مجله علوم پزشکی زانکو/ دانشگاه علوم پزشکی کردستان/ زمستان ۱۳۹۵/ ۶۷-۵۵

مقاله پژوهشی
(Original paper)

پیش‌بینی سرسختی برحسب ادراک موفقیت و نظم‌جویی هیجانی در ورزشکاران رزمی نخبه

حسن نوروزی[۱]، میثم شاه‌حسینی[۲*]، بهروز گل‌محمدی[۳]

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران

۲- دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران

۳- استادیار گروه رفتار حرکتی و روانشناسی ورزشی، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران

* موبایل: ۰۹۳۶۱۸۸۶۹۸۳ پست الکترونیک: Meysam.shahhosseni@gmail.com

چکیده

زمینه و هدف: در دنیای امروز مهارت‌های روانی، بخش جدایی‌ناپذیر ورزش‌های قهرمانی محسوب می‌شود. ورزشکاری موفق است که بیشترین میزان بهره را از این مهارت‌ها در محیط مسابقه ببرد. بر همین اساس هدف از پژوهش حاضر پیش‌بینی سرسختی برحسب ادراک موفقیت و نظم‌جویی هیجانی در ورزشکاران رزمی نخبه می‌باشد.

مواد و روش کار: پژوهش حاضر توصیفی و از نوع مطالعات همبستگی است. جامعه آماری پژوهش شامل ۴۸۰ نفر از کلیه‌ی ورزشکاران (جودو، کشتی و تکواندو) شرکت‌کننده در مسابقات برترین‌های استان تهران در سال ۹۴ بودند که ۲۰۰ نفر از آن‌ها بر پایه‌ی جدول مورگان و به صورت تصادفی انتخاب شدند. جهت جمع‌آوری اطلاعات از سه پرسشنامه‌ی سرسختی کوباسا، ادراک موفقیت ورزشی و نظم‌جویی هیجانی استفاده گردید. برای تحلیل آماری داده‌ها از آمار توصیفی و به منظور بررسی فرضیات، آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون به روش گام‌به‌گام و نرم‌افزار SPSS به‌کارگرفته شد.

یافته‌ها: نتایج حاکی از آن است که بین سرسختی با ادراک موفقیت (r=۰/۲۲)، ارزیابی مجدد (r= -۰/۴۴) و سرکوبی (r= -۰/۵۰) رابطه‌ی معنی‌داری وجود دارد. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که ادراک موفقیت و نظم‌جویی هیجانی ۲۹ درصد از واریانس سرسختی را پیش‌بینی می‌کنند. افزایش ادراک موفقیت ورزشی موجب افزایش سرسختی ورزشکاران می‌شود اما با افزایش زیر مؤلفه‌های نظم‌جویی هیجانی (سرکوبی و ارزیابی مجدد) میزان سرسختی ورزشکاران کاهش می‌یابد.

نتیجه‌گیری: یافته‌ها حاکی از آن است که با افزایش ادراک موفقیت، میزان تلاش و رسیدن به هدف در ورزشکاران بیشتر تقویت می‌شود و میزان سرسختی آنان در مسابقه قوت می‌یابد اما این شرایط با ایجاد تنش و درک نامناسب هیجانی منجر به شکل‌گیری تعابیر نامناسب در ورزشکاران می‌گردد.

واژه‌های کلیدی: ادراک‌موفقیت، سرسختی، نظم‌جویی‌هیجانی، ورزشکاران رزمی

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-13]

مقدمه

امروزه در دنیای ورزش قهرمانی، تمرین مداوم تنها کلید موفقیت ورزشکار محسوب نمی‌شود بلکه دست‌یابی به قهرمانی، ویژگی‌های شخصیتی خاصی را در آنان می‌طلبد (۱). بدین منظور وجود مهارت‌های ویژه‌ای برای بهبود عملکرد ورزشکاران ضروری می‌باشد (۲).

ناتوانی در مقابله با عوامل استرس‌زا موجب تضعیف عملکرد ورزشکاران در مسابقات می‌شود. یکی از مدل‌های ارائه‌شده در مقابله با استرس، رویکرد روان‌شناسی مثبت‌نگر[1] است که توانمندی‌ها، محاسن، استعدادها و نقاط قوت افراد را موردبررسی قرار می‌دهد که از مهم‌ترین سازه‌های روان‌شناختی مؤثر در آن، سرسختی می‌باشد (۲،۳).

سرسختی[2] یک ویژگی شخصیتی تأثیرگذار است که سهم بسزایی در شناخت انسان به‌عنوان موجودی مختار و ارزشمند دارد (۳). کوباسا[3] (۱۹۸۲) سرسختی را ترکیبی از باورها در مورد خویشتن و جهان تعریف می‌کند که از سه مؤلفهٔ تعهد، کنترل و مبارزه‌جویی تشکیل‌شده است. شخصی که از تعهد بالایی برخوردار می‌باشد؛ به اهمیت اینکه چه کسی است و چه فعالیتی را انجام می‌دهد؛ باور دارد. افرادی که در مؤلفه‌ی کنترل قوی هستند؛ رویدادهای زندگی را قابل پیش‌بینی و کنترل می‌دانند. آنان معتقدند که می‌توانند با تلاش، هرآنچه در اطرافشان رخ می‌دهد را تحت تسلط خود قرار دهند. اشخاصی که حس مبارزه‌جویی بالایی دارند؛ موقعیت‌های منفی یا مثبتی را که به سازگاری مجدد نیاز دارند؛ تهدیدی برای امنیت و آسایش خویش نمی‌دانند بلکه آن را فرصتی برای یادگیری و رشد بیشتر تلقی می‌کنند (۴،۵). وجود سازه‌ی سرسختی به ورزشکاران کمک می‌کند تا وقایع تهدیدآمیز حین مسابقه را با موفقیت بیشتری پشت سر گذارند و درک صحیحی از موفقیت ورزشی و شرایط بیرونی را در آن‌ها فراهم می‌سازد. این ویژگی سبب تبدیل ورزشکار به فردی توانمند می‌گردد که در بحرانی‌ترین شرایط مسابقه، همچنان قادر به کنترل هیجان‌های خود می‌باشد؛ در نتیجه مقابله‌ای معقولانه را از خود نشان می‌دهد (۶). در همین راستا مدی و هس[4] (۱۹۹۲) با بررسی سرسختی بازیکنان بسکتبال به این نتیجه دست یافتند که بازیکنان سخت‌کوش در تنظیم هیجان‌ها[5] موفق‌تر هستند و رقابت‌های ورزشی را کمتر استرس‌زا تفسیر می‌کنند (۷).

