



دانشکده: تربیت بدنی و علوم ورزشی

پایان نامه کارشناسی ارشد

بررسی انگیزه‌های مشارکت و تعهد بانوان به فعالیت ورزشی (مطالعه موردی شهر مشهد)

الهه حسینی

استاد راهنما

دکتر حسن بحر العلوم

دی ماه ۱۳۹۲

صلى الله عليه وسلم



دانشکده: تربیت بدنی و علوم ورزشی
گروه: مدیریت ورزشی

عنوان پایان نامه

بررسی انگیزه‌های مشارکت و تعهد بانوان به فعالیت ورزشی (مطالعه موردی شهر مشهد)

دانشجو: الهه حسینی

استاد راهنما

دکتر حسن بحر العلوم

استاد مشاور

مریم علی ئی

پایان نامه ارشد جهت اخذ مدرک کارشناسی ارشد

دی ماه ۱۳۹۲

دانشگاه شاهرود

دانشکده: تربیت بدنی و علوم ورزشی

گروه: مدیریت ورزشی

پایان نامه کارشناسی ارشد آقای / خانمالهه حسینی.....

تحت عنوان:

بررسی انگیزه‌های مشارکت و تعهد بانوان به فعالیت ورزشی (مطالعه موردی شهر مشهد)

در تاریخ ...۱۳۹۲/۱۰/۱۶..... توسط کمیته تخصصی زیر جهت اخذ مدرک کارشناسی ارشد مورد ارزیابی و با درجه ...عالی..... مورد پذیرش قرار گرفت.

امضاء	اساتید مشاور	امضاء	اساتید راهنما
	نام و نام خانوادگی : مریم علی‌ئی		نام و نام خانوادگی : دکتر حسن بحرالعلوم
	نام و نام خانوادگی :		نام و نام خانوادگی :

امضاء	نماینده تحصیلات تکمیلی	امضاء	اساتید داور
	نام و نام خانوادگی : دکتر علی یونسیان		نام و نام خانوادگی : دکتر رضا اندام
			نام و نام خانوادگی : دکتر سید رضا حسینی‌نیا
			نام و نام خانوادگی :
			نام و نام خانوادگی :

تقدیم به:

خانواده‌ی عزیزم

به پاس تعبیر عظیم و انسانی‌شان از کلمه‌ی اثار و از خودگذشتگی،

به پاس عاطفه‌ی سرشار و گرمای امید‌نخس وجودشان که در این سردترین روزگار ان به‌ترین پشتیبان هستند،

به پاس قلب‌های بزرگشان که فریادرس است و سرگردانی و ترس در پناهِشان به شجاعت می‌کراید،

و به پاس محبت‌های بی‌دینشان که هرگز فروکش نمی‌کند.

تقدیر و تشکر

شکریان نثار از دمنان که توفیق رارفتی را هم ساخت تا این پایان نامه را به پایان برسانم.

بدین وسیله از زحمات استادان گرانقدرم جناب آقای دکتر حسن بحر العلوم، که بارها بهمانی های دلسوزانه می خویش در به پایان رسیدن این

پژوهش مروری رسانده اند. همچنین سرکار خانم علی بی که با مشاوره های خود در تمام مراحل پژوهش اینجناب ریاوری کرده اند و از اساتید

محترم سرکار خانم دکتر رحیمه مهدی زاده و جناب آقایان دکتر رضاندام، دکتر علی حسنی، جناب آقای دکتر یونسین که در طول دوره

تحصیلی، دانش خود را بی دریغ در اختیار ما گذاشتند و همچنین از بهکاری و راهنمایی های دلسوزانه استاد گرامی، جناب آقای دکتر سید رضا

حسینی نیا و تمامی عزیزانی که مراد انجام این پژوهش ریاوری رسانده اند، به ویژه مسئولین شهرداری شهر مقدس مشهد، کمال تشکر را دارم و از

خداوند دمنان سلامت و سعادت ایشان را خواستارم.

تعهد نامه

اینجانب...الهه حسینی... دانشجوی دوره کارشناسی ارشد رشته...مدیریت ورزشی... دانشکده... تربیت بدنی و علوم ورزشی... دانشگاه شاهرود نویسنده پایان نامه... بررسی انگیزه‌های مشارکت و تعهد بانوان به فعالیت ورزشی (مطالعه‌ی موردی شهر مشهد)... تحت راهنمایی...دکترحسن بحرالعلوم... متعهد می‌شوم.

- تحقیقات در این پایان نامه توسط اینجانب انجام شده است و از صحت و اصالت برخوردار است.
- در استفاده از نتایج پژوهشهای محققان دیگر به مرجع مورد استفاده استناد شده است.
- مطالب مندرج در پایان نامه تاکنون توسط خود یا فرد دیگری برای دریافت هیچ نوع مدرک یا امتیازی در هیچ جا ارائه نشده است.
- کلیه حقوق معنوی این اثر متعلق به دانشگاه شاهرود می باشد و مقالات مستخرج با نام « دانشگاه شاهرود » و یا « Shahrood University » به چاپ خواهد رسید.
- حقوق معنوی تمام افرادی که در به دست آمدن نتایج اصلی پایان نامه تأثیرگذار بوده اند در مقالات مستخرج از پایان نامه رعایت می گردد.
- در کلیه مراحل انجام این پایان نامه ، در مواردی که از موجود زنده (یا بافتهای آنها) استفاده شده است ضوابط و اصول اخلاقی رعایت شده است .
- در کلیه مراحل انجام این پایان نامه، در مواردی که به حوزه اطلاعات شخصی افراد دسترسی یافته یا استفاده شده است اصل رازداری ، ضوابط و اصول اخلاق انسانی رعایت شده است .

تاریخ

امضای

دانشجو

مالکیت نتایج و حق نشر

- کلیه حقوق معنوی این اثر و محصولات آن (مقالات مستخرج ، کتاب ، برنامه های رایانه ای ، نرم افزار ها و تجهیزات ساخته شده است) متعلق به دانشگاه شاهرود می باشد . این مطلب باید به نحو مقتضی در تولیدات علمی مربوطه ذکر شود .
- استفاده از اطلاعات و نتایج موجود در پایان نامه بدون ذکر مرجع مجاز نمی باشد.

چکیده

توسعه و پیشرفت تکنولوژی در زندگی امروزی، موجب تغییر در شیوه‌ی زندگی شده که از جمله نتایج آن فقر حرکتی و افزایش خطر ابتلا به بیماری‌ها است. مطالعات نشان داده است که ورزش و بویژه ورزش همگانی - تفریحی به عنوان وسیله‌ای ارزان قیمت و فرح‌بخش می‌تواند به حل این مشکل کمک کند. از آنجایی که مشارکت زنان در فعالیت‌های ورزشی یکی از راه‌های مهم تأمین سلامت روانی و جسمانی آنهاست، بررسی دلایل حضور این افراد در ورزش و افزایش انگیزه به عنوان کلید آغاز فعالیت و تعهد نسبت به فعالیت ورزشی به عنوان ابزار تداوم فعالیت برای شرکت گسترده تر این قشر اهمیت زیادی دارد. هدف از این پژوهش، بررسی انگیزه‌های مشارکت و تعهد بانوان به فعالیت‌های ورزشی بود، این تحقیق به روش توصیفی- همبستگی انجام شد و جامعه آماری آن را کلیه بانوان ($N=600$) شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی شهرداری شهر مشهد تشکیل دادند. با توجه به این‌که در روش مدل سازی معادلات ساختاری هر چقدر حجم نمونه بیشتر باشد، صحت و دقت نتایج بیشتر می‌شود، ۵۲۶ نمونه به روش تصادفی خوشه‌ای از مناطق مختلف شهر مشهد انتخاب شدند. برای گردآوری داده‌ها، از پرسشنامه ویژگی‌های جمعیت‌شناختی، پرسشنامه انگیزه‌ی ورزشی (محقق ساخته) و پرسشنامه تعهد ورزشی (اسکانلن، ۱۹۹۳) استفاده گردید. برای تعیین روایی صوری و محتوایی این پرسشنامه‌ها از نظرات ۱۰ تن از صاحب نظران و اساتید مدیریت ورزشی، کمک گرفته شد و برای تعیین روایی‌سازه پرسشنامه‌های مورد استفاده، از تحلیل عاملی تأییدی استفاده شد. سپس به منظور تعیین پایایی پرسشنامه‌های انگیزه و تعهد ورزشی، یک مطالعه مقدماتی بر روی یک گروه ۳۰ نفری از ورزشکاران زن انجام گرفت، نتایج آزمون آلفای کرونباخ (انگیزه ورزشی $\alpha=0/87$)، (تعهد ورزشی $\alpha=0/64$) نشان داد که پرسشنامه‌ها از پایایی قابل قبولی برخوردارند.

نتایج تحقیق نشان داد که بین تعهد ورزشی و خرده مقیاس‌های انگیزه درونی و همچنین بین تعهد ورزشی و خرده مقیاس‌های انگیزه بیرونی ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد. بین انگیزه درونی و انگیزه بیرونی نیز همبستگی مثبت و قوی ($r=0/79$) مشاهده شد. نتایج آزمون مدل سازی معادلات ساختاری نیز نشان داد که انگیزه درونی به طور مستقیم بر تعهد ورزشی تأثیر داشت ($0/67$)، ولی تأثیر انگیزه بیرونی بر تعهد ورزشی غیر معنی دار بود ($-0/06$). ضریب تعیین متغیر درون‌زا نشان داد که ۳۹٪ از واریانس متغیر تعهد ورزشی توسط متغیرهای برون‌زا قابل تبیین می‌باشد. در نهایت، کلیه شاخص‌های برازش مدل نیز نشان دهنده برازش مطلوب مدل بودند.

واژگان کلیدی: انگیزش، تعهد ورزشی، بیشینه احتمال، روایی سازه، مدل سازی معادلات ساختاری

لیست مقالات مستخرج از پایان نامه

۱. بررسی مدل تعهد ورزشی بانوان شرکت کننده در فعالیتهای ورزشی
۲. ارتباط بین انگیزه‌های مشارکت، لذت و تعهد ورزشی بانوان شرکت کننده در فعالیتهای ورزشی

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

س	فهرست جداول
ع	فهرست اشکال و نمودارها
ع	فهرست پیوست ها
ز	چکیده فارسی
ح	لیست مقالات مستخرج از پایان نامه

فصل اول: طرح تحقیق

۲	۱-۱- مقدمه
۴	۱-۲- بیان مسئله
۶	۱-۳- ضرورت و اهمیت تحقیق
۸	۱-۴- اهداف تحقیق
۸	۱-۴-۱- هدف کلی
۸	۱-۴-۲- اهداف اختصاصی
۹	۱-۵- سوالات تحقیق
۹	۱-۶- محدودیت‌های تحقیق
۱۰	۱-۶-۱- محدودیت‌های غیرقابل کنترل
۱۰	۱-۶-۲- محدودیت‌های قابل کنترل
۱۰	۱-۷- پیش فرض‌های تحقیق
۱۰	۱-۸- تعریف اصطلاحات و واژگان
۱۰	۱-۸-۱- تعاریف مفهومی
۱۲	۱-۸-۲- تعاریف عملیاتی واژه‌ها

فصل دوم: مبانی نظری و پیشینه تحقیق

۱۶	۱-۲- مقدمه
۱۶	۲-۲- مبانی نظری تحقیق
۱۶	۱-۲-۲- ورزش
۱۶	۲-۲-۲- تعاریف رقابتی ورزش
۱۷	۳-۲-۲- تعاریف پیامدی ورزش
۱۷	۴-۲-۲- تعاریف ماهیتی ورزش
۱۷	۵-۲-۲- انواع فعالیت‌های ورزشی
۱۷	۶-۲-۲- ورزش‌های تفریحی
۱۸	۷-۲-۲- ورزش‌های رقابتی
۱۸	۸-۲-۲- ورزش‌های همگانی
۱۹	۹-۲-۲- ورزش آموزشی
۱۹	۱۰-۲-۲- ورزش غیر رسمی
۲۰	۱۱-۲-۲- ورزش درون بخشی
۲۰	۱۲-۲-۲- ورزش برون بخشی
۲۰	۱۳-۲-۲- ورزش باشگاهی
۲۰	۱۴-۲-۲- تعاریف پیامدی ورزش همگانی
۲۱	۱۵-۲-۲- تعاریف ماهیتی ورزش همگانی
۲۲	۱۶-۲-۲- تاریخچه ورزش همگانی
۲۴	۱۷-۲-۲- انگیزش
۲۵	۱۸-۲-۲- انگیزه درونی
۲۶	۱۹-۲-۲- انگیزه بیرونی

۲۶ نگرش‌ها و شیوه‌های روانشناسی نسبت به انگیزش
۲۷ نظریه‌های انگیزش
۲۷ نظریه‌های محتوایی
۲۷ نظریه‌ی سلسله مراتب نیازها
۲۸ نظریه E.R.G آلدرفر
۲۸ نظریه‌ی انگیزش موفقیت
۲۹ تئوری دو عاملی انگیزش هرزبرگ
۲۹ نظریه‌های فرآیندی
۲۹ نظریه انتظار و احتمال
۳۰ تئوری اسناد
۳۰ تئوری عمل منطقی (TRA)
۳۱ تعهد
۳۲ تعهد در ورزش
۳۴ مدل نظری پژوهش
۳۶ پیشینه تحقیق
۳۶ ۱-۳- تحقیقات داخلی
۴۱ ۲-۳- تحقیقات خارجی
۴۸ ۴-۲- جمع‌بندی

فصل سوم: روش شناسی تحقیق

۵۰ ۱-۳- مقدمه
۵۰ ۲-۳- روش تحقیق
۵۰ ۳-۳- جامعه و نمونه آماری

۵۱	۴-۳- متغیرهای تحقیق
۵۱	۵-۳- ابزار تحقیق
۵۱	۶-۳- پرسشنامه ویژگی‌های جمعیت شناختی
۵۱	۷-۳- پرسشنامه انگیزه‌های مشارکت ورزشی
۵۲	۸-۳- پرسشنامه تعهد ورزشی
۵۳	۹-۳- روایی و پایایی پرسشنامه‌ها
۵۴	۱۰-۳- روایی سازه
۵۵	۱-۱۰-۳- روایی سازه انگیزه درونی
۵۸	۲-۱۰-۳- روایی سازه انگیزه بیرونی
۵۹	۳-۱۰-۳- روایی سازه تعهد ورزشی
۶۰	۱۱-۳- روش جمع آوری داده‌های تحقیق
۶۰	۱۲-۳- روش‌های آماری تحقیق
۶۰	۱-۱۲-۳- آمار توصیفی
۶۱	۲-۱۲-۳- آمار استنباطی

فصل چهارم: تجزیه و تحلیل داده‌ها

۶۴	۱-۴- مقدمه
۶۵	۲-۴- توصیف ویژگی‌های جمعیت شناختی آزمودنی‌ها
۶۵	۱-۲-۴- سن
۶۵	۲-۲-۴- وضعیت تأهل
۶۶	۳-۲-۴- دارا بودن فرزند
۶۶	۴-۲-۴- سطح تحصیلات
۶۷	۵-۲-۴- رشته تحصیلی

- ۶۷-۶-۲-۴ وضعیت سرپرستی
- ۶۸-۳-۴ آمار توصیفی متغیرهای تحقیق
- ۶۸-۱-۳-۴ انگیزه درونی
- ۶۹-۲-۳-۴ انگیزه بیرونی
- ۷۰-۳-۳-۴ تعهد ورزشی آزمودنی‌ها
- ۷۰-۴-۴ یافته‌های استنباطی
- ۷۰-۵-۴ فرض نرمال بودن تک متغیره و چند متغیره داده‌ها
- ۷۱-۶-۴ بررسی هم‌خطی چندگانه متغیرهای تحقیق
- ۷۴-۷-۴ مدل‌سازی معادلات ساختاری
- ۷۶-۸-۴ بررسی اثرات مستقیم در مدل انگیزش و تعهد ورزشی
- ۷۸-۹-۴ بررسی اثرات غیرمستقیم در مدل انگیزش و تعهد ورزشی
- ۷۹-۱۰-۴ بررسی اثرات کل در مدل انگیزش و تعهد ورزشی
- ۸۰-۱۱-۴ شاخص‌های برازندگی مدل انگیزش و تعهد ورزشی
- ۸۱-۱۲-۴ آزمون فرضیات تحقیق
- ۸۱-۱-۱۲-۴ فرضیه اول
- ۸۲-۲-۱۲-۴ فرضیه دوم
- ۸۲-۳-۱۲-۴ فرضیه سوم
- ۸۳-۴-۱۲-۴ فرضیه چهارم
- ۸۳-۵-۱۲-۴ فرضیه پنجم
- ۸۴-۶-۱۲-۴ فرضیه ششم

فصل پنجم: بحث و نتیجه‌گیری

- ۸۶-۱-۵ مقدمه

۸۶ خلاصه تحقیق	۲-۵
۸۸ بحث و نتیجه گیری	۳-۵
۹۴ پیشنهادات تحقیق	۴-۵
۹۴ پیشنهادات کاربردی	۱-۴-۵
۹۵ پیشنهادات پژوهشی	۲-۴-۵
۹۸ منابع و مأخذ	
۱۱۰ پیوستها	

فهرست جداول

- جدول (۳-۱)، گویه‌های مربوط به ابعاد انگیزه در پرسشنامه انگیزه مشارکت ورزشی ۵۲
- جدول (۳-۲)، گویه‌های مربوط به پرسشنامه‌ی تعهد ورزشی ۵۳
- جدول (۳-۳)، ضرایب آلفای کرونباخ مربوط به پرسشنامه‌ی انگیزش و تعهد ورزشی ۵۳
- جدول (۳-۴)، پارامترهای الگوی اندازه‌گیری انگیزه درونی در تحلیل عاملی تأییدی ۵۵
- جدول (۳-۵)، شاخص‌های نیکویی برازش الگوی اندازه‌گیری انگیزه درونی ۵۷
- جدول (۳-۶)، پارامترهای الگوی اندازه‌گیری انگیزه بیرونی در تحلیل عاملی تأییدی ۵۸
- جدول (۳-۷)، شاخص‌های نیکویی برازش الگوی اندازه‌گیری انگیزه بیرونی ۵۹
- جدول (۳-۸)، پارامترهای الگوی اندازه‌گیری تعهد ورزشی در تحلیل عاملی تأییدی ۵۹
- جدول (۳-۹)، شاخص‌های نیکویی برازش الگوی اندازه‌گیری تعهد ورزشی ۶۰
- جدول (۴-۱)، توزیع فراوانی سن نمونه‌های تحقیق ۶۵
- جدول (۴-۲)، توزیع فراوانی وضعیت تأهل نمونه‌های تحقیق ۶۵
- جدول (۴-۳)، توزیع فراوانی دارا بودن فرزند نمونه‌های تحقیق ۶۶
- جدول (۴-۴)، توزیع فراوانی سطح تحصیلات نمونه‌های تحقیق ۶۶
- جدول (۴-۵)، توزیع فراوانی رشته تحصیلی نمونه‌های تحقیق ۶۷
- جدول (۴-۶)، توزیع فراوانی وضعیت سرپرستی نمونه‌های تحقیق ۶۷
- جدول (۴-۷)، آمار توصیفی مربوط به متغیرهای انگیزه‌ی درونی آزمودنی‌ها ۶۸
- جدول (۴-۸)، آمار توصیفی مربوط به متغیرهای انگیزه‌ی بیرونی آزمودنی‌ها ۶۹
- جدول (۴-۹)، آمار توصیفی مربوط به متغیرهای تعهد ورزشی آزمودنی‌ها ۷۰
- جدول (۴-۱۰)، نتایج آزمون حد مرکزی جهت تعیین نرمال بودن داده‌ها ۷۱
- جدول (۴-۱۱)، ماتریس همبستگی متغیرهای تحقیق ۷۲
- جدول (۴-۱۲)، شاخص‌های هم‌خطی چندگانه در متغیرهای پیش‌بینی کننده تعهدورزشی ۷۳

- جدول (۴-۱۳)، برآورد ضرایب اثرات مستقیم متغیرهای موجود در مدل انگیزش و تعهد ورزشی ۷۶
- جدول (۴-۱۴)، برآورد ضرایب رگرسیونی مسیرهای اضافه شده به مدل انگیزش و تعهد ورزشی ۷۸
- جدول (۴-۱۵)، برآورد ضرایب اثرات کل در مدل انگیزش و تعهد ورزشی ۷۹
- جدول (۴-۱۶)، ضرایب استاندارد شده اثرات مستقیم، اثرات غیر مستقیم و اثرات کل مدل انگیزش و تعهد ورزشی ۷۹
- جدول (۴-۱۷)، شاخص‌های نیکویی برآزش برای مدل انگیزش و تعهد ورزشی ۸۱
- جدول (۴-۱۸)، رابطه بین تعهد ورزشی و خرده مقیاس‌های انگیزه درونی ۸۳
- جدول (۴-۱۹)، رابطه بین تعهد ورزشی و خرده مقیاس‌های انگیزه بیرونی ۸۴

فهرست اشکال و نمودارها

- شکل (۲-۱)، فرآیند اصلی انگیزش ۲۴
- شکل (۲-۲)، سلسله مراتب نیازهای مازلو ۲۸
- شکل (۲-۳)، تئوری عمل ۳۱
- شکل (۲-۴)، مدل مفهومی تحقیق ۳۶
- نمودار (۴-۱)، توزیع میانگین امتیازات متغیرهای انگیزه درونی ۶۸
- نمودار (۴-۲)، توزیع میانگین امتیازات متغیرهای انگیزه بیرونی ۶۹
- نمودار (۴-۳)، نمودار مسیر تأثیر انگیزه درونی و بیرونی بر تعهد ورزشی ۷۵
- نمودار (۴-۴)، نمودار مسیر اصلاح شده تأثیر انگیزه درونی و بیرونی بر تعهد ورزشی ۷۷

فهرست پیوست‌ها

- الف، پرسشنامه‌ها ۱۱۰
- ب، نتایج انجام مطالعه مقدماتی برای تعیین روایی پرسشنامه‌ها ۱۱۳

فصل اول

طرح تحقیق

۱-۱- مقدمه

توسعه و اعتلای تربیت بدنی و ورزش در جامعه‌ی ما منوط به تحول سازنده و مثبت در برنامه‌های جاری ورزشی است. بازنگری در برنامه‌های گذشته و جاری و تدوین برنامه‌های کارآمد و مؤثر، بی‌شک نیازمند تحقیقات گسترده و همه‌جانبه است که نتایج آن بتواند خط مشی برنامه‌های جدید را تعیین و صحت انطباق آن با نیازهای اساسی جامعه‌ی در حال تحول ما را تضمین کند. از طرفی این واقعیت بر هیچ‌کس پوشیده نیست که بدون در نظر گرفتن زنان، دستیابی به توسعه‌ی واقعی میسر نخواهد بود [۱]. زیرا زنان هر جامعه‌ی نیمی از افراد آن جامعه را تشکیل می‌دهند که در دامن خود نسل‌های بعدی را نیز تربیت می‌کنند [۲]، و بی‌شک کلید پیشرفت و ترقی هر کشور، در دست نسل‌های آینده آن کشور است [۳]. در این بین با توجه به نقش محوری ورزش، در سلامت زنان به عنوان مادران جامعه و به تبع آن سلامت فرزندان [۴]، موضوع انگیزه^۱ و تعهد^۲ زنان، به فعالیت‌های ورزشی از جمله موضوعات اساسی است، که در حیطه‌ی تربیت بدنی و ورزش مطرح است. زیرا انگیزه، کلید آغاز انجام هر کار و فعالیتی به شمار می‌رود و می‌تواند رفتارهای افراد را تحریک، تقویت و هدایت کند و یا باعث کنترل و توقف آن شود [۵] و تعهد حالتی از شخصیت است که در آن فرد از طریق اقدامات و فعالیت‌هایی که انجام می‌دهد محدود و مقید شده و به دلیل انجام همین اقدامات این باور در فرد ایجاد می‌شود که باید انجام چنین فعالیتی را تداوم بخشیده و درگیری مؤثر را در انجام آنها حفظ نماید [۶]. در حقیقت انگیزه همان چیزی است که فرد را برای رسیدن به هدف به حرکت وا می‌دارد و تعهد نیرویی است که فرد را در مسیر رسیدن به هدف نگه می‌دارد تا زمانی که به هدف خود برسد. در همین راستا تئودوسیو^۳ بیان می‌کند که مجموع انگیزه‌های شرکت‌کنندگان در ورزش، جو انگیزشی حاکم بر فضای تمرین و ورزش را تعیین می‌کند که عامل اثرگذاری بر استمرار مشارکت ورزشی است [۷]. از آنجایی که مشارکت افراد در ورزش‌های تفریحی به صورت داوطلبانه است و بیشتر در

1. Motivation
2. Commit or commitment
3. Theodosiou, 2005

وقت‌های آزاد انجام می‌شود، از این رو گسترش موفقیت آمیز این گونه برنامه‌ها ایجاب می‌کند برنامه‌ریزان و سیاست‌گذاران از انگیزه‌های مختلف مشارکت و شاید به طور مهم‌تری از چگونگی مشارکت و دلایل و عوامل تداوم مشارکت افراد در برنامه‌های ورزشی آگاه شوند [۵]؛ از این رو برای سوق دادن عده‌ی زیادی از مردم به سمت فعالیت‌های ورزشی، به ویژه آنهایی که انگیزه‌های نهفته‌ی مشابهی دارند ولی تصمیم قطعی برای شروع کردن فعالیت‌های ورزشی را نگرفته‌اند، باید برنامه‌ای گسترده و فراگیر مبتنی بر تدابیر عملی و اصولی فراهم نمود. به این منظور ناگزیر از شناخت اهداف و انگیزه‌های افرادی هستیم که در حال حاضر مشغول به انجام فعالیت‌های ورزشی هستند، تا دریابیم چرا و چگونه مردم به فعالیت‌های ورزشی روی می‌آورند؟ چه اهدافی را از این طریق دنبال می‌کنند؟ تا چه حد به اهداف مورد نظر متعهد هستند؟ پس از کسب آگاهی‌های لازم می‌توان ملاک و معیار عینی و دقیقی از کم و کیف انگیزه و تعهد افراد شرکت‌کننده بدست آورد و جاذبه‌هایی را که موجب گرایش و تعهد آنان به ورزش شده است را شناسایی نموده و برنامه ریزی‌های بعدی را بر پایه‌ی آنها بنا نهاد [۸]. زیرا تعیین این که چرا مردم در این‌گونه تفریحات شرکت می‌کنند یا شناسایی عوامل تداوم مشارکت، به مدیران و برنامه‌ریزان در برنامه‌ریزی اصولی برای گسترش ورزش‌های تفریحی و همگانی کمک می‌کند [۵]. بنابراین باتوجه به آنچه در مورد مفهوم انگیزه و تعهد ذکر شد، استفاده از این دو واژه برای مطالعه و پژوهش در زمینه‌ی آغاز و تداوم مشارکت در ورزش مفید به نظر می‌رسد و از جمله محورهای اساسی در توضیح رفتارهای مردم به منظور شرکت در انواع فعالیت‌های ورزشی است [۹]. بنابراین در این تحقیق سعی شده است تا انگیزه‌های مشارکت و تعهد بانوان به فعالیت‌های ورزشی شناسایی شود تا از طریق اطلاعات آن، بتوان زمینه‌ی حضور هر چه بیشتر زنان در عرصه‌های ورزشی و فعالیت‌های بدنی را فراهم نمود.

۱-۲- بیان مسئله

در عصر حاضر، ورزش و فعالیت بدنی یکی از شیوه‌هایی است که می‌تواند در اوقات فراغت و ایام بیکاری مردم انجام پذیرد و تا حدودی از آثار و عوارض سوء سبک‌های نوین زندگی بکاهد [۱۰]. صاحب نظران معتقدند که اگر جامعه‌ای افراد خود را به ورزش ترغیب کند، در واقع به افزایش عزت نفس و سلامت جسمی و روحی افراد خود کمک کرده است [۱۱] به همین دلیل در جوامع پیشرفته‌ی امروز، بیش از پیش اهمیت ورزش در امور مختلف زندگی فردی و اجتماعی انسان روشن شده است [۱۲]. از آنجایی که ورزش به استفاده‌ی درست و مثبت از وقت‌های آزاد و بیکاری کمک نموده و از فردگرایی جلوگیری می‌کند و همچنین مانع از بروز رفتارهای ضد بشری و ضد اخلاقی شده و در ارتقای سطح بهداشت و تندرستی افراد جامعه، سهم بسزایی دارد [۱۲]، آغاز و تداوم مشارکت (تعهد ورزشی) در آن از اهمیت بالایی برخوردار می‌باشد. اهمیت این امر در مورد زنان جامعه بیشتر است، زیرا بدون تردید پی‌ریزی یک جامعه سالم و با نشاط درگرو سلامت روحی و جسمی زنان جامعه برای پرورش نیروهای انسانی سالم، کارآمد و فکور می‌باشد [۱۳]. از جمله مفاهیم مهمی که امروزه به منظور درک و شناخت عوامل تعیین کننده رفتار مشارکت ورزشی به کار می‌رود، انگیزه و تعهد است [۱۴، ۹]. تعهد، نگرش و حالتی روانی است که به منظور توصیف تمایل افراد به ادامه‌ی رفتارهای مشخص استفاده می‌شود. در واقع، این مفهوم از تعهد، نشان دهنده میزان پشتکار و پایداری^۱ افراد برای ادامه مشارکت در یک رفتار است [۱۵، ۹] و انگیزه، تمایل افراد به انجام رفتار خاصی است تا به وسیله‌ی آن نوعی نیاز تأمین شود [۱۶]. در واقع مطالعه انگیزش تلاش برای شناخت علل رفتارها است [۱۲] و اکثر روان‌شناسان ورزش معتقدند که تنها یک علت یا انگیزه سبب بروز رفتار نیست، بلکه عوامل مختلفی باعث گرایش افراد به امر ورزش می‌شوند [۱۷]. کولت^۲ (۲۰۰۰) در مطالعه خود بر روی عوامل انگیزشی مرتبط با فعالیت بدنی سالمندان نشان داد، افراد با توجه به سطح فعالیت بدنی مختلف، برای شرکت در فعالیت بدنی و ورزشی انگیزه‌های متفاوتی دارند. انسان‌ها نه تنها از

1. Persistence
2. Kolt

لحاظ توانایی انجام فعالیت، بلکه از لحاظ میل یا ارائه فعالیت یا منابع انگیزش متفاوت هستند [۱۸،۱۲]، که در یک تقسیم بندی کلی، می‌توان این منابع را در دو دسته جای داد، انگیزه‌های درونی و انگیزه‌های بیرونی. انگیزه‌های درونی انگیزه‌هایی هستند که خواست درونی فرد را برای رسیدن به یک هدف یا خواسته، تقویت می‌کنند [۱۹] و انگیزه‌های بیرونی، انگیزه‌هایی هستند که در جریان تقویت‌های مثبت و منفی که فرد از طرف منابع بیرونی دریافت می‌کند، شکل می‌گیرد [۸]. بررسی انگیزه‌های درونی و بیرونی مشارکت بسیار مهم است [۵]، زیرا بسته به تفاوت‌های فردی و رشته‌های مختلف ورزشی نوع انگیزش افراد در دستیابی به اهداف (اهداف ورزشی) اهمیت خاصی دارد [۱۸].

براساس دیدگاه پینتریک و شاروبن^۱ شناخت انگیزه از اجزای ضروری و پیش نیاز فعالیت‌های ورزشی است و میزان تلاش یا استقامت و تعهد فرد را در رسیدن به اهداف نشان می‌دهد [۷] بنابر تعریف اسکالنن و همکاران^۲ (۱۹۹۳)، تعهد ورزشی یک حالت روانشناختی است که تمایل و تصمیم فرد برای تداوم مشارکت در ورزش را نشان می‌دهد [۲۰،۲۱،۲۲،۲۳]. راولند و فریدسون^۳ این نظر را مورد تأیید قرار داده‌اند که افراد باید یک رویه همراه با تعهد و دلبستگی را برای مشارکت مستمر در فعالیت‌های ورزشی در زندگی روزمره، برای تمام طول عمر خود و به طور منظم، در سبک زندگی خود قرار دهند تا از فواید آن در تمام طول زندگی بهره‌مند گردند [۱]. علی‌رغم فواید مطلوب ورزش مستمر که با سلامتی و تندرستی افراد در ارتباط است، در بسیاری از کشورها کم‌تحرکی و خطرات و بیماری‌های ناشی از آن در زندگی افراد در حال افزایش می‌باشد و کم‌توجهی مسئولین نسبت به تشویق و ترغیب افراد به ورزش مستمر شرایط بروز این خطرات را بیشتر نموده‌است [۲۴]. از طرفی دیگر نادیده گرفتن نیازها و انگیزه‌های زنان برای مشارکت در فعالیت‌های ورزشی، سلامت آینده‌ی جامعه را با خطراتی جدی مواجه ساخته و تهدیدات ناشی از کم‌تحرکی را شدت بخشیده است. بنابراین با توجه به آنچه در مورد مفهوم انگیزه و تعهد ذکر شد و به دلیل اهمیت این عوامل در مشارکت ورزشی، تحقیق حاضر

1. Pintrich & Schrauben, 1992

2. Scanlan et al

3. Rowland & Freedson

به دنبال پاسخگویی به این سؤال اساسی است که چه انگیزه‌هایی برتعهد ورزشی بانوان به منظور مشارکت در فعالیت‌های ورزشی مهم و تأثیرگذارند. در این راستا هدف از انجام این تحقیق، بررسی انگیزه‌های مشارکت با تعهد بانوان به فعالیت‌های ورزشی است، زیرا با انجام این‌گونه پژوهش‌ها و براساس یافته‌های چنین پژوهش‌هایی، می‌توان با شناخت کافی نسبت به عوامل و مؤلفه‌های مهم و تأثیرگذار در گرایش و تمایل بانوان به ادامه‌ی مشارکت در فعالیت‌های ورزشی، برنامه‌ریزی‌های لازم جهت ایجاد شرایط مورد نیاز برای ترغیب بانوان و مشارکت هر چه بیشتر آنان در این فعالیت‌ها را فراهم آورد.

