

## پیش‌بینی اضطراب رقابتی بر اساس سبک‌های فرزندپروری و مقایسه آن در گروه‌های جنسیتی دانشجویان ورزشکار استان تهران

مصطفی نعیمی<sup>۱</sup>

زهره رافعی<sup>۲</sup>

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۳/۱۴

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۱۱/۰۷

### چکیده

هدف این پژوهش پیش‌بینی اضطراب رقابتی بر اساس سبک‌های فرزندپروری و مقایسه آن در گروه‌های جنسیتی دانشجویان ورزشکار بود. این مطالعه از نظر هدف کاربردی و از نظر روش اجرا توصیفی بود. جامعه پژوهش دانشجویان رشته تربیت بدنی استان تهران در سال ۱۳۹۸ بودند که تعداد ۲۲۵ نفر از آنها با روش نمونه‌گیری در دسترس به‌عنوان نمونه انتخاب شد. داده‌ها با پرسشنامه‌های اضطراب حالت رقابتی مارتینز و همکاران (۱۹۹۰) و سبک‌های فرزندپروری ادراک‌شده بوری (۱۹۹۱) جمع‌آوری و با روش‌های ضرایب همبستگی پیرسون، رگرسیون چندمتغیری و تحلیل واریانس یک‌راهه در نرم‌افزار SPSS-22 تحلیل شدند. یافته‌ها نشان داد که دانشجویان ورزشکار دختر و پسر در ادراک اضطراب رقابتی تفاوت معناداری داشتند، اما در سبک‌های فرزندپروری تفاوت معناداری نداشتند. همچنین، سبک‌های مقتدرانه و آسان‌گیر با اضطراب شناختی رابطه منفی و معنادار و سبک مستبدانه با اضطراب شناختی رابطه مثبت و معنادار داشت. سبک مقتدرانه با اضطراب بدنی رابطه منفی و معنادار و سبک مستبدانه با اضطراب بدنی رابطه مثبت و معنادار داشت، اما سبک آسان‌گیر با آن رابطه معناداری نداشت. سبک‌های مقتدرانه و آسان‌گیر با اعتماد به خود رابطه مثبت و معنادار و سبک مستبدانه با اعتماد به خود رابطه منفی و معنادار داشت. علاوه بر آن، سبک‌های فرزندپروری به‌طور معناداری توانایی پیش‌بینی اضطراب شناختی و اعتماد به خود دانشجویان ورزشکار را داشتند، اما توانایی پیش‌بینی اضطراب بدنی آنان را نداشتند. بر اساس نتایج برای کاهش اضطراب رقابتی می‌توان به والدین به‌ترتیب استفاده از سبک‌های فرزندپروری مقتدرانه و آسان‌گیر و عدم استفاده از سبک فرزندپروری مستبدانه را توصیه کرد.

**کلید واژه‌ها:** اضطراب رقابتی، سبک‌های فرزندپروری، جنسیت، دانشجویان ورزشکار

۱. کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران (نویسنده مسئول)  
mostafanaeimi96@yahoo.com

۲. استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران

## مقدمه

در جوامع امروزی ثابت شده که فعالیت‌های ورزشی منافع جسمانی، روانشناختی و اجتماعی زیادی دارد. برای مثال نتایج پژوهشی خاطرنشان کرد که فعالیت ورزشی منظم باعث افزایش عملکرد شناختی، اعتماد به خود و پیشرفت تحصیلی می‌شود (بیدل و اساری<sup>۱</sup>، ۲۰۱۱). صرف تمرین جسمانی در دنیای ورزش، رسیدن به اوج عملکرد را تضمین نمی‌کند. توانمندی‌ها و ویژگی‌های شخصیتی علاوه بر توانایی‌های تاکتیکی، جسمانی و مهارت‌های تخصصی نقش مهمی در پیشرفت ورزشکار دارد. در موقعیت‌های اضطراب‌زا، ورزشکاران ناگزیر از رقابت و در واکنش به موقعیت‌ها دچار هیجان‌هایی از جمله اضطراب رقابتی<sup>۲</sup> می‌شوند (غریاق زندگی، ملازاده، ولایی و صادقی‌نیا، ۱۳۹۸؛ جونز، مولن و هاردی<sup>۳</sup>، ۲۰۱۹). اکثر ورزشکاران در طول دوران ورزشی خود دچار اضطراب می‌شوند، اما اعتماد به خود، هوش هیجانی و درک ورزشکاران از این وضعیت می‌تواند بر تعامل بین اضطراب و عملکرد آنها تاثیر بگذارد. اگر ورزشکار شرایط رقابتی را به‌عنوان چالشی برای پیروزشدن و یا فرصتی برای نشان داد توانایی‌های خودش درک کند، ممکن است اضطراب به هیجان مثبت تبدیل و باعث بهبود عملکرد شود (اشدون-فرانکز، سایبستون، سولومون-کراکوس و الوقلین<sup>۴</sup>، ۲۰۱۷). در مقابل اگر ورزشکار به توانایی‌های خود اطمینان نداشته باشد و شرایط رقابتی را به‌عنوان تهدیدی برای شایستگی خود درک کند، ممکن است اضطراب به هیجان‌های منفی گسترده تبدیل و باعث کاهش عملکرد شود (لامب، هیس، ادنبورن، یوبینگر، کاریلو و اپاسامی<sup>۵</sup>، ۲۰۱۷). اضطراب حالت هیجانی منفی همراه با احساسات عصبانیت، ناراحتی و تشویش است که با فعالیت یا برانگیختگی جسمانی همراه می‌باشد (رن و لی<sup>۶</sup>، ۲۰۲۰). اضطراب رقابتی به معنای انگیزه پرهیز از شکست در محیط ورزشی با گرایش به نگرانی درباره شکست در ورزش است (ارودا، اوکی، پالودو و موریرا<sup>۷</sup>، ۲۰۱۷). در تجربه اضطراب رقابتی سه بعد اصلی اضطراب شناختی<sup>۸</sup>، اضطراب بدنی<sup>۹</sup> و اعتماد به خود<sup>۱۰</sup> متمایز شده است. اضطراب شناختی بعد ذهنی اضطراب است و به وسیله ارزشیابی منفی و انتظارات منفی

