



The Effect of Win and Loss on Early Maladaptive Schemas of Females Team and Individual Sports Athletes

Effat Diba Zaki¹, *Mir Hamid Salehian²

Received Date: 2023 May 15 Review Date: 2023 June 4 Accepted Date: 2023 August 19 Published Date: 2023 August 24

Abstract

The purpose of this study was to determine comparison of winning and losing effect on early maladaptive schemas of female and female athletes of different disciplines. The method of the present study is a descriptive-causal comparative (post-event) type of research. The statistical population of this study is all female athletes from team disciplines (basketball and handball) and individual (athletics and karate) of East Azarbaijan province who participated in the championship of the province East Azarbaijan in 2019. According to the statistics, the number of these people was estimated at 3,200 athletes. The statistical sample of this study, based on the sample size table, was Krjatsy and Morgan (1970), the sample size was 346 people. The current research tool was Yang Schema Questionnaire (2003). Data were analyzed using independent t-test. All data analysis was performed by SPSS software version 20. The results showed that athletes in a win group had significantly lower range of early maladaptive schemas. Team athletes had significantly higher early maladaptive schemas. According to the results of the present study, it was found that exercise and some differences in exercise can decrease or increase the level of initial incompatible schemas.

Keywords: early maladaptive schema, sport, competition, win or lose.

1- MA in Sport Psychology, Department of Educational Sciences, Tabriz Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran.

2- Department of Physical Education, Tabriz Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran. (Corresponding).
m_salehian@iaut.ac.ir*





سال دوم شماره ۱
بهار ۱۴۰۲، صفحات ۱۷۱-۱۵۵



DOI: 10.22034/mmbj.2023.56632.1043

مقایسه تاثیر برد و باخت بر طرحواره های ناسازگار اولیه ورزشکاران دختر رشته های تیمی و انفرادی

عفت دیبا ذکی^۱، *میرحمید صالحیان^۲

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۲/۲۵ تاریخ تجدنظر: ۱۴۰۲/۰۳/۱۴ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۵/۲۸ تاریخ آنلاین: ۱۴۰۲/۰۶/۰۲

چکیده

پژوهش حاضر باهدف مقایسه تاثیر بردوباخت بر طرحواره های ناسازگار اولیه ورزشکاران دختر رشته های تیمی و انفرادی طراحی و اجرا گردید. روش مطالعه حاضر از نظر روش از نوع پژوهش های توصیفی-علی مقایسه ای (پس-رویدادی) می باشد. جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه ورزشکاران زن رشته های تیمی (بسکتبال و هندبال) و انفرادی (دو و میدانی و کاراته) استان آذربایجان شرقی می باشند که در سال ۲۰۱۹ در مسابقات قهرمانی استان آذربایجان شرقی شرکت داشتند. بر اساس آمارهای کسب شده تعداد این افراد شامل ۳۲۰۰ ورزشکار تخمین زده شد. نمونه آماری این پژوهش بر اساس جدول تعیین حجم نمونه کرجسی و مورگان (۱۹۷۰) حجم نمونه مورد نیاز ۳۴۶ نفر بود. ابزار پژوهش حاضر شامل پرسشنامه طرحواره یانگ (۲۰۰۳) بود. اطلاعات حاصل از داده های مربوط به پرسشنامه ها با استفاده از آزمون تی مستقل مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. کلیه روند تجزیه و تحلیل داده های پژوهش حاضر در نرم افزار SPSS نسخه ۲۰ انجام گردید. نتایج تحقیق حاضر نشان داد گروه ورزشکاران دارای برد از میانگین طرحواره ناسازگار اولیه پایین تری برخوردار می باشند. گروه ورزشکاران رشته ورزشی تیمی از میانگین طرحواره ناسازگار اولیه بالاتری برخوردار می باشند. با توجه به نتایج پژوهش حاضر مشخص گردید که ورزش و برخی تفاوت ها در ورزش می تواند سبب کاهش و یا افزایش میزان سطح طرحواره های ناسازگار اولیه گردد.

کلید واژه ها: طرحواره ناسازگار اولیه، ورزش، رقابت، بردوباخت.

۱ - کارشناسی ارشد روانشناسی ورزشی، گروه تربیت بدنی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران.

*۲- گروه تربیت بدنی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران. (نویسنده مسئول)



مقدمه

مشارکت نوجوانان و جوانان در فعالیت بدنی، تمرین و ورزش های سازمان یافته علاوه بر مزایای فیزیولوژیکی برای زندگی جاری و آتی آنها (Smith et al., 2014)، اثرات روان شناختی مثبتی نظیر افزایش عواطف مثبت (Findlay and Coplan, 2008)، احساس شایستگی (Zart et al., 2009)، اعتماد به نفس (Holt, Kinsley, Tink and Scherer, 2011)، حرمت نفس (Wierzma and Pfeiffer, 2008)، تنظیم هیجانی (Hansen, Larson and Durkin, 2003)، خودکارآمدی هیجانی (Walvis, Amstat, Zollig and Paxton, 2008)، سلامت روان (Snyder et al., 2010)، رضایت از زندگی (Mishid, Janin and Souris, 2006) و کاهش نشانگان افسردگی (Boone and Leadbetter, 2006)، اضطراب اجتماعی (Dimech and Seiler, 2011) و میل به خودکشی (Taliaferro et al., 2011) به همراه دارد. علاوه بر این، مشارکت در ورزش رقابتی نیز منبع بزرگ احساس لذت برای اغلب ورزشکاران به شمار می رود (Wierzma, 2001)، اما با این حال ممکن است ورزشکاران در سطوح مختلف رقابتی با وقایع ناخوشایندی نظیر باخت، آسیب دیدگی، عدم گزینش در تیم های مختلف و حتی کناره گیری اجباری از ورزش رقابتی روبرو شده و آنها را در معرض بحران های روان شناختی قرار دهد. از سوی دیگر، پیامدهای مشارکت ورزشی در زنان به طور عمده به کیفیت تجربه ورزشی فرد بستگی دارد، چرا که ماهیت خشن و مردانه ی درگیری در تمرینات شدید و رقابت های برخی از رشته های ورزشی، نه تنها اثرات مثبتی به همراه ندارد، بلکه حتی ممکن است عدم تمایل فرد به مشارکت منظم را نیز در پی داشته باشد. علاوه بر این، دختران در سنین نوجوانی و جوانی با مشکلات روان شناختی بیش تری در مقایسه با پسران روبرو می باشند. مطالعات نشان می دهد که دختران جوان در سنین ۱۵ سالگی، دو برابر بیش تر از پسران، در قبال اختلالات اضطراب و افسردگی آسیب پذیرند (Nolen-Hoeksema and Gigos, and Gigos, 1994; Siranoskim, Frank, Young and Sher, 2000) و میل به خودکشی در آنها به طور معناداری بیش تر از پسران است (مراکز پیشگیری و کنترل بیماری، ۲۰۰۲). از این رو ممکن است زنان به ویژه در سنین نوجوانی و جوانی در مواجهه با وقایع بحران زا در ورزش رقابتی نظیر شکست های رقابتی سنگین نسبت به پیامدهای روان شناختی منفی مانند اختلالات خلقی از جمله افسردگی آسیب پذیرتر باشند. یکی از رویکردهای درمانی موثر برای بهبود اختلالات خلقی "شناخت درمانی" است. شناخت درمانی توسط Aaron T. Beck (1967) در دانشگاه پنسیلوانیا شکل گرفت. این رویکرد درمانی دارای ساختار، کوتاه مدت و متمرکز بر حل مشکلات جاری و تغییر تفکر و رفتار ناکارآمد می باشد. این مدل شناختی عنوان می کند که تفکر تحریف شده یا ناکارآمد که بر خلق و رفتار فرد مبتلا تأثیر می گذارد، وجه مشترک تمامی آشفتگی های روان-شناختی است. بر اساس این مدل، ارزش یابی واقع بینانه و تغییر واقع گرایانه تفکر منجر به بهبود خلق و رفتار شده و بهبود پایدار با تغییر باورهای ناکارآمد زیربنایی و "طرحواره های ناسازگار" حاصل می شود. طرحواره های ناسازگار به عنوان زیرساخت های شناختی دارای مولفه های شناختی، عاطفی و رفتاری بوده و منجر به تشکیل باورهای

