

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱	چکیده تحقیق
	فصل اول: مقدمه و معرفی
۱	مقدمه
۴	بیان مسئله
۶	ضرورت و اهمیت تحقیق
۷	اهداف تحقیق
۸	فرضیه‌های تحقیق
۸	محدودیت‌های تحقیق
۸	الف - مفهوم نظری
۹	ب) مفهوم عملیاتی
۱۰	تعریف نظری
۱۰	تعریف عملیاتی
	فصل دوم: پیشینه تحقیق
۱۲	مقدمه
۱۲	پیدایش روانشناسی ورزشی
۱۴	شخصیت و ورزش
۱۷	رابطه ویژگی‌های شخصیتی با ورزش

۲۱	منبع کنترل
۲۳	منبع کنترل و توسعه ابزارهای سنجش آن
۲۵	یک بعدی و یا چند بعدی بودن منبع کنترل
۲۷	ویژگی های روان شناختی کنترل درونی ها و بیرونی ها
۳۷	نتیجه گیری کلی از تحقیقات انجام شده

فصل سوم: روش انجام تحقیق

۴۱	روش تحقیق
۴۱	جامعه آماری
۴۲	نمونه و روش نمونه برداری
۴۲	شرایط اجرای پرسشنامه
۴۲	متغیرهای تحقیق
۴۴	۱- فرم مشخصات فردی و سوابق ورزشی آزمودنی ها
۴۵	۲- پرسشنامه لونسون (I.P.C)
۴۶	روش کد گذاری داده ها
۴۷	روش های آماری جهت تجزیه و تحلیل داده ها

فصل چهارم: تجزیه و تحلیل داده ها

۴۹	مقدمه
۴۹	بخش اول: آمارهای توصیفی و تحلیل های آن
۴۹	۱- توصیف آماری ویژگی های آزمودنی ها

صفحه	عنوان
۵۵	شاخص‌های آماری متغیرهای تحقیق
۵۶	بخش دوم: آمار استنباطی و تحلیل‌های آن
فصل پنجم: بحث و نتیجه‌گیری	
۶۲	مقدمه
۶۲	خلاصه تحقیق
۶۲	بحث و بررسی یافته‌های پژوهش
۷۰	نتیجه‌گیری
۷۰	توصیه‌های آموزشی و کاربردی
۷۳	چند پیشنهاد برای پژوهش‌های آینده
۷۴	فهرست ماخذها
۷۴	الف) ماخذهای فارسی
۷۹	ب) ماخذهای انگلیسی
ضمایم	
۸۳	ضمیمه ۱
۸۴	ضمیمه ۲

فهرست جداول

صفحه	عنوان
۴۲	جدول ۳-۱: توزیع دانشجویان دختر دانشگاه تربیت معلم تهران.....
۴۹	جدول ۴-۱: توزیع گروه ورزشکاران تحت بررسی بر حسب سابقه ورزشی به سال.....
۴۹	جدول ۴-۲: توزیع گروه ورزشکار تحت بررسی بر حسب تعداد جلسات تمرین در هفته.....
۵۲	جدول ۴-۳: توزیع ورزشکاران بر حسب ورزش منظم و نامنظم.....
۵۲	جدول ۴-۴: وضعیت عضویت در تیم‌های مختلف ورزشی در ورزشکاران.....
۵۵	جدول ۴-۵: شاخص‌های آماری ورزشکاران و غیر ورزشکاران بر حسب سن.....
۵۵	جدول ۴-۶: شاخص‌های آماری ورزشکاران و غیرورزشکاران از نظر متغیر I, P, C.....
۵۶	جدول ۴-۷: مقایسه دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل درونی (I).....
۵۶	جدول ۴-۸: مقایسه دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل باگرایش به افراد قدرتمند (P).....
۵۹	جدول ۴-۹: مقایسه دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل باگرایش به شانس (C).....

فهرست شکلها

صفحه	عنوان
۵۰	شکل ۱: توزیع گروه ورزشکار برحسب سابقه ورزشی
۵۱	شکل ۲: توزیع گروه ورزشکار برحسب تعداد جلسات تمرین هفتگی
۵۳	شکل ۳: توزیع گروه ورزشکار برحسب نظم ورزش کردن
۵۴	شکل ۴: توزیع گروه ورزشکار برحسب عضویت در تیم‌های مختلف ورزشی
۵۷	شکل ۵: نمودار مربوط به مقایسه دو گروه ورزشکار و غیرورزشکار از نظر منبع کنترل درونی (I)
۵۸	شکل ۶: نمودار مربوط به مقایسه دو گروه ورزشکار و غیرورزشکار از نظر منبع کنترل گرایش به افراد قدرتمند (P)
۶۰	شکل ۷: نمودار مربوط به مقایسه دو گروه ورزشکار و غیرورزشکار از نظر منبع کنترل گرایش به شانس (C)

فصل اول

مقدمه و معرفی

چکیده تحقیق:

هدف اصلی تحقیق حاضر مقایسه منبع کنترل (درونی - بیرونی) در بین دو گروه از دختران دانشجوی ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه تربیت معلم تهران می باشد.

هدف از اجرای این پژوهش بررسی رابطه منبع کنترل ورزشکاران و غیر ورزشکاران از نظر متغیرهای (کنترل درونی - گرایش افراد قدرتمند و شانس) می باشد.

نمونه آماری این تحقیق عبارت از ۲۲۰ نفر از دانشجویان (۱۱۰ نفر غیرورزشکار و ۱۱۰ نفر ورزشکار) دانشگاه تربیت معلم تهران که بر اساس سابقه ورزشی در یکی از رشته های ورزشی بصورت تصادفی گروهی برگزیده شدند. در این تحقیق که از نوع پس رویدادی می باشد. ورزشکار و غیر ورزشکار بودن، منبع کنترل درونی (I) منبع کنترل باگرایش به افراد قدرتمند (P)، منبع کنترل باگرایش به شانس (C) بعنوان متغیرهای تحقیق در نظر گرفته شده است.

برای سابقه ورزشی دانشجویان تحت بررسی، از پرسشنامه مربوط به اطلاعات فردی و ورزشی و برای سنجش منبع کنترل آنان از پرسشنامه «آزمون سنجش منبع کنترل درونی، گرایش افراد قدرتمند، و شانس لونسون (I.P.C)» استفاده شده است. تجزیه و تحلیل اطلاعات و داده ها و مقایسه دوگروه ورزشکار و غیر ورزشکار در هر یک از سه متغیر آزمون لونسون (I.P.C) بوسیله آزمون t و با استفاده از برنامه نرم افزار SPSS انجام شد و نتایج زیر به دست آمد:

۱- بین دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل درونی (I)، تفاوت معنی دار آماری مشاهده گردید ($P < 0/05$).

۲- بین دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل گرایش افراد قدرتمند (P)، تفاوت معنی دار آماری مشاهده نگردید ($P < 0/05$).

۳- بین دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل شانس (C)، تفاوت معنی دار آماری مشاهده نگردید ($P > 0/05$).

مقدمه:

بدن انسان به گونه ای خلق شده است که از بدو تولد تا لحظه آخر عمر به حرکت ملازم است. حال اگر از

دستگاه بدن آنگونه که باید و شایسته است استفاده نشود بسیاری از اعضا و قسمت‌های آن فرسوده خواهد شد و رسالتی که باید به عنوان یک بدن سالم برای جان و روان داشته باشد بخوبی نخواهد توانست انجام دهد، چرا که گفته‌اند عقل سالم در بدن سالم است و این گوشه‌ای از کل جریان است، و کدام عقل سالم است که نپذیرد. کار سالم از بدن سالم بر می‌آید، لذا این تصور صحیح نیست که برخی بیندیشند نیاز و استعداد جسمانی آنها به اندازه‌ای است که هیچگاه حرکتی برای آن لازم نیست بلکه بر اساس طبیعت خلقت حرکت لازمه بدن انسان است و آنچه که در این راستا محدودیت ایجاد نموده است، زندگی ماشینی و اداری و تبعات آن می‌باشد (نشریه علمی ورزشی، ۱۳۶۷).

بسیاری از پزشکان معتقدند که عدم فعالیت بدنی از عوامل مهم، در بروز بیماری‌های قلبی و عروقی است. به نظر می‌رسد که فعالیت‌های بدنی در صورتی می‌تواند اثر مفید و کارسازی روی افزایش طول عمر داشته باشد. که بطور مستمر ادامه پیدا کند.

تربیت بدنی یکی از مقوله‌هایی است که در ارتباط مستقیم با سلامت جسمانی و روانی افراد هر جامعه است. منظور از تربیت بدنی باید این باشد که با انجام کارهایی صحت و درستی اعمال اعضای بدن را تأمین نماییم و یا لاقلاً مانع شویم که اعضاء در کار خود دچار اختلال گردند. انسان از دو قسمت تن و روان تشکیل شده است که سلامت این دو باید در آن واحد در نظر گرفته شود، به موازات هم تقویت گردد، چه قطعاً سلامتی یکی بر دیگری اثر دارد و این دو لازم و ملزوم یکدیگرند. به عبارت دیگر جسم و روان نمی‌تواند سالم و خدشه‌ناپذیر باشد، اگر جسم علیل گردد یا بالعکس جسم و تن بسیار نیرومند و ورزیده بدون روان سالم و اخلاق متعالی بیمار است. انسان سالم و قوی آن است که هم روان و هم تن وی قوی باشد. ورزش و فعالیت بدنی نه تنها یک امر حیاتی برای رفع خستگی‌های ناشی از زندگی می‌باشد، از نظر روابط اجتماعی و تربیتی نیز مهم می‌باشد، و در کمک به بهداشت جسمی و روانی جامعه، در نتیجه در بهسازی جامعه سهم بسزایی را می‌تواند ایفا نماید.

فعالیت‌های بدنی جزئی جدائی‌ناپذیر از زندگی بشر است و میلیون‌ها نفر از مردم جهان به تناسب شرایط و ویژگی‌های خاص و با توجه به وقت آزاد خود به ورزش می‌پردازند (صارمی، ۱۳۷۰). چرا یک قهرمان ساعات بسیاری از وقت خود را به تمرین سخت و مداوم می‌گذرانند؟ آیا اینکار فقط برای داشتن اندامی برازنده و چابک است یا می‌توان و رای این همه جدیت آن محرک واقعی را یافت. البته این نکته بر

همگان روشن است که فرد در نهایت سعی می‌کند تا به ارضای نیازهای فکری، روحی و عاطفی خود بپردازد و این امر به صورتهای گوناگون جلوه‌گر می‌شود. تلاش فرد برای ارضاء خویش تا حد کامیابی است. بدین ترتیب فرد می‌کوشد به خود و دیگران (و بویژه برای خود) ثابت کند که از شایستگی لازم برخوردار است (اسو، ترجمه فلاحی، ۱۳۷۲).

تربیت بدنی و ورزش یکی از مقولات مهم تعلیم و تربیت است که از راه فعالیتهای جسمانی به تحصیل امر تعلیم و تربیت می‌پردازد. اهمیت این مطلب هنگامی مشخص‌تر می‌شود که تربیت بدنی در ارتباط با قشر نوجوان و جوان مطرح گردد. سنین نوجوانی از جهات بسیاری پراهمیت و قابل تأمل است با رشد جسمانی و جهش‌های رشدی به یکباره ترکیبات بدن در مقادیر بزرگی تغییر اندازه پیدا می‌کنند و تحولات جدیدی در درون و جسم شخص بوجود می‌آید. در این سنین شخصیت افراد در حال شکل‌گیری است و نیاز به استحکام شخصیت و پشتیبانی عاطفی شدیداً احساس می‌شود. باید برای رشد جسمانی و روانی فرد مسیر درستی انتخاب کرد تا در بهبود تحولات، فرد در سایه آن اعتماد به نفس کافی بدست آورده و خود را برای پذیرش مسئولیتهای آینده و ساختن خود و اجتماع آماده‌تر نماید.

شرکت در فعالیتهای ورزشی باعث تمدد اعصاب، آسودگی خیال، دور شدن از مشکلات و مسائل روزمره زندگی و بالاخره تعدیل ساختارهای روانی فرد می‌شود.

منبع کنترل، به باور افراد در این مورد که آیا شکست‌ها و موفقیت‌ها در زندگی آنان توسط خودشان کنترل می‌شود (منبع کنترل درونی) و یا توسط دیگران (منبع کنترل بیرونی) اشاره دارد (راتر، نقل از فراهانی، ۱۹۹۶).

راتر معتقد است که مردم را با توجه به ادراک آنها از علیت پیامدهای اعمال خویش، می‌توان طبقه‌بندی نمود. بعضی معتقدند که پیامدهای زندگی خود را با اعمال خودشان کنترل می‌کنند، بقیه انتظار دارند که قضا و قدر، شانس یا افراد قدرتمند، سرنوشت آنها را تعیین کند این سوگیری‌های منبع کنترل درونی - بیرونی از تجارب اجتماعی نتیجه می‌شود (دمان، لداک، لایریج، ۱۹۹۲)^(۱).

افراد معتقد به کنترل درونی در رسیدن به هدفها کوشش بیشتری صرف می‌کنند و ضمن اعتماد به نفس

1- Demzn and Leduce and Laberche

بیشتر، کنترل امور زندگی خویش را از درون خود می‌پندارند، مطالعات نشان داده است که افراد ورزشکار نسبت به افراد غیر ورزشکار منبع کنترل درونی‌تری داشته‌اند (اتکینسون، ترجمه اخوت، ۱۳۵۷).

بدین ترتیب با توجه به یافته فوق و تأثیر عوامل ذکر شده‌ای چون منبع کنترل و باور فرد به توان خود در اثر گذاری بر پدیده‌های محیط اطراف و نیز رفتارهای خود، و همچنین باور داشتن به کنترل پذیری موقعیتها و تداخل عوامل فوق الذکر. تحقیق حاضر تأثیر ورزش بر نوع کنترل را مورد بررسی قرار می‌دهد.

بیان مسئله:

در بین رشته‌های نوخاسته روانشناسی، هر چند ارزش و اهمیت روانشناسی ورزشی کاملاً قابل درک می‌باشد ولی به دلیل توجه روانشناسان و حتی مردم علاقمند به مطالعه در زمینه رفتارهای غیر عادی و بیماریهای روانی، علاقه به مطالعه در زمینه رفتار آدمی در فعالیتهای ورزشی کمتر نشان داده شده است. اعمال ورزشی از جمله رفتارهایی است که از آدمی سر می‌زند و بنابراین مانند دیگر رفتارهای حرکتی و شناختی قابل مشاهده و اندازه‌گیری و سنجش است. رفتار آدمی را بهمان شیوه‌هایی که در آزمایشگاههای روانشناسی سازمانهای تولیدی، محیط‌های یادگیری و نظایر آن مورد مطالعه دقیق علمی قرار می‌دهیم با همان درجه از دقت می‌توانیم در فعالیتهای ورزشی مورد بررسی قرار دهیم.

یکی از گسترده‌ترین عقاید راجع به سروکار داشتن با ورزش این است که ورزش از راههای گوناگون به ورزشکار (مشارکت‌کننده) نفع می‌رساند. چنین تأثیرات مثبتی ممکن است موقت یا دائمی باشد و ممکن است در مورد افراد جوانتر نیز مانند افراد مسن صحت داشته باشد. احتمالاً مهمترین سودی که اغلب عاید می‌شود مخصوصاً در مورد ورزشکاران جوانتر «رشد شخصیت» می‌باشد. علاوه بر شکل دادن شخصیت، انتظار می‌رود که ورزش بطور مؤثری در تحول جنبه «اجتماعی شخصیت» فرد نیز مشارکت داشته باشد، فایده عمومی دیگری که از مشارکت در امور ورزشی حاصل می‌شود تأثیرات مثبت تربیتی و اشتیاق تخصصی یا حرفه‌ای است.

عقل سلیم حکم می‌کند که سروکار داشتن با ورزش انگیزه پیشرفت و رقابت شرکت‌کننده را افزایش می‌دهد یا حداقل کمک می‌کند تا این خصوصیات را بدست آورده و این خصوصیات یا تمایلات را از

محیطهای ورزشی به دنیای غیر ورزشی انتقال دهد. در نتیجه اشتیاق پیشرفتهای تربیتی ورزشکاران باید در سطح بالاتری نسبت به افراد غیر ورزشکار قرار گرفته باشند.

و به همان دلیل ورزشکاران احتمالاً در دنیای غیر ورزشی نیز موفق بوده و کارها را بهتر انجام می دهند از طرفی در منابع مختلف دیده شده است که به مریبان، دست اندرکاران ورزشی توصیه می شود که در انتخاب بازیکنان خود به ویژگیهای شخصیتی و روانی ورزشکاران توجه کنند و آنرا بعنوان یکی از معیارهای انتخاب بازیکنان قرار دهند. و نیز توصیه شده است در درمان بیمارانی که به نوعی دارای مشکلات عاطفی و شخصیتی مانند افسردگی، اضطراب و... می باشند، بر اجرای فعالیتهای ورزشی تأکید می شود. با توجه به اینکه فعالیتهای ورزشی در تکامل جنبه های روانی و فیزیولوژیک امری ضروری است لذا می تواند با توجه بعنوان یکی از عوامل مؤثر در شکل گیری شخصیت انسان مطرح شود. از طرفی شخصیت خود دارای ویژگی هایی است که عوامل بسیاری بر آن اثر گذارند، یکی از این عوامل می تواند فعالیتهای ورزشی باشد (اسو، ترجمه فلاحی، ۱۳۷۲).

یکی از ویژگیهای شخصیتی افراد که آنها را از هم متمایز می سازد، منبع کنترل است. اصطلاح منبع کنترل به ادراکی گفته می شود که ما از اسناد موفقیت یا شکست خود داریم. افراد دارای منبع کنترل درونی معتقدند که موفقیتها و شکستهایشان توسط اعمال و توانایی شان تعیین می شود در حالیکه افراد دارای منبع کنترل بیرونی معتقدند که موفقیتها و شکستهایشان توسط عوامل بیرونی مانند بخت و اقبال و شانس تعیین می شود (راتر، ۱۹۶۶، نقل از فراهانی، ۱۹۹۶).

با توجه به نتایج مطالعات موجود، افراد معتقد به منبع کنترل درونی با مشخصاتی از قبیل ساعی بودن در رسیدن به هدفها و کنترل کننده محیط مشخص می گردند و در مقایسه با افراد بیرونی، آنها بدنبال کسب اطلاعات بیشتر و کاربرد مفید آن در محیط اجتماعی و گرایش بیشتر در پیشرفتهای تحصیلی هستند، افراد درونی مستقل تر و بیشتر متکی به قضاوتهای شخصی بوده و کمتر تحت تأثیر قرار می گیرند. همچنین نیروی خلاقیت بیشتری داشته و در تغییرات اجتماعی مؤثرتر و بالاخره اینکه نحوه پاسخ آنها به موقعیتهای تهدید کننده، در مقایسه با افراد بیرونی متفاوت است. بدین معنی که افراد بیرونی در مقایسه با انواع تهدیدات به انواع مکانیزم های روانی از قبیل کناره گیری، بی تفاوتی، اضطراب، افسردگی و سایر رفتارهای بیمارگونه متوسل می شوند (فروغی پور، ۱۳۷۵).

حال با توجه به اهمیت شناخت ویژگیهای شخصیتی در صحنه‌های ورزشی و تحقیقات اندکی که در این زمینه انجام شده است بنظر می‌رسد که تحقیقات بیشتری بایستی در این زمینه صورت پذیرد. با توجه به مطالب فوق این سؤال مطرح است که آیا بین منبع کنترل با ورزشکار بودن و غیرورزشکار بودن رابطه‌ای وجود دارد؟ در صورت وجود این رابطه، منبع کنترل چه تأثیری روی ورزشکار و غیر ورزشکار بودن خواهد داشت؟

لذا محقق می‌خواهد بداند:

آیا بین ورزشکاران و غیر ورزشکاران در ویژگیهای منبع کنترل تفاوتی دیده می‌شود؟ بنابراین محقق قصد دارد با انتخاب تصادفی گروهی از میان دانشجویان دختر دانشگاه تربیت معلم تهران به مقایسه منبع کنترل آنان بپردازد، و با استفاده از پرسشنامه استاندارد شده لونسون (I.P.C)^(۱) که دارای ۲۴ سؤال می‌باشد، و نیز فرم مشخصات فردی و اطلاعات ورزشی که آزمودنی‌ها را به دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار تقسیم می‌کند، تحقیق حاضر را بانجام رساند. و امیدوار است نتایج حاصل از این تحقیق بتواند پاسخی برای سئوالات مطروحه باشد.

ضرورت و اهمیت تحقیق:

شخصیت یکی از جنبه‌های مهم و در ارتباط با روانشناسی ورزشی است که نیاز به شناخت آن احساس می‌شود و به عبارت دیگر بعضی از زمینه‌های روانشناسی ورزشی میدان مطالعاتی و بررسی‌های جداگانه‌ای فراهم می‌کنند. معلمین تربیت بدنی، با توجه به شغل و حرفه خود مجبورند به مسائل روانی که فعالیت ورزشی مطرح می‌کند، توجه داشته باشند، باین ترتیب شخصیت ورزشکار، به علت ضرورت شناخت ویژگی‌های فردی مشخص، برای روانشناس ورزشی، مربیان و معلمان دارای اهمیت اساسی است و زمینه مطالعاتی بسیار مهمی به شمار می‌رود.

فعالتهای ورزشی به لحاظ ایجاد تعادلهای فیزیولوژیکی و بهبود بخشیدن عملکردهای حیاتی بدن سلامت و شادابی تن و روان فرد را بدنبال دارند. از آنجائی که برخورداری افراد از سلامت و بهداشت جسمی - روانی بقاء و خودشکوفایی یک جامعه را تضمین می‌کند لذا شناخت خصوصیات شخصیتی

1- Internality, Powerful others and chance locus of control

که افراد را به انجام فعالیتهای ورزشی متمایل یا از آن گریزان می سازد نقش مهمی در تصمیم گیریهای تربیتی و بهداشتی دارد. چراکه شناخت بهتر تفاوتهای شخصیتی افراد ورزشکار و غیرورزشکار ما را در فراهم کردن امکانات متناسب با تواناییها و نیازهای جسمی - روانی این افراد به منظور ایجاد پیشرفتهای چشمگیر در عملکردهای ورزشکاران و علاقمند کردن افراد غیرورزشکار به انجام فعالیتهای ورزشی یاری می کند (ریاحی مهابادی، ۱۳۷۲).

تحقیق در زمینه ویژگی های شخصیتی اطلاعات با ارزشی را در اختیار می گذارد که می تواند برای برنامه ریزی آموزشی، درمانی، پیشگیری از وقوع اختلالات روانی مؤثر واقع شود. همچنین اطلاعات مفیدی برای معلمان و مربیان ورزشی فراهم می کند تا بتوانند با شناخت کامل دست به انتخاب بازیکنان مورد نیاز، راهنمایی عموم جهت انتخاب رشته ورزشی خاص، نحوه آموزش مؤثر بزنند. از طرفی پیشرفت فرهنگ ورزشی در میان عموم مردم جامعه انجام چنین تحقیقاتی را می طلبد.

اهداف تحقیق:

اهداف تحقیق به شرح زیر است:

الف - هدف کلی: هدف کلی تحقیق عبارت است از مقایسه منبع کنترل درونی - بیرونی در بین دو گروه از دختران دانشجوی ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه تربیت معلم تهران.

ب - اهداف ویژه تحقیق به شرح زیر است:

۱- توصیف آماری متغیرهای تحت بررسی در گروههای ورزشکار و غیر ورزشکار و بر حسب سابقه گروه ورزشی و تعداد جلسات تمرین، ورزش منظم، عضویت در تیم های مختلف ورزشی در گروههای تحت بررسی.

۲- تعیین نوع منبع کنترل دانشجویان دختر ورزشکار مورد بررسی

۳- تعیین نوع منبع کنترل دانشجویان دختر غیر ورزشکار مورد بررسی

۴- مقایسه منبع کنترل درونی^(۱) میان دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار تحت بررسی

۵- مقایسه منبع کنترل بیرونی (گرایش افراد قدرتمند)^(۱) میان دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار تحت بررسی

۶- مقایسه منبع کنترل بیرونی (شانس)^(۲) میان دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار تحت بررسی

فرضیه‌های تحقیق:

فرض پوچ ۱- بین دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل درونی (I) تفاوت وجود ندارد.

فرض پوچ ۲- بین دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل باگرایش افراد قدرتمند (P) تفاوت وجود ندارد.

فرض پوچ ۳- بین دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل باگرایش به شانس (C) تفاوت وجود ندارد.

محدودیت‌های تحقیق:

محدودیت‌های تحقیق به شرح زیر می‌باشد:

محدودیت‌هایی که توسط محقق اعمال می‌شود:

۱- تحقیق حاضر فقط بر روی دانشجویان دختر دانشگاه تربیت معلم تهران انجام می‌شود.

۲- آزمودنی‌ها بر اساس سابقه ورزشی (حداقل ۳ سال) به دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار تقسیم می‌شوند که در رشته‌های مختلف تحصیل می‌کنند.

محدودیت‌هایی که در کنترل محقق نیست:

۱- با توجه به اهمیت موضوع تحقیق و روشی که برای مطالعه انتخاب شده، امکان کنترل محیط تربیتی و تجارب قبلی افراد شرکت کننده وجود نخواهد داشت.

۲- عدم امکان کنترل کامل سطح اقتصادی، و اجتماعی و فرهنگی افراد نمونه.

