

# पहलवानों, मुक्केबाजों एवं जूडोकाओं में आक्रामकता एवं स्वयं की अवधारणा का तुलनात्मक अध्ययन

पूजा साह<sup>1\*</sup>, डॉ. रंजन कुमार पांडे<sup>2</sup>

1 शोधार्थी, साबरमती विश्वविद्यालय, अहमदाबाद, गुजरात

parasrampuria1974@gmail.com

2 शिक्षक, आई.ई.सी. कॉलेज ऑफ़ इंजीनियरिंग एंड टेक्नोलॉजी, ग्रेटर नोएडा, उत्तर प्रदेश

**सार:** प्रस्तुत अध्ययन का उद्देश्य कॉम्बैट स्पोर्ट्स खिलाड़ियों, अर्थात् पहलवानों, मुक्केबाजों एवं जूडोकाओं के बीच आक्रामकता एवं सेल्फ-कॉन्सेप्ट का तुलनात्मक विश्लेषण करना था। इस अध्ययन में 18 से 25 वर्ष आयु वर्ग के 320 पुरुष खिलाड़ियों को तीन विश्वविद्यालयों से चयनित किया गया। आक्रामकता तथा सेल्फ-कॉन्सेप्ट को मापने के लिए मानकीकृत परीक्षणों का उपयोग किया गया। एकत्रित आंकड़ों का विश्लेषण वर्णनात्मक सांख्यिकी (माध्य एवं मानक विचलन) तथा एक-तरफा विचरण विश्लेषण (ANOVA) द्वारा किया गया। परिणामों से ज्ञात हुआ कि तीनों समूहों के बीच समग्र आक्रामकता एवं सेल्फ-कॉन्सेप्ट में कोई सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण अंतर नहीं पाया गया। हालांकि आक्रामकता के उप-घटक "हमला" में महत्वपूर्ण अंतर पाया गया, जबकि अन्य उप-घटक जैसे परोक्ष आक्रामकता में कोई महत्वपूर्ण अंतर नहीं था। इसी प्रकार सेल्फ-कॉन्सेप्ट के विभिन्न आयामों में हल्के अंतर तो देखे गए, परंतु वे सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण नहीं थे। निष्कर्षतः कहा जा सकता है कि विभिन्न कॉम्बैट स्पोर्ट्स के खिलाड़ियों में समग्र रूप से मनोवैज्ञानिक विशेषताएँ समान पाई जाती हैं।

**मुख्य शब्द:** आक्रामकता, आत्म-अवधारणा, कॉम्बैट स्पोर्ट्स, पहलवान, मुक्केबाज, जूडो खिलाड़ी

## प्रस्तावना

खेल व्यक्तियों के शारीरिक, मानसिक और सामाजिक विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। विभिन्न प्रकार के खेलों में, कुश्ती, मुक्केबाजी और जूडो जैसे कॉम्बैट खेल अपनी प्रकृति में अद्वितीय होते हैं, क्योंकि इनमें सीधा शारीरिक संपर्क, उच्च स्तर की प्रतिस्पर्धा और गहन मनोवैज्ञानिक मांगें शामिल होती हैं। इन खेलों में भाग लेने वाले एथलीटों के लिए न केवल शारीरिक शक्ति और तकनीकी कौशल होना आवश्यक है, बल्कि उन्हें भावनात्मक नियंत्रण, आत्मविश्वास और मनोवैज्ञानिक स्थिरता जैसी मजबूत मानसिक क्षमताओं का प्रदर्शन करना भी ज़रूरी है। इस संदर्भ में, आक्रामकता और सेल्फ-कॉन्सेप्ट जैसे मनोवैज्ञानिक चर कॉम्बैट खेल एथलीटों के व्यवहार और प्रदर्शन को समझने में अत्यंत महत्वपूर्ण हो जाते हैं।

आक्रामकता एक जटिल मनोवैज्ञानिक संरचना है जो किसी व्यक्ति के व्यवहार, भावनाओं और प्रतिक्रियाओं को प्रभावित करती है। कॉम्बैट खेलों में, आक्रामकता को अक्सर सफलता का एक अनिवार्य घटक माना जाता है, क्योंकि यह एथलीटों को पूरी तीव्रता और दृढ़ संकल्प के साथ प्रदर्शन करने में मदद करती है। हालाँकि, आक्रामकता हमेशा नकारात्मक नहीं होती; जब इसे ठीक से नियंत्रित किया जाता है, तो यह ध्यान, प्रेरणा और प्रतिस्पर्धी भावना को बढ़ाकर प्रदर्शन को बेहतर बना सकती है। दूसरी ओर, अनियंत्रित या अत्यधिक आक्रामकता खराब प्रदर्शन, नियमों के उल्लंघन और नकारात्मक खेल भावना का कारण बन सकती है। इसलिए, यह जांचना महत्वपूर्ण है कि विभिन्न कॉम्बैट खेलों के एथलीटों के बीच आक्रामकता किस प्रकार भिन्न होती है और यह उनके समग्र प्रदर्शन को कैसे प्रभावित करती है।

