



دانشگاه شاهرود

دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

بررسی ارتباط بین کارآمدی مربیان و تعهد ورزشی بازیکنان والیبال
(مطالعه موردی: استان سمنان)

دانشجو:

بهناز علی حسینی

استاد راهنما:

دکتر حسن بحر العلوم

بهمن ۱۳۹۲

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشگاه شاهرود

دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

بررسی ارتباط بین کارآمدی مربیان و تعهد ورزشی بازیکنان والیبال

(مطالعه موردی: استان سمنان)

پژوهشگر:

بهناز علی حسینی

استاد راهنما:

دکتر حسن بحر العلوم

استاد مشاور:

دکتر نعمت الله نعمتی

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد

بهمن ۱۳۹۲

"مَنْتَ خدَا رَا عَزَّ وَ جَلَّ كِه طَاعَتَش مَوْجِب قَرَبَتْسْت وَ بِه شُكْرِ اَنْدَرَش مَزِيْد نِعْمَت،

هَر نَفْسِي كِه فَرُو مِيْرُوْد مَمْدَ حِيَاةْسْت وَ چُون بَرِ مِي آيِد مَفْرَحَ ذَات،

پَس دَر هَر نَفْسِي دُو نِعْمَت مَوْجُوْدَسْت وَ بَرِ هَر نِعْمَتِي شُكْرِي وَاجِب"

"گَلَسْتَانِ سَعْدِي"

بَا سِپَاسِ اَز پَرُوْرْدِ گَارِيْکَتَا، اَيْنِ بَرِگِ سَبْزِ رَا تَقْدِيْمِ بِه پَدَرِ وَ مَادَرِمِ مِي کُنم

کِه اَز نِگَاهَشَانِ صِلَابَتِ

اَز رِفْتَارِ شَانِ مَحَبَّتِ

وَ اَز صَبْرِ شَانِ اِیْسْتَادِگِي رَا آموخْتَم.

سپاس بی کران پروردگار یکتا را که هستی مان بخشید و به طریق علم و دانش رهنمونمان شد
و به همنشینی رهروان علم و دانش مفتخرمان نمود و خوشه چینی از علم و معرفت را
روزیمان ساخت.

با تشکر و سپاس فراوان ...

از زحمات و راهنمایی های ارزشمند استاد گرامی، جناب آقای دکتر بحر العلوم که در راستای
انجام این پروژه در طول یک سال و نیم گذشته، همواره راه گشا و حامی من بودند،

از جناب آقای دکتر نعمتی برای مشاوره در اجرای پایان نامه،

از اساتید بزرگوارم جناب آقای دکتر اندام و دکتر حسینی نیا برای راهنمایی های ارزشمند در
طول تحصیل و در اجرای این پایان نامه،

و از همگی اساتید گرامی که تمام این سالها در مکتب علم و اخلاقشان، طریق دانش و
معرفت آموختم.

در پایان از همکاری های اداره ورزش و جوانان شهرستان دامغان و دبیران و مربیان محترم
هیئت های والیبال استان سمنان در توزیع و جمع آوری پرسشنامه ها بسیار سپاسگزارم.

تعهد نامه

اینجانب بهنام علی حسینی دانشجوی دوره کارشناسی ارشد رشته مدیریت ورزشی دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه شاهرود و نویسنده پایان نامه با موضوع "بررسی ارتباط بین کارآمدی مربیان و تعهد ورزشی بازیکنان ولیبال (مطالعه موردی: استان سمنان)" تحت راهنمایی دکتر حسن بحر العلوم متعهد می شوم،

♦ تحقیقات در این پایان نامه توسط اینجانب انجام شده است و از صحت و اصالت برخوردار است.

♦ در استفاده از نتایج پژوهش های 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 بدست 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 به حوزه اطلاعات شخصی افراد دسترسی یافته یا استفاده شده است اصل رازداری، ضوابط و اصول اخلاق انسانی رعایت شده است.

تاریخ و امضاء

مالکیت نتایج و حق نشر

♦ کلیه حقوق معنوی این اثر و محصولات آن (مقالات مستخرج، کتاب، برنامه های رایانه ای، نرم افزارها و تجهیزات ساخته شده) 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:

بررسی ارتباط بین کارآمدی مربیان و تعهد ورزشی بازیکنان والیبال

(مطالعه موردی: استان سمنان)

هدف کلی پژوهش حاضر بررسی ارتباط کارآمدی مربیان با تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان بود. روش تحقیق، توصیفی و از نوع مطالعات همبستگی بود. نمونه‌ی آماری تحقیق را ۲۵۰ نفر از اعضای تیم‌های والیبال استان سمنان با حداقل دو سال سابقه فعالیت ورزشی، در رده سنی ۱۶ سال و بالاتر تشکیل دادند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه‌های کارآمدی مربیگری فلتز و همکاران (۱۹۹۹) و تعهد ورزشی اسکانلن و همکاران (۱۹۹۳) بودند. به منظور تعیین روایی پرسشنامه‌ها از نظرات ۹ نفر از اساتید و کارشناسان تربیت بدنی استفاده شد و پایایی پرسشنامه‌ها به روش آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۹۶ و ۰/۵۷ بدست آمد. آزمون کاکموگروف اسمیرنوف نشان داد که توزیع داده‌ها به جز در خرده مقیاس درک کارآمدی استراتژی، طبیعی است بنابراین از ضریب همبستگی پیرسون، اسپیرمن، t مستقل، آنالیز واریانس یک‌طرفه و تحلیل رگرسیون برای آزمون فرضیه‌های پژوهش استفاده شد. نتایج تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS 19 نشان داد که همبستگی مثبت و معناداری بین درک کارآمدی مربی و ابعاد آن (انگیزش، تکنیک، استراتژی و شخصیت‌سازی) با تعهد ورزشی وجود دارد. همچنین نتایج تحقیق نشان دادند که بین درک کارآمدی مربیگری و تعهد ورزشی بازیکنان والیبال بر اساس جنسیت تفاوت معناداری وجود دارد ولی بین ادراک ورزشکاران از کارآمدی مربی بر اساس سابقه قهرمانی و سابقه فعالیت ورزشی تفاوت معناداری وجود ندارد. از بین ابعاد کارآمدی مربیگری، درک کارآمدی شخصیت‌سازی قویترین پیش‌بین تعهد ورزشی بود.

در نهایت می‌توان نتیجه گرفت که ادراک ورزشکاران از کارآمدی مربیان به ویژه در بعد شخصیت‌سازی ارتباط مثبتی با میزان تعهد ورزشی آنان دارد و می‌تواند تعهد را پیش‌بینی کند. بنابراین یافته‌های پژوهش بر اهمیت ادراک ورزشکاران، به کارگیری رفتارهای شایسته و اخلاق مدار توسط مربیان و همچنین توجه به انتخاب مربیان کارآمد برای افزایش تعهد ورزشکاران تأکید می‌کند.

واژگان کلیدی: انگیزش، استراتژی، تکنیک، شخصیت‌سازی، ادراک ورزشکاران

مقاله مستخرج از پایان نامه

۱. بررسی ارتباط کارآمدی مربیگری با لذت و تعهد ورزشی در والیبالیست‌ها (مطالعه موردی: استان سمنان)، پژوهش‌نامه مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی، دانشگاه مازندران.

فهرست مطالب

عنوان	ب
تصویب نامه	ج
تقدیم اثر	د
تشکر و قدردانی	ه
تعهدنامه	و
چکیده فارسی	ز
فهرست مطالب	ط
فهرست جداول	ل
فهرست شکل ها	م
فهرست پیوست	م
فصل اول: طرح تحقیق	۱
۱-۱. مقدمه	۲
۲-۱. بیان مسئله	۵
۳-۱. ضرورت و اهمیت پژوهش	۷
۴-۱. اهداف پژوهش	۸
۵-۱. فرضیات پژوهش	۹
۶-۱. پیش فرض ها	۹
۷-۱. متغیرهای پژوهش	۱۰
۸-۱. محدودیت های پژوهش	۱۰
۹-۱. تعاریف نظری و عملیاتی واژه ها و اصطلاحات پژوهش	۱۰
۹-۱-۱. درک کارآمدی مربی	۱۰
۹-۱-۲. درک کارآمدی انگیزش	۱۱
۹-۱-۳. درک کارآمدی آموزش تکنیک	۱۱
۹-۱-۴. درک کارآمدی استراتژی بازی	۱۱
۹-۱-۵. درک کارآمدی شخصیت سازی	۱۱
۹-۱-۶. تعهد ورزشی	۱۲
۹-۱-۷. بازیکن والیبال	۱۲
فصل دوم: مبانی نظری و پیشینه تحقیق	۱۳
۱-۲. مقدمه	۱۴

۱۴.....	۲-۲. مفهوم کارآمدی مربیگری
۱۶.....	۳-۲. مقیاس کارآمدی مربیگری
۱۸.....	۴-۲. مفهوم خودکارآمدی
۲۰.....	۵-۲. انگیزش
۲۳.....	۶-۲. تئوری خود مختاری
۲۴.....	۷-۲. تئوری ارزیابی شناختی
۲۶.....	۸-۲. تئوری خودمختاری و درک استقلال
۲۹.....	۹-۲. مروری بر تحقیقات کارآمدی مربیگری
۳۱.....	۱۰-۲. تعهد ورزشی
۳۲.....	۱۱-۲. لذت از ورزش
۳۴.....	۱-۱۱-۲. مدل اولیه لذت از ورزش
۳۵.....	۱۲-۲. تعهد اجباری و تعهد اختیاری
۳۶.....	۱۳-۲. مروری بر تحقیقات تعهد ورزشی
۳۸.....	۱۴-۲. نقش ادراک ورزشکاران در تداوم مشارکت ورزشی آنان
۴۰.....	۱۵-۲. جمع‌بندی پیشنهادیه تحقیق
۴۱.....	فصل سوم: روش تحقیق
۴۲.....	۱-۳. مقدمه
۴۲.....	۲-۳. روش تحقیق
۴۲.....	۳-۳. جامعه آماری تحقیق
۴۲.....	۴-۳. نمونه آماری
۴۳.....	۵-۳. ابزار تحقیق
۴۳.....	۱-۵-۳. پرسشنامه ویژگی‌های جمعیت شناختی
۴۳.....	۲-۵-۳. پرسشنامه کارآمدی مربیگری
۴۴.....	۳-۵-۳. پرسشنامه تعهد ورزشی
۴۴.....	۶-۳. روایی ابزار تحقیق
۴۴.....	۷-۳. پایایی
۴۵.....	۸-۳. بررسی روایی سازه پرسشنامه‌های تحقیق
۴۶.....	۱-۸-۳. روایی سازه پرسشنامه کارآمدی مربیگری
۴۶.....	۱-۱-۸-۳. درک کارآمدی انگیزش
۴۸.....	۲-۱-۸-۳. درک کارآمدی آموزش تکنیک
۴۹.....	۳-۱-۸-۳. درک کارآمدی استراتژی بازی
۵۰.....	۴-۱-۸-۳. درک کارآمدی شخصیت‌سازی
۵۱.....	۵-۱-۸-۳. درک کارآمدی مربی

۵۲.....	۹-۳. روایی سازه پرسشنامه تعهد ورزشی
۵۳.....	۱۰-۳. روش جمع آوری اطلاعات
۵۳.....	۱۱-۳. روش تجزیه و تحلیل داده‌ها
۵۵.....	فصل چهارم: یافته‌های تحقیق
۵۶.....	۱-۴. مقدمه
۵۶.....	۲-۴. نتایج توصیفی تحقیق
۵۸.....	۱-۲-۴. توصیف تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان
۵۸.....	۲-۲-۴. توصیف خرده مقیاس‌های درک کارآمدی مربی در بازیکنان والیبال استان سمنان
۵۹.....	۳-۲-۴. بررسی توزیع داده‌ها
۵۹.....	۳-۴. آزمون فرضیه‌های تحقیق
۶۰.....	۱-۳-۴. فرضیه اول
۶۰.....	۲-۳-۴. فرضیه دوم
۶۱.....	۳-۳-۴. فرضیه سوم
۶۱.....	۴-۳-۴. فرضیه چهارم
۶۲.....	۵-۳-۴. فرضیه پنجم
۶۲.....	۶-۳-۴. فرضیه ششم
۶۳.....	۷-۳-۴. فرضیه هفتم
۶۴.....	۸-۳-۴. فرضیه هشتم
۶۴.....	۹-۳-۴. فرضیه نهم
۶۵.....	۱۰-۳-۴. فرضیه دهم
۶۷.....	فصل پنجم: بحث و نتیجه‌گیری
۶۸.....	۱-۵. مقدمه
۶۸.....	۲-۵. خلاصه پژوهش
۶۹.....	۳-۵. بحث و نتیجه‌گیری
۷۲.....	۴-۵. پیشنهادهای پژوهش
۷۲.....	۱-۴-۵. پیشنهادهای کاربردی
۷۳.....	۲-۴-۵. پیشنهادهای پژوهشی
۷۴.....	منابع و مأخذ

فهرست جداول

جدول (۱-۳)، ثبات درونی متغیرهای تحقیق	۴۵
جدول (۲-۳)، نتایج تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول برای متغیر درک کارآمدی انگیزش	۴۶
جدول (۳-۳)، شاخص‌های برازش متغیر درک کارآمدی انگیزش	۴۷
جدول (۴-۳)، نتایج تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول برای متغیر درک کارآمدی تکنیک	۴۸
جدول (۵-۳)، شاخص‌های برازش متغیر درک کارآمدی تکنیک	۴۸
جدول (۶-۳)، نتایج تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول برای متغیر درک کارآمدی استراتژی	۴۹
جدول (۷-۳)، شاخص‌های برازش متغیر درک کارآمدی استراتژی	۴۹
جدول (۸-۳)، نتایج تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول برای متغیر درک کارآمدی شخصیت سازی	۵۰
جدول (۹-۳)، شاخص‌های برازش برای متغیر درک کارآمدی شخصیت سازی	۵۰
جدول (۱۰-۳)، نتایج تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم برای متغیر درک کارآمدی مربی	۵۱
جدول (۱۱-۳)، شاخص‌های برازش متغیر درک کارآمدی مربی	۵۱
جدول (۱۲-۳)، نتایج تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول برای متغیر تعهد ورزشی	۵۲
جدول (۱۳-۳)، شاخص‌های برازش متغیر تعهد ورزشی	۵۲
جدول (۱-۴)، ویژگی‌های جمعیت شناختی آزمودنی‌های تحقیق	۵۷
جدول (۲-۴)، توصیف تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان	۵۸
جدول (۳-۴)، توصیف مؤلفه‌های کارآمدی مربیگری	۵۸
جدول (۴-۴)، نتایج آزمون کالموگروف - اسمیرنوف	۵۸
جدول (۵-۴)، رابطه بین درک کارآمدی مربیان و تعهد ورزشی	۶۰
جدول (۶-۴)، رابطه بین زیرمقیاس درک کارآمدی انگیزش و تعهد ورزشی	۶۰
جدول (۷-۴)، رابطه بین زیرمقیاس کارآمدی آموزش تکنیک و تعهد ورزشی	۶۱
جدول (۸-۴)، رابطه بین زیرمقیاس درک کارآمدی استراتژی و تعهد ورزشی	۶۱
جدول (۹-۴)، رابطه بین زیرمقیاس درک کارآمدی شخصیت سازی و تعهد ورزشی	۶۲
جدول (۱۰-۴)، مقایسه تعهد ورزشی بر مبنای جنسیت	۶۲
جدول (۱۱-۴)، مقایسه درک کارآمدی مربی بر مبنای جنسیت	۶۳
جدول (۱۲-۴)، نتایج تحلیل واریانس درک کارآمدی مربی بر مبنای سابقه فعالیت ورزشی	۶۴
جدول (۱۳-۴)، نتایج تحلیل واریانس کارآمدی مربیگری ادراک شده بر مبنای سابقه قهرمانی	۶۴
جدول (۱۴-۴)، نتایج همبستگی چندگانه بین مؤلفه‌های درک کارآمدی مربی با تعهد ورزشی	۶۵
جدول (۱۵-۴)، نتایج تحلیل رگرسیون بین درک کارآمدی شخصیت سازی با تعهد ورزشی	۶۵

فهرست شکل ها

- شکل (۱-۲)، فرآیند اصلی انگیزش ۲۱
- شکل (۲-۲)، مدل تجدید نظر شده فاکتورهای محیط اجتماعی ۲۶
- شکل (۳-۲)، مدل اصلاح شده تعهد ورزشی (اسکانلن و همکاران ۲۰۰۹) ۳۲
- شکل (۴-۲)، مدل لذت از ورزش (اسکانلن و لوتوایت ۱۹۸۶) ۳۵

فهرست پیوست ها

- پیوست ۱، مدل سازی متغیرهای پژوهش به منظور تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول ۸۱
- شکل ۱، تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول برای خرده مقیاس درک کارآمدی انگیزش ۸۱
- شکل ۲، تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول برای خرده مقیاس درک کارآمدی آموزش تکنیک ۸۱
- شکل ۳، تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول برای خرده مقیاس درک کارآمدی استراتژی ۸۱
- شکل ۴، تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول برای خرده مقیاس درک کارآمدی شخصیت سازی ۸۲
- شکل ۵، تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول برای متغیر تعهد ورزشی ۸۲
- شکل ۶، تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم برای متغیر درک کارآمدی مربی ۸۳
- پیوست ۲: پرسشنامه ویژگی های جمعیت شناختی ۸۴
- پیوست ۳: پرسشنامه کارآمدی مربیگری ۸۵
- پیوست ۴: پرسشنامه تعهد ورزشی ۸۶
- پیوست ۵: نمونه معرفی نامه دانشگاه شاهرود به هیئت های والیبال استان سمنان ۸۷

فصل اول

طرح تحقیق

۱-۱. مقدمه

تعهد، نگرش و حالتی روانی است که به منظور توصیف تمایل افراد به رفتارهای مشخص استفاده می-شود. در واقع، این مفهوم نشان‌دهنده‌ی میزان پشتکار و پایداری افراد برای ادامه‌ی مشارکت در یک رفتار است [۱]. از دیدگاهی دیگر، تعهد نوعی احساس وابستگی و تعلق خاطر به رفتار خاص است. با توجه به آنچه در مورد مفهوم تعهد ذکر شد، استفاده از این واژه برای مطالعه و پژوهش در زمینه‌ی تداوم مشارکت در ورزش مفید به نظر می‌رسد.

عامل تعهد در حوزه‌ی ورزش علاوه بر تداوم مشارکت در فعالیت‌های ورزشی، باعث بهبود انگیزش ورزشکار می‌شود [۲،۳]. این موضوع در ورزش حرفه‌ای اهمیتی دوچندان دارد زیرا خروج ورزشکاران زبده و مستعد از دایره رقابت و اردوهای تمرینی و تدارکاتی یا کشیده شدن آن‌ها به سوی فعالیت‌های دیگر، نشان از کمرنگ شدن تعهد ورزشی در آن‌ها دارد.

پژوهش‌های مرتبط با تعهد ورزشی از تحقیق اسکالنن و همکاران (۱۹۹۳) نشأت می‌گیرد، این محققان، تمایل و تصمیم به ادامه مشارکت ورزشی را تحت عنوان "تعهد ورزشی" تعریف کردند و بیان کردند که تعهد عاملی روانی است و تحت تأثیر محیط اجتماعی ورزشکار (نظیر خانواده، مربیان و دوستان) قرار می‌گیرد [۳].

اسکالنن و همکاران (۱۹۹۳)، عوامل مرتبط با تعهد ورزشی را در غالب یک مدل ارائه دادند، در این مدل، تعهد ورزشی^۱ به عنوان فاکتور مرکزی است که متغیرهای لذت از ورزش^۲، سرمایه گذاری‌های

1 . Sport Commitment

2 . Sport Enjoyment

شخصی در ورزش^۱، فرصت های ارزشمند^۲، جایگزین های دیگر^۳، اجبارهای اجتماعی^۴ و حمایت اجتماعی^۵ با آن مرتبط می باشند [۳].

همان طور که اشاره شد، موضوع تقویت تعهد ورزشکاران در سطح قهرمانی از مسائل چالش برانگیز ورزش کشور است، در این زمینه، لیو و همکاران (۲۰۰۹) دریافته اند که لزوم تمرینات طولانی مدت و لذت بخش از مسائل مهم در مورد ورزشکاران حرفه ای است و در این بخش، نقش مربی در حفظ و تقویت تعهد ورزشی بسیار حساس است [به نقل از ۴].