غیرمنطقی می‌شوند. از دیدگاه Young (1999) طرحواره‌ها باورهای عمیق و مستحکم فرد در مورد خود و جهان می‌باشند که حاصل آموزه‌های سال‌های نخستین زندگی‌اند. طرحواره‌ها دانش فرد در مورد خود و جهان هستند و به فرد می‌گویند که خود و جهان چگونه‌اند. یانگ آن دسته از طرحواره‌ها که منجر به شکل‌گیری مشکلات روان-شناختی می‌شوند را "طرحواره‌های ناسازگار اولیه" می‌نامد و معتقد است طرحواره‌ها، الگوی خود تداوم بخش از خاطرات، هیجانات، شناخت‌ها، حواس و ادراکات هستند که رفتار را هدایت می‌کنند. (Young, 1999) در مفهوم-سازی خود پنج حوزه بریدگی و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، محدودیت‌های مختل، دیگر جهت‌مندی و گوش به زنگی و بازداری را برای طرحواره‌های ناسازگار اولیه در نظر گرفت. بر اساس نسخه کوتاه پرسشنامه طرحواره یانگ، ۱۵ نوع طرحواره شامل محرومیت هیجانی، ره‌اشدگی/بی‌ثباتی، بی‌اعتمادی/بدرفتاری، انزوای اجتماعی/بیگانگی، نقص/شرم، شکست، وابستگی/بی‌کفایتی، آسیب‌پذیری نسبت به ضرر و بیماری، خود تحول نیافته/خود گرفتار، اطاعت، ایثار، بازداری هیجانی، معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی، استحقاق/بزرگ‌منشی و خویش‌ن‌داری/خودانضباطی ناکافی در حوزه‌های پنج‌گانه معرفی شد (Young, 1999; Young, Klasko and Wishar, 2003). طرحواره‌های ناسازگار اولیه موضوعات ثابت و دراز مدتی هستند که در دوران کودکی به وجود می‌آیند و به زندگی بزرگسالی راه می‌یابند و تا حد زیادی ناکارآمدند. (Young, 1999) بیان می‌کند که طرحواره‌های ناسازگار اولیه بیش‌تر از آن‌که نتیجه وقایع تکان دهنده مجزا در دوران کودکی باشند، بیش‌تر احتمالاً به‌وسیله الگوی مداوم و تجارب سمی روزمره با اعضای خانواده و هم‌تایان ایجاد می‌شوند که به نحو فزاینده‌ای طرحواره‌ها را تقویت می‌کنند. هنگامی که طرحواره‌های ناسازگار اولیه فعال می‌شوند سطوحی از هیجان منتشر می‌شود و مستقیم یا غیرمستقیم منجر به اشکال مختلفی از آشفتگی‌های روان‌شناختی نظیر افسردگی، اضطراب، وسواس، عدم توانایی شغلی، سوء مصرف مواد، تعارضات بین فردی و مانند آن می‌شود. طرحواره‌های ناسازگار مستقیماً منجر به اختلال شخصیتی خاصی نمی‌شوند اما آسیب‌پذیری فرد را برای این اختلالات افزایش می‌دهند. یافته‌های مطالعات نشان می‌دهد که بین سطوح طرحواره‌های ناسازگار اولیه و شدت اختلالات شخصیت رابطه معناداری وجود دارد (Lotfi, 2005; Denavi and Khosravi, 2007; Nordahl and Nester, 2005). علاوه بر این، شواهد پژوهشی بیان‌گر آن است که طرحواره‌های ناسازگار اولیه در رشد و ماندگاری اختلالات اضطراب و افسردگی تأثیر دارند (Yang et al., 2003; Welburn et al., 2002). در واقع، هنگامی که موقعیت‌های واقعی زندگی به‌صورت ناسازگار درک می‌شوند، ممکن است این طرحواره‌ها منجر به ایجاد اختلال اضطراب و افسردگی شوند (Young, 1990, 1999)، بر این اساس طرحواره درمانی برای بهبود این اختلالات پیشنهاد شده است (Yang et al., 2003; McBride, Farolden and Swallow, 2007). بر اساس مدل شکل‌گیری طرحواره‌ها که توسط Pollock (2001) ارائه شده است، وقایع آسیب‌زا منجر به فعال شدن طرحواره‌های ناسازگار اولیه می‌شود. از این‌رو فرض اصلی پژوهش حاضر بر این استوار است که وقایع بحران‌زا در ورزش رقابتی نظیر شکست‌های رقابتی سنگین ممکن است پتانسیل فعال‌سازی طرحواره‌های ناسازگار اولیه را دارا باشند. مرور ادبیات پژوهشی نشان می‌دهد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه عموماً از نقطه نظر

