



Article Type: Original

**Compilation and Evaluating an Educational Program Life Skill
Development and Enhance Enjoyment in Youth Soccer: The Impact of
Parental Behavior of Adolescent Soccer Players**

Shiva Molavinia¹ , Fahimeh Sepehri¹ , Saber Mehri^{2*} 

1. PhD, Motor Behavior, Faculty of Physical Education and Sports Sciences, Isfahan Branch (Khorasgan), Islamic Azad University of Isfahan, Iran.
2. Department of Sport Psychology, Sport Sciences Research Institute, Tehran, Iran.

Received: 03/12/2024, Revised: 13/02/2025, Accepted: 23/02/2025

* Corresponding Author: Amir Dana, E-mail: s.mehri@ssrc.ac.ir

How to Cite: Molavinia,S. , Sepehri,F. And Mehri,S. (2026). Compilation and evaluating an educational program Life skill development and enhance enjoyment in youth soccer: The impact of parental behavior of adolescent soccer players. *Sport Psychology Studies*, 15(55),1-25. In Persian

Extended Abstract
Background and Purpose

Adolescence is a crucial stage for acquiring life skills necessary for personal and social development. Life skills, defined as essential abilities to cope with daily challenges, include leadership, teamwork, and emotional regulation. Research suggests that extracurricular activities such as music, drama, and sports provide an ideal environment for fostering these skills. Among these activities, sports have long been recognized as a valuable setting for adolescent growth due to their interactive, emotional, and social nature. Participation in sports has been

linked to the development of goal-setting, problem-solving, and time management skills, which contribute to overall personal development.

Youth sports also play a significant role in promoting psychological well-being and sustained engagement in physical activity. Enjoyment in sports is a key motivator for continued participation, while a lack of enjoyment is one of the primary reasons for dropout. Sports organizations emphasize the importance of psychosocial growth and positive experiences to encourage long-term



involvement. However, the sports environment can either enhance or hinder these developmental benefits depending on the influences of key stakeholders such as coaches, peers, and parents. Among these influences, parental behavior plays a critical role in shaping young athletes' experiences. Parental support can foster confidence, resilience, and overall enjoyment, while excessive pressure or controlling behavior can lead to anxiety, reduced motivation, and early dropout. Despite the importance of parental involvement, many parents lack the necessary awareness and skills to provide effective support.

This study aims to develop and evaluate an educational program designed to enhance life skills, increase enjoyment in youth soccer, and assess the impact of parental behavior. By adopting a qualitative action research approach, this study seeks to provide insights into how targeted parental training can create a more supportive and enriching sports environment for adolescent athletes.

Material and Methods

This study utilized an action research approach with a qualitative methodology to explore parental involvement in youth soccer and its influence on life skills development. The research was conducted with 30 parents (either father or mother) and two coaches from a soccer academy.

1. Data Collection and Tools Methods

Data were collected using multiple qualitative tools, including:

- Reflective diaries maintained by both parents and researchers
- Observations during training sessions and matches
- Researcher notes documenting informal conversations with parents and coaches
- Semi-structured interviews with parents and coaches

The qualitative content analysis method was used to analyze the collected data, allowing researchers to identify recurring themes related to life skills, parental support, and youth enjoyment in soccer.

2. Implementation Method

Planning Phase

In the planning phase, researchers conducted preliminary observations and informal discussions with parents and coaches to understand their perspectives on youth sports and parental involvement. These discussions revealed gaps in parental knowledge about effective support strategies.

Action Phase

A customized educational program was designed to address key life skills such as interpersonal relationships, creative thinking, critical thinking, and stress coping skills. The sessions included:

- Group discussions about parental influence on sports participation
- Workshops on effective communication, emotional regulation, and problem-solving

- Interactive exercises such as role-playing and scenario-based learning

Reflection Phase

Parents were encouraged to document their reflections after each training session. This phase provided insight into behavioral changes, challenges faced, and their effectiveness in implementing learned strategies.

Evaluation Phase

The effectiveness of the program was assessed through:

- Follow-up interviews with parents and coaches
- Observational analysis of parental behavior during training sessions
- Comparison of reflective diary entries before and after the program

3. Data Analysis Method

A thematic analysis approach was used to categorize responses into key themes. The analysis included:

- Transcription of interviews and reflective diaries
- Identification of recurring themes related to life skills development
- Cross-validation of findings through multiple data sources

Result

Four primary themes emerged from the data:

1. Establishing interpersonal relationships – Parents learned to foster positive communication and social interactions.
2. Creative thinking – Parents developed strategies to encourage their children's problem-solving and adaptability.
3. Critical thinking – Parents became more analytical about their children's sports experiences and decision-making.
4. Stress coping skills – Parents improved their ability to manage stress and help their children handle pressure in sports.

Overall, parents reported increased awareness of their role in shaping their children's sports experiences. Coaches also observed improved parental support and reduced pressure on young athletes.

Discussion

Establishing Interpersonal Relationships

Interpersonal relationships were strengthened as parents learned active listening, empathy, and constructive feedback techniques. Many parents initially focused on performance-based encouragement, but after the program, they adopted a more holistic approach to support, fostering emotional security and self-confidence in their children.

Creative Thinking

Parents recognized the importance of flexibility and innovative problem-solving in sports and daily life. Through brainstorming exercises, they learned how to guide their children in overcoming challenges rather than

dictating solutions. This shift encouraged autonomy and enhanced decision-making skills in young athletes.

Critical Thinking

By engaging in discussions about decision-making, goal-setting, and sports ethics, parents became more reflective about their behavior and expectations. They shifted from a directive approach to a more supportive and analytical role, allowing their children to develop independent problem-solving abilities.

Stress Coping Skills

Managing stress was a significant concern for parents. The program helped them recognize how their anxiety and high expectations affected their children's performance and enjoyment. They learned mindfulness techniques, emotional regulation strategies, and positive reinforcement methods to create a more supportive sports environment.

This study highlights the crucial role of parents in fostering life skills and enjoyment in youth soccer. The educational program effectively enhanced parental awareness, leading to improved interpersonal relationships, creative and critical thinking, and stress management. Even experienced parents benefited from self-education,

demonstrating that continuous learning is essential for providing optimal support to young athletes.

Limitations and Suggestions

Despite its valuable insights, this study had some limitations:

- Limited sample size – Findings may not be generalizable to all youth soccer settings.
- Short-term evaluation – Long-term effects of the program were not assessed.
- For future research, a larger sample and a longitudinal approach are recommended to assess the sustained impact of parental training programs. Additionally, incorporating coaches and young athletes' perspectives can provide a more comprehensive understanding of the parental role in sports development.

Keywords: Compilation and Assessment, Life skills, Parents, Soccer, Action Research Method

Funding

The present study received no financial support from any institution or organization.

Authors' contributions

All authors contributed equally to the writing and revision of the article.

Conflicts of Interest

The authors declared no conflict of interest



نوع مقاله: پژوهشی اصیل

تدوین و ارزیابی برنامه آموزشی توسعه مهارت‌های زندگی و افزایش لذت در فوتبال نوجوانان: تأثیر رفتار والدین فوتبالیست‌های نوجوان

شیوا مولوی نیا^۱ ID، فهیمه سپهری^۱ ID، صابر مهري^۲ ID*

۱. دکتری رفتار حرکتی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان، اصفهان، ایران.

۲. گروه روان‌شناسی ورزشی، پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، تهران، ایران.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۹/۱۳، تاریخ اصلاح: ۱۴۰۳/۱۱/۲۵، تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۲/۰۵

* Corresponding Author: Saber Mehri, E-mail: s.mehri@ssric.ac.ir

How to Cite: Molavinia, S., Sepehri, F., Mehri, S. (2026). Compilation and evaluating an educational program Life skill development and enhance enjoyment in youth soccer: The impact of parental behavior of adolescent soccer players. *Sport Psychology Studies*, 15(55), 1-25. In Persian

چکیده

هدف: در ورزش نوجوانان، والدین نقش مهمی در یادگیری مهارت‌های جدید، لذت بردن از ورزش و ایجاد انگیزه برای مشارکت دارند. هدف از پژوهش حاضر، تدوین برنامه آموزشی توسعه مهارت‌های زندگی، افزایش لذت فوتبال در نوجوانان و بررسی اهمیت رفتارهای والدین فوتبالیست‌های نوجوان بود.

مواد و روش‌ها: شرکت‌کنندگان این پژوهش شامل ۳۰ والد (پدر یا مادر) و ۲ مربی از یک آکادمی فوتبال بودند. این پژوهش با روش اقدام‌پژوهی و رویکرد کیفی انجام شد. داده‌ها از طریق دفتر خاطرات بازتابی، مشاهدات، یادداشت‌های محقق، گفتگوهای غیررسمی با مربی و مصاحبه نیمه‌ساختاریافته با مربی و والدین گردآوری شد. تحلیل محتوای کیفی برای تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج پژوهش به چهار مقوله اصلی شامل برقراری روابط میان‌فردی، تفکر خلاق، تفکر انتقادی و مهارت مقابله با فشار روانی اشاره دارد. یافته‌ها نشان داد که برنامه آموزشی منجر به تغییرات مثبت در توانایی والدین برای ارائه حمایت اطلاعاتی به فرزندان، بهبود مهارت‌های زندگی و توسعه مهارت‌های فردی آن‌ها شد.

نتیجه‌گیری: این پژوهش نشان می‌دهد که حتی والدین با تجربه نیز نیازمند تقویت مهارت‌های زندگی از طریق خودآموزی جهت حمایت مؤثرتر از فرزندانشان هستند.

کلیدواژه‌ها: تدوین و ارزیابی، مهارت‌های زندگی، والدین، فوتبال، روش پژوهش اقدام پژوهی.



مقدمه

برای اینکه نوجوانان زندگی موفق و سالمی داشته باشند، باید مهارت‌های مختلف زندگی را توسعه دهند (ویجیات، هدیات و سوترانس^۱، ۲۰۲۳). مهارت‌های زندگی به عنوان مهارت‌های لازم برای رویارویی با خواسته‌ها و چالش‌های زندگی روزمره تعریف می‌شود (هوداگ و دانیس^۲، ۱۹۹۹). به عنوان مثال می‌توان به رهبری، کار گروهی و مهارت‌های اجتماعی اشاره کرد. مطالعات قبلی نشان داده‌اند که چنین مهارت‌های زندگی از طریق فعالیت‌های فوق برنامه از جمله موسیقی، نمایش و ورزش توسعه می‌یابد (المداء، دایس، کورت ریل، منیز و فونسکا^۳، ۲۰۲۳). به دلیل نرخ مشارکت بالا و ماهیت تعاملی، عاطفی و اجتماعی آن، ورزش مدت‌هاست که به عنوان یک محیط ایده‌آل برای رشد نوجوانان در نظر گرفته شده است (ادر، وید، پانکوک و ایمی^۴، ۲۰۲۳). از طریق مشارکت ورزشی، تحقیقات نشان داده است که نوجوانان طیفی از مهارت‌های زندگی مانند تعیین هدف، حل مسئله و مهارت‌های مدیریت زمان را توسعه می‌دهند (جانستون، هاروود و مینیتی، ۲۰۱۳).

تحقیقات نشان می‌دهد که نوجوانان از طریق ورزش طیفی از مهارت‌های زندگی مانند تعیین هدف، حل مسئله و مدیریت زمان را به دست می‌آورند (جانستون و همکاران، ۲۰۱۳). جانستون و همکاران تاکید کرده‌اند که کار تیمی، تعیین هدف، مهارت‌های عاطفی، رهبری و تصمیم‌گیری از جمله مهم‌ترین مهارت‌های قابل توسعه در ورزش هستند. همچنین، پژوهش‌های کرونین و

آلن (۲۰۱۷) نشان داده‌اند که این مهارت‌ها با عزت‌نفس، احساسات مثبت و رضایت از زندگی در ارتباط هستند.

