchosky, L., Borges, P. H., Nazario, P. F., Carneiro, A. F., Fiorese, L., & Rinaldi, W. (2019). Impact of motivation on anxiety and tactical knowledge of young soccer players. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(1), 170-174.
- Merino Fernández, M., Dal Bello, F., Brabec Mota Barreto, L., Brito, C. J., Miarka, B., & López Díaz de Durana, A. (2019). State-trait anxiety and reduced emotional intelligence in combat sport athletes of different genders and competitive levels. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*, 19 (2), Art 54, 363 - 368.
- Middleton, S. C., Marsh, H. W., Martin, A. J., Richards, G. E., & Perry, C. (2004). Developing the mental toughness inventory (MTI). In *Self-Concept, Motivation and Identity, Where To From Here?: Proceedings of the Third International Biennial SELF Research Conference*.
- Moghadamzadeh, A., Hemayattalab, R., & Meharsafar, A. H., (2017). Validity and reliability of Persian version of sport anxiety scale-2 in children and teenager athletes. *Health Psychology*, 20(5), 87-68.
- Cowden, R. G., Joynt, S., Crust, L., Hook, J. N., & Worthington, E. L. (2018). How do mentally tough athletes overcome self-directed anger, shame, and criticism? A self-forgiveness mediation analysis. *International Journal of Sport Psychology*, 6(3), 1-26.
- Crane J., & Temple V. (2014). A systematic review of dropout from organized sport among children and youth. *European Physical Education Review*, 21, 114–131. <https://doi.org/10.1177/1356336X14555294>
- Ford, M. B., & Collins, N. L. (2010). Self-esteem moderates neuroendocrine and psychological responses to interpersonal rejection. *Journal of personality and social psychology*, 98(3), 405.
- Gerber, M., Feldmeth, A. K., Lang, C., Brand, S., Elliot, C., Holsboer-Trachsler, E., & Pühse, U. (2015). The relationship between mental toughness, stress, and burnout among adolescents: a longitudinal study with Swiss vocational students. *Psychological reports*, 117(3), 703-723.
- Givvin, K. B. (2001). Goal orientations of adolescents, coaches, and parents: Is there a convergence of beliefs?. *The Journal of Early Adolescence*, 21(2), 228-248.
- Gómez-López, M., Chicau Borrego, C., Marques da Silva, C., Granero-Gallegos, A., & González-Hernández, J. (2020). Effects of Motivational Climate on Fear of Failure and Anxiety in Teen Handball Players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), 592.
- Granero-Gallegos, A., Gómez-López, M., Rodríguez-Suárez, N., Abalde, J. A., Alesi, M., & Bianco, A. (2017). Importance of the motivational climate in goal, enjoyment, and the causes of success in handball players. *Frontiers in psychology*, 8, 2081.
- Grossbard, J. R., Smith, R. E., Smoll, F. L., & Cumming, S. P. (2009). Competitive anxiety in young athletes: Differentiating somatic anxiety, worry, and concentration disruption. *Anxiety, Stress, & Coping*, 22(2), 153-166.
- Gucciardi, D. F., Gordon, S., & Dimmock, J. A. (2008). "Towards an understanding of mental toughness in Australian football". *Journal of Applied Sport Psychology*, 20, 261–281.
- Gucciardi, D. F., Gordon, S., & Dimmock, J. A. (2009). Advancing mental toughness research and theory using personal construct psychology. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2(1), 54-72.
- Gucciardi, D. F. (2010). Mental toughness profiles and their relations with achievement goals and sport motivation in adolescent Australian footballers. *Journal of sports sciences*, 28(6), 615-625.
- Gucciardi, D. F., & Jones, M. I. (2012). Beyond optimal performance: Mental toughness profiles and developmental success in adolescent cricketers. *Journal of Sport and exercise Psychology*, 34(1), 16-36.
- Gucciardi, D. F., Hanton, S., Mallett, C. J., & Temby, P. (2015a). The concept of mental toughness: Tests of dimensionality, nomological network, and traitness. *Journal of personality*, 83(1), 26-44.
