

مقایسه بازخورد ورزشکاران دانش آموز و دانشجو و مربیان نسبت به روانشناسی ورزش

Comparing the Attitudes of Athletic Students and Coaches Towards Sport Psychology

Hadi Kajbafnejad

Islamic Azad University
Behbahan Branch

Rezvan Rezvany Asl

Islamic Azad University
Marvdasht Branch

رضوان رضوانی اصل

دانشگاه آزاد اسلامی
واحد مرودشت

هادی کجبا فنزاد

دانشگاه آزاد اسلامی
واحد بهبهان

Abstract

This research compared the attitudes of college and high school athletes and coaches towards sports psychology. A random selection of 100 coaches, 100 college athletes, and 100 high school athletes, with equal number of males and females, completed the attitudes towards sports psychology questionnaire (Martin et. al., 1997). The results of ANOVA tests showed that coaches and college level athletes regarded sports psychology more positively than high-school athletes did. There was not a significant gender differences in attitude towards sport psychology. Possible applications of the results are discussed.

Key words : attitude, athlete, sport psychology.

چکیده

این پژوهش به منظور مقایسه بازخورد ورزشکاران دانش آموز و دانشجو و مربیان نسبت به روانشناسی ورزش اجرا شد. ۱۰۰ مربی، ۱۰۰ ورزشکار دانشجو و ۱۰۰ ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی با روش نمونه گیری تصادفی و به نسبت مساوی از هر دو جنس انتخاب شدند. همه آزمودنیها پرسشنامه بازخورد نسبت به روانشناسی ورزش مارتین و دیگران (۱۹۹۷) را تکمیل کردند. تحلیل نتایج با آزمون t و تحلیل واریانس یکراهه نشان داد که بازخورد مربیان و دانشجویان هر دو جنس در مقایسه با دانش آموزان نسبت به روانشناسی ورزش مثبت تر بود و زنان و مردان با سابقه ورزشی کمتر بازخورد منفی تری نسبت به روانشناس ورزشی داشتند. بر مبنای نتایج حاصل پیشنهادها کاربردی ارائه شدند.

واژه‌های کلیدی : بازخورد، ورزشکار، روانشناسی ورزش.

Address for Correspondence : H_kajbaf48@yahoo.com

مقدمه

ورزشکارانی که در مسابقات شرکت می کنند می توانند و باید یاد بگیرند که بازخورد و الگوی فکری خود را به صورت تفکر مثبت و توأم با اعتماد به نفس در آورند.

چنین به نظر می رسد که فقدان توجه به یافته های حاصل از روانشناسی ورزش ممکن است ناشی از فقدان آگاهی درباره آن باشد (اورلیک و پارتینگتون، ۱۹۸۷). در نتیجه، پیشرفتهای نوین در تربیت بدنی، مستلزم پذیرش و افزایش دخالت های روانشناختی در ورزش های رقابتی به منظور بهبود عملکرد بازیکنان است. بنابراین، تعیین میزان آگاهی ورزشکاران و مربیان از تأثیر یافته های روانشناسی ورزش در بهبود عملکردشان ضروری به نظر می رسد. برای پیشبرد این هدف باید راهبردهایی در نظر گرفته شوند که لازمه آن بررسی بازخورد و میزان آگاهی ورزشکاران و مربیان درباره روانشناسی ورزش است، تا از این طریق تعامل بیشتری بین مراکز آموزشی روانشناسی و تربیت بدنی به وجود می آید.