در ورزش نوجوانان، یادگیری مهارت‌های جدید و لذت بردن از ورزش نقش مهمی در ایجاد انگیزه برای مشارکت دارد (مک کارتی و جونز^۵، ۲۰۰۷). اتحادیه‌های ورزشی نیز بر اهمیت رشد روانی اجتماعی و لذت بردن نوجوانان تأکید کرده‌اند (هاروود^۶، ۲۰۰۸). تجربه لذت‌بخش از ورزش، عامل کلیدی برای ادامه فعالیت نوجوانان در ورزش به شمار می‌رود (فریزر توماس و همکاران^۷، ۲۰۰۸) و عدم لذت یکی از دلایل اصلی ترک ورزش است (تمپل و کرین^۸، ۲۰۱۶).

پژوهش‌ها نشان می‌دهند که جو ورزش جوانان می‌تواند به رشد مهارت‌های زندگی و تجربه لذت آن‌ها کمک کند یا برعکس، آن را محدود سازد (نیومن و همکاران، ۲۰۲۳). از سوی دیگر، محققان معتقدند که مربیان، همسالان و والدین هر کدام نقشی مهم در توسعه مهارت‌های زندگی نوجوانان دارند (هولت و همکاران، ۲۰۱۷). بررسی‌ها نشان داد که والدین نیز تأثیر قابل توجهی بر تجربه ورزشی نوجوانان دارند و در لذت بردن آن‌ها از ورزش مؤثر هستند (آلت، بایتون و پرایسی^۹، ۲۰۲۴).

در دنیای ورزش نوجوانان، فرزندپروری و رفتار والدین نقش مهمی در شکل‌گیری تجربه ورزشی و رشد مثبت جوانان ایفا می‌کند (هولت و همکاران، ۲۰۱۷؛ تیکویس، سپراف روسادو، سیلوا و کالمیرو، ۲۰۱۶). نظریه‌ها و مدل‌های مختلفی برای بررسی این تأثیرات ارائه شده‌است، از جمله مدل گولد و کارسون (۲۰۰۸) که نشان می‌دهد روابط با افراد مؤثر در ورزش مانند

6 Harwood

7 Fraser-Thomas, Côté & Deakin

8 Temple & Crane

9 Ault, Blanton & Pierce

1 Wijaya, Hidayat & Sutresna

2 Hodge & Danish

3 Almeida, Dias, Corte-Real, Menezes & Fonseca

4 Eather, Wade, Pankowiak & Eime

5 McCarthy & Jones

از رفتار دستوری است (وورث، لی، و آفرمن، ۲۰۰۴) برخی از مطالعات نشان داده‌اند که رفتار دستوری والدین می‌تواند تأثیر منفی بر نوجوانان شرکت‌کنندگان در ورزش داشته باشد. به عنوان مثال، رفتارهای دستوری می‌تواند نوجوانان را تحت فشار فزاینده‌ای قرار دهد (اد، کامفوف، مکی و آرمنتروت،^۸ ۲۰۱۲؛ لی و مک لین، ۱۹۹۷) و اگر بلافاصله قبل از اجرای مهارت ارائه شود، می‌تواند منجر به افزایش اضطراب گردد (هولت، تامینن، بلک، سین و دیوار،^۹ ۲۰۰۸).

سومین رفتار مهم والدین در ورزش، فشار است. ادبیات تحقیق نشان می‌دهد که تأثیر فشار والدین بر تجربیات ورزشی نوجوانان تا حدودی نامشخص است. به‌طور کلی، فشار به عنوان یک رفتار منفی در ورزش در نظر گرفته می‌شود که منجر به شک و تردید در تصمیم‌گیری‌ها در حین بازی، احساس ناراحتی، کاهش انتقال ارزش‌های مثبت ورزشی از والدین و درک پایین‌تر از شایستگی، عزت نفس و لذت می‌شود (دانیونی و همکاران، ۲۰۱۷؛ اومونسدن، رابرتز، لمیر و میلار، ۲۰۰۶). هاروود و نایت (۲۰۱۵) همچنین گزارش دادند که فشار کمتر از سوی والدین با عزت نفس و لذت بیشتر همراه است. جالب اینجاست که برخی تحقیقات نشان داده‌است که فشار والدین تأثیرات مثبتی در ورزش دارد. اورورک، اسمیت، اسمول و کامینگ (۲۰۱۱) نشان دادند که اگر تمرکز بر خودسازی و انجام حداکثر تلاش از سوی والدین وجود داشته‌باشد، این فشار منجر به کاهش اضطراب می‌گردد. علاوه‌براین، نایت، برو و هاروود (۲۰۱۷) توضیح دادند که بسته به اهداف شرکت‌کنندگان، نحوه تفسیر رفتارها و زمانی که رفتارها (قبل، حین یا بعد از مسابقه) نشان داده می‌شوند،

مربیان و والدین، نقش مهمی در رشد مهارت‌های زندگی نوجوانان از طریق ورزش دارند. به‌ویژه، مدل هولت و همکاران (۲۰۱۷) تأکید دارد که حمایت والدین از مشارکت فرزندانشان، جو ورزشی مثبتی ایجاد می‌کند که زمینه‌ساز توسعه مهارت‌های زندگی می‌شود.

سه رفتار مهم والدین در ورزش درک و تحسین، رفتار دستوری و فشار است (لی و مک‌لین،^۱ ۱۹۹۷؛ وورث، لی و آفرمن،^۲ ۲۰۰۴). درک و تحسین عبارت است از «تشویق والدین که با درک کودکان از همدلی والدین نسبت به فعالیت ورزشی آن‌ها نشان داده می‌شود و باعث افزایش لذت و انگیزه بازیکنان برای پایداری در ورزش می‌گردد» (دانیونی، بارنی و روسناتی،^۳ ۲۰۱۷). ورزشکاران پیشنهاد می‌کنند که تحسین والدین به آن‌ها اعتماد به نفس (نایت، نیلی و هولت،^۴ ۲۰۱۱) و تاب‌آوری را افزایش می‌دهد (راس، مالت، پارکس و استراکان، ۲۰۱۵) و موجب کاهش اضطراب در ورزش می‌شود (بویس، لالان، و دلفورژ،^۵ ۲۰۰۹). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که درک و تحسین نیز به طور مداوم با لذت شرکت‌کنندگان از ورزش‌شان مرتبط است (دان و همکاران، ۲۰۱۶؛ سانچز-میگل، لئو، سانچز-اولیوا، آمادو، گارسیا-کالوو،^۶ ۲۰۱۳).

دومین رفتار مهم والدین در ورزش، رفتار دستوری است. رفتار دستوری عمدتاً شامل ارتباط یک طرفه است، جایی که شخص به دیگری می‌گوید چگونه یا چرا کاری را انجام دهد و عملکرد آن فرد را از نزدیک زیر نظر دارد (بلانچارد، زیگرمی و زیگرمی،^۷ ۱۹۸۵). ارائه دستورالعمل‌های آموزشی در طول رقابت نمونه‌ای

⁶ Sánchez-Miguel, Leo, Sánchez-Oliva, Amado & García-Calvo

⁷ Blanchard, Zigarmi & Zigarmi

⁸ Ede, Kamphoff, Mackey & Armentrout

⁹ Holt, Tamminen, Black, Sehn & Wall

¹ Lee & MacLean

² Wuerth, Lee, M & Alfermann

³ Danioni, Barni & Rosnati

⁴ Knight, Neely & Holt

⁵ Bois, Lalanne & Delforge

تدوین و ارزیابی برنامه آموزشی توسعه مهارت‌های زندگی...

رفتارهای والدین را می‌توان تحت فشار یا حمایت‌کننده تلقی کرد.

با وجود پژوهش‌های متعدد در زمینه فرزندپروری و تأثیر رفتارهای والدین بر رشد مهارت‌های زندگی در ورزش، بیشتر این مطالعات به صورت کمی بوده و کمتر به روش‌های کیفی پرداخته‌اند. استفاده از رویکرد کیفی به‌ویژه برای بررسی دقیق تجربه زیستی والدین و درک عمیق‌تری از تأثیرات این رفتارها در محیط ورزشی نوجوانان ضرورت دارد (دوهمه و همکاران، ۲۰۲۰). همچنین، این امر به شناسایی نیازهای واقعی والدین و ارائه یک برنامه آموزشی برای توسعه مهارت‌های زندگی و افزایش لذت نوجوانان در فوتبال کمک می‌کند.

براساس نظریه راجرز، تجربه و ادراک هر فرد از محیط، منحصربه‌فرد است و با ادراک دیگران متفاوت خواهد بود. بنابراین، توجه به نیازهای فردی والدین و دانش فرزندپروری ورزشی آن‌ها ضروری است (شولتز و شولتز، ۲۰۱۶). بسیاری از والدین درک کاملی از نقش خود در توسعه مهارت‌های زندگی و رشد روانی فرزندانشان در ورزش ندارند. برخی والدین به دلیل ناآگاهی، رفتارهایی بروز می‌دهند که ممکن است منجر به افزایش اضطراب یا کاهش اعتماد به نفس نوجوانان شود. فشارهای زیاد از سوی والدین می‌تواند منجر به اضطراب و کاهش لذت ورزشی در نوجوانان شود. این فشارها ممکن است به صورت مستقیم (دستورالعمل‌ها) یا غیرمستقیم (انتظارات بالا) اعمال شود که هر دو می‌توانند پیامدهای منفی داشته باشند. برخی والدین به صورت افراطی به تشویق یا انتقاد می‌پردازند، در حالی که حفظ تعادل بین این دو برای رشد مثبت نوجوانان ضروری است. انتقاد بیش از حد می‌تواند عزت نفس را کاهش دهد، در حالی که تشویق بدون مرز ممکن است نوجوانان را از

۸

مواجهه با چالش‌ها و ناکامی‌ها باز دارد. نحوه واکنش والدین قبل، حین و بعد از مسابقه می‌تواند متفاوت باشد و تأثیرات متضادی بر تجربه نوجوان داشته باشد. برخی والدین ممکن است رفتار حمایتی خود را به درستی زمان‌بندی نکنند که این موضوع باعث کاهش کارایی حمایت آنان می‌شود. بسیاری از والدین به آموزش‌های تخصصی در زمینه فرزندپروری ورزشی دسترسی ندارند و یا از اهمیت آن آگاه نیستند. طراحی برنامه‌های آموزشی که نیازها و تفاوت‌های فردی والدین را در نظر بگیرد، یکی از نیازهای اساسی است که کمتر به آن توجه شده است. گاهی والدین انتظاراتی دارند که با اهداف و علایق نوجوانان سازگار نیست. این تعارض ممکن است منجر به کاهش انگیزه و لذت ورزشی نوجوانان شود و در نهایت باعث ترک ورزش گردد. همچنین نقش و انتظارات والدین در ورزش از فرهنگی به فرهنگ دیگر متفاوت است. این تنوع فرهنگی نیازمند رویکردهای بومی‌سازی شده و حساس به فرهنگ در طراحی برنامه‌های آموزشی برای والدین است. ارزیابی دقیق اثرات رفتارهای والدین بر توسعه مهارت‌های زندگی نوجوانان به‌ویژه در محیط‌های ورزشی، چالش‌برانگیز است. ابزارهای مناسبی برای سنجش دقیق این تأثیرات وجود ندارد و نیاز به روش‌های کیفی جهت تحلیل دقیق‌تر تجارب نوجوانان و والدین احساس می‌شود. برنامه‌های توسعه مهارت‌های زندگی معمولاً به صورت عمومی طراحی می‌شوند و نیازهای خاص والدین و نوجوانان به‌طور فردی در نظر گرفته نمی‌شود. در این راستا، هدف این پژوهش، طراحی و تدوین برنامه آموزشی والدین در راستای توسعه مهارت‌های زندگی و افزایش لذت فرزندانشان در ورزش فوتبال است.