موضوع تعهد ورزشی یکی از چالش های فراروی مربیان و مسئولان فدراسیون های ورزشی می باشد که گاه برای حفظ ورزشکاران خود هزینه های گزافی را متحمل می شوند. با توجه به اینکه ورزشکاران نخبه و با اخلاق جزو سرمایه های ورزش هر کشور می باشند، بنابراین برای جذب و حفظ آنها، وجود مربیان متخصص، آموزش دیده، کارآمد و آشنا با علوم روز از ضروریات به شمار می رود.

مربیان به عنوان پرورش دهندگان جسمانی و روانی ورزشکاران، نقش مهم و قابل توجهی را در پیشرفت آنان دارند، اشخاص با نفوذی در زندگی ورزشکاران هستند و می توانند به طور مثبت عملکرد آنان را تحت تأثیر قرار دهند. کارآمدی از ویژگی های مربیان است که با رفتارهای مربیگری ارتباط مستقیم دارد و همچنین در انتخاب نوع و شیوه رهبری توسط آنان اثرگذار است. کارآمدی از طریق تأثیر بر ادراک ورزشکار، عملکرد و پیشرفت او را تحت تأثیر قرار می دهد. مربیان باید از این موضوع آگاه باشند که احساس کارآمدی بر تمام تیم آنها اثر می گذارد. به ویژه اعتقاد کارآمدی مربیگری برای افزایش اعتماد بین اعضای تیم سودمند خواهد بود [۵].

باندورا^۶ (۱۹۸۶ و ۱۹۹۷) نقش مربی را در اثرگذاری بر کارآمدی شخصی^۱ و تیمی ورزشکاران بررسی کرد و به این نتیجه رسید که مربیان اثرگذارترین منبع کارآمدی برای ورزشکاران هستند [به نقل از

-
- 1 . Personal investments
 - 2 . Valuable opportunities
 - 3 . Other priorities
 - 4 . Social Constraints
 - 5 . Social Support
 - 6 . Bandura

[۶]. وارگاس تونسنینگ و همکاران (۲۰۰۳) دریافتند که کارآمدی مربی در انگیزش و شخصیت‌سازی ورزشکار، قوی‌ترین پیش‌بینی کننده‌های کارآمدی تیم هستند [۶].

جو انگیزشی که مربیان در فضای تمرینی خود ایجاد می‌کنند، موجب افزایش سطح تعهد ورزشی ورزشکاران می‌شود [۷]. بنابراین مربیانی که کارآمدی انگیزشی بالاتری داشته باشند احتمالاً باید ورزشکارانی متعهدتر تربیت کنند!

کارآمدی مربیگری از چهار خرده مقیاس کارآمدی انگیزشی، آموزش تکنیک، شخصیت‌سازی و استراتژی تشکیل می‌شود. کارآمدی انگیزش، اعتقاد و باور به این موضوع است که مربی می‌تواند بر مهارت‌ها و حالات روانی ورزشکار اثر بگذارد. کارآمدی آموزش تکنیک شامل توانایی مربی در مهارت‌های آموزشی و تشخیصی می‌باشد. کارآمدی شخصیت‌سازی توانایی مربی در ایجاد نگرش مثبت در ورزشکاران و پیشرفت آن‌ها می‌باشد. کارآمدی استراتژی به مفهوم توانایی مربی در آموزش و رهبری تیم به منظور عملکرد موفقیت‌آمیز در حین رقابت است [۸].

ادراک و ارزیابی ورزشکاران از کارآمدی مربیان، موضوع مورد توجه در این پژوهش است و نتایج مفیدی را به دنبال دارد، زیرا مربیان می‌توانند با توجه به ارزیابی ورزشکاران در پی تقویت ویژگی‌های مثبت و رفع ویژگی‌های منفی عملکرد خود برآیند؛ مربی جزئی از محیط اجتماعی ورزشکار است، بنابراین رفتار، نوع و شیوه ارتباط او با ورزشکار می‌تواند نقش شایسته‌ای در حفظ و تداوم فعالیت ورزشی و تعهد ورزشکار داشته باشد.

کارپنتر و همکاران (۱۹۹۳) و ویس و همکاران^۲ (۲۰۰۱) در پژوهش‌های متفاوتی نتیجه گرفته‌اند که ادراک ورزشکاران از کارآمدی مربیان در انگیزش آن‌ها اثرگذار است؛ انگیزش نیز با لذت آن‌ها از ورزش مرتبط خواهد بود و یک تجربه لذت‌بخش موجب تقویت تعهد ورزشی آن‌ها خواهد شد [۹]؛ بعلاوه انگیزش بر شرایط روانی مرتبط با تلاش و تعهد ورزشکار اثر خواهد داشت [۶].

1 . Individual Efficacy

2 . Weiss, et.al

از آن جا که تربیت ورزشکاران متعهد و حفظ و تقویت تعهد آن‌ها از وظایف خطیر و مهم مربیان و مسئولان ورزش کشور می‌باشد، تحقیق حاضر بر آن است تا ارتباط بین کارآمدی مربیان و تعهد ورزشی را بررسی نماید.

۲-۱. بیان مسأله

بسیاری از مربیان ورزشی با وجود تلاش‌های بسیاری که در طی سالیان متمادی برای رشد و ارتقای ورزشکاران خود می‌کنند، همواره از خروج ورزشکاران و کشیده شدن آنان به فعالیت‌های دیگر، اظهار نگرانی می‌کنند. علیرغم تلاش مسئولین و مربیان، تعداد زیادی از ورزشکاران در سراسر کشور پس از طی مدتی، فعالیت ورزشی خود را ترک می‌کنند و یا به فعالیت‌های دیگر جذب می‌شوند؛ رخداد این موضوع در سطح ورزش حرفه‌ای، به ویژه از دست دادن ورزشکاران نخبه و مستعد می‌تواند هزینه‌های گزافی را برای تیم و باشگاه به دنبال داشته باشد. از اینرو برای حل این مسأله، شناسایی راه‌های افزایش تعهد ورزشی ورزشکاران و دلایل روانشناسی خروج آن‌ها از فعالیت‌های ورزشی حائز اهمیت است و نقش مربی در آن بسیار برجسته است. رفتار مربی ارتباط بسیار زیادی با عملکرد و تمایلات روانشناسی ورزشکار از جمله تعهد وی دارد. این تعهد است که باعث می‌شود یک فرد به خواسته‌های خودش جامه عمل بپوشاند و این همان چیزی است که باعث تمایز و برتری ورزشکاران نخبه از ورزشکاران خوب می‌گردد [۱۰]. تعهد نقش مهمی در میزان تلاش، سخت‌کوشی و عملکرد ورزشکار دارد و تقویت آن می‌تواند دستیابی به اهداف فردی و تیمی را تحت تأثیر قرار دهد [۱۱]، بنابراین مربی و ورزشکار دو بعد اساسی در دستیابی به این مهم می‌باشند.

گلد و همکاران^۱ (۱۹۸۳) بیان کرده‌اند، مربی فردی است که اثری ژرف بر زندگی ورزشکار دارد [به نقل از ۱۲]. هورن (۲۰۰۸) می‌نویسد: فاکتورهایی از جمله انتظارات، عقاید و اهداف مربیان روی رفتار آن‌ها تأثیر می‌گذارد و رفتار مربیان به طور مستقیم بر ارزیابی ورزشکارانشان و عملکرد تیمی اثر دارد [۱۳].

1 . Gould , Horn, et.al

کارآمدی مربیگری ارتباط مستقیمی با رفتار مربیگری دارد [۸]، رفتارهای مربیان نیز تحت تأثیر خودآگاهی آنها است و تأثیر مستقیم یا غیر مستقیم بر ادراک، انگیزه‌ها، نگرش‌ها و رفتارهای ورزشکاران دارد [۱۳]، بنابراین ادراک ورزشکار از کارآمدی مربی موضوع قابل بحثی است که بررسی نتایج رفتاری آن از جمله تعهد ورزشکار، موضوع این پژوهش است.

با وجود اهمیت توجه به ادراک ورزشکاران، پژوهش‌های محدودی در این زمینه مشاهده شد که غالب آنها به بررسی ادراک ورزشکاران از اثربخشی مربیگری و صلاحیت مربیگری پرداخته‌اند، نتایج این تحقیقات به ارتباط مثبت آنها با رضایتمندی، انگیزش و عملکرد ورزشکار اشاره کرده‌اند [۹، ۱۴، ۱۵]، این در حالی است که در زمینه ارتباط درک کارآمدی مربیگری و تعهد ورزشی تحقیقی مشاهده نشد. همچنین بررسی روش تحقیق مطالعات انجام شده در حوزه کارآمدی مربیگری نشان می‌دهد که در آنها مربیان، کارآمدی خودشان را ارزیابی کرده‌اند در حالی که در این تحقیق، دیدگاه ورزشکاران از کارآمدی مربیان مورد تجزیه و تحلیل قرار خواهد گرفت تا از این طریق ارتباط بین ادراک ورزشکاران از کارآمدی مربیگری و تعهد ورزشی آنها شناسایی شود.

با توجه به نقش مهم مربی در مشارکت یا خروج فرد از فعالیت‌های ورزشی، محقق در این پژوهش تلاش می‌کند تا به این سؤالات پاسخ دهد که چه ارتباطی بین کارآمدی مربیگری با تعهد ورزشی ورزشکاران وجود دارد؟ و کدامیک از زیرمقیاس‌های کارآمدی مربیگری بیشترین تأثیر را بر تعهد ورزشکاران دارند؟ و چه ارتباطی بین ویژگی‌های جمعیت شناختی با تعهد ورزشکاران وجود دارد؟

۳-۱. ضرورت و اهمیت پژوهش

مربیگری از وظایف خطیری است که نقش قابل ملاحظه‌ای در آمادگی روحی و جسمی و پیشرفت بازیکنان بر عهده دارد. یک مربی در مقابل ورزشکار مسئولیت‌های بسیار مهمی از جمله: آموزش تکنیکی، انگیزش، ایجاد آمادگی روانی و تاکتیکی برای رقابت و رشد شخصیت، نگرش و رفتار ورزشکارانه را در ورزشکاران بر عهده دارد. توانایی انجام شایسته این وظایف نشانه کارآمدی مربی است. ضرورت گسترش فعالیت‌های ورزشی در میان افراد جامعه و کشف راه‌های مقابله با خروج افراد از ورزش، از مباحث مهمی است که در چند سال اخیر توجه بیشتر نهادهای قانونگذاری و اجرایی ورزش کشور را به خود جلب کرده است، به علاوه ضرورت حفظ ورزشکاران نخبه در تیم یا باشگاه-های ورزشی از دیگر چالش‌های فراوی مربیان و مسئولین ورزش می‌باشد. در این راستا فراهم آوردن امکانات و فضای لازم ورزشی از یک سو و از سوی دیگر به کارگیری مدیران و مربیان شایسته و کارآمد موجب ارتقای مشارکت افراد در فعالیت‌های ورزشی خواهد شد. مدیران ورزشی در سطوح خرد و کلان باید نسبت به انتخاب صحیح مربیان و آموزش و به‌روز کردن اطلاعات آنان اهتمام ورزند زیرا نوع رفتار، شیوه رهبری و آموزش، نوع بازخورد و ادراک ورزشکاران از مربیان‌شان، ارتباط عمیقی با حفظ و ماندگاری افراد در فعالیت‌های ورزشی دارد.

افزایش میزان مشارکت و ماندگاری در فعالیت‌های ورزشی از سیاست‌های بازاریابی ورزشی است؛ بدین منظور، مدیران با شناسایی فرآیندهای روانی مؤثر بر میزان مشارکت ورزشی می‌توانند به تدوین استراتژی‌های اصولی بازاریابی ورزشی بپردازند.

انتخاب مربیان شایسته، کارآمد و اثربخش می‌تواند نقش مهم و برجسته‌ای در افزایش میزان تعهد ورزشی ورزشکاران داشته باشد، به عبارتی برقراری ارتباط مؤثر روحی و روانی بین ورزشکار و مربی اهمیت بسیاری در ابقای ورزشکار در فعالیت ورزشی دارد.

مدیران ورزشی می‌توانند با شناسایی فرایندهای روانی مرتبط با مشارکت ورزشی، به گسترش استراتژی‌های بازاریابی کمک کنند زیرا بازاریابی افراد در فعالیتهای ورزشی و توجه به عوامل مؤثر بر تعهد ورزشی اهمیت زیادی دارند [۱۶].

۱-۴. اهداف پژوهش

۱-۴-۱. هدف کلی: هدف از این پژوهش بررسی ارتباط بین کارآمدی مربیان و تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان است.

۱-۴-۲. اهداف اختصاصی:

۱. تعیین ارتباط بین درک کارآمدی مربیان با تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان
۲. تعیین ارتباط بین درک کارآمدی انگیزش با تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان
۳. تعیین ارتباط بین درک کارآمدی آموزش تکنیک با تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان
۴. تعیین ارتباط بین درک کارآمدی استراتژی با تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان
۵. تعیین ارتباط بین درک کارآمدی شخصیت‌سازی با تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان
۶. مقایسه تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان بر اساس ویژگی‌های جمعیت‌شناختی
۷. مقایسه درک کارآمدی مربی در بازیکنان والیبال استان سمنان بر اساس ویژگی‌های جمعیت-شناختی

شناختی

۸. شناسایی فاکتورهای پیش‌بینی کننده تعهد ورزشی بر مبنای ابعاد درک کارآمدی مربی

۱-۵. فرضیات پژوهش:

۱. بین درک کارآمدی مربیان با تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان ارتباط معناداری وجود دارد.

۲. بین درک کارآمدی انگیزش با تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان ارتباط معناداری وجود دارد.

۳. بین درک کارآمدی آموزش تکنیک با تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان ارتباط معناداری وجود دارد.

۴. بین درک کارآمدی استراتژی با تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان ارتباط معناداری وجود دارد.

۵. بین درک کارآمدی شخصیت‌سازی با تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان ارتباط معناداری وجود دارد.

۶. بین تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان بر اساس ویژگی‌های جمعیت شناختی تفاوت معناداری وجود دارد.

۷. بین درک کارآمدی مربی بازیکنان والیبال استان سمنان بر اساس ویژگی‌های جمعیت شناختی تفاوت معناداری وجود دارد.

۸. آیا ابعاد درک کارآمدی مربی، پیش‌بینی کننده‌ی تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان هستند؟

۱-۶. پیش فرض ها:

- پرسشنامه های مورد استفاده اهداف پژوهش را به خوبی آزمون می کند.

- آزمودنی ها درک درستی از سؤالات پرسشنامه ها دارند.

- آزمودنی ها سؤالات را با دقت و صحت پاسخ داده اند.

۷-۱. متغیرهای پژوهش

متغیر پیش‌بین: کارآمدی مربیگری (شامل: کارآمدی انگیزش، کارآمدی تکنیکی و مهارتی، کارآمدی شخصیت‌سازی، کارآمدی استراتژی بازی)

متغیر ملاک: تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان

۸-۱. محدودیت‌های پژوهش

*محدودیت‌های قابل کنترل:

. نمونه آماری پژوهش را بازیکنان والیبال استان سمنان تشکیل داده‌اند؛

. آزمودنی‌ها در رده سنی ۱۶ سال و بالاتر قرار دارند؛

. این پژوهش در فاصله زمانی اردیبهشت تا تیرماه ۱۳۹۲ انجام شده است.

*محدودیت‌های غیر قابل کنترل:

. عدم حضور تمام بازیکنان تیم در زمان پخش پرسشنامه در مکان تمرین؛

. عدم همکاری تعدادی از ورزشکاران و مربیان برای پاسخگویی به پرسشنامه‌ها؛

. عدم اطلاع محقق از شرایط روحی و روانی افراد هنگام پاسخگویی به سؤالات؛

. کمبود منابع فارسی مرتبط با موضوع پژوهش.

۹-۱. تعاریف نظری و عملیاتی واژه‌ها و اصطلاحات پژوهش

۹-۱-۱. درک کارآمدی مربی: ادراک و ارزیابی ورزشکار از توانایی‌های مربی خود در تأثیرگذاری بر

یادگیری و اجرای ورزشکاران است و اجرا شامل مهارت‌های روانی، نگرشی و کار تیمی ورزشکاران

است [۸].

از نظر عملیاتی درک کارآمدی مربی از مجموع امتیازات بازیکنان والیبال استان سمنان به سؤالات پرسشنامه فلتز و همکاران (۱۹۹۹) بدست می‌آید، این پرسشنامه ۲۴ سوالی است و در بررسی روایی پرسشنامه، طبق نظر اساتید مدیریت ورزشی ۲ سؤال دیگر به این پرسشنامه اضافه شده است. نتایج تحلیل عاملی تأییدی روایی سازه متغیرهای پژوهش را تأیید کرد (اطلاعات بیشتر در فصل سوم).

۱-۹-۲. درک کارآمدی انگیزش: ادراک ورزشکار از توانایی مربی خود در تأثیرگذاری بر وضعیت و مهارت‌های روانی ورزشکاران است [۸]. انگیزش بر شرایط روانی مرتبط با تلاش و تعهد ورزشکار اثر خواهد داشت [۹]. از نظر عملیاتی، درک کارآمدی انگیزش از مجموع امتیازات بازیکنان والیبال استان سمنان به سؤالات ۱ تا ۷ پرسشنامه کارآمدی مربیگری فلتز و همکاران (۱۹۹۹) بدست می‌آید.

۱-۹-۳. درک کارآمدی آموزش تکنیک: ادراک ورزشکار از توانایی مربی خود برای تأثیرگذاری بر مهارت‌های شناختی و دستوری ورزشکاران است [۸]. از نظر عملیاتی، درک کارآمدی آموزش تکنیک از مجموع امتیازات بازیکنان والیبال استان سمنان به سؤالات ۸ تا ۱۴ پرسشنامه کارآمدی مربیگری فلتز و همکاران (۱۹۹۹) بدست می‌آید.

۱-۹-۴. درک کارآمدی استراتژی بازی: ادراک ورزشکار از توانایی مربی برای هدایت تیم در حین رقابت است که منجر به عملکرد موفقیت آمیز تیم می‌شود [۸]. از نظر عملیاتی، درک کارآمدی استراتژی بازی از مجموع امتیازات بازیکنان والیبال استان سمنان به سؤالات ۱۵ تا ۲۱ پرسشنامه کارآمدی مربیگری فلتز و همکاران (۱۹۹۹) بدست می‌آید.

۱-۹-۵. درک کارآمدی شخصیت‌سازی: ادراک ورزشکار از توانایی مربی خود برای تأثیرگذاری بر پیشرفت شخصی ورزشکاران و ایجاد نگرش مثبت به ورزش در آنان است [۸]. از نظر عملیاتی، درک کارآمدی شخصیت‌سازی از مجموع امتیازات بازیکنان والیبال استان سمنان به سؤالات ۲۲ تا ۲۶ پرسشنامه کارآمدی مربیگری فلتز و همکاران (۱۹۹۹) بدست می‌آید.

۱-۹-۶. **تعهد ورزشی:** بنابر تعریف اسکانلن و همکاران (۱۹۹۳)، تعهد ورزشی به عنوان یک ساختار

روانی است که نشان دهنده تمایل و تصمیم به ادامه مشارکت ورزشی است [۳].

از نظر عملیاتی، امتیاز تعهد ورزشی والیبالیست‌ها از مجموع امتیازات کسب شده سؤالات ۱، ۲، ۳، ۴

و ۵ در پرسشنامه تعهد ورزشی اسکانلن و همکاران (۱۹۹۳) بدست می‌آید.

۱-۹-۷. **بازیکن والیبال:** ورزشکاری که در رشته ورزشی والیبال به صورت مداوم فعالیت داشته و

حداقل سابقه ورزشی وی در این رشته دو سال باشد، بعلاوه سابقه حضور در مسابقات والیبال را نیز

داشته باشد. در این پژوهش بازیکنان والیبال شانزده ساله و بالاتر، نمونه آماری ما را تشکیل می‌دهند.

فصل دوم

مبانی نظری و پیشینه تحقیق

۲-۱. مقدمه

در این فصل، مطالب در قالب دو بخش مبانی نظری و پیشینه تحقیق مربوط به کارآمدی مربیگری و مبانی نظری و پیشینه تحقیق مربوط به تعهد ورزشی مورد بررسی قرار می‌گیرند.