एक अन्य महत्वपूर्ण मनोवैज्ञानिक चर सेल्फ-कॉन्सेप्ट है, जो किसी व्यक्ति की स्वयं के प्रति धारणा, विश्वास और मूल्यांकन को संदर्भित करता है। सेल्फ-कॉन्सेप्ट एक एथलीट के आत्मविश्वास, प्रेरणा और व्यवहार को आकार देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। उच्च स्तर की सेल्फ-कॉन्सेप्ट वाले एथलीट अधिक आत्मविश्वासी, भावनात्मक रूप से स्थिर और लक्ष्य-उन्मुख होते हैं, जबकि कम सेल्फ-कॉन्सेप्ट वाले एथलीटों को आत्म-संदेह और प्रदर्शन में असंगति का अनुभव हो सकता है। कॉम्बैट खेलों जैसे अत्यधिक प्रतिस्पर्धी और तनावपूर्ण वातावरण में, एक मजबूत सेल्फ-कॉन्सेप्ट एथलीटों को दबाव का सामना करने, ध्यान केंद्रित रखने और प्रभावी ढंग से प्रदर्शन करने में मदद करती है।

विभिन्न कॉम्बैट खेल अपनी प्रकृति, तकनीकों और प्रशिक्षण विधियों में भिन्नताओं के कारण मनोवैज्ञानिक विशेषताओं को अलग-अलग तरीकों से प्रभावित कर सकते हैं। उदाहरण के लिए, कुश्ती में निरंतर शारीरिक जुड़ाव और शक्ति शामिल होती है, मुक्केबाजी के लिए त्वरित प्रतिक्रियाओं और नियंत्रित आक्रामकता की आवश्यकता होती है, जबकि जूडो तकनीक, संतुलन और मानसिक अनुशासन पर जोर देता है। ये अंतर इन खेलों के एथलीटों के बीच आक्रामकता और सेल्फ-कॉन्सेप्ट के स्तरों में भिन्नताओं का कारण बन सकते हैं। इसलिए, इन मनोवैज्ञानिक अंतरों को समझने के लिए एक तुलनात्मक विश्लेषण आवश्यक हो जाता है। हालांकि सामान्य मनोविज्ञान में आक्रामकता और सेल्फ-कॉन्सेप्ट पर कई अध्ययन किए गए हैं, लेकिन सीमित शोध ही विशेष रूप से कॉम्बैट स्पोर्ट एथलीटों पर केंद्रित रहा है, खासकर भारतीय संदर्भ में। यह कमी पहलवानों, मुक्केबाजों और जूडो खिलाड़ियों के बीच इन चरों की व्यवस्थित जांच की आवश्यकता को उजागर करती है।

वर्तमान अध्ययन का उद्देश्य कॉम्बैट स्पोर्ट एथलीटों के बीच आक्रामकता और सेल्फ-कॉन्सेप्ट की तुलना करना है। इस अध्ययन के निष्कर्ष कोचों, प्रशिक्षकों और खेल मनोवैज्ञानिकों के लिए एथलीटों की मनोवैज्ञानिक प्रोफ़ाइल को समझने और प्रदर्शन को बेहतर बनाने के लिए उपयुक्त प्रशिक्षण कार्यक्रम

विकसित करने में सहायक होंगे।

## उद्देश्य

1. कॉम्बैट एथलीट्स (रेसलिंग, बॉक्सिंग और जूडो) के बीच अग्रेसन में अंतर का महत्व पता करें।
2. कॉम्बैट स्पोर्ट्स (रेसलिंग, बॉक्सिंग और जूडो) प्लेयर्स के बीच "सेल्फ-कॉन्सेप्ट" में महत्वपूर्ण अंतर पता करें।

## परिकल्पना

1. "अग्रेसन" के एनालिसिस ऑफ़ वैरिएन्स के नतीजे स्टैटिस्टिकली इनसिग्निफ़िकेंट ( $P > .05$ ) पाए गए।
2. "सेल्फ-कॉन्सेप्ट" के एनालिसिस ऑफ़ वैरिएन्स के नतीजे स्टैटिस्टिकली इनसिग्निफ़िकेंट ( $P > .05$ ) पाए गए।

## अनुसंधान क्रियाविधि

इस स्टडी में 18 से 25 साल की उम्र के 320 लड़कों ने हिस्सा लिया। सब्जेक्ट इन 3 यूनिवर्सिटी से चुने गए:

1. साबरमती यूनिवर्सिटी, अहमदाबाद
2. सरदार पटेल यूनिवर्सिटी, वल्लभ विद्यानगर
3. महाराजा सयाजीराव यूनिवर्सिटी ऑफ़ बड़ौदा, वडोदरा

इसके अलावा, इस स्टडी के लिए सब्जेक्ट इंटर-कॉलेज लेवल पर अलग-अलग स्पोर्ट्स डिसिप्लिन (जैसे कुश्ती, बॉक्सिंग और जूडो) से चुने गए थे।

