



# The Role of Trust and Cultural Considerations in Enhancing the Acceptance of Sport Psychology Counseling among Student Athletes

Sahar Mahmoudi <sup>1\*</sup>, Rozita Naghiloo <sup>2</sup>

1. Ph.D student of motor behavior, University of Tehran, Tehran, Iran

2. Ph.D student of sport psychology, University of Tehran, Tehran, Iran

## Abstract

This research examines The Role of Trust and Cultural Considerations in Enhancing the Acceptance of Sport Psychology Counseling among Student Athletes. Given the importance of mental health in enhancing athletes' performance, the primary objective of this study is to identify the factors influencing athletes' positive or negative attitudes towards psychological counseling services. This descriptive-correlational study included 100 student athletes from Tehran, and data were collected using standardized questionnaires. The results of statistical analyses indicate that trust in sports psychologists has a significant positive effect on athletes' attitudes, and increasing this trust can lead to greater acceptance of sports psychology counseling services. The findings also emphasize that creating a supportive environment and raising awareness about the importance of psychological counseling can contribute to improving mental health and athletic performance. These results suggest that sports and educational organizations should design and implement appropriate educational and informational programs regarding sports psychology counseling.

## Article information

**Received:** 28 January 2025

**Revised:** 16 February 2025

**Accepted:** 26 February 2025

**Published:** 28 February 2025



## Keywords:

Athletes, counseling, sports psychology, trust, cultural considerations.

## How to Cite This Article:

Mahmoudi, S. and Naghiloo, R. (2025). The Role of Trust and Cultural Considerations in Enhancing the Acceptance of Sport Psychology Counseling among Student Athletes. *Journal of Sport Management Knowledge*, 2(2), 153-168. <https://doi.org/10.22034/jsmk.2025.67050.1105>

\* Corresponding author: [sahar.mahmoudi786@ut.ac.ir](mailto:sahar.mahmoudi786@ut.ac.ir)



## EXTENDED ABSTRACT

## INTRODUCTION

Recent advances in the field of sports performance have increasingly emphasized the synergistic role of mental and physical capabilities in enhancing athletic outcomes (Lindsay, 2023). The integration of psychological skills with physical competencies enables athletes not only to optimize their physiological functioning but also to effectively cope with psychological stressors and competitive pressures (Jones et al., 2007; Sheard & Glebe, 2006). This dual-focus perspective has significantly contributed to the evolution of sport psychology as a vital component of athletic coaching and health support systems (Reis-Bosio et al., 2022). As an applied science, sport psychology aims to strengthen cognitive strategies such as focus, anxiety regulation, and motivation, allowing athletes to reach optimal performance under high-pressure conditions (Weinberg & Gould, 2023; Brown et al., 2017). One critical area within sport psychology is the attitude of athletes toward seeking psychological counseling services, which is influenced by a multitude of individual, cultural, and contextual factors (Martin et al., 1997; Vogel et al., 2007). Especially among female university athletes—who represent a unique demographic actively balancing academic and competitive responsibilities—understanding these attitudes is crucial. This study explores the psychological components most valued by these athletes in sport psychology counseling, seeking to identify how such components influence their decision-making and overall performance.

## METHODOLOGY

This study was designed with the aim of prioritizing the components of student-athletes' attitudes toward sport psychology counseling. The research method is descriptive-correlational, and the variables were analyzed using correlation analyses and structural equation modeling (SEM). The statistical population included 100 athlete students (50 females and 50 males) in Tehran in the year 1403 (2025). The final sample was selected through convenience sampling. Considering that the questionnaire contained 25 items, the sample size of 100 participants meets scientific and statistical standards. Data were collected using the Sport Psychology Attitudes Questionnaire by Martin et al. (2002), and analyzed through SPSS and PLS software.

## RESULTS

**Table 1.** Findings Related to Path Analysis

| Path Relationship                                                                         | $\beta$ | t-value | P values |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|----------|
| Attitude toward Sport Psychology Counseling $\rightarrow$ Trust in the Sport Psychologist | 0.93    | 133.21  | 0.001    |
| Attitude toward Sport Psychology Counseling $\rightarrow$ Tolerance of Social Stigma      | 0.90    | 87.03   | 0.001    |
| Attitude toward Sport Psychology Counseling $\rightarrow$ Cultural Preference             | 0.84    | 50.88   | 0.001    |
| Attitude toward Sport Psychology Counseling $\rightarrow$ Personality Openness            | 0.90    | 65.68   | 0.001    |

Table 1 presents the findings of the path analysis, which examine the relationships between various variables in the study. It shows how the independent variable (attitude toward sport psychology counseling) influences the dependent constructs, providing the path coefficients ( $\beta$ ), t-values, and significance levels (p-values) for each relationship. The results indicate that certain variables, such as trust in the sport psychologist and tolerance of social stigma, have a stronger impact on the attitude toward sport psychology counseling, while other components show comparatively lower but still significant effects.

**Table 2.** Findings Related to Validity, Reliability, and Model Fit

| Component                   | R <sup>2</sup> | AVE   | CR    | Cronbach's Alpha | SRMR  |
|-----------------------------|----------------|-------|-------|------------------|-------|
| Trust in Sport Psychologist | 0.866          | 0.651 | 0.912 | 0.910            | 0.097 |
| Tolerance of Social Stigma  | 0.820          | 0.592 | 0.888 | 0.885            |       |
| Cultural Preference         | 0.719          | 0.688 | 0.855 | 0.848            |       |
| Personality Openness        | 0.816          | 0.606 | 0.896 | 0.890            |       |

The structural model fit results indicate that the components—trust in the sport psychologist, tolerance of social stigma, cultural preference, and personality openness—demonstrate acceptable values of coefficient of determination ( $R^2$ ), average variance extracted (AVE), composite reliability (CR), and Cronbach's alpha, all reflecting strong model reliability and validity. Trust in the sport psychologist shows the highest  $R^2$  (0.866) and CR (0.912), with a Cronbach's alpha of 0.910, indicating high internal consistency. The SRMR value of 0.097 for this component further confirms

an acceptable model fit. Similarly, tolerance of social stigma ( $R^2 = 0.820$ , AVE = 0.592, CR = 0.888) shows adequate internal consistency and convergent validity. Cultural preference and personality openness also report high AVE and CR values, confirming the robustness of the measurement model across all constructs.

## DISCUSSION AND CONCLUSION

The findings of this study examined the various effects of attitudes toward sport psychology counseling on four important variables: trust in the sport psychologist, tolerance of social stigma, cultural preference, and personality openness. Each of these results is analyzed separately below. The impact coefficient of attitude toward sport psychology counseling on trust in the sport psychologist was 0.931, indicating a very strong and positive effect. This suggests that a more positive attitude toward counseling significantly enhances individuals' trust in sport psychologists. Such trust likely stems from successful counseling experiences, positive societal views of sport psychology, and growing awareness of its role in improving athletic performance. High levels of trust promote acceptance of recommendations and encourage active participation in sessions. Trust is essential for effective counselor-athlete relationships, fostering a supportive environment where athletes feel safe discussing mental challenges, especially under the pressure of professional sports. Studies indicate that trust enhances team dynamics, improves cooperation, and boosts overall performance. Furthermore, trust is crucial for athletes recovering from injuries, as it encourages full engagement in psychological rehabilitation. It is also evident in community sports, where strengthened social bonds foster increased inclusion. Ultimately, trust enables athletes to relinquish conscious control during performance, allowing more fluid execution of complex skills.

The study also found that attitude toward sport psychology counseling significantly influences tolerance of social stigma, with a path coefficient of 0.906 and a t-value of 87.034. A positive attitude toward counseling helps mitigate the fear of judgment often associated with seeking psychological help. Social stigma remains a key barrier, particularly in communities where mental health services are poorly understood or undervalued. Promoting positive attitudes helps normalize these services, encouraging usage without fear. Research shows stigma is higher among male and minority athletes and varies by culture; Western athletes are typically more open to psychological services than Eastern ones. Addressing misconceptions during initial sessions has been found to reduce stigma and increase willingness to engage in psychological support. In addition, the results showed a significant relationship between attitude toward sport psychology counseling and cultural preference, with a coefficient of 0.848 and a t-value of 50.887. This implies that favorable attitudes can shape cultural preferences and facilitate greater acceptance of counseling in societies where it is not traditionally embraced. Cultural preference involves how well psychological counseling aligns with a society's cultural values. In contexts where counseling is viewed as alien, promoting a positive attitude can enhance cultural congruence and foster greater utilization. Athletes' attitudes are often shaped by cultural, social, and personal experiences, which necessitates culturally informed strategies to promote sport psychology services.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

## نقش اعتماد و ملاحظات فرهنگی در ارتقای پذیرش مشاوره روان‌شناسی ورزشی در میان دانشجویان ورزشکار

سحر محمودی<sup>۱\*</sup>، رزیتا نقی لو<sup>۲</sup>

۱. دانشجوی دکتری رفتار حرکتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

۲. دانشجوی دکتری روانشناسی ورزشی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

### اطلاعات مقاله

دریافت شده: ۱۴۰۳/۱۱/۰۹

بازنگری شده: ۱۴۰۳/۱۱/۲۸

پذیرش شده: ۱۴۰۳/۱۲/۰۸

انتشار: ۱۴۰۳/۱۲/۱۰



### کلمات کلیدی:

ورزشکاران، مشاوره، روانشناسی ورزشی، اعتماد، ملاحظات فرهنگی.

