

مقایسه ویژگی شخصیتی، تصویر بدنی و میزان اضطراب در ورزشکاران ورزش‌های تیمی و انفرادی

حسن نوروزی^۱

شهناز محمدی^۲

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۴/۱۱/۴

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۵/۲/۱۵

هدف از پژوهش حاضر، مقایسه ویژگی شخصیتی، تصویر بدنی و میزان اضطراب در ورزشکاران ورزش‌های تیمی و انفرادی بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی ورزشکاران انفرادی و تیمی غرب تهران در سال ۱۳۹۳ بود که به علت محدودیت تعداد دقیق آن در دسترس نیست. بنابراین، برحسب نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی، ۱۴۰ ورزشکار (۷۰ ورزشکار انفرادی و ۷۰ ورزشکار تیمی) انتخاب شدند و پرسشنامه‌ها را تکمیل نمودند. ابزارهای به‌کاربرده شده در این پژوهش شامل سه پرسشنامه "فرم کوتاه پنج عامل بزرگ شخصیت نئو"، "فرم کوتاه خود تصویرگری بدنی مارش" و "اضطراب بک" بود که توسط دو گروه از ورزشکاران انفرادی و تیمی تکمیل گردید. برای تجزیه و تحلیل داده از آمار توصیفی و تحلیل واریانس چند متغیره (MANOVA) و تحلیل واریانس یک طرفه (ANOVA) استفاده شد. نتایج تجزیه و تحلیل‌ها نشان داد که ورزشکاران تیمی و انفرادی در مؤلفه شخصیتی توافق و تصویر بدنی به همراه زیر مؤلفه فعالیت بدنی، تفاوت معنی‌داری با یکدیگر نشان می‌دهند و ورزشکاران تیمی میانگین بالاتری دارند. به‌علاوه یافته‌های پژوهش نشان داد که بین ورزشکاران انفرادی و تیمی در متغیر اضطراب تفاوت معناداری وجود ندارد. یافته‌های پژوهش حاکی از آن است که ورزشکاران ورزش‌های تیمی برخلاف ورزش‌های انفرادی میزان بیشتری از اعتماد، همکاری و همدلی دارند و همه اعضای تیم در جهت اثبات توانایی خود و حضور مستمر در تیم در تلاش برای بالا بردن آمادگی خود می‌باشند. همچنین می‌توان دریافت که اضطراب در زمینه عملکرد در محیط‌های ورزشی جزء جدایی‌ناپذیر

E-mail: H.noroozy@gmail.com

^۱ کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران (نویسنده مسئول)

^۲ استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

تمامی ورزش‌ها می‌باشد. بر این اساس آشنایی هر چه بیشتر ورزشکاران و مربیان با ابعاد روانی و آگاهی از چگونگی اثرگذاری این ابعاد بر عملکرد ورزشکاران تأثیر مثبتی می‌گذارد.

واژگان کلیدی: ویژگی شخصیتی، تصویر بدنی، اضطراب، ورزش‌های تیمی و ورزش‌های انفرادی

مقدمه

مطالعه رفتارهای فردی در ورزش و تأثیر عوامل روانی بر فعالیت‌های حرکتی از موضوعات مورد توجه روان شناسان ورزش است. روان شناسان ورزش به‌طور مداوم در پی یافتن اطلاعات جدید در زمینه چگونگی بهبود وضعیت روانی و سطح فعالیت ورزشی افراد در حیطه‌های مختلف ورزشی از جمله ورزش‌های تیمی و انفرادی هستند (محرم زاده، ۱۳۸۳: ۱۱۴). به همین منظور یکی از مفاهیمی که امروزه بسیار اهمیت یافته است، بررسی ویژگی شخصیتی^۱ ورزشکاران است. شخصیت یک مفهومی کلی است. بنابراین، بین روانشناسان مختلف برای تعریف ماهیت آن توافق نظر وجود ندارد (شولتز و شولتز^۲، ۲۰۰۵؛ سید محمدی، ۱۳۹۱: ۲۴۰). بسیاری از روان شناسان معتقدند ساخت اصلی شخصیت آدمی از طریق پنج صفت کلی نشان داده می‌شود. بر اساس این مدل، شخصیت از پنج بعد اصلی تشکیل شده است که عبارت‌اند از: روان رنجور خویی^۳ (N)، برون‌گرایی^۴ (B)، انعطاف‌پذیری^۵ (O)، سازگاری^۶ (A)، وظیفه‌شناسی^۷ (C). حجم انبوهی از تحقیقات در زبان‌های مختلف و با ابزارها و نمونه‌های متفاوت، اصلی بودن این پنج عامل را تأیید کرده و نشان داده‌اند. پنج عامل مذکور از اعتبار همگرا و اعتبار تفکیکی مطلوبی برخوردارند و طی تحول فرد نیز نسبتاً پایدار می‌مانند. بسیاری از محققان بر این عقیده‌اند که شناسایی ویژگی‌های شخصیتی ورزشکاران موفق و آموزش آن‌ها، راهی در جهت بهبود عملکرد و نتیجه مسابقات ورزشی می‌باشد (محمودی، ۱۳۸۷: ۲۷). با این حال، لاکمن و ویور^۸ (۱۹۹۷) طبقه‌بندی پنج عاملی را اصلاح کردند و عامل ششمی را با عنوان "سلطه‌گری"^۹ به این طبقه‌بندی اضافه نمودند که بر این اساس مدل شش عامل بزرگ شخصیت ایجاد شد. سلطه‌گری، زیر مجموعه ویژه برون‌گرایی می‌باشد که به تسلط اجتماعی افراد اشاره دارد (نلسون^{۱۰}، ۲۰۱۰: ۷).

1. Personality feature

2. Sholtz & Sholtz

3. Neuroticism

4. Extroversion

5. Flexibility

6. Compatibility

7. Loyalty

8. Lachman & Weaver

9. Agency

10. Nelson

از دیگر مفاهیمی که روان شناسان ورزشی توجه ویژه‌ای به آن دارند، تصویر بدنی^۱ است. محققان علوم ورزشی معتقدند که تصویر بدنی، می‌تواند تحت تأثیر برنامه‌های مداخله‌ای چون ورزش و تمرین بدنی یا برنامه‌های کاهش وزن قرار گیرد (حسنلی^۲، ۱۹۸۹: ۸). تصویر بدنی، بازنمایی درونی فرد از ظاهرش است که این بازنمایی بازنمایی ابعاد جسمانی، ادراکی و نگرشی نسبت به آن‌ها را در برمی‌گیرد. ابعاد اصلی این نگرش‌ها شامل مؤلفه‌های نارضایتی از بدن و اهمیت ظاهر ایده آل است (کاش^۳، ۲۰۰۲: ۴۰). نارضایتی از تصویر بدنی از طریق طریق احساس‌ها و باورهای منفی و ناکارآمد درباره وزن و فرم بدن توصیف می‌شود (پریچارد^۴، ۲۰۱۰: ۲۲۶). تصویر بدنی ضعیف اغلب سبب اضطراب و عزت‌نفس پایین در افراد و به‌خصوص ورزشکاران می‌گردد. مطالعات نشان داده است که بین یک‌سوم تا یک‌چهارم از اضطراب‌های فرد به منفی بودن فرد از تصویر بدنی‌اش مربوط است. به همین منظور بهبود تصویر بدنی می‌تواند باعث کاهش اضطراب و افزایش عزت‌نفس گردد (پور شریفی و مبعث زمانی، ۱۳۹۰: ۲۹).