روش‌شناسی پژوهش

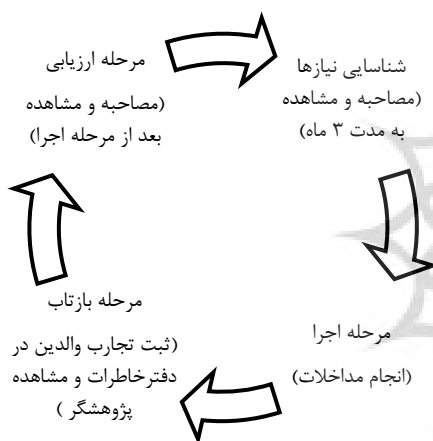
روش‌شناسی این مقاله بر مبنای اقدام پژوهی به عنوان یک فرآیند مشارکتی طراحی شده است تا راه‌حل‌های بلندمدتی برای شناسایی و رفع نیازهای واقعی والدین ورزشکاران ارائه دهد (هیل، هانتون، ماتئوس و فلیمنگ^۱، ۲۰۱۱). این روش، پیوندی عمیق میان اقدام و پژوهش برقرار می‌کند (کینس و همکاران^۲، ۲۰۱۴) و در جهت توانمندسازی والدین در مواجهه با چالش‌های دنیای واقعی، تغییراتی معنادار ایجاد می‌کند (هودکینس و هریتو^۳، ۲۰۰۲).

اقدام پژوهی شامل یک گفت‌وگوی بین‌فردی و مشارکتی است که در آن تمامی افراد به‌عنوان یادگیرنده و متخصص در فرآیند پویای کنش و تأمل شرکت می‌کنند و از وضعیت کنونی به عنوان نقطه شروعی برای ساخت دانش آگاهانه جدید بهره می‌برند (اسمیت^۴، ۱۹۹۷). این فرآیند جمعی و درک مشترک از جهان، زمینه را برای افزایش آگاهی فراهم کرده و منجر به اقدام آگاهانه می‌شود. در این روش، تأمل بدون عمل و عمل بدون تأمل نتیجه‌بخش نیست (اسلن، میگل و است^۵، ۲۰۰۹).

در این پژوهش، محققین از فرآیند مشارکتی، بازتابی و تحول‌آفرین اقدام پژوهی برای ایجاد بستری جهت اشتراک‌گذاری دانش و تجارب بین محققین و مشارکت‌کنندگان استفاده کرده‌اند تا نیازهای والدین فوتبالیست‌های نوجوان را مورد شناسایی و پاسخ‌گویی قرار دهند. با توجه به اینکه اقدام پژوهی چرخه‌ای پویا شامل شناسایی، اجرا، ارزیابی و بازتاب است (مکنیف، ۲۰۱۳) تحقیق حاضر نیز به چهار مرحله برنامه‌ریزی، اجرا، بازتاب و ارزیابی تقسیم شده است که این مراحل در شکل ۱ نشان داده شده‌اند (ایوانز، هاردی و فلیمنگ^۶، ۲۰۰۰).

شرکت‌کنندگان

در این پژوهش، ۳۰ والد (پدر یا مادر) و ۲ مربی از یک آکادمی فوتبال به عنوان شرکت‌کنندگان انتخاب شدند. با توجه به حساسیت موضوع فرزندپروری ورزشی و عوامل مؤثر بر آن، محققین برنامه‌ریزی دقیقی برای مراحل تحقیق انجام دادند. در ابتدا، تأییدیه اخلاقی از دانشگاه آزاد اسلامی اصفهان (خوراسگان) برای اجرای پژوهش اخذ شد. سپس محققین جلسه‌ای با مربی برگزار کرده و توضیحات جامع و کاملی درباره هدف و برنامه‌های تحقیق ارائه دادند، که این امر باعث جلب حمایت مربی و افزایش اثربخشی پژوهش شد.



شکل ۱: چرخه اقدام پژوهی در این پژوهش

در گام بعد، جلسه‌ای با والدین تشکیل گردید و اهداف تحقیق برای آن‌ها تشریح شد. همچنین با در نظر گرفتن نیازهای والدین، مقرر شد که در صورت عدم تمایل یا انگیزه برای شرکت در جلسات تئوری، والدین می‌توانند در هر مرحله از فرآیند پژوهش از آن خارج شوند.

4 Smith
5 Snell, Miguel & East
6 Evans, Hardy & Fleming

1 Hill, Hanton, Matthews & Fleming
2 Kemmis, McTaggart, Nixon, Kemmis
McTaggart & Nixon
3 Hodgkinson & Herriot

مسابقات، رویدادهای ورزشی، اردوها، چطور؟ ۲. ارتباط والدین-فرزند-مربی را چگونه ارزیابی می‌کنید؟ ممکن است شرح مختصری از رابطه خود با مربی فرزندتان بگویید؟ آیا با مربی ارتباط برقرار می‌کنید؟ چند وقت یکبار؟ از چه طریقی یا به چه صورتی؟ کدام یک ابتکار عمل بیشتری دارد؟ شایستگی‌های مربی را چگونه ارزیابی می‌کنید، آیا مربی یک فرد مقتدر است؟ یک فرد مهم در زندگی فرزندتان است یا برعکس؟ ۳. ممکن است به ما بگویید که شرکت فرزندتان در ورزش برای شما چه معنایی دارد؟ ۴. به نظر شما مشارکت فرزندتان در فعالیت‌های ورزشی چه تاثیری بر شما به عنوان والدین داشته‌است؟ چه تاثیری بر احساسات، روابط، رفتار، ارتباطات خانوادگی داشته-است؟ آیا مشکلاتی وجود دارد؟ ۵. فکر می‌کنید رابطه شما و فرزندتان بعد از شروع ورزش چگونه تغییر کرده‌است؟ ۶. فکر می‌کنید چه چیزی باعث رشد مثبت شخصیت فرزندتان در فعالیت‌های ورزشی می‌شود؟.

این رویکرد فرصتی برای شناسایی عمیق نیازهای آموزشی والدین به مهارت زندگی از طریق تعامل نزدیک بین محققین، والدین و مربیان را فراهم ساخت.

روش اجرا

مرحله برنامه‌ریزی

در این پژوهش و مطابق با استراتژی اقدام‌پژوهی، محققین در راستای تدوین یک برنامه آموزشی برای توسعه مهارت‌های زندگی، افزایش لذت در فوتبال جوانان و اهمیت رفتار والدین فوتبالیست‌های نوجوان، به‌عنوان یک «عامل تغییر» در موقعیت‌های واقعی زندگی، فعالیت خود را آغاز کردند (هیر و اندرسون^۵، ۲۰۱۴). این رویکرد به محققین اجازه داد تا با حضور مستمر در میدان تحقیق، شناخت دقیق‌تری از نیازهای آموزشی والدین بدست آورند (مکنیف^۶، ۲۰۱۳).

محققین در طی سه ماه حضور در محیط پژوهش، به شناسایی نیازهای والدین پرداختند و با انجام مشاهدات مستقیم و

به شرکت‌کنندگان اطمینان داده شد که اطلاعات شخصی آن‌ها به‌صورت ناشناس و محرمانه نگهداری می‌شود. تمامی اطلاعات شناسایی فردی در طول تجزیه و تحلیل داده‌ها حذف یا تغییر یافته و در دسترس اشخاص ثالث قرار نخواهد گرفت. همچنین، به شرکت‌کنندگان اطلاع داده شد که این پژوهش مطابق با استانداردهای اخلاقی دانشگاهی انجام شد.

ابزار و شیوه گردآوری داده‌ها

در این پژوهش، با استناد به پارادایم واقع‌گرایی انتقادی^۱ (اشمیت و مک‌گانن^۲، ۲۰۱۸) تجربیات مشترک والدین فوتبالیست‌ها درباره سه رفتار کلیدی والدین و برنامه آموزشی برای توسعه مهارت‌های زندگی و افزایش لذت در فوتبال جوانان، همچنین اهمیت رفتارهای والدین و تأثیرات آن‌ها بر دانش، هیجانات، مهارت‌های رفتاری و روابط بین‌فردی آن‌ها مورد بررسی قرار گرفت (نیدلمن و نیدلمن^۳، ۱۹۹۶). در این مطالعه، جهت شناسایی و ارزیابی رفتارهای کلیدی والدین و داده‌های کیفی از طریق مشاهده رفتارهای کلامی و غیرکلامی شرکت‌کنندگان، دفتر بازتابی خاطرات شرکت‌کنندگان، همچنین خاطرات بازتابی محقق جمع‌آوری شد. قبل از مداخله هدف ما از ثبت وقایع روزانه در دفتر خاطرات بازتابی محقق و مشارکت‌کنندگان این بود که به عنوان منبعی برای استخراج نیاز والدین مورد استفاده قرار گیرد. بعد از مداخله وقایع روزانه در دفتر خاطرات بازتابی نوشته می‌شدند تا محققین از تجربیات والدین مطلع گردند و برای اطلاع راجع به اثربخشی اجرای پروتکل استفاده شود. علاوه بر این محققین برای شناخت و درک نیازهای والدین از مصاحبه-های نیمه ساختاریافته استفاده کردند. راهنمای مصاحبه از مطالعه لینستینک^۴ (۲۰۱۶) در سه بخش آموزشی، روانشناختی و ورزشی تهیه شد. براین‌اساس در فرآیند مصاحبه، پرسش‌ها عبارتند از: ۱. فرصت‌های خود را برای درگیر شدن در فعالیت‌های ورزشی فرزندتان چگونه ارزیابی می‌کنید؟ لطفاً بیان کنید که آیا می‌توانید کودک را به تمرین ببرید و برگردید؟ در زمینه

4 Lisinskiene
5 Herr & Anderson
6 McNiff

1 Critical Realism
2 Smith & McGannon
3 Needleman & Needleman

شد. خارج از جلسات برنامه‌ریزی شده، والدین به محققین دسترسی داشتند و محققین بر اساس این تعاملات و گفت‌وگوهای مستمر (اشمیت و مک‌گانن، ۲۰۱۸) شناخت و درک جدیدی از نیازهای آموزشی والدین به دست آوردند. در نهایت، راهبردهای رفتاری به صورت حضوری و مجازی به آن‌ها ارائه شد.

هدف اصلی از این برنامه آموزشی، توانمندسازی والدین برای ایجاد محیطی امن و حمایتی برای فرزندان در هر موقعیتی از ورزش بود. این هدف با آموزش مهارت‌های زندگی و تقویت مهارت‌های فردی والدین در یک محیط ورزشی تحقق یافت، به طوری که والدین بتوانند در موقعیت‌های مختلف ورزشی، نقش حمایتی و آگاهانه‌ای ایفا کنند. این برنامه شامل گفتگوهای غیررسمی و مشاهده‌های میدانی بود (ایوانز و هاردی، ۲۰۰۰؛ هیل، هانتون، متئوس و فیلمینگ^۳، ۲۰۱۱؛ وگوسف، هانتون و فیلچر، ۲۰۱۳).

گفتگوهای غیررسمی شامل تحلیل موقعیت‌های مختلفی بود که در تمرینات و مسابقات رخ می‌داد؛ این رویکرد به محققین کمک کرد تا روابط خانوادگی در طول تمرین و مسابقات دوستانه، تغییرات رفتاری والدین در موقعیت‌های خاص و واکنش‌های آن‌ها را در چنین شرایطی ارزیابی کنند. این تحلیل‌ها به ارائه راهبردهای آموزشی و توصیه‌های رفتاری به والدین منجر شد، تا والدین بتوانند درک عمیق‌تری از تأثیر رفتارهای خود بر عملکرد ورزشی فرزندان‌شان پیدا کنند و در نهایت بستری سالم و حامی برای توسعه مهارت‌های زندگی و لذت از ورزش و رقابت برای فرزندان‌شان ایجاد کنند.