1 . Biddle &amp; Asare

2 . competitive anxiety

3 . Jones, Mullen &amp; Hardy

4 . Ashdoen-Franks, Sabiston, Solomon-Krakus &amp; O'Loughlin

5 . Lamb, Hess, Edenborn, Ubinger, Carrillo &amp; Appasamy

6 . Ren &amp; Li

7 . Arruda, Aoki, Paludo &amp; Moreira

8 . cognitive anxiety

9 . physical anxiety

10 . self-confidence

وجود می‌آید. اضطراب بدنی بعد جسمانی و فیزیولوژیک اضطراب است و با احساسات افراد از حالت فیزیولوژیکی آنها در پاسخ به فشار روانی تجربه‌شده ارتباط دارد. اعتماد به خود به باور شخص در مورد تسلط بر تکلیف و توانایی انجام موفق آن اطلاق می‌گردد (مارتیننت، فیراند، گولت و گاتیور<sup>۱</sup>، ۲۰۱۰). همچنین، جنسیت می‌تواند یکی از عوامل موثر بر اضطراب رقابتی باشد و بسیاری از تحقیقات در زمینه روانشناسی ورزش به این نتیجه رسیدند که زنان ورزشکار اضطراب رقابتی بیشتری نسبت به مردان ورزشکار دارند، اما باز هم این امر مورد توافق همگان قرار ندارد و تعدادی از پژوهشگران به این نتیجه رسیدند که بین اضطراب رقابتی ورزشکاران مرد و زن تفاوت معناداری وجود ندارد (وچیدار و زمانی، ۱۳۹۱). بنابراین نیاز است تا مجدد تفاوت تجربه این سازه روانشناختی در مردان و زنان ورزشکار بررسی شود.

یکی از عوامل مرتبط با اضطراب رقابتی، سبک‌های فرزندپروری<sup>۲</sup> است (بویس، لالانی و دلفورگی<sup>۳</sup>، ۲۰۰۹). سبک‌های فرزندپروری یک سازه روانشناختی و بیانگر روش‌ها و شیوه‌هایی است که والدین از آنها برای تربیت و رشد فرزندان خود استفاده می‌کنند (ریس، سوکان، والتی، برتولا و سانچز<sup>۴</sup>، ۲۰۲۰). این سازه دارای دو بخش مهم و اساسی شامل نحوه پاسخگویی والدین به نیازها و خواسته‌های فرزندان و انتظارات والدین از فرزندان می‌باشد (ژانگ، بی، جیانگ، یانگ و ژو<sup>۵</sup>، ۲۰۱۹). بامریند<sup>۶</sup> (۱۹۸۲) سه سبک فرزندپروری مقتدرانه، مستبدانه و آسان‌گیر را معرفی می‌کند. در سبک مقتدرانه، والدین نسبت به فرزندان خود حساس، نگران و پاسخگو هستند، آنها را به مسئولیت‌پذیری تشویق می‌کنند و محدودیت‌های قاطعی را برای آنها تدارک می‌بینند و اعمال می‌کنند. در نتیجه، چنین فرزندان زیر نظر والدین به‌طور مستقل و متکی به خوبی پرورش می‌یابند و پیشرفت می‌کنند. در سبک مستبدانه، والدین نسبت به فرزندان خود رفتار سرد و بی‌تفاوت دارند، برای اطاعت بی‌چون و چرای فرزندان از بزرگ‌ترها ارزش قائل هستند و بدون اینکه به نیازهای آنها به خوبی پاسخ دهند از آنها انتظار مسئولیت دارند. در نتیجه، چنین فرزندان به سادگی مضطرب می‌شوند، نوسان‌های خلقی از جمله پرخاشگری از خود نشان می‌دهند و معمولاً مهارت‌های ارتباطی ضعیفی دارند. در سبک آسان‌گیر، والدین نسبت به فرزندان خود بسیار پاسخگوی هستند، اما کنترلی بر رفتارهای آنان ندارند و

1 . Martinent, Ferrand, Guillet & Gauthier

2 . parenting styles

3 . Bois, Lalanne & Delforge

4 . Reis, Surkan, Valente, Bertolla & Sanchez

5 . Zhang, Bai, Jiang, Yang & Zhou

6 . Baumrind

از آنها مسئولیت خاصی طلب نمی‌کنند. در نتیجه، چنین فرزندان بدون اینکه ترسی از بازخواست والدین داشته باشند، هر وقت هر کاری که بخواهند، انجام می‌دهند (به نقل از یاووز و سلکاک، ۲۰۱۸).

به‌طور کلی نتایج اکثر پژوهش‌ها حاکی از رابطه سبک‌های فرزندپروری و اضطراب می‌باشند، اما تاکنون پژوهشی درباره رابطه آن با اضطراب رقابتی انجام نشده است. برای مثال اکاتی، رضوانی شکیب، اصغری نکاح و صادقی بایگی (۱۳۹۷) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که سبک مستبدانه مادر با اضطراب کودکان رابطه مثبت و معنادار داشت، اما سبک‌های مقتدرانه و آسان‌گیر مادر با اضطراب کودکان رابطه معناداری نداشت. نتایج پژوهش شیفته و بهره‌مندجو (۱۳۹۶) نشان داد که سبک‌های مستبدانه و آسان‌گیر با اضطراب امتحان رابطه مثبت و معنادار و سبک مقتدرانه با اضطراب امتحان رابطه منفی و معنادار داشت. در پژوهشی دیگر طباطبائی‌راد و اکبری بلوطبندگان (۱۳۹۵) گزارش کردند که سبک مقتدرانه با اضطراب اجتماعی رابطه معنادار منفی و سبک‌های فرزندپروری مستبدانه و آسان‌گیر با اضطراب اجتماعی رابطه معنادار مثبت داشتند. علاوه بر آن، اسماعیل‌پور و جمیل (۱۳۹۳) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که ادراک پذیرش - طرد مادر و پدر با اضطراب دانشجو رابطه منفی و معنادار و ادراک کنترل مادر و پدر و اضطراب صفت مادر و پدر با اضطراب دانشجو رابطه مثبت و معنادار داشتند. نتایج پژوهش یعقوبی‌راد (۱۳۹۳) نشان داد که سبک‌های فرزندپروری والدین با میزان اضطراب رابطه معناداری داشت. یافته دیگر در پژوهش مذکور این بود که میزان اضطراب دانش‌آموزان دختر از دانش‌آموزان پسر بیشتر بود. وحیدا و زمانی (۱۳۹۱) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که میزان اضطراب شناختی و اضطراب بدنی ورزشکاران مرد از ورزشکاران زن کمتر است. در پژوهشی دیگر قنبری، نادعلی و سیدموسوی (۱۳۸۸) گزارش کردند که سبک مقتدرانه با اضطراب / افسردگی، افسردگی / کناره‌گیری و شکایت‌های جسمانی رابطه منفی و معنادار و سبک‌های مستبدانه و آسان‌گیر با اضطراب / افسردگی، افسردگی / کناره‌گیری و شکایت‌های جسمانی رابطه مثبت و معنادار داشت. همچنین، مکمول و اشکینازی<sup>۲</sup> (۲۰۱۹) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که سبک مقتدرانه با اضطراب درس ریاضی رابطه منفی و معنادار و سبک‌های مستبدانه و آسان‌گیر با آن رابطه مثبت و معنادار داشتند. نتایج پژوهش شات، میود و مک‌لاچلان<sup>۳</sup>