### तालिका 1: सब्जेक्ट का डिस्ट्रीब्यूशन

यूनिवर्सिटी	कुश्ती	मुक्केबाजी	जूडो	कुल
साबरमती यूनिवर्सिटी, अहमदाबाद	45	35	30	110
सरदार पटेल यूनिवर्सिटी, वल्लभ विद्यानगर	40	45	30	115
महाराजा सयाजीराव यूनिवर्सिटी ऑफ़ बड़ौदा, वडोदरा	30	40	25	95
सैंपल साइज़	115	120	85	<b>320</b>

#### आक्रमण

**टेस्ट का विवरण:** डॉ. सुल्तानिया (2006) ने हिंदी बोलने वाली आबादी/सैंपल के लिए हिंदी अडैप्टेशन बनाया। इस अडैप्टेशन में इन्वेंट्री में 67 आइटम हैं, जबकि बूस और डर्की (1957) की ओरिजिनल इन्वेंट्री में 75 आइटम थे। आठ आइटम हटा दिए गए क्योंकि पूरे टेस्ट से उनका कोई खास संबंध नहीं था। इन्वेंट्री में दुश्मनी का पता लगाने के लिए इस्तेमाल किए गए 59 आइटम और गलती का पता लगाने के लिए इस्तेमाल किए गए 8 आइटम शामिल हैं।

1. हमला - किसी दूसरे इंसान के खिलाफ फिजिकल अग्रेसन। इसमें दूसरों से लड़ना शामिल है, लेकिन प्रॉपर्टी को नुकसान नहीं पहुंचाना। यह दस चीज़ों से मिलकर बना है।
2. इनडायरेक्ट अग्रेसन - इसमें गोलमोल और डायरेक्टेड दोनों तरह का अग्रेसन शामिल है। चौबीसों घंटे का व्यवहार जैसे कि बुरी गपशप और प्रैक्टिकल जोक्स। यह नौ चीज़ों से मिलकर बना है।
3. चिड़चिड़ापन में चिड़चिड़ापन, चिड़चिड़ापन, झुंझलाहट और बदतमीज़ी शामिल है। यह नौ चीज़ों से मिलकर बना है।
4. नेगेटिविज़्म - विरोधी व्यवहार, जो आमतौर पर अथॉरिटी वाले लोगों के खिलाफ होता है। यह पाँच चीज़ों से मिलकर बना है।
5. नाराज़गी - असल या सोचे हुए बुरे बर्ताव की वजह से दुनिया के प्रति गुस्सा। यह सात चीज़ों से

मिलकर बना है।

6. शक - दूसरों पर गुस्सा दिखाना। यह नौ चीज़ों से मिलकर बना है।
7. वर्बल अग्रेसन - बोलने के तरीके और बातों दोनों से दिखने वाला नेगेटिव असर। यह दस चीज़ों से मिलकर बना है। 8. गिल्ट - ऊपर बताए गए सात एग्रेसिवनेस सबस्केल के साथ, स्केल में एक गिल्ट कैटेगरी भी जोड़ी गई है ताकि एग्रेसिव बिहेवियर एक्सप्रेसन पर गिल्ट के रोकने वाले असर का पता लगाया जा सके। इसका मतलब है कि गलत काम करने के लिए गिल्ट की भावना, साथ ही ज़मीर की कीमत। यह आठ आइटम से बना है। हर सब-आइटम स्केल को पूरे टेस्ट में रैंडम तरीके से बांटा गया है।

उप-मापदंड	प्रतिक्रिया	प्रश्न संख्या	कुल संख्या
आक्रमण	सकारात्मक	8, 24, 30, 37, 43, 50, 58, 63	10
	नकारात्मक	1, 16	
परोक्ष आक्रामकता	सकारात्मक	2, 17, 25, 38, 51, 67	9
	नकारात्मक	9, 31, 44	
चिड़चिड़ापन	सकारात्मक	4, 10, 19, 32, 46, 53	9
	नकारात्मक	26, 59, 64	
नकारात्मकता	सकारात्मक	3, 11, 18, 27, 33	5
	नकारात्मक	—	
द्वेष / रोष	सकारात्मक	5, 12, 29, 40, 47, 54	7
	नकारात्मक	20	
संदेह	सकारात्मक	13, 21, 28, 34, 41, 48, 55	9
	नकारात्मक	60, 65	

मौखिक आक्रामकता	सकारात्मक	6, 14, 22, 35, 45, 61	10
	नकारात्मक		
अपराध-बोध	सकारात्मक	7, 15, 23, 36, 42, 49, 57, 62	8
	नकारात्मक	—	
कुल			67

### आत्म अवधारणा

**टेस्ट का विवरण:** सेल्फ-कॉन्सेप्ट क्वेश्चनेयर को देना और फिर व्यक्ति के सेल्फ-कॉन्सेप्ट का पता लगाने के लिए रॉ वैल्यू को क्लासिफ़ाई और एनालाइज़ करना।

ज़रूरी सामान:

