

اثر رفتار غیرکلامی مربی بر کیفیت روابط مربی - ورزشکار در ورزشکاران نوجوان رشته های انفرادی

۱. بهرام یوسفی * - ۲. بهشت احمدی

۱. دانشیار دانشکده تربیت بدنی، دانشگاه رازی کرمانشاه، ۲. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی دانشگاه رازی کرمانشاه
(تاریخ دریافت: ۱۴ / ۱۲ / ۱۳۹۱، تاریخ تصویب: ۰۵ / ۰۳ / ۱۳۹۲)

چکیده

ارتباط بین مربی - ورزشکار به عنوان یک ساختار چند بعدی و موقعیتی شامل سه فاکتور صمیمیت، تعهد و مکمل بودن است. هدف از این مطالعه نیز بررسی اثر ارتباط بین رفتارهای غیر کلامی مربی بر ارتباط مربی - ورزشکار بود. روش پژوهش زمینه یابی بود، که در یک نمونه ۲۹۳ از ورزشکاران نوجوان ۱۴ تا ۱۷ سال در ورزش های انفرادی (کشتی، ورزش های رزمی و مشت زنی)، شرکت کنندگان به پرسشنامه ارتباط مربی - ورزشکار و مقیاس رفتارهای غیر کلامی مربی پاسخ دادند. در تجزیه و تحلیل اطلاعات از مدل یابی معادلات ساختاری (SEM) استفاده گردید. معادلات ساختاری نشان داد که رفتارهای غیر کلامی حمایتی - تشویقی مربی اثرات مثبت و در مقابل رفتارهای غیر کلامی منفی مربی اثرات منفی بر ابعاد ساختاری ارتباط مربی - ورزشکار (صمیمیت، تعهد و مکمل بودن) دارد. این مطالعه بینشی را در مورد عوامل ارتباطی فراهم آورد که به مربیان اجازه می دهد کیفیت ارتباط با ورزشکاران خود را ارتقاء دهند.

واژه های کلیدی:

رفتار غیر کلامی، رابطه مربی - ورزشکار، صمیمیت، تعهد، مکمل بودن، تشویق، تنبیه.

مقدمه

مطالعات گسترده‌ای در سال‌های اخیر برای درک بهتر ماهیت روابط بین فردی در ورزش صورت گرفته است. این پژوهش‌ها در حوزه روابط ورزشکاران با یکدیگر، والدین و ورزشکاران و مربیان با ورزشکاران تمرکز داشته است (جوویت و چاندی^۱، ۲۰۰۴). روابط مربی- ورزشکار در دامنه‌ای از اهداف مختلف مانند توسعه عملکرد، دستیابی به موفقیت، حفظ آمادگی و یا به طور ساده‌تر لذت بردن از فعالیت‌های جسمانی شکل می‌گیرد (موین^۲، ۲۰۱۲) (۸). در این زمینه جوویت (۲۰۰۵؛ ۲۰۰۷) (۲۲)، بر اساس چند مطالعه کیفی یک مدل مفهومی از روابط مربی و ورزشکار را ارائه داد (جوویت و کاک کریال^۳، ۲۰۰۸) (۲۲). این مدل از سازه‌هایی شامل احساس تعهد (افکار)، صمیمیت (احساسات)، مکمل بودن (رفتار) و هماهنگی تشکیل شده است. در این مدل مفهومی، تعهد به عنوان بعد شناختی روابط مربی و ورزشکار، به معنی تمایل برای ادامه ارتباط در زمان حال و آینده تعریف شده است (۱۰). صمیمیت به عنوان بعد عاطفی با مفاهیمی مانند دوست داشتن، احترام و اعتماد پیوند دارد، و مکمل بودن به معنی اقدام‌هایی برای همکاری و در برگیرنده احساس آرامش، آسودگی و شایستگی یکی نفر در حضور دیگری است. عامل نهایی به عنوان میزان تجانس و همخوانی ادراک از ارتباطات در بین دو عنصر ارتباطی یعنی زوج مربی و ورزشکار است (رهیند، جوویت و یانگ^۴، ۲۰۱۲). استفاده از مدل روابط مربی- ورزشکار در بررسی‌های مربوط به رویکردهای انگیزشی، تئوری مبادله اجتماعی^۵، تئوری وابستگی متقابل^۶ و تئوری روابط بین فردی^۷

بازتاب دهنده اهمیت روابط مربی- ورزشکار برای کارآمدی و موفقیت مربیگری در ورزش است (جوویت، والرند و کاربانو^۸، ۲۰۱۱) (۱۷، ۲۷).

علاوه بر مدل مفهومی روابط مربی- ورزشکار، برای تسهیل مسیر پژوهش‌های آتی، جوویت و پکزدوویسکی^۹ (۲۰۰۷) مدلی یکپارچه از پیش‌آیندها و پی‌آمدهای روابط مربی- ورزشکار پیشنهاد داده‌اند (۱۲). این مدل در شکل ۱ نشان داده شده است. آنها با مرور مطالعات و مدل‌های مفهومی از روابط مربی- ورزشکار (ویلیام^{۱۰}، ۲۰۰۰؛ پکزدوویسکی، ۱۹۹۷؛ لاووی^{۱۱}، ۲۰۰۴، و جوویت، ۲۰۰۵)، عواملی مانند سن، جنسیت، تجربه و شخصیت را به عنوان طبقه تفاوت در ویژگی‌های فردی، عواملی از جمله نُرَم‌ها، سُنن اجتماعی و زمینه فرهنگی ورزش را به عنوان طبقه عوامل فرهنگی- اجتماعی و مواردی مانند مدت زمان رابطه، جنس مخالف یا موافق بودن طرف رابطه را در طبقه عوامل مربوط به ویژگی‌های رابطه به عنوان پیش‌آیندها پیشنهاد کرده‌اند. این عوامل بر کیفیت رابطه در ابعاد احساسی، شناختی و رفتاری تاثیر می‌گذارند (به نقل از نورد براک^{۱۲}، ۲۰۱۳). کیفیت رابطه مربی- ورزشکار نیز منجر به پی‌آمدهایی در بعد فردی مانند انگیزش، عواطف مثبت و یا منفی، رضایت و اجرای ورزشی می‌شود. پی‌آمدهای رابطه مربی- ورزشکار در بعد بین فردی شامل رضایت از ارتباط، تعارض و یا ثبات و پایداری رابطه است (۲۴). در نهایت در بعد گروهی پی-آمدهای رابطه مربی- ورزشکار می‌تواند مواردی مانند انسجام تیمی، وضوح یا ابهام نقش، و پذیرش اجتماعی باشد. همچنین در این مدل، ارتباطات بین فردی به عنوان عامل میانجی در رابطه بین پیش‌بین‌های روابط مربی-

