



Sport Psychology Studies

Journal homepage: <https://spsyj.ssric.ac.ir>



Article Type: Original

A Comparison of Emotional Intelligence, Self-Efficacy, and Time Perspective Dimensions Between Elite and Non-Elite Wrestlers

Shahram Nazarpuri^{1*}, Mohammad Taghi Aghdasi²

1. Postdoctoral Researcher, Sport Sciences Research Institute (SSRI), and Department of Physical Education and Sport Sciences, Lorestan University, Khorramabad, Iran.
2. Department of Motor Behavior and Sport Psychology Faculty of Physical Education and Sports Sciences, Tabriz University, Tabriz, Iran.

Received: 19/01/2023, **Revised:** 03/01/2024, **Accepted:** 19/02/2024

* Corresponding Author: Shahram Nazarpuri, E-mail: snazarpouri@yahoo.com

How to Cite: Nazarpuri, Sh., Taghi Aghdasi, M. (2024). A Comparison of Emotional Intelligence, Self-Efficacy, and Time Perspective Dimensions Between Elite and Non-Elite Wrestlers. *Sport Psychology Studies*, 13(48), 55-74.

Extended Abstract

Background and Purpose

Success in professional sports is influenced by a variety of factors, which arise from both individual and environmental influences (Žvan & Čoh, 2018). According to dynamic systems theory, an individual's development and success in a particular sport is the result of an almost limitless combination of interactions between individual, environmental, and task-related factors. In this regard, psychological variables such as self-efficacy, emotional intelligence and time perspectives can be considered as individual factors that interact in complex ways with environmental factors and task demands, ultimately shaping the development and sports success of gifted athletes (Adams & Nettle, 2009). So far, limited researches have examined and compared psychological variables such as emotional intelligence and self-efficacy among elite and non-elite athletes in our country. Furthermore, time perspective

variables have not yet been explored in studies related to the field of sports in our country.

Therefore, the current research was conducted with the aim of identifying important and influential variables in the recognition of sports talent by comparing emotional intelligence, self-efficacy, and the different dimensions of time perspective between elite and non-elite wrestlers.

Materials & Methods

The design of the current research is descriptive and post-event, with a practical purpose. The statistical population included all Iranian elite and non-elite male wrestlers from across the country. The sample was selected through purposive sampling and consisted of 22 elite wrestlers and 36 non-elite wrestlers, with an average age of 27 years. The data collection tools in this research were: 1) Questionnaire developed by the researcher to gather personal information about the athletes. This



questionnaire included questions regarding the athletes' sports activity history, membership history in the national team, and any history of medical conditions. At the end of this questionnaire, the consent form for participation in the research was provided. 2) emotional intelligence questionnaire by Bradbury et al. (2005): this questionnaire, which was used to assess the emotional intelligence of the participants, consists of two parts. 3) Scherer's General Self-Efficacy Questionnaire (1982): This scale measures three dimensions of human behavior: the willingness to initiate behavior, the persistence in continuing efforts to complete behavior, and the ability to overcome obstacles. 4) Zimbardo and Boyd Time Perspective Questionnaire (1999): This questionnaire evaluates time perspectives through six components: including negative past, positive past, hedonistic present, deterministic present, future, and sublime future, using a five-point Likert scale. In this research, the implementation steps and especially the data collection were carried out in accordance with the limitations imposed by the Covid-19 pandemic and the challenges it presented. To summarize and categorize the data, descriptive statistics were initially used, including the calculation of central tendency and dispersion indices (mean and standard deviation). Subsequently, after verifying the compliance with the statistical assumptions for the multivariate analysis of variance (MANOVA), including the normality of the data (Kolmogorov-Smirnov test), homogeneity of variances (Levene's test), and the assumption of homogeneity of the variance-covariance matrix (M-box test), the MANOVA test was used to compare emotional intelligence, self-efficacy, and the different dimensions of time perspective between elite and non-elite wrestlers. All statistical analyses were

conducted using SPSS version 23 software, with a significance level set at $p < 0.05$.

Findings

The results of the Wilkes Lambda test indicated a significant difference between the elite and non-elite wrestler groups in at least one of the variables—emotional intelligence, self-efficacy, or the different dimensions of time perspective ($P < 0.000$, $\eta^2 = 0.906$, $F = 51.178$). Based on this, a significant difference was observed between the two groups of elite and non-elite wrestlers in the variables of emotional intelligence ($P < 0.000$, $\eta^2 = 0.462$) and self-efficacy ($P = 0.002$, $\eta^2 = 0.164$). Additionally, significant differences were observed between elite and non-elite wrestlers in the dimensions of time perspective, including critical present ($P < 0.000$, $\eta^2 = 0.492$), hedonic present ($P < 0.044$, $\eta^2 = 0.072$, $F = 4.247$), positive past ($P < 0.000$, $\eta^2 = 0.652$, $F = 104.716$), negative past ($P < 0.000$, $\eta^2 = 0.615$, $F = 86.070$), future ($P < 0.000$, $\eta^2 = 0.754$, $F = 171.718$), and transcendental future ($P < 0.000$, $\eta^2 = 0.472$, $F = 50.126$). In this way, except for the component of negative past perspective, the score of elite athletes was lower than non-elite athletes. In all other components, the scores of elite athletes were higher than those of non-elite wrestlers.

Conclusion

According to the results of this research, it can be concluded that the variables of emotional intelligence, self-efficacy, and time perspective, along with their impact on elite athletic performance, should receive greater attention from athletes, parents, coaches, and sports experts. The current research was limited to the investigation of elite and non-elite male athletes in the field of wrestling and at adult age levels. In this regard, conducting similar research among elite and non-elite male and female athletes across other individual and team sports, and at various age

levels (adolescence, youth, and adulthood), could provide more comprehensive and complete insights for researchers in the field of sports psychology.

Keywords: Elite Wrestlers, Emotional Intelligence, Self-Efficacy, Time Perspectives

Funding

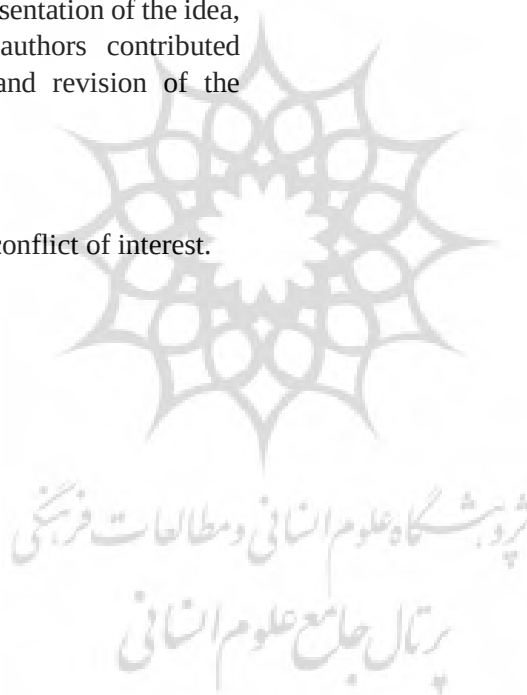
The present study received no financial support from any institution or organization.

Authors' Contributions

First author: Data collection, data analysis and authorship of the introduction; Second author: conceptualization and presentation of the idea, and methodology. All authors contributed equally to the writing and revision of the article.

Conflicts of Interest

The authors declared no conflict of interest.





نوع مقاله: پژوهشی اصیل

مقایسه هوش هیجانی، خودکارآمدی و ابعاد چشم‌اندازهای زمانی در ورزشکاران کشتی گیر نخبه و غیرنخبه

شهرام نظریوری^۱، محمدتقی اقدسی^۲

۱. پژوهشگر پسادکتری، پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی و گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران
۲. گروه رفتار حرکتی و روانشناسی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۱۰/۲۹، تاریخ اصلاح: ۱۴۰۲/۱۰/۱۳، تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۱۱/۳۰

* Corresponding Author: Shahram Nazarpuri, E-mail: snazarpouri@yahoo.com

How to Cite: Nazarpuri, Sh., Taghi Aghdasi, M. (2024). A Comparison of Emotional Intelligence, Self-Efficacy, and Time Perspective Dimensions Between Elite and Non-Elite Wrestlers. *Sport Psychology Studies*, 13(48), 55-74.

چکیده

هدف: با اینکه ورزشکاران از نظر سطح مهارت و آمادگی جسمانی به یکدیگر خیلی نزدیک شده‌اند، اما همچنان در متغیرهای روان‌شناختی با یکدیگر متفاوتند. از این رو، هدف پژوهش حاضر مقایسه هوش هیجانی، خودکارآمدی و ابعاد چشم‌اندازهای زمانی در بین ورزشکاران کشتی گیر نخبه و غیرنخبه بود.

مواد و روش‌ها: راهبرد این پژوهش توصیفی و پس‌رویدادی است. جامعه آماری شامل کلیه ورزشکاران مرد نخبه و غیرنخبه ایرانی در رشته ورزشی کشتی بود که در نهایت ۲۲ ورزشکار نخبه و ۳۶ ورزشکار غیرنخبه به شیوه نمونه‌گیری هدفمند به‌عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسش‌نامه هوش هیجانی برادبری (۲۰۰۵)، پرسش‌نامه خودکارآمدی عمومی شرر (۱۹۸۲) و پرسش‌نامه چشم‌اندازهای زمانی زیمباردو (۱۹۹۹)، بود. تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون تحلیل واریانس چند متغیره و با بکارگیری نرم افزار SPSS نسخه ۲۳، در سطح معنی‌داری $p < 0/05$ ، انجام شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داده که بین کشتی‌گیران نخبه و غیرنخبه در متغیرهای هوش هیجانی، خودکارآمدی و ابعاد چشم‌اندازهای زمانی تفاوت معنی‌داری وجود دارد. کشتی‌گیران نخبه از سطح هوش هیجانی و خودکارآمدی بالاتری نسبت به کشتی‌گیران غیرنخبه برخوردار بودند. همچنین، به جز مؤلفه گذشته منفی که نمره کشتی‌گیران نخبه پایین‌تر از کشتی‌گیران غیرنخبه بود؛ در سایر مؤلفه‌ها (حال تقدیرگرا، حال لذت‌گرا، گذشته مثبت، آینده و آینده متعالی)، نمره کشتی‌گیران نخبه بیشتر از کشتی‌گیران غیرنخبه بود.

نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج پژوهش حاضر، می‌توان گفت متغیرهای هوش هیجانی، خودکارآمدی و چشم‌اندازهای زمانی و اثرات آن بر عملکرد نخبگی ورزشکاران بایستی بیش از پیش مورد توجه کلیه ورزشکاران، والدین، مربیان و متخصصین ورزشی قرار گیرد.