والدین در بحث‌های گروهی و تعاملی با محققین مشارکت داشتند. در این بحث‌ها محققین و والدین به تبادل نظر و ارائه پیشنهادات برای مدیریت شرایط مختلف پرداختند. موضوعات اصلی مورد بحث، سه رفتار کلیدی والدین در ورزش، شامل درک و تحسین، رفتار دستوری، و فشار بودند (لی و مک‌لین، ۱۹۹۷؛ وورث، لی، و آلفرمن، ۲۰۰۴). این تعاملات به والدین

یادداشت‌های میدانی، فهرستی از این نیازها تهیه کردند. این رویکرد به محققین کمک کرد تا با درک رفتارهای واقعی والدین در زندگی ورزشی فرزندان‌شان، نیازهای آموزشی آن‌ها را به دقت شناسایی کنند. از آنجایی که محققین در محیط تحقیق به عنوان بخشی از کادر فنی تیم پذیرفته شده بودند (اشمیت، اسپارکس و کادیک^۱، ۲۰۱۴)، این امر موجب شد تا آزادانه‌تر بتوانند در محیط حضور یابند و به تعامل با والدین بپردازند.

برای ایجاد اعتماد متقابل و همدلی میان محققین و والدین، جلسات متعددی در طی تمرینات تخصصی فوتبال فرزندان برگزار شد که در آن‌ها محققین به گفت‌وگو درباره‌ی فوتبال و نقش والدین پرداختند. در این جلسات، مصاحبه‌های نیمه‌ساختار یافته‌ای نیز با والدین انجام شد تا دیدگاه‌های آن‌ها را بهتر درک کنند. بر اساس روش اقدام‌پژوهی، تعامل نزدیک میان محقق و مشارکت‌کنندگان به عنوان یک عنصر کلیدی برای دستیابی به داده‌های عمیق و معتبر شناخته می‌شود (وگوسف، هانتون و فیلچر، ۲۰۱۳).

هدف این مرحله از پژوهش، دستیابی به بینش‌های جامع و کلی در مورد تجربیات، نیازها و علاقه‌مندی‌های والدین (براون و کلارک، ۲۰۱۳) بود تا بر این اساس محققین بتوانند یک برنامه آموزشی متناسب برای توسعه مهارت‌های زندگی، افزایش لذت در فوتبال جوانان و آگاهی از اهمیت رفتار والدین فوتبالیست‌های نوجوان طراحی کنند.

مرحله اجرا

در این پژوهش و بر اساس نتایج مطالعه لینکسین^۲ (۲۰۱۶)، برنامه آموزشی توسعه مهارت‌های زندگی، افزایش لذت در فوتبال جوانان و اهمیت رفتارهای والدین فوتبالیست‌های نوجوان تدوین شد. این برنامه شامل آموزش‌های مهارت‌های زندگی و تقویت مهارت‌های فردی والدین بود. در مرحله اجرا و برنامه‌ریزی، حضور مداوم محققین در جلسات آموزشی به تحلیل عمیق‌تر تجربیات زیسته والدین کمک کرد. این امر به شناسایی دقیق‌تر نیازهای والدین در طراحی و اجرای برنامه آموزشی منجر

3 Hill, Hanton, Matthews & Fleming

1 Sparkes & Smith
2 Lisinskiene

مداخله، جمع‌آوری شد. پس از هر مسابقه دوستانه، مشاهدات و یادداشت‌های محققین و گزارش‌های بازتابی ثبت گردید. یادداشت‌های ثبت‌شده و دفترچه‌های بازتابی شرکت‌کنندگان در جلسات مشاوره گروهی توسط محققین تحلیل شدند تا نیازهای مهارت‌های زندگی و توسعه فردی والدین شناسایی شود. برای کسب اطلاعات دقیق‌تر در مورد نیازهای مهارتی و شخصیتی، پس از هر مسابقه دوستانه، رفتارهای والدین در موقعیت‌های مختلف با آن‌ها مورد بحث قرار گرفت. همچنین، جلسات گروهی محققین برای ارزیابی اثربخشی برنامه آموزشی و تعیین بهترین راهبردهای آموزشی تشکیل شد تا اطمینان حاصل شود که مداخله آموزشی به نتایج مؤثری منجر شده‌است.

روش تحلیل داده‌ها

هدف اصلی تحلیل در این پژوهش، دستیابی به درکی عمیق از میزان توانایی والدین در به‌کارگیری برنامه آموزشی توسعه مهارت‌های زندگی، لذت بردن در فوتبال جوانان و اهمیت رفتارهای والدین فوتبالیست‌های نوجوان بود. برای تحقق این هدف، محققان در طول مدت مرحله برنامه‌ریزی، قبل از اجرای پروتکل به مدت ۳ ماه در محیط پژوهش حضور داشتند. رفتار مشارکت‌کنندگان را مشاهده کردند. محققان در طول تمرین و مسابقه در کنار والدین حضور داشتند و با والدین مصاحبه انجام دادند تا نیاز آن‌ها را تشخیص دهند. سپس پروتکل را براساس نیاز تشخیص داده‌شده؛ تدوین و اجرا شد. در مرحله ارزیابی محققان جهت ارزیابی مداخله‌ی انجام شده از مشارکت‌کنندگان خواستند نظرات خود را در دفتر بازتابی مشارکت‌کنندگان یادداشت نمایند و در اختیار محققان قرار دهند. همچنین بعد از اجرای پروتکل برای ارزیابی مداخله‌ی انجام شده با والدین مصاحبه انجام شد. در این پژوهش، در مرحله برنامه‌ریزی هدف اصلی از تحلیل و بررسی داده‌های بدست آمده از مشاهده رفتارهای کلامی و غیرکلامی شرکت‌کنندگان، دفتر بازتابی خاطرات شرکت‌کنندگان، خاطرات بازتابی محققان و مصاحبه نیمه ساختار یافته شناسایی نیازهای والدین بود. از سویی دیگر

کمک کرد تا نقش و تأثیر رفتارهایشان را بهتر درک کرده و به شیوه‌ی سازنده در رشد ورزشی و روانی فرزندانشان مشارکت داشته باشند.

مرحله بازتاب

در طول مطالعه، شرکت‌کنندگان تشویق شدند تا گزارش‌هایی انعکاسی از رفتارهای کلامی و غیرکلامی خود ارائه دهند. پس از هر جلسه گروهی، از والدین خواسته شد تا تأثیر آموخته‌های خود بر شیوه به‌کارگیری مهارت‌های زندگی و توسعه فردی فرزندان را در گزارش‌های بازتابی مستند کنند. این بازتاب‌ها می‌توانستند به‌صورت حضوری یا از طریق رسانه‌های اجتماعی به نویسنده اول ارائه شوند. در این مرحله، نویسنده اول نیز به ارزیابی و ثبت رفتارهای والدین پس از ارائه برنامه آموزشی پرداخت (واگستاف، هانتون و فلچر، ۲۰۱۳) تا درک جامعی از تجربیات شرکت‌کنندگان کسب کند (ثورتر، هارورد و اسپری، ۲۰۱۷).

مرحله ارزیابی

هدف اصلی در این مرحله با استفاده از رویکرد واقع‌گرایی انتقادی، تقویت درک محقق از تعاملات بین زمینه‌ها (مانند آکادمی فوتبال) و مکانیسم‌ها (مانند رفتارهای والدین) بود که به نتایج مشخصی مانند رشد مهارت‌های زندگی و توسعه فردی در فرزندان منجر می‌شود (دوهه، بلوم و نایت، ۲۰۲۰). برای جمع‌آوری داده‌های کیفی، بازتاب‌های والدین پس از جلسات آموزشی گردآوری شد و به شرکت‌کنندگان فرصت داده شد تا موضوعات مورد علاقه خود برای دریافت اطلاعات بیشتر را شناسایی کنند و هرگونه بازخورد یا پیشنهادی درباره قالب و طراحی جلسات آموزشی ارائه دهند (ایوانز، فلیمینگ و هاردی، ۲۰۰۰). حضور فعال محققین در این روش اقدام‌پژوهی، امکان ارزیابی تغییرات رفتاری والدین در هر دو بُعد کلامی و غیرکلامی را فراهم کرد. در این مطالعه، داده‌های تجربیات والدین از طریق مصاحبه‌های عمیق نیمه‌ساختاریافته در دو مرحله، قبل و بعد از

مقوله‌های پایه شدند. این امر منجر گردید مقوله‌های سازمان-دهنده ثبت و طبقه‌بندی گردند. سپس مطابق با مقوله‌های سازمان‌دهنده هر مقوله فراگیر نام‌گذاری و تعریف شد. پس از استخراج مقوله‌های فراگیر، محققان با دقت مفاهیم استخراج‌شده را بررسی کردند و ضمن شفاف‌سازی و طبقه‌بندی داده‌ها، تحلیل جامعی از هر گزارش یا مصاحبه بدست آوردند.

یافته‌ها

در پژوهش حاضر، یافته‌ها در دو بخش طبقه‌بندی شد. در بخش اول، اطلاعات جمعیت‌شناختی مشارکت‌کنندگان ارائه شد که با حفظ محرمانگی نگهداری شدند. بخش دوم به تحلیل داده‌ها اختصاص داشت، که شامل گزارش‌های مشاهدات در محیط پژوهش، گفتگوهای غیررسمی و مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته با شرکت‌کنندگان بود. این مطالعه شامل ۳۰ والدین در محدوده سنی ۲۸ تا ۵۰ سال و ۲ مربی تیم بود. در مجموع، ۳۰ مصاحبه از والدین ضبط شد که این مصاحبه‌ها در دفتر آکادمی فوتبال انجام گرفت. داده‌ها همچنین از طریق جلسات گروهی و گفتگوهای غیررسمی با والدین در زمان تمرین فوتبال فرزندانشان به‌دست آمد. مدت زمان مصاحبه‌ها بین ۴۵ دقیقه تا ۱ ساعت متغیر بود. در طول پژوهش، با شرکت‌کنندگان به عنوان کارشناسان واقعی برخورد شد و نظرات و پیشنهادات آن‌ها عمیقاً مورد واکاوی قرار گرفت. چرخه پویای اقدام‌پژوهی به محققان این امکان را داد تا چهار مضمون فراگیر را از دیدگاه والدین در زمینه توسعه مهارت‌های زندگی و افزایش لذت در فوتبال جوانان شناسایی کنند. این مضامین عبارت بودند از: برقراری روابط میان‌فردی، تفکر خلاق، تفکر انتقادی و مهارت مقابله با فشار روانی این مضامین در جدول ۱ ارائه شده است.

هدف از تحلیل و بررسی داده‌های بدست آمده در مرحله بازتاب و ارزیابی از مشاهده رفتارهای کلامی و غیرکلامی شرکت‌کنندگان، دفتر بازتابی خاطرات شرکت‌کنندگان و خاطرات بازتابی محققان به دست آوردن درک عمیقی از این مسأله بود که والدین تا چه اندازه توانسته‌اند برنامه آموزشی را برای تقویت مهارت زندگی خودشان به کار گیرند.

در این پژوهش برای بررسی درک عمیق برنامه آموزشی بر روابط والد-فرزند، مشارکت ورزشی، و عملکردهای ورزشی فرزندان از روش تحلیل تماتیک برای شناسایی، تحلیل و گزارش الگوهای موجود در داده‌های کیفی حاصل از مصاحبه‌ها و داده‌های متنی استفاده شد (براون و کلارک، ۲۰۱۳). در این پژوهش، نسخه براون و کلارک (۲۰۱۳) که رویکردی استقرایی و داده‌محور دارد، به‌عنوان چارچوب اصلی برای تحلیل داده‌ها انتخاب شد. در کنار رویکرد استقرایی، از تحلیل قیاسی نیز استفاده گردید و سه دسته ارزیابی براون و کلارک (۲۰۱۳) به‌عنوان چارچوبی برای طبقه‌بندی اطلاعات حاصل از مصاحبه‌های فردی، گفتگوهای غیررسمی، مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته، دفتر خاطرات بازتابی محقق و دفتر خاطرات بازتابی والدین به کار رفت. این دسته‌بندی‌ها کمک کردند تا داده‌ها به واحدهای اطلاعاتی مرتبط‌تر و قابل مدیریت‌تر تبدیل شده و توضیحاتی ارائه شود که جزئیات، شواهد و نمونه‌های ارائه‌شده توسط شرکت‌کنندگان را منعکس می‌کنند.