- 1) सेल्फ-कॉन्सेप्ट क्वेश्चनेयर
- 2) नॉर्म्स के साथ इंस्ट्रक्शन मैनुअल

**टूल के बारे में:** डॉ. राज कुमार सारस्वत ने 48-आइटम वाला सेल्फ-कॉन्सेप्ट क्वेश्चनेयर (1981) बनाया। यह सेल्फ-कॉन्सेप्ट के छह अलग-अलग डायमेंशन देता है: फिजिकल, सोशल, इंटेलेक्चुअल, मोरल, एजुकेशनल और टेम्परमेंटल।

आयाम	वर्णन - व्यक्ति की अपनी दृष्टि में
शारीरिक	शरीर की शारीरिक बनावट, स्वास्थ्य, ताकत।
सामाजिक	सामाजिक अंतर्क्रियाओं में अपनी मूल्यवानता/योग्यता की भावना।
स्वभाविक/भावनात्मक	प्रमुख भावनात्मक स्थिति या किसी विशेष प्रकार की भावनात्मक प्रतिक्रिया की प्रधानता।

शैक्षिक	स्कूल, शिक्षकों, अतिरिक्त गतिविधियों के संदर्भ में खुद को देखने का नजरिया।
नैतिक	नैतिक मूल्य, सही-गलत कार्यों में अपनी योग्यता/मूल्यवानता।
बौद्धिक	बुद्धिमत्ता, समस्या-समाधान की क्षमता, निर्णय लेने की योग्यता।

प्रोसेस:

1. टेस्ट शुरू करने से पहले, पक्का कर लें कि स्टूडेंट्स सही पोजीशन में हों।
2. जवाब मार्क करने के लिए एक पेन या पेंसिल हाथ में होनी चाहिए।
3. टेस्ट का मकसद बताने के बाद, पक्का कर लें कि जवाब कॉन्फिडेंशियल रखे जाएंगे।
4. सब्जेक्ट्स को सेल्फ-कॉन्सेप्ट इन्वेंटरी बांटें।
5. इंस्ट्रक्शन्स को ध्यान से पढ़ें और पक्का करें कि आप उन्हें पूरी तरह समझ गए हैं।
6. टर्मिनोलॉजी के मतलब के बारे में सब्जेक्ट्स के किसी भी सवाल का जवाब ईमानदारी से और तुरंत देना चाहिए।
7. टेस्ट के लिए कोई टाइम लिमिट नहीं है, हालांकि इसे पूरा करने के लिए 20 मिनट काफी पाए गए हैं।

## परिणाम

यह अध्याय कुश्ती, मुक्केबाजी और जूडो के खिलाड़ियों से एकत्रित किए गए डेटा के विश्लेषण और व्याख्या से संबंधित है। इस डेटा का विश्लेषण अध्ययन के उद्देश्यों के अनुरूप किया गया, ताकि कॉम्बैट स्पोर्ट्स (लड़ाकू खेलों) के एथलीटों के बीच आक्रामकता और सेल्फ-कॉन्सेप्ट में मौजूद अंतर की जांच की जा सके। विभिन्न समूहों के बीच के अंतर की सार्थकता निर्धारित करने के लिए उपयुक्त सांख्यिकीय तकनीकों का प्रयोग किया गया; इनमें वर्णनात्मक सांख्यिकी (माध्य और मानक विचलन) और अनुमानित सांख्यिकी (जैसे एक-तरफ़ा विचरण विश्लेषण या ANOVA, और पोस्ट-हॉक परीक्षण) शामिल हैं। प्राप्त

परिणामों को व्यवस्थित रूप से सारणीबद्ध रूप में प्रस्तुत किया गया है, जिसके बाद उनकी व्याख्या भी दी गई है, ताकि निष्कर्षों की स्पष्ट समझ प्रदान की जा सके।

**तालिका 2: वेरिएबल के संबंध में तीनों तरह के कॉम्बैट एथलीटों के बीच डिस्क्रिप्टिव स्टैटिस्टिक्स।**

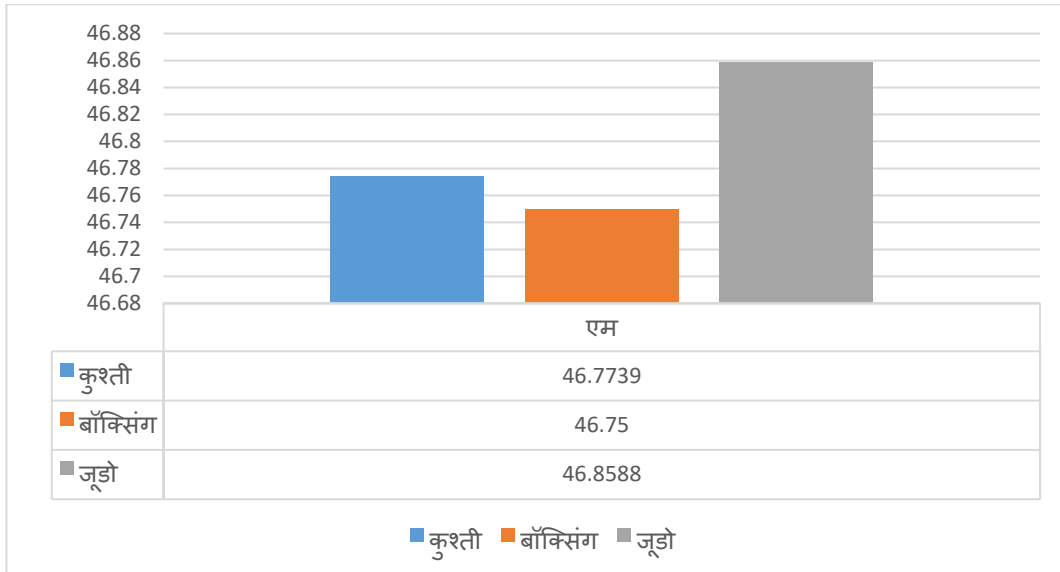
वर्णनात्मक सांख्यिकी (आक्रामकता)				
ग्रुप	एन	एम	$\sigma$	मानक त्रुटि
कुश्ती	115	46.7739	6.43873	.60041
बॉक्सिंग	120	46.7500	5.92424	.54081
जूडो	85	46.8588	4.89935	.53141