۳- تأثیر عوامل وراثتی بر روی ساختار شخصیتی خارج از کنترل محقق است.

الف - مفهوم نظری:

منبع کنترل: منبع کنترل، به اعتقاد افراد در مورد چگونگی کنترل محیط اشاره دارد. بعبارت دیگر، منبع کنترل، نظامی از اعتقادات است که براساس آن، فرد موفقیت‌ها و شکست‌های خود را برحسب توانایی‌ها و ضعف‌هایش ارزیابی می‌کند. (راتر، ۱۹۶۶، نقل از فراهانی، ۱۹۹۶):

«انسانها، مجموعه‌ای گسترده از باورها را درباره اشخاص یا اشیایی که پاداش‌ها و تنبیه‌ها را در زندگی‌شان کنترل می‌کنند، کسب می‌نمایند. برخی از افراد یک جهت‌گیری درونی پیدا می‌کنند، با این اعتقاد که تبخر، سختکوشی، احتیاط و رفتار مسئولیت‌پذیر به پیامدهای مثبت انجامید برعکس، عدم مهارت، عدم تلاش و رفتار غیرمسئولانه به پیامدهای منفی منجر خواهد شد. از سوی دیگر، برخی افراد جهت‌گیری بیرونی پیدا می‌کنند. با این اعتقاد که رویدادها از طریق شانس، قدرت دیگران و عوامل ناشناخته و غیر قابل کنترل تعیین می‌شوند. این افراد اعتقاد دارند که رفتار و نتیجه از یکدیگر مستقل‌اند و چون به باور آنان نتایج به رفتار مربوط نمی‌شود، چنین نتیجه‌گیری می‌کنند که نتایج، خارج از کنترل شخصی آنان است.» (همان منبع، ص ۲۱۳)

(ب) مفهوم عملیاتی:

منبع کنترل: عبارت است از امتیازی که آزمودنیها روی مقیاس I ، P و C از پرسشنامه لونسون کسب می‌کنند و براساس آن درونی بودن و بیرونی بودن آن مشخص می‌گردد این سه مقیاس عبارتند از:

متغیر درونی (I): این متغیر شامل ۸ ماده است و میزان باور افراد را به این موضوع اندازه می‌گیرد که آنها خودشان زندگی خود را کنترل می‌کنند.

متغیر گرایش افراد قدرتمند (P): این متغیر شامل ۸ ماده است که در ارتباط با ادراک کنترل کننده توسط افراد قدرتمند است و میزان باور افراد را به کنترل پیامدها توسط گرایش افراد قدرتمند اندازه می‌گیرد.

متغیر شانس (C): این متغیر شامل ۸ ماده است که در ارتباط با ادراک کنترل توسط شانس است و میزان باور افراد را به کنترل پیامدهای زندگی توسط شانس اندازه می‌گیرد (فراهانی، ۱۳۷۴).

تعریف نظری:

ورزش: از نظر لغوی اسم مصدر فعل ورزیدن است یعنی کار کردن، کوشیدن پیایی، انجام دادن، ریاضت کشیدن. تعریف اصطلاحی ورزش در لغت نامه دهخدا چنین آمده است «اجرای مرتب تمرین‌های بدنی به منظور تکمیل قوای جسمانی و روحی». بطور کلی ورزش مجموعه‌ای از فعالیت‌های حرکتی انسان بطور سازمان یافته است که در آن تمرین حرکات و تسهیل مهارت‌ها به منظور تقویت قوای جسمانی و روانی اجرا می‌گردد و در این وسیله تربیتی عموماً مسابقه و رقابت بعنوان انگیزه مطرح می‌شود (پراندن، ۱۳۷۱).

تعریف عملیاتی:

ورزشکار: به فردی اطلاق می‌شود که به منظور تقویت قوای جسمانی، روانی و روحی در فعالیت‌های ورزش شرکت کند. در این تحقیق منظور از ورزشکار دانشجویانی است که در یکی از رشته‌های ورزشی فعالیت دارند.

غیر ورزشکار: به فردی اطلاق می‌شود که فعالیت ورزش منظمی ندارد.

فصل دوم

پیشینه تحقیق

مقدمه:**پیدایش روانشناسی ورزشی:**

روانشناسی علمی در قرن نوزدهم آغاز شده و روانشناسی ورزشی که یکی از موارد استعمال خاص آنرا تشکیل می‌دهد، نمی‌تواند سابقه بیشتری داشته باشد. مطالعات اولیه بعضی رشته‌های روانشناسی با مطالعات روانشناسی ورزش همزمان و منطبق است. به این ترتیب متخصصین امر در باره تثبیت اساسی روانشناسی اجتماعی تجربی در سال ۱۸۹۸ با تحقیقات نورمان تریپلت^(۱) آمریکایی متفق القول هستند. وی در این دوره به مطالعه تأثیر حضور تماشاچی در نتیجه مسابقه یک فرد پرداخته است. این اولین مطالعه روانشناسی اجتماعی تجربی را که نشانگر اساس قلمرو این علم است و تأثیر مشارکت در عمل و حضور همزمان دیگران با توجه به آن مورد مطالعه قرار گرفته است را می‌توان در تاریخ روانشناسی ورزش ثبت کرد (توماس، ترجمه سروری، ۱۳۷۱).

بسیاری از تحقیقات نخستین روانشناسی ورزشی، معطوف به تلاش در پیوند شخصیت یا ویژگیهای ورزشکار با شرکت او در مسابقات ورزشی بوده است.

اولین کنگره جهانی روانشناسی ورزش در سال ۱۹۶۵ به همت پزشکان در رم تشکیل شد. ولی اگر پزشکان، فلاسفه و معلمان تربیت بدنی خیلی زود به کاربرد قلمرو روانشناسی در ورزش علاقه‌مند شدند، با این حال کسی که به عنوان بنیانگذار روانشناسی ورزش معروف شده یکی از متخصصین این رشته یعنی کولمن گریفیت^(۲) می‌باشد. گریفیت خصوصاً به عنوان مؤلف دو کتاب روانشناسی ورزش یکی به نام «روانشناسی داوری»^(۳) که در سال ۱۹۲۶ چاپ شد و دیگری به نام «روانشناسی و قهرمانی»^(۴) که در سال ۱۹۲۷ چاپ و انتشار داده، معروف است.

رشته روانشناسی ورزشی در مقایسه با رشته‌های دیگر بسیار جوان است. اگر چه پاره‌ای مطالعات درباره ورزشکاران از دهه ۲۰ تا ۶۰ صورت گرفت، اما این مطالعات اساساً بر پایه «مطالعات موردی» انجام می‌شدند. (برد، ترجمه مرتضوی، ۱۳۷۰).

اولین تحقیقاتی که در زمینه ورزش و روانشناسی ورزش در روسیه انجام شده تحقیقاتی است که پونی

1- Triplet norman

2- Grifit Colman

3- Psychology of jugement

4- Psychology and champidnship

ورودیک^(۱) انجام دادند، رودیک (۱۹۲۵) به مطالعه تأثیر تربیت بدنی در رشد ادراک و دقت پرداخت. بعد از سال ۱۹۳۰، تحقیقات مربوط به روانشناسی ورزش در سراسر جهان توسعه یافت. مجلاتی که دارای کاربرد ورزشی بودند. نیز به توسعه و گسترش موارد استعمال روانشناسی ورزش کمک کردند. بعد از جنگ جهانی دوم، تحقیقات مربوط به روانشناسی ورزش در دانشگاهها و مراکز ورزشی انجام شده است (توماس، ترجمه سروری، ۱۳۷۱).

در دهه پنجاه، وضعیت روانشناسی ورزش نسبتاً بهتر شد و چندین تحقیق توسط روانشناسان انجام و منتشر شد، از جمله متن لوتر (۱۹۵۱)^(۲) با عنوان «روانشناسی مربیگری»^(۳) که بیشتر به جنبه‌های نظری روانشناسی مربیگری پرداخته بود. و نیز تحقیق سیمور^(۴) (۱۹۵۶) که خصوصیات اجتماعی و شخصیتی بازیکنان و غیر بازیکنان تیم‌های کوچک بیس بال را مقایسه کرد و چند مقاله و تحقیق دیگر از جمله فعالیتهای روانشناسی ورزش در این دهه می‌باشد (اسو، ترجمه فلاحی، ۱۳۷۲).

در جریان اولین کنگره جهانی روانشناسی ورزش «انجمن بین المللی روانشناسی ورزش»^(۵) تشکیل و تأسیس یافت و یک روان پزشک ایتالیایی به نام دکتر فروچیو^(۶) به ریاست آن انتخاب شد. کنگره دوم (۱۹۶۸)، در واشنگتن تشکیل گردید. در این کنگره ۳۱ کشور شرکت کردند. مطالب و موضوعات فراوانی، از جمله پرخاشگری در زمینه ورزش، شخصیت قهرمانان، آموزش حرکتی و روابط بین ورزش و بازی، مطرح و مورد بحث قرار گرفت.

کنگره سوم (۱۹۷۳)، در مادرید و کنگره چهارم (۱۹۷۷) در پراگ و کنگره پنجم (۱۹۸۱) در اتاوا تشکیل شد. از کنگره مادرید به بعد، کنگره‌های ورزشی یکسال بعد از بازیهای المپیک تشکیل می‌شود. در آمریکا روانشناسی ورزش تحت نظارت انجمن روانشناسی ورزش و تربیت بدنی آمریکا اداره می‌شود. اولین کنگره آن در سال ۱۹۷۵ تشکیل یافت. در همان سال، تعداد اعضای این انجمن بالغ بر ۲۰۰ نفر بود که در سال ۱۹۸۱ تقریباً به ۴۰۰ نفر رسید.

در سطح اروپا انجمنی در سال ۱۹۶۹ تأسیس شد و بنام «فدراسیون اروپایی، روانشناسی ورزش و

1- Pony and Rodic

2- Meten Lotter

3- Psychology of coaching

4- Simor

5- International Association of Sport Psychology

6- Fero Chiw

تربیت بدنی»^(۱) معروف است. هدف این انجمن که به ریاست گیگوشلینگ^(۲) سویسی اداره می شود شرکت در ارتقای سطح علوم ورزشی و تربیت بدنی و خصوصاً روانشناسی ورزش، به منظور کمک به شکوفایی انسان و بهبود موفقیت‌ها و پیشرفت‌های اوست (توماس، ترجمه سروری، ۱۳۷۱).

دلیلی وجود ندارد که رشد سریع مطالعات روانشناسی ورزش، که در دهه (۱۹۷۰) شکوفا شد، در آینده نیز ادامه پیدا نکند. منطقی است که فرض کنیم آینده روانشناسی ورزش روشن خواهد بود. به این دلیل که توده مردم به اهمیت روانشناسی در یاری رساندن به مهارت‌های ورزشی پی برده‌اند (اسوه، ترجمه فلاحی، ۱۳۷۲).

لازم به یادآوری است که نخستین کنگره روانشناسی ورزشی ایران، در آبان ماه ۱۳۷۷ در تهران تشکیل شد، در این کنگره که اعضاء کمیسیون روانشناسی ورزشی آن عبارت بودند از: محمد خبیری، یدالله فرهادی، شکوه نوابی نژاد، حسن عشایری. خلاصه مقالات ۲۱ نفر از دانشجویان و اساتید در رشته‌های دکترای و کارشناسی ارشد تربیت بدنی و روانسنجی ارائه شد.

در مقالات ارائه شده بیشتر به مسائل روانشناسی ورزشکاران و غیرورزشکاران از قبیل افسردگی، اضطراب، پرخاشگری، سلامت روانی، منبع کنترل و ویژگی‌های شخصیتی ورزشکاران اشاره شده بود.

شخصیت و ورزش:

بدون تردید، شخصیت، مشهورترین متغیر بکار گرفته شده برای تشریح علل موفقیتها و شکستها در مسابقات ورزشی میباشد. (اسوه، ترجمه فلاحی، ۱۳۷۲) مطالعه رابطه بین شخصیت و فعالیت ورزشی، تا این اواخر مطلب اصلی مطالعه در روانشناسی ورزش را تشکیل داده و قسمت مهم مقالات و اطلاعاتی که در جریان کنگره‌های اختصاصی ارائه شده نیز به این سؤال مربوط بوده است. (توماس، ترجمه سروری، ۱۳۷۱).

زمینه تازه روانشناسی ورزش همانند روانشناسی از مراحل مختلف تحقیق شخصیت عبور کرده است و بحث شخص با موقعیت در ادبیات روان شناسی ورزش نیز بطور جدی دنبال شده است. این بدان معنی است که روانشناسان ورزش در مورد الگوی شخصیتی که مؤثرترین راه برای درک و پیش بینی رفتار در

1- Federation Europeene de Psychologie des Sports et des Activites Corporelles (FEPSAC)

2- Shelling Gigo

محیطهای ورزشی باشد فراوان بحث کرده‌اند. تحقیق و بررسی در مورد شخصیت و ورزش از زمان پدید آمدن روانشناسی ورزش بعنوان یک رشته از علوم، پس از جنگ جهانی دوم آغاز شده است ولی نتیجه تحقیقات انجام شده در این زمینه اولین بار در دومین کنگره جهانی روانشناسی ورزش در سال ۱۹۶۸ در واشنگتن ارائه شد. اما این تحقیقات ادامه یافت تا سال ۱۹۷۷ که چهارمین کنگره که موضوع آن رابطه بین شخصیت و ورزش بود و پنجمین کنگره آن در سال ۱۹۸۱ که در اوتاوا تشکیل شد. (شیلینگ، ترجمه، نوابی نژاد، ۱۳۷۲).

به دلیل اهمیت موضوع، درک ارتباط بین شخصیت و رفتار ورزشی باید ادامه یابد زیرا این زمینه کاری جوان، بالغ گردیده است و نسبت به روشهای اولیه شخصیت‌شناسی در دهه ۱۹۶۰ متحول شده است (شاملو، ۱۳۶۸) و دلایل بسیاری وجود دارد که تا دستیابی به بلوغ و توسعه، این رشته باید به کار ادامه دهد. روانشناسان ورزش در تحقیقات خود در مورد رابطه شخصیت و ورزش سعی در یافتن پاسخ برای سؤالات زیر داشته‌اند.

آیا شخصیت فرد در نتیجه شرکت در ورزش تغییر می‌کند و اگر تغییر می‌کند چگونه؟ چه نوع اشخاصی جذب ورزشهای رقابتی می‌شوند؟ چه نوع شخصیتی برای قهرمانی ضروری است؟ ورزشکاران در مقایسه با غیر ورزشکاران چه تفاوتی در ویژگی‌های شخصیتی دارند؟ آیا برای تمرین یک ورزش خاص در یک سطح معین، دارا بودن ویژگی‌های شخصیتی خاص ضروری است؟ تفاوت ویژگی‌های شخصیتی ورزشکاران گروهی با ورزشکاران انفرادی چیست؟ آیا ویژگی‌های شخصیتی در انتخاب و استمرار یک ورزش دخالت دارد؟

نتایج تحقیقات در پاسخ به سؤالات بالا متفاوت بوده است. زیرا تحقیقات با استفاده از نظریه‌های مختلف شخصیت، ابزار متفاوت، روش تحقیق و روش آماری متنوع انجام شده است. به عنوان مثال مارتنز^(۱) و روشال^(۲) (۱۹۷۵ به نقل از رمضان نژاد، ۱۳۷۲) معتقدند که ویژگی‌های شخصیتی نقشی در توضیح یا پیش بینی تفاوت‌های بین ورزشکار و غیر ورزشکار، بین ورزشکارانی که ورزش مورد علاقه خود را در سطوح مختلف تمرین می‌کنند: یا بین ورزشکاران رشته‌های مختلف ورزشی ندارند. همچنین

1- Martenz

2- Roshall

منتقدین معروف نظریه صفات مانند میشل (۱۹۶۸، به نقل از بکر، ۱۹۹۴)^(۱) اهمیت چندانی به سردمندی ویژگی‌های شخصیتی برای پیش بینی رفتار نمی‌دهند آنها ادعا می‌کنند که گسترش رفتار معیار را که می‌توان با کمک ویژگی‌های شخصیتی توضیح داد آنقدر اندک (از حداقل ۱۰ درصد تا حداکثر ۲۰ درصد) است که از لحاظ عملی برای هیچ منظور و هدفی قابل استفاده نیست.

کوپر (۱۹۶۹، به نقل از آلدن، ۱۹۷۴)^(۲) اعتقاد دارد که «بعضی از انواع پیچیده فاکتورهای شخصیتی باید وارد عمل شود تا شخص را وادار کند که به یک تیم بپیوندد، به تمرینات منظم بپردازد، در همه اوقات درگیر باشد و استمرار در پرداختن به آن ورزش داشته باشد» او همچنین می‌گوید: همان عوامل در ارتباط با شرکت در ورزشهای رقابتی ممکن است از نیازهای روانی عمومی که در ارتباط با فعالیتهای جسمانی معمولی مورد نیاز است متفاوت باشد.

ورزش بعنوان واسطه و عامل ارتباط بین فرد با خودش و یا دیگران است. این یافته چند جنبه‌ای می‌تواند در سازگاریهای اجتماعی و شخصیتی دخیل باشد. در این باره کلارک و هاریسون (۱۹۸۴)^(۳) می‌گویند: شخصیت در انتخاب و شرکت در فعالیتهای ورزشی نقش دارد و ورزش نیز در سازگاریهای اجتماعی و شخصی دخیل می‌باشد. تفاوت شخصیت ورزشکاران بدان معنا نیست که ورزشها سبب برتری صفات شخصیت می‌شود، هر چند ممکن است این نظر درست باشد و شاید نتیجه بگیریم که ورزش افراد خوب انطباق یافته را در جامعه جذب می‌کند و شاید افراد ناسازگار را نمی‌پذیرد. (کلارک و هاریسون، ۱۹۸۶)

در مورد ارتباط ورزش با صفات شخصیتی، آیزنگ (۱۹۸۲، به نقل از فرن هام)^(۴) با گردآوری لیست مهمی که از نتایج تحقیقات مربوط به ورزش و شخصیت بیان کرد که سه زمینه خوب از شخصیت در رابطه با ورزش از قبیل: برونگرایی^(۵)، روان رنجور خوبی^(۶)، و روان پریش خوبی^(۷) وجود دارد و برخی از صفات، حالات و خلق و خوی ارتباط خوبی با رفتار ورزشی دارند. وی می‌گوید: تغییرات ناشی از ورزش بر شخصیت بتدریج و آهسته و بعد از سالها روی می‌دهد. زیرا ورزش اعمال سیستم عصبی

1- Michel

2- Cooper

3- Clark and Harisson

4- Izeng

5- Extraversion

6- Neuroticism

7- Psychoticism

سمپاتیک و پاراسمپاتیک، انتظارات و ارزشها را تغییر می دهد.

رابطه ویژگی های شخصیتی با ورزش:

تا به حال در زمینه ویژگی های شخصیتی تحقیقات زیادی صورت گرفته است، تعدادی از این تحقیقات مربوط به ویژگی های شخصیتی ورزشکاران است. بعضی از آنها به رابطه ویژگی های شخصیتی با فعالیتهای ورزشی پرداخته اند، و برخی تحقیقات ویژگی های شخصیتی دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار را مورد مقایسه قرار داده اند.

در قسمت شناختی شخصیت، بیشترین تحقیقاتی که انجام شده به رابطه شخصیت با فعالیت ورزشی مربوط بوده و اغلب این تحقیقات با استفاده از آزمون های شخصیت که از نوعی معیار ارزیابی هوش برخوردار می باشد صورت پذیرفته است.

تحقیق کن (۱۹۶۴)، به نقل از حسین زاده، (۱۳۷۳)^(۱) وجود یک رابطه قوی بین فعالیتهای ورزشی و شخصیت را نشان می دهد. او در اولین کنگره بین المللی روان شناسی ورزش در رم، نتایجی را اعلام نمود که فعالیتهای ورزشی با شکل گیری شخصیت در ارتباط است.

ادگارتیل (۱۹۷۵)^(۲) چهره بازی را که ورزشکار ارائه می دهد و روابط موجود بین شرکت کنندگان و شخصیت ورزشکار را به همدیگر مربوط می داند (توماس، ترجمه سروری، ۱۳۷۱).

صفت برون گرایی یکی از صفات شخصیتی خاص ورزشکاران است که تقریباً در تمامی تحقیقات این مقیاس اختلاف معنی داری با غیر ورزشکاران دارد (راویو، ۱۹۹۰)^(۳).

فیشر (۱۹۸۴) به نقل از نوابی نژاد، (۱۳۷۴)^(۴) پی برد که تا سال ۱۹۸۴ متجاوز از هزار مطالعه روی شخصیت ورزشکار و عملکرد و رفتار ورزشی او انجام گرفته است.

خلجی (۱۳۶۷) در تحقیق خود به بررسی صفات شخصیتی ورزشکاران استقامتی در گروه های سنی جوانان و بزرگسالان پرداخته و آنرا با گروه عادی مقایسه نموده است. نتایج تحقیق وی نشان داد که بین ورزشکاران جوان و افراد عادی در ویژگی های روانی از قبیل: خودبیمارانگاری^(۵)، هیستری^(۶)، ناسازگاری

1- Ken

2- Edgartil

3- Raviv

4- Fisher

5- Hipoconderiasis

6- Hysteria

اجتماعی^(۱) شیدایی^(۲)، تفاوت معنی دار آماری وجود دارد. نتیجه دیگری که از این تحقیق بدست آمد، نشان داد که بین ورزشکاران بزرگسال و افراد عادی در ویژگی‌های خود بیمارانگاری، هیستری تفاوت معنی دار آماری وجود دارد و بین دوندگان جوان و بزرگسال هیچ رابطه‌ای مشاهده نشد.

نادری و مریم سیف نراقی (۱۳۶۱) در تحقیق خود، ویژگی‌های شخصیتی معلولان و جانبازان عضو تیم ملی والیبال کشور در مسابقات دهه فجر را با مردان عادی مورد مقایسه قرار دادند. نتایج تحقیق نشان داد که بین ورزشکاران معلول و جانباز با افراد عادی تنها در مقیاس ناسازگاری اجتماعی تفاوت معنی دار آماری وجود دارد، در مقیاسهای دیگر بین این دو گروه تفاوتی مشاهده نشد.

حسین زاده دهنوی (۱۳۷۱) در تحقیق خود به بررسی و مقایسه شخصیت ورزشکاران رشته‌های گروهی و انفرادی پرداخت. نتایج تحقیق وی نشان داد که شخصیت با فعالیت‌های ورزشی دارای ارتباط معنی داری می‌باشد.

رحمانی نیا (۱۳۷۱)، با اندازه‌گیری اندازه‌های بدنی افراد و تقسیم آنها به سه گروه مزو مورف، آندو مورف و اکتومورف به تعیین میزان اضطراب در نسخ‌های بدنی مختلف پرداخت. نتایج وی نشان داد که حداقل اضطراب در نسخ بدنی مزو مورف (عضلانی) و حداکثر اضطراب در نسخ بدنی اکتو مورف (لاغر) وجود دارد. همچنین نتایج نشان دادند که ورزشکاران از اضطراب، افسردگی و اختلالات روان تنی اندکی برخوردارند در حالیکه میزان عزت نفس در آنها بالاست.

ریاحی مهابادی (۷۲-۱۳۷۱)، در تحقیق خود به بررسی ویژگی‌های شخصیتی میان ورزشکاران و غیر ورزشکاران پرداخته و چنین نتیجه‌گیری کرده است که: بین افراد گروه ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر اندازه تمایل به عصبی بودن، اعتماد به نفس، اجتماعی بودن، تفاوت معنی داری وجود ندارد، بین افراد گروه ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر اندازه درونگرایی، برونگرایی، صفت با خود بودن، سلطه جویی، سلطه پذیری تفاوت معنی داری وجود دارد.

رمضانی نژاد (۱۳۷۲)، ویژگی‌های شخصیتی دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه گیلان را مورد مقایسه قرار داد. نتایج تحقیق نشان داد که دانشجویان ورزشکار برتری جویی و اعتماد به نفس بیشتری از دانشجویان غیر ورزشکار دارند، خودکفایی ورزشکاران کمتر از غیر ورزشکاران بود. بین دو

گروه از نظر شاخص اجتماعی بودن و درون گرایی تفاوت معنی دار آماری مشاهده نشد، صفات شخصیتی دانشجویان ورزشکار رشته تربیت بدنی با دانشجویان ورزشکار غیر رشته تربیت بدنی، ورزشهای انفرادی و گروهی، انفرادی تماسی و غیر تماسی، گروهی تماسی و غیر تماسی مشابه بود و تفاوتی را نشان نداد.

حیدری تبا (۱۳۷۳)، به مقایسه ورزشکاران رشته‌های گروهی و انفرادی در جنبه‌های مختلف افسردگی پرداخت. نتایج نشان داد که ۱۲/۵ درصد از ورزشکاران گروهی و ۹/۴ درصد از ورزشکاران انفرادی دارای افسردگی متوسط هستند هر چند که این اختلاف در حد $\alpha = 0.05$ از نظر آماری معنی دار نیست ولی ورزشکاران رشته‌های انفرادی در این متغیر وضعیت مطلوبتری را نسبت به ورزشکاران رشته‌های گروهی نشان دادند.