فرایند تجزیه و تحلیل شامل رونویسی دقیق مصاحبه‌ها بود؛ به طوری که ۳۰ مصاحبه یک ساعته به صورت کلمه به کلمه رونویسی و به قالب متنی تبدیل گردید. در این مرحله، تمرکز بر چگونگی بیان موضوعات مهم توسط والدین بود. برای تحلیل داده‌ها، متن نوشتاری و محتوای مصاحبه‌ها به طور مکرر توسط محققان بررسی شد تا با جستجویی زمینه‌ای در متن داده‌های جمع‌آوری شده مقوله‌های پایه از زمینه داده‌های استخراج شود. در بررسی مجدد، محققان اقدام به یافتن ارتباطات معنی‌دار بین

جدول ۱. مضامین فراگیر، سازمان‌دهنده و پایه در زمینه توسعه مهارت‌های زندگی و لذت بردن در فوتبال		
مقوله پایه	مقوله سازمان‌دهنده	مقوله فراگیر
- بخشش - توجه به عقاید دیگران - گوش دادن فعال	۱. سازگاری‌های عادلانه	برقراری روابط میان فردی
	۲. همکاری متقابل	
- بررسی تخیل قوی - یادگیری مهارت‌های جدید - انعطاف‌پذیری شناختی	۱. پرورش خلاقیت	تفکر خلاق
	۲. تفکر به شیوه غیر معمول	
- پرسش‌گری - مقوله تصمیم‌گیری بهتر - مقاومت به در برابر اطلاعات نادرست	۱. درک ارتباطات منطقی میان ایده‌های گوناگون	تفکر انتقادی
	۲. حل مسئله سازمان‌یافته	
- شناخت هیجانات و شناخت اضطراب - خودآگاهی	۱. خودنظم‌دهی هیجانی	مهارت مقابله با فشار روانی
	۲. بیان هیجانات و پذیرش شکست	

غیررسمی والدین عنوان کردند که مربی به دلیل محدودیت زمانی نمی‌تواند به مسائل تربیتی بپردازد. همچنین والدین اشاره کردند که مربیان فعالیت‌هایی مانند تقسیم وظایف بین بازیکنان را انجام می‌دهند، اما نیاز است که روی همکاری تیمی بیشتر کار شود. برای ارتقای این مهارت‌ها، محققان در یکی از جلسات گروهی، نقش‌آفرینی (رول پلی) را به منظور آموزش سازگاری‌های عادلانه و همکاری متقابل اجرا کردند. سپس از والدین خواسته شد آنچه را که در نقش‌آفرینی مشاهده کرده‌اند، تفسیر و بازسازی کنند. این رویکرد به والدین کمک کرد تا

برقراری روابط میان‌فردی: این مضمون شامل دو مقوله سازمان‌دهنده «سازگاری‌های عادلانه» و «همکاری متقابل» است. مقوله سازگاری‌های عادلانه به بخشش و توجه به عقاید دیگران می‌پردازد، در حالی که همکاری متقابل به گوش دادن فعال مرتبط است.

در یکی از مشاهده‌ها، محقق متوجه شد که والدین به نظرات یکدیگر به خوبی گوش نمی‌دادند و هرکدام نظر شخصی خود را برای تشویق تیم اعمال می‌کردند. یکی از شرکت‌کنندگان بیان کرد: «وقتی با فرزندم صحبت می‌کنم، بدون اینکه به حرف‌هایم توجه کند، کار خودش را انجام می‌دهد.» در گفتگوهای

برگزار کردند تا والدین با تفکر خلاق آشنا شوند و بتوانند این مهارت را در زندگی واقعی کنار فرزندانشان به کار ببرند. در جلسه‌ای دیگر، فیلمی کوتاه با موضوع «ذهن خلاق» به نمایش درآمد و با همکاری والدین و ورزشکاران، به تعریف مشترکی از سوال «معنای زندگی چیست؟» دست یافتند.

مقوله فراگیر تفکر انتقادی تفکر انتقادی به معنای ارزیابی فعالانه و مستقل ایده‌ها، اطلاعات و استدلال‌هاست. این مهارت به افراد کمک می‌کند تا به جای پذیرش بی‌چون و چرا، اطلاعات را تحلیل کنند، سوال بپرسند و به نتیجه‌گیری‌های منطقی برسند (احمدی، سعادت، احمدخونی و اسدی، ۲۰۲۴).

این مقوله شامل دو مقوله سازمان‌دهنده است:

۱. درک ارتباطات منطقی میان ایده‌های گوناگون: شامل مقوله پایه «پرسش‌گری» است.
۲. حل مسئله سازمان‌یافته: شامل دو مقوله پایه «تصمیم‌گیری بهتر» و «مقاومت در برابر اطلاعات نادرست» است.

یکی از والدین (کد ۱۹) عنوان کرد: «می‌توانم روش‌های جدیدی را برای رفتار با فرزندم یاد بگیرم و از آن‌ها استفاده کنم.» در جلسه‌ای گروهی، محققین به بررسی موضوعات مختلف دوران نوجوانی پرداختند و از والدین خواستند مسائل پیچیده را ساده‌سازی کرده و راه‌حل‌های مختلفی برای آن‌ها بیابند. همچنین کتابی با عنوان «مهارت‌های تفکر نقادانه و خلاق برای والدین» به آن‌ها معرفی شد و جلسات مختلفی برای گفتگو درباره موضوعات کتاب برگزار شد.

مقوله فراگیر مهارت مقابله با فشار روانی مهارت مقابله با فشار روانی به معنای توانایی مدیریت استرس و فشارهای زندگی روزمره است. این مهارت‌ها به افراد امکان

مهارت‌های زندگی و مهارت‌های فردی مرتبط با برقراری روابط مؤثر با فرزندان و سایر افراد را بهتر درک کنند و ارتقا بخشند. جمع‌بندی: یافته‌ها نشان داد که مضامین شناسایی شده، به‌طور کلی توانستند مهارت‌های مورد نیاز برای تقویت مشارکت ورزشی و بهبود روابط والدین و فرزندان را در زمینه فوتبال جوانان تبیین کنند.

در پژوهش حاضر، داده‌های به‌دست‌آمده به دسته‌بندی‌های متنوعی تقسیم‌بندی شدند تا به درک عمیق‌تری از توسعه مهارت‌های زندگی و تاثیر رفتار والدین در فوتبال جوانان دست یابند. این دسته‌بندی‌ها شامل سه مقوله فراگیر بودند: تفکر خلاق، تفکر انتقادی و مهارت مقابله با فشار روانی. این مقوله‌ها به‌وسیله مقوله‌های سازمان‌دهنده و مقوله‌های پایه پشتیبانی شدند.

مقوله فراگیر تفکر خلاق

تفکر خلاق به معنای توانایی دیدن دنیا از زوایای متفاوت و یافتن راه‌حل‌های نوآورانه برای چالش‌های مختلف است. این مقوله کمک می‌کند تا افراد از چارچوب‌های ذهنی متداول خود خارج شده و ایده‌های جدید و بدیعی ایجاد کنند (هامبل، پولین و ایلز، ۲۰۱۸).

این مقوله شامل دو مقوله سازمان‌دهنده زیر است:

۱. پرورش خلاقیت: این مقوله شامل مقوله‌های پایه «بررسی تخیل قوی» و «یادگیری مهارت‌های جدید» می‌شود.
۲. تفکر به شیوه غیرمعمول: این مقوله شامل مقوله پایه «انعطاف‌پذیری شناختی» است.

یکی از شرکت‌کنندگان (کد ۱۰) عنوان کرد: «در فوتبال فرزندم نمی‌تواند به راه‌حل‌های مختلف فکر کند؛ هرچقدر به او می‌گویم، توجه نمی‌کند. گاهی احساس می‌کنم دارد لجاجت می‌کند.» محققین برای توسعه این مهارت یک جلسه طوفان فکری

تدوین و ارزیابی برنامه آموزشی توسعه مهارت‌های زندگی...

می‌دهند تا احساسات منفی همچون اضطراب، خشم و ناامیدی را به طور مؤثری مدیریت کنند (شفقت، ۲۰۲۳).

این مقوله شامل دو مقوله سازمان‌دهنده زیر است:

۱. خودنظم‌دهی هیجانی: شامل دو مقوله پایه «شناخت هیجانات» و «شناخت اضطراب» است.
۲. بیان هیجانات و پذیرش آن‌ها: شامل مقوله پایه «خودآگاهی» است.

یکی از شرکت‌کنندگان (کد ۱۲) اظهار کرد: «فرزندم در جامعه با شکست مواجه می‌شود، اما از کودکی تحمل شکست را نداشته است.» در دفتر بازتابی محقق نیز مشاهده شد که والدین پس از تمرین یا مسابقه، هیجانات منفی خود را به فرزندان‌شان منتقل می‌کنند. محققین برای توسعه این مهارت جلسات آموزشی ذهن‌آگاهی برگزار کردند و از والدین خواستند تا رفتارهای خود را در زمینه ورزش با فرزندان‌شان نظارت کنند.

این یافته‌ها نشان می‌دهد که مهارت‌های تفکر خلاق، تفکر انتقادی، و مقابله با فشار روانی می‌توانند به والدین کمک کنند تا در کنار فرزندان‌شان مهارت‌های زندگی را توسعه دهند و به افزایش لذت و بهره‌وری در ورزش فوتبال جوانان یاری رسانند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر به دنبال شناسایی و توسعه مهارت‌های زندگی و لذت بردن در فوتبال جوانان بود که از طریق تحلیل نظرات والدین و مربیان به دست آمد. نتایج به چهار مضمون فراگیر، شامل برقراری روابط میان‌فردی، تفکر خلاق، تفکر انتقادی و مهارت مقابله با فشار روانی دست یافت. این چهار مضمون به‌عنوان مولفه‌های اساسی مهارت‌های زندگی در محیط ورزشی، به‌ویژه فوتبال شناسایی شدند و بر اهمیت نقش والدین در تقویت این مهارت‌ها تأکید شد. یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که والدین نه‌تنها در نقش حامی و راهنما برای فرزندان‌شان عمل

می‌کنند، بلکه بر توسعه مهارت‌های اجتماعی، شناختی و عاطفی آن‌ها نیز تأثیر بسزایی دارند. در ادامه به تحلیل مضامین و ارائه راهکارهایی برای تقویت این مهارت‌ها پرداخته می‌شود.