داگ دل و هودج (۱۹۹۶) آموزش مهارت های روانشناختی ارائه شده توسط روانشناس ورزش را به عنوان یک بخش جدایی ناپذیر از موفقیت های ورزشی دانسته اند اما خاطرنشان کرده اند ۷۳٪ از مربیان و ۷۶٪ از ورزشکاران شناخت کافی از این شاخه علمی ندارند و ۹۵٪ اذعان داشته اند اگر یک روانشناس ورزشی در کنار تیم باشد عملکرد ورزشکاران بهتر خواهد شد. گروس (۱۹۸۹) در تحقیقی که به صورت زمینه یابی در نیوزیلند انجام داد ضرورت فراهم شدن شرایطی را که استفاده از یافته های روانشناسی ورزش را امکان پذیر می سازند خاطرنشان کرد. نتیجه تحقیق سالیوان و هودج (۱۹۹۱) نشان داد که نیاز مبرمی به گسترش برنامه های روانشناسی ورزش برای ورزشکاران و مربیان وجود دارد. سیلوا (۱۹۸۶) در پژوهش زمینه یابی که در نمونه ای متشکل از ۶۴۰ مربی ورزش انجام داد به این نتیجه دست یافت که بسیاری از مربیان، آموزش مؤثر مهارت های ورزشی را مستلزم حضور یک روانشناس ورزشی می دانستند. ۶۸٪ از نمونه مورد نظر تمایل داشتند که برای بهبود و ارتقای عملکرد و مهارت های ورزشی با یک روانشناس ورزشی مشورت کنند.

آمادگی جسمانی، تغذیه خوب و آمادگی روانشناختی برای تحقق بخشیدن به حد نهایی کارآمدی فرد ضروری است. اما در حالی که بسیاری از ورزشکاران و مربیان نسبت به ضرورت آمادگی جسمانی و تغذیه سالم آگاهند، توجه به عامل روانشناختی بسیار اندک است.

کمتر ورزشکاری است که بتواند ادعا کند که کارآمدی وی تحت تأثیر عوامل ذهنی یا روانشناختی قرار نمی گیرد. در موقعیت های رقابتی، هرکس کوشش می کند تا به بهترین نتایج دست یابد و در چهارچوب این تلاش است که میزان اهمیت و تأثیر قدرت و ضعف روانی را تجربه می کند. تردیدها، اضطراب، حسادت، ترس و همچنین اعتماد به نفس^۱ و بازخورد^۲ مثبت نسبت به توانایی های خویشتن، دارای پیامدهای معناداری بر کارآمدی ما هستند (لوهر، ۱۹۹۴).

هر اندازه پیچیدگی روابط بین ذهن و بدن بهتر درک شود، این نکته آشکارتر می گردد که برای دستیابی به حداکثر کارآمدی جسمانی، آمادگی روانی نیز ضروری است. کلید اصلی مداخله های روانشناختی برای تحقق بیشینه کارآمدی، دستیابی به «بازخورد پیروزمندانه» است. در این چهارچوب، بازخورد به معنای افکار، احساسات و هیجان هایی است که با یک موقعیت کارآمدی خاص مرتبطند. به عبارت دیگر اگر فرد نسبت به توانایی خود تردید داشته باشد در تحقق آن با مشکلاتی مواجه خواهد شد (بیل، ۱۹۹۸).

مبانی علمی متعددی بر اعتماد به نفس به منزله دریچه ورود به رقابت های پیروزمندانه، تأکید کرده اند. عضلات بدن به گونه ای غیرارادی و بلافاصله، نسبت به افکار، احساسها و تصورات واکنش نشان می دهند. این سخن بدین معناست که افکار و هیجان های منفی دارای تأثیری منفی بر عضلات ما هستند در حالی که افکار مثبت، پیامدهای مثبت دارند. داشتن توانایی مشابه یا تقریباً مشابه در هر موقعیت و آمادگی روانشناختی برای پیروزی در مسابقه معمولاً یکی از مهمترین عواملی است که بازخورد و الگوی تفکر مثبت را ابقا می کند و همه

نشان‌دهنده مقاومت بیشتر نوجوانان در برابر کمک‌های روانشناس ورزشی بود. همچنین بین بازخورد ورزشکارانی که به عنوان ورزشکار ملی یا حرفه‌ای در نظر گرفته می‌شدند. با ورزشکارانی که به صورت حرفه‌ای ورزش نمی‌کردند تفاوتی مشاهده نشد.