۱-۳- ضرورت و اهمیت تحقیق

با رواج مسائل بفرنج در سطح جوامع صنعتی و کشورهای در حال توسعه، اهمیت تربیت بدنی و علوم ورزشی به عنوان بخشی از معارف بشری به منظور بهبود وضعیت جسمانی و ترمیم آسیب‌های فردی و اجتماعی بیش از پیش مهم و غیر قابل انکار شده است [۸]. اگر نتایج و ارزش‌های نامحسوس حاصل از تربیت بدنی و ورزش مهم‌تر از نتایج آشکارتر و محسوس‌تری مانند قدرت^۱، استقامت^۲، چابکی^۳ و مهارت^۴ نباشد به اندازه‌ی آن‌ها از اهمیت برخوردار است [۱۲]. امروزه ورزش ابزاری برای ارتقای سطح رفاه و آسایش و همچنین راهی برای تقلیل استرس‌ها و عوامل خطرزای تندرستی در آحاد جامعه است. پیامدهای بی‌شماری بر ورزش از حیث سلامت فردی (جسمی و روحی) و اجتماعی وارد است. ورزش از یک طرف شهروند خوب بودن، اطاعت از قوانین، احترام به اصول، اعتماد به نفس^۵ و حس میهن پرستی را در وجود انسان تقویت می‌کند و از طرف دیگر به افراد کمک می‌کند تا بر فشارهای جسمی، روحی، روانی و اجتماعی ناشی از دنیای متلاطم و پر تنش امروزی فائق آیند [۴، ۱۲]. ورزش میل به زندگی را افزایش می‌دهد، نشاط و پرکاری بیشتری در کار ایجاد می‌کند و در نهایت به

1. Power
2. Endurance
3. Agility
4. Skill
5. Self- Confidence

خودکامیابی، توسعه و تکامل شخصی برای یک زندگی متعادل، منجر می‌شود [۱۲]. بنابراین اگر دولت‌ها بخواهند سلامت فردی و عمومی شهروندان خود را تأمین نماید لازم است به ورزش به عنوان ابزاری مهم و کارآمد توجه داشته باشد [۱۲] و برای رونق و پیشرفت آن تلاش نماید. از جمله موضوعات بسیار مهم در مقوله‌ی رشد و پیشرفت ورزش که دولت‌ها بایستی به صورت دقیق مورد ارزیابی قرار دهند، عوامل ایجاد کننده‌ی انگیزه و تعهد ورزشی در مردمی است که در فعالیتهای ورزشی شرکت می‌کنند. زیرا انگیزه، کلید جذب افراد به فعالیتهای ورزشی به شمار می‌رود [۵] و تعهد، کلید دستیابی به مزایای کامل تندرستی است [۲۵]. بنابراین شناخت و تعیین درجه‌ی اهمیت این مسائل می‌تواند به دولت‌ها در جذب و نگهداری افراد در فعالیتهای بدنی و ورزشی کمک شایانی نماید و آنها را از مزایای کامل فعالیتهای ورزشی بهره‌مند سازد [۱۲، ۸]. نتایج یک گزارش پژوهشی در استرالیا نشان می‌دهد به ازای فعال شدن یک درصد از جمعیت این کشور سالانه از مرگ ۱۲۲ نفر که ناشی از بیماری‌های قلبی، دیابت غیر وابسته به انسولین و سرطان روده بزرگ است، جلوگیری می‌شود. همچنین در استرالیا پیش بینی شده است که اگر تعداد شرکت کنندگان در ورزش همگانی ۱۰ درصد افزایش یابد سالانه ۶۰۰ میلیون دلار در بودجه این کشور صرفه جویی می‌شود زیرا هزینه‌ی مستقیم مراقبت بهداشتی چهار بیماری ناشی از کم تحرکی، ۳۰۶ میلیون دلار در هر سال برآورد شده است [۱۲]. در این راستا ورزش زنان و علل و عوامل گرایش و پایبندی آنها به ورزش حائز اهمیت است [۱۲]. زیرا زنان به عنوان پرورش دهندگان سرمایه‌های انسانی جامعه هستند و سلامت افراد آینده‌ی جامعه در گرو سلامتی آنان است. برنامه‌های ورزشی به زنان فرصت می‌دهد تا از کارهای همیشگی منزل دور شوند و با شرکت در فعالیتهای ورزشی، سلامتی خود را ارتقاء بخشند [۱۲، ۴]. تحقیقات زیادی نشان داده‌اند که پرداختن به ورزش و فعالیتهای بدنی در زنان تأثیر عمیقی بر دوران بارداری، شیردهی و همچنین سلامتی در دوران کهنسالی خواهد داشت [۴] و سلامت روانی آنها را از طریق ایجاد عزت نفس، اعتماد به نفس، کاهش استرس و اضطراب، تنهایی و افسردگی تضمین کرده، باعث رشد اجتماعی آنها نیز می‌شود [۴]. این در حالی است که عدم تحرک جسمانی دختران و

بانوان، یعنی محروم شدن بخش مهم جامعه از سلامتی و بهداشت جسمانی و روانی و شادابی و کارایی لازم، که بی شک لطمه های جبران ناپذیری را برای کل جامعه به همراه خواهد داشت [۱۲]، و با توجه به اینکه دوری از فعالیتهای ورزشی در میان زنان شایع تر از مردان است [۲۵]. ضروری است تا با شناسایی عوامل ایجاد کننده انگیزه و پایبندی ورزشی زنان، زمینه‌ی حضور بیشتر آنان را در عرصه‌های ورزشی فراهم کنیم و گام‌های مؤثری را در ارتقای سطح ورزشی زنان برداریم. در ایران با وجود پژوهش‌هایی که در زمینه بررسی دلایل مشارکت [۲۵، ۱۰۹] و عدم مشارکت [۵، ۹، ۲۶] بانوان مشارکت کننده در فعالیتهای ورزشی انجام شده است، اما پژوهش‌های کمی روی متغیرهایی که با انگیزه‌های مشارکت مستمر در ورزش مرتبط باشند صورت گرفته است [۲۴]. این در حالی است که موضوع ادامه دادن به فعالیتهای ورزشی نیز مانند شروع آن اهمیت بسزایی دارد. زیرا افراد برای دستیابی به مزایای کامل تندرستی باید به صورت منظم فعالیتهای ورزشی را ادامه دهند [۲۷، ۹]. لذا در این شرایط ضرورت احساس شد تا این پژوهش انجام گیرد و عوامل مؤثر در ایجاد انگیزه و همچنین میزان تعهد بانوان شرکت کننده در فعالیتهای ورزشی شناسایی شود.

۱-۴- اهداف تحقیق

۱-۴-۱- هدف کلی

هدف کلی این تحقیق بررسی انگیزه‌های مشارکت و تعهد بانوان به فعالیتهای ورزشی است.

۱-۴-۲- اهداف اختصاصی

- تعیین رابطه بین خرده مقیاس‌های انگیزه‌ی درونی و تعهد ورزشی بانوان شرکت کننده در فعالیتهای ورزشی.
- تعیین رابطه بین خرده مقیاس‌های انگیزه‌ی بیرونی و تعهد ورزشی بانوان شرکت کننده در فعالیتهای ورزشی.

- تعیین رابطه بین انگیزه‌ی درونی و انگیزه بیرونی بانوان شرکت کننده در فعالیت‌های ورزشی.
- تعیین رابطه بین انگیزه‌ی درونی و تعهد ورزشی بانوان شرکت کننده در فعالیت‌های ورزشی.
- تعیین رابطه بین انگیزه‌ی بیرونی و تعهد ورزشی بانوان شرکت کننده در فعالیت‌های ورزشی.
- ارائه مدلی مناسب، جهت بررسی ارتباط بین انگیزش و تعهد ورزشی بانوان شرکت کننده در فعالیت‌های ورزشی.

۱-۵- سوالات تحقیق

- آیا بین خرده مقیاس‌های انگیزه‌ی درونی و تعهد ورزشی بانوان شرکت کننده در فعالیت‌های ورزشی رابطه معنی داری وجود دارد؟
- آیا بین خرده مقیاس‌های انگیزه‌ی بیرونی و تعهد ورزشی بانوان شرکت کننده در فعالیت‌های ورزشی رابطه معنی داری وجود دارد؟ آیا بین انگیزه‌ی درونی و تعهد ورزشی بانوان شرکت کننده در فعالیت‌های ورزشی رابطه معنی داری وجود دارد؟ آیا بین انگیزه‌ی درونی و انگیزه بیرونی بانوان شرکت کننده در فعالیت‌های ورزشی رابطه معنی داری وجود دارد؟
- آیا بین انگیزه‌ی بیرونی و تعهد ورزشی بانوان شرکت کننده در فعالیت‌های ورزشی رابطه معنی داری وجود دارد؟
- آیا مدل انگیزش و تعهد ورزشی بانوان شرکت کننده در فعالیت‌های ورزشی از برازش قابل قبولی برخوردار است؟

۱-۶- محدودیت‌های تحقیق

محدودیت‌هایی که در این تحقیق اعمال شد، عبارت است از:

۱-۶-۱- محدودیت‌های غیر قابل کنترل

۱. یکسان نبودن امکانات در مناطق مختلف که می‌توانست بر پاسخ‌های شرکت‌کنندگان در پژوهش تأثیر بگذارد.
۲. به دلیل دوری راه، تعداد زیاد آزمودنی‌ها، مشکلات و محدودیت‌های زمان برگزاری کلاس‌ها، پرسشنامه توسط یک نفر توزیع و جمع نشد.
۳. احتمال برداشت متفاوت از سوالات توسط نمونه‌های تحقیق.

۱-۶-۲- محدودیت‌های قابل کنترل

۱. پر کردن پرسشنامه‌ها در محل برگزاری کلاس‌های ورزشی
۲. آزمودنی‌های این پژوهش را زنان شهر مشهد که در ورزش‌های شهرداری مشارکت دارند، تشکیل دادند.
۳. دوره زمانی توزیع پرسشنامه‌های تحقیق در زمستان و بهار ۹۲-۱۳۹۱ بود.

۱-۷-۱- پیش فرض‌های تحقیق

۱. پاسخ دهندگان با دقت و صداقت تمام به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند.
۲. تمام سوالات پرسشنامه برای پاسخ دهندگان روشن و قبل درک بود.

۱-۸-۱- تعریف اصطلاحات و واژگان

۱-۸-۱- تعاریف مفهومی

ورزش: ورزش همه اشکال فعالیت بدنی است که به صورت مشارکت سازمان یافته یا تصادفی برای بروز یا بهبود زیبندگی جسم و آسایش روان، ایجاد روابط اجتماعی یا دستیابی به نتایج در جریان رقابت در همه سطوح انجام می‌شود [۲۸].

فعالیت‌های بدنی: به هر نوع حرکت جسمی که به وسیله ی عضلات اسکلتی ایجاد می‌شود و باعث

مصرف انرژی می‌گردد، فعالیت بدنی می‌گویند [۲۹].

فعالیت ورزشی: فعالیت‌های ورزشی، فعالیت‌های بدنی طراحی شده و دارای ساختار است که

قابلیت تکرار دارد و از نظر بهبود و یا حفظ آمادگی جسمانی سودمند است [۸].

ورزش همگانی: از دیدگاه کمیته بین‌المللی المپیک، ورزش همگانی فعالیتی است که قدرت و

برتری را به انسان باز می‌گرداند و موجب رشد و گسترش سلامت، آمادگی و احساس خوب بودن برای

مردم در هر سن، جنس، نگرش، شرایط اقتصادی و فرهنگی می‌شود [به نقل از ۳۰].

انگیزش: هر عاملی که ارگانیزم را به عمل وادار نماید، انگیزش محسوب می‌شود [۸].

انگیزه ی درونی: انگیزه‌هایی هستند که خواست درونی فرد را برای رسیدن به یک هدف یا خواسته

تقویت می‌کنند [۳۱].

انگیزه بیرونی: نیروهایی است که از محیط بیرون و از طریق تقویت‌های مثبت و منفی نشأت

می‌گیرد نه از درون فرد [۳۱].

تعهد: نگرش و حالتی روانی است که به منظور توصیف تمایل افراد به رفتارهای مشخص استفاده

می‌شود. در واقع، این مفهوم نشان دهنده میزان پشتکار و پایداری^۱ افراد برای ادامه مشارکت در یک

رفتار است [۲۲].

تعهد ورزشی: تعهد ورزشی عبارت است از ساختار روانشناختی که نشان از تمایل و عزم فرد به

تداوم مشارکت در فعالیت‌های ورزشی دارد [۲۲].

1.Persistence

۱-۸-۲- تعاریف عملیاتی واژه ها

فعالیت‌های ورزشی: در این تحقیق منظور از فعالیت‌های ورزشی، برنامه های سازمان یافته‌ی ورزشی است که توسط شهرداری شهر مشهد به اجرا در آمده است.

بانوان: در این تحقیق منظور از بانوان، بانوان بالای بیست سالی است که در فعالیت‌های ورزشی سازمان یافته‌ی شهرداری شهر مشهد شرکت می‌کنند.

انگیزه‌های مشارکت: در این تحقیق منظور از انگیزه‌های مشارکت، عواملی است که سبب جذب افراد به فعالیت‌های ورزشی می‌شود، که در کل توسط ۱۰ عامل و در قالب ۳۵ سوال با استفاده از پرسشنامه‌ی انگیزه‌ی مشارکت ورزشی سنجیده می‌شود.

انگیزه‌ی درونی: در این تحقیق منظور نیروهای درونی هستند که موجب جذب افراد برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی می‌شوند، که در کل توسط ۶ عامل و در قالب ۲۱ سوال سنجیده می‌شود.

تناسب اندام و آمادگی جسمانی: در این تحقیق منظور مزایای فیزیکی و جسمانی است که افراد از شرکت در فعالیت‌های ورزشی کسب می‌کنند، که توسط ۴ سوال (۲۵-۲۳ - ۱۶ - ۱۳) در پرسشنامه‌ی انگیزه‌ی مشارکت سنجیده می‌شود.

نشاط و شادابی: در این تحقیق منظور نشاط و شادابی است که افراد از شرکت در فعالیت‌های ورزشی کسب می‌کنند، که توسط ۳ سوال (۳۱-۳۳ - ۳۲) در پرسشنامه‌ی انگیزه‌ی مشارکت سنجیده می‌شود.

لذت و آرامش: در این تحقیق منظور آرامش فکری و روحی است که افراد از شرکت در فعالیت‌های ورزشی کسب می‌کنند، که توسط ۴ سوال (۸-۳۴-۲۸ - ۴) در پرسشنامه‌ی انگیزه‌ی مشارکت سنجیده می‌شود.

آگاهی و شناخت: در این تحقیق منظور اطلاعات و مهارت‌هایی است که افراد از شرکت در فعالیت‌های ورزشی کسب می‌کنند، که توسط ۳ سوال (۳۰-۲۶-۵) در پرسشنامه‌ی انگیزه‌ی مشارکت سنجیده می‌شود.

برتری طلبی: در این تحقیق منظور به‌دست آوردن ویژگی‌هایی است که فرد را از دیگران برتر می‌کند، که توسط ۳ سوال (۲۱-۱۷-۷) در پرسشنامه‌ی انگیزه‌ی مشارکت سنجیده می‌شود.

اعتقادات و ارزش‌ها: در این تحقیق منظور اعتقادات و ارزش‌های فرد، در مورد شرکت در فعالیت‌های ورزشی است که بر مشارکت او تأثیر داشته است، که توسط ۴ سوال (۲۷-۱۲-۱۱-۲) در پرسشنامه‌ی انگیزه‌ی مشارکت سنجیده می‌شود.

انگیزه بیرونی: در این تحقیق منظور نیروهای بیرونی هستند که موجب جذب افراد برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی می‌شوند، که در کل توسط ۵ عامل و در قالب ۱۹ سوال سنجیده می‌شود.

تعلقات اجتماعی: در این تحقیق منظور وابستگی‌هایی است که فرد به دوستان، آشنایان و محیط ورزشی دارد، که توسط ۴ سوال (۲۹-۱۹-۱۵-۱۰) در پرسشنامه‌ی انگیزه‌ی مشارکت سنجیده می‌شود.

انتظارات خارجی: در این تحقیق منظور توقعاتی است که دیگران از فرد دارند تا در فعالیت‌های ورزشی شرکت کند، که توسط ۴ سوال (۲۴-۱۸-۳-۱) در پرسشنامه‌ی انگیزه‌ی مشارکت سنجیده می‌شود.

بهبود روابط شغلی: در این تحقیق منظور فرصت‌هایی است که افراد می‌توانند از طریق آن به موقعیتی شغلی بهتری برسند و یا موقعیت شغلی خود را بهبود دهند، که توسط ۳ سوال (۲۰-۱۴-۶) در پرسشنامه‌ی انگیزه‌ی مشارکت سنجیده می‌شود.

پیشگیری و درمان بیماری‌ها: در این تحقیق منظور ورزش برای درمان و یا پیشگیری از بروز

بیماری است، که توسط ۳ سوال (۳۵-۲۲-۹) در پرسشنامه‌ی انگیزه‌ی مشارکت سنجیده می‌شود.

تعهد: در این تحقیق منظور میزان پایبندی است که افراد به فعالیت‌های ورزشی دارند، که توسط ۴

سوال (۴-۳-۲-۱) در پرسشنامه‌ی تعهد ورزشی سنجیده می‌شود.

فصل دوم

مبانی نظری و پیشینه‌ی تحقیق

۲-۱- مقدمه

در این فصل، مطالب در قالب دو بخش مبانی نظری و پیشینه‌ی تحقیق مورد بررسی قرار گرفته است. در بحث مبانی نظری اطلاعاتی در زمینه‌ی ورزش، ورزش همگانی، انگیزش و تعهد مطرح شده است و در بحث پیشینه‌ی تحقیق ابتدا به تحقیقات داخلی و سپس به تحقیقات خارجی در زمینه‌ی انگیزه و تعهد اشاره شده است.

۲-۲- مبانی نظری تحقیق

۲-۲-۱- ورزش^۱

ورزش نوعی بازی سازمان یافته و هدفمند است که در آن حرکت‌ها به منظور تقویت قوای جسمانی، افزایش روحیه و کسب مهارت اجرا می‌شود [۳۲]، تعاریف مربوط به ورزش را می‌توان در سه دسته طبقه بندی کرد: دسته نخست تعاریفی هستند که بر بعد رقابتی فعالیت‌های ورزشی تأکید می‌کنند، دسته دوم تعاریفی که بر بعد پیامدی ورزش تأکید کرده و دسته سوم تعاریفی که بر بعد ماهیتی تأکید دارد و به عناصر ذاتی ورزش می‌پردازند [۲۸].

۲-۲-۲- تعاریف رقابتی از ورزش

از دیدگاه کواکلی^۲ (۱۹۹۲) ورزش یک فعالیت رقابتی نهادینه شده است که مستلزم کاربرد نیروی جسمانی شدید و یا استفاده از مهارت‌های جسمانی پیچیده به وسیله شرکت کنندگانی است که توسط عوامل درونی و بیرونی تحریک می‌شوند (مظفری، ۱۳۸۲). واندر زواگ^۳ (۱۹۸۸) ورزش را نوعی فعالیت جسمی رقابتی می‌داند که از تجهیزات و امکانات ویژه‌ای با ابعاد زمانی و مکانی واحدی، بهره می‌گیرد و تلاش برای کسب امتیاز اهمیت بسیار چشم‌گیری دارد [به نقل از ۲۸]. از دیدگاه ریموند

۱. در فرهنگ عمید، ورزش به معنای ورزشیدن و حرکت دادن پیاپی اعضای بدن برای تقویت اعصاب و عضلات و هرگونه عمل و حرکتی که برای تقویت اعضا به منظور تندرستی به تنهایی یا دسته جمعی انجام داده است.

2. Coakley
3. Wonder Zvag

توماس^۱ (۱۹۹۵) ورزش فعالیت است که به صورت رقابت آمیز انجام می‌شود و دارای قواعد و دستورالعمل‌های ویژه‌ای است و ممکن است به فعالیت حرفه‌ای تبدیل شود [به نقل از ۲۸].

۲-۲-۳- تعریف پیامدی از ورزش

دالکروز^۲ (۱۹۱۴)، ورزش را فعالیتی می‌داند که به نظم اجتماعی منتهی شده، ارزش‌های فرهنگی را ترویج، هم‌دلی را افزایش و ویژگی‌های مطلوب را در بین مردم اشاعه می‌دهد از دیدگاه سقراط، اصل در زندگی انسان سلامتی است که از طریق ورزش می‌توان آن را به دست آورد [به نقل از ۲۸].

۲-۲-۴- تعریف ماهیتی ورزش

کمیسیون اروپا ورزش را چنین تعریف می‌کند: همه اشکال فعالیت بدنی به صورت مشارکت سازمان یافته یا تصادفی، برای بروز یا بهبود زیندگی جسم و آسایش روان، ایجاد روابط اجتماعی یا دستیابی به نتایج در جریان رقابت در همه سطوح. به نظر می‌رسد این تعریف، تعریفی جامع و مانع است و از خروج مصادیق و ورود نامصادیق به دایره مفاهیم ورزش جلوگیری می‌کند [به نقل از ۲۸].

۲-۲-۵- انواع فعالیت‌های ورزشی

شیوه‌ها و انواع مختلفی از فعالیت‌ها وجود دارند که می‌توانند در قالب ورزش و به منظور غنی‌سازی و پر شدن اوقات فراغت انسان‌ها انجام پذیرند. این فعالیت‌ها به عناوین زیر تقسیم می‌شوند [۱۰].

۲-۲-۶- ورزش‌های تفریحی

فعالیت‌های فراغتی عریضه‌ای در این دسته‌بندی می‌توانند قرار بگیرند، اما آنچه که این قبیل فعالیت‌های ورزشی را از یکدیگر مجزا می‌کند نوع مشارکت افراد و میزان فعالیت آن‌ها در اوقات فراغتشان می‌باشد. این فعالیت‌ها می‌تواند به شکل فعال، نیمه فعال و غیرفعال انجام پذیرد [۱۰].

1. Thomas Raymond
2. Dalcroze

۲-۲-۷- ورزش‌های رقابتی

عده‌ای از مردم در سنین مختلف با عضویت در باشگاه‌ها و قرارگرفتن در تیم‌ها و گروه‌های مختلف ورزشی، اوقات فراغت خود را در راستای افزایش مهارت و استعدادهای ویژه‌ی ورزشی می‌گذرانند و در این رهگذر وارد نوعی فعالیت ورزشی رقابتی نیز می‌شوند. که بالطبع آن از رشد کمی و کیفی حاصل از شرکت منظم در تمرینات نیز بهره مند می‌شوند [۱۰].

۲-۲-۸- ورزش‌های همگانی

ورزش همگانی معادل کلمه انگلیسی ورزش برای همه^۱ و ورزش عمومی^۲ است و معمولاً به فعالیت‌های ورزشی اطلاق می‌شود که جنبه‌ی تفریحی داشته، بدون توجه به نتیجه آن - برد و باخت- انجام می‌شود [۳۲]. مفهوم ورزش همگانی که شامل دامنه‌ی سنی سه تا بالای هفتاد سال می‌شود، انواع مختلف فعالیت‌های جسمی، اعم از بازی‌های غیرمنظم و خودجوش بومی تا تمرین‌های بدنی منظم را در بر گرفته که شامل ورزش صبحگاهی، فعالیت در پارک‌ها و فضای باز، کوهپیمایی یا کلاس‌های آمادگی جسمانی می‌شود و عموماً به ورزش‌های گروهی غیر رقابتی و بدون هزینه و یا ارزان قیمت اطلاق می‌گردد [امتازبخش، ۱۳۸۶، به نقل از ۳۲]. پروفیسور کن هاردمن^۳ (۱۹۹۶) استاد دانشگاه منچستر^۴ انگلستان و عضو شورای ورزش اروپا بیان می‌کند که ورزش همگانی، در واقع شکلی از فعالیت‌های جسمانی است که سلامت بدنی را بهبود می‌بخشد و روابط اجتماعی را شکل می‌دهد و منجر به نتایج مثبت در تمام سطوح می‌شود [سجادی، ۱۳۸۹، به نقل از ۳۲]. برخی از صاحب‌نظران، ورزش‌های همگانی را ورزش‌هایی می‌دانند که تحت هر شرایطی قابل اجرا بوده و نیاز به تأسیسات و امکانات تخصصی ویژه‌ای نداشته و برای سلامتی و گذراندن اوقات فراغت به اجرا در می‌آیند [۳۳]. به طور کلی می‌توان گفت فضای ورزش همگانی در راستای غلبه‌دهی اندیشه تعاون، بر اندیشه رقابت و

1.Sport for all

2.General Sports

3.Ken Hardman

4.The University of Manchester

نیز افزایش تمایل به همکاری با فرد ضعیف‌تر یا دارای مهارت کمتر عمل می‌کند و این خود به هر فردی فرصت می‌دهد تا به ورزش بپردازد بدون آنکه مورد تمسخر یا انتقاد قرار گیرد [۸]. دانلی^۱ (۱۹۹۱) ماهیت ورزش همگانی را برخورداری از سه اصل عدم تبعیض و نابرابری در ورزش و توزیع عادلانه تجهیزات و امکانات، فرآیند تصمیم‌گیری دو سویه تعاملی از بالا به پایین و از پایین به بالا و برخورداری از حالت متمم و مکملی یا عدم تضاد با سایر ورزشهای قهرمانی، تربیتی و پرورشی می‌داند [به نقل از ۳۳]. فعالیت‌های ورزش همگانی می‌توانند به صورت سازمان یافته و یا سازمان نیافته در قالب پنج فعالیت و برنامه‌ی جداگانه و مرتبط با هم اجرا شوند که عبارتند از [۳۴]:

۲-۲-۹- ورزش آموزشی

برنامه‌هایی که مبتنی بر فرصت‌های یادگیری درباره مهارت‌های ورزشی، راهبردها، قوانین و مقررات باشد و به شرکت‌کننده کمک کند تا مهارت خود را بهبود بخشد. این آموزش اغلب شامل آموزش فردی یا گروهی از طریق دروس، کلاس‌های آموزشی و کارگاه‌ها می‌شود. در بخش آموزش معمولاً سه سطح مبتدی، متوسط و پیشرفته را می‌توان تصور کرد، مانند کلاس‌های آموزشی رشته‌های ورزشی مختلف که در فصل تابستان و برای پر کردن اوقات فراغت افراد توسط شهرداری‌ها تشکیل می‌شود [۸، ۱۰، ۳۲].

۲-۲-۱۰- ورزش غیررسمی

شرکت کردن در ورزش‌های خودانگیخته را شامل می‌شود. ورزش غیررسمی رویکردی فردی به ورزش است و این نوع ورزش، بر نیاز شرکت‌کنندگان برای کسب آمادگی جسمانی و تفریح تأکید دارد و اغلب بدون هدف از پیش تعیین شده و صرفاً برای شرکت در ورزش انجام می‌گیرد. تأکید اصلی ورزش غیررسمی بر کمترین مدیریت و کنترل است. برنامه‌ریزی در این نوع ورزش و فراهم کردن تسهیلات و خدمات قابل دسترسی بر اساس امکانات، علاقه‌ها و منافع فردی است. بازی‌های تفریحی و ورزشی که در محلات یا در پارک‌ها انجام می‌شود، شرکت در ایستگاه‌های ورزش همگانی که توسط شهرداری‌ها

1. Peter Donnelly

دایر است و شرکت در همایش‌های عمومی کوهپیمایی، پیاده‌روی، دوچرخه‌سواری و بادبادک‌ها نمونه‌هایی از ورزش غیررسمی است [۱۰،۳۲].

۲-۲-۱۱- ورزش درون بخشی

شامل مسابقات و دیدارهای ورزشی است که در آن شرکت‌کنندگان صرفاً محدود به یک بخش از جامعه بوده و تنها افراد همان بخش (مدرسه، بازار، جامعه، دانشگاه و نظیر آن) در آن شرکت می‌کنند. مانند مسابقات درون دانشگاهی یا درون سازمانی که در بین دانشجویان یا کارکنان یک دانشگاه یا سازمان برگزار می‌شود [۱۰،۳۲].

۲-۲-۱۲- ورزش برون بخشی

شرکت سازمان یافته افراد در رقابت‌های تفریحی درون بخشی، در قالب تیم‌ها و گروه‌ها، که برندگان و برگزیدگان آن‌ها جهت انجام مسابقات منطقه‌ای، کشوری و یا استانی اعزام می‌شوند. ورزش‌های برون بخشی بین بخش‌های مختلف در جشنواره‌ها و مسابقات انجام می‌گیرد، مانند مسابقات بین ادارات یا بین دانشگاه‌ها [۱۰،۳۲].

۲-۲-۱۳- ورزش باشگاهی

باشگاه‌ها معمولاً به وسیله جمعی از افراد با علائق مشترک تأسیس می‌شوند. باشگاه‌ها از نظر برنامه مورد تأکید، با هم متفاوتند و اعضای آن نوع فعالیت را تعیین می‌کنند. مثلاً ممکن است اعضای یک باشگاه بر آموزش، حمایت مالی، جامعه‌گرایی یا ترکیبی از این سه فعالیت تأکید کنند و در ترویج آن بکوشند [۱۰،۳۲].

۲-۲-۱۴- تعاریف پیامدی ورزش همگانی

از دیدگاه کمیته بین المللی المپیک، ورزش همگانی فعالیتی است که قدرت و برتری را به انسان باز می‌گرداند و موجبات رشد و گسترش سلامتی، آمادگی و احساس خوب بودن را به وسیله فعالیت‌های ورزشی، به مردمی که می‌توانند به آن عادت کنند، در هر سن، جنس، نگرش، شرایط اقتصادی و

فرهنگی فراهم می‌آورد [۲۸]. کاووری^۱ (۲۰۰۲) بیان می‌کند، ورزش همگانی یعنی لذت، رضایت، آرامش، تعادل، تسلط، موفقیت، تهییج، نشاط، دوستی، آشنایی، بازی جوانمردانه، ادراک، رشد و تکامل، سلامتی، آمادگی جسمانی و خوب بودن [به نقل از ۲۸]. از دیدگاه یورگن پالم^۲ (۲۰۰۰)، منظور از ورزش همگانی، تامین سلامتی و بهبود زندگی همه انسان‌ها به وسیله ورزش با کم هزینه‌ترین برنامه‌ها است [به نقل از ۲۸].

۲-۲-۱۵- تعاریف ماهیتی ورزش همگانی

از دیدگاه کیم^۳ (۱۹۹۹) ورزش همگانی فعالیتی است که نیاز به مهارت خاص یا اراده‌ای قوی ندارد و هر کس می‌تواند با توجه به علاقه‌مندی و هدف مورد نظرش برای بهتر شدن در آن شرکت کند. سون^۴ (۲۰۰۰) ورزش همگانی را شرکت در ورزشی می‌داند که انسان آن را آزادانه انتخاب کرده باشد [به نقل از ۲۸].

تروجر^۵، رئیس کمیسیون ورزش همگانی کمیته بین المللی المپیک معتقد است که ورزش همگانی حرکتی است که بتواند در حد ممکن انگیزه ورزش کردن را در تمام مردم و در تمام اوقات زندگی‌شان به وجود آورد. ریچارد مول^۶ (۱۹۹۷) نیز ورزش همگانی را پرداختن به مجموعه‌ای از فعالیت‌های ورزشی ساده، کم هزینه، بدون رسمیت، فرح بخش و با نشاط می‌داند که امکان شرکت در آنها برای همه افراد وجود داشته باشد. ورزش همگانی به فعالیت‌های ورزشی گوناگونی گفته می‌شود که در بیرون از ورزشگاه‌های رسمی که دارای مقررات سخت و دست و پاگیر هستند، و به دور از چشم تماشاگران متعصب، در کمال آزادی و سادگی برگزار می‌شود [به نقل از ۲۸].

1. Cauvery
2. Palm
3. Kim
4. Carl Sson
5. Walther Troger
6. Richard Moll

۲-۲-۱۶- تاریخچه ورزش‌های همگانی

زادگاه توسعه و برنامه‌ریزی یا سازماندهی ورزش همگانی را می‌توان کشور برزیل دانست. فدريكو گالز^۱ (۱۹۲۷) موضوع گسترش ورزش‌های همگانی را در شهر پورتوآلگر^۲ واقع در جنوب برزیل برای نخستین بار مطرح کرد. این نوع آوری در حیطه تربیت بدنی و ورزش برزیل توانست آن دسته از بازی‌ها، جشنواره‌های فرهنگی و فعالیت‌های ورزشی را که به صورت سنتی در مکان‌های محصور مانند مدارس و کلوپ‌ها برگزار می‌شد، به صورت مدون و اصولی به خیابان‌ها و میدانی شهر بکشاند. در سال ۱۹۲۳ در شهر سائوپولو^۳ مسابقه دوی همگانی برگزار شد. جنبش ورزش همگانی در دهه ۱۹۶۰ با واژه «تریم» که از زبان نروژی است و به معنی خوش اندام و با نشاط و سالم می‌باشد، آغاز شد [۸،۱۲]. بنیان‌گذار این جنبش به منظور نشان دادن راه سلامتی و نشاط به مردم، از روش‌های تجاری (مانند یک محصول) استفاده و در کشورهای مختلف به اشکال گوناگون آن را تبلیغ می‌کردند. در همان زمان این جنبش در دانمارک، هلند، سوئد، فنلاند، بلژیک، آلمان، ایسلند، اسپانیا، اتریش، آمریکا، ژاپن، سوئیس و یوگسلاوی شکل گرفت. انجمن تریم در آلمان مورد حمایت همه اقشار از جمله ریاست جمهوری، پزشکان، شرکت‌های بیمه و فدراسیون‌های ورزشی آلمان قرار گرفت. کمیته ورزش و اوقات فراغت اولین بار در سال ۱۹۶۴ میلادی به ابتکار پروفیسور لیزلوت دیم^۴ در کالج فدرال آلمان تاسیس شد و تعلیم و تربیت دست‌اندرکاران ورزشی آن کشور را آغاز کرد. پیش از این در سال ۱۹۵۳ نتیجه مربوط به اوقات فراغت نشان می‌داد که جوانان در اوقات فراغت خود، بیشترین اولویت را به ورزش و فعالیت‌های تفریحی می‌دهند. نخستین نظریه ایجاد کمیته‌هایی در زمینه ورزش و اوقات فراغت به سخنرانی «بارون پیر دکوبرتن»^۵ باز می‌گردد که در سال ۱۹۶۳ در شهر پاریس انجام شده بود. در این سخنرانی بر توسعه اوقات فراغت تأکید شده بود [۸،۱۲]. یک سال بعد از آن

1. Galz Federico

2. Portuguese

3. Sao Paulo

4. Liz Loot Dim

5. Baron duke berton

سخنرانی، کمیته مذکور با الهام از همان سخنرانی تأسیس شد. کمیته بین المللی ورزش و تربیت بدنی (ICSPE)^۱ یکی از سازمان‌های بین المللی قدیمی است که در کشورهای اروپایی سابقه دیرین دارد. به مرور زمان و با رشد ورزش در جهان، سازمانی به نام « ورزش برای همه » در بطن آن تأسیس و یکی از شش کمیته اصلی (ICSPE) شد. در اول ژانویه ۱۹۸۳، (ICSPE) به (ICSSPE)^۲ تغییر عنوان داد که «S» دوم برای گنجاندن علوم در عنوان کمیته بود. در سال ۱۹۸۳ کمیته بین المللی المپیک (IOC)^۳ گروه ورزش همگانی را در درون خود بنیان نهاد تا ورزش همگانی تحت پوشش کمیته بین المللی المپیک رشد نماید. رشد روز افزون ورزش همگانی و استقبال مردم کشورهای مختلف دنیا از آن باعث شد تا در سال ۱۹۹۰، رئیس کمیته بین المللی المپیک، ساختار سازمانی ورزش همگانی را در سطح یک انجمن در کمیته بین المللی المپیک ارتقاء دهد. از آن زمان ورزش همگانی مورد حمایت بیشتر کمیته بین المللی المپیک قرار گرفت. در سال ۱۹۹۴ کمیته بین المللی المپیک و سازمان بهداشت جهانی (WHO)^۴ در جهت ارتقاء سطح سلامتی مردم فعالیت‌های مشترکی را آغاز نموده‌اند [۱۲،۸].

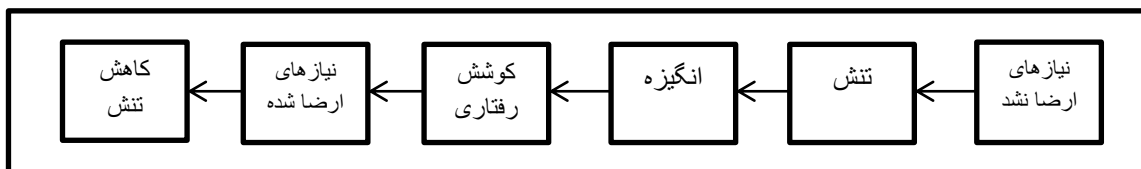
در کشور ما اطلاعات دقیقی از وضعیت ورزش همگانی، پیش از انقلاب اسلامی یافت نشده است، اما براساس اطلاعات به دست آمده از فدراسیون ورزش همگانی جمهوری اسلامی ایران، تا سال ۱۳۵۸ فعالیت‌های ورزش عمومی و همگانی به نام ورزش محلات زیر نظر تشکیلات جهاد تربیت بدنی انجام می‌شد. به تدریج این تشکیلات زیر نظر دفتر امور فرهنگی سازمان تربیت بدنی به فعالیت خود ادامه داد. لیکن به علت وجود برخی مشکلات از جمله عدم تخصص بودجه لازم، تصمیم گرفته شد که زیر مجموعه‌ای از سازمان تربیت بدنی به یک فدراسیون تبدیل شود و با راهنمایی کمیته ملی المپیک در سال ۱۳۷۱ به عنوان یک فدراسیون ورزشی شناخته شد و مانند سایر فدراسیون‌ها، طبق اساسنامه

1. International Council of Sport and Physical Education
2. International Council of Sport Science and Physical Education
3. International Olympic Committee
4. World Health Organization

خود فعالیت می‌کند. نام جهانی فدراسیون ورزش همگانی^۱ TAFISA و بخش آسیایی آن^۲ ASFAA نام دارد [۱۲].

