

The relationship between safety and social-communication experiences in sport: The mediating effect of coping skills

Seyed Hojjat Zamani Sani^{1,2} , Amir Shams³ , Zahra Fathirezaie^{1,2} , Georgian Badicu⁴ 
 and Yaser Abdolhasna Mahdi Almarzook¹ 

1- Corresponding author, Department of Motor Behavior, Faculty of Physical Education and Sport Science, University of Tabriz, Tabriz, Iran.

2- Brain & Movement Research Group, Research Center of Biosciences and Biotechnology (RCBB) University of Tabriz, Tabriz, Iran

3- Behavioral Sciences in Sport Research Group, Physical Education and Sport Sciences Research Institute, Tehran, Iran

4- Department of Physical Education and Special Motricity, Faculty of Physical Education and Mountain Sports, Transilvania University of Brasov, Brasov, Romania

Article Info

Article type:

Research Article

Article history:

Received 06 September 2025

Received in revised form 13 February 2025

Accepted 19 April 2026

Available online 22 June 2026

Keywords:

Coping skills, psychological safety, social experiences, sport.

ABSTRACT

Objective: Psychological safety in sport is a condition for expressing oneself, taking interpersonal risks, knowledge and understanding of mental health symptoms, and feeling supported and comfortable in seeking help from others. The present study aimed to examine the social experiences of athletes in relation to their perception of psychological safety with the moderating effect of coping skills.

Methods: For this purpose, 203 football players completed questionnaires on psychological safety in sport, psycho-biosocial experiences, and coping strategies in sport using a random cluster sampling method. Data were analyzed using correlation coefficient and path analysis statistical methods in SPSS23 and Smart PLS 3 statistical software.

Results: The results showed that there is a positive and significant relationship between social sports experiences and psychological safety and coping skills. It was also shown that there is a positive and significant relationship between psychological safety and coping skills. The results showed that social experiences in sport have the ability to predict psychological safety both directly and indirectly through coping strategies.

Conclusion: The results were discussed using theories related to psychological safety in sport and social experiences.

Cite this article: Mikaeil, L., Aghdasi, M. T., Fathi Rezaei, Z. Cold Executive Functions and Motor Skill Acquisition: Effects on Learning Speed and Performance of Open vs. Closed Skills Under Psychological Pressure in Novice Athletes. *Functional Research in Sport Psychology*, 2026;3(2):146-158. [10.22091/frs.2026.13821.1107](https://doi.org/10.22091/frs.2026.13821.1107)



© The Author(s).

Publisher: University of Qom.

DOI: [10.22091/frs.2026.13821.1107](https://doi.org/10.22091/frs.2026.13821.1107)

Extended Abstract**Introduction**

Research has shown that athlete psychological safety influences athlete-coach relationships through communication strategies including conflict management and openness. It has also been shown that all dimensions of the quality of athlete-coach relationships are related to psychological safety.

It has also been shown that high levels of psychological safety are related to a focus on motivation and positive results in business, and low levels of psychological safety are related to a focus on the self, self-discipline, interests, and preferences, and its benefits.

Popovich et al. (2020) also showed that individual indicators of psychological safety, especially those related to awareness of one's ability to control world events, such as the level of self-control, have a significant relationship with general levels of self-efficacy.

Fransen et al. (2020) showed that leadership leads to the formation of team identity and, as a result, increased athlete psychological safety, and psychological safety, on the one hand, leads to reduced burnout and increased health, and on the other hand, leads to improved teamwork and team cohesion, and, as a result, satisfaction with team performance.

Given the research background on possible relationships between variables, the present study aims to examine the potential model of direct and indirect relationships between social-communication experiences in sport and psychological safety in relation to coping skills in sport.

Methods

The present research method was a descriptive correlational type that was

created in order to reach a path analysis model of the relationships between variables. The research method was applied in terms of its nature and purpose, and data collection was carried out online and in the field. The statistical population of the research included football players in Tehran province, from which 10 teams were selected using cluster sampling. To calculate the number of people required with the G-Power software version 3.1.9.4, the effect size was considered to be 0.10, and alpha was considered to be 0.05. The minimum number required for the statistical sample was determined to be 110 people. However, considering the participation of athletes, 203 people in the age range of 18 to 25 years participated in the research.

Measurement

Personal information questionnaire (demographic): This questionnaire contained information about age, competitive levels, sports history, etc.

Social Experiences in Sport

The Psycho-Biotic-Social Experiences in Sport Scale is a semantic differentiation scale designed to separately assess psychobiosocial dimensions (Robaza et al., 2021). A new measure to assess distinct emotions and experiences related to performance in sport that are conceptualized in individual areas of optimal performance. This questionnaire consists of 30 items that load in 10 ways (including communication and social support factors). The validity of this questionnaire in Iran has been confirmed by Esmaili (1403). Cronbach's alpha for the social factor's subscale was 0.83.

Coping Skills

Gaudreau and Blondin (2002) introduced the Coping Skills in Competitive Sport Questionnaire, which includes two task-oriented dimensions (control of thoughts, imagery, relaxation, effort level, logical analysis, and support seeking) and emotion-

oriented dimensions (discharging unpleasant emotions, distracting thoughts, social withdrawal, and surrender/withdrawal) with 39 questions and a 5-point Likert scale (1 = not used to 5 = very used). The construct validity of this tool has been examined and proven by Hassani et al. (2014) through confirmatory factor analysis. Also, internal consistency through Cronbach's alpha for the entire scale was 0.77.

Psychological Security in Sport Questionnaire

This questionnaire was designed and developed by Rice et al. (2022). The questionnaire includes 11 items in three subscales of healthy mental environment, mental health literacy, and low self-esteem. The construct validity of this questionnaire is very high. Also, the convergent construct validity has shown a high correlation with health validity. The reliability of the instrument in the present study was obtained by Cronbach's alpha method for the entire scale of 0.81 and for the subscales between 0.76 and 0.85.

Statistical analysis

Data analysis was performed using correlation methods, linear regression, and Pearson's correlation coefficient in SPSS26 software and the path analysis method in PLS-SEM software.

Results

The results showed that there is a positive and significant relationship between social sports experiences and psychological security and coping skills. It was also shown that there is a positive and significant relationship between psychological security and coping skills. In order to examine the conceptual model of the relationship between variables, the measurement model was examined. The results showed that the factor loading coefficients of the measurement model with explicit variables have the ability to create latent variables in a meaningful way.

The results showed that the direct paths from social sports experiences to psychological security and coping skills are significant. Also, the direct path of coping skills to psychological security was significant. It was shown that psychosocial sports experiences can predict psychological security and coping skills. Coping skills were also able to predict psychological security in sports. Finally, the indirect path showed that social sports experiences can predict psychological security in sports through coping skills.