بالینی و روان‌درمانی در نمونه‌های غیرورزشی مورد توجه محققان بوده است و در زمینه ورزش تنها اثرپذیری طرحواره‌های ناسازگار اولیه از آسیب‌های ورزشی بررسی شده و تأثیر سایر وقایع بحران‌زا نظیر برد و باخت رقابتی بر طرحواره‌های ناسازگار اولیه ورزشکاران مورد مطالعه قرار نگرفته است. برای مثال، Gallagher and Gardner (2007) در بررسی ارتباط بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه، استراتژی‌های کنار آمدن و پاسخ‌های هیجانی به آسیب‌های ورزشی دریافتند که طرحواره‌های ناسازگار اولیه به همراه راهبردهای سازگاری اجتنابی با حالات خلقی منفی بیش‌تری همراه است. با این حال در دو مطالعه دیگر که در زمینه ورزش صورت گرفته است، طرحواره‌های ناسازگار اولیه از منظر متفاوتی بررسی شدند. (Garghishan (2015) در بررسی طرحواره‌های ناسازگار اولیه ورزشکاران راگی و هندبال چنین فرض نمود که ورزشکاران برای دستیابی به عملکرد ورزشی بالاتر نیازمند برخی ویژگی‌های روان‌شناختی می‌باشند که این ویژگی‌ها توسط طرحواره‌های ناسازگار اولیه پوشش داده می‌شوند. به عنوان مثال، عملکرد ورزشی مستلزم فراتر رفتن از قلمرو راحتی فرد، بدون تأمین نیازهای حفاظت از خود، اطاعت و ایثار می‌باشد که با لذت فراهم شده به وسیله مازوکیسم^۱ (آزارطلبی) و کمال‌گرایی و نیز مقدار چشمگیری اضطراب و ترس همراه است (Reyhan and Associates (2020). (Grand and Goldberg, 2011) نشان دادند که بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه در ورزشکاران مرد با وضعیت باخت و رشته ورزشی تفاوت معناداری وجود دارد. Salehian and Gursavi (2020) نشان دادند که بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه در بین زنان ورزشکار دارای سطح رقابتی تفاوت معناداری وجود دارد. ورزشکاران با سطح ملی رقابتی دارای میانگین ناسازگار اولیه بالاتری هستند. ورزشکاران در گروه سنی جوانان دارای میانگین سطح ناسازگار اولیه بالاتری هستند. (Garghishan (2015) نشان دادند که از بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه، سطوح طرحواره‌های محرومیت هیجانی، رهاشدگی / بی‌ثباتی، بی‌اعتمادی / بدرفتاری، شکست، وابستگی / بی‌کفایتی، پذیرش جویی / جلب توجه و تنبیه در بازیکنان زن راگی بالاتر از بازیکنان رشته هندبال هست که تأثیر رشته ورزشی بر سطوح طرحواره‌های ناسازگار اولیه در ورزشکاران زن می‌باشد. از این‌رو با توجه به عدم وجود درک روشن از موضوعات فوق‌الذکر، پژوهش حاضر سعی در پاسخ به این سوال را دارد که آیا برد و باخت بر طرحواره‌های ناسازگار اولیه ورزشکاران دختر در رشته‌های تیمی و انفرادی تأثیر دارد یا خیر؟

مواد و روش‌ها

راهبرد پژوهش حاضر توصیفی از نوع توصیفی - علی مقایسه‌ای (پس‌رویدادی) می‌باشد. همچنین از نظر هدف، پژوهش حاضر از نوع پژوهش‌های کاربردی و از نظر زمان از نوع پژوهش‌های گذشته‌نگر به شمار می‌رود.

جامعه آماری

جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه ورزشکاران زن در دو رده سنی نوجوانان و جوانان از رشته‌های تیمی (بسکتبال و هندبال) و انفرادی (دو و میدانی و کاراته) می‌باشند که در سال ۲۰۱۹ در مسابقات قهرمانی استان آذربایجان شرقی و کشور شرکت داشتند. بر اساس آمار مسابقات استانی و کشوری در رشته‌های ورزشی مورد مطالعه، به‌طور متوسط هر ساله ۳۰۰ ورزشکار در مسابقات استانی نوجوانان و جوانان و ۵۰۰ ورزشکار در مسابقات کشوری نوجوانان و جوانان شرکت دارند. بر این اساس تعداد جامعه آماری ۳۲۰۰ ورزشکار تخمین زده شد.

نمونه آماری

نمونه آماری این پژوهش بر اساس جدول تعیین حجم نمونه (Krejci and Morgan (1970) حجم نمونه مورد نیاز ۳۶۶ نفر بود، اما برای پیشگیری از افت تعداد، حجم نمونه ۴۰۰ نفر در نظر گرفته شده و با استفاده از روش تصادفی طبقه‌ای ساده نمونه‌گیری شد. لازم به توضیح است که با توجه به متغیرهای پیش‌بین پژوهش که شامل دو متغیر وضعیت رقابتی (برد/ باخت) و رشته ورزشی (تیمی/ انفرادی)، نمونه مورد مطالعه متشکل از ۱۶ زیرگروه بود، لذا تعداد نفرات مورد نیاز برای نمونه‌گیری از هر زیر گروه ۲۵ نفر انتخاب شدند.

ابزار اندازه‌گیری

برای گردآوری اطلاعات جمعیت‌شناختی و سنجش متغیرها از ابزار پرسشنامه در دو بخش به شرح زیر استفاده شد: فرم اطلاعات فردی: از یک فرم محقق ساخته شامل هشت ماده برای تعیین ویژگی‌های جمعیت‌شناختی متشکل از سن، تعداد اعضای خانواده، سطح تحصیلات والدین، سابقه ورزشی، رشته ورزشی، سابقه رقابتی، سوابق قهرمانی و وضعیت برد و باخت نهایی استفاده شد.

پرسشنامه طرحواره یانگ - فرم کوتاه^۱ (YSQ-SF): این پرسشنامه توسط Yang et al., (2003) ساخته شده و متشکل از ۷۵ عبارت برای سنجش ۱۵ طرحواره‌های ناسازگار اولیه می‌باشد که پاسخ‌های آن روی یک پیوستار شش درجه‌ای لیکرت نمره‌دهی می‌شود. گویه‌ها برای نمره ۱ = کاملاً نادرست، ۲ = بیش‌تر نادرست، ۳ = تاحدی نادرست، ۴ = تقریباً درست، ۵ = بیش‌تر درست و ۶ = کاملاً درست می‌باشند. نمره بالاتر در این ابزار بیان‌گر وجود طرحواره‌های شناختی ناسازگار بالاتر است. در این پرسشنامه هر پنج عبارت یک طرحواره را می‌سنجند. برای به دست آوردن نمره هر خرده مقیاس یا هر طرحواره ناسازگار، میانگین نمره پنج عبارت محاسبه می‌شود. اگر میانگین نمره فرد در هر خرده مقیاس بالاتر از ۳ باشد دارای آن طرحواره خواهد بود (Yang et al., 2003). طرحواره‌های حوزه‌های پنج‌گانه در این پرسشنامه شامل ۱) بریدگی و طرد (محرومیت هیجانی، رها شدگی، بی‌اعتمادی/