8. Lafreniere, Vallerand & Carbonneau

9 . Podzwadowski

10 . Wylleman

11 . LaVoi

12 . Nordbrock

1. Jowett, & Chaundy

2 . Moen

3 . Cockerill

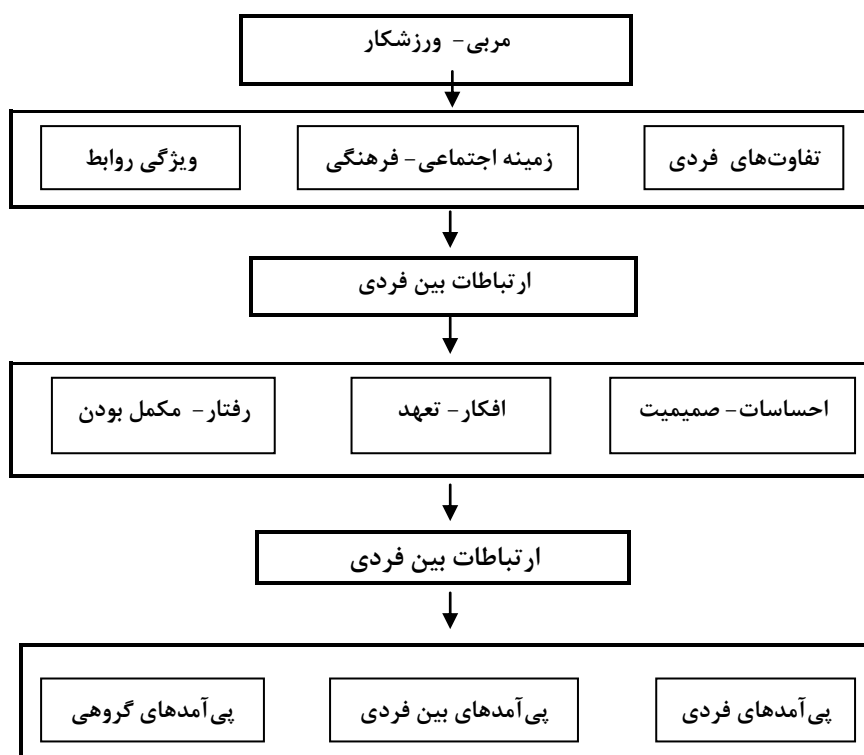
4 .Rhind, Jowett &Yang,

5 . Social exchange theories

6 . Nterdependence theory

7 . Interpersonal theory

ورزشکار و بین روابط مربی - ورزشکار با پی آمدها مطرح شده است. از این رو فرایند ارتباطات در تعامل مربیان و ورزشکاران و دستاوردهای ناشی از آن دارای نقشی مهم و تعیین کننده است.



شکل ۱: مدل یکپارچه روابط مربی - ورزشکار (جووت و پیکزوادویسکی، ۲۰۰۷)

محققان پیشگامی مانند هال^۲ (۱۹۷۹) و آر جیلی^۳ (۱۹۹۲) موضوع ارتباطات غیر کلامی کانون توجه بیشتری قرار گرفت، به طوری که ارتباطات غیر کلامی در سال های اخیر در حوزه علوم مختلف از جمله مردم شناسی، روان شناسی، سلامت، تجارت، قانون و آموزش مورد علاقه محققان بوده است (به نقل از کریمی، دباغی و طباطبایی، ۲۰۱۲) (۳۱).

رفتارها و پیام های غیر کلامی نقش مهمی در روابط اجتماعی دارد. بسیاری از پژوهشگران بر آن بوده اند که حجم موثر رفتارهای غیر کلامی را در روابط اجتماعی و فردی تعیین کنند. بیروودسل^۴ معتقد است که این نوع از

در واقع ارتباطات فرآیندی مستمر از ارسال و دریافت پیام هایی است که به مردم اجازه اشتراک در دانش، ایده ها، افکار، اطلاعات، احساسات، هیجان ها و نگرش را می دهد (نکی^۱، ۲۰۰۹). ارتباطات به دو نوع کلامی و غیر کلامی قابل تقسیم است. ارتباطات غیر کلامی عبارتست از کلیه پیام هایی که افراد علاوه بر خودکلام، آنها را نیز مبادله می کنند. طرز قرار گرفتن، راه رفتن، ایستادن، حرکات جسمی، حالات و حرکات چهره و چشم ها، لحن صدا، طرز لباس پوشیدن و غیره جملگی نشانه های ارتباطات غیر کلامی هستند. تا دهه ۱۹۷۰ بیشتر مطالعات بر نوع کلامی ارتباطات متمرکز بود، اما با تلاش