पहलवानों, मुक्केबाजों और जूडोका के लिए "एग्जेशन" का  $\mu$  और स्टैंडर्ड डेविएशन क्रमशः 46.7739, 6.43873, 46.7500, 5.92424, और 46.8588, 4.89935 थे।

**तालिका 3: "आक्रामकता" चर के संबंध में सभी तीन प्रकार के लड़ाकू एथलीटों के बीच एनोवा परिणाम।**

परिवर्तन का स्रोत	एसएस	डीएफ	एमएस	एफ	पी
ग्रुप्स के बीच	.622	2	.311	.009	.991
ग्रुप्स के अंदर	10918.928	317	34.445		
कुल	10919.550	319			

जैसा कि बताया गया है, अलग-अलग कॉम्बैट स्पोर्ट्स प्लेयर्स के बीच वेरिएबल "एग्जेशन" के लिए एनोवा के नतीजे स्टैटिस्टिकली महत्वहीन थे ( $P > .05$ )।



चित्र 1: रेसलिंग, बॉक्सिंग और जूडो खिलाड़ियों के  $\mu$  स्कोर, वेरिएबल "एग्रेसशन" के संबंध में, ग्राफ़िक रूप से दिखाए गए हैं।

तालिका 4: "हमला" चर के संबंध में सभी तीन प्रकार के लड़ाकू एथलीटों के बीच एनोवा परिणाम।

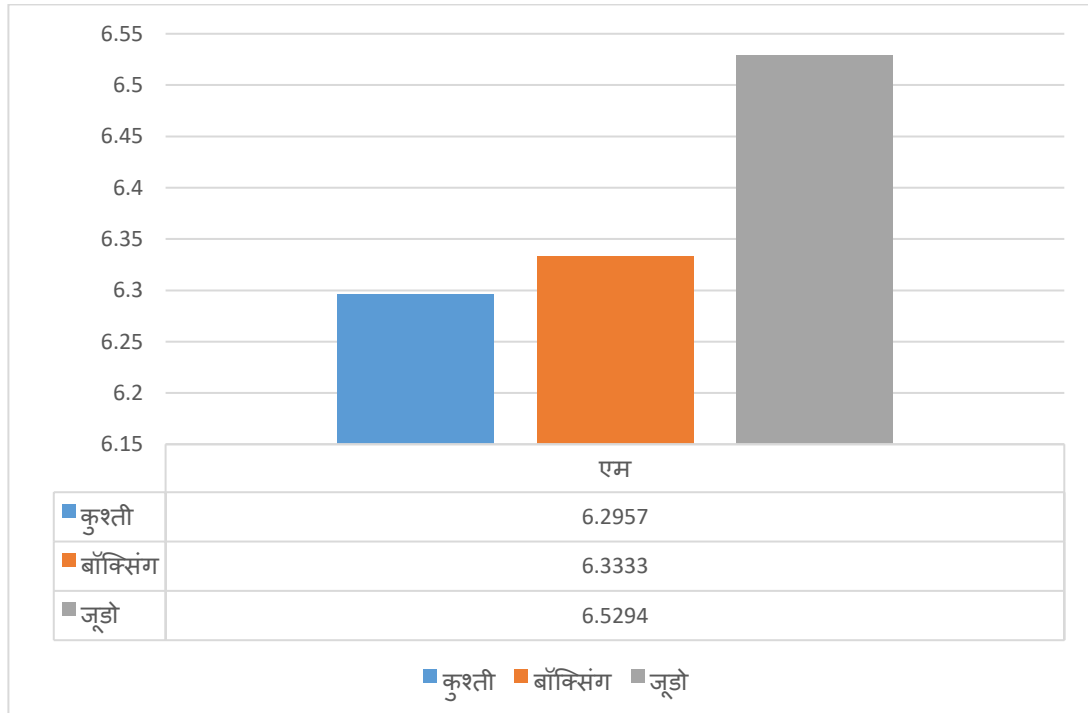
परिवर्तन का स्रोत	एसएस	डीएफ	एमएस	एफ	पी
ग्रुप्स के बीच	30.634	2	15.317	3.277	.039
ग्रुप्स के अंदर	1481.554	317	4.674		
कुल	1512.188	319			