۲-۲. مفهوم کارآمدی مربیگری

مفهوم کارآمدی مربیگری برگرفته از تئوری خودکارآمدی آلبرت باندورا^۱ (۱۹۹۷) و مدل چندبعدی کارآمدی معلم دنهام و میکائیل^۲ (۱۹۸۱) است [به نقل از ۸]. مطابق با این تئوری، خودکارآمدی به مفهوم اعتقاد شخصی به توانایی‌های خود برای موفقیت در موقعیت‌های خاص است. باندورا این اعتقادات را به عنوان تعیین کننده‌هایی شرح داده است که چگونگی تصور مردم، رفتار و احساس آن‌ها را توصیف می‌کنند [۱۷].

ساختار کارآمدی مربیگری توسط فلتز و همکاران (۱۹۹۹) گسترش یافت، آن‌ها از تئوری خودکارآمدی باندورا به عنوان چارچوب راهنما استفاده کردند و کارآمدی مربیگری را میزان اعتقاد مربیان به ظرفیت و توانایی‌های خودشان به منظور اثرگذاری بر یادگیری و عملکرد ورزشکارانشان تعریف کردند [۸]. بر اساس تحقیقات انجام شده، کارآمدی مربیگری ارتباط مستقیمی با انگیزش، عملکرد، رفتارهای ورزشکارانه و میزان موفقیت ورزشکاران دارد [۱۸].

در سال‌های اخیر، کارآمدی مربیگری توجه زیادی را در پژوهش‌های روانشناسی ورزشی به خود معطوف کرده است، با این حال تحقیق داخلی در این زمینه مشاهده نشد.

رفتار مربیان بیشترین تأثیر را بر شرکت کنندگان ورزشی دارد [۱۴]. بر اساس مدل هورن (۲۰۰۸) فاکتورهایی از جمله زمینه فرهنگی-اجتماعی، جو سازمانی و ویژگی‌های جمعیت‌شناختی مربیان^۳ به طور غیرمستقیم و به واسطه انتظارات و اهداف مربی بر رفتار وی اثر خواهند گذاشت و رفتارهای

1 . Albert Bandura

2 . Denham & Michael

3 . Coaches' personal characteristics

مربیان مستقیماً بر ارزیابی ورزشکاران از آن‌ها و عملکرد تیم اثر خواهند داشت [۱۳]. مطابق با این مدل، رفتارهای مربیگری می‌توانند اثر مستقیم یا غیر مستقیم روی ادراک، انگیزه‌ها، نگرش‌ها و رفتارهای ورزشکاران و عملکرد تیم داشته باشند [به نقل از ۱۹]. مربیگری یک رهبری رو در روست که افراد را با تجربه‌ها، استعدادها، تجارب و علایق مختلف به هم نزدیک و آنان را تشویق می‌کند که برای قبول مسئولیت قدم بردارند و مسیر پیشرفت را طی کنند. مربیگری توجه واقعی به بازیکنان است [۱۰].

فلتر و همکاران (۱۹۹۹) بیان کردند که کارآمدی مربیگری ارتباط مستقیمی با رفتار مربیگری دارد، آن‌ها با بررسی ارتباط این دو متغیر روی مربیان بسکتبال مقطع دبیرستان دریافتند که مربیان کارآمدتر، رفتارهای تشویقی و تمجیدی بیشتر و به طور معناداری رفتارهای تمرینی و دستوری کمتری را نشان دادند [۸].

مطابق با تحقیق باندورا (۱۹۹۷)، مربیانی که کارآمدی بیشتری را در خودشان ادراک می‌کنند، رفتارهایی را به کار می‌گیرند که تأثیر بیشتری را روی ورزشکاران دارد [به نقل از ۲۰]. همچنین بر اساس مطالعات هورن (۲۰۰۲)، مربیانی که اثر مثبتی روی ورزشکاران خود دارند، رفتارهای اثربخشی را به کار می‌گیرند. رفتارهای اثربخش مربیگری، رفتارهایی هستند که عملکرد موفقیت‌آمیز و برون-دادهای روانی مثبت مانند ادراک توانمندی بالا، افزایش عزت نفس و لذت ورزشکاران را در پی دارند [به نقل از ۱۴].

کراس^۱ (۱۹۹۵) در مطالعه ای روی شش بازیکن تیم ملی هاکی اسکاتلند، فاکتورهای مرتبط با مربیگری غیر مؤثر یا فاکتورهای محدودکننده از دیدگاه ورزشکاران را گزارش کرد که شامل: عدم تعهد مربی، سبک مربیگری ضعیف، فقدان دانش مربی، ناتوانی مربی در انگیزش و عدم بینش مربی می‌باشند [به نقل از ۲۱]. فقدان دانش و بینش و ناتوانی در انگیزش ورزشکاران از جمله عوامل ضعف عملکرد در مربیان می‌باشند.

^۱ - Cross

بریانت^۱ و همکاران (۲۰۱۰) در یک بررسی کیفی روی ۱۵ ورزشکار دریافتند که مربیگری ضعیف، نتایجی از جمله بازداشتن مهارت‌های روانی ورزشکار (شامل حواس پرتی، ایجاد عدم اعتماد، بی-انگیزگی و تقسیم تیم^۲) و مدارا یا کنار آمدن ورزشکار (شامل چگونگی پاسخ ورزشکار به مربیان ضعیف) را به دنبال دارد [به نقل از ۲۱]. عملکرد مطلوب ورزشکاران با کارآمدی مربیگری ارتباط دارد و مربیانی با کارآمدی بالا، اثرگذارتر از آن‌هایی هستند که کارآمدی پایینی دارند، زیرا می‌توانند نتایج شایسته‌ای را در ورزشکاران ایجاد کنند (از جمله افزایش عملکرد، افزایش درصد برد در رقابت‌ها، افزایش رضایتمندی و تعهد ورزشکاران) [به نقل از ۹].

۲-۳. مقیاس کارآمدی مربیگری

مقیاس کارآمدی مربیگری توسط فلتز و همکاران (۱۹۹۹) معرفی شد و دارای چهار خرده مقیاس انگیزش، آموزش تکنیک، استراتژی بازی و شخصیت‌سازی می‌باشد. کارآمدی انگیزش، اعتمادی است که مربیان به توانایی‌های خود برای اثرگذاری بر حالات روانی و مهارت‌های ورزشکارانشان دارند. کارآمدی استراتژی بازی، اطمینانی است که مربیان به توانایی‌های خود برای رهبری تیم و افزایش میزان موفقیت ورزشکاران حین رقابت دارند. کارآمدی تکنیکی، اعتقادی است که مربیان به مهارت‌های تعلیمی و تشخیصی خود در آموزش مهارت‌ها به ورزشکاران دارند. کارآمدی شخصیت‌سازی، اعتمادی است که مربیان به توانایی‌های خود در اثرگذاری بر رشد شخصی ورزشکاران و ایجاد نگرش مثبت به ورزش و رفتارهای ورزشکارانه در آن‌ها دارند [۸].

مایر^۳ و همکاران (۲۰۰۵) با بررسی ۱۳۵ مربی درون دانشگاهی و استفاده از مقیاس کارآمدی مربیگری دریافتند که عامل حمایت اجتماعی در بین مربیان زن در مقایسه با مردان، منبع قویتر کارآمدی است. در پژوهش آن‌ها کارآمدی مربیگری به طور کلی، رفتار مربیگری، رضایت تیمی و

1 . Briant

2 . dividing the team

3 . Myer

درصد برد را در تیم مردان پیش‌بینی کرد و در تیم زنان تنها رفتار مربیگری را پیش‌بینی کرد. یافته‌های این پژوهش از مدل کارآمدی مربیگری فلتز و همکاران حمایت می‌کند [۱۸].

مایر و همکاران (۲۰۰۶) از مقیاس کارآمدی مربیگری برای اندازه‌گیری ارزیابی ورزشکاران از صلاحیت مربیان در چهار حوزه کارآمدی مربیگری، استفاده کردند و به جای ارزیابی "میزان توانایی"، از ورزشکاران خواستند تا "میزان صلاحیت" مربیان‌شان را ارزیابی کنند. آن‌ها بیان کردند که همین چهار بعد برای اندازه‌گیری ادراک ورزشکاران از صلاحیت مربیان مناسب است [به نقل از ۱۴]. در تحقیق دیگری توسط کاواسانو^۱ و همکاران (۲۰۰۸) از این مقیاس برای ارزیابی ادراک ورزشکاران از اثربخشی مربیان استفاده شد که نشان‌دهنده‌ی پایایی این ابزار در اندازه‌گیری کارآمدی مربیگری، اثربخشی مربیگری و صلاحیت مربیگری است [۱۴].

مالت^۲ و فلتز (۲۰۰۲) در پژوهشی روی مربیان تازه‌کار، به افزایش کارآمدی مربیگری (خصوصاً در ابعاد کارآمدی استراتژی بازی و کارآمدی تکنیکی) از طریق شرکت در برنامه‌های آموزش مربیان پی‌بردند. نتایج پژوهش آن‌ها از معیار کارآمدی مربیگری حمایت می‌کند [به نقل از ۱۸].

بر اساس مدل هورن (۲۰۰۸)، منابع کارآمدی مربیگری شامل تجربه مربیگری، موفقیت‌های قبلی مربی، توانایی‌های ادراک شده توسط ورزشکاران، آمادگی مربی (مانند مهارت‌های رهبری، میزان پیشرفت علمی و فنی مربی، آگاهی از میزان آمادگی تیم) و حمایت اجتماعی است که اثر شخصی، فرهنگی و گروهی روی کارآمدی دارند [۱۳]. تجربه و سابقه مربیگری، اثر معناداری روی همه جنبه‌های کارآمدی مربیگری دارد و تجربه بازی (تجربه ورزشی به عنوان بازیکن) به طور معناداری با کارآمدی انگیزشی، تکنیک و استراتژی بازی همبستگی دارد، ولی با کارآمدی شخصیت‌سازی ارتباط معناداری ندارد [۲۲].

^۱ . Kavussanu

^۲ . Mallet

کارپنتر^۱ و همکاران (۱۹۹۳) و ویس^۲ و همکاران (۲۰۰۱) در پژوهش‌های خود دریافته‌اند که ادراک بازیکنان از مربیان‌شان در انگیزش آن‌ها مؤثر است و انگیزش نیز با لذت آن‌ها از ورزش مرتبط است [به نقل از ۹].

۲-۴. مفهوم خودکارآمدی^۳

باندورا (۱۹۷۷)، خودکارآمدی را به عنوان اعتقاد به توانایی‌های شخصی برای سازماندهی و اجرای عملیات مورد نیاز، جهت دستیابی به اهداف مفروض تعریف کرد [به نقل از ۲۳]. به عبارت دیگر، خودکارآمدی، اعتقاد شخصی به توانایی‌های خود برای موفقیت در موقعیت خاص است. باندورا (۱۹۷۷) این عقاید را به عنوان تعیین‌کننده‌های چگونگی تصور مردم، رفتار و احساس آن‌ها توصیف کرده است [۱۷]، تئوری خودکارآمدی باندورا، توضیح شناختی را به منظور درک تفاوت در میزان تلاش افراد برای دستیابی به یک هدف، ارائه می‌دهد [به نقل از ۲۳].

خودکارآمدی یکی از مؤلفه‌های اساسی در تئوری شناخت اجتماعی^۴ است که به عقاید اشخاص درباره خودشان ارتباط دارد [۲۴]. تئوری شناخت اجتماعی باندورا به نقش یادگیری مشاهده‌ای، تجربه اجتماعی و فلسفه دوطرفه در توسعه شخصیت افراد توجه دارد. این تئوری تأکید می‌کند که عملکرد بشری بر پایه یک مفهوم سه جانبه پی‌ریزی شده است که بر مبنای آن اشخاص به وسیله امور شخصی، محیطی و فاکتورهای رفتاری متفاوت، هم بر یکدیگر اثر می‌گذارند و هم از یکدیگر اثر می‌پذیرند. خودکارآمدی تنها کلید تعیین‌کننده رفتارهای متفاوت افراد (مانند میزان تلاش، عملکرد و تداوم فعالیت) نیست بلکه فعالیت‌هایی (یا محیط‌هایی) که افراد برای به کارگیری انتخاب می‌کنند نیز تعیین‌کننده خودکارآمدی آن‌ها است [۱۷].

1 . Carpenter

2 . Weiss

3 . Self- Efficacy

4 . Social Cognitive Theory

لنت و لوپز^۱ (۲۰۰۲) بیان کردند که ارتباطات نزدیک بین اشخاص، یک شبکه سه جانبه‌ای متمم از اعتقادات کارآمدی را توسعه می‌دهد و این شناخت اجتماعی ممکن است در ایجاد اثرات سودمند دو-جانبه، مرکزیت داشته باشد. محققان فوق اعتقاد دارند زمانی که افراد ارتباطات نزدیکی را شکل می‌دهند، نه تنها مفاهیمی مرتبط با ظرفیت‌های شخصی خودشان (مانند عقاید خودکارآمدی) را گسترش می‌دهند بلکه عقایدی در ارتباط با کارآمدی دیگران را نیز گسترش می‌دهند که نشان‌دهنده‌ی اعتماد آن‌ها به ظرفیت اشخاص دیگر در برقراری ارتباط است [به نقل از ۲۴].

لنت و لوپز علاوه بر "خودکارآمدی" و "کارآمدی دیگران"، نقش خودکارآمدی استنباط شده از ارتباط "RISE" را^۲ به عنوان مؤلفه نهایی در مدل سه جانبه مشخص کرده‌ان. RISE به مفهوم اعتقاد شخص به کارآمدی دوستان یا شرکای دیگر وی است و به عنوان ارزیابی فرد "ب" از اینکه فرد "الف" چگونه ظرفیت‌های او را می‌بیند، تعریف شده‌است [به نقل از ۲۴].

بنابراین ارتباطات میان مربی و شاگردان نقش مهمی در درک کارآمدی دوطرف و ادراک ورزشکاران از کارآمدی خودشان و همچنین کارآمدی مربیان‌شان، بازی می‌کند. پژوهش‌های خودکارآمدی در ورزش، ضرورت ایجاد اعتماد در ورزش را معرفی کرده‌اند، خودکارآمدی بالا باعث نتایج شایسته بیشتر شامل بهبود عملکرد، انتخاب وظایف یا ورزش‌های مشکل، افزایش تلاش، تداوم در فعالیت و مدیریت عکس‌العمل‌های عاطفی می‌شود. خودکارآمدی می‌تواند روی وضعیت‌های روانی، رفتار و انگیزش اثر داشته باشد. مربی به عنوان منبع خودکارآمدی برای ورزشکار است، رفتار و کلام مربی در ایجاد تقویت اعتماد به نفس در ورزشکاران نقش مهمی دارد [۲۱].

باندورا و همکاران (۱۹۸۶) دریافته‌اند که خودکارآمدی، نقش اصلی را در چگونگی رسیدن به اهداف، چگونگی انجام وظایف و چالش‌های پیش روی فرد بازی می‌کند [۱۷].

*خصوصیات افرادی که احساس قوی از خودکارآمدی دارند:

(۱) دیدن مسائل چالش برانگیز به عنوان مسائلی که باید مدیریت شوند؛

1 . Lent & Lopez

2 . relation-inferred self-efficacy

(۲) علاقه عمیق به فعالیت‌هایی که در آن‌ها شرکت می‌کنند؛

(۳) احساس تعهد بیشتر به علایق و فعالیت‌هایشان؛

(۴) بازگشت سریع از عقب نشینی و ناامیدی.

*خصوصیات افرادی که احساس خودکارآمدی ضعیفی دارند :

(۱) اجتناب از وظایف چالش برانگیز؛

(۲) اعتقاد به این موضوع که وظایف و مسئولیت‌های مشکل، فراتر از توانایی آن‌هاست؛

(۳) تمرکز بر شکست و نتایج منفی؛

(۴) از دست دادن سریع اعتماد به توانایی‌های شخصی.

۲-۵. انگیزش

این دیدگاه وجود دارد که عملکرد افراد تابعی از توانایی و انگیزه‌های آنان می‌باشد. از این رو مربیان جهت بهبود کارآمدی و اثربخشی مربیگری باید به سطح انگیزه افراد توجه داشته باشند تا با تشویق و هدایت آن‌ها موفق به کسب مقاصد و اهداف تیمی و سازمانی شوند.

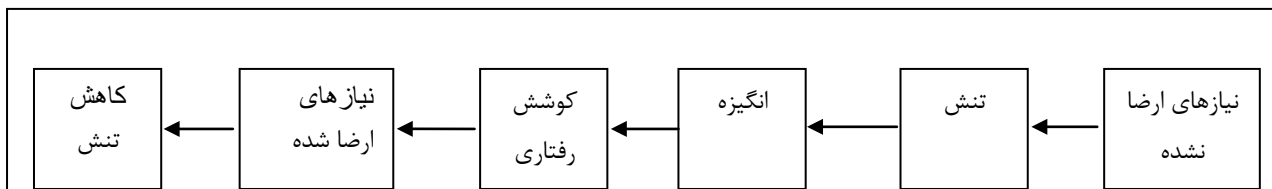
انگیزه‌ها گاهی به نیازها، خواسته‌ها، غرایز یا محرک‌های درونی فرد تعریف می‌شوند که به سوی هدف آگاهانه یا ناآگاهانه هدایت می‌شوند، انگیزه‌ها چارهای رفتارند و موجب ظهور فعالیت‌ها می‌شوند. انگیزه تعیین‌کننده رفتار و همچنین جهت‌دهنده کلی رفتار یک فرد می‌باشد، رفتاری که خود تابعی از شخصیت و وضعیت می‌باشد [۲۵]. انگیزه وضعیت درونی ارگانیزم است که رفتار و تفکر فرد ناشی از آن است [۲۶].

بین تعاریف انگیزه و انگیزش تفاوت اندکی وجود دارد که در اینجا چند تعریف انگیزش را آورده‌ایم: انگیزش نشانه‌هایی از این واقعیت است که بخشی از رفتار ارگانیزم بستگی به طبیعت و ساختار درونی آن دارد [۲۶].

مفهوم انگیزش، گرایش موجود زنده به ارائه فعالیت منظم است که از پایین‌ترین سطح خواب تا بالاترین سطح بیداری و فعالیت موجود زنده تغییر پیدا می‌کند، به طوری که نتیجه رفتار و نوع تحریک به طور متناوب بر ارگانیزم اثر می‌گذارد [۲۶].

می‌توان انگیزش را در قالب و برحسب رفتار عملی تعریف کرد. انگیزش تمایل به انجام کار است تا به آن وسیله نوعی نیاز تأمین شود. در اصطلاح فنی، نیاز به معنای نوعی کسر و کمبود روانی و فیزیولوژیک است که می‌تواند دستاورد خاصی را جذاب کند. می‌توان این فرآیند انگیزش را در شکل

زیر مشاهده کرد.



شکل (۲-۱)، فرآیند اصلی انگیزش (۲۶)

یک نیاز تأمین نشده موجب ایجاد تنش می‌شود که آن هم به سهم خود در فرد پویایی به وجود می‌آورد و او را به جهتی سوق می‌دهد. این پویایی موجب جستجو برای هدف خاصی می‌شود، که اگر هدف تأمین شود می‌تواند نیاز را تأمین کند و سبب کاهش تنش شود [۲۶].

انگیزش به عنوان فرآیندی که رفتارهای هدفمند را آغاز، راهنمایی و حفظ می‌کند، تعریف می‌شود. انگیزش علت چیزهایی است که ما بدان‌ها عمل می‌کنیم؛ انگیزش شامل نیروهای بیولوژیک، احساسی، اجتماعی و شناختی است که رفتار را فعال می‌کند. انواع متفاوت انگیزش شامل انگیزش درونی، انگیزش بیرونی و عدم انگیزش می‌باشند [۱۷].

انگیزش درونی شامل محرک‌هایی هستند که برخاسته از درون شخص هستند مانند شرکت مداوم در فعالیت ورزشی به دلیل احساس خشنودی از فعالیت. انگیزش بیرونی شامل محرک‌هایی است که برخاسته از محیط هستند و اغلب شامل پاداش‌هایی مانند احترام، عزت، پول، شهرت و غرور اجتماعی است. عدم انگیزش نیز به مفهوم عدم وجود محرک‌های درونی یا بیرونی برای آغاز رفتار است و فرد را به انفعال و سکون سوق می‌دهد [۱۷].