عبدلی (۱۳۷۳)، در تحقیق خود، به بررسی ویژگی‌های شخصیتی دانشجویان ورزشکار نخبه پرداخت و نتایج زیر بدست آمد: اکثریت آزمودنی‌های تحقیق برونگرا (۷۵/۵ درصد) و با ثبات بهنمایی (۵۷ درصد) هستند. ورزشکاران سطوح قهرمان و رقابتی بیشتر برونگرا و با ثبات هستند که این امر شاید به این دلیل است که این افراد دارای این ویژگی‌های شخصیتی بوده‌اند که به ورزش روی آورده‌اند. به تمرینات منظم پرداخته‌اند و فشارهای تمرین را تحمل کرده‌اند. احتمال دیگر اینست که با سالها شرکت در فعالیتهای سخت جسمانی تغییراتی در ویژگی‌های شخصیتی ورزشکاران حاصل شود و به سمت برونگرایی و با ثباتی گرایش پیدا کنند.

میر نصوری (۱۳۷۳)، در تحقیق خود، به بررسی صفات شخصیتی ورزشکاران مرد در رشته‌های انفرادی و گروهی و مقایسه آنها با یکدیگر پرداخته است. و نتایج تحقیق نشان داد که: شخصیت ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی در نمود درونگرایی و برونگرایی تفاوت دارد. ورزشکاران رشته‌های گروهی پرخاشگرترند. اعتماد به نفس و پرخاشگری ورزشکاران بالا می‌باشد، نوع ورزش در شکل گیری شخصیت مؤثرست.

فروزش (۱۳۷۳-۱۳۷۴)، در تحقیق خود، به مقایسه میزان اضطراب دانش آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار پرداخته است. و نتایج تحقیق نشان داد که: ورزشکاران از اضطراب صفتی کمتری نسبت به غیر ورزشکاران برخوردارند. همچنین نتایج حاصل چنین نشان داد که ورزشکاران شرکت کننده در

رشته‌های ورزشی گروهی نسبت به ورزشکاران انفرادی از میزان اضطراب صفتی کمتری برخوردارند بنابراین می‌توانیم نتیجه‌گیری کنیم که رشته‌های ورزشی گروهی با توجه به خصائص اجتماعی و روانی اینگونه رشته‌های ورزشی می‌تواند به حسن تفاهم و همکاری اجتماعی و احترام گذاشتن به خود و دیگران منجر شود.

کشتی‌دار (۱۳۷۴) در تحقیق خود، با عنوان تأثیر تمرینات هوازی بر منبع کنترل چنین نتیجه‌گیری ارتباط معنی‌داری وجود دارد و بطور کلی بر اثر فعالیت‌های بدنی هوازی نظام‌دار متغیرهای روانی (منبع کنترل - افسردگی) تغییر پیدا کرده و به سمت مثبت سیر می‌کند.

هاشمی (۱۳۷۴)، نیمرخ روانی ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی را مقایسه کرد، نتایج تحقیق نشان داد که بین ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی در شاخص افسردگی تفاوت معنی‌دار آماری وجود دارد، در سایر مقیاس‌ها تفاوتی مشاهده نشد.

اهری (۱۳۷۵)، به مقایسه ویژگی‌های شخصیتی دانشجویان مرکز تربیت معلم پسرانه مشهد دست زد. نتایج تحقیق وی نشان داد که بین دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار در شاخص کمال‌گرایی و دروغ‌سنجی و شاخص آشنفنگی فکری و حس همکاری اختلاف معنی‌دار آماری وجود ندارد. در شاخص‌های خودبیمارانگاری، افسردگی، هیستری ناسازگاری اجتماعی، علائم مرضی اضطراب، ترس و دلپره بی‌مورد^(۱)، گوشه‌گیری، افکار غیرعادی، چگونگی برداشت از خود، سوءظن، شکایت از دیگران، موازن اخلاقی، میزان حساسیت، و مکانیسم‌های دفاعی و احساس امنیت اختلاف معنی‌دار مشاهده نگردید.

صاحبی (۱۳۷۶)، به بررسی مقایسه ویژگی‌های شخصیتی دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار مراکز تربیت معلم پسرانه استان مازندران پرداخت.

نتایج تحقیق نشان داد که بین آزمودنی‌های ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر شاخص کمال‌گرایی - دروغ‌سنجی - آشنفنگی فکری و داشتن حس همکاری - شیدائی اختلاف معنی‌دار آماری مشاهده نشد. و از نظر شاخص مکانیسم‌های دفاعی و احساس امنیت - خودبیمارانگاری افسردگی - هیستری، سوءظن علائم مرضی اضطراب، ترس و دلپره بی‌مورد اختلاف معنی‌دار آماری مشاهده شد.

منبع کنترل:

اواخر دهه ۱۹۵۰ و اوایل دهه ۱۹۶۰ بود که روانشناسی، آزمون مجدد دیدگاه کنترل شخصی را بطور جدی آغاز نمود. قبل از آن، روانشناسی، برای فرار از ریشه‌های فلسفی، مفاهیمی مثل کنترل خود و اراده را مورد بررسی قرار نمی‌داد.

طی سه دهه گذشته، روانشناسان، سهمی اساسی در یافتن پاسخ به چگونگی کسب و نگهداری حس کنترل توسط انسان در زندگی اش داشته‌اند. چندین سازه مربوط به کنترل کشف شده و رشد یافته‌اند و نیز بررسی‌های گوناگون، فنونی را یافته‌اند که به افراد در کنترل بر عاطفه، رفتار و شناخت کمک کند. کنترل دارای نقش مرکزی در بهداشت جسمانی و روانی است. از این گذشته، فواید دارای بودن کنترل در سلامت جسمانی و روانی در گستره زندگی بیشتر از کودکی تا میانسالی و پیری نشان داده شده است. اصطلاح منبع کنترل به ادراکی گفته می‌شود که ما از اسناد موفقیت یا شکست خود داریم. مفهوم کنترل، در تاریخ بشر به شکل‌های گوناگون ظاهر شده است. تراژدی‌های یونان باستان، آکنده از پندارهای درماندگی بشر در برابر خدایان و یا سرنوشت بوده است. فیلسوفان، با مفهوم منبع کنترل، تحت عنوان جبرگرایی در برابر اراده آزاد دست به گریبان بوده‌اند.

جامعه‌شناسان از آن به عنوان خودمختاری در برابر درماندگی نام برده‌اند. نیچه^(۱) قدرت را مهمترین پدیده روانی نامیده و آدلر^(۲) در نظام روانشناسی فردی خود اعلام می‌دارد که احساس حقارت، در مقابل اعمال قدرت شخصی مغلوب می‌شود. اما مفهوم منبع کنترل بعنوان عاملی روانی رسماً از دو یا سه دهه پیش سرچشمه می‌گیرد (بال، ترجمه مسدد، ۱۳۷۳).

سازه منبع کنترل که نخستین بار بوسیله راتر^(۳) (۱۹۵۴ به نقل از سیف، ۱۳۷۱) مطرح شد، در مطالعات مربوط به انگیزش، به گونه‌ای فزاینده اهمیتی نظری و عملی را بدست آورده است. نظریه یادگیری اجتماعی راتر که سازه منبع کنترل از آن مایه می‌گیرد، حاکی است که شخص در برابر یک موقعیت، با انتظاراتی روبرو می‌شود که نتایج احتمالی رفتارهای ممکن او را در بردارد. این انتظارات فرضی مبتنی بر تجارب گذشته فرد هستند. این تجارب را می‌توان به دو دسته تقسیم کرد: عام و خاص.

1- Nietzsche

2- Adler

3- Rotter

تجارب خاص: در برگیرنده تجاربی است که همانند تجارب جاری هستند و تجارب عام، در برگیرنده فشرده‌ای از جمع همه تجارب دیگر است. بنابه نظریه راتر احتمال رفتاری معین، به گونه‌ای قانونمند^(۱) با توجه به انتظار فرد نسبت به نتایج آن رفتار فرق می‌کند. (این قاعده را می‌توان بصورت فرمول زیر نشان داد $PB = f(E) + r.v$ که در آن PB احتمال رفتار^(۲)، $f(E)$ تابع انتظار^(۳) و $r.v$ ارزش تقویتی^(۴) است. بنابراین احتمال رخداد رفتار، تابعی است از انتظار به اضافه‌ی ارزش تقویتی آن. این فرمول نشان می‌دهد که تکرار یک رفتار معین در صورتی افزایش خواهد یافت که تجارب گذشته و کنونی حاکی از آن باشد که نتایج پاداش دهنده‌ای از آن بدست خواهد آمد و اگر نتایج پیش بینی شده، بدست نیاید، از تکرار آن کاسته خواهد شد.

استفاده از سازه منبع کنترل بعنوان تعریفی از این فرمول، ناشی از دوگونه اختلاف نظر است که از پژوهش‌های مربوط بدست آمده است. نخستین اختلاف اینست که نتیجه‌ای پیش بینی شده از احتمال یک رفتار، تنها زمانی رخ می‌دهد که نتیجه یاد شده بنابر ادراک شخص، مشروط به عمل (یا دستاورد) اوست. و اگر نتیجه عمل به عنوان دستاورد بخت، شانس و یا عمل دیگران درک شود، در اینصورت، برای شخص مورد نظر و معقول خواهد بود که نتیجه مشاهده شده را بی ارتباط با تغییر قانونمندان احتمالات رفتار بداند. برای مثال، فیروز^(۵) (۱۹۵۷، به نقل از بال، ۱۹۹۴) پی برد که اگر مهارت و نه شانس نتیجه را تعیین کند، تغییر در انتظارات، پس از موفقیت بیشتر است. کاربرد آموزشی این یافته است که یک دانش‌آموز به گونه‌ای قانونمند، احتمالات رفتارهای خود را بر اساس نتایج پاداش دهنده و یا بدون پاداش تغییر نخواهد داد، مگر آنکه قانع شود که نتایج، مستقیماً قابل اسناد به رفتارهایش است. اگر دانش‌آموز باور داشته باشد که پاداش و مجازات معلم، اتفاقی (بدون توجه به رفتارهایش) داده می‌شوند، در این صورت ممکن است بر احتمال تکرار رفتارهایش بی اثر باشد (و یا اینکه با شیوه‌ای نا قانونمندانه اثر بگذارد).

دومین اختلاف در بررسی دامنه داری که بوسیله راتر (۱۹۶۶، به نقل از سیف، ۱۳۷۱) انجام گرفت به

1- Lowful

2- Function of expectancy

3- Probility of behavior

4- Reinforcement value

5- Phares

شرح زیر گزارش شده است:

«در انجام تکالیف مبهم که علت نتایج، مورد تردید بود، رفتار برخی از مردم از فرمول انتظار پیروی کرده در حالی که رفتار برخی دیگر تابع چنین فرمولی نبود. گروه دوم، اغلب علّت را به شانس و سرنوشت، بخت و یا مردم دیگر نسبت دادند، در حالی که گروه اول، اغلب علّت را به خودشان نسبت دادند».

ظاهراً در تکالیفی که ممکن است مهارت و یا شانس در کار باشد، برخی از افراد معتقد هستند که مهارت و برخی دیگر معتقدند که شانس، عامل اصلی موفقیت است. کاربرد آموزشی این شیوه‌ی اندیشه این است که برخی از دانش‌آموزان، براساس شخصیت خود، ممکن است پدیداری یا ناپدیداری تقویت را خارج از کنترل خود بدانند. بنابراین، حتی اگر معلم برای تقویت کردن رفتارهای معینی توجه کند، هنوز هم دانش‌آموزان از پذیرفتن ارتباط بین رفتارشان و نتایج آنها پرهیز می‌کنند. در این صورت تغییرات «با قاعده‌ی» پیش بینی شده رخ نخواهد داد (بال، ترجمه مسدد، ۱۳۷۳).

توانایی در کنترل محیط از دیدگاه‌های مختلف و تحت عناوین گوناگون مورد بررسی قرار گرفته است. مفاهیمی مانند رقابت شایستگی، برتری طلبی، درماندگی و ناامیدی هر کدام به نوعی مبین این است که فرد تا چه درجه‌ای قادر است حوادث و رویدادهای مهم زندگی را کنترل کند.

مفهوم منبع کنترل دارای دو بعد کنترل درونی و کنترل بیرونی است. راتر افرادی را معتقد به کنترل درونی می‌داند که برای خویش در نحوه انجام گرفتن کارها سهم عمده‌ای قائل هستند. بعبارت دیگر، افراد دارای منبع کنترل درونی، دارای ادراک مثبت یا منفی از رویدادهایی هستند که تحت کنترل فرد است. همچنین افرادی خود را حاکم بر سرنوشت خویش دانسته و کنترل زندگی را از درون خود می‌پندارند. برعکس افراد معتقد به کنترل بیرونی، اغلب رویدادها را تحت تسلط و اراده خویش نمی‌دانند، بدین معنا که هنگام وقوع هر حادثه، علت آنرا به دیگران یا شانس و تصادف نسبت می‌دهند (بیابانگرد، ۱۳۷۰).

منبع کنترل و توسعه ابزارهای سنجش آن:

یکی از ویژگی‌های شخصیتی افراد که آنها را از یکدیگر متمایز می‌سازد منبع کنترل است. کسانی که دارای منبع کنترل درونی هستند به نیروی اراده و قدرت خود تأکید دارند و از اعتماد به نفس قابل توجهی برخوردارند. افرادی که دارای منبع کنترل بیرونی هستند، منشاء همه رفتار و کردار خود را بر

مبنای فضا و قدر در شانس و اقبال تصور می‌کنند. این نظریه‌ها اساس و بنای تئوری انگیزشی را تشکیل می‌دهد که توسط راتر بیان گردید. بر پایه این نظریه دسته‌ای از افراد احساس می‌کنند که دلیل رفتار آنها در وجود خود آنهاست. دسته‌ای دیگر بر این باورند که علت رفتار آنها در بیرون از وجود خودشان قرار دارد. اثر این احساس بیرونی و درونی علت وقایع را منبع کنترل نام نهاده‌اند (راتر، ۱۹۶۶).

بر مبنای مفروضهای نظریه انگیزشی راتر (۱۹۶۶ به نقل از اسلنکر، ۱۹۹۵)^(۱) این اندیشه تقویت می‌شود که افراد دارای منبع کنترل بیرونی احتمال دارد در انجام کارها به گونه مؤثر عمل نکنند و در امور نظری کارایی قابل ملاحظه‌ای نداشته باشند. چنین افرادی عموماً شکستها و موفقیت‌های بدست آمده در زندگی خود را بیشتر به مسائلی نظیر شانس، تصادف و سرنوشت نسبت می‌دهند. بر مهارت‌های خود تأکید کمتری دارند و در انجام کارها دقت، قاطعیت و جدیت لازم را به عمل نمی‌آورند. همچنین وجود دارد که اینگونه افراد در فعالیتهای خود تعلل ورزیده و جدیت لازم را به عمل نمی‌آورند. اینگونه افراد به سبب نداشتن احساس مسئولیت همه امور را به دیگران محول کرده و در تصمیم‌گیری‌های سازمانی اتکاء به نظرات دیگران را به سماجت و به اعتقادات خود ترجیح می‌دهند. بنابراین پرداختن به امور اجتماعی و تبعیت از جامعه و جبهه همت این گونه افراد است.

اهمیت منبع کنترل در این واقعیت منعکس است که تاکنون بیش از ۳۰ نوع مقیاس برای اندازه‌گیری آن ابداع شده است. از نظر تاریخی، مقیاس فیرز^(۲)، اولین کوشش رسمی برای اندازه‌گیری سازه منبع کنترل است که زمینه آن در دو رساله در دانشگاه اوهایو بود. فیرز (۱۹۹۵، نقل از فراهانی، ۱۹۹۶). فیرز و جیمز^(۳) (۱۹۵۷، نقل از فراهانی، ۱۹۹۶) توانستند انتظارات درونی - بیرونی را اندازه‌گیری کنند. پرسشنامه‌ی درونی - بیرونی منبع کنترل توسط راتر در سال ۱۹۶۶ تهیه شد این پرسشنامه، احتمالاً بهترین آزمون موجود برای استفاده در مورد بزرگسالان، دانشجویان و دانش‌آموزان کلاسهای بالای دبیرستان است.

گورین و دیگران^(۴) (۱۹۶۹، نقل از بال، ۱۹۹۴)، مقیاس راتر را با چند عبارت بیشتر، با دانشجویان سیاهپوست کالج اجرا کردند. آنها نتایج را تحلیل عامل سازه‌ای کرده و دو عامل عمده و دو عامل جزئی

1- Slenker

2- Phares

3- Phares and Games

4- Gorine etal

بدست آوردند.

عامل‌های عمده را کنترل شخصی^(۱) و کنترل ایده‌ئولوژی^(۲) نامیدند. بازنگری عبارات این عامل‌ها نشان می‌دهد که شخص ممکن است با توجه به زندگی شخصی کنونیش، درونی و با این وجود، با توجه به سیستم سیاسی بزرگتری که در آن زندگی می‌کند، بیرونی باشد. این تحلیل دو عاملی کنترل، در پژوهش‌های دیگری قید شد که لائو^(۳) (۱۹۷۰، نقل از بال، ۱۹۹۴) با دانشجویان سیاهپوست کالج انجام داد. نتایج کوشش‌های اخیر برای تحلیل عامل سازه‌ای منبع کنترل، حاکی از آنست که میزان درونی بودن شخص، ممکن است در موقعیتهای گوناگون یکسان نباشد با این وجود شواهد کافی در تأیید این ایده وجود دارد که گرایش تعمیم یافته‌ای جزئی نسبت به منبع کنترل درونی و یا بیرونی وجود دارد، اگر چه ممکن است که عوامل موقعیتی، این یافته را تغییر دهند.

آزمونهای دیگر منبع کنترل درونی - بیرونی

- آزمون تصویری کنترل درونی - بیرونی کودکان^(۴) ساخته باتل و راتر^(۵) (۱۹۶۳، نقل از بال، ۱۹۹۴) - مقیاس منبع کنترل برای کودکان^(۶) که بصورت شفاهی و یا گزینه‌های درست - نادرست اجرا می‌شود و نتیجه تغییر داده شده آن بوسیله گزالی^(۷) (۱۹۷۱) و بیلر^(۸) (۱۹۷۱، نقل از بال، ۱۹۹۴) ارائه شده است.

- آزمون سنجش منبع کنترل درونی - بیرونی نوویکی و استریکلند^(۹) (۱۹۷۳) ویژه دانش‌آموزان تهیه و انتشار یافته است.

- مقیاس‌های منبع کنترل درونی، افراد قدرتمند و شانس لونسون^(۱۰) (I.P.C).

یک بعدی و یا چند بعدی بودن منبع کنترل:

دیدگاه منبع کنترل، البته دیدگاهی تک بعدی بود که تلاش در جهت رفع کمبودها و نقایص آن به ارایه

1- Personal control

2- ideological control

3- Lao

4- The children's Picture test of Internal external control

5- Battle and Rotter

6- The locus of control scale for children

7- Gozali

8- Biller

9- Nowiki and Stricland

10- Levenson

مدل چند بعدی انجامید. مشکلاتی را که در فهم عامل منبع کنترل و دیدگاه اولیه کنترل که به گسترش این مدل انجامید، می توان در سه مورد زیر خلاصه نمود (فراهانی، ۱۳۷۷ - الف).

۱- متداول دانستن منبع کنترل با مکان علیت بوده است و این در حالی است که این دو مفهوم در بعضی جنبه های مهم تعاریف نظری و عملیاتی تفاوت دارد. تعریف واینر^(۱) (۱۹۷۹، نقل از فراهانی، ۱۳۷۷ - الف) از این دو مفهوم، تفاوت این دو را به خوبی روشن می سازد «بعد مکانی با منشاء علیت است، به عبارت دیگر، چه علیت در درون باشد چه در موقعیت باشد. بعد کنترل در ارتباط با گسترش کنترل فرد یا مسلط بودن به عوامل علی مختلف است». وونگ و اسپیرول^(۲) (۱۹۸۴، نقل از فراهانی، ۱۳۷۸ - ب) اشاره دارند که راتر، در تعریف خود از منبع کنترل، علیت درونی را با کنترل درونی، یکی و مساوی فرض کرده است. در حالی که منبع کنترل در ارتباط با قبول مسئولیت است. این تشخیص و تمیز گذاشتن بین این دو مفهوم از کنترل بسیار مهم است. زیرا معیار «اسناد علی» و «اسناد مسئولیت» کاملاً متفاوت است. این پژوهشگران برای تکنیک منبع کنترل از منبع علیت تعریف زیر را ارائه داده اند:

«منبع کنترل در ارتباط با قبول مسئولیت بدون توجه به ابزار رفتاری است. شخصی که کنترل درونی دارد، مسئولیت آنچه را که برای او اتفاق می افتد، می پذیرد. حتی اگر عوامل بیرونی آنرا بوجود آورده باشند فردی که کنترل بیرونی دارد مسئولیت آنچه را که ایجاد شده است در جای دیگری غیر از خود جستجو میکند. بدون توجه به اینکه رفتار حاصله ممکن است نتیجه عوامل درونی خودش باشد. شخصی که کنترل دوگانه دارد، مسئولیت آنچه که برای او بوجود آمده است را نتیجه هر دو منبع درونی و بیرونی از خود می داند» (فراهانی - ۱۳۷۷ - الف).

۲- مسئله تک بعدی یا چند بعدی بودن منبع کنترل:

مشکل دوم در فهم منبع کنترل که تلاش در جهت رفع آن به پیدایش مقیاس لونسون انجامید. پذیرش دیدگاه تک بعدی منبع کنترل است که نتیجه این دیدگاه چنین خواهد بود که هرگز احتمال حضور همزمان درجه بالای کنترل درونی و درجه بالای کنترل بیرونی وجود نخواهد داشت. به عبارتی از این زاویه، افراد یا کنترل شونده یا کنترل کننده خواهند بود. (وونگ و اسپیرول، ۱۹۸۴، نقل از فراهانی، ۱۳۷۷ - الف). لونسون (۱۹۷۲، نقل از فراهانی، ۱۹۹۶) مفهوم سازه درونی - بیرونی را به یک دیدگاه چند بعدی منبع کنترل گسترش داده است. مدل ارائه شده توسط لونسون با تحلیل عوامل نشان می دهد

که سه بعد: درونی بودن کنترل، قدرتمند بودن دیگران و کنترل تحت تأثیر شانس وجود دارد. به عبارت دیگر، مدل لونسون بین دو نوع گرایش بیرونی، تفاوت قائل می‌شود. باور به نامنظم و تصادفی بودن جهان و باور به نظم قابل پیش بینی بودن جهان و اینکه همواره این انتظار که افراد قدرتمند هستند که در واقع کنترل کننده فرد هستند (لونسون، ۱۹۸۱، نقل از فراهانی، ۱۳۷۸ - ب).

۳- جای یک فرد در پیوستار منبع کنترل چند بعدی کنترل:

در مدل تک بعدی راتر، گرایش درونی و بیرونی، دو قطب مخالف یک بعد هستند، باین معنی که افزایش گرایش به کنترل بیرونی به کاهش در گرایش به کنترل درونی می‌انجامد و لیکن در مدل چند بعدی، گرایش‌های درونی و بیرونی، ابعادی مجزا هستند. این موضوعی است که در ساخت مقیاس (I.P.C) لونسون مورد توجه قرار گرفته است.

مقیاس لونسون، سه مقیاس ۸ سئوالی مجزا را شامل می‌شود: مقیاس (I) درونی بودن، مقیاس (P) گرایش به قدرتمند بودن دیگران، مقیاس (C) اعتقاد به شانس را اندازه‌گیری می‌کند. در مقیاس P و C دو جنبه متفاوت از گرایش بیرونی است نمره هر فرد در هر کدام از مقیاس‌های سه گانه بین ۰ تا ۴۸ امتیاز متغیر خواهد بود (فراهانی، ۱۳۷۷ - الف).

ویژگی‌های روان شناختی کنترل درونی‌ها و بیرونی‌ها:

مطالعات بسیاری نمرات درونی‌ها و بیرونی‌های مبتنی بر پرسشنامه راتر را به متغیرهای دیگر ربط داده و تفاوت‌های معنی داری بین این دو گروه گزارش داده‌اند. هرش و شیبیل^(۱) (۱۹۶۷) پی بردند که درونی‌ها از نظر استیلا، جامعه پذیری، کارایی فکری، شکیبایی، تأثیر خوب و مقیاسهای تندرستی مبتنی بر فهرست روانی کالیفرنیا برتر از بیرونی‌ها بودند. آنها همچنین پی بردند که درونی‌ها در پاسخ به چک لیست صفت، خود را تحمل پذیرتر از بیرونی‌ها، موفق، جسور، مستقل، مؤثر، توانمند و زبردست توصیف می‌کنند.

استریکلند^(۲) (۱۹۷۰) پی برد که درونی‌ها، بیشتر از سرنخها به نتایج توجه می‌کنند، بیشتر یافته‌های ارائه شده‌ی مناسب را حفظ می‌کنند. از سرنخها آگاهی بیشتر دارند و در برابر تلقین‌ها، ماهرانه پایداری می‌کنند.

1- Hersh and shibel

2- Strickland

مرسر و سنل^(۱) (۱۹۷۷) چنین تصور داشتند که وقتی شخص دارای ویژگی کنترل درونی است تقویت را عامل اولیه برآیند اعمالش می داند در حالیکه، اگر شخصی دارای ویژگی کنترل بیرونی باشد تقویت را برآیند نیروهای خارجی همچون خوش اقبالی، سرنوشت، شانس و یا سایر نیروها می داند. با وجود اندیشه‌های متمایز در این دو مسیر، کنترل آگاهانه باید در جهت اتصال درونگرایی به برون‌گرایی همراه با افت کنترل فردی در همان جهت در نظر گرفته شود (بطور کلی، محورهای کنترل خارجی اکثراً ناهنجاری است).