1 . Yavuz & Selcuk

2 . Memull & Ashkenazi

3 . Shute, Maud & McLachlan

(۲۰۱۹) نشان داد که سبک مقتدرانه با علائم اضطراب و افسردگی رابطه معنادار منفی و سبک‌های مستبدانه و آسان‌گیر با علائم اضطراب و افسردگی رابطه معنادار مثبت داشت. در پژوهشی دیگر الیکاج، اسکندی، زینیلج و الکوچا<sup>۱</sup> (۲۰۱۷) گزارش کردند که سبک مقتدرانه با اضطراب رابطه منفی و معنادار و سبک مستبدانه با اضطراب رابطه مثبت و معنادار داشت، اما سبک آسان‌گیر با آن رابطه معناداری نداشت. بویس و همکاران (۲۰۰۹) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که شیوه‌های والدگری با اضطراب رقابتی رابطه معنادار داشت. در مقابل، قاسمی‌پور کردمحلّه و بزازیان (۱۳۹۲) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که هیچ‌یک از سبک‌های فرزندپروری مقتدرانه، مستبدانه و آسان‌گیر با اضطراب اجتماعی رابطه معناداری نداشتند.

بررسی پیشینه پژوهشی نشان داد با اینکه پژوهش‌های بسیاری رابطه سبک‌های فرزندپروری و انواع اضطراب از جمله اضطراب امتحان، اضطراب عمومی و غیره را در گروه‌های مختلف بررسی کردند، اما هیچ پژوهش داخلی که رابطه سبک‌های فرزندپروری و اضطراب رقابتی را بررسی کرده باشد، یافت نشد. همچنین، فقط یک پژوهش خارجی درباره رابطه شیوه‌های تربیتی والدین با اضطراب رقابتی انجام شده است. علاوه بر آن، همان‌طور که در بالا ذکر شد نتایج پژوهش‌ها درباره رابطه سبک‌های فرزندپروری با اضطراب متناقض می‌باشد. از آنجایی که سبک‌های فرزندپروری نقش مهمی در اضطراب دارند و اضطراب رقابتی در ورزشکاران از جمله دانشجویان ورزشکار امری رایج و شایع است و پژوهشی درباره پیش‌بینی اضطراب رقابتی بر اساس سبک‌های فرزندپروری انجام نشده، لذا هدف این پژوهش پیش‌بینی اضطراب رقابتی بر اساس سبک‌های فرزندپروری و مقایسه آن در گروه‌های جنسیتی دانشجویان ورزشکار بود.

## روش

این مطالعه از نظر هدف کاربردی و از نظر روش اجرا توصیفی بود. جامعه پژوهش دانشجویان رشته تربیت بدنی استان تهران در سال ۱۳۹۸ بودند که تعداد ۲۲۵ نفر (۱۰۸ مرد و ۱۱۷ زن) نفر از آنها با روش نمونه‌گیری در دسترس به‌عنوان نمونه انتخاب شد. نحوه اجرای پژوهش این‌گونه بود که پژوهشگر در محل رقابت‌های گوناگون دانشجویان تربیت بدنی حضور پیدا می‌کرد و پس از توضیح هدف، اهمیت و ضرورت پژوهش و بیان رعایت نکات اخلاقی از جمله رازداری، محرمانه‌ماندن

اطلاعات شخصی، حفظ حریم آزمودنی‌ها و غیره از آنان می‌خواست بدون هیچ محدودیت زمانی در همان مکان به پرسشنامه‌های زیر پاسخ دهند.