سوءاستفاده، بیگانگی اجتماعی، نقص؛ ۲) خودگردانی و عملکرد مختل (بی کفایتی، وابستگی، آسیب پذیری به ضرر)؛ ۳) محدودیت های مختل (استحقاق و کنترل ناکارآمد)؛ ۴) دیگرجهت مندی (گرفتار، اطاعت از نیازها، ایثار)؛ و ۵) گوش به زنگی و بازداري (بازداري هیجانی، معیارهای سرسختانه). ویژگی های روان سنجی این پرسشنامه در مطالعات متعددی مورد بررسی قرار گرفته است. (Welburn et al., (2002 ضمن تأیید ساختار عاملی نسخه کوتاه پرسشنامه طرحواره یانگ، همسانی درونی خرده مقیاس های این پرسشنامه را بین ۰/۷۶ تا ۰/۹۳ گزارش کردند. Walter et al., (2001) ضریب آلفای تمامی خرده مقیاس های نسخه کوتاه پرسشنامه طرحواره یانگ را بزرگتر از ۰/۸۰ گزارش کردند. در ایران، اعتباریابی این پرسشنامه توسط (Ahi et al., (2007 در نمونه ای متشکل از ۳۸۷ نفر دانشجوی دانشگاه های تهران انجام شد و همسانی درونی پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای زنان ۰/۹۷ و مردان ۰/۹۸ به دست آمد.

روش جمع آوری داده ها

اطلاعات مورد نیاز در پژوهش حاضر با استفاده از روش میدانی گردآوری شد. به این صورت که پس از اخذ مجوزهای لازم اداره کل ورزش و جوانان و فدراسیون های ورزشی رشته های مورد مطالعه و دریافت برنامه برگزاری مسابقات قهرمانی استان و کشوری، پژوهشگر در محل برگزاری رقابت ها حاضر شده و با رعایت ملاحظات متدلوژیکی، اقدام به نمونه گیری و گردآوری اطلاعات نمود.

شیوه کلی اجرا

اطلاعات مورد نیاز در پژوهش حاضر به روش میدانی و در بازه زمانی در بازه زمانی تیرماه سال ۲۰۱۹ تا شهریور ماه سال ۲۰۱۹ گردآوری شد. پس از اخذ مجوزهای لازم اداره کل ورزش و جوانان و فدراسیون های ورزشی رشته های مورد مطالعه و دریافت برنامه برگزاری مسابقات قهرمانی استان و کشوری در بخش بانوان و در دو رده سنی جوانان، پژوهشگر در محل برگزاری رقابت ها حاضر شده و با رعایت ملاحظات متدلوژیکی، اقدام به نمونه گیری در رشته های بسکتبال، هندبال، دو و میدانی و کاراته به عمل آمد. پیش از زمان برگزاری هر یک از رقابت ها، به منظور جلب همکاری سرپرستان و مربیان تیم های شرکت کننده برای تخصیص زمان مناسب برای گردآوری اطلاعات توضیحاتی در مورد اهداف پژوهش و ضرورت اجرای آن توسط پژوهشگر ارائه شد. زمان تکمیل پرسشنامه ها بعد از اتمام رقابت ها در نظر گرفته شد. در نمونه گیری تلاش گردید تا شرکت کننده ها ترکیبی از ورزشکاران و تیم های موفق و ناموفق در رقابت ها باشند. از ورزشکاران و تیم هایی که داوطلب مشارکت در پژوهش بودند دعوت شد تا در زمان های مشخص شده در محل مقرر حضور یابند. در ابتدا توضیحاتی در مورد اهداف پژوهش و ضرورت اجرای آن، روش تکمیل پرسشنامه ها، محرمانه بودن اطلاعات گردآوری شده و اختیاری بودن

شرکت در پژوهش ارائه گردید و بسته‌های پرسشنامه در اختیار آنان قرار گرفت. در مجموع، از ۴۰۰ پرسشنامه توزیع شده، ۳۲۰ پرسشنامه بازگشت داده شد.

روش‌های تجزیه و تحلیل آماری

اطلاعات حاصل از داده‌های مربوط به پرسشنامه‌ها با استفاده از آمار توصیفی (میانگین، انحراف استاندارد، فراوانی، درصد فراوانی، سطح تغییرات و درصد تغییرات و رسم جدول و نمودار برای خلاصه‌سازی، طبقه‌بندی و توصیف اطلاعات مربوط به ویژگی‌های فردی و متغیرهای پژوهش) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. در نهایت در بخش آمار استنباطی جهت تعیین نرمال بودن داده‌ها از آزمون چولگی کشیدگی برای بررسی طبیعی بودن توزیع داده‌ها استفاده گردید. همچنین از آزمون تی مستقل جهت بررسی فرضیه‌های پژوهش و مقایسه میانگین طرحواره‌های ناسازگار اولیه در گروه‌های مختلف استفاده گردید. کلیه روند تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش حاضر در نرم‌افزار اسپاس اس نسخه ۲۰ انجام گردید.

یافته‌ها و بحث

جدول ۱ آماره‌های توصیفی مربوط به سن شرکت کنندگان را نشان می‌دهد. همان‌طور که در این جدول ملاحظه می‌شود، شرکت کنندگان پژوهش دارای سن $27/2 \pm 16/25$ سال، بودند.

جدول ۱- آماره‌های توصیفی مربوط به سن شرکت کنندگان

ویژگی	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	مینیم	ماکزیمم
سن (سال)	۴۰۰	۱۶/۲۵	۲/۲۷	۱۴	۱۹

جدول ۲- توزیع شرکت کنندگان از نظر رشته ورزشی

ویژگی	زیرگروه	فراوانی	درصد فراوانی
رشته ورزشی	انفرادی	۱۲۸	۳۲
	تیمی	۲۷۲	۶۸

نتایج جدول ۲ مربوط به رشته ورزشی نمونه‌های پژوهش نشان می‌دهد که ۳۲ درصد افراد در رشته‌های ورزشی انفرادی و ۶۸ درصد در رشته‌های ورزشی تیمی مشغول به فعالیت بودند.