### چکیده

این پژوهش به بررسی نقش اعتماد و ملاحظات فرهنگی در ارتقای پذیرش مشاوره روان‌شناسی ورزشی در میان دانشجویان ورزشکار می‌پردازد. با توجه به اهمیت سلامت روان در بهبود عملکرد ورزشکاران، هدف اصلی این تحقیق شناسایی عوامل مؤثر بر نگرش مثبت یا منفی دانشجویان ورزشکار به خدمات مشاوره روانشناسی است. این مطالعه از نوع توصیفی-همبستگی بوده و شامل ۱۰۰ دانشجوی ورزشکار از شهر تهران است که با استفاده از پرسشنامه‌های استاندارد، اطلاعات لازم جمع‌آوری گردید. نتایج تحلیل‌های آماری نشان می‌دهد که اعتماد به روانشناسان ورزشی به‌طور معناداری بر نگرش دانشجویان ورزشکار تأثیر مثبت دارد و افزایش این اعتماد می‌تواند منجر به پذیرش بیشتر خدمات مشاوره روانشناسی ورزشی شود. یافته‌ها همچنین تأکید می‌کنند که ایجاد یک فضای حمایتی و افزایش آگاهی در مورد اهمیت مشاوره روانشناسی می‌تواند به بهبود سلامت روان و عملکرد ورزشی کمک کند. این نتایج پیشنهاد می‌کند که نهادهای ورزشی و آموزشی باید برنامه‌های آموزشی و اطلاع‌رسانی مناسبی در زمینه مشاوره روانشناسی ورزشی طراحی و اجرا کنند و ملاحظات فرهنگی را لحاظ نمایند.

### نحوه استناد به این مقاله

محمودی، س.، نقی لو، ر. (۱۴۰۳). نقش اعتماد و ملاحظات فرهنگی در ارتقای پذیرش مشاوره روان‌شناسی ورزشی در میان دانشجویان ورزشکار. دانش مدیریت ورزشی، ۲(۲)، ۱۵۳-۱۶۸. <https://doi.org/10.22034/jsmk.2025.67050.1105>

\* Email: [sahar.mahmoudi786@ut.ac.ir](mailto:sahar.mahmoudi786@ut.ac.ir)



## مقدمه

پیشرفت‌های اخیر در حوزه عملکرد ورزشی نشان داده است که ترکیب مهارت‌های ذهنی با توانمندی‌های جسمانی نقشی کلیدی در ارتقای عملکرد ورزشکاران دارد (Lindsay, 2023). این ترکیب نه تنها به بهبود توانایی‌های بدنی کمک می‌کند، بلکه به ورزشکاران اجازه می‌دهد تا در مواجهه با چالش‌های روانی و استرس‌های رقابتی، با کارایی بالاتری عمل کنند (Jones et al., 2007; Sheard, 2018). این یافته‌ها به توسعه روانشناسی ورزشی به عنوان یکی از جنبه‌های اساسی در مربیگری و مراقبت‌های بهداشتی برای ورزشکاران و تیم‌ها منجر شده است. روانشناسی ورزشی با تمرکز بر بهبود مهارت‌های ذهنی و مدیریت استرس‌های روانی در مسابقات، به یک بخش جدایی‌ناپذیر از برنامه‌های آموزشی و حمایتی تبدیل شده است (Reis-Bosio et al., 2022). این حوزه به ورزشکاران کمک می‌کند تا در کنار توانمندی‌های فیزیکی، قدرت روانی خود را نیز افزایش داده و در نتیجه عملکرد بهتری از خود نشان دهند (Brewer et al., 1991; Gardner, 2001; mahmoudi et al, 2022). روانشناسی ورزشی به عنوان یک رشته تخصصی به ورزشکاران یاری می‌دهد تا در هر شرایط رقابتی، به حداکثر عملکرد خود نزدیک شوند (Weinberg & Gould, 2023). این رشته با تمرکز بر بهبود مهارت‌های روانی مانند افزایش تمرکز، مدیریت اضطراب و تقویت انگیزه، به ورزشکاران امکان می‌دهد تا توانایی‌های خود را به حداکثر رسانده و در شرایط فشار بالا نیز عملکرد بهینه‌ای داشته باشند (Brown et al., 2017). به‌ویژه در مسابقات بزرگ، که چالش‌های روانی نقش مهمی ایفا می‌کنند، روانشناسی ورزشی می‌تواند تفاوت بین موفقیت و شکست را تعیین کند (Gee, 2010). روانشناسی ورزشی با افزایش آگاهی از اهمیت مهارت‌های ذهنی در ورزش‌های رقابتی، باعث شده است که تعداد مشاوران روانشناسی ورزشی که با ورزشکاران کار می‌کنند به طور قابل توجهی افزایش یابد (Gordon, 1990; Lore, 1990). این امر نشان‌دهنده تغییر نگرش و اهمیت روزافزون استفاده از خدمات مشاوره روانشناسی در بین ورزشکاران حرفه‌ای است. با این حال، استقبال ورزشکاران از روانشناسی ورزشی به طور گسترده‌ای متفاوت است و تحت تأثیر عوامل متعددی قرار می‌گیرد (Anderson et al., 2005; Ferraro and Rush, 2000). روانشناسی ورزشی در مربیگری، با تمرکز بر توسعه انعطاف‌پذیری ذهنی و استراتژی‌های مقابله‌ای برای افزایش عملکرد کلی ورزشکار، یکپارچه شده است (Siegfried, 2024). تحقیقات اولیه در این زمینه نشان داده است که نگرش ورزشکاران نسبت به مشاوره روانشناسی ورزشی (SPC) به عوامل مختلفی بستگی دارد. این عوامل شامل ویژگی‌های فردی ورزشکار (Martin et al., 1997)، نوع ورزش (Naoui et al., 2011) و ننگ و تصورات منفی مرتبط با استفاده از این خدمات می‌باشد (Vogel et al., 2007). به طور خاص، تحمل انگ یا نگرش منفی عمومی نسبت به افرادی که به دنبال کمک روانشناسی هستند، یکی از مهم‌ترین موانع است که ورزشکاران با آن روبه‌رو می‌شوند (Martin et al., 2002). عامل دیگری که بر نگرش ورزشکاران نسبت به روانشناسی ورزشی تأثیر می‌گذارد، اعتماد به مشاوره روانشناسی است. این اعتماد به باور فردی ورزشکاران مبنی بر این است که مشاوره روانشناسی می‌تواند به طور مستقیم در بهبود مهارت‌های ذهنی و عملکرد ورزشی آنان مؤثر باشد (Gee, 2010). این عامل نقش کلیدی در تصمیم‌گیری ورزشکاران برای استفاده از خدمات روانشناسی دارد و تأثیر مثبتی بر عملکرد آنها خواهد داشت.

ترجیحات فرهنگی نیز در تعیین نگرش ورزشکاران نسبت به روانشناسی ورزشی نقش مهمی ایفا می‌کند (Ryba, 2017). برای مثال، در مقایسه با ورزشکاران ژاپنی، ورزشکاران آمریکایی به دلیل قرار گرفتن در محیط‌های چندفرهنگی، نگرانی کمتری در مورد کار با مشاورانی از فرهنگ‌ها و نژادهای مختلف نشان می‌دهند (Naoui et al., 2011). این تنوع فرهنگی می‌تواند به پذیرش بیشتر مشاوره روانشناسی ورزشی در جوامع غربی منجر شود (Ong and Harwood, 2018). یکی دیگر از عوامل مهم در پذیرش روانشناسی ورزشی، گشودگی شخصی ورزشکاران نسبت به این نوع خدمات است. این گشودگی نشان‌دهنده میزان تمایل فرد به مشاوره و بحث در مورد مسائل روانی مرتبط با عملکرد ورزشی است (Gee, 2010). تحقیقات نشان می‌دهد که ورزشکارانی که تجربه‌های مثبتی از مشاوره روان‌شناختی دارند، بیشتر تمایل به استفاده مجدد از این خدمات دارند (Wrisberg et al., 2009). این مطالعات نشان

می‌دهند که این تجربه‌های مثبت احتمال استفاده مجدد از خدمات مشاوره را افزایش می‌دهد و بر اهمیت حمایت مؤثر از سلامت روانی متناسب با نیازهای خاص ورزشکاران تأکید می‌کند. ورزشکاران اغلب با موانعی در مسیر درخواست کمک مواجه هستند، مانند انگ اجتماعی، عدم دسترسی و تجربیات منفی گذشته که می‌تواند مانع استفاده آنها از خدمات سلامت روان شود (Brown et al., 2022; Harris and Maher, 2022). با این حال، زمانی که ورزشکاران در روان‌درمانی‌هایی شرکت می‌کنند که به چالش‌های خاص آنها می‌پردازد، بهبود در نتایج سلامت روان و تمایل بیشتر به دریافت حمایت‌های آینده را گزارش می‌کنند (Stillman et al., 2023). علاوه بر این، مطالعات نشان می‌دهند که ایجاد محیطی حمایتی و افزایش آگاهی درباره منابع سلامت روان می‌تواند نگرش ورزشکاران را نسبت به درخواست کمک بهبود بخشد و در نهایت فرهنگی را شکل دهد که در آن مشاوره روان‌شناسی به‌طور مثبت دیده شود (Harris and Maher, 2022). بنابراین، ارتباط بین تجربیات مثبت در مشاوره و رفتارهای آتی درخواست کمک، برای ارتقای سلامت روان در میان ورزشکاران امری حیاتی است.