۲-۲-۱۷- انگیزش

از جمله عوامل مهمی که بی‌تردید می‌توان آن را مهم‌ترین عامل درونی یک ورزشکار دانست، عامل انگیزش است. اصطلاح انگیزش از کلمه‌ی لاتین movere به معنای (to move) یا حرکت کردن آمده است [۱۵]. انگیزه را چرایی رفتار گویند. به عبارت دیگر فرد هیچ رفتاری را که انگیزه‌ای یا نیازی محرک آن نباشد، انجام نمی‌دهد. انگیزش انسان اعم از خودآگاه یا ناخودآگاه، ناشی از نیازهای اوست [۳۵]. بنابراین در تعریف انگیزه می‌توان گفت: انگیزه یا نیاز عبارت است از، حالتی درونی و کمبود یا محرومیتی که انسان را به انجام یک سری فعالیت و می‌دارد (سید جوادین، ۱۳۸۶) [۳۵]. آلدرومن^۳ انگیزش را بهتر از نویسندگان دیگر تعریف کرده‌است. بر حسب تعریف او انگیزش آمادگی برای انتخاب کردن و جهت دادن رفتاری است که توسط ارتباط‌هایش با نتایج آن رفتار کنترل می‌شود و پایداری در رفتار را تا سرانجام رسیدن به هدف ادامه می‌دهد [۳۵]. همانطور که در شکل (۱-۲) مشاهده می‌شود، انگیزش یک فرآیند زنجیره‌ای است که با احساس نیاز یا احساس کمبود و محرومیت شروع می‌شود، سپس خواست را به دنبال می‌آورد و موجب تنش و کنش بسوی هدفی می‌شود که محصول آن، رفتار نیل به هدف است. توالی این فرآیند ممکن است منجر به ارضای نیاز شود. بنابراین انگیزه‌ها موجب تشویق و تحریک فرد به انجام یک کار یا رفتار می‌شوند. بدون شک این عامل نقش بسزایی در توانایی و عدم توانایی، شکوفایی و عدم شکوفایی و در نهایت عملکرد کلی یک ورزشکار دارد [۱۶].



شکل (۱-۲): فرآیند اصلی انگیزش [۳۶]

1. The Association For International Sport for All
 2. Asian Sport for All Association
 3. Alderman

انگیزه‌های مشارکت تا حد زیادی می‌توانند به عنوان تفریح، کسب مهارت، کسب برتری، سلامتی و آمادگی جسمانی و غیره طبقه‌بندی شوند. اگرچه این طبقه‌بندی‌ها از نظر مفهومی از هم مجزا هستند، با این حال مشارکت فعالانه در ورزش و فعالیت جسمانی شاید بیش از یک انگیزه را برآورده کند. دانشمندان علم روانشناسی و بخصوص متخصصین روانشناسی ورزش، انگیزش را به طور کلی به دو دسته انگیزه‌ی درونی و بیرونی تقسیم می‌کنند [۸]. هر دو انگیزش درونی و بیرونی، بر تمایل شخصی و رفتارهای واقعی افراد در رابطه با یک فعالیت تأثیر دارند. بخصوص در حوزه‌ی ورزش و سازمان‌های ورزشی که اغلب باید بر مبنای نیروهای داوطلب و علاقه‌مند پایه‌ریزی شوند، این عوامل می‌توانند بسیار سرنوشت‌ساز باشند [۳۷].

۲-۲-۱۸- انگیزه‌ی درونی^۱

انگیزش درونی به لذت و رضایت درونی ایجاد شده در فرد که ناشی از فعالیت خاصی است، اشاره دارد [۳۷]. کسانی که از درون، نیرویی انگیزشی محرکشان است، از یک کشش درونی جهت رشد و کسب قابلیت‌ها و از خود سازمانی در راه رسیدن به یک هدف یا تحقق یک امر خارجی و یا نیل به موفقیت برخوردارند. کیفیت‌ها، میزان توانایی‌های شخصی، خود سازمانی، ماهر شدن در کار و نیل به موفقیت اهدافی هستند که به وسیله‌ی انسان‌های درون انگیزخته تعقیب می‌شوند و دستیابی به این اهداف همانا پاداش آن‌ها است [۱۶،۸]. پیامدهای مانند رفتار مشارکتی، رفاه، و سازگاری عاطفی عمدتاً با انگیزه درونی در نظر گرفته و تعیین می‌شود (ویلسن^۲، ۲۰۱۲) [۱۶،۸]. در ورزش هم افرادی که به دلیل علاقه‌ی درونی به فعالیت‌های ورزشی می‌پردازند، جزو این دسته از افراد هستند. بازیکنانی که به‌طور درونی دارای انگیزه هستند، ورزش را به خاطر عشق و نفس ورزش انجام می‌دهند. این افراد می‌خواهند در این تکلیف یا وظیفه مسلط و موفق باشند. آن‌ها برای ارضای تمایل و احساس غرور درونی، ورزش می‌کنند. و به طور محض از خود ورزش و بازی لذت برده، احساس سرگرمی می‌کنند و

1. Intrinsic motivation
2. Wilson

نسبت به آن کنجکاو هستند. این تمایل، آن‌ها را به صرف بیشترین میزان تلاش و تکاپو، حتی در شرایط فقدان مشوق، تماشاچی و ارزشیاب‌های ورزشی وا می‌دارد [۱۶،۸].

۲-۲-۱۹- انگیزه‌ی بیرونی^۱

این نوع انگیزش در جریان تقویت‌های منفی و مثبتی که فرد از طرف منابع بیرونی دریافت می‌کند، شکل می‌گیرد. تقویت، محرکاتی است که وجود یا عدم وجود آن‌ها امکان وقوع رفتار را افزایش یا کاهش می‌دهد. تقویت‌کننده‌ها یا محسوس‌اند یا غیرمحسوس. وقتی تقویت‌کننده‌ها دریافت شوند، به عنوان پاداش خارجی شناخته می‌شوند [۸،۱۶]. به عبارت دیگر انگیزش بیرونی بر دلایل هدف محور تمرکز دارد. برای مثال دریافت پاداش و مزایا در ازای فعالیتی که شخص انجام می‌دهد [۳۸]. ورزشکارانی که با انگیزه‌های بیرونی برانگیخته شده‌اند، افرادی هستند که می‌خواهند به چیزهای ملموس (جایزه، پول و غیره) و پاداش‌های غیرعینی و ناملموس (شناخته شدن و مورد احترام و قدردانی قرارگرفتن) دست یابند [۸،۱۶].

۲-۲-۲۰- نگرش‌ها و شیوه‌های روانشناسی نسبت به انگیزش

نظریه‌های روانشناسی انگیزش از گذشته و معاصر هر دو دست کم تا اندازه‌ای ریشه در «هدونیزم^۲» یعنی اعتقاد به اینکه اصل خوبی در خوشی و لذت جویی است، دارد. مفهوم «هدونیزم» به دوران فلاسفه‌ی قدیم یونان برمی‌گردد. این اصل به طور خلاصه بر آن است که افراد در جستجوی لذت هستند و از درد گریزان. از دید نظری- علمی، مردم به طور معتدل راه‌های رفتار گوناگونی را که در دسترس آنان است ملاحظه می‌کنند و بر پایه‌ی اینکه نتایج مثبت را به بالاترین حد و پیامدهای منفی را به پایین‌ترین درجه برسانند، عمل می‌کنند [۳۸].

در اواخر قرن نوزدهم، نظریه‌ی انگیزش از قلمرو فلسفه به سوی روانشناسی که بیشتر مبتنی بر تجربه است آغاز به حرکت کرد. در این راستا چندین نظریه‌ی انگیزش پدید آمد که کوشیدند تا روابط

1. Extrinsic motivation
2. Hedonism

تجربی مشخص میان مجموعه متغیرهایی را که می‌توانند برای پیش بینی رفتار، مورد بهره‌گیری واقع شوند تنظیم کنند [۳۸].

۲-۲-۲۱- نظریه‌های انگیزش

نظریه‌های انگیزش را می‌توان در دو گروه کلی نظریه‌های محتوایی^۱ و نظریه‌های فرآیندی^۲ تقسیم کرد. در تئوری‌های محتوایی، نیازها و محرک‌هایی که موجب انگیزش می‌شوند برشمرده شده و غالباً نحوه ارضای آن‌ها بیان گردیده‌اند. اما در تئوریهای فرآیندی بیشتر بر جریان و فرآیند انگیزش افراد تأکید شده است. به عبارت دیگر در تئوری‌های فرآیندی قبل از آن که به یک یا چند عامل خاص که موجب انگیزش می‌گردد تکیه شود، به چگونگی و نحوه انگیزش افراد از نظر ادراکی پرداخته است. به طور کلی تئوری‌های فرآیندی به دنبال بیان و تشریح فرآیند و جریان کلی انگیزش در افراد هستند [۳۹].

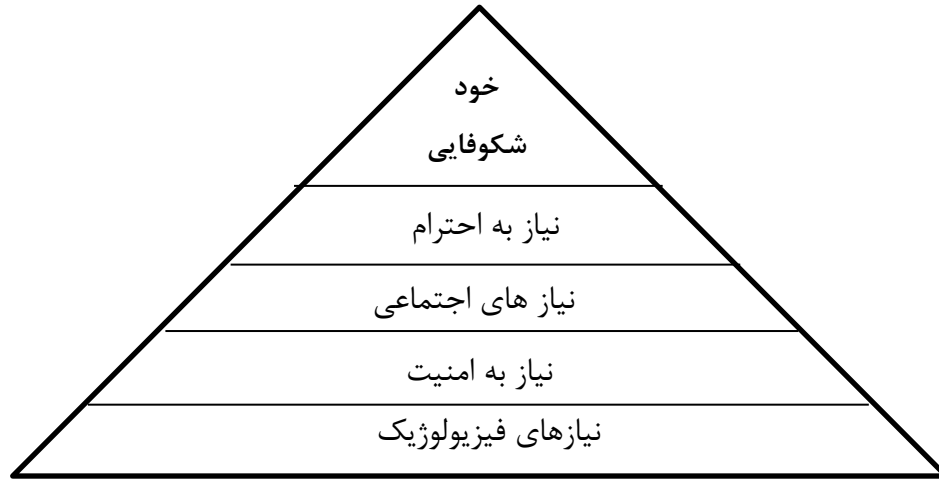
۲-۲-۲۲- نظریه‌های محتوایی

۲-۲-۲۳- نظریه‌ی سلسله مراتب نیازها

به عنوان یکی از معروف‌ترین تئوری‌های محتوایی در انگیزش، می‌توان به نظریه سلسله مراتب نیازهای مازلو اشاره کرد [۴۰]. در این تئوری نیازهای آدمی در پنج طبقه قرار داده شده‌اند که به ترتیب عبارتند از: نیازهای جسمانی^۳، نیاز به امنیت^۴، نیاز به محبت^۵، نیاز به حرمت^۶، و نیاز به خودیابی^۷ و کمال [۴۱]. بنابر نظر مازلو نیازهایی که تا اندازه زیادی برآورد نشده‌اند، در افراد ایجاد تنش می‌کنند. که این امر سبب می‌شود تا آنان به گونه‌ای رفتار کنند که تنش کاهش یابد و وضع درونی آنان به حال تعادل بازگردد. وی استدلال می‌کند که این نیازها از نظر توالی به شکل سلسله

-
1. Content theories
 2. Process theories
 3. Physiological need
 4. Safely need
 5. Love need
 6. Estaam need
 7. Self actualizatio

مراتب تنظیم یافته‌اند، به این معنی که هرگاه نیازهای رده پایین برآورده شوند فرد در یک زمان در نردبان نیازها یک پله بالاتر می‌رود و کوشش می‌کند که نیازهای رده بالاتر را ارضا کند [۳۸].



شکل (۲-۲) - سلسله مراتب نیازهای مازلو [۱۶]

۲-۲-۲۴- نظریه‌ی E.R.G آلدر فر^۲

این تئوری شباهت بسیار به تئوری سلسله مراتب نیازها دارد، ولی تفاوت عمده‌ی این دو تئوری در این است که در تئوری فوق‌الذکر مراتبی برای نیازها وجود ندارد و آنها در یک پیوستار قرار گرفته‌اند. هر فردی براساس شخصیت، روحیات، فرهنگ و آموخته‌های خود ممکن است گروهی از نیازها برایش مطرح شده و اهمیت پیدا کنند. نیازهای مذکور در این تئوری عبارتند از: نیازهای وجود یا موجودیت، وابستگی و ارتباط و رشد [۳۸].

۲-۲-۲۵- نظریه‌ی انگیزش موفقیت

در این تئوری کوشش می‌شود تا انگیزه‌هایی که باعث می‌شوند که فردی از فرد دیگر بیشتر تلاش کرده و جویای توفیق باشد شناخته شده و این نکته مشخص می‌گردد که آیا می‌توان این انگیزه‌ها را در افرادی که ظاهراً فاقد آنها هستند به وجود آورد. اصولاً انگیزه توفیق طلبی محرکی است که اگر در فرد ایجاد شود او را وادار می‌کند تا حداکثر کوشش خود را برای نیل به اهداف مورد نظر به عمل آورد.

1. Existence - Relatedness – Growth (وجود- ارتباط- رشد)
2. Clayton Alderfer

براساس این تئوری باید به افراد، توانایی‌ها و استعدادهایشان را شناساند و بر خلاف این نظر که انگیزه‌های اصلی در کودکی شکل می‌گیرد و نمی‌توان آنها را تغییر داد می‌توان به کمک هدایت و آموزش افراد را توفیق طلب و دوست‌دار موفقیت تربیت نمود [۳۹].

۲-۲-۲۶- تئوری دو عاملی انگیزش هرزبرگ^۱

در این تئوری یک سری از عوامل در فعالیت به عنوان انگیزاننده و یک سری دیگر از عوامل تحت عنوان عوامل ابقاء، نگهدارنده یا بهداشت نام‌گذاری شده‌اند. عوامل ابقاء به عواملی اطلاق می‌شود که وجودشان در فعالیت ضروری است، نبودشان ایجاد مشکل می‌نماید، اما باعث انگیختن افراد به فعالیت نمی‌شود. این عوامل که دارای خاصیت نگهدارندگی و ابقاء می‌باشند در صورتی که از فعالیت فرد حذف شوند، ایجاد نارضایتی می‌کنند اما وجودشان موجب انگیزش نمی‌باشد. عواملی مانند پاداش و شرایط فیزیکی محیط کار از این زمره‌اند. اما عوامل انگیزاننده عواملی هستند که باعث ترغیب و انگیزش می‌گردند. موفقیت و پیشرفت در فعالیت و احساس رضایت از فعالیت انجام شده نمونه‌هایی از این دسته عوامل می‌باشند. براساس این تئوری مدیر زمانی می‌تواند در ایجاد انگیزه برای کارکنان موفق باشد که به دو گروه از این عوامل توجه داشته باشد [۳۸، ۳۹].

۲-۲-۲۷- نظریه‌های فرآیندی

۲-۲-۲۸- نظریه‌ی انتظار و احتمال

ریشه نظریه‌ی انتظار و احتمال، در نظریه‌های ادراکی قرار دارد. براساس این نظریه انگیزه فرد برای انجام یک کار خاص، ناشی از میزان انتظار و احتمالی است که او بر حصول نتایج خاصی مترتب می‌داند. به عبارت ساده، فرد انگیزه کاری را پیدا می‌کند که حداکثر نتیجه برایش متصور باشد. براساس نظریه‌ی انتظار، نتایج مثبت‌تر در انجام یک کار وقتی به دست خواهد آمد که مردم به انجام آن کار تمایل بیشتری نشان دهند [۳۷]. این نظریه شامل سه متغیر یا رابطه می‌شود. اولین مورد بیان می‌کند که نیروی انگیزشی، حاصل ضرب اولویت‌های فرد و میزان انتظار و احتمالی است که بر وقوع

1. Frederick Herzberg

نتیجه مورد نظر متصور است. دومین متغیر از نظریه‌های انتظار و احتمال بیان می‌کند، قصد فرد به انجام کار و رضایت او تحت تأثیر عواملی چون ارزش و مطلوبیت پاداش و نتیجه است، و سومین نظریه انتظار و احتمال بیان می‌کند انگیزه‌ی فرد برای دستیابی به پاداش و نتیجه، تحت تأثیر توان و استعداد فرد در فعالیت، ادراک فرد از نقش خود در فعالیت و احساس منصفانه بودن پاداش و نتیجه، قرار دارد [۱۶،۳۹].

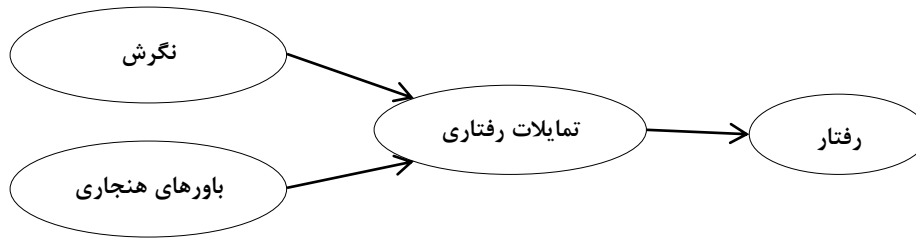
۲-۲-۲۹- تئوری اسناد

کلی و فریتز هایدلر^۱ (۱۹۳۵) مشهورترین کسانی هستند که خدمات ارزنده‌ای به آنچه ما تئوری اسناد می‌نامیم ارائه داده‌اند. تئوری اسناد به عنوان یک نظریه ادراکی، نقش برداشته‌ها و ادراکات فرد را در انگیزش او به فعالیت، مورد تحلیل قرار می‌دهد. نقش مهم این تئوری در ارتباط با فرآیندهای شناختی افراد است بر خلاف تئوری‌های دیگر انگیزش، تئوری اسناد یک تئوری انگیزه‌ی فردی نیست، بلکه در ارتباط با ادراک شخصی و رفتار بین افراد است. در این نظریه کوشش شده تا اسناد و برداشته‌های افراد از علل رفتارها در نقش مشاهده کننده رفتار یا انجام دهنده آن رفتار بررسی شده و تحلیل گردد [۳۹].

۲-۲-۳۰- تئوری عمل منطقی^۲ (TRA)

تئوری عمل منطقی توسط ، فیشبین و آیزن^۳ (۱۹۸۰) در کتاب باور، نگرش، تمایل و رفتار مقدمه‌ای بر تئوری و پژوهش، مطرح شده و مبتنی بر این فرض است که رفتار افراد بر مبنای منطقی خاص شکل می‌گیرد. افراد کلیه‌ی اطلاعات در دسترس درباره‌ی رفتار مورد نظر را جمع‌آوری و به‌طور منظم ارزیابی می‌کنند و باتوجه به اثر و نتیجه‌ی اعمال خود، براساس استدلال خود تصمیم می‌گیرند که عملی را انجام دهند یا ندهند [۳۷].

1. Fritz Heider
2. Theory reason action
3. Fishbein and Ajzen



شکل (۲-۳) - تئوری عمل [۳۷]

در این نظریه، هنجار ذهنی به فشار اجتماعی ادراک شده توسط فرد برای انجام یا ندادن رفتار مورد نظر اشاره دارد. افراد اغلب بر مبنای ادراکاتشان از آنچه دیگران (دوستان، خانواده، همکاران و غیره) فکر می‌کنند باید انجام دهند، عمل می‌کنند و تمایل آنان به منظور پذیرش رفتار به صورت بالقوه، متأثر از افرادی است که ارتباطات نزدیکی با آنان دارند. در تئوری عمل منطقی، هنجار ذهنی فرد، حاصل ضرب باورهای هنجاری (انتظارات درک شده از طرف افراد یا گروه‌های مرجع خاص) در انگیزش فردی برای انجام رفتار مورد نظر است [۳۷].

۲-۲-۳۱- تعهد

تعهد از نظر لغوی یعنی عهده‌دار شدن، کاری را به عهده گرفتن، عهد و پیمان بستن است [۴۱]. وبستر^۱ (۱۹۷۶) کلمه تعهد^۲ را به معنای وفای به عهد به چیزی یا فردی تعریف کرده است [۶]. تعهد در ادبیات و روانشناسی از دو بعد کلی مورد بررسی قرار گرفته است، گروهی این مقوله را با دیدی عاطفی مورد توجه قرار داده‌اند و معتقدند که افراد خود را با فعالیتی که انجام می‌دهند تعیین هویت می‌کنند و به حفظ عضویت در فعالیت به منظور پیگیری اهداف خود متعهد می‌شوند. گروه دیگر تعهد را با دید رفتاری می‌نگرند. بر طبق این نظریه افراد به دلیل سرمایه گذاری‌هایی که در فعالیت کرده‌اند، در آن باقی می‌مانند [۶].

بریکمن^۳ (۱۹۸۷) تعهد را ترکیبی پیچیده از دو عنصر «میل» و «اجبار» برای ادامه رفتار تعریف می‌نماید. از نظر او هر سطحی از تعهد برای انجام عمل یا رفتاری خاص، نشان دهنده نوع نیروهای

1. Vebeater
2. Commit or Commitment
3. Berkman

وارد شده بر فرد می‌باشد. به طور کلی در هر زمان، یکی از عوامل در تعهد افراد برای انجام رفتار یا فعالیتی خاص از اهمیت بیشتری برخوردار می‌باشد [به نقل از ۲۴]. تعهد مجزا کننده «میل» و «اجبار» برای تداوم رفتاری می‌باشد. با توجه به ماهیت تعهد، افراد به دو دلیل متعهد به انجام رفتار یا فعالیتی خاص می‌گردند [۲۴]. آنها یا به اجبار یا به میل خود در انجام یک رفتار مشارکت می‌کنند. میل به انجام یا ادامه فعالیتی خاص با احساس رضایت همراه می‌باشد، و اجبار به ادامه رفتار، به خاطر فشارها و محدودیت‌های اجتماعی است. لذا تعهد به مشارکت مستمر در فعالیت‌های ورزشی به عنوان فعالیتی خاص، لازمه‌اش داشتن میل و رضایت درونی است تا انجام رفتار به طور مستمر امکان‌پذیر گردد [۲۴].

۲-۲-۳۲- تعهد در ورزش

در بستر مشارکت ورزشی، از تعهد به عنوان حالت روانشناختی که نشان دهنده عزم به تداوم مشارکت در فعالیت‌های ورزشی است، یاد می‌شود. بنابر تعریف اسکالنن و همکاران (۱۹۹۳)، تعهد ورزشی یک حالت روانشناختی است که تمایل و تصمیم فرد برای تداوم مشارکت در ورزش را نشان می‌دهد [۴۲، ۴۳، ۴۴، ۴۵، ۴۶]. در تعهد ورزشی^۱ بجای این‌که صرفاً به ارزیابی میزان وقف و از خود گذشتگی ورزشکار نسبت به تیمش پردازیم، به دنبال سنجش میزان تمایل فرد به تداوم مشارکت در ورزش مورد نظرش هستیم. تعهد ورزشی منعکس کننده‌ی نیروهای انگیزشی فرد برای ادامه‌ی مشارکت، و نشان دهنده‌ی اهمیت زیر ساخت‌های روانی مبتنی بر پافشاری بر ادامه‌ی یک رفتار یا فعالیت معین می‌باشد. تعهد ورزشی می‌تواند مربوط به یک برنامه ورزشی، یک رشته‌ی ورزشی و یا تعهد به شرکت مستمر در انواع فعالیت‌های ورزشی باشد [۲۴]. راولند و فریدسون^۲ (۱۹۹۴) این نظر را مورد تأیید قرار داده‌اند که افراد باید یک رویه همراه با تعهد و دلبستگی را برای مشارکت مستمر در فعالیت‌های ورزشی در زندگی روزمره، برای تمام طول عمر خود و به طور منظم در سبک زندگی خود قرار دهند، تا از فواید آن در تمام طول زندگی بهره مند گردند [۴۷، ۲۴].

1. Sport Commitment

2. Rowland & Freedson

بررسی پژوهش‌های مربوط به مشارکت مستمر در فعالیت‌های ورزشی نشان داد که سه دسته از عوامل در ایجاد تعهد ورزشی اهمیت بیشتری دارند [۲۴]:

دسته‌ی نخست از این عوامل مهم، در برگزیده مجموعه‌ای از روابط جذاب به صورت پیوند عاطفی، روابط دوستانه و احساس رضایت از شرکت در فعالیت‌های ورزشی در بین افراد مشارکت‌کننده می‌باشد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که لذت بردن از ورزش^۱، متغیری جذاب برای مشارکت افراد در فعالیت‌های ورزشی می‌باشد [۲۴]. اسکانلن و همکاران (۲۰۰۳) در خصوص منابع ایجاد کننده لذت در بین افرادی که در رشته‌های ورزشی نظیر والیبال، بیسبال، شنا و اسکیت در گروه‌های سنی مختلف مشغول به فعالیت بودند، چندین مطالعه انجام دادند. آنها دریافتند لذت بردن، یکی از عوامل مهم مشارکت در ورزش می‌باشد [۴۸]. منابع کسب لذت شامل تعامل‌های اجتماعی مثبت، حمایت از سوی دیگران (مربیان، والدین و همسالان)، افزایش ادراک فردی از توانایی‌های جسمانی، سعی و تلاش در یادگیری و ارائه مهارت‌ها و در نهایت کسب مهارت و احساس تحرکی است که سبب ایجاد یک قابلیت منحصر به فرد در افراد می‌گردد [۲۴]. این احساس تحرک، فقط در تجارب مربوط به مشارکت در فعالیت‌های ورزشی وجود داشته و نمی‌توان آن را در دیگر حوزه‌ها از قبیل هنر، موسیقی و غیره به دست آورد [۲۴].

دسته‌ی دوم از عوامل مرتبط با مشارکت مستمر، «وجود گزینه‌های دیگر» می‌باشد که نشان‌دهنده‌ی جذابیت بیشتر و یا جذابیت کمتر یک فعالیت نسبت به فعالیت دیگر است. مفهوم «گزینه‌های دیگر» که توسط کلی^۲ (۱۹۸۳) مطرح شده و از پژوهش‌های راسبولت^۳ (۱۹۸۳) بر گرفته شده، شامل سه فرض، سرمایه‌گذاری شخصی برای انجام فعالیت یا رفتاری خاص، تأثیر هنجارهای اجتماعی و فرصت‌هایی که از وجود مشارکت مستمر در یک فعالیت نصیب افراد می‌گردند، می‌باشد [۲۴]. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که «وجود گزینه‌های دیگر» در بین گروه‌های متفاوت، نتایج یکسانی را

1. Sport Enjoyment
2. Kelley
3. Rusbult

برای مشارکت یا عدم مشارکت در فعالیتی خاص به دنبال ندارد. چنان که در بیشتر موارد، ورزشکاران جوان قادرند در حین مشارکت در برنامه‌های ورزشی، بدون رها کردن ورزش به فعالیت‌های غیرورزشی نیز بپردازند [۲۴].

سومین دسته از عوامل مربوط به مشارکت مستمر، «موانع یا محدودیت‌ها» هستند. برشید و کمپل^۱ (۱۹۷۶) موانع یا محدودیت‌ها را شامل هزینه‌هایی (اعم از مالی، اجتماعی، روانی، عاطفی و غیره) می‌دانند که سبب می‌گردند فرد، داوطلبانه به انجام یک رفتار ترغیب شده و یا از انجام آن منصرف شود [۲۴]. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که ارتباط مثبتی بین محدودیت‌ها و مشارکت در ورزش وجود دارد. کلینت و ویسس^۲ (۱۹۸۷) در پژوهش خود دریافتند ژیمناست‌های جوان، در برابر عدم ادامه‌ی مشارکت در فعالیت ورزشی (رها کردن ورزش) از خود مقاومت نشان می‌دهند، زیرا نگران از دست دادن دوستان، هم تیمی‌ها و یا مربیان خود در محیط ورزشی هستند [۲۴]. مشابه همین یافته، وایت و کواکلی^۳ (۱۹۹۲) در پژوهش خود دریافتند که دختران نوجوان از طرف دوستان مؤنث خود فشاری را متحمل می‌شوند که این فشار به عنوان یک عامل انگیزشی عمل کرده و آن‌ها را مجبور به ماندن در فعالیت ورزشی می‌نماید. آن‌ها در پژوهش خود دریافتند که فشار دوستان، عامل انگیزه‌ی افراد برای مشارکت در فعالیت بدنی می‌باشد [۲۴].

۲-۲-۳- مدل نظری پژوهش

مدل نظری مدلی است که پژوهشگر با توجه به مبانی و چارچوب نظری موضوع آن را تعریف می‌کند [۴۹]. این مدل عمدتاً شامل متغیرهای پنهان، معرف‌های مرتبط و همچنین روابط بین آن‌ها می‌شود. در این مدل تعریف می‌کنیم که متغیرهای پنهان با کدام معرف‌ها اندازه‌گیری می‌شوند و یا این که متغیرهای پنهان و متغیرهای آشکار چگونه با یکدیگر ارتباط دارند و یا همدیگر را تحت تأثیر قرار می‌دهند. در این تحقیق با توجه به مبانی نظری متغیر تعهد ورزشی تحت تأثیر انگیزه درونی و بیرونی

1. Berschid and Campbell
2. Weiss and Klint
3. Coakley, J. and White

است. سه متغیر ذکر شده در مدل، به عنوان متغیرهای پنهان تعریف شده‌اند و هر یک از آن‌ها دارای مجموعه‌ی متغیرهای مشاهده شده‌ای در نقش معرف، به شرح زیر هستند.

• انگیزه درونی

✓ آمادگی جسمانی و تناسب‌اندام

✓ نشاط و شادابی

✓ لذت و آرامش

✓ آگاهی و شناخت

✓ برتری طلبی

✓ اعتقادات و ارزش‌ها

• انگیزه بیرونی

✓ تعلقات اجتماعی

✓ انتظارات خارجی

✓ پیشگیری و درمان بیماری‌ها

✓ بهبود روابط شغلی

• تعهد ورزشی

✓ آیا برای ادامه ی شرکت در فعالیت‌های ورزشی حاضر به انجام هرکاری هستید؟

✓ شما چقدر از اینکه به دیگران بگویید که در برنامه‌های ورزشی شرکت می‌کنید احساس

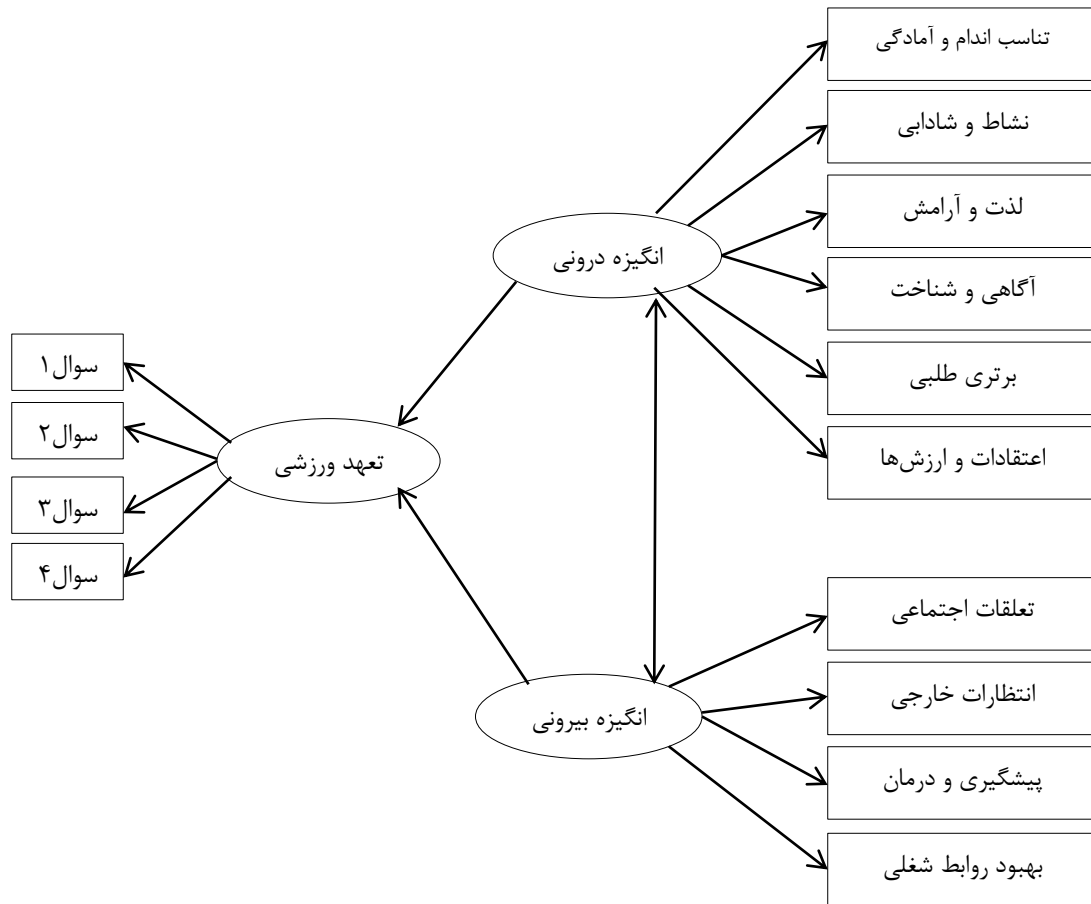
غرور می‌کنید؟

✓ چقدر برای شما سخت است که برنامه‌های ورزشی را ترک کنید؟

✓ چقدر مصمم هستید تا برنامه‌های ورزشی را ادامه دهید؟

به این ترتیب مدل نظری تدوین شده توسط پژوهشگر با توجه به نمادهای ترسیمی مورد استفاده در

مدل‌سازی به شکل زیر است.



شکل (۲-۴) - مدل مفهومی تحقیق

۲-۳- پیشینه تحقیق

۲-۳-۱- تحقیقات داخلی

رضانی خلیل آبادی (۱۳۷۳) با مطالعه‌ای در خصوص «انگیزه افراد شرکت کننده در ورزش همگانی» که بر روی ۹۷۵ نفر از افراد شرکت کننده در ایستگاه‌های ورزش همگانی انجام داد به این نتایج دست یافت که نخستین انگیزه، کسب نشاط و احساس لذت بود. پس از آن لمس فواید و آثار مثبت ورزش، فرح بخش بودن و بی‌خطر بودن ورزش همگانی قرار داشت. کم هزینه بودن، عدم نیاز به وسایل و امکانات ویژه و پرکردن اوقات فراغت نیز جزو انگیزه‌های شرکت افراد در ورزش همگانی بوده است [به نقل از ۵۰].

شیری (۱۳۷۶) با مطالعه‌ای در خصوص «بررسی انگیزه‌ی شرکت مردم ورزش‌های همگانی شهرداری تهران»، که بر روی ۶۲۱ نفر انجام داد، نتیجه گرفت که میزان انگیزه‌های درونی شرکت کنندگان بیشتر از انگیزه‌های بیرونی آنان است [به نقل از ۵۰].

تند نویس (۱۳۸۰) با مطالعه‌ای که در خصوص «جایگاه ورزش در اوقات فراغت زنان ایرانی» انجام داد، به این نتیجه دست یافت که سطح تحصیلی ۷۰ درصد از زنان مورد آزمون دیپلم یا زیردیپلم بود و همچنین نتایج نشان داد که بیشترین انگیزه‌ی زنان برای شرکت در ورزش‌های همگانی به ترتیب شامل کسب نشاط و احساس لذت، حفظ تندرستی و تناسب اندام بود و پرکردن اوقات فراغت با ورزش در جایگاه هفتم قرار داشت [۵۱].