جدول ۳- بررسی طرحواره های ناسازگار اولیه ورزشکاران دختر بر حسب برد و باخت

متغیر	گروه ها	میانگین	انحراف استاندارد	T	سطح معناداری
طرحواره ناسازگار اولیه	برد	۳/۵۲	۰/۴۵۲	۶/۶۰۶	۰/۰۰۱
	باخت	۳/۷۲	۰/۶۲۵		
طرحواره ناسازگار محرومیت هیجانی	برد	۳/۴۰	۰/۵۲۱	۷/۵۲۱	۰/۰۰۱
	باخت	۳/۶۳	۰/۶۲۸		
طرحواره ناسازگار رهاسدگی/ بی ثباتی	برد	۳/۲۵	۰/۶۸۷	۸/۰۱۷	۰/۰۰۱
	باخت	۳/۵۹	۰/۸۵۲		
طرحواره ناسازگار بی اعتمادی/ بد رفتاری	برد	۳/۵۲	۰/۴۵۲	۶/۶۰۶	۰/۰۰۱
	باخت	۳/۷۲	۰/۶۲۵		
طرحواره ناسازگار انزوای اجتماعی/ بیگانگی	برد	۲/۵۸	۰/۷۴۵	۸/۴۷۸	۰/۰۰۱
	باخت	۳/۴۴	۰/۶۳۲		
طرحواره ناسازگار نقص/ شرم	برد	۳/۶۲	۰/۷۸۲	۹/۶۳۹	۰/۰۰۱
	باخت	۴/۱۲	۰/۵۲۳		
طرحواره ناسازگار شکست	برد	۳/۵۰	۰/۳۶۵	۷/۴۲۱	۰/۰۰۱
	باخت	۳/۸۸	۰/۵۲۱		
طرحواره ناسازگار وابستگی/ بی کفایتی	برد	۳/۵۱	۰/۵۲۲	۵/۴۱۷	۰/۰۰۱
	باخت	۳/۸۱	۰/۳۲۶		
طرحواره ناسازگار آسیب پذیری نسبت به ضرر و بیماری	برد	۳/۱۱	۰/۴۱۲	۹/۵۲۵	۰/۰۰۱
	باخت	۳/۵۹	۰/۶۲۲		
طرحواره ناسازگار خود تحول نیافته/ خود گرفتار	برد	۳/۱۱	۰/۸۵۴	۹/۸۲۱	۰/۰۰۱
	باخت	۴/۰۳	۰/۳۶۸		
طرحواره ناسازگار اطاعت	برد	۳/۶۰	۰/۶۳۲	۷/۵۲۰	۰/۰۰۱
	باخت	۳/۹۶	۰/۵۲۱		
طرحواره ناسازگار ایثار	برد	۳/۶۱	۰/۵۲۵	۷/۴۷۸	۰/۰۰۱
	باخت	۳/۸۹	۰/۶۳۷		
طرحواره ناسازگار بازداری هیجانی	برد	۳/۷۵	۰/۴۵۸	۷/۵۳۲	۰/۰۰۱
	باخت	۴/۰۳	۰/۶۶۲		
طرحواره ناسازگار معیارهای سرسختانه/ عیب جویی افراطی	برد	۳/۲۸	۰/۵۵۸	۵/۹۶۳	۰/۰۰۱
	باخت	۳/۷۰	۰/۶۲۲		
طرحواره ناسازگار استحقاق/ بزرگ منشی	برد	۳/۸۲	۰/۷۵۲	۵/۶۲۲	۰/۰۰۱
	باخت	۴/۰۲	۰/۸۷۵		
طرحواره ناسازگار خویش شن داری/ خود انضباطی ناکافی	برد	۳/۸۰	۰/۵۲۲	۷/۵۴۷	۰/۰۰۱
	باخت	۴/۰۶	۰/۶۳۹		

مطابق با نتایج جدول ۳ مشخص گردید که بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه در میان ورزشکاران دارای وضعیت برد و باخت تفاوت معناداری وجود دارد. گروه ورزشکاران دارای برد از میانگین طرحواره ناسازگار اولیه، محرومیت هیجانی، طرحواره ناسازگار ره‌اشدگی / بی‌ثباتی، طرحواره ناسازگار بی‌اعتمادی / بدرفتاری، انزوای اجتماعی / بیگانگی، نقص / شرم، شکست، وابستگی / بی‌کفایتی، آسیب‌پذیری نسبت به ضرر و بیماری، خودتحول نیافته / خودگرفتار، اطاعت، ایثار، بازداری هیجانی، معیارهای سرسختانه / عیب‌جویی افراطی، استحقاق / بزرگ‌منشی، خویش‌نمایی / خودانضباطی ناکافی پایین‌تری برخوردار می‌باشند. با توجه به سطح معناداری که پایین‌تر از ۰/۰۵ می‌باشد، مشخص گردید که این تفاوت معنادار می‌باشد.

جدول ۴- بررسی طرحواره‌های ناسازگار اولیه ورزشکاران دختر بر حسب رشته ورزشی

متغیر	گروه‌ها	میانگین	انحراف استاندارد	t	سطح معناداری
طرحواره ناسازگار اولیه	انفرادی	۳/۵۰	۰/۶۲۸	۵/۶۸۷	۰/۰۰۱
	تیمی	۳/۷۴	۰/۵۱۱		
طرحواره ناسازگار محرومیت هیجانی	انفرادی	۳/۴۰	۰/۵۲۸	۵/۸۷۴	۰/۰۰۱
	تیمی	۳/۶۳	۰/۵۱۲		
طرحواره ناسازگار ره‌اشدگی / بی‌ثباتی	انفرادی	۳/۳۵	۰/۶۲۲	۴/۵۱۷	۰/۰۰۱
	تیمی	۳/۴۹	۰/۷۴۷		
طرحواره ناسازگار بی‌اعتمادی / بدرفتاری	انفرادی	۳/۵۵	۰/۵۱۲	۶/۵۲۹	۰/۰۰۱
	تیمی	۳/۶۹	۰/۵۲۳		
طرحواره ناسازگار انزوای اجتماعی / بیگانگی	انفرادی	۳/۵۱	۰/۵۲۳	۶/۴۱۸	۰/۰۰۱
	تیمی	۳/۸۲	۰/۵۴۲		
طرحواره ناسازگار نقص / شرم	انفرادی	۳/۸۰	۰/۵۱۰	۵/۴۱۲	۰/۰۰۱
	تیمی	۳/۹۴	۰/۶۲۲		
طرحواره ناسازگار شکست	انفرادی	۳/۴۵	۰/۴۱۸	۸/۵۸۷	۰/۰۰۱
	تیمی	۳/۹۳	۰/۴۸۷		
طرحواره ناسازگار وابستگی / بی‌کفایتی	انفرادی	۳/۵۰	۰/۶۲۹	۷/۶۹۸	۰/۰۰۱
	تیمی	۳/۸۲	۰/۵۶۹		
طرحواره ناسازگار آسیب‌پذیری نسبت به ضرر و بیماری	انفرادی	۳/۲۰	۰/۵۷۹	۸/۴۱۷	۰/۰۰۱
	تیمی	۳/۵۱	۰/۵۴۲		
طرحواره ناسازگار خودتحول نیافته / خودگرفتار	انفرادی	۳/۲۵	۰/۶۳۲۸	۸/۴۷۸	۰/۰۰۱
	تیمی	۴/۰۰	۰/۴۸۷		
طرحواره ناسازگار اطاعت	انفرادی	۳/۶۰	۰/۵۵۳	۴/۸۷۸	۰/۰۰۱
	تیمی	۳/۹۶	۰/۵۱۲		
طرحواره ناسازگار ایثار	انفرادی	۳/۶۲	۰/۴۴۲	۴/۸۷۴	۰/۰۰۱
	تیمی	۳/۸۸	۰/۵۵۱		