کلیدواژه‌ها: کشتی‌گیران نخبه، هوش هیجانی، خودکارآمدی، چشم‌اندازهای زمانی



مقدمه

لازمه موفقیت پایدار در میادین بین‌المللی ورزشی توجه ویژه به موضوع استعدادیابی و شناسایی افراد مستعد است. شناسایی استعدادها برتر از طریق توجه صحیح به روش‌های علمی استعدادیابی میسر است. شناسایی افراد مستعد برای ورزش و ورود به‌هنگام آن‌ها به تمرینات ورزشی فرآیندی حیاتی در ورزش حرفه‌ای است. در همین راستا، ما بسیاری از تصمیمات نادرست که می‌تواند کاملاً دردناک باشد را نیز مشاهده می‌کنیم (عرب‌عامری و همکاران، ۲۰۱۰). ورزش حرفه‌ای زمینه‌ای از خلاقیت انسان‌های نخبه است که بسیار ارزشمند و قابل احترام است. موفقیت در ورزش حرفه‌ای به عوامل زیادی وابسته است که ناشی از عوامل فردی و محیطی است (زوان و کو، ۲۰۱۸). براساس دیدگاه سیستم‌های پویا، رشد و موفقیت افراد در یک زمینه ورزشی خاص، در نتیجه ترکیب تقریباً نامحدود تعاملات فردی، محیطی و نیازهای تکلیف به‌وجود می‌آید. در همین راستا، متغیرهای روانشناختی (از قبیل خودکارآمدی، هوش هیجانی و چشم‌اندازهای زمانی)، می‌توانند به‌عنوان پارامترهای فردی و کنترلی محسوب شوند که به روش‌های پیچیده‌ای با عوامل محیطی و نیازهای تکلیف در تعاملند تا رشد و موفقیت ورزشی افراد مستعد را شکل دهند (آدامز و نتل، ۲۰۰۹).

با وجود اینکه ورزشکاران از نظر آمادگی جسمانی به یکدیگر بسیار نزدیک شده‌اند، اما همچنان در متغیرهای روانشناختی با یکدیگر متفاوتند. مطالعات نشان داده‌اند که پیش‌بینی موفقیت در ورزش براساس عوامل روانشناختی ویژه‌ای امکان‌پذیر است و این موضوع بایستی در مراحل اولیه مشارکت ورزشی افراد (ون پیرن^۲، ۲۰۰۹) و حتی در سنین ابتدایی شروع فعالیت‌های ورزشی مورد توجه قرار گیرد (مک‌نمرا^۳ و همکاران، ۲۰۱۰). در همین راستا، از بین متغیرهای روانشناختی مورد مطالعه، هوش هیجانی، خودکارآمدی و چشم‌اندازهای زمانی بیشتر مورد توجه محققین قرار گرفته‌اند (میتیک، ۲۰۲۱). انتخاب و توجه به این متغیرها، به‌دلیل تبعیت از یک مدل خاص و منسجم نیست، بلکه براساس امکان رشد و ارتباط آن‌ها با عملکرد موفق در داخل و خارج از زمینه‌های ورزشی می‌باشد. بنابراین، علاوه بر مطالعات قبلی که ارتباط این متغیرها (به استثنای چشم‌انداز زمانی) با عملکرد ورزشی نشان داده‌اند، دو دلیل دیگر برای انتخاب این متغیرها در مطالعه حاضر وجود داشت. دلیل نخست، امکان بهبود

آن‌ها در ارتباط با برنامه‌های رشد و توسعه استعدادیابی در ورزش است. دلیل دوم، ارتباط قطعی بین این متغیرها با یکدیگر و عملکرد شخصی افراد بیرون از زمینه ورزش بود. اگرچه روانشناسان عمدتاً بر بهبود عملکرد ورزشکاران در طول حرفه ورزشی متمرکز می‌باشند، اما، آنچه که برای ورزشکاران بعد از پایان حرفه ورزشی و انتقال به دیگر زمینه‌ها رخ می‌دهد نباید نادیده گرفته شود (تیلور و لاوال، ۲۰۰۹؛ متیک و همکاران، ۲۰۲۱). در همین زمینه، یکی از متغیرهای روانشناختی که مورد توجه بسیاری از محققان و متخصصان روان‌شناسی ورزشی قرار گرفته، هوش هیجانی^۱ است. هوش هیجانی توانایی دریافت، ارزیابی و بیان سریع احساسات؛ توانایی تشخیص و ایجاد احساساتی که تفکر را تسهیل می‌کنند؛ و همچنین توانایی درک احساسات و مدیریت آن‌ها به منظوره بهبود رشد عاطفی-عقلانی است (سالوی و میر، ۱۹۹۰). سطوح بالای هوش هیجانی با چگونگی استفاده از تکنیک‌های روان‌شناختی از قبیل خودکلامی و تصویرسازی ذهنی در تمرین و مسابقات ورزشی مرتبط شده است (لین و همکاران، ۲۰۰۹). در همین راستا، شجاعی و قربانی (۲۰۲۲) ارتباط معنی‌داری بین هوش هیجانی و میزان ثابت‌قدمی در ورزشکاران نخبه گرگانی گزارش نکردند. همچنین، درحالی‌که متیک و همکاران (۲۰۲۱) تفاوت معنی‌داری در میزان هوش هیجانی ورزشکاران نخبه و غیرنخبه واترپولی صربستانی گزارش نکردند، اما لین و ویلسون (۲۰۱۱) در مطالعه خود بر روی دوندگان استقامت گزارش نمودند که ورزشکاران برخوردار از سطوح هوش هیجانی بالاتر اغلب در زمان دویدن‌های طولانی مدت، احساسات خوشایند بیشتری را تجربه می‌کنند. همچنین، ویژگی‌های هوش هیجانی با امتیازات کسب‌شده و همچنین تعداد مسابقات بازی‌شده در هاکی کاران حرفه‌ای (پرلینی و هالورسون، ۲۰۰۶)، یادگیری مهارت‌های سرویس و پنجه والیبال (نظرپوری و همکاران، ۲۰۱۳)، رضایت از عملکرد ورزشی (لیبورد و همکاران، ۲۰۱۴)، و توالی و مدت زمان تمرین در ورزش‌های انفرادی و تیمی مرتبط شده است (لیبورد و همکاران، ۲۰۱۷). نتایج پژوهش‌های انجام‌شده نشان داده‌اند که بازیکنان خط میانی فوتبال از سطح هوش هیجانی بالاتری نسبت به بازیکنان در سایر پست‌ها برخوردارند (سویلو، ۲۰۲۱) و هوش هیجانی به‌عنوان یک توانایی، پیش‌بینی‌کننده معنی‌داری از عملکرد ورزشی در بین بازیکنان کریکت (کرومبی و همکاران، ۲۰۰۹) و قایقرانان نخبه (اریباس و همکاران، ۲۰۱۹) می‌باشد. هوش هیجانی تا حدود زیادی می‌تواند مهارت‌های زندگی را

می‌کند و از منابع مختلف از جمله توفیق‌ها و شکست‌های خود فرد، مشاهده موفقیت یا شکست افرادی که شبیه به او می‌باشند و ترغیب کلامی سرچشمه می‌گیرد. از این رو، به نظر می‌رسد افرادی که از سطوح بالاتری از خودکارآمدی برخوردارند، بیشتر تلاش می‌کنند، پشتکار بیشتری از خود نشان می‌دهند و نسبت به کسانی که سطح کارآمدی پایینی دارند، ترس کمتری را تجربه می‌کنند (فلتز و همکاران، ۲۰۰۱). در همین راستا، خودکارآمدی به عنوان یک عامل مهم در زمینه ورزش نیز مورد مطالعه قرار گرفته است و محققان بر اهمیت خودکارآمدی در ورزش تأکید نموده‌اند (فلتز و همکاران، ۲۰۰۸). ویتیک^۱ و همکاران (۱۹۸۷)، خودکارآمدی بدنی^۲ را به عنوان یک ویژگی مهم جهت درک تغییرات اضطراب ناشی از رقابت ورزشی در نظر گرفته‌اند (ویتیک و همکاران، ۱۹۸۷). خودکارآمدی به طور منفی با رفتارهای خودناتوان‌کننده^۳ در ورزشکاران (کوژکا و تریژر، ۲۰۰۵) و به طور مثبت با کسب نتایج بهتر کودکان در آزمون دویدن ۲۰ متر شاتل^۴ (کایرینی و همکاران، ۲۰۰۸)، و ادراک از سازگاری تیمی در بین داوران فوتبال مرتبط شده است (پینا^۵ و همکاران، ۲۰۲۱).

فراتحلیل ۴۵ مطالعه انجام شده نشان داده است که همبستگی بین خودکارآمدی و عملکرد ورزشی مثبت و معنی‌دار است و بر اهمیت تطابق خودکارآمدی و عملکرد ورزشی تأکید نموده‌اند (موریتس و همکاران، ۲۰۰۰). مکاری و همکاران (۲۰۲۲)، در پژوهش خود گزارش نموده‌اند که خودکارآمدی عمومی بر مدیریت روان‌شناختی بسکتبالیست‌های لیگ برتری اثر معنی‌داری دارد و باعث ارتقاء عملکرد آنان می‌شود. استفان^۶ و همکاران (۲۰۲۲)، در پژوهش خود گزارش کرده‌اند که خودکارآمدی ورزشکار به طور معنی‌داری پیش‌بینی‌کننده ادراکات از کیفیت رابطه مربی- ورزشکار است و این رابطه زمانی تقویت می‌شود که مربیان و ورزشکاران ادراکات همسانی از کارایی داشته باشند (استفان و همکاران، ۲۰۲۲). خودکارآمدی می‌تواند از طریق مداخلات مختلف در ورزشکاران رشد و توسعه پیدا کند (زاگارسکا و گوژکواسکا، ۲۰۱۴). از این رو، مطالعه خودکارآمدی و مقایسه آن در بین ورزشکاران کشتی‌گیر نخبه و غیرنخبه می‌تواند اطلاعات بسیار مفیدی در اختیار ما قرار دهد.

علاوه بر هوش هیجانی و خودکارآمدی، متغیر روانشناختی مهم دیگری که اخیراً ارتباط آن با عملکرد ورزشی توسط پژوهشگران مورد

نیز پیش‌بینی نماید (باستین و همکاران، ۲۰۰۵)، و با کارایی شغلی در محل کار نیز مرتبط شده است (جوزف و همکاران، ۲۰۱۵). مطالعات نشان داده‌اند که هوش هیجانی می‌تواند تحت شرایط مختلف از جمله در ورزش رشد و توسعه یابد (کمپو و همکاران، ۲۰۱۶). به طور کلی، هوش هیجانی با شناخت فرد از خود و دیگران، ارتباط با دیگران و همچنین سازگاری و انطباق با محیط پیرامون که برای کسب موفقیت لازم است، مرتبط می‌باشد و یک توانمندی راهبردی در عملکرد فردی محسوب می‌شود. در واقع، هوش هیجانی پیش‌بینی موفقیت را ممکن می‌سازد؛ زیرا، نشان می‌دهد که چگونه فرد بلافاصله دانش خود را در موقعیت‌های مختلف به کار می‌گیرد. به عبارت دیگر، هوش هیجانی به تفاوت‌های افراد در ادراک، پردازش، تنظیم و به کارگیری اطلاعات هیجانی اشاره دارد (ملک-محمدی و همکاران، ۲۰۱۵). از این رو، مقایسه هوش هیجانی در بین ورزشکاران کشتی‌گیر نخبه و غیرنخبه می‌تواند اطلاعات مفیدی در زمینه ویژگی‌های هوش هیجانی و تفاوت‌های احتمالی آن‌ها در اختیار ما قرار دهد.