- Gucciardi, D. F., Jackson, B., Hodge, K., Anthony, D. R., & Brooke, L. E. (2015b). Implicit theories of mental toughness: Relations with cognitive, motivational, and behavioral correlates. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 4(2), 100.

- Ong, N. C., & Griva, K. (2017). The effect of mental skills training on competitive anxiety in schoolboy rugby players. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(5), 475-487.
- Preacher, K., & Hayes, A. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40, 879-891.
- Parsons, C. E., Crane, C., Parsons, L. J., Fjorback, L. O., & Kuyken, W. (2017). Home practice in Mindfulness-Based Cognitive Therapy and Mindfulness-Based Stress Reduction: A systematic review and meta-analysis of participants' mindfulness practice and its association with outcomes. *Behaviour research and therapy*, 95, 29-41.
- Piskorska, E., Mieszkowski, J., Kochanowicz, A., Wędrowska, E., Niespodziński, B., & Borkowska, A. (2016). Mental skills in combat sports-review of methods anxiety evaluation. *Archives of budo: health promotion and prevention*, 12(1), e11279-e11279.
- Pluhar, E., McCracken, C., Griffith, K. L., Christino, M. A., Sugimoto, D., & Meehan III, W. P. (2019). Team sport athletes may be less likely to suffer anxiety or depression than individual sport athletes. *Journal of sports science & medicine*, 18(3), 490.
- Pons, J., Viladrich, C., Ramis, Y., & Polman, R. (2018). The Mediating Role of Coping between Competitive Anxiety and Sport Commitment in Adolescent Athletes. *The Spanish journal of psychology*, 21, 1-8.
- Ramis, Y., Torregrosa, M., Viladrich, C., & Cruz, J. (2017). The effect of coaches' controlling style on the competitive anxiety of young athletes. *Frontiers in psychology*, 8, 572.
- Reis, N. A., Kowalski, K. C., Ferguson, L. J., Sabiston, C. M., Sedgwick, W. A., & Crocker, P. R. (2015). Self-compassion and women athletes' responses to emotionally difficult sport situations: An evaluation of a brief induction. *Psychology of Sport and Exercise*, 16, 18-25.
- Ruggiero, T. E., & Lattin, K. S. (2008). Intercollegiate female coaches' use of verbally aggressive communication toward African American female athletes. *The Howard journal of communications*, 19(2), 105-124.
- Sarason I. G. (1984). Stress, anxiety and cognitive interference: Reactions to tests. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 929-938. <https://doi.org/>
- Schaefer, J., Vella, S. A., Allen, M. S., & Magee, C. A. (2016). Competition anxiety, motivation, and mental toughness in golf. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(3), 309-320.
- Smith, R. E., Smoll, F. L., & Schutz, R. W. (1990). Measurement and correlates of sport-specific cognitive and somatic trait anxiety: The Sport Anxiety Scale. *Anxiety research*, 2(4), 263-280.
- Smith, R. E., Smoll, F. L., Cumming, S. P., & Grossbard, J. R. (2006). Measurement of multidimensional sport performance anxiety in children and adults: The Sport Anxiety Scale-2. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 28(4), 479.
- Smith R. E. (2008). Advances in cognitive-social-personality theory: Applications to sport psychology. *Revista de Psicología del Deporte*, 17, 253-276.
- Syrmpas, I., & Bekiari, A. (2018). Differences between leadership style and verbal aggressiveness profile of coaches and the satisfaction and goal orientation of Mohebi, M., Zarei, S., and Sohbatih, M. (2017). The Relationship between Emotion Regulation Strategies and Mental Toughness in Elite Taekwondo Athletes. *Journal of Sport Psychology Studies*, 21; Pp: 29-42. In Persian. Doi: 10.22089/spsyj.2017.2830.1294
- Mohebi, M., Zandi, H. G., Nazaritaba, N., & Zare, S. (2018). The relationship between competitive perfectionism and sport mental toughness in elite martial arts. *Journal of Psychological Science*. 17(65): 139-153. (Persian).