نظم‌جویی هیجانی نیز از دیگر عوامل روانی مهم در میان ورزشکاران نخبه می‌باشد. نظم‌جویی هیجانی به فرآیندهایی اطلاق می‌گردد که برای کاهش، افزایش یا تثبیت تجارب هیجانی به کار گرفته می‌شوند. این فرآیندها متغیر بوده و ممکن است ارادی یا همراه با تلاش فراوان، گرایش ذاتی (فرد هیجان‌های خودش را تنظیم کند) یا عارضی (فرد دیگری هیجان‌های شخص را تنظیم کند) باشند (۸). پژوهش‌های پیشین شواهدی در مورد نقش مهارت‌های روانی و هیجانی بر ارتقاء عملکرد ورزشی در سنین مختلف و انواع ورزش‌ها نشان داده‌اند (۹،۷،۵). ورزشکارانی که از نظر هیجانی در وضعیت مطلوب‌تری به سر می‌برند؛ از دستیابی به هدف و درک موفقیت[6] بالاتری برخوردارند که سبب شادابی بیشتر آن‌ها در تمرینات می‌شود (۱۱،۱۰). نیل[7] و همکاران (۲۰۱۱) در مطالعه‌ای با بررسی ۱۲ ورزشکار نخبه نشان دادند که ارزیابی‌ها و هیجان‌های منفی تجربه‌شده در حین مسابقه بر عملکرد آینده

1. Positive Psychology
2. hardiness
3. Kobasa
4. Maddi & Hess
5. Emotion Regulation
6. Perception of success
7. Nile

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-13]

ورزشکار اثری ناتوان‌کننده دارد و به علت عدم کنترل بر افکار و علائم، رفتار ورزشکار تحت تأثیر قرار می‌گیرد (۱۲). هم‌چنین مشاهده شده‌است که مشارکت طولانی مدت در ورزش‌های پرخطر بر نظم‌جویی هیجانی و ارتباط‌های بین فردی ورزشکاران تأثیرگذار است (۱۳).

موفقیت ورزشی هدف اصلی هر ورزشکاری تلقی می‌گردد. بر اساس مبانی نظری موفقیت ورزشی، پیشرفت در رقابت‌های ورزشی (ورزش گرایی) به هدف‌گرایی فرد وابسته است. این هدف‌گرایی مبتنی بر هدف تکلیف گرایی یا هدف خود گرایی می‌باشد. افراد با توجه به تفاوت‌های فردی از میزان توانایی گوناگونی در مؤلفه‌ی تکلیف‌گرایی و خودگرایی برخوردار می‌باشند. افراد تکلیف‌گرا بیشتر خود مرجع هستند و غالبا بر هدف‌های مبتنی بر بهبود تکلیف و عملکرد تمرکز دارند؛ درصورتی‌که افراد خودگرا به تعیین هدف‌های هنجار مرجع تمایل دارند و بر عملکرد بهتر نسبت به سایرین یا عملکرد برابر با تلاش کمتر تمرکز دارند (۱۴). پیروزی به عنوان هدف اصلی ورزش‌های قهرمانی همیشه مدنظر ورزشکاران، مربیان و پژوهش‌گران این عرصه بوده است (۱۵).

در معدود مطالعات پیشین به تأثیر ادراک موفقیت و نظم‌جویی هیجانی بر سرسختی ورزشکاران اشاره‌شده است (۲). رمزی و بشارت (۲۰۱۰) در پژوهشی، سرسختی روان‌شناختی را عامل مهمی در موفقیت ورزشی و سلامت روانی دانشجویان عنوان کردند (۱۶). سیدنیک و ادزیجا[8] (۲۰۱۳) در فصل مسابقات قهرمانی بسکتبال کرواسی رابطه بین سرسختی و عملکرد ورزشی را مورد ارزیابی قراردادند و دریافتند که ارتباط معنی‌داری میان سرسختی روان‌شناختی با بخشی از عملکرد ورزشی بسکتبالیست‌ها وجود دارد (۱۷). فرزی و همکاران (۱۳۹۲) با مقایسه‌ی دانشجویان ورزشکار ایرانی و عراقی در زمینه‌ی سخت رویی، ادراک و انگیزه‌ی موفقیت ورزشی به این نتیجه دست یافتند که ارتباط معنی‌داری بین این سه متغیر، در میان ورزشکاران وجود دارد. نتایج نشان داد که سرسختی، ۴۳٪ از تغییرات واریانس موفقیت ورزشی را تعیین می‌کند (۱۸).

ورزشکاران در اکثر رشته‌ها سالانه رقابت‌های متعددی را تجربه می‌کنند که علاوه برداشتن آمادگی‌های جسمانی، نیازمند آمادگی‌های روانی بالایی برای عملکرد مطلوب در مسابقات ورزشی می‌باشد. این امر در ورزشکاران نخبه که به‌طور مداوم در شرایط پرتنش مسابقه قرار دارند؛ نمود بیشتری پیدا می‌کند(۱۲). ورزشکاران نخبه از نظر آمادگی جسمانی، تفاوت‌های اندکی با یکدیگر دارند اما در سطح بالا تفاوت در آمادگی‌های روان‌شناختی می‌تواند؛ تعیین‌کننده‌ی نتایج مسابقات ورزشی باشد بنابراین شناخت و پایش عوامل روانی همچون سرسختی و تأثیر عوامل مختلف بر آن نقشی کلیدی در شناسایی سازوکارهای موفقیت در ورزشکاران نخبه ایفا می‌کند. با توجه به پژوهش‌های اندکی که در زمینه‌ی سازه‌های جدید روان‌شناختی در سه رشته المپیکی (جودو، کشتی، تکواندو) صورت گرفته است(۱۸،۲)؛ هدف از پژوهش حاضر پیش‌بینی سرسختی برحسب ادراک موفقیت و نظم‌جویی هیجانی در ورزشکاران رزمی نخبه می‌باشد.