علاوه بر هوش هیجانی، متغیر روانشناختی دیگری که ارتباط آن با عملکرد ورزشی مورد توجه واقع شده و امکان رشد و ارتباط آن با عملکرد موفق در داخل و خارج از زمینه‌های ورزشی مورد بررسی قرار گرفته است، خودکارآمدی می‌باشد. خودکارآمدی، اعتقاد و باور فرد به توانایی‌های خود جهت موفق شدن در یک شرایط خاص است. امروزه، خودکارآمدی به یکی از حوزه‌های پژوهشی گسترده در روانشناسی تبدیل شده است. خودکارآمدی، چگونگی تفکر و احساسات افراد را متأثر کرده و حالات روانی، رفتارها و انگیزه‌های فردی را هدایت می‌کند (بندورا، ۱۹۸۶). حالات روانی، انگیزش، عواطف، تفکر و رفتار فرد در هر موقعیت به احساس توانایی او وابسته است. در موقعیت‌هایی که فرد نسبت به توانایی‌های خود اطمینان دارد، رفتار، شناخت و احساسات او کاملاً متفاوت از موقعیت‌هایی است که فرد در آن‌ها احساس عدم توانایی و امنیت یا فقدان صلاحیت می‌کند. در واقع، خودکارآمدی بیانگر اعتماد به نفس فرد نسبت به توانایی‌های خود برای رسیدن به اهداف تنظیم شده قبلی، علیرغم وجود مشکلات و موانعی است که می‌تواند دستیابی به اهداف را دچار تداخل نماید (بندورا، ۱۹۸۶). براساس نظریه بندورا (۱۹۸۶)، خودکارآمدی به باورهای شخصی در مورد توانایی خود برای انجام اعمال دلالت

4. The 20-Metre Shuttle Run
5. Epina
6. Estefan

1. Vitig
2. Physical self-efficacy
3. Self-handicaps

بهتری برخوردارند و نگرش منفی افراد می‌تواند بیانگر الگوهای ناسالم زندگی باشد (زیمباردو و بوئید، ۱۹۹۹).

با این تفاسیر، می‌توان گفت که مفهوم چشم‌انداز زمانی یک سازه روان‌شناختی است که ناشی از تفکر، تجربیات و ارزش‌های عاطفی اختصاص‌یافته به افق‌های زمانی حال، گذشته و آینده است (زیمباردو و بوئید، ۲۰۰۸). استولارسکی و همکاران (۲۰۱۹) با ارائه مدل پیچیده‌ای از تأثیرات احتمالی چشم‌اندازهای زمانی بر عملکرد ورزشی عنوان نموده‌اند که ابعاد مختلف چشم‌اندازهای زمانی از طریق افزایش و تداوم انگیزش ورزشی و در نتیجه مشارکت و درگیری بیشتر ورزشکاران، تنظیم حالات عاطفی مؤثر در طول عملکرد ورزشی و ارزیابی عملکرد فرد و کنار آمدن با احساسات ناشی از آن می‌توانند بر عملکرد ورزشی افراد تأثیر بگذارند.

شورس و اسکات^۷ (۲۰۰۷) در پژوهش خود گزارش نمودند در حالی که افراد برخوردار از چشم‌انداز زمانی آینده، گذشته مثبت و حال لذت‌گرا بیشترین تمایل را برای کسب مزایا و ارتقاء آمادگی جسمانی دارند؛ افراد برخوردار از چشم‌انداز زمانی گذشته منفی و حال تقدیرگرا کمتر به دنبال کسب مزایا و ارتقاء آمادگی جسمانی می‌باشند. همچنین، گارسیا و روئیس^۸ (۲۰۱۵) گزارش نمودند که در حالی که افراد برخوردار از چشم‌انداز زمانی حال تقدیرگرا کمتر به ورزش و فعالیت بدنی می‌پردازند، افراد آینده‌نگر بیشتر در فعالیت‌های ورزشی شرکت می‌کنند و به دنبال کسب مزایا و منافع بیشتری می‌باشند. در همین زمینه، آدامز و نتل^۹ (۲۰۰۹) ارتباط مثبت و معنی‌داری را بین برخورداری افراد از چشم‌انداز زمانی آینده و میزان مشارکت آنان در فعالیت بدنی گزارش نمودند. هنسون^{۱۰} و همکاران (۲۰۰۶) نیز ارتباط مثبت و معنی‌داری را بین برخورداری افراد از چشم‌انداز زمانی آینده با رفتارهای مرتبط با سلامت از قبیل فعالیت بدنی در نوجوانان گزارش نمودند (هنسون و همکاران، ۲۰۰۶). گاتری^{۱۱} و همکاران (۲۰۱۳) نتایج مشابهی را به دست آوردند و نشان دادند که چشم‌انداز زمانی آینده حتی پس از تعدیل سن و سطح تحصیلات افراد، پیش‌بینی‌کننده معنی‌دار میزان مشارکت افراد در تمرینات ورزشی است.

مرور این پژوهش‌ها نشان می‌دهد که تاکنون محققان بیشتر بر نقش چشم‌اندازهای زمانی در پیش‌بینی تمرین روزمره، فعالیت بدنی و ارتقاء

توجه واقع شده و امکان رشد و پیشرفت آن در ارتباط با عملکرد موفق در داخل و خارج از زمینه‌های ورزشی وجود دارد، چشم‌انداز زمانی^۱ است (زیمباردو و بوئید^۲، ۱۹۹۹؛ متیک و همکاران، ۲۰۲۱).

مفهوم چشم‌انداز زمانی بیان می‌کند که زمان در ساختار تفکر انسان نقش مهمی ایفا می‌کند و دارای ابعاد مختلفی است که در قالب شش چشم‌انداز زمانی گذشته (گذشته مثبت و منفی)، حال (لذت‌گرا^۳ و جبرگرا^۴)، و آینده (آینده و آینده متعالی^۵)، مورد مطالعه قرار گرفته است (میتیک، ۲۰۲۱). چشم‌انداز زمانی گذشته منفی، دیدگاه فرد نسبت به گذشته منفی است و ممکن است در نتیجه تجربه یک واقعه ناخوشایند و بازسازی منفی وقایع ظاهر شود. مشخصه این دیدگاه زمانی افسردگی، اضطراب، پرخاشگری، عدم ثبات عاطفی و عزت نفس پایین افراد است. این درحالی است که چشم‌انداز زمانی گذشته مثبت، یک نگرش خوش‌بینانه نسبت به گذشته را در فرد نشان می‌دهد و مشخصه آن دوستی، نگاه مثبت به زندگی، عزت نفس بالا و اضطراب اندک افراد است. چشم‌انداز زمانی حال لذت‌گرا، با نگرش لذت‌طلبانه، خطرپذیر و لذت‌محور نسبت به زندگی مشخص می‌شود. این دیدگاه با ریسک‌پذیری و نگرانی اندک نسبت به وقایع و ترجیحات کم برای سازگاری در افراد نشان داده می‌شود. از طرفی، چشم‌انداز زمانی حال تقدیرگرا این اعتقاد را نشان می‌دهد که آینده از پیش تعیین شده است و قابل تغییر نیست. طبق این دیدگاه زمانی، نیروهای غیرقابل کنترل سرنوشت افراد را تعیین می‌کنند. مشخصه این دیدگاه زمانی، افسردگی، اضطراب، توجه کم به عواقب اعمال در آینده و وجود منبع کنترل بیرونی در افراد است.

همچنین، چشم‌انداز زمانی آینده، مربوط به جهت‌گیری کلی نسبت به آینده است و با تلاش برای رسیدن به اهداف مورد نظر در آینده مشخص می‌شود. مشخصه اصلی این چارچوب زمانی وظیفه‌شناسی، سازگاری، در نظر گرفتن عواقب اعمال در آینده و وابستگی افراد به پاداش است (استولارسکی، فیولین و ون بیک^۶، ۲۰۱۵). چشم‌انداز زمانی آینده متعالی نیز توانایی فرد در تغییر مؤثر بین افق‌های زمانی در پاسخ به نیازهای محیطی را نشان می‌دهد (بوئید و زیمباردو، ۱۹۹۷). بر این اساس، افراد برخوردار از نگرش مثبت و متعالی نسبت به گذشته، حال و آینده از بهزیستی، سلامت ذهنی و سلامت جسمانی

7. Shores & Scott
8. García & Ruiz
9. Adams & Nettle
10. Henson
11. Guthrie

1. Time Perspective
2. Zimbardo & Boyd
3. Hedonistic-Present.
4. Fatalistic-Present
5. Future transcendental
6. Stolarski, Fieulaine & Van Beek

در همین راستا، چالش بنیادین در حوزه استعدادیابی کمبود روش‌ها و الگوهایی است که پراکندگی زیادی را که بین شاخص‌های مؤثر استعدادیابی در حوزه‌های گوناگون فیزیولوژیکی، روان‌شناختی، روانی- حرکتی و اجتماعی وجود دارد، به‌صورت مجموعه‌ای از توانایی‌های فردی در نظر بگیرد. به عبارت دیگر، سهم همه پارامترهای اساسی و تأثیرگذار به‌طور صحیح ملاحظه و مورد توجه قرار گیرد. طبیعی است روش یا الگویی کارآمد و همه‌جانبه می‌تواند وحدت رویه‌ای علمی و معتبر برای شناسایی صحیح استعدادهای ورزشکاران ایجاد کند (واینز و همکاران، ۲۰۰۸).

تاکنون، پژوهش‌های محدودی به بررسی و مقایسه متغیرهای روانشناختی از قبیل هوش هیجانی و خودکارآمدی در بین ورزشکاران نخبه و غیرنخبه کشورمان پرداخته‌اند و هنوز در کشور ما در پژوهش‌های مرتبط با حوزه ورزش، متغیر چشم‌اندازهای زمانی مورد بررسی قرار نگرفته است. لذا، با توجه به آنچه که در ارتباط با متغیرهای هوش هیجانی، خودکارآمدی و چشم‌اندازهای زمانی در زمینه عملکرد ورزشی ذکر شد و همچنین عدم وجود تحقیقات کافی در زمینه ورزش قهرمانی در کشور ما، پژوهش حاضر با هدف شناسایی متغیرهای مهم و تأثیرگذار در امر استعدادیابی ورزشی از طریق مقایسه هوش هیجانی، خودکارآمدی و ابعاد مختلف چشم‌اندازهای زمانی در بین ورزشکاران کشتی‌گیر نخبه و غیرنخبه انجام شده است تا این شکاف پژوهشی را تا حدودی پوشش داده و اطلاعات ارزشمندی در این خصوص کسب نماییم.

روش‌شناسی پژوهش

راهبرد پژوهش حاضر توصیفی و پس‌رویدادی است که با هدف کاربردی انجام شده است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه ورزشکاران مرد نخبه و غیرنخبه ایرانی از سراسر کشور و در رشته کشتی بود که به شیوه نمونه‌گیری هدفمند، تعداد ۲۲ کشتی‌گیر نخبه و ۳۶ کشتی‌گیر غیرنخبه با میانگین سنی تقریبی ۲۷ سال، به‌عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند.