ادامه جدول ۴- بررسی طرحواره های ناسازگار اولیه ورزشکاران دختر بر حسب رشته ورزشی

متغیر	گروه ها	میانگین	انحراف استاندارد	t	سطح معناداری
طرحواره ناسازگار بازداری هیجانی	انفرادی	۳/۷۴	۰/۵۴۲	۸/۱۲۱	۰/۰۰۱
	تیمی	۴/۰۴	۰/۶۳۶		
طرحواره ناسازگار معیارهای سرسختانه/ عیب جویی افراطی	انفرادی	۳/۲۷	۰/۵۱۲	۷/۶۲۱	۰/۰۰۱
	تیمی	۳/۷۱	۰/۵۳۶		
طرحواره ناسازگار استحقاق/ بزرگ منشی	انفرادی	۳/۷۵	۰/۵۲۱	۸/۵۱۸	۰/۰۰۱
	تیمی	۴/۱۱	۰/۶۵۲		
طرحواره ناسازگار خویشتن داری/ خودانضباطی ناکافی	انفرادی	۳/۸۰	۰/۶۲۵	۷/۶۶۲	۰/۰۰۱
	تیمی	۴/۰۶	۰/۴۵۲		

مطابق با نتایج جدول ۴ مشخص گردید که رشته ورزشی بر طرحواره های ناسازگار اولیه ورزشکاران دختر تأثیر دارد. گروه ورزشکاران دارای رشته ورزشی تیمی از میانگین طرحواره ناسازگار اولیه، محرومیت هیجانی، طرحواره ناسازگار رهاشدگی/ بی ثباتی، طرحواره ناسازگار بی اعتمادی/ بد رفتاری، انزوای اجتماعی/ بیگانگی، نقص/ شرم، شکست، وابستگی/ بی کفایتی، آسیب پذیری نسبت به ضرر و بیماری، خودتحويل نیافته/ خودگرفتار، اطاعت، ایثار، بازداری هیجانی، معیارهای سرسختانه/ عیب جویی افراطی، استحقاق/ بزرگ منشی، خویشتن داری/ خودانضباطی ناکافی بالاتری برخوردار می باشند. با توجه به سطح معناداری که پایین تر از ۰/۰۵ می باشد، مشخص گردید که این تفاوت معنادار می باشد.

نتیجه گیری

مطابق با نتایج پژوهش مشخص گردید که بین طرحواره های ناسازگار اولیه در میان ورزشکاران دارای وضعیت برد و باخت تفاوت معناداری وجود دارد. بررسی میانگین طرحواره های ناسازگار اولیه نشان داد که گروه ورزشکاران دارای برد از میانگین طرحواره ناسازگار اولیه پایین تری برخوردار می باشند. با توجه به سطح معناداری که در تمامی مولفه ها پایین تر از ۰/۰۵ می باشد، مشخص گردید که این تفاوت معنادار می باشد. این مساله در تمامی مولفه های طرحواره های ناسازگار اولیه شامل طرحواره ناسازگار محرومیت هیجانی، طرحواره ناسازگار رهاشدگی/ بی ثباتی، طرحواره ناسازگار بی اعتمادی/ بد رفتاری، طرحواره ناسازگار انزوای اجتماعی/ بیگانگی، طرحواره ناسازگار شکست، طرحواره ناسازگار وابستگی/ بی کفایتی، طرحواره ناسازگار آسیب پذیری نسبت به ضرر و بیماری، طرحواره ناسازگار خودتحويل نیافته/ خودگرفتار، طرحواره ناسازگار اطاعت، طرحواره ناسازگار ایثار، طرحواره ناسازگار بازداری هیجانی، طرحواره ناسازگار معیارهای سرسختانه/ عیب جویی

افراطی، طرحواره ناسازگار استحقاق/ بزرگ منشی و طرحواره ناسازگار خویشتن داری/ خودانضباطی ناکافی صدق می کرد و با افزایش وضعیت برد میزان این مولفه ها کاهش می یافت.

در اندک پژوهش هایی به این مساله پرداخته شده است. (Bamber and McMahon (2008 در پژوهش خود پی بردند که موفقیت های فردی سبب می گردد تا میزان طرحواره های ناسازگار اولیه کاهش یابد. (Smith (2014 نیز مشخص نمودند که کسب موفقیت به واسطه بهبود عزت نفس سبب کاهش میزان طرحواره های ناسازگار اولیه می گردد. این مساله نشانگر این مهم می باشد که نتایج پژوهش حاضر در ارتباط با فرضیه پژوهش با نتایج پژوهش های (Rihan et al., (2020، (Salehian and Gursavi (2020، (Bamber and McMahon (2008 و همچنین نتایج پژوهش های (Smith (2014 همسو می باشد.

در تفسیر این سوال لازم به ذکر است که برد و باخت در مسابقات ورزشی نقش مهمی در ذهن و روان ورزشکاران دارد. بدون شک ورزشکاری یافت نمی گردد که از برد خود خوشحال نشود و از باخت خود ناراحت نگردد. این مساله سبب گردیده است تا تلاش در میان ورزشکاران در پی کسب موفقیت های ورزشی افزایش یابد. همین تلاش ها در صورتی که همراه با نتیجه عکس و منفی منجر گردد؛ سبب می گردد تا ورزشکاران از احساس افسردگی، اضطراب و استرس بیش تری برخوردار باشند. این مساله طبیعی خواهد بود که به همراه مواجهه ورزشکاران با باخت از برخی ویژگی های منفی روانشناختی برخوردار خواهند بود. رقابتی بودن ورزشکاران یکی از ویژگی های بارز آنان می باشد. این مساله سبب گردیده است تا برد و باخت سبب گردد تا میزان برخی رفتارها و ویژگی های روانی ورزشکاران را تحت شعاع قرار دهد و این وضعیت بر طرحواره های ناسازگار اولیه ورزشکاران دختر تأثیر گذار باشد. از این رو می توان چنین اعلام داشت که مساله برد و باخت به علت ارتباط نزدیک با تمامی جنبه های ورزشکاران از نقش مهمی در ایجاد و یا عدم ایجاد طرحواره های ناسازگار اولیه برخوردار خواهند بود. این مساله سبب گردیده است تا در پژوهش حاضر ورزشکاران دارای وضعیت باخت از طرحواره ناسازگار اولیه بیش تری به نسبت ورزشکاران دارای وضعیت برد برخوردار باشند. این مساله در تمامی مولفه های طرحواره های ناسازگار اولیه شامل طرحواره ناسازگار محرومیت هیجانی، طرحواره ناسازگار رهاشدگی/ بی ثباتی، طرحواره ناسازگار بی اعتمادی/ بد رفتاری، طرحواره ناسازگار انزوای اجتماعی/ بیگانگی، طرحواره ناسازگار انزوای اجتماعی/ بیگانگی، طرحواره ناسازگار شکست، طرحواره ناسازگار وابستگی/ بی کفایتی، طرحواره ناسازگار آسیب پذیری نسبت به ضرر و بیماری، طرحواره ناسازگار خود تحول نیافته/ خود گرفتار، طرحواره ناسازگار اطاعت، طرحواره ناسازگار ایثار، طرحواره ناسازگار بازداری هیجانی، طرحواره ناسازگار معیارهای سرسختانه/ عیب جویی افراطی، طرحواره ناسازگار استحقاق/ بزرگ منشی و طرحواره ناسازگار خویشتن داری/ خودانضباطی صدق می نماید.