اپستین و کوموریتا^(۲) (۱۹۷۱، نقل از بال، ۱۹۹۴) در رابطه با عزت نفس پی بردند که آزمودنی‌های دارای عزت نفس کم و متوسط به گونه‌ای معنی دار، بیرونی‌تر از آزمودنی‌های دارای عزت نفس بالا بودند. این یافته‌ها مؤید فرضیه پیشنهادی چند پژوهشگر است که در بین آزمودنی‌های دارای عزت نفس بالا، درونی بودن بیشتر رایج است، هنگامی که دستورالعمل برای انجام کاری مبتنی بر مهارت و نه شانس باشد، درونی‌ها بهتر از عهده برمی‌آیند. در حالی که بیرونی‌ها، در شرایط شانس احتمالی، بهتر عمل می‌کنند.

برای نمونه، دستورالعمل مبتنی بر «مهارت» این است که به دانش‌آموز بگویند که نمرات آنان در یک آزمون و یا در یک بازی، بستگی به آن دارد که چقدر در آن خوب باشند و یا چقدر تلاش کنند. و نمونه دستورالعمل بر «شانس» این است که به دانش‌آموز بگویند که نمرات آنان به میزان شانس آنها بستگی دارد. کارکرد درونی‌ها در موقعیت‌هایی است که مهارت، تعیین‌کننده است و کارکرد بیرونی‌ها در موقعیت‌هایی که شانس تعیین‌کننده باشد (راتر، ۱۹۶۶، نقل از فراهانی، ۱۹۹۶). توسط اشنایدر^(۳) (۱۹۷۲) تحت عنوان پیشگویی خود تحقق بخشی، توضیح داده شده است. یعنی شخص رویدادی را پیش بینی می‌کند و این پیش بینی، رفتار او را به گونه‌ای تنظیم می‌کند که احتمال بروز رویداد پیش بینی شده را افزایش می‌دهد. بنابراین، شخصی که منبع کنترل او درونی است، پیش بینی می‌کند که دارای کنترل است و بهمین دلیل، موقعیت‌هایی را برمی‌گزیند که به او اجازه این کنترل را می‌دهد. از سوی دیگر شخصی که منبع کنترل او بیرونی است، موقعیت‌هایی را برمی‌گزیند که انتظارات او را، مبنی بر

1- Mercer and cenel

2- Epstein and Komorrita

3- Eshnieder

اینکه در واقع نمی‌تواند آنچه را که برای او رخ می‌دهد کنترل کند. حمایت می‌کند. درونی‌ها، برحسب احتمال موفقیت در تکالیف گوناگون، ترجیح می‌دهند دست به خطرپذیری متوسط بزنند. در مطالعه‌ای توسط جولیان و دیگران^(۱) (۱۹۶۸)، به نقل از آذربایجانی، (۱۳۷۵) آشکار شد که بیرونی‌ها در ورزش پرتاب نیزه‌گزینش‌هایی را ترجیح می‌دادند که احتمال موفقیت در آنها کم بود. چنین گزینشی از سوی بیرونی‌ها را می‌توان بدین صورت تبیین کرد:

از آنجا که گزینش رفتاری مبنی بر احتمال موفقیت بسیار پائین، شکست را حتمی می‌کند، گزینش‌کننده از واکنش مباحات و یا شرمساری در برابر موفقیت یا شکست، آزاد است. او از شرمساری ناشی از شکست پیاپی رنج نمی‌برد. زیرا که نتیجه بدست آمده، مورد انتظار بوده است. از سوی دیگر، گزینش رفتار حاکی از خطرپذیری متوسط (که احتمال نتیجه‌ی موفقیت‌آمیز در آن تقریباً ۵۰٪ است)، نتیجه را از نظر همه‌ی سطوح احتمال به کمترین حد اطمینان رسانده و بنابراین، بزرگترین مسئولیت برای نتیجه را بر عهده توانایی و کوشش شخص قرار می‌دهد. فزون بر این، نتایج واقعی تکالیف دارای خطرپذیری متوسط، یافته‌های بیشتری در مورد شخص ارائه می‌دهد تا تکالیف دارای خطرپذیری پایین‌تر و یا بالاتر از متوسط.

نظر به اینکه بیرونی‌ها از تکالیف دارای خطرپذیری متوسط، پرهیز می‌کنند. ممکن است حاکی از آن باشد که آنها از خود افشا سازی و یا اکتشاف خود ترس دارند. این یادآوری حاکی از آن است که ممکن است بیرونی بودن، به ساز و کار دفاعی - روانی، وابسته باشد که به شخص اجازه می‌دهد تا یافته‌های تازه در مورد خود را رد کرده و حالت درمانده را حفظ کند.

مطالعات چندی ارتباط بین سازگاری روانی و منبع کنترل را مورد بررسی قرار داده‌اند. شی بات^(۲) (۱۹۶۸)، به نقل از صاحبی، (۱۳۷۶) پی برد که آزمودنی‌های روان پریش، نمرات بیرونی بالاتری از آزمودنی‌های روان نژند یا بهنجار داشتند. فیتز^(۳) (۱۹۶۷)، به نقل از صاحبی، (۱۳۷۶) گزارش داد که آزمودنی‌های بیرونی از هر دو جنس (زن و مرد) در اندازه‌ی اضطراب «ناتوانی‌زا» نمرات بالاتری از

1- Jolian and others

2- Shibot

3- Fitz

آزمودنی‌های درونی به دست آورند. فنلی^(۱) (۱۹۷۲، به نقل از فروزش، ۱۳۷۴) پی برد که زنان بیرونی در آزمون اضطراب پیشرفت تحصیلی، نسبت به زنان درونی، اضطراب بیشتری نشان دادند. همچنین فنلی با همین آزمودنیها پی برد که زنانی که مسئولیت بیشتری برای نتایج تکالیف گوناگون پذیرفتند، به گونه‌ای معنی دار، کمتر از زنان مضطرب بودند که مسئولیت کمتری پذیرفتند. نویکی و دیگران^(۲) (۱۹۷۲، به نقل از غضنفری، ۱۳۷۱) پی بردند که دیدگاه بیمار از ارتباط درمانی در جلسات مشاوره، تابعی از منبع کنترل آنها، و رهیافت برگزیده شده است. مداومت در تأثیرگذاری که ویژگی درونی‌ها است، حاکی از نیاز به حفظ اعتقاد به کنترل شخصی است. این یافته حاکی از آن است درونی بودن افراطی همان اندازه تدافعی می‌باشد که بیرونی بودن افراطی. ری و کاتان^(۳) (۱۹۶۸، به نقل از فروزش، ۱۳۷۴) همبستگی‌های معنی داری بین نمرات منبع کنترل و نمرات مقیاس اضطراب آشکار و پرسشنامه‌ی اضطراب تیلور بدست آوردند.

پلات و ایزمن^(۴) (۱۹۶۸ به نقل از غضنفری). پی بردند که درونی‌ها نسبت به بیرونی‌ها، چشم انداز طولانی‌تری از آینده دارند. یعنی درونی‌ها دارای دیدگاهی گسترده، و بیرونی‌ها دارای دیدگاهی محدود از زمان می‌باشند. پندار زمان بعنوان چارچوبی برای گذشته، حال و آینده دارای اهمیت والایی در پیشرفت است (من دیروز آنجا بودم، امروز اینجا هستم و فردا آنجا خواهم بود). مردمانی که زمان را به شکل حال در نظر می‌گیرند، احتمالاً موفقان بزرگی نخواهند بود. این یافته‌ها حاکی از آن هستند که ممکن است بیرونی‌ها کمتر از درونی‌ها پیشرفت‌گرا باشند. این موضوع در پژوهشی که بوسیله ولشا^(۵) (۱۹۷۲، نقل از سیف، ۱۳۷۱) انجام شد، مورد تأیید قرار گرفت. ولشا نسخه خلاصه شده‌ای از پرسشنامه راتر را در مورد ۲۷۰۰ مرد سفید پوست و ۱۰۰۰ مرد سیاه‌پوست، بین سنین ۱۶ تا ۲۶ اجرا کرد و نمرات بدست آمده را با متغیرهای مربوط به کار ارتباط داد. مردان سفید پوست درونی نسبت به مردان سفید پوست بیرونی دارای مقام بالاتر بودند، دانسته‌های بهتری از دنیای کار داشتند. تاریخچه با ثبات‌تری در کار کردن داشتند، ساعات بیشتری در هفته کار می‌کردند. دارای درآمد بیشتری بودند و

1- Fenlly

2- Nowicki and others

3- Ray and Katan

4- Plat and Ezman

5- Wollsha

کارآموزی بیشتری دیده بودند. این نتایج عموماً برای مردان سیاهپوست، معنی دار نبودند. وئشا پیشنهاد می‌کند که نظام اعتقادی درونی بودن سیاهان، ممکن است بصورت تظاهرات رفتاری، به آن آسانی که در سننید پوستان است، شکل نگرفته باشد.

مطالعات دیگر نشان داده‌اند که والدین افراد دارای کنترل درونی نسبت به فرزندانشان، حمایت‌کننده، با محبت و تأییدکننده‌اند. بطور کلی، والدین افراد دارای کنترل درونی مقداری از فرزندانشان انتظار دارند و مقدار زیادی مسائل عاطفی را ابراز می‌دارند، در افراد دارای کنترل بیرونی احتمالاً بیشتر طرد شدگی، کنترل خصومت‌آمیز و انتقاد تجربه شده است. در دوران بعد از نوزادی و کودکی، دانشجویان دانشکده که نسبتاً دارای کنترل بیرونی بودند بخاطر آوردند که والدین شان محدودکننده بوده‌اند. بنظر می‌رسد که منبع کنترل بیرونی در واکنش به کنترل مغرط رفتار انتقادی والدین، رشد پیدا می‌کند. والدین افراد دارای کنترل درونی گرم و پذیرنده هستند و انتظار آنها از کودکانشان تا حدی است که آنها توانایی آنها دارند. افرادی که دارای کنترل درونی هستند بیش از حد آزاد گذارده شده‌اند، با منبع کنترل درونی پیدا کردن کودک باید یاد بگیرد که تقویتها به رفتارش بستگی دارد. بنابراین احتمالات تقویت قطعی هستند (بارون و برن، ۱۹۹۱).

درونی‌ها نه تنها مسئولیت اعمال خود را می‌پذیرند بلکه بر این باورند که دیگران نیز مسئول اعمال خودشان هستند. در مقابل، بیرونی‌ها گمان دارند که رفتار دیگران همچون خودشان، تحت تأثیر نیروهای خارجی است (فیرز^(۱)، ۱۹۷۶، به نقل از فراهانی، ۱۳۷۸ - ب) درونی‌ها در مقایسه با بیرونی‌ها، هنگامی که عمل خلاف قانون صورت می‌گیرد، در اکثر مواقع، تنبیه‌کننده هستند و نسبت به خلاف‌کنندگان، کمتر احساس همدردی ابراز می‌کنند. (کافمن و رایک من، ۱۹۷۹، به نقل از فراهانی ۱۳۷۸ - ب).

افرادی که واجد منبع کنترل بیرونی هستند، مشکلات تحصیلی، اجتماعی و شغلی بیشتری دارند. در موقعیت‌های رقابت‌آمیز زودتر تسلیم می‌شوند و مشکلات فزاینده‌ای در تعامل‌های اجتماعی دارند. رفتارهای پرخاشگرانه و تحریک‌پذیر در برابر فشارهای اجتماعی از خود نشان می‌دهند، از حمایت اجتماعی و عزت نفس پایینی برخوردارند و هنگام مواجه با مشکلات زندگی از راهبردهای مقابله‌ای

محدودی همچون انکار، فرار و تخلیه هیجانی استفاده می‌کنند (بارون، و برن ۱۹۹۱). همچنین فردریک^(۱) (۱۹۸۸، نقل از بارون، ۱۹۹۱) نشان داده است که دانش‌آموزان درونی، از استقلال یافتگی برخوردارند، تکانش‌های پرخاشگرانه کمتری نشان می‌دهند، در روابط اجتماعی همکاری بیشتری دارند، در رفع مشکلات از حمایت اجتماعی بیشتری برخوردارند. مشکلات متعلق به خود را خودشان حل می‌کنند و از عزت نفس بالایی برخوردارند.

از نظر بهداشت روانی بطور کلی مشخص شده که درونی‌ها سازگاری بیشتری دارند و نسبت به بیرونی‌ها کمتر نگران هستند. در افراد دارای کنترل بیرونی اختلالات روان شناختی بیشتری دیده می‌شود. بیرونی بودن با احساس اضطراب و افسردگی در ارتباط است. اینکه بیرونی بودن با سازگاری در ارتباط است، شاید به این علت باشد که داشتن احساس خوشایند از زندگی مثبتی بر این است که افراد احساس کنند بر برون دادهای خود کنترل دارند (غضنفری، ۱۳۷۱)، در تحقیق خود به مقایسه بین منبع کنترل و میزان افسردگی گروه جانبازان، معلولین عادی و افراد عادی پرداخت و باین نتیجه رسید که بین منبع کنترل گروه جانبازان و معلولین عادی و افراد سالم تفاوت معنی داری وجود دارد. بین میزان افسردگی گروه جانبازان، معلولین عادی و افراد عادی تفاوت معنی داری وجود دارد و هرچه افراد دارای کنترل بیرونی تری باشند میزان افسردگی بیشتری خواهند داشت.

همچنین درونی بودن با پیشرفت تحصیلی در ارتباط است به نظر می‌رسد علت این باشد که درونی‌ها بیشتر از بیرونی‌ها تلاش می‌کنند. چون به سخت کوشی و پیامد نیک آن، آگاهی دارند. افراد درونی استعداد کمتری در نفوذ پذیری دارند و بیشتر آمادگی دارند تا مسئولیت اعمال خود را بپذیرند به لحاظ بهداشت روانی نیز افراد درونی از فعالیتهای خود احساس لذت بیشتری می‌کنند. درونی‌ها در کنترل حوادث تلاش بیشتری می‌کنند و هنگام مواجه با یک مشکل فعالتر هستند. اما بیرونی‌ها نافع‌ال و در مقابل سرنوشت تسلیم هستند. افراد درونی اطلاعات بیشتری در موقعیت‌های مختلف بدست می‌آورند و چیزهای بیشتری از موقعیت‌ها یاد می‌گیرند و با همسن و سالان خودشان اجتماعی تر هستند و بیشتر افرادی را جذب می‌کنند که بتوانند بر آنها اعمال نفوذ داشته باشند. این افراد احتمال کمتری دارد دچار اختلالات عاطفی یا الکلی شوند. افراد درونی تمایل دارند، رتبه‌های بالاتری را در مدرسه

1- Fered rick

بدست آورند، آنها مَصْر هستند که بیشتر تلاش کنند، بهتر درک کنند و بیشتر بخوانند و در کسب اطلاعات کارآمدتر باشند. این افراد از نظر جسمانی نیز سالمتر هستند. آنها به فشار خون و حملات قلبی کمتری گرایش دارند. بعلاوه این افراد به سلامت جسمانی خودشان بیشتر توجه دارند و اهل ورزش هستند. باینز و گولین^(۱) (۱۹۷۲) نیز در کارهای پژوهشی خود نشان دادند که اشخاصی که نمره‌های آنها در مقیاس منبع کنترل به سمت درونی گرایش دارد در مقایسه با افراد دارای منبع کنترل بیرونی در فرآیند پردازش اطلاعات به گونه‌ای فاعلتر عمل می‌کنند و در فرآیند تصمیم‌گیری نیز بهتر می‌توانند از تجربیات گذشته استفاده کنند. طبعاً این رفتارها را می‌توان از جمله رفتارهای کلیدی مؤثر در پیشرفت تحصیلی به حساب آورد.

مطالعات فیرز^(۲) (۱۹۷۸، نقل از بارون، ۱۹۹۱) نشان می‌دهد که دانش آموزانی که دارای منبع کنترل درونی هستند از استقلال فکری بیشتری برخوردارند و در برخورد با دیگران روحیه همکاری از خود نشان می‌دهند. همچنین این دانش‌آموزان تحت فشارهای اجتماعی ناروا، از خود مقاومت و سازگاری بیشتری نشان می‌دهند.

ویت^(۳) (۱۹۸۸) در تحقیقی این فرضیه را که درونی بودن منبع کنترل مستقیماً با کارکرد افراد در زمینه کارهایی که مستلزم مهارت اجتماعی است ارتباط دارد بررسی کرد و نتیجه گرفته است که درونی بودن منبع کنترل با میزان کارکرد همخوانی مثبت دارد، یافته‌های این پژوهش مؤید این نظر است که منبع کنترل می‌تواند عامل مفیدی در جهت تبیین پی آمدهای رفتار و فعالیتهای اجتماعی فرد باشد.

رابطه منبع کنترل با سلامت جسمانی و ورزش:

کنترل درونی - بیرونی به انواع زیادی از رفتارها مربوط می‌شود و تصویر مشخصی از مقایسه افراد با منبع کنترل درونی و بیرونی بدست داده است. فرد دارای کنترل درونی احتمال بیشتری دارد که جنبه‌های مواظبت از سلامتی مانند مراقبت از وزن، سیگار کشیدن، ورزش و انجام آزمایشهای پیشگیری کننده مانند مراجعه منظم نزد دندانپزشک را رعایت کند. مقدار زیادی از این رفتارها ناشی از اطلاعات افراد

1- Banize and Golian

2- Phares

3- Witt

دارای کنترل درونی درباره چنین چیزهایی است، چون افراد دارای منبع کنترل درونی با تلاش برای جستجوی اطلاعاتی که آنها را قادر می‌سازد کنترل بیشتری بر محیط خود بکار ببرند، مشخص می‌شوند. شادابی و ورزش مستمر احتمالاً با یک منبع کنترل درونی همراه خواهد بود. این مطلب با یافته‌های بوش^(۱) (۱۹۹۱) مطابقت دارد بوش ضمن تحقیق متوجه شد که ورزش مستمر بطور معنی داری منبع کنترل را بطرف درونی شدن سوق می‌دهد (پراندن، ترجمه هاشمی، ۱۳۷۱).

آذربایجانی (۱۳۷۵)، به رابطه منبع کنترل، میزان درک فشار و تغییرات ضربان قلب ناشی از یک برنامه قدرتی فزاینده پرداخته و نتایج آن چنین بود که: تفاوت بین بردار میانگین‌های ضربان قلب دو گروه با منبع کنترل درونی - بیرونی از لحاظ آماری معنادار است. همچنین تفاوت بین بردار میانگین‌های درک فشار کار در دو گروه با منبع کنترل درونی - بیرونی از لحاظ آماری معنادار بود.

- فروغی پور (۱۳۷۵)، در تحقیق خود، به مقایسه منبع کنترل، دانش آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار پرداخته است و یافته‌های پژوهش نشان داد که:

بین منبع کنترل دانش آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود دارد و منبع کنترل ورزشکاران درونی تر است.

واینر^(۲) و کوکلا^(۳) (۱۹۷۰) در مطالعه‌ای که با نتیجه انگیزش پیشرفت ارتباط دارد نشان داده‌اند که افراد دارای انگیزه پیشرفت بالا وقتی با شکست مواجه می‌شدند. نسبت به افراد دارای انگیزش پیشرفت پائین از خود تلاش کمتری نشان می‌دهند. افراد دارای انگیزه پیشرفت بالا شکستها را به عدم تلاش خود نسبت می‌دهند. در حالی که افراد با انگیزه پیشرفت پائین شکست را به عدم مهارت خود مربوط می‌دانند.

هایدر^(۴) در زمینه ارتباط تنگاتنگ نیاز به پیشرفت و منبع کنترل بر این اعتقاد است که آزمودنیهای با منبع کنترل درونی موفقیتها و شکستهای خود را بر حسب مهارت و تلاش توجیه می‌کنند، در حالی که آزمودنیهای با منبع کنترل بیرونی دلایل موفقیتها و شکستهای خود را به شانس و دشواری کار نسبت می‌دهند.

1- Bosh

2- Weiner

3- Kukl u

4- Heider

اسلنکر^(۱) و پرایس^(۲) و کانل^(۳) (۱۹۸۵) در تحقیق خود، به مقایسه کنترل سلامتی بین دوندگان آماتور غیر ورزشکاران پرداخته که بین ۱۲۳ دونده آماتور و ۹۳ غیر ورزشکار انجام شده است که در این تحقیق امتیاز دوندگان آماتوری بطور معنی داری از نظر معیار فرعی درونی از غیر ورزشکاران بالاتر بوده است و تجزیه و تحلیل معیارهای فرعی همچون قدرت و شانس اختلاف معنی داری را نشان نداده است.

کلمن^(۴) و واشنگتن^(۵) و پریس^(۶) (۱۹۸۵) تحت عنوان آمادگی جسمانی - سابقه اجتماعی و میزان سلامتی زنان سالخورده به مقایسه کنترل درونی - بیرونی و میزان احساس مسئولیت ۳۰ زن (۵۵ تا ۸۱ سال) در حال تمرین و ۳۰ زن غیر فعال پرداخته و سه متغیر وابسته شغل - پایگاه شغلی و میزان تحصیلات بررسی شد که نتیجه آن نشان داد که اختلافات قابل توجهی در مشارکت و عدم مشارکت در تمرین مشاهده نشد. اما تفاوت‌های مهم در عوامل اجتماعی (یعنی شغل - پایگاه شغلی و میزان تحصیلات) مشاهده گردید.

دایس^(۷) و نی شن^(۸) (۱۹۸۶) در تحقیق خود ۴۸ نفر از فوتبالیست های دانشجویی که اعضای تیم های ۲۲ نفری را در لیگ سراسری فوتبال (NFL) تشکیل می دادند مورد بررسی قرار داد. افراد به معیار کنترل چند بعدی واکنش نشان داده و نمودار حالات رفتاری هیچگونه تفاوت اساسی بین کنترل رفتار یا اخلاق میان فوتبالیست ها نشان نداد.

آدام^(۹) و جانسون^(۱۰) و کول^(۱۱) (۱۹۸۹)، آمادگی جسمانی - شکل بدن و کنترل مردان و زنان دانشجویی سال اول دانشکده را (۲۴۳ دانشجویی سال اول) مورد بررسی قرار دادند. پژوهش اخیر نشان داد که زنان به ظاهر اندامشان بیشتر از مردان اهمیت قائلند و مردان به تناسب اندامشان بیشتر ارزش قائلند. امتیاز زنان و مردان از لحاظ روانی آگاهیهای بیشتری در زمینه سلامتی و شکل بدنشان دارند. اما مردان به لحاظ اینکه ذاتاً قوی ترند نگرش های مثبت تری به ابعاد ظاهری بدنشان دارند.

1- Slenker

2- Price

3- Connell

4- Coleman

5- Washington

6- Price

7- Daiss

8- Nation

9- Adame

10- Johnson

11- Cole

تحقیق فون^(۱) (۱۹۸۹) به بررسی عوامل موجود میان مشارکت ورزشی نوجوانان دختر و پسر پرداخته است. و چنین فرض شده بود که میزان مشارکت پسران در ورزش بیشتر از دختران است و اینکه شرکت کنندگان در ورزش ارزیابی مطلوبتری از توانایی - عزت نفس بیشتر - پیوند خانوادگی - مدرسه - دوستان و کنترل درونی جهت دارتری دارند تا آنهایی که مشارکت ندارند. مطالعه بر روی یک نمونه ۸۱۱ نفری از نوجوانان ۱۵ ساله نشان داد که پسران بطور قابل توجهی مشارکت بیشتری در ورزش دارند تا دختران و قاعدتاً این مشارکت ارتباطی به موفقیت تحصیلی یا ارزیابی توانایی تحصیلی ندارد و عمدتاً به همان عوامل ذکر شده بستگی دارد.

- براون^(۲) و رزینکف^(۳) (۱۹۸۹)، کسب قدرت و توانایی - کنترل فردی و خودنمایی بازیکنان فوتبال دانشکده را بررسی کردند. در این تحقیق ۳۷ فوتبالیست دانشجویی تحت آزمون معیار کنترل درونی - بیرونی را تر قرار گرفتند و مشارکت صریح خود را در این برنامه ۱۴ هفته‌ای اعلام نمودند. شرکت کنندگانی که از لحاظ ظاهری و معیارهای درونی - بیرونی و درجات قدرت و نیرو امتیاز بیشتری از بقیه داشتند. در بیشتر حالات معیارهای درونی - بیرونی و تغییرات قوایی مورد نظر را نداشتند. اما ارتباط منطقی بین تغییرات کلی قدرت و تغییرات مربوط به درجه اعتماد به نفس مشاهده شد.

تحقیق یان^(۴) (۱۹۹۴)، ارتباط بین کنترل بر سلامتی و تغییر رفتار خود هدایتی و تأثیر یک دوره آموزش مدیریت زندگی به رفتار دانشجویان دانشگاه یانگ را ارزیابی می‌نماید. در این تحقیق ۱۷۵ نفر تحت مطالعه ارتباط متقابل و ۳۵۳ نفر تحت مطالعه آزمون - آزمون مجدد قرار گرفتند. نتایج نشان داد که یقیناً کنترل درونی بر سلامتی ارتباط مستقیمی با قصد و عمل اولیه و مشارکت در طرح تغییر رفتار خود هدایتی دارد. یعنی اینکه افرادی که اعتقاد دارند سلامتی آنها تحت کنترل سایرین است. بر عکس هیچگونه قصدی برای تغییر رفتار ابراز نمی‌کنند. در کل این دوره آموزش هیچ تأثیری روی تغییر رفتار افراد نداشته است.