در تحقیقی که مارتین، کلمن و لاوالی و پیچ (۲۰۰۲) برای بررسی ادراک دانش‌آموزان و دانشجویان ورزشکار انجام دادند به این نتیجه دست یافتند که بین بازخورد آزمودنیها نسبت به روانشناس ورزشی با توجه به جنس تفاوت وجود دارد.

با توجه به نتایج حاصل از پژوهش‌های پیشین، در این پژوهش، فرضیه‌های زیر مطرح می‌شوند:

۱) دانشجویان ورزشکار و مربیان تربیت بدنی در مقایسه با دانش‌آموزان بازخورد مثبت‌تری نسبت به روانشناسی ورزش دارند.

۲) بازخورد آزمودنیهای زن با سابقه ورزشی کمتر از ۵ سال در مقایسه با آزمودنیهای با سابقه ۵ تا ۱۰ سال منفی‌تر است.

۳) بازخورد آزمودنیهای مرد با سابقه ورزشی کمتر از ۵ سال در مقایسه با آزمودنیهای مرد با سابقه ۵ تا ۱۰ سال منفی‌تر است.

روش

جامعه آماری این تحقیق شامل تمامی مربیان و دانشجویان ورزشکار رشته‌های مختلف تربیت بدنی دانشگاه شهید چمران اهواز و دانشگاه آزاد اسلامی واحد بهبهان، مربیان ورزش دبیرستانهای استان خوزستان و دانش‌آموزان ورزشکار عضو تیمهای منتخب دبیرستانهای استان خوزستان بود. با توجه به اینکه جامعه آماری تحقیق شامل سه گروه مربیان، دانشجویان ورزشکار و دانش‌آموزان ورزشکار بود، از هر گروه تعداد ۱۰۰ نفر مربی (۵۰ مرد و ۵۰ زن)، ۱۰۰ نفر دانشجوی ورزشکار (۵۰ دختر و ۵۰ پسر) و ۱۰۰ نفر دانش‌آموز ورزشکار (۵۰ دختر و ۵۰ پسر) به روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای به عنوان نمونه تحقیق انتخاب شدند.

به رغم روند رو به افزایش استفاده از همکاری روانشناسان هنوز بسیاری از ورزشکاران و مربیان از بهره‌گیری از خدمات روانشناسان ورزشی امتناع می‌کنند. این موضوع محرک تحقیقاتی چند برای سنجش ادراک، آگاهی و بازخورد مربیان و ورزشکاران برای به کارگیری خدمات روانشناسی ورزش بوده است. برای مثال مارتین، رایسبرگ، بیتل و لانس بری (۱۹۹۷) پرسشنامه‌ای را برای ارزیابی بازخورد ورزشکاران و مربیان نسبت به روانشناسی ورزش تدارک دیدند.

بروکس و بال (۲۰۰۱) میزان آگاهی دانش‌آموزان دختر را در رابطه با مشورت با روانشناس ورزشی مورد بررسی قرار دادند. نتیجه تحقیق نشان داد ۷۴٪ از آزمودنیها ($n = 90$) بازخورد مثبتی نسبت به روانشناسی ورزش داشتند. همچنین نتیجه تحقیق جنتر، فیشر، رایسبرگ (۲۰۰۴) در یک نمونه ۱۱۸ نفری از ورزشکاران و مربیان نشان داد که ورزشکاران و مربیان، مشورت با روانشناس ورزشی را مؤثر می‌دانستند.

دونوهیو، دیکنز، لئسر، کواسین، هالش، میلر و جنت (۲۰۰۴) در تحقیقی از ۱۲۴ ورزشکار خواستند تا بازخوردشان را درباره روانشناس ورزشی بیان کنند. نتیجه تحقیق نشان داد آن دسته از ورزشکارانی که با روانشناس ورزشی مشورت کرده بودند در مقایسه با گروهی که از تجربه‌ها و مداخله‌های ورزشکاران با تجربه سود جسته بودند، مسایل شخصی‌شان را راحت‌تر مطرح کردند.