Conclusion

The present study was conducted in a community of soccer players to investigate the relationship between security and social-communication experiences in sports with the mediating effect of coping skills. The results showed that all three variables have a significant relationship with each other. It was also shown that social-communication experiences in sports have the ability to predict the psychological security of athletes both directly and indirectly through coping skills. As shown, social-communication experiences in sports were related to psychological security. Psychological security strengthens the athlete's sense of belonging to the team and club. He feels that he is part of a group and is accepted and supported. Also, when the athlete feels safe, it is easier for him to communicate with the coach, teammates, and other people related to sports. He can honestly express his opinions and feelings and listen to the opinions of others. Psychological security increases cooperation and empathy between athletes. They can work together, help each other, and rejoice in each other's successes. On the other hand, when athletes feel safe, the likelihood of conflicts and disagreements between them decreases. They can peacefully resolve their problems and maintain their relationships. Psychological safety helps create a supportive environment in sports. In this

environment, athletes support each other, motivate each other, and help each other through difficult times. It has also been shown that there is a positive relationship between social and communication experiences and coping skills. Positive social connections and social support play a key role in strengthening coping skills. Athletes who benefit from more emotional and social support usually perform better in the face of competitive challenges. Also, sports experiences, especially in competitive situations, help athletes learn coping skills experientially, and these experiences lead to strengthening the positive correlation between psychological experiences and coping skills.

Keywords: psychological safety, social-communication experiences, coping skills

Author Contributions

L.M. contributed to the conceptualization, methodology, investigation, data curation, formal analysis, and writing of the original draft. M.T.A. was responsible for supervision, project administration, methodology, validation, and writing—review and editing. Z.F.R. contributed to the conceptualization, resources, validation, and writing—review and editing. All authors have read and agreed to the published version of the manuscript. All authors have read and agreed to the published version of the manuscript.

All authors contributed equally to the conceptualization of the article and writing of the original and subsequent drafts.

Data Availability Statement

The datasets generated and analyzed during the current study are not publicly available due to ethical restrictions and privacy agreements concerning participant confidentiality. However, the corresponding author will consider reasonable requests for access to the anonymized data upon submission of a methodologically sound

proposal.

Acknowledgements

The authors extend their sincere gratitude to all the dedicated athletes who participated in this study, without whom this research would not have been possible. We also acknowledge the support provided by the staff and administrators at the training facilities.

Ethical considerations

This research was conducted in full compliance with the ethical principles for human research, aligning with the Declaration of Helsinki and the specific internal regulations of the Faculty of Physical Education and Sport Sciences at the University of Tabriz. Before the study commenced, a thorough explanation of its purpose, procedures, potential benefits, and any foreseeable risks, along with assurances regarding data confidentiality and the unwavering right to withdraw at any moment, was provided to both the participants and their parents or guardians. Written informed consent from parents and documented assent from the adolescents themselves were obtained. All participant data were meticulously coded and maintained with strict confidentiality, accessible exclusively to the research team. The intensity and content of the training sessions strictly adhered to the customary practices for beginner wushu training and were conducted under the direct supervision of qualified coaches. Participants were always afforded the opportunity to pause or rest as needed. Therefore, all ethical research guidelines were strictly observed, and no animals were utilized in this study.

Funding

This research did not receive any specific grant from funding agencies in the public, commercial, or not-for-profit sectors.

Conflict of interest

The authors declare no conflict of interest for this article.

رابطه بین امنیت و تجربیات اجتماعی-ارتباطی در ورزش: اثر میانجی مهارت‌های مقابله‌ای

سیدحجت زمانی ثانی^۱✉، امیر شمس^۲، زهرا فتحی رضائی^۱، جورجیان بادیکو^۴، یاسر عبدالحسن مهدی^۱
 المرزوک^۱

- ۱- نویسنده مسئول، گروه رفتار حرکتی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران
 ۲- گروه تحقیقاتی مغز و حرکت، مرکز تحقیقات علوم زیستی و زیست‌فناوری، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران
 ۳- گروه پژوهشی علوم رفتاری در ورزش، پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، تهران، ایران
 ۴- گروه تربیت بدنی و حرکات ویژه، دانشکده تربیت بدنی و ورزش‌های کوهستانی، دانشگاه ترانسیلوانیا، برانشوو، رومانی

اطلاعات مقاله	چکیده
نوع مقاله: مقاله پژوهشی	هدف: امنیت روانی در ورزش شرایطی است برای ابراز خود، انجام ریسک‌های بین فردی، دانش و فهم نشانگان سلامت روانی و احساس حمایت و راحتی در کمک‌گرفتن از دیگران. بدین منظور هدف تحقیق حاضر بررسی تجربیات اجتماعی ورزشکاران در رابطه با امنیت روانی آنها با اثر تعدیل‌کنندگی مهارت‌های مقابله‌ای بود.
تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۶/۱۵ تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۱۱/۲۴ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۵/۰۱/۳۰ تاریخ انتشار: ۱۴۰۵/۰۴/۰۱	روش‌ها: بدین منظور ۲۰۳ فوتبالیست به صورت نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی پرسشنامه‌های امنیت روانی در ورزش، تجربیات روانی-زیستی-اجتماعی و همچنین راهبردهای مقابله‌ای در ورزش را تکمیل کردند. داده‌ها با استفاده از روش‌های آماری ضریب همبستگی و تحلیل مسیر در نرم افزارهای آماری SPSS23 و SmartPLS 3 تحلیل شدند.
کلیدواژه‌ها:	یافته‌ها: نتایج نشان داد که رابطه مثبت و معناداری بین تجربیات اجتماعی ورزش با امنیت روانی و مهارت‌های مقابله‌ای وجود دارد. همچنین نشان داده شد که رابطه مثبت و معناداری بین امنیت روانی و مهارت‌های مقابله‌ای وجود دارد. نتایج نتایج تحلیل مسیر بیانگر این بود که تجربیات اجتماعی در ورزش هم به صورت مستقیم و هم به صورت غیرمستقیم از طریق راهبردهای مقابله‌ای توانایی پیش‌بینی امنیت روانی در ورزش را دارد.
امنیت روانی، تجربیات اجتماعی، مهارت‌های مقابله‌ای، ورزش	نتیجه‌گیری: نتایج با استفاده از نظریات مربوط به امنیت روانی در ورزش و تجارب اجتماعی بحث شدند و بر اهمیت آموزش مهارت‌های مقابله‌ای در ورزشکاران تأکید شد.

استناد: زمانی ثانی، سیدحجت؛ شمس، امیر؛ بادیکو، جورجیان؛ عبدالحسن مهدی المرزوک، یاسر. رابطه بین امنیت و تجربیات اجتماعی در ورزش: اثر میانجی مهارت‌های



مقابله‌ای. مطالعات عملکردی در روانشناسی ورزشی، ۱۴۰۵، ۳ (۲)، ۱۵۸-۱۴۶.
 DOI: [10.22091/frs.2026.13821.1107](https://doi.org/10.22091/frs.2026.13821.1107)

© نویسندگان.

ناشر: دانشگاه قم.