ابزار گردآوری داده‌ها: در این پژوهش ابزارهای مورد استفاده عبارت بودند از:

الف) پرسش‌نامه محقق‌ساخته اطلاعات فردی ورزشکاران: در این پرسش‌نامه سابقه فعالیت ورزشی، سابقه عضویت در تیم ملی و سابقه

آمادگی جسمانی تمرکز کرده‌اند و اثرات ابعاد مختلف چشم‌اندازهای زمانی بر عملکرد واقعی ورزشکاران کمتر مورد بررسی قرار گرفته است. در معدود پژوهش‌های انجام شده در این زمینه، زنتسووا و لونوو^۱ (۲۰۱۳)، گزارش نمودند که چشم‌انداز زمانی گذشته مثبت در ورزشکاران نخبه غالب است و توصیه نمودند که مربیان و روان‌شناسان ورزشی باید تلاش خود را برای تغییر چنین وضعیتی به سمت رشد چشم‌انداز زمانی آینده انجام دهند؛ چراکه این امر باعث می‌شود ورزشکاران از نتایج بدست آمده کنونی رضایت نداشته و برای کسب موفقیت‌های بیشتر تلاش کنند (زنتسووا و لونوو، ۲۰۱۳). میتیک^۲ و همکاران (۲۰۲۱)، با مقایسه ابعاد چشم‌اندازهای زمانی در ورزشکاران نخبه و غیرنخبه صربستانی گزارش نمودند که در حالی که ورزشکاران نخبه نمرات پایین‌تری در ابعاد چشم‌اندازهای زمانی گذشته منفی و آینده کسب نمودند؛ اما، نمرات بالاتری در ابعاد زمانی حال تقدیرگرا و گذشته مثبت کسب کردند (میتیک و همکاران، ۲۰۲۱). از این رو، با توجه به امکان اصلاح مشخصات ابعاد چشم‌اندازهای زمانی از طریق مداخلات عملی، به‌نظر می‌رسد که قابلیت این مفهوم برای مداخلات در زمینه ورزش نیز به‌طور ویژه‌ای زیاد است (بونویل^۳ و همکاران، ۲۰۱۴). با این حال، علیرغم وجود مبانی نظری روشن از اهمیت و تأثیرات احتمالی مفهوم چشم‌انداز زمانی در حوزه ورزش، نقش این مفهوم در ورزش همچنان یک قلمرو ناشناخته باقی مانده است و بسیاری از افراد از این تأثیرات احتمالی کاملاً بی‌اطلاع می‌باشند (زیمباردو و بوئید، ۲۰۰۸؛ استولارسکی و همکاران، ۲۰۱۸).

فرآیند کشف ورزشکاران مستعد برای شرکت در برنامه تمرینی سازمان‌یافته از مهم‌ترین موضوعاتی است که امروزه در ورزش مطرح است. این فرآیند نیازمند یک الگوی کارآمد و همه‌جانبه است تا تمام جزئیاتی را که در نتیجه نهایی دخیل هستند را به‌درستی لحاظ کند. پژوهشگران حوزه استعدادیابی تلاش نموده‌اند تا ابتدا شاخص‌های تعیین‌کننده در شناسایی ورزشکاران رشته‌های مختلف ورزشی به‌درستی مشخص شود؛ در ادامه هنجار ورزشکاران نخبه این رشته‌های ورزشی را تعیین کنند تا امکان مقایسه با سایر ورزشکاران فراهم شود و از این طریق نسبت به شناسایی استعدادهای برتر تصمیم‌گیری شود (نوری و صادقی، ۲۰۱۷؛ جوهانسون و همکاران، ۲۰۱۸).

3. Boniwell

1. Zentsova & Leonov
2. Mitić

گذشته منفی (۱۰ سؤال)، گذشته مثبت (۹ سؤال)، حال لذت‌گرا (۱۵ سؤال)، حال تقدیرگرا (۹ سؤال)، آینده (۱۳ سؤال)، و آینده متعالی (۱۰ سؤال)، در طیف پنج ارزشی لیکرت (کاملاً موافقم = ۵ تا کاملاً مخالفم = ۱)، مورد ارزیابی قرار می‌دهد. شیوه نمره‌گذاری در سؤالات (۹، ۲۴، ۲۵، ۴۱، ۵۶، ۶۱)، به صورت معکوس است. در نتیجه، حداکثر و حداقل نمرات زیرمقیاس‌ها شامل گذشته منفی ۱۰-۵۰، گذشته مثبت ۴۵-۹، حال لذت‌گرا ۱۵-۷۵، حال تقدیرگرا ۹-۴۵، آینده ۱۰-۵۰، آینده متعالی ۱۰-۵۰، می‌باشد (زیمباردو و بوئید، ۱۹۹۹). زیمباردو و بوئید (۱۹۹۹)، ضریب پایایی آزمون-آزمون مجدد این پرسش‌نامه را بین ۰/۷۰ تا ۰/۸۰ گزارش نمودند. در ایران، تاج و همکاران (۲۰۰۵) این ابزار را ترجمه و اعتباریابی نمودند و ضریب پایایی مقیاس گذشته منفی را ۰/۸۰، گذشته مثبت ۰/۷۹، حال لذت‌گرا ۰/۷۰، حال تقدیرگرا ۰/۸۳، آینده ۰/۷۹، و آینده متعالی را ۰/۸۴ گزارش نمودند. همچنین، گلستانه و همکاران (۲۰۱۵) نیز برای انجام پژوهشی این مقیاس را ترجمه و اعتباریابی نمودند. در همین راستا، ضریب آلفای کرونباخ را برای ابعاد گذشته منفی ۰/۶۷، گذشته مثبت ۰/۵۷، حال لذت‌گرا ۰/۵۸، حال تقدیرگرا ۰/۵۶، آینده ۰/۵۹، و آینده متعالی ۰/۸۴ گزارش نمودند. ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر نیز برای ابعاد گذشته منفی ۰/۷۵، گذشته مثبت ۰/۷۸، حال لذت‌گرا ۰/۷۶، حال تقدیرگرا ۰/۷۵، آینده ۰/۷۱، و آینده متعالی ۰/۷۶ بدست آمد.

روش اجرا: پس از کسب موافقت‌نامه از فدراسیون کشتی و دریافت معرفی‌نامه، محقق اقدام به جمع‌آوری اطلاعات نمود. بر این اساس، تلاش شد تا به شیوه نمونه‌گیری هدفمند، نمونه‌های پژوهش در رشته کشتی (نخبة ۲۲؛ $N=36$)، انتخاب شوند. منظور از ورزشکار کشتی‌گیر نخبة، ورزشکاری است که در رشته کشتی موفق به راه‌یابی به تیم ملی و کسب مدال بازی‌های آسیایی، جهانی یا المپیک شده است. در همین راستا، ورزشکار کشتی‌گیر غیرنخبة به ورزشکاری اطلاق می‌شود که به شکل سازمان‌یافته به فعالیت در رشته ورزشی کشتی پرداخته (حداقل ۵ سال) اما موفق به راه‌یابی به تیم ملی نشده و تاکنون مدالی کسب نکرده است. لذا، معیار ورود برای این مطالعه شامل سلامت جسمانی و روانی ورزشکاران، داشتن حداقل پنج سال سابقه فعالیت ورزشی در رشته مورد نظر و عضویت در تیم‌های ملی و کسب مدال (برای ورزشکاران نخبة) بود. معیارهای خروج نیز شامل وجود هرگونه معلولیت یا مشکلات ذهنی، جسمانی، حرکتی و روان‌شناختی در ورزشکاران بود.

3. Zimbardo & Boyd Time Perspective Inventory

فصلنامه مطالعات روان‌شناسی ورزشی، تابستان ۱۴۰۳، دوره ۱۳، شماره ۴۸

مقایسه هوش هیجانی، خودکارآمدی و ابعاد چشم‌اندازهای زمانی...

هرگونه بیماری مورد پرسش قرار گرفت. در انتهای این پرسش‌نامه، رضایت‌نامه مورد نیاز برای شرکت افراد در پژوهش ارائه گردید. پرسش‌نامه هوش هیجانی برادبری و همکاران^۱ (۲۰۰۵): این پرسش‌نامه که جهت سنجش هوش هیجانی شرکت‌کنندگان مورد استفاده قرار گرفت، از دو بخش تشکیل شده است. بخش نخست شامل مهارت خودآگاهی و خودمدیریتی است که مرتبط با قابلیت‌های فردی می‌باشد و بخش دوم مهارت‌های آگاهی اجتماعی و مدیریت رابطه با دیگران که مرتبط با قابلیت‌های اجتماعی است را دربر می‌گیرد. این مقیاس دارای ۲۸ گویه است که در قالب مقیاس پنج-ارزشی لیکرت قابلیت‌های ذکر شده را ارزیابی می‌کند. نمره بالاتر از ۸۰ نشان‌دهنده هوش هیجانی بالا و نمره پایین‌تر از ۶۰ نشان‌دهنده هوش هیجانی پایین است. در تحقیقی که توسط مارانی (۱۳۸۲) در ارتباط با هنجاریابی این پرسش‌نامه در جامعه آماری دانش‌آموزان و دانشجویان شهر اصفهان انجام شد؛ ضریب پایایی از طریق همسانی درونی سؤال‌ها با استفاده از فرمول ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۱ به‌دست آمد که نشان می‌دهد این پرسش‌نامه از پایایی خوبی برخوردار است (مارانی، ۱۳۸۲).

ج) پرسش‌نامه خودکارآمدی عمومی شرر^۲ (۱۹۸۲): این مقیاس سه بعد از رفتار انسان شامل میل به آغازگری رفتار، ادامه تلاش برای تکمیل رفتار و مقاومت در رویارویی با موانع را اندازه‌گیری می‌کند. مقیاس خودکارآمدی عمومی شرر دارای ۱۷ گویه می‌باشد و در مقیاس پنج گزینه‌ای لیکرت از یک تا پنج نمره‌گذاری می‌شود. در سؤالات ۱۵-۱۳-۸-۹-۳-۱ برای گزینه‌های کاملاً موافقم، موافقم، نه موافقم نه مخالف، مخالف و کاملاً مخالفم به ترتیب نمره‌های ۲-۳-۴-۵ و ۱ و بقیه گویه‌ها به صورت برعکس نمره‌گذاری می‌شود. حداقل نمره در این مقیاس برابر با ۱۷ و حداکثر آن برابر با ۸۵ می‌باشد. نمره بالا حاکی از احساس خودکارآمدی بالاست. رضایی و همکاران (۲۰۱۸)، در پژوهش خود با هدف بررسی شاخص‌های روانسجی این مقیاس گزارش نمودند که این پرسش‌نامه دارای روایی محتوایی خوبی است و همچنین ضریب آلفای کرونباخ نیز در محدوده مطلوب (۰/۹۳) قرار دارد. تحلیل عاملی اکتشافی سه عامل این مقیاس را در شناسایی خودکارآمدی شناسایی نمود و تحلیل عاملی تأییدی نیز این فرضیه سه عاملی را تأیید نمود (رضایی و همکاران، ۲۰۱۸).

د) پرسش‌نامه چشم‌انداز زمانی زیمباردو و بوئید^۳ (۱۹۹۹): این پرسش‌نامه ۶۶ سؤال افق‌های زمانی را در قالب شش مؤلفه شامل

1. Bradberry, Travis and Griaes & Jean
2. Sherer

پس از بررسی و اطمینان از رعایت پیش‌فرض‌های آماری آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره شامل نرمال بودن داده‌ها (آزمون کلموگروف-اسمیرنوف)، یکسان بودن واریانس (آزمون لوین) و پیش-فرض همگنی ماتریس واریانس - کوواریانس داده‌ها (آزمون ام باکس)، با استفاده از این آزمون به مقایسه هوش هیجانی، خودکارآمدی و ابعاد مختلف چشم‌اندازهای زمانی در ورزشکاران کشتی‌گیر نخبه و غیرنخبه پرداخته شد. کلیه عملیات آماری با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۳ و در سطح معنی‌داری $P < 0.05$ انجام شد.