شناخت انواع متفاوت انگیزش به مربیان کمک می‌کند تا با شناسایی عوامل برانگیزاننده رفتارهای ورزشکاران، آن‌ها را تشویق یا تعدیل کنند. انگیزش یکی از ابعاد کارآمدی مربیگری است و عبارت از اعتماد مربی به توانایی‌های خود در اثرگذاری بر مهارت‌های روانی و شرایط ورزشکاران و توانایی برانگیختن آن‌ها است [۸]. برطبق گفته میهر و براسکمپ^۱ (۱۹۸۶)، مفهوم تلاش به عنوان معرف رفتاری انگیزش استفاده می‌شود. انگیزش بر شرایط روانی مرتبط با تلاش و تعهد ورزشکار اثر خواهد داشت [به نقل از ۹].

بوردلی^۲ و همکاران (۲۰۰۸) با بررسی ادراک ورزشکاران راگبی از اثربخشی مربیگری بر مبنای مدل کارآمدی مربیگری دریافتند که اثربخشی انگیزش ادراک‌شده به طور مثبت، دو شاخص انگیزش یعنی تلاش و تعهد را پیش‌بینی می‌کند. ورزشکارانی که اثربخشی انگیزش بالایی را در مربیان‌شان ادراک کردند، تلاش جدی‌تری داشتند و خود را وقف بازی راگبی کرده بودند [۹].

اثربخشی درک انگیزش از سوی ورزشکار در انگیزش، حفظ اعتماد به نفس، به وجود آوردن عزت-نفس و انسجام گروهی اثرگذار است. این مهارت‌ها می‌توانند خصوصیات کلیدی مربی باشند که به طور بالقوه بر تلاش و تعهد ورزشکار اثرگذار است؛ بنابراین برای بهبود اثربخشی مربیگری توجه به چگونگی تمرینات اهمیت بسیاری دارد. اثر بخشی درک انگیزش به طور مثبت، لذت از ورزش را نیز پیش‌بینی می‌کند [۹].

الکساندر گارسیا و همکاران^۳ (۲۰۱۰) در بررسی لذت و تعهد و انگیزش بازیکنان فوتبال دریافتند که انگیزش درونی، انگیزش بیرونی و عدم انگیزش پیش‌بینی‌کننده معنادار لذت ورزشکاران هستند و عامل انگیزش درونی در اولویت است؛ آن‌ها همچنین نشان دادند که عدم انگیزش، قوی‌ترین متغیر پیش‌بین در ادراک ورزشکاران از جایگزین‌هایی برای خروج از ورزش است و ارتباط منفی با لذت و تعهد ورزشی دارد [۲].

1 . Maehr & braskamp

2 . Boardley

3 . Garcia-Mas A, Palou P, Gili M, Ponseti1 X, Borrás P. A, et. al.

۲-۶. تئوری خود مختاری^۱

کاهش فعالیت‌های جسمانی و افزایش میزان خروج از فعالیت‌های ورزشی در اکثر جوامع از جمله موضوعاتی هستند که تحقیقات بی‌شماری را به خود اختصاص داده‌اند. براساس نتایج بدست آمده از پژوهش‌های مختلف، انگیزش متغیر کلیدی در میزان رها کردن ورزش می‌باشد.

تئوری خودمختاری (SDT) رویکردی در ارتباط با شخصیت و انگیزش بشری است. بنابر پژوهش رایان و همکاران^۲ (۱۹۹۷)، این تئوری اهمیت منابع درونی وجود انسان را برای رشد و توسعه شخصیت و خود تنظیمی در رفتار، روشن و برجسته می‌سازد [به نقل از ۲۷]. بر اساس این تئوری مربی نقش مهمی را در بین زمینه‌های اجتماعی که انگیزش را تحت تأثیر قرار می‌دهند، ایفا می‌کند؛ همچنین زمینه‌ها و فاکتورهای اجتماعی در گرایش افراد به فعالیت و انگیزش آن‌ها نقش مهمی دارند [۱۷ و ۲۷].

در توضیح این تئوری، با استفاده از فرآیندهای تجربی، سه نیاز پایه شناسایی شده اند [به نقل از ۲۷]:

○ نیاز به صلاحیت و شایستگی؛

○ نیاز به برقراری ارتباط؛

○ نیاز به استقلال؛

که این نیازهای پایه برای کمک به رشد و تسهیل عملکرد تمایلات طبیعی (مانند تمایل به فعالیت)، بهبود شخصیت و رشد اجتماعی ضروری هستند [۲۷].

افراد به دلایل مختلفی برانگیخته می‌شوند. آن‌ها زمانی که انگیزه انجام فعالیت را پیدا می‌کنند یا به دلیل ارزشمند بودن فعالیت برای خودشان و یا به دلیل قدرت اجبارهای بیرونی و محیطی است.

^۱ . Self-determination theory

^۲ . Ryan R. M, and Deci E. L

در پژوهش‌های دسی و رایان (۱۹۹۱) و شلدون و همکاران (۱۹۹۷)، مقایسه بین افرادی که خود به طور مستقل برای انجام فعالیتی انگیزه یافته‌اند و کسانی که صرفاً به دلیل کنترل‌های بیرونی برانگیخته شده‌اند، مشخص کرده است که افراد گروه اول علاقه‌مندتر، با هیجان‌تر و با اطمینان‌تر هستند و عملکرد بهتر، تداوم، خلاقیت، عزت نفس و پیشرفت بیشتری را نشان خواهند داد [به نقل از ۲۷].

۲-۷. تئوری ارزیابی شناختی^۱:

تئوری ارزیابی شناختی (CET)، زیرمجموعه‌ای از تئوری خودمختاری (SDT) است و استدلال می‌کند که رویدادهایی با زمینه اجتماعی (مانند بازخورد، ارتباطات و پاداش‌ها) که به احساس صلاحیت در حین فعالیت منتهی می‌شوند، می‌توانند انگیزش درونی را در آن فعالیت افزایش دهند. بنابراین چالش‌های مناسب و بازخوردهای ارتقادهنده و اثرگذار به انگیزش درونی کمک می‌کنند. برای مثال دسی (۱۹۷۵) نشان داده است که بازخورد اجرای مثبت، انگیزش درونی را افزایش می‌دهد و برعکس بازخورد اجرای منفی، انگیزش درونی را کاهش می‌دهد. والراند و رید^۲ (۱۹۸۴) نشان داده‌اند که صلاحیت ادراک شده، افزایش یا کاهش انگیزش درونی را میانجیگری می‌کند [به نقل از ۲۷]. ریو^۳ (۱۹۹۶) معتقد است که صلاحیت باعث افزایش انگیزش درونی نخواهد شد مگر آنکه با احساس استقلال همراه شود. بنابراین با توجه به تئوری ارزیابی شناختی، افراد باید در کنار صلاحیت یا کارآمدی شخصی، رفتار خودمختار^۴ را نیز تجربه کنند و این امر نیازمند حمایت همزمان از استقلال و صلاحیت است [به نقل از ۲۷].

1 . Cognitive evaluation theory

2 . Vallerand & Reid

3 . reeve

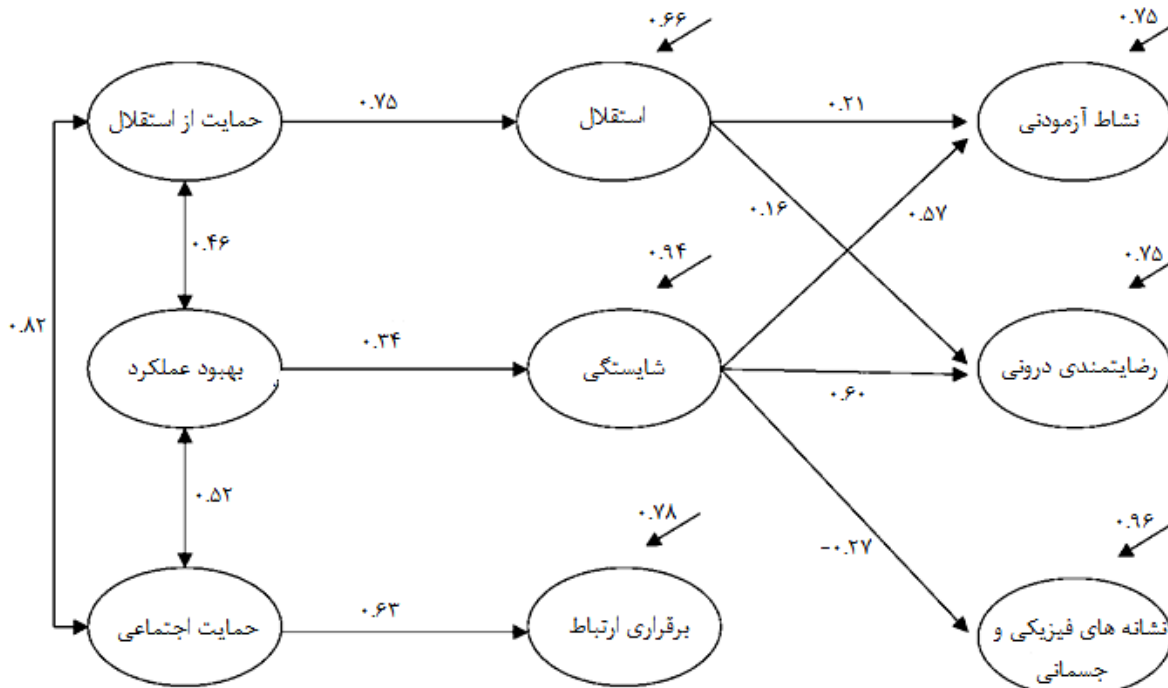
4 . self-determined behaviour

پژوهش در مورد اثرات رویدادهای محیطی بر انگیزش درونی، بر مبنای این فرض آغاز شد که پاداش-های بیرونی می‌توانند انگیزش درونی را کاهش دهند. کامرون و ایزنبرگ^۱ (۱۹۹۶) در پژوهش‌های خود دریافتند که پاداش‌های ملموس و مورد انتظار در ازای اجرای وظایف، باعث کاهش انگیزش درونی می‌شوند. همچنین پژوهش‌ها آشکار کرده‌اند که نه تنها پاداش‌های ملموس بلکه ترس، دستورات، ارزیابی‌های فشارآور و اهداف تحمیلی، انگیزش درونی را کاهش می‌دهند. در مقابل حق انتخاب، ابراز احساسات و فرصت خود فرمانی، انگیزش درونی را افزایش می‌دهند، زیرا به افراد اجازه می‌دهند تا احساس استقلال بیشتری داشته باشند. علاوه بر حمایت از استقلال و شایستگی، فاکتور سوم اثرگذار بر انگیزش درونی، برقراری ارتباط است [به نقل از ۲۷]. ارتباطات مؤثر بین افراد باعث افزایش انگیزش درونی می‌شوند؛ در این پژوهش ارتباط مؤثر بین مربیان و بازیکنان از اهمیت بسزایی برخوردار است.

حمایت از استقلال، یک مؤلفه انگیزشی در ورزش جوانان است که درونی‌سازی رفتارها و نگرش‌های جوانان را ارتقا می‌دهد. هاگر^۲ و همکاران (۲۰۰۵، ۲۰۰۳) دریافتند که حمایت از استقلال در کلاس-های تربیت بدنی به طور مثبتی با رضایت‌مندی از نیازهای روانی و انگیزش خودمختاری در تربیت-بدنی و اوقات فراغت مرتبط است [به نقل از ۲۷].

آدی و همکاران^۳ (۲۰۰۸) دریافتند که ادراک ورزشکاران از مربیگری حمایتی-استقلالی، رابطه معناداری با افزایش رضایت‌مندی در کسب نیاز به استقلال، صلاحیت و برقراری ارتباط دارد [۲۸]. رینباث و همکاران^۴ (۲۰۰۴) نیز در تحقیق دیگری با عنوان ارتباط ابعاد رفتار مربیگری با رضایت از نیاز به استقلال، شایستگی، برقراری ارتباط و رفاه جسمانی و روانی ورزشکاران جوان، به همین نتایج دست یافتند. آن‌ها نتایج پژوهش خود را در مدل پیشنهادی زیر خلاصه کرده اند [۲۹]:

-
- 1 . Eisenberger & Cameron
 - 2 . Hagger
 - 3 . Adie J. W, Duda J. L, Ntoumanis N
 - 4 . Reinboth , Duda , Ntoumanis



شکل (۲-۲)، مدل تجدید نظر شده فاکتورهای محیط اجتماعی، رضایت از نیازها، شاخص های روانی و رفاه جسمانی.

ضرایب همه مسیرها معنی دار می باشند [۲۹].

۲-۸. تئوری خودمختاری و درک استقلال

پژوهش های زیادی در زمینه کاهش فعالیت های جسمانی و افزایش میزان خروج از فعالیت های ورزشی انجام شده اند، این موضوع بیشتر در کشورهای صنعتی وجود دارد و ورزش همگانی و ورزش قهرمانی را شامل می شود.

تئوری خودمختاری در توضیح و درک فرآیند انگیزشی کاهش فعالیت های جسمانی بسیار مناسب است. بر اساس این تئوری، مربی یکی از فاکتورهای مهم اجتماعی است که انگیزش فرد را تحت تأثیر قرار می دهد.

تئوری خودمختاری از مفهوم انگیزش درونی استخراج شده است [۱۷] و انگیزش درونی و بیرونی را در فعالیت های جسمانی متمایز می کند [۳۰].

مطابق با این تئوری، برای بررسی فرآیندهای پیگیری اهداف و فعالیت ها توسط اشخاص، می توان شرکت در تمرینات جسمانی را مبنای نظری فرضیه های پژوهشی قرار داد. کانون توجه مدل خودمختاری، پیگیری اهداف و رفتارهایی است که به نتایج مثبت یا منفی در فرد منجر می شوند و این نتایج به انتخاب خود فرد مربوط می شود، زیرا رفتارهایی که بر مبنای انگیزش درونی باشند، نیاز به شایستگی و استقلال را بیشتر فراهم می کنند [۲۷].

تئوری خودمختاری به سه تئوری کوچکتر تقسیم می شود که به بررسی عوامل و نتایج انگیزش درونی، انگیزش بیرونی، عدم انگیزش و عوامل و فاکتورهای اجتماعی اثرگذار بر آنها می پردازند. این سه تئوری شامل:

۱. تئوری ارزیابی شناختی^۱؛
۲. تئوری یکپارچگی ارگانیسم^۲؛
۳. تئوری نیازهای روانی پایه^۳؛

تئوری ارزیابی شناختی، نقش اساسی انگیزش درونی در ورزش و فعالیت های جسمانی و اثر حمایت از استقلال و شایستگی را در ارتقای انگیزش درونی افراد تفسیر می کند. این تئوری فقط به تعیین کننده های انگیزش درونی و وضعیت هایی که آن را تسهیل می کنند یا کاهش می دهند، توجه دارد.

تئوری ارزیابی شناختی یک روانشناسی اجتماعی برای انگیزش درونی، طرح می کند، این طرح تعیین می کند که درون دادهای اجتماعی، چگونه انگیزش درونی، فرآیندها و نتایج مرتبط با آن را تحت تأثیر قرار می دهند؛ رویدادهایی که درک فرد از استقلال و شایستگی را به طور منفی تحت تأثیر قرار دهند باعث کاهش انگیزش درونی خواهند شد و در مقابل رویدادهایی که از احساس شایستگی و استقلال حمایت می کنند باعث افزایش انگیزش درونی خواهند شد. احساس استقلال و شایستگی، شروط لازم برای انگیزش درونی رفتار هستند.

1 . cognitive evaluation theory
 2 . organismic integration theory
 3 . basic psychological need theory

تئوری یکپارچگی ارگانیسم، به توصیف مدل‌های مختلف انگیزش بیرونی می‌پردازد که از نظر توجه به استقلال نسبی متفاوتند که ماندگاری در فعالیت و عملکرد افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. بر اساس این تئوری اهدافی که درونی‌تر شده‌اند، ارادی‌تر هستند و در طول زمان بهتر حفظ می‌شوند. تئوری نیازهای روانی پایه، نقش حمایت از استقلال، شایستگی و ارتباط با دیگران را در تسهیل و حفظ انگیزش مشخص می‌سازد و همین‌طور نقش اهداف درونی و بیرونی را در فعالیت‌های جسمانی روشن می‌سازد. فعالیت‌هایی که علایق و نیازهای روانی پایه را ارضا می‌کنند به عنوان علایق و برانگیزاننده‌های درونی تجربه خواهند شد [۳۰].

حمایت از استقلال یک مؤلفه انگیزشی در ورزش جوانان است که منجر به درونی‌سازی رفتارها و نگرش‌های آنان می‌شود [۳۱]. نتایج پژوهش وانگ و لیم^۱ (۲۰۰۹) این موضوع را تأیید می‌کند که حمایت از درک استقلال^۲، رفتار خودمختار و مستقل‌تر را در تربیت بدنی تشویق می‌کند. بر اساس نتایج همین پژوهش، عدم انگیزش به طور مثبتی تمایل دانش‌آموزان به خروج از فعالیت‌های فیزیکی را پیش‌بینی می‌کند [۳۲]. دودا و همکاران^۳ (۲۰۰۸) با بررسی ادراک ورزشکاران از مربیگری حمایتی – استقلالی دریافتند ورزشکارانی که ادراک کمتری از استقلال داشتند، خستگی جسمی و روحی بیشتری را حین مشارکت در ورزش گزارش کرده بودند [۲۸].

کرینانثی^۴ و همکاران (۲۰۱۰) در بررسی انگیزش خودمختاری و تعهد ورزشی دانشجویان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی، بیان کردند که یافته‌های آن‌ها از تئوری خودمختاری حمایت می‌کند و خودمختاری بالا از تعهد ورزشی حمایت خواهد کرد [۳۳]. نتایج پژوهش زاهارادیس (۲۰۰۶) نیز نشان داد که سطح بالای خودمختاری از تعهد حمایت می‌کند، به طور کلی انگیزش درونی مرتبط با تعهد روانی است [به نقل از ۳۳].

1 . wang and lim

2 . perceived autonomy support

3 . Duda et. al

4 . Krinanthi

لذت از ورزش، علت اصلی پرداختن جوانان و بزرگسالان به ورزش است، زمانی که مربیان، خانواده‌ها یا دیگر بازیکنان رفتارهای کنترلی نشان دهند و به نتیجه و برد توجه زیادی کنند، احساس استقلال و شایستگی که پایه‌های تداوم انگیزش هستند را کاهش خواهند داد. در این شرایط، بازیکنان عدم سرگرم‌کننده بودن بازی را به عنوان یکی از دلایل خروج از ورزش بیان می‌کنند ولی علت اصلی این موضوع، عدم احساس استقلال و شایستگی است [۳۰].

۲-۹. مروری بر تحقیقات کارآمدی مربیگری

آموروس^۱ و هورن (۲۰۰۰) در تحقیقی با عنوان ارتباط انگیزش درونی با جنسیت، وضعیت تحصیلی و ادراک ورزشکاران دانشجو از رفتارهای مربیگری نتیجه گرفتند که مردان انگیزش درونی بالاتری را نسبت به زنان گزارش کرده‌اند و رفتارهای مربیگری ادراک شده مرتبط با انگیزش درونی ورزشکاران بودند. سبک رهبری مربیان از نظر ورزشکارانی که سطح انگیزش درونی بالاتری داشتند، دموکراتیک همراه با تأکید بر تمرین، دستورالعمل و بازخورد اطلاعاتی و مثبت بود. نوع بازخوردی که مربیان هنگام تمرین و رقابت ارائه می‌دهند تأثیر معناداری روی ادراک ورزشکاران از توانایی و انگیزش درونی آنان دارد [۳۴].

گلد و همکاران (۲۰۰۰) فاکتورهایی را که از نظر ورزشکاران، اثر مثبت یا منفی بر عملکرد آن‌ها در المپیک زمستانه ۱۹۹۸ داشتند، آزمون کردند. بر اساس نتایج بدست آمده، ورزشکاران موارد زیر را به عنوان عوامل منفی اثرگذار بر عملکرد خود تشریح کردند:

اطلاعات و ارتباطات ضعیف، ضعف در تصمیم‌گیری، تغییر تجهیزات، عدم حمایت و تشویق، برنامه-ریزی ضعیف، خطاهای تاکتیکی و استراتژیکی، عدم تلاش، رفتار غیر عادلانه و نگرش منفی، ناکارآمدی مربیگری در تصمیم‌گیری، برنامه‌ریزی و دیگر موارد، باعث عملکرد ضعیف ورزشکاران این آزمون بوده است که اهمیت کارآمدی مربیگری را بر عملکرد ورزشکار نشان می‌دهد [به نقل از ۲۱].