مقدمه

شیوع و گسترش نشانگان بیماری‌های روانی در ورزشکاران به اندازه‌ای است که می‌توان آن را با بیماری‌های روانی موجود در کل جامعه مقایسه کرد [۱، ۲]. بیماری روانی به‌عنوان گروهی از اختلالات گفته می‌شود که با تأثیر بر تفکر و رفتار، باعث ایجاد ناراحتی برای فرد مبتلا یا ایجاد ناتوانی در وی می‌شوند. در ورزشکاران عوامل خطرزا برای بیماری‌های روانی می‌تواند شامل آسیب‌های ورزشی، اضطراب عملکرد، عملکرد کمتر از ایده‌آل، کاهش هویت ورزشی، فشارهای روانی برای انتخاب شدن در تیم‌های ورزشی، کمال‌گرایی، ناامنی اقتصادی و بازنشستگی باشد [۳]. تحقیقات نشان داده‌اند که ورزشکاران نگرش‌های بسیار منفی‌تری نسبت به کمک گرفتن از دیگران نسبت به غیرورزشکاران دارند [۴، ۵]. عواملی که می‌تواند منجر به این رفتار ورزشکاران شود شامل انگ بیماری روانی، درک اشتباه از سرسختی ذهنی، و شایستگی‌های روانی پایین است. اگرچه سرسختی ذهنی یک عامل موفقیت ورزشی به حساب می‌آید، با این حال، تأکید بر سرسختی ذهنی در ورزش می‌تواند منجر به نتایج غیرعمدی مانند عدم تمایل به افشای علائم سلامت روان، یا مشکلات روانی اجتماعی (به علت ترس از آشکارسازی ضعیف بودن) یا جستجوی کمک و حمایت باشد [۶].

همچنین فرهنگ‌هایی که به سرسختی ذهنی به‌عنوان یک پاداش نگاه می‌کنند و نگرش برنده‌شدن به هر قیمتی را دارند، ممکن است امنیت روانی ورزشکاران را کاهش دهند که در نتیجه افشای آسیب‌پذیری، ورزشکار چه به‌صورت صریح و روشن و چه به‌صورت ضمنی ممنوع شده یا سرخورده می‌شود [۷]. همچنین ورزشکاران به علت مرتبط با شغل و حرفه خود ممکن است از افشای مشکلات روانی خودداری کنند. این عوامل می‌تواند کاهش احتمال انتخاب در ورزش، کاهش فرصت‌های رقابت و یا حتی عدم تمدید قرارداد ورزشی شود. هرکدام از این عوامل می‌تواند نشان‌دهنده ادراک ضعیف امنیت روانی ورزشکار در ورزش حرفه‌ای خود شود [۸].

امنیت روانی به احساس اطمینان از ریسک‌های بین فردی یا ایجاد ریسک بدون ترس از نتایج منفی تعریف می‌شود. امنیت روانی به‌عنوان یک شاخص کلیدی در تیم‌های با عملکرد بالا در ارتباطات، اعتماد و تصمیم‌گیری تحت فشار است [۹]. تحقیقات نشان داده‌اند که امنیت روانی با سلامت روانی و بهزیستی روان در ورزشکاران رابطه دارد. نتایج تحقیقات نشان می‌دهد که بین امنیت روانی و عملکرد ورزشی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد [۱۰]. در این راستا رابطه قوی بین کسب موفقیت، انگیزه ورزشی و امنیت ورزشی گزارش شده است [۱۱]. همچنین بین امنیت روانی و تاب‌آوری تیمی رابطه وجود داشته است و موجب کاهش تحلیل‌رفتگی ورزشی می‌شود [۱۲].

جعبه ابزار ورزشکاران نخبه در سلامتی روانی کمیته بین‌المللی المپیک امنیت روانی را به‌عنوان شرایط ورزشی که ورزشکاران در آن برای ابراز خود راحت هستند، می‌توانند ریسک‌های بین فردی را انجام دهند، دانش و فهم نشانگان سلامت روانی را دارند و احساس حمایت و راحتی در کمک گرفتن را دارند، تعریف کرده‌اند. در این مورد، امنیت روانی به‌عنوان یک محیط حمایتی برای بیماری‌های روانی و تسهیل شناسایی آن و پاسخ به نشانگان بیماری‌های روانی دیده می‌شود [۱۳].

والا و همکاران (۲۰۲۴) در بررسی مروری خود نشان دادند که امنیت روانی می‌تواند تحت تأثیر عوامل فردی و بین‌فردی، سازمانی محیطی و فرهنگی قرار بگیرد [۱۴]. ورزش محیطی فراهم می‌کند که اغلب همراه با تعاملات اجتماعی است. این تعامل و ارتباطات به‌عنوان بخش مهمی از تجربیات ورزشی شناخته می‌شوند. برای ورزشکاران، مربیان و مشاوران اهمیت دارد که تجربیات ورزشی وابسته به عملکرد و مشارکت ورزشی را شناسایی کنند. تجربیات اجتماعی ورزش سطوح جمعی و روابط در ورزش و تمرین را می‌سازند و سه بعد دارند. بعد فرآیندی، دربرگیرنده احساس مفید بودن (پایداری) و بی‌فایده بودن (ناپایداری) در اجرای تکالیف می‌باشد [۱۵]. بعد ارتباطی به مراودات اجتماعی مؤثر (معاشرتی) و نامؤثر (کم‌سخن) با هم‌تیمی‌ها و یا سایر اعضا می‌پردازد. اطلاع از تجربیات اجتماعی ورزشکاران و احساسات مربوط به هر مقوله ورزشی به آن‌ها کمک می‌کند تا از تجربیات ذهنی خود در حین ورزش، آگاه باشند.

در بررسی رابطه احتمالی بین امنیت روانی و تجربه روابط اجتماعی نشان داده شده است که امنیت روانی یک مفهوم در ساختار محیط سازمانی است و می‌تواند به‌صورت یک موضوع فردی اندازه‌گیری شود. این موضوع می‌تواند در مفاهیمی مانند پیشبرد رفتارهای خطرناک (مانند اجازه صحبت کردن در مورد رفتارهای ضعیف، به چالش کشیدن مربی، سؤال پرسیدن، گزارش دادن خطاها، جستجوی بازخورد یا پیشنهاد ایده جدید و همچنین ابراز نگرانی‌ها از سوی ورزشکار)؛ عدم وجود تهدید یا آسیب (عدم وجود قلدری توسط دیگران، رهایی از روابط تنش‌زا)؛ روابط بین فردی مثبت؛ ابراز حالت‌های هیجانی مثبت؛ عدم وجود اضطراب و ترس؛ برابری، مشمولیت و احترام؛ فرهنگ سازمانی، سیاست‌ها و قوانین؛ روابط و رفتارهای مربیگری؛ رفتارهای رهبری در تیم‌های ورزشی؛ رفتارهای والدین و والدگری در ورزش؛ فرهنگ و ارزش‌های جامعه؛ تعامل‌های اجتماعی؛ و عدم

وجود رفتارهای منفی دیده شود [۱۴].