یکی از متغیرهایی که با عملکرد ورزشی ارتباط نزدیکی دارد، اضطراب است که در موقعیت رقابت‌های ورزشی ظاهر می‌گردد. اضطراب^۵ حالت هیجانی منفی است که با بیقراری، اندیشناکی و نگرانی توصیف می‌شود و با فعال‌سازی و انگیزختگی بدن همراه است (واینبرگ و گولد^۶، ۲۰۱۱، ترجمه واعظ موسوی و همکاران، ۱۳۹۲: ۱۱۶). لویل^۷ اضطراب را نوعی احساس نگرانی ذهنی همراه با افزایش سطح برانگیختگی می‌داند و اعتقاد دارد که که سطوح انگیزش از عوامل بسیار مؤثر در بروز اضطراب و چگونگی اجرای مهارت‌های ورزشی است (کالوجیانیس^۸، ۲۰۰۶: ۲۹۹). یافته‌های متعددی بر ارتباط بین اضطراب و عملکرد تأکید می‌کنند و بررسی‌ها حاکی از تأثیر منفی اضطراب بر عملکرد ورزشکاران می‌باشند (اسکات^۹ و همکاران، ۲۰۰۷: ۴۰۰). دوبرسک و بارتلینگ^{۱۰} (۲۰۰۸) ورزشکاران چهار رشته مختلف (سه رشته انفرادی و یک رشته تیمی) را با غیر ورزشکاران مورد مقایسه قرار دادند و نتایج نشان داد ورزشکاران رشته‌های تیمی از ورزشکاران رشته‌های انفرادی میزان

1. Body image

2. Hesselny

3. Cash

4. Pritchard

5. Anxiety

6. Weinberg & Gold

7. Levil

8. Kalogiannis

9. Scott

10. Dobersek & Bartling

توافق^۱ و پرخاشگری^۲ بیشتری دارند (دوبرسک و بارتلینگ، ۲۰۰۸: ۲۶). مارک، آلن، لس و جونز^۳ (۲۰۱۰) مدل مدل پنج عاملی شخصیت و رفتارهای مقابله‌ای در ورزش را بررسی کردند و ویژگی‌های شخصیتی متفاوتی بین ورزشکاران سطح بالا و سطح پایین و بین مردان و زنان ورزشکار و بین ورزشکاران ورزش‌های انفرادی و تیمی مشاهده شد (آلن، گرینلس و جونز، ۲۰۱۱: ۸۴۶). اعتماد نیا و بشارت (۱۳۸۸) در پژوهشی نشان دادند که ورزشکاران ورزش‌های انفرادی در مؤلفه وظیفه‌شناسی و خود پیروی و ورزشکاران ورزش‌های تیمی در مؤلفه همسازی و روابط اجتماعی از شرایط بهتری برخوردار بودند. در این پژوهش تفاوت معناداری بین دو گروه در عوامل روان رنجورخویی، برون‌گرایی و انعطاف‌پذیری به دست آمد (اعتماد نیا و بشارت، ۱۳۸۸: ۱۶). نتایج پژوهش دیگری نشان داد که نمره ورزشکاران ورزش‌های انفرادی در متغیرهای وظیفه‌شناسی و خود پیروی به صورت معنی‌داری بیش از نمره ورزشکاران ورزش‌های تیمی است و نمره ورزشکاران ورزش‌های تیمی در متغیرهای همسازی و جامعه‌گرایی به صورت معنی‌داری بیش از نمره ورزشکاران ورزش‌های فردی در این متغیر شخصیتی است (بشارت، ۱۳۸۶: ۲۴۲). ویلی^۴ و همکاران (۲۰۰۳) به این نتیجه رسیدند که ورزشکاران رشته‌های انفرادی نسبت به رشته‌های بسکتبال، راگبی و فوتبال از ثبات شخصیتی بیشتری برخوردار بودند، اما ورزشکاران رشته‌های بسکتبال، راگبی و ساکر نسبت به ورزشکاران رشته‌های انفرادی برون‌گراتر بودند (ویلی و همکاران، ۲۰۰۳: ۱۶۲). نتایج پژوهش هادی پور (۱۳۸۵) نشان داد که بین ویژگی‌های شخصیتی درون‌گرایی، برون‌گرایی، باثباتی و بی‌ثباتی ورزشکاران رشته‌های تیمی و انفرادی اختلاف معنی‌داری وجود دارد (هادی پور، ۱۳۸۵: ۹۸).

فیشر و تامسون^۵ (۱۹۹۴) به بررسی تأثیر ورزش‌های انفرادی بر تصویر بدنی افراد پرداختند. آن‌ها اظهار کردند که ورزش‌های انفرادی بیشتر بر ابعاد جسمانی تصویر بدنی اثر مثبت دارد و کمتر بر ابعاد ادراکی و عاطفی اثر می‌گذارد (فیشر و تامسون، ۱۹۹۴: ۱۷۹). در پژوهشی پاولا، پارک و مارشا^۶ (۱۹۹۷) به مقایسه تصویر بدنی، نگرش به خوردن (رژیم غذایی) و تمرینات بدنی در دو گروه از ورزشکاران فوتبالیست و دومیدانی پرداختند. یافته‌ها نشان داد که ورزشکاران فوتبالیست تصویر بدنی مثبت‌تری نسبت به ورزشکاران دومیدانی دارند و