2. Hall

3. Argyle

4. Birdwhistell

1. Negi

پیام‌ها ۶۵ تا ۷۰ درصد تفسیر معانی در روابط اجتماعی را دربر می‌گیرند (کریمی و همکاران، ۲۰۱۲). مهرابیان و فریز^۱ (۱۹۶۷) در تحلیل پیام‌هایی ارتباطات بین فردی به این نتیجه رسید که تنها ۳ درصد از معانی به شکل کلامی منتقل می‌شود و ۹۷ درصد مابقی به شکل غیر کلامی است (به نقل از لاپاکو^۲، ۱۹۷۷). قابل ذکر است که رفتارهای غیر کلامی و ارتباطات غیر کلامی اگر چه در اغلب اوقات به عنوان واژه‌های مترادف به کار برده می‌شوند (۱۹). اما رفتارهای غیر کلامی دایره محدودتری نسبت به ارتباطات غیر کلامی دارند (بارکر و کولینز^۳، ۱۹۷۰). در قلمرو تعلیم و تربیت نتایج نشان داده است که ضرایب اثر همبستگی بین رفتار غیر کلامی به موقع و مناسب با یادگیری عاطفی و یادگیری شناختی بیشتر از رفتارهای کلامی معلم است (زاهد بابلان، ۱۳۹۱). همچنین در دست‌یابی به اهداف تدریس تاثیر بیشتری دارد (چاودری و اریف^۴، ۲۰۱۲) (۵). در ورزش پیام‌های غیر کلامی دارای کاربردهای متنوعی هستند. به طور مثال نتایج یک بررسی کیفی نشان داده است که از دیدگاه مربیان برجسته در ورزش‌هایی مانند شنا و کشتی ارتباطات غیر کلامی بین مربی و ورزشکار در محیط و شرایط رقابتی دارای اهمیت بیشتری نسبت به ارتباطات کلامی است (آمرس، ۲۰۰۷). یا به طور مثال ورزشکاران والیبالیست از علائم غیر کلامی به منظور بیان نحوه تاکتیک‌های بازی با هم ارتباط برقرار می‌کنند (رایولا و توری^۵، ۲۰۱۲) (۳، ۲۵). در زمینه آموزش، تمرین و آماده سازی ورزشکاران، مربیان با تجربه و موفق بیشتر بر رفتارهای تشویقی و مبتنی بر ایجاد لذت، تلاش، تقویت و آموزش مبتنی بر بازخوردهای اصلاحی تاکید دارند و

کمتر از تنبیه و مجازات استفاده می‌کنند. از دیدگاه اسمیت، اسمول و هانت^۶ (۱۹۹۷)، روش‌های تشویقی و رفتار همراه با احترام پی‌آمدهای رفتاری مثبتی از جمله کاهش ترک ورزش و دست‌آوردهای روانشناختی مانند بهبود نگرش ورزشکاران نسبت به مربیان را به همراه دارد. به طور معکوس رفتارهای نامناسب مربی می‌تواند منجر به ایجاد اضطراب رقابتی، تحلیل رفتگی، کاهش عزت نفس و عملکرد ضعیف در ورزشکار شود (آمرس^۷، ۲۰۰۷) (۳).

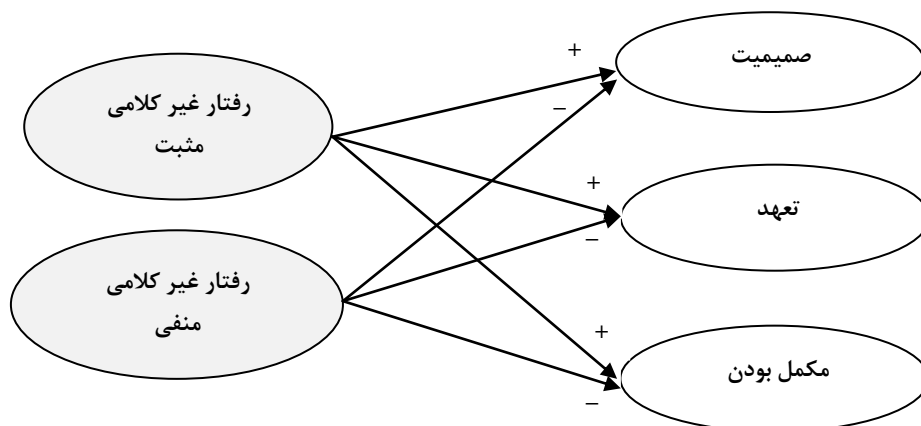
اگرچه پژوهش‌های متعددی به پیامدهای مربوط به کیفیت روابط مربی- ورزشکار اختصاص یافته است، اما تحقیقات مربوط به پیش‌آیندهای حفظ و ارتقاء کیفیت روابط محدود بوده است (رهیند و جووت، ۲۰۱۰) (۲۶). علاوه بر آن، با این که در مدل یکپارچه جووت و پُکزوادویسکی (۲۰۰۷) (۱۲)، ارتباطات دارای نقشی مهم در رابطه با کیفیت روابط مربی- ورزشکار و عوامل پیش بین وی‌آمدهای آن ذکر شده است. با این وجود، در مدل مورد اشاره، نقش و مفهوم عملیاتی ارتباطات بین فردی مورد توجه قرار نگرفته است. بنابراین، هدف پژوهش حاضر بررسی اثر رفتار غیر کلامی مربی در دو بعد رفتارهای تشویقی و تنبیهی بر کیفیت روابط مربی- ورزشکار از دیدگاه ورزشکاران نوجوان رشته‌های ورزش انفرادی است. فرضیه‌های این تحقیق بر اساس مدل مفهومی ارائه شده که در شکل ۲ نیز نشان داده شده است به قرار زیر می‌باشند:

۱- رفتار غیر کلامی مثبت (تشویقی، حمایتی) بر کیفیت روابط مربی- ورزشکار (احساس صمیمیت، تعهد و احساس مکمل بودن) تاثیر مثبت دارد.

1. Mehrabian and Ferris
2. Lapakko
3. Barker & Collins
4. Chaudhry & Arif
5. Raiola & Tore

6. Smith, Smoll & Hunt
7. Amorose

۲- رفتار غیر کلامی منفی (توبیخی، تنبیهی) بر کیفیت روابط مربی - ورزشکار (احساس صمیمیت، تعهد و احساس مکمل بودن) تاثیر منفی دارد.



شکل ۲، مدل مفهومی و فرضیه های تحقیق

روش تحقیق

پژوهشی حاضر همبستگی از نوع مدلیابی معادلات ساختاری^۱ است؛ زیرا در این پژوهش، روابط بین متغیرها در قالب الگوی علی مورد بررسی قرار می گیرد.