مواد و روش‌کار

پژوهش حاضر از نوع توصیفی و همبستگی می‌باشد. جامعه آماری این مطالعه، شامل ۴۸۰ نفر از ورزشکاران (جودو، کشتی و تکواندو) شرکت‌کننده

8. Sindik & Adzija

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-13]

در مسابقات برترین‌های استان تهران در سال ۹۴ بود که ۲۰۰ نفر از آن‌ها بر پایه‌ی جدول مورگان و به صورت تصادفی انتخاب شدند. شیوه نمونه‌گیری بدین صورت بود که محقق با در دست داشتن لیست تمامی ورزشکاران وزن‌کشی شده در رشته‌های مذکور، تعدادی ازآنان را به صورت تصادفی برگزید سپس پرسشنامه‌هایی طراحی، توزیع ، تکمیل و جمع‌آوری شدند.

بر اساس پرسشنامه‌ی اطلاعات فردی مشخص شد که همه‌ی ورزشکاران در رده‌های سنی مختلف موفق به کسب مقام قهرمانی شده‌اند. این ورزشکاران سه پرسشنامه‌ی سرسختی کوباسا، ادراک موفقیت ورزشی و نظم‌جویی هیجانی را تکمیل نمودند و پس از حذف پرسشنامه‌های غیرمعتبر، ۱۹۵ نمونه مورد تحلیل قرار گرفت. به منظور تعیین رابطه‌ی همبستگی دو متغیر ادراک موفقیت و نظم‌جویی با سرسختی ورزشکاران روش همبستگی پیرسون به‌کار برده‌شد. برای تعیین رابطه خطی چندگانه‌ی متغیرهای ادراک موفقیت و نظم جویی هیجانی با متغیر سرسختی و تعیین سهم هر یک، از رگرسیون چندگانه به روش گام به گام استفاده و داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS 21 تحلیل شد.

شیوه‌ی اجرای مطالعه بدین صورت بود که محقق با حضور در روز مسابقه‌ی هریک از رشته‌های ورزشی (جودو، کشتی و تکواندو) و پس از انجام هماهنگی با مسئولان برگزاری مسابقات، لیست تمامی ورزشکاران وزن‌کشی شده را به منظور انتخاب نمونه‌ی تصادفی دریافت می‌کرد. بعد از انتخاب نمونه با ارائه‌ی توضیحات مقدماتی و دریافت رضایت از ورزشکاران جهت همکاری در پژوهش، پرسشنامه‌ها توسط ورزشکاران تکمیل و جمع‌آوری شد. در همین راستا به منظور جلوگیری از سوگیری مطلوبیت اجتماعی یا جامعه پسندی در بین پاسخ‌دهندگان، به آن‌ها اطلاع داده شد که نتایج پژوهش تأثیری در گزینش و نتیجه مسابقات آن‌ها نخواهد داشت و هیچ پاسخ درست یا غلطی برای سؤالات پرسشنامه وجود ندارد (۲۴،۲۳).

ابزار پژوهش

پرسشنامه‌ی سرسختی کوباسا: این پرسشنامه ۵۰ سؤالی توسط کوباسا و همکاران (۱۹۷۹) طراحی گردید. سؤالات در مقیاسی چهاردرجه‌ای و از صفر تا ۳ نمره‌گذاری می‌شوند. این پرسشنامه دارای سه زیرمقیاس تعهد، کنترل و مبارزه‌طلبی می‌باشد. هر زیرمقیاس با ۱۵ سؤال ارزیابی و یک نمره سرسختی کلی هم محاسبه می‌شود. در اعتباریابی مقدماتی نرم‌گذاری فارسی، مقیاس سرسختی در سه نمونه دانشجویان، ورزشکاران و بیماران به ترتیب مشخصه‌های روان‌سنجی و براساس ضرایب آلفا از ۰/۸۸ تا ۰/۹۳ برای زیرمقیاس تعهد، ۰/۸۵ تا ۰/۹۴ برای زیرمقیاس کنترل، ۰/۷۸ تا ۰/۸۵ برای زیرمقیاس مبارزه‌طلبی و برای نمره سرسختی ۰/۹۴ محاسبه گردید که نشانی از همسانی درونی خوب مقیاس می‌باشد. هم‌چنین ضرایب همبستگی نمره‌ها با فاصله دو تا چهار هفته از ۰/۸۲ تا ۰/۹۰ برای زیرمقیاس تعهد، از ۰/۸۰ تا ۰/۸۸ برای زیرمقیاس کنترل، ۰/۷۹ تا ۰/۸۷ برای زیرمقیاس مبارزه‌طلبی و از ۰/۸۰ تا ۰/۸۸ برای نمره کل سرسختی به‌دست‌آمده است که بیانگر بازآزمایی مناسب برای این مقیاس می‌باشد (۲). سرانجام در مطالعه‌ی حاضر، ضریب آلفای کرونباخ (r =۰/۸۸) محاسبه گردید که ازنظر روان‌سنجی مطلوب می‌باشد.

پرسشنامه‌ی ادراک موفقیت ورزشی: پرسشنامه‌ی ادراک موفقیت توسط رابرتر و ترشر (۱۹۹۸) طراحی شد. این پرسشنامه دارای ۱۲ سؤال می‌باشد که براساس مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت تنظیم‌شده است. رابرتز و ترشر همسانی درونی بالایی، با ضریب آلفا ۰/۸۲ برای این مقیاس ارائه کرده‌اند و پایایی پرسشنامه‌ی مذکور را

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-13]

با روش بازآزمون ۰/۸۰ گزارش کردند (۱۹). اعتباریابی این مقیاس به روش ملاکی با پرسشنامه دودا و نیکلز (۱۹۹۲) مطلوب گزارش‌شده است. در پژوهش کجباف و همکاران (۱۳۸۹) به‌منظور اعتباریابی ملاکی، هم‌زمان پرسشنامه‌ی مذکور با پرسشنامه‌ی انگیزه‌ی پیشرفت گیل و یرتر (۱۹۹۸) روی ۶۰ نفر ورزشکار جامعه‌ی هدف اجرا گردید و ضریب همبستگی ۰/۴۰ به‌دست آمد. در این پژوهش به‌منظور به‌دست آمدن پایایی ادراک موفقیت ورزشی از دو روش آلفای کرونباخ و روش گاتمن استفاده گردید. مقدار ضرایب محاسبه‌شده در روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ و گاتمن ۰/۸۱ به‌دست آمد (۲۰). در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ (r=۰/۷۶) محاسبه شد که ازنظر روان‌سنجی مطلوب می‌باشد.