1. Agreement
2. Aggression
3. Mark, Allen, lees, Jones
4. Willie
5. Fisher & Thompson
6. Pamela, parks & Marsha

ورزشکاران دومیدانی دارای آشفته‌گی بدنی بیشتر به همراه الگوی رژیم‌خوردن و نگرانی بیشتر نسبت به وزن خود هستند (پارکس و همکاران، ۱۹۹۷: ۵۹۳). مورانو، کولیا و کابرانلیک^۱ (۲۰۱۱) در مطالعه‌ای به بررسی تصویر بدنی، ادراک از توانایی بدنی و رضایتمندی در ۱۶۲ ورزشکار تیمی (فوتبال، والیبال و هندبال) و انفرادی (جودو، شمشیربازی و تنیس) پرداختند و نتیجه گرفتند که ورزشکاران تیمی از تصویر بدنی خود کمتر آشفته‌گی دارند و به نسبت ورزشکاران انفرادی میزان رضایتمندی بیشتری را تجربه می‌کنند (مورانو، کولیا، کابرانلیک، ۲۰۱۱: ۳۵۸). در پژوهشی فیروزجاه، شیخ و همایونی (۱۳۹۳) ارتباط بین هوش هیجانی^۲، تصویر بدنی با اختلالات تغذیه‌ای^۳ در ورزشکاران تیمی و انفرادی را مورد بررسی قرار دادند و نشان دادند که ورزش‌های گروهی نسبت به ورزش‌های انفرادی از هوش هیجانی و تصویر بدنی بالاتری برخوردارند. (فیروزجاه، شیخ و همایونی، ۱۳۹۳: ۳۰). آکاندر و تکین^۴ (۲۰۱۰) در پژوهشی دریافتند که ادراک‌های مطلوب‌تر فرد از توانایی بدنی باعث افزایش سطوح شرکت در فعالیت بدنی می‌شود (آکاندر و تکین، ۲۰۱۰: ۳۹). لات^۵ (۲۰۱۰) در پژوهشی به این نتیجه رسید که شرکت در فعالیت ورزشی اثر مثبتی بر اضطراب ورزشکاران و تیم‌های ورزشی دارد؛ بدین معنی که باعث کاهش میزان اضطراب ورزشکاران می‌گردد (لات، ۲۰۱۰: ۴۰). هانتون، توماس و می نارد^۶ (۲۰۰۴) نشان دادند که شدت اضطراب شناختی و اضطراب جسمی ورزشکاران با نزدیک شدن به زمان مسابقه افزایش و میزان اعتماد به نفس آنان کاهش می‌یابد. همچنین، بین اضطراب و عملکرد ورزشی همبستگی معنی‌دار و منفی به دست آمد (هانتون، توماس، می نارد، ۲۰۰۴: ۱۷۶). شریفی فر و واعظ موسوی (۱۳۹۱) در پژوهشی به مقایسه اضطراب ورزشی در ورزشکاران تیمی و انفرادی پارالمپیک پرداختند و نشان دادند که ورزشکاران تیمی در مقایسه با ورزشکاران انفرادی اضطراب و نگرانی کمتری داشتند و در میانگین تمرکز، دو گروه نتایج نسبتاً مشابهی کسب نمودند (شریفی فر و واعظ موسوی، ۱۳۹۱: ۴۳). زمانی و مرادی (۱۳۸۸) دریافتند که بین ورزشکاران انفرادی و تیمی از نظر اضطراب تفاوت معنی‌داری وجود دارد؛ به طوری که میانگین اضطراب صفتی شرکت‌کنندگان ورزش‌های انفرادی بیشتر از میانگین اضطراب صفتی شرکت‌کنندگان ورزش‌های تیمی بود (زمانی و مرادی، ۱۳۸۸: ۳۷). ابوالقاسمی و همکاران (۱۳۸۵) دریافتند که

1. Moranoab, Colellaa & Capranicab

2. Emotional intelligence

3. Nutritional Disorders

4. Akandere & Tekin

5. Lut

6. Hanton, Thomas & Maynard

اضطراب با عملکرد ورزشی رابطه منفی دارد، این همبستگی در ورزشکاران تیمی نسبت به ورزشکاران انفرادی بیشتر بود (ابوالقاسمی و همکاران، ۱۳۸۵: ۴۶).

امروزه با تخصصی شدن علوم ورزشی، هر یک از ورزش‌های تیمی و انفرادی اهداف متفاوتی را دنبال می‌کنند. در همین راستا به نظر می‌رسد هر یک دارای ملزومات روان‌شناختی متفاوتی نیز باشند که شناخت و پایش این نیازها و ابعاد و برنامه‌ریزی در جهت فراگیری آن‌ها گام مهمی در مسیر بهبود عملکرد و سلامت روانی ورزشکاران محسوب می‌شود. پژوهش حاضر در پی آن است که برخی از ابعاد منحصر به فرد هر کدام از ورزش‌های تیمی و انفرادی را برای ورزشکاران و مربیان مشخص نماید. مطابق با ادبیات پیشینه افراد دارای صفات شخصیتی مطلوب‌تر از تصویر بدنی مناسب‌تری نیز برخوردارند. بنابراین، رضایت از تصویر بدنی با ویژگی‌های شخصیتی در ارتباط است. به همین منظور آگاهی افراد از ویژگی‌های شخصیتی و بهبود تصویر بدنی، منجر به تخصصی شدن تمرین‌های روانی و کاهش عواقب احتمالی همچون اضطراب و رفتارهای مخاطره‌آمیز در ورزشکاران می‌گردد (بهنوا، نادری و سیف نراقی، ۱۳۹۰: ۱۱). اثرگذاری متقابل و تعامل بین برخی متغیرهای روانی همچون ویژگی شخصیتی، تصویر بدنی و اضطراب، ضرورت انجام پژوهش در این حیطه را برای بررسی ویژگی‌های منحصر به فرد ورزشکاران و ورزش‌های تیمی و انفرادی ایجاب می‌کند. از طرفی دیگر، مطالعات صورت گرفته در زمینه ویژگی‌های شخصیتی و اضطراب ورزشکاران درک مشخصی از تفاوت متغیرهای روانی ورزش‌های تیمی و انفرادی نشان نمی‌دهند (لات، ۲۰۱۰؛ شریفی فر و واعظ موسوی، ۱۳۹۱؛ دوبرسک و همکاران، ۲۰۱۱؛ ویلی و همکاران، ۲۰۰۳). لذا هدف از پژوهش حاضر مقایسه ویژگی شخصیتی، تصویر بدنی و میزان اضطراب در ورزشکاران و ورزش‌های تیمی و انفرادی بود.

روش شناسی پژوهش

پژوهش حاضر توصیفی و از نوع علی-مقایسه‌ای بود. روش‌های علی-مقایسه‌ای یا روش‌های پس‌رویدادی، به تحقیقاتی اطلاق می‌شود که در آن‌ها پژوهشگر با توجه به متغیر وابسته، به بررسی علل احتمالی وقوع آن می‌پردازد. به عبارت دیگر، تحقیق علی-مقایسه‌ای، گذشته‌نگر است و سعی بر آن دارد که از معلول به علت احتمالی پی برد (دلاور، ۱۳۹۴: ۱۵۸).

جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی ورزشکاران تیمی و انفرادی در مجموعه‌های ورزشی غرب تهران در سال ۱۳۹۳ بود، اما - به علت محدودیت دسترسی به آمار دقیق ورزشکاران، هزینه‌های گزاف دسترسی به تمامی ورزشکاران و زمان‌بر بودن این فرایند- تعداد دقیق جامعه آماری در دسترس نیست. با احتساب این ویژگی و پس از تقسیم‌بندی مناطق غرب تهران، ۴ مجموعه ورزشی و تعداد ۱۴۰ ورزشکار، ۷۰ ورزشکار ورزش‌های تیمی (فوتبال، والیبال، بسکتبال) و ۷۰ ورزشکار ورزش‌های انفرادی (شنا، کشتی، ووشو) با معیار ورود (حداقل ۶ ماه سابقه ورزشی، سنین بالای ۲۰ سال و تحصیلات سیکل و بالاتر به منظور توانایی تکمیل پرسشنامه‌ها) در پژوهش مشارکت نمودند. شیوه نمونه‌گیری پژوهش بدین صورت بود که برحسب نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی، از ۴ منطقه غرب تهران و ۲۵ مجموعه ورزشی معتبر آن، از هر منطقه یک مجموعه ورزشی معتبر (مجموعه‌های ورزشی بدر، یاس، خوراکیان و تختی) برگزیده شد. لازم به ذکر است که تمامی مجموعه‌های ورزشی نامبرده شده دارای رشته‌های ورزشی تیمی و انفرادی موردنظر پژوهش حاضر بودند. سپس از هر مجموعه تعداد ۳۵ ورزشکار واجد معیارهای ورود پژوهش، پرسشنامه‌ها را تکمیل نمودند. ابزارهای مورد استفاده به منظور سنجش متغیرهای پژوهش شامل پرسشنامه پنج عامل بزرگ شخصیت نئو^۱، فرم کوتاه خود تصویرگری بدنی مارش^۲ و اضطراب بک^۳ به همراه ضمیمه سؤالات دموگرافیک بود.

ابزارهای پژوهش

۱. پرسشنامه پنج عامل بزرگ شخصیت: این پرسشنامه توسط کاستا و مک کری^۴ (۱۹۹۲) ایجاد شد که دارای ۶ سؤال است. شاخص‌های موردبررسی شامل پنج عامل شخصیتی روان رنجور خوئی، برونگرایی، انعطاف‌پذیری، سازگاری و وظیفه‌شناسی می‌باشد که هرکدام از طریق ۱۲ گویه، اندازه‌گیری می‌شوند. تمامی گویه‌های این پرسشنامه، به صورت پنج گزینه‌ای (طیف لیکرت) پاسخ داده می‌شوند و هر گویه، امتیازی بین ۱ تا ۵ را به خود اختصاص می‌دهد. بر اساس نتایج تحقیق کاستا و مک کری (۱۹۹۲)، در هرکدام از شاخص‌های پنج‌گانه موردبررسی، هرچه نمره پاسخگو بیشتر باشد، شدت شاخص موردنظر نیز بیشتر خواهد بود. این پرسشنامه را گروسی فرشی (۱۳۸۸) به فارسی ترجمه کرده

^۱. Neo Five Factor Personality Inventory

^۲. Physical Self Description inventory_Short Form

^۳. Beck Anxiety Inventory

^۴. Costa & McCrea

و روی دانشجویان ایران هنجاریابی شده است. در ایران نیز ضریب پایایی به دست آمده برای عوامل C- A-O-E-N به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۷۵، ۰/۸۰، ۰/۷۹، ۰/۷۹ بوده است (گروسی فرشی، ۱۳۸۸: ۷۱).

۲. پرسشنامه فرم کوتاه خود توصیف گری بدنی: این پرسشنامه توسط مارش^۱ (۱۹۹۶) برای اندازه گیری خودپنداره بدنی ورزشکاران ایجاد شده است که به وسیله ۹ زیر مقیاس اختصاصی (فعالیت، ظاهر، چربی بدن، تناسب، مقاومت، انعطاف پذیری، سلامتی، ورزش، قدرت) و ۲ زیر مقیاس کلی خودپنداره بدنی کلی و خود توصیف گری عزت نفس که شامل توانایی بدنی، ظاهر بدنی، حرمت خود است، خودپنداره بدنی را اندازه گیری می کند. این ابزار از نظر روان سنجی قوی است. فرم اصلی آن شامل ۷۰ عبارت است که توسط مارش در سال (۱۹۹۶) تهیه شده است. فرم جدید و کوتاه این پرسشنامه شامل ۴۷ عبارت بوده و دارای پایایی خوب و قابلیت تکرار پذیری مطلوبی است. هر زیر مقیاس شامل ۶ یا ۸ گزینه است و هر عبارت به صورتی ارائه می شود که آزمودنی به صورت مقیاس ۶ درجه ای درست - غلط پاسخ می دهد (تیلور، فوکس، ۲۰۰۵) و اعتبار و پایایی آن توسط بهرام و شفیع زاده در حدود ۸۸ درصد به دست آمد (بهرام و شفیع، ۱۳۸۳: ۴۶).

۳. پرسشنامه اضطراب بک: این پرسشنامه که توسط بک (۱۹۸۸) ساخته شد یک مقیاس ۲۱ سؤالی برای اندازه گیری شدت بی قراری و اضطراب در افراد است. در مجموع، نمره آزمودنی ها بین ۰-۶۳ متغیر است. نمره کمتر از ۹ نشانه عدم اضطراب، ۱۰-۲۰ نشانگر اضطراب خفیف، نمره ۲۱-۳۰ نشانه اضطراب متوسط و ۳۱ به بالا بیانگر اضطراب شدید می باشد. این پرسشنامه توسط کاویانی و موسوی (۱۳۸۷) در ایران هنجاریابی شده است. نتایج نشان داد، آزمون مورد نظر دارای روایی ($P < 0/001$ ، $r = 0/72$)، پایایی ($P < 0/001$ ، $r = 0/83$) و ثبات درونی (آلفا = ۰/۹۲) مناسبی است (کاویانی، موسوی، ۱۳۸۷: ۱۳۹).

شیوه اجرا بدین صورت بود که پس از تقسیم بندی مناطق غرب تهران محقق با حضور در مجموعه های ورزشی و هماهنگی با مسئولان مجموعه ها و پس از تکمیل فرم رضایت شرکت در آزمون، پرسشنامه ها را در میان ورزشکاران تیمی و انفرادی توزیع کرد و برای جلوگیری از سوگیری مطلوبیت اجتماعی یا جامعه پسندی در بین پاسخ دهندگان، به آن ها اطلاع داده شد که نتایج پژوهش هیچ تأثیری جز در زمینه پژوهشی نداشته و پاسخ درست یا غلطی برای سؤالات پرسشنامه ها وجود ندارد (هاشیم زولکیفلی و یوسف^۲، ۲۰۱۰: ۱۸۵). لازم به ذکر

¹. Marsh

³⁶. Hashim, Zulkifli & Yousof

است که در زمان تکمیل پرسشنامه‌ها توسط ورزشکاران، مسئولان مجموعه‌ها سعی در ایجاد محیطی آرام برای انجام هرچه بهتر فرایند تکمیل پرسشنامه‌ها نمودند. فرایند پخش و جمع‌آوری پرسشنامه‌ها به مدت سه هفته به طول انجامید. در نهایت داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS ۱۹ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌های پژوهش

بر اساس یافته‌های جمعیت شناختی ورزشکاران شرکت کننده در این پژوهش دارای میانگین (سنی $7/1 \pm$ $27/4$) و سابقه ورزشی ($6/5 \pm 7$) بودند.