- Mohebi, M., & Zarei, S. (2018). The relationship between emotion regulation strategies and state and trait competitive anxiety in South Korean Ambassador's Cup taekwondo athletes, 6 (2), 86-101
- Mohebi, M., & Zarei, S. (2019). The Relationship between Mental Toughness and Self-Compassion in Elite and non-Elite Adolescent Taekwondo Athletes. *Journal of Motor and Behavioral Sciences*, 2(1), 21-31.
- Mohiyeddini C., Pauli R., & Bauer S. (2009). The role of emotion in bridging the intention-behavior gap: The case of sports participation. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 226-234. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.08.005>
- Molina, J., Sandín, B., & Chorot, P. (2014). Sensibilidad a la ansiedad y presión psicológica: Efectos sobre el rendimiento deportivo en adolescentes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(1), 45-54.
- Moreno-Murcia, J. A., Huéscar Hernández, E., Conte Marín, L., & Nuñez, J. L. (2019). Coaches' motivational style and athletes' fear of failure. *International journal of environmental research and public health*, 16(9), 1563.
- Morris R. L., & Kavussanu M. (2009). The role of approach/avoidance versus task and ego goals in enjoyment and cognitive anxiety in youth sport. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 7, 185-202. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2009.9671899>
- Neff, K. D. (2011). Self-compassion, self-esteem, and well-being. *Social and personality psychology compass*, 5(1), 1-12.
- Nicholls A. R., Perry J. L., Jones L., Morley D., & Carson F. (2013). Dispositional coping, coping effectiveness, and cognitive social maturity among adolescent athletes. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 35,
- Nicholls, A. R., Morley, D., & Perry, J. L. (2016). Mentally tough athletes are more aware of unsupportive coaching behaviours: Perceptions of coach behaviour, motivational climate, and mental toughness in sport. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 11(2), 172-181.
- Nideffer R. M., & Sagal M.-S. (2006). Concentration and attention control training. In J. M. Williams (Ed.), *Applied Sport Psychology: Personal Growth to Peak Performance* (5th Ed, pp. 382-403). Boston, MA: McGraw-Hill.
- Osório, J. M. A., Cruz, J. F. A., Sofia, R. M. C., & Peixoto, M. M. (2017). Threat appraisals, performance anxiety, and associations with motivation and emotion regulation in sport competition: An exploratory study with young athletes. In J. F. A. Cruz & R. M. C. Sofia (Eds.), *Psychology of emotions, motivations and actions. Anger and anxiety: Predictors, coping strategies, and health effects* (p. 239-267). Nova Science Publishers.

- Wylleman, P., & Lavallee, D. (2004). A developmental perspective on transitions faced by athletes. *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective*, 507-527.
- Yaratan, H., & Uludag, O. (2012). The impact of verbal Aggressiveness on burnout: An empirical study on university students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 46, 41-46.
- Zarei, S., Salman, Z., & Mohebi, M. (2019). The Relationship between Mental Toughness and Mental Skills in Non-Elite Taekwondo Athletes. *Journal of Motor and Behavioral Sciences*, 2(4), 262-271.
- young athletes. *Journal of Physical Education and Sport*, 18, 1008-1015.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics* (5th Ed.). Boston, MA: Pearson/Allyn & Bacon.
- Vealey, R. S., & Chase, M. A. (2008). *Self-confidence in sport*. In T. S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (pp. 68-97, 430-435). Human Kinetics.
- Wilson, D., Bennett, E. V., Mosewich, A. D., Faulkner, G. E., & Crocker, P. R. (2019). "The zipper effect": Exploring the interrelationship of mental toughness and self-compassion among Canadian elite women athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 40, 61-70.

ارجاع: غرایاق زندگی آتنا، زارعی سحر، ارتباط پرخاشگری کلامی مربی و اضطراب رقابتی در ورزشکاران نوجوان: نقش واسطه‌ای سرسختی ذهنی،
مجله علوم حرکتی و رفتاری، دوره 3، شماره 2، تابستان 1399، صفحات 147-157.