1. Amorose

رینبات و همکاران^۱ (۲۰۰۴) در بررسی‌های خود دریافتند که ادراک ورزشکاران از رفتار حمایتی-استقلالی و حمایت اجتماعی از طرف مربی، پیش‌بینی کننده ادراک ورزشکاران از استقلال، شایستگی و برقراری ارتباط است. رضایت از نیاز به صلاحیت و شایستگی، مهمترین پیش‌بینی کننده رفاه جسمانی و روانی است. همچنین ادراک ورزشکاران از حمایت عاطفی مربی و حمایت از استقلال پیش‌بینی کننده احساس ارتباط و وابستگی و ادراک استقلال و رفتار خودمختار در تیم آن‌ها بود [۲۹].

مایر و همکاران^۲ (۲۰۰۵) با بررسی ۱۳۵ مربی درون دانشگاهی و استفاده از معیار کارآمدی مربیگری دریافتند که عامل حمایت اجتماعی در بین مربیان زن در مقایسه با مردان، منبع قوی‌تر کارآمدی است. در این مطالعه کارآمدی مربیگری در تیم مردان، رفتار مربی، رضایت تیمی و درصد برد را پیش‌بینی کرد و در تیم زنان، کارآمدی تنها رفتار مربیان را پیش‌بینی کرد [۱۸].

بوردلی^۳ و همکاران (۲۰۰۸) با بررسی ادراک ورزشکاران از اثربخشی مربیگری روی بازیکنان راگبی بزرگسال دریافتند که ادراک ورزشکاران از اثربخشی انگیزش، تلاش، تعهد و لذت آن‌ها را در ورزش راگبی پیش‌بینی می‌کند. همچنین ادراک اثربخشی تکنیک، پیش‌بینی کننده خودکارآمدی آن‌ها بود و ادراک اثربخشی شخصیت‌سازی، پیش‌بینی کننده رفتارهای اجتماعی در ورزشکاران بود [۹].

گریتی و مورای (۲۰۱۰) در یک پژوهش کیفی روی ۱۵ ورزشکار نتیجه گرفتند که مربیگری ضعیف نتایجی از جمله :

(۱) بازداشتن مهارت‌های روانی ورزشکار که شامل حواس پرتی، ایجاد عدم اعتماد، بی انگیزه شدن و تقسیم تیم است.

(۲) مدارا کردن یا کنار آمدن ورزشکار شامل چگونگی پاسخ به مربیگری ضعیف می‌شود [۲۱].

1 . Reinboth, Duda and Ntoumanis

2 . Myer, Vargas-Tonsing, Feltz

3 . Boardly

استین و همکاران^۱ (۲۰۱۱) با بررسی تأثیر بازخورد مربیان روی ادراک ورزشکاران، بین بازخورد مربی و جو انگیزشی ادراک شده، ارتباط خطی مشاهده کردند. نوع بازخورد، هدف بازخورد و توافق یا اختلاف در ادراک سبک‌های مختلف بازخورد، برای درک جو انگیزشی ورزش جوانان مهم هستند [۳۵].

روح پرور (۱۳۹۲) با بررسی ارتباط درک از شایستگی مربی و رضایت‌مندی ورزشکاران نشان داد که ارتباط مثبت و معناداری بین متغیرهای تحقیق وجود دارد. این نتایج بر ضرورت توجه به ادراکات و ارزیابی ورزشکاران و همچنین انتخاب مربیان شایسته برای رضایت هرچه بیشتر ورزشکاران تأکید دارد [۱۵].

۲-۱۰. تعهد ورزشی

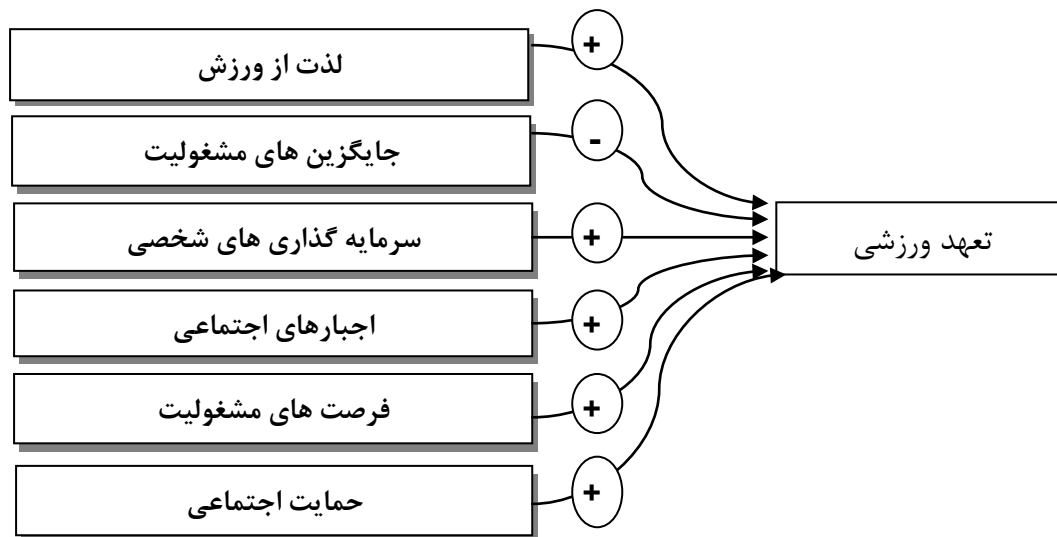
بنابر تعریف اسکالنن و همکاران (۱۹۹۳)، تعهد ورزشی به عنوان یک ساختار روانی تعریف می‌شود که نشان‌دهنده تمایل و تصمیم به ادامه مشارکت ورزشی است. مدل تعهد ورزشی برای آزمودن استدلال افراد از تداوم مشارکتشان در ورزش‌های معین، طراحی شده است؛ این مدل، تعهد را به پنج فاکتور کلیدی تجزیه می‌کند. این فاکتورها شامل سطح لذت، جایگزین‌های مشغولیت، سرمایه‌گذاری‌های شخصی، محدودیت‌های اجتماعی و فرصت‌های مشغولیت می‌باشد [۳].

کلی^۲ (۱۹۸۳) اظهار داشت که تعهد می‌تواند به سه علت وضعی مهم اختصاص پیدا کند، اول، جذابیت ارتباط است که در مدل تعهد ورزشی، تحت عنوان لذت از ورزش ارائه شده است. دوم، میزان جذابیت مشغولیت‌هایی است که فرد اخیراً در آن مشغول است و در این مدل تحت عنوان "جایگزین-های مشغولیت" است. علت وضعی سوم، نیروهایی هستند که مانع رسیدن به هدف می‌شوند. این

1 . Stein, Bloom, Sabiston

2 . Kelly

علت وضعی با عناوین سرمایه‌گذاری‌های شخصی، محدودیت‌های اجتماعی و فرصت‌های مشغولیت در مدل تعهد ورزشی ارائه شده است [به نقل از ۳].



شکل (۲-۳)، مدل اصلاح شده تعهد ورزشی [۳۶]

۲-۱۱. لذت از ورزش

بنابر تعریف اسکالنن و همکاران از تعهد ورزشی، تعهد امری درونی و روانی است که از فاکتورهای مختلف درونی یا بیرونی، تأثیر می‌پذیرد. باتوجه به تحقیقات متعدد در پیشینه، سطح لذت مهمترین عامل در رشد و افزایش میزان تعهد فرد می‌باشد. در مدل تعهد ورزشی اسکالنن و همکاران، لذت از ورزش به عنوان پاسخ اثرگذار مثبت به تجربه ورزشی تعریف می‌شود که احساس خرسندی، دوست داشتن و سرگرمی را منعکس می‌کند. مؤلفه لذت از ورزش برای محاسبه ی میزان لذتی که شرکت‌کننده با مشارکت در ورزش تجربه می‌کند طراحی شده است، این مؤلفه ارتباط مثبت و مستقیمی با تعهد ورزشی دارد [۳]. اسکالنن (۱۹۸۴) بیان می‌کند که لذت یکی از جنبه‌های اصلی رقابت در تجارب ورزشی جوانان است و نیازمند توجه و پژوهش‌های بیشتری می‌باشد [به نقل از ۳۷].

در پژوهش الکساندر گارسیا و همکاران (۲۰۱۰)، لذت از ورزش به معنای اولویت فعالیت ورزشی در مقایسه با دیگر جایگزین‌های ادراک شده، رضایت درونی فرد و احساس صلاحیت در حین انجام ورزش است [به نقل از ۲].

الکساندر گارسیا و همکاران (۲۰۱۰) در بررسی لذت، تعهد و انگیزش بازیکنان فوتبال دریافتند که به ترتیب انگیزش درونی و انگیزش بیرونی، پیش‌بینی کننده معنادار لذت ورزشکاران هستند و عامل عدم انگیزش نیز قوی‌ترین پیش‌بینی کننده ادراک ورزشکاران از جایگزین‌های ورزش می‌باشد.

رضایت‌مندی ورزشکاران با ادراک آن‌ها از مربیان‌شان ارتباط دارد، با افزایش سطح کارآمدی مربیان، رضایت‌مندی ورزشکاران نیز افزایش می‌یابد [۸]. نتایج تحقیقات کارپنتر و همکاران^۱ (۱۹۹۳) و ویس و همکاران^۲ (۲۰۰۱) نشان می‌دهد که یک تجربه لذت‌بخش با افزایش تعهد ورزشکار ارتباط دارد. در همین راستا ریدک^۳ (۱۹۹۷) بیان می‌کند که تجربه سطح پایین لذت از ورزش به احتمال زیاد منجر به ترک ورزش خواهد شد [به نقل از ۹]. رضایت‌مندی و لذت شامل عکس‌العمل عاطفی مثبت نسبت به تجربه ورزشی است [۹].

در تحقیق کاسپر (۲۰۰۸) روی اعضای جامعه تنیس بازان، فاکتورهای لذت از ورزش و فرصت‌های مشغولیت، قوی‌ترین پیش‌بینی کننده‌های تعهد بودند [۱۶].

فردریک^۴ و همکاران (۲۰۰۳) با مقایسه دو گروه تمرینی که گروه اول، دوچرخه سواران رقابتی و گروه دوم ورزشکاران آمادگی جسمانی بودند، دریافتند که کیفیت رقابت‌های ورزشی در هر دو گروه با سطح لذت و میزان بالاتر انگیزش درونی ارتباط مثبت و مستقیمی دارد [۳۸].

اسکانلن و لوتوایت^۵ (۱۹۸۶) در مطالعه‌ای به بررسی سن شرکت کنندگان و ادراک آن‌ها از توانایی-هایشان به عنوان پیش‌بینی کننده‌های لذت از ورزش در کشتی گیران مرد ۹ تا ۱۴ ساله پرداختند. بر اساس نتایج تجزیه و تحلیل اطلاعات، پسران کوچکتری که توانمندی‌های بیشتری را در کشتی

1 . carpenter et. al

2 . weiss et. al

3 . Readeke

4 . Frederick et. al

5 . Scalan & Lewthwaite

ادراک کرده بودند، نسبت به بزرگترها، لذت بیشتری را با مشارکت در ورزش تجربه کرده‌اند. این مطالعه نشان داد که همبستگی مثبتی ($+0.70$) بین میزان لذت از ورزش در کشتی‌گیران و تمایل آن‌ها به مشارکت ورزشی در آینده وجود دارد [۳۷].

۲-۱۱-۱. مدل اولیه لذت از ورزش

مدل اولیه لذت از ورزش، ساختار گسترده‌ای از لذت را منعکس می‌کند که لذت از تجارب ورزش رقابتی را نیز در بر دارد. تجارب ورزش رقابتی شامل:

۱- مؤلفه‌های موفقیت و عدم موفقیت؛

۲- عوامل درونی و بیرونی که ممکن است در لذت از ورزش مشارکت داشته باشند.

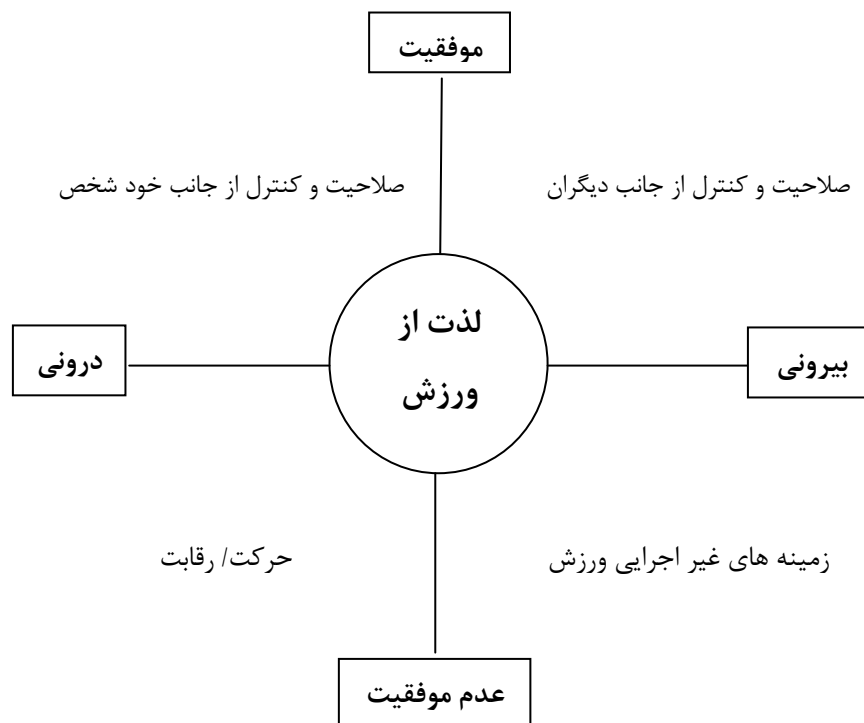
این مدل اولیه کمک می‌کند تا فاکتورهایی مانند دریافت ارزیابی‌های مثبت اجتماعی، شناخت اجتماعی، نیاز به ارتباط و نشاط حاصل از حرکت را در ارزیابی لذت از ورزش در نظر بگیریم. بر اساس این مدل، پیش‌بینی کننده‌های موفقیت و عدم موفقیت روی یک پیوستار عمودی هستند که توسط ابعاد درونی و بیرونی انگیزش تقسیم می‌شوند [۳۷].

ربع اول (موفقیت - انگیزش بیرونی): پیش‌بینی کننده‌های مرتبط با ادراک شخصی از شایستگی و کنترل را شامل می‌شود مانند توانایی ادراک شده.

ربع دوم (موفقیت - انگیزش بیرونی): پیش‌بینی کننده‌های مرتبط با ادراک از شایستگی و کنترل که از طرف دیگران معنی‌دار (خانواده، مربیان و دوستان) دریافت می‌شوند مانند ارزیابی‌های مثبت اجتماعی و شناخت اجتماعی که با موفقیت‌های ورزشی بدست می‌آیند.

ربع سوم (عدم موفقیت - انگیزش درونی): پیش‌بینی کننده‌های فعالیت جسمانی و رقابت مانند (احساسات، درک تنش و استرس، نشاط، هیجان) را شامل می‌شود.

ربع چهارم (عدم موفقیت - انگیزش بیرونی): پیش بینی کننده‌های جنبه های غیر اجرایی ورزش مانند بودن با همسالان و برقراری روابط مثبت با دیگران را شامل می‌شود.



شکل ۲-۴، مدل لذت از ورزش [به نقل از ۳۷]

۲-۱۲. تعهد اجباری و تعهد اختیاری

بریکمن^۱ (۱۹۸۷) استدلال کرد که تعهد شامل التزام یا تعهد اجباری و تعهد اختیاری است. اگر فرد به دلیل الزامات و انتظارات محیطی و اجتماعی و به طور کلی عوامل بیرونی احساس تعهد کند، در این صورت وی احساس تعهد اجباری دارد ولی اگر با میل و علاقه شخصی و انگیزش درونی متعهد شود، احساس تعهد اختیاری خواهد داشت. بنابراین نتایج روانی و رفتاری حاصل که به دنبال تعهد می‌آیند، متفاوت خواهند بود [به نقل از ۳۹].

1 - Brickman

ویلسون و همکاران (۲۰۰۴) با بررسی ارتباط بین تعهد و رفتار ورزشی دانشجویان دختر دریافتند که فاکتورهای رضایت‌مندی و سرمایه‌گذاری شخصی، هردو بعد اجباری و اختیاری بودن تعهد را پیش‌بینی می‌کنند؛ جایگزین‌های مشغولیت و محدودیت‌های اجتماعی نیز فقط جنبه اجباری تعهد را پیش‌بینی می‌کنند، در صورتی که فقط تعهد اختیاری پیش‌بینی کننده معنادار رفتار ورزشی بود [به نقل از ۳۹].

۲-۱۳. مروری بر تحقیقات تعهد ورزشی

ویلسون و همکاران^۱ (۲۰۰۴) در تحقیقی با عنوان بررسی ارتباط بین تعهد و رفتار تمرینی دانشجویان دختر بر اساس مدل تعهد ورزشی، از ساختار چند عاملی تعیین کننده‌های تعهد تمرینی شامل رضایت‌مندی، جایگزین‌های مشغولیت (اولویت‌های دیگر)، حمایت اجتماعی، محدودیت‌های اجتماعی و سرمایه‌گذاری‌های شخصی و ابعاد تعهد شامل تعهد اجباری و تعهد اختیاری حمایت می‌کنند. در پژوهش آن‌ها محدودیت‌های اجتماعی و جایگزین‌های مشغولیت، ابعاد تعهد را به طور متفاوتی پیش‌بینی می‌کنند، این موضوع نشان‌دهنده میزان ادراک شخص از الزامات اجتماعی در تمرینات و جذابیت جایگزین‌ها است [۳۹].

سیرارد و همکاران^۲ (۲۰۰۵) با بررسی انگیزه‌های مشارکت ورزشی در بین دانش‌آموزان مقطع دبیرستان، به ترتیب رقابت، مزایای اجتماعی و آمادگی بدنی را به عنوان عوامل انگیزشی در پسران و مزایای اجتماعی و مهارتی، رقابت و آمادگی بدنی را به عنوان عوامل انگیزشی در دختران معرفی کردند که کسب مزایای اجتماعی و مهارتی در اولویت عوامل انگیزشی دختران قرار داشت. فقدان علاقه، مشکلات مرتبط با مربی و نداشتن زمان از دلایل خروج از فعالیت‌های ورزشی در دختران و پسران بودند [۴۰].

1 . Wilson P. M, Rodgers W. M, Carpenter P. J, Hall C, Hardy J, Fraser SH. N

2 - Sirard , Pfeiffer and Pate

بشارت (۱۳۸۴) با بررسی ارتباط بین سخت‌کوشی با موفقیت ورزشی و سلامت روانی دانشجویان به این نتایج دست یافت که بین متغیرهای تحقیق همبستگی مثبتی وجود دارد. سخت‌کوشی با تقویت ویژگی‌هایی مانند احساس تعهد، کنترل، مبارزه طلبی، مهارت‌های مقابله با استرس، حس استقلال، خودپیروی و عزت نفس با موفقیت ورزشی و سلامت روانی ارتباط دارد. ورزشکار سخت‌کوش با احساس تعهد نسبت به عملکرد و وظایف ورزشی، زمینه‌های لازم برای موفقیت ورزشی را فراهم می‌سازد [۱۱].

توماس و همکاران^۱ (۲۰۰۶) با بررسی نقش دیگران معنی‌دار (مانند خانواده، مربیان و همسالان) در تداوم یا خروج شناگران دریافتند شناگرانی که به فعالیت ورزشی‌شان تعهد بیشتری داشته‌اند، در مصاحبه‌های خود، ارتباط باز با مربیان و خانواده‌ها، حمایت دوستان مدرسه و تأثیر مثبت همسالان و دوستان را معرفی کرده‌اند [۴۱].