نوربخش و مزارعی (۱۳۸۵) در مطالعه‌ای تحت عنوان «مقایسه‌ی انگیزش شرکت دانش‌آموزان و دانشجویان پسر ورزشکار در فعالیت‌های ورزشی و رابطه‌ی آن با هدف‌گرایی ورزشی آنان» که بر روی ۴۵۰ نفر از دانش‌آموزان راهنمایی، دبیرستان و دانشجو انجام دادند، به این نتیجه دست یافتند که شرکت کنندگان، یادگیری و بهبود مهارت‌ها را مهم‌ترین انگیزش خود بیان کردند مقایسه‌ی سه گروه نشان داد که دانشجویان ورزشکار در عامل تفریح و سرگرمی (انگیزه درونی) از دو گروه دیگر بالاتر و در انگیزه‌های بیرونی نسبت به دو گروه دانش آموز پایین‌تر بودند [۵۲].

برزگر طرقله و همکاران (۱۳۸۶) در مطالعه‌ای تحت عنوان «بررسی انگیزه‌های مشارکت ورزشی ورزشکاران زن و رابطه‌ی آن با ادراک موفقیت ورزشی» که بر روی ۱۲۰ نفر ورزشکار دختر انجام دادند، به این نتیجه دست یافتند که از بین هشت مؤلفه‌ی انگیزشی شناسایی شده، مؤلفه‌های آمادگی، موفقیت، بهبود مهارت و تفریح به عنوان مهم‌ترین مؤلفه‌های انگیزشی می‌باشند [۵۳].

عطارزاده حسینی و سهرابی (۱۳۸۶) به توصیف نگرش و گرایش مردم شهر مشهد به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی پرداختند. نتایج نشان داد که کسب نشاط و شادابی از مهم‌ترین علل و انگیزه‌های شرکت کردن در فعالیت‌های حرکتی و ورزشی بود [به نقل از ۳۲].

معمدین و همکاران (۱۳۸۶) با مطالعه‌ای در خصوص «توصیف عوامل گرایش یا عدم گرایش شهروندان تبریزی به ورزش همگانی» که بر روی ۶۰۰ نفر از شهروندان تبریزی انجام دادند، به این نتیجه دست یافتند که از مهم‌ترین عوامل مؤثر در گرایش به انجام ورزش همگانی، کسب سلامت روح و جان، پیشگیری از بیماری‌های مختلف و جلوگیری از افزایش وزن است [۵۴].

رضانی نژاد و همکاران (۱۳۸۸) با مطالعه‌ای که در خصوص «بررسی انگیزه‌های شرکت‌کنندگان در ورزش‌های همگانی در فضاهای روباز» بر روی ۷۰۰ نفر از افراد شرکت‌کننده در ورزش‌های همگانی انجام دادند، به این نتیجه دست یافتند که انگیزه‌ی کسب سلامتی و آمادگی جسمانی، لذت و نشاط، بهبود روابط شغلی و زندگی، پیشگیری و درمان بیماری‌ها، تعامل اجتماعی و دیگر دلایل شخصی به ترتیب در اولویت اول الی ششم قرار داشت [۵۰].

رضانی نژاد و همکاران (۱۳۸۸) با مطالعه‌ای در خصوص «مقایسه دیدگاه‌ها و انگیزه‌های دانشجویان ورزشکار ایرانی و غیرایرانی درباره فعالیت‌های بدنی و ورزشی» که بر روی ۲۷۹ دانشجوی ورزشکار ایرانی و ۳۱۰ دانشجوی ورزشکار روسی انجام دادند، بیان داشتند که در دانشجویان روسی انگیزه‌های رقابت، چالش و تعامل اجتماعی و در دانشجویان ایرانی انگیزه‌های سلامتی، لذت، وضعیت ظاهری و آسودگی و آرامش از دلایل مهم شرکت در فعالیت‌های ورزشی منظم بود [۷].

نادریان جهرمی و همکاران (۱۳۸۸) با مطالعه‌ای که در خصوص «مشارکت در ورزش‌های تفریحی» بر روی ۳۳۶ نفر (۲۴۳ نفر مرد و ۹۳ نفر زن) انجام دادند، به این نتیجه دست یافتند که زنان، بیشتر با انگیزه‌ی تناسب اندام و زیبایی، کسب سلامتی و بهداشت روانی و دوست‌یابی ورزش می‌کنند و بزرگسالان اهمیت ورزش در زندگی را مهم‌تر از جوانان و میانسالان تلقی می‌کردند [۵۵].

برقی مقدم (۱۳۸۹) با مطالعه‌ای در خصوص «تعیین ارتباط بین سبک‌های هویت با عوامل برانگیزاننده و احساس موفقیت» که بر روی ۱۷۶ پسر نوجوان نخبه رشته ورزشی کاراته انجام داد، به این نتیجه دست یافت که بیشترین عامل برانگیزاننده، انگیزاننده‌های درونی بودند [۵۶].

نوربخش و همکاران (۱۳۸۹) در مطالعه‌ای تحت عنوان «مقایسه‌ی انگیزه‌ی شرکت زنان و مردان سالمند شهر تهران در فعالیت بدنی» که بر روی ۲۴۱ نفر (۱۲۱ نفر مرد و ۱۲۰ نفر زن) انجام دادند، به این نتایج دست یافتند که بین اولویت عوامل گوناگون انگیزه‌ی شرکت سالمندان در فعالیت‌های ورزشی، تفاوت معناداری وجود دارد و انگیزه‌ی آمادگی جسمانی، مهمترین دلیل مشارکت ورزشی سالمندان است. انگیزه‌های درگیر شدن و رقابت، دستیابی به فواید به ترتیب در اولویت دوم و سوم و انگیزه‌های پزشکی، اجتماعی و شهرت در اولویت‌های بعدی قرار گرفتند. از دیگر نتایج این تحقیق آن بود که افراد بی‌سواد و در سطح تحصیلات ابتدایی و همچنین افراد با تحصیلات متوسطه و دیپلم، عامل انگیزشی درگیر شدن را برای شرکت در تمرینات ورزشی مهمتر از افراد دانش‌آموخته‌ی دانشگاهی دانستند. همچنین افراد بی‌سواد و در سطح تحصیلات ابتدایی، انگیزه‌ی پزشکی بیشتری نسبت به افراد دانش‌آموخته‌ی دانشگاهی داشتند [۵۷].

قائدی (۱۳۸۹) در مطالعه‌ای تحت عنوان «تأثیر حمایت اجتماعی و عوامل جمعیت شناختی بر مشارکت زنان در فعالیت‌های ورزشی (مطالعه موردی: زنان شهر لامرد)» که بر روی ۳۰۴ زن انجام داد، بیان کرد که تحصیلات و حمایت اجتماعی خانواده و دوستان از عوامل مهم و تأثیرگذار بر مشارکت ورزشی زنان می‌باشد [۵۸].

افسانه پورک و همکاران (۱۳۹۰) در مطالعه‌ای تحت عنوان «بررسی انگیزه‌های مشارکت در ورزش همگانی» که بر روی ۳۵۰ نفر انجام دادند، دریافتند که انگیزه‌ی مردان برای شرکت در ورزش‌های همگانی بیشتر از زنان بود و انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش‌های همگانی به ترتیب مربوط به انگیزه‌ی درونی بود که شامل کارگروهی، رقابت، تناسب اندام و مصرف کردن انرژی اضافی بود و انگیزه‌ی بیرونی سرگرمی و انرژی اجتماع بود [۵۹].

میرحسینی و همکاران (۱۳۹۰) در مطالعه‌ای در خصوص روایی و پایایی مدل تعهد ورزشی در میان دانشجویان ورزشکار که بر روی ۳۲۷ دانشجوی ورزشکار (۱۲۱ دختر و ۲۰۶ پسر) انجام دادند، به این

نتیجه دست یافتند که ضرایب همبستگی حاصل از بازآزمایی پرسشنامه (مدل تعهد ورزشی اسکانلن و همکاران ۱۹۹۳) ثبات زمانی مناسبی دارد. یافته‌ها نشان داد که مدل تعهد ورزشی در نمونه‌ی دانشجویان ورزشکار از روایی و پایایی قابل قبولی برخوردار است. بنابراین، این مدل می‌تواند چارچوب نظری چندمتغیری با دسته‌بندی منجسم‌تر برای اندازه‌گیری تداوم رفتار مشارکت در یک ورزش خاص یا به‌طور کلی فعالیت جسمانی فراهم سازد [۹].

پارسامهر (۱۳۹۰) با مطالعه‌ای در خصوص «بررسی انگیزه‌های مرتبط با مشارکت مستمر در فعالیت‌های ورزشی در بین دانشجویان تربیت بدنی» که بر روی ۱۶۳ نفر از دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه یزد انجام دادند، بیان داشتند که لذت بردن و سرمایه‌گذاری شخصی از قوی‌ترین پیش‌بین‌ها در مدل تعهد ورزشی بوده و نشان از آن دارد که متغیرهای مربوط به میل و خواستن در ورزش از قدرت تبیین بالایی در پیش‌بینی رفتار ورزشی برخوردار می‌باشند [۲۴].

نوروزی سیدحسینی (۱۳۹۰) در مطالعه‌ی خود تحت عنوان «ارتباط رفتارهای حمایتی - استقلالی مربیان با تعهد ورزشی شمشیربازان نخبه‌ی ایران» که بر روی ۱۱۴ شمشیر باز نخبه انجام داد، به این نتایج دست یافت که لذت ورزشی و فرصت‌های مشارکت بیشترین عوامل اثرگذار بر تعهد ورزشی هستند [۶۰].

نوروزی سید حسینی و همکاران (۱۳۹۱) در مطالعه‌ای تحت عنوان اثر ادراک رفتارهای رهبری مربیان بر تعهد ورزشی، انگیزش پیشرفت و رضایت‌مندی جودوکاران لیگ برتر ایران، که بر روی ۱۶۲ نفر از جودوکاران لیگ برتر انجام دادند، بیان کردند که رفتارهای رهبری مربیان بر تعهد ورزشی، انگیزش پیشرفت و رضایت‌مندی ورزشکاران اثرگذار است. همچنین تعهد ورزشی و انگیزش پیشرفت بر رضایت‌مندی ورزشکاران اثرگذارند [۶۱].

مرتضایی (۱۳۹۱) با مطالعه‌ای در خصوص «بررسی انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی» که بر روی ۳۵۰ نفر از زنان استان خراسان رضوی انجام داد، بیان کرد که انگیزه کسب لذت و آرامش مهم‌ترین انگیزه‌ی مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی است [۶۲].

قدرت نما و همکاران (۱۳۹۲) با مطالعه‌ای در خصوص «رابطه انگیزه‌ی مشارکت ورزشی با میزان فعالیت بدنی دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز» که بر روی ۳۷۰ دانشجوی دختر و پسر انجام دادند، بیان کردند که اولویت هر دو گروه دانشجویان دختر و پسر برای مشارکت در فعالیت‌های ورزشی، با توجه به میانگین به دست آمده، به ترتیب شامل انگیزه‌های سلامت جسمانی، لذت و شادابی، تعامل اجتماعی، سلامت روحی، دلایل شخصی و روابط زندگی است [۶۳].

۲-۳-۲- تحقیقات خارجی

وانکل و همکاران^۱ (۱۹۸۵) در مطالعه‌ای که بر روی افراد ۷ تا ۱۴ ساله انجام داد، نشان داد عوامل درونی (هیجان، ارتقای سطح مهارت‌های فردی) بیشترین اهمیت و عوامل بیرونی (خوشحال کردن دیگران، گرفتن جایزه و پاداش، پیروزی در بازی) اهمیت کمتری دارند و عوامل اجتماعی (دوست‌یابی) اهمیت متوسط داشت [به نقل از ۵۵].

اورت و ساتن^۲ (۱۹۸۸) طی مطالعه‌ای در خصوص انگیزه‌های مشارکت زنان و مردان آمریکایی در ورزش‌های همگانی، که در یک نظر خواهی تلفنی بر روی دو هزار زن و مرد آمریکایی انجام دادند، به این نتیجه دست یافتند که پنج عامل به عنوان انگیزه‌های مشارکت در ورزش همگانی مطرح است و این پنج عامل عبارتند از: کسب آمادگی جسمانی، اجتماعی بودن، هیجان، کسب تجارب از طبیعت و فرار از کار روزمره [به نقل از ۵۰، ۲۸].

1. Wankle et al
2. Owerth & Sattan, 1988

بوردکین و ویس^۱ (۱۹۹۰) مطالعه‌ای در بین ۱۰۰ شناگر (۱۶ تا ۷۴ سال) انجام دادند که بیشتر آن‌ها در رقابت‌های شنا شرکت کرده بودند. این پژوهشگران هفت عامل را بیش از عوامل دیگر به عنوان انگیزه‌های برتر معرفی کردند که عبارت بود از: سلامتی و بهداشت، آمادگی جسمانی و تناسب اندام، وضعیت اجتماعی، عضو گروه شدن، آزاد کردن انرژی، اهمیت داشتن در بین دیگران و تفریح و سرگرمی. آنان دریافتند که افراد جوان‌تر بیشتر از انگیزه‌هایی حمایت می‌کنند که در ارتباط با عامل «اهمیت در برابر دیگران» است در حالی که انگیزه‌های سلامتی و تندرستی در بین افراد میانسال و کهنسال اهمیت بیشتری داشتند [۶۴].

انجمن سلامتی کانادا (۱۹۹۳) دلایل و انگیزه‌های اصلی مشارکت ورزشی در فعالیت‌ها و برنامه‌های آمادگی جسمانی و ورزش‌های تفریحی را در بین ۴۵۰۰ نفر (سنین ۱۰ تا ۱۹ سال) بررسی کرد و پنج انگیزه‌ی اصلی مشارکت را در ورزش‌های تفریحی گزارش داد: شادابی و نشاط، احساس بهتر بودن در زندگی، کنترل وزن و تناسب اندام، آزاد کردن انرژی، و رقابت [به نقل از ۱۸].

چن^۲ (۱۹۹۸) با مقایسه‌ی انگیزه‌ی دانشجویان چینی و آمریکایی نشان داد، که دانشجویان آمریکایی زمان بیشتری برای تمرین و فعالیت بدنی صرف می‌کنند. با این‌که انگیزه‌ی دانشجویان پسر از دانشجویان دختر بیشتر بود، ولی همه‌ی آن‌ها با سه هدف کنترل وزن، سلامت روانی و تعامل اجتماعی در فعالیت‌های ورزشی شرکت می‌کردند. البته تعامل اجتماعی، اولین انگیزه‌ی دانشجویان پسر آمریکایی و دانشجویان دختر چینی بود، در صورتی که کنترل وزن، اولین انگیزه‌ی دانشجویان دختر آمریکایی را تشکیل می‌داد [۶۵].

تحقیق وامبری^۳ (۲۰۰۲) در مورد اوقات فراغت دختران نوجوان نشان می‌دهد که آن‌ها برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی قبل از هر چیز به تظاهرات جسمانی آن فعالیت اهمیت می‌دهند تا به لذت [به نقل از ۵۵].

1. Bordkin and Weiss
2. Chen
3. James Vambery

جوی و ساسچینی^۱ (۲۰۰۲) در مطالعه‌ای تحت عنوان «انگیزه‌ی مشارکت در تمرینات ورزشی مدارس اسپانیا» که بر روی ۴۶۰۶ نفر (۲۳۱۲ زن و ۲۲۹۴ مرد) انجام دادند، مهم‌ترین انگیزه‌ها برای انجام فعالیت‌های ورزشی در زنان را، به ترتیب اهمیت: سالم ماندن، حفظ تناسب اندام، بهبود و پیشرفت سطح ورزش، بهبود مهارت، ماندن در شرایط خوب فیزیکی، داشتن هیكل خوب، سرگرمی و هیجان گزارش دادند [۶۶].

زهردیس^۲ و همکاران (۲۰۰۴) در مطالعه‌ای تحت عنوان «خودمختاری و تعهد ورزشی» که بر روی ۳۴۳ ورزشکار جوان انجام دادند، دریافتند بین انگیزش درونی و تعهد ورزشی ارتباط مثبت و بین تعهد ورزشی با بی انگیزگی و انگیزش بیرونی ارتباط منفی وجود دارد [۶۷].

سندی و همکاران^۳ (۲۰۰۵) در بررسی برانگیزاننده‌ها و موانع مشارکت فعالیت بدنی در زنان میانسال چینی نشان دادند که سلامت و آمادگی بدنی، لذت و ظاهر خوب بهترین برانگیزاننده‌های فعالیت بدنی بودند [به نقل از ۸].

کیل پاتریک و همکاران^۴ (۲۰۰۵) با مطالعه‌ای در خصوص «انگیزه‌های دانش آموزان کالج برای فعالیت‌های فیزیکی، مشارکت و تمرین در ورزش» که بر روی ۱۵۰۰ دانش آموز انجام دادند، به این نتیجه دست یافتند که مشارکت کنندگان برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی بیشتر دارای انگیزه‌های درونی مثل لذت بردن و درگیر شدن در فعالیت هستند در حالی که انگیزه برای تمرین، بیشتر انگیزه‌های بیرونی بودند [۶۸].

ویس و همکاران^۵ (۲۰۰۶) طی مطالعه‌ای که بر روی زنان ژیمناست حرفه‌ای انجام دادند، نشان دادند که جذب ژیمناست‌ها به این ورزش، بیشتر مربوط به حمایت والدین و مربیان است. همچنین تعهد

1. Jose & Cecchini
2. Zahariadis
3. Sandy et al
4. Kilpatrick et al
5. Wiss & et al

بالایی در آنها نسبت به این ورزش دیده شد [۶۹].

مکی و همکاران^۱ (۲۰۰۶) با مطالعه‌ای که در خصوص انگیزه‌های مشارکت در هنرهای رزمی انجام دادند به این نتیجه دست یافتند، که انگیزه‌های مشارکت به ترتیب شامل وابستگی، دوستی، تناسب اندام، پاداش، رقابت و توسعه‌ی موقعیت و مهارت است [به نقل از ۸].

سیرارد و همکاران^۲ (۲۰۰۶) در مطالعه‌ای در خصوص «عوامل انگیزشی مشارکت در فعالیت‌های ورزشی دانش آموزان مقطع متوسطه» که بر روی ۱۶۹۲ نفر انجام دادند، بیان داشتند که بیشترین عوامل انگیزشی برای دختران، متفاوت با عوامل انگیزشی پسران بود و آن‌ها شامل اجتماعی شدن، مزایای ناشی از کسب مهارت، رقابت و تناسب اندام بود [۷۰].

مرکز آمار ملی فرهنگ و تفریح استرالیا (۲۰۰۷) در مطالعه‌ای تحت عنوان «مشوق‌ها و محدودیت‌های مشارکت در فعالیت‌های ورزشی و تفریحی» که بر روی ۱۰/۵ میلیون نفر در طی ۱۲ ماه انجام داد، گزارش کرد که بیشترین انگیزه‌ها برای مشارکت در ورزش به ترتیب شامل: بهداشت و تناسب اندام، تندرستی، لذت، خانواده و دوستان بودند [به نقل از ۸].

جون^۳ (۲۰۰۷) در مطالعه‌ای تحت عنوان «بررسی تعهد ورزشی موج‌سواران» که بر روی ۱۳۹ موج‌سوار انجام داد، نتیجه گرفت که انگیزه درونی نسبت به انگیزه بیرونی تأثیر بیشتری بر تعهد ورزشی موج‌سواران دارد. همچنین نتایج نشان داد که انگیزه‌های درونی ۶۸٪ واریانس برای تعهد ورزشی را تبیین می‌کنند، در حالی که انگیزه بیرونی ۴/۳٪ از واریانس تعهد ورزشی را تبیین می‌کرد [۷۱].

1. Ken S. Mackay & et al
2. Sirard & et al
3. Jeon

کاسپر و اندرو^۱ (۲۰۰۷) با مطالعه ۷۶۰ بازیکن تنیس تفریحی و دانشگاهی، به این نتیجه رسیدند که بازیکنان دانشگاهی سطوح بالاتری از تعهد ورزشی را دارند، که این تعهد بیشتر تحت تأثیر فرصت‌های مشارکت و محدودیت‌های اجتماعی بود. همچنین مؤلفه‌ی لذت ورزشی در بازیکنان دانشگاهی در مقایسه با بازیکنان تفریحی در سطوح پایین‌تری بود. علاوه بر این آن‌ها به این نتیجه دست یافتند که در بازیکنان حرفه‌ای سطح تعهد بالاتری در مقایسه با بازیکنان متوسط و مبتدی وجود دارد که فرصت‌های مشارکت و محدودیت‌های اجتماعی عوامل تأثیرگذار بر تعهد آن‌ها بود و در آن‌ها لذت ورزشی در سطح پایینی گزارش شد [۷۲].

سوسا و همکاران^۲ (۲۰۰۷) با مطالعه‌ای در خصوص «تعهد ورزشی در میان بازیکنان جوان فوتبال» که بر روی ۴۳۷ نفر بازیکن فوتبال انجام دادند، بیان کردند که لذت بردن از ورزش و فرصت‌های مشارکت قوی‌ترین پیش‌بینی کننده تعهد ورزشی هستند [۷۳].

کاسپر^۳ (۲۰۰۸) با مطالعه‌ای بر روی اعضای انجمن تنیس، نشان داد که متغیرهای شخصی، اجتماعی و اقتصادی به طور مستقیم بر تعهد ورزشی تأثیر می‌گذارند و تعهد در بین شرکت کنندگان در ورزش متفاوت بود، اما در تمام بخش‌ها، لذت و فرصت‌های مشارکت بیشترین اهمیت را داشتند و همچنین افزایش زمان صرف شده در ورزش و سرمایه‌گذاری‌های پولی تعهد ورزشی را بالا می‌برد [۷۴].

اسکانلن و همکاران (۲۰۰۹) با مطالعه‌ای که بر روی تیم نت بال زنان انجام دادند بیان کردند که درک شایستگی (انگیزه درونی) در ورزش بر لذت بردن از ورزش تأثیر دارد و لذت ورزشی نیز عامل مهمی در تعهد ورزشی است [۷۵].

1. Casper & Andrew
2. Catarina Sousa
3. Casper

بوست^۱ (۲۰۰۹) با مطالعه‌ای در خصوص «بررسی تعهد ورزشی در ورزشکاران دانشگاهی» که بر روی ۱۰۱ بازیکنان فوتبال دانشگاهی انجام داد، بیان کرد که فرصت‌های مشارکت، قوی‌ترین پیش‌بینی کننده تعهد است [۷۶].

جعفری و همکاران (۲۰۱۰) با مطالعه‌ای در خصوص «انگیزه‌ی دانشجویان برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی» که بر روی ۶۲ نفر انجام دادند، دریافتند نوع انگیزه، در شدت و مدت زمان انجام فعالیت بدنی دانشجویان مؤثر است و مهم‌ترین انگیزه‌های آنان حفظ سلامتی، تناسب اندام و تعامل اجتماعی است [۷۷].

گارسیا مس و همکاران^۲ (۲۰۱۰) با مطالعه‌ای تحت عنوان «تعهد، لذت و انگیزه در بازیکنان جوان فوتبال رقابتی» که بر روی ۴۵۴ بازیکنان جوان فوتبال رقابتی انجام دادند، با ارائه یک الگوی روشن از تأثیر انگیزه در لذت بردن از ورزش و تعهد ورزشی، بیان کردند که انگیزه‌ی درونی و بیرونی سهم مثبتی بر لذت بردن و تعهد ورزشی دارد. به بیان آن‌ها انگیزه‌ی بیرونی سهم بالایی در لذت بردن از ورزش داشت، در حالی که انگیزه‌ی درونی سهم بالاتری برای تعهد ورزشی داشت [۷۸].

یانگ و مدیک^۳ (۲۰۱۱) در مطالعه‌ای تحت عنوان «بررسی تأثیرات اجتماع بر تعهد ورزشی شناگران حرفه‌ای» که بر روی ۴۲۴ شناگر زن و مرد انجام دادند، به این نتیجه دست یافتند که کاهش فشار از سوی همسر، فرزندان و همکاران و افزایش حمایت از سلامتی ورزشکاران تعهد را افزایش می‌دهد [۷۹].

لی‌یو و همکاران^۴ (۲۰۱۱) در مطالعه‌ای در خصوص «درک شایستگی، انگیزه و مشارکت در فعالیت‌های ورزشی دانشجویان» که بر روی ۱۶۰ نفر انجام دادند، بیان کردند که دانشجویان با پنج مؤلفه‌ی انگیزشی کسب لذت، جلب توجه، تناسب اندام، رقابت طلبی و تعامل اجتماعی در فعالیت‌های

1. Boyst

2. Garcia-Mas & et al

3. Young & Medic

4. Liu. et al

ورزشی شرکت می‌کنند. هم چنین هر دو انگیزه‌های درونی و بیرونی مثل لذت بردن از ورزش و جلب توجه، با میزان فعالیت بدنی دانشجویان رابطه مثبت دارد [۸۰].

همتی نژاد و دانش ثانی (۲۰۱۲) در مطالعه‌ای در خصوص «اثر انگیزه‌ی درونی و تعهد ورزشی بر عملکرد تیم ملی واترپولو ایران» که بر روی ۲۸ بازیکن واترپولو انجام دادند، به این نتیجه رسیدند که تفاوت معنی‌داری بین میزان تعهد بازیکنان موفق، کمتر موفق و ناموفق وجود دارد. همچنین این میزان در بین بازیکنان حرفه‌ای، متوسط و مبتدی نیز متفاوت بود و تعهد به عنوان یکی از ویژگی‌های فردی نقش مهمی در موفقیت و بالا بردن سطح عملکرد تیم‌های ورزشی داشت، اما در مورد انگیزه‌های درونی تفاوت معناداری در هر دو مورد مشاهده نشد [۸۱].

متیو^۱ (۲۰۱۲) در مطالعه‌ای در خصوص «بررسی تفاوت انگیزش، دستیابی به هدف و تعهد ورزشی در بین بازیکنان تنیس گروهی و انفرادی» که بر روی بازیکنان تنیس انجام داد، بیان کرد که هرچقدر درک فرد از بازی تنیس بیشتر باشد، انگیزه‌ی او برای مشارکت بیشتر، دارای تعهد بالاتر و تلاش بیشتری برای رسیدن به هدف خواهد بود [۸۲].

پاکدلان و همکاران (۲۰۱۲) با مطالعه‌ای در خصوص «بررسی فاکتورهای انگیزشی مشارکت در ورزش‌های همگانی» که بر روی ۶۰۰۰۰ نفر انجام دادند، بیان داشتند که انگیزشی‌ترین عوامل برای مشارکت در ورزش‌های همگانی به ترتیب شامل: تعامل اجتماعی، آسایش روحی و روانی، احساس پیشرفت، امکانات، تمایلات درونی، توسعه‌ی مهارت‌های ورزشی، افزایش بهداشت و سلامت، استفاده از فرصت‌ها و محبوب بودن ورزش است [۸۳].

کندریک و همکاران^۲ (۲۰۱۳) با مطالعه‌ای در خصوص «انگیزه‌های مشارکت و فعالیت‌های ورزشی دانش‌آموزان در میان سه کشور» که بر روی ۳۹۰ نفر انجام دادند. بیان داشتند که انگیزه‌های دانش‌آموزان شامل شش عامل، بودن با دوستان، محبوبیت، تناسب اندام و بهداشت، وضعیت اجتماعی،

1. Matthew

2. Kondric & et al

رقابت‌های ورزشی و رفع خستگی از طریق ورزش است. در این تحقیق انگیزه‌های زنان برای مشارکت ورزشی به ترتیب شامل محبوبیت، رفع خستگی از طریق ورزش، تناسب اندام و بهداشت، بودن با دوستان، رقابت‌های ورزشی و وضعیت اجتماعی بود [۸۴].

۲-۴- جمع بندی

با مطالعه پیشینه تحقیق متوجه می‌شویم که در ایران، بیشتر پژوهش‌های انجام گرفته در زمینه مشارکت بانوان در فعالیت‌های جسمانی و ورزشی فقط به بررسی دلایل مشارکت و عدم مشارکت پرداخته‌اند و کمتر بر روی عوامل مؤثر بر تداوم و پایبندی به مشارکت در فعالیت‌های ورزشی تأکید داشته‌اند. در حالی که موضوع تداوم مشارکت در فعالیت‌های ورزشی نیز مانند شروع آن از اهمیت بسزایی برخوردار است، زیرا افراد برای دستیابی به مزایای کامل تندرستی باید به صورت منظم و مستمر تمرینات ورزشی را ادامه دهند. از طرفی دیگر انگیزه، بدون در نظر داشتن تعهد به ورزش امری بیهوده است، زیرا حتی با ایجاد انگیزه برای شرکت افراد در فعالیت‌های ورزشی نمی‌توان تضمین کرد که این افراد مشارکتشان در ورزش را ادامه می‌دهند. این در حالی است که بدون جذب و نگهداری افراد در ورزش هیچ یک از مباحث مدیریت ورزشی معنایی ندارد. از این رو این تحقیق به دنبال یافتن ارتباط بین این دو عامل مهم برای جذب و نگهداری بیشتر بانوان در فعالیت‌های ورزشی است.

فصل سوم

روش‌شناسی تحقیق

۳-۱- مقدمه

در این فصل ابتدا به روش پژوهش اشاره نموده و سپس به معرفی جامعه آماری و شیوه‌ی انتخاب نمونه‌های پژوهش پرداخته می‌شود. همچنین متغیرهای مورد مطالعه، ابزار جمع‌آوری داده‌ها، روایی و پایایی پرسشنامه‌ها، روش جمع‌آوری داده‌ها و انتخاب نوع روش آماری مناسب شرح داده می‌شود.

۳-۲- روش تحقیق

تحقیق حاضر با توجه به هدف اصلی آن که بررسی انگیزه‌های مشارکت و تعهد بانوان به فعالیت‌های ورزشی می‌باشد، از نوع تحقیقات کاربردی است. به لحاظ طرح از نوع طرح‌های غیر آزمایشی و به طور دقیق‌تر همبستگی از نوع مدل‌سازی معادلات ساختاری است، زیرا این پژوهش به دنبال سنجش ارتباط میان متغیرها در قالب یک مدل علی است. این پژوهش به شکل میدانی انجام شده است و برای نمونه‌گیری از روش نمونه‌گیری تصادفی-خوشه‌ای استفاده شده، به طوری که از بین ۱۳ منطقه شهر مشهد ۷ منطقه (مناطق ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۴، ۲، ۷، ۸) مورد مطالعه قرار گرفته است.

۳-۳- جامعه و نمونه آماری

جامعه‌ی آماری این تحقیق را بانوان بالای ۲۰ سال شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی شهرداری شهر مشهد ($N=6000$) تشکیل دادند. در مدل‌سازی معادلات ساختاری ادعاهای مختلفی درباره‌ی نسبت آزمودنی‌ها به متغیرها وجود دارد که از نسبت خیلی بزرگ ۱۰ به ۱ (سوال) تا نسبت حداقل لازم ۲ به ۱ (سوال) در نوسان است [۸۴]. در این تحقیق تعداد نمونه با توجه به تعداد سوالات پرسشنامه‌ها (۳۹ سوال)، با برآورد حداقل ۲ برابر و حداکثر ۱۰ برابر تعداد سوالات بین ۳۹۰-۷۸ تخمین زده شد. ولی با توجه به این‌که در روش مدل‌سازی معادلات ساختاری هر چقدر حجم نمونه بیشتر باشد، صحت و دقت نتایج بیشتر می‌شود [۸۵]؛ از ۶۰۰ پرسشنامه استفاده شد، که از این ۶۰۰ پرسشنامه‌ی توزیع شده ۵۲۶ پرسشنامه تکمیل و به عنوان نمونه مورد تحلیل قرار گرفت.

۳-۴- متغیرهای تحقیق

متغیر مستقل: در این تحقیق انگیزش به عنوان متغیر مستقل در نظر گرفته شده است.
متغیر وابسته: در این تحقیق تعهد ورزشی به عنوان متغیر وابسته در نظر گرفته شده است.

۳-۵- ابزار تحقیق

در این پژوهش برای جمع‌آوری اطلاعات در مورد پیشینه‌ی تحقیق از مطالعات کتابخانه‌ای استفاده شد و برای گردآوری داده‌ها از سه پرسشنامه‌ی، ویژگی‌های جمعیت‌شناختی، پرسشنامه‌ی انگیزه‌های مشارکت ورزشی و پرسشنامه‌ی تعهد ورزشی^۱ استفاده گردید، که ویژگی‌های هر کدام از ابزارها توضیح داده می‌شود.

۳-۶- پرسشنامه‌ی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی^۲

این ابزار، متغیرهای سن، وضعیت تأهل، صاحب فرزند بودن، سطح تحصیلات، رشته‌ی تحصیلی و سرپرست خانواده بودن را اندازه‌گیری می‌کند.

۳-۷- پرسشنامه‌ی انگیزه‌های مشارکت ورزشی

این ابزار تحقیق، پرسشنامه‌ی محقق‌ساخته‌ای بود که متغیرهای آن از طریق بررسی کتب دانشگاهی معتبر، مقالات علمی چاپ شده در مجلات معتبر مدیریت و مدیریت ورزشی و مصاحبه با صاحب‌نظران و بانوانی که در فعالیت‌های ورزشی شهرداری مشهد شرکت می‌کنند، به‌دست آمد. این پرسشنامه در کل شامل ۱۰ عامل در قالب ۳۵ سوال می‌باشد که در ۲ دسته، انگیزه‌های درونی و بیرونی (انگیزه‌ی درونی با ۲۱ سوال و انگیزه‌ی بیرونی با ۱۴ سوال) تقسیم‌بندی شده است که انگیزه‌های مشارکت ورزشی را اندازه‌گیری می‌کند. در این پرسشنامه، پاسخ‌ها براساس مقیاس ۵ ارزشی لیکرت، در دامنه‌ی ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۵ (کاملاً موافقم) تنظیم شده بود. در جدول (۳-۱) اطلاعات مربوط به پرسشنامه‌ی انگیزه‌ی ورزشی آمده است.

1. The Sport Commitment Model Scale
2. Demography

جدول (۳-۱)، گویه‌های مربوط به ابعاد انگیزه در پرسشنامه انگیزه‌ی مشارکت ورزشی

انگیزه ورزشی	ابعاد انگیزه ورزشی	شماره گویه‌ها
انگیزه درونی	آمادگی جسمانی و تناسب‌اندام ^۱	سوال ۲۵- سوال ۲۳- سوال ۱۶ - سوال ۱۳
	نشاط و شادابی ^۲	سوال ۳۳- سوال ۳۲- سوال ۳۱
	لذت و آرامش ^۳	سوال ۳۴- سوال ۲۸- سوال ۸- سوال ۴
	آگاهی و شناخت ^۴	سوال ۳۰- سوال ۲۶- سوال ۵
	برتری طلبی ^۵	سوال ۲۱- سوال ۱۷- سوال ۷
	اعتقادات و ارزش‌ها ^۶	سوال ۲۷- سوال ۱۲- سوال ۱۱- سوال ۲
انگیزه بیرونی	تعلقات اجتماعی ^۷	سوال ۲۹- سوال ۱۹- سوال ۱۵- سوال ۱۰
	انتظارات خارجی ^۸	سوال ۲۴- سوال ۱۸- سوال ۳- سوال ۱
	پیشگیری و درمان بیماری‌ها ^۹	سوال ۳۵- سوال ۲۲- سوال ۹
	بهبود روابط شغلی ^{۱۰}	سوال ۲۰- سوال ۱۴- سوال ۶

۳-۸- پرسشنامه‌ی تعهد ورزشی:

این پرسشنامه شامل ۵ متغیر می‌باشد که توسط (اسکانلن، سیمونز و همکاران^{۱۱}، ۱۹۹۳؛ اسکانلن، کارپنتر و همکاران^{۱۲} ۱۹۹۳) طراحی شده است. گزینه‌های پاسخ هر سوال در مقیاس ۵ ارزشی لیکرت از ۱ (خیلی کم) تا ۵ (خیلی زیاد) تنظیم شده است. روایی و پایایی نسخه انگلیسی این ابزار در تحقیقات خارجی و داخلی سنجیده و مورد قبول واقع شده است [۸۶، ۹، ۶۹، ۸۷]. در این تحقیق

1. Fitness
2. Joy and happiness
3. Enjoy and relax
4. Awareness
5. Supremacy
6. Beliefs and values
7. Social attachment
8. External Expectations
9. The prevention and treatment
10. Improving relations Job
11. Scanlan, Simons et al
12. Scanlan, Carpenter et al

محقق تنها از یک متغیر پرسشنامه یعنی متغیر تعهد ورزشی استفاده کرده، این متغیر دارای ۵ سوال می‌باشد که یکی از سوالات (سوال ۵) به دلیل همبستگی پایین با دیگر سوالات، از پرسشنامه حذف شد و ۴ سوال باقیمانده مورد استفاده قرار گرفت که میزان تعهد ورزشی ورزشکاران را اندازه‌گیری می‌کند. در جدول (۲-۳) اطلاعات مربوط به بعد تعهد ورزشی آورده شده است.