جامعه و نمونه آماری

جامعه آماری پژوهش حاضر را تمامی ورزشکاران پسر ۱۴ تا ۱۷ سال شهر کرمانشاه از بین رشته های ورزشی کشتی، مشت زنی و ورزش های رزمی تشکیل می دهند که در سالن های ورزشی این شهر مشغول به فعالیت هستند. از آنجاییکه صاحب نظران مدلیابی معادلات ساختاری توصیه می کنند که در این گونه پژوهش ها حجم نمونه حداقل ۲۰۰ نفر باشد، در پژوهش حاضر ۳۵۰ نفر از عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند که از این تعداد ۲۹۳ پرسشنامه بطور کامل تکمیل شده بود که در پژوهش

استفاده و بقیه پرسشنامه های ناقص از روند تجزیه و تحلیل حذف گردید.

ابزارهای گردآوری داده ها

برای جمع آوری داده ها از دو پرسشنامه استفاده شد: پرسشنامه روابط مربی - ورزشکار (CART-Q)^۲: برای اندازه گیری کیفیت روابط مربی و ورزشکار از این مقیاس ارتباط مربی و ورزشکار جوویت و نومینس^۳ (۲۰۰۴) استفاده شد. در این پرسشنامه بر اساس مدل مفهومی، روابط مربی و ورزشکار در سه بعد میزان صمیمیت (۴ سوال)، تعهد (۴ سوال) و مکمل بودن (۴ سوال) اندازه گیری می شود. این پرسشنامه در سال ۱۳۹۰ در ایران هنجاریابی شده است (بال زاده و تجاری و کامکاری، ۱۳۹۰). در این بررسی آلفا برای خرده مقیاس

2.Coach- Athlete Relationship Questionnaire
3.Ntoumanis

1.Structural Equation Modeling (SEM)

هابه ترتیب برای صمیمیت ۰/۸۳ برای تعهد ۰/۷۸ و برای مکمل بودن ۰/۸۴ به دست آمد.

مقیاس اصلاح شده ادراک بازخورد معلم:^۱ برای اندازه گیری رفتارهای غیر کلامی از تحقیق کوکا و هیین^۲ (۲۰۰۳) استفاده شد. این پرسشنامه شامل ۶ سؤال است که دو بعد رفتار غیر کلامی مثبت (تشویقی) در ۳ سؤال (به طور مثال: مربی ام در واکنش به اجرای خوب یک تمرین، به من لبخند می زند)، و رفتار غیر کلامی منفی (تنبیهی) را در ۳ سؤال (به طور مثال: مربی ام در واکنش به اجرای ضعیف تمرین من با اوقات تلخی به من نگاه می کند)، را در طیف ۷ گزینه ای لیکرت از خیلی کم تا خیلی زیاد می سنجد. بررسی های مقدماتی برای اندازه گیری ویژگی های روان سنجی انجام شد. نتایج تحلیل عامل اکتشافی با چرخش واریماکس دو عاملی بودن رفتارهای غیر کلامی را تأیید کرد که عامل اول با سه سؤال و ارزش ویژه ۲/۳۳ مربوط به رفتار غیر کلامی مثبت و عامل دوم نیز با سه سؤال با ارزش ویژه ۱/۵۳ مربوط به رفتارهای غیر کلامی منفی بود. بار عاملی سئوالات از ۰/۷۴ تا ۰/۸۵ بود. شاخص کایزر- مایر- اولکین^۳ (KMO) برابر با ۰/۷۰ و آزمون بارتلت^۴ در سطح معنی دار ۰/۰۰۱ بود. واریانس تجمعی تبیین شده برای دو عامل برابر ۰/۶۶ بود. پایایی درونی به وسیله آلفای کرونباخ برای رفتار غیر کلامی مثبت برابر با ۰/۷۲ و برای رفتار غیر کلامی منفی برابر با ۰/۷۶ به دست آمد.

روش اجرا

بر اساس زمان ها و مکان های مختلف تمرین در سالن های ورزشی توزیع و جمع آوری پرسشنامه ها در

محل تمرین و به شکل نمونه گیری خوشه ای انجام شد. به این منظور فهرستی از اماکن و جلسات تمرین ورزش های مورد نظر تهیه شد و سپس به قید قرعه اماکن وساعات تمرینی مشخص شد. معیار ورود حد اقل ۶ ماه سابقه تمرین در یک سالن و پیش یک مربی در نظر گرفته شد. پیش از توزیع پرسشنامه ها اهداف تحقیق و شیوه پاسخ گویی برای نمونه ها توضیح داده شد و به طور شفاهی رضایت آنان اخذ شد. برای ایجاد اطمینان در پاسخ دهندگان پرسشنامه ها به آنان خاطر نشان شد که ضرورتی به ذکر نام نیست، پاسخ دهندگان پس از تکمیل پرسشنامه ها آنها را در جعبه ای که به این منظور تهیه شده و در سالن تمرین قرار داده شده بود می انداختند. برای تحلیل داده ها از نرم افزار SPSS و AMOS نسخه ۱۸ استفاده شده است.

نتایج و یافته های تحقیق

از تعداد ۳۵۰ پرسشنامه توزیع شده تعداد ۲۹۳ (۸۴٪) پرسشنامه تکمیل و قابل بررسی بود. از این تعداد ۱۲۵ نفر کشتی گیر (۴۳٪)، ۹۲ نفر در ورزش های رزمی (۳۱٪) و ۷۶ نفر (۲۶٪) در رشته مشت زنی فعالیت داشتند. میانگین سنی شرکت کنندگان برابر با (۵۷/۱۵±۷۷) بود. نتایج توصیفی مربوط به متغیر های تحقیق در جدول شماره ۱ ارائه شده است. این نتایج گویای آن است که به طور متوسط از نظروزشکاران، رفتارهای غیر کلامی مثبت مربیان اندکی بیشتر از رفتار های غیر کلامی منفی است. اولویت میانگین های روابط مربی-ورزشکار به ترتیب مربوط به احساس صمیمیت، مکمل بودن و تعهد است. میانگین همه متغیرهای تحقیق از متوسط دامنه اندازه گیری بیشتر است.