तालिका बताता है कि अलग-अलग कॉम्बैट स्पोर्ट्स प्लेयर्स के बीच "असॉल्ट" वेरिएबल के बारे में एनोवा के नतीजे  $P < .05$  पर स्टैटिस्टिकली सिग्निफिकेंट पाए गए। क्योंकि एकायर्ड  $F (3.277)$  को सिग्निफिकेंट माना गया था, इसलिए पेयर्ड ग्रुप्स के बीच अंतर की दिशा और सिग्निफिकेंस को एनालाइज़ करने के लिए, एक पोस्ट-हॉक टेस्ट किया गया। टेबल 4.3 पोस्ट-हॉक टेस्ट के नतीजे दिखाता है।

तालिका 5: "इनडायरेक्ट एग्रेसन" वेरिएबल के संबंध में तीनों तरह के कॉम्बैट एथलीटों के बीच एनोवा रिजल्ट।

परिवर्तन का स्रोत	एसएस	डीएफ	एमएस	एफ	पी
ग्रुप्स के बीच	2.956	2	1.478	.581	.560
ग्रुप्स के अंदर	805.791	317	2.542		
कुल	808.747	319			

तालिका बताती है कि विभिन्न कॉम्बैट स्पोर्ट्स खिलाड़ियों के बीच परिवर्तनीय "अप्रत्यक्ष आक्रामकता" के लिए एनोवा परिणाम सांख्यिकीय रूप से महत्वहीन थे (पी > .05)।

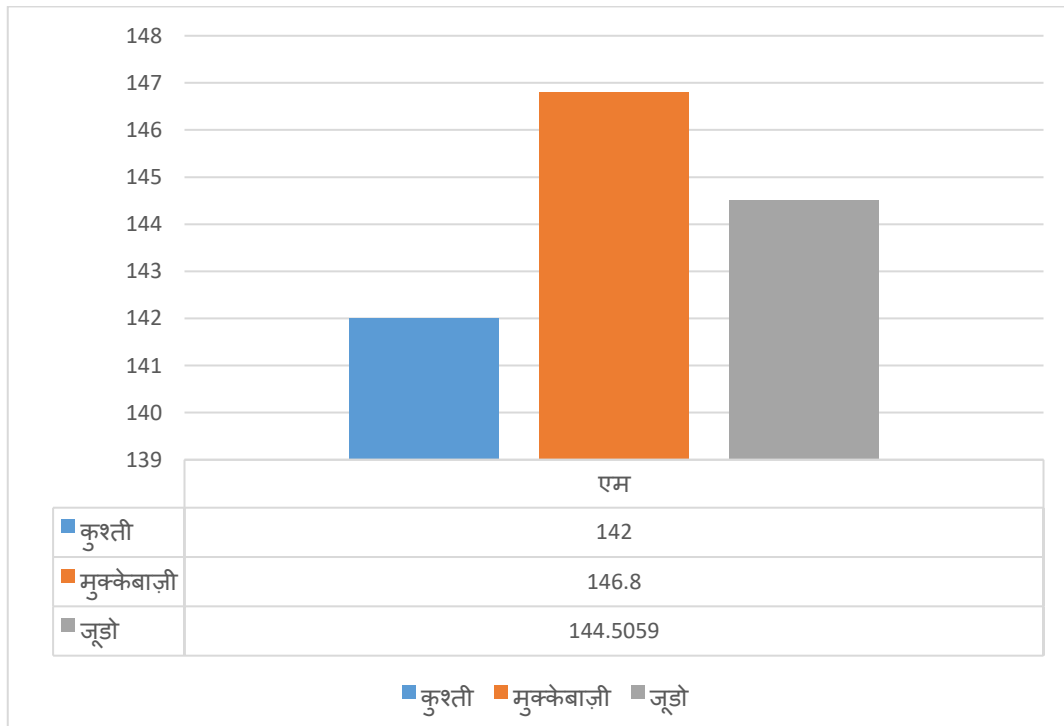


चित्र 2: रेसलिंग, बॉक्सिंग और जूडो खिलाड़ियों के  $\mu$  स्कोर, "इनडायरेक्ट एग्रेसन" वेरिएबल के संबंध में, ग्राफ़िक रूप से दिखाए गए हैं।

तालिका 6: "सेल्फ-कॉन्सेप्ट" चर के संदर्भ में तीनों प्रकार के कॉम्बैट खिलाड़ियों के बीच एनोवा परिणाम

परिवर्तन का स्रोत	एसएस	डीएफ	एमएस	एफ	पी
समूहों के बीच	1353.175	2	676.587	1.483	0.229
समूहों के भीतर	144618.447	317	456.210		
कुल	145971.622	319			

तालिका से यह स्पष्ट होता है कि विभिन्न कॉम्बैट स्पोर्ट्स खिलाड़ियों के बीच सेल्फ-कॉन्सेप्ट चर के लिए प्राप्त एनोवा परिणाम सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण नहीं पाए गए ( $p > 0.05$ )।