جدول (۲-۳)، گویه‌های مربوط به پرسشنامه‌ی تعهد ورزشی

شماره گویه‌ها	تعهد ورزشی
سوال ۱ - سوال ۲ - سوال ۳ - سوال ۴	

۳-۹- روایی و پایایی پرسشنامه‌ها:

برای به دست آوردن روایی پرسشنامه‌ها از روش روایی صوری^۱ و محتوایی^۲ استفاده شد. به این صورت صورت که روایی آن‌ها توسط ۱۰ تن از صاحب نظران، شامل ۳ نفر از اساتید دکترای مدیریت ورزشی، ۳ نفر از مربیان و ۴ نفر از ورزشکاران، مورد تأیید قرار گرفت. سپس به منظور تعیین پایایی در بعد انسجام درونی^۳، طی یک مطالعه‌ی مقدماتی و با تکمیل ۳۰ پرسشنامه توسط بانوان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی شهرداری شهر مشهد، ضریب پایایی برای پرسشنامه انگیزه‌ی ورزشی و تعهد ورزشی با استفاده از شاخص آلفای کرونباخ و از طریق نرم افزار SPSS (version 20) محاسبه گردید.

جدول (۳-۳)، ضرایب آلفای کرونباخ مربوط به پرسشنامه‌ی انگیزش و تعهد ورزشی

ضریب آلفا کرونباخ	پرسشنامه
۰/۸۷	انگیزه ورزشی
۰/۸۸	انگیزه درونی
۰/۷۹	انگیزه بیرونی
۰/۶۴	تعهد ورزشی

همان‌گونه که در جدول فوق مشاهده می‌شود میزان آلفای کرونباخ در مقیاس‌های انگیزه ورزشی، انگیزه درونی و انگیزه بیرونی در سطح مطلوبی قرار دارد، اما در مورد مقیاس تعهد ورزشی به دلیل

1. Face validity
2. Content validity
3. Internal consistency

تعداد کم سوالات پایایی کم تر از حد مطلوب است، از آنجایی که تعهد ورزشی از جمله مقیاس‌های مهم در تحقیق است، از حذف آن صرف‌نظر شد، بنابراین در استفاده از آن باید جانب احتیاط را به عمل آورد.

۳-۱۰- روایی سازه^۱

در روایی‌سازه بهره‌گیری از روش‌های آماری پیشرفته مورد تأکید است. بهترین شیوه برای تعیین روایی‌سازه، شیوه‌ی تحلیل عاملی^۲ است، که توسط اسپیرمن^۳ مطرح شده است. این نوع روایی در راستای شناسایی عوامل سازنده‌ی یک سازه به کاربرده می‌شود. به این ترتیب که براساس همبستگی‌های به دست آمده بین شاخص‌های گوناگون، عوامل سازنده‌ی یک سازه را شناسایی می‌نماید. نرم‌افزار با استفاده از ضرایب همبستگی بین شاخص‌های متفاوت، آن را تحت عنوان یک عامل جایگزین می‌نماید [۴۹]. با توجه به این‌که برای پرسشنامه‌ها از قبل عامل تعریف شده بود، از بین شیوه‌های متفاوت تحلیل عاملی، از شیوه‌ی تحلیل عاملی تأییدی^۴ استفاده گردید و عوامل اصلی پرسشنامه‌ها مورد تأیید قرار گرفتند، بنابراین می‌توان گفت، عوامل استخراج گردیده به صورت نظری و تجربی با مفروضات ابزار اندازه‌گیری، منطبق است.

در ابتدا تحلیل عاملی صرفاً یک روش اکتشافی بود؛ اما اخیراً این امکان به وجود آمده است که بتوان با استفاده از تحلیل عاملی فرض آزمایی^۵ کرد. این روش که توسط یورس کوگ^۶ (۱۹۷۳) ابداع شد، تحلیل عاملی تأییدی نامیده می‌شود [۸۵]. در این روش محقق مطالعه‌ی خود را بر مبنای ساختار عاملی از پیش تعیین شده دنبال می‌کند و درصدد است تا صحت و سقم ساختار عاملی مجموعه‌ای از متغیرهای مشاهده شده را مورد آزمون قرار دهد. این تکنیک به محقق اجازه می‌دهد تا آزمون این فرضیه، که بین متغیرهای آشکار و سازه‌های نهفته رابطه وجود دارد را مورد بررسی قرار دهد. بعلاوه

-
1. Construct Validity
 2. Factor Analysis
 3. Spearman
 4. Conformity Factor Analysis
 5. Hypotheses testing
 6. Joreskog

می‌توان بر اساس برخی از شاخص‌هایی که ارائه می‌گردد میزان موفقیت برازندگی را نیز سنجید [۸۸]. به طور کلی برای ارزیابی مدل‌های تحلیل عاملی چندین مشخصه برازندگی وجود دارد. در این جا طبق پیشنهاد تامپسون^۱ (۲۰۰۴) از شاخص‌های مجذور کای (که در ایموس با برچسب CMIN مشخص می‌شود)، شاخص برازش نرم شده (NFI)^۲، شاخص برازش مقایسه‌ای (CFI)^۳، نیکویی برازش (GFI)^۴ و ریشه خطای میانگین مجذورات تقریب (RMSEA)^۵ استفاده شده است [۸۹].

۳-۱۰-۱- رویای سازه انگیزه درونی

از تحلیل عاملی تأییدی جهت بررسی اعتبار مقیاس انگیزه درونی استفاده شد، و در جدول (۳-۴) پارامترهای الگوی اندازه‌گیری این مقیاس مشخص شده‌اند.

جدول (۳-۴) پارامترهای الگوی اندازه‌گیری انگیزه‌ی درونی در تحلیل عاملی تأییدی

نسبت بحرانی (C.R.)	خطای استاندارد (S.E.)	برآورد استاندارد (β)	برآورد غیر استاندارد (b)	ارتباط بین گویه‌ها با عامل		
---	---	۰/۸۸۲	۱/۰۰	تناسب اندام	<--	انگیزه درونی
۹/۹۳	۰/۱۳۱	۰/۹۸۰	۱/۳۰۳	لذت و آرامش	<--	انگیزه درونی
۹/۰۹	۰/۱۲۳	۰/۹۵۵	۱/۱۱۴	نشاط و شادابی	<--	انگیزه درونی
۹/۸۵	۰/۱۳۶	۰/۹۲۴	۱/۳۲	آگاهی و شناخت	<--	انگیزه درونی
۸/۵۰	۰/۱۳۱	۰/۹۱۱	۱/۱۱۶	برتری طلبی	<--	انگیزه درونی
۳/۷۳	۰/۱۴۷	۰/۷۷۷	۰/۵۴۸	اعتقادات و ارزش‌ها	<--	انگیزه درونی
---	---	۰/۲۰۴	۱/۰۰	سوال ۲۷	<--	اعتقادات و ارزش‌ها

- 1.Thompson
- 2.Normed Fit Index
- 3.Comparative Fit Index
- 4.Goodness of Fit Index
- 5.Root Mean Square Error of Approximation

نسبت بحرانی (C.R.)	خطای استاندارد (S.E.)	برآورد استاندارد (β)	برآورد غیر استاندارد (b)	ارتباط بین گویه ها با عامل		
۳/۶۵	۰/۶۵	۰/۴۵۴	۲/۳۷۵	سوال ۱۲	<--	اعتقادات و ارزشها
۳/۷۶	۰/۴۶	۰/۵۶۲	۱/۷۳	سوال ۱۱	<--	اعتقادات و ارزشها
۳/۷۵	۰/۴۹	۰/۵۴۶	۱/۸۷	سوال ۲	<--	اعتقادات و ارزشها
---	---	۰/۵۳۵	۱/۰۰	سوال ۳۱	<--	نشاط و شادابی
۹/۸۷	۰/۱۰۲	۰/۵۹۴	۱/۰۰۷	سوال ۳۳	<--	نشاط و شادابی
۱۰/۰۹	۰/۱۲۹	۰/۶۱۵	۱/۳۰۱	سوال ۳۲	<--	نشاط و شادابی
---	---	۰/۶۲۴	۱/۰۰	سوال ۳۰	<--	آگاهی و شناخت
۱۱/۹۳	۰/۱۰۰	۰/۶۶۹	۱/۱۹۹	سوال ۲۶	<--	آگاهی و شناخت
۱۰/۵۴	۰/۰۸۰	۰/۵۶۷	۰/۸۴۵	سوال ۵	<--	آگاهی و شناخت
---	---	۰/۵۰۲	۱/۰۰	سوال ۲۱	<--	برتری طلبی
۹/۵۸	۰/۱۳۱	۰/۶۴۵	۱/۲۵۹	سوال ۱۷	<--	برتری طلبی
۹/۶۲	۰/۱۲۸	۰/۶۵۰	۱/۲۲۸	سوال ۷	<--	برتری طلبی
---	---	۰/۶۰۰	۱/۰۰	سوال ۸	<--	لذت و آرامش
۱۱/۰۸	۰/۰۹۰	۰/۵۹۹	۰/۹۹۹	سوال ۳۴	<--	لذت و آرامش
۸/۲۵	۰/۱۰۴	۰/۴۱۸	۰/۸۵۵	سوال ۲۸	<--	لذت و آرامش
۱۰/۵۲	۰/۰۸۶	۰/۵۶۱	۰/۹۰۹	سوال ۴	<--	لذت و آرامش
---	---	۰/۵۷۳	۱/۰۰	سوال ۲۵	<--	تناسب اندام
۱۰/۸۷	۰/۱۰۴	۰/۶۴۶	۱/۱۲۷	سوال ۲۳	<--	تناسب اندام
۱۰/۹۰	۰/۱۲۸	۰/۶۴۹	۱/۳۹۵	سوال ۱۶	<--	تناسب اندام
۱۰/۸۶	۰/۱۱۲	۰/۶۴۵	۱/۲۲۱	سوال ۱۳	<--	تناسب اندام

همان‌طور که در جدول (۳-۴) مشاهده می‌شود مقادیر پارامتر استاندارد برای هر یک از عوامل، نشان دهنده‌ی بار عاملی آن‌ها روی متغیر مکنون مربوطه بوده که مقدار $t > \pm 1/96$ (که در ایموس با برچسب نسبت بحرانی C.R مشخص می‌شود) متناظر آن‌ها نیز، معناداری سهم آن‌ها در اندازه‌گیری متغیر نهفته را نشان می‌دهد. بنابراین بر اساس مقدار نسبت بحرانی به‌دست آمده برای هر سوال می‌توان عنوان کرد که هر یک از سؤالات دارای نقش مهم و معنادار در اندازه‌گیری عامل انگیزه درونی هستند.

جدول (۳-۵) - شاخص‌های نیکویی برازش الگوی اندازه‌گیری انگیزه‌ی درونی

CFI	NFI	GFI	RMSEA	P	DF	CMIN	CMIN/DF
۰/۸۷	۰/۸۲	۰/۹۰	۰/۰۶۴	۰/۰۰۱	۱۸۳	۵۷۰/۶۶۳	۳/۱۱

وقتی حجم نمونه برابر با ۷۵ تا ۲۰۰ باشد مقدار مجذور کای، یک شاخص مناسب برای برازندگی است، اما برای الگویی با n بزرگتر، مجذور کای تقریباً همیشه از لحاظ آماری معنادار است. درچنین مواردی استفاده از کای اسکوئر نسبی^۱ پیشنهاد می‌شود، که از تقسیم ساده مقدار کای اسکوئر بر درجه آزادی مدل محاسبه می‌شود. هرچند این شاخص فاقد یک معیار ثابت برای یک الگوی قابل قبول است، اما اندازه‌های کوچکتر از سه معمولاً به عنوان شاخص مطلوب برای نیکویی برازش در نظر گرفته می‌شود. با این حال افرادی مانند شوماخر و لومکس^۲ (۱۳۸۸) مقادیر یک تا پنج را قابل قبول می‌دانند [۴۹].

مقدار شاخص نیکویی برازش (GFI) و شاخص برازش نرم شده (NFI) و شاخص برازش مقایسه‌ای (CFI) از صفر تا یک در نوسان هستند که هر چه مقدار این شاخص‌ها به یک نزدیک‌تر باشد، نیکویی برازش الگو بیشتر است. اما ریشه خطای میانگین مجذورات تقریب (RMSEA) باید تا حد امکان کوچک باشد و مقادیر کمتر از ۰/۰۵ نشان‌دهنده‌ی برازش کاملاً مناسب، تا ۰/۰۸ نشانگر برازش مناسب و تا ۰/۱ یا بیشتر حاکی از برازش ضعیف است [۴۹].

1. Relative chi-square

2. Schumacker, Randall & Lomax, Richard

همان‌طور که در جدول (۳-۵) مشاهده می‌شود شاخص‌ها در سطح نسبتاً قابل قبولی هستند و مدل با داده‌ها برازش دارد. سوال‌ها متجانس هستند و یک عامل زیربنایی یعنی انگیزه‌ی درونی برای سوال‌ها وجود دارد.

۳-۱۰-۲- روایی سازه انگیزه بیرونی

از تحلیل عاملی تأییدی جهت بررسی اعتبار مقیاس انگیزه‌ی بیرونی استفاده شد، و در جدول (۳-۶) پارامترهای الگوی اندازه‌گیری این مقیاس مشخص شده‌اند.

جدول (۳-۶)، پارامترهای الگوی اندازه‌گیری انگیزه‌ی بیرونی در تحلیل عاملی تأییدی

نسبت بحرانی (C.R.)	خطای استاندارد (S.E.)	برآورد استاندارد (β)	برآورد غیر استاندارد (b)	ارتباط بین گویه‌ها با عامل	
---	---	۰/۵۸	۱/۰۰	<--	انگیزه بیرونی
۲/۷۸	۰/۳۰۴	۰/۹۱	۰/۸۴	<--	پیشگیری و درمان
۳/۵۴	۱/۰۰۱	۰/۹۷	۳/۵۴	<--	تعلقات اجتماعی
۳/۵۹	۱/۱۳	۰/۸۱	۴/۰۶	<--	انتظارات خارجی
---	---	۰/۶۱	۱/۰۰	<--	انگیزه بیرونی
۹/۵۶	۰/۰۸۸	۰/۵۳	۰/۸۴	<--	بهبود روابط شغلی
۱۰/۰۴	۰/۰۹۷	۰/۵۷	۰/۹۷	<--	انتظارات خارجی
۱۰/۳۶	۰/۰۸۸	۰/۵۹	۰/۹۱	<--	انتظارات خارجی
---	---	۰/۲۲	۱/۰۰	<--	تعلقات اجتماعی
۴/۲۱	۰/۳۳۹	۰/۳۴	۱/۴۲	<--	تعلقات اجتماعی
۳/۵۰	۰/۲۴۲	۰/۲۳	۰/۸۴	<--	تعلقات اجتماعی
۴/۱۱	۰/۸۹۵	۰/۶۳	۳/۶۸	<--	تعلقات اجتماعی
---	---	۰/۸۱	۱/۰۰	<--	بهبود روابط شغلی
۱۱/۶۵	۰/۵۹	۰/۵۹	۰/۶۸	<--	بهبود روابط شغلی
۱۱/۳۲	۰/۴۵	۰/۵۷	۰/۵۱	<--	بهبود روابط شغلی
---	---	۰/۲۷	۱/۰۰	<--	پیشگیری و درمان
۳/۵۷	۰/۵۱۵	۰/۶۳	۱/۸۴	<--	پیشگیری و درمان
۲/۹۲	۰/۱۴۲	۰/۲۲	۰/۴۱	<--	پیشگیری و درمان

مقادیر پارامتر استاندارد برای هر یک از عوامل، نشان‌دهنده‌ی بار عاملی آنها روی متغیر نهفته مربوط بوده که نسبت بحرانی بزرگتر از $\pm 1/96$ متناظر آنها نیز، معناداری سهم آنها در اندازه‌گیری متغیر نهفته را نشان می‌دهد. بنابراین بر اساس مقدار (C.R) بدست آمده برای هر سوال می‌توان عنوان کرد که هر یک از سؤالات دارای نقش مهم و معناداری در اندازه‌گیری عامل انگیزه‌ی بیرونی هستند.

جدول (۷-۳)، شاخص‌های نیکویی برازش الگوی اندازه‌گیری انگیزه بیرونی

CFI	NFI	GFI	RMSEA	P	DF	CMIN	CMIN/DF
۰/۸۷	۰/۸۲	۰/۹۳	۰/۰۶۹	۰/۰۰۱	۶۹	۲۴۳/۷۱۳	۳/۵۳

همان‌طور که در جدول (۷-۳)، مشاهده می‌شود شاخص‌ها در سطح نسبتاً قابل قبولی هستند و مدل با داده‌ها برازش دارد. سوال‌ها متجانس هستند و یک عامل زیر بنایی یعنی انگیزه‌ی بیرونی برای سوال‌ها وجود دارد.

۳-۱۰-۳- روایی سازه تعهد ورزشی

از تحلیل عاملی تأییدی جهت بررسی اعتبار مقیاس تعهد ورزشی استفاده شد، و در جدول (۸-۳) پارامترهای الگوی اندازه‌گیری این مقیاس مشخص شده‌اند.

جدول (۸-۳)، پارامترهای الگوی اندازه‌گیری تعهد ورزشی در تحلیل عاملی تأییدی

نسبت بحرانی (C.R.)	خطای استاندارد (S.E.)	برآورد استاندارد (β)	برآورد غیر استاندارد (b)	ارتباط بین گویه‌ها با عامل		
---	---	۰/۵۵	۱/۰۰	سوال ۱	<--	تعهد ورزشی
۶/۰۳	۰/۰۹	۰/۳۰	۰/۶۰	سوال ۲	<--	تعهد ورزشی
۸/۹۴	۰/۱۲	۰/۷۰	۱/۱۲	سوال ۳	<--	تعهد ورزشی
۸/۸۹	۰/۱۰	۰/۷۱	۰/۹۱	سوال ۴	<--	تعهد ورزشی

مقادیر پارامتر استاندارد برای هر یک از عوامل، نشان‌دهنده بار عاملی آنها روی متغیر نهفته مربوط بوده که نسبت بحرانی بزرگتر از $\pm 1/96$ متناظر آنها نیز، معناداری سهم آنها در اندازه‌گیری متغیر

نهفته را نشان می‌دهد. بنابراین براساس مقدار (C.R) بدست آمده برای هر سوال می‌توان عنوان کرد که هر یک از سؤالات دارای نقش مهم و معناداری در اندازه‌گیری عامل تعهد ورزشی هستند.

جدول (۳-۹)، شاخص‌های نیکویی برازش الگوی اندازه‌گیری تعهد ورزشی

CFI	NFI	GFI	RMSEA	P	DF	CMIN	CMIN/DF
۱/۰۰	۱/۰۰	۱/۰۰	۰/۰۰۱	۰/۹۲۴	۱	۰/۰۰۹	۰/۰۰۹

همانطور که مشاهده می‌شود سه شاخص (GFI، CFI و NFI) بالاتر از ۰/۹۰ و شاخص RMSEA کمتر از ۰/۰۸ می‌باشد که نشانگر قابل قبول بودن شاخص‌های برازندگی (تناسب) و در نتیجه برازش و صحت مناسب و مطلوب مدل اندازه‌گیری می‌باشد.

۳-۱۱- روش جمع‌آوری داده‌های تحقیق

در این پژوهش ابتدا هماهنگی لازم با شهرداری شهر مشهد جهت کسب مجوز برای انجام تحقیق، صورت گرفت. توزیع پرسشنامه‌ها در هنگام حضور ورزشکاران در کلاس‌های ورزشی و با هماهنگی مربی آن‌ها انجام گردید و پس از توضیحات لازم مبنی بر اهمیت موضوع تحقیق، شرح نحوه‌ی تکمیل پرسشنامه و اطمینان بخشیدن به ورزشکاران مبنی بر محرمانه بودن اطلاعات، پرسشنامه‌ها توسط آن‌ها تکمیل شد. در نهایت تعداد ۵۲۶ پرسشنامه جمع‌آوری گردید.

۳-۱۲- روش‌های آماری تحقیق

۳-۱۲-۱- آمار توصیفی

به‌منظور سازمان دادن، خلاصه کردن، طبقه‌بندی نمرات خام و توصیف اندازه‌های نمونه از آمار توصیفی (فراوانی، میانگین، درصدها، انحراف استاندارد و رسم جداول) استفاده شده است.

۳-۱۲-۲- آمار استنباطی

با توجه به قضیه حد مرکزی و این‌که اگر چولگی بین $+2$ تا -2 باشد داده‌ها در وضعیت نرمال قرار دارند، داده‌ها نرمال فرض شد [۹۰،۴۹]، بنابراین در ادامه تحلیل‌ها از روش‌های آماری پارامتریک استفاده گردید، یعنی برای تعیین روایی سازه پرسشنامه‌ها از تحلیل عاملی تأییدی، برای تعیین همبستگی بین متغیرها از ضریب همبستگی پیرسون و برای پیش‌بینی سهم و نقش متغیر پیش‌بین بر متغیر ملاک از روش مدل‌سازی معادلات ساختاری استفاده شده است. در این راستا از دو نرم افزار AMOS (version 18) و SPSS (version 20) کمک گرفته شد.

آلفای کرونباخ یکی از روش‌های تعیین پایایی آزمون، با تأکید بر همسانی درونی است که به آن ضریب آلفای کرونباخ یا حتی آلفا نیز گفته می‌شود [۹۰].

ضریب همبستگی پیرسون روشی پارامتری است و برای داده‌هایی با توزیع نرمال یا تعداد داده‌های زیاد استفاده می‌شود. این ابزار آماری برای تعیین نوع و درجه‌ی رابطه یک متغیر کمی با متغیر کمی دیگر است. ضریب همبستگی شدت رابطه و همچنین نوع رابطه (مستقیم یا معکوس) را نشان می‌دهد. این ضریب بین 1 تا -1 است و در صورت عدم وجود رابطه بین دو متغیر برابر صفر می‌باشد [۹۰].

مدل‌سازی معادلات ساختاری یک تکنیک تحلیل چند متغیری بسیار کلی و نیرومند از خانواده رگرسیون چند متغیری و به بیان دقیق‌تر بسط مدل خطی کلی است، که به پژوهشگران امکان می‌دهد مجموعه‌ای از معادلات رگرسیون را به گونه هم‌زمان مورد آزمون قرار دهند. مدل‌یابی معادله ساختاری یک رویکرد آماری جامع برای آزمون فرضیه‌هایی درباره روابط بین متغیرهای مشاهده شده و مکنون است [۹۱،۴۹].

فصل چهارم

تجزیه و تحلیل داده‌ها

۴-۱- مقدمه

در این فصل در ابتدا به توصیف ویژگی‌های جمعیت شناختی (سن، وضعیت تأهل، دارا بودن فرزند، سطح تحصیلات، رشته تحصیلی، وضعیت سرپرست خانواده بودن) پرداخته و جداول توزیع فراوانی و درصد ترسیم گردیدند، سپس از جداول آمار توصیفی به منظور توصیف انگیزه‌ی درونی (تناسب اندام و آمادگی جسمانی، نشاط و شادابی، لذت و آرامش، آگاهی و شناخت، برتری طلبی و اعتقادات و ارزش‌ها)؛ انگیزه‌ی بیرونی (تعلقات اجتماعی، پیشگیری و درمان بیماری‌ها، بهبود روابط شغلی و انتظارات خارجی) و تعهد ورزشی استفاده شد. در راستای تحلیل داده‌ها و پاسخ به سؤال‌های پژوهش در قالب مدل علی از مدل سازی معادلات ساختاری بهره گرفته شد.

۲-۴- توصیف ویژگی های جمعیت شناختی آزمودنی ها

۲-۴-۱- سن

همان گونه که در جدول (۱-۴) ملاحظه می‌شود، ۲۵/۵ درصد از نمونه‌های تحقیق در دامنه‌ی سنی ۲۰ تا ۳۰ سال، ۳۷/۱ درصد ۳۱ تا ۴۰ سال، ۲۶/۴ درصد ۴۱ تا ۵۰ سال، ۱۱ درصد ۵۱ سال و بالاتر قرار دارند. یعنی اکثر نمونه‌های تحقیق در دامنه سنی بین ۳۱ تا ۴۰ سال قرار دارند و کمترین فراوانی نمونه‌های تحقیق در دامنه سنی ۵۱ سال و بالاتر می‌باشند.

جدول (۱-۴)، توزیع فراوانی سن نمونه‌های تحقیق

سن	فراوانی	درصد
۲۰ تا ۳۰ سال	۱۳۴	۲۵/۵
۳۱ تا ۴۰ سال	۱۹۵	۳۷/۱
۴۱ تا ۵۰ سال	۱۳۹	۲۶/۴
۵۱ سال و بالاتر	۵۸	۱۱
کل	۵۲۶	۱۰۰

۲-۴-۲- وضعیت تأهل

همان گونه که در جدول (۲-۴) ملاحظه می‌شود، اکثریت نمونه‌های تحقیق یعنی ۸۰/۶ درصد متأهل و کمترین فراوانی نمونه‌های تحقیق یعنی ۱۹/۴ درصد مجرد می‌باشند.

جدول (۲-۴)، توزیع فراوانی وضعیت تأهل نمونه‌های تحقیق

وضعیت تأهل	فراوانی	درصد
مجرد	۱۰۲	۱۹/۴
متأهل	۴۲۴	۸۰/۶
کل	۵۲۶	۱۰۰

۴-۲-۳- دارا بودن فرزند

همان‌گونه که در جدول (۳-۴) ملاحظه می‌شود اکثر نمونه‌های تحقیق یعنی ۷۵/۹ درصد دارای فرزند و کمترین فراوانی نمونه‌های تحقیق یعنی ۲۴/۱ درصد بدون فرزند می‌باشند.

جدول (۳-۴)، توزیع فراوانی دارا بودن فرزند نمونه‌های تحقیق

دارا بودن فرزند	فراوانی	درصد
دارای فرزند	۳۹۹	۷۵/۹
بدون فرزند	۱۲۷	۲۴/۱
کل	۵۲۶	۱۰۰

۴-۲-۴- سطح تحصیلات

چنانچه که در جدول (۴-۴) ملاحظه می‌شود، ۳۱/۹ درصد از نمونه‌های تحقیق زیر دیپلم ، ۳۹/۹ درصد دیپلم، ۱۲/۰۰ درصد فوق دیپلم و ۱۴/۴ درصد لیسانس و ۱/۷ درصد بالاتر از لیسانس هستند. به طوری که اکثر نمونه‌های تحقیق (۳۹/۹ درصد) دیپلم و کمترین فراوانی نمونه‌های تحقیق (۱/۷ درصد) بالاتر از لیسانس می‌باشند.

جدول (۴-۴)، توزیع فراوانی سطح تحصیلات نمونه‌های تحقیق

سطح تحصیلات	فراوانی	درصد
زیر دیپلم	۱۶۸	۳۱/۹
دیپلم	۲۱۰	۳۹/۹
فوق دیپلم	۶۳	۱۲/۰۰
لیسانس	۷۶	۱۴/۴
بالاتر از لیسانس	۹	۱/۷
کل	۵۲۶	۱۰۰

۴-۲-۵- رشته‌ی تحصیلی

چنانچه که در جدول (۴-۵) ملاحظه می‌شود، ۱۸/۹۴ درصد از نمونه‌های تحقیق گروه فنی ، ۳۲/۱ درصد علوم انسانی، ۲۱/۵ درصد علوم تجربی و ۹/۴ درصد علوم ریاضی و ۲۳ درصد فاقد رشته‌ی تحصیلی هستند. به طوری که اکثر نمونه‌های تحقیق (۳۲/۱ درصد) علوم انسانی و کمترین فراوانی نمونه‌های تحقیق (۹/۴ درصد) علوم ریاضی می‌باشند.

جدول (۴-۵)، توزیع فراوانی رشته تحصیلی نمونه‌های تحقیق

درصد	فراوانی	رشته تحصیلی
۱۸/۴	۹۷	گروه فنی
۳۲/۱	۱۶۹	علوم انسانی
۲۱/۵	۱۱۳	علوم تجربی
۹/۴	۲۶	علوم ریاضی
۲۳	۱۲۱	فاقد رشته‌ی تحصیلی
۱۰۰	۵۲۶	کل

۴-۲-۶- وضعیت سرپرستی خانواده

همان‌گونه که در جدول (۴-۶) ملاحظه می‌شود، اکثر نمونه‌های تحقیق یعنی ۹۰/۹ درصد سرپرست خانواده نیستند و کمترین فراوانی نمونه‌های تحقیق یعنی ۹/۱ درصد سرپرست خانواده می‌باشند.

جدول (۴-۶)، توزیع فراوانی وضعیت سرپرستی نمونه‌های تحقیق

درصد	فراوانی	وضعیت سرپرستی
۹/۱	۴۸	سرپرست خانواده هستند
۹۰/۹	۴۷۸	سرپرست خانواده نیستند
۱۰۰	۵۲۶	کل

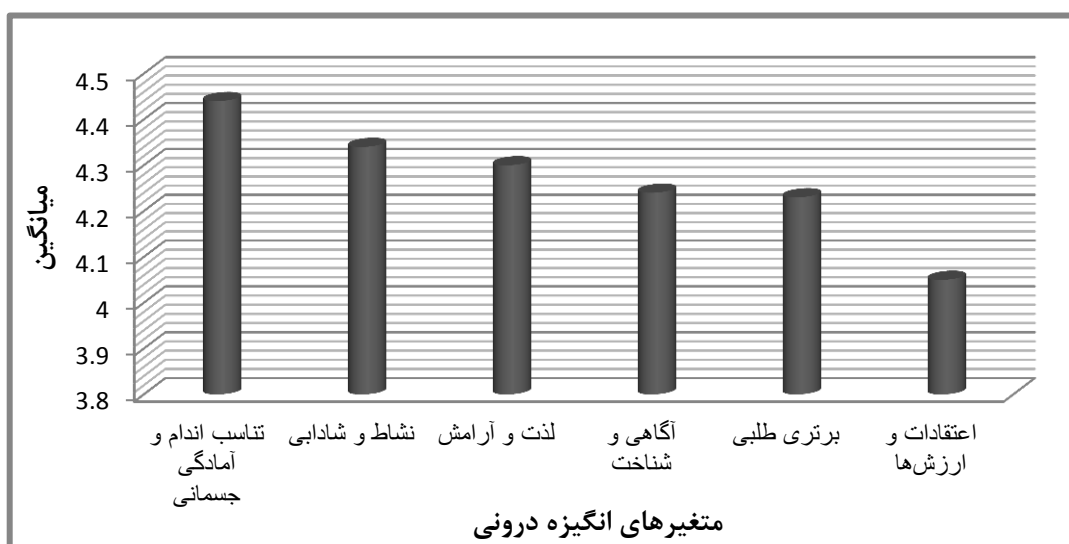
۴-۳- آمار توصیفی متغیرهای تحقیق

۴-۳-۱- انگیزه‌ی درونی

همان‌گونه که در جدول (۴-۷) مشاهده می‌شود، میانگین هر شش انگیزه در سطح بالایی بوده و از نظر آزمودنی‌ها، متغیر تناسب‌اندام و آمادگی جسمانی ($4/44 \pm 0/45$) دارای بیشترین میانگین امتیاز و متغیر اعتقادات و ارزش‌ها ($4/05 \pm 0/53$) دارای کمترین میانگین امتیاز می‌باشند.

جدول (۴-۷)، آمار توصیفی مربوط به متغیرهای انگیزه‌ی درونی آزمودنی‌ها

بیشترین	کمترین	انحراف معیار	میانگین	انگیزه‌های درونی
۵	۳	۰/۴۵	۴/۴۴	تناسب اندام و آمادگی جسمانی
۵	۳	۰/۴۷	۴/۳۴	نشاط و شادابی
۵	۳/۲۵	۰/۴۵	۴/۳۰	لذت و آرامش
۵	۳	۰/۵۲	۴/۲۴	آگاهی و شناخت
۵	۳	۰/۵۱	۴/۲۳	برتری طلبی
۵	۲/۷۵	۰/۵۳	۴/۰۵	اعتقادات و ارزش‌ها



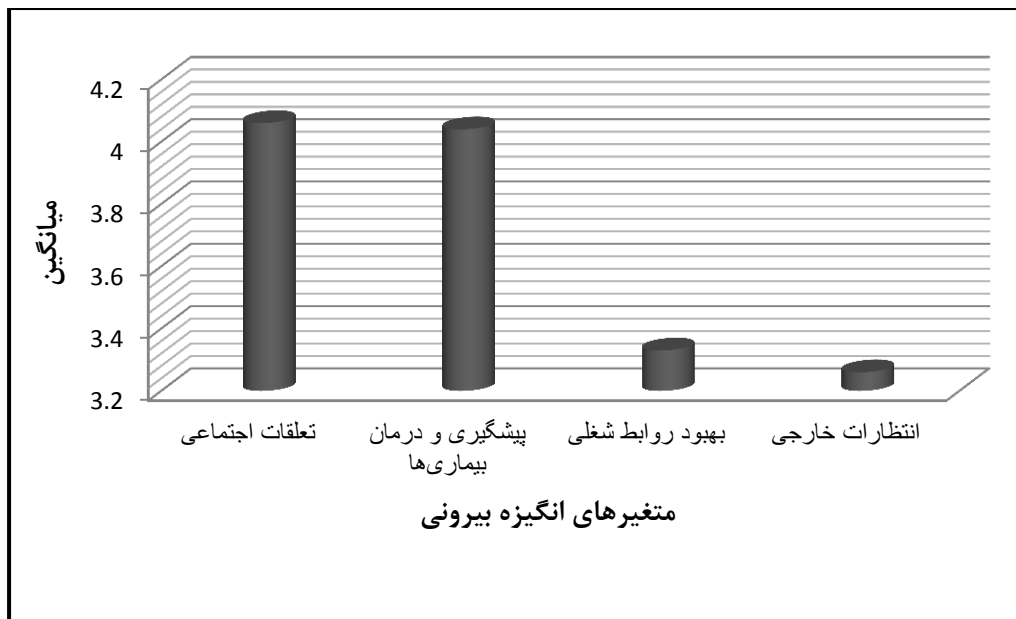
نمودار (۴-۱)، توزیع میانگین امتیازات متغیرهای انگیزه‌ی درونی

۴-۳-۲- انگیزه‌ی بیرونی

همان‌گونه که در جدول (۴-۸) مشاهده می‌شود، میانگین هر چهار متغیر بالاتر از سطح متوسط بوده و از نظر آزمودنی‌ها، متغیر تعلقات اجتماعی ($4/06 \pm 0/49$) دارای بیشترین امتیاز و متغیر انتظارات خارجی ($3/26 \pm 0/74$) دارای کمترین امتیاز می‌باشند.