کاسپر^۲ (۲۰۰۸) با بررسی ارتباط بین ویژگی‌های جمعیت شناختی (سن، جنسیت، درآمد و سطح مهارت) با تعهد ورزشی اعضای انجمن تنیس، دریافت که بین سن شرکت کنندگان در آزمون با تعهد، جایگزین‌های مشغولیت و الزامات اجتماعی تفاوت معناداری وجود دارد. مطابق با این تحقیق، اختصاص زمان و سرمایه‌گذاری بیشتر در ورزش می‌تواند تعهد ورزشی فرد را افزایش دهد. بعلاوه اگر مشارکت ورزشی تجربه مثبتی را به دنبال داشته باشد، فرد فعالیت و بازی را ادامه خواهد داد و نسبت به حفظ مشغولیت متعهدتر می‌شود [۱۶].

1 . Fraser-Thomas J, Cote J, Deakin J

2 . Casper

کرینانثی و همکاران^۱ (۲۰۱۰) با بررسی انگیزش خودمختاری و تعهد ورزشی دانشجویان شرکت-کننده در فعالیتهای ورزشی بیان کردند که یافته‌های آنها از تئوری خودمختاری حمایت می‌کند و خودمختاری بالا از تعهد حمایت می‌کند. همچنین بین تمامی زیرمقیاس‌های تعهد ورزشی ارتباط مثبت و قوی وجود دارد [۳۳].

میرحسینی و همکاران (۱۳۹۱)، با بررسی روایی و پایایی مدل تعهد ورزشی نشان دادند که این مدل در نمونه دانشجویان ورزشکار از روایی و پایایی قابل قبولی برخوردار است. بنابراین، این مدل می‌تواند چارچوب نظری چندمتغیری با دسته بندی منجسم‌تر برای اندازه‌گیری تداوم رفتار مشارکت در یک ورزش خاص یا به طور کلی فعالیت جسمانی فراهم سازد [۴۲].

۲-۱۵. نقش ادراک ورزشکاران در تداوم مشارکت ورزشی آنان

هورن (۲۰۰۲)، اسمال و اسمیت^۲ (۱۹۸۹) در پژوهش‌های مختلفی با بررسی نقش ادراک ورزشکاران از اثربخشی مربیگری، بر اهمیت این موضوع تأکید بسیار کرده‌اند و بیان داشته‌اند که این ادراک بر تداوم یا خروج از فعالیت اثرگذار است [به نقل از ۹]. رفتارهای مربی می‌تواند بر ادراک، انگیزه‌ها، نگرش‌ها و رفتارهای ورزشکاران به طور مستقیم یا غیر مستقیم تأثیر بگذارد [۲۲].

کاواسانو و همکاران^۳ (۲۰۰۸)، از مقیاس کارآمدی مربیگری برای ارزیابی ادراک ورزشکاران از اثربخشی مربیگری استفاده کردند که پایایی ابزار کارآمدی مربیگری را در اندازه‌گیری صلاحیت و اثربخشی مربیگری نشان می‌دهد [۱۴].

بوردلی^۱ و همکاران (۲۰۰۸) با بررسی ادراک ورزشکاران از اثربخشی مربیگری روی نمونه‌ای از بازیکنان راگبی، دریافتند که ادراک ورزشکاران از اثربخشی انگیزش، پیش‌بینی کننده انگیزش، تلاش،

1 - Krinanthi, Konstantinos and Andreas

2 . Smoll & Smith

3 . Kavussanu M, Boardley I. D, Jutkiewicz N, Vincent S, and Ring C

تعهد و لذت آن‌ها در ورزش است. ادراک از اثربخشی تکنیک، پیش بینی کننده خودکارآمدی بود و ادراک از اثربخشی شخصیت‌سازی، پیش بینی کننده رفتارهای اجتماعی بود [۹].

ورزشکارانی که مربیان کارآمدتری دارند، رضایتمندی بیشتر، عملکرد بهتر و اعتماد به نفس بیشتری دارند، با انگیزه‌تر هستند و نگرش مثبت‌تری را به رفتارهای ورزشکارانه نشان می‌دهند [۱۲]. ادراک بازیکنان از مربیان در انگیزش آن‌ها مؤثر است، انگیزش نیز با لذت از ورزش مرتبط است، بنابراین یک تجربه لذت‌بخش با تعهد به ورزش ارتباط دارد [به نقل از ۹].

بنابر تحقیق بوردلی و همکاران (۲۰۰۸)، اثربخشی انگیزش به طور مثبت دو شاخص آن یعنی تلاش و تعهد را پیش‌بینی می‌کند. با ادراک اثربخشی انگیزش، ورزشکاران تلاش جدی‌تری می‌کنند و خود را وقف رشته ورزشی‌شان می‌کنند [۹].

استین و همکاران^۲ (۲۰۱۲) با بررسی تأثیر بازخورد مربیان روی ادراک ورزشکاران نتیجه‌گیری کردند که بین بازخورد مربی و جو انگیزشی ادراک‌شده، ارتباطات خطی مشاهده می‌شود. بنابراین نوع بازخورد و هدف آن و توافق یا اختلاف در ادراک سبک‌های مختلف بازخورد برای درک جو انگیزشی در ورزش جوانان مهم هستند [۳۵].

تئوری خودمختاری سه نیاز اساسی و پایه را شناسایی می‌کند که نقش زیادی در تداوم مشارکت ورزشی دارند که شامل نیاز به استقلال، نیاز به شایستگی و نیاز به برقراری ارتباط با دیگران می‌باشد. اگر ادراک از رفتارهای مربیگری و فاکتورهای اجتماعی به عنوان حامی این نیازها باشند، اثر مثبتی روی انگیزش دارند و باعث تداوم مشارکت ورزشی خواهند شد [۱۷ و ۲]. مطابق با تئوری خودمختاری، ادراک ورزشکاران از رفتارهای حمایتی-استقلالی مربی، نقش مهمی در تداوم یا ترک فعالیت ورزشی بازی می‌کند [۳۲، ۹، ۴۱، ۳۸، ۳۱].

1 . Boardly

2 . Stein J, Bloom G. A, Sabiston C. M

۲-۱۵. جمع بندی پیشینه تحقیق

بررسی پیشینه تحقیق، اهمیت موضوع پژوهش را در عرصه‌ی مدیریت ورزشی، هرچه بیشتر آشکار می‌کند زیرا قسمتی از بخش اجرایی حوزه‌ی ورزش را جمعیت زیادی از مربیان و ورزشکاران تشکیل می‌دهند و بسیاری از سیاست‌گذاری‌ها و برنامه‌ریزی‌های مسئولان ورزش کشور به منظور بهبود و ارتقای عملکرد این بخش اجرایی می‌باشد. مرور ادبیات تحقیق نشان داد که متأسفانه در کشور ما، پژوهش در زمینه روابط متقابل مربی و ورزشکار و اثرات آن‌ها بر یکدیگر محدود است. بررسی ادبیات تحقیق نشان داد که بیشتر تحقیقات در زمینه کارآمدی مربیگری به ارزیابی خودکارآمدی مربیان پرداخته‌اند، در این راستا بررسی کارآمدی مربیگری از دیدگاه ورزشکاران و نقش آن در بهبود انگیزش و تعهد آن‌ها حائز اهمیت می‌باشد. در ارتباط با تعهد ورزشی، غالب تحقیقات روی گروه سنی نوجوانان و جوانان انجام شده است و همچنین پژوهش‌های بسیار محدودی در داخل کشور به بررسی تعهد در حوزه ورزش قهرمانی پرداخته‌اند. با توجه به تأثیر قابل توجه رفتارهای مربیان بر ورزشکاران، در این پژوهش سعی شده است تا رابطه بین کارآمدی مربیگری و تعهد ورزشی در تیم‌های والیبال استان سمنان بررسی شود.

فصل سوم

روش تحقیق

۳-۱. مقدمه

این فصل به توضیح نوع تحقیق، جامعه و نمونه آماری تحقیق، ابزار تحقیق، روایی و پایایی ابزار تحقیق، روش جمع آوری و تجزیه و تحلیل داده ها اختصاص یافته است.

۳-۲. روش تحقیق

هدف اصلی این تحقیق، بررسی ارتباط بین کارآمدی مربیگری با تعهد ورزشی در بین بازیکنان والیبال استان سمنان است. روش انجام تحقیق توصیفی - همبستگی و از نوع پیمایشی است.

۳-۳. جامعه آماری تحقیق

جامعه آماری تحقیق شامل کلیه والیبالیست‌های بالای ۱۶ سال استان سمنان هستند. مطابق با آماري که از هیئت والیبال استان سمنان در تابستان ۱۳۹۲ دریافت شد، جامعه آماری پژوهش شامل ۸۲۳ بازیکن والیبال می‌باشد که از این تعداد ۴۵۶ نفر مرد و ۳۶۷ نفر زن بودند.

۳-۴. نمونه آماری

انتخاب نمونه پژوهش به شیوه تصادفی خوشه‌ای از شهرستان‌های استان سمنان (شاهرود، دامغان، سمنان و گرمسار) انجام شد. در روش تحلیل عاملی تأییدی، تعداد نمونه باید حداقل ۲ برابر تعداد گویه‌ها باشد که در این تحقیق ۲۵۰ نفر (هشت برابر) انتخاب گردید.

۳-۵. ابزار تحقیق

به منظور جمع آوری داده‌های پژوهش حاضر از پرسشنامه‌ای مشتمل بر سه قسمت ذیل استفاده شد:

(۱) پرسشنامه ویژگی‌های جمعیت‌شناختی

(۲) پرسشنامه کارآمدی مربیگری

(۳) پرسشنامه تعهد ورزشی

۳-۵-۱. پرسشنامه ویژگی‌های جمعیت‌شناختی

این پرسشنامه شامل شش سؤال در مورد سن، جنسیت، سابقه فعالیت ورزشی، سوابق قهرمانی، میزان تحصیلات آزمودنی‌های پژوهش بود.

۳-۵-۲. پرسشنامه کارآمدی مربیگری

به منظور ارزیابی دیدگاه ورزشکاران از کارآمدی مربیان از معیار کارآمدی مربیگری فلتز و همکاران (۱۹۹۹) استفاده شد. معیار کارآمدی مربیگری شامل ۲۴ سؤال ۹ ارزشی در مقیاس لیکرت است که با بررسی روایی مقیاس کارآمدی توسط صاحب‌نظران تربیت بدنی، سؤالات "توانایی انتقال مناسب تجربیات و مهارت‌ها به ورزشکاران" و "توانایی کاهش روحیه جنگ‌طلبی و برتری‌جویی در ورزشکاران" به پرسشنامه اصلی اضافه و ۲۶ سؤالی شد. در این پرسشنامه از ورزشکاران خواسته شد تا توانایی‌های مربی خود را ارزیابی کرده و در مقیاس ۱۰ ارزشی لیکرت (فاقد توانایی = ۰ تا توانایی بسیار بالا = ۹) به آن‌ها امتیاز دهند.

۳-۵-۳. پرسشنامه تعهد ورزشی

به منظور ارزیابی میزان تعهد ورزشی آزمودنی‌های تحقیق از پرسشنامه تعهد ورزشی اسکاتلن و همکاران (۱۹۹۳) استفاده شد. این پرسشنامه شامل ۶ سؤال در مقیاس ۵ ارزشی لیکرت (به هیچ وجه = ۱، کمی = ۲، مقداری = ۳، زیاد = ۴ و خیلی زیاد = ۵) است، طبق نظر اساتید تربیت بدنی در بررسی روایی صوری این پرسشنامه، سؤالات "چقدر مصمم هستید ورزش والیبال را ادامه دهید؟" و "ترک ورزش والیبال چقدر برای شما سخت خواهد بود؟" به دلیل مفاهیم یکسان، باهم ادغام شدند، همچنین سؤال "برای ادامه این ورزش چه کارهایی می‌خواهید انجام دهید؟" به دلیل مرتبط نبودن با تعهد ورزشی از پرسشنامه اصلی حذف شد و در نهایت مطابق با نظر اساتید تربیت بدنی، سؤال "ورزش والیبال تا چه اندازه زندگی شما را تحت تأثیر قرار داده است؟" به پرسشنامه اصلی اضافه و ۵ سؤالی شد.

۳-۶. روایی ابزار تحقیق

محقق به منظور تعیین روایی ابزار پژوهش از نظرات تخصصی ۹ نفر از صاحب‌نظران و کارشناسان تربیت بدنی استفاده کرد (۳ دکتری تربیت بدنی، ۳ کارشناس ارشد تربیت بدنی، ۲ کارشناس تربیت بدنی و ۱ مربی درجه ۲ والیبال). پس از جمع‌آوری پرسشنامه‌ها در طول ۳ هفته، نظرات و پیشنهادات اصلاحی آن‌ها با هماهنگی استاد راهنما در پرسشنامه نهایی اعمال گردید.

۳-۷. پایایی

در یک مطالعه راهنما، به منظور محاسبه پایایی ابزار پژوهش، ۴۰ نفر از بازیکنان والیبال شهرستان دامغان، پرسشنامه تحقیق را تکمیل کردند. برای محاسبه پایایی ابزار از آلفای کرونباخ استفاده شد که میزان آن به ترتیب $\alpha = 0/962$ برای پرسشنامه کارآمدی مربیگری و $\alpha = 0/578$ برای پرسشنامه

تعهد ورزشی بدست آمد (جدول ۳-۱). مقدار آلفای کرونباخ تعهد ورزشی در سطح مطلوبی قرار ندارد زیرا مقدار آلفای کرونباخ تحت تأثیر تعداد سؤالات و همبستگی آن‌ها قرار می‌گیرد [۴۳]، لذا مقدار آن پایین آمده است و البته باید جانب احتیاط را در نتایج برآمده از این متغیر رعایت کرد.

جدول (۳-۱)، ثبات درونی متغیرهای تحقیق

متغیر	درک کارآمدی	درک کارآمدی	درک کارآمدی	درک کارآمدی	تعهد	درک کارآمدی
	انگیزش	تکنیک	استراتژی	شخصیت‌سازی	ورزشی	مربی
آلفا کرونباخ	۰/۹۱۰	۰/۸۹۲	۰/۹۲۲	۰/۸۹۶	۰/۵۷۸	۰/۹۷۱

۳-۸. بررسی روایی سازه پرسشنامه های تحقیق

یک آزمون وقتی دارای روایی است که رفتار یا خصیصه معینی را که به منظور اندازه‌گیری آن ساخته شده است، اندازه بگیرد. روایی آزمون نشان می‌دهد که آیا آزمون، منحصرأ آن‌چه را که مورد نظر است اندازه می‌گیرد یا نه؟ و آیا خصوصیت مورد نظر را به طور کامل اندازه‌گیری می‌کند یا نه؟

روایی سازه معمولاً برای آزمون‌ها و متغیرهایی که ملاک خارجی ندارند به کار می‌رود (مانند هوش، انگیزه، تعهد، کارآمدی و غیره). روایی سازه از طریق فرض‌آزمایی و آزمون پیش‌بینی‌های ما در مورد یک نظریه مشخص می‌شود. به عبارت دیگر، روایی سازه در رابطه با نظریه است [۴۳].

به منظور بررسی روایی سازه پرسشنامه‌های درک کارآمدی مربی و تعهد ورزشی از تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول و دوم استفاده شد، نتایج تحلیل عاملی تأییدی نشان داد که پرسشنامه‌ها از روایی سازه مناسبی در جامعه والیالیست‌ها برخوردار هستند (مدل‌های تحلیل عاملی در پیوست ۱ آمده است). در ادامه نتایج تحلیل عاملی تأییدی متغیرهای پژوهش به صورت جدول ارائه شده است:

۳-۸-۱. روایی سازه پرسشنامه کارآمدی مربیگری

چون در این تحقیق، مهم‌ترین ابزار جمع‌آوری اطلاعات و اندازه‌گیری متغیرها پرسشنامه است، بنابراین روایی پرسشنامه از اهمیت خاصی برخوردار است، بررسی روایی پرسشنامه‌های این تحقیق با استفاده از نظرات اساتید رشته تربیت بدنی و اعمال نظرات اصلاحی آن‌ها انجام شد. در این قسمت به منظور تأیید روایی سؤالات پرسشنامه‌ها از تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول استفاده شد، تحلیل عاملی تأییدی روشی برای بررسی ساختار عاملی متغیرهای تحقیق است.

۳-۸-۱-۱. درک کارآمدی انگیزش:

جدول (۳-۲)، نتایج تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول برای متغیر درک کارآمدی انگیزش

نسبت بحرانی	انحراف استاندارد	مقادیر غیر استاندارد (B)	مقادیر استاندارد (β)			
۱۱/۶۸۶	۰/۰۹۶	۱/۱۱۸	۰/۷۲۳	سؤال ۱	<---	انگیزش
۱۳/۲۵۴	۰/۰۸۹	۱/۱۷۸	۰/۸۰۶	سؤال ۲	<---	انگیزش
۱۲/۸۰۸	۰/۰۸۸	۱/۱۲۹	۰/۷۸۳	سؤال ۳	<---	انگیزش
۱۲/۷۸۸	۰/۰۸۶	۱/۰۹۴	۰/۷۸۲	سؤال ۴	<---	انگیزش
۱۲/۴۶۱	۰/۰۸۷	۱/۰۸۵	۰/۷۶۴	سؤال ۵	<---	انگیزش
۱۲/۴۱۸	۰/۰۸۹	۱/۱۰۶	۰/۷۶۲	سؤال ۶	<---	انگیزش
---	---	۱/۰۰۰	۰/۷۶۶	سؤال ۷	<---	انگیزش

با توجه به جدول فوق، همه مسیرها از نظر آماری معنادار بودند، منظور از معناداری این است که مقادیر نسبت بحرانی باید بزرگتر از $\pm 1/96$ باشند، بنابراین روایی سازه خرده مقیاس درک کارآمدی انگیزش تأیید می‌شود.

برای سنجش کفایت برازش مدل، آماره ها و شاخصهای مختلفی عرضه شده است. از آنجا که هر یک از این شاخصها تنها جنبه‌ی خاصی از برازش مدل را منعکس می‌سازند، از این رو برای سنجش برازش مدل، معمولاً از چندین شاخص استفاده می‌شود [۴۴]؛ به منظور ارزیابی برازندگی مدل، از بین شاخص‌های برازندگی مطلق از شاخص χ^2/df (CMIN/DF) و شاخص ریشه دوم برآورد واریانس خطای تقریب RMSEA و از بین شاخص‌های برازندگی تطبیقی از شاخص‌های NFI^1 , CFI^2 استفاده شدند [۴۵].

جدول (۳-۳)، شاخص‌های برازش متغیر درک کارآمدی انگیزش

RMSEA	CMIN/DF	NFI	CFI
۰/۰۷۹	۲/۵۶	۰/۹۶	۰/۹۷

در کتب آماری و مقالات پژوهشی، شاخص‌های χ^2/df بین ۱ تا ۵، RMSEA کوچکتر از (۰/۰۸) و CFI و NFI بزرگتر از (۰/۹۰) نشان از برازش خوب مدل دارند [۴۶، ۴۷].

بررسی شاخص‌های برازش تحلیل عاملی تأییدی در جدول (۳-۳) برای خرده مقیاس درک کارآمدی انگیزش، مقادیر مطلوبی را نشان داد.

1. Normed fit index
2. Comparative fit index

۳-۸-۱-۲. درک کارآمدی آموزش تکنیک:

جدول (۳-۴)، نتایج تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول برای متغیر درک کارآمدی آموزش تکنیک

نسبت بحرانی	انحراف استاندارد	مقادیر غیر استاندارد	مقادیر استاندارد			
C.R	S.E	B	β			
۱۳/۷۹۸	۰/۰۷۶	۱/۰۴۹	۰/۸۲۰	سؤال ۸	<---	تکنیک
۱۳/۹۲۸	۰/۰۸۳	۱/۱۵۵	۰/۸۲۶	سؤال ۹	<---	تکنیک
۱۳/۵۱۴	۰/۰۷۸	۱/۰۵۳	۰/۸۰۶	سؤال ۱۰	<---	تکنیک
۱۳/۳۴۰	۰/۰۷۳	۰/۹۷۰	۰/۷۹۷	سؤال ۱۱	<---	تکنیک
۱۲/۵۷۰	۰/۰۷۷	۰/۹۷۱	۰/۷۵۹	سؤال ۱۲	<---	تکنیک
۱۲/۳۸۱	۰/۰۷۲	۰/۸۸۶	۰/۷۴۹	سؤال ۱۳	<---	تکنیک
---	---	۱/۰۰۰	۰/۷۷۱	سؤال ۱۴	<---	تکنیک

با توجه به جدول فوق، همه مسیرها از نظر آماری معنادار بودند، بنابراین روایی سازه خرده مقیاس درک کارآمدی آموزش تکنیک تأیید می‌شود.