**پرسشنامه اضطراب حالت رقابتی<sup>۱</sup>:** این پرسشنامه توسط مارتینز، ویلی و برتون<sup>۲</sup> در سال ۱۹۹۰ با ۲۷ گویه و ۳ بعد اضطراب شناختی، اضطراب بدنی و اعتماد به خود (هر بعد ۹ گویه) طراحی شد. گویه‌ها با استفاده از طیف چهار درجه‌ای لیکرت از یک (کمترین شدت) تا ۴ (بیشترین شدت) نمره‌گذاری، پس دامنه نمرات هر بعد بین ۹-۳۶ و نمره بالاتر به معنای بیشتر داشتن آن ویژگی است. مارتنز و همکاران (۱۹۹۰) روایی سازه ابزار را با روش تحلیل عاملی تایید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ برای اضطراب شناختی در دامنه ۰/۷۹-۰/۸۱، اضطراب بدنی ۰/۸۴-۰/۸۲ و اعتماد به خود ۰/۹۰-۰/۸۸ گزارش کردند. در پژوهش علم، رفیعی و کاشی‌زاده (۱۳۹۵) مقدار پایایی با روش آلفای کرونباخ برای کل ابزار ۰/۸۷ و برای اضطراب شناختی ۰/۸۳، اضطراب بدنی ۰/۶۲ و اعتماد به خود ۰/۷۷ بدست آمد. در پژوهش حاضر مقدار پایایی با روش آلفای کرونباخ برای اضطراب شناختی ۰/۸۵، اضطراب بدنی ۰/۷۱ و اعتماد به خود ۰/۸۱ محاسبه شد. **پرسشنامه سبک‌های فرزندپروری ادراک‌شده<sup>۳</sup>:** این پرسشنامه توسط بوری<sup>۴</sup> در سال ۱۹۹۱ با ۳۰ گویه و ۳ بعد مقتدرانه، مستبدانه و آسان‌گیر (هر بعد ۱۰ گویه) طراحی شد. گویه‌ها با استفاده از طیف پنج درجه‌ای لیکرت از صفر (کاملاً مخالفم) تا ۴ (کاملاً موافقم) نمره‌گذاری، پس دامنه نمرات هر بعد بین ۰-۴۰ و نمره بالاتر به معنای بیشتر داشتن آن ویژگی است. بوری (۱۹۹۱) روایی سازه ابزار را با روش تحلیل عاملی تایید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ برای سبک‌های مقتدرانه ۰/۸۹، مستبدانه ۰/۹۵ و آسان‌گیر ۰/۸۴ گزارش کرد. در پژوهش سلطان‌نژاد، سعدی‌پور و اسدزاده (۱۳۹۴) مقدار پایایی با روش آلفای کرونباخ برای سبک‌های مقتدرانه ۰/۷۳، مستبدانه ۰/۷۴ و آسان‌گیر ۰/۶۲ بدست آمد. در پژوهش حاضر مقدار پایایی با روش آلفای کرونباخ برای سبک‌های مقتدرانه ۰/۷۶، مستبدانه ۰/۷۳ و آسان‌گیر ۰/۸۲ محاسبه شد.

داده‌ها پس از جمع‌آوری با ابزارهای فوق وارد نرم‌افزار SPSS-22 و با روش‌های ضرایب همبستگی پیرسون، رگرسیون چندمتغیری و تحلیل واریانس یک‌راهه تحلیل شدند.

1 . competitive state anxiety questionnaire

2 . Martines, Vealey & Burton

3 . Perceived parenting styles questionnaire

4 . Buri

## یافته‌ها

در این پژوهش ۲۲۵ دانشجوی رشته تربیت بدنی با دامنه سنی ۱۸-۲۲ سال و میانگین سنی ۱۹/۹۳ سال حضور داشتند؛ به طوری که ۱۰۸ نفر مرد (۴۸ درصد) و ۱۱۷ نفر زن (۵۲ درصد) بودند. همچنین، ۴۲ نفر در مسابقات محلی (۱۸/۶۷ درصد)، ۹۰ نفر در مسابقات استانی (۴۰ درصد)، ۷۶ نفر در مسابقات کشوری (۳۳/۷۸ درصد) و ۱۷ نفر در مسابقات بین‌المللی (۷/۵۵ درصد) سابقه شرکت داشتند. علاوه بر آن، ۹۲ نفر هفته‌ای سه جلسه تمرین (۴۰/۸۹ درصد)، ۸۵ نفر هفته‌ای شش جلسه تمرین (۳۷/۷۸ درصد) و ۴۸ نفر هفته‌ای بیش از شش جلسه (۲۱/۳۳ درصد) تمرین می‌کردند. نتایج تحلیل واریانس یک‌راهه برای مقایسه اضطراب رقابتی و سبک‌های فرزندپروری دانشجویان ورزشکار دختر و پسر در جدول ۱ ارائه شد.

جدول ۱: نتایج تحلیل واریانس یک‌راهه برای مقایسه اضطراب رقابتی و سبک‌های فرزندپروری دانشجویان ورزشکار

## دختر و پسر

| Sig   | F     | آماره | اختلاف میانگین‌ها | زنان       | مردان      | متغیرها       |
|-------|-------|-------|-------------------|------------|------------|---------------|
|       |       |       |                   | Mean±SD    | Mean±SD    |               |
| <۰/۰۵ | ۱۶/۰۷ |       | ۲/۶۸              | ۲۰/۸۵±۵/۸۱ | ۱۸/۱۷±۶/۲۰ | اضطراب شناختی |
| <۰/۰۵ | ۱۲/۶۶ |       | ۲/۳۱              | ۲۱/۱۶±۴/۴۶ | ۱۸/۸۵±۵/۸۰ | اضطراب بدنی   |
| <۰/۰۵ | ۵/۰۷  |       | ۱/۳۷              | ۲۴/۳۱±۶/۱۹ | ۲۵/۶۸±۶/۳۹ | اعتماد به خود |
| >۰/۰۵ | ۳/۰۶  |       | ۰/۹۹              | ۳۶/۳۳±۸/۶۴ | ۳۵/۳۴±۷/۲۴ | سبک مقتدرانه  |
| >۰/۰۵ | ۰/۵۴  |       | ۱/۱۱              | ۲۶/۳۲±۹/۵۹ | ۲۵/۲۱±۷/۸۸ | سبک مستبدانه  |
| >۰/۰۵ | ۱/۱۳  |       | ۱/۰۲              | ۲۷/۳۵±۶/۵۰ | ۲۸/۳۷±۶/۱۲ | سبک آسان‌گیر  |

طبق نتایج جدول ۱، دانشجویان ورزشکار دختر و پسر در اضطراب رقابتی (اضطراب شناختی، اضطراب بدنی و اعتماد به خود) تفاوت معناداری دارند و میزان اضطراب شناختی و اضطراب بدنی در ورزشکاران زن بیشتر از ورزشکاران مرد و میزان اعتماد به خود در ورزشکاران زن کمتر از ورزشکاران مرد است، اما در سبک‌های فرزندپروری (سبک‌های مقتدرانه، مستبدانه و آسان‌گیر) تفاوت معناداری ندارند. نتایج میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی اضطراب رقابتی و سبک‌های فرزندپروری دانشجویان ورزشکار در جدول ۲ ارائه شد.