در یک پژوهش (اندرسون، هودج، ایلسا، لاوالی و مارتین، ۲۰۰۴) که درباره بازخورد ورزشکاران نسبت به اهمیت روانشناس ورزشی انجام شد، از یکسو نشان داده شد که ورزشکاران بازخورد مثبتی نسبت به روانشناسی ورزش دارند و از سوی دیگر، بازخورد زنان ورزشکار در مقایسه با ورزشکاران مرد مثبت‌تر بود و تأثیر مشاوره را مؤثرتر می‌دانستند. یافته دیگر حاصل از این پژوهش مبین این نکته بود که سن ورزشکاران تأثیر معناداری در تفاوت بازخورد ورزشکاران نسبت به روانشناس ورزشی ندارد. در حالی که نتیجه تحقیق (راویو، ۲۰۰۰) نقل از اندرسون، هودج، ایلسا، لاوالی و مارتین، (۲۰۰۴)

آلفای کرونباخ برای کل آزمودنیها 0.72 ، با روش دو نیمه کردن 0.42 و با روش گاتمن بین $0.70 = \lambda I$ و $0.79 = \lambda IV$ قرار داشت که از لحاظ روانسنجی قابل قبول بودند.

همچنین به منظور تعیین روایی مقیاس از روش روایی صوری و محتوایی استفاده شد. بدین منظور سؤالهای مقیاس بازخورد ورزشکاران نسبت به روانشناسی ورزش در اختیار ده نفر از متخصصان رشته‌های تربیت بدنی و روانشناسی قرار داده شد و با توجه به اینکه محتوای سؤالها با موضوع تحقیق متناسب بود و محتوای آزمون معرف واقعی کل مقیاس بود، لذا این مقیاس از روایی رضایت بخشی برخوردار است.

نتایج

جدول ۱ میانگین و انحراف معیار نمرات سه گروه آزمودنیها را به تفکیک جنس نشان می‌دهد.

در این پژوهش به منظور جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه بازخورد ورزشکاران نسبت به مشاوره روانشناسی ورزش^۱ مارتین، رایسبرگ، بیتل و لانس‌بری (۱۹۹۷) استفاده شد.

پرسشنامه مذکور برای نخستین بار در پژوهش حاضر مورد استفاده قرار گرفته است. پس از ترجمه و ویرایش به منظور انطباق آن برای استفاده در جامعه آماری مورد پژوهش، ده نفر از متخصصان تربیت بدنی و روانشناسی پرسشنامه را بررسی و پس از انجام اصلاحات، مقیاس جهت اجرا آماده شد. در وهله بعد پرسشنامه بازخورد ورزشکاران درباره مشاوره با روانشناس ورزشی در نمونه‌ای از دانش‌آموزان ورزشکار منتخب دبیرستانهای استان خوزستان، دانشجویان ورزشکار و مربیان، اجرا و اعتبار و روایی آن تعیین شد. برای ارزیابی اعتبار و سنجش همسانی درونی مقیاس، روشهای آلفای کرونباخ^۲، دو نیمه کردن^۳ و گاتمن^۴ در داده‌های نمونه اصلی ($n = 300$) محاسبه شد و نتایج نشان دادند که به ترتیب ضریب

جدول ۱: شاخصهای توصیفی آزمودنیها به تفکیک جنس ($n = 300$)

شاخص آماری		گروه	جنس
انحراف استاندارد	میانگین		
۱۴/۳۲	۱۴۲	دانش‌آموزان	مردان
۱۴/۸۰	۱۵۲	دانشجویان	
۱۹/۱۷	۱۵۱	مربیان	
۱۹/۴۲	۱۴۳	دانش‌آموزان	زنان
۱۸/۸۷	۱۴۸	دانشجویان	
۱۳/۸۷	۱۵۵	مربیان	
۱۶/۸۹	۱۴۳	دانش‌آموزان	کل
۱۶/۵۱	۱۵۰	دانشجویان	
۱۶/۷۷	۱۴۳	مربیان	