جدول (۳-۵)، شاخص‌های برازش متغیر درک کارآمدی آموزش تکنیک

RMSEA	CMIN/DF	NFI	CFI
۰/۰۷۲	۲/۲۹	۰/۹۷	۰/۹۸

بررسی شاخص‌های برازش تحلیل عاملی تأییدی برای خرده مقیاس درک کارآمدی آموزش تکنیک، مقادیر مطلوبی را نشان داد.

۳-۸-۱-۳. درک کارآمدی استراتژی:

جدول (۳-۶)، نتایج تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول برای متغیر درک کارآمدی استراتژی

نسبت بحرانی	انحراف استاندارد	مقادیر غیر استاندارد	مقادیر استاندارد			
C.R	S.E	B	β			
۱۱/۸۷۲	۰/۰۶۴	۰/۷۶۴	۰/۷۰۰	سؤال ۱۵	<---	استراتژی
۱۴/۶۶۵	۰/۰۶۵	۰/۹۵۶	۰/۸۲۵	سؤال ۱۶	<---	استراتژی
۱۳/۷۰۴	۰/۰۶۷	۰/۹۲۴	۰/۷۸۴	سؤال ۱۷	<---	استراتژی
۱۵/۲۲۵	۰/۰۶۵	۰/۹۸۴	۰/۸۴۸	سؤال ۱۸	<---	استراتژی
۱۴/۹۸۹	۰/۰۶۸	۱/۰۲۰	۰/۸۳۸	سؤال ۱۹	<---	استراتژی
۱۲/۹۷۷	۰/۰۶۹	۰/۸۹۰	۰/۷۵۲	سؤال ۲۰	<---	استراتژی
---	---	۱/۰۰۰	۰/۷۹۸	سؤال ۲۱	<---	استراتژی

با توجه به جدول فوق، همه مسیرها از نظر آماری معنادار بودند، بنابراین روایی سازه خرده مقیاس درک کارآمدی استراتژی تأیید می شود.

جدول (۳-۷)، شاخص های برازش متغیر درک کارآمدی استراتژی

RMSEA	CMIN/DF	NFI	CFI
۰/۰۷۵	۲/۴۰	۰/۹۷	۰/۹۸

بررسی شاخص های برازش تحلیل عاملی تأییدی برای خرده مقیاس درک کارآمدی استراتژی، مقادیر مطلوبی را نشان داد.

۳-۸-۱-۴. درک کارآمدی شخصیت سازی:

جدول (۳-۸)، نتایج تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول برای متغیر درک کارآمدی شخصیت سازی

نسبت بحرانی	انحراف استاندارد	مقادیر غیر استاندارد	مقادیر استاندارد			
C.R	S.E	B	β			
۱۲/۹۲۸	۰/۰۸۷	۱/۱۲۵	۰/۷۹۲	سؤال ۲۲	<---	شخصیت سازی
۱۳/۲۳۸	۰/۰۸۳	۱/۰۹۳	۰/۸۰۹	سؤال ۲۳	<---	شخصیت سازی
۱۳/۴۵۱	۰/۰۸۶	۱/۱۵۷	۰/۸۲۰	سؤال ۲۴	<---	شخصیت سازی
۱۲/۸۳۰	۰/۰۷۶	۱/۹۷۶	۰/۷۸۷	سؤال ۲۵	<---	شخصیت سازی
---	---	۱/۰۰۰	۰/۷۷۴	سؤال ۲۶	<---	شخصیت سازی

با توجه به جدول فوق، همه مسیرها از نظر آماری معنادار بودند، بنابراین روایی سازه خرده مقیاس درک کارآمدی شخصیت سازی تأیید می شود.

جدول (۳-۹)، شاخص های برازش متغیر درک کارآمدی شخصیت سازی

RMSEA	CMIN/DF	NFI	CFI
۰/۰۵۵	۱/۷۵	۰/۹۹	۰/۹۹

بررسی شاخص های برازش تحلیل عاملی تأییدی برای خرده مقیاس درک کارآمدی شخصیت سازی، مقادیر مطلوبی را نشان داد.

۳-۸-۱-۵. درک کارآمدی مربی:

به منظور ارزیابی روایی سازه متغیر درک کارآمدی مربی از تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم استفاده شد.

جدول (۳-۱۰)، نتایج تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم برای متغیر درک کارآمدی مربی

نسبت بحرانی	انحراف استاندارد	مقادیر غیر استاندارد	مقادیر استاندارد			
C.R	S.E	B	β			
---	---	۱/۰۰۰	۰/۹۷۹	تکنیک	<---	درک کارآمدی مربی
۱۲/۱۵۳	۰/۰۶۶	۰/۷۹۹	۰/۸۸۴	انگیزش	<---	درک کارآمدی مربی
۱۳/۶۶۵	۰/۰۸۰	۱/۰۹۰	۰/۹۸۴	استراتژی	<---	درک کارآمدی مربی
۱۲/۳۷۸	۰/۰۶۸	۰/۸۳۸	۰/۹۰۳	شخصیت‌سازی	<---	درک کارآمدی مربی

با توجه به جدول فوق، همه مسیرها از نظر آماری معنادار بودند، بنابراین روایی سازه خرده مقیاس درک کارآمدی مربی تأیید می‌شود.

جدول (۳-۱۱)، شاخص‌های برازش متغیر درک کارآمدی مربی

RMSEA	CMIN/DF	NFI	CFI
۰/۰۶۶	۲/۰۷۶	۰/۸۸	۰/۹۳

بررسی شاخص‌های برازش تحلیل عاملی تأییدی برای متغیر درک کارآمدی مربی مقادیر مطلوبی را به جز در NFI نشان داد.

۳-۹. روایی سازه پرسشنامه تعهد ورزشی

جدول (۳-۱۲)، نتایج تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول متغیر تعهد ورزشی

نسبت بحرانی	انحراف استاندارد	مقادیر غیر استاندارد	مقادیر استاندارد			
C.R	S.E	B	β			
۹/۶۲۷	۰/۰۹۷	۰/۹۳۶	۰/۶۹۰	سؤال ۱	<---	تعهد ورزشی
۸/۷۹۲	۰/۱۰۱	۰/۸۸۷	۰/۶۰۸	سؤال ۲	<---	تعهد ورزشی
۵/۶۷۹	۰/۰۷۸	۰/۴۴۵	۰/۳۷۶	سؤال ۳	<---	تعهد ورزشی
۹/۱۹۰	۰/۰۱۰	۰/۹۳۴	۰/۶۴۴	سؤال ۴	<---	تعهد ورزشی
---	---	۱/۰۰۰	۰/۷۳۵	سؤال ۵	<---	تعهد ورزشی

با توجه به جدول فوق، همه مسیرها از نظر آماری معنادار بودند، بنابراین روایی سازه خرده مقیاس تعهد ورزشی تأیید می‌شود.

جدول (۳-۱۳)، شاخص‌های برازش متغیر تعهد ورزشی

RMSEA	CMIN/DF	NFI	CFI
۰/۰۵۳	۲/۶۲	۰/۸۹	۰/۹۲

بررسی شاخص‌های برازش تحلیل عاملی تأییدی برای متغیر تعهد ورزشی مقادیر نسبتاً مطلوبی را نشان داد.

۳-۱۰. روش جمع آوری اطلاعات

محقق به منظور توزیع پرسشنامه‌های تحقیق، معرفی‌نامه‌های لازم را از دانشگاه شاهرود اخذ کرد. در مدت یک هفته از طریق هماهنگی با ادارات ورزش و جوانان استان سمنان، ارسال معرفی‌نامه به رؤسای هیئت‌های والیبال و کسب اجازه از هیئت‌های والیبال گرمسار، سمنان، دامغان و شاهرود، کار توزیع پرسشنامه‌ها به روش میدانی آغاز گردید (معرفی‌نامه دانشگاه به هیأت‌های والیبال استان در بخش پیوست آمده‌اند).

با توجه به احتمال ناقص بودن پرسشنامه‌های دریافتی، تعداد ۳۰۰ پرسشنامه در سطح استان با حضور محقق در ماه‌های اردیبهشت تا تیر ۱۳۹۲ در محل برگزاری تمرینات تیم‌های استان توزیع شد. نحوه تکمیل پرسشنامه‌ها قبل از پاسخگویی به سؤالات تشریح و بعد از ۱۰ الی ۱۵ دقیقه جمع‌آوری شدند. پس از بررسی اولیه تعداد ۲۵۰ پرسشنامه قابل تجزیه و تحلیل آماری تشخیص داده شدند و باقی پرسشنامه‌ها به دلیل مخدوش بودن یا عدم پاسخگویی به اکثر سؤالات کنار گذاشته شدند.

۳-۱۱. روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

به منظور تجزیه و تحلیل داده‌های این پژوهش در سطح آمار توصیفی از انحراف معیار، محاسبه میانگین، درصدها و فراوانی‌ها استفاده گردید. از آزمون کالموگروف-اسمیرنوف برای بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها استفاده شد. به منظور آزمون فرضیات پژوهش از ضریب همبستگی پیرسون، اسپیرمن و آزمون t مستقل، تحلیل واریانس یک‌طرفه و همچنین از نرم افزار SPSS نسخه ۱۹ و AMOS نسخه ۲۲، برای تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش استفاده شد.

فصل چهارم

یافته‌های تحقیق

۴-۱. مقدمه

این فصل به تجزیه و تحلیل اطلاعات و آزمون فرضیات پژوهش می‌پردازد. یافته‌های تحقیق از نظر توصیفی و استنباطی مورد بررسی قرار می‌گیرد و چکیده اطلاعات به صورت جدول‌های آماری ارائه خواهد شد. برای بررسی نوع توزیع داده‌ها از آزمون کالموگروف - اسمیرنوف استفاده شد، این آزمون نشان داد که توزیع داده‌ها به جز در متغیر درک کارآمدی استراتژی نرمال است، بنابراین برای آزمون فرضیات پژوهش از ضریب همبستگی پیرسون، اسپیرمن، t مستقل، آنالیز واریانس یک‌طرفه و تحلیل رگرسیون استفاده شده است.

۴-۲. نتایج توصیفی تحقیق

نمونه آماری تحقیق را بازیکنان والیبال بالای ۱۶ سال استان سمنان با حداقل دو سال سابقه فعالیت ورزشی تشکیل می‌دهند که شامل ۵۰/۸ درصد مرد و ۳۷/۶ درصد زن بودند. در جدول (۴-۱)، ویژگی‌های جمعیت شناختی آزمودنی‌های تحقیق به تفکیک جنسیت، سن، سابقه فعالیت ورزشی، سابقه قهرمانی و تحصیلات ورزشکاران آمده است. با توجه به جدول (۴-۱)، بیشترین تعداد آزمودنی‌های تحقیق (۳۵/۶٪)، در گروه سنی ۱۶-۲۰ سال قرار داشتند. ۴۲/۴ درصد دارای سابقه فعالیت ورزشی ۵-۷ سال بودند و ۳۸/۴ درصد آزمودنی‌ها در سطح استان حائز مقام قهرمانی بودند. غالب آزمودنی‌های تحقیق (۵۶/۴٪) دارای تحصیلات دیپلم و پایین‌تر بودند.

جدول (۴-۱)، ویژگی‌های جمعیت شناختی آزمودنی‌های تحقیق

متغیر	وضعیت	فراوانی	درصد
جنسیت	مرد	۱۲۷	۵۰/۸
	زن	۹۴	۳۷/۶
	داده‌های از دست داده	۲۹	۱۱/۶
	مجموع	۲۵۰	۱۰۰
سن	۱۶-۲۰ سال	۸۹	۳۵/۶
	۲۱-۲۵	۸۸	۳۲/۲
	۲۶-۳۰	۴۵	۱۸
	بالای ۳۰ سال	۲۸	۱۱/۲
	مجموع	۲۵۰	۱۰۰
سابقه فعالیت ورزشی	۲-۴ سال	۶۸	۲۷/۲
	۵-۷ سال	۱۰۶	۴۲/۴
	۸-۱۰ سال	۴۴	۱۷/۶
	۱۱-۱۳ سال	۱۵	۶
	بیشتر از ۱۳ سال	۱۷	۶/۸
	مجموع	۲۵۰	۱۰۰
سابقه قهرمانی	شهرستان	۵۸	۲۳/۲
	استان	۹۶	۳۸/۴
	منطقه	۴۰	۱۶
	کشور	۳۷	۱۴/۸
	آسیا	۱	۰/۴
	جهان	۱	۰/۴
	مجموع	۲۳۳	۹۳/۲
تحصیلات	زیر دیپلم	۴۹	۱۹/۶
	دیپلم	۹۲	۳۶/۸
	فوق دیپلم	۴۳	۱۷/۲
	لیسانس	۵۴	۲۱/۶
	فوق لیسانس	۱۲	۴/۸
	دکتری	۰	۰
	مجموع	۲۵۰	۱۰۰

۴-۲-۱. توصیف تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان

در جدول (۲-۴) شاخص‌های آماری مربوط به تعهد ورزشی به صورت خلاصه آورده شده است.

جدول (۲-۴)، توصیف تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان

انحراف استاندارد	میانگین	تعداد	
۰/۴۹	۴/۰۹	۲۵۰	تعهد ورزشی

۴-۲-۲. توصیف خرده مقیاس‌های درک کارآمدی مربی در بازیکنان والیبال استان سمنان

در جدول (۳-۴)، ادراک ورزشکاران از ابعاد کارآمدی مربیان‌شان به صورت خلاصه آورده شده است.

همان‌گونه که مشاهده می‌شود از بین ابعاد درک کارآمدی مربیگری به ترتیب کارآمدی آموزش

تکنیک، کارآمدی استراتژی، کارآمدی انگیزش و کارآمدی شخصیت‌سازی دارای بیشترین میانگین

هستند.

جدول (۳-۴)، توصیف مؤلفه‌های کارآمدی مربیگری

انحراف استاندارد	میانگین	تعداد	
۱/۰۶	۴/۶۴	۲۵۰	کارآمدی انگیزش
۱/۰۸	۴/۷۹	۲۵۰	کارآمدی تکنیکی
۱/۱۲	۴/۷۴	۲۵۰	کارآمدی استراتژی بازی
۰/۷۶	۳/۴۴	۲۵۰	کارآمدی شخصیت‌سازی
۰/۹۳	۴/۴۱	۲۵۰	کارآمدی مربیگری

۳-۲-۴. بررسی توزیع داده‌ها

به منظور بررسی طبیعی بودن توزیع داده‌ها از آزمون کالموگروف-اسمیرنوف استفاده شده است. مطابق با جدول (۴-۴) توزیع داده‌های تحقیق به استثنای خرده مقیاس درک کارآمدی استراتژی، نرمال است، بنابراین از آمار پارامتریک برای آزمون فرضیه‌های تحقیق و از آمار غیر پارامتریک برای آزمون درک کارآمدی استراتژی استفاده شده است.

جدول (۴-۴)، نتایج آزمون کالموگروف - اسمیرنوف

شاخص	نمره Z	سطح معناداری	نتیجه
تعهد ورزشی	۱/۳۳۵	۰/۰۵۷	نرمال
درک کارآمدی انگیزش	۰/۹۳۷	۰/۳۴۴	نرمال
درک کارآمدی آموزش تکنیک	۱/۲۸۹	۰/۰۷۲	نرمال
درک کارآمدی استراتژی	۱/۵۱۶	۰/۰۲۰	غیر نرمال
درک کارآمدی شخصیت سازی	۱/۳۴۰	۰/۰۵۵	نرمال
درک کارآمدی مربیان	۰/۹۶۰	۰/۳۱۵	نرمال

۳-۴. آزمون فرضیه‌های تحقیق

در این قسمت فرضیات تحقیق در سطح معناداری $\alpha \leq 0.05$ مورد بررسی قرار گرفته‌اند.

۴-۳-۱. فرضیه اول :

فرض صفر: بین درک کارآمدی مربیان و تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان ارتباط معناداری وجود ندارد.

جدول (۴-۵)، ارتباط بین درک کارآمدی مربیان و تعهد ورزشی

تعداد	ضریب همبستگی پیرسون	سطح معناداری
۲۵۰	۰/۳۱۵**	۰/۰۰۱

** در سطح $\alpha \leq 0.01$ معنی دار است.

با توجه به ضریب همبستگی پیرسون و سطح معناداری مشاهده شده در جدول فوق، فرض صفر رد می‌شود. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که بین درک کارآمدی مربیان و تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد و با افزایش کارآمدی مربیان، میزان تعهد ورزشی ورزشکاران در جهت مثبت ارتقاء پیدا خواهد کرد.

۴-۳-۲. فرضیه دوم :

فرض صفر: بین درک کارآمدی انگیزش و تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان ارتباط معناداری وجود ندارد.

جدول (۴-۶)، ارتباط بین زیرمقیاس درک کارآمدی انگیزش و تعهد ورزشی

تعداد	ضریب همبستگی پیرسون	سطح معناداری
۲۵۰	۰/۲۸۳**	۰/۰۰۱

** در سطح $\alpha \leq 0.01$ معنی دار است.

با توجه به ضریب همبستگی پیرسون و سطح معناداری مشاهده شده در جدول (۴-۶)، فرض صفر رد می‌شود. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که بین درک کارآمدی انگیزش و تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد.

۳-۳-۴. فرضیه سوم :

فرض صفر: بین درک کارآمدی آموزش تکنیک و تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان ارتباط معناداری وجود ندارد.

جدول (۷-۴)، ارتباط بین زیرمقیاس درک کارآمدی آموزش تکنیک و تعهد ورزشی

تعداد	ضریب همبستگی پیرسون	سطح معناداری
۲۵۰	۰/۲۵۸**	۰/۰۰۱

** در سطح $0.01 \leq \alpha$ معنی دار است.

با توجه به ضریب همبستگی پیرسون و سطح معناداری مشاهده شده در جدول (۷-۴)، فرض صفر رد می‌شود. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که بین درک کارآمدی آموزش تکنیک و تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد.

۴-۳-۴. فرضیه چهارم :

فرض صفر: بین درک کارآمدی استراتژی و تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان ارتباط معناداری وجود ندارد.

جدول (۸-۴)، ارتباط بین زیرمقیاس درک کارآمدی استراتژی و تعهد ورزشی

تعداد	ضریب همبستگی اسپیرمن	سطح معناداری
۲۵۰	۰/۳۷۸**	۰/۰۰۱

** در سطح $0.01 \leq \alpha$ معنی دار است.

با توجه به ضریب همبستگی اسپیرمن و سطح معناداری مشاهده شده در جدول (۸-۴)، فرض صفر رد می‌شود. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که بین درک کارآمدی استراتژی و تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد.

۴-۳-۵. فرضیه پنجم:

فرض صفر: بین درک کارآمدی شخصیت‌سازی و تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان ارتباط معناداری وجود ندارد.

جدول (۴-۹)، ارتباط بین زیرمقیاس درک کارآمدی شخصیت‌سازی و تعهد ورزشی

تعداد	ضریب همبستگی پیرسون	سطح معناداری
۲۵۰	۰/۳۳۹**	۰/۰۰۱

** در سطح $0.01 \leq \alpha$ معنی دار است.

با توجه به ضریب همبستگی پیرسون و سطح معناداری مشاهده شده در جدول (۴-۹)، فرض صفر رد می‌شود. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که بین درک کارآمدی شخصیت‌سازی و تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد.

۴-۳-۶. فرضیه ششم:

فرض صفر: بین میزان تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان بر اساس جنسیت تفاوت معناداری وجود ندارد.

جدول (۴-۱۰)، مقایسه تعهد ورزشی بر مبنای جنسیت

	جنسیت	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	آزمون لون		آزمون t مستقل	
					F	سطح معناداری	T	درجه آزادی
تعهد ورزشی	مرد	۱۲۷	۱۹/۸۶	۲/۳۲	۰/۰۸۴	۰/۷۷۲	-۵/۶۸۲	۲۱۹
	زن	۹۴	۲۱/۶۶	۲/۳۱				

نتایج آزمون لون معنادار نیست بنابراین شرط تجانس واریانس برای استفاده از آزمون t مستقل رعایت شده است. مطابق با جدول (۴-۱۰) فرض صفر رد می‌شود. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که بین میزان تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان بر اساس جنسیت تفاوت معناداری وجود دارد. بررسی ستون میانگین نشان می‌دهد که دختران تعهد ورزشی بالاتری را گزارش کرده‌اند.