جدول ۲: نتایج میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی اضطراب رقابتی و سبک‌های فرزندپروری دانشجویان ورزشکار

| متغیرها          | میانگین | انحراف معیار | ۱       | ۲       | ۳       | ۴       | ۵       |
|------------------|---------|--------------|---------|---------|---------|---------|---------|
| ۱. اضطراب شناختی | ۱۹/۵۱   | ۶/۱۲         | ۱       |         |         |         |         |
| ۲. اضطراب بدنی   | ۲۰/۰۰   | ۵/۳۸         | ۰/۲۵**  | ۱       |         |         |         |
| ۳. اعتماد به خود | ۲۴/۹۹   | ۶/۴۹         | -۰/۶۳** | -۰/۳۱** | ۱       |         |         |
| ۴. سبک مقتدرانه  | ۳۵/۸۳   | ۷/۹۹         | -۰/۴۵** | -۰/۱۴*  | ۰/۴۰**  | ۱       |         |
| ۵. سبک مستبدانه  | ۲۵/۷۶   | ۷/۶۹         | ۰/۵۱**  | ۰/۲۵**  | -۰/۳۰** | -۰/۶۵** | ۱       |
| ۶. سبک آسان‌گیر  | ۲۷/۸۶   | ۶/۴۱         | -۰/۲۷** | ۰/۱۱    | ۰/۲۱**  | ۰/۵۶**  | -۰/۴۲** |

\*\* $P < 0.01$ , \* $P < 0.05$

طبق نتایج جدول ۲، سبک‌های فرزندپروری مقتدرانه و آسان‌گیر با اضطراب شناختی رابطه منفی و معنادار و سبک فرزندپروری مستبدانه با اضطراب شناختی رابطه مثبت و معنادار داشت. سبک فرزندپروری مقتدرانه با اضطراب بدنی رابطه منفی و معنادار و سبک فرزندپروری مستبدانه با اضطراب بدنی رابطه مثبت و معنادار داشت، اما سبک آسان‌گیر با آن رابطه معناداری نداشت. سبک‌های فرزندپروری مقتدرانه و آسان‌گیر با اعتماد به خود رابطه مثبت و معنادار و سبک فرزندپروری مستبدانه با اعتماد به خود رابطه منفی و معنادار دارد.

نتایج بررسی مفروضه‌های رگرسیون نشان داد که فرض نرمال بودن بر اساس مقدار کجی و کشیدگی به دلیل وجود مقادیر در دامنه +۱ تا -۱ تأیید شد. فرض هم‌خطی چندگانه بر اساس مقادیر عامل تورم واریانس به دلیل کوچک‌تر از ۱۰ بودن رد شد. فرض همبستگی باقی‌مانده‌ها بر اساس مقادیر دوربین و اتسون به دلیل قرارداشتن در دامنه ۱/۵ تا ۲/۵ رد شد. بنابراین، شرایط استفاده از رگرسیون وجود دارد. نتایج رگرسیون چندمتغیری برای پیش‌بینی اضطراب رقابتی بر اساس سبک‌های فرزندپروری دانشجویان ورزشکار در جدول ۳ ارائه شد.



جدول ۳: نتایج رگرسیون چندمتغیری برای پیش‌بینی اضطراب رقابتی بر اساس سبک‌های فرزندپروری دانشجویان ورزشکار

| Sig   | Beta   | Sig   | F     | Df  | R <sup>2</sup> | R    | متغیرهای پیش‌بین | متغیرهای ماک |
|-------|--------|-------|-------|-----|----------------|------|------------------|--------------|
| <۰/۰۵ | -۰/۲۶۹ |       |       | ۳   |                |      |                  | سبک مقتدرانه |
| <۰/۰۵ | ۰/۲۹۲  | <۰/۰۵ | ۲۹/۰۸ | ۲۲۱ | ۰/۲۸           | ۰/۵۳ | اضطراب           | سبک مستبدانه |
| >۰/۰۵ | -۰/۰۱۱ |       |       |     |                |      | شناختی           | سبک آسان‌گیر |
| >۰/۰۵ | -۰/۰۳۳ |       |       | ۳   |                |      |                  | سبک مقتدرانه |
| <۰/۰۵ | ۰/۱۹۳  | >۰/۰۵ | ۰/۲۹  | ۲۲۱ | ۰/۰۶           | ۰/۲۵ | اضطراب بدنی      | سبک مستبدانه |
| >۰/۰۵ | ۰/۰۱۴  |       |       |     |                |      |                  | سبک آسان‌گیر |
| <۰/۰۵ | ۰/۳۰۲  |       |       | ۳   |                |      |                  | سبک مقتدرانه |
| >۰/۰۵ | -۰/۰۵۹ | <۰/۰۵ | ۱۴/۷۸ | ۲۲۱ | ۰/۱۷           | ۰/۴۱ | اعتماد به خود    | سبک مستبدانه |
| >۰/۰۵ | ۰/۰۳۲  |       |       |     |                |      |                  | سبک آسان‌گیر |

طبق نتایج جدول ۳، سبک‌های فرزندپروری توانایی پیش‌بینی معنادار اضطراب شناختی و اعتماد به خود دانشجویان ورزشکار را داشتند، اما توانایی پیش‌بینی اضطراب بدنی آنان را نداشتند.

## بحث و نتیجه‌گیری

با توجه به نقش سبک‌های فرزندپروری در اضطراب و اهمیت بررسی اضطراب رقابتی در دانشجویان ورزشکار، این پژوهش با هدف پیش‌بینی اضطراب رقابتی بر اساس سبک‌های فرزندپروری و مقایسه آن در گروه‌های جنسیتی دانشجویان ورزشکار طراحی شد.