در شکل ۳، نتایج مربوط به مدل های معادلات ساختاری و اندازه گیری در حالت تخمین استاندارد

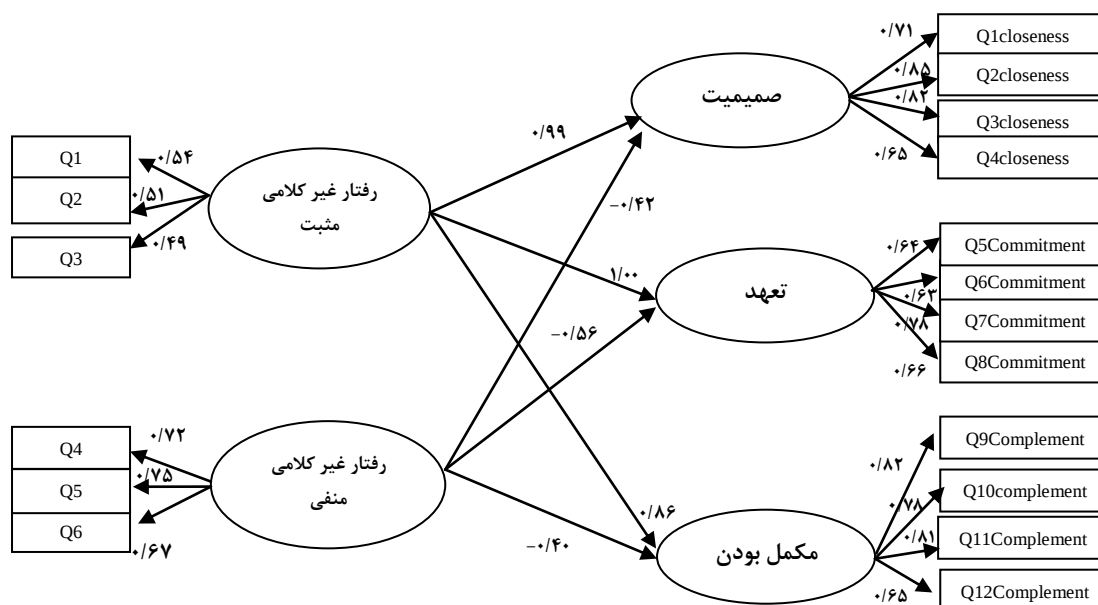
1. Modified Perceptions of Teacher's Feedback scale (PTF)
2. Koka. & Hein
3. Kaiser- Meyer- Olkin
4. Bartlett's Test Of Sphericity

شده است. این نتایج نشان می‌دهد بالاترین ضریب تاثیر رفتارهای غیر کلامی مثبت بر تعهد (تمایل برای ادامه روابط ورزشکار با مربی) سپس احساس صمیمیت با مربی و پس از آن احساس مکمل بودن مربی برای ورزشکار است. رفتارهای غیر کلامی منفی نیز به طور معکوس بر تعهد، صمیمیت و مکمل بودن تاثیر دارد.

گزارش شده است. که هم ضرایب مسیر و هم بار عاملی متغیرهای نشانگر در مدل اندازه‌گیری را نشان می‌دهد. همچنین نتایج مربوط به شاخص‌های برازش مدل شامل: $RMR=0/54$; $RMSEA = 0/05$; $X^2/df= 1/85$; $CFI = 0/93$; $NFI = 0/92$; $AGFI = 0/90$; $GFI=0/93$ و $IFI = 0/93$ همگی در سطح قابل قبول بود. همچنین در جدول شماره ۲ به منظور وضوح بیشتر، نتایج ضرایب مسیر در حالت تخمین استاندارد گزارش

جدول شماره ۱- نتایج توصیفی متغیرهای تحقیق

دامنه	میانگین	انحراف معیار
رفتار غیرکلامی مثبت	۳/۴۷	۱/۵۲
رفتار غیر کلامی منفی	۳/۳۱	۱/۶۳
صمیمیت	۵/۳۵	۱/۵۰
تعهد	۵/۰۹	۱/۳۳
مکمل بودن	۵/۱۷	۱/۴۵



شکل ۳- نتایج ترسیمی مدل‌های ساختاری و اندازه‌گیری در حالت تخمین استاندارد

*توجه شود که $PPNVF^1$ به عنوان مخفف برای رفتار غیر کلامی مثبت و $PNNVF^2$ به عنوان مخفف برای رفتار غیر کلامی منفی است

- 1 . Perceived positive nonverbal feedback
- 2 . Perceived negative nonverbal feedback

جدول ۲- نتایج تحلیل مسیر بر اساس مدل معادلات ساختاری

مسیر	ضرایب تخمین در	سطح معنی داری
	حالت استاندارد	$p \leq 0/01$
رفتار غیر کلامی مثبت	<---	صمیمیت
	<---	تعهد
	<---	مکمل بودن
رفتار غیر کلامی منفی	<---	صمیمیت
	<---	تعهد
	<---	مکمل بودن