برقراری روابط میان‌فردی

اولین مضمون، برقراری روابط میان‌فردی است که شامل دو مقوله سازمان‌دهنده «سازگاری‌های عادلانه» و «همکاری متقابل» می‌شود. این مقوله‌ها نقش مهمی در تعاملات والدین با فرزندان‌شان ایفا می‌کنند و به آن‌ها کمک می‌کنند تا روابط موثر و سازنده‌ای در تیم ورزشی برقرار کنند. روابط بین فردی مجموعه‌ای از واکنش‌های شناختی افراد در مقابل وضعیت جسمی، روانی و اجتماعی خود است (شاکوما، ۲۰۲۳). در این پژوهش مشخص شد که بسیاری از والدین به‌طور طبیعی به نظرات و نیازهای دیگران توجه نمی‌کنند و عمدتاً بر نگرش‌های شخصی خود تکیه دارند. این مسئله به‌ویژه در محیط‌های تیمی، نظیر فوتبال، می‌تواند باعث بروز ناهماهنگی‌ها و تضعیف روحیه همکاری و همدلی شود. براساس یافته‌ها والدین نیاز به توسعه مهارت‌های گوش دادن فعال و تمرین رفتارهای عادلانه دارند. پژوهش نشان داد که والدین در نقش‌آفرینی‌های آموزشی (رول پلی) توانستند شیوه‌های همکاری موثر و همدلی را بهتر درک کنند و این رفتارها را در تعاملات خود بازتاب دهند. این نتایج نشان می‌دهد که استفاده از روش‌های آموزشی مانند نقش‌آفرینی و تمرین‌های عملی، می‌تواند به والدین کمک کند تا مهارت‌های فردی و میان‌فردی خود را تقویت کنند و بر ارتباط خود با فرزندان‌شان تأثیر مثبتی بگذارند. به طور کلی، این رویکرد می‌تواند برای مربیان و مدیران تیم‌های جوانان مفید باشد تا بتوانند برنامه‌های آموزشی مناسبی برای تقویت همکاری و تعاملات سازنده در تیم‌های ورزشی طراحی کنند. یافته‌های این

می‌توانند به فرزندانشان کمک کنند تا از چارچوب‌های ذهنی متداول خارج شوند و به ایده‌های نوآورانه دست یابند. این مهارت‌ها می‌توانند در زمینه‌هایی نظیر حل مسائل و ارتقای عملکرد ورزشی در فوتبال نیز کاربردی باشند و به تقویت اعتمادبه‌نفس و توانمندی‌های فردی و تیمی کمک کنند. یافته‌های پژوهش حاضر با پژوهش جاکوبس و رایت (۲۰۲۱) همسو است. جاکوبس و رایت (۲۰۲۱) در پژوهشی به واکاوی دیدگاه نوجوانان در زمینه تفکر و انتقال مهارت‌های زندگی در برنامه ورزشی پرداختند. نتایج نشان داد که ادراک شرکت‌کنندگان از انتقال با سه مضمون تفکر در مورد معنا، تفکر فراتر از خود و تفکر در موقعیت‌ها مشخص می‌شود. در تبیین یافته‌های این پژوهش می‌توان بیان کرد که هر چه والدین حمایت بیشتری از استقلال و تصمیم‌گیری‌های نوجوانان داشته‌باشند، میزان تفکر خلاق افزایش خواهد یافت. اگرچه والدین مستبد باعث منظم و مرتب بودن فرزندان می‌شوند اما به خاطر اینکه فرزند آزادی بیان و عمل ندارد تا ایده‌ها و افکار خود را عملی سازد باعث افت میزان خلاقیت در نوجوانان می‌گردد و همانند یک ربات مجبور به انجام آنچه به آن‌ها دیکته می‌شوند، هستند و هرگز دست به نوآوری و آزمایش برای اثبات افکار خود نمی‌زنند حتی اگر نوجوانان ذاتاً خلاق و مبتکر باشند؛ اما به علت آنکه بستری برای پرورش خلاقیت آن‌ها فراهم نمی‌شود لذا خلاقیت در این افراد رو به زوال گذاشته و تبدیل به اشخاص بدون ایده و افکار نو و خلاق می‌شوند (نوروزی و رباط میلی، ۲۰۲۰). در این راستا نقش والدین در جهت ایجاد محیطی مناسب برای پرورش تفکر خلاق حائز اهمیت است.

تفکر انتقادی

تفکر انتقادی سومین مضمون در این پژوهش است که شامل «درک ارتباطات منطقی میان ایده‌های گوناگون» و «حل مسئله

پژوهش با پژوهش وگان و همکاران^۱ (۲۰۲۳) همسو است. وگان و همکاران (۲۰۲۳) به بررسی روابط بین فردی و ویژگی‌های روانی و عاطفی در دوران نوجوانی و تأثیرات دوسویه در والدین و همسالان پرداختند. یافته‌ها نشان می‌دهد که ویژگی‌های روانی و عاطفی پیش‌بینی‌کننده روابط بین فردی مشکل‌ساز هستند و به توسعه ویژگی‌های روانی و عاطفی در دوران نوجوانی پرداخته شود. در تبیین این یافته‌ها براساس تئوری دلبستگی می‌توان بیان کرد که فرزندپروری مثبت امکان توسعه یک دلبستگی ایمن را پرورش می‌دهد، که انتظارات مثبتی را برای تعاملات اجتماعی آینده و آگاهی بیشتر از احساسات دیگران ایجاد می‌کند، که هر دو واکنش‌های همدلانه و اجتماعی را تشویق می‌کنند (استرن و کسیدی^۲، ۲۰۱۸).

تفکر خلاق

مضمون دوم، تفکر خلاق، شامل دو مقوله سازمان‌دهنده «پرورش خلاقیت» و «تفکر به شیوه غیرمعمول» بود. تفکر خلاق به والدین و فرزندان کمک می‌کند تا با نگاهی متفاوت به مسائل و چالش‌های روزمره برخورد کنند و راه‌حل‌های نوآورانه و کارآمد بیابند. تفکر خلاق نوعی از تفکر است که به دیدگاه‌ها جدید، رویکردهای نوین دورنمایی تازه و راه‌هایی جدید جهت فهم و درک اشیا و موقعیت‌های مختلف منجر می‌گردد (فاردیلا و آلن^۳، ۲۰۲۰). یافته‌های پژوهش نشان داد که بسیاری از والدین در مواجهه با مشکلات فرزندانشان، دچار چارچوب‌های ذهنی ثابت و غیرمنعطف می‌شوند که این مسئله می‌تواند مانع از پیشرفت و رشد فرزندان در محیط‌های ورزشی شود. این پژوهش نشان داد که برگزاری جلسات طوفان فکری و نمایش فیلم‌های کوتاه در زمینه تفکر خلاق به والدین کمک کرد تا با دیدگاه‌های جدید و راه‌حل‌های خلاقانه آشنا شوند. نتایج حاصل از این فعالیت‌ها نشان داد که با تمرین تفکر خلاق والدین

2 Stern & Cassidy
3 Fardilha & Allen

1 Vaughan, Robertson, Thornton, Wall Myers & Cauffman

و معرفی کتاب‌هایی در زمینه تفکر انتقادی به والدین آموزش دادند که چگونه با ارزیابی دقیق مسائل، به نتایج مؤثرتری برسند. این نتایج نشان داد که والدین با تمرین تفکر انتقادی می‌توانند تصمیم‌گیری‌های بهتری داشته‌باشند و به فرزندان خود کمک کنند تا به‌طور مستقل و آگاهانه مسائل را تحلیل کرده و حل کنند.

مهارت مقابله با فشار روانی

چهارمین مضمون مهارت مقابله با فشار روانی است که شامل «خودنظم‌دهی هیجانی» و «بیان هیجان‌ات و پذیرش شکست» بود. این مهارت‌ها به والدین و فرزندان کمک می‌کنند تا با فشارهای روانی و استرس به‌طور مؤثر برخورد کنند. مهارت‌های مقابله‌ای شامل تغییرات مداوم در تفکر و رفتار افراد برای مدیریت فشارهای درونی یا بیرونی و یکی از منابع مهم افراد برای حفظ بهداشت روان و توسعه عملکرد است (گریه ۳، ۲۰۱۴). یافته‌ها نشان داد که والدین در مواجهه با شکست‌ها و ناملایمات فرزندان، معمولاً واکنش‌های هیجانی منفی و غیرسازنده نشان می‌دهند که می‌تواند بر روحیه فرزندان تأثیر منفی بگذارد. یافته‌های پژوهش حاضر با پژوهش شاو، استانیز، دان، مک‌کی و کامرون ۴ (۲۰۲۳)؛ دایوس، بارون، آرنولد و گوستافسون ۵ (۲۰۲۱) همسو است. شاو، استانیز، دان، مک‌کی و کامرون (۲۰۲۳) در پژوهشی به بررسی شیوه دل‌بستگی و رفتار نوجوان در ارتباط با پاسخ‌های مقابله‌ای به یک عامل استرس‌زا روانی اجتماعی پرداختند. یافته‌ها نشان داد که نوجوانان سطوح بالاتری از خشم یا اضطراب صفت را دارند. همچنین تمایل به استفاده از استراتژی‌های مقابله سازگانه کمتری تحت یک استرس‌زای نامیدکننده دارند، در حالی که آن‌هایی که دل‌بستگی ایمنی به والدینی داشتند، کمتر درگیر راهبردهای ناسازگار بودند. در تبیین این یافته‌ها می‌توان بیان کرد که مطابق با دیدگاه

سازمان یافته» می‌باشد. تفکر انتقادی به والدین و فرزندان این امکان را می‌دهد که به‌طور دقیق و منطقی به اطلاعات و ایده‌ها پرداخته و به راه‌حل‌های مؤثری دست یابند. این مهارت‌ها به والدین کمک می‌کند تا در برابر اطلاعات نادرست مقاومت کرده و بر فرزندان خود تأثیر مثبتی بگذارند. تفکر انتقادی، تفکر دقیق معطوف به یک هدف می‌باشد. مفاهیم در تفکر انتقادی با توجه به دامنه تفکر، نوع هدف، معیارها و هنجارهای دقیق اندیشیدن و اجزای تفکری که بر روی آن‌ها تمرکز می‌کنند، متفاوت است. افرادی که دارای ویژگی انتقادی هستند؛ استعدادها و توانایی‌هایی دارند که آن‌ها را به سمت تفکر انتقادی مناسب سوق میدهد. توانایی‌ها را می‌توان مستقیماً شناسایی کرد (پیت و ادنا، ۲۰۱۸). بیرگیلی ۲ (۲۰۱۵) به مطالعه خلاقیت و مهارت‌های تفکر انتقادی در محیط‌های یادگیری مبتنی بر چالش پرداخت. نتایج نشان داد که راهبردها، روش‌ها و تکنیک‌های آموزشی در خلاقیت و مهارت‌های تفکر انتقادی متمایز می‌شوند و باعث افزایش تفکر انتقادی در افراد می‌شود. در تبیین یافته‌های این پژوهش براساس دیدگاه ویگوتسکی در مورد رشد شناختی بیان کرده‌است که تعامل بین بزرگسالان و کودکان برای تولید مشترک برای رشد شناختی کودکان ضروری است. بنابراین، کودکان از طریق تعامل و فعالیت اجتماعی درگیر شیوه‌های تفکر می‌شوند همچنین در زمینه آموزش و مراقبت از دوران اولیه کودکی، مربیان نقش مهمی در این تعاملات و فعالیت‌ها با کودکان دارند. با توجه به اینکه مداخله انجام شده در این پژوهش دارای برنامه‌هایی بود که در آن نوجوانان با والدین تعامل برقرار می‌کردند یکی از نقاط مثبت مداخله بوده‌است که باعث ایجاد تفکر انتقادی در نوجوانان شده‌است. یافته‌ها نشان داد که بسیاری از والدین به‌راحتی اطلاعات نادرست را می‌پذیرند و این امر می‌تواند باعث کاهش توانایی آن‌ها در حل مشکلات به‌صورت مستقل گردد. پژوهشگران با برگزاری جلسات آموزشی

4 Shao, Stanzel, Duan, McKay & Cameron
5 Davis, Brown, Arnold & Gustafsson

1 Payette & Edna
2 Birgili
3 Garraee

با پژوهش ثروتر، هارود و اسپرای (۲۰۱۹) و بارک، شارپ، وود و کلی (۲۰۲۱) در برنامه‌های آموزشی حضوری و آنلاین والدین ورزشی همسو می‌باشد. یافته‌های پژوهش‌های ثروتر، هارود و اسپرای (۲۰۱۹) و بارک، شارپ، وود و کلی (۲۰۲۱) نشان دادند که بینش‌های منحصربه‌فردی در مورد طیف وسیعی از چالش‌ها و موانع، هنگام طراحی و ارائه یک برنامه آموزش والدین ورزشی وجود دارد. یافته‌های پژوهش حاضر تغییرات زیادی را در باورهای والدین در توانایی آن‌ها برای ارائه حمایت اطلاعاتی به فرزندان، بهبود مهارت‌های زندگی و توسعه مهارت‌های فردی-شان ایجاد می‌کند. والدین فوتبالیست‌های نوجوان پس از تمرین و مسابقه با توجه به دانش و مهارت‌های مورد نیاز کسب شده از طریق برنامه آموزشی توانستند نقش یک والد حمایت‌گر را ایفا نمایند. بر اساس یافته‌های این پژوهش به نظر می‌رسد که حتی والدین باتجربه نیز برای ایجاد مهارت‌های زندگی در جهت حمایت فرزندان از طریق خودآموزی تلاش کنند.