۴-۳-۷. فرضیه هفتم :

فرض صفر: بین درک بازیکنان والیبال استان سمنان از کارآمدی مربی، بر اساس جنسیت تفاوت معناداری وجود ندارد.

جدول (۴-۱۱)، مقایسه درک کارآمدی مربی بر مبنای جنسیت

	تعداد	میانگین	انحراف معیار	آزمون لون		آزمون T مستقل	
				F	سطح معناداری	T	درجه آزادی
درک کارآمدی مربی	مرد	۱۲۷	۱۵۹/۵۲	۳۲/۶۳	۰/۷۲۴	-۸/۶۹	۲۱۹
	زن	۹۴	۱۹۹/۲۷	۳۴/۸۳	۰/۳۹۶		۰/۰۰۱

نتایج آزمون لون معنادار نیست بنابراین شرط تجانس واریانس برای استفاده از آزمون t مستقل رعایت شده است. با توجه به جدول (۴-۱۱) و سطح معناداری بدست آمده، فرض صفر رد می‌شود. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که بین ادراک بازیکنان والیبال استان سمنان از کارآمدی مربی، بر اساس جنسیت تفاوت معنی‌داری وجود دارد. بررسی ستون میانگین نشان می‌دهد که دختران نسبت به پسران، مربیان‌شان را کارآمدتر ارزیابی کرده‌اند.

۴-۳-۸. فرضیه هشتم:

فرض صفر: بین درک بازیکنان والیبال استان سمنان از کارآمدی مربی بر اساس سابقه‌ی فعالیت ورزشی تفاوت معناداری وجود ندارد.

جدول (۴-۱۲)، نتایج تحلیل واریانس درک کارآمدی مربی بر مبنای سابقه‌ی فعالیت ورزشی ورزشکاران

واریانس	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	سطح معناداری
بین گروهی	۸۵۷۷/۱۹۹	۳	۲۸۵۹/۰۶۶	۲/۱۱۵	۰/۰۹۹
درون گروهی	۳۰۹۵۷۹/۹۰۹	۲۲۹	۱۳۵۱/۸۷۷		
کل	۳۱۸۱۵۷/۱۰۹	۲۳۲			

با توجه به جدول (۴-۱۲) و سطح معناداری بدست آمده فرض صفر تأیید می‌شود، بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که بین درک بازیکنان والیبال استان سمنان از کارآمدی مربی بر اساس سابقه‌ی فعالیت ورزشی تفاوت معناداری وجود ندارد.

۴-۳-۹. فرضیه نهم:

فرض صفر: بین درک بازیکنان والیبال استان سمنان از کارآمدی مربی، بر اساس سابقه قهرمانی تفاوت معناداری وجود ندارد.

جدول (۴-۱۳)، نتایج تحلیل واریانس درک کارآمدی مربی بر مبنای سابقه‌ی قهرمانی ورزشکاران

واریانس	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	سطح معناداری
بین گروهی	۱۰۸۲۷/۱۰۵	۶	۱۸۰۴/۵۱۸	۱/۳۵۴	۰/۲۳۴
درون گروهی	۳۰۱۰۹۱/۹۳۴	۲۲۶	۱۳۳۲/۲۶۵		
کل	۳۱۱۹۱۹/۰۳۹	۲۳۲			

با توجه به جدول (۴-۱۳) و سطح معناداری بدست آمده فرض صفر تأیید می‌شود، بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که بین درک بازیکنان والیبال استان سمنان از کارآمدی مربی، بر اساس سابقه قهرمانی تفاوت معناداری وجود ندارد.

۴-۳-۱۰. فرضیه دهم:

فرض صفر: ابعاد درک کارآمدی مربی، پیش‌بینی کننده تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان نمی‌باشند.

جدول (۴-۱۴)، نتایج همبستگی چندگانه بین مؤلفه‌های درک کارآمدی مربی با تعهد ورزشی

مدل *	N	ضریب همبستگی R	ضریب تعیین R ²	ضریب تعیین تعدیل شده	انحراف استاندارد برآورد
کارآمدی شخصیت سازی	۲۵۰	۰/۳۳۹	۰/۱۱۵	۰/۱۱۱	۲/۳۳۰

*متغیر وابسته: تعهد ورزشی

جدول (۴-۱۵)، نتایج تحلیل رگرسیون بین متغیر پیش‌بین درک کارآمدی شخصیت سازی با تعهد ورزشی

مدل *	ضریب غیر استاندارد		ضریب استاندارد	آماره t	سطح معناداری
	B	S.E	β		
کارآمدی شخصیت سازی	۰/۱۰۹	۰/۰۱۹	۰/۳۳۹	۵/۶۶۶	۰/۰۰۰

*متغیر وابسته: تعهد ورزشی

با توجه به نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام (جداول ۴-۱۴ و ۴-۱۵)، فرض صفر رد می‌شود. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که از بین ابعاد درک کارآمدی مربیگری، درک کارآمدی شخصیت سازی قوی‌ترین پیش‌بینی کننده تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان است و به تنهایی ۱۱ درصد از واریانس تعهد ورزشی را تبیین کرده است.

فصل پنجم

بحث و نتیجه گیری

۵-۱- مقدمه

این فصل به بررسی یافته‌های پژوهش می‌پردازد. در ادامه نتیجه‌گیری کلی از پژوهش و پیشنهادات کاربردی و پژوهشی در خصوص موضوع مورد مطالعه ارائه خواهند شد.

۵-۲. خلاصه پژوهش

این تحقیق با هدف بررسی ارتباط بین کارآمدی مربیان و تعهد ورزشی بازیکنان والیبال در سطح استان سمنان انجام شد. بدین منظور ۲۵۰ نفر از بازیکنان والیبال بالای ۱۶ سال استان سمنان به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. برای انجام تحقیق از پرسشنامه کارآمدی مربیگری فلتز و همکاران (۱۹۹۹) و پرسشنامه تعهد ورزشی اسکانلن و همکاران (۱۹۹۳) استفاده شد. به منظور تعیین روایی ابزار پژوهش از نظرات ۹ نفر از اساتید و صاحب‌نظران رشته تربیت‌بدنی استفاده و نظرات اصلاحی آن‌ها در نسخه نهایی پرسشنامه اعمال گردید. به‌علاوه در یک مطالعه مقدماتی پایایی ابزار به روش آلفای کرونباخ به ترتیب $\alpha=0/97$ و $\alpha=0/57$ محاسبه شد.

برای تحلیل داده‌های پژوهش در سطح آمار توصیفی از شاخص‌های میانگین، انحراف استاندارد، فراوانی‌ها و درصدها استفاده شد. در سطح آمار استنباطی، آزمون کالموگروف-اسمیرنوف نشان داد که توزیع داده‌های تحقیق به استثنای خرده مقیاس درک کارآمدی استراتژی، نرمال است، بنابراین از آمار پارامتریک ضریب همبستگی پیرسون، t مستقل، آنالیز واریانس یک‌طرفه و تحلیل رگرسیون برای آزمون فرضیه‌های تحقیق و از آمار غیر پارامتریک ضریب همبستگی اسپیرمن برای آزمون رابطه درک کارآمدی استراتژی و تعهد ورزشی استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل اطلاعات از نرم افزارهای SPSS ۱۹ و Amos ۲۲ استفاده شده است.

پس از بررسی ارتباط بین متغیرهای تحقیق با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و اسپیرمن، نتایج ذیل بدست آمد:

بین درک کارآمدی مربیان و تعهد ورزشی رابطه مثبت و معناداری وجود داشت ($r = 0/315$ ، $p \leq 0.01$). همچنین بین خرده مقیاس‌های درک کارآمدی مربیان و تعهد ورزشی، ارتباط مثبت و معناداری وجود داشت. از بین خرده مقیاس‌های درک کارآمدی مربی، درک کارآمدی شخصیت-سازی بیشترین ($r = 0/339$ ، $p \leq 0/01$) و درک کارآمدی آموزش تکنیک کمترین رابطه ($r = 0/258$ ، $p \leq 0.01$) را با تعهد ورزشی بازیکنان والیبال استان سمنان داشتند.

نتایج آزمون t مستقل نشان داد که بین درک کارآمدی مربی در دختران و پسران تفاوت معناداری وجود دارد. به طوری که مقایسه میانگین امتیازات دختران و پسران به ابعاد کارآمدی مربیگری نشان داد که دختران، مربیان‌شان را در همه‌ی ابعاد، کارآمدتر ارزیابی کرده بودند.

همچنین نتایج آزمون t مستقل نشان داد که بین میزان تعهد ورزشی در دختران و پسران تفاوت معناداری وجود دارد به طوری که دختران میزان تعهد ورزشی بالاتری را نسبت به پسران گزارش کرده بودند. نتایج آنالیز واریانس یک‌طرفه نشان داد که بین درک کارآمدی مربی و سابقه فعالیت ورزشی و سابقه قهرمانی ورزشکاران، تفاوت معناداری وجود ندارد.

نتایج تحلیل رگرسیون نشان دادند که از بین خرده مقیاس‌های کارآمدی مربیگری، درک کارآمدی شخصیت‌سازی، قوی‌ترین پیش‌بینی کننده تعهد ورزشی بازیکنان والیبال می‌باشد.

۵-۳. بحث و نتیجه گیری

یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهند که بین درک کارآمدی مربیان و تعهد ورزشی ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد، این یافته با نتایج تحقیقات فلتز و همکاران (۱۹۹۹)، بوردلی و همکاران (۲۰۰۸) همخوانی دارد [۹، ۸]، در تحقیق فلتز و همکاران (۱۹۹۹)، کارآمدی مربیگری ارتباط مستقیمی با رفتار مربیگری داشت [۸]، همچنین در تحقیقات بوردلی و همکاران (۲۰۰۸) و سالیوان و همکاران (۲۰۱۲) نشان داده شد که مربیان کارآمدتر، رفتارهای شایسته‌تری را در برخورد با ورزشکاران به کار

می گیرند [۹،۴۸]، این رفتارها با تأثیرگذاری بر ادراک ورزشکار، تعهد ورزشی او را تحت تأثیر قرار خواهند داد [۱۳].

یافته‌های پژوهش نشان دادند که درک کارآمدی استراتژی بیشترین ارتباط ($r=0/378$ ، $p \leq 0/01$) را با تعهد ورزشی دارد. این با نتایج پژوهش آموروس و همکاران (۲۰۰۰) هم‌خوانی داشت، در پژوهش آن‌ها نوع بازخورد مربی در تمرین و مسابقه، اثر معناداری روی ادراک ورزشکار از توانایی و انگیزش درونی او داشت [۳۴]. با توجه به اینکه غالب اعضای نمونه آماری تحقیق (۳۵/۶٪) را جوانان ۱۶-۲۰ ساله تشکیل داده‌اند می‌توان نتیجه گرفت که این گروه سنی نسبت به برد و باخت و تاکتیک‌های مربی در حین رقابت حساس‌تر هستند و این موضوع انگیزه و در نهایت تعهد ورزشی آنان را تحت تأثیر قرار خواهد داد.

با توجه به ارتباط مثبت بین ابعاد کارآمدی مربی و تعهد ورزشی می‌توان نتیجه گرفت که توانایی مربی در انگیزش ورزشکار، به کارگیری شیوه‌های رفتاری مناسب هنگام آموزش تکنیک، انتخاب استراتژی‌های صحیح در هدایت تیم و توانایی ایجاد و تقویت نگرش مثبت به فعالیت و رفتار ورزشکارانه با تعهد ورزشکار مرتبط است. این یافته به نحوی با نتایج پژوهش‌های بوردلی و همکاران (۲۰۰۸) هم‌خوانی داشت [۹]، در پژوهش آن‌ها ادراک ورزشکاران از اثربخشی انگیزش، پیش‌بینی کننده تلاش و تعهد آن‌ها بود و ادراک اثربخشی شخصیت‌سازی، پیش‌بینی کننده رفتار اجتماعی ورزشکاران بود.

نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام نشان داد که خرده مقیاس درک کارآمدی شخصیت‌سازی قوی‌ترین پیش‌بینی کننده تعهد ورزشی است. ادراک ورزشکاران از کارآمدی شخصیت‌سازی می‌تواند باعث ایجاد نگرش مثبت نسبت به فعالیت‌های ورزشی شود [۸] و در نهایت تعهد ورزشی آن‌ها را تحت تأثیر قرار دهد. متأسفانه در این زمینه پژوهشی یافت نشد. به طور کلی از دیدگاه ورزشکاران، توانایی مربی در ترویج رفتار ورزشکارانه بین اعضای تیم، مقابله با غرور و برتری جویی در تیم، القای

نگرش احترام به دیگران و همین‌طور القای شخصیت اخلاقی پسندیده مهمترین عواملی هستند که می‌توانند تعهد آن‌ها را به فعالیت‌های ورزشی تحت تأثیر قرار دهند.

نظر به اینکه درک کارآمدی شخصیت‌سازی، تنها ۱۱ درصد از واریانس تعهد ورزشی را تبیین می‌نماید بنابراین تحقیقات بیشتری لازم است تا سایر عوامل تأثیرگذار بر تعهد ورزشی شناسایی شوند. با بررسی میانگین امتیازات ابعاد کارآمدی مربی (جدول ۴-۳) آشکار می‌شود که بازیکنان والیبال استان سمنان، ارزیابی ضعیفی از کارآمدی شخصیت‌سازی مربیان داشته‌اند، در حالی که این فاکتور بیشترین ارتباط را با تعهد ورزشی داشته است. بنابراین نتایج فوق بر اهمیت توجه به تقویت توانایی مربیان برای شخصیت‌سازی ورزشکاران تأکید دارد.

بر پایه یافته‌ها، میانگین امتیازات دختران در هردو متغیر درک کارآمدی مربی و تعهد ورزشی بالاتر از پسران بود که این یافته، ارتباط مثبت بین متغیرهای پژوهش را تأیید می‌کند. بنابراین با توجه به ارزیابی والیبالیست‌ها از ابعاد کارآمدی مربی می‌توانیم بیان کنیم که دختران، مربیان خود را کارآمدتر ارزیابی کرده‌اند که این امر شاید به دلیل وجود روابط عاطفی بیشتر بین ورزشکاران دختر و مربیان‌شان و یا مرتبط با سطح تحصیلات و آموزش مربیان باشد [۹، ۱۴]؛ البته برای اطمینان از این موضوع پژوهش‌های بیشتری لازم است.

در نهایت، یافته‌های این پژوهش به مربیان تأکید می‌کند تا رفتارهایی را به کار بگیرند که باعث افزایش تعهد در ورزشکاران گردد زیرا افزایش تعهد نه تنها موجب ماندگاری فرد در فعالیت‌های ورزشی می‌شود بلکه باعث افزایش تلاش و بهبود عملکرد وی نیز خواهد شد [۳، ۱۶، ۴۹].

از آن جا که بر اساس تحقیقات انجام شده، مربیان کارآمدتر، رفتارهای تشویقی بیشتری را به کار می‌گیرند [۴۸] و بازخوردهای مثبت و اطلاعاتی بیشتری را فراهم می‌آورند [۳۴]، به نظر می‌رسد ورزشکارانی که مربیان کارآمدتری دارند، عملکرد بهتر و اعتماد به نفس بیشتری خواهند داشت [۹]. همچنین نوع رفتارهای مربی می‌تواند ارتباط مثبت بین ورزشکار و مربی را تقویت کند و اضطراب را در بازیکنان کاهش دهد [۱۲].

بنابراین مدیران و مسئولان فدراسیون‌ها باید با دقت در انتخاب مربیان کارآمد، علاوه بر پیشرفت عملکرد [۹] تیم‌های ورزشی باعث ایجاد نگرش مثبت به ورزش، رفتارهای ورزشکارانه [۸، ۹] و ترویج خصایص پهلوانی در ورزشکاران شوند.

نتایج این پژوهش بر ضرورت توجه به ادراک و ارزیابی ورزشکار از رفتار مربی تأکید دارد، همچنین با توجه به نتایج این تحقیق، برگزاری کلاس‌های آموزشی برای تقویت ابعاد کارآمدی مربیان استان سمنان به ویژه در بعد شخصیت‌سازی ضروری است زیرا بر پایه یافته‌های این تحقیق، تقویت ابعاد کارآمدی مربی خصوصاً در بعد شخصیت‌سازی باعث افزایش تعهد در ورزشکاران خواهد شد.

۴-۵. پیشنهادهای پژوهش

در این قسمت، پیشنهادات برآمده از نتایج پژوهش در دو بخش پیشنهادات کاربردی و پیشنهادات پژوهشی ارائه می‌شود.

۴-۵-۱. پیشنهادات کاربردی:

- با توجه ارتباط کارآمدی مربیگری با تعهد ورزشی ورزشکاران، به مسئولین فدراسیون‌های ورزشی پیشنهاد می‌شود که موضوع ارزیابی کارآمدی مربیگری را هنگام انتخاب مربیان تیم‌های ورزشی مدنظر قرار دهند. بنابراین پیشنهاد می‌شود که از معیار کارآمدی مربیگری برای این منظور استفاده شود.

- به مسئولین ادارات ورزش و جوانان استان‌ها پیشنهاد می‌شود که از نتایج این پژوهش به منظور ارزیابی ادراک ورزشکاران از کارآمدی مربیان‌شان استفاده کنند و با شناسایی نقاط ضعف و قوت مربیان در ابعاد کارآمدی مربیگری، اقدام به برگزاری کلاس‌های آموزشی مناسب نمایند.

- به مربیان محترم پیشنهاد می‌شود که با توجه به نتایج این پژوهش، به نقش خود در بعد شخصیت‌سازی ورزشکاران توجه بیشتری داشته باشند و با تقویت توانایی‌های خود در این زمینه، باعث افزایش تعهد ورزشی در ورزشکاران و بالطبع بهبود عملکرد و اعتماد به نفس آنان شوند.

- به مربیان تیم‌های والیبال پیشنهاد می‌شود که با توجه به نتایج این پژوهش به نوع رفتارهای خود هنگام آموزش و تمرین و همچنین استراتژی‌های مورد استفاده هنگام مسابقات، دقت بیشتری داشته باشند و با به کارگیری رفتارهای تشویقی و استفاده از بازخورد مثبت باعث بهبود عملکرد و افزایش تعهد ورزشکاران گردند.

۵-۴-۲. پیشنهاد های پژوهشی:

- به محققین گرامی پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده به موارد ذیل بپردازند:
- بررسی ارتباط درک کارآمدی مربیگری و تعهد ورزشی در رشته‌های انفرادی و مقایسه نتایج آن با رشته های تیمی؛
- بررسی تأثیر کارآمدی مربیگری روی مشارکت مستمر در فعالیتهای ورزشی؛
- مقایسه کارآمدی مربیگری از دیدگاه مربیان و ورزشکاران؛
- تأثیر کارآمدی مربیگری بر شیوه‌های رفتاری مربیان.

منابع و مآخذ

1. Sousa, C., Torregrosa, M., Vilderch, C. Villamarin, F., and Cruz, J. (2007). "Commitment of young soccer players". *Psicothema*, 19 (2), PP: 256-262.
2. Garcia-Mas A, Palou P, Gili M, Ponseti X, Borrás P. A, Vidal J, Cruz J, Torregrosa M, Villamarín F, and Sousa C, (2010), Commitment, Enjoyment and Motivation in Young Soccer Competitive Players, **The Spanish Journal of Psychology** , Vol. 13 No. 2, 609-616
3. Scanlan, T.K. Carpenter, P.J. Schmidt, G.W. Simons, J.P. & Keeler, B. (1993a). An introduction to the sport commitment model. **Journal of sport and exercise Psychology**, 15, PP: 1-15
۴. نوروزی سیدحسینی ر، کوزه چیان ه، احسانی م، فیض عسکری س، نوروزی سیدحسینی ا، (۱۳۹۱)، "ارتباط رفتارهای حمایتی - استقلال مربیان با تعهد ورزش شمشیربازان نخبه ایران"، **نشریه مدیریت ورزشی**، شماره ۱۴، صفحات ۱۵۹-۱۳۹

5. Vargas- Tonsing T. M, Warners A. L, Feltz D. L, (2003), "The predictability of coaching efficacy on team efficacy and player efficacy in volleyball", **Journal of sport behavior**, vol. 26, NO. 4, PP. 396 – 407
6. Vargas-Tonsing T. M, Myers N. D