همانطور که در جدول ۱ منعکس شده است به ترتیب مربیان زن ($\bar{X} = 155, SD = 31/87$)، دانشجویان ورزشکار مرد ($\bar{X} = 152, SD = 14/80$)، مربیان مرد ($\bar{X} = 151, SD = 19/17$) و دانشجویان ورزشکار دختر

همانطور که در جدول ۱ منعکس شده است به ترتیب مربیان زن ($\bar{X} = 155, SD = 31/87$)، دانشجویان ورزشکار مرد ($\bar{X} = 152, SD = 14/80$)، مربیان مرد ($\bar{X} = 151, SD = 19/17$) و دانشجویان ورزشکار دختر

بیشترین میانگین را به خود اختصاص داده‌اند. به منظور بررسی فرضیه اول مبنی بر وجود تفاوت بین بازخورد کل آزمودنیها درباره روانشناسی ورزش،

1. Athletes Attitudes toward seeking sport psychology consultation Questionnaire
2. Cronbach

3. split-half
4. Guttman

جدول ۲: نتایج تحلیل واریانس یک راهه برای مقایسه میانگینهای بازخورد سه گروه آزمودنیها نسبت به روانشناسی ورزش

منبع تغییرها	مجموع مجذورها	درجه آزادی	میانگین مجذورها	نسبت F
بین گروهی	۴۸۷۳/۲۶	۲	۲۴۳۶/۶۳	۸/۷۱
درون گروهی	۸۳۰۶۶/۵۲	۲۹۷	۲۷۹/۶۹	
کل	۸۷۹۳۹/۷۹	۲۹۹		

$P < ۰/۰۵$

مربیان ($P < ۰/۰۵$) را نشان می‌دهد. در صورتی که این تفاوت بین دانشجویان و مربیان معنادار نیست.

نتایج تحلیل واریانس یک راهه به منظور بررسی فرضیه دوم مبنی بر منفی‌تر بودن بازخورد با سوابق کمتر نسبت به روانشناسی ورزش در مقایسه با ورزشکاران زن با سنوات خدمت ورزشی بیشتر، در جدول ۳ منعکس شده است.

از تحلیل واریانس یک راهه استفاده شد که نتایج آن در جدول ۲ آمده است.

با توجه به F محاسبه شده در جدول ۲ ($F = ۸/۷۱$) تفاوت بین میانگین سه گروه آزمودنیها از لحاظ بازخورد نسبت به روانشناسی ورزش معنادار ($P < ۰/۰۵$) است. نتایج حاصل از آزمون تعقیبی توکی نیز معناداری تفاوت بین بازخورد دانشجویان با دانش‌آموزان و دانش‌آموزان با

جدول ۳: نتایج تحلیل واریانس یک راهه برای مقایسه میانگین آزمودنیهای زن از لحاظ بازخورد نسبت به روانشناسی ورزش با توجه به متغیر سابقه سنوات خدمت ورزشی

منبع تغییرها	مجموع مجذورها	درجه آزادی	میانگین مجذورها	نسبت F
بین گروهی	۳۲۶۶/۸۲	۲	۱۶۳۳/۴۱	۵/۵۴
درون گروهی	۴۳۰۷۷	۱۴۷	۲۹۴/۷۶	
کل	۴۶۵۹۷/۰۷	۱۴۹		

$P < ۰/۰۵$

بازخورد دانشجویان دختر با مربیان زن معنادار نبود. به منظور بررسی آخرین فرضیه پژوهش: «بازخورد آزمودنیهای مرد با سابقه ورزشی زیر ۵ سال در مقایسه با آزمودنیهای مرد با سابقه ورزشی بین ۵ تا ۱۰ سال منفی‌تر است» از تحلیل واریانس یک راهه استفاده شد که نتایج آن در جدول ۴ منعکس شده است.