بحث و نتیجه گیری

اگرچه در دهه ۱۹۸۰ مطالعات مربوط به کنش های متقابل مربی و ورزشکار متمرکز بر رویکرد بررسی مهارت های رهبری مربی و چگونگی تاثیر و یا ارتباط آن با ایجاد انگیزه، رفتار و عملکرد ورزشکار بود، اما از سال های دهه ۱۹۹۰ پژوهش ها بیشتر به سمت رویکرد موضوعی روابط بین فردی و آثار شناختی، عاطفی و رفتاری آن در روابط متقابل مربی- ورزشکار تمرکز یافته است (میلر، فرانکن و کیفر^۱، ۲۰۰۷). از این رو پژوهش حاضر به منظور بررسی اثر رفتار غیر کلامی مربی بر کیفیت روابط مربی - ورزشکار انجام شد. مدل مورد بررسی از برازش قابل قبولی برخوردار بود. نتایج مؤید آن بود که رفتار غیر کلامی مربی که همراه با احساس تشویق و تأیید ورزشکار باشد، ضریب تأثیر معنی داری در ایجاد احساس صمیمیت، تعهد و مکمل بودن دارد. به طور معکوس رفتارهای غیر کلامی که با خود پیام ها و نشانه هایی از توبیخ و تنبیه را به همراه دارد به شکل منفی بر روابط مربی- ورزشکار اثر گذار است. پژوهش های مشابهی که نتایج این تحقیق به طور مستقیم با آنها مقایسه شود یافت نشد. اما نتایج این بررسی بر اساس نظریه ها و مدل های موجود و تحقیقاتی که به طور غیر مستقیم با تحقیق حاضر اشتراک موضوعی دارند قابل تفسیر است. بر مبنای تئوری وابستگی متقابل^۲

پی آمدهای تاثیر افراد در کنش متقابل شامل هزینه ها و منافع است. این هزینه ها می تواند شامل اضطراب، تعارض، ستیز و یا دستاوردهایی مانند شادکامی، کامیابی و خوشنودی باشد (جووت و نزلک^۳، ۲۰۱۱) (۹). از این رو، استفاده از روش های ارتباطی سازنده همراه با احترام متقابل علاوه بر تقویت روابط مربی- ورزشکار، ضامن پی آمدها مثبت و دستاوردهای مهمی در ورزش چه به شکل قهرمانی و چه به شکل تفریحی است (جووت و چاندی، ۲۰۰۴). همچنین، بر اساس مدل یکپارچه روابط مربی - ورزشکار که از سوی جووت و پکزوادیوسکی (۲۰۰۷) (۱۲)، پیشنهاد شده است، کیفیت روابط مربی و ورزشکار می تواند پی آمدهای مهمی در ابعاد فردی، میان فردی و گروهی داشته باشد. این ادعا از طریق بررسی های علمی مورد تأیید بوده است. شواهدی مؤید آن است که کیفیت روابط بین فردی مربی و ورزشکار با متغیرهایی مانند رضایت ورزشکار (جووت و نومینس^۴، ۲۰۰۴) (۱۱)، عزت نفس و عملکرد موفق ورزشکار (جووت و کاکریال^۵، ۲۰۰۳) (۱۰)، شادکامی و رفاه ورزشکار (جووت و کلارک کارتر^۶، ۲۰۰۶) (۱۳) تعصب ورزشی (لافرنییر، جوویت، والرنند، دانهودو و لوریمیر^۷، ۲۰۰۸) (۱۷)، و انسجام تیمی (جووت و چاندی، ۲۰۰۴)، همبسته است. اما این پی

3 . Nezlek

4 . Ntoumanis

5 . Cockerill

6 . Clark-Carter

7 . Donahue & Lorimer

1 . Miller, Franken & Kiefer

2 . Interdependence Theory

آمدهای مثبت همانگونه که در شکل ۱ در مقدمه این گزارش نشان داده شده است از مسیر ارتباطات و چگونگی کیفیت روابط مربی - ورزشکار امکان پذیر می شود.

ورزشکاران نوجوان از پرداختن به ورزش اهداف متفاوتی را دنبال می کنند، بسیاری از آنان ممکن است به دنبال کسب مقام و قهرمانی باشند. علاوه بر ویژگی های فردی مانند استعداد ورزشکار و عوامل محیطی، مربیان دارای نقش بسیار مهمی در پیشرفت ورزشکاران در مسیر قهرمانی هستند. بررسی ها در مورد قهرمانان المپیک و جهانی نشان داده است که این ورزشکاران احساس صمیمیت بالایی با مربیان خود داشته اند. به طور مثال، بررسی همری (۱۹۸۶) از طریق مصاحبه با ورزشکاران نخبه در رده جهانی نشان داد که ۶۸ درصد مصاحبه شوندگان معتقد بودند بدون حمایت مربی نمی توانستند به موفقیت های بزرگ و دشوار دست یابند (به نقل از جووت و نومینس، ۲۰۰۴) (۱۱). یک بررسی در مجارستان نشان داد که از دیدگاه مربیان برجسته و ورزشکاران دارای مقام المپیک، ایجاد یک محیط الهام بخش از سوی مربی با تاکید بر روابط کیفی مربی - ورزشکار برای کسب موفقیت در رده های جهانی ضروری است (ترزاسکوما، بوگنر، ریوس و جاکزی^۱، ۲۰۱۲) (۳۱). همچنین جووت و کاکریال، (۲۰۰۳) (۱۰)، در بررسی روابط بین فردی مربی - ورزشکار در بین ۱۲ مدالیست المپیک دریافت که آنها مربیان خود را به عنوان دوستی بسیار نزدیک و در جایگاهی همانند پدر و مادر خود می انگاشتند. این پیوند عاطفی با بیان عبارت هایی مربوط به احترام و اعتماد متقابل همراه بود. بنابراین، حفظ و بهبود روابط مربی - ورزشکار می تواند به عنوان یکی از متغیرهای اثر گذار بر موفقیت ورزشکاران مستعد قهرمانی تلقی شود. از سوی دیگر، واقعیت آن است که همه کسانی که در دوران

نوجوانی ورزش می کنند نمی توانند به مقام های بزرگ دست یابند. با این حال شرکت نوجوانان در ورزش دارای دستاوردهای بسیار مهم در سلامت جسمی و روانی آنان است. شروع فعالیت جسمانی ممکن است با انگیزه های اولیه متعددی همراه باشد، اما ادامه فعالیت جسمانی بدون تردید تا حدود زیادی وابسته به تجربه های خوشایند یا ناخوشایند از فعالیت های ورزشی در دوران کودکی و نوجوانی است (سالیوان، پوکت، هولت و بلوم^۲، ۲۰۱۲) (۳۰). یکی از چالش های کلیدی برای مربیان و محققان همکاری برای اطمینان از ایجاد تجربه ای مثبت در ورزش است (لانگان، بلاک و لانس دیل^۳، ۲۰۱۳) (۱۸). از این رو، برقراری ارتباط مناسب از سوی مربیان با ورزشکاران یک اقدام ضروری و غیر قابل اجتناب برای ایجاد تاثیرات مثبت در فعالیت های مربوط به یادگیری، پیشرفت و موفقیت در فعالیت های ورزشی است.