جدول (۴-۸)، آمار توصیفی مربوط به انگیزه‌ی بیرونی آزمودنی‌ها

انگیزه‌های بیرونی	میانگین	انحراف معیار	کمترین	بیشترین
تعلقات اجتماعی	۴/۰۶	۰/۴۹	۲/۷۵	۵
پیشگیری و درمان بیماری‌ها	۴/۰۴	۰/۵۶	۲/۶۷	۵
بهبود روابط شغلی	۳/۳۳	۰/۷۷	۱	۵
انتظارات خارجی	۳/۲۶	۰/۷۴	۱/۲۵	۵



نمودار (۴-۲)، توزیع میانگین امتیازات متغیرهای انگیزه‌ی بیرونی

۴-۳-۳- تعهد ورزشی آزمودنی‌ها

همان‌گونه که در جدول (۹-۴) مشاهده می‌شود، می‌توان بیان کرد که میانگین تعهد ورزشی ($3/88 \pm 0/72$) تقریباً بالاتر از سطح متوسط است.

جدول (۹-۴)، آمار توصیفی مربوط به تعهد ورزشی آزمودنی‌ها

تعداد	کمترین	انحراف معیار	میانگین	تعهد ورزشی
۵	۱/۷۵	۰/۷۲	۳/۸۸	تعهد

۴-۴- یافته‌های استنباطی

۴-۵- فرض نرمال بودن تک متغیره و چند متغیره داده‌ها^۱

یکی از مواردی که پیش از به کارگیری داده‌های پژوهش در اجرای مدل‌سازی معادلات ساختاری باید در نظر داشت، فرض نرمال بودن داده‌های پژوهش می‌باشد [۹۱]. زیرا چنانچه توزیع داده‌های پژوهش تفاوت زیاد و معناداری با توزیع نرمال داشته باشد، نتایج تحلیل‌های آماری بی اعتبار خواهد بود. به همین دلیل پژوهشگر بایستی از نرمال بودن توزیع‌های یک متغیره و نیز نرمال بودن توزیع‌های چند متغیره اطمینان حاصل نماید [۹۱]. نرمال بودن چند متغیری چنین فرض می‌کند که هرکدام از متغیرها به صورت نرمال توزیع شده است. نرمال بودن چند متغیری در مدل‌سازی معادلات ساختاری مستلزم آن است که هر نشانگر برای هر مقدار از دیگر نشانگرها به صورت نرمال توزیع شده باشد. انحراف از این مفروضه می‌تواند منجر به تورم^۲ یا رکود^۳ در ارزش‌های مجذور کای شود. در اغلب موارد نرمال بودن چند متغیری از طریق بررسی توزیع تک متغیری انجام می‌شود [۸۵]. روش‌های متعددی برای بررسی نرمال بودن وجود دارد. یکی از روش‌های بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها، استفاده از دو آماره چولگی^۴ و کشیدگی^۵ است، که بهترین معیار استاندارد است و با

1. Multivariate Normality
2. inflation
3. deflation
4. Skewness
5. kurtosis

آن می‌توان توزیع‌های مختلف را با یک توزیع نرمال مورد مقایسه قرار داد [۹۱،۹۲،۹۳،۹۴،۹۵]. مقدار چولگی یا کشیدگی بیشتر از مثبت دو و کمتر از منفی دو می‌تواند به عنوان تفاوت معنادار توزیع متغیر مشاهده شده با یک توزیع نرمال تفسیر شود [۴۹، ۹۰].

جدول (۴-۱۰)، نتایج آزمون حد مرکزی جهت تعیین نرمال بودن داده‌ها

نتیجه آزمون	کشیدگی	چولگی	متغیر
توزیع نرمال است	-۰/۲۰۴	-۰/۳۷۵	تعهد
توزیع نرمال است	-۰/۵۵۴	-۰/۱۶۵	انگیزه درونی
توزیع نرمال است	-۰/۰۷۰	-۰/۰۷۷	انگیزه بیرونی
توزیع نرمال است	-۰/۳۸۰	-۰/۴۸۳	تناسب اندام و آمادگی جسمانی
توزیع نرمال است	-۰/۶۴۵	-۰/۲۳۶	نشاط و شادابی
توزیع نرمال است	-۰/۷۰۴	-۰/۲۴۴	لذت و آرامش
توزیع نرمال است	-۰/۶۴۳	-۰/۱۷۲	آگاهی و شناخت
توزیع نرمال است	-۰/۷۵۰	-۰/۱۹۶	برتری طلبی
توزیع نرمال است	-۰/۶۵۱	-۰/۰۲۹	اعتقادات و ارزش‌ها
توزیع نرمال است	-۰/۵۲۵	-۰/۱۵۹	تعلقات اجتماعی
توزیع نرمال است	-۰/۴۴۱	-۰/۲۱۳	انتظارات خارجی
توزیع نرمال است	-۰/۰۳۳	-۰/۲۱۰	بهبود روابط شغلی
توزیع نرمال است	-۰/۴۷۵	-۰/۲۸۴	پیشگیری و درمان بیماری‌ها

جدول فوق شاخص چولگی و کشیدگی در داده‌های پژوهش حاضر را نشان می‌دهد، مقادیر به دست آمده برقراری پیش فرض نرمال بودن چند متغیری را در داده‌های پژوهش تأیید می‌کند.

۴-۶- بررسی همخطی چندگانه^۱ متغیرهای تحقیق

از آنجا که مبنای تجزیه و تحلیل مدل‌های علی، ماتریس همبستگی می‌باشد. بنابراین ماتریس همبستگی متغیرهای تحقیق در جدول (۴-۱۱) ارائه شده است.

1.Multicollinearity

جدول (۴-۱۱) - ماتریس همبستگی متغیرهای تحقیق

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳
۱. تعهد ورزشی	۱												
۲. انگیزه درونی	۰/۴۸**	۱											
۳. انگیزه بیرونی	۰/۳۶**	۰/۵۱**	۱										
۴. تناسب اندام و آمادگی جسمانی	۰/۳۴**	۰/۷۸**	۰/۲۴**	۱									
۵. نشاط و شادابی	۰/۳۴**	۰/۷۷**	۰/۳۰**	۰/۵۸**	۱								
۶. لذت و آرامش	۰/۳۸**	۰/۷۹**	۰/۳۶**	۰/۵۴**	۰/۶۴**	۱							
۷. آگاهی و شناخت	۰/۴۱**	۰/۸۰**	۰/۴۶**	۰/۵۴**	۰/۵۳**	۰/۵۷**	۱						
۸. بزرتری طبیبی	۰/۳۸**	۰/۷۹**	۰/۴۰**	۰/۵۶**	۰/۵۱**	۰/۵۵**	۰/۵۵**	۱					
۹. اعتقادات و ارزش‌ها	۰/۳۶**	۰/۶۶**	۰/۵۵**	۰/۳۹**	۰/۳۳**	۰/۳۷**	۰/۴۷**	۰/۴۲**	۱				
۱۰. تعلقات اجتماعی	۰/۳۴**	۰/۶۱**	۰/۶۷**	۰/۴۱**	۰/۴۲**	۰/۵۲**	۰/۴۸**	۰/۵۲**	۰/۴۹**	۱			
۱۱. پیشگیری و درمان بیماری‌ها	۰/۱۱**	۰/۲۸**	۰/۵۷**	۰/۱۵**	۰/۱۷**	۰/۱۹**	۰/۲۴**	۰/۲۱**	۰/۲۸**	۰/۲۵**	۱		
۱۲. بهبود روابط شغلی	۰/۲۷**	۰/۳۵**	۰/۸۰**	۰/۱۱**	۰/۲۲**	۰/۲۵**	۰/۳۵**	۰/۲۸**	۰/۳۵**	۰/۳۹**	۰/۲۲**	۱	
۱۳. انتظارات خارجی	۰/۳۱**	۰/۳۱**	۰/۸۳**	۰/۰۹*	۰/۱۴**	۰/۱۶**	۰/۴۰**	۰/۲۰**	۰/۴۸**	۰/۴۳**	۰/۲۸**	۰/۵۵**	۱
سطح معناداری	* $p < 0.05$. ** $p < 0.01$.												

با توجه به جدول (۴-۱۱) تعهد ورزشی بالاترین همبستگی را با انگیزه درونی ($r=0/48$) و بعد از آن انگیزه بیرونی ($r=0/36$) دارند. بعلاوه در بین انگیزه‌های درونی بالاترین همبستگی با تعهد ورزشی مربوط به فاکتور آگاهی و شناخت ($r=0/41$) است و بعد از آن، لذت و آرامش ($r=0/38$)، برتری طلبی ($r=0/38$)، اعتقادات و ارزش‌ها ($r=0/36$)، تناسب اندام و آمادگی جسمانی ($r=0/34$) و نشاط و شادابی ($r=0/34$) به ترتیب بالاترین میزان همبستگی را با تعهد ورزشی دارند. همچنین در بین انگیزه‌های بیرونی نیز بالاترین همبستگی با تعهد ورزشی مربوط به فاکتور تعلقات اجتماعی است ($r=0/34$) و بعد از آن، انتظارات خارجی ($r=0/31$)، بهبود روابط شغلی ($r=0/27$) و پیشگیری و درمان بیماری‌ها ($r=0/11$) به ترتیب بالاترین میزان همبستگی را با تعهد ورزشی دارند.

منظور از هم پوشی متغیرهای مستقل این است که آیا بین متغیرهای مستقل همبستگی بالایی وجود دارد یا نه. رابطه هم‌خطی، وضعیتی است که نشان می‌دهد یک متغیر مستقل تابعی خطی از سایر متغیرهای مستقل است. برای تشخیص وجود همپوشی باید به بررسی دو شاخص عامل تورم واریانس^۱ و پارامتر تحمل^۲ پرداخت. ضریب تحمل که بین (۰) تا (۱) نوسان دارد، نشان می‌دهد که متغیرهای مستقل تا چه اندازه رابطه خطی با همدیگر دارند. بنابراین، هر چه مقدار آن بیشتر (نزدیک به عدد ۱) باشد، میزان هم خطی کمتر است. همچنین اگر مقدار عامل تورم واریانس بالاتر از ۱۰ باشد، بین متغیرها همپوشی وجود دارد در غیر این صورت متغیرهای مستقل نسبت به هم دارای همپوشی نیستند [۸۹].

جدول شماره (۴-۱۲)، شاخص‌های هم خطی چندگانه در متغیرهای پیش‌بینی‌کننده تعهد ورزشی

نام متغیرها	عامل تورم واریانس	پارامتر تحمل
انگیزه درونی	۱/۳۵	۰/۷۳
انگیزه بیرونی	۱/۳۵	۰/۷۳

1. Variance Inflation Factor
2. Tolerance parameter

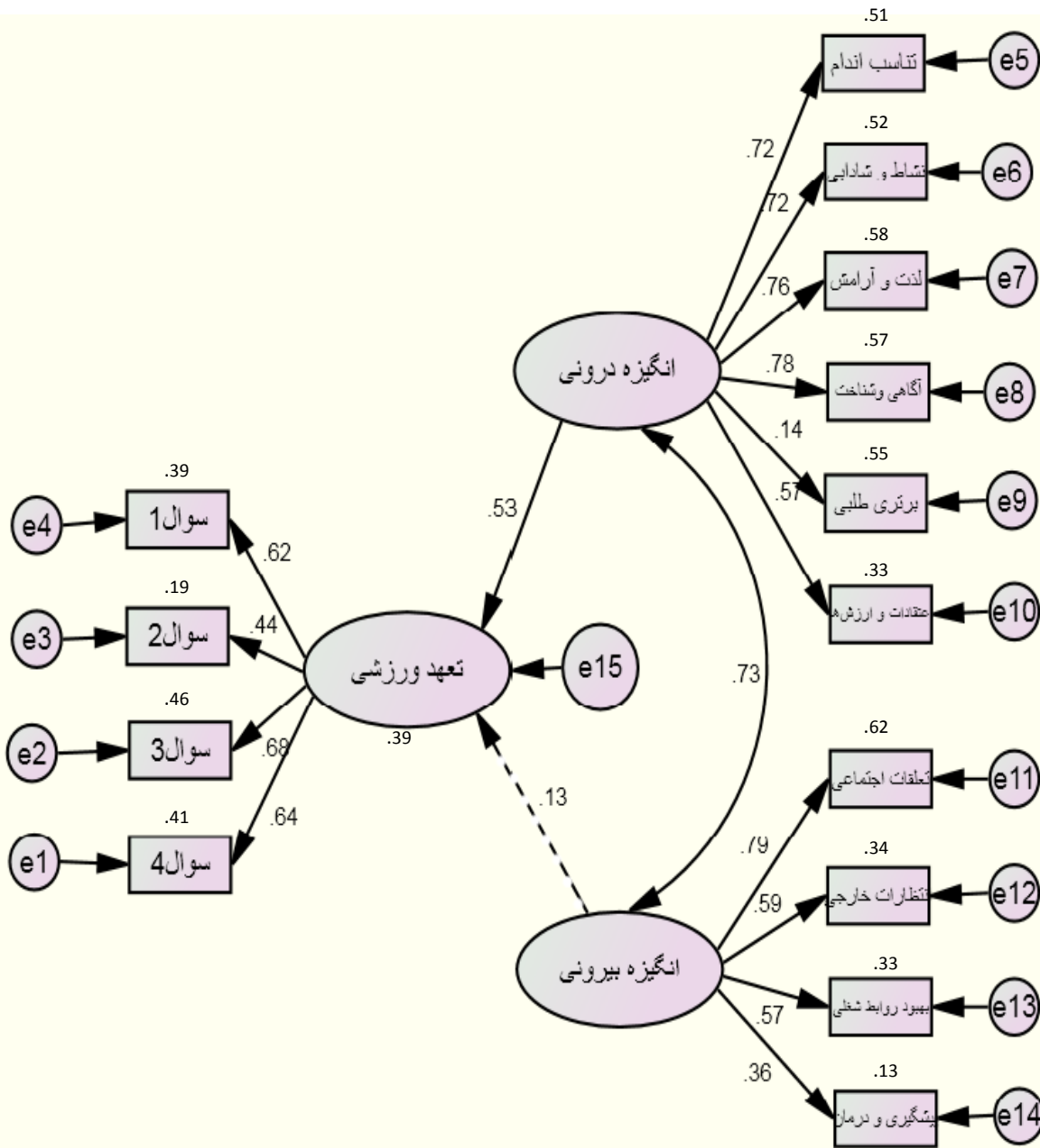
همانطور که در جدول شماره (۴-۱۲) مشاهده می‌گردد عامل تورم واریانس همه‌ی متغیرهای مستقل کمتر از ۱۰ و پارامتر تحمل آنها نیز بیشتر از صفر و نزدیک به یک می‌باشد که نشان از میزان پایین هم خطی بین متغیرهای مستقل دارد.

۴-۷- مدل‌سازی معادلات ساختاری

در این پژوهش به منظور بررسی اثرات مستقیم انگیزه‌ی درونی و انگیزه‌ی بیرونی، بر تعهد ورزشی یک مدل فرضی بر اساس پیشینه طراحی شد، که در فصل دوم ارائه شده است و سوالات فصل اول نیز بیانگر روابط علی موجود در این مدل می‌باشند.

قبل از تحلیل فرضیه‌های تحقیق و به منظور اطلاع از چگونگی حضور هر یک از متغیرهای معرفی شده در یک الگوی کلی، به عنوان گام نخست مدل فرضی مورد بررسی قرار می‌گیرد. بدین منظور از روش پیشینه احتمال^۱ برای برآورد پارامترها استفاده می‌گردد. پارامترهای برآورد شده شامل ضرایب اثر مستقیم، ضرایب اثر غیرمستقیم و ضرایب اثر کل می‌باشند که برای هر یک از آنها جداول جداگانه‌ای تعبیه شده و در هر جدول ضرایب برآورد، ضرایب برآورد استاندارد شده، خطای استاندارد برآورد و ارزش t مربوط به معناداری برآورد پارامترها که در نرم افزار ایموس با برچسب (C.R) مشخص می‌شود، ارائه شده‌است. سپس به بررسی تأیید یا عدم تأیید فرضیه‌های تحقیق پرداخته شده است. در نهایت شاخص‌های ارزشیابی برازندگی مدل گزارش شده‌است.

1..Maximum Likelihood



RMSEA	P value	X ² /DF	NFI	CFI
0/101	0/001	6/30	0/82	0/85

نمودار (۳-۴)، نمودار مسیر تأثیر انگیزه‌ی درونی و بیرونی بر تعهد ورزشی

۴-۸- بررسی اثرات مستقیم در مدل انگیزش و تعهد ورزشی

در جدول زیر ضرایب اثرات مستقیم متغیرهای موجود در مدل تعهد ورزشی ارائه شده است.

جدول (۴-۱۳)، برآورد ضرایب اثرات مستقیم متغیرهای موجود در مدل انگیزش و تعهد ورزشی

P	C.R.	خطای استاندارد برآورد	پارامتر استاندارد شده	برآورد پارامتر	مسیرها	
۰/۰۰۱	۵/۵۳	۰/۲۰۰	۰/۵۲	۱/۱۰	تعهد ورزشی	<---
۰/۱۷۵	۱/۳۵	۰/۳۰۸	۰/۱۲	۰/۴۲	تعهد ورزشی	<---
۰/۰۰۱	۶/۳۴	۰/۰۰۸	۰/۷۲	۰/۰۴	انگیزه بیرونی	<-->

طبق داده‌های جدول (۴-۱۳)، اثر مستقیم انگیزه درونی بر تعهد ورزشی (۰/۵۲) در سطح ۰/۰۱

معنی‌دار است. اما اثر مستقیم انگیزه بیرونی بر تعهد ورزشی (۰/۱۲) معنی‌دار نیست.

همچنین بین انگیزه‌ی درونی و انگیزه‌ی بیرونی (۰/۷۲) ارتباط مثبت و معنی‌داری مشاهده می‌شود.

همانطور که در نمودار (۳-۴) مشاهده می‌شود، یکی از مسیرها از نظر آماری معنی‌دار نیستند و

همچنین شاخص‌های برازش نیز نشان از برازش خوب مدل ندارند؛ لذا کلیه این موارد نشان می‌دهند

که مدل نیاز به برخی اصلاحات دارد. اصلاحاتی که در پژوهش حاضر مدنظر است، اصلاحاتی هستند

که به پارامترهای آزاد و ثابت در مدل تدوین شده مربوط می‌شوند. این امکان وجود دارد که از طرفی

با حذف مسیرهایی که از نظر آماری معنی‌دار نیستند و از طرف دیگر با افزودن مسیر یا مسیرهایی که

هم توجیه آماری و هم توجیه نظری و علمی دارند؛ بتوان به بهبود شاخص‌های برازش مدل کمک

نمود [۴۹]. در مدل ارائه شده فوق (مدل ۴-۳)، می‌توان با افزودن یک پارامتر همبستگی بین دو

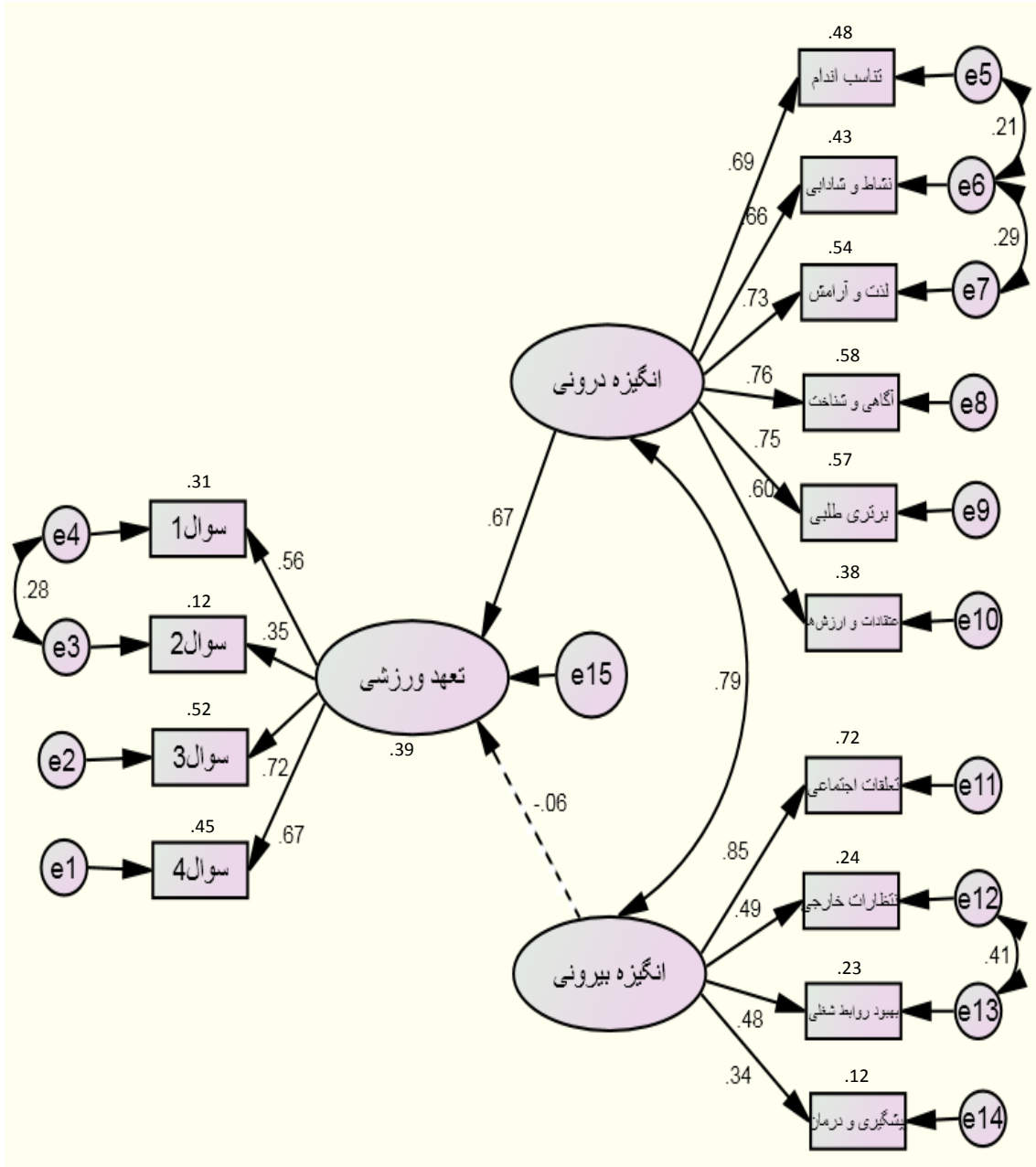
متغیر تناسب اندام و آمادگی جسمانی و نشاط و شادابی، یک پارامتر همبستگی بین نشاط و شادابی و

لذت و آرامش، یک پارامتر همبستگی بین بهبود روابط شغلی و انتظارات خارجی و در نهایت ایجاد

پارامتر همبستگی بین پرسش‌های یک و دو در تعهد ورزشی (۱). آیا برای ادامه‌ی شرکت در

فعالیت‌های ورزشی حاضر به انجام هرکاری هستید؟ ۲. شما چقدر از این‌که به دیگران بگویید که در

برنامه‌های ورزشی شرکت می‌کنید احساس غرور می‌کنید؟)، که بر اساس پیشینه‌ی تحقیق تأیید شده است [۳۹،۹۶] آن را به شکل زیر ارائه داد.



RMSEA	P value	X ² /DF	NFI	CFI
۰/۰۸	۰/۰۰۱	۴/۳۷	۰/۹	۰/۹۱

نمودار (۴-۴) نمودار مسیر اصلاح شده‌ی تأثیر انگیزه‌ی بیرونی و انگیزه‌ی بیرونی بر تعهد ورزشی آزمودنی‌ها

پس از انجام اصلاحات و برآورد مجدد، شاخص‌های برازش مختلف نشان می‌دهد که اصلاح انجام شده به طور قابل توجهی به بهبود مدل یاری رسانده است تا جایی که می‌توان آن را تا حد زیادی به لحاظ علمی قابل قبول تفسیر کرد. در جدول زیر مسیرهای اضافه شده به مدل به همراه ضرایب آنها ارائه شده است.

جدول (۴-۱۴)، برآورد ضرایب رگرسیونی مسیرهای اضافه شده به مدل انگیزش و تعهد ورزشی

P	C.R.	خطای		برآورد پارامتر	مسیرها	
		استاندارد برآورد	پارامتر استاندارد شده			
۰/۰۰۱	۴/۲۱	۰/۰۰۶	۰/۲۰	۰/۰۲۴	نشاط و شادابی	<--> تناسب اندام
۰/۰۰۱	۵/۴۳	۰/۰۰۶	۰/۲۸	۰/۰۳۲	نشاط و شادابی	<--> لذت و آرامش
۰/۰۰۱	۷/۷۲	۰/۰۲۳	۰/۴۰	۰/۱۷۹	انتظارات خارجی	<--> بهبود روابط شغلی
۰/۰۰۱	۵/۴۳	۰/۰۵۳	۰/۲۸	۰/۲۸	سوال ۲	<--> سوال ۱

همانطور که مشاهده می‌شود تأثیر عامل تناسب اندام و آمادگی جسمانی بر نشاط و شادابی (۰/۲۰)، تأثیر عامل لذت و آرامش بر نشاط و شادابی (۰/۲۸)، تأثیر عامل بهبود روابط شغلی بر انتظارات خارجی (۰/۴۰) و همچنین ارتباط بین پرسش یک و پرسش دو (۰/۲۸) است که از نظر آماری معنی‌دار است. در ادامه ضرایب اثرات غیرمستقیم و اثرات کل مسیرهای باقی‌مانده مدل در قالب جدول ارائه می‌گردد.

۴-۹- بررسی اثرات غیرمستقیم در مدل انگیزش و تعهد ورزشی

مدل‌سازی معادلات ساختاری علاوه بر برآورد ضرایب مستقیم قابلیت آن را دارد که اثرات غیرمستقیم متغیرها بر همدیگر را نیز تعیین و برآورد کند. آثار غیرمستقیم به این دلیل به وجود می‌آید که یک متغیر می‌تواند به عنوان متغیر میانجی، رابطه بین متغیرهای دیگر را تعدیل کند [۹۷]. با توجه به اطلاعات بدست آمده، ارتباط غیر مستقیمی بین متغیرها وجود نداشت بنابراین از گزارش آن صرف نظر شد.

۴-۱۰- بررسی اثرات کل در مدل انگیزش و تعهد ورزشی:

مجموع اثرات مستقیم و غیرمستقیم بر متغیر وابسته؛ اثرات کل آن را تشکیل می‌دهد. در بعضی مواقع متغیرها بر هم فقط اثر مستقیم و یا فقط اثر غیرمستقیم دارند، در این صورت اثر کل با اثر مستقیم و یا با اثر غیرمستقیم برابر است. در این مدل چون اثر غیرمستقیم وجود نداشت، بنابراین اثر کل با اثر مستقیم برابر است. در جدول زیر اثرات کل متغیرهای برون‌زا بر درون‌زا ارائه می‌گردد.

جدول (۴-۱۵)، برآورد ضرایب اثرات کل در مدل انگیزش و تعهد ورزشی

P	C.R.	خطای		برآورد پارامتر	مسیرها	
		استاندارد برآورد	استاندارد شده			
۰/۰۰۱	۵/۴۷	۰/۲۳	۰/۶۷	۱/۳۰	تعهد ورزشی	<---
۰/۵۷	-۰/۵۶	۰/۳۵	-۰/۰۶	-۰/۱۹	تعهد ورزشی	<---
۰/۰۰۱	۶/۰۴	۰/۰۰۸	۰/۷۹	۰/۰۴۸	انگیزه بیرونی	<-->

همان‌طور که در جدول (۴-۱۵)، ملاحظه می‌شود، اثر کل انگیزه‌ی درونی بر تعهد ورزشی (۰/۶۷) در سطح ۰/۰۱ معنادار می‌باشد. ولی اثر کل انگیزه بیرونی بر تعهد ورزشی (۰/۰۶-) در سطح ۰/۰۱ معنادار نمی‌باشد. در نهایت همبستگی انگیزه‌ی درونی با انگیزه‌ی بیرونی برابر با ۰/۷۹ است، که در سطح ۰/۰۱ معنادار است.

جدول (۴-۱۶)، ضرایب استاندارد شده اثرات مستقیم و غیرمستقیم و کل متغیرها را نشان می‌دهد.

جدول (۴-۱۶) - ضرایب استاندارد شده اثرات مستقیم، اثرات غیرمستقیم و اثرات کل مدل انگیزش و تعهد ورزشی

واریانس تبیین شده	اثر متغیرها			متغیرها		
	کل	غیر مستقیم	مستقیم			
۰/۳۹	۰/۶۷	--	۰/۶۷	تعهد ورزشی	<---	انگیزه درونی
	-۰/۰۶	--	-۰/۰۶	تعهد ورزشی	<---	انگیزه بیرونی

از میان متغیرهای موجود در مدل، انگیزه‌ی درونی بزرگترین اثر کل (۰/۶۷) را بر تعهد ورزشی نسبت به متغیر انگیزه‌ی بیرونی (۰/۰۶-) دارد، و انگیزه بیرونی تأثیر معناداری بر تعهد ورزشی ندارد. ستون آخر جدول (۴-۱۶)، میزان واریانس تبیین شده متغیرهای وابسته (درون‌زا) در مدل را نشان می‌دهد. میزان واریانس تبیین شده تعهد ورزشی توسط انگیزه درونی و انگیزه بیرونی برابر ۰/۳۹ است.

۴-۱۱- شاخص‌های برازندگی مدل انگیزش و تعهد ورزشی

پس از برآورد پارامترها نوبت به اندازه‌گیری برازش مدل می‌شود. جدول (۴-۱۷)، شاخص‌های نیکویی برازش مدل انگیزه‌های مشارکت و تعهد ورزشی را نشان می‌دهد. با توجه به عدم توافق عمومی و کلی در بین متخصصین مدل یابی معادلات ساختاری بر روی بهترین شاخص‌های برازندگی برآورد، کلاین و تامسون (۲۰۰۴) شاخص‌های برازش χ^2 ، NFI، CFI و RMSEA را برای گزارش پیشنهاد کرده‌اند [۸۷]. در نتیجه در تحقیق حاضر از بین شاخص‌های برازندگی مطلق، شاخص χ^2/df دو نسبی و شاخص ریشه‌ی میانگین مجذور برآورد تقریب (RMSEA) و از بین شاخص‌های برازندگی تطبیقی، شاخص برازندگی تطبیقی (CFI) و شاخص برازش هنجار شده (NFI) مورد استفاده قرار گرفت. نایت، ویردین، اوکامپو و روزا (۱۹۹۴) رهنمودهایی را برای ارزیابی CFI پیشنهاد کرده‌اند: برازش خوب بزرگتر از ۰/۹۰؛ برازش مناسب اما مرزی ۰/۸۰ تا ۰/۸۹؛ برازش ضعیف ۰/۶۰ تا ۰/۷۹ و برازش خیلی ضعیف کوچکتر از ۰/۶۰. در ارتباط با شاخص NFI می‌توان گفت که مقادیر بین ۰/۹۰ تا ۰/۹۵ نشان دهنده برازش قابل قبول است. برای شاخص RMSEA نیز مقادیر کمتر از ۰/۰۸ قابل قبول تلقی می‌شوند، اما اندازه‌های بالاتر از ۰/۱۰ اغلب غیر قابل قبولند [۸۹]. آخرین شاخص χ^2 می‌باشد که میزان تفاوت ماتریس مشاهده شده و برآورد شده را اندازه‌گیری می‌کند و عدم معناداری آن نشان‌دهنده برازش مناسب مدل می‌باشد. اما با توجه به حساسیت این شاخص به حجم نمونه و انحراف از فرض نرمال بودن چند متغیره، در موارد معناداری آنان، به شاخص دیگر مثل نسبت مجذور کای به

درجه آزادی (X^2/DF) مراجعه می‌شود. دیدگاه‌های مختلفی در مورد این شاخص وجود دارد، اما اغلب مقادیر ۱ تا ۵ را برای آن قابل قبول می‌دانند [۴۹].

جدول (۴-۱۷)، شاخص‌های نیکویی برازش برای مدل انگیزش و تعهد ورزشی

شاخص	مدل تعهد ورزشی
CFI	برآورد
RMSEA	۰/۹۱
X^2/DF	۰/۰۸
NFI	۴/۳۸
ارزش ρ	۰/۹
	۰/۰۰۱

همان‌طور که در قسمت شاخص‌های برازش مشاهده می‌شود، CFI بزرگتر از (۰/۹۰) و NFI ۰/۹ است، همچنین RMSEA کوچکتر از (۰/۱۰) و X^2/DF دو نسبی بین ۱ تا ۵، نشان از برازش قابل قبول مدل دارند. به طور کلی شاخص‌ها نشان می‌دهند که بین مدل پیشنهاد شده و داده‌های مشاهده شده برازش قابل قبول وجود دارد.

۴-۱۲-۴ آزمون فرضیات تحقیق

با توجه به نتایج فوق می‌توان به بررسی فرضیه‌های مربوط به مدل پرداخت.

۴-۱۲-۴-۱ فرضیه اول

فرض تحقیق (H_1): انگیزه درونی با تعهد ورزشی بانوان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی ارتباط مستقیم و معنی‌داری دارد.

فرض صفر (H_0): انگیزه درونی با تعهد ورزشی بانوان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی ارتباط مستقیم و معنی‌داری ندارد.

جدول (۴-۱۷)، نشان می‌دهد که تأثیر مستقیم انگیزه‌ی درونی بر تعهد ورزشی برابر با (۰/۶۷) می‌باشد، که در سطح ۰/۰۱ معنادار بوده و فرضیه صفر رد می‌شود. این نشان می‌دهد که به ازای یک

واحد (انحراف استاندارد) تغییر در متغیر انگیزه‌ی درونی، میزان تعهد ورزشی به میزان $0/67$ تغییر خواهد کرد.

۴-۱۲-۲- فرضیه دوم

فرض تحقیق (H_1): انگیزه بیرونی با تعهد ورزشی بانوان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی ارتباط مستقیم و معنی‌داری دارد.

فرض صفر (H_0): انگیزه بیرونی با تعهد ورزشی بانوان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی ارتباط مستقیم و معنی‌داری ندارد.

جدول (۴-۱۷)، نشان می‌دهد که تأثیر مستقیم انگیزه بیرونی بر تعهد ورزشی برابر با $(-0/06)$ می‌باشد که در سطح $0/01$ معنادار نبوده و فرضیه صفر تأیید می‌شود. این نشان می‌دهد که به ازای یک واحد (انحراف استاندارد) تغییر در متغیر انگیزه‌ی بیرونی، میزان تعهد ورزشی به میزان $(-0/06)$ تغییر خواهد کرد، که این مقدار معنادار نبوده و تأثیر چندانی بر تعهد ورزشی ندارد.

۴-۱۲-۳- فرضیه سوم

فرض تحقیق (H_1): بین انگیزه‌ی درونی و انگیزه‌ی بیرونی بانوان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد.

فرض صفر (H_0): بین انگیزه‌ی درونی و انگیزه‌ی بیرونی بانوان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود ندارد.

بنا بر مدل ارائه شده و بر اساس جدول (۴-۱۶) میزان همبستگی انگیزه‌ی درونی با انگیزه‌ی بیرونی برابر با $0/79$ است، که در سطح $0/01$ معنادار بوده و فرض صفر رد می‌شود. یعنی بین انگیزه‌ی درونی و انگیزه‌ی بیرونی ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد.

۴-۱۲-۴- فرضیه چهارم

فرض تحقیق (H_1): مدل انگیزه و تعهد ورزشی از برازش مناسبی برخوردار است.

فرض صفر (H_0): مدل انگیزه و تعهد ورزشی از برازش مناسبی برخوردار نیست.

همان‌طور که در جدول (۴-۱۸) مشاهده می‌شود، CFI بزرگتر از (۰/۹۰) و NFI ۰/۹ است، همچنین RMSEA کوچکتر از (۰/۱۰) و χ^2 / DF نسبتی بین ۱ تا ۵، نشان از برازش قابل قبول مدل دارند. بنابراین فرض صفر رد می‌شود.

۴-۱۲-۵- فرضیه پنجم

فرض تحقیق (H_1): بین خرده مقیاس‌های انگیزه‌ی درونی و تعهد ورزشی بانوان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی رابطه معنی‌داری وجود دارد.