تحقیقات همچنین نشان می‌دهد که تفاوت‌های جنسیتی و شخصیتی در پذیرش روانشناسی ورزشی وجود دارد. به طور کلی، ورزشکاران زن نسبت به مردان تمایل بیشتری به استفاده از خدمات روانشناسی دارند (مارتین و همکاران، ۲۰۰۵)، در حالی که مردان بیشتر تمایل به حل مشکلات روانی خود به صورت مستقل دارند (ادیس و ماهالیک، ۲۰۰۳). این یافته‌ها با مطالعات عمومی در زمینه بهداشت روانی همخوانی دارد که نشان می‌دهد زنان بیشتر از مردان به دنبال کمک برای مسائل روانشناختی هستند (Vogel et al., 2007). در نهایت، علاوه بر ویژگی‌های فردی و جنسیتی، نوع ورزش نیز بر نگرش ورزشکاران نسبت به روانشناسی ورزشی تأثیر می‌گذارد. ورزشکاران ورزش‌های تماسی به دلیل نیاز به تحمل درد و آسیب‌های ناشی از ورزش، تمایل کمتری به استفاده از مشاوره روانشناسی نشان می‌دهند (Ong and Harwood, 2018). از سوی دیگر، ورزشکاران ورزش‌های غیرتماسی به دلیل تمرکز بیشتر بر مهارت‌های فردی و روانی، نگرش مثبت‌تری نسبت به این خدمات دارند (Tsan and Dee, 2007).

پژوهش‌های متعددی در حوزه روانشناسی ورزشی نشان داده‌اند که مشاوره روانشناسی ورزشی می‌تواند تأثیرات مثبت قابل توجهی بر عملکرد، رضایت، و سلامت روان ورزشکاران داشته باشد (Ekelund et al., 2022). با این حال، نگرش‌های مختلف نسبت به این نوع مشاوره در میان ورزشکاران ممکن است تحت تأثیر عوامل فرهنگی، اجتماعی و فردی متفاوتی قرار گیرد (Hilliard et al., 2019). به ویژه در مورد دانشجویان ورزشکار، که در محیط‌های آموزشی و ورزشی خاصی فعالیت می‌کنند، این نگرش‌ها می‌توانند به صورت خاص و متفاوت از سایر گروه‌ها بروز پیدا کنند. در ایران، با توجه به نقش روزافزون ورزش در زندگی جوانان و اهمیت بالای سلامت روان در بهبود عملکرد ورزشی، بررسی نگرش‌های دانشجویان ورزشکار نسبت به مشاوره روانشناسی ورزشی می‌تواند به شناسایی موانع و فرصت‌های موجود در این حوزه کمک کند. نگرش مثبت یا منفی این دانشجویان نسبت به مشاوره روانشناسی ورزشی می‌تواند تحت تأثیر عواملی همچون باورهای فرهنگی، تجربه‌های قبلی، و اطلاع‌رسانی‌های موجود قرار گیرد (Xu, 2023).

علی‌رغم اثبات کارآمدی مداخلات روان‌شناسی ورزشی در بهبود عملکرد ذهنی و بدنی ورزشکاران، سطح پایین مراجعه به روان‌شناس ورزشی در میان دانشجویان ورزشکار همچنان یک چالش جدی در سیستم‌های ورزشی به شمار می‌رود. یکی از دلایل اصلی این پدیده، نبود اعتماد کافی به روان‌شناس ورزشی است که خود ریشه در برداشت‌های اجتماعی، نگرش‌های فرهنگی و تجربه‌های پیشین فرد دارد. در کنار آن، تحمل پایین انگ اجتماعی نسبت به دریافت مشاوره روانی در بسیاری از فرهنگ‌ها، باعث می‌شود که ورزشکاران حتی در صورت نیاز جدی به مشاوره، از مراجعه خودداری کنند. از سوی دیگر، ترجیح فرهنگی به عنوان یک سازه اجتماعی مهم، نشان می‌دهد که افراد بسته به پیش‌زمینه فرهنگی خود، میزان پذیرش خدمات روان‌شناسی ورزشی را به‌گونه‌ای متفاوت تجربه می‌کنند. به طور خاص، در فرهنگ‌هایی که موفقیت فردی مبتنی بر سخت‌کوشی و خوداتکایی است، پذیرش کمک روانی ممکن است با مقاومت درونی یا بیرونی مواجه شود. افزون بر این، گشودگی شخصیتی نیز به عنوان یکی از ویژگی‌های فردی تأثیرگذار، نقش مهمی در تعیین سطح پذیرش خدمات روان‌شناختی ایفا می‌کند؛ افرادی با گشودگی بیشتر نسبت به تجربه‌های جدید، معمولاً تمایل بالاتری به استفاده از خدمات روان‌شناسی دارند. با توجه به اهمیت روزافزون بهره‌مندی از مداخلات روان‌شناختی در مدیریت

تیم‌های ورزشی، به ویژه در سطح دانشگاهی و در میان ورزشکاران جوان، شناخت دقیق این عوامل و بررسی روابط بین آن‌ها، می‌تواند راهگشای سیاست‌گذاری‌های علمی و فرهنگی برای ارتقای سطح پذیرش مشاوره روان‌شناسی ورزشی باشد. از این‌رو، پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش اعتماد، ملاحظات فرهنگی، تحمل انگ اجتماعی و گشودگی شخصیتی در ارتقای پذیرش مشاوره روان‌شناسی ورزشی در میان دانشجویان ورزشکار طراحی شده است تا بتواند در چارچوبی علمی، به تبیین این پدیده و ارائه راهکارهای کاربردی در نظام ورزش دانشگاهی بپردازد. لذا این پژوهش برای پاسخ به این سؤال طراحی شده است که اعتماد و ملاحظات فرهنگی در ارتقای پذیرش مشاوره روان‌شناسی ورزشی در میان دانشجویان ورزشکار چه نقشی دارد؟

## روش تحقیق

این پژوهش با هدف بررسی نقش اعتماد و ملاحظات فرهنگی در ارتقای پذیرش مشاوره روان‌شناسی ورزشی در میان دانشجویان ورزشکار طراحی شده است. نوع این تحقیق توصیفی-همبستگی بوده و متغیرهای مورد مطالعه با استفاده از تحلیل‌های آماری همبستگی و مدل‌سازی ساختاری بررسی می‌شوند. جامعه آماری این مطالعه در سال ۱۴۰۳ شامل ۵۰ دانشجوی زن و ۵۰ دانشجوی مرد ورزشکار در شهر تهران است. برای انتخاب نمونه نهایی از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شده است که شامل ۱۰۰ نفر از این جامعه آماری می‌شود. با توجه به اینکه پرسشنامه تحقیق شامل ۲۵ سؤال است، انتخاب ۱۰۰ نفر به عنوان حجم نمونه با استانداردهای علمی و آماری مطابقت دارد. همچنین، از قواعد سرانگشتی برای تعیین حجم نمونه بهره‌برداری شده است. به عنوان مثال، با توجه به چهار رابطه میان سازه‌ها، تخمین زده شده که به ۶۵ نفر نیاز است (Aguinis & Harden, 2010). بنابراین، انتخاب ۱۰۰ نفر به عنوان حجم نمونه، نه تنها امکان انجام تحلیل‌های آماری پایه را فراهم می‌کند بلکه اعتبار و روایی یافته‌ها را نیز افزایش می‌دهد.

این حجم نمونه همچنین برای انجام تحلیل‌های روان‌سنجی مانند تحلیل عاملی و ارزیابی همبستگی‌ها مناسب است و شرایط لازم برای دستیابی به نتایج علمی و قابل اعتماد را فراهم می‌آورد. برای جمع‌آوری داده‌ها، از پرسشنامه استاندارد نگرش‌های روانشناسی ورزشی<sup>۱</sup> مارتین و همکاران (۲۰۰۲) استفاده شد پرسشنامه شامل چهار بخش اصلی اعتماد به روانشناس ورزشی<sup>۲</sup> (۷ سؤال)، تحمل انگ اجتماعی<sup>۳</sup> (۷ سؤال)، ترجیح فرهنگی<sup>۴</sup> (۴ سؤال) و گشودگی شخصیتی<sup>۵</sup> (۷ سؤال) بود.