تحقیقات نشان داده‌اند که امنیت روانی ورزشکاران بر روابط مربی-ورزشکار از طریق استراتژی‌های ارتباطی شامل مدیریت تعارض و گشودگی تأثیر دارد. همچنین نشان داده شده است که همه ابعاد کیفیت روابط مربی-ورزشکار با امنیت روانی رابطه دارد [۱۶]. علاوه بر این نشان داده شده است که سطوح بالای امنیت روانی با تمرکز بر انگیزش و نتایج مثبت در تجارت و سطوح پایین امنیت روانی با تمرکز بر خود، نظم و انضباط خود، علایق و تمایلات و مزایای آن رابطه دارد [۱۷]. پاپویچ و همکاران (۲۰۲۰) نیز نشان دادند که شاخص‌های امنیت روانی به صورت فردی، به ویژه آن‌هایی که با آگاهی از توانایی خود در کنترل رویدادهای جهان، مانند سطح خودکنترلی با سطوح عمومی خودکارآمدی رابطه معنادار دارد [۱۸]. فرانس و همکاران (۲۰۲۰) نشان دادند که رهبری منجر به تشکیل هویت تیمی و در نتیجه بالارفتن امنیت روانی ورزشکاران شده و امنیت روانی از یک سو منجر به کاهش تحلیل رفتگی و افزایش سلامت و از سوی دیگر منجر به بهبود کار تیمی و همبستگی تیمی و در نتیجه رضایت از عملکرد تیم می‌شود [۱۹]. باتوجه به پیشینه تحقیق در خصوص روابط احتمالی بین متغیرها، لذا تحقیق حاضر بر آن است تا مدل احتمالی روابط مستقیم و غیرمستقیم بین تجربیات ارتباطی-اجتماعی در ورزش و امنیت روانی را در ارتباط با مهارت‌های مقابله‌ای در ورزش بررسی کند.

روش پژوهش

طرح پژوهش

روش تحقیق حاضر از نوع توصیفی همبستگی بود که به منظور رسیدن به یک مدل تحلیل مسیر از روابط بین متغیرها ایجاد شد. روش پژوهش به لحاظ ماهیت و هدف کاربردی و جمع‌آوری داده‌ها به صورت برخط در شبکه‌های اجتماعی انجام شد.

شرکت کنندگان

جامعه آماری تحقیق شامل بازیکنان فوتبال استان تهران بود که از بین آنها ۱۰ تیم به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شد. برای محاسبه تعداد نفرات مورد نیاز با نرم افزار جی پاور نسخه ۳.۱.۹.۴ اندازه اثر برابر با ۰/۱۰، آلفا برابر با ۰/۰۵ در نظر گرفته شد. حداقل تعداد مورد نیاز برای نمونه آماری ۱۱۰ نفر تشخیص داده شد. با اینحال باتوجه مشارکت ورزشکاران ۲۰۳ نفر در دامنه سنی ۱۸ تا ۲۵ سال در تحقیق شرکت کردند.

ابزار

پرسشنامه اطلاعات فردی (جمعیت شناختی): این پرسشنامه حاوی اطلاعاتی در مورد سن، سطوح رقابتی، سابقه ورزشی و غیره بود.

تجربیات اجتماعی در ورزش

برای اندازه‌گیری تجربیات اجتماعی در ورزش از مقیاس افتراق معنایی تجربیات روانی-زیستی-اجتماعی در ورزش استفاده شد (روبازا و همکاران، ۲۰۲۱). یک معیار جدید برای ارزیابی احساسات مجزا و تجربیات مرتبط با عملکرد در ورزش که در مناطق فردی عملکرد بهینه مفهوم‌سازی شده است. این پرسشنامه شامل ۳۰ آیتم است که در ۱۰ حالت بارگذاری می‌شود (شامل عوامل ارتباطی و حمایت اجتماعی نیز است). روایی سنجی این پرسشنامه در ایران توسط اسماعیلی (۱۴۰۳) مورد تأیید قرار گرفته است [۲۰]. آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس عوامل اجتماعی ۰/۸۳ بدست آمده است. همچنین زمانی ثانی و همکاران (۱۴۰۴) در بررسی روایی و پایایی این ابزار شاخص SRMR برابر با ۰/۰۸ و مقدار NFI برابر ۰/۹۱ را گزارش کردند. همچنین همسانی درونی از طریق آلفای کرونباخ (۰/۷۳ تا ۰/۹۶) و همچنین پایایی ترکیبی (۰/۸۶ تا ۰/۹۶) نشان داد که آیتم‌های داخل هر خرده مقیاس همبستگی خوبی با همدیگر دارند علاوه بر این نتایج معیار فورنل لارکر تأییدی بر روایی و اگر بدست آمد. در این مطالعه، تنها از دو خرده‌مقیاس ارتباطی و حمایت اجتماعی این پرسشنامه استفاده شد که در کل متن به‌عنوان تجربیات اجتماعی در ورزش نامگذاری شده‌اند.

مهارت‌های مقابله‌ای

گادریو و بلوندین (۲۰۰۲) پرسشنامه مهارت‌های مقابله‌ای در ورزش رقابتی را که شامل دو بعد تکلیف مدار (کنترل افکار، تصویرسازی، آرام‌سازی، میزان تلاش، تحلیل منطقی، و جستجوی حمایت) و هیجان مدار (تخلیه هیجانات ناخوشایند، منحرف کردن افکار، کناره‌گیری اجتماعی و تسلیم شدن/عقب نشینی) با ۳۹ سؤال و مقیاس اندازه‌گیری لیکرت ۵ گزینه ای (۱=عدم استفاده تا ۵=استفاده بسیار زیاد) معرفی کردند [۲۱]. روایی سازه این ابزار توسط حسنی و همکاران (۱۳۹۳) از طریق تحلیل عامل تأییدی بررسی و ثابت شده است [۲۲]. شاخص‌های روایی سازه ۰/۹۶=CFI، ۰/۰۷=RMSEA، ۰/۷۸=PNFI گزارش شد. همچنین همسانی درونی از طریق آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۷۷ بدست آمده است.

آلفای کرونباخ برای بخش خود مدار ۰/۸۵ و برای بخش هیجان مدار برابر با ۰/۷۰ بدست آمد.

پرسشنامه امنیت روانی در ورزش

این پرسشنامه توسط رایس و همکاران (۲۰۲۲) طراحی و ساخته شده است [۲۳]. پرسشنامه شامل ۱۱ آیتم در سه خرده مقیاس محیط سالم روانی، سواد سلامت روان و خودانگاری پایین است. همچنین ضریب همبستگی برابر با ۰/۹۳ با سلامت روانی بیانگر روایی سازه همگرا بود. پایایی ابزار در تحقیق حاضر با روش آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۱ و برای خرده مقیاس های بین ۰/۷۶ تا ۰/۸۵ بدست آمد. مولوی نیا و همکاران (۲۰۲۴) نیز در بررسی روایی و پایایی این ابزار نشان دادند که برای خرده مقیاس های محیط سالم روانی، سواد سلامت روان و خودانگاری پایین پایایی ترکیبی به ترتیب برابر با ۰/۸۶، ۰/۸۳ و ۰/۷۲ و همسانی درونی به ترتیب برابر با ۰/۷۰، ۰/۷۳ و ۰/۷۰ بود [۲۴]. همبستگی بین نمره کل امنیت روانی ورزشی و با مؤلفه های بین ۰/۸۲۶ تا ۰/۸۷۱ بود. همچنین همبستگی بین نمره کل امنیت روانی با نگرانی برابر با ۰/۷۸۴- و با نشخوار فکری برابر با ۰/۶۷۵- بود که بیانگر روایی واگرایی سیاهه امنیت روانی ورزشی بود.