یافته‌ها

همانطور که در جدول ۱، ملاحظه می‌شود، اطلاعات توصیفی مربوط به ویژگی‌های فردی شرکت‌کنندگان در پژوهش ارائه شده است. براین اساس، اطلاعاتی از قبیل سن، قد و وزن کشتی‌گیران نخبه ($N=22$) و غیرنخبه ($N=36$)، ارائه شده است.

پس از انتخاب هدفمند شرکت‌کنندگان در پژوهش و کسب رضایت‌نامه از آنان، هوش هیجانی، خودکارآمدی و ابعاد مختلف چشم‌اندازهای زمانی در هریک از ورزشکاران نخبه و غیرنخبه با استفاده از پرسش‌نامه‌های مربوطه مورد ارزیابی قرار گرفت. در این پژوهش، مراحل اجرایی و به ویژه گردآوری داده‌ها باتوجه به محدودیت‌های ناشی از بیماری کووید-۱۹ و مشکلات ناشی از آن انجام شد. براین اساس، بهترین شیوه گردآوری داده‌ها استفاده از شیوه‌های چندرسانه‌ای و بهره‌گیری از ابزار و پرسش‌نامه آنلاین تشخیص داده شد. در نتیجه، پس از تدوین به‌شکل آنلاین، پرسش‌نامه‌ها از طریق شیوه‌های چندرسانه‌ای و مجازی در اختیار شرکت‌کنندگان قرار گرفت. مزیت این شیوه گردآوری داده‌ها، عدم تماس فیزیکی با فرد مورد نظر و حفظ پروتکل‌های بهداشتی جهت رعایت نکات بهداشتی و سلامت افراد بود. به کلیه شرکت‌کنندگان در پژوهش اطلاع داده شد که شرکت در این مطالعه داوطلبانه بوده و کلیه اطلاعات آن‌ها به‌شکل محرمانه خواهد بود.

روش آماری: در این پژوهش به‌منظور خلاصه و دسته‌بندی کردن اطلاعات، ابتدا از آمار توصیفی و به شکل محاسبه شاخص‌های مرکزی و پراکندگی (میانگین و انحراف معیار)، استفاده شد. در ادامه

جدول ۱. اطلاعات توصیفی (میانگین و انحراف معیار)، مربوط به ویژگی‌های فردی ورزشکاران کشتی‌گیر

Table 1- descriptive information (mean & standard deviation), related to individual characteristics of wrestling athletes.

متغیرها Variables	فراوانی (n) Frequency (n)	سن Mean(S.D) Age	قد Mean(S.D) Height	وزن Mean(S.D) Weight
کشتی‌گیران نخبه Elite wrestlers	22	27.47(5.25)	1.68(0.25)	82.24(4.21)
کشتی‌گیران غیرنخبه Non-elite wrestlers	36	28.12(4.23)	1.64(0.12)	84.85(5.12)

خودکارآمدی و ابعاد مختلف چشم‌اندازهای زمانی در ورزشکاران نخبه و غیرنخبه کشتی‌گیر ارائه شده است.

همانطور که در جدول ۲، نیز ملاحظه می‌شود، اطلاعات توصیفی (میانگین و انحراف معیار)، مربوط به نمرات هوش هیجانی،

جدول ۲، اطلاعات توصیفی (میانگین و انحراف معیار)، مربوط به نمرات هوش هیجانی، خودکارآمدی و ابعاد چشم‌اندازهای زمانی در کشتی‌گیران نخبه و غیرنخبه

Table 2- descriptive information (mean & standard deviation), related to emotional intelligence, self-efficacy & dimensions of time perspectives in elite & non-elite wrestlers.

متغیرها Variables	هوش هیجانی Emotional Intelligence M ± SD	خودکارآمدی self-efficacy M ± SD	گذشته منفی Negative past M ± SD	گذشته مثبت Positive past M ± SD	حال تقدیرگرا Fatalistic- Present M ± SD	حال لذتگرا Hedonistic- Present M ± SD	آینده Future M ± SD	آینده متعالی Future transcendent M ± SD
کشتی‌گیران نخبه Elite wrestlers	76.73±6.7 34	77.41±4.4 36	18.27±4.2 11	39.64±3.0 01	32.82±7.1 42	53.91±5.8 71	53.09±9.9 57	44.64±3.774
کشتی‌گیران غیرنخبه Non elite wrestlers	64.19±6.6 54	70.89±8.5 25	28.08±3.7 14	26.89±5.3 39	21.69±4.3 94	50.61±5.9 39	27.17±5.1 02	34.94±5.692

دو گروه ورزشکاران کشتی‌گیر نخبه و غیرنخبه حداقل در یکی از متغیرهای هوش هیجانی، خودکارآمدی و ابعاد مختلف چشم‌اندازهای زمانی ($F=51/178, P< 0/000, \eta^2=0/906$)، تفاوت معنی‌داری وجود دارد.

پس از اطمینان از رعایت پیش‌فرض‌های آماری آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره، با استفاده از این آزمون، به مقایسه هوش هیجانی، خودکارآمدی و ابعاد چشم‌اندازهای زمانی در بین ورزشکاران کشتی‌گیر نخبه و غیرنخبه پرداخته شد. در همین راستا، نتایج آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره در جدول ۳، گزارش شده است. چنانچه مشاهده می‌شود، نتایج آزمون لامبدای ویلکز بیانگر این است که بین

جدول ۳، نتایج آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره (آزمون لامبدای ویلکز)، جهت مقایسه هوش هیجانی، خودکارآمدی و ابعاد مختلف چشم‌اندازهای زمانی در کشتی‌گیران نخبه و غیرنخبه

Table 3 -The results of the multivariate analysis of variance test (Wilks' lambda test), to compare emotional intelligence, self efficacy & different dimensions of time perspectives in elite and non-elite wrestlers.

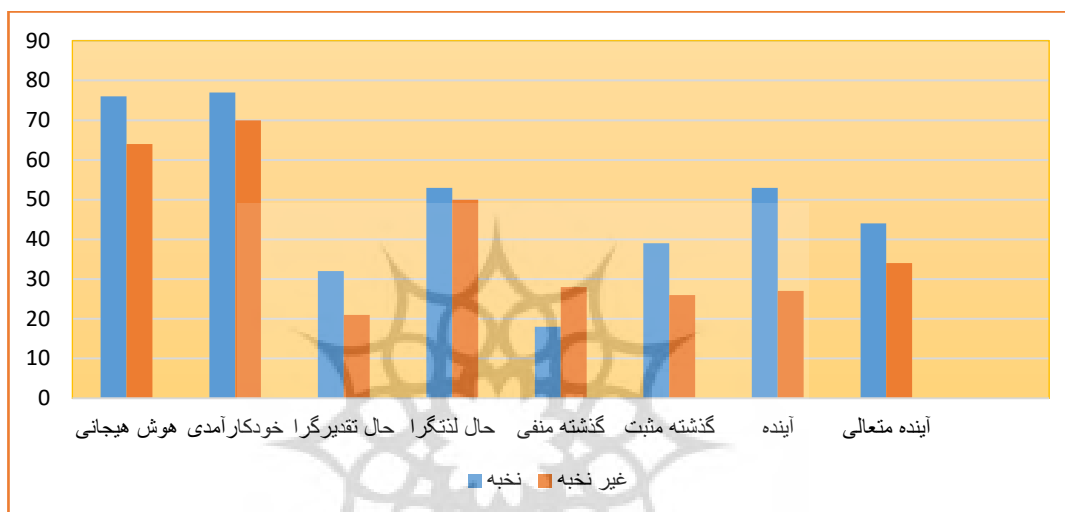
متغیرها Variables	ارزش Value	F	درجه آزادی خطا Error degree of freedom	درجه آزادی اثر Degree of freedom effect	P	η^2
	.094	51.178	9	48	0.000	.906

همانطور که در جدول ۴ و نمودار ۱ ملاحظه می‌شود، نتایج تحلیل واریانس چندمتغیره جهت بررسی اثرات گروه بر هوش هیجانی، خودکارآمدی و ابعاد مختلف چشم‌اندازهای زمانی، بین دو گروه از ورزشکاران نخبه و غیرنخبه کشتی‌گیر ارائه شده است. بر این

اساس، بین دو گروه ورزشکاران نخبه و غیرنخبه رشته کشتی، در متغیر هوش هیجانی ($F=48/006, P< 0/000, \eta^2=0/462$)، و خودکارآمدی ($F=10/994, P< 0/002, \eta^2=0/164$)، تفاوت

تقدیرگرا، حال لذت‌گرا، گذشته مثبت، گذشته منفی، آینده و آینده متعالی تفاوت معناداری وجود دارد. به این صورت که بجز مؤلفه چشم‌انداز زمانی گذشته منفی که نمره ورزشکاران نخبه پایین‌تر از ورزشکاران غیرنخبه بود، در سایر مؤلفه‌ها نمره کشتی‌گیران نخبه بیشتر از کشتی‌گیران غیرنخبه می‌باشد.

همچنین، همانطور که در نمودار ۱ ملاحظه می‌شود، نتایج مقایسه میانگین نمرات متغیرهای هوش هیجانی، خودکارآمدی و ابعاد چشم‌اندازهای زمانی بین دو گروه از ورزشکاران نخبه و غیرنخبه کشتی‌گیر ارائه شده است. بر این اساس، بین دو گروه کشتی‌گیران نخبه و غیرنخبه در مؤلفه‌های هوش هیجانی و خودکارآمدی تفاوت معنادار وجود دارد و نمرات کشتی‌گیران نخبه بالاتر می‌باشد. همچنین، بین ورزشکاران نخبه و غیرنخبه در مؤلفه‌های چشم‌انداز زمانی شامل حال



نمودار ۱، مقایسه میانگین نمرات هوش هیجانی، خودکارآمدی و ابعاد مختلف چشم‌اندازهای زمانی در بین کشتی‌گیران نخبه و غیرنخبه

Figure 1. Comparison of Mean Scores of Emotional Intelligence, Self-Efficacy, and Various Dimensions of Time Perspectives Between Elite and Non-Elite Wrestlers

شرایط مسابقه مطرح است. هر اندازه ورزشکار در درک، شناسایی و تنظیم هیجانات توانمندتر باشد، تمرکز فکری و کارکردی بهتری خواهد داشت که موجب می‌شود، عملکرد فردی کارآمدتر باشد (نظری طب و همکاران، ۲۰۱۶).

در آخرین تجدیدنظرها، هوش هیجانی را توانایی ادراک، ارزیابی و ابزار عواطف، تسهیل عاطفی تفکر، شناخت، تحلیلی و بکارگیری دانش عاطفی و تنظیم مدبرانه عواطف تعریف نموده‌اند. در همین راستا، برخورداری از هوش هیجانی بالاتر، عملکرد بهتر در زمینه‌های خودتنظیمی، ابراز وجود، استقلال، همدردی با دیگران، خودکنترلی،

بحث و نتیجه‌گیری

بخشی از یافته‌های این بخش نشان داد که هوش هیجانی ورزشکاران نخبه از ورزشکاران غیرنخبه بالاتر است. این نتایج با یافته‌های پژوهشی لین و همکاران (۲۰۰۹)، لین و ویلسون (۲۰۱۱)، نظریوری و همکاران (۲۰۱۳)، لیبورد و همکاران (۲۰۱۷)، و سویلو (۲۰۲۱) همسو و با یافته‌های پژوهشی متیک و همکاران (۲۰۲۱) ناهمسو است.