نتایج ارائه شده در جدول ۳ بیانگر آن است که بین میانگین آزمودنیهای زن از لحاظ بازخورد نسبت به روانشناسی ورزش با توجه به متغیر سابقه سنوات خدمت ورزشی تفاوت معنادار است. نتایج حاصل از آزمون تعقیبی توکی نیز وجود تفاوت معنادار بین بازخورد دانش‌آموزان دختر با مربیان زن و دانش‌آموزان دختر با دانشجویان دختر را برجسته کرد. در حالی که تفاوت بین

جدول ۴: نتایج تحلیل واریانس یک راهه برای مقایسه میانگین آزمودنیهای مرد از لحاظ بازخورد نسبت به روانشناسی ورزش با توجه به متغیر سابقه سنوات خدمت ورزشی

منبع تغییرها	مجموع مجذورها	درجه آزادی	میانگین مجذورها	نسبت F
بین گروهی	۳۲۶۶/۸۲	۲	۱۶۳۳/۴۱	۵/۵۴
درون گروهی	۴۳۰۷۷	۱۴۷	۲۹۴/۷۶	
کل	۴۶۵۹۷/۰۷	۱۴۹		

$P < ۰/۰۵$

با توجه به نتایج جدول ۴ دیده می‌شود که میانگین بازخورد آزمودنی‌های مرد نسبت به روانشناسی ورزش با توجه به سابقه سنوات ورزشی تفاوت معنادار ($P < 0/05$) دارد. همچنین نتایج حاصل از آزمون تعقیبی توکی نشان‌دهنده تفاوت معنادار ($P < 0/05$) بین بازخورد مربیان مرد با دانش‌آموزان پسر و بازخورد دانشجویان مرد با دانش‌آموزان پسر است، در حالی که تفاوت بین بازخورد مربیان مرد با دانشجویان مرد معنادار نیست.

بحث و تفسیر

نظر به عمر کوتاه استفاده از روانشناسی در ورزش به نظر می‌رسد استفاده از این علم روز به روز در حال افزایش و اجتناب‌ناپذیر است و از این‌رو هدف پژوهش حاضر مقایسه بازخورد مربیان، دانشجویان و دانش‌آموزان ورزشکار بر اساس پرسشنامه مارتین و دیگران (۱۹۹۷) بود. نتایج تحلیل واریانس یک راهه نشان داد که بین بازخورد آزمودنی‌های گروه‌های مختلف ($n = 300$) نسبت به روانشناسی ورزش تفاوت وجود دارد.

نتیجه به دست آمده را می‌توان به این صورت تبیین کرد که فلسفه عمده شرکت ورزشکاران نوجوان در ورزش با هدف سرگرمی و معاشرت با دوستان است. به بیان دیگر نیازهای نوجوانان ورزشکار با نیازهای افراد بزرگسال متفاوتند. از سوی دیگر، نوجوانان ورزشکار بیشتر ترجیح می‌دهند به مربی یا ورزشکار برجسته دیگر گوش دهند تا آنکه برای بهبود عملکردشان به روانشناس مراجعه کنند چرا که نوجوانان ورزشکار بر این باورند که در صورت آگاهی دیگران از مشکلاتشان، ممکن است از ترکیب تیم حذف و یا در مسابقات شرکت داده نشوند و در نتیجه نسبت به مداخله‌های روانشناختی مقاومت بیشتری نشان می‌دهند. نتیجه به دست آمده با مطالعات (راویو، ۲۰۰۰ نقل از اندرسون و دیگران، ۲۰۰۴) منطبق است.

دو فرضیه دیگر پژوهش، در زمینه وجود تفاوت بین آزمودنی‌های زن و مرد با سابقه کمتر از ۵ سال با آزمودنی‌های واجد ۵ تا ۱۰ سال سابقه است. با توجه به نتایج تحلیل واریانس یک راهه برای هر دو گروه به

تفکیک جنس بین آزمودنی‌های با سابقه بالا با آزمودنی‌های با سابقه کمتر از ۵ سال تفاوت معناداری وجود دارد. بدین سان، فرضیه‌های دوم و سوم تحقیق مورد تأیید قرار می‌گیرند. به عبارت دیگر هرچه سابقه ورزشی بیشتر باشد بازخورد نسبت به روانشناسی ورزش مثبت‌تر و از اهمیت بیشتری برخوردار می‌شود. به طوریکه در این تحقیق مشخص شده است مربیان با سابقه در مقایسه با ورزشکارانی که از سابقه کمتری برخوردار هستند اهمیت بیشتری به روانشناس ورزشی می‌دهند.