نتیجه‌گیری نهایی

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که مضامین شناسایی شده می‌توانند به والدین کمک کنند تا در کنار فرزندان‌شان به توسعه مهارت‌های زندگی و بهبود تجربه‌های ورزشی در فوتبال جوانان کمک کنند. آموزش مهارت‌های زندگی به والدین می‌تواند نقش موثری در بهبود تعاملات میان والدین و فرزندان ایفا کرده و به رشد و پیشرفت ورزشی فرزندان کمک کند. به‌ویژه با یادگیری و به‌کارگیری این مهارت‌ها، والدین قادر خواهند بود تا در کنار فرزندان خود در مواجهه با چالش‌های مختلف از آن‌ها حمایت کنند و اعتمادبه‌نفس آن‌ها را افزایش دهند.

محدودیت‌ها و پیشنهادات

اگرچه مطالعه حاضر برخی از نتایج عملی را ارائه می‌دهد، محدودیت‌هایی باید در نظر گرفته شود. با توجه به روش پژوهش

دل بستگی می‌توان بیان کرد که دل بستگی ایمن برای توسعه شایستگی اجتماعی-عاطفی مثبت، عملکرد شناختی و همچنین سلامت جسمی و روانی خوب از جمله رفاه مهم تلقی می‌شود (موناکو و همکاران^۱، ۲۰۱۹). در واقع دل بستگی خانواده‌هایی که در محیط‌شان ارتباط میان اعضا و ساخت داخل آن بر اساس نزدیکی، صمیمیت و تفاهم بین اعضا استوار باشد، همه اعضای آن نسبتاً در برابر فشارهای زندگی مقاوم و مصون می‌شوند چرا که در چنین خانواده‌ای هر فرد شیوه‌هایی را یاد می‌گیرد که به وسیله آن‌ها این قدرت را پیدا می‌کند که با موقعیت‌های همچون شکست یا تعارض‌ها یا دارای فشار روانی به گونه‌ای مناسب روبرو شود یعنی فرزندان در این نوع خانواده‌ها سبک مسئله‌مدار را برای مقابله با بحران‌های زندگی انتخاب می‌نمایند. هرگاه با چالشی روبرو شوند چالش را از همه جوانبش بررسی کرده و در راستای حل مسئله ایجاد شده، استرس خود را مدیریت می‌نمایند و تلاش در راستای حل مسئله سازمان‌یافته انجام می‌دهند. ولی اگر بافت خانواده‌ای به صورت آسیب‌زا باشد به این معنی که اختلاف و تنش بین اعضای آن بسیار زیاد باشد یا بی‌ثباتی زندگی خانوادگی و دوری‌های مکرر یکی از والدین در خانواده وجود داشته‌باشد در این صورت فرزندان دچار سردرگمی و فقدان صمیمیت می‌شوند و در مقابل فشارهای روانی، سبک هیجان-مدار را اتخاذ می‌نمایند. به عبارت دیگر به صورت هیجانی به فشارهای روانی پاسخ می‌دهند؛ مثلاً یا گریه می‌کنند یا برای دریافت حمایت عاطفی تلاش می‌نمایند و یا به صورت اجتناب-مدار واکنش نشان می‌دهند به این شکل که با فاصله گرفتن از چالش اقدام به فرار و اجتناب کرده و سعی می‌کنند افکار خود را به سمت موضوعی دیگر سوق دهند تا به این شکل از فشار روانی دوری گزینند. برنامه‌های آموزش والدین ورزشی می‌تواند بر تجربیات و مشارکت والدین در محیط‌های ورزشی نوجوانان تأثیر مثبت بگذارد (ثروتر، هارود و اسپرای^۲، ۲۰۱۹). این یافته‌ها

3 Burke, Sharp, Woods & Kyle

1 Mónaco, Schoeps, & Montoya-Castilla
2 Throter, Harwood & Spray

توسعه یابند. همچنین، پژوهش‌های آینده می‌توانند به بررسی تأثیرات بلندمدت این مهارت‌ها بر عملکرد ورزشی و روابط میان‌فردی فرزندان بپردازند و نقش مربیان و مدیران تیم‌ها در تقویت این مهارت‌ها را مورد مطالعه قرار دهند (دیویس و همکاران، ۲۰۲۲). این پژوهش نشان می‌دهد که تمرکز بر مهارت‌های زندگی در محیط‌های ورزشی می‌تواند به ارتقای تجربه‌های مثبت برای جوانان کمک کند و به آن‌ها در مسیر رشد فردی یاری رساند.

حاضر از مهمترین محدودیت‌های این پژوهش عدم تعمیم‌پذیری نتایج پژوهش است که می‌تواند نتایج پژوهش را تحت تأثیر قرار دهد. یکی دیگر از محدودیت‌های این پژوهش عدم ارزیابی نوع سبک دل‌بستگی بر اساس پرسشنامه بوده‌است.

پیشنهاد می‌شود که برای گسترش این رویکرد، برنامه‌های آموزشی مشابهی برای والدین و مربیان در تیم‌های ورزشی برگزار شود تا مهارت‌های زندگی به‌طور گسترده‌تری ترویج و

References

- Ahmadi, Saadati, Amir Hossein, Ahmadkhani, Asadi. (2024). Critical Thinking Skills in Education: Investigating the Role of Critical Thinking in Education and Strategies for Promoting Critical Thinking Skills in Students. *International Conference on Management, Culture and Art Studies*, 3(3), 152-162. In Persian
- Almeida, L., Dias, T., Corte-Real, N., Menezes, I., & Fonseca, A. (2023). Positive youth development through sport and physical education: a systematic review of empirical research conducted with grade 5 to 12 children and youth. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 1-27. <https://doi.org/10.1080/17408989.2023.2230208>
- Ault, K. J., Blanton, J. E., & Pierce, S. (2024). Student-athletes' perceptions of relationship quality and life skills development. *Journal of Applied Sport Psychology*, 36(1), 139-160. <https://doi.org/10.1080/10413200.2023.2197970>
- Birgili, B. (2015). Creative and Critical Thinking Skills in Problem-based Learning Environments. *Journal of Gifted Education and Creativity*. 2(2), 71-80.
- Blanchard, K. H., Zigarmi, P., & Zigarmi, D. (1985). *Leadership and the one minute manager*. Chicago, IL: Nightingale-Conant.
- Bois, J. E., Lalanne, J., & Delforge, C. (2009). The influence of parenting practices and parental presence on children's and adolescents' pre-competitive anxiety. *Journal of Sports Sciences*, 27(10), 995-1005. <https://doi.org/10.1080/02640410903062001>
- Boyatzis, R., Boyatzis, R. E., & Ratti, F. (2009). Emotional, social and cognitive intelligence competencies distinguishing effective Italian managers and leaders in a private company and cooperatives. *Journal of Management Development*. <https://doi.org/10.1108/02621710910987674>
- Braun, V., & Clarke, V. (2013). *Successful qualitative research: A practical guide for beginners*. London, UK: Sage.
- Brewer BW, Shillinglaw R. Evaluation of a psychological skills training workshop for male intercollegiate lacrosse players. *The Sport Psychologist*. 1992 Jun 1;6(2):139-47.

10. Cronin, L. D., & Allen, J. (2017). Development and initial validation of the Life Skills Scale for Sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 28, 105–119. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.11.001>
11. Cronin, L. D., Allen, J., Mulvenna, C., & Russell, P. (2018). An investigation of the relationships between the teaching climate, students' perceived life skills development and well-being within physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 23(2), 181–196. <https://doi.org/10.1080/17408989.2017.1371684>
12. Danioni, F., Barni, D., & Rosnati, R. (2017). Transmitting sport values: The importance of parental involvement in children's sport activity. *Europe's Journal of Psychology*, 13(1), 75–92. <https://doi.org/10.5964/ejop.v13i1.1265>
13. Davis, L., Brown, D. J., Arnold, R., & Gustafsson, H. (2021). Thriving through relationships in sport: The role of the parent-athlete and coach-athlete attachment relationship. *Frontiers in Psychology*, 12, 694599. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.694599>
14. Dohme LC, Bloom GA, Piggott D, Backhouse S. Development, implementation, and evaluation of an athlete-informed mental skills training program for elite youth tennis players. *Journal of Applied Sport Psychology*. 2020;32(5):429-49. <https://doi.org/10.1080/10413200.2019.1573204>
15. Dunn, C. R., Dorsch, T. E., King, M. Q., & Rothlisberger, K. J. (2016). The impact of family financial investment on perceived parent pressure and child enjoyment and commitment in organized youth sport. *Family Relations*, 65(2), 287–299. <https://doi.org/10.1111/fare.12193>
16. Eather, N., Wade, L., Pankowiak, A., & Eime, R. (2023). The impact of sports participation on mental health and social outcomes in adults: a systematic review and the 'Mental Health through Sport' conceptual model. *Systematic Reviews*, 12(1), 102. <https://doi.org/10.1186/s13643-023-02264-8>
17. Ede, S., Kamphoff, C. S., Mackey, T., & Armentrout, S. M. (2012). Youth hockey athletes' perceptions of parental involvement: They want more. *Journal of Sport Behavior*, 35(1), 3–18.
18. Emmonds, S., Till, K., Weaving, D., Burton, A., & Lara-Bercial, S. (2024). Youth sport participation trends across Europe: Implications for policy and practice. *Research quarterly for exercise and sport*, 95(1), 69-80. <https://doi.org/10.1123/tsp.14.3.296>
19. Evans, L., Fleming, S., and Hardy, L., 2000. Situating action research: A response to Gilbourne. *The Sport Psychologist*, 14, 296-303. <https://doi.org/10.1080/02701367.2022.2148623>
20. Fardilha, F. D. S., & Allen, J. B. (2020). Defining, assessing, and developing creativity in sport: a systematic narrative review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 13(1), 104-127. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2018.1556736>
21. Fraser-Thomas, J., Côté, J., & Deakin, J. (2008). Understanding dropout and prolonged engagement in adolescent competitive sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(5), 645–662. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.08.003>
22. Glasser, W. (2017). *Choice theory: An introduction to the psychology of hope*. (Translated by Ali Sahibi). Tehran: Sayeh

- Sokhon (publishing date of the work in original language).
23. Gould, D., & Carson, S. (2008). Life skills development through sport: Current status and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(1), 58–78. <https://doi.org/10.1080/17509840701834573>
 24. Harwood, C. (2008). Developmental consulting in a professional football academy: The 5Cs coaching efficacy program. *The Sport Psychologist*, 22(1), 109–133. <https://doi.org/10.1123/tsp.22.1.109>
 25. Harwood, C. G., & Knight, C. J. (2015). Parenting in youth sport: A position paper on parenting expertise. *Psychology of Sport and Exercise*, 16, 24–35. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.03.001>
 26. Herr, K., & Anderson, G. L. (2014). *The action research dissertation: A guide for students and faculty* (2nd ed.). Sage Publications.
 27. Hill, D. M., Hanton, S., Matthews, N., & Fleming, S. (2011). Alleviation of choking under pressure in elite golf: An action research study. *The Sport Psychologist*, 25(4), 465–488. <https://doi.org/10.1123/tsp.25.4.465>
 28. Hodge, C. J., Kanters, M. A., Forneris, T., Bocarro, J. N., & Sayre-McCord, R. (2017). A family thing: Positive youth development outcomes of a sport-based life skills program. *Journal of Park and Recreation Administration*, 35(1), 34–50. <https://doi.org/10.18666/JPra-2017-V35-I1-6849>
 29. Hodge, K., & Danish, S. (1999). Promoting life skills for adolescent males through sport. In A. M. Horne & M. S. Kiselica (Eds.), *Handbook of counseling boys and adolescent males: A practitioner's guide* (pp. 55–71). Thousand Oaks, CA: Sage.
 30. Hodgkinson, G. P., & Herriot, P. (2002). The role of psychologists in enhancing organizational effectiveness. In I. T.