فلینت^(۵) (۱۹۹۵) تأثیر رفتار سالم بر کنترل درونی را مورد بررسی قرار داده است. کنترل درونی رفتار

1- Foon

2- Brone

3- Reznikoff

4- Yuan

5- Flint

دانش آموزان دوره متوسطه را با دانش آموزان یک گروه کنترل مورد مقایسه قرار داده است. در این تحقیق افراد تشویق می شدند که بهرگونه تغییری نگرش مثبت داشته باشند. اما نتیجه تحقیق نشان داد که بکارگیری رفتار کنترل شده در افزایش کنترل درونی فردی رفتار بی تأثیر بوده است.

کر^(۱) و گوس^(۲) (۱۹۹۷)، ۳۰ نفر ژیمناست زن ژیمناست بین سنین ۱۱ تا ۱۷ را در درجات کنترل، احترام به نفس و نگرانی مورد بررسی قرار دادند. از نتایج پژوهش چنین برمی آید که این ژیمناست‌ها کنترل خارجی بیشتر و احترام به نفس کمتر نسبت به سن واقعی و هنجارهای مناسب جنسی شان دارند در حالیکه درجات نگرانی هیچگونه اختلافی با هنجارها ندارد. یعنی با تمرین بیشتر می توان حس کنترل فردی را بالا برد.

جامبور^(۳) و رودی سیل^(۴) (۱۹۹۲) ضمن تحقیق وسیعی به نتایج ذیل دست یافتند:

کودکان دارای منبع کنترل بیرونی بیشتر در ورزشهای انفرادی و نظامدار شرکت می کنند. آنها دریافتند که با افزایش سن، شرکت در ورزشهای تیمی و نظامدار کاهش یافته و به طور کلی پسران نسبت به دختران بیشتر در ورزشهای تیمی شرکت می کنند. همچنین بین سن و جنس، منبع کنترل و انتخاب نوع ورزش ارتباط وجود دارد (شر، ترجمه شریعتمداری، ۱۳۶۶).

به نظر می رسد داشتن منبع کنترل درونی به نوعی باعث بهبود سریعتر آسیبهای دریافت شده می گردد. در تحقیقی که ب. م. مورتلارو^(۵) (۱۹۹۴) انجام داد مشخص شد که چنین رابطه‌ای بین منبع کنترل درونی با بهبود آسیب ورزشی وجود دارد. این مطلب را می توان چنین بررسی کرد که منبع کنترل بیرونی باعث طولانی شدن زمان بهبودی و منبع کنترل درونی و نگرش مثبت نسبت به توانایی روانی خویش، باعث کوتاه شدن زمان بهبودی آسیب می شود (مورتلارو، ۱۹۹۴).

نتیجه گیری کلی از تحقیقات انجام شده:

محققین بسیاری در مورد الگوی شخصیتی که مؤثرترین راه برای درک و پیش بینی رفتار در محیطهای ورزشی باشد تحقیق نموده اند و نتایج متفاوتی بدست آورده اند.

1- Kerr

2- Goss

3- Jambor

4- Rodicill

5- Mortellaro

گروهی معتقدند ورزش، اعمال سیستم عصبی سمپاتیک و پاراسمپاتیک، انتظارات و ارزش‌ها را تغییر می‌دهد و نیز فعالیت‌های ورزشی با شکل‌گیری شخصیت در ارتباط است. محققین دریافته‌اند اشخاصی که نمره‌های آنها در مقیاس منبع کنترل به سمت درونی‌گرایی دارد، در مقایسه با افراد دارای منبع کنترل بیرونی در فرآیند پردازش اطلاعات به گونه‌ای فعال‌تر عمل می‌کنند و در فعالیت تصمیم‌گیری نیز بهتر می‌توانند از تجربیات گذشته استفاده کنند و این رفتارها را می‌توان از جمله رفتارهای کلیدی مؤثر در پیشرفت به حساب آورد باین صورت که وقتی شخصی دارای ویژگی کنترل درونی است تقویت را عامل اولیه برآیند رفتارش می‌داند در حالی که اگر شخصی دارای کنترل بیرونی باشد تقویت را برآیند نیروهای خارجی (همچون خوش اقبالی، شانس و غیره) می‌داند.

نتایج تحقیقات گروهی از محققین حاکی از این است که شخصیت با فعالیت‌های ورزشی ارتباط معنی داری دارد و ورزشکاران برتری جوئی و اعتماد به نفس بیشتری در مقایسه با افراد غیر ورزشکار دارند و همچنین بیشتر برون‌گرا و با ثبات و دارای منبع کنترل درونی هستند. گروهی دیگر از محققین نیز اختلاف معنی داری بین افراد ورزشکار و غیرورزشکار بدست نیاورده‌اند. با وجود اندیشه‌های متمایز و نتایج متفاوت حاصل از تحقیقات، انجام تحقیقات بیشتر در این زمینه می‌تواند راهگشا و پاسخگوی بسیاری از سئوالات در مورد ویژگی‌های شخصیتی افراد ورزشکار و غیر ورزشکار بوده و در راه تقویت مبانی نظری بکار گرفته شود. با توجه به این مسائل در این تحقیق، محقق بدنبال این سؤال است که آیا منبع کنترل درونی و بیرونی دختران ورزشکار و غیرورزشکار تفاوت معنی داری دارد یا خیر؟

فصل سوم

روش انجام تحقیق

در این فصل نحوه انجام تحقیق جامعه آماری و روش نمونه برداری متغیرهای
وارد در تحقیق و روش آماری وارد به بررسی
قرار می گیرد

روش تحقیق

در تحقیق حاضر منبع کنترل در بین دانشجویان دختر دانشگاه تربیت معلم تهران مورد مقایسه و تجزیه و تحلیل آماری واقع می‌شود، بدین ترتیب که از آمار توصیفی برای بررسی توصیفی داده‌ها و طبقه‌بندی و تنظیم نمرات خام از طریق محاسبه میانگین و انحراف استاندارد، ترسیم نمودارها و جدول‌ها استفاده می‌شود. سپس هر دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل (I) و (P) و (C) مورد مقایسه قرار می‌گیرند تا تعیین شود که آیا فعالیت‌های بدنی بر روی منبع کنترل اثرگذار بوده است؛ بنابراین تحقیق حاضر از نوع روش‌های پس رویدادی است معمولاً به تحقیقاتی پس رویدادی اطلاق می‌شود که در آنها پژوهشگر با توجه به متغیر اثرپذیر به بررسی علل احتمال وقوع آن می‌پردازد به عبارت دیگر تحقیق علی - مقایسه‌ای گذشته نگر بوده و سعی بر آن دارد که از معلول به علت احتمال پی برد.

از عوامل مخل در این تحقیق می‌توان جنسیت آزمودنیها را نام برد که با توجه به جامعه آماری که فقط زنان تشکیل می‌دهند قابل کنترل است. علاوه بر این، می‌توان متغیرهای دیگری را بعنوان متغیرهای مخل نام برد که ممکن است در نتایج تحقیق اثرگذار باشد. این متغیرها عبارتند از: وراثت، وضعیت اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی و تجربیات قبلی آزمودنی‌ها که با استفاده از روش انتخاب نمونه بطور تصادفی کنترل شده‌اند. در این تحقیق عامل سن نمی‌تواند بعنوان یک عامل مخل تلقی شود زیرا از نظر سنی بین دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار اختلاف معنی داری وجود ندارد (جدول ۵-۴).

جامعه آماری:

جامعه آماری تحقیق حاضر شامل دانشجویان کارشناسی شبانه دختر دانشگاه تربیت معلم تهران و دانشجویان سال سوم و چهارم تربیت بدنی دوره روزانه همان دانشگاه که در رشته‌های مختلف مشغول تحصیل اند.

گروه ورزشکار را دانشجویان روزانه سال سوم و چهارم رشته تربیت بدنی و گروه غیر ورزشکار را دانشجویان شبانه در برمی‌گیرند که هیچگونه فعالیت ورزشی پیوسته‌ای نداشته‌اند (جدول ۱-۳).

جدول ۱-۳: توزیع دانشجویان دختر دانشگاه تربیت معلم تهران

نوع جامعه	تعداد درصد	تعداد	نمونه	درصد دختران منتخب
ورزشکار	۱۱۰	۱۱۰	۱۱۰	٪۱۰۰
غیر ورزشکار	۷۵۰	۷۵۰	۱۱۰	۱۴/۶۶

نمونه و روش نمونه برداری:

در تحقیق حاضر تعداد ۲۲۰ دانشجوی بصورت تصادفی گروهی انتخاب شدند. نمونه آماری شامل ۶ کلاس غیر ورزشی بودند، از ۶ کلاس هم تراز غیر ورزشی به تعداد مساوی با افراد ورزشکار تعداد ۱۱۰ نفر بصورت تصادفی انتخاب گردید. از هر کلاس موجود ۱۸ تا ۲۰ نفر بصورت تصادفی انتخاب شدند. برای مشخص شدن تعداد ورزشکاران از غیر ورزشکاران از فرم تهیه شده توسط محقق که مربوط به مشخصات فردی و سوابق ورزشی آزمودنی‌ها بود استفاده گردید. (نمونه فرم مشخصات فردی در پایان فصل پنجم ضمیمه شده است).

شرایط اجرای پرسشنامه:

- ۱- آزمودنی‌ها با پرسشنامه لونسون (I.P.C) از قبل آشنایی نداشتند.
 - ۲- در موقع آزمون شرایط روحی و جسمی همه آزمودنی‌ها در حالت طبیعی بود.
 - ۳- آزمودنی‌ها از نظر روحی و جسمی سالم بودند.
 - ۴- درک آزمودنی‌های از سئوالات پرسشنامه مشابه و یکنواخت بود.
- طبق پرسشنامه لونسون (I.P.C) هر پرسشنامه‌ای که حتی یک سؤال به آن پاسخ داده نشده بود از تحلیل داده‌ها حذف گردید.

متغیرهای تحقیق:

الف - متغیر اثرگذار

وضعیت ورزشی آزمودنی‌ها که به صورت ورزشکار و غیر ورزشکار در پرسشنامه توسط خود آنها

پاسخ داده شده است.

ورزشکار به فردی اطلاق می‌شود که به منظور تقویت قوای جسمانی، روحی و روانی در فعالیتهای ورزشی شرکت کند. در این تحقیق منظور از ورزشکار دانشجویانی است که در یکی از رشته‌های ورزشی فعالیت دارند. این متغیر توسط پرسشنامه بصورت کیفی ورزشکار و غیر ورزشکار اندازه‌گیری می‌شود. و غیرورزشکار به فردی اطلاق می‌شود که فعالیت ورزشی منظمی ندارد. این متغیر نیز توسط پرسشنامه بصورت کیفی ورزشکار و غیر ورزشکار اندازه‌گیری می‌شود.

ب - متغیرهای اثرپذیر:

۱- منبع کنترل درونی (I): این متغیر شامل ۸ ماده است و میزان باور افراد را به این موضوع اندازه‌گیری می‌کند که آنها خودشان زندگی خود را کنترل می‌کنند. نمره بالا در این میزان مخصوص افرادی است که تصور می‌کنند موفقیتها و شکستهایشان توسط اعمال و توانایشان تعیین می‌شود (عوامل درونی یا شخصی) و چنین احساس می‌کنند که بر روی پیامدهای اعمالشان نفوذ و تسلط بیشتری دارند و رویدادهای مثبت زندگی در نتیجه طرح ریزی دقیق و کوشش پی گیر خود آنها بدست می‌آید لذا برای اعمال و رفتار و نتایج و پیامدهای ناشی از آن، قبول مسئولیت می‌کنند (فراهانی - ۱۳۷۸ - ب).

میزان این متغیر توسط جمع نمرات به سوالات شماره‌های ۱، ۴، ۵، ۹، ۱۸، ۱۹، ۲۱، ۲۳ پرسشنامه لونسون بدست می‌آید. نمره هر فرد در این مقیاس بین ۰ تا ۴۸ خواهد بود.

۲- منبع کنترل باگرایش افراد قدرتمند (P): این متغیر نیز شامل ۸ ماده است که در ارتباط با ادراک کنترل توسط افراد قدرتمند است و میزان باور افراد را به کنترل پیامدها توسط افراد قدرتمند اندازه می‌گیرد. نمره بالا در این میزان مخصوص افرادی است که معتقدند موفقیتها و شکستهایشان توسط عوامل بیرونی بخصوص

گرایش افراد قدرتمند تعیین می‌شود و خودشان بر روی پیامدهای اعمالشان کنترل و نفوذی ندارند. این متغیر جنبه‌ای از بیرونی بودن منبع کنترل را می‌سنجد (فراهانی - ۱۳۷۸ - ب).

هشت سؤالی که این شاخص را اندازه‌گیری می‌کند به ترتیب سؤالیهای شماره ۳، ۸، ۱۱، ۱۳، ۱۵، ۱۷، ۲۰، ۲۲ می‌باشد و امتیاز آن بر حسب پرسشنامه بدست می‌آید نمره هر فرد در این مقیاس بین ۰ تا ۴۸ خواهد بود.

۳- منبع کنترل با گرایش شانس (C): این متغیر شامل ۸ ماده است که در ارتباط با ادراک کنترل توسط شانس است و میزان باور افراد را به کنترل پیامدهای زندگی توسط شانس اندازه می‌گیرد و نمره بالای این میزان مخصوص افرادی است که اعتقاد به عوامل بیرونی بخصوص بخت و اقبال داشته، این افراد همچنین بر این باورند که بر روی پیامدهای اعمالشان کنترلی ندارند و وقوع تقویت یا تحقق امور مشروط به انجام عملی از طرف فرد نیست بلکه رویدادها را در ارتباط با شانس و تصادف موقعیت و نیروهای پیچیده خارجی که او را در بر گرفته‌اند، می‌پندارد (فراهانی، ۱۳۷۸ - ب).

هشت سؤالی که این متغیر را اندازه‌گیری می‌کند به ترتیب سؤالیهای شماره ۲، ۶، ۱۰، ۱۲، ۱۴، ۱۶، ۲۴ و امتیاز آن بر حسب پرسشنامه لونسون بدست می‌آید نمره هر فرد در این مقیاس بین ۰ تا ۴۸ خواهد بود..

وسایل و روشهای اندازه‌گیری:

۱- فرم مشخصات فردی و سوابق ورزشی آزمودنی‌ها:

این فرم توسط محقق تهیه شده و دارای شش سؤال است و به ترتیب سؤال اول مربوط به سن؛ سؤال دوم مربوط به رشته تحصیلی، سؤال سوم مربوط به سال و رشته ورزشی، سؤال چهارم مربوط به تعداد جلسات تمرینی، سؤال پنجم مربوط به ورزش منظم و سؤال آخر مربوط به مقام ورزشی آزمودنی‌ها می‌باشد این پرسشنامه برای بررسی اینکه آیا دو جنسیت ورزشکار و غیر ورزشکار، نمونه‌ای واقعی ما

هستند، استفاده شده است.

۲- پرسشنامه لونسون (I.P.C)^(۱)

این پرسشنامه از نوع مداد کاغذی است و شامل سه مقیاس و جمعاً ۲۴ ماده است که بر ریشه‌های مختلفی از منبع کنترل که می‌تواند بر پیامدها اثرگذارد تمرکز دارد.

شاخص‌های روان‌سنجی:

الف) پایایی^(۲)

لونسون (۱۹۸۱، به نقل از فراهانی، ۱۹۹۶) ضریب پایایی کوادر ریچاردسون را برای هر یک از متغیرهای I، P و C به صورت جداگانه بین ۰/۵۱ تا ۰/۷۷ گزارش می‌دهد.

پایایی که به روش دو نیمه کردن (با فرمول اسپیرمن - براون) برای متغیرهای I، P و C بدست آمده به ترتیب ۰/۶۲، ۰/۶۶ و ۰/۶۴ است. پایایی به روش آزمون - آزمون مجدد به فاصله یک هفته بین ۰/۶۰ و ۰/۷۹ گزارش شده است (فراهانی، ۱۹۹۶).

همچنین ضرایب پایایی به دست آمده به روش آلفای کرونباخ برای مقیاس‌ها I، P و C به ترتیب ۰/۵۴، ۰/۶۴ و ۰/۶۴ بود.

ب) روایی^(۳)

روایی متغیرهای I، P و C از مقایسه با مقیاس درونی - بیرونی راترو نیز مقایسه با آزمون‌های دیگر روشن شده است. لونسون (۱۹۷۲، به نقل از فراهانی، ۱۹۹۶) همبستگی مربوط بین هر یک از متغیرهای I، P و C و مقیاس تمایلات اجتماعی مارلو - کراون^(۴) را بدست آورد

$$r = 0/10 - 0/04 - 0/09$$

پرسشنامه I.P.C توسط فراهانی (۱۹۹۴) به فارسی تدوین شد و روی ۴۵ دانشجوی مذکر ایرانی دوره‌های تحصیلات تکمیلی در سیدنی استرالیا اجرا شد. از مقایسه داده‌های قبلی و نتایج پژوهش چنین بنظر می‌رسید که با کنترل عامل سن، منبع کنترل دانشجویان مذکر ایرانی در مقایسه با دانشجویان

1- Internality Powerful - other and Chance Locus of control

2- reliability

3- Validity

4- Marlowe - browne

آمریکایی و استرالیایی درونی تر است. از آنجایی که نتیجه مذکور می‌توانست به دلیل این عامل فرهنگی باشد که دانشجویان مذکر ایرانی نسبت به تهدید بالقوه عزت نفس خود در نتیجه کاربرد ضمیر اول شخص، احتمالاً حساس‌ترند و این عامل، آنان را از ارائه تصویر پایایی از خویش باز می‌دارد، اقدام به تهیه فرم تجدید نظر شده‌ای شد که در آن، ضمیر سوم شخص برای تمام سؤالات بکار رفت و در پژوهش دیگری در مورد ۵۳ دانشجوی مذکر ایرانی دوره تحصیلات تکمیلی بکار رفت. برای مقیاس‌های I، P و C به ترتیب پایایی ۰/۷۶، ۰/۵۶ و ۰/۶۷ بدست آمد، در مرحله آخر این پژوهش، هر سه نسخه (نسخه اول با ضمیر اول شخص، نسخه دوم با ضمیر سوم شخص و نسخه سوم مقیاس I با ضمیر سوم شخص و مقیاس P و C با اول شخص) روی ۵۵۶ دانشجوی کارشناسی دانشگاه تربیت معلم در ایران اجرا شد. فرم سوم شخص، بهترین بارهای عاملی را داشت (فراهانی، ۱۹۹۶).

پژوهشگر در تحقیق فعلی از فرم سوم شخص استفاده نموده است، نسخه‌ای از این پرسشنامه در بخش ضمیمه ارائه شده است.

جهت اجرای بهتر آزمون ملاحظات ذیل صورت گرفت:

- آزمودنی‌ها از نظر زمان پاسخگویی آزاد بودند.
- پس از توضیحات محقق، فرم مشخصات فردی و پرسشنامه سؤالات توزیع و آزمودنی‌ها شروع به تکمیل فرم و پاسخگویی به سؤالات نمودند.
- آزمودنی‌ها در حضور محقق به سؤالات آزمون جواب دادند.
- آزمودنی‌ها فقط در صورت دلخواه مجاز به نوشتن نام و نام خانوادگی خود بودند.

روش کد گذاری داده‌ها:

هر مقیاس به صورت ۶ درجه‌ای لیکرت تنظیم شده است و دامنه پاسخ به سؤالات در مورد هر ماده از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق است که ۳-، ۲-، ۱- در سمت مخالف و ۱+، ۲+، ۳+ در سمت موافق قرار می‌گیرند. بنابراین نمره صفر به هیچ ماده‌ای تعلق نمی‌گیرد. نمره کل برای هر یک از متغیرهای I، P و C مجموع نمرات هر آزمودنی در ۸ ماده مربوط به آن مقیاس فرعی است که با عدد ۲۴ جمع میشود. تا علامت منفی آن حذف گردد (به این دلیل که حداکثر نمره منفی ۳ نمره است که در تعداد ماده یعنی ۸

ماده ضرب شده و عدد ۲۴ را بدست می دهد)

بنابراین در هر مقیاس، دامنه نمرات از صفر تا ۴۸ خواهد بود. نمرات بالا در هر مقیاس فرعی بدینگونه تفسیر می شود که فرد انتظار بالایی از کنترل توسط ریشه مورد نظر آن مقیاس را دارد.

روشهای آماری جهت تجزیه و تحلیل دادهها:

الف) آمار توصیفی: از آمار توصیفی برای بررسی توصیفی دادهها و تنظیم نمرات خام و طبقه بندی آنها و از راه محاسبه میانگین، و انحراف استاندارد، رسم نمودارها و جدولها استفاده می شود.

ب) آمار استنباطی: با توجه به اینکه تحقیق حاضر به مقایسه منبع کنترل (درونی - بیرونی) دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار، می پردازد. بنابراین از آزمون (t) در گروههای مستقل استفاده شد. برای دادن سرعت و قدرت به کار تجزیه و تحلیل آماری از برنامه *Spss for Ms Windows Release 6.0* استفاده شد.

فصل چهارم

تجزیه و تحلیل داده‌ها

مقدمه:

در این فصل، یافته‌های پژوهش در دو بخش تحلیل توصیفی و تحلیل استنباطی ارائه می‌شوند. در بخش تحلیلی توصیفی به شاخص‌های آماری از قبیل: میانگین، میانه، و انحراف استاندارد برای توصیف داده‌های مربوط به متغیرها می‌پردازیم. در بخش تحلیل استنباطی، فرضیه‌های پژوهش مورد بررسی قرار می‌گیرند.

بخش اول: آمارهای توصیفی و تحلیل‌های آن:**۱- توصیف آماری ویژگی‌های آزمودنی‌ها:**

در جدول ۴-۱ توزیع افراد تحت بررسی بر حسب سابقه ورزشی به سال در گروه ورزشکار ارائه می‌شود.

جدول ۴-۱: توزیع گروه ورزشکاران تحت بررسی بر حسب سابقه ورزشی به سال

جمع کل	چهار سال	سه سال	دو سال	یک سال	
۱۱۰	۵۳	۳۴	۱۸	۵	فراوانی
۱۰۰	۴۸/۱۸	۳۰/۹۱	۱۶/۳۶	۴/۵۵	درصد

بطوری که در جدول ۴-۱ مشاهده می‌شود بیشترین درصد مربوط به افرادی است که چهار سال سابقه ورزشی داشته و کمترین درصد مربوط به یک سال سابقه ورزشی است.

شکل ۱ توزیع گروه ورزشکار را بر حسب سابقه ورزشی نشان می‌دهد.

در جدول ۴-۲ وضعیت جلسات تمرین در هفته برای گروه ورزشکار و غیر ورزشکار ارائه می‌شود.

جدول ۴-۲: توزیع گروه ورزشکار تحت بررسی بر حسب تعداد جلسات تمرین در هفته

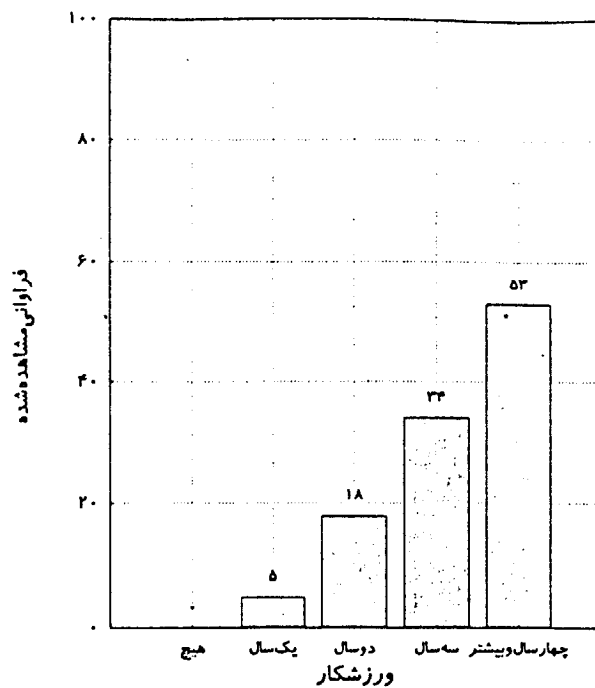
جمع کل	سه جلسه	دو جلسه	یک جلسه	
۱۱۰	۷۱	۳۰	۹	فراوانی
۱۰۰	۶۴/۵۵	۲۷/۲۷	۸/۸۱	درصد

بطوری که در جدول ۴-۲ نشان داده شده بیشترین درصد مربوط به افرادی است که سه جلسه تمرین

در هفته داشته‌اند و کمترین درصد مربوط به یک جلسه تمرین در هفته است.

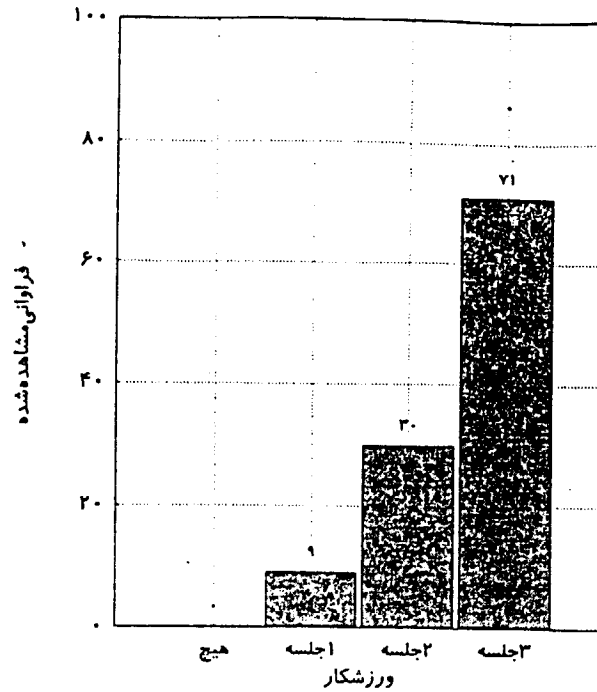
در شکل ۲ توزیع گروه ورزشکار را بر حسب تعداد جلسات تمرین در هفته نشان می‌دهد.