جهت پی بردن به این موضوع که آیا بین دو گروه ورزشکاران انفرادی و تیمی در عوامل شخصیتی تفاوت معناداری وجود دارند یا خیر، از تحلیل واریانس چند متغیری^۱ استفاده شد. با توجه به اینکه همگنی واریانس گروه‌ها از پیش فرض‌های اصلی تحلیل واریانس است، قبل از ارائه نتایج تحلیل از آزمون لون^۲ برای بررسی فرض برابری واریانس خطای متغیر وابسته استفاده شد.

جدول ۱: نتایج آزمون لون برای بررسی برابری واریانس گروه‌ها در عوامل شخصیتی

متغیر	نسبت F	درجه آزادی صورت	درجه آزادی مخرج	معناداری
روان رنجوری	۲/۳۴	۱	۱۳۶	۰/۱۲۹
برون گرایی	۰/۱۵۱	۱	۱۳۶	۰/۶۹۸
گشودگی	۰/۷۵۲	۱	۱۳۶	۰/۳۸۷
توافق	۳/۸۳	۱	۱۳۶	۰/۰۵۵
وظیفه شناسی	۷/۵۸	۱	۱۳۶	۰/۰۰۷

مطابق اطلاعات جدول ۱، آزمون لون فرض برابری واریانس گروه‌ها را در تمام عوامل به استثنای وظیفه شناسی نشان می‌دهد، زیرا در این موارد نسبت‌های F مشاهده شده معنی دار نشده است. بنابراین فرض همسانی واریانس‌های این نمره‌ها برقرار بود و استفاده از مدل تحلیل واریانس چند متغیری این داده‌ها بلامانع است. با توجه به برابری حجم دو گروه می‌توان ناهمگنی واریانس دو گروه در وظیفه شناسی را نادیده گرفت.

^۱. Multivariate Analysis of Variance (MANOVA)

^۲. Leven's Test of Equality of Error Variance

جدول ۲: نتایج تحلیل واریانس چند متغیری تفاوت دو گروه در عوامل شخصیتی

معنی داری	F	میانگین مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	متغیر وابسته
۰/۴۸۷	۰/۴۹	۲۳/۲۰	۱	۲۳/۲۰	روان رنجوری
۰/۲۳۹	۱/۴۰	۴۳/۵۴	۱	۴۳/۵۴	برون گرایی
۰/۸۶۷	۰/۰۲۸	۰/۶۵	۱	۰/۶۵	گشودگی
۰/۰۱۲	۶/۴۴	۱۷۷/۹۶	۱	۱۷۷/۹۶	توافق
۰/۴۱۰	۰/۶۸	۳۵/۷۲	۱	۳۵/۷۲	وظیفه شناسی

اطلاعات جدول ۲، حاکی از آن است که دو گروه تنها در میانگین عامل توافق، تفاوت معناداری دارند؛ به این ترتیب که میانگین گروه ورزشکاران تیمی بالاتر از گروه ورزشکاران انفرادی است. برای متغیر تصویر بدنی نیز جهت پی بردن به این موضوع که آیا بین دو گروه ورزشکاران انفرادی و گروهی در تصویر بدنی تفاوت معناداری وجود دارند یا خیر، از تحلیل واریانس چند متغیری استفاده شد و ابتدا قبل از ارائه نتایج تحلیل از آزمون لون برای بررسی فرض برابری واریانس خطای متغیر وابسته استفاده شد.

جدول ۳: نتایج آزمون لون برای بررسی برابری واریانس گروه‌ها در تصویر بدنی

معناداری	درجه آزادی مخرج	درجه آزادی صورت	نسبت F	متغیر
۰/۹۵۳	۱۳۸	۱	۰/۰۰۴	فعالیت بدنی
۰/۷۰۴	۱۳۸	۱	۰/۱۴۵	ظاهر بدن
۰/۲۴۲	۱۳۸	۱	۱/۳۸۰	چربی بدن
۰/۲۷۱	۱۳۸	۱	۱/۲۱۹	هماهنگی
۰/۱۵۸	۱۳۸	۱	۲/۰۱۴	استقامت
۰/۱۷۶	۱۳۸	۱	۱/۸۴۶	انعطاف پذیری
۰/۹۲۹	۱۳۸	۱	۰/۰۰۸	سلامتی
۰/۰۶۸	۱۳۸	۱	۳/۳۹۲	صلاحیت ورزشی
۰/۸۹۴	۱۳۸	۱	۰/۰۱۸	قدرت
۰/۰۲۸	۱۳۸	۱	۴/۹۳۲	خودپنداره بدنی کلی
۰/۰۵۶	۱۳۸	۱	۴/۰۷۰	عزت نفس کلی

مطابق اطلاعات جدول ۳، آزمون لون فرض برابری واریانس گروه‌ها را در تمام مؤلفه‌ها به‌استثنای خودپنداره بدنی کلی نشان می‌دهد، زیرا در این موارد نسبت‌های F مشاهده‌شده معنی‌دار نشده است. بنابراین فرض همسانی واریانس‌های این نمره‌ها برقرار بود و استفاده از مدل تحلیل واریانس چندمتغیری این داده‌ها بلامانع است. با توجه به برابری حجم دو گروه می‌توان ناهمگنی واریانس دو گروه در خودپنداره بدنی کلی را نادیده گرفت.