- Robertson, M. Callinan, & D. Bartram (Eds.), *Organizational effectiveness: The role of psychology* (pp. 45-60). Wiley.
31. Holloway, I., & Wheeler, S. (2002). *Qualitative research in nursing* (2nd ed.). Blackwell Science.
 32. Holt, N. L., Neely, K. C., Slater, L. G., Camiré, M., Côté, J., Fraser-Thomas, J., ... Tamminen, K. A. (2017). A grounded theory of positive youth development through sport based on results from a qualitative meta-study. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 10(1), 1–49. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2016.1180704>
 33. Holt, N. L., Tamminen, K. A., Black, D. E., Sehn, Z. L., & Wall, M. P. (2008). Parental involvement in competitive youth sport settings. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(5), 663–685. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.08.001>
 34. Humble, S., Dixon, P., & Mpofu, E. (2018). Factor structure of the Torrance Tests of Creative Thinking Figural Form A in Kiswahili speaking children: Multidimensionality and influences on creative behavior. *Thinking Skills and Creativity*, 27, 33-44. <https://doi.org/10.1016/j.tsc.2017.11.005>
 35. Jacobs, J. M., & Wright, P. M. (2021). Thinking about the transfer of life skills: Reflections from youth in a community-based sport programme in an underserved urban setting. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19(3), 380-394. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2019.1655776>
 36. Johnston, J., Harwood, C., & Minniti, A. M. (2013). Positive youth development in swimming: Clarification and consensus of key psychosocial assets. *Journal of Applied Sport Psychology*, 25(4), 392–411. <https://doi.org/10.1080/10413200.2012.747571>

37. Kemmis, S., McTaggart, R., & Nixon, R. (2014). Introducing critical participatory action research. In *The action research planner: Doing critical participatory action research* (pp. 1-31). Springer.
https://doi.org/10.1007/978-981-4560-67-2_1
38. Knight, C. J., Berrow, S. R., & Harwood, C. G. (2017). Parenting in sport. *Current Opinion in Psychology*, 16, 93–97.
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.04.017>
39. Knight, C. J., Neely, K. C., & Holt, N. L. (2011). Parental behaviours in team sports: How do female athletes want parents to behave? *Journal of Applied Sport Psychology*, 23(1), 76–92.
<https://doi.org/10.1080/10413200.2010.525589>
40. Koop, C. E., & Lundberg, G. D. (1992). Violence in America: A public health emergency. *Journal of the American Medical Association*, 267(22), 3075-3076.
41. Kuhn, J. C., & Carter, A. S. (2006). Maternal self efficacy and associated parenting cognitions among mothers of children with autism. *American Journal of Orthopsychiatry*, 76(4), 564-575.
<https://doi.org/10.1037/0002-9432.76.4.564>
42. Lee, M., & MacLean, S. (1997). Sources of parental pressure among age group swimmers. *European Journal of Physical Education*, 2(2), 167–177.
<https://doi.org/10.1080/1740898970020205>
43. Lisinskiene, A. (2016). Educational Interaction between Adolescents and Parents in Sporting Activities [Ph.D. Thesis, Lithuanian Sports University].
44. McCarthy, P. J., & Jones, M. V. (2007). A qualitative study of sport enjoyment in the sampling years. *The Sport Psychologist*, 21(4), 400–416.
- McNiff, J. (2013). *Action research: Principles and practice* (3rd ed.). Routledge.
45. Mossibi Darcheh, Esmat, Essazadegan, Soleimani. (2022). The role of interpersonal relationship quality and communication beliefs in predicting emotional breakdown. *Journal of Psychological Sciences*, 21(115), 1339-1358. In Persian.
<http://dx.doi.org/10.52547/JPS.21.115.1339>
46. Mónaco, E., Schoeps, K., & Montoya-Castilla, I. (2019). Attachment styles and well-being in adolescents: how does emotional development affect this relationship? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(14), 2554.
<https://doi.org/10.3390/ijerph16142554>
47. Morgan, T. K. (2006). A season-long mental skills training program for collegiate volleyball players [Master's thesis, The University of Tennessee].
48. Needleman, C., & Needleman, M. L. (1996). Qualitative methods for intervention research. *American Journal of Industrial Medicine*, 29(4), 329-337. [https://doi.org/10.1002/\(sici\)1097-0274\(199604\)29:4%3C329::aid-ajim10%3E3.0.co;2-3](https://doi.org/10.1002/(sici)1097-0274(199604)29:4%3C329::aid-ajim10%3E3.0.co;2-3)
49. Newman, T., Black, S., Santos, F., Jefka, B., & Brennan, N. (2023). Coaching the development and transfer of life skills: a scoping review of facilitative coaching practices in youth sports. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 16(1), 619-656.
<https://doi.org/10.1080/1750984X.2022.2110923>
50. Norouzi, Prima, Robot Mili. (2020). The role of self-compassion and perceived parenting in creative thinking of adolescents. *Innovation and Creativity in the Humanities*, 10(1), 115-134. In Persian.
51. O'Rourke, D. J., Smith, R. E., Smoll, F. L., & Cumming, S. P. (2011). Trait anxiety in young athletes as a function of parental pressure and motivational climate: Is parental pressure

- always harmful? *Journal of Applied Sport Psychology*, 23(4), 398–412.
<https://doi.org/10.1080/10413200.2011.583619>
52. Ommundsen, Y., Roberts, G. C., Lemyre, P. N., & Miller, B. W. (2006). Parental and coach support or pressure on psychosocial outcomes of pediatric athletes in soccer. *Clinical Journal of Sport Medicine*, 16(6), 522–526. <https://doi.org/10.1097/01.jsm.0000248846.48586.5a>
53. Payette, P., & Edna, R. (2018). Making a Campus-Wide Commitment to Critical Thinking: Insights and Promising Practices Utilizing the Paul-Elder Approach at the University of Louisville. *Inquiry: Critical Thinking Across the Disciplines*, 31(1), 98–110.
<https://doi.org/10.5840/inquiryct20183118>
54. Sánchez-Miguel, P. A., Leo, F. M., Sánchez-Oliva, D., Amado, D., & García-Calvo, T. (2013). The importance of parents' behavior in their children's enjoyment and motivation in sports. *Journal of Human Kinetics*, 36(1), 169–177.
<https://doi.org/10.2478/hukin-2013-0017>
55. Scanlan, T. K., & Lewthwaite, R. (1986). Social psychological aspects of competition for male youth sport participants: Predictors of enjoyment. *Journal of Sport Psychology*, 8(1), 25–35.
56. Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (2016). *Theories of personality* (11th ed.). Cengage Learning.
57. Shafqat Mohammad. (2023). The relationship between family functioning and coping styles against psychological stress with happiness in twelfth grade students in the city of Soume Sara. In Persian.
58. Burke, S., Sharp, L. A., Woods, D., & Paradis, K. F. (2021). Enhancing parental support through parent-education programs in youth sport: a systematic review. *Journal of Sport*

- Behavior*, 44(4), 451–477. Shao, S., Stanzel, A., Duan, T. Y., McKay, S. L., & Cameron, C. A. (2023). Adolescent attachment, affect, and behavior as related to coping responses to a psychosocial stressor. *Child & Youth Care Forum*, 52(4), 761–777.
<https://doi.org/10.1007/s10566-022-09715-8>
59. Shmakova, A. I. (2023). Parenting and family relationships factors in the intergenerational transmission of partnerships: a research review. *Perspectives of Science and Education*, 62(2), 536–548.
<https://doi.org/10.32744/pse.2023.2.31>
60. Smith, B., & McGannon, K. R. (2018). Developing rigor in qualitative research: Problems and opportunities within sport and exercise psychology. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 11(1), 101–121.
<https://doi.org/10.1080/1750984X.2017.1317357>
61. Smith, B., Sparkes, A. C., & Caddick, N. (2014). Judging qualitative research. In L. Nelson, R. Groom, & P. Potrac (Eds.), *Research methods in sports coaching* (pp. 192–201). Routledge.
62. Smith, S. E. (1997). Deepening participatory action-research. In S. E. Smith, D. G. Willms, & N. A. Johnson (Eds.), *Nurtured by knowledge: Learning to do participatory action-research* (pp. 173–264). Apex Press.
63. Snell, P., Miguel, N., & East, J. (2009). Changing directions: Participatory action research as a parent involvement strategy. *Educational Action Research*, 17(2), 239–258.
<https://doi.org/10.1080/09650790902914225>
64. Stern, J. A., & Cassidy, J. (2018). Empathy from infancy to adolescence: An attachment perspective on the development of individual differences. *Developmental Review*, 47, 1–22.
<https://doi.org/10.1016/j.dr.2017.09.002>

65. Tan, S. H., & Pang, J. S. (2023). Test anxiety: An integration of the test anxiety and achievement motivation research traditions. *Educational Psychology Review*, 35(1), 13. <https://doi.org/10.1007/s10648-023-09737-1>
66. Temple, V. A., & Crane, J. R. (2016). A systematic review of drop-out from organized soccer among children and adolescents. *Soccer & Society*, 17(6), 856–881. <https://doi.org/10.1080/14660970.2015.1100901>
67. Teques, P., Serpa, S., Rosado, A., Silva, C., & Calmeiro, L. (2017). Parental involvement in sport: Psychometric development and empirical test of a theoretical model. *Current Psychology*, 36(3), 419-434. <https://doi.org/10.1007/s12144-016-9431-5>
68. Thrower, S. N., Harwood, C. G., & Spray, C. M. (2017). Educating and Supporting Tennis Parents: An Action Research Study. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 9(5), 600-618. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2017.1341948>
69. Thrower, S. N., Harwood, C. G., & Spray, C. M. (2019). Educating and supporting tennis parents using web-based delivery methods: A novel online education program. *Journal of Applied Sport Psychology*, 31(3), 303-323. <https://doi.org/10.1080/10413200.2018.1465680>
70. Vaughan, E. P., Frick, P. J., Robertson, E. L., Ray, J. V., Thornton, L. C., Wall Myers, T. D., & Cauffman, E. (2023). Interpersonal relationships and callous-unemotional traits during adolescence and young adulthood: An investigation of bidirectional effects in parent, peer, and romantic relationships. *Clinical Psychological Science*, 11(3), 391-408. <https://doi.org/10.1177/21677026221125637>
71. Wagstaff, C. R. D., Hanton, S., & Fletcher, D. (2013). Developing emotion abilities and regulation strategies in a sport organization: An action research intervention. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(4), 476-487. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.01.006>
72. Wijaya, M. S., Hidayat, Y., & Sutresna, N. (2023). Integration of life skills through hockey in the framework of positive youth development. *Juara: Jurnal Olahraga*, 8(1), 639. <https://doi.org/10.33222/juara.v8i1.2948>
73. Wuerth, S., Lee, M., & Alfermann, D. (2004). Parental involvement and athletes' career in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 21–33. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00047-X](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00047-X)