مطابق با نتایج پژوهش مشخص گردید که بین طرحواره های ناسازگار اولیه در میان ورزشکاران دارای سطح رقابتی تفاوت معناداری وجود دارد. بررسی میانگین طرحواره های ناسازگار اولیه نشان داد که گروه ورزشکاران دارای رشته

ورزشی تیمی از میانگین طرحواره ناسازگار اولیه بالاتری برخوردار می باشند. با توجه به سطح معناداری که در تمامی مولفه ها پایین تر از ۰/۰۵ می باشد، مشخص گردید که این تفاوت معنادار می باشد. این مساله در تمامی مولفه های طرحواره های ناسازگار اولیه شامل طرحواره ناسازگار محرومیت هیجانی، طرحواره ناسازگار رهاشدگی/ بی ثباتی، طرحواره ناسازگار بی اعتمادی/ بد رفتاری، طرحواره ناسازگار انزوای اجتماعی/ بیگانگی، طرحواره ناسازگار نقص/ شرم، طرحواره ناسازگار شکست، طرحواره ناسازگار وابستگی/ بی کفایتی، طرحواره ناسازگار آسیب پذیری نسبت به ضرر و بیماری، طرحواره ناسازگار خود تحول نیافته/ خود گرفتار، طرحواره ناسازگار اطاعت، طرحواره ناسازگار ایثار، طرحواره ناسازگار بازداری هیجانی، طرحواره ناسازگار معیارهای سرسختانه/ عیب جویی افراطی، طرحواره ناسازگار استحقاق/ بزرگ منشی و طرحواره ناسازگار خویش تن داری/ خود انضباطی ناکافی صدق می کرد و در میان ورزشکاران دارای رشته ورزشی تیمی این مولفه ها بیش تر بود.

این مساله در کم تر پژوهشی مورد بررسی قرار گرفته است. (Shondi et al., 2015) مشخص نمودند که طرحواره های ناسازگار اولیه در میان ورزشکاران تیمی حرفه ای بالاتر از ورزشکاران انفرادی می باشد و به نوعی ماهیت ورزش آنان بر میزان سطح طرحواره های ناسازگار اولیه تأثیرگذار می باشد. این مساله نشان گر این مهم می باشد که نتایج پژوهش حاضر در ارتباط با سوال پژوهش با نتایج پژوهش های (Salehian, Rihan et al., 2020) and Gursavi (2020) و Shondi et al., (2015) همسو می باشد.

در تفسیر این سوال لازم به ذکر است که رشته ورزشی نقش مهمی در برخی ویژگی های اخلاقی، روانی و ذهنی ورزشکاران دارد. ماهیت متفاوت ورزش ها و فرایند اجرای متفاوت آن سبب گردیده است تا نوع رشته های ورزشی بر ویژگی های روانی، شخصیتی و ذهنی افراد تأثیرگذار باشد. این مساله در طرحواره های ناسازگار اولیه نیز صدق می کند و تحت تأثیر رشته ورزشی قرار گرفته است. چالش ها، مهارت ها و فعالیت های متفاوت ورزش های تیمی به نسبت ورزش های انفرادی سبب گردیده است تا طرحواره های ناسازگار روانی در میان ورزشکاران تیمی میانگین بالاتری را دارا باشد. ورزش در انواع خود به سطح متنوع ای ویژگی ها نیاز دارد. از طرفی ماهیت ورزش در رشته های مختلف تأثیرات گوناگونی را بر افراد می گذارد. این تفاوت ها سبب می گردد تا طرحواره های ناسازگار اولیه ورزشکاران در طول زمان دستخوش تغییرات گردد و به نوعی از این مساله الهام گیرد. چالش های بیش تر ورزش های تیمی و استرس و اضطراب این ورزش ها که ناشی از ماهیت خود ورزش های تیمی و مشارکتی بودن آن و همچنین ناشی از تمرکز بیش تر جامعه به این نوع ورزش ها سبب گردیده است تا ورزشکاران این نوع ورزش از سطح بالاتری از اختلالات روانشناختی برخوردار باشند که این مساله سبب گردیده باشد تا میانگین ورزشکاران رشته های تیمی در طرحواره های ناسازگار اولیه و مولفه های آن شامل طرحواره ناسازگار محرومیت هیجانی، طرحواره ناسازگار رهاشدگی/ بی ثباتی، طرحواره ناسازگار بی اعتمادی/ بد رفتاری، طرحواره ناسازگار انزوای اجتماعی/ بیگانگی، طرحواره ناسازگار انزوای اجتماعی/ بیگانگی، طرحواره ناسازگار شکست، طرحواره ناسازگار وابستگی/ بی کفایتی، طرحواره ناسازگار آسیب پذیری نسبت به ضرر و بیماری، طرحواره ناسازگار خود تحول نیافته/

خود گرفتار، طرحواره ناسازگار اطاعت، طرحواره ناسازگار ایثار، طرحواره ناسازگار بازداری هیجانی، طرحواره ناسازگار معیارهای سرسختانه/ عیب‌جویی افراطی، طرحواره ناسازگار استحقاق/ بزرگ‌منشی و طرحواره ناسازگار خویش‌داری/ خودانضباطی بالاتر باشد.

با توجه به نتایج پژوهش حاضر مشخص گردید که ورزش و برخی تفاوت‌ها در ورزش می‌تواند سبب کاهش و یا افزایش میزان سطح طرحواره‌های ناسازگار اولیه گردد. این پژوهش نشان داد که سطح طرحواره‌های ناسازگار اولیه تحت برخی شرایط ورزش تغییر می‌نمایند. ماهیت ورزش شامل ورزش‌های تیمی و یا انفرادی سبب می‌گردد تا ورزشکاران از سطوح مختلفی از طرحواره‌های ناسازگار اولیه برخوردار باشند. پژوهش حاضر مشخص نمود که ورزشکاران تیمی از سطح طرحواره‌های ناسازگار اولیه بیش‌تری برخوردار می‌باشند. همچنین برد و باخت نیز یکی از مسائل مهم می‌باشد که بر سطوح طرحواره‌های ناسازگار اولیه تأثیرگذار می‌باشد و با برد ورزشکاران میانگین طرحواره‌های ناسازگار اولیه آنان کاهش می‌یابد.