هوش هیجانی به عنوان یکی از ویژگی‌های روان‌شناختی مهم در کنترل و مدیریت هیجانات ورزشکاران در شرایط معمول زندگی و

تأثیرگذارترین سازه‌های روانی است که تلاش برای موفقیت در ورزش را تحت تأثیر قرار می‌دهد (شلانگوسکی و همکاران، ۲۰۱۴). خودکارآمدی، احساس شایستگی، بسندگی و توانایی در سازگار شدن با شرایط زندگی است که تأمین و حفظ معیارهای عملکرد، موجب افزایش آن و ناتوانی در تأمین و حفظ این معیارها آن را تقلیل می‌دهد (قربانی و همکاران، ۲۰۱۲). بندورا (۱۹۹۷) خودکارآمدی را به عنوان باور افراد به توانایی‌های خود برای کسب بهترین نتیجه ممکن، تعریف نموده است. عنوان شده که خودکارآمدی، مهارت‌ها و توانایی‌های ورزشکاران را افزایش و میزان استرس و اضطراب رقابتی آن‌ها را تقلیل می‌دهد (قربانی و همکاران، ۲۰۱۲). در همین راستا، مادوکس (۲۰۰۲) در تحقیق خود گزارش نموده که بین خودکارآمدی و میزان خلاقیت هیجانی ورزشکاران ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد و افرادی که از منابع کارآمدی غنی مانند خلاقیت هیجانی برخوردارند، احساس خودکارآمدی بالاتری داشته و در اکثر زمینه‌ها موفق‌ترند و در بیشتر تعاملات و شرایط رقابتی دشوار، برخورد مناسب‌تری از خود نشان می‌دهند (مادوکس، ۲۰۰۲). قربانی و همکاران (۲۰۱۲) در تحقیق خود گزارش نمودند افرادی که بهره‌وری بیشتری دارند، می‌توانند خودکارآمدی بیشتری نیز داشته باشند. در همین زمینه، تحقیقات انجام شده ارتباط مثبت و معنی‌داری را بین خودکارآمدی و هوش هیجانی ورزشکاران گزارش نموده‌اند (صیادی و همکاران، ۲۰۱۴). از این رو، می‌توان نتیجه گرفت که داشتن هوش هیجانی به نوبه خود می‌تواند باعث افزایش خودکارآمدی در ورزشکاران شود. در تحلیل این بخش از نتایج، می‌توان گفت ورزشکارانی که توانایی درک و تنظیم هیجان‌های خود و دیگران را دارند، می‌توانند شبکه‌های حمایت اجتماعی محکم‌تری بنا کنند و متعاقباً احساس توانمندی و خودکارآمدی بیشتری نمایند. در مقابل، ورزشکاران با هوش هیجانی پایین از توانایی تشخیص و سازگاری با احساسات دیگران که لازمه روابط مؤثر بین فردی است، بی‌بهره‌اند. بنابراین، ورزشکارانی که از درک دقیق هیجان‌های خود و دیگران عاجزند، سازگاری اجتماعی ضعیفی دارند که این امر به نوبه خود موجب کاهش حمایت‌های اجتماعی و احساس کارآمدی ضعیف‌تری می‌شود. موضوعی که نتایج پژوهش حاضر نیز مؤید آن است؛ به طوری که ورزشکاران نخبه در مقایسه با ورزشکاران غیرنخبه در رشته کشتی از سطوح بالاتری از خودکارآمدی و هوش هیجانی برخوردار می‌باشند.

بخش دیگری از نتایج پژوهش حاضر نشان داد که در ابعاد مختلف زمانی گذشته منفی، گذشته مثبت، حال تقدیرگرا، حال لذت‌گرا، آینده

خوش‌بینی و خودکارآمدی را با خود به همراه می‌آورد. همه این عوامل با سازگاری افراد در شرایط متفاوت در ارتباط می‌باشند و موفقیت ورزشی را تضمین می‌کنند (ویلیام و همکاران، ۲۰۰۸). در حقیقت، هوش هیجانی روشی جدید برای کنترل و مدیریت احساسات، عواطف و هیجان‌های ورزشکاران محسوب می‌شود. از این رو، هوش هیجانی بالا در ورزشکاران نشان می‌دهد که وی چگونه از هیجان‌های خود به‌طور مناسب در موقعیت‌های زمانی و مکانی مختلف استفاده می‌کند و حالات هیجانی مطلوب و متناسب با آن موقعیت را نشان می‌دهد (عیدی و همکاران، ۲۰۱۲). از این رو، هوش هیجانی به واسطه مدیریت و مهار هیجان‌های می‌تواند منجر به عملکرد بهتر در تمام سطوح مهارتی شود، موضوعی که نتایج پژوهش حاضر نیز مؤید آن است. در این راستا، نباید از نقش احتمالی ورزش در رشد هوش هیجانی چشم‌پوشی نمود. به نظر می‌رسد، این ارتباط دوطرفه باشد و انجام فعالیت‌های بدنی و ورزشی شرایطی را برای فرد به‌وجود می‌آورد که در رشد مهارت‌های روان‌شناختی از جمله هوش هیجانی مؤثر است و افراد با حضور خود در محیط‌های ورزشی با توجه به وجود زمینه‌های ارتباطی مختلف و حمایت‌های گسترده بیرونی درگیر اجتماع می‌شوند و روابط خود را گسترش می‌دهند. وجود این ارتباطات و تبادلات اجتماعی منجر به کنترل و تنظیم مؤثرتر هیجان‌های عواطف شده و موفقیت ورزشی را در سطوح نخبگی به‌همراه خواهد داشت (نظری‌طبا و همکاران، ۲۰۱۶). در همین راستا، متیک و همکاران (۲۰۲۱) در بررسی نیم‌رخ متغیرهای روان‌شناختی ورزشکاران نخبه نیز گزارش نمودند که ورزشکاران نخبه به وسیله نمرات مثبت بالا در کنترل احساسات، خودکارآمدی، چشم‌انداز زمانی حال جبرگرا و چشم‌انداز زمانی مثبت گذشته‌نگر مشخص می‌شوند (متیک و همکاران، ۲۰۲۱). موضوعی که نتایج پژوهش حاضر نیز آن را تأیید می‌نماید و ملاحظه شد که ورزشکاران نخبه کشتی‌گیر از لحاظ هوش هیجانی در سطوح بالاتری قرار دارند.

بخش دیگری از یافته‌های این پژوهش نشان داد که نمره خودکارآمدی در ورزشکاران نخبه کشتی‌گیر از ورزشکاران غیرنخبه این رشته بالاتر است. این نتایج با یافته‌های پژوهشی متیک و همکاران (۲۰۲۱) و نیز لین و ویلسون (۲۰۱۱) همسو و با یافته‌های پژوهشی مقدم و همکاران (۲۰۲۰) ناهمسو است.

بسیاری از محققان و روانشناسان ورزشی بر این باورند که ورزشکاران در تمام سطوح رقابتی به منظور رسیدن به اهداف خود به مهارت‌های روانی بیشتر از مهارت‌های بدنی نیازمندند (سهیلی و همکاران، ۲۰۱۳؛ متیک و همکاران، ۲۰۲۱). در همین راستا، خودکارآمدی یکی از

گذشته منفی در کشتی‌گیران نخبه، به‌طور مستقیم یا غیرمستقیم اثرات مثبتی بر عملکرد ورزشی دارد.

افرادی که به گذشته منفی تمایل دارند، دچار نگرانی‌هایی در زندگی هستند و به‌طور قابل‌توجهی دچار اضطراب می‌شوند (آستروم^۱ و همکاران، ۲۰۱۴). همچنین، جهت‌گیری زمانی گذشته منفی می‌تواند توأم با فشارهای روانی و تجارب ناخوشایند از قبیل احساس تنهایی، پوچی، مرگ و اضطراب حاصل از این تجارب شود. این افراد مدام از ناامیدی، از خودبیگانگی، استرس و بی‌معنایی رنج می‌برند. این درحالی‌ست که افراد برخوردار از چشم‌انداز زمانی گذشته مثبت به دلیل عزت نفس بالا، احساس خوشایند بیشتری نسبت به اتفاقات روزمره دارند و به دلیل نگاه سالم‌تر نسبت به زندگی از زمینه بهتری برای فعالیت بدنی، مشارکت ورزشی و کسب موفقیت در آینده برخوردار می‌باشند (لانگ و اسپلن^۲، ۲۰۱۰). بنابراین، دور از انتظار نیست که بعد زمانی گذشته مثبت نسبت به گذشته منفی در کشتی‌گیران نخبه بیشتر بیان شود؛ موضوعی که نتایج به دست آمده در این مطالعه نیز آن را تأیید می‌کند.

بخش دیگری از نتایج پژوهش حاضر نشان داد که چشم‌انداز زمانی حال تقدیرگرا در کشتی‌گیران نخبه نسبت به کشتی‌گیران غیرنخبه بیشتر بیان می‌شود. این یافته پژوهشی با بخشی از نتایج مطالعه متیک و همکاران (۲۰۲۱)، همسو؛ اما، متناقض با مفروضات مدل چشم-اندازهای زمانی استولارسکی و همکاران (۲۰۱۹)، است. همانطور که بیان شد، استولارسکی و همکاران (۲۰۱۹) با ارائه مدل پیچیده‌ای از تأثیرات احتمالی ابعاد مختلف چشم‌اندازهای زمانی بر عملکرد ورزشی، عنوان نموده‌اند که افق‌های زمانی از طریق افزایش انگیزش، مشارکت و درگیری بیشتر ورزشکاران، تنظیم حالات عاطفی مؤثر و کنار آمدن با احساسات ناشی از آن می‌توانند بر عملکرد ورزشی افراد تأثیر بگذارند.

براساس مشخصات و مفروضات بعد زمانی حال تقدیرگرا که شامل کارایی شخصی کاهش‌یافته و همچنین منبع کنترل و طرح‌ریزی بیرونی است، درک و توجه چنین توصیفی در ارتباط با ورزشکاران نخبه دشوار است و انتظار می‌رود که تأثیرات منفی بر زنجیره انگیزش، مشارکت و عملکرد ورزشی داشته باشد (استولارسکی و همکاران، ۲۰۱۹).

کشتی‌گیران نخبه چرخه‌های مختلفی از برنامه‌های آماده‌سازی را طی می‌کنند که در آن اهداف به‌طور روشن و واضح ترسیم و پیگیری می‌شوند. ممکن است این فرض وجود داشته باشد که کشتی‌گیران

مقایسه هوش هیجانی، خودکارآمدی و ابعاد چشم‌اندازهای زمانی...