चित्र 3: "सेल्फ-कॉन्सेप्ट" वेरिएबल के संबंध में तीनों तरह के कॉम्बैट एथलीटों के बीच  $\mu$  स्कोर का ग्राफिकल इंटरप्रिटेशन।

तालिका 7: "फिजिकल" चर के संदर्भ में तीनों प्रकार के कॉम्बैट खिलाड़ियों के बीच  
वर्णनात्मक सांख्यिकी

समूह	एन	एम	$\sigma$	मानक त्रुटि
कुश्ती	115	23.8261	8.92981	0.83271
मुक्केबाज़ी	120	25.2417	10.14350	0.92597
जूडो	85	23.6706	9.97782	1.08225

तालिका के अनुसार कुश्ती, मुक्केबाज़ी तथा जूडो खिलाड़ियों के फिजिकल का औसत ( $\mu$ ) तथा मानक विचलन ( $\sigma$ ) क्रमशः  $23.8261 \pm 8.92981$ ,  $25.2417 \pm 10.14350$  तथा  $23.6706 \pm 9.97782$  पाया गया।

तालिका 8: "सामाजिक" चर के संदर्भ में तीनों प्रकार के कॉम्बैट खिलाड़ियों के बीच  
वर्णनात्मक सांख्यिकी

समूह	एन	एम	$\sigma$	मानक त्रुटि
कुश्ती	115	24.6087	9.34401	0.87133
मुक्केबाज़ी	120	24.1417	9.31006	0.84989
जूडो	85	24.9765	9.29795	1.00850

तालिका के अनुसार कुश्ती, मुक्केबाज़ी तथा जूडो खिलाड़ियों के सामाजिक का औसत ( $\mu$ ) तथा मानक विचलन ( $\sigma$ ) क्रमशः  $24.6087 \pm 9.34401$ ,  $24.1417 \pm 9.31006$  तथा  $24.9765 \pm 9.29795$  पाया गया।

## निष्कर्ष

पहलवानों, मुक्केबाजों और जूडो खिलाड़ियों की आक्रामकता और सेल्फ-कॉन्सेप्ट के स्तर में कोई खास अंतर नहीं है। इससे पता चलता है कि विभिन्न लड़ाकू खेलों में भाग लेने से इन मनोवैज्ञानिक कारकों पर कोई खास प्रभाव नहीं पड़ता। हालांकि, आक्रामकता के "हमला" वाले पहलू में महत्वपूर्ण अंतर पाया

गया, जिससे संकेत मिलता है कि आक्रामक व्यवहार के कुछ पहलू खेल की प्रकृति के आधार पर भिन्न हो सकते हैं। कुल मिलाकर, परिणाम बताते हैं कि लड़ाकू खेलों के खिलाड़ियों की मनोवैज्ञानिक विशेषताएं लगभग समान होती हैं, और कोई भी मामूली अंतर समग्र व्यक्तित्व लक्षणों के बजाय विशिष्ट उप-आयामों तक ही सीमित है।

## संदर्भ

1. शापिरो डीआर, मार्टिन जेजे. (2010). फिजिकल डिसेबिलिटी वाले एथलीट का मल्टीडाइमेंशनल फिजिकल सेल्फ-कॉन्सेप्ट. एडैप्टेड फिज एक्टिव क्यू; 27(4):294-307.
2. सिल्वा-रोचा वीवी, ओसोरियो एफएल. (2017). ब्राजील के कॉन्टेक्ट के लिए स्पोर्ट एंग्जायटी स्केल-2 (SAS-2) का क्रॉस-कल्चरल अडैप्टेशन. ट्रेन्स साइकियाट्री साइकोथेर; 39(3):202-206. स्टीफेंस AN, ओ'हर्न S, ट्रॉली S, यंग KL, कोप्पेल S. (2019). एक्टिव साइकिलिस्ट के बीच खुद से बताया गया गुस्सा। *Accid Anal Prev*;128:46-52.
3. स्टिलमैन MA, ग्लिक ID, मैकडफ D, रियरडन CL, हिचकॉक ME, फिच VM, हेनलाइन B. (2019). एलीट एथलीटों में मेंटल हेल्थ के लक्षणों और बीमारियों के लिए साइकोथेरेपी: एक नैरेटिव रिव्यू। *Br J Sports Med*;53(12):767-771.
4. सुकिस S, टिलिंडिएने I, सेस्नाइटीन VJ, क्रेविते R. (2019). क्या इमोशनल इंटेलिजेंस एथलीटों के स्पोर्ट्स में हिस्सा लेने के मोटिवेशन का अनुमान लगाती है? *परसेप्ट मोट स्किल्स*; 126(2):305-322. थॉमस WE, ब्राउन R, ईस्टरब्रुक MJ, विग्नोल्स VL, मांज़ी C, डी'एंजेलो C, होल्ट JJ. (2017). स्पोर्ट्स टीमों में सोशल आइडेंटिफिकेशन: पर्सनल, सोशल और कलेक्टिव आइडेंटिटी मोटिव्स की भूमिका। *पर्स सोक साइकोल बुल*; 43(4):508-523.
5. विंक K, राउडसेप L. (2018). किशोर टीम एथलीटों के बीच खेल-खास एक्टिविटीज़ में परफेक्शनिस्टिक स्ट्राइविंग्स, मोटिवेशन और एंगेजमेंट। *परसेप्ट मोट स्किल्स*; 125(3):596-611.
6. वेडी R, पोडलॉग L, हॉल M, हैमसन-उटली J, हिक्स-लिटिल C, हैमर C. (2014). रीइंजरी एंग्जायटी, कोपिंग, और खेल में वापसी के नतीजे: एक मल्टीपल मीडिएशन एनालिसिस। *रिहैबिल साइकोल*; 59(3):256-66.
7. वांग MT, चाउ A, अमेमिया J. (2017). कौन खेलना चाहता है? स्पोर्ट मोटिवेशन ट्रेजेक्टरी, स्पोर्ट पार्टिसिपेशन, और डिप्रेशन के लक्षणों का डेवलपमेंट। *J यूथ एडोलेस्क*; 46(9):1982-1998.
8. वीवर CC, मार्टेंस MP, कैडिगन JM, ताकामात्सु SK, ट्रेलोर HR, पेडरसन ER. (2013). स्पोर्ट से जुड़ी अचीवमेंट मोटिवेशन और शराब के नतीजे: इंटरकॉलेजिएट एथलीटों में एक एथलीट-