جدول ۴: نتایج تحلیل واریانس چند متغیری تفاوت دو گروه در تصویر بدنی

متغیر وابسته	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	معنی‌داری
فعالیت بدنی	۷۱/۴۳	۱	۷۱/۴۳	۶/۰۲	۰/۰۱۵
ظاهر بدن	۳۳/۰۳	۱	۳۳/۰۳	۲/۲۶	۰/۱۳۵
چربی بدن	۳۷/۰۳	۱	۳۷/۰۳	۲/۳۸	۰/۱۲۵
هماهنگی	۴۸/۰۳	۱	۴۸/۰۳	۳/۱۰	۰/۰۸۰
استقامت	۰/۷۱۴	۱	۰/۷۱۴	۰/۰۵	۰/۸۲۴
انعطاف‌پذیری	۰/۷۱۴	۱	۰/۷۱۴	۰/۰۵	۰/۸۵۷
سلامتی	۱۶/۴۶	۱	۱۶/۴۶	۰/۹۷	۰/۳۲۷
صلاحیت ورزشی	۱/۸۳	۱	۱/۸۳	۰/۲۰	۰/۶۵۹
قدرت	۴۳/۴۶	۱	۴۳/۴۶	۳/۴۲	۰/۰۶۶
خودپنداره بدنی کلی	۱۹/۳۱	۱	۱۹/۳۱	۱/۶۴	۰/۲۰۳
عزت نفس کلی	۳۳/۰۳	۱	۳۳/۰۳	۲/۱۹	۰/۱۴۱

اطلاعات جدول ۴، حاکی از آن است که دو گروه در متغیر تصویر بدنی و همچنین در زیر مؤلفه فعالیت بدنی تفاوت معناداری دارند، به‌این ترتیب که میانگین گروه ورزشکاران تیمی بالاتر از گروه ورزشکاران انفرادی است. برای مقایسه اضطراب دو گروه ورزشکاران انفرادی و تیمی از آزمون تحلیل واریانس یک‌راهه^۱ استفاده شد و ابتدا برای فرض برابری واریانس‌ها از آزمون لون استفاده شد.

^۱. One-way Analysis of Variance (ANOVA)

جدول ۸: نتایج آزمون لون برای بررسی برابری واریانس گروه‌ها در اضطراب

متغیر	نسبت F	درجه آزادی صورت	درجه آزادی مخرج	معناداری
اضطراب	۰/۰۵	۱	۱۳۸	۰/۸۱۹

مطابق اطلاعات جدول ۵، آزمون لون فرض برابری واریانس گروه‌ها را در اضطراب نشان می‌دهد و استفاده از تحلیل واریانس بلامانع است.

جدول ۹: نتایج آزمون تحلیل واریانس یک‌راهه برای مقایسه اضطراب در بین دو گروه

متغیر	منبع واریانس	مجموع مجذورات	df	نسبت F	معنی داری
اضطراب	بین گروهی	۸۹/۶۰	۱	۱/۴۳۵	۰/۲۳۳
	درون گروهی	۸۶۱۴/۹۷	۱۳۸		
	کل	۸۷۰۴/۵۷	۱۳۹		

اطلاعات جدول ۶، نشان می‌دهد که بر اساس تحلیل واریانس یک‌راهه اضطراب دو گروه ورزشکاران تیمی و انفرادی، تفاوت معناداری با هم ندارند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر، مقایسه ویژگی شخصیتی، تصویر بدنی و اضطراب در ورزشکاران تیمی و انفرادی بود. نتایج تحلیل واریانس چند متغیری نشان داد که در ویژگی‌های شخصیتی دو گروه تنها در میانگین عامل توافق، تفاوت معنی داری وجود دارد و میانگین گروه ورزشکاران تیمی بالاتر از گروه ورزشکاران انفرادی است. این یافته‌ها با نتایج دوبرسک و همکاران (۲۰۱۱)، پژوهش مارکس و همکاران (۲۰۱۱)، اعتماد نیا و بشارت (۱۳۸۸) و بشارت (۱۳۸۶) همخوانی دارد؛ اما با نتایج پژوهش ویلی و همکاران (۲۰۰۳) همخوانی ندارد. بر اساس یافته‌های به دست آمده می‌توان تبیین کرد که در ورزش‌های تیمی برخلاف ورزش‌های انفرادی به دلیل حضور افراد در کنار هم به عنوان هم تیمی و لزوم همسازي و اتفاق نظر با یکدیگر در جهت رسیدن به اهداف مشترک تیم، ورزشکاران توجه بیشتری به هم تیمی‌های خود دارند و میل مساعدت و توافق بیشتری نشان می‌دهند، چراکه یک از مؤلفه‌های مهم در تحقق اهداف مورد نظر تیم، میل به همکاری و جهان بینی مشترک بین آن‌ها می‌باشد. از دلایل احتمالی عدم همسویی با پژوهش ویلی و همکاران (۲۰۰۳) می‌توان در تعداد و نوع

ورزش‌های به‌کاربرده شده برای نمونه‌گیری اشاره کرد که پژوهش ذکرشده از ورزش‌های انفرادی (جودو، دومیدانی) و ورزش‌های تیمی (راگبی، ساکر و بسکتبال) استفاده نمودند، ولی پژوهش حاضر از ورزش انفرادی (شنا، ووشو، کشتی) و ورزش‌های تیمی (فوتبال، والیبال و بسکتبال) برای جمع‌آوری داده‌ها استفاده نموده است. هم‌چنین از دیگر دلایل احتمالی عدم همسویی نیز می‌توان به این موضوع اشاره کرد که در پژوهش ویلی و همکاران (۲۰۰۳) از ورزشکاران نخبه برای جمع‌آوری اطلاعات استفاده شده است، درحالی‌که پژوهش حاضر از ورزشکاران عادی استفاده کرده است.

در متغیر تصویر بدنی، نتایج تحلیل واریانس چند متغیری نشان داد که دو گروه در متغیر تصویر بدنی و زیر مؤلفه فعالیت بدنی تفاوت معنی‌داری دارند؛ به‌این ترتیب که میانگین گروه ورزشکاران تیمی بالاتر از گروه ورزشکاران انفرادی است. نتایج به‌دست‌آمده با پژوهش‌های پاولا و همکاران (۱۹۹۷)، مورانوب و همکاران (۲۰۱۱)، همایون نیا و همکاران (۱۹۹۳) و آکاندر و تکین (۲۰۱۰) همسوست و با پژوهش فیشر و تامسون (۱۹۹۴) همخوانی ندارد. شاید بتوان این‌گونه بیان کرد که در ورزش‌های تیمی به دلیل محدودیت افراد شرکت‌کننده در تیم، همه اعضای تیم در جهت اثبات توانایی خود و حضور مستمر در تیم تلاش مضاعف از خود نشان می‌دهند و به همین دلیل میزان فعالیت بدنی و تمرین در جهت رسیدن به این هدف در آنان بیشتر است. از دلایل عدم همسویی با پژوهش فیشر و تامسون (۱۹۹۴) می‌توان به این نکته اشاره کرد که در این پژوهش به بررسی تصویر بدنی تنها در رشته‌های انفرادی پرداخته شده است، درحالی‌که پژوهش حاضر به مقایسه تصویر بدنی در رشته‌های انفرادی و گروهی مبادرت کرده است.