و آینده متعالی بین کشتی‌گیران نخبه و غیرنخبه تفاوت معنی‌داری وجود دارد. به این صورت که نمره مؤلفه چشم‌انداز زمانی گذشته منفی در ورزشکاران نخبه پایین‌تر از ورزشکاران غیرنخبه بود، اما در سایر مؤلفه‌ها، نمره ورزشکاران نخبه بیشتر از ورزشکاران غیرنخبه می‌باشد. این نتایج با یافته‌های تحقیقی شورت و اسکات (۲۰۰۷)، آدامز و تیل (۲۰۰۹)، هنسون و همکاران (۲۰۰۶)، گاتری و همکاران (۲۰۱۳)، زنتسوا و لونوو (۲۰۱۳)، استولارسکی و همکاران (۲۰۱۸)، همچنین بخشی از یافته‌های تحقیقی متیک و همکاران (۲۰۲۱) همسو و با یافته‌های تحقیقی گارسیا و روئیس (۲۰۱۵)، و بخشی از یافته‌های مطالعه متیک و همکاران (۲۰۲۱)، ناهمسو است.

متأسفانه تعداد مطالعاتی که ابعاد مختلف چشم‌اندازهای زمانی را بین ورزشکاران و در یک زمینه ورزشی بررسی کرده‌اند، ناچیز است. بنابراین، بحث در ارتباط با نتایج پژوهش حاضر می‌تواند براساس تحلیل منطقی و مدل‌های فرضی از ارتباط بین عملکرد ورزشی و ابعاد چشم‌اندازهای زمانی باشد.

همانطور که انتظار می‌رفت، ابعاد مختلف چشم‌اندازهای زمانی بین ورزشکاران نخبه و غیرنخبه متفاوت بود؛ چرا که آن‌ها برآمده از تجربیات متفاوت شخصی و اجتماعی افراد در طول زمان است (زیمباردو و بوئید، ۲۰۰۸). افراد دائماً توجه خود را بین افق‌های زمانی مختلف و در پاسخ به نیازهای محیطی، حالات درونی، عادات و انگیزه‌های شخصی تغییر می‌دهند (استولارسکی و همکاران، ۲۰۱۸). این فرآیند به لطف توانایی منحصر به فرد افراد در انجام سفرهای ذهنی در طول زمان امکان‌پذیر است (سودندورف و کوربالیس، ۲۰۰۷).

از این رو، با توجه به ماهیت پویای ابعاد مختلف چشم‌اندازهای زمانی و برخی از سوگیری‌های خاص نسبت به جاذب‌های زمانی، ممکن است تفاوت‌های فردی نسبتاً پایداری در این افق‌های زمانی مشاهده شود که منجر به شکل‌گیری نیم‌رخ مشخصات چشم‌اندازهای زمانی می‌شود. موضوعی که نتایج پژوهش حاضر نیز آن را نشان داد و ملاحظه شد که نیم‌رخ چشم‌اندازهای زمانی ورزشکاران نخبه با ورزشکاران غیرنخبه متفاوت است. در همین راستا، بخشی از نتایج پژوهش حاضر نشان داد که مؤلفه زمانی گذشته منفی در کشتی‌گیران نخبه نسبت به کشتی‌گیران غیرنخبه کمتر بیان می‌شود؛ این درحالی‌ست که مؤلفه زمانی گذشته مثبت در کشتی‌گیران نخبه بیشتر بیان می‌شود. این بخش از نتایج پژوهش منطبق بر مفروضات مدل فرضی چشم‌اندازهای زمانی استولارسکی و همکاران (۲۰۱۹)، است. براساس این مدل، بیان بیشتر چشم‌انداز زمانی گذشته مثبت نسبت به

یافته‌های پژوهش حاضر، این ممکن است درست باشد که کشتی‌گیران نخبه از چشم‌انداز غالب آینده برخوردار باشند. کشتی‌گیران نخبه درگیر ورزش می‌شوند و دلیل ماندن آن‌ها در ورزش را می‌توان در آینده دید. آن‌ها برنامه‌ریزی می‌کنند و با تعیین اهداف برای تحقق آن‌ها تلاش می‌کنند.

افرادی که بر آینده تمرکز دارند به ارزیابی احتمال پاداش‌های مطلوب و قابلیت واقعی موانع و چالش‌ها پرداخته و سپس به تصمیم‌گیری اقدام می‌کنند. بنابراین، می‌توان گفت که کشتی‌گیران نخبه با کسب لذت‌های فعلی در انتظار دستیابی به رضایت بیشتر در آینده می‌باشند. در واقع، دلیل حضور طولانی‌مدت در ورزش توسط کشتی‌گیران نخبه را می‌توان در دستاوردهای واقعی ورزشی آن‌ها در آینده و رسیدن به تعالی جستجو نمود. موضوعی که نتایج پژوهش حاضر نیز آن را تأیید می‌نماید (استولارسکی و همکاران، ۲۰۱۹).

با توجه به نتایج پژوهش حاضر، می‌توان گفت که مفهوم چشم‌اندازهای زمانی یک عامل اساسی یا مجموعه‌ای از عوامل است که زیربنای عملکرد روانی ورزشکاران و رفتارهای حرکتی آنان است. نقش چشم‌اندازهای زمانی ممکن است در سطوح مختلف، از جمله فرآیندهای عاطفی، انگیزشی و شناختی قابل مشاهده باشد. ابعاد مختلف چشم‌اندازهای زمانی ممکن است باعث افزایش مشارکت ورزشی (کایلن و مارتینز^۲، ۲۰۱۴)، انگیزه ورزشی (پلتیر^۴ و همکاران، ۲۰۱۳)، یا اعتماد به نفس ورزشی (ویالی^۵، ۱۹۸۶) و کاهش فرسودگی ورزشکاران (رادکه و اسمیت^۶، ۲۰۰۱) شود.

سرانجام، از آنجا که ابعاد چشم‌اندازهای زمانی حداقل تا حدی مشتق از تجربیات شخصی و اجتماعی فرد است (زیمباردو و بوئید، ۲۰۰۸)، ما انتظار داریم که سطوح عملکرد عینی و ارزیابی‌های ذهنی فرد از عملکرد متجر به تغییر نیم‌رخ چشم‌اندازهای زمانی ورزشکاران شود. از این رو، با توجه به نتایج این پژوهش می‌توان گفت که متغیرهای هوش هیجانی، خودکارآمدی و مفهوم چشم‌اندازهای زمانی و اثرات آن بر عملکرد نخبگی ورزشکاران باید بیش از پیش مورد توجه کلیه ورزشکاران، والدین، مربیان و متخصصین ورزشی قرار گیرد.

پژوهش حاضر محدود به بررسی ورزشکاران مرد نخبه و غیرنخبه در رشته کشتی و در سطوح سنی بزرگسالی بود. در همین راستا، انجام پژوهش‌های مشابه در بین ورزشکاران زن و مرد نخبه و غیرنخبه در سایر رشته‌های ورزشی انفرادی و گروهی، در سطوح سنی مختلف

نخبه از آنچه بدست آورده‌اند راضی و خشنود باشند و دیگر نیاز به خود-برنامه‌ریزی نداشته باشند؛ درحالی که کشتی‌گیران غیرنخبه بر این باورند که هنوز هم می‌توانند از طریق تمرین و آموزش عملکرد خود را به‌طور قابل توجهی ارتقاء دهند.

یکی از توضیحات مربوط به بیان چشم‌انداز زمانی حال تقدیرگرا در کشتی‌گیران نخبه را می‌توان در عدم استقلال در طول ورزش و تجویز برنامه‌های تمرینی منظم از سوی مربیان تیم‌های ملی و عمل حداکثری به این تمرینات از سوی آن‌ها یافت. در نتیجه، می‌توان تا حدودی بیان چشم‌انداز زمانی حال تقدیرگرا در کشتی‌گیران نخبه را به عدم خودمختاری و محرومیت آنان از روند تصمیم‌گیری، بروز بیش‌تمرینی و وجود منبع کنترل بیرونی مرتبط دانست (وینسلی و ماتوس^۱، ۲۰۱۱).

همچنین، نتایج پژوهش حاضر نشان داد که چشم‌انداز زمانی حال لذت‌گرا در کشتی‌گیران نخبه نسبت به کشتی‌گیران غیرنخبه بیشتر بیان می‌شود. بیان افق زمانی حال لذت‌گرا، منجر به انگیزش‌های انرژی پایه افزایش یافته می‌شود که با سطوح انگیزشی ارتقاء یافته مرتبط است (استولارسکی و همکاران، ۲۰۱۹). علاوه بر این، تلاش برای کسب لذت، مشخصه افراد برخوردار از این بعد زمانی است. بنابراین، افزایش لذت و خلق و خوی مربوط به ورزش ممکن است به عاملی تبدیل شود که چنین افرادی را برای تمرین ورزشی ترغیب نماید.

حال لذت‌گرایان معمولاً تکانشی‌تر و بی‌ثبات‌تر هستند. لذا، ممکن است نسبت به هم‌تایان خود بیشتر مستعد ترک برنامه‌های تمرینی و آموزشی باشند (هاربر^۲ و همکاران، ۲۰۰۳؛ زیمباردو و بوئید، ۲۰۰۸)؛ بنابراین، تأثیرات این بعد ممکن است بین جنبه‌های خاص انگیزش (به‌عنوان مثال، شدت در مقابل ثبات) و بین زمینه‌های عملکردی (تفریحی در مقابل حرفه‌ای) بسیار متفاوت باشد. این موضوع لزوم انجام تحقیقات بیشتر در این حوزه را مورد تأکید قرار می‌دهد. بخش دیگری از نتایج پژوهش حاضر نشان داد که چشم‌اندازهای زمانی آینده و آینده متعالی در کشتی‌گیران نخبه نسبت به کشتی‌گیران غیرنخبه بیشتر بیان می‌شود. تأثیر واقعی چشم‌انداز زمانی آینده و آینده متعالی در یک زمینه ورزشی را می‌توان از طرق مختلف در نظر گرفت. در همین راستا، استولارسکی و همکاران (۲۰۱۹) اظهار داشتند که بیان چشم‌انداز زمانی آینده و آینده متعالی می‌تواند عاملی باشد که از انصراف و افت ورزشکاران جوان از ورزش جلوگیری کند. با توجه به

4. Pelletier
5. Vealey
6. Raedeke & Smith

1. Winsley & Matos
2. Harber
3. Guillén & Martínez

تقدیر و تشکر

از کلیه اساتید، مربیان و ورزشکارانی که ما را در انجام این پژوهش یاری رساندند، تقدیر و تشکر می‌نماییم.

(نوجوانی، جوانی و بزرگسالی)، می‌تواند اطلاعات جامع و کاملی را در اختیار پژوهش‌گران حوزه روانشناسی ورزشی قرار دهد.