دست آمده است.

تحلیل داده ها

تجزیه و تحلیل داده ها با روش همبستگی، رگرسیون خطی و ضریب همبستگی پیرسون در نرم افزار SPSS26 و روش تحلیل مسیر در نرم افزار SmartPLS 3 انجام شد.

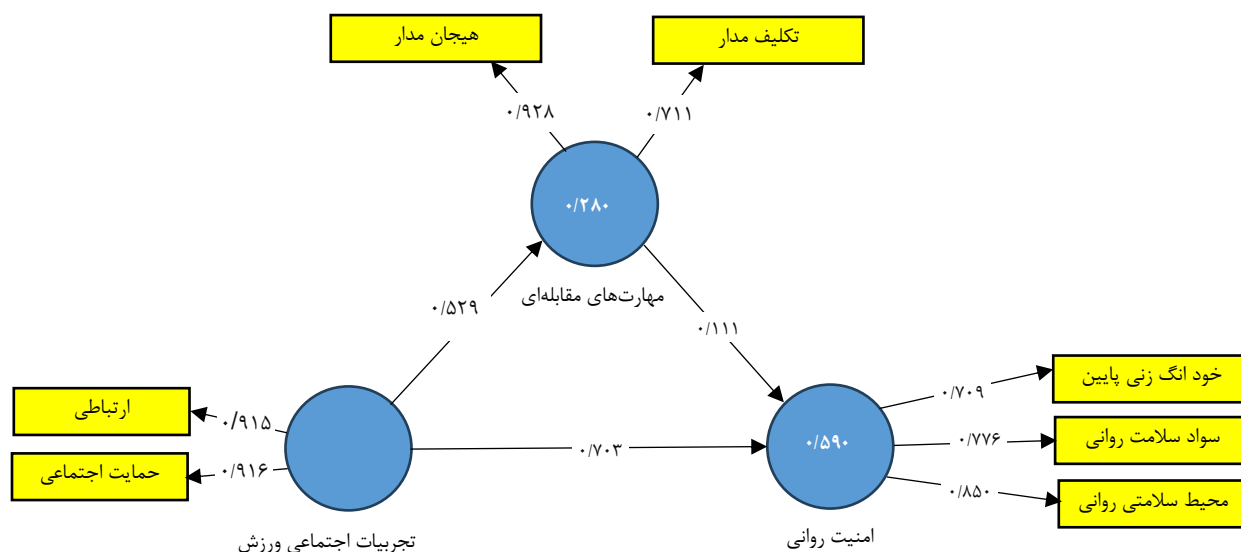
یافته ها

نتایج آماره های توصیفی شامل میانگین و آماره های استنباطی شامل ضریب همبستگی و سطح معناداری متغیرهای تحقیق در جدول ۱ بیان شده است.

جدول ۱. آماره های توصیفی و ضریب همبستگی پیرسون بین متغیرهای تحقیق

متغیر	آماره	تجربیات اجتماعی ورزش	مهارت های مقابله ای	امنیت روانی
مهارت های مقابله ای	ضریب همبستگی	۰/۳۷۱		
	سطح معناداری	۰/۰۰۰۱		
امنیت روانی	ضریب همبستگی	۰/۷۵۶	۰/۲۶۲	
	سطح معناداری	۰/۰۰۰۱	۰/۰۰۰۱	
میانگین		۱۰/۸۶	۳۱/۱۹	۹/۱۰
انحراف استاندارد		۳/۰۲	۲/۳۶	۲/۱۲

نتایج نشان داد که رابطه مثبت و معناداری بین تجربیات اجتماعی ورزشی با امنیت روانی و مهارت های مقابله ای وجود دارد. همچنین نشان داده شد که رابطه مثبت و معناداری بین امنیت روانی و مهارت های مقابله ای وجود دارد. به منظور بررسی مدل مفهومی رابطه بین متغیرها، مدل اندازه گیری مورد بررسی قرار گرفت. روایی همگرایی مدل براساس شاخص روایی همگرا (AVE) بررسی شد. نتایج نشان داد که میانگین واریانس به اشتراک گذاشته شده بین هر سازه با شاخص های خود قابل قبول است. این مقدار برای تجربیات اجتماعی ورزش، مهارت های مقابله ای و امنیت روانی به ترتیب برابر بود با ۰/۸۴، ۰/۵۷ و ۰/۵۲.



شکل ۱. بررسی روابط مدل تحلیل مسیر بین متغیرهای تحقیق (ضرایب بارهای عاملی و ضرایب مسیر)

شاخص‌های برازش مدل به این شرح بدست آمد که بیانگر مناسب بودن آنها برای ایجاد یک مدل تحلیل مسیر بود:

$$SRMR = 0.072, NFI = 0.91, Chi-Square = 0.74$$

جدول ۲. آماره‌های متغیرهای آشکار بر متغیرهای پنهان

سطح معناداری	آماره T	انحراف استاندارد تخمین	میانگین	
0.0001	85/90	0.011	0.91	تجربیات اجتماعی ورزش -> ارتباطی
0.047	2/83	0.166	0.30	مهارت‌های مقابله‌ای -> تکلیف مدار
0.0001	78/55	0.012	0.91	تجربیات اجتماعی ورزش -> حمایت اجتماعی
0.0001	9/36	0.066	0.61	امنیت روانی -> خود انگ زنی پایین
0.0001	20/41	0.031	0.77	امنیت روانی -> سواد سلامتی
0.0001	41/37	0.021	0.85	امنیت روانی -> محیط سلامتی روانی
0.0001	18/36	0.051	0.92	مهارت‌های مقابله‌ای -> هیجان مدار

نتایج جدول ۲ نشان داد که ضرایب بارهای عاملی مدل اندازه‌گیری با متغیرهای آشکار قابلیت ایجاد متغیرهای پنهان را به صورت معناداری دارند. با اینحال باید مدنظر داشت که عامل مهارت‌های مقابله‌ای -> تکلیف مدار با سطح معناداری 0.047 و بار عاملی 0.30 مقدار بالایی نیست و در تحقیقات آتی بایستی مورد بررسی مجدد قرار گیرد.

جدول ۳. ضرایب مسیرهای مستقیم تحلیل مسیر

سطح معناداری	آماره T	انحراف استاندارد	میانگین نمونه	
0.0001	16/61	0.042	0.703	تجربیات اجتماعی ورزش -> امنیت روانی
0.0001	10/26	0.052	0.529	تجربیات اجتماعی ورزش -> مهارت‌های مقابله‌ای
0.035	2/11	0.052	0.111	مهارت‌های مقابله‌ای -> امنیت روانی

نتایج جدول ۳ نشان داد که مسیرهای مستقیم ناشی از تجربیات اجتماعی ورزش به سمت امنیت روانی و همچنین مهارت‌های مقابله‌ای معنادار است. همچنین مسیر مستقیم مهارت‌های مقابله‌ای به سمت امنیت روانی معنادار بود. نشان داده شد که تجربیات روانی اجتماعی ورزش می‌تواند امنیت روانی و مهارت‌های مقابله‌ای را پیش‌بینی کند. همچنین مهارت‌های مقابله‌ای توانستند امنیت روانی در ورزش را پیش‌بینی کنند.