تحقیق حاضر بر ارتباط غیر کلامی متمرکز بوده است. دلیل این موضوع آن است که مهارت های ارتباط غیر کلامی از این جهت که دارای ظرفیت و توانایی انتقال احساسات و هیجانات مختلف مانند خشم، شادی، عصبانیت و غیره می باشد، دارای اهمیت زیادی است. از این منظر، بسیاری از پیام های ناگفته و ناشنیده های وجود دارند که دارای تأثیر عمیق ادراکی و احساسی هستند. بنابراین توجه به نوع پیام و شیوه های برقراری ارتباط بسیار مهم هستند.

از آنجا که مهارت های ارتباط موثر آموزش پذیر است، و با توجه به اهمیت مهارت های ارتباطی در اثربخشی مربیگری، گذراندن دوره های آموزشی ارتباطات برای برقراری رابطه مناسب و اثر بخش مربیان با ورزشکاران کمک کننده است. محققانی مانند کوته و گیلبرت^۴

2 . Sullivan, Paquette, Holt & Bloom

3 . Langan, Blake & Lonsdale

4 . Cote & Gilbert

1 . Trzaskoma-Bicserdy, Bogнар, Revesz & Geczі,

(۲۰۰۷)(۷) نیز مربیان را تشویق و توصیه به جستجوی روش‌هایی می‌کنند که منجر به بهبود مستمر دانش ارتباط بین فردی می‌شود.

به لحاظ نظری، تحقیق حاضر تلاش داشته است که بر غنای ادبیات مربوط به روابط مربی - ورزشکار بیافزاید. همچنین از مواردی که تحقیق حاضر بر آن تاکید داشته است فراهم سازی زمینه‌ای برای افزایش آگاهی مربیان از پی‌آمدهای نوع و شیوه‌های تعامل با ورزشکار بود. کسب آگاهی از دیدگاه و احساس ورزشکاران نسبت به مربیان برای موفقیت در ارتباط اثر بخش و متقابل مربی- ورزشکار ضروری است. به گفته محققانی مانند لوریمر و جووت^۱ (۲۰۰۹)(۲۰)، بسیاری از مربیان تا حدود زیادی در استنباط احساس و تفکر ورزشکاران نسبت به خودشان اشتباه می‌کنند. باین حال و به طور منطقی مربیانی که از دیدگاه ورزشکاران نسبت به خودشان آگاهی دارند در مربی‌گری موفق‌تر و دستاوردهای بهتری خواهند داشت. یکی از روش‌های کسب و تعمیق آگاهی در ارتباط نگرش ورزشکاران نسبت به خودشان توجه به آثار و پی‌آمدهای رفتارهای کلامی و غیر کلامی مربی در ارتباط با ورزشکار است.

در نتیجه گیری کاربردی، بررسی حاضر هم‌سو با نتایج تحقیقات (کوستورت و کنروی^۲، ۲۰۰۶؛ اسمیت و اسمول، ۱۹۹۰) بر این نکته تاکید دارد که رفتارهای تشویقی و حمایتی مربی علاوه بر تحکیم رابطه مربی و ورزشکار موجب تسهیل در رشد و توسعه ورزشکاران می‌شود. بنابر این اگرچه در برخی از موارد ممکن است رفتار یا بازخورد مبتنی بر تذکر و یا حتی توبیخ ازسوی مربی برای حصول اهداف آموزشی و تربیتی اجتناب ناپذیر به نظر برسد، اما استفاده از روش‌های حمایتی و تشویقی می‌تواند مسیر دستیابی به اهداف را هموارتر کند و در

عین حال به تحکیم روابط مربی و ورزشکارو پی‌آمدهای آن منجر شود. از این رو شایسته است که مربیان به رفتارهای غیر کلامی خود در ارتباط با ورزشکاران توجه بیشتری داشته باشند و از بازخوردهای غیر کلامی مثبت همراه با تشویق و ایجاد حس احترام استفاده بیشتری نمایند. از سوی دیگر با توجه به اهمیت ارتباطات در اثربخشی مربیگری برگزاری دوره‌های آموزشی برقراری ارتباط موفق در مربیگری از طرف فدراسیون ها و هیئت‌های ورزشی می‌تواند گامی موثر برای تقویت روابط مربی- ورزشکار و پی‌آمدهای مثبت آن باشد.