پرسشنامه‌ی نظم‌جویی هیجانی: این پرسشنامه شامل ۱۰ سؤال است و هدف آن اندازه‌گیری راهبردهای تنظیم هیجان می‌باشد که توسط گروس (۲۰۰۳) تدوین شده است. پاسخ آزمودنی‌ها در مقیاس لیکرت ۷ درجه‌ای از به‌شدت مخالفم (با نمره ۱) تا به‌شدت موافقم (با نمره ۷) می‌باشد. پرسشنامه‌ی نظم‌جویی هیجانی دارای دو بعد سرکوبی و ارزیابی مجدد است. در پژوهش گروس همبستگی درونی برای مؤلفه‌ی ارزیابی مجدد ۰/۷۹ و سرکوبی ۰/۷۳ گزارش شده‌است(۲۱). در مطالعه‌ی کاریمن و وینگرهوتس (۲۰۱۲) همبستگی درونی مؤلفه‌ی ارزیابی مجدد ۰/۸۳ و مؤلفه‌ی سرکوبی ۰/۷۹ به‌دست آمد. در ایران نیز سادات حسینی و خیری (۲۰۱۰) میزان ضریب آلفای کرونباخ را برای مؤلفه‌ی سرکوبی و ارزیابی مجدد، به‌ترتیب ۰/۸۶ و ۰/۷۹ گزارش کرده‌اند همچنین میزان آلفای کرونباخ در این پژوهش ۰/۸۱ به‌دست آمد (۲۲).

یافته‌ها

هدف از پژوهش حاضر پیش‌بینی سرسختی برحسب ادراک موفقیت و نظم‌جویی هیجانی در ورزشکاران رزمی نخبه می‌باشد. نمونه‌ی پژوهش حاضر ۱۹۵ نفر بود که همگی دارای میانگین سنی(۶/۹ ± ۲۴/۲) و سابقه‌ی ورزشی(۶/۵ ± ۱۱) بودند همچنین ۱۷۵ مجرد (۸۹/۷٪) و ۲۰ متأهل (۱۰/۳٪) در مطالعه حاضر شدند. از کل نمونه ۵۲ نفر (۲۶/۷٪) در رشته‌ی تکواندو، ۸۲ نفر (۴۲/۱٪) در جودو و ۶۱ نفر (۳۱/۳٪) در کشتی فعالیت داشتند. از سوی دیگر میزان تحصیلات گروه نمونه به ترتیب ۱۱۵ نفر (۵۹٪) دیپلم و پایین‌تر، ۷۵ نفر (۳۸/۵٪) فوق‌دیپلم و کارشناسی و ۵ نفر (۲/۶٪) کارشناسی ارشد بوده است.

به منظور تعیین همبستگی دو متغیر ادراک موفقیت و نظم‌جویی با سرسختی ورزشکاران روش همبستگی پیرسون به‌کار گرفته‌شد. برای تعیین رابطه خطی چندگانه‌ی متغیرهای ادراک موفقیت و نظم جویی هیجانی با متغیر سرسختی و تعیین سهم هر یک، از رگرسیون چندگانه به روش گام به گام استفاده شد. قبل از انجام تحلیل‌های مربوطه، وضعیت کلی داده‌ها موردبررسی قرار گرفت. ابتدا وجود داده‌های خارج از محدوده، بررسی و با مراجعه به پرسشنامه‌ها اصلاحات لازم انجام شد. مفروضه‌ی نرمال بودن داده‌ها با استفاده از آزمون کولموگروف- اسمیرنوف ارزیابی شد و نتایج نشان داد که این مفروضه برقرار است (P=۰/۱۰۶ و Z=۰/۰۷۸). سپس با توجه به مفروضات موجود، یافته‌های توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) و رابطه‌ی ساده‌ی متغیرها در جدول ۱ ارائه‌شد.

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-13]

جدول ۱: میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش (n=۱۹۵)

متغیر	میانگین	انحراف معیار	حداقل نمره	حداکثر نمره	نمره کل
۱. سرسختی	۹۰/۰۹	۱۸/۸۹	۴۷	۱۴۰	۱۷۴۷۸/۰۰
۲. ادراک موفقیت	۴۶/۰۵	۸/۹۴	۱۲	۶۰	۸۹۷۹/۰۰
۳. ارزیابی مجدد	۲۸/۳۴	۶/۶۴	۱۳	۴۲	۵۷۲۷/۰۰
۴. سرکوبی	۱۷/۰۰	۵/۳۴	۴	۲۸	۳۳۱۴/۰۰

جدول ۲: ماتریس ضرایب همبستگی پیرسون متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴
۱. سرسختی	۱			
۲. ادراک موفقیت	۰/۲۲**	۱		
۳. ارزیابی مجدد	-۰/۴۴**	-۰/۱۳	۱	
۴. سرکوبی	-۰/۵۰**	-۰/۱۷*	۰/۶۰**	۱

(*p <۰/۰۵) (**p <۰/۰۱)

نتایج همبستگی پیرسون برای بررسی ارتباط بین متغیرها در جدول ۲ ذکر شده است. همان‌گونه که مشاهده می‌شود؛ بین سرسختی با ادراک موفقیت (r=۰/۲۲)، ارزیابی مجدد (r=-۰/۴۴) و سرکوبی (r=-۰/۵۰) رابطه معنی‌داری وجود دارد. هرگاه ادراک موفقیت بیشتر باشد میزان سرسختی افزایش می‌یابد درصورتی که هرچقدر سرکوبی و ارزیابی مجدد بیشتر باشد؛ میزان سرسختی کاهش می‌یابد. شایان‌ذکر است که همبستگی‌ها در سطح p <۰/۰۱ و p <۰/۰۵ معنی‌دار هستند.

افزون بر همبستگی دو متغیره، به منظور بررسی متغیرهای پیش بین با سرسختی ورزشکاران و تعیین سهم هر یک، از رگرسیون چندگانه به روش گام به گام استفاده شد. پیش از اجرای رگرسیون مفروضات این آزمون موردبررسی قرار گرفت. در ابتدا داده‌های پرت تک متغیری با استفاده از نمودار مستطیلی (باکس پلات) بررسی شد و نتایج نشان داد که داده‌ی پرتی وجود ندارد. علاوه‌براین یکسانی شکل توزیع متغیرها با استفاده از نمودار مستطیلی بررسی شد. نتایج نشان داد خط میانه برای اکثر متغیرها در وسط نمودار مستطیلی قرار دارد و شکل نمودارها به هم شبیه می‌باشد. به‌منظور بررسی استقلال خطاها از آماره دوربین واتسون استفاده شد. نتایج نشان داد مفروضه‌ی استقلال برقرار است (DW=۱/۶۲). علاوه بر این مفروضه‌ی هم خطی چندگانه از طریق آماره تلرانس و همچنین تورم واریانس (VIF) بررسی شد. نتایج نشان داد که کمینه مقدار تلرانس برابر با ۰/۶۴ و بیشینه مقدار تورم واریانس برابر ۱/۵۶ است وبیانگر این است که هم‌خطی چندگانه بین متغیرهای مستقل وجود ندارد. پس از بررسی مفروضه‌های رگرسیون چندگانه و حصول اطمینان از برقراری مفروضه‌ها، به‌منظور تعیین سهم متغیرهای ادراک موفقیت و نظم جویی هیجانی در تبیین واریانس متغیر سرسختی از رگرسیون چندگانه استفاده شد و نتایج در ادامه ارائه‌شده است.