در متغیر اضطراب، نتایج تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان دادند که بین ورزشکاران تیمی و انفرادی در متغیر اضطراب تفاوت معناداری وجود ندارد. یافته‌های به‌دست‌آمده با نتایج پژوهش‌های لات (۲۰۱۰) و هانتون و همکاران (۲۰۰۴) همخوانی دارد. هم‌چنین با نتایج پژوهش‌های شریفی فر و واعظ موسوی (۱۳۹۱)، زمانی و مرادی (۱۳۸۸) و ابوالقاسمی و همکاران (۱۳۸۵) همخوانی ندارد. در تبیین نتایج به‌دست‌آمده می‌توان گفت که در همه موقعیت‌های ورزشی، اضطراب به انواع گوناگون می‌تواند بروز کند چراکه در همه این موقعیت‌ها اعم از ورزش‌های تیمی و انفرادی ترس از شکست و هم‌چنین ارزیابی توسط مربیان و تماشاگران در ورزشکاران وجود دارد و می‌تواند بر عملکرد ورزشی آتی آن‌ها مؤثر باشد. از دلایل عدم همسویی با پژوهش شریفی فر و واعظ موسوی (۱۳۹۱) می‌توان به تفاوت در نمونه و بررسی این پژوهش بر روی ورزشکاران نخبه ملی با

تجربه‌های بین‌المللی اشاره کرد. هم‌چنین از دلایل احتمالی عدم همسویی با پژوهش زمانی و مرادی (۱۳۸۸) و ابوالقاسمی و همکاران (۱۳۸۵) می‌توان تفاوت در ابزار به‌کاربرده شده را مورد نظر قرارداد، زیرا که این دو پژوهش از ابزار اضطراب ورزشی (SAT^۱) استفاده نمودند، ولی پژوهش حاضر از مقیاس اضطراب جسمانی بک استفاده نموده است.

نظر به اینکه هیچ پژوهشی خالی از محدودیت نیست، از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به قلمرو مکانی و زمانی مطالعه اشاره کرد، زیرا این مطالعه بر جامعه ورزشکاران تیمی و انفرادی غرب تهران و با نمونه محدود صورت گرفته است و لذا نمی‌توان یافته‌های آن را به سایر شهرها و بخش‌ها تعمیم داد و در صورت تعمیم دهی باید جوانب احتیاط رعایت شود.

هم‌چنین مطابق با یافته‌های پژوهش حاضر پیشنهاد می‌شود مطالعات دیگری در سایر جوامع و با نمونه‌های وسیع‌تری صورت گیرد، تمرکز بیشتری بر راهکارهای مقابله با اضطراب و بهبود تصویر بدنی ورزشکاران معطوف گردد و در مسیر شناخت ویژگی‌های شخصیتی و تأثیر آن بر عملکرد ورزشی ورزشکاران، در طی تمرین و مسابقه اهتمام ورزیده شود. در سطح کلان و نیز با عنایت بر نقش بسزای متغیرهای روانی بر موفقیت ورزشکاران پیشنهاد می‌شود متصدیان و مسئولان ورزشی کشور با برگزاری کارگاه‌ها، دوره‌های آموزشی و دانش‌افزایی برای مربیان و ورزشکاران گام مهمی در جهت تلفیق هر چه بهتر ابعاد روانی در حوزه ورزش بردارند.

¹. Sport Anxiety tool

منابع

- اعتماد نیا، مهین و بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۸). "مقایسه ویژگی شخصیتی ورزشکاران در ورزش‌های انفرادی و گروهی". مجله علوم رفتاری-اجتماعی. سال ۵. شماره ۸. ص ۸-۱۸.
- ابوالقاسمی، عباس؛ کیامرثی، آذر؛ آریا پوران، سعید و درتاج، فریبرز. (۱۳۸۵). "بررسی ارتباط ابهام نقش، تعارض نقش و اضطراب رقابتی با عملکرد ورزشی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان ورزشکار". پژوهش و برنامه‌ریزی در آموزش عالی. سال ۷. دوره ۱۲. شماره ۲. ص ۳۹-۵۴.
- بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۶). "مقایسه ویژگی‌های شخصیتی ورزشکاران در ورزش‌های فردی و گروهی". مجله علوم شناختی. سال ۳. دوره ۶. شماره ۲۳. ص ۲۴۷-۲۳۳.
- بهرام، عباس و شفیع‌زاده. محسن. (۱۳۸۳). "بررسی اعتبار و پایایی پرسشنامه تصویر بدنی در بین افراد نوجوان و بزرگسال". پژوهشکده تربیت‌بدنی وزارت علوم. سال ۴. شماره ۱۶. ص ۴۲-۵۹.
- بهنوا، حمیرا؛ نادری، عزت‌اله و سیف‌نراقی، مریم. (۱۳۹۰). "رابطه بین تصور بدنی و ویژگی‌های شخصیتی". مجله رشد آموزش مشاور مدرسه. دوره ۲۶. شماره ۷. ص ۸-۱۴.
- پور شریفی، حمید و مبعث زمانی، مریم. (۱۳۹۲). "رابطه عزت‌نفس و درونی سازی ایده آل لاغری با نارضایتی از تصویر بدن". فصلنامه پژوهش‌های روان‌شناختی. سال ۸. شماره ۳۱. ص ۱۶-۳۳.
- دلاور، علی. (۱۳۹۴). روش تحقیق در روانشناسی و علوم تربیتی. تهران: نشر ویرایش
- زمانی علیرضا و مرادی، علی. (۱۳۸۸). "مقایسه اضطراب حالتی و اعتمادبه‌نفس ورزشکاران مرد در ورزش‌های گروهی و انفرادی". دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی. سال ۱۱. شماره ۴۰. ص ۴۲-۳۱.
- شولتز، دوان. پ و شولتز، سیدنی، آلن. (۲۰۰۵). نظریه‌های شخصیت. یحیی سید محمدی (۱۳۹۱) تهران: نشر ارسباران