بنابراین می‌توان پیشنهادی زیر را بر مبنای یافته‌های پژوهش ارائه کرد:

آموزش روانشناسی به مربیان تربیت بدنی که می‌تواند یک عامل مؤثر برای انتقال اطلاعات و مهارت‌های روانشناختی به ورزشکاران باشد.

مربیان نسبت به روشهای آمادگی ذهنی قبل از مسابقه، تمرین تمرکز و توجه، تصویرسازی ذهنی و مهار اضطراب و تنیدگی در موقعیتهای متفاوت و در زمانهای متناوب آگاهی پیدا کنند.

برگزاری کارگاهها و کلاسهای آموزشی برای ورزشکاران و مربیان جهت آگاهی و ارتقای اطلاعات در قلمرو روانشناسی ورزش و آموزش ورزشکاران در همه رده‌ها مورد توجه قرار گیرد.

و بالاخره، در نظر گرفتن واحدی تحت عنوان روانشناسی ورزش در واحدهای تحصیلی دانشجویان تربیت بدنی ضروری می‌نماید.

منابع

- Anderson, A. G, Hodage, K.P, Ailsa, G, Lavallee, D., Martin, S. B. (2004). New Zealand Athletes Attitudes towards seeking sport psychology consultation. *New Zealand Journal of psychology*. 33 (3): 122-136.
- Beale, G. A. (1998). Playing mind games that help you win. From brain to muscle with a lot less tussle. *Sierra Center for Peak Performance*, 1, 1.
- Brooks, J. E., Bull, S. J., (2001). Derogation of

- psychological skills and attitudes toward seeking sport psychology consultation : The development of an objective instrument. *The Sport Psychologist*, 11, 201-218.
- Martin, S. B., Kellman, M., Lavallee, D., & Page, S. J. (2002).** Development and psychometric evaluation of the Sport Psychology Attitudes-Revised Form: A multiple group investigation. *The Sport Psychologist*. 16, 272-290.
- Orlick, T., & Partington, J. (1987).** The sport psychology consultant Analysis of critical components as viewed by Canadian Olympic athletes. *The Sport Psychology*, 1, 4-17.
- Silva, J. M. (Ed). (1986).** Applied sport psychology: personal growth to peak performance: palo Alto, CA : May field.
- Sullivan, J. & Hodage, K. P. (1991).** A survey of coaches and athletes about sport psychology in New Zealand the sport psychologist, 5(2), 140-151.
- student female athletes who consult a sport psychologist : An alternative effect. *Journal of Science and Medicine in Sport*. Mar, 4 (1): 39-47.
- Dogdale, J. R., & Hodage, K. P. (1996).** An exploratory investigation into the relationship between focused attention and peak performance university of otago, Dunedin, New Zealand.
- Donohue, B., Dickens, V., Lancer, K., Covassin, T., Halsh, A., Miller, A., Gent, J. (2004).** Improving athletes perspectives of sport psychology consultation: a controlled evaluation of two interview methods. *Behavior Modification*. Mar, 28 (2) 182-198.
- Genter, N. B, Fisher, L. A, Wrisberg, C. A., (2004).** Athletes and coaches perspectives of sport psychology service offered by graduate student. *Psychology Report* Feb, 94 (1): 213-216.
- Gross, J. (1989).** Creating a sport psychology association for New Zealand. *New Zealand Journal of Sports Medicine*, 17, 19-21.
- Loehr, J. E. (1994).** *The new toughness training for sports*. New York : Penguin Books.
- Martin, S. B., Wrisberg, C. A., Beitel, P. A, & Lounsbury, J. (1997).** NCAA Division I athletes'