فرض صفر (H_0): بین خرده مقیاس‌های انگیزه‌ی درونی و تعهد ورزشی بانوان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی رابطه معنی‌داری وجود ندارد.

با توجه به جدول زیر ضریب همبستگی پیرسون و سطح معنی‌داری نشان داد که بین تعهد ورزشی با خرده مقیاس‌های تناسب اندام و آمادگی جسمانی ($r=0/34$)، نشاط و شادابی ($r=0/34$)، لذت و آرامش ($r=0/38$)، آگاهی و شناخت ($r=0/41$)، برتری طلبی ($r=0/38$) و اعتقادات و ارزش‌ها ($r=0/36$) ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد. بنابراین؛ فرض صفر رد می‌شود. این نشان می‌دهد که به ازای افزایش هر یک از خرده مقیاس‌های انگیزه‌ی درونی، تعهد ورزشی نیز افزایش می‌یابد.

جدول (۴-۱۸)، رابطه بین تعهد ورزشی و خرده مقیاس‌های انگیزه درونی

متغیر	آماره	تناسب اندام و آمادگی جسمانی	نشاط و شادابی	لذت و آرامش	آگاهی و شناخت	برتری طلبی	اعتقادات و ارزش‌ها
تعهد ورزشی	ضریب همبستگی پیرسون	۰/۳۴**	۰/۳۴**	۰/۳۸**	۰/۴۱**	۰/۳۸**	۰/۳۶**
	سطح معنی‌داری	$p < 0.01$. * $p < 0.05$.					
	تعداد	۵۲۶					

۴-۱۲-۶- فرضیه ششم:

فرض حکم (H_1): بین خرده مقیاس‌های انگیزه‌ی بیرونی و تعهد ورزشی بانوان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی شهرداری مشهد رابطه معنی‌داری وجود دارد.

فرض صفر (H_0): بین خرده مقیاس‌های انگیزه‌ی بیرونی و تعهد ورزشی بانوان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی شهرداری مشهد رابطه معنی‌داری وجود ندارد.

با توجه به جدول زیر ضریب همبستگی پیرسون و سطح معنی‌داری نشان داد که بین تعهد ورزشی با خرده مقیاس‌های تعلقات اجتماعی ($r=0/34$)، پیشگیری و درمان بیماری‌ها ($r=0/11$)، بهبود روابط شغلی ($r=0/27$) و انتظارات خارجی ($r=0/31$) ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد. بنابراین؛ فرض صفر رد می‌شود. این نشان می‌دهد که به ازای افزایش هر یک از خرده مقیاس‌های انگیزه‌ی بیرونی، تعهد ورزشی نیز افزایش می‌یابد.

جدول (۴-۱۹)، رابطه بین تعهد ورزشی و خرده مقیاس‌های انگیزه بیرونی

متغیر	آماره	تعلقات اجتماعی	پیشگیری و درمان	بهبود روابط شغلی	انتظارات خارجی
تعهد ورزشی	ضریب همبستگی پیرسون	$0/34^{**}$	$0/11^{**}$	$0/27^{**}$	$0/31^{**}$
	سطح معنی‌داری	$p < 0.01$. $* p < 0.05$.			
	تعداد	۵۲۶			

فصل پنجم

بحث و نتیجه گیری

۵-۱- مقدمه

در این فصل ابتدا یافته‌های تحقیق به صورت خلاصه مطرح شده و با توجه به اهداف ویژه و نتایج تحقیقات دیگران مورد بحث و بررسی قرار خواهد گرفت و براساس نتایج درخواستی از تحقیق پیشنهادهایی ارائه می‌گردد.

۵-۲- خلاصه تحقیق

در عصر حاضر، ورزش و فعالیت بدنی از جمله اموری است که می‌تواند در اوقات فراغت و ایام بیکاری مردم انجام پذیرد و تا حدودی از آثار و عوارض سوء سبک‌های نوین زندگی بکاهد. صاحب‌نظران معتقدند که اگر جامعه‌ای افراد خود را به ورزش ترغیب کند، در واقع به افزایش عزت نفس و سلامت جسمی و روحی افراد خود کمک کرده‌است؛ از آنجایی که ورزش به استفاده‌ی درست و مثبت از وقت‌های آزاد و بیکاری کمک نموده و از فردگرایی جلوگیری می‌کند و همچنین مانع از بروز رفتارهای ضد بشری و ضد اخلاقی شده و در ارتقای سطح بهداشت و تندرستی افراد جامعه سهم بسزایی دارد، آغاز و تداوم مشارکت (تعهد ورزشی) در آن از اهمیت بسزایی برخوردار می‌باشد. بنابراین از جمله مفاهیم مهمی که امروزه به منظور درک و شناخت عوامل تعیین کننده رفتار مشارکت ورزشی به کار می‌رود، انگیزه و تعهد ورزشی است و از آنجایی که در ایران، بیشتر پژوهش‌های انجام گرفته در زمینه مشارکت بانوان در فعالیت‌های جسمانی و ورزشی فقط به بررسی دلایل مشارکت و عدم مشارکت پرداخته‌اند و کمتر بر روی عوامل مؤثر بر تداوم و پایبندی به مشارکت در فعالیت‌های ورزشی تأکید داشته‌اند و با توجه به این که مدل انگیزه و تعهد ورزشی چارچوبی مفهومی در مورد میزان مشارکت، انتقال و کناره‌گیری از ورزش فراهم می‌آورد، از آن برای ارزیابی انگیزش و تعهد ورزشی بانوان شرکت کننده در فعالیت‌های ورزشی شهرداری شهر مشهد استفاده گردید. جامعه‌ی آماری این تحقیق را کلیه‌ی بانوان بالای ۲۰ سال شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی شهرداری شهر مشهد (N=۶۰۰۰) تشکیل دادند. از آنجایی که در روش مدل‌سازی معادلات ساختاری هر چقدر حجم نمونه بیشتر باشد، صحت و دقت نتایج بیشتر می‌شود؛ از ۶۰۰ پرسشنامه‌ی توزیع شده ۵۲۶

پرسشنامه تکمیل و به عنوان نمونه مورد تحلیل قرار گرفت. با توجه به هدف اصلی تحقیق، که بررسی انگیزه‌های مشارکت و تعهد بانوان به فعالیت‌های ورزشی بود، بهترین روش برای انجام تحقیق به لحاظ طرح از نوع طرح‌های غیرآزمایشی و به طور دقیق‌تر همبستگی از نوع مدل‌سازی معادلات ساختاری بود، زیرا این پژوهش به دنبال سنجش ارتباط میان متغیرها در قالب یک مدل علی بود. این پژوهش به شکل میدانی انجام شد و روش نمونه‌گیری از نوع تصادفی-خوشه‌ای بود. ابزار اندازه‌گیری شامل سه پرسشنامه‌ی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی، پرسشنامه‌ی انگیزه‌های مشارکت ورزشی (محقق ساخته) و پرسشنامه‌ی تعهد ورزشی (اسکانلن و همکاران ۱۹۹۳) بود. پرسشنامه‌ی انگیزه ورزشی دارای ۳۵ سوال بود که در مقیاس ۵ ارزشی لیکرت (کاملاً مخالفم=۱ تا کاملاً موافقم=۵) تنظیم شده بود. پرسشنامه‌ی تعهد ورزشی نیز دارای ۴ سوال بود که در مقیاس ۵ ارزشی لیکرت (خیلی کم=۱ تا خیلی زیاد=۵) تنظیم شده بود. پس از تعیین روایی صوری و محتوایی پرسشنامه‌ها که توسط ۱۰ تن از صاحب نظران و اساتید مدیریت ورزشی انجام گرفت و همچنین تعیین پایایی آن‌ها که در یک مطالعه مقدماتی ($N=30$) و از طریق آزمون آلفای کرونباخ صورت گرفت (انگیزه ورزشی $\alpha=0/87$) (تعهد ورزشی $\alpha=0/64$)، پرسشنامه‌ها در بین نمونه‌های تحقیق توزیع شد، پس از گردآوری داده‌ها از طریق پرسشنامه‌ها، به منظور سازمان دادن، خلاصه کردن، طبقه بندی نمرات خام و توصیف اندازه‌های نمونه از آمار توصیفی (فراوانی، میانگین، درصدها، انحراف استاندارد و رسم جداول)، برای بررسی چگونگی توزیع داده‌ها از آزمون چولگی و کشیدگی، برای تعیین ارتباط بین متغیرهای تحقیق از ضریب همبستگی پیرسون و برای سنجش ارتباط میان متغیرها در قالب یک مدل علی، از مدل‌سازی معادلات ساختاری بهره گرفته شد. نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد که اکثر بانوان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی در دامنه‌ی سنی بین ۳۱ تا ۴۰ سال قرار دارند، متأهل و دارای فرزند هستند، مدرک تحصیلی اکثر آن‌ها دیپلم بوده، در رشته علوم انسانی تحصیل کرده‌اند و سرپرست خانواده نیستند. نتایج همچنین نشان داد در بین شاخص‌های آماری مؤلفه‌های انگیزه‌ی درونی متغیر تناسب اندام و آمادگی جسمانی دارای بیشترین میانگین و متغیر اعتقادات و ارزش‌ها

دارای کمترین میانگین امتیاز است و در بین شاخص‌های آماری مؤلفه‌های انگیزه‌ی بیرونی متغیر تعلقات اجتماعی دارای بیشترین میانگین و متغیر انتظارات خارجی دارای کمترین میانگین امتیاز است. آزمون فرضیات تحقیق نشان داد که در سطح معناداری ($p < 0/05$) بین انگیزه‌ی درونی و تعهد ورزشی بانوان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی ارتباط مستقیم و معنی داری وجود دارد، بین انگیزه بیرونی و تعهد ورزشی بانوان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی ارتباط مستقیم و معنی داری وجود ندارد، بین انگیزه درونی و انگیزه بیرونی بانوان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی ارتباط مثبت و معنی داری وجود دارد، مدل انگیزه و تعهد ورزشی از برازش مناسبی برخوردار است، بین خرده مقیاس‌های انگیزه‌ی درونی و تعهد ورزشی بانوان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد و بین خرده مقیاس‌های انگیزه‌ی بیرونی و تعهد ورزشی بانوان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی رابطه مثبت و معنی داری وجود داشت.

۵-۳- بحث و نتیجه‌گیری

توسعه و پیشرفت تکنولوژی در زندگی امروزی، موجب تغییر در شیوه‌ی زندگی شده که از جمله نتایج آن فقر حرکتی و افزایش خطر ابتلا به بیماری‌ها است. مطالعات نشان داده است که ورزش و بویژه ورزش همگانی - تفریحی به عنوان وسیله‌ای ارزان قیمت و فرحبخش می‌تواند به حل این مشکل کمک کند. از آنجایی که مشارکت زنان در فعالیت‌های ورزشی یکی از راه‌های مهم تأمین سلامت روانی و جسمانی آنهاست، بررسی دلایل حضور این افراد در ورزش و افزایش انگیزه به عنوان کلید آغاز فعالیت و تعهد نسبت به فعالیت ورزشی به عنوان ابزار تداوم فعالیت برای شرکت‌گسترده‌تر این قشر اهمیت زیادی دارد. از این رو هدف از انجام تحقیق حاضر، بررسی انگیزه‌های مشارکت و تعهد ورزشی بانوانی بود که در فعالیت‌های ورزشی شهرداری شهر مشهد شرکت داشتند. تحلیل یافته‌های تحقیق نشان داد که بیشتر بانوان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی متأهل و دارای فرزند بوده، سرپرست خانواده نبودند و در دامنه‌ی سنی بین ۳۱ تا ۴۰ سال قرار داشتند. همچنین سطح

تحصیلات آنها در سطح دیپلم و زیر دیپلم بود. این نتایج، با نتایج رضانی نژاد و همکاران (۱۳۸۷)، نادریان جهرمی و همکاران (۱۳۸۸)، نوربخش و همکاران (۱۳۸۹)، فائدی (۱۳۸۹) و بوردکین و ویس (۱۹۹۰) هم‌خوانی داشت. این نتایج گویای این حقیقت است که معمولاً افراد در سن میانسالی، بسیاری از دغدغه‌های ذهنی از جمله تحصیل، تشکیل خانواده، نگهداری از فرزندان را پشت سر گذاشته‌اند و از آن‌جایی که سرپرست خانواده نیستند، زمان بیشتری برای اوقات فراغت خود دارند. از طرفی، ورزش‌های همگانی به دلیل، پایین بودن هزینه‌های مشارکت و امکان شرکت در آن برای همه افراد، مطرح نبودن قضاوت‌های خارجی در آن، ایجاد فرصت برای برقراری ارتباطات اجتماعی و مطرح کردن خود به عنوان عضوی از جامعه، بیشتر توسط اقشار با سطح تحصیلات پایین و متوسط جامعه مورد توجه قرار می‌گیرد. زیرا در طبقات تحصیل کرده جامعه، افراد اغلب کارمند بوده و ورزش برای آن‌ها بیشتر جنبه‌ی تفریحی و تجملاتی داشته و اغلب بانوان در این طبقات به ورزش‌های چشمگیر و تحسین برانگیز با هزینه‌ی بالا روی می‌آورند، زیرا از نظر مالی، معمولاً در رفاه بوده و از جایگاه اجتماعی خوبی برخوردار هستند.

تحلیل یافته‌های تحقیق نشان داد که در بین انگیزه‌های درونی، متغیر تناسب اندام و آمادگی جسمانی ($4/44 \pm 0/45$)، مهمترین دلیل مشارکت بانوان در فعالیت‌های ورزشی است. نتیجه تحقیق گویای این مطلب است که از دیدگاه بانوان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی، تناسب اندام و آمادگی جسمانی اصلی‌ترین دلیل برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی است. شاید بتوان دلیل یافته‌های مذکور در زمینه‌ی اهمیت انگیزه‌ی تناسب اندام و آمادگی جسمانی برای مشارکت ورزشی بانوان را این‌گونه توجیه کرد که، شرط اول برای یک زندگی سالم داشتن بدنی سالم است و انسان برای این‌که بتواند نقش خود را به طور مؤثر در زندگی ایفا کند باید از آمادگی جسمانی خوبی برخوردار باشد. ورزش‌های همگانی که محیطی مناسب برای افزایش آمادگی جسمانی و تناسب اندام است به فرد این امکان را می‌دهد تا به بهترین نحو، کارها و وظایف محوله‌اش را انجام داده و با شور و نشاط در فعالیت‌های ورزشی و تفریحات سالم شرکت کند و همچنین با حفظ تناسب اندام و انجام

تمرینات ورزشی احتمال صدمه دیدن عضلات را هنگام انجام کارهایی که به آنها عادت ندارد پایین آورده و موجب افزایش مدت زمان استقلال، برای انجام وظایف اولیه زندگی شود. این یافته‌ها با نتایج برزگر طرقله و همکاران (۱۳۸۶)، رضانی‌نژاد و همکاران (۱۳۸۸)، نادریان جهرمی و همکاران (۱۳۸۸)، نوربخش و همکاران (۱۳۸۹)، قدرت نما و همکاران (۱۳۹۲)، اورت ساتن (۱۹۸۸)، بوردکین و ویس (۱۹۹۰)، چن (۱۹۹۸)، وامبری (۲۰۰۲)، سندی و همکاران (۲۰۰۵)، مرکز آمار ملی فرهنگ و تفریح استرالیا (۲۰۰۷)، جعفری و همکاران (۲۰۱۰) همخوانی داشت. اما با نتایج رضانی خلیل آبادی (۱۳۷۳)، تند نویس (۱۳۸۰)، نوربخش و مزارعی (۱۳۸۵)، عطارزاده حسینی و سهرابی (۱۳۸۶)، مرتضایی (۱۳۹۱)، وانکل و همکاران (۱۹۸۵)، اسکانلن و همکاران (۲۰۰۳)، کیل پاتریک و همکاران (۲۰۰۵) و مکی و همکاران (۲۰۰۶) همخوانی نداشت شاید علت این عدم همخوانی را بتوان در متفاوت بودن جامعه آماری، ابزار متفاوت در ارزیابی انگیزه، متفاوت بودن در فعالیت ورزشی مورد مطالعه و یا متفاوت بودن شرایط حاکم بر جامعه قلمداد کرد.

از دیگر نتایج تحقیق این بود که در بین انگیزه‌های بیرونی، انگیزه‌ی تعلقات اجتماعی ($4/06 \pm 0/49$)، مهم‌ترین دلیل مشارکت بانوان در فعالیت‌های ورزشی است. این نتایج گویای این حقیقت است که انسان ذاتاً موجودی اجتماعی است و ورزش‌های همگانی که معمولاً به صورت گروهی انجام می‌شود مکانی مناسب برای برآورده کردن نیازهای تعلق به گروه محسوب می‌شوند. ورزش‌های همگانی این امکان را برای افراد فراهم می‌کنند تا در محیطی دوستانه و صمیمی به انجام فعالیت‌ها بپردازد و به این نیاز خود پاسخ دهند. این یافته‌ها با نتایج نادریان جهرمی و همکاران (۱۳۸۸)، افسانه پورک و همکاران (۱۳۹۰)، اورت و ساتن (۱۹۸۸)، بوردکین و ویس (۱۹۹۰)، چن (۱۹۹۸)، سیرارد و همکاران (۲۰۰۶)، مکی و همکاران (۲۰۰۶)، پاکدلان و همکاران (۲۰۱۲) و کندریک و همکاران (۲۰۱۳) همخوانی داشت. اما با نتایج رضانی نژاد و همکاران (۱۳۸۸)، نوربخش و همکاران (۱۳۸۹)، وانکل و همکاران (۱۹۸۵) و لی‌یو و همکاران (۲۰۱۱) همخوانی نداشت شاید بتوان علت این عدم همخوانی را

دامنه‌ی سنی افراد مورد مطالعه، ابزار متفاوت در ارزیابی انگیزه‌ی ورزشی و متفاوت بودن جامعه آماری دانست.

نتایج همچنین نشان داد که میزان انگیزه درونی افراد از انگیزه‌ی بیرونی برای مشارکت در فعالیت‌های ورزشی بیشتر است، زیرا بیشتر افرادی که در فعالیت‌های ورزشی و مخصوصاً ورزش‌های همگانی شرکت می‌کنند، به میل و خواست درونی خود به انجام فعالیت‌ها می‌پردازند و جایگاه انگیزه‌های بیرونی در ورزش‌های همگانی کمتر است، چون در این شاخه از فعالیت‌های ورزشی جایگاهی برای تشویق و تنبیه و اجباری برای مشارکت و عدم مشارکت افراد وجود ندارد. این یافته‌ها با نتایج شیری (۱۳۷۶)، نوربخش و مزارعی (۱۳۸۵)، برقی مقدم (۱۳۸۹)، افسانه پورک و همکاران (۱۳۹۰)، وانکل و همکاران (۱۹۸۵)، کیل پاتریک و همکاران (۲۰۰۵)، جون (۲۰۰۷) همخوانی داشت.

نتایج نشان داد انگیزه‌ی درونی با تعهد ورزشی ارتباط مستقیم و معنی داری دارد. این یافته‌ها با نتایج پارسامهر (۱۳۹۰)، نوروزی سیدحسینی (۱۳۹۰)، جون (۲۰۰۷) و کاسپر (۲۰۰۸)، اسکالنن و همکاران (۲۰۰۹)، گارسیا مس و همکاران (۲۰۱۰)، لیو و همکاران (۲۰۱۱)، متیو (۲۰۱۲) هم خوانی داشت. این نتایج ممکن است به این دلیل باشد، زمانی که میل و خواست درونی ورزشکار از طریق مشارکت در ورزش برآورده شود و او به رضایت درونی دست یابد، تجربه‌ای مثبت، ناشی از شرکت در فعالیت‌های ورزشی را برای مدت طولانی در ذهن ورزشکار ایجاد می‌کند و از آنجا که اعمال برانگیخته شده‌ی درونی، پایدارتر و لذت بخش‌تر هستند موجب ترغیب افراد برای ادامه مشارکت در فعالیت‌های ورزشی شده و تعهد به فعالیت‌های ورزشی را افزایش می‌دهند. این یافته‌ها با نتایج کاسپر و اندرو (۲۰۰۷) و بوست (۲۰۰۹) هم‌خوانی نداشت، این محققین فرصت‌های ناشی از مشارکت ورزشی که در واقع بر انگیزه‌های بیرونی تمرکز دارد را مهم‌ترین عامل تعهد ورزشی ذکر کرده‌اند. شاید علت این عدم هم‌خوانی را بتوان این گونه ذکر کرد که تحقیقات انجام گرفته توسط این محققین بر

روی ورزش‌های انفرادی بوده اما تحقیق حاضر و پژوهش‌های همخوان بر روی ورزش‌های گروهی صورت گرفته است.

نتایج نشان داد انگیزه‌ی بیرونی با تعهد ورزشی ارتباط مستقیم و منفی اما غیر معناداری دارد. از آنجایی که افراد آزادانه در فعالیت‌های ورزشی شرکت می‌کنند و در ورزش‌های همگانی انگیزه‌های بیرونی حضور کمتری دارند، بنابراین تأثیر کمتری هم در ایجاد تعهد ورزشی دارند. از طرفی شاید انگیزه بیرونی برای علاقمند کردن فرد در زمان شروع ورزش مفید باشد، اما استفاده بیش حد از آن وابستگی فرد به پاداش و عوامل خارجی را زیاد کرده، تمرکز فرد را از فعالیت ورزشی بر تلاش برای دستیابی به عوامل خارجی سوق داده و انتظار فرد برای دریافت آن را زیاد می‌کند، بنابراین اگر این پاداش‌ها و مزایای خارجی برداشته شود و یا بعد از مدتی این انگیزه‌ها از بین بروند فرد به دلیل این که به نیازش که همان انگیزه‌ی بیرونی شده، پاسخی نمی‌دهد تعهد او به ورزش کاهش یافته و فرد را به ترک فعالیت ورزشی ترغیب می‌کند. این یافته‌ها با نتایج زهردیس و همکاران (۲۰۰۴) هم خوانی داشت. اما با نتایج کاسپر و اندرو (۲۰۰۷)، گارسیا مس و همکاران (۲۰۱۰)، لی‌یو و همکاران (۲۰۱۱) هم خوانی نداشت. علت این عدم هم‌خوانی را می‌توان در نوع فعالیت‌های ورزشی و هم‌چنین تفاوت در جامعه‌ی آماری دانست، که در فعالیت‌های ورزشی شرکت می‌کردند، زیرا تحقیق حاضر در ورزش‌های همگانی بررسی شده اما تحقیقات مخالف در ورزش‌های انفرادی انجام شده است. هم‌چنین جامعه مورد مطالعه در تحقیق حاضر بانوانی بودند که به صورت داوطلبانه در فعالیت‌های ورزشی شهرداری شهر مشهد شرکت می‌کردند، اما جامعه آماری در تحقیقات مخالف، اغلب ورزشکارانی بودند که در فعالیت‌های ورزشی منظم شرکت می‌کردند و عضو تیم‌های ورزشی بودند.

هم‌چنین نتایج نشان داد که بین انگیزه‌ی درونی و بیرونی نیز ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد، یعنی افزایش هر یک از انگیزه‌های درونی و بیرونی به افزایش دیگری کمک می‌کند. این موضوع بیانگر این مطلب است که ارائه‌ی مزایا و پاداش‌های بیرونی که در جهت تقویت انگیزه‌های درونی باشد

می‌تواند باعث افزایش انگیزه درونی شود. از طرفی دیگر برآورده شدن انگیزه‌های درونی نیز می‌تواند انتظارات فرد برای پاداش‌ها و مزایای بیرونی را افزایش دهد.

نتایج تحقیق حاضر نشان داد که (جدول ۴-۱۱) بین خرده مقیاس‌های انگیزه‌ی درونی (تناسب اندام و آمادگی جسمانی، نشاط و شادابی، لذت و آرامش، آگاهی و شناخت، برتری طلبی و اعتقادات و ارزش‌ها) با تعهد ورزشی رابطه‌ی مثبت و معنی‌داری وجود دارد. این یافته‌ها با نتایج پارسامهر ۱۳۹۰، سوسا ۲۰۰۷، کاسپر ۲۰۰۸، اسکانلن و همکاران ۲۰۰۹ هم‌خوانی داشت. این یافته‌ها نشان داد زمانی که بانوان ورزشکار احساس کنند با مشارکت‌شان می‌توانند مزایایی از قبیل، اندامی متناسب، روحیه‌ی نشاط، افزایش آگاهی‌های ورزشی، بهبود مهارت‌های ورزشی و منافع شخصی بیشتری را کسب نمایند که بر پایه‌ی فعالیت ورزشی قرار دارد و همچنین ورزش را فعالیتی لذت بخش و بی‌بدیل در اوقات فراغت درک کنند، میزان تعهد ورزشی در آنها افزایش خواهد یافت.

همچنین نتایج (جدول ۴-۱۲) نشان داد بین خرده مقیاس‌های انگیزه‌ی بیرونی (تعلقات خارجی، پیشگیری و درمان بیماری‌ها، انگیزه شغلی و انتظارات خارجی) با تعهد ورزشی ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد. این یافته‌ها با نتایج سوسا ۲۰۰۷، کاسپر ۲۰۰۸، اسکانلن ۲۰۰۹ هم‌خوانی داشت، اما با نتایج پارسامهر ۱۳۹۰ هم‌خوانی نداشت شاید علت این عدم هم‌خوانی جامعه مورد مطالعه باشد. این یافته‌ها نشان می‌دهد، زمانی که افراد خود را از مزایای خارجی، یعنی پذیرفته شدن از طرف دیگران، بهبود بیماری‌ها و یا کاهش ابتلا به بیماری و کاهش هزینه‌های درمانی، بهبود روابط شغلی و بهبود روابط خود با دیگران از طریق برآورده کردن انتظاراتشان، بهره‌مند بینند تعهد ورزشی آن‌ها افزایش می‌یابد.

در راستای دستیابی به این نتایج، می‌توان اذعان کرد که مهم‌ترین عوامل افزایش انگیزه‌ی درونی، رسیدن به تناسب اندام و آمادگی جسمانی، نشاط و شادابی و لذت و آرامش است و چون انگیزه‌ی درونی بیشترین تأثیر را بر تعهد ورزشی ورزشکاران دارد، برطرف شدن هر یک از این نیازها به افزایش تعهد ورزشی کمک خواهد کرد. از طرفی دیگر نتایج نشان داد که مهم‌ترین عوامل افزایش انگیزه‌ی

بیرونی، تعلقات اجتماعی و پیشگیری و درمان بیماری‌ها است و از آنجایی که انگیزه‌ی بیرونی و درونی با یکدیگر ارتباطی مثبت و قوی داشتند افزایش انگیزه بیرونی نیز می‌تواند به افزایش انگیزه درونی به ویژه در مراحل شروع فعالیت‌های ورزشی کمک کند و افزایش انگیزه‌ی درونی همان‌گونه که گفته شد موجب افزایش تعهد ورزشی شود.

۵-۴- پیشنهادات تحقیق

۵-۴-۱- پیشنهادات کاربردی

✓ با توجه به اینکه انگیزه‌ی درونی بیشترین تأثیر را بر تعهد ورزشی بانوان شرکت کننده در فعالیت‌های ورزشی داشت، به سازمان‌ها و مراکز مربوط به ورزش‌های همگانی توصیه می‌شود، اهداف خود را در راستای تحقق نیازهای درونی افراد تنظیم کرده، با ارائه‌ی خدمات ورزشی بهتر و و مربیانی تواناتر و همچنین با ایجاد جوی شاد و لذت بخش به برطرف شدن هر چه بیشتر نیازهای درونی افراد کمک کند تا از طریق آن تعهد افراد به فعالیت‌های ورزشی را بالا ببرد.

✓ با توجه به این‌که مهم‌ترین عامل انگیزه‌ی بیرونی تعلقات اجتماعی و پیشگیری و درمان بیماری‌ها است و انگیزه‌ی درونی و بیرونی با یکدیگر ارتباط مثبت و خوبی دارند، به سازمان‌ها و مراکز مربوط به ورزش‌های همگانی توصیه می‌شود، با ایجاد جوی دوستانه و ارائه اصولی حرکات ورزشی توسط یک مربی توانا به تحقق این نیازهای بیرونی پاسخ دهند و شرایط را برای حضوری مداوم در فعالیت‌های ورزشی فراهم نمایند.

✓ با ارائه‌ی اطلاعات ورزشی و آشنا کردن افراد با فواید و مزایای ورزش انگیزه‌ی درونی افراد را تقویت کرده و به واسطه‌ی آن موجب افزایش تعهد ورزشی آن‌ها شوند.

- ✓ با توجه به حضور کم قشر تحصیل کرده در فعالیتهای ورزش همگانی به سازمان‌ها و مراکز مربوط به ورزش‌های همگانی توصیه می‌شود، تلاش کنند تا ارتباط میان اقشار مختلف جامعه با فعالیتهای ورزش همگانی را بهبود دهند.
- ✓ با توجه به اهمیت نقش انگیزه و به ویژه تعهد ورزشی در مشارکت منظم و مستمر افراد در فعالیتهای ورزشی، به سازمان‌ها و مراکز مربوط به ورزش‌های همگانی توصیه می‌شود، که انجام تحقیقات در این زمینه را افزایش دهند.

۵-۴-۲- پیشنهادات پژوهشی:

- ✓ بررسی بی انگیزه بودن قشر تحصیل کرده جامعه برای شرکت در فعالیتهای ورزش همگانی.
- ✓ بررسی انگیزه‌های مشارکت و تعهد ورزشی در مردان شرکت‌کننده در فعالیتهای ورزشی.
- ✓ بررسی ارتباط بین حمایت خانواده با انگیزه و تعهد ورزشی.
- ✓ بررسی تأثیر دوست ورزشی بر انگیزه‌های مشارکت و تعهد ورزشی.
- ✓ انجام تحقیقات مشابه در سایر شهرهای ایران.
- ✓ از آنجایی که انگیزه درونی و بیرونی فقط ۳۹ درصد از واریانس تعهد ورزشی را تبیین می‌کنند پیشنهاد می‌شود که در تحقیقات آتی عوامل تأثیرگذار دیگر مورد بررسی قرار گیرد.

منابع و مأخذ

منابع و مأخذ

۱. منظمی م. و علم ش. و شتاب بوشهری ن، ۱۳۹۰ "تعیین عوامل مؤثر بر توسعه تربیت بدنی و ورزش بانوان جمهوری اسلامی ایران" نشریه مدیریت ورزشی، شماره ۱۰، صص ۱۶۸-۱۵۱.
۲. تند نویس ف، ۱۳۸۰ "جایگاه ورزش در اوقات فراغت زنان ایرانی" نشریه‌ی حرکت، شماره ۱۲، صص ۱۰۴-۸۷.
۳. حسنقلی پور ط. و استیری م. و یزدانی ح.ر. و حسینی ف، ۱۳۸۸ "بررسی عوامل تأثیرگذار بر گرایش دانشجویان تحصیلات تکمیلی دانشگاه تهران به رویدادهای ورزشی" نشریه مدیریت ورزشی، شماره ۳، صص ۱۱۷-۹۷.
۴. میر غفوری ح. و صیادی تورانلو ح. و میر فخرالدینی ح، ۱۳۸۸ "بررسی و تحلیل مسائل و مشکلات مؤثر بر مشارکت زنان در فعالیتهای ورزشی" نشریه مدیریت ورزشی، شماره ۱: صص ۱۰۰-۸۳.
۵. نادریان جهرمی م. و هاشمی ه، ۱۳۸۸ "عوامل بازدارنده مشارکت ورزشی زنان کارمند شهر اصفهان" نشریه پژوهش در علوم ورزشی، شماره ۲۳ (جزء اول) صص ۵۳-۳۹.
۶. فتحی ح، ۱۳۹۰، پایان نامه کارشناسی ارشد "رابطه بین رفتارهای رهبری مربیان و تعهد ورزشی بازیکنان در لیگ برتر جودوی ایران" دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه گیلان، صص ۴۰-۳۷.
۷. رضانی نژاد ر. و محبی ح. و دمیرچی ا، ۱۳۸۸ "مقایسه دیدگاه‌ها و انگیزه‌های دانشجویان ورزشکار ایرانی و غیرایرانی درباره فعالیتهای بدنی و ورزشی" نشریه مدیریت ورزشی (حرکت)، شماره ۳، صص ۱۸۲-۱۶۷.

۸. مجدآرا، ع، ۱۳۹۱، ورزش برای همه، چاپ اول، انتشارات آوای ظهور، تهران، صص ۲۶۰-۳۹.
۹. میرحسینی، م.ع. و هادوی ف. و مظفری ا.ا، ۱۳۹۱ "روایی و پایایی مدل تعهد ورزشی در میان دانشجویان ورزشکار" نشریه مدیریت ورزشی، شماره ۱۵: صص ۱۲۱-۱۰۵.
۱۰. کاشف، م.م، ۱۳۹۰، مدیریت اوقات فراغت و تفریحات سالم، چاپ اول، انتشارات مبتکران و پیشروان، تهران، صص ۶۰-۵۱.
۱۱. صالحی ج. و رحمانی ا، ۱۳۸۹ "نقش اضطراب اجتماعی اندام در تعیین انگیزه مشارکت در تمرینات ورزشی" نشریه رشد و یادگیری حرکتی، شماره ۶، صص ۱۰۱-۸۱.
۱۲. قدیمی، ب، ۱۳۹۰، فرا تحلیل مطالعات ورزش در حوزه ورزش همگانی، صص ۲۸۶ - ۲۲۰، ورزش همگانی و شهروندان تهرانی، چاپ اول، انتشارات جامعه و فرهنگ، تهران.
۱۳. فتحی س، ۱۳۸۸ "تبیین جامعه شناختی مشارکت ورزشی دانشجویان، پژوهش‌نامه علوم اجتماعی" شماره ۴، سال سوم، صص ۱۷۳-۱۴۶.
14. Wilson M. & Rodgers W.M. & Carpenter P.J. & Hall C. & Hardy J. & Fraser, Sh.N. (2004) "The relationship between commitment and exercise behavior" **journal Psychology of Sport and Exercise**, Vol 5, pp: 405-421.
15. Lukwu M. & Guzmán Luján F.(2011) "Sport commitment and adherence: A social-cognitive analysis" *Journal of Sport Science*, Vol 5, pp 1885-3137.
۱۶. گودرزی، م، ۱۳۹۰، مدیریت رفتار سازمانی در ورزش، چاپ اول، انتشارات دانشگاه تهران، تهران، صص ۳۱۱-۳۴۸.
۱۷. معتمدین م. و مددی ب. و عسکریان ف، ۱۳۸۸ "توصیف عوامل گرایش یا عدم گرایش شهروندان تبریزی به ورزش همگانی" نشریه پژوهش در علوم ورزشی، شماره ۲۳، صص ۶۸-۹۷.