در نهایت مسیر غیرمستقیم نشان داد که تجربیات اجتماعی ورزش از طریق مهارت‌های مقابله‌ای می‌تواند امنیت روانی در ورزش را پیش‌بینی کند (جدول ۴).

جدول ۴. ضرایب مسیر غیرمستقیم تحلیل مسیر

میانگین نمونه	انحراف استاندارد	آماره T	سطح معناداری
۰/۰۵۹	۰/۰۲۷	۲/۱۵	۰/۰۳۲
تجربیات اجتماعی ورزش -> مهارت‌های مقابله‌ای -> امنیت روانی			

بحث

تحقیق حاضر در یک جامعه فوتبالیست‌ها به منظور بررسی رابطه بین امنیت و تجربیات اجتماعی-ارتباطی در ورزش با اثر میانجی مهارت‌های مقابله‌ای انجام شد. نتایج نشان داد که هر سه متغیر با همدیگر رابطه معناداری دارند. همچنین نشان داده شد که تجربیات اجتماعی در ورزش توانایی پیش‌بینی امنیت روانی ورزشکاران را هم به صورت مستقیم و هم به صورت غیرمستقیم از طریق مهارت‌های مقابله‌ای دارد. نتایج تحقیق حاضر با نتایج جوت و همکاران (۲۰۲۳) همخوانی داشت [۱۶]. آن‌ها نیز نشان دادند که امنیت روانی ورزشکاران بر روابط مربی-ورزشکار از طریق استراتژی‌های ارتباطی شامل مدیریت تعارض و گشودگی تأثیر دارد. همچنین نشان داده شده است که همه ابعاد کیفیت روابط مربی-ورزشکار با امنیت روانی رابطه دارد. همچنین نتایج تحقیق حاضر با یافته‌های کروکوس و یاجیمک (۲۰۱۸) تا حدودی همخوانی داشت [۲۵]. آن‌ها نیز نشان دادند که درک انواع استرس در ورزش می‌تواند با برخی ابعاد مهارت‌های مقابله‌ای رابطه داشته باشد.

علاوه بر این مشخص شد که رابطه مستقیم بین تجربیات اجتماعی و امنیت روانی بسیار قوی‌تر از رابطه غیرمستقیم بین تجربیات روانی، مهارت‌های مقابله‌ای و امنیت روانی در ورزش است. به نظر می‌رسد اگرچه مهارت‌های مقابله‌ای توانایی تقویت این مسیر را دارند، با این حال احتمالاً به علت اینکه مهارت‌های مقابله‌ای به صورت مجزا در این رابطه بررسی نشده‌اند و به عنوان یک متغیر ساختاری از مجموع مهارت‌های مقابله‌ای از آن‌ها در مدل تحلیل مسیر استفاده شده است، لذا پیشنهاد می‌شود تحقیقات آتی با در نظر گرفتن انواع مهارت‌های مقابله‌ای، مسیرها، ضرایب همبستگی و در نهایت مسیرهای غیرمستقیم را بررسی کنند.

همان‌طور که نشان داده شد تجربیات اجتماعی در ورزش با امنیت روانی رابطه داشت. امنیت روانی باعث تقویت حس تعلق ورزشکار به تیم و باشگاه می‌شود. او احساس می‌کند که بخشی از یک گروه است و مورد پذیرش و حمایت قرار می‌گیرد. همچنین وقتی ورزشکار احساس امنیت می‌کند، راحت‌تر می‌تواند با مربی، هم‌تیمی‌ها و سایر افراد مرتبط با ورزش ارتباط برقرار کند. او می‌تواند نظرات و احساسات خود را به طور صادقانه بیان کند و به نظرات دیگران گوش دهد. امنیت روانی باعث افزایش همکاری و همدلی بین ورزشکاران می‌شود. آن‌ها می‌توانند با هم کار کنند، به یکدیگر کمک کنند و از موفقیت‌های یکدیگر خوشحال شوند.

از سوی دیگر وقتی ورزشکاران احساس امنیت می‌کنند، احتمال بروز تعارضات و اختلافات بین آن‌ها کاهش می‌یابد. آن‌ها می‌توانند به طور مسالمت‌آمیز مشکلات خود را حل کنند و روابط خود را حفظ کنند.

امنیت روانی به ایجاد یک محیط حمایتی در ورزش کمک می‌کند. در این محیط، ورزشکاران از یکدیگر حمایت می‌کنند، به یکدیگر انگیزه می‌دهند و در زمان‌های سخت به یکدیگر کمک می‌کنند.

همچنین نشان داده شد که رابطه مثبتی بین تجربیات اجتماعی با مهارت‌های مقابله‌ای وجود دارد. ارتباطات مثبت اجتماعی و حمایت‌های اجتماعی نقش کلیدی در تقویت مهارت‌های مقابله‌ای دارند. ورزشکارانی که از حمایت‌های عاطفی و اجتماعی بیشتری بهره‌مند هستند، معمولاً در مواجهه با چالش‌های رقابتی بهتر عمل می‌کنند. همچنین تجربیات ورزشی، به ویژه در شرایط رقابتی، به ورزشکاران کمک می‌کند تا مهارت‌های مقابله‌ای را به طور تجربی یاد بگیرند و این تجربیات به تقویت همبستگی مثبت بین تجربیات روانی و مهارت‌های مقابله‌ای می‌انجامد [۲۶].

از یک سو ورزش‌های گروهی و تیمی، فرصت‌هایی برای برقراری روابط اجتماعی مثبت فراهم می‌آورند. این ارتباطات باعث افزایش اعتماد به نفس و احساس حمایت می‌شود، که ورزشکاران را در مواجهه با استرس‌ها و چالش‌ها مقاوم‌تر می‌کند و مهارت‌های مقابله‌ای‌شان را توسعه می‌دهد [۲۷]. همچنین مواجهه ورزشکاران با بحران‌های تیمی که نیازمند حل مسئله و همکاری است، سبب تقویت مهارت‌های مقابله‌ای می‌شود و زمینه‌ساز ارتباطات مؤثر و مثبت می‌گردد [۲۸]. لذا تبادل اطلاعات، انگیزه‌بخشی، و آموزش در محیط‌های ورزشی معمولاً در قالب روابط نزدیک و مؤثر صورت می‌گیرد [۲۹]. این ارتباطات موجب افزایش مهارت‌های اجتماعی، اعتمادبه‌نفس، و آرامش در مواجهه با فشارهای ورزشی می‌شود، که هر دو عامل مهم در توسعه مهارت‌های مقابله‌ای هستند.