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-13]

جدول ۳: تحلیل واریانس مدل رگرسیون گام به گام در تعیین سهم متغیرهای پیش بین

مدل	متغیرها	منابع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	سطح معناداری	R	مجذور R	Adj R^2
۱	سرکوبی	رگرسیون	۱۰۶۸۳/۵۸۸	۱	۱۰۶۸۳/۵۸۸	۶۳/۹۳۱	۰/۰۰۰۵	۰/۵۰۰	۰/۲۴۶	۰/۲۴۵
		خطا	۳۲۰۸۵/۳۸۰	۱۹۲	۱۶۷/۱۱۱					
		کل	۴۲۷۶۸/۹۶۸	۱۹۳						
۲	سرکوبی ارزیابی مجدد	رگرسیون	۱۲۰۲۷/۳۱۹	۲	۶۰۱۳/۶۵۹	۳۷/۳۶۳	۰/۰۰۰۵	۰/۵۳۰	۰/۲۷۴	۰/۲۷۲
		خطا	۳۰۷۴۱/۶۴۹	۱۹۱	۱۶۰/۹۵۱					
		کل	۴۲۷۶۸/۹۶۸	۱۹۳						
۳	سرکوبی ارزیابی مجدد ادراک موفقیت	رگرسیون	۱۲۸۲۳/۶۴۷	۳	۴۲۷۴/۵۴۹	۲۷/۱۲۲	۰/۰۰۰۵	۰/۵۴۸	۰/۲۸۹	۰/۲۸۶
		خطا	۲۹۹۴۵/۳۲۱	۱۹۰	۱۵۷/۶۰۷					
		کل	۴۲۷۶۸/۹۶۸	۱۹۳						

همانطورکه مشاهده می‌شود در این رگرسیون سه مدل به‌دست‌آمده است. در گام اول، میزان F به‌دست‌آمده‌ی سرکوبی به عنوان پیش‌بینی کننده‌ی سرسختی، معنی‌دار است (F=۶۳۹/۹۳۱) و این مقدار قادر است که تغییرات مربوط به سرسختی را پیش‌بینی کند. رابطه‌ی این متغیر با سرسختی معنی‌دار است (R=۰/۵۰۰) و در مجموع ۲۵ درصد سرسختی را تبیین می‌نماید (R^2 =۰/۲۵). سهم سرکوبی در تبیین سرسختی برابر با ۰/۲۴۶ است. در صورت تعمیم نمونه موردمطالعه به جامعه‌ی اصلی، این متغیر قادر به تبیین ۰/۲۵ واریانس سرسختی است (Adj R^2= ۰/۲۴۵). در گام دوم، ارزیابی مجدد اضافه شد و نتایج نشان داد که در دو متغیر ارزیابی مجدد و سرکوبی به عنوان پیش‌بینی کننده‌ی سرسختی، میزان F به‌دست‌آمده معنی‌دار است (F=۳۷/۳۶۳) و این مقدار قادر است که تغییرات مربوط به سرسختی را پیش‌بینی کند. رابطه‌ی این دو متغیر با سرسختی معنی‌دار است (R=۰/۵۳۰) و در مجموع ۲۷ درصد سرسختی را تبیین می‌نمایند (R2=۰/۲۷). در این گام، سهم ارزیابی مجدد در تبیین سرسختی برابر با ۰/۲۷۴ است. در صورت تعمیم نمونه‌ی موردمطالعه به جامعه اصلی، این دو متغیر قادر به تبیین ۰/۲۴ واریانس سرسختی می‌باشد (Adj R^2=۰/۲۷۲). در گام سوم، ادراک موفقیت اضافه شد. نتایج شاخص‌های آماری نشان داد که در سه متغیر ارزیابی مجدد، سرکوبی و ادراک موفقیت به عنوان پیش‌بینی کننده سرسختی، میزان F به‌دست‌آمده معنی‌دار است (F=۲۷/۱۲۲) و این مقدار قادر است که تغییرات مربوط به سرسختی را پیش‌بینی کند. رابطه‌ی این سه متغیر با سرسختی معنی‌دار است (R=۰/۵۴۸) و در مجموع ۲۹ درصد سرسختی را تبیین می‌نمایند (R^2 =۰/۲۹). در این گام، سهم ادراک موفقیت در تبیین سرسختی برابر با ۰/۲۸۹ است. در صورت تعمیم نمونه‌ی موردمطالعه به جامعه اصلی، این دو متغیر قادر به تبیین ۰/۲۹ واریانس سرسختی می‌باشند (Adj R^2=۰/۲۸۶).

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-13]

جدول ٤: برآورد ضرایب رگرسیون برای متغیرهای پیش بین سرسختی

گام	مدل	B	خطای B	β	t	سطح معناداری
۱	ثابت	۱۲۰/۳۶	۳/۹۳		۳۰/۵۹۵	۰/۰۰۰
	سرکوبی	-۱/۷۸	۰/۲۲۱	-۰/۵۰۳	-۸/۰۶	۰/۰۰۰
۲	ثابت	۱۲۸/۳۷	۵/۲۱		۲۴/۶۴	۰/۰۰۰
	سرکوبی	-۱/۴۳	۰/۲۷۲	-۰/۳۹۸	-۵/۲۰۱	۰/۰۰۰
	ارزیابی	-۰/۵۰۶	۰/۲۱۹	-۰/۱۷۷	-۲/۳۱	۰/۰۲۲
۳	ثابت	۱۱۳/۲۹	۸/۵۵		۱۳/۲۴	۰/۰۰۰
	سرکوبی	-۱/۳۴	۰/۲۷۱	-۰/۳۷۹	-۴/۹۷	۰/۰۰۰
	ارزیابی	-۰/۴۹	۰/۲۱۷	-۰/۱۷۲	-۲/۲۶	۰/۰۲۵
	موفقیت	۰/۲۹۳	۰/۱۳۳	۰/۱۳۷	۲/۲۱	۰/۰۲۸