۱۸. فولادین ج. و سهرابی م. و عطار زاده حسینی ر. و فارسی ع، ۱۳۸۸ "ارتباط انگیزه مشارکت با سوگیری ورزشی دانشجویان ورزشکار" فصلنامه المپیک، شماره ۴، صص ۳۹-۳۰.
۱۹. مختاری، پونه، ۱۳۸۷، انگیزه در ورزش، چاپ اول، انتشارات کمیته ملی المپیک جمهوری اسلامی ایران، تهران، صص ۲۷-۱۱.
۲۰. نوروزی سیدحسینی ر. و کوزه‌چیان ه. و احسانی م. و فیض عسکری س. و نوروزی سیدحسینی ا، ۱۳۹۱ "ارتباط رفتارهای حمایتی-استقلالی مربیان با تعهد ورزشی شمشیربازان نخبه‌ی ایران" نشریه مدیریت ورزشی، شماره ۱۴، صص ۱۵۹-۱۳۹.
۲۱. حلاجی م. و زردشتیان ش. و تند نویس ف، ۱۳۸۸ "ارتباط سبک‌های رهبری تحول‌گرا و عمل‌گرای مربیان با تعهد بازیکنان لیگ برتر هندبال ایران" نشریه پژوهش در علوم ورزشی، شماره ۱۱، صص ۴۴-۲۷.
22. Scanlan. & Carpenter. & Schmidt. & Simons. & Keeler. (1993) "The Sport Commitment Model" **Journal of sport and exercise psychology**, 15, PP :1-15.
23. Jeon J.H. & Ridinger L.L. (2009) "An Examination of Sport Commitment of Windsurfers" **Journal of Sport Behavior.**, Vol. 32. Issue 3, pp 322- 325.
۲۴. پارسامهر م، ۱۳۹۰ "بررسی انگیزه‌های مرتبط با مشارکت مستمر در فعالیتهای ورزشی در بین دانشجویان تربیت بدنی (مورد مطالعه: دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه یزد)" پژوهشنامه مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی، شماره سیزدهم، سال هفتم، صص: ۹۳-۱۰۶.
۲۵. عریضی ف. و وحیدا ف. و پارسامهر م، ۱۳۸۵ "بررسی تأثیر حمایت اجتماعی بر مشارکت زنان در فعالیتهای ورزشی (مطالعه موردی: استان مازندران)" فصلنامه المپیک، شماره ۱، صص ۸۶-۷۷.
۲۶. رضائی‌نژاد ر. و شفیع‌ی ش. و شفیع‌ی م.ر. و ده‌پناه س، ۱۳۸۸ "مقایسه انگیزه شرکت در فعالیتهای مختلف ورزشی روزمره در بین گروه‌های مختلف شهر شیراز" پژوهشنامه مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی، شماره ۹، سال پنجم، صص ۸۵-۷۱.

۲۷. واعظ موسوی، م.ک؛ مسیبی، ف ، ۱۳۹۰، **روانشناسی ورزشی**، چاپ اول، انتشارات سمت، تهران، صص ۱۲۱-۸۶.
۲۸. حیدری چروده م، ۱۳۸۹، نیازسنجی شهروندان تهرانی به ورزش همگانی به تفکیک سن، جنس، منطقه، فضا و زمان، صص ۲۸۶-۱۱۸، تهران، **ورزش همگانی و شهروندان تهرانی**، چاپ اول، انتشارات جامعه و فرهنگ، تهران.
۲۹. گائینی ع، رجبی ح، ۱۳۸۶، **آمادگی جسمانی**، چاپ پنجم، انتشارات سمت، تهران، صص ۳۳-۲۶.
۳۰. اسدی ح، شعبانی مقدم ک، ۱۳۹۲، **مدیریت اوقات فراغت و ورزش های همگانی**، چاپ اول، انتشارات دانشگاه تهران، صص ۴۴.
31. Pelletier L. & Fortier M. & Vallerand R. & Tuson K. & Briere N. & Blais M. 1995 "Toward a New Measure of intrinsic Motivation, Extrinsic Motivation, and Amotivation in Sports: The sport Motivation Scale (SMS)" **The Journal of Sport & Exercise psychology**, Vol 17, PP 35-51.
۳۲. سعیدی، ع.ا، ۱۳۹۰، بررسی عوامل تأثیر گذار بر میزان گرایش شهروندان به مشارکت در ورزش همگانی، صص ۱۲۲-۱۴، **ورزش همگانی و شهروندان تهرانی**، چاپ اول، انتشارات جامعه و فرهنگ، تهران.
۳۳. جوادی پور م. و سمیع نیا م، ۱۳۹۲ "ورزش همگانی در ایران و تدوین چش مانداز، استراتژی و برنامه های آینده" **پژوهش های کاربردی در مدیریت ورزشی**، شماره ۴، صص ۳۰-۲۱.
۳۴. شعبانی ع. و غفوری ف. و هنری ح، ۱۳۹۰ "بررسی چالش های ورزش همگانی در ایران" **نشریه پژوهش در علوم ورزشی**، شماره ۱۰، صص ۲۶-۱۳.
۳۵. مسدد ع.ا، ۱۳۸۰، **روانشناسی ورزشی از تئوری تا عمل**، چاپ اول، انتشارات اطلاعات، تهران، صص ۲۳۶-۱۸۹.

۳۶. پی رایبناز ا، ۱۳۷۴، مدیریت رفتار سازمانی (رفتار فردی)، جلد اول، ترجمه پارسائیان، علی، چاپ اول، انتشارات وزارت امور خارجه، تهران، صص ۳۳۲-۳۱۱.
۳۷. جابری ا. و سلیمی م. و خزائی پول ج، ۱۳۹۲ " بررسی تأثیر انگیزش‌های درونی و بیرونی بر تسهیم دانش کارکنان در سازمانهای ورزشی (مطالعه موردی کارمندان ادارات تربیت بدنی استان اصفهان)" نشریه مدیریت ورزشی، شماره ۱۴، صص: ۵۷-۵۵.
۳۸. محرم زاده م، ۱۳۸۳، تئوری‌های مدیریت (مبانی و نظریه‌ها برای برنامه‌ریزی تربیت بدنی)، چاپ اول، انتشارات جهاد دانشگاهی ارومیه، ارومیه، صص ۱۹۲-۱۶۶.
۳۹. عامریون ا، ۱۳۸۵ "آشنایی با تئوری‌های انگیزش" فصلنامه آموزشی دانشکده بهداشت، شماره ۲۱، صص ۴-۱.
۴۰. خبیری م، ۱۳۸۷، روان‌شناسی ورزشی راهنمای مربیان، چاپ سوم، تهران، انتشارات بامداد کتاب، تهران، صص ۶۵-۴۸.
۴۱. بافری ق. و تند نویس ف. و خبیری م. و زارعی متین ح، ۱۳۸۴ "ارتباط بین سبک‌های رهبری مربیان فوتبال با میزان تعهد و تحلیل رفتگی بازیکنان" نشریه علوم حرکتی و ورزش، جلد اول، شماره ۵، صص ۴۰-۲۳.
42. Scanlan T. K. & Russell D.G. & Magyar T. M. & Scanlan L.A. (2009) "Project on Elite Athlete Commitment (PEAK): III. An Examination of the External Validity across Gender, and the Expansion and Clarification of the Sport Commitment Model" **Journal of Sport & Exercise Psychology**, 31, pp 685-705.
43. Sousa C. & Torregrosa M. & Viladrich C. & Villamarín F. & Cruz J. (2007) "The commitment of young soccer players" www.psicothema.com, Psicothema 2007. Vol. 19, n° 2, pp. 256-262
44. Garcia-Mas A. & Palou P. & Gili M. & Ponseti X. (2008) "Commitment, Enjoyment and Motivation in Young Soccer Competitive Players" **The Spanish Journal of Psychology**. Vol. 13 No. 2, 609-616.

45. Grace B., 2007, Unpublished thesis "Sport commitment over time in collegiate athletes", the faculty of California State University Fullerton. UMI number 1442190
46. Saybani H.R. & Yusof A. & Soon C. & Hassan A. & Zardoshtian S. 2013 "Transformational leadership, athletes' satisfaction and sport commitment: A study of Iranian high school football teams" **Journal of Sport Studies**. Vol 3, pp: 406-413.
47. Rowland T.W. & Freedson P.S. (1994) "Physical activity, fitness, and Health in children: close look" **Jurnal of the American Academy of Pediatrics.**, Vol. 93 No. 4, pp. 669 -672.
48. Scanlan T.K. & Russell D.G. & Beals K.P. & Scanlan L.A. (2003) "Project on Elite Athlete Commitment (PEAK): n. A Direct Test and Expansion of the Sport Commitment Model With Elite Amateur Sportsmen" **Journal of sport and exercise psychology.**, 25, PP: 377-401.
۴۹. قاسمی و، ۱۳۸۹ "مدل سازی معادلات ساختاری در پژوهش های اجتماعی با کاربرد AMOS" چاپ اول، انتشارات جامعه شناسان، تهران، صص ۳۷۶-۱.
۵۰. رضانی نژاد ر. و رحمانی نیا ف. و تقوی تکیار ا، ۱۳۸۸ "بررسی انگیزه های شرکت کنندگان در ورزش های همگانی در فضاهای روباز" نشریه مدیریت ورزشی، شماره ۲ صص: ۱۹-۵.
۵۱. تند نویس ف، ۱۳۸۰ "جایگاه ورزش در اوقات فراغت زنان ایرانی" نشریه حرکت، شماره ۱۲، صص ۱۰۴-۸۷.
۵۲. نوربخش پ. و مزارعی ا، ۱۳۸۵ "مقایسه انگیزش شرکت دانش آموزان و دانشجویان پسر ورزشکار در فعالیت های ورزشی و رابطه آن با هدف گرایی ورزشی آنان" فصلنامه المپیک، شماره ۲، صص ۴۲-۳۱.
۵۳. برزگر طبقه م. و سبزه نوقایی ا. و شجاعیان ن. و فولادیان ج، ۱۳۸۶ "بررسی انگیزه مشارکت ورزشی ورزشکاران زن و رابطه آن با ادراک موفقیت ورزشی" پنجمین همایش علمی دانشجویی تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه مازندران، صص ۵۷-۵۶.

۵۴. معتمدین م. و مددی ب. و عسکریان ف، ۱۳۸۸ "توصیف عوامل گرایش یا عدم گرایش شهروندان تبریزی به ورزش همگانی" نشریه پژوهش در علوم ورزشی، شماره ۲۳، صص ۹۷-۶۸.
۵۵. نادریان جهرمی م. و هاشمی ه، ۱۳۸۸ "مشارکت در ورزش‌های تفریحی (انگیزه‌ها و پیش فرض‌ها در جنبه‌های تفریحی ورزش)" نشریه پژوهش در علوم ورزشی، شماره ۲۲، صص ۳۹-۵۳.
۵۶. برقی مقدم ج. و بنی‌نصرت ا، ۱۳۸۹ "ارتباط بین سبک‌های هویت با عوامل برانگیزاننده و احساس موفقیت در پسران نوجوان نخبه رشته ورزشی کاراته" نشریه علوم تربیتی، شماره نهم، صص ۲۵-۷.
۵۷. نوربخش م. و فرخی ا. و خاکپور س. و فراهانی ه، ۱۳۸۹ "مقایسه انگیزه شرکت زنان و مردان سالمند شهر تهران در فعالیت‌های بدنی" نشریه رشد و یادگیری حرکتی، شماره ۵، صص ۴۹-۶۹.
۵۸. قائدی ه. و نوبخت رو و دانشجو ع.ح، ۱۳۸۹ "تأثیر حمایت اجتماعی و عوامل جمعیت شناختی بر مشارکت زنان در فعالیت‌های ورزشی (مطالعه موردی: زنان شهر لامرد)" فصلنامه زن و بهداشت، شماره ۲، صص ۱۹-۱.
59. Afsanepurak A. & Norouzi Seyed Hossini R. & Kalateh Seyfari M. & Fathi H, 2012 "Analysis of Motivation for Participation in Sport for All" **Journal of Applied and Basic Sciences**, Vol 3, pp: 790-795.
۶۰. نوروزی سید حسینی ر. و کوزچیان ه. و احسانی م. و فیض عسکری س. و نوروزی سید حسینی ا، ۱۳۹۰ "ارتباط رفتارهای حمایتی - استقلال‌ی مربیان با تعهد ورزش شمشیربازان نخبه ایران" نشریه مدیریت ورزشی، شماره ۱۴، صص ۱۵۹-۱۳۹.

۶۱. نوروزی سید حسینی ر. و فتحی ح. و صادقی بروجردی س، ۱۳۹۱ "اثر ادراک رفتارهای رهبری مربیان بر تعهد ورزشی، انگیزش پیشرفت و رضایت‌مندی جودوکاران لیگ برتر ایران" نشریه مطالعات مدیریت ورزشی، شماره ۱۶، صص ۲۰۶-۱۸۹.
۶۲. مرتضایی ل، ۱۳۹۱ "پایان نامه کارشناسی ارشد، انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی مطالعه موردی: زنان استان خراسان رضوی" دانشگاه شاهرود، صص ۹۵-۸۳.
۶۳. قدرت‌نما ا. و حیدری نژاد ص، ۱۳۹۲ "رابطه انگیزه مشارکت ورزشی با میزان فعالیت بدنی دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز" نشریه مطالعات مدیریت ورزشی، شماره ۱۸، صص ۲۰۲-۱۸۹.
64. Brodtkin P. & Weiss M. R. (1990) "Developmental differences in motivation for participating in competitive swimming" **Journal of Sport and Exercise Psychology** ،Vol 12, ،PP: 248-263
65. Chen W. 1998 "Chinese and American college students' motives for participation in physical activities" **department of Physical Education**, Temple University, Philadelphia, PA 19122, USA.pp: 32-723.
66. Jose A. Cecchini, A, José M., (2002), **Motives for practicing sport in Spanish schoolchildren**, Psicothema, Vol. 14,, pp. 523-531.
67. Zahariadis P. & Tsorbatzoudis H. & Alexandris K. (2004) "Self-determination in sport commitment" **Journal of Perceptual and motor skills**. Vol: 102, PP: 405-420.
68. Kilpatrick M. (2005) "College students' motivation for physical activity: Differentiating men's and women's motivation for sport participation and exercise" **Jurnal of American college health**. VOL.54, NO.2. pp :87-94.
69. Weiss W.M. & Weiss M.R. (2006) "A longitudinal analysis of commitment among competitive female gymnasts" **Psychology of Sport and Exercise**, Vol 7. pp 309-323.
70. Sirard J.R. & Pfeiffer K.A. & Pate R.R. 2006 "Motivational factors associated with sports program participation in middle school students" **Journal of Adolescent Health**. Vol 6. PP: 696-703.

71. Jeon J. H. (2007). **Unpublished Master of Science thesis** "An Examination of Sport Commitment of Windsurfers". The University of North Carolina State
72. Casper M. & Andrew P.S. 2007 "Sport Commitment Differences Among Tennis Players on the Basis of Participation Outlet and Skill Level" **Sport Management Review**, 10, pp 253-278.
73. Sousa C. & Torregrosa M. & Viladrich C. & Villamarín F. & Cruz J. (2007) "The commitment of young soccer players" www.psicothema.com, Vol.19, pp. 256-262.
74. Casper J. M. & Babkes S. M. 2008 "Demographic Predictors of Recreational Tennis Participants' Sport Commitment" **Journal of Park and Recreation Administration**. Vol 3. pp 93-115.
75. Scanlan T.K. & Russell D.G. & Magyar T.M. & Scanlan L.A. (2009) "Project on Elite Athlete Commitment (PEAK): III. An Examination of the External Validity across Gender, and the Expansion and Clarification of the Sport Commitment Model" **Journal of Sport & Exercise Psychology**, Vol 31. pp:685-705.
76. Boyst J.P. (2009). **Unpublished Master of Science thesis** "An Examination of Sport Commitment in Collegiate Athletes". The University of North Carolina at Greensboro. pp:71-72
77. Jafari Siavashani F. & Ghadimi B. & Behaen B. & Same H. (2010) "Study of student motivation for doing physical activities (Health-Related factors against physical appearance related factors)" **World Applied Sciences Journal**, Vol. 10, No 2. pp: 322-326.
78. Garcia-Mas A. & Palou P. & Gili M. & Ponseti X. & Borrás P.A. & Vidal J. & Cruz J. & Torregrosa M. & Villamarín F. & Sousa C. 2010 "Commitment, enjoyment and motivation in young soccer competitive players" **The Spanish journal of psychology**, Nov: 13, Vol: 2, PP: 16-609.
79. Young, B.W. & Medic N. (2011) "Examining social influences on the sport commitment of Masters Swimmers" **The Journal Psychology of Sport and Exercise**, Vol 12. pp: 168- 175.
80. Liu Wei B. & Li Y. (2011) "Perceived competence, motivation, and physical activity participation among college students" **The Preliminary Program for 2011. AAHPERD. National Convention and Exposition.**

81. Hemati Nezhad M.A. & Danesh Sani K. (2012) "The Effect of Intrinsic Motivation and Sport Commitment on the Performance of Iranian National Water Polo Team" **International Research Journal of Applied and Basic Sciences**, Vol: 3 (6). pp 1173-1177.
82. Matthew E. D. (2012). **Unpublished Master of Science thesis** "An Examination of Motivational, Goal Achievement, and Sport Commitment Differences in Youth Team and Individual Tennis Populations" The University of North Carolina at Greensboro. p 87.
83. Pakdelan S. & Mehdipour A. & Kheradmand A. (2012) "Analysis of motivational factors of participants in the sport for all" **Journal of Applied and Basic Sciences**, Vol 3, PP:1818-1824.
84. Kondric M. & Sindik J. & Furjan-Mandic G. & Schiefler B. (2013) "Participation Motivation and Student's Physical Activity among Sport Students in Three Countries" **Journal of Sports Science and Medicine.**, No 12, pp 10-18.
۸۵. کلاین، پل، ۱۳۸۰، راهنمای آسان تحلیل عاملی، ترجمه جلال صدرالسادات و اصغر مینایی، چاپ اول، انتشارات سمت، تهران، ص ۲۵۴.
86. Price M.S. (2010). **Unpublished doctoral dissertation** "Relationships among Peer Leadership, Coach Leadership, and Individual and Team Outcomes" University of Virginia.
87. Scanlan. & Carpenter. & Schmidt. & Simons. & Keeler. (1993) "The Sport Commitment Model" **Journal of sport and exercise psychology**. Vol 15. PP:1-15.
۸۸. کلانتری خ، ۱۳۸۸، مدل سازی معادلات ساختاری در تحقیقات اجتماعی - اقتصادی (با برنامه LISREL و SIMPLIS)، چاپ اول، انتشارات فرهنگ صبا، تهران، ص ۲۳۹-۱.
۸۹. لاورنس اس. میرز؛ گامست، گلن، گارینو، ا. جی، ۱۳۹۱، پژوهش چند متغیری کاربردی، ترجمه حسن پاشاشریفی، ولی الله فرزاد، سیمین دخت رضاخانی و همکاران، چاپ اول، انتشارات رشد، تهران، ص ۸۱۰-۱.

۹۰. مومنی م، ۱۳۸۶، تحلیل‌های آماری با استفاده از SPSS، چاپ اول، انتشارات کتاب نو، تهران، ص ۶۴-۲۳.
۹۱. ابارشی ا. و حسینی ی، ۱۳۹۱، مدل‌سازی معادلات ساختاری، چاپ اول، انتشارات جامعه شناسان، تهران، ص ۳۶۶-۱.
۹۲. مشبکی ا. و خدامی س. و تقوی شوازی ا، ۱۳۸۹ "نظریه ی نهادی نوین تلفیقی و نقش آن بر ایجاد مزیت رقابتی" پژوهشنامه‌ی مدیریت اجرایی علمی - پژوهشی، سال دهم، شماره یک، صص ۱۷۳-۱۵۰.
۹۳. مینایی ا، ۱۳۸۵ "مطالعه ساختار عاملی فرم گزارش معلم آخنباخ با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی" پژوهش در حیطه کودکان/استثنایی، سال ششم، شماره ۳، صص ۷۸۶-۷۶۹.
94. Han. K. (2007) **Unpublished Doctor of Philosophy of Science thesis** "Motivation and Commitment of Volunteers in a Marathon Running event". The Florida State University. pp:170
95. Hollembeak J. & Amorose A.J. (2005) "Perceived Coaching Behaviors and College Athletes' Intrinsic Motivation: A Test of Self-Determination Theory" **Journal of Applied Sport Psychology**. Vol 17, pp 20-36.
۹۶. نظرعلی پ. و ثیابی ر. و حناچی پ، ۱۳۹۱ "مقایسه تمرین هوازی و بی هوازی بر سطوح اندورفین پلاسمایی دختران فعال و غیرفعال" نشریه علوم زیستی ورزش، شماره ۱۳، صص: ۳۷-۵۰.
۹۷. هومن ح، ۱۳۸۸، مدل‌یابی معادلات ساختاری با کاربرد نرم افزار لیزرل، چاپ دوم، انتشارات سمت، تهران، صص ۶۷-۴۵.

پوستہ

پیوست‌ها

پیوست (الف)، پرسشنامه‌ها

با سلام

پرسشنامه‌ی پیوست به منظور جمع آوری اطلاعات مورد نیاز جهت بررسی «انگیزه‌های مشارکت و تعهد بانوان به فعالیت‌های ورزشی» طراحی گردیده است. بی شک پاسخگویی دقیق و صادقانه‌ی شما به سوالات مطرح شده، می‌تواند ما را در رسیدن به اهداف پژوهش یاری رساند و نتایج دقیق تری را به ورزش کشور تقدیم کند.

پیشاپیش از بذل توجه و همکاری شما نهایت تشکر و سپاسگزاری را دارم.

با احترام

حسینی دانشجوی کارشناسی ارشد - مدیریت ورزشی دانشگاه شاهرود

ویژگی های فردی:

۱. شما در کدامیک از دامنه های سنی زیر قرار گرفته اید؟

الف) ۲۰ تا ۳۰ سالگی ب) ۳۰ تا ۴۰ سالگی ج) ۴۰ تا ۵۰ سالگی د) ۵۰ سال به بالا ۲. وضعیت تاهل: الف) مجرد ب) متاهل ۳. آیا صاحب فرزند هستید؟ الف) بله ب) خیر

۴. سطح تحصیلات:

الف) زیر دیپلم ب) دیپلم ج) فوق دیپلم د) لیسانس ه) بالاتر از لیسانس

۵. رشته ی تحصیلی:

الف) گروه فنی ب) علوم انسانی ج) علوم تجربی د) علوم ریاضی ۶. آیا سرپرست خانواده هستید؟ الف) بله ب) خیر

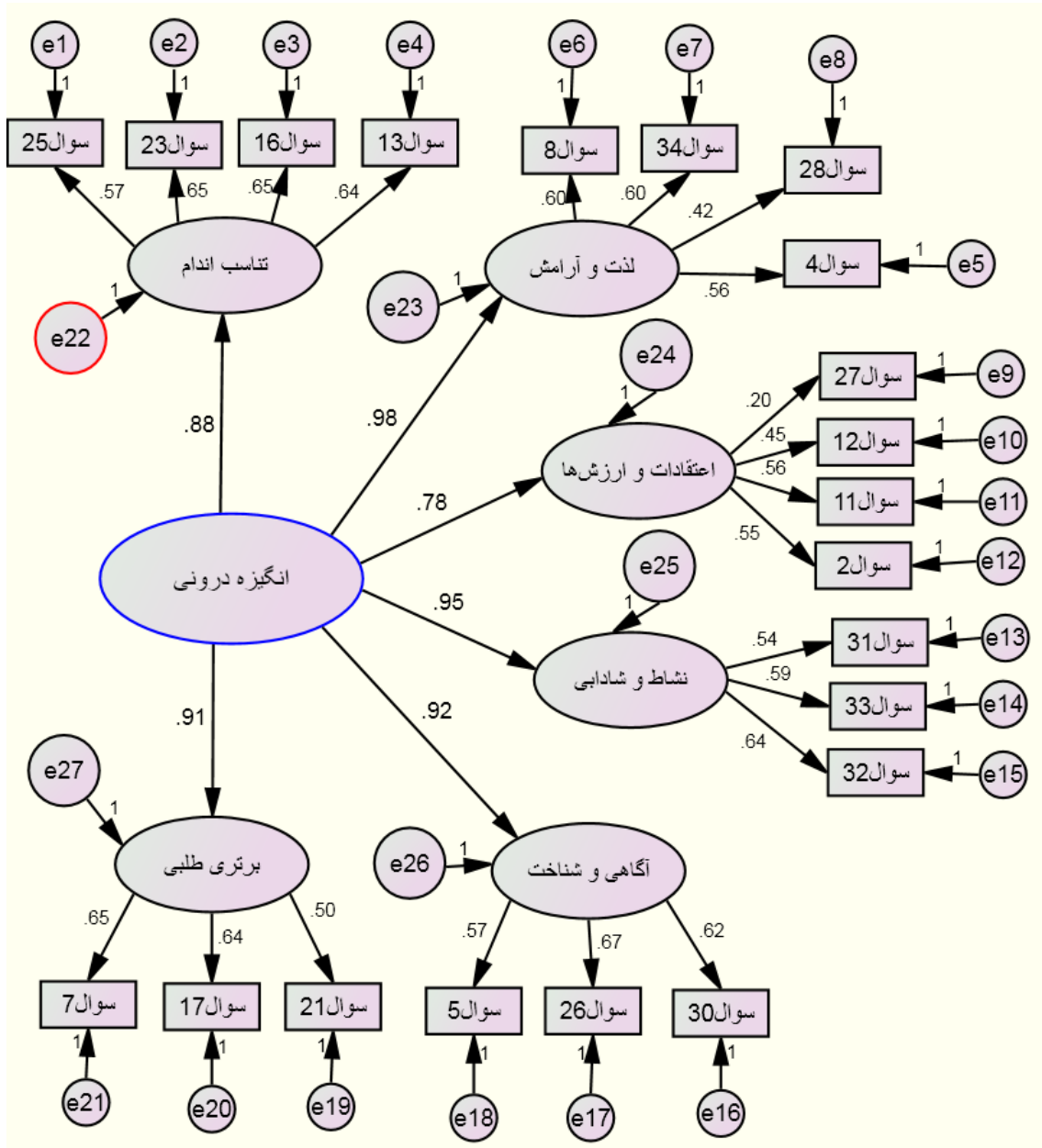
پرسشنامه‌ی انگیزه ورزشی

چرا در فعالیت‌های ورزشی شرکت می‌کنید؟ میزان توافق خود با جملات را، با علامت x در مقابل هر سوال مشخص کنید.

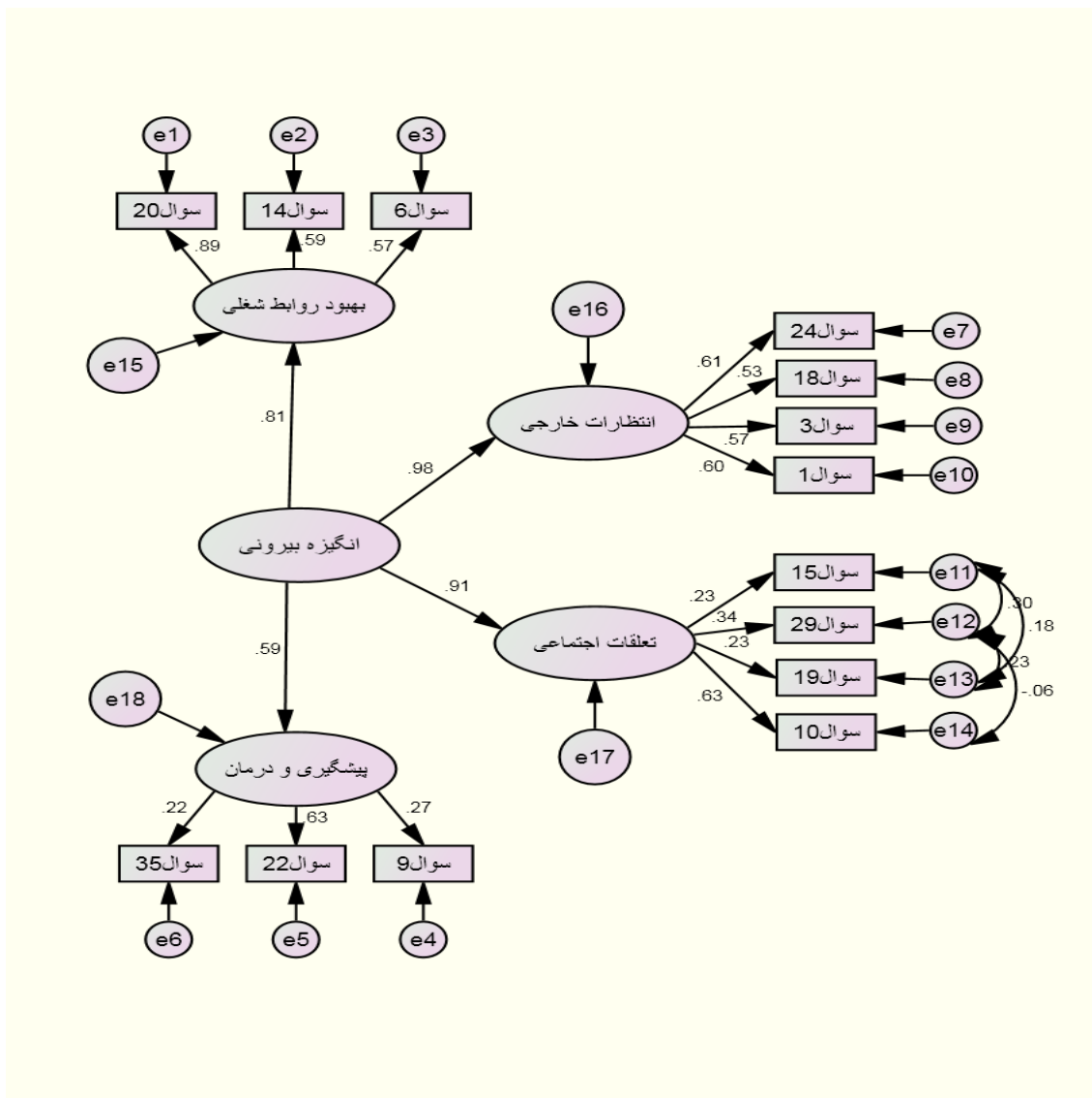
کاملاً موافقم	موافقم	نظری ندارم	مخالفم	کاملاً مخالفم	سوالات
					۱. ورزش می‌کنم چون در بین دوستان، آشنایان و خانواده ام ورزش از اهمیت خاصی برخوردار است.
					۲. من باید ورزش کنم تا احساس خوبی در مورد خودم داشته باشم.
					۳. به خاطر اعتبار و وجهه ای که ورزشکار بودن دارد در فعالیت‌های ورزشی شرکت می‌کنم.
					۴. شرکت در فعالیت‌های ورزشی آرامش فکری و روحی خاصی به همراه دارد.
					۵. یادگیری و تمرین مهارت‌های جدید، احساس خوبی به من می‌دهد.
					۶. می‌توانم از طریق تجربیات ورزشی برنامه‌های کاری ام را بهتر مدیریت کنم.
					۷. با ورزش می‌توانم نقاط ضعفم را برطرف کنم و این اعتماد به نفس من را افزایش می‌دهد.
					۸. با ورزش می‌توانم استرس و اضطراب ناشی از محیط اطرافم را کاهش دهم.
					۹. می‌خواهم از بیماری‌هایی که در سنین بالا گریبان‌گیر انسان می‌شود در امان باشم.
					۱۰. با ورزش می‌توانم احترام بیشتری برای خود کسب کنم.
					۱۱. فکر می‌کنم اگر کسی بخواهد اندام متناسبی داشته باشد، ورزش کردن برای او لازم است.
					۱۲. احساس می‌کنم افرادی که تناسب اندام خوبی دارند بیشتر مورد پذیرش جامعه هستند.
					۱۳. با شرکت در فعالیت‌های ورزشی آمادگی جسمانی ام حفظ شده و بهبود پیدا می‌کند.
					۱۴. به دنبال شغل هستم و با شرکت در فعالیت‌های ورزشی می‌توانم با افرادی آشنا شوم که این فرصت را برای من مهیا کنند.
					۱۵. ورزش یکی از بهترین راه‌ها برای ملاقات با افراد جدید است.
					۱۶. می‌خواهم وضعیت ظاهری بدنم را حفظ کنم.
					۱۷. با ورزش می‌توانم در کارهای گروهی و فردی موفق‌تر باشم.
					۱۸. ورزش می‌کنم چون می‌خواهم خواسته‌ها و انتظارات دیگران را برآورده کنم.
					۱۹. کارهای گروهی را دوست دارم.
					۲۰. با شرکت در فعالیت‌های ورزشی می‌توانم خودم را انسان فعالی نشان دهم و این برای آینده‌ی شغلی من خوب است.
					۲۱. با ورزش کردن می‌توانم کارهای سخت و دشوار را بهتر انجام دهم.
					۲۲. فعالیت‌های ورزشی در کاهش درد به من کمک می‌کند.

پیوست (ب): نتایج انجام مطالعه مقدماتی برای تعیین روایی سازه پرسشنامه‌ها

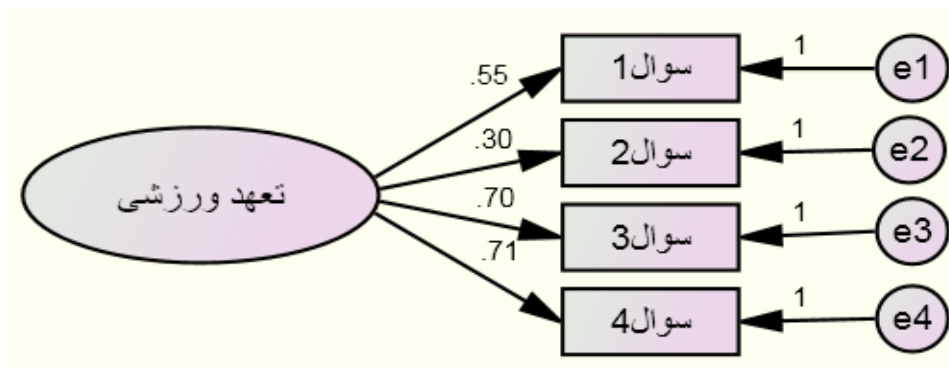
مدل مطالعه مقدماتی برای تعیین روایی سازه پرسشنامه انگیزه درونی:



مدل مطالعه مقدماتی برای تعیین روایی سازه پرسشنامه انگیزه بیرونی:



مدل مطالعه مقدماتی برای تعیین روایی سازه پرسشنامه تعهد ورزشی:



Investigation of participation motives and commitment of women to sport activity: case study in Mashhad city

Abstract

Technological advances in modern life have made changes in lifestyle, causing such results as motor deficiency and increased risk of diseases. Studies have shown that exercise and especially entertaining sports for all as a means of cheap and bracing activity can help solving this problem. Due to the fact that the women's participation in sports activities is one of the most important ways to providing their physical and mental health, it is essential to examine their presence reasons in sport and increase of their motivation as a key to start training, and their commitment to sports activities as a tool to continue training for more extended participation. The purpose of this study was to investigation participation motives and sport commitment among women participating in sports, this study was conducted in descriptive and correlational method and statistical population study was conducted among 6000 women that participating in sports in Mashhad municipality. As a fact, the much larger sample size in structural equation modeling method, the more accurate and precise the results are, 526 samples were selected by cluster random from different areas of Mashhad. Data were collected by, demographic, sport motivation (the questionnaire made by researcher), and sport commitment (scanlan, 1993) questionnaires. To determine the Face and content validity of the questionnaires, 10 experts and sports management teachers were consulted and to determine the structural validity of the questionnaires, Confirmatory factor analysis were applied. Then to determine the reliability of sports motivation and sports commitment questionnaires, a pilot study on 30 women athletes was conducted. The results of Cronbach's alpha coefficient showed (Sports motivation $\alpha=0.87$) (Sport commitment $\alpha=0.64$) that the questionnaires have acceptable reliability. The results showed that there is a positive and meaningful relationship between sports commitment and the subscales of intrinsic motivation and also between sports commitment and the subscales of extrinsic motivation. A positive and strong relationship between intrinsic motivation and extrinsic motivation ($r=0.79$) was observed. Structural equation modeling results indicated that intrinsic motivation had a direct effect on the sports commitment (0.67), but the effect of extrinsic motivation on the sports commitment was unmeaningful (-0.06). The coefficient of the endogenous variable, indicated that there is 39% variance in sports commitment can be predicted by exogenous variables. Finally, the model showed a good fit to the data.

Key words: motivation, sports commitment, maximum likelihood, structural validity, structural equation modeling.



Shahrood University

Faculty of Physical Education and Sports Science

**Investigation of participation motives and commitment of women to
sport activity: case study in Mashhad city**

Elaheh Hosseini

Supervisor:

Dr. Hassan Bahrololoum

Adviser:

Maryam Ali ei

January 2013



Shahrood University

Faculty of Physical Education and Sports Science

**Investigation of participation motives and commitment of women to
sport activity: case study in Mashhad city**

Elaheh Hosseini

Supervisor:

Dr. Hassan Bahrololoum

January 2013