علاوه بر این نقش مربیان و الگوهای ورزشی بر روی ورزشکاران، به‌ویژه در شکل‌گیری مهارت‌های مقابله‌ای و تجربیات اجتماعی، بسیار مهم است. مربیان حمایت‌کننده و پاسخگو باعث بهبود مهارت‌های اجتماعی و مقابله‌ای ورزشکاران می‌شوند. در واقع در پروسه ورزش‌های تیمی، ورزشکاران مهارت‌هایی مانند همکاری، همدلی، و حل تعارض را می‌آموزند، که مهارت‌های مقابله‌ای را تقویت می‌کنند [۳۰]. همان‌طور که ذکر شد این رابطه می‌تواند دوسویه باشد: مهارت‌های مقابله‌ای مؤثر منجر به کاهش استرس و اضطراب، ارتقاء اعتمادبه‌نفس، بهبود مهارت‌های حل مسئله و تداوم و پایداری روابط و انگیزه برای انسجام و پیوستگی گروهی می‌شود که می‌تواند تجربیات روابط اجتماعی و ارتباطی در داخل تیم را بهبود بخشد [۳۱]. در ادامه نشان داده شد که مهارت‌های مقابله‌ای با امنیت روانی ورزشکاران رابطه مثبت و معنادار دارد. مهارت‌های مقابله‌ای مؤثر منجر به کاهش استرس و اضطراب و توانایی در مدیریت فشارهای روانی، افزایش اعتماد به نفس [۳۲] و خودکارآمدی در مواجهه با چالش‌های ورزشی و افزایش احساس کنترل شخصی [۱۸]، تقویت مهارت‌های حل مسئله و کاهش اثرات منفی فشارهای روانی (مانند اضطراب) و افزایش تاب‌آوری (در مقابل شکست‌ها) ورزشکاران می‌شود [۳۳، ۳۴] که همه این موارد می‌تواند امنیت روانی در ورزش را افزایش دهد.

نتیجه‌گیری

تحقیق حاضر روابط تجربیات اجتماعی در ورزش با امنیت روانی به صورت مستقیم و همچنین از طریق مهارت‌های مقابله‌ای به صورت غیرمستقیم را نشان داد، به طوری که رابطه مستقیم بسیار قوی‌تر و رابطه غیرمستقیم اگرچه ضعیف ولی معنادار بود. به طوری که پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آتی حتماً مهارت‌های مقابله‌ای به صورت مجزا مورد بررسی قرار گیرند. با اینحال تعمیم نتایج تحقیق با محدودیت‌هایی مواجه است که باید مدنظر قرار بگیرد. تحقیق حاضر به صورت گذشته نگر انجام شد که تحقیقات آتی به روش مداخله‌ای را توصیه می‌کند. همچنین باتوجه به خودگزارشی بودن پژوهش، احتمال سوگیری مثبت اجتماعی در نتایج وجود دارد. علاوه بر این تعمیم نتایج به سایر ورزش‌ها نیازمند بررسی شرایط ورزشکاران در ورزش‌های تیمی و انفرادی و همچنین اثر جنسیت در این رابطه است. تحقیقات نشان داده‌اند که تفاوت‌های جنسیتی در درک میزان امنیت روانی در ورزش و همچنین میزان استفاده از مهارت‌های مقابله‌ای وجود دارد.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش

این پژوهش با رعایت کامل اصول اخلاقی پژوهش در انسان، مطابق با بیانیه هلسینکی و ضوابط داخلی دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تبریز انجام شد. مشارکت مشارکت کنندگان داوطلبانه بود؛ پیش از شروع، هدف، مراحل اجرا، منافع و مخاطرات احتمالی، محرمانگی اطلاعات و حق انصراف در هر زمان به شرکت‌کنندگان و والدین/سرپرستان آنان توضیح داده شد؛ رضایت‌نامه کتبی والدین و موافقت آگاهانه نوجوانان اخذ شد. اطلاعات به‌صورت کدگذاری شده و محرمانه نگهداری شد و صرفاً در اختیار تیم پژوهش قرار داشت. شدت و محتوای تمرین‌ها در چارچوب روال متعارف تمرین ووشوی مبتدیان و زیر نظر مربیان واجد صلاحیت بوده و امکان توقف یا استراحت در هر زمان فراهم شد؛ لذا کلیه مصادیق اخلاق پژوهش رعایت شده و از حیوانات استفاده نشده است.

مشارکت نویسندگان

سهم هر نویسنده در انجام پژوهش.

نویسندگان پژوهش حاضر در مراحل اجرا، مشارک یکسانی داشتند و نویسنده اول، مسئولیت پژوهش را به عهده دارد.

حامی مالی

در پژوهش حاضر از هیچ‌گونه منبع تأمین مالی در بخش، عمومی، تجاری، و غیردولتی استفاده نشده است.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، این مقاله تعارض منافع ندارد.

سپاسگزاری

نویسندگان مراتب قدردانی خود را از ورزشکاران نوجوان شرکت‌کننده در این پژوهش، و همچنین والدین و مربیان ایشان به پاس حمایت و همکاری ارزشمندشان ابراز می‌دارند.

منابع

حسینی، ف.، شهایی کاسب، م. ر.، و زیدآبادی، ر. (۱۳۹۳). ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی پرسشنامه راهبردهای مقابله‌ای ورزشکاران در ورزش رقابتی. *مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۱۰، ۱-۳۴. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.23452978.1393.3.10.1.5>

مولوی‌نیا، س.، بادامی، ر.، و مشکاتی، ز. (۱۴۰۳). ویژگی‌های روان‌سنجی سیاهه ایمنی روان‌شناختی ورزشی: نسخه فارسی. *روان‌شناسی ورزشی*، ۱۶ (۲)، ۲۰۷-۱۸۸. https://mbasp.sbu.ac.ir/article_104813.html