References

1. Astrom, E., Wiberg, B., Sircova, A., Wiberg, M., & Carelli, M. G. (2014). Insights into features of anxiety through multiple aspects of psychological time. *J. Integr. Psychol. Ther.*, 2(3), 1–7.
<https://doi.org/10.7243/2054-4723-2-3>
2. Adams, J., & Nettle, D. (2009). Time perspective, personality and smoking, body mass, and physical activity: An empirical study. *Br. J. Health Psychol.*, 14, 83–105.
<https://doi.org/10.1348/135910708x299664>
3. Arribas-Galarraga, S., Cecchini, J. A., Luis-De-Cos, I., Saies, E., & Cos, L. D. (2019). Influence of emotional intelligence on sport performance in elite canoeist. *https://doi.org/10.14198/jhse.2020.154.05*
4. Bastian, V. A., Burns, N. R., & Nettelbeck, T. (2005). Emotional intelligence predicts life skills, but not as well as personality and cognitive abilities. *Pers. Individ. Differ.*, 39(6), 1135–1145.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.04.006>
5. Bandura, A. (1986). The explanatory and predictive scope of self-efficacy theory. *J. Soc. Clin. Psychol.*, 4(3), 359.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1521/jscp.1986.4.3.359>
6. Boniwell, I., Osin, E., & Sircova, A. (2014). Introducing time perspective coaching: A new approach to improve time management and enhance wellbeing. *Int. J. Evid. Based Coach. Mentor.*, 12, 24–40.
7. Boyd, J. N., & Zimbardo, P. G. (1997). Constructing time after death: The transcendental-future time perspective. *Time Soc.*, 6(1), 35–54.
<https://doi.org/10.1177/0961463x97006001002>
8. Crombie, D., Lombard, C., & Noakes, T. (2009). Emotional intelligence scores predict team sports performance in a national cricket competition. *Int. J. Sports Sci. Coach.*, 4(2), 209–224.
<https://doi.org/10.1260/174795409788549544>
9. Cairney, J., Hay, J. A., Faught, B. E., Leger, L. U. C., & Mathers, B. (2008). Generalized self efficacy and performance on the 20 metre shuttle run in children. *Am. J. Hum. Biol.*, 20(2), 132–138.
<https://doi.org/10.1002/ajhb.20690>
10. Campo, M., Laborde, S., & Mosley, E. (2016). Emotional intelligence training in team sports: The influence of a season long intervention program on trait emotional intelligence. *J. Individ. Differ.*, 37(3), 152.
<https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000201>
11. Feltz, D. L., & Lirgg, C. D. (2001). Self-efficacy beliefs of athletes, teams, and coaches. *Handb. Sport Psychol.*, 2(2001), 340–61.
12. Feltz, D. L., Short, S. E., & Sullivan, P. J. (2008). *Self-efficacy in sport*. Human Kinetics.
13. García, J. A., & Ruiz, B. (2015). Exploring the role of time perspective in leisure choices: What about the balanced time perspective? *J. Leis. Res.*, 47, 515–537.
<https://doi.org/10.18666/jlr-2015-v47-i5-5876>
14. Guthrie, L. C., Lessl, K., Ochi, O., & Ward, M. M. (2013). Time perspective and smoking, obesity, and exercise in a community sample. *Am. J. Health Behav.*, 37, 171–180.
<https://doi.org/10.5993/ajhb.37.2.4>
15. Golestane, S. M., Afshin, S. A., & Dehghani, A. (2015). The relationship between time perspective and goal orientation, academic procrastination and academic achievement.

- Students of different faculties of the Persian Gulf University. *Soc. Cogn.*, 2(52-71). In Persian
16. Guillén, F., & Martínez-Alvarado, J. R. (2014). The sport engagement scale: an adaptation of the Utrecht work engagement scale (UWES) for the sports environment. *Univ. Psychol.*, 13, 975-984. <https://doi.org/10.1037/t46138-000>
 17. Henson, J. M., Carey, M. P., Carey, K. B., & Maisto, S. A. (2006). Associations among health behaviors and time perspective in young adults: Model testing with bootstrapping replication. *J. Behav. Med.*, 29, 127-137. <https://doi.org/10.1007/s10865-005-9027-2>
 18. Harber, K. D., Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (2003). Participant self-selection biases as a function of individual differences in time perspective. *Basic Appl. Soc. Psych.*, 25, 255-264. https://doi.org/10.1207/s15324834basp2503_08
 19. Joseph, D. L., Jin, J., Newman, D. A., & O'Boyle, E. H. (2015). Why does self-reported emotional intelligence predict job performance? A meta-analytic investigation of mixed EI. *J. Appl. Psychol.*, 100(2), 298. <https://doi.org/10.1037/a0037681>
 20. Kuczka, K. K., & Treasure, D. C. (2005). Self-handicapping in competitive sport: Influence of the motivational climate, self-efficacy, and perceived importance. *Psychol. Sport Exerc.*, 6(5), 539-550. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2004.03.007>
 21. Laborde, S., Dosseville, F., Guillén, F., & Chávez, E. (2014). Validity of the trait emotional intelligence questionnaire in sports and its links with performance satisfaction. *Psychol. Sport Exerc.*, 15(5), 481-490. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.05.001>
 22. Laborde, S., Guillén, F., & Watson, M. (2017). Trait emotional intelligence questionnaire full-form and short-form versions: Links with sport participation frequency and duration and type of sport practiced. *Pers. Individ. Differ.*, 108, 5-9. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.11.061>
 23. Leung, D., & Esplen, M. J. (2010). Alleviating existential distress of cancer patients: Can relational ethics guide clinicians? *Eur. J. Cancer Care*, 19(1), 30-38. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2354.2008.00969.x>
 24. Lane, A. M., & Wilson, M. (2011). Emotions and trait emotional intelligence among ultra-endurance runners. *J. Sci. Med. Sport*, 14(4), 358-362. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2011.03.001>
 25. MacNamara, Á., Button, A., & Collins, D. (2010). The role of psychological characteristics in facilitating the pathway to elite performance part1: Identifying mental skills and behaviors. *Sport Psychol.*, 24, 52-73.
 26. Mitić, P., Nedeljković, J., Bojanić, Ž., Franceško, M., Milovanović, I., Bianco, A., & Drid, P. (2021). Differences in the psychological profiles of elite and non-elite athletes. *Front. Psychol.*, 12, 769. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.635651>
 27. Makari Sai, S., Hosseini, F. S., & Ahmadi, M. (2023). The role of general self-efficacy and psychological resistance on psychological management in premier league basketball players. *Sports Psychol. Stud.*, 12(46): 41-56. In Persian <https://doi.org/10.22089/spsyj.2020.9224.2003>
 28. Malik Mohammadi, M., Nouri, H. A., & Ibn al-Shariah, M. (2015). Emotional intelligence, its dimensions, characteristics and models. The second international conference on modern researches in management, Tehran. In Persian
 29. Moritz, S. E., Feltz, D. L., Fahrbach, K. R., & Mack, D. E. (2000). The relation of self-efficacy measures to sport performance: A meta-analytic review. *Res. Q. Exerc. Sport*,

- 71(3), 280-294.
<https://doi.org/10.1080/02701367.2000.10608908>
30. Nazarpuri, Khalji, & Mardane (2013). The relationship between IQ, emotional intelligence and movement readiness with learning claw skills and volleyball serve. *Mot. Behav.*, 12, 141-161. In Persian
31. Pelletier, L. G., Rocchi, M. A., Vallerand, R. J., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2013). Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Psychol. Sport Exerc.*, 14, 329-341.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.12.002>
32. Perlini, A. H., & Halverson, T. R. (2006). Emotional intelligence in the national hockey league. *Can. J. Behav. Sci./Rev. can. sci. comportement*, 38(2), 109.
<https://doi.org/10.1037/cjbs2006001>
33. Pina, J. A., Passos, A. M., Maynard, M. T., & Sinval, J. (2021). Self-efficacy, mental models and team adaptation: A first approach on football and futsal refereeing. *Psychol. Sport Exerc.*, 52, 101787.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101787>
34. Raedeke, T. D., & Smith, A. L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *J. Sport Exerc. Psychol.*, 23, 281-306.
<https://doi.org/10.1123/jsep.23.4.281>
35. Stolarski, M., Fieulaine, N., & Van Beek, W. (Eds.). (2015). *Time perspective theory: Review, research & application*. Switzerland: Springer International Publishing.
<https://doi.org/10.1007/978-3-319-07368-2>
36. Dana, A., Shojaei, V., & Ghorbani, S. (2022). The relationship between perseverance and mental strength and emotional intelligence of elite athletes. *Sports Psychol. Stud.*, In Persian
<https://doi.org/10.22089/spsyj.2019.6484.1686>
37. Stephen, S. A., Habeeb, C. M., & Arthur, C. A. (2022). Congruence of efficacy beliefs on the coach-athlete relationship and athlete anxiety: Athlete self-efficacy and coach estimation of athlete self-efficacy. *Psychol. Sport Exerc.*, 58, 102062.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.102062>
38. Stolarski, M., Fieulaine, N., & Zimbardo, P. G. (2018). "Putting time in a wider perspective: The past, the present, and the future of time perspective theory," in *The SAGE Handbook of Personality and Individual Differences*, Eds V. Zeigler-Hill and T. K. Shackelford (Thousand Oakes, CA: SAGE Publishing).
<https://doi.org/10.4135/9781526451163.n28>
39. Stolarski, M., Waleriańczyk, W., & Pruszczyk, D. (2019). Introducing temporal theory to the field of sport psychology: Toward a conceptual model of time, perspectives in athletes' functioning. *Front. Psychol.*, 9, 2772.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02772>
40. Soyulu, Y. (2021). Comparison of emotional intelligence levels of soccer players according to age and playing position. *Acta Gymnica*, 51(1), 1-5.
<https://doi.org/10.5507/ag.2021.008>
41. Shores, K., & Scott, D. (2007). The relationship of individual time perspective and recreation experience preferences. *J. Leis. Res.*, 39, 28-59.
<https://doi.org/10.1080/00222216.2007.11950097>
42. Suddendorf, T., & Corballis, M. C. (2007). The evolution of foresight: What is mental time travel, and is it unique to humans? *Behav. Brain Sci.*, 30, 299-313.
<https://doi.org/10.1017/s0140525x07001975>
43. Taj, M., Makri, A., & Fatuhi, A. (2005). Depreciation of delayed value and its correlation with time perspective in medical interns. *Iran. J. Psychiatry Clin. Psychol. (Thought Behavior)*, 11(3), 327-334. In Persian
44. Winsley, R., & Matos, N. (2011). Overtraining and elite young athletes. *Med. Sport Sci.*, 56, 97-105.
<https://doi.org/10.1159/000320636>
45. Wittig, A. F., Duncan, S. L., & Schurr, K. T. (1987). The relationship of gender, gender-

- role endorsement and perceived physical self-efficacy to sport competition anxiety. *J. Sport Behav.*, 10(4), 192.
46. Vealey, R. S. (1986). Conceptualization of sport-confidence and competitive orientation: Preliminary investigation & instrument development. *J. Sport Psychol.*, 8, 221-246. <https://doi.org/10.1123/jsp.8.3.221>
 47. Van Yperen, N. W. (2009). Why some make it and others do not: Identifying psychological factors that predict career success in professional adult soccer. *Sport Psychol.*, 23, 317-329. <https://doi.org/10.1123/tsp.23.3.317>
 48. Žvan, M., & Čoh, M. (2018). Identification of young talents in sport. *Glas. Antropol. društva Srbije*, 53(1-2). <https://doi.org/10.5937/gads53-18642>
 49. Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *J. Pers. Soc. Psychol.*, 77, 1271-1288. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.77.6.1271>
 50. Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (2008). *The time paradox: The new psychology of time that will change your life*. New York: Free Press.
 51. Zentsova, N. I., & Leonov, S. V. (2013). Comparative characteristics of time perspective of professional athletes and drug addicted people. *Proc. Soc. Behav. Sci.*, 78, 340-344. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.04.307>
 52. Zagórska, A., & Guskowska, M. (2014). A program to support self efficacy among athletes. *Scand. J. Med. Sci. Sports*, 24(3), e121-e128. <https://doi.org/10.1111/sms.12125>