تضاد منافع

نویسندگان این مقاله، هیچ نفع متقابلی از انتشار آن ندارند.

References

- Ahi, Q., Mohammadi, M. A., Evangelist, M. A. (2007). Reliability and validity of the Young Schema Questionnaire. *Psychology and Education Sciences*. 37, 20-20. [In Persian].
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Causes and treatment*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Boone, E., & Leadbeater, B. (2006). Game on: Diminishing risks for depressive symptoms in early adolescence through positive involvement in team sports. *Journal of Research on Adolescence*, 16(1), 79-90.
- Cyranowskim, J., Frank, E., Young, E. & Shear, M. (2000). Adolescent onset of the gender difference in lifetime rates of major depression: A theoretical model. *Archives of General Psychology*, 57(1), 21-27.
- Dimech, A., & Seiler, R. (2011). Extra-curricular sport participation: a potential buffer against social anxiety symptoms in primary school children, *Psychology of Sport and Exercise*. 12, 347-355.
- Donaldson, S., & Ronan, K. (2006). The effects of sports participation on young adolescents' emotional well-being, *Adolescence*. 41(162), 369-389.
- Findlay, L., & Coplan, R. (2008). Come out and play: Shyness in childhood and the benefits of organized sports participation, *Canadian Journal of Behavioural Science*. 40(3), 153-161.
- Gallagher, B. V., & Gardner, F. L. (2007). An examination of the relationship between early maladaptive schemas, coping, and emotional response to athletic injury, *Journal of Clinical Sport Psychology*. 1(1), 47-67.
- Gherghişan, A. I. (2015). The analysis of early maladaptive schemas which facilitate high performance in women handball and rugby players, *Sport Science Review*. 24(3-4), 145-169.
- Grand, D., & Goldberg, A. (2011). *This is your brain on sports: Beating blocks, slumps and performance anxiety for good! USA: Dog Ear Publishing*.
- Hansen, D., Larson, R., & Dworkin, J. (2003). What adolescents learn in organized youth activities? A survey of self-reported developmental experiences. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 25-55.
- Holt, N., Kingsley, B., Tink, L., & Scherer, J. (2011). Benefits and challenges associated with sport participation by children and parents from low-income families. *Psychology of Sport and Exercise*. 12, 490-499.
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities. *Educational and Psychological Measurement*. 30, 607-610.
- Lotfi, R., Dunavi, V., and Khosravi, Z. (2007). Comparison of Early Maladaptive Schemas in Soldiers with B Personality Disorders and Healthy Soldiers, *Journal of Army University of Medical Sciences of the Islamic Republic of Iran*. 5(2), 1266-1261. (In Persian)
- McBride, C., Farvolden, P., & Swallow, S. R. (2007). Major depressive disorder and cognitive schemas. In L. P. Riso, P. L. du Toit, D. J. Stein, & J. E. Young (Eds.), *Cognitive schemas and core beliefs in psychological problems: A scientist-practitioner guide* (pp. 11-39). Washington, DC: American Psychological Association.
- Nolen-Hoeksema, S. & Girgus, J. (1994). The emergence of gender differences in depression during adolescence, *Psychological Bulletin*. 115, 424-433.



- Nordahl, H. M., & Nysaeter, T. E. (2005). Schema therapy for patients with borderline personality disorder: a single case series, *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*. 36(3), 254-264.
- Pollock, P. H. (2001). Cognitive Analytic Therapy for adult survivors of childhood abuse. Chichester, England: Wiley.
- Reyhan, S., Gür, Y., Salehian, M.H. (2020). Effect of losing on early maladaptive schemata of individual male athletes, *African Educational Research Journal*, 8(1), 78-82.
- Salehian, M. H., Gursoy, R. (2020). The effect of winning on early maladaptive schema of female athletes, *African Educational Research Journal*, 8(2), 227-232.
- Smith, J. J., Eather, N., Morgan, P. J. (2014). The health benefits of muscular fitness for children and adolescents: A systematic review and meta-analysis, *Sports Medicine*. 44(9), 1209-1223.
- Shuandi, M., Karbala'i, A., & Sabet, M. (2015). Comparison of levels of anxiety, psychological adjustment, and early maladaptive schemas in professional and non-professional athletes. Paper presented at the Second International Conference on Research in Engineering, Science and Technology. United Arab Emirates, Dubai, March 4, 2015. (In Persian)
- Snyder, A., Martinez, J., Bay, R., Parsons, J., Sauers, E., & McLeod, T. (2010). Health-related quality of life differs between adolescent athletes and adolescent non-athletes, *Journal of Sport Rehabilitation*. 19, 237-248.
- Taliaferro, L. A., Eisenberg, M. E., Johnson, K. E., Nelson, T. F., & Neumark-Sztainer, D. (2011). Sport participation during adolescence and suicide ideation and attempts, *International Journal of Adolescent Medicine and Health*. 23(1), 3-10.
- Valois, R., Umstattd, M., Zullig, K., & Paxton, R. (2008). Physical activity behaviors and emotional self-efficacy: is there a relationship for adolescents? *Journal of School Health*. 78(6), 321-327.
- Waller, G., Meyer, C., & Ohanian, V. (2001). Psychometric properties of the long and short versions of the Young Schema Questionnaire: Core beliefs among bulimic and comparison women, *Cognitive Therapy and Research*, 25, 137-147.
- Wellburn, K., Coristine, M., Dagg, P., Pontefract, A., & Jordan, S. (2002). The schema questionnaire-short form: Factor analysis and relationship between schemas and symptoms. *Cognitive Therapy and Research*. 26, 519-530.
- Wiersma, L. D. (2001). Conceptualization and development of the sources of enjoyment in youth sport questionnaire, *Measurement in Physical Education and Exercise Science*. 5(3), 153-177.
- Wiersma, L., & Fifer, A. (2008). The schedule has been tough but we think it's worth it: The Joys, challenges, and recommendations of youth sport parents, *Journal of Leisure Research*. 40(4), 505-530.
- Young, J. (1990). Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach. Sarasota, FL: Professional Resource Press.
- Young, J. E. (1999). Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach (3rd Ed.). Sarasota, FL: Professional Resource Press.
- Young, J. E. (2002). The Young Schema Questionnaire: Short Form [on line]. Retrieved from www.schematherapy.com.



- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). Schema therapy: A practitioner's guide. New York: Guilford Press.