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که دانشجویان ورزشکار دختر و پسر در اضطراب رقابتی تفاوت معناداری داشتند و میزان اضطراب شناختی و اضطراب بدنی در ورزشکاران زن بیشتر از ورزشکاران مرد و میزان اعتماد به خود در ورزشکاران زن کمتر از ورزشکاران مرد است، اما در سبک‌های فرزندپروری تفاوت معناداری نداشتند. این یافته با یافته پژوهش‌های یعقوبی‌راد (۱۳۹۳) و وحیدا و زمانی (۱۳۹۱) مبنی بر بیشتر بودن اضطراب زنان نسبت به مردان همسو بود. در تبیین عدم تفاوت معنادار بین سبک‌های فرزندپروری دانشجویان ورزشکار دختر و پسر می‌توان گفت که در جامعه امروزی تفاوت‌های دخترها و پسرها از لحاظ ظاهری و رفتاری بسیار کم شده و این امر باعث می‌شود که والدین نیز در پاسخگویی به نیازهای آنها و درخواست قوانین خانه بین دخترها و پسرها تمایزی قائل نشوند. این قضیه در دانشجویان ورزشکار که معمولاً به بلوغ فکری رسیدند و در مسابقات ملی و بین‌المللی شرکت می‌کنند بیشتر صدق می‌کند، لذا بین دانشجویان ورزشکار دختر و

پسر نمی‌توان انتظار تفاوت معناداری در سبک‌های فرزندپروری داشت. در تبیین بیشتر بودن اضطراب رقابتی (اضطراب شناختی، اضطراب بدنی و اعتماد به خود) در دانشجویان ورزشکار دختر در مقایسه با دانشجویان ورزشکار پسر بر مبنای نظر وحیدا و زمانی (۱۳۹۱) می‌توان گفت که زنان در کشور ما از موقعیت‌های کمتری برای تجربه رقابت برخوردارند و دیرزمانی نیست که به ورزش زنان به‌طور جدی اهمیت داده می‌شود و تجارب آنها در میادین مختلف نسبت به مردان کمتر است. از طرف دیگر شاید ورزشکاران زن شرایطی مثل رقابت را در زمره شرایط تهدیدزا احساس کنند و بیشتر از مردان خود را در بوته ارزیابی دیگران احساس کنند. در نتیجه عوامل فوق باعث می‌شوند که ورزشکاران زن در مقایسه با ورزشکاران مرد بیشتر دچار اضطراب رقابتی شوند و میزان اضطراب شناختی و اضطراب بدنی ورزشکاران زن از ورزشکاران مرد بیشتر و میزان اعتماد به خود ورزشکاران زن از ورزشکاران مرد کمتر باشد.

همچنین، یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که سبک‌های فرزندپروری مقتدرانه و آسان‌گیر با اضطراب شناختی رابطه منفی و معنادار و سبک فرزندپروری مستبدانه با اضطراب شناختی رابطه مثبت و معنادار داشت. یافته‌های دیگر پژوهش حاضر نشان داد که سبک فرزندپروری مقتدرانه با اضطراب بدنی رابطه منفی و معنادار و معنادار و سبک فرزندپروری مستبدانه با اضطراب بدنی رابطه مثبت و معنادار داشت، اما سبک آسان‌گیر با آن رابطه معناداری نداشت. دیگر یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که سبک‌های فرزندپروری مقتدرانه و آسان‌گیر با اعتماد به خود رابطه مثبت و معنادار و سبک فرزندپروری مستبدانه با اعتماد به خود رابطه منفی و معنادار داشت. این یافته‌ها با یافته پژوهش‌های اکاتی و همکاران (۱۳۹۷)، شیفته و بهره‌مندجو (۱۳۹۶)، طباطبائی‌راد و اکبری بلوطبندگان (۱۳۹۵)، اسماعیل‌پور و جمیل (۱۳۹۳)، یعقوبی‌راد (۱۳۹۳)، قنبری و همکاران (۱۳۸۸)، مکمول و اشکینازی (۲۰۱۹)، شات و همکاران (۲۰۱۹)، الیکاج و همکاران (۲۰۱۷) و بویس و همکاران (۲۰۰۹) همسو و با یافته پژوهش قاسمی‌پور کردمحلله و بزازیان (۱۳۹۲) ناهمسو بود. در تبیین عدم همسویی نتایج پژوهش حاضر با پژوهش قاسمی‌پور کردمحلله و بزازیان (۱۳۹۲) می‌توان گفت که تفاوت در جامعه پژوهش باعث تفاوت بین نتایج شده است. بر مبنای نظر خود آنها پژوهش‌های دیگر بر روی افراد عادی، اما پژوهش آنان بر روی دانش‌آموزان تیزهوش انجام شده است. در مدارس تیزهوشان به دانش‌آموزان مهارت‌های زندگی، ابراز وجود و غیره آموزش داده می‌شود. از سوی دیگر این دانش‌آموزان خود را برتر از دیگران می‌دانند و سعی می‌کنند در اجتماعات شرکت کنند و نظر بدهند تا برتری خود را به دیگران ثابت کنند. با توجه به بلوغ عاطفی و روانی آنها و از آنجایی که در

دبیرستان مرتب جلسات آموزشی برگزار می‌شود. در نتیجه از یک سو بلوغ عاطفی و روانی دانش‌آموزان و از سوی دیگر آموزش‌هایی که به والدین در زمینه مهارت‌های فرزندپروری مسائل و مشکلات نوجوانان تیزهوش و چگونگی رفع آنها در مدرسه داده می‌شود و تمایل والدین دانش‌آموزان تیزهوش برای نشان دادن سبک فرزندپروری خود به شیوه مقتدرانه باعث شد که نتایج پژوهش قاسمی‌پور کردمحلله و بزازیان (۱۳۹۲) برخلاف پژوهش حاضر و سایر پژوهش‌ها حاکی از عدم رابطه معنادار بین سبک‌های فرزندپروری با اضطراب باشد. همچنین در تبیین یافته‌های پژوهش حاضر بر مبنای نظر یاووز و سلکاک (۲۰۱۸) می‌توان گفت که در سبک مقتدرانه، والدین نسبت به فرزندان خود حساس، نگران و پاسخگو هستند، آنها را به مسئولیت‌پذیری تشویق می‌کنند و محدودیت‌های قاطعی را برای آنها تدارک می‌بینند و اعمال می‌کنند. در نتیجه، چنین فرزندان زیر نظر والدین به‌طور مستقل و متکی به خوبی پرورش می‌یابند و پیشرفت می‌کنند. در سبک مستبدانه، والدین نسبت به فرزندان خود رفتار سرد و بی‌تفاوت دارند، برای اطاعت بی‌چون و چرای فرزندان از بزرگ‌ترها ارزش قائل هستند و بدون اینکه به نیازهای آنها به خوبی پاسخ دهند از آنها انتظار مسئولیت دارند. در نتیجه، چنین فرزندان به سادگی مضطرب می‌شوند، نوسان‌های خلقی از جمله پرخاشگری از خود نشان می‌دهند و معمولاً مهارت‌های ارتباطی ضعیفی دارند. در سبک آسان‌گیر، والدین نسبت به فرزندان خود بسیار پاسخگوی هستند، اما کنترلی بر رفتارهای آنان ندارند و از آنها مسئولیت خاصی طلب نمی‌کنند. در نتیجه، چنین فرزندان بدون اینکه ترسی از بازخواست والدین داشته باشند، هر وقت هر کاری که بخواهند، انجام می‌دهند. بنابراین، سبک مقتدرانه برخلاف سبک مستبدانه از طریق کاهش تنش‌های جسمی و روانی و افزایش سلامت و کیفیت زندگی باعث کاهش اضطراب رقابتی می‌شود و در این زمینه سبک آسان‌گیر مانند یک شمشیر دو لبه عمل می‌کند که با توجه به موقعیت‌های متفاوت گاهی باعث کاهش تنش‌های جسمی و روانی و افزایش سلامت و کیفیت زندگی و گاهی بالعکس عمل می‌کند. با توجه به این مطالب می‌توان رابطه بین سبک‌های فرزندپروری را با اضطراب رقابتی تبیین نمود.