1 . Lorimer

2 . Coatsworth & Conroy

منابع و مآخذ

۱. بال زاده، امیررضا؛ تجاری، فرشاد؛ کامکاری، کامبیز (۱۳۹۰). «استانداردسازی پرسشنامه روابط بین مربی - ورزشکار (CARF-Q)». فصلنامه المپیک، سال نوزدهم، شماره ۳.
۲. زاهد بابلان، عادل. (۱۳۹۱). «میزان همخوانی روابط کلامی و غیر کلامی معلمان در جریان تدریس و ارتباط آن با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان». مجله روان شناسی مدرسه دوره ۱، شماره ۱/۱-۴۶، صص ۴۶-۶۰.
3. Amorose, A. J. (2007). "Coaching effectiveness: exploring the relationship between coaching behavior and self-determined motivation". In M. S. Hagger, & N. L. D. Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport* (PP: 209-227). Champaign, IL: Human Kinetics.
4. Barker, L. L. & Collins, N. B. (1970). "Nonverbal and kinesic research". In P. Emmert & W. D. Brooks (Eds.), *Methods of research in communication* (PP: 343-371). Boston: Houghton Mifflin.
5. Chaudhry, N. A. & Arif, M. (2012). "Teachers' Nonverbal Behavior and Its Impact on Student Achievement". *International Education Studies*; 5(4): PP:56-64.
6. Coatsworth, J. D. & Conroy, D. E. (2006). "Enhancing the self-esteem of youth swimmers 21 through coaching training: Gender and age effects". *Psychology of Sport and Exercise*; 22(7): PP:173-192.
7. Cote, J., & Gilbert, W. (2009). "An integrative definition of coaching effectiveness and expertise". *International Journal of Sport Science and Coaching*, 4(3): PP:307-323.
8. Jowett, S. & Chaundy, V. (2004). "An investigation into the impact of coach leadership and coach-athlete relationship on group cohesion". *Group Dynamics: Theory, Research and Practice*, 8(4): PP: 302-311.
9. Jowett, S. & Nezlek, j. (2011). "Relationship interdependence and satisfaction with important outcomes in coach-athlete Dyads". *Journal of Social and Personal Relationships*; 29(3): PP: 287-301.
10. Jowett, S., & Cockerill, I. M. (2003). "Olympic Medalists' perspective of the athlete--coach relationship". *Psychology of Sport and Exercise*; 4, PP:313-331.
11. Jowett, S., & Ntoumanis, N. (2004). "The Coach-Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q): Development and initial validation". *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*; 14, PP:245-257.

12. Jowett, S., & Podzwardowski, A. (2007). **"Understanding the coach-athlete relationship"**. In S. Jowett, & D. Lavallee (Eds.), *Social Psychology in Sport* (pp. 3–14). Champaign, IL: Human Kinetics.
13. Jowett, S., Clark-Carter, D. (2006). **"Perceptions of empathic accuracy and assumed similarity in the coach–athlete relationship"**. *Journal British Psychological Society*; 45, PP:617-637.
14. Karimi, M., Dabaghi, A. Tabatabaei, O. (2012). **"The Impact of Nonverbal Communication on Iranian Young EFL Learners' Attitudes and Understanding of Lexical Items"**. *BELT Journal Porto Alegre*; 3 (2): PP:188-203.
15. Koka, A. & Hein, V. (2003). **"Perceptions of teacher's feedback and learning environment as predictors of intrinsic motivation in physical education"**. *Psychology of Sport and Exercise*; 4, PP:333–34.
16. Lafreniere, M. A. K., Jowett, S., Vallerand, R. J., & Carbonneau, N. (2012). **"Passion for coaching and the quality of the coach-athlete relationship: The mediating role of coaching behaviors"**. *Psychology of Sport and Exercise*; 12, PP:144-152.
17. Lafreniere, M. A. K., Jowett, S., Vallerand, R. J., Donahue, E. G., & Lorimer, R. (2008). **"Passion in sport: On the quality of the coach-athlete relationship"**. *Journal of Sport and Exercise Psychology*; 30, PP: 541-560.
18. Langan, E. Blake, C. & Lonsdale, C. (2013). **"Systematic review of the effectiveness of interpersonal coach education interventions on athlete outcomes"**. *Psychology of Sport and Exercise*; 14, PP:37-49.
19. Lapakko, D. (1997). **"Three cheers for language: A closer examination of a widely cited study of nonverbal communication"**. *Communication Education*, 46 (1): PP:63-67.
20. Lorimer, R., & Jowett, S. (2009). **"Empathic accuracy, meta-perspective, and satisfaction in the coach-athlete relationship"**. *Journal of Applied Sport Psychology*, 21, PP:201-212.
21. Miller, M, J., Franken, N., & Kiefer, K. (2007). **"Exploring Touch Communication between Coaches and Athletes"**. *Indo-Pacific Journal of Phenomenology*, 7(2): PP:1 – 13.
22. Moen, F. (2012). **"Subjective Beliefs Among Sport Coaches About Communication During Practice"**. *scandinavian sport studies forum*; 3, PP:121–142.
23. Negi, S. J. (2009). **"The role of teachers' nonverbal communication in ELT classroom"**. In *Journal Of Nelta*; 14, PP:1-2.
24. Nordbrock, M, J. (2013). **"Can't We All Just Get Along?" The Impact Of Goal Orientation On The Coach-Athlete Relationship And Coach-Athlete Communication. A Thesis Submitted to University of Tennessee at Chattanooga.**

25. Raiola, G., & Tore, D, T. (2012). **"Non-Verbal Communication and Volleyball: A New Way to Approach the Phenomenon"**. *Mediterranean Journal of Social Sciences*; 3 (2): PP:347-356.
26. Rhind, D. J. A. & Jowett, S. (2010). **"Relationship maintenance strategies in the coach-athlete relationship: The development of the COMPASS model"**. *Journal of Applied Sport Psychology*; 22, PP:106-121.
27. Rhind, D. J. A.; Jowett, S.; Yang, S. X. (2012). **"A comparison of athletes' perceptions of the coach-athlete relationship in team and individual sports"**. *Journal of Sport Behavior*. 35 (4): PP:433-452.
28. Smith, R. E., Smoll, F.L., & Hunt, E. (1977). **"A system for the behavioral assessment of athletic coaches"**. *Research Quarterly*; 48, PP:401-407.
29. Smith, R.E., & Smoll, F.L. (1990). **"Self-esteem and children's reactions to youth sport coaching behaviors: A field study of self-enhancement processes"**. *Developmental Psychology*; 26, PP: 987-993.
30. Sullivan ,P., Paquette ,K., Holt ,N., & Bloom ,G. (2012). **"The Relation of Coaching Context and Coach Education to Coaching Efficacy and Perceived Leadership Behaviors in Youth Sport"**. *The Sport Psychologist*; 26, PP: 122-134
31. Trzaskoma-Bicsérdy, G., Bognár, J., Révész, L., & Géczi, G. (2012). **"The Coach-Athlete Relationship in Successful Hungarian Individual Sports"**. *International Journal of Sports Science & Coaching*; 2 (4): PP:485-495.