شکل ۱: توزیع گروه ورزشکار بر حسب سابقه ورزشی



با توجه به شکل فوق، بیشترین فراوانی متعلق به افرادی است که چهار سال و بیشتر سابقه ورزشی داشتند و کمترین فراوانی متعلق به افرادی است که یکسال سابقه ورزشی داشتند.

شکل ۲: توزیع گروه ورزشکار بر حسب تعداد جلسات تمرین هفتگی



با توجه به شکل فوق، بیشترین فراوانی متعلق به افرادی است که سه جلسه تمرین در هفته داشتند و کمترین فراوانی متعلق به افرادی است که یک جلسه تمرین در هفته داشتند.

در جدول ۳-۴ وضعیت ورزش منظم و نامنظم برای گروه ورزشکار تحت بررسی ارائه می‌شود.

جدول ۳-۴ توزیع ورزشکاران برحسب ورزش منظم و نامنظم

فرآوانی	ورزش منظم	ورزش نامنظم	جمع کل
۷۰	۴۰	۱۱۰	
۶۳/۶۴	۳۶/۳۶	۱۰۰	درصد

همانطور که در جدول ۳-۴ مشاهده می‌شود بیشترین درصد مربوط به افرادی است که ورزش منظم داشته‌اند و کمترین درصد مربوط به ورزش نامنظم است.

شکل ۳ توزیع گروه ورزشکار را برحسب ورزش منظم و نامنظم نشان می‌دهد.

در جدول ۴-۴ وضعیت عضویت در تیم‌های مختلف ورزشی برای گروه ورزشکار تحت بررسی ارائه می‌شود.

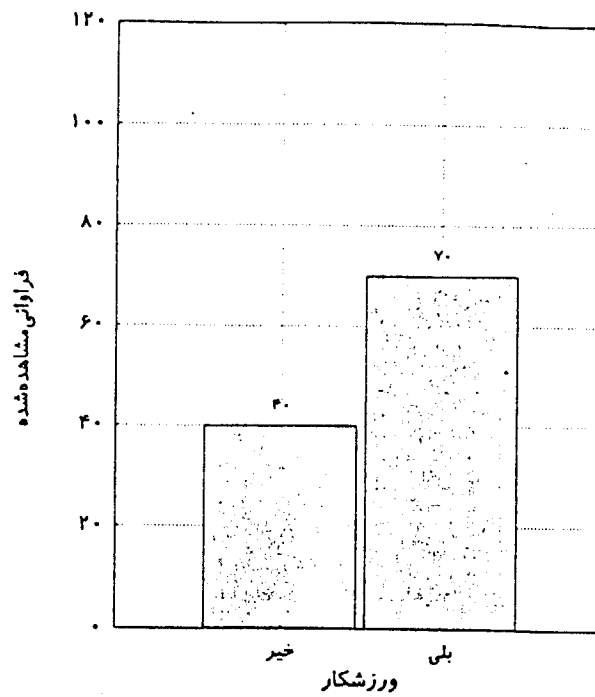
جدول ۴-۴: وضعیت عضویت در تیم‌های مختلف ورزشی در ورزشکاران

فرآوانی	منتخب شهرستانها	منتخب استان	منتخب کشوری	هیچکدام	جمع کل
۳۰	۱۲	۱۴	۵۴	۱۱۰	
۲۷/۲۷	۱۰/۹۱	۱۲/۷۳	۴۹/۰۹	۱۰۰	درصد

بطوری که در جدول ۴-۴ مشاهده می‌شود بیشترین درصد مربوط به افرادی است که عضویت تیم منتخب شهرستانی بوده و کمترین درصد مربوط به منتخب استانی است.

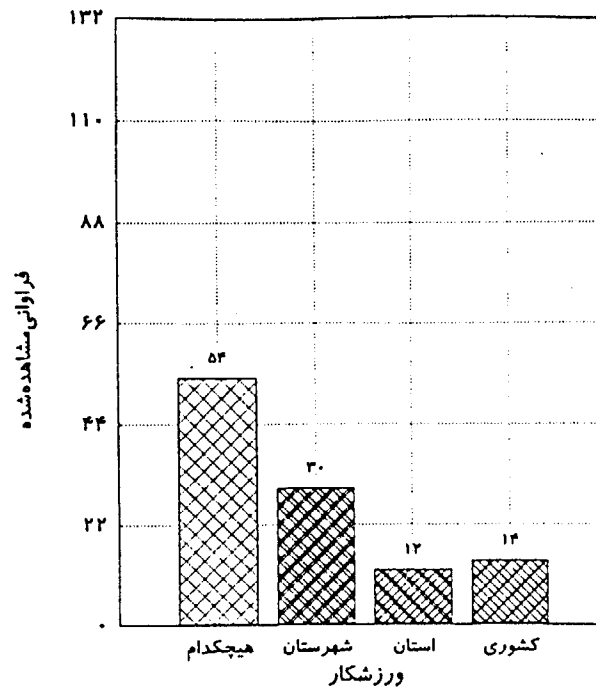
شکل ۴ توزیع گروه ورزشکار را برحسب عضویت در تیم‌های مختلف ورزشی را نشان می‌دهد.

شکل ۳: توزیع گروه ورزشکار برحسب نظم ورزش کردن



با توجه به شکل فوق، بیشترین فراوانی در گروه ورزشکاران متعلق به افرادی است که ورزش منظم داشته در حالیکه در گروه غیر ورزشکار این فراوانی متعلق به افرادی است که ورزش نامنظم دارند.

شکل ۴: توزیع گروه ورزشکار برحسب عضویت در تیم‌های مختلف ورزشی



با توجه به شکل فوق، بیشترین فراوانی متعلق به افرادی است که عضویت تیم منتخب شهرستان بوده‌اند و کمترین فراوانی متعلق به افرادی است که عضو تیم منتخب استان بودند.

جدول ۴-۵ شاخص‌های آماری ورزشکاران و غیرورزشکاران برحسب سن ارائه می‌دهد.

جدول ۴-۵ شاخص‌های آماری ورزشکاران و غیرورزشکاران برحسب سن

افراد	میانگین	انحراف معیار	تعداد
ورزشکار	۲۳/۵۳	۴/۱۸	۱۱۰
غیرورزشکار	۲۲/۷۷	۲/۲۶	۱۱۰

همانطور که در جدول ۴-۵ مشاهده می‌گردد در سطح ۹۵٪ بین سن ورزشکاران و غیرورزشکاران از

نظر سن تفاوت معنی دار وجود ندارد ($P < ۰.۰۵$ و $df=۲۱۸$ و $t=۱/۶۸$)

شاخص‌های آماری متغیرهای تحقیق:

در جدول ۴-۶ شاخص‌های آماری آزمودنی‌ها از نظر منبع کنترل درونی بودن (I) گرایش افراد

قدرتمند (P) و شانس (C) در دو گروه ورزشکار و غیرورزشکار ارائه می‌شود.

جدول ۴-۶ شاخص‌های آماری ورزشکاران و غیرورزشکاران از نظر متغیر I, P, C

ورزشکار		غیرورزشکار		میانگین		میان		انحراف معیار		
حداقل	حداکثر	حداقل	حداکثر	ورزشکار	غیرورزشکار	ورزشکار	غیرورزشکار	ورزشکار	غیرورزشکار	
۲۰	۴۸	۷	۴۷	۳۷/۶۲	۳۵/۳۱	۳۸	۳۶	۴/۹۲	۷/۱۱	از نظر منبع کنترل درونی بودن I
۸	۴۳	۲	۴۲	۲۳/۸۴	۲۱/۰۵	۲۴	۲۱	۸/۳۳	۸/۵۹	از نظر منبع کنترل گرایش افراد قدرتمند (P)
۴	۴۲	۰	۴۳	۲۲/۹۶	۲۲/۳۵	۲۳	۲۳	۸/۲۴	۹/۲۷	از نظر منبع کنترل گرایش به شانس (C)

همانطور که در جدول ۴-۶ مشاهده می‌شود از نظر منبع کنترل درونی (I) بیشترین میانگین مربوط به

ورزشکاران می‌باشد.

از نظر منبع کنترل گرایش به افراد قدرتمند (P) بیشترین میانگین مربوط به ورزشکاران می‌باشد.

از نظر منبع کنترل گرایش به شانس (C) با اختلاف بسیار جزئی بیشترین میانگین را گروه ورزشکاران

دارا می‌باشند.

جهت مقایسه این دو گروه از نظر منبع کنترل I, P, C از تست t در گروه‌های مستقل استفاده شده است.

بخش دوم: آمار استنباطی و تحلیل‌های آن

فرضیه پوچ اول تحقیق: بین دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل درونی (I) تفاوت وجود ندارد.

در مورد آزمایش فرضیه پوچ شماره ۱ مربوط به مقایسه منبع کنترل درونی (I) بین آزمودنی‌های ورزشکار و غیر ورزشکار از روش تی استودنت (t) استفاده گردید که نتیجه به شرح جدول ۴-۷ است.

جدول ۴-۷: مقایسه دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل درونی (I)

گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	df	t	P
ورزشکار	۱۱۰	۳۷/۶۲	۴/۹۲	۲۱۸	۲/۸۰	۰/۰۱
غیرورزشکار	۱۱۰	۳۵/۳۱	۷/۱۱			

با توجه به جدول ۴-۷ از نظر منبع کنترل درونی (I) بین دو گروه ورزشکار و غیرورزشکار در سطح ۰/۰۱ تفاوت معنی دار وجود دارد و می‌توان گفت که ورزشکاران از نظر منبع کنترل درونی تراز غیرورزشکاران می‌باشند. بنابراین فرضیه صفر که مدعی عدم تفاوت بین دو گروه از نظر منبع کنترل درونی (I) بود با ۹۹٪ اطمینان رد می‌شود.

شکل ۵ نمودار مربوط به دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار را از نظر منبع کنترل درونی (I) نشان داده است.

فرضیه پوچ دوم تحقیق: بین دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل باگرایش افراد قدرتمند (P) تفاوت وجود ندارد.

در مورد آزمایش فرضیه پوچ شماره ۲ مربوط به مقایسه منبع کنترل باگرایش به افراد قدرتمند (P) بین آزمودنی‌های ورزشکار و غیر ورزشکار از روش تی استودنت (t) استفاده گردید که نتیجه به شرح جدول ۴-۸ است.

جدول ۴-۸: مقایسه دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل باگرایش به افراد قدرتمند (P)

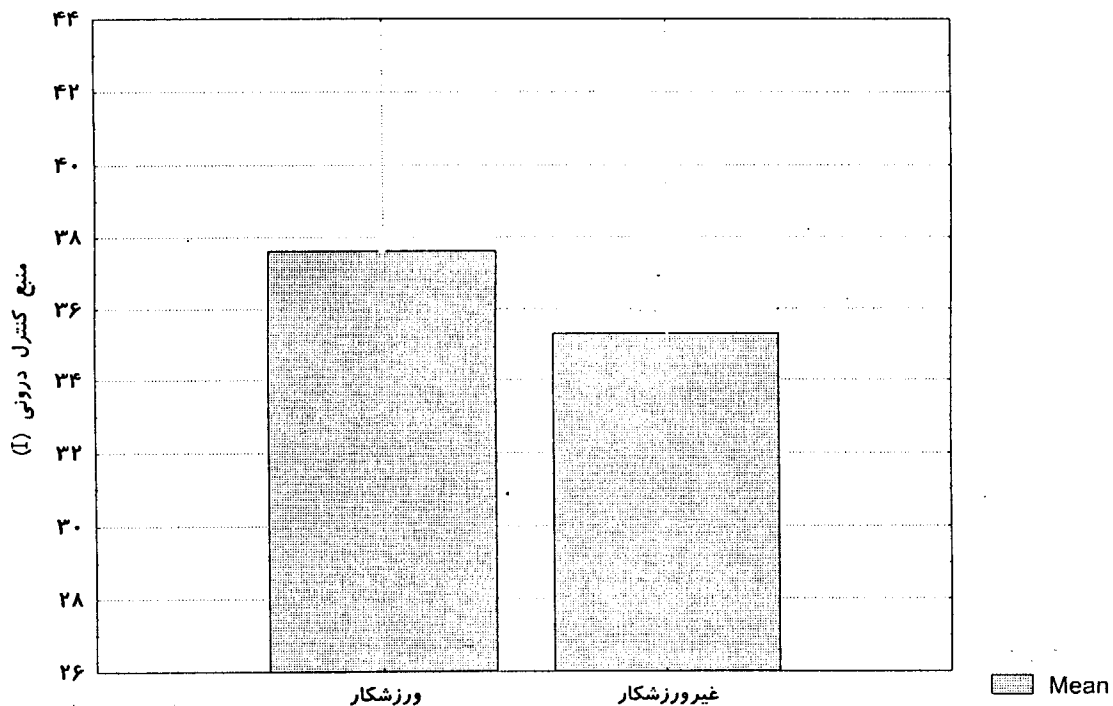
گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	df	t	P
ورزشکار	۱۱۰	۲۳/۸۴	۸/۳۳	۲۱۸	۲/۴۴	۰/۰۵
غیرورزشکار	۱۱۰	۲۱/۰۵	۸/۵۹			

با توجه به جدول ۴-۸ از نظر منبع کنترل باگرایش به افراد قدرتمند (P) بین دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار در سطح ۰/۰۵ تفاوت معنی دار وجود دارد و می‌توان گفت که گروه ورزشکار از نظر منبع کنترل

گرایش بیشتری به افراد قدرتمند دارند. بنابراین فرضیه صفر که مدعی عدم تفاوت بین دو گروه از نظر منبع کنترل گرایش به افراد قدرتمند (P) بود با ۹۵٪ اطمینان رد می‌شود.

شکل ۶ نمودار مربوط به دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار را از نظر منبع کنترل گرایش به افراد قدرتمند (P) نشان داده است.

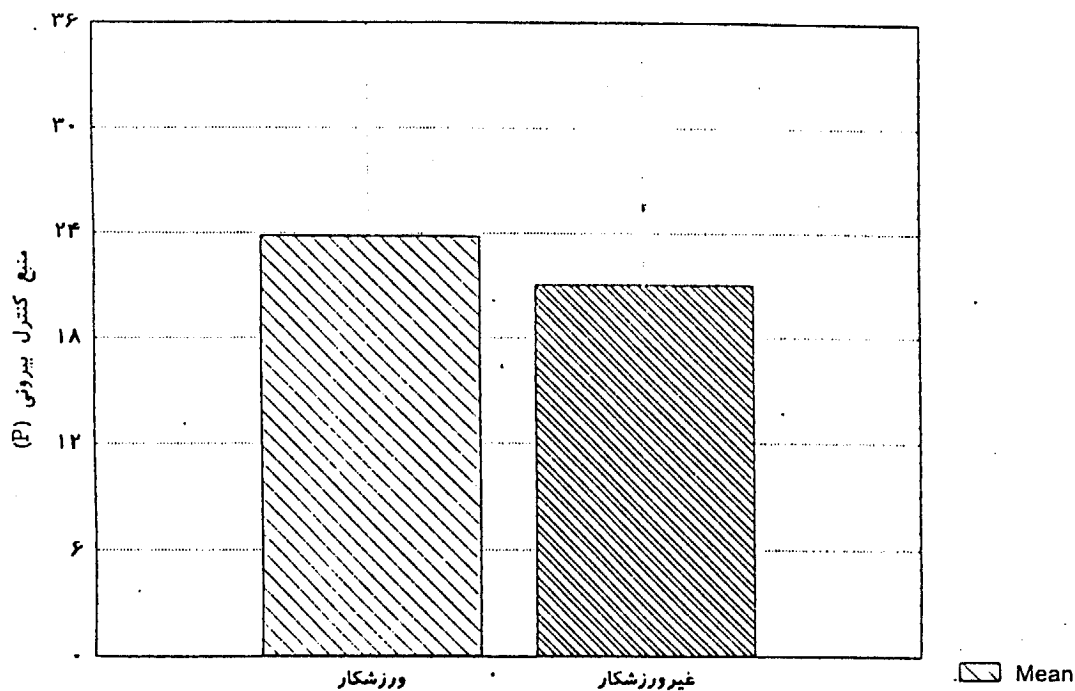
شکل ۵: نمودار مربوط به مقایسه دو گروه ورزشکار و غیرورزشکار از نظر منبع کنترل درونی (I)



همانطور که در شکل نشان داده شده است میانگین گروه ورزشکار از نظر منبع کنترل درونی (I) بیشتر از گروه غیرورزشکار می‌باشد. جهت مقایسه این دو گروه از تست t استفاده شده است که محاسبات آن در صفحات بعدی می‌باشد و نشان دهنده این است که بین گروه ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل درونی (I) تفاوت معنی دار وجود دارد و افراد ورزشکار درونی‌تر از افراد غیرورزشکار هستند.

و با توجه به اینکه میانگین ورزشکاران تحت بررسی بیشتر می‌باشد لذا این گروه از نظر منبع کنترل درونی (I) برتری دارند.

شکل ۶: نمودار مربوط به مقایسه دو گروه ورزشکار و غیرورزشکار از نظر منبع کنترل گرایش به افراد قدرتمند (P)



همانطور که در شکل نشان داده شده است میانگین گروه ورزشکار از نظر منبع کنترل گرایش به افراد - قدرتمند (P) بیشتر از گروه غیرورزشکار می‌باشد. با استفاده از تست t می‌توان گفت که بین گروه ورزشکار و غیرورزشکار از نظر منبع کنترل گرایش به افراد قدرتمند (P) تفاوت معنی دار وجود دارد. و با توجه به اینکه میانگین ورزشکاران تحت بررسی بیشتر می‌باشد لذا این گروه از نظر منبع کنترل با گرایش به افراد قدرتمند (P) برتری دارند.

فرضیه پوچ سوم تحقیق: بین دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل باگرایش شانس (C) تفاوت وجود ندارد.

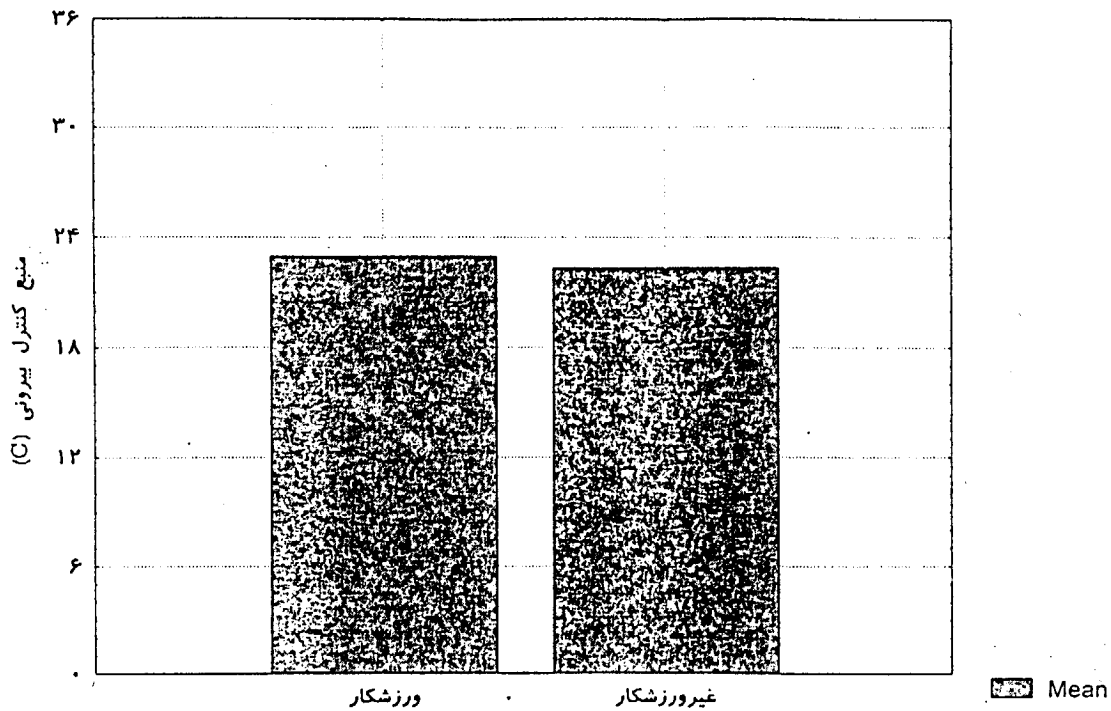
در مورد آزمایش فرضیه پوچ شماره ۳ مربوط به مقایسه منبع کنترل باگرایش شانس (C) بین آزمودنی‌های ورزشکار و غیر ورزشکار از روش تی استودنت (t) استفاده گردید که نتیجه به شرح جدول ۴-۹ است.

جدول ۴-۹: مقایسه دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل باگرایش به شانس (C)

گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	df	t	P
ورزشکار	۱۱۰	۲۲/۹۶	۸/۲۴	۲۱۸	۰/۵۲	۰/۰۵
غیرورزشکار	۱۱۰	۲۲/۳۵	۹/۲۷			

با توجه به جدول ۴-۹ از نظر منبع کنترل باگرایش به شانس (C) بین دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار در سطح ۰/۰۵ تفاوت معنی دار وجود ندارد. بنابراین فرضیه صفر که مدعی عدم تفاوت بین دو گروه از نظر منبع کنترل باگرایش به شانس (C) بود با ۹۵٪ اطمینان پذیرفته می‌شود. شکل ۷ نمودار مربوط به دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار را از نظر منبع کنترل باگرایش به شانس (C) نشان داده است.

شکل ۷: نمودار مربوط به مقایسه دو گروه ورزشکار و غیرورزشکار از نظر منبع کنترل گرایش به شانس (C)



همانطور که در شکل نشان داده شده است اختلاف جزئی میان گروه ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر میانگین وجود دارد که با استفاده از تست t می‌توان گفت که بین گروه ورزشکار و غیرورزشکار از نظر منبع کنترل گرایش به شانس (C) تفاوت معنی دار وجود ندارد.

با توجه به این یافته و میانگین‌های حاصله می‌توان نتیجه گرفت که ورزشکاران تحت بررسی از نظر منبع کنترل با گرایش به شانس (C) با غیرورزشکاران تفاوت معنی دار آماری ندارند ولی اختلاف میانگین‌ها نشان می‌دهد که ورزشکاران از این بابت نیز میانگین بالاتری دارند.

فصل پنجم

بحث و نتیجه گیری

مقدمه:

آنچه در این فصل می آید مربوط است به نتایج تحقیق در این راستا، نتایج یافته‌های سایر تحقیقات انجام شده در این زمینه مقایسه می شود و در خاتمه توصیه‌های کاربردی و پژوهشی برخاسته از تحقیق و همچنین پیشنهادهایی برای انجام تحقیقات در آینده ارائه می‌گردد

خلاصه تحقیق:

هدف تحقیق حاضر مقایسه منبع کنترل درونی - بیرونی دو گروه از دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه تربیت معلم تهران می‌باشد. لذا تعداد ۲۲۰ دانشجو (۱۱۰ ورزشکار و ۱۱۰ غیرورزشکار) به صورت تصادفی گروهی بعنوان نمونه تحقیق برگزیده شدند. آزمودنی‌های ورزشکار براساس اینکه حداقل ۳ سال فعالیت ورزشی دارند انتخاب می‌شوند.

منبع کنترل درونی - بیرونی دو گروه دانشجوی ورزشکار و غیر ورزشکار به وسیله پرسشنامه لونسون (I.P.C) که شامل ۲۴ سؤال می‌باشد اندازه گیری شدند. نتایج و یافته‌های تحقیق به شرح زیر می‌باشد:

۱- بین دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل درونی (I) تفاوت معنی دار آماری مشاهده شد ($P < 0/05$).

۲- بین دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل باگرایش به افراد قدرتمند (P) تفاوت معنی دار آماری مشاهده شد ($P < 0/05$).

۳- بین دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل باگرایش به شانس (C) تفاوت معنی دار آماری مشاهده نشد ($P > 0/05$).

بحث و بررسی یافته‌های پژوهش:

براساس نتایج این پژوهش، یعنی وجود تفاوت بین دو گروه آزمودنی از نظر منبع کنترل درونی (I) می‌توان گفت که دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار عملکرد متفاوتی داشتند این یافته‌ها با نتایج بسیاری از تحقیقات انجام شده از جمله غضنفری (۱۳۷۱)، کشتی دار (۱۳۷۵)، آذربایجانی (۱۳۷۵)، فروغی پور (۱۳۷۵)، جامبور و رودی سیل (۱۹۹۲)، مورتلارو (۱۹۹۴) هماهنگ و هم خوانی دارد. یعنی

ورزشکاران از منبع کنترل درونی بیشتری نسبت به غیرورزشکاران برخوردارند و برعکس. هر چه منبع کنترل دانشجویان درونی تر باشد امکان ورزشکار بودن آنها بیشتر است. عبارتی هرچه دانشجویان بیشتر بر این باور باشند که مسئول اعمال و رفتار خودشان هستند و موفقیت و شکست آنان نتیجه عملکرد خودشان است، نه نتیجه شانس و اقبال و افراد قدرتمند دیگر، عملکرد بهتری در فعالیتهای ورزشی خواهند داشت. شاید بتوان یکی از دلایل آنرا ارتباط بین منبع کنترل و ورزشکار بودن ذکر کرد. وجود رابطه بین منبع کنترل و ورزشکار بودن را می توان چنین مورد بررسی قرار داد که:

۱- وجود رابطه بین منبع کنترل و ورزشکار بودن به داشتن انتظار موفقیت برمی گردد. هیچ تعجبی ندارد که افرادی که انتظار دارند موفق شوند و معتقدند که از عهده انجام کاری برمی آیند در واقع موفق هم می شوند.