روایی صوری این پژوهش از طریق بررسی نظرات ۶ نفر از اساتید و متخصصان حوزه روانشناسی ورزشی تأیید شده است. این متخصصان وضوح، ارتباط سؤالات با مفهوم مورد نظر و قابلیت درک آیت‌ها را ارزیابی کردند. روایی محتوایی با استفاده از نسبت روایی محتوا (CVR) و شاخص روایی محتوا (CVI) بررسی شده است. میانگین CVI پرسشنامه بالای ۰٫۸۰، گزارش شده که نشان‌دهنده مناسب بودن محتوای ابزار اندازه‌گیری است. بنابراین، روایی سازه بر مبنای بار عاملی تأیید گردید. در این مطالعه، برای ارزیابی روایی سازه، از تحلیل عاملی اکتشافی (EFA) و تحلیل عاملی تأییدی (CFA) استفاده شد. نتایج CFA نشان‌دهنده بارهای عاملی بالای ۰٫۵۰ برای تمامی سؤالات است که به تأیید روایی سازه‌ای ابزار کمک می‌کند. همچنین، میانگین واریانس استخراج‌شده (AVE) برای هر متغیر بالای ۰٫۵۰ بوده که نشان‌دهنده همگرایی مناسب سازه‌ها است. روایی ترکیبی (CR) نیز بالای ۰٫۷۰ بوده که نشان‌دهنده پایایی قابل قبول متغیرها است. در نهایت، برای تحلیل داده‌ها از نرم‌افزارهای آماری SPSS و PLS استفاده شد. در

<sup>۱</sup> The sport psychology attitudes

<sup>۲</sup> Sports Psychologist

<sup>۳</sup> Social Stigma Tolerance

<sup>۴</sup> Cultural Preference

<sup>۵</sup> Openness

ابتدا، آمار توصیفی برای تعیین ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه (مانند جنسیت، سن و سابقه ورزشی) محاسبه گردید و برای بررسی روابط میان متغیرهای تحقیق و برازش مدل ساختاری، از مدل‌سازی معادلات ساختاری (SEM) بهره‌برداری شد.

## یافته‌های تحقیق

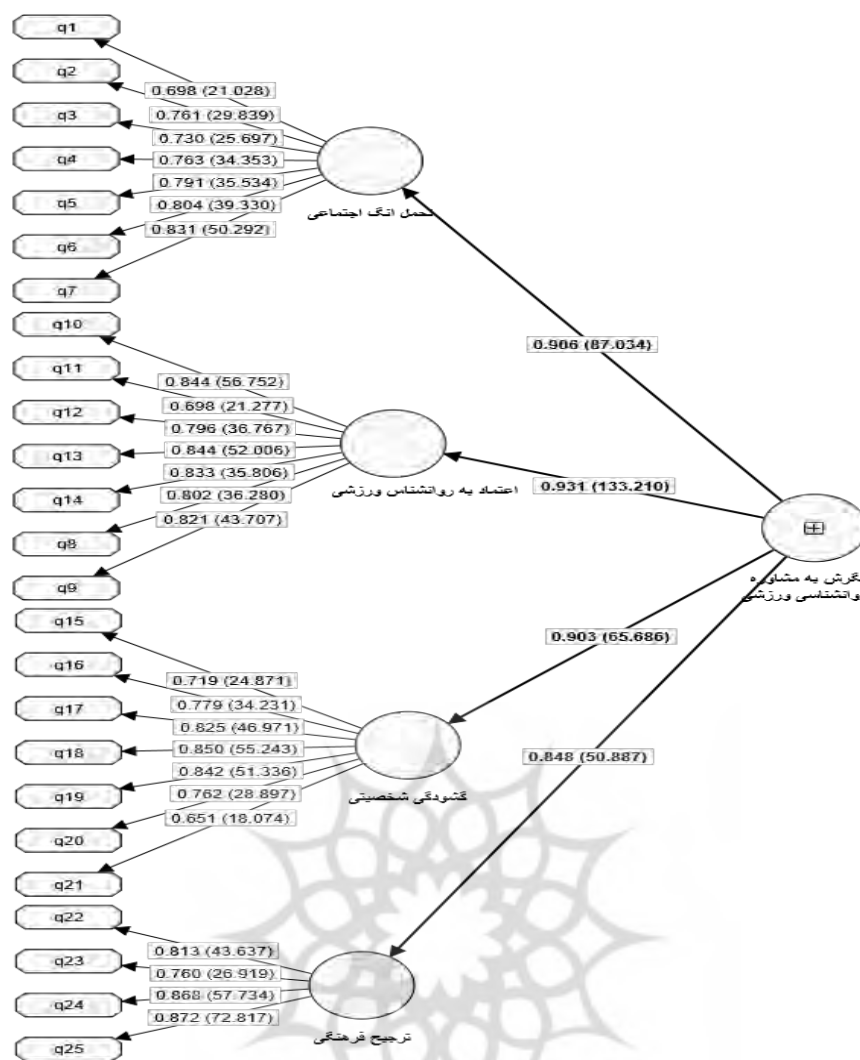
در این تحقیق، ۱۰۰ دانشجوی ورزشکار (۵۰ زن و ۵۰ مرد) مورد بررسی قرار گرفتند. توزیع سنی شرکت‌کنندگان به این صورت بود: ۲۰ نفر (۲۰٪) زیر ۲۰ سال، ۵۰ نفر (۵۰٪) در گروه سنی ۲۱ تا ۲۵ سال، ۲۰ نفر (۲۰٪) در گروه سنی ۲۶ تا ۳۰ سال و ۱۰ نفر (۱۰٪) در گروه سنی ۳۱ سال و بالاتر قرار داشتند. در مورد سابقه ورزشی، ۳۰ نفر (۳۰٪) سابقه ورزشی زیر ۵ سال، ۵۰ نفر (۵۰٪) سابقه ورزشی بین ۵ تا ۱۰ سال و ۲۰ نفر (۲۰٪) سابقه ورزشی ۱۰ سال و بالاتر داشتند. همچنین، در زمینه رشته ورزشی، ۴۰ نفر (۴۰٪) در ورزش‌های تیمی، ۳۰ نفر (۳۰٪) در ورزش‌های انفرادی و ۳۰ نفر (۳۰٪) در ورزش‌های ترکیبی فعالیت می‌کردند. در نهایت، وضعیت تحصیلی شرکت‌کنندگان به این شکل بود: ۶۰ نفر (۶۰٪) در مقطع کارشناسی، ۳۰ نفر (۳۰٪) در مقطع کارشناسی ارشد و ۱۰ نفر (۱۰٪) در مقطع دکتری تحصیل می‌کردند. این تنوع در سن و سابقه ورزشی می‌تواند به تحلیل بهتر تأثیرات مختلف ورزش بر روی دانشجویان کمک کند و زمینه‌ساز مطالعات آتی در این حوزه باشد.

جدول ۱. یافته‌های مربوط به تحلیل مسیر

Table 1. Findings Related to Path Analysis

| P values | t-value | $\beta$ | مسیر ارتباط                                                |
|----------|---------|---------|------------------------------------------------------------|
| ۰/۰۰۱    | ۱۳۳/۲۱  | ۰/۹۳    | نگرش به مشاوره روانشناسی ورزشی -> اعتماد به روانشناس ورزشی |
| ۰/۰۰۱    | ۸۷/۰۳   | ۰/۹۰    | نگرش به مشاوره روانشناسی ورزشی -> تحمل انگ اجتماعی         |
| ۰/۰۰۱    | ۵۰/۸۸   | ۰/۸۴    | نگرش به مشاوره روانشناسی ورزشی -> ترجیح فرهنگی             |
| ۰/۰۰۱    | ۶۵/۶۸   | ۰/۹۰    | نگرش به مشاوره روانشناسی ورزشی -> گشودگی شخصیتی            |

جدول ۱ شامل یافته‌های مربوط به تحلیل مسیر است که به بررسی روابط بین متغیرهای مختلف در مطالعه می‌پردازد. این جدول نشان می‌دهد که چگونه متغیرهای مستقل بر متغیر وابسته تأثیر می‌گذارند و ضریب‌های مسیر (Path Coefficients) و سطح معناداری (p-values) هر یک از روابط را به تفکیک ارائه می‌دهد. نتایج نشان می‌دهند که برخی از متغیرها، مانند اعتماد به روانشناسان ورزشی و تحمل انگ اجتماعی، تأثیر قوی‌تری بر نگرش به مشاوره روانشناسی ورزشی دارند، در حالی که سایر متغیرها تأثیر کمتری نشان می‌دهند.