ضریب رگرسیون متغیرهای پیش بین نشان می‌دهد که این دو متغیر می‌توانند تغییرات سرسختی را به صورت معنی‌داری تبیین کنند. وزن سرکوبی (۱/۷۸- =B)، (۸/۰۶- =t) نشان می‌دهد. این متغیر می‌تواند در کنار دیگر متغیرها تغییرات مربوط به سرسختی این نمونه پژوهشی را تبیین نماید. در صورت تعمیم نمونه‌ی مورد مطالعه به جامعه اصلی، وزن سرکوبی (۰/۵۰۳- Beta) خواهد بود. درنهایت هرقدر سرکوبی بیشتر باشد؛ میزان سرسختی کاهش می‌یابد. وزن ارزیابی مجدد (۰/۵۰۶- =B) (۲/۳۱- =t) نشان می‌دهد. این متغیر می‌تواند در کنار سرکوبی و ادراک موفقیت، تغییرات مربوط به سرسختی را در این نمونه پژوهشی تبیین نماید. در صورت تعمیم نمونه موردمطالعه به جامعه اصلی، وزن ارزیابی مجدد (۰/۱۷۷- Beta) خواهد بود. درنهایت هرقدر ارزیابی مجدد بیشتر باشد؛ میزان سرسختی کاهش می‌یابد. وزن ادراک موفقیت (B=۰/۲۹۳)، (۲/۲۱ =t) نشان می‌دهد. این متغیر می‌تواند در کنار سرکوبی و ارزیابی مجدد تغییرات مربوط به سرسختی را در این نمونه پژوهشی تبیین نماید. در صورت تعمیم نمونه‌ی موردمطالعه به جامعه اصلی، وزن ادراک موفقیت (۰/۱۳۷ Beta) خواهد بود. درنهایت هرقدر ادراک موفقیت بیشتر باشد میزان سرسختی افزایش می‌یابد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر پیش‌بینی سرسختی برحسب ادراک موفقیت و نظم‌جویی هیجانی در ورزشکاران رزمی نخبه بود. یافته‌ها حاکی از آن داشت که ادراک موفقیت و نظم‌جویی هیجانی به‌صورت کلی ۲۹ درصد از واریانس سرسختی را پیش‌بینی می‌کنند. بنابر مدل نهایی رگرسیون نشان داده شد که با افزایش ادراک موفقیت ورزشی، سرسختی ورزشکاران افزایش می‌یابد اما با افزایش زیر مؤلفه‌های نظم‌جویی هیجانی (سرکوبی و ارزیابی مجدد) میزان سرسختی ورزشکاران کاهش می‌یابد.

با بررسی نتایج پژوهش حاضر می‌توان بیان کرد که ادراک موفقیت از عوامل مهم بررسی و پیش‌بینی سرسختی ورزشکاران می‌باشد؛ زیرا با افزایش ادراک موفقیت، میزان تلاش و رسیدن به هدف در ورزشکاران بیشتر تقویت‌شده و سرسختی بیشتری را در مسابقه از خود نشان می‌دهند. درک موفقیت به ورزشکار این امکان را می‌دهد که با وجود عوامل استرس‌زای مختلف در طول مسابقه، پایداری و کارایی خود را

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-13]

حفظ نموده و جز رسیدن به هدف درباره‌ی چیز دیگری فکر نکند. به همین منظور ورزشکار هر نوع موقعیت و شرایط مخربی که او را در رسیدن به هدف بازمی‌دارد؛ از حیطه‌ی توجه دور کرده و با سرسختی برای رسیدن به هدف تلاش می‌کند. پژوهش حاضر با نتایج مطالعه‌های سادینک و ادزجا (۱۷)، رمزی و بشارت (۱۶)، صالحی‌نژاد و بشارت (۲)، فرزی و همکاران (۱۸)، لو و همکاران (۱۱) همسو می‌باشد. مطالعه‌ای در زمینه‌ی عدم همسویی با نتایج پژوهش حاضر یافت نشد.

افزایش ادراک موفقیت در ورزشکاران باعث ایجاد نوعی تنش در جهت کسب موفقیت در مسابقات می‌گردد که هیجان آنان را در حین مسابقه دست‌خوش تغییر قرار می‌دهد. به منظور تبیین این شرایط می‌توان از مدل فرآیند هیجانی گروس (۱۹۹۸) استفاده کرد. نظم‌جویی هیجانی از دو مؤلفه‌ی ارزیابی مجدد و سرکوبی تشکیل‌شده است. مطابق زیرمولفه‌ی ارزیابی مجدد، موقعیت ایجادکننده‌ی هیجان نیست بلکه سنجش افراد از موقعیت‌ها، ایجادکننده هیجان می‌باشد. ارزیابی مجدد در زمینه‌ی ابراز و تجربه می‌تواند؛ هیجان‌های افراد را در مسیر درستی قرار دهد بدین معنی که ابراز و تجربه هیجان‌های منفی را کاهش و هیجان‌های مثبت را افزایش دهد. زیرمؤلفه‌ی سرکوبی به بازداری مداوم رفتارهای هیجانی در موقعیت‌های مختلف اشاره دارد که موجب کاهش ابراز هیجان‌ها و افزایش تجربه می‌گردد. برخلاف تصور، سرکوبی تأثیر کمتری بر تجربه هیجان‌های منفی دارد (۲۵). گروس (۲۰۰۲) به این نکته اشاره می‌کند که در موقعیت‌هایی که ارزیابی مجدد دشوار است؛ راه دیگر برای نظم‌جویی هیجانی، سرکوبی می‌باشد (۲۶). در تبیین یافته‌ها، مطابق مدل گروس می‌توان گفت که ارزیابی شناختی ورزشکاران از رویداد ورزشی به صورت هشیار یا ناهشیار، مجموعه پاسخ‌هایی ازجمله تجلی ظاهری، پردازش‌های شناختی و تغییرات فیزیولوژیکی را به همراه دارد. ورزشکاران به دلیل عدم آموزش‌های مناسب در راستای تنظیم هیجانی و نداشتن فرصت کافی برای تصمیم‌گیری هنگام مسابقه در انتخاب موقعیت و تعدیل آن با مشکل روبرو می‌شوند؛ به همین منظور فرصت کافی برای تحلیل و ارزیابی هیجان‌های خود در حین مسابقه پیدا نمی‌کنند. این امر موجب می‌شود که ورزشکار با برداشت نادرست از هیجان‌های خود، آشفتگی بیشتری را در خلال مسابقات تجربه نماید و درنتیجه ارزیابی درستی از موقعیت نداشته باشد (ارزیابی مجدد). درنهایت، ورزشکاران به دلیل دشوار شدن فرایند ارزیابی مجدد سعی بر عدم توجه، نادیده‌گیری و سرکوبی هیجان‌ها دارند که گاه موجب واکنش رفتاری و فیزیولوژیکی نامتناسب با موقعیت می‌گردد (سرکوبی). در همین راستا درک نادرست هیجانی، منجر به تعابیر منفی از شرایط مسابقه، داوری و حریفان می‌شود که اثرات منفی آن بر عملکرد ورزشکار نمود پیدا می‌کند. این چرخه معیوب، کاهش سرسختی و به مرور بی‌انگیزگی و فرسودگی را در آنان به همراه دارد. پژوهش حاضر با نتایج مطالعات نیل و همکاران (۱۲) و وودمن و همکاران (۱۳) همسو ولی با نتایج پژوهش مدی و هس (۲۰) ناهمسو می‌باشد.