References

- Bauman NJ. The stigma of mental health in athletes: are mental toughness and mental health seen as contradictory in elite sport?. *British journal of sports medicine*. 2016;50(3):135-6. <http://doi.org/10.1136/bjsports-2015-095570>
- Belem IC, Caruzzo NM, Nascimento JR, Vieira JL, Vieira LF. Impact of coping strategies on resilience of elite beach volleyball athletes. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*. 2014;16(04):447-55. <http://dx.doi.org/10.5007/1980-0037.2014v16n4p447>
- Blynova O, Kruglov KO, Semenov OL, Los OK, Popovych I. Psychological safety of the learning environment in sports school as a factor of achievement motivation development in young athletes. *Journal of physical education and sport*. 2020;20(1):14-23. <http://doi.org/10.7752/jpes.2020.01002>
- Blynova O, Popovych I, Huiias I, Radul S, Borozentseva T, Strilets-Babenko O, Minenko O. Psychological safety of the educational space in the structure of motivational orientation of female athletes: a comparative analysis. *Journal of Physical Education and Sport*. 2022;22(11):2723-32. <http://doi.org/10.7752/jpes.2022.11346>
- Brady A, Alleyne R. Resilience and growth mindset in sport and physical activity. In: *Positive psychology in sport and physical activity*, 2017, (pp. 102-114). Routledge. <https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9781315304397-9/resilience-growth-mindset-sport-physical-activity-abbe-brady-rudy-alleyne>
- Castaldelli-Maia JM, e Gallinaro JG, Falcão RS, Goutteborge V, Hitchcock ME, Hainline B, Reardon CL, Stull T. Mental health symptoms and disorders in elite athletes: a systematic review on cultural influencers and barriers to athletes seeking treatment. *British Journal of Sports Medicine*. 2019;53(11):707-21. <http://doi.org/10.1136/bjsports-2019-100710>
- Edmondson A. Psychological safety and learning behavior in work teams. *Administrative science quarterly*. 1999;44(2):350-83. <https://doi.org/10.2307/2666999>
- Esmaili, M. the relashioship of psychobiosocial experiences and burnout in athletes. MS thesis, University of Tabriz. [in Persian].
- Fransen K, McEwan D, Sarkar M. The impact of identity leadership on team functioning and well-being in team sport: Is psychological safety the missing link?. *Psychology of Sport and Exercise*. 2020;51:101763. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101763>
- Gaudreau, P., & Blondin, J. P. (2002). Development of a questionnaire for the assessment of coping strategies employed by athletes in competitive sport settings. *Psychology of Sport and Exercise*, 3 (1), Pp: 1-34. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(01\)00017-6](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(01)00017-6)
- González-García H, Martinent G, Nicolas M. Group cohesion profiles in athletes: Relationships with two waves of coping and affects in competition. *International Journal of Sports Science & Coaching*. 2024;19(4):1490-501. <https://doi.org/10.1177/17479541231210190>
- Goutteborge V, Castaldelli-Maia JM, Gorczynski P, Hainline B, Hitchcock ME, Kerkhoffs GM, Rice SM, Reardon CL. Occurrence of mental health symptoms and disorders in current and former elite athletes: a systematic review and meta-analysis. *British journal of sports medicine*. 2019;53(11):700-6. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2019-100671>
- Gulliver A, Griffiths KM, Christensen H. Barriers and facilitators to mental health help-seeking for young elite athletes: a qualitative study. *BMC psychiatry*. 2012;12:1-4. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-12-157>
- Gunes E, Yetim A. Coping with stress and self-confidence in athletes: A Review. *Journal of Theory and Practice in Sport*. 2023;2(1):46-63. <https://dergipark.org.tr/en/pub/jtps/issue/77932/1279344>

- Hassani, F; Shahabi Kaseb, M.R; Zeidabadi, R. Psychometric properties of the Persian version of the Athletes' Coping Strategies Questionnaire in Competitive Sports. *Sports Psychology Studies*, 2014; 10: 1-24. [in Persian]. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.23452978.1393.3.10.1.5>
- International Olympic Committee. (2021). IOC mental health in elite athlete's toolkit. <https://stillmed.olympics.com/media/Document%20Library/IOC/Athletes/Safe-Sport-Initiatives/IOC-Mental-Health-In-Elite-Athletes-Toolkit-2021.pdf>
- Jowett S, Do Nascimento-Júnior JR, Zhao C, Gosai J. Creating the conditions for psychological safety and its impact on quality coach-athlete relationships. *Psychology of Sport and Exercise*. 2023;65:102363. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102363>
- Krokosz, D., & Jochimek, M. (2018). Coping strategies, perception of sport risk and satisfaction with life in men and women practicing extreme sports. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 10(4), 22. <https://doi.org/10.29359/BJHPA.10.4.22>
- Mira T, Jacinto M, Costa AM, Monteiro D, Diz S, Matos R, Antunes R. Exploring the relationship between social support, resilience, and subjective well-being in athletes of adapted sport. *Frontiers in Psychology*. 2023;14:1266654. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1266654>
- Molaviniya, S., Badami, R., Meshkati, Z. Psychometric Properties of the Sport Psychological Safety Inventory: The Persian Version. *Sports Psychology*, 2024; 16(2): 188-207. In Persian https://mbasp.sbu.ac.ir/article_104813.html
- Morgan PB, Fletcher D, Sarkar M. Developing team resilience: A season-long study of psychosocial enablers and strategies in a high-level sports team. *Psychology of Sport and Exercise*. 2019;45:101543. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101543>
- Moustakas L. Sport for social cohesion: Transferring from the pitch to the community?. *Social Sciences*. 2022;11(11):513. <https://doi.org/10.3390/socsci11110513>
- Newman A, Donohue R, Eva N. Psychological safety: A systematic review of the literature. *Human resource management review*. 2017;27(3):521-35. <https://doi.org/10.1016/j.hrmr.2017.01.001>
- Nicholls AR, Perry JL. Perceptions of coach-athlete relationship are more important to coaches than athletes in predicting dyadic coping and stress appraisals: an actor-partner independence mediation model. *Frontiers in psychology*. 2016;7:447. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00447>
- Popovych I, Blynova O, Halian IH, Savchuk OL. Self-efficacy of future athletes with different levels of psychological safety. *Journal of Physical Education and Sport*. 2020;20(5):2718-24. <https://doi.org/10.7752/jpes.2020.05370>
- Purcell R, Rice S, Butterworth M, Clements M. Rates and correlates of mental health symptoms in currently competing elite athletes from the Australian national high-performance sports system. *Sports Medicine*. 2020;50:1683-94. <https://doi.org/10.1007/s40279-020-01266-z>
- Reardon CL, Hainline B, Aron CM, Baron D, Baum AL, Bindra A, Budgett R, Campriani N, Castaldelli-Maia JM, Currie A, Derevensky JL. Mental health in elite athletes: International Olympic Committee consensus statement (2019). *British journal of sports medicine*. 2019;53(11):667-99. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2019-100715>
- Rice S, Walton CC, Pilkington V, Gwyther K, Olive LS, Lloyd M, Kountouris A, Butterworth M, Clements M, Purcell R. Psychological safety in elite sport settings: a psychometric study of the Sport Psychological Safety Inventory. *BMJ open sport & exercise medicine*. 2022;8(2). <https://doi.org/10.1136/bmjsem-2021-001251>
- Robazza, C., Ruiz, M. C., & Bortoli, L. (2021). Psychobiosocial experiences in sport: development and initial validation of a semantic differential scale. *Psychology of Sport and Exercise*, 55, 101963. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101963>
- Shen YE. Relationships between self-efficacy, social support and stress coping strategies in Chinese primary and secondary school teachers. *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*. 2009;25(2):129-38. <https://doi.org/10.1002/smi.1229>
- Smittick AL, Miner KN, Cunningham GB. The "I" in team: Coach incivility, coach gender, and team performance in women's basketball teams. *Sport Management Review*. 2019;22(3):419-33. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2018.06.002>
- Stevenson, D. M. Decision making skill and complex problem solving in team sports. 2013; PhD thesis, University of Stirling. <http://hdl.handle.net/1893/20389>
- Vella SA, Mayland E, Schweickle MJ, Sutcliffe JT, McEwan D, Swann C. Psychological safety in sport: A systematic review and concept analysis. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. 2024;17(1):516-39. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2022.2028306>
- Watson JC. College student-athletes' attitudes toward help-seeking behavior and expectations of counseling services. *Journal of College Student Development*. 2005;46(4):442-9. <https://doi.org/10.1353/csd.2005.0044>