شکل ۱. مدل ساختاری در حالت استاندارد و معناداری

Figure 1. Structural Model in Standard State and Significance

جدول ۲. یافته‌های مربوط به روایی و پایایی و برازش مدل

Table 2. Findings Related to Validity, Reliability, and Model Fit

| SRMR  | آلفای کرونباخ | روایی ترکیبی | میانگین واریانس استخراج شده | ضریب تعیین | مؤلفه‌ها                 |
|-------|---------------|--------------|-----------------------------|------------|--------------------------|
| ۰,۰۹۷ | ۰,۹۱۰         | ۰,۹۱۲        | ۰,۶۵۱                       | ۰,۸۶۶      | اعتماد به روانشناس ورزشی |
|       | ۰,۸۸۵         | ۰,۸۸۸        | ۰,۵۹۲                       | ۰,۸۲۰      | حمل انگ اجتماعی          |
|       | ۰,۸۴۸         | ۰,۸۵۵        | ۰,۶۸۸                       | ۰,۷۱۹      | ترجیح فرهنگی             |
|       | ۰,۸۹۰         | ۰,۸۹۶        | ۰,۶۰۶                       | ۰,۸۱۶      | گشودگی شخصیتی            |

نتایج برازش مدل ساختاری نشان می‌دهد که اعتماد به روانشناس ورزشی، تحمل انگ اجتماعی، ترجیح فرهنگی و گشودگی شخصیتی دارای مقادیر قابل توجهی از ضریب تعیین، میانگین واریانس استخراج شده (AVE)، روایی ترکیبی (CR) و آلفای کرونباخ هستند که نشان‌دهنده قابلیت اطمینان و روایی مناسب مدل است. اعتماد به روانشناس ورزشی بالاترین ضریب تعیین (۰,۸۶۶) و روایی ترکیبی (۰,۹۱۲) را دارا است، که با آلفای کرونباخ ۰,۹۱۰ سازگاری بالایی در این مؤلفه را نشان می‌دهد. مقدار SRMR برای این مؤلفه برابر با ۰,۰۹۷ است، که حاکی از برازش مناسب مدل می‌باشد. تحمل انگ اجتماعی با ضریب تعیین ۰,۸۲۰، AVE برابر با ۰,۵۹۲ و روایی ترکیبی ۰,۸۸۸، از نظر سازگاری داخلی و روایی قابل قبولی برخوردار است. ترجیح فرهنگی نیز با AVE 0.688 و روایی

ترکیبی ۰,۸۵۵، شاخص‌های مناسبی را نشان می‌دهد. در نهایت، گشودگی شخصیتی با ضریب تعیین ۰,۸۱۶ و روایی ترکیبی ۰,۸۹۶، بالاترین میزان روایی و پایایی را پس از اعتماد به روانشناس ورزشی دارد، که آلفای کرونباخ ۰,۸۹۰ نیز این نتایج را تأیید می‌کند.

## بحث و نتیجه‌گیری

نتایج این مطالعه، تاثیرات مختلف نگرش به مشاوره روانشناسی ورزشی را بر چهار متغیر مهم (اعتماد به روانشناس ورزشی، تحمل انگ اجتماعی، ترجیح فرهنگی و گشودگی شخصیتی) مورد بررسی قرار داده است. در ادامه هر یک از این نتایج به صورت جداگانه تحلیل و تفسیر می‌شود. ضریب تأثیر مشاوره روانشناسی ورزشی بر اعتماد به روانشناس ورزشی برابر ۰,۹۳۱ که نشان‌دهنده تأثیر بسیار قوی و مثبت بین نگرش به مشاوره روانشناسی ورزشی و اعتماد به روانشناس ورزشی می‌باشد. این نتیجه بیانگر آن است که افزایش نگرش مثبت به مشاوره روانشناسی ورزشی منجر به تقویت اعتماد افراد به روانشناسان ورزشی می‌شود. چنین اعتمادی می‌تواند براساس تجربه‌های موفق مشاوره، دیدگاه‌های مثبت جامعه نسبت به نقش روانشناسی ورزشی و افزایش آگاهی از اهمیت این نوع خدمات در بهبود عملکرد ورزشی شکل گیرد. اعتماد بالا به روانشناس ورزشی، خود می‌تواند پذیرش بیشتر توصیه‌ها و افزایش تمایل به مشارکت فعال در جلسات مشاوره را به دنبال داشته باشد. اعتماد یک مؤلفه اساسی در رابطه بین ورزشکاران و روانشناسان ورزشی است که تأثیر قابل توجهی بر اثربخشی مشاوره روانشناختی دارد. ایجاد اعتماد به تقویت یک فضای حمایتی کمک می‌کند که در آن ورزشکاران می‌توانند به راحتی درباره چالش‌های روانی خود صحبت کنند، به‌ویژه در شرایط پرفشاری مانند ورزش‌های حرفه‌ای (Lane, 2024; Sharp, 2013). تحقیقات نشان می‌دهد که اعتماد پویایی تیم را افزایش می‌دهد و به اعضا اجازه می‌دهد به طور مؤثرتری همکاری کنند و عملکرد کلی را بهبود بخشند (Mohd Kassim et al, 2024; Kiffin-Petersen, 2004). علاوه بر این، اعتماد برای ورزشکارانی که در حال بهبودی از آسیب‌ها هستند، حیاتی است، زیرا این اعتماد آنها را ترغیب می‌کند تا به طور کامل در فرآیند توانبخشی و حمایت روان‌شناختی که توسط روانشناسان ورزشی ارائه می‌شود، مشارکت کنند (Schinke et al, 1991; Brewer et al., 2024). توسعه اعتماد همچنین می‌تواند در ورزش‌های اجتماعی مشاهده شود، جایی که تقویت روابط و سرمایه اجتماعی باعث افزایش مشارکت و شمول بیشتر می‌شود (Novak et al, 2024; Tyson, 2024; Zarazaga-Peláe et al, 2010; Maxwell and Taylor, 2024). در نهایت، اعتماد به ورزشکاران اجازه می‌دهد تا کنترل آگاهانه را در حین عملکرد کنار بگذارند و آنها را قادر می‌سازد تا مهارت‌های پیچیده را به طور موثرتری اجرا کنند (Moore and Stevenson, 1991). بنابراین، اعتماد به روانشناس ورزشی برای موفقیت فردی و تیمی در ورزش بسیار مهم است. در نهایت می‌توان نتیجه گرفت اعتماد به روانشناسان ورزشی به عنوان یکی از مؤلفه‌های حیاتی در موفقیت و بهبود عملکرد ورزشکاران شناخته می‌شود. این اعتماد، نقشی اساسی در تقویت رابطه بین ورزشکاران و روانشناسان ورزشی ایفا می‌کند، به طوری که ورزشکاران احساس امنیت و اطمینان بیشتری در بیان مشکلات روانی خود دارند و به‌طور کامل‌تری از خدمات روانشناسی بهره‌مند می‌شوند. اعتماد به روانشناس ورزشی می‌تواند از عوامل مختلفی نشأت گیرد، از جمله تجربه‌های مثبت مشاوره، آگاهی از اهمیت روانشناسی ورزشی و دیدگاه‌های مثبتی که جامعه نسبت به نقش روانشناسان ورزشی در بهبود عملکرد ورزشی و مواجهه با چالش‌های روانی در ورزش ایجاد کرده است. سطح بالای اعتماد به روانشناس ورزشی، ورزشکاران را تشویق می‌کند تا توصیه‌های روانشناس را بیشتر بپذیرند و با جدیت بیشتری در فرآیندهای مشاوره و توانبخشی شرکت کنند. این اعتماد، به‌ویژه در مواقع بازبایی از آسیب‌ها و نیز در شرایط پرفشار رقابت‌های حرفه‌ای، اهمیت ویژه‌ای دارد. تحقیقات نشان داده است که اعتماد به روانشناسان ورزشی می‌تواند پویایی تیمی را بهبود بخشد، همکاری میان اعضای تیم را تقویت کند، و به ارتقای عملکرد کلی تیم و فرد کمک کند. اعتماد بالا به روانشناس ورزشی همچنین به ورزشکاران کمک می‌کند تا بتوانند کنترل آگاهانه را در اجرای مهارت‌های پیچیده کنار بگذارند و با اطمینان بیشتری به عملکرد ورزشی خود بپردازند.

در نهایت، اعتماد به روانشناس ورزشی نه تنها بر موفقیت فردی ورزشکاران، بلکه بر موفقیت تیمی و بهبود عملکرد کلی در محیط‌های ورزشی نیز تأثیر قابل توجهی دارد.