از دلایل احتمالی عدم همسویی با این مطالعه می‌توان به تفاوت در نمونه‌ی مورد پژوهش اشاره کرد؛ زیرا مطالعه‌ی حاضر بر ورزشکاران رزمی نخبه انجام‌گرفته است درحالی‌که پژوهش مدی و هس به بررسی ورزشکاران رشته‌ی بسکتبال پرداخته است که یک ورزش گروهی می‌باشد (۷).

ادراک موفقیت، کنترل و مدیریت هیجان‌ها ازجمله مهم‌ترین عوامل دخیل در کیفیت عملکرد ورزشکاران می‌باشد اما به نظر می‌رسد از عمده‌ترین

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-13]

نقاط کلیدی ورزشکاران رزمی، مقوله‌ی نظم جویی هیجانی است (۱۴،۱۲). ضرورت توجه به هیجانات تحت عنوان عاملی درونی، قابل‌تغییر و مؤثر بر عملکرد ورزشی می‌تواند به فرد در جهت مدیریت تنیدگی و درماندگی کمک بسزایی کند و توانایی پیشگیری از درماندگی را افزایش دهد. بر این اساس، امروزه بسیاری از محققین با اتکا به نظریات هیجانی، درصدد پیش‌بینی موفقیت ورزشکاران رقابتی هستند(۲۷،۹). با توجه به نتایج به‌دست‌آمده و ارتباط مستقیم ادراک موفقیت و سرسختی به نظر می‌رسد که نظم‌جویی هیجانی از مهم‌ترین ضعف‌های روانی ورزشکاران رشته های رزمی و پر خشونت می‌باشد. ازآنجایی‌که بسیاری از ورزشکاران نتایج برد و باخت خود را به عوامل هیجانی نسبت می‌دهند (۷)؛ آشفتگی آنها می‌تواند؛ ادراک موفقیت و سرسختی را تحت تأثیر قرار دهد. یافته‌های پژوهش حاضر نویدی بر این موضوع است که با توجه به شناسایی مشکلات هیجانی و قابلیت یادگیری نظم‌جویی، مدیریت هیجانات و آموزش در تمامی سطوح سنی، می‌تواند موفقیت ورزشکاران رزمی را تسهیل کند و گامی برای رفع مشکلات روانی آنان در حین مسابقه باشد. با توجه به نقش پیش بین این دو متغییر در سرسختی، نتایج مطالعه‌ی حاضر برای مسئولین ورزش کشور، متخصصان ورزشی و باشگاه‌ها اهمیتی کاربردی و عملی دارد. با مداخله در این سه عامل می‌توان برنامه‌ریزی مطلوبی برای تقویت میزان سرسختی ورزشکاران نخبه پیشنهاد کرد. با بررسی نیازهای موجود و تنظیم برنامه‌ها و پروتکل‌های آموزشی درزمینه‌ی نظم جویی و درک موفقیت ورزشی، می‌تواند منجر به ارتقا میزان سرسختی ورزشکاران و سلامت روان این قشر از جامعه شد.

نظر به این‌که هیچ پژوهشی خالی از محدودیت نیست؛ ازجمله محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به ابعاد مکانی و زمانی آن اشاره کرد. از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر، اجرای آن بر ورزشکاران نخبه‌ی رشته‌های رزمی در سطح استان تهران بوده است لذا در تعمیم‌دهی آن به رشته‌ها و جوامع دیگر باید با جوانب احتیاط صورت گیرد. از دیگر محدودیت‌ها، می‌توان به عدم انجام مطالعات مشابه داخلی، به خصوص روی ورزشکاران نخبه ایرانی و لذا عدم امکان مقایسه نتایج پژوهش با سایر تحقیقات قبلی، اشاره کرد.

با توجه به محدودیت‌های ذکرشده، توصیه می‌شود پژوهشگران بعدی مطالعه‌ی حاضر را در جوامع دیگر و ورزش‌های گروهی انجام دهند تا صحت این اطلاعات در ابعاد وسیع‌تری تأیید شود و دانش منسجم‌تری در اختیار جامعه‌ی ورزشی و پژوهشگران قرار گیرد. در آینده انجام مطالعات آزمایشی با هدف تدوین برنامه ی ارتقای میزان نظم‌جویی هیجانی و سرسختی ورزشکاران سودمند خواهد بود.

تشکر و قدردانی

این پژوهش به صورت شخصی و بدون حمایت سازمانی انجام‌گرفته است و حاصل پایان‌نامه نمی‌باشد. در آخر بدین وسیله پژوهشگران از کلیه‌ی ورزشکاران نخبه‌ی شرکت‌کننده در مطالعه‌ی حاضر و مسئولین محترم برگزاری مسابقات، به خاطر اعتماد و همکاری صمیمانه سپاسگزاری می‌کنیم.