علاوه بر آن، یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که سبک‌های فرزندپروری توانایی پیش‌بینی معنادار اضطراب شناختی و اعتماد به خود دانشجویان ورزشکار را داشتند، اما توانایی پیش‌بینی اضطراب بدنی آنان را نداشتند. در تبیین تاثیرگذاری سبک‌های فرزندپروری بر اضطراب شناختی و اعتماد به خود می‌توان گفت که کنترل بیش از حد والدین میزان توانایی افراد را در کشف و یادگیری مهارت‌های جدید و مستقل کاهش می‌دهد و در نتیجه ممکن است در موقعیت‌هایی مثل رقابت‌های

ورزشی که امکان ادراک ترس و اضطراب وجود دارد، اضطراب شناختی فرد به طور غیرمعمول و چشمگیری افزایش پیدا کند و در طولانی مدت این مهم باعث کاهش اعتماد ورزشکار به خود و توانایی‌های شود. در مقابل، والدینی که در تعامل‌های خود با فرزندان ملایمت و پذیرش بیشتری دارند و قوانین منطقی برای تربیت فرزندان خود وضع می‌کنند، فرصت رشد بهنجار و مناسب را برای فرزندان‌شان بیشتر فراهم می‌کنند. در نتیجه در آینده در موقعیت‌های تنش‌زا و رقابتی این افراد آسفتگی و اضطراب شناختی کمتری را تجربه می‌نمایند و طبیعتاً این عامل به رشد اعتماد به خود آنها نیز کمک می‌کند. بنابراین، سبک‌های فرزندپروری توانستند به طور معناداری اضطراب شناختی و اعتماد به خود را در دانشجویان ورزشکار پیش‌بینی نمایند. در تبیین عدم تاثیرگذاری سبک‌های فرزندپروری بر اضطراب بدنی می‌توان گفت که اضطراب بدنی سازه‌ای است که کمتر تحت تاثیر عوامل ذهنی قرار دارد و از آنجایی که اکثر شرکت‌کنندگان در این پژوهش ورزشکاران حرفه‌ای و دارای سابقه مسابقات ملی و بین‌المللی بودند. پس آنها توانایی مدیریت و کنترل اضطراب بدنی را در موقعیت‌های رقابتی داشتند. بنابراین، سبک‌های فرزندپروری نتوانستند به طور معناداری اضطراب بدنی را در دانشجویان ورزشکار پیش‌بینی نمایند.

از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس، محدودشدن جامعه پژوهش به ورزشکاران ۱۸-۲۲ ساله شهر تهران و استفاده از ابزارهای خودگزارش‌دهی اشاره کرد. بنابراین، محدودیت‌های ذکر شده باید در تعمیم و استفاده از نتایج مورد توجه قرار گیرند و بر اساس آن استفاده از روش‌های نمونه‌گیری احتمالی، انجام این پژوهش بر روی ورزشکاران سایر گروه‌های سنی و سایر شهرها و مقایسه نتایج آن با نتایج پژوهش حاضر به منظور ارائه برنامه‌های کاربردی وسیع و جامع برای ورزشکاران ضروری است. با توجه به نتایج به والدین توصیه می‌شود که برای کاهش اضطراب رقابتی فرزندان خود (کاهش اضطراب شناختی و بدنی و افزایش اعتماد به خود) به ترتیب از سبک‌های فرزندپروری مقتدرانه و آسان‌گیر استفاده کنند و از سبک فرزندپروری مستبدانه استفاده نکنند. پیشنهاد دیگر با توجه به بالاتر بودن اضطراب رقابتی در ورزشکاران زن در مقایسه با ورزشکاران مرد به مسئولان ورزش بانوان اینکه به ورزش بانوان اهمیت بیشتری دهند و برای آنها مسابقات ملی و بین‌المللی بیشتر تدرک ببینند، بدون شک شرکت در مسابقات بیشتر در دستیابی به موفقیت و کاهش جنبه‌های اضطراب رقابتی کمک می‌کند.