در رابطه با نگرش به مشاوره روانشناسی ورزشی و تحمل انگ اجتماعی، ضریب تأثیر برابر ۰٫۹۰۶ و تی معناداری ۸۷٫۰۳۴ به دست آمده است که نشان‌دهنده تأثیر مثبت و معنادار نگرش به مشاوره روانشناسی ورزشی بر تحمل انگ اجتماعی است. این یافته بیانگر آن است که با بهبود نگرش افراد نسبت به مشاوره روانشناسی ورزشی، تحمل آنان نسبت به انگ‌های اجتماعی مرتبط با استفاده از این خدمات نیز افزایش می‌یابد. انگ اجتماعی معمولاً با پیش‌داوری‌های منفی درباره مشاوره روانشناسی در جامعه همراه است؛ به طوری که افراد ممکن است از ترس قضاوت دیگران از مراجعه به روانشناس خودداری کنند. اما ترویج نگرش مثبت به مشاوره ورزشی می‌تواند باعث کاهش این ترس‌ها شود و افراد را در جهت استفاده از خدمات روانشناسی ورزشی بدون نگرانی از انگ اجتماعی ترغیب کند. به طور خاص، تحمل انگ یا نگرش منفی عمومی نسبت به افرادی که به دنبال کمک روانشناسی هستند، یکی از مهم‌ترین موانع است که ورزشکاران با آن روبه‌رو می‌شوند (Martin et al., 2002). نگرش مثبت یا منفی دانشجویان نسبت به مشاوره روانشناسی ورزشی می‌تواند تحت تأثیر عواملی همچون باورهای فرهنگی، تجربه‌های قبلی، و اطلاع‌رسانی‌های موجود قرار گیرد (Xu, 2023). تحقیقات نشان داده است که نگرش ورزشکاران نسبت به مشاوره روانشناسی ورزشی به عوامل مختلفی بستگی دارد که یکی از آن‌ها ننگ و تصورات منفی مرتبط با استفاده از این خدمات می‌باشد (Vogel et al., 2007). به طور خاص، تحمل انگ یا نگرش منفی عمومی نسبت به افرادی که به دنبال کمک روانشناسی هستند، یکی از مهم‌ترین موانع است که ورزشکاران با آن روبه‌رو می‌شوند (Martin et al., 2002). نگرش ورزشکاران نسبت به جستجوی مشاوره روانشناسی ورزشی به طور قابل توجهی تحت تأثیر انگ و تصورات منفی مرتبط با خدمات سلامت روان قرار می‌گیرد. تحقیقات نشان می‌دهد که میزان تحمل انگ در میان گروه‌های مختلف جمعیتی متفاوت است، به طوری که ورزشکاران مرد و آفریقایی-آمریکایی در مقایسه با هم‌تایان زن و سفیدپوست خود سطوح بالاتری از انگ را تجربه می‌کنند (Martin et al., 1997). عوامل فرهنگی نیز نقش مهمی در این زمینه ایفا می‌کنند، به طوری که ورزشکاران غربی به طور کلی انگ کمتری نسبت به مشاوره روانشناسی ورزشی نشان می‌دهند و بیشتر مایل به مشاوره با روانشناسان ورزشی هستند، در حالی که ورزشکاران شرقی این تمایل را به میزان کمتری دارند (Ang and Harwood, 2017). نگرش‌های منفی همچنین با پرداختن به ترس‌ها و تصورات غلط در جلسات اولیه مشاوره قابل کاهش است، که این امر نشان داده است که تمایل به مشارکت در خدمات سلامت روان را افزایش می‌دهد (Egisdottir et al., 2011). علاوه بر این، مقاومت در برابر درخواست کمک به واسطه چالش‌های روانی که ورزشکاران با آن‌ها روبرو هستند، مانند اضطراب و افسردگی، تشدید می‌شود؛ مسائلی که اغلب به درستی توسط مربیان مورد توجه قرار نمی‌گیرند (Ferraro, 2000). به طور کلی، این عوامل تعامل پیچیده‌ای بین انگ، تأثیرات فرهنگی و نیاز به ارتباطات مؤثر در ترویج خدمات روانشناسی ورزشی را نشان می‌دهند (Bovan et al., 2021).

نتایج نشان می‌دهد که ضریب تأثیر نگرش به مشاوره روانشناسی ورزشی بر ترجیح فرهنگی برابر ۰٫۸۴۸ و تی معناداری ۵۰٫۸۸۷ است. این نتیجه نشان می‌دهد که نگرش مثبت به مشاوره روانشناسی ورزشی می‌تواند ترجیحات فرهنگی افراد را نیز تحت تأثیر قرار دهد. ترجیح فرهنگی معمولاً به پذیرش فرهنگی مشاوره روانشناسی و هماهنگی آن با ارزش‌های فرهنگی جامعه اشاره دارد. در جوامعی که مشاوره روانشناسی هنوز به عنوان یک امر ضروری و رایج شناخته نشده، نگرش‌های مثبت نسبت به مشاوره می‌تواند باعث افزایش هم‌نوایی فرهنگی و پذیرش بیشتر این خدمات در میان افراد شود. این ارتباط می‌تواند نشان‌دهنده نیاز به ترویج و آگاه‌سازی فرهنگی در مورد اهمیت و مزایای مشاوره روانشناسی ورزشی باشد. نگرش‌های مختلف نسبت به این نوع مشاوره در میان ورزشکاران ممکن است تحت تأثیر عوامل فرهنگی، اجتماعی و فردی متفاوتی قرار گیرد (Hilliard et al., 2019). به ویژه در مورد دانشجویان ورزشکار، که در محیط‌های آموزشی و ورزشی خاصی فعالیت می‌کنند، این نگرش‌ها می‌توانند به صورت خاص و متفاوت از سایر گروه‌ها بروز پیدا کنند. در ایران، با توجه به نقش روزافزون ورزش در زندگی جوانان و اهمیت بالای سلامت روان در بهبود عملکرد ورزشی، بررسی نگرش‌های دانشجویان ورزشکار نسبت به مشاوره روانشناسی ورزشی می‌تواند به شناسایی موانع و فرصت‌های

موجود در این حوزه کمک کند. نگرش مثبت یا منفی این دانشجویان نسبت به مشاوره روانشناسی ورزشی می‌تواند تحت تأثیر عواملی همچون باورهای فرهنگی، تجربه‌های قبلی، و اطلاع‌رسانی‌های موجود قرار گیرد (Xu, 2023). با توجه به نتایج ارائه شده، چند پیشنهاد کاربردی برای ترویج و پذیرش فرهنگی مشاوره روانشناسی ورزشی عبارتند از: استفاده از رسانه‌های محلی و ملی: تولید محتوای رسانه‌ای مانند مستندها، برنامه‌های رادیویی و تلویزیونی که مزایای مشاوره روانشناسی ورزشی را برجسته کرده و بر نقش آن در توسعه فردی و اجتماعی تمرکز دارند. این محتوا باید به زبانی قابل فهم و مطابق با ارزش‌های فرهنگی آن جامعه ارائه شود تا تأثیرگذاری بیشتری داشته باشد. ایجاد همکاری‌های نزدیک‌تر میان باشگاه‌های ورزشی، نهادهای فرهنگی، و مراکز مشاوره روانشناسی به منظور ترویج مشاوره روانشناسی ورزشی در برنامه‌های ورزشی و فرهنگی. این مشارکت‌ها می‌تواند به تدوین سیاست‌های جامع برای ترویج این نوع خدمات در سطح جامعه کمک کند. آموزش و تربیت مشاوران روانشناسی ورزشی که به تفاوت‌های فرهنگی جوامع مختلف آگاهی داشته و قادر به ارائه خدمات مشاوره‌ای مطابق با نیازها و ارزش‌های فرهنگی مختلف باشند. این امر باعث می‌شود افراد با فرهنگ‌های متفاوت احساس نزدیکی بیشتری به این خدمات داشته باشند.

بر اساس یافته‌ها ضریب تأثیر گشودگی شخصیتی برابر ۰,۹۰۳ و تی معناداری ۶۵,۶۸۶ است. این نتیجه نشان می‌دهد که افرادی که نگرش مثبتی نسبت به مشاوره روانشناسی ورزشی دارند، به طور کلی از گشودگی شخصیتی بیشتری برخوردارند. گشودگی شخصیتی به عنوان یکی از پنج ویژگی اصلی شخصیت، به تمایل افراد به تجربه‌های جدید، انعطاف‌پذیری فکری و پذیرش تغییرات اشاره دارد. این یافته حاکی از آن است که نگرش مثبت به مشاوره می‌تواند باعث شود افراد بیشتر پذیرای تغییرات و ایده‌های نوین در زندگی شخصی و حرفه‌ای خود شوند، که به نوبه خود به رشد و توسعه فردی و اجتماعی کمک می‌کند. چنین گشودگی‌ای می‌تواند به طور غیرمستقیم عملکرد ورزشی را نیز بهبود بخشد. بر اساس این یافته، پیشنهاد می‌شود برنامه‌های آموزشی و آگاهی‌بخشی با محوریت مزایای مشاوره روانشناسی ورزشی در باشگاه‌ها و نهادهای ورزشی اجرا شود تا نگرش مثبت به مشاوره تقویت شود. این برنامه‌ها می‌توانند شامل کارگاه‌های آموزشی، جلسات مشاوره فردی و گروهی و محتوای دیجیتال باشند که بر ارتقای گشودگی شخصیتی تأکید داشته و افراد را به تجربه‌های جدید و پذیرش تغییرات در زمینه‌های مختلف زندگی تشویق کنند. افزایش گشودگی شخصیتی می‌تواند به بهبود عملکرد ورزشی، توسعه مهارت‌های فردی و تعاملات اجتماعی مثبت منجر شود و در نهایت به رشد و توسعه جامعه ورزشی کمک کند. در نهایت، این تحقیق نشان می‌دهد که برای بهبود نگرش دانشجویان ورزشکار نسبت به مشاوره روانشناسی ورزشی، لازم است به تفاوت‌های جنسیتی، فرهنگی و اجتماعی توجه شود و برنامه‌های آموزشی و حمایتی متناسب با نیازهای خاص هر گروه طراحی گردد. این رویکرد می‌تواند به افزایش استفاده از خدمات مشاوره و در نهایت بهبود سلامت روان ورزشکاران کمک کند.