۲- تبیین دیگر برای رابطه منبع کنترل و عملکرد فعالیتهای ورزشی به ویژگی عزت نفس، ورزشکار برمی گردد. بگونه ای که افرادی که مسئولیت بیشتری برای اتفاقات زندگی خود به عهده می گیرند، احساس بهتری در مورد خودشان دارند. برعکس، آنهایی که باور دارند حوادث در زندگی آنان ناشی از شانس است، احساس برتری در مورد خودشان ندارند.

۳- تبیین بعدی برای وجود رابطه منبع کنترل و ورزشکار بودن را می توان با توجه به سوگیری انگیزشی (درونی - بیرونی) ارائه نمود. انگیزش پیشرفت در فعالیتهای ورزشی نمونه ای از انگیزه ای است که بشدت تحت تأثیر عوامل شناختی از قبیل فرآیندهای اسنادی و سوگیری منبع کنترل است. چرا که افراد با انگیزش بیرونی بیشتر از افراد با انگیزش درونی مستعد رشد منبع کنترل درونی هستند.

افراد که منبع کنترل درونی دارند بیشتر از افرادی که منبع کنترل بیرونی دارند برای انجام کارها نقشه های بلند مدت طرح می کنند. به نظر می رسد فرایند طولانی برنامه ریزی و تلاش برای هدفهای بلند مدت تنها برای افرادی قابل تحمل است که باور دارند، قادرند نتایج کوشش هایشان را کنترل کنند، در صورتی که دارندگان منبع کنترل بیرونی، از ابتدای شروع کار، اعتقاد دارند عوامل غیر شخصی تعیین کننده هستند. بنابراین چرا که آنها باید خوشی های قابل دسترس را برای هدفهای دراز مدت به تعویق بیندازند. وقتی که کارهای روزانه به وسیله بعضی پیشامدهای غیر قابل پیش بینی تحت تأثیر قرار می گیرد. دارندگان منبع کنترل بیرونی ضرورتی نمی بینند که از خوشی های قابل دسترس چشم پوشی

کنند بلکه آنان هدفهای بلند مدت را فدای خوشیهای آنی می‌کنند. اگر افراد بدانند که در زندگی روزانه با وقایعی روبرو میشوند که نامشخص است کوششهای بلند مدت بیهوده به نظر می‌رسد.

این یافته‌ها با نتایج حاصل از تحقیقات فلینت (۱۹۹۵) کروگوس (۱۹۹۷) مغایرت دارد. شاید بتوان علت مغایرت را در تحقیق فلینت (۱۹۹۵) عامل سن در نظر گرفت، در این تحقیق آزمودنی‌ها دانش‌آموزان دوره متوسطه بودند در حالیکه در تحقیق حاضر آزمودنی را دانشجویان در برمی‌گیرند. و با توجه به اینکه افراد در گروههای سنی مختلف دارای منابع کنترل متفاوتی خواهند بود لذا این عامل می‌تواند دلیلی بر مغایرت باشد.

و همچنین در تحقیق کروگوس (۱۹۹۷) که تنها گروه سنی ۱۱ تا ۱۷ سال مورد بررسی قرار گرفته است. عامل سن می‌تواند دلیلی بر این مغایرت باشد.

از طرفی هم نمی‌توان تفاوت‌های فرهنگی هر جامعه را نادیده گرفت چراکه فرهنگهای متفاوت در همه جامعه افراد را بسوی درونی بودن یا بیرونی بودن سوق می‌دهد.

همچنین این پژوهش رابطه بین منبع کنترل افراد ورزشکار و غیر ورزشکار را با گرایش به افراد قدرتمند (P) نشان داد. وجود تفاوت بین دو گروه آزمودنی در این متغیر دلیل بر عملکرد متفاوت دو گروه می‌باشد. نتایج بدست آمده از متغیر (P) با نتایج حاصل از تحقیقات کشتی دار (۱۳۷۴)، آذربایجانی (۱۳۷۵)، جامبور و رودی سیل (۱۹۹۲)، کروگوس (۱۹۷۷) همخوانی داشته است. شاید علت این همخوانی را بتوان در عوامل فرهنگی که در جامعه ما ریشه دوانیده است جستجو کرد. بسیاری از جوانان بدلیل مسایل مادی و شهرت به ورزش گرایش پیدا کرده و این گرایش متأسفانه در پاره‌ای موارد توسط، نزدیکان، مربی و... صورت می‌گیرد. اینها را می‌توان دلایلی برهمخوانی و عامل بیشتر افراد ورزشکار به افراد قدرتمند تفسیر کرد.

چنین رابطه‌ای را نیز می‌توان بصورت زیر بیان نمود:

۱- وجود رابطه بین منبع کنترل بیرونی افراد با گرایش به افراد قدرتمند را می‌توان با توجه به روند اجتماعی شدن در افراد بیان نمود.

آنچه در درک و درونی شدن قوانین اجتماعی از طرف افراد و درک رابطه علت و معلولی از طرف آنها مهم و سازنده است. نحوه آموختن این قوانین به آنان از طرف خانواده است. به شیوه‌ای که افراد یاد

می‌گیرند که به خودشان با عنوان افرادی مثبت، با صلاحیت، مؤثر و کارآمد بنگرند که قادرند در دنیای خود، بر رویدادها و مردم تأثیر گذارند. این موضوع تنها در رابطه‌ای متقابل مثبت و همراه احترام با خانواده و پاسخگو بودن آنان میسر است. لازمه چنین چیزی وجود قوانین اعمال شده ثابت برای افراد و تشویق کنترل درونی افراد از طرف خانواده می‌باشد و اینکه خانواده به آنان اجازه آغازگری و قبول مسئولیت متناسب با سن خود را بدهند.

اعمال چنین روشی از سوی خانواده‌هایی که خود، بزرگترین عامل تعیین کننده رویدادهای زندگی را افراد قدرتمند می‌دانند امکان پذیر نیست. چنین افرادی، کمتر به وضع قوانین ثابت می‌پردازند و کمتر فرزندان خود را به کنترل درونی و تلاش تشویق می‌کنند و چه بسا که در علت یابی موفقیت و شکست فرزندان خود، به قدرت و نظر معلم و یا شانس و... پیش از توانایی و تلاش فرزند خود بها دهند و این از طریق کاهش حس کارآمدی و احساس مسئولیت افراد، پیشرفت او را کاهش می‌دهد.

از طرفی می‌توان گفت که آنچه باعث ورزشکار شدن افراد می‌گردد تنها یک عامل نمی‌تواند باشد بلکه عوامل زیادی دست به دست هم داده و ورزش و ورزشکار شدن را بوجود می‌آورند.

طبق نتیجه این تحقیق می‌توان اینطور بیان داشت که افراد ورزشکار بیش از افراد غیرورزشکار به منبع کنترل با گرایش افراد قدرتمند معتقد هستند و علاوه بر انگیزه درونی بایستی عوامل و انگیزه‌های محیطی و خارجی وجود داشته باشد تا افراد تشویق شوند و بتوانند در فعالیتهای ورزشی مورد نظرشان موفقیت کسب نمایند. همچنین ورزشکارانی که گرایش به افراد قدرتمند (P) نظیر مربی، جایزه، محیط مناسب و... دارند به عوامل خارجی متکی بوده و در برنامه خود دارای ورزش منظمی هستند. این افراد نیز بیشتر عضو تیم‌های منتخب کشوری و استانی بوده‌اند و شاید یکی از دلایل آن موفقیت مادی مناسب باشد که گرایش این افراد را به فعالیتهای ورزشی افزون داشته است و این افراد با انگیزه‌های خارجی نظیر مدال، جایزه و یا شهرت به ورزش رو آورده‌اند.

این یافته‌ها با نتایج حاصل از تحقیقات اسلنکر، پرایس، کانل (۱۹۸۵)، مورتلارو (۱۹۹۴) مغایرت دارد. دلایل این مغایرت را می‌توان همان عامل فرهنگی و نیز سیاست‌های اعمال شده در زمینه ورزش ذکر کرد.

در پژوهش فعلی نشان داده شد که از نقطه نظر گرایش به شانس (C) در افراد ورزشکار و

غیرورزشکار اختلاف معنی داری وجود ندارد. این نتایج با تحقیقات اسلنکر، پرایس، کانل (۱۹۸۵)، مورتلازو (۱۹۹۴) همخوانی داشته است.

شاید گرایش به شانس (C) تا حدودی مؤثر باشد و در کنار عوامل دیگر بتواند نقشی را ایفا نماید ولی به تنهایی نمی تواند باعث ورزشکار شدن افراد گردد. و کمتر ورزشکاری یافت می شود که تنها با اعتقاد به شانس در میدانهای ورزشی حاضر گردد. گرچه برخی ورزشکاران آنرا بعنوان یک عامل و انگیزه خارجی مؤثر می دانند. ولی اغلب ورزشکاران با انگیزه های خارجی نظیر مدال، جایزه و... در میدان ورزشی حاضر می شوند و این انگیزه بسیار خوبی می تواند برای موفقیت آنان باشد هر چند این عامل هم به تنهایی خود کارساز نبوده و مستلزم عوامل دیگری هستند که فرد را به سوی پیروزی و موفقیت پیش ببرند. یا عبارتی می توان چنین گفت که انگیزه های خارجی و داخلی اثر متقابلی دارند تا اینکه یک فرد بتواند به ورزش رو آورده و پیروز گردد.

پس برای اینکه ورزشکاران، در میدان ورزشی به پیروزی دست یابند بایستی تمام عوامل و جنبه هایی که می تواند بعنوان تحریک کننده قوی انگیزه های داخلی و خارجی فرد باشند بیابیم تا این عوامل همانند زنجیره ای بهم متصل شده و ورزشکار را در انجام مهارت های ورزشی پیروز نماید.

روشن و واضح است که هر فرد اگر چه استعداد ورزشی داشته باشد نمی تواند بدون تمرین و کسب مهارت های ورزشی و تنها با اعتقاد به شانس به پیروزی برسد و یا نام ورزشکار را به خود نسبت دهد و هرچه جلسات تمرین بیشتر باشد فرد با آمادگی و مهارت بیشتری فعالیت های ورزشی را انجام می دهد. می توان گفت که نظم در ورزش و شرکت در فعالیت های تیم های مختلف ورزشی هم به انگیزه داخلی و هم به انگیزه خارجی بستگی دارد یا عبارتی می توان گفت هم درونی بودن فرد از نظر منبع کنترل می تواند در جهت ورزش منظم مؤثر باشد و هم گرایش به افراد قدرتمند که بعنوان انگیزه های خارجی محسوب می شوند در این عامل نقش دارد. نتایج حاصل از این تحقیق با نتایج حاصل از تحقیقات کشتی دار (۱۳۷۴)، آذربایجانی (۱۳۷۵)، جامبور و رودی سیل (۱۹۹۲)، کروگوس (۱۹۹۷) مغایرت دارد. شاید دلایل این مغایرت را بتوان نوع ورزش، عامل سن، استفاده از تمرینات قدرتی و هوازی خاص ذکر نمود.

یکی از دلایلی که در توضیح نتایج تحقیق می تواند مورد توجه قرار گیرد تفاوت های منبع کنترل

دختران و پسران است که در تحقیقات انجام شده توسط محققین خارجی بدست آمده است به این معنی که پسرها در مقایسه با دخترها از منبع کنترل درونی تری برخوردارند. این تفاوت جنسی را می توان اینگونه تبیین کرد که این یافته ها احتمالاً بازتابی از نقش وابسته ای است که زنان به طور سنتی در بسیاری از فرهنگ ها ایفا می کنند یعنی تنش فرهنگ و زمینه فرهنگی و سنتی جامعه و انتقال آن به فرزندان از طریق تفاوت در انتظارات و شیوه های فرزند پروری مادران در مورد فرزندان دختر و پسر خود، تفاوت های جنسی را ایجاد می کند.

به عبارتی نفوذ خانواده در رشد شناختی و شخصیتی فرزندان بسیار مهم است. هم تفاوت های فرهنگی و هم تفاوت های جنسی در پیشرفت، نتیجه انتظارات ارزش ها و تأکید بر پیشرفت از سوی والدین شناخته شده است و انتظارات والدین از پسرها و دخترها متفاوت است.

در زمینه تقویت منبع کنترل در دخترها و پسرها می توان اثر انتظارات والدین را برانگیزش پیشرفت فرزندان خود یک علت عمده دانست. همچنان که تحقیقات نشان داده است، مادران از سنین پیش دبستانی، پسرها را بیش از دخترها به استقلال و خودکفایی و تسلط بر محیط و پیشرفت ترغیب می کنند، این یافته ها حاکی از آن است که پسران بیش از دختران به استقلال، تسلط بر محیط، خودکفایی و پیشرفت تشویق می شوند و این امر به شکل گیری و ثبت نگرش ها و اسنادهای خاص در دختران منجر می شود.

همچنین مطالعات در ساختار تئوری های راتر نشان داد که اسنادهای زنان بر حسب آنکه موفقیت خود را به تنهایی، تلاش، شانس یا آسانی کار نسبت دهند بر فعالیتهای بعدی آنان و خصوصاً اعتماد به نفس آنان آثاری به صورت بلند مدت و کوتاه مدت بر جای می گذارد.

اگر موفقیت خود را به توانایی که متغیری درونی و با ثبات تر نسبت دهند، در مورد فعالیتهای آینده نیز احساس اعتماد به نفس می کنند و به استمرار موفقیت در خود اطمینان پیدا می نمایند.

اما وقتی موفقیت خود را ناشی از تلاش و یا بخت بدانند، از آنجا که هیچ یک از این دو عامل پایدار نیستند، در مورد عملکرد آینده خود به دیدی مثبت و توأم با اعتماد به نفس نمی رسند، این وضعیت، غالباً باعث کاهش اعتماد به نفس و کاهش اطمینان آنان نسبت به موفقیت در فعالیتهای مشابه دیگر می گردد. بطور کلی، والدین افراد دارای کنترل درونی مقداری از فرزندانشان انتظار دارند و مقدار زیاد

مسائل عاطفی را ابراز می‌دارند، در افراد دارای کنترل بیرونی احتمالاً بیشتر طردشدگی، کنترل خصومت آمیز و انتقاد تجربه شده است.

بر اساس تحقیقات (بارون و برن، ۱۹۹۱) والدین افراد دارای کنترل درونی گرم و پذیرنده هستند و انتظار آنها از کودکانشان تا حدی است که آنها توانایی آنرا دارند.

افرادی که دارای کنترل درونی هستند بیش از حد آزاد گذاشته شده‌اند، با منبع کنترل درونی پیدا کردن کودک باید یاد بگیرد که تقویتها به رفتارشان بستگی دارد بنابراین احتمالات تقویت قطعی هستند. از عوامل دیگری که در رابطه با منبع کنترل است می‌توان مسئولیت پذیری را نام برد که درونی‌ها نه تنها مسئولیت اعمال خود را می‌پذیرند، بلکه بر این باورند که دیگران نیز مسئول اعمال خودشان هستند در مقابل، بیرونی‌ها گمان دارند که رفتار دیگران همچون خودشان، تحت تأثیر نیروهای خارجی است. درونی‌ها در مقایسه با بیرونی‌ها، هنگامی که عمل خلاف قانون صورت می‌گیرد، در اکثر مواقع، تنبیه کننده هستند و نسبت به خلاف کنندگان، کمتر احساس همدردی ابراز می‌کنند.

فرد دارای کنترل درونی احتمال بیشتری دارد که جنبه‌های مواظبت از سلامتی همانند مراقبت از وزن، ورزش و ... را رعایت کند. مقدار زیادی از این رفتارها ناشی از اطلاعات افراد دارای کنترل درونی درباره چنین چیزهایی است، چون افراد دارای منبع کنترل درونی با تلاش برای جستجوی اطلاعاتی که آنها را قادر می‌سازد کنترل بیشتری بر محیط خود بکار برند. مشخص می‌شوند. شادابی و ورزش مستمر احتمالاً با یک منبع کنترل درونی همراه خواهد بود. از نظر بهداشت روانی بطور کلی مشخص شده که درونی‌ها سازگاری بهتری دارند نسبت به بیرونی‌ها نگران هستند.

در رابطه با منبع کنترل، تسلیم در موقعیت رقابت آمیز، استقلال فکری، سازگاری و همکاری می‌توان گفت: افرادی که واجد منبع کنترل بیرونی هستند، مشکلات تحصیلی، اجتماعی و شغلی بیشتری دارند. در موقعیت‌های رقابت آمیز زودتر تسلیم میشوند و مشکلات فزاینده‌ای در تعامل‌های اجتماعی دارند. رفتارهای پرخاشگرانه و تحریک پذیر در برابر فشارهای اجتماعی از خودشان می‌دهند، از حمایت اجتماعی و عزت نفس پائینی برخوردارند و در مواجهه با مشکلات زندگی از راهبردهای متقابل‌ای محدودی همچون انکار، فرار و تخلیه هیجانی استفاده می‌کنند.

افراد دارای منبع کنترل درونی از استقلال فکری بیشتری برخوردارند و در برخورد با دیگران روحیه همکاری از خودشان می دهند و همچنین این افراد تحت فشارهای اجتماعی ناروا، از خود مقاومت و سازگاری بیشتری نشان می دهند.

افراد دارای منبع کنترل درونی از استقلال یافتگی برخوردارند. در رفع مشکلات از حمایت اجتماعی بیشتری برخوردارند.

بنظر می رسد داشتن منبع کنترل درونی به نوعی در بهبود سریعتر آسیبها مؤثر باشد طبق تحقیقات انجام شده رابطه ای بین منبع کنترل درونی با بهبود آسیب ورزش وجود دارد. بدین صورت که منبع کنترل بیرونی باعث طولانی شدن زمان بهبودی و منبع کنترل درونی و نگرش مثبت نسبت به توانایی روانی خویش باعث کوتاه شدن زمان بهبودی آسیب میشود. در رابطه با منبع کنترل و شرکت در ورزش چنین مورد بررسی قرار گرفته که کودکان دارای منبع کنترل بیرونی تر بیشتر در ورزشهای انفرادی و نظامدار شرکت می کنند. آنها دریافته اند که با افزایش سن، شرکت در ورزشهای تیمی و نظامدار کاهش یافته و همچنین بطور کل پسران نسبت به دختران بیشتر در ورزشهای تیمی شرکت میکنند و نیز بین سن، جنس، منبع کنترل و انتخاب نوع ورزش ارتباط دارد.

بطور کلی می توان گفت افراد درونی و بیرونی هر دو به فعالیتهای ورزشی رو می آورند و جهت کسب موفقیت در مهارتهای مختلف ورزشی شان تلاش کرده ولی هر کدام از آنها انگیزه خاصی را برای موفقیت خود در نظر می گیرند افراد درونی تشویق و ترغیب داخلی و نیز استعداد ذاتی در وجود خود را مهم می دانند ولی افراد بیرونی محیط خارجی و تشویق و ترغیب خارجی نظیر جایزه، مدال - مربی و... را مهم دانسته و بارو آوردن به ورزش برای خود سابقه ورزشی کسب می نمایند.

هر چند تحقیق حاضر، معنی دار بودن افراد ورزشکار و غیرورزشکار را از نظر منبع کنترل درونی (I) و گرایش به افراد قدرتمند (P) نشان می دهد ولی تنها یک ویژگی از منبع کنترل درونی و بیرونی را مورد مقایسه قرار داده است و ممکن است ویژگی های دیگری از منبع کنترل درونی - بیرونی باشد که این معنی دار بودن را نشان ندهد.

نتیجه گیری:

نتایج حاصل از تحقیق نشان می دهد که اختلاف معناداری بین دانشجویان ورزشکار نسبت به دانشجویان غیر ورزشکار از نظر منبع کنترل درونی بودن (I) و گرایش افراد قدرتمند (P) وجود دارد و می توان چنین فرض نمود که ورزشکاران نسبت به غیر ورزشکاران درونی تر بوده و تصور می کنند که موفقیتها و شکستهایشان در فعالیتهای مختلف ورزشی توسط اعمال و توانایشان تعیین می شود و بر روی پیامدهای اعمالشان نفوذ و تسلط بیشتری دارند لذا برای اعمال و رفتار و نتایج ناشی از آن، قبول مسئولیت می کنند. به نظر می رسد این امر تا حدودی مربوط به اجرای منظم فعالیت های ورزشی آنان باشد. لذا می تواند ورزش بعنوان یک فعالیت مفرح و بانشاط برای تمام افراد جامعه مؤثر باشد و در زمینه اینکه ورزشکاران نسبت به غیرورزشکاران تمایل بیشتری به منبع قدرت دارند می توان عامل آنرا کسب امتیازات مادی و رفاهی بیشتر از این طریق ذکر کرد.

اما در زمینه گرایش شانس (C) همانطور که قبلاً ذکر شد هیچگونه تفاوت معنی داری بین دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار دیده نشد. این امر تأثیر عمیق این پدیده (شانس) در جامعه ماست. چرا که ورزشکاران بایستی گرایش به شانس نداشته و رمز موفقیت های خود را تمرین مداوم، مربی یا پشتکار و ... بدانند حال آنکه اعتقاد به شانس آنهم در ورزشکاران نشانه ضعف ورزشکار است لذا پیشرفت حاصل نشده و بایستی برنامه ریزی جوامع ورزشی ما بگونه ای باشد که از جنبه مادی صرف دوری کنیم. با توجه به نتایج می توان اظهار داشت که نوع ورزش وسیله ای مناسب برای شناخت ویژگی های شخصیتی افراد باشد. تردیدی نیست که فعالیتهای ورزشی اثرات مفیدی بر روی افراد می گذارد. لذا می بایستی برنامه های ورزشی به گونه ای طرح ریزی شوند که افراد بیشتری از مزایای روانی و هیجانی آن سود ببرند.

توصیه‌های آموزشی و کاربردی:

- ۱- به مسئولین و دست اندرکاران در امر ورزش توصیه می‌شود به تنظیم و اجرای برنامه‌های ورزشی برای افراد خصوصاً ورزشکاران اقدام نمایند و با تأکید به اهمیت برقراری ارتباط و توجه به ورزشکار به عنوان یک فرد با احتیاجات روانی، فیزیکی، اجتماعی و غیره، آنان را به اهمیت نقش خود در برخورد با مشکلات روانی آگاه سازند.
- ۲- ارزیابی افراد میبایست تا حد امکان فردی باشد و کمتر در مقام مقایسه با دیگران قرار گیرد بدین صورت که در ارزیابی، پیشرفت وی بر اساس میزان تغییر در تلاش و توانمندی‌های وی در طول زمان سنجیده میشود.
- ۳- به مربیان ورزش توصیه میشود که جهت انتخاب بازیکنان به ویژگی‌های شخصیتی افراد در رشته‌های ورزشی انفرادی و تیمی توجه داشته و به عنوان یک معیارگزینش بازیکن از پرسشنامه‌های استاندارد سنجش شخصیت استفاده نمایند.
- ۴- داشتن انتظارات مشخص و دقیق از افراد و ارائه بازخورد به میزان و نحوه شرکت آنها در فعالیت‌های ورزشی
- ۵- استفاده از مهارت‌ها و فعالیت‌هایی که با استعدادها، توانایی و امکانات اجرایی افراد تناسب داشته باشد و تشویق آنها در رسیدن به اهدافی که مستلزم کمی تلاش است، مسیر آنها را در اتکاء به توانایی خود و درک اهمیت تلاش تسهیل می‌نماید.
- ۶- شایسته است که نقش و اهمیت منبع کنترل در پیشرفت مهارت‌های ورزشی افراد و شیوه‌های آموزشی مناسب که در آن منبع کنترل درونی رشد می‌یابد، در برنامه آموزشی مورد توجه دقیق قرار گیرد.
- ۷- منبع کنترل فرد می‌تواند تغییر کند، تجاربی که اجازه کار آمد بودن میدهد، همچنین مشاوره رفتاری، تقویت فوری، قرار دادن پاداش و طرح ریزی شرایط مناسب و کمک به افراد بیرونی در رشد تحصیلی و کسب سوگیری درونی تر موفق شناخته شده است.
- ۸- فراهم آوردن تجارب موفقیت آمیز برای جوانان از سوی والدین و یا معلمان بخصوص معلمان تربیت بدنی می‌تواند به رشد منبع کنترل درونی کمک نماید. ولی در مورد بیرونی‌های افراطی، این روش می‌تواند به دو دلیل به شکست بینجامد:
اول اینکه برای فردی که باور بیرونی دارد، پذیرفتن موفقیت‌های کنونی سخت دردناک است، زیرا لازمه آن پذیرفتن مسئولیت شکست‌های شرم آور گذشته است.

دوم اینکه این تصور که تجارب موفقیت آمیز را افراد دیگری غیر از خود او فراهم می آورند، می تواند دلیل بر این امر باشد که کنترل تقویت در دست افراد قدرتمند است. بنابراین باید از طریق مشاوره به افراد بیرونی افراطی کمک نمود که از ساز و کارهای دفاعی نامناسب دست بردارد.