## کتابنامه

- اسماعیل‌پور، خلیل و جمیل، لیلی. (۱۳۹۳). رابطه ادراک شیوه‌های فرزندپروری و اضطراب صفت پدر و مادر با اضطراب جوانان. *فصلنامه آموزش و ارزشیابی*، ۷(۲۵)، ۷۵-۸۵.
- اکاتی، نازنین؛ رضوانی شکیب، مژگان؛ اصغری نکاح، سیدمحسن و صادقی بایگی، معصومه. (۱۳۹۷). بررسی نقش خودکارآمدی و نوع سبک فرزندپروری مادر در پیش‌بینی اضطراب کودکان پیش‌دبستانی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه*، ۶(۴)، ۵۷-۶۴.
- سلطان‌نژاد، سمیه؛ سعدی‌پور، اسماعیل و اسدزاده، حسن. (۱۳۹۴). رابطه سبک‌های فرزندپروری ادراک‌شده با اهمال‌کاری و خودناتوان‌سازی. *فصلنامه روان‌شناسی تربیتی*، ۱۱(۳۸)، ۱-۲۲.
- شیفته، افسانه و بهره‌مندجو، سهیلا. (۱۳۹۶). پیش‌بینی عملکرد تحصیلی و اضطراب امتحان نوجوانان بر اساس سبک‌های فرزندپروری و صمیمیت زناشویی والدین. *مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری*، ۲(۱۳)، ۱۴-۳۰.
- طباطبائی‌راد، الهه سادات و اکبری بلوطبنگان، افضل. (۱۳۹۵). پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت و اضطراب اجتماعی بر اساس سبک‌های فرزندپروری در نوجوانان شهر سبزوار. *مجله آموزش و سلامت جامعه*، ۳(۴)، ۵۲-۵۸.
- علم، شهرام؛ رفیعی، صالح و کاشی‌زاده، محسن. (۱۳۹۵). ارتباط کمال‌گرایی با اضطراب رقابتی و فرسودگی ورزشی در تکواندوکاران مرد لیگ برتر جمهوری اسلامی ایران. *مجله مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۱۵، ۶۵-۷۸.
- غرایاق زندی، حسن؛ ملازاده، مهدی؛ ولایی، مرتضی و صادقی‌نیا، زهره. (۱۳۹۸). اثربخشی خودگفتاری بر مولفه‌های شناختی و فیزیولوژیک اضطراب. *فصلنامه تازه‌های علوم شناختی*، ۲۱(۱)، ۲۱-۲۸.
- قاسمی‌پور کردمحل، معصومه و بزازیان، سعیده. (۱۳۹۲). رابطه سبک‌های فرزندپروری والدین و کمال‌گرایی با اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان تیزهوش. *فصلنامه علوم رفتاری*، ۵(۱۵)، ۱۰۱-۱۱۴.
- قنبری، سعید؛ نادعلی، حسین و سیدموسوی، پریسادات. (۱۳۸۸). رابطه سبک‌های فرزندپروری با نشانه‌های درونی‌سازی‌شده در کودکان. *مجله علوم رفتاری*، ۳(۲)، ۱۶۷-۱۷۲.
- وحید، فریدون و زمانی، علیرضا. (۱۳۹۱). مقایسه اضطراب شناختی و اضطراب بدنی ورزشکاران مرد و زن در سطوح مختلف رقابت. *مجله علوم اجتماعی*، ۶(۱۸)، ۲۳-۴۰.

- یعقوبی‌راد، فرزانه. (۱۳۹۳). بررسی رابطه میان شیوه‌های فرزندپروری والدین و میزان اضطراب دانش‌آموزان. *فصلنامه خانواده و پژوهش*، ۱۱(۱)، ۱۱۱-۱۲۸.
- Alikaj, V., Skendi, V., Zenelaj, B., & Allkoja, B. (2017). Parenting styles and anxiety disorders in children – A study in an Albanian clinical population. *European Psychiatry*, 41, 429-435.
- Arruda, A. F. S., Aoki, M. S., Paludo, A. C., & Moreira, A. (2017). Salivary steroid response and competitive anxiety in elite basketball players: Effect of opponent level. *Physiology & Behavior*, 177, 291-296.
- Ashdoen-Franks, G., Sabiston, C. M., Solomon-Krakus, S., & O'Loughlin, J. L. (2017). Sport participation in high school and anxiety symptoms in young adulthood. *Mental Health and Physical Activity*, 12, 19-24.
- Biddle, S. J., & Asare, M. (2011). Physical activity and mental health in children and adolescents: a review of reviews. *British Journal of Sports Medicine*, 45(11), 886-895.
- Bois, J. E., Lalanne, J., & Delforge, C. (2009). The influence of parenting practices and parental presence on children's and adolescents' pre-competitive anxiety. *Journal of Sports Sciences*, 27(10), 995-1005.
- Buri, J. R. (1991). Parental authority questionnaire. *Journal of Personality Assessment*, 57(1), 110-119.
- Jones, E. S., Mullen, R., & Hardy, L. (2019). Measurement and validation of a three factor hierarchical model of competitive anxiety. *Psychology of Sport and Exercise*, 43, 34-44.
- Lamb, A. L., Hess, D. E., Edenborn, S., Ubinger, E., Carrillo, A. E., & Appasamy, P. M. (2017). Elevated salivary IgA, decreased anxiety, and an altered oral microbiota are associated with active participation on an undergraduate athletic team. *Physiology & Behavior*, 169, 169-177.

Macmull, M. S., & Ashkenazi, S. (2019). Math anxiety: The relationship between parenting style and math self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, 10, 1-12.

Martinet, G., Ferrand, C., Guillet, E., & Gauthier, S. (2010). Validation of the French version of the competitive state anxiety inventory-2 revised (CSAI-2R) including frequency and direction scales. *Psychology of Sport and Exercise*, 11(1), 51-57.

Martines, R., Vealey, R. S., & Burton, D. (1990). *Competitive anxiety in sport*. Champaign IL: Human Kinetics.

Reis, L. F., Surkan, P. J., Valente, J. Y., Bertolla, M. H. S. M., & Sanchez, Z. M. (2020). Factors associated with early sexual initiation and unsafe sex in adolescents: Substance use and parenting style. *Journal of Adolescence*, 79, 128-135.

Ren, Y., & Li, M. (2020). Influence of physical exercise on social anxiety of left-behind children in rural areas in China: The mediator and moderator role of perceived social support. *Journal of Affective Disorders*, 266, 223-229.

Shute, R., Maud, M., & McLachlan, A. (2019). The relationship of recalled adverse parenting styles with maladaptive schemas, trait anger, and symptoms of depression and anxiety. *Journal of Affective Disorders*, 259, 337-348.

Yavuz, H. M., & Selcuk, B. (2018). Predictors of obesity and overweight in preschoolers: The role of parenting styles and feeding practices. *Appetite*, 120, 491-499.

Zhang, R., Bai, B., Jiang, S., Yang, S., & Zhou, Q. (2019). Parenting styles and internet addiction in Chinese adolescents: Conscientiousness as a mediator and teacher support as a moderator. *Computers in Human Behavior*, 101, 144-150.