## نتیجه گیری

این پژوهش به بررسی نقش اعتماد و ملاحظات فرهنگی در ارتقای پذیرش مشاوره روانشناسی ورزشی در میان دانشجویان ورزشکار پرداخته است و نتایج آن نشان‌دهنده اهمیت دو عامل کلیدی در این زمینه است. یافته‌ها حاکی از آن است که اعتماد به روانشناسان ورزشی و تحمل انگ اجتماعی به عنوان متغیرهای مؤثر بر نگرش ورزشکاران نسبت به مشاوره روانشناسی ورزشی شناخته شده‌اند. با توجه به ضرایب تأثیر بالا برای اعتماد و تحمل انگ اجتماعی، می‌توان نتیجه گرفت که افزایش اعتماد به روانشناسان ورزشی و کاهش انگ اجتماعی می‌تواند منجر به نگرش مثبت‌تری نسبت به خدمات مشاوره روانشناسی ورزشی شود. در نهایت، این تحقیق بر اهمیت ایجاد یک محیط حمایتی و فرهنگی تأکید می‌کند که در آن مشاوره روانشناسی ورزشی به عنوان یک ابزار مؤثر برای بهبود عملکرد و سلامت روان ورزشکاران شناخته شود. به کارگیری نتایج این تحقیق می‌تواند به ارتقای کیفیت خدمات روانشناسی ورزشی و افزایش استفاده از آن در میان دانشجویان ورزشکار منجر شود. این تحقیق با وجود یافته‌های ارزشمند خود، با محدودیت‌هایی نیز مواجه

است. اولین محدودیت، استفاده از نمونه‌گیری در دسترس است که ممکن است نتایج را به جمعیت کلی دانشجویان ورزشکار تعمیم ندهد. همچنین، تمرکز بر دانشجویان ورزشکار در تهران، تنوع فرهنگی و اجتماعی را محدود می‌کند و ممکن است نتایج برای سایر گروه‌ها یا مناطق جغرافیایی قابل تعمیم نباشد. علاوه بر این، استفاده از پرسشنامه‌های خودگزارشی می‌تواند به سوگیری‌های پاسخ‌دهی منجر شود، زیرا پاسخ‌دهندگان ممکن است تمایل داشته باشند تا نگرش‌های مثبت‌تری را نسبت به مشاوره روانشناسی ورزشی ابراز کنند. در نهایت، عدم بررسی عوامل محیطی و اجتماعی دیگر که ممکن است بر نگرش‌ها تأثیر بگذارند، از دیگر محدودیت‌های این مطالعه به شمار می‌رود.

## پیشنهادهای کاربردی بر اساس یافته‌ها

با توجه به نتایج حاصل از پژوهش حاضر که به بررسی نقش اعتماد به ملاحظات فرهنگی در نگرش دانشجویان ورزشکار نسبت به مشاوره روان‌شناسی ورزشی پرداخته است، چندین پیشنهاد کاربردی مدیریتی و اجرایی برای بهره‌برداری از یافته‌ها ارائه می‌شود:

۱. برگزاری کمپین‌های اطلاع‌رسانی و جلسات تعاملی با روان‌شناسان ورزشی

با توجه به نقش کلیدی اعتماد، پیشنهاد می‌شود نهادهای ورزشی، دانشگاه‌ها و فدراسیون‌های مرتبط اقدام به طراحی و اجرای کمپین‌های آموزشی و تعاملی کنند. در این جلسات، ورزشکاران با خدمات روان‌شناسی، نقش روان‌شناسان، محرمانگی اطلاعات، و اثربخشی مشاوره آشنا می‌شوند. این اقدام به‌طور مستقیم در افزایش اعتماد بین‌فردی و نهادی مؤثر است و می‌تواند مقاومت روانی ورزشکاران در پذیرش مشاوره را کاهش دهد.

۲. کاهش انگ اجتماعی از طریق آموزش فرهنگی و رسانه‌ای

یکی از موانع مهم در پذیرش خدمات روان‌شناسی، برجسب‌زنی اجتماعی یا استیگما است. بنابراین، پیشنهاد می‌شود برنامه‌هایی با هدف آموزش عمومی درباره اهمیت سلامت روان، به‌ویژه در محیط‌های ورزشی، در قالب کارگاه‌ها، نمایش‌های چندرسانه‌ای، و تولید محتوای دیجیتال طراحی و اجرا شود. تأکید بر این نکته که استفاده از خدمات روان‌شناسی نشانه ضعف نیست بلکه عاملی برای تقویت عملکرد است، در این آموزش‌ها ضروری است.

۳. طراحی برنامه‌های مداخله‌ای مبتنی بر فرهنگ و بافت اجتماعی

با توجه به وجود تفاوت‌های فرهنگی و اجتماعی میان دانشجویان، پیشنهاد می‌شود برنامه‌های ارتقای نگرش به مشاوره روان‌شناسی به‌صورت بومی‌سازی‌شده طراحی شوند. این برنامه‌ها باید متناسب با ویژگی‌های قومی، جنسیتی، مذهبی و ساختارهای فرهنگی هر دانشگاه یا منطقه تدوین گردند تا اثرگذاری بیشتری داشته باشند و موجب کاهش مقاومت درونی و بیرونی ورزشکاران شوند.

۴. ایجاد ساختارهای حمایتی و سیاست‌گذاری برای نهادهای سازش مشاوره روان‌شناسی ورزشی

توصیه می‌شود واحدهای مشاوره روان‌شناسی ورزشی در ساختار اداری و فنی باشگاه‌ها و دانشگاه‌ها تثبیت شوند و حمایت‌های قانونی و اجرایی از آنها به‌عمل آید. این امر شامل تخصیص بودجه، تعریف پست سازمانی برای روان‌شناسان ورزشی، و گنجاندن مشاوره روانی در برنامه‌های تمرینی است. ایجاد چنین زیرساخت‌هایی می‌تواند منجر به عادی‌سازی مراجعه به مشاوره شود.

در مجموع، یافته‌های پژوهش حاضر بیانگر آن است که با سیاست‌گذاری آگاهانه، آموزش هدفمند، و مدیریت فرهنگی صحیح می‌توان زمینه را برای پذیرش گسترده‌تر مشاوره روان‌شناسی ورزشی در میان دانشجویان ورزشکار فراهم ساخت. این امر نه تنها موجب ارتقای سلامت روان و بهبود عملکرد آنان می‌شود، بلکه می‌تواند در درازمدت به توسعه پایدار منابع انسانی در ورزش منجر شود.

## تقدیر و تشکر

از تمامی مشارکت‌کنندگان به پاس همراهی و همکاری ارزشمندشان در این پژوهش صمیمانه قدردانی می‌نماییم.

## تعارض منافع

نویسندگان هیچ تضاد منافی را در این کار گزارش نمی‌کنند.