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-13]

References

1. Anshel MH, Williams LR, Williams SM. Coping style following acute stress in competitive sport. J Soc Psychol. 2000; 140(6): 751-73.
2. Salehi Nezhad MA, Besharat MA. Relations of resilience and hardiness with sport achievement and mental health in a sample of athletes. Procedia Soc Behav Sci. 2010; 5: 757-63.
3. Kobasa SC. Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. J Pers Soc Psychol. 1979; 37(1): 1-11.
4. Brooks MV. Health- related hardiness and chronic illness: A synthesis of current research. Nurs Forum. 2003: 38(3); 11-20.
5. Kobasa SC, Maddi SR, Kahn S. Hardiness and health: A prospective study. Journal of personality and social psychology. 1982; 42(1): 168-177.
6. Keshavarz L, Farahani A, Rezaee soufi M, Bastami H. The effectiveness of hardiness components training on personnel burnout of olympic national committee of the islamic republic of Iran. J Ilam Univ Med Sci. 2015; 23 (2): 78-89.
7. Zizzi S, Deaner H, Hirschhorn D. The relationship between emotional intelligence and performance among college basketball players. J Appl Sport Psychol. 2003; 15(3): 262-9.
8. Aldao A, Nolen-Hoeksema S, Schweizer S. Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. Clin Psychol Rev. 2010; 30(2): 217-37.
9. Gardner H. Frames of mind: The theory of multiple intelligences. Basic books; 2011.
10. Orlick T. Coaches training manual to psyching for sport: Manual. Champaign, Ill. Leisure Press; 1986.
11. Lu FJ, Li GS, Hsu EY, Williams L. Relationship between athlete's emotional intelligence and precompetitive anxiety. Percept Mot Skills. 2010; 110(1): 323-38.
12. Neil R, Hanton S, Mellalieu SD, Fletcher D. Competition stress and emotions in sport performers: The role of further appraisals. Psychol Sport Exerc. 2011; 12(4): 460-70.
13. Woodman T, Hardy L, Barlow M, Le Scanff C. Motives for participation in prolonged engagement high-risk sports: An agentic emotion regulation perspective. Psychol Sport Exerc. 2010; 11(5): 345-52.
14. Kavussanu M, Roberts GC. Moral functioning in sport: An achievement goal perspective. J Sport Exerc Psychol. 2001; 23(1): 37-54.
15. Crocker P. Sport and exercise psychology: A Canadian perspective. Toronto: Pearson Canada; 2015.
16. Ramzi S, Besharat MA. The impact of hardiness on sport achievement and mental health. Procedia Soc. Behav. Sci. 2010; 5: 823-6.
17. Sindik J, Adzija M. Hardiness and situation efficacy at elite basketball players. Coll Antropol. 2013; 37(1): 65–74.
18. Farzi H, Abbasi H, Souri A, Nazari F. Determining the relationship of hardiness and achievment motivation with perception of sucsess in athletic student of Iranian and Iraqi universities. Applied Research Of Sport Management. 2014; 2(3): 75-87.
19. Roberts GC, Treasure DC, Balague G. Achievement goals in sport: The development and validation of the Perception of Success questionnaire. J. Sports Sci. 1998; 16(4): 337-47.
20. Dias C, Cruz JF, Fonseca AM. The relationship between multidimensional competitive anxiety, cognitive threat appraisal, and coping strategies: A multi-sport study. International Journal of Sport and Exercise Psychology. 2012; 10(1): 52-65.
21. Gross JJ, John OP. Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. J Pers Soc Psychol. 2003; 85(2): 348-62.
22. Bigdeli I, Najafy M, Rostami M. The relation of attachment styles, emotion regulation, and resilience to well-being among students of medical sciences. Iran J Med Educ. 2013;

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-13]

13(9): 721-9.
23. Hashim HA, Zulkifli EZ, Yusof HA. Factorial validation of Malaysian adapted Brunel Mood Scale in an adolescent sample. Asian J Sports Med. 2010; 1(4): 185-194.
24. Terry PC, Lane AM, Fogarty GJ. Construct validity of the Profile of Mood States—Adolescents for use with adults. Psychol Sport Exerc. 2003; 4(2): 125-39.
25. Gross JJ. Emotion regulation: Past, present, future. Cogn Emot. 1999; 13(5): 551-73.
26. Gross JJ. Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. Psychophysiology. 2002; 39(3): 281-91.
27. Sanchez-Lopez J, Fernandez T, Silva-Pereyra J, Mesa JA. Differences between judo, taekwondo and kung-fu athletes in sustained attention and impulse control. Psych. 2013; 4(7): 607-12.
28. Lowther J, Lane A, Lane H. Self-efficacy and psychological skills during the amputee soccer world cup. Athletic Insight[Inernet]. 2002; 4(2): 23-34. Available from: http://www.athleticinsight.com/Vol4Iss2/SoccerSelfEfficacy.htm

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-13]

Original paper

Prediction of Hardiness Among Elite Epic Athletes According to Perception of Success and Emotion Regulation

Hassan Norouzi*, Meysam Shahhosseni*, Behrooz Golmohammadi*
1. MSc Clinical Psychology, University of Semnan, Semnan, Iran.
2. MSc General Psychology, University of Semnan, Semnan, Iran.
3. Assistant Professor, Department of Motor Behavioral and Sport Psychology, University of Semnan, Semnan, Iran.

Abstract

Backgrounds and Aim: In today's world mental skills are inseparable part of championship and those who use these skills get successes. The aim of this study was to examine the prediction of hardiness among elite epic athletes according to Perception of success and emotion regulation.

Material and Methods: This study was a descriptive of correlation study. The statistical population consisted of 480 athletes who had participated in Tehran's top competitions in 2015 and 200 athletes were selected by random. In this study for collecting data, kubasa hardiness and emotional regulation questionnaires were used. For data analyzing, the descriptive statistics and for investigation of research hypothesis, Pierson correlation coefficient and multiple regression were used by SPSS.

Results: The results indicated that there are significant correlation between hardiness with perception of success (r= 0.22), Reappraisal (r= -0.44) and suppression(r= -0.5). Results of regression analysis showed that perception of success and emotion regulation predicted 29% of variance under variable athlete's hardiness. Athlete's hardiness increased by improving perception of success but increasing subscales of emotion regulation (Reappraisal and suppression) lead to reduce athlete's hardiness.

Conclusion: Finally it can be hypothesized that improving perception of success reinforces athlete's efforts, goal achieving and their hardiness during the competition but because of tension and unsuitable emotion, perception leads to unsuitable interpretation among athletes.

Keywords: Perception of success, Hardiness, Emotion regulation, Epic athletes

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-13]