- غیور، محمدرضا. (۱۳۷۷). "بررسی و مقایسه ویژگی‌های شخصیتی دانشجویان مرد ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی نجف‌آباد". پایان‌نامه کارشناسی ارشد تربیت‌بدنی و علوم ورزشی. دانشگاه اصفهان.
- کاویانی، حسین و موسوی، اشرف سادات. (۱۳۸۷). "ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه اضطراب بک در طبقات سنی و جنسی جمعیت ایرانی". مجله دانشکده علوم پزشکی تهران. دوره ۶۶. شماره ۲. ص ۱۴۰-۱۲۶.
- گروسی فرشی، محمد. (۱۳۸۱). "کاربرد آزمون جدید شخصیتی نئو (NEO) و بررسی تحلیلی ویژگی‌ها و ساختار عاملی آن در بین دانشجویان". دومین کنگره روانشناسی بالینی ایران. دانشگاه علوم بهزیستی و توان‌بخشی.
- محرم زاده، مهرداد. (۱۳۸۳). مبانی روانی اجتماعی در تربیت‌بدنی. چاپ سوم، تهران: دانشگاه پیام نور، ص ۱۱۴.
- محمودی، نادر. (۱۳۸۷). "بررسی رابطه علی پنج عامل شخصیتی حجم تمرین و عملکرد ورزشی ورزشکاران رشته کشتی و فوتبال". پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی. دانشگاه محقق اردبیلی.
- واینبرگ، رابرت. اس و گولد، دانیل. (۲۰۱۱). مبانی روان‌شناسی ورزش و تمرین. سید محمدکاظم واعظ موسوی، علی حجتی، نجمه رضا سلطانی، میلاد اسماعیلی و ریحانه راهدار بیگ. (۱۳۹۲). تهران: انتشارات حتمی. ص ۱۱۶.
- هادی پور، مجتبی. (۱۳۸۵). "بررسی رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و میزان پرخاشگری ورزشکاران مرد رشته‌های منتخب ورزشی". پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه بوعلی سینای همدان. دانشکده ادبیات و علوم انسانی، گروه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی.
- همایون نیا، مهدی؛ همایونی، علی؛ شیخ، محمد و نظری، سعید. (۲۰۱۴). "ارتباط بین هوش هیجانی و تاب‌آوری روان‌شناختی در بین کشتی‌گیران لیگ برتر ایران". نشریه رشد و یادگیری حرکتی. سال ۶. شماره ۱. ص ۱۵۴-۱۴۱.

- Akandere, M. & Tekin, A. (2010). **"The Effect of Physical Exercise on Anxiety Submitted"**. The sport journal. 13(3): 34-42.
- Allen, M. S., Greenlees, I. & Jones, M. (2011). **"An investigation of the five-factor model of personality and coping behavior in sport"**. Journal of sports sciences. 29 (8): 841-850.
- Cash, T. F. (2002). **"Cognitive-behavioral perspectives on body image"**. Body image: A handbook of theory, research and clinical practice research.
- Dobersek, U. & Bartling, C. (2008). **"Connection between personality type and sport"**. American journal of psychological research. 4 (1):18-26.
- Etu, S. F. & Gray, J. J. (2010). **"A preliminary investigation of the relationship between induced rumination and state body image dissatisfaction and anxiety"**. Body image. 7 (1): 82–85.
- Fisher, E. & Thompson, J. K. (1994). **"A Comparative Evaluation of Cognitive-Behavioral Therapy (CBT) Versus Exercise Therapy (ET) for the Treatment of Body Image Disturbance Preliminary Findings"**. Behavior Modification. 18 (2): 171-185.
- Fletcher, D. & Hanton, S. (2001). **"The relationship between psychological skills usage and competitive anxiety responses"**. Psychology of Sport and Exercise. 2 (2): 89-101.
- Hashim, H. A., Zulkifli, E. Z. & Yusof, H. A. (2010). **"Factorial validation of Malaysian adapted Brunel Mood Scale in an adolescent sample"**. Asian journal of sports medicine, 1 (4): 185.
- Hanton, S., Thomas, O. & Maynard, I. (2004). **"Competitive anxiety responses in the week leading up to competition: the role of intensity, direction and frequency dimensions"**. Psychology of Sport and Exercise. 5 (2): 169-187.
- Hossenly, S. H. (1989). **The effect of aerobic on state and trait body image and physical fitness among college women.** (Ph.D. dissertation of philosophy) .Old Dominion University: publisher.
- Kalogiannis, P. (2006). **"The role of sport and physical education in self-concept development of children and adolescents"**. Inquiries in Sport & Physical Education. 4 (2): 10-25.

- Lut, T. (2010). **"The influence of sports on anxiety, depression, and perceived problem solving ability"**. *Anatolian Journal of Psychiatry*. 11 (1): 38-43.
- Mark, S., Allen, I., Lees, G., & Jones, M. (2011). **"An investigation of the five – factor model of personality and coping behavior in sport"**. *Journal of sports sciences*. 29(8): 481-850.
- Morano, M., Colella, D. & Capranica, L. (2011). **"Body image, perceived and actual physical abilities in normal-weight and overweight boys involved in individual and team sports"**. *Journal of sports sciences*. 29 (4): 355-362.
- Nelson, E. M. (2010). **"Big Six Personality Traits and Student Performance in Freshman Mathematics"**. (M.S Thesis in Mathematics) Central Connecticut State University.
- Parks, P. S. M. & Read, M. H. (1997). **"Adolescent male athletes: Body image, diet, and exercise"**. *Adolescence behavior*. 32 (12): 593.
- Pritchard, M. (2010). **"Does self-esteem moderate the relation between gender and weight preoccupation in undergraduates?"**. *Personality and Individual Differences*. 48 (2): 224-227.
- Scott, M. M., Cohen, D. A., Evenson, K. R., Elder, J., Catellier, D., Ashwood, J. S. & Overton, A. (2007). **"Weekend schoolyard accessibility, physical activity, and obesity: the Trial of Activity in Adolescent Girls (TAAG) study"**. *Preventive medicine*. 44 (5): 398-403.
- Willie, F. (2003). **"Narcissus in football players. Stereotype or reality"**. *Journal of sport psychology*. 34 (10): 161-163.

The comparison of Personality Feature, Physical Image and Amount of Anxiety among Athletes of Team and Individual Sports

Hassan Norouzi

Master degree in Clinical Psychology, University of Semnan, Semnan, Iran

Shahnaz Mohammadi

Ph.D., Assistant Professor in Clinical Psychology, Kharazmi University, Tehran, Iran

Received:24 Jan. 2016

Accepted:4 May 2016

The study is to compare the personality feature, physical image and amount of anxiety among team and individual athletes. Statistical Society was the present athletes in western of Tehran in 1393 - because of limitation in exact number of them, it is unknown. According to accidental cluster sampling, 140 athletes (70 individual athletes and 70 team athletes) were assessed through the questionnaire. Two groups completed short form of neo personality questionnaire, short form of marsh physical self-description questionnaire and anxiety inventory. In order to analysis data multivariate Analysis of Variance (MANOVA) and one way Analysis of Variance (ANOVA) were used. The results indicated that just in the mean of agreement factor and in the mean of physical activity factor, there is significant difference between two groups of team and individual athletes, in a way that the mean of score of group athletes are higher than individual athletes. In addition, the result indicated that anxiety has no significant difference between two groups. It can be concluded that in against to individual athletes, there are more amount of confidence, cooperation and sympathy in team athletes, and all of the team members try more to be prepared for proving their ability and being fixed member of the team. Also it can be concluded that the anxiety in a sport context is inseparable element of all kind of sports. Accordingly, the more necessity for athletes and coaches familiarity on psychological aspects, and awareness about how these aspects impact, positively will effect on athletes' operation.

Key words: Personality Feature, Physical Image, Anxiety, Team Sports and Individual Sports