۹- تجربه شکست در بازی برای افراد درونی سستی آور است، زیرا خود، مسئولیت آنرا می پذیرند. لذا ضرورت دارد که با در نظر داشتن این نکته که «در مورد حوادث نامطلوب خارج از کنترل، اسناد بیرونی سالم تر است». این امر به جوانان آموزش داده شود که در مقابل شکست، شرمندگی کمتری احساس کنند. تا این احساس بر رفتار آنها تأثیر منفی نگذارد و فرد بتواند در آینده بر میزان تلاش خود بینزاید و مقاومت و پایداری بیشتری در انجام مهارت از خود نشان دهد.

۱۰- از آنجا که یک هدف والا در امر آموزش، خودگردان نمودن یادگیری افراد است، و یکی از نشانه های خودگردانی، روحیه خود تقویتی در آنان است، شایسته است که احساس رضایت و لذت از انجام یک مهارت و یادگیری در افراد تشویق شود تا بتدریج رضایت از تلاش و کسب موفقیت برای آنها پاداش به مراتب بهتر از جایزه تقویت های محیطی باشد، لذا آموختن به افراد که تقویت و تنبیه را درونی کنند و کمتر وابسته به پاداش ها و تنبیه های خارجی باشند به ترویج روحیه خود تقویتی در افراد کمک می کند.

تمام شیوه های که به افزایش اعتماد به نفس و خودپذیری فرد می انجامد، می تواند او را در درونی تر نمودن منبع کنترل یاری نماید. لذا به کارگیری این شیوه ها در برخورد با افراد بسیار مهم است. در این زمینه می توان به موارد زیر اشاره نمود:

- تأکید و تقویت ویژگی ها و فعالیتهای مثبت به جای نقاط ضعف و کمبودها

- نشان دادن عکس العمل و دادن پاداش مناسب

- تأکید بر یادگیری و نه «سرعت» تأکید بر فعالیت یادگیری، به جای تأکید بر درستی و نادرستی پاسخ، برانگیزنده کوشش های افراد است. شرایط رقابت زا، حتی افرادی را که اعتماد به نفس بالایی دارند با شکست مواجه می سازد، و به دنبال آن انتقاد از خود در آنها افزایش می یابد و تصورات فردی را نسبت به توانایی های فرد دچار خدشه می سازد.

- این نکته بایستی برای والدین روشن شود که هر چه تعداد فرزندان کمتر باشد احتمال اینکه کودکان

از نظر منبع کنترل درونی تر و در نتیجه از پیشرفت بهتری برخوردار گردند افزایش خواهد یافت.

چند پیشنهاد برای پژوهش‌های آینده:

- ۱- پیشنهاد می‌شود تحقیق مشابهی در جامعه مردان انجام شود و نتایج حاصل از آن با جامعه زنان مورد مقایسه قرار بگیرد.
- ۲- پیشنهاد می‌شود تحقیق مشابهی در دانشگاه‌های دیگر انجام شود و نتایج حاصل از آن با این تحقیق مورد مقایسه قرار بگیرد.
- ۳- پیشنهاد می‌شود که منبع کنترل ورزشکاران رشته‌های ورزشی انفرادی با تیمی مقایسه شود.
- ۴- پیشنهاد می‌شود که تحقیق مشابهی بصورت پیش آزمون و پس آزمون انجام شود تا اثر ورزش و فعالیت‌های بدنی بر روی منبع کنترل و یا تغییرات آن بر روی افراد بطور دقیق تر مشخص شود.
- ۵- از آنجا که منبع کنترل افراد با افزایش سن تغییر می‌کند پیشنهاد می‌شود که منبع کنترل ورزشکاران مسن با ورزشکاران جوان مورد مقایسه قرار بگیرد.
- ۶- پیشنهاد می‌شود که منبع کنترل دانش آموزان و دانشجویان در دو مقطع تحصیلی دبیرستان و دانشگاه مورد مقایسه قرار گیرد.
- ۷- پیشنهاد می‌شود که منبع کنترل ورزشکاران قهرمان با ورزشکارانی که عنوان قهرمانی ندارند مقایسه گردد.
- ۸- پیشنهاد می‌شود که منبع کنترل فرد در مراحل مختلف رشد (کودکستان - دبستان - دبیرستان) مورد مقایسه قرار گیرد.
- ۹- پیشنهاد می‌شود که منبع کنترل افراد در خانواده‌ها با فرهنگ‌های متفاوت مورد بررسی قرار گیرد.

فهرست مآخذها

الف: مآخذهای فارسی

- ۱- اتکنسیون، ارزشیابی شخصیت، ترجمه اخوت، ولی ا...، دانشمند، لقمان، دانشگاه تهران، ۱۳۵۷
- ۲- احدی، حسن و شکوه السادات بنی جمالی، روانشناسی رشد، چاپ چهارم، تهران، نشر بنیاد، ۱۳۷۰
- ۳- اسو، آهولا، هتیلد، براد، «روانشناسی ورزش، با رویکرد روانی، اجتماعی» ترجمه رضا فلاحي و محسن حاجیلو. تهران، دفتر تحقیقات و آموزش سازمان تربیت بدنی، ۱۳۷۲
- ۴- اقدسی، محمدنقی، «بررسی و مقایسه عزت نفس ورزشکاران و غیر ورزشکاران» پایان نامه تحصیلی کارشناسی ارشد، تربیت مدرس، ۱۳۷۲
- ۵- اهری هاشمی، جلال، «تعیین و مقایسه ویژگی های شخصیتی دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار مرکز تربیت معلم پسرانه شهید بهشتی مشهد» پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تربیت معلم تهران، شهریور ۱۳۷۵
- ۶- آذربایجانی، محمدعلی، «رابطه منبع کنترل، میزان درک فشار و تغییرات ضربان قلب ناشی از یک برنامه قدرتی فزاینده» پایان نامه تحصیلی کارشناسی ارشد، رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی، ۱۳۷۵
- ۷- آلن، ا، اس ترجمه، سیاوش جمانو، روانشناسی شخصیت ص ۲ و ۱
- ۸- بال، ساموئل «انگیزش در آموزش و پرورش» ترجمه دکتر سیدعلی اصغر مسدد انتشارات دانشگاه شیراز ۱۳۷۳
- ۹- بست، جان، روشهای تحقیق در علوم تربیتی و رفتاری، ترجمه دکتر پاشا شریفی و نرگس طالتانی،

- چاپ پنجم، تهران، انتشارات رشد، ۱۳۷۳
- ۱۰- برد، دکتر آن ماری، کریپ، برنت کی، روانشناسی و رفتار ورزشی، ترجمه مرتضوی، حسن انتشارات سازمان تربیت بدنی، چاپ اول ۱۳۷۰
- ۱۱- برونو، فرانکو، فرهنگ توصیفی اصطلاحات روانشناسی، ترجمه مهشید یاسایی، تهران، انتشارات طرح نو، ۱۳۷۰
- ۱۲- بهشتی، احمد «مبانی تربیت بدنی در اسلام» اداره کل تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش نیرو و نشاط، دفتر سوم، بهار ۱۳۶۲
- ۱۳- بیابانگرد، اسماعیل، رابطه بین مفاهیم منبع کنترل، عزت نفس و پیشرفت تحصیلی سال سوم دبیرستانهای شهر تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبائی، ۷۰-۶۹
- ۱۴- پراندن، ناتانیل، روانشناسی حرمت نفس، ترجمه جمال هاشمی، چاپ اول، تهران شرکت سهامی انتشار، ۱۳۷۱
- ۱۵- توماس، ریموند، ترجمه سروری، دکتر محمد حسین، روانشناسی ورزش، انتشارات یگانه، چاپ اول، پاییز ۱۳۷۱
- ۱۶- حسین زاده، دهنوی، امیر، بررسی و مقایسه حالت‌های درونگرایی و برونگرایی دانش آموزان رشته‌های انفرادی و گروهی، ماهنامه ورزش و ارزش، انتشارات اداره کل تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش، شماره (۱۰۸) اردیبهشت ۱۳۷۳
- ۱۷- حسن زاده دیزج، رمضان، بررسی رابطه بین مفاهیم انگیزش (درونی - بیرونی)، منبع کنترل (درونی - بیرونی)، منبع کنترل (درونی - بیرونی) و پیشرفت تحصیلی پسران سال سوم دبیرستانهای شهر گرگان پایان نامه تحصیلی کارشناسی ارشد، ۷۲-۷۳
- ۱۸- حیدری نیا، حیدر، مقایسه ورزشکاران رشته‌های گروهی و انفرادی در جنبه‌های مختلف افسردگی، پایان نامه تحصیلی کارشناسی ارشد، ۱۳۷۳

- ۱۹- خلجی، حسن، بررسی صفات شخصیتی ورزشکاران استقامتی در گروههای سنی جوانان و بزرگسالان پایان نامه تحصیلی کارشناسی ارشد، رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تربیت مدرس، ۱۳۶۷
- ۲۰- رضائی نژاد، رحیم، ویژگی های شخصیتی دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه گیلان پایان نامه تحصیلی کارشناسی ارشد، رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تربیت مدرس، ۱۳۷۲
- ۲۱- رحمانی نیا، فرهاد، تعیین میزان اضطراب در تیپ های بدنی مختلف ورزشکاران دانشگاه گیلان، پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران، ۱۳۷۱
- ۲۲- ریاحی مهابادی، بهیار، بررسی ویژگی های شخصیتی میان ورزشکاران و غیر ورزشکاران پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد، ۷۱-۷۲
- ۲۳- سیف، علی اکبر، روانشناسی پرورشی، انتشارات آگاه ۱۳۷۱
- ۲۴- شاملو، سعید، «مکتب ها و نظریه ها در روانشناسی شخصیت»، تهران، رشد، ۱۳۶۸
- ۲۵- شری، رواتسون، اصول راهنمایی، ترجمه دکتر علی شریعتمداری، چاپ دوم، تهران انتشارات مشعل، ۱۳۶۶
- ۲۶- شولتس، دوان، روانشناسی کمال، ترجمه گیتی خوشدل، چاپ پنجم، تهران، نشر نو، ۱۳۵۷
- ۲۷- شیلینگ، گیدر «مروری بر روانشناسی ورزشی» ترجمه شکوه نوابی نژاد، تهران فصلنامه المپیک، شماره یک، پائیز ۱۳۷۲ کمیته ملی المپیک جمهوری اسلامی ایران
- ۲۸- صاحبی، کاظم، مقایسه ویژگی های شخصیتی دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار مراکز تربیت معلم پسرانه استان مازندران، پایان نامه تحصیلی کارشناسی ارشد، رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تربیت معلم تهران، ۱۳۷۶
- ۲۹- صارمی، دکتر علی، خمسه، دکتر اکبر، دانیال، دکتر جمیل آروین، چاقی، علل و رابطه آن با بیماریها ورزش، انتشارات چهره، چاپ اول، بهار ۱۳۷۰

- ۳۰- عبدلی، بهروز، بررسی ویژگیهای شخصیتی دانشجویان ورزشکار نخبه، پایان نامه تحصیلی کارشناسی ارشد، ۱۳۷۳
- ۳۱- غضنفری، احمد، مقایسه منبع کنترل و میزان افسردگی گروه جانبازان، معلولین عادی و افراد عادی، پایان نامه تحصیلی کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت مدرس، ۱۳۷۱
- ۳۲- فروغی پور، حمید، مقایسه منبع کنترل، عزت نفس و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار، پایان نامه تحصیلی کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت مدرس، ۱۳۷۵
- ۳۳- فروزش، مجید، مقایسه میزان اضطراب دانش آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار مقطع متوسط شهرستان شیروان، پایان نامه تحصیلی کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، ۷۳-۷۴
- ۳۴- فراهانی، محمد نقی (۱۳۷۷ - الف) «نظریه یادگیری اجتماعی راتر، تبیینی بر سازه منبع کنترلی راتر» مقاله منتشر شده
- ۳۵- فراهانی، محمدنقی، (۱۳۷۸ - ب) «روانشناسی شخصیت، نظریه، تحقیق، کاربرد»، دانشگاه تربیت معلم.
- ۳۶- کشتی دار، محمد «تأثیر تمرینات هوازی بر منبع کنترل و میزان افسردگی جانبازان ضایعه نخاعی استان خراسان» پایان نامه تحصیلی کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت مدرس، ۱۳۷۴
- ۳۷- گنجی، حمزه، روانشناسی عمومی، انتشارات بعثت، چاپ سوم، شهریور ماه ۱۳۷۲
- ۳۸- میرنصوری، رحیم، بررسی صفات شخصیتی ورزشکاران مرد رشته‌های انفرادی و گروهی و مقایسه آنها با یکدیگر، پایان نامه تحصیلی کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت مدرس، ۱۳۷۳
- ۳۹- واحد پژوهش و تحقیق برنامه‌ریزی، خلاصه مقالات (۲) اولین کنگره علمی ورزش مدارس، انتشارات اداره کل تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش، چاپ اول، بهار ۱۳۷۲
- ۴۰- ورزش و ارزش، نشریه ماهانه، انتشارات اداره کل تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش، معاونت پرورشی شماره (۹۸)، دی ماه و بهمن ماه ۱۳۷۱

- ۴۱- ورزش و ارزش، نشریه ماهانه، انتشارات اداره کل تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش، معاونت پرورشی، شماره (۱۰۳)، آذرماه ۱۳۷۲
- ۴۲- نادری عزت اله و مریم سینف نراقی، ویژگی های شخصیتی معلولان و جانبازان عضو تیم ملی والیبال کشور در مسابقات دهه فجر و مقایسه آنها با مردان عادی، پایان نامه تحصیلی کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت مدرس، ۱۳۶۸
- ۴۳- نشریه علمی ورزش دانشگاه انقلاب، انتشارات بخش فرهنگی دفتر مرکزی جهاد دانشگاهی، چاپ مؤسسه اطلاعات شماره (۳۶)، دی ماه ۱۳۶۷
- ۴۴- نوابی نژاد، شکوه، رابطه بین شخصیت و عملکرد ورزشکار، فصلنامه المپیک، شماره های (۳ و ۴) پائیز ۱۳۷۴
- ۴۵- نوابی نژاد، شکوه، مجله علمی پژوهشی علوم انسانی، دانشگاه الزهرا (س) شماره های (۱۱ و ۱۲)
- ۴۶- هاشمی قدرت، مقایسه نیمرخ روانی ورزشکاران گروهی و انفرادی مردان، پایان نامه تحصیلی کارشناسی ارشد، رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تربیت معلم تهران، تابستان ۱۳۷۴
- ۴۷- هیربدنیا، ابراهیم، خود رهبری، نشر و تبلیغ بشری، چاپ اول، تیرماه ۱۳۶۹

- 48- Adame-D-D.Johnson.T-C.k cole-S-P. Matthiasson-H
 Abbas-M-A"Physical fitness in relation to amount of physical exercise, body image, and locus of control among college and Women. Perceptual and motor skills."
 (1990) 1347-1350
- 49 - Alderman, Richard. B. "Sport psychological Aspect", saunders, philadelphia, (1974)
- 50 - Banduar , A. " Social learning theory."Englewood cliffs NewYourk. Prentice- Hall.
 (1977)
- 51 - Barron, R.A and Byrne D,"Social psycology, understanding human intermction'. U.S.A
 simon and schulter inc. (1991)
- 52- Brone - R. Reznikoff-M: "perceptual and motor Skills"oct (1989) 483-493
- 53 - Baynes. A. and Julian. J.W" Internal and External Control and the value of
 reinfrcement. Journal of personality and kPsychology,9. (1973) 80 -89
- 54 - Bakker. F. C, whiting. H.T.A, Brug, H. Vander,"sport psychology," "concep and
 application", John wiley and sons, england, (1994)
- 55 - Clark and Harrison, "Research processes in physical Education", second edi, (1986).
- 56- Coleman- M. Washington- M-A. price-s : " Physical exercise, social background, and
 the well-being of older adult woman." perceptual and motor skills perceptual and motor
 skills, June (1985) 737-738.
- 57 - Daiss-s, le-Unes-A, Nation-J,"Mood and locus of control of a sample of college and
 professional football players."
 perceptual and motor skills. Oct (1986), 733-734

58- Duke, M.P, and Nowicki, s.Jr."A New measure and social learning model for interpersonal distance."

Journal of experimental research in Personality (1972). 119-132

59- Flint -M-O : "the influence fo health behavior contracting on internal locus of control."

Microform Publications, Internal Institute for sport and human performance, university of oregon, EUgene, ore, (1995)

60- Foon-A-E : " Sports participation among adolescent females effects on self esteem affiliation patterns and locus of control" Journal of humn movement studies, (1989)

225-231

61 - Furnham, adrin, "personality and demograpghic Determaints of leisure and sports reference and performance,"

Sport psychology, vol 276, No 3/199 .

62 - Heider, F. " The psychology of interpersonal relations" New Yourk Willey. (1958)

63- Hersch, P.d. and scheibe, K.E : "on the relability and validity of Internal external control as a personality dimension." Journal) of consulting psychology B1,

(1976), 509 - 514

64 - Kerr - G- A. Goss - J- d : Personal control in elite gymnasts. "The relationships between locus of control, self- esteem and trait anxiety," Journal of sport behavior-Mar

(1997) 67-82

65- Mortellaro, pamela maric: " locus of control, Ahtribution and self efficacy in the adherence to sport injury treatment (1994).

- 66- Noowicki, and Jr. and Duk.M.P. "The Nowicki strickland lite-span locus of control locus of control scales.
Constral scales, consract validation . Academic pres- Inc (1983)
- 67- Raviv, S and M. law ' Influence of physical activities on concentration among jouwior light school students" perceptual and motor skills. for, (1990) p. 67
- 68 - Rotter J.B : " Internal versus external control of Reinforcement and decision time."
Journal of personality and social psychology vol 2 (1972) PP 63-93
- 69 - Rotter, J.B:" social learning and clinical psychology Engwood cliffs: NJ prentice-Hall (1954)
- 70 - Rotter, J.B: Ceneralized Expect tancies for Internal versus external control of reinforcemen psychological monographs, (8 whole No 609) (1966)
- 71- Rotter, J. B. Application of social theory of personality NewYork, Halt, Rinehart and winston, (1972)
- 72- Shapiro.Jr, Dean H, Schwartz, carolyn E, and Astin, John A.
"Controlling ourselves, controlling our world," American Psychologist, December, Vol, 51 ,
No 12, 1213-1230. (1996)
- 73-Schneider, J.H: Individual difference asan, organization halclimate, personal psychology, 21 (1972) 323-333
- 74- Smith, Ronald-E. small frank-l "self Esteem and children's reaction to Youth sport coaching behaviors"
Journal of developmental- pscology (1990) 87-93

- 75- Strickland B.R. Levels of health enhancement individual attributes, Internal Matarazzo, external (Eds), Behavioral health: A handbook of health enhancement and disease prevention (pp 101-113) New York Wiley, (1984)
- 76- Slenker-S-E. Price J-H. Connell J-K. "Health locus of control of joggers and nonexercisers," perceptual and motor skills, Aug (1985) 323-328
- 77- Witt, L. a: " Locus of control and success as a professional money collector." Journal of social psychology (1988) 703-704
- 78- Weiner, B. and Kuklu, A : "An attribution analysis of achievement motivation." Journal of personality and social psychology (1970)
- 79- Yuan-R : " The relationship between health locus of control and self-directed behaviour change and the impact of a lifestyle management course," Microform publications, Internal Institute for sport and Human performance, Uni of Oregon. Eugene Ore (1994)

ضمائم

ضمیمه ۱

ص ۱

(پرسشنامه مربوط به اطلاعات فردی و ورزشی)

۱- سن: رشته تحصیلی:

۲- چند سال است که ورزش می‌کنید و در چه رشته‌ای؟

۱ سال ۲ سال ۳ سال ۴ سال و بیشتر

۳- چند جلسه در هفته تمرین می‌کنید؟

۱ جلسه ۲ جلسه ۳ جلسه

۴- آیا بطور منظم ورزش می‌کنید؟ بلی خیر

۵- عضو کدامیک از تیم‌های ورزشی زیر هستید؟

منتخب شهرستان منتخب استان کشوری آسیا و بیشتر هیچکدام

ضمیمه ۲

ص ۲

دستورالعمل پرسشنامه

فرم - ۲ -

در صفحه بعد یک سری از جمله‌هایی که مصرف نگرش شماست را نشان می‌دهد. همانطور که ملاحظه می‌کنید، هرکدام از آنها یک عقیده رایج و مرسوم است. بنابراین هیچ جواب درست یا غلطی وجود ندارد. شما علی‌الاصول با بعضی از آنها موافق و با بعضی دیگر مخالف هستید. ما علاقمندیم بدانیم که شما تا چه اندازه با این عبارات موافق و یا مخالف هستید. بنابراین هر عبارت را با دقت خوانده و پس از آن تصمیم موافقت و یا مخالفت خود را با کشیدن یک علامت (+) در خانه مورد نظر نشان دهید. خانه‌ها و معنی آنها به ترتیب ذیل می‌باشد:

اگر شما کاملاً با عبارت مورد نظر موافق هستید، در خانه اول علامت (+) بگذارید.

اگر شما کاملاً با عبارت مورد نظر موافق هستید، در خانه دوم علامت (+) بگذارید.

اگر شما کاملاً با عبارت مورد نظر موافق هستید، در خانه سوم علامت (+) بگذارید.

اگر شما کاملاً با عبارت مورد نظر موافق هستید، در خانه چهارم علامت (+) بگذارید.

اگر شما کاملاً با عبارت مورد نظر موافق هستید، در خانه پنجم علامت (+) بگذارید.

اگر شما کاملاً با عبارت مورد نظر موافق هستید، در خانه ششم علامت (+) بگذارید.

معمولاً اولین انتخاب شما بهترین انتخاب شماست. هر عبارت را به دقت بخوانید و تصمیم بگیرید با عبارت مورد نظر موافق هستید یا مخالف، پس از آن شدت موافقت و یا مخالفت خود را با علامت (+) در خانه مورد نظر نشان دهید.

اگر متوجه شدید که هیچ کدام از خانه‌ها عقیده شما را بدرستی نشان نمی‌دهد، در این حالت سعی نمائید که به هر حال خانه‌ای که بیشتر معرف نظر شماست را انتخاب نمائید.

توجه داشته باشید لازم است در مورد هر عبارت نظر خود را نشان دهید.

- | | | | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۱- امکان اینکه کسی بتواند رهبر گروهی باشد، عمدتاً به توانایی او بستگی دارد. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۲- زندگی هر کسی بطور قابل توجهی توسط امور اتفاقی کنترل می شود. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۳- هر کسی احساس می کند که هرآنچه در زندگی او رخ می دهد، عمدتاً توسط افراد قدرتمند تعیین شده است. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۴- امکان اینکه کسی با اتومبیل تصادف کند، عمدتاً بسته به آن است که تا چه اندازه در رانندگی مهارت داشته باشد. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۵- هرکسی که طرح ریزی می کند، تقریباً مطمئن است که آنها را بکار خواهد بست. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۶- غالباً هیچگونه شانس وجود ندارد که کسی بتواند علایق شخصی اش را از اتفاقات مصون نگه دارد. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۷- هر وقت کسی به خواسته اش دست میابد، این معمولاً به خاطر خوش شانس او بوده است. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۸- هر چند که اگر کسی توانایی خوبی داشته باشد، معمولاً بدون توسل به کسانیکه در رأس قدرت هستند، رهبری را به دست نخواهد آورد. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۹- تعداد دوستان هر کسی بستگی به این دارد که او چقدر آدم خوبی باشد. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۱۰- هر کسی این را به کرات تجربه کرده است، آنچه بخواهد اتفاق افتد، خواهد افتاد. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۱۱- زندگی هر کسی اساساً تحت نفوذ افراد قدرتمند است. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۱۲- امکان اینکه کسی دچار حادثه اتومبیل شود، عمدتاً بسته به اقبال او است. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۱۳- شانس خیلی کمی وجود دارد که کسی بتواند علایق خود را در صورت تعارض با علایق گروههای فاشر حفظ نماید. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۱۴- این همیشه عاقلانه نیست که فرد نقشه های دور و دراز بکشد زیرا (بعداً) معلوم میشود که آنها بسته به خوش اقبالی و یا بداقبالی بوده است. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۱۵- برای رسیدن به هدف، بایستی افراد بالادست از خود را خشنود نگهداشت. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۱۶- امکان اینکه بتوان رهبر گروهی شد، بستگی به این دارد که به قدر کافی فرد خوش شانس باشد و در شرایط زمانی و مکانی مناسب قرار گرفته باشد. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۱۷- اگر اشخاص با نفوذ تصمیم می گرفتند یک کسی را دوست نداشته باشند، او احتمالاً دوستان زیادی پیدا نمی کرد. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۱۸- هر کسی تقریباً می تواند هرآنچه در زندگی اش رخ میدهد را تعیین نماید. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۱۹- هر فردی معمولاً قادر است از علایق شخصی خود حمایت نماید. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۲۰- امکان اینکه کسی دچار حادثه اتومبیل شود بستگی زیادی به راننده طرف مقابل دارد. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۲۱- هر گاه کسی به چیزی که طالب آن است دست میابد این معمولاً بدان علت است که برای آن مجدانه کوشیده است. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۲۲- هر کسی برای بکار بستن طرح خود، بایستی در این خصوص اطمینا حاصل نماید که آیا آن با خواسته افراد قدرتمند تناسب دارد یا نه. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۲۳- زندگی هر فردی بوسیله اعمال او تعیین می شود. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۲۴- این اساساً به اقبال بستگی دارد که کسی دوستان کم یا زیاد داشته باشد. |