- स्पेसिफिक रिस्क फैक्टर। एडिक्ट बिहेव; 38(12):2930-6.
9. ज़रेई S, शायेस्तेफ़र M, मेमारी AH, सेफ़बरघी T, सोभानी V. (2017). एक्यूंपक्वर युवा एथलीटों में कॉम्पिटिशन से पहले कॉम्पिटिटिव एंग्जायटी को कम करता है: एक रैंडमाइज्ड कंट्रोलड ट्रायल पायलट स्टडी। J कॉम्प्लिमेंट इंटीग्र मेड; 14(1).
  10. ज़ुरिटा-ओर्टेगा F, चाकोन-क्यूबरोस R, कोफ़्रे-बोलाडोस C, नॉक्स E, मुरोस JJ. (2018). फुटबॉलर्स में रेजिलिएंस, एंग्जायटी और चोटों का संबंध: स्ट्रक्चरल इकेशन एनालिसिस। PLoS One; 13(11):e0207860.
  11. मार्टेस, R. (1982). स्पोर्ट में इमेजरी। ब्रिस्बेन, ऑस्ट्रेलिया में स्पोर्ट कॉन्फ़ेस में एलीटिज़्म के मेडिकल और साइंटिफिक एस्पेक्ट्स में पेश किया गया पेपर।
  12. बाउचर, S.H., और रोटेला, R.J. (1987). क्लोज्ड स्किल परफॉर्मेंस एन्हांसमेंट के लिए एक साइकोलॉजिकल स्किल्स एजुकेशनल प्रोग्राम। द स्पोर्ट साइकोलॉजिस्ट, 1, 127-137.
  13. वीली, R.S. (1988). साइकोलॉजिकल स्किल्स ट्रेनिंग में भविष्य की दिशाएँ। द स्पोर्ट साइकोलॉजिस्ट, 2, 318-336.
  14. रॉबर्ट, R. (1982). मालवासी कुछ लोगों के कैरेक्टर पर सवाल उठाते हैं, कहते हैं कि कोचिंग मुश्किल है। लॉस एंजिल्स टाइम्स, Pt. 3, p. 3.
  15. एटकिंसन, जे. डब्ल्यू. (1964). मोटिवेशन का एक इंट्रोडक्शन। प्रिंसटन, NJ: वैन नॉस्ट्रैंड।
  16. कैटल, आर. बी. और शियर, आई. एच. IPAT एंग्जायटी स्केल के लिए हैंडबुक (दूसरा एडिशन) शैपेन, इलिनोइस: इंस्टीट्यूट फॉर पर्सनैलिटी एंड एबिलिटी टेस्टिंग, 1963.
  17. कमलेश एम. एल. (1990). स्पोर्ट्स अचीवमेंट मोटिवेशन केश्चनेयर। साइकोलॉजी इन फिजिकल एजुकेशन एंड स्पोर्ट्स, नई दिल्ली; मेट्रोपॉलिटन।
  18. सुल्तानिया, एम.के. (2006). एग्रेसन इन्वेंटरी। नेशनल साइकोलॉजिकल कॉर्पोरेशन, आगरा।
  19. बस, ए. एच., और डर्की, ए. (1957). अलग-अलग तरह की दुश्मनी का पता लगाने के लिए एक इन्वेंटरी। जर्नल ऑफ कंसल्टिंग साइकोलॉजी, 31, 343-349.
  20. मार्टेस, आर. (1977). स्पोर्ट कॉम्पिटिशन एंग्जायटी टेस्ट। शैम्पेन, IL: ह्यूमन काइनेटिक्स.