## منابع

- Addis, M. E., & Mahalik, J. R. (2003). Men, masculinity, and the contexts of help seeking. *American Psychologist*, 58(1), 5–14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.58.1.5>
- Ægisdóttir, S., O'Heron, M., Hartong, J., Haynes, S., & Linville, M. (2011). Enhancing attitudes and reducing fears about mental health counseling: An analogue study. *Journal of Mental Health Counseling*, 33(4), 327–346. <https://doi.org/10.17744/mehc.33.4.a5673mh711w3g441>.
- Aguinis, H., & Harden, E. E. (2010). Sample size rules of thumb: Evaluating three common practices. In *Statistical and methodological myths and urban legends* (pp. 287–306). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203867266-20>
- Anderson, A. G., Hodge, K. P., Lavalley, D., & Martin, S. B. (2005). New Zealand athletes' attitudes towards seeking sport psychology consultation. *New Zealand Journal of Psychology*, 33, 129–136.
- Anderson, A., Miles, A., Robinson, P., & Mahoney, C. (2004). Evaluating the athlete's perception of the sport psychologist's effectiveness. What should we be assessing? *Psychology of Sport and Exercise*, 5(3), 255–277. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(03\)00005-0](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(03)00005-0)
- Bevan, N., O'Brien, K. S., Lin, C. Y., Latner, J. D., Vandenberg, B., Jeanes, R., ... & Rush, G. (2021). The relationship between weight stigma, physical appearance concerns, and enjoyment and tendency to avoid physical activity and sport. *International journal of environmental research and public health*, 18(19), 9957. <https://doi.org/10.3390/ijerph18199957>
- Brewer, B. W., Van Raalte, J. L., & Linder, D. E. (1991). Role of the sport psychologist in treating injured athletes: A survey of sports medicine providers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 3(2), 183–190. <https://doi.org/10.1080/10413209108406443>.
- Brown, D. J., & Fletcher, D. (2017). Effects of psychological and psychosocial interventions on sport performance: A meta-analysis. *Sports Medicine*, 47, 77–99. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0552-7>
- Brown, K. R., Quinton, M. L., Tidmarsh, G., & Cumming, J. (2023). Athletes' access to, attitudes towards and experiences of help-seeking for mental health: a scoping review protocol. *BMJ open*, 13(4), e062279.
- Coakley, J. J. (1990). *Sport in society: Issues and controversies*. CV Mosby Company.
- Ekelund, R., Holmström, S., & Stenling, A. (2022). Mental health in athletes: where are the treatment studies?. *Frontiers in psychology*, 13, 781177.
- Ferraro, T., & Rush, S. (2000). Why athletes resist sport psychology. *Athletic Insight*, 2(3), 9–14.
- Gardner, F. L. (2001). Applied sport psychology in professional sports: The team psychologist. *Professional Psychology: Research and Practice*, 32(1), 34–39. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.32.1.34>
- Gee, C. J. (2010). How does sport psychology actually improve athletic performance? A framework to facilitate athletes' and coaches' understanding. *Behavior Modification*, 34(5), 386–402. <https://doi.org/10.1177/0145445510383525>
- Gordon, S. (1990). A mental skills training program for the Western Australian state cricket team. *Sport Psychologist*, 4(4), 386–399. <https://doi.org/10.1123/tsp.4.4.386>
- Habibi, A., & Kalahi, B. (2022). *Structural equation modeling and factor analysis* (2nd ed.). Tehran: Jihad University.
- Harris, B. R., & Maher, B. M. (2023). Student-athlete mental health, help-seeking, and service utilization: Implications for a multi-tiered, public health approach on college campuses. *Journal of College Student Psychotherapy*, 37(4), 371–390.
- Hosseini, M., Zardoshtian, S. and Karimi, J. (2018). Explain The Relationship Between Spiritual Intelligence And Aggression with Mediating Role Of Resiliency In Between Asian Kung Fu workers. *Organizational Behavior Management in Sport Studies*, 5(1), 55–62. <https://doi.org/20.1001.1.25384023.1397.5.1.6.9>

- Jones, G., Hanton, S., & Connaughton, D. (2007). A framework of mental toughness in the world's best performers. *Sport Psychologist*, 21(2), 243–264. <https://doi.org/10.1123/tsp.21.2.243>.
- Kiffin-Petersen, S. (2004). Trust: A neglected variable in team effectiveness research. *Journal of Management & Organization*, 10(1), 38-53.
- Lane, S. (2024). "It's the people that make the difference": Understanding the significance of psychosocial support for professional athletes. *Mental Health & Prevention*, 36, 200364. <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2024.200364>
- Lindsay, R. S., Larkin, P., Kittel, A., & Spittle, M. (2023). Mental imagery training programs for developing sport-specific motor skills: a systematic review and meta-analysis. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 28(4), 444-465.
- Loehr, J. E. (1990). Providing sport psychology consulting services to professional tennis players. *Sport Psychologist*, 4(4), 400–408. <https://doi.org/10.1123/tsp.4.4.400>
- mahmoudi, S., karimi, J. and heyрани, A. (2022). Designing a Model of Cognitive Flexibility through Sport Participation. *Sports Psychology*, 14(2), 62-51. <https://doi.org/10.48308/mbssp.2021.210328.0>
- Martin, S. B. (2005). High school and college athletes' attitudes toward sport psychology consulting. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17(2), 127–139. <https://doi.org/10.1080/10413200590932434>
- Martin, S. B., Kellmann, M., Lavallee, D., & Page, S. J. (2002). Development and psychometric evaluation of the sport psychology attitudes—revised form: A multiple group investigation. *Sport Psychologist*, 16(3), 272–290. <https://doi.org/10.1123/tsp.16.3.272>
- Martin, S. B., Wrisberg, C. A., Beitel, P. A., & Lounsbury, J. (1997). NCAA Division I athletes' attitudes toward seeking sport psychology consultation: The development of an objective instrument. *Sport Psychologist*, 11(2), 201–218. <https://doi.org/10.1123/tsp.11.2.201>.
- Maxwell, H., & Taylor, T. (2014). A culture of trust: Engaging Muslim women in community sport organizations. In *Sport Management Cultures* (pp. 69-87). Routledge.
- Mohd Kassim, A. F., Jamal, N. M. A., Syed Omar, S. S., Kamaruddin, H. K., Akmal Anuar, N., & Che Zakaria, M. S. (2024). Coach-athlete relationship, trust and confidence among team sport athletes. *Malaysian Journal of Sport Science and Recreation*, 20(1), 1-11.
- Moore, W. E., & Stevenson, J. R. (1991). Understanding trust in the performance of complex automatic sport skills. *The Sport Psychologist*, 5(3), 281-289.
- Naoi, A., Watson, J., Deaner, H., & Sato, M. (2011). Multicultural issues in sport psychology and consultation. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 9(2), 110–125. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2011.567101>
- Novak, D., Petrušič, T., Čule, M., Milinović, I., Kim, J., Kim, R., & Subramanian, S. V. (2024). Building Social Capital in University Students: A Physical Education Intervention Program. *Journal of Physical Activity and Health*, 1(aop), 1-11. <https://doi.org/10.1123/jpah.2024-0258>
- Ong, N. C., & Harwood, C. (2018). Attitudes toward sport psychology consulting in athletes: Understanding the role of culture and personality. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 7(1), 46–58.
- Ong, N. C., & Harwood, C. (2018). Attitudes toward sport psychology consulting in athletes: Understanding the role of culture and personality. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 7(1), 46.
- Reyes-Bossio, M., Corcuera-Bustamante, S., Veliz-Salinas, G., Villas Boas Junior, M., Delgado-Campusano, M., Brocca-Alvarado, P., & Brandão, R. (2022). Effects of psychological interventions on high sports performance: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 13, 1068376.
- Ryba, T. V. (2017). Cultural sport psychology: a critical review of empirical advances. *Current Opinion in Psychology*, 16, 123-127.
- Schinke, R. J., Henriksen, K., Moore, Z. E., Stambulova, N., Bartley, J., Cosh, S., ... & Wong, R. (2024). International society of sport psychology position stand: elite athlete mental health revisited. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 22(4), 775-801. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2024.2359872>
- Sharp, L. A., & Hodge, K. (2013). Effective sport psychology consulting relationships: Two coach case studies. *The Sport Psychologist*, 27(4), 313-324.
- Sheard, M., & Golby, J. (2006). Effect of a psychological skills training program on swimming performance and positive psychological development. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 4(2), 149–169. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2006.9671790>
- Stillman, M. A., Farmer, H., & Glick, I. D. (2023). Psychotherapeutic applications in elite sport: Promoting mental health among athletes. In *Routledge Handbook of Mental Health in Elite Sport* (pp. 329-338). Routledge.



- Thomas, S. J., Caputi, P., & Wilson, C. J. (2014). Specific attitudes which predict psychology students' intentions to seek help for psychological distress. *Journal of Clinical Psychology*, 70(3), 273–282. <https://doi.org/10.1002/jclp.22022>
- Tsan, J. Y., & Day, S. X. (2007). Personality and gender as predictors of online counseling use. *Journal of Technology in Human Services*, 25(3), 39–55. <https://doi.org/10.1300/J017v25n0303>.
- Tyson, J. (2024). Leveraging Social Capital to Enhance Equity and Inclusion in Exceptional Student Education in the United States. *Comprehensive Approaches to Conflict Resolution*, 407.
- Vogel, D. L., Wade, N. G., & Hackler, A. H. (2007). Perceived public stigma and the willingness to seek counseling: The mediating roles of self-stigma and attitudes toward counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 54(1), 40–50. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.54.1.40>.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2023). Foundations of sport and exercise psychology. *Human kinetics*.
- Wrisberg, C. A., Simpson, D., Loberg, L. A., Withycombe, J. L., & Reed, A. (2009). NCAA Division-I student-athletes' receptivity to mental skills training by sport psychology consultants. *Sport Psychologist*, 23(4), 470–486. <https://doi.org/10.1123/tsp.23.4.470>.
- Xu, X. (2023). Influence Factors and Countermeasures of College Sports on College Students' Psychology. *Academic Journal of Management and Social Sciences*, 4(3), 77-80.
- Zarazaga-Peláez, J., Barrachina, V., Gutiérrez-Logroño, A., Villanueva-Guerrero, O., Roso-Moliner, A., & Mainier-Pardos, E. (2024). Impact of Extracurricular Physical Activity on Achievement of the Sustainable Development Goals and Academic Performance: Mediating Cognitive, Psychological, and Social Factors. *Sustainability*, 16(16), 7238. <https://doi.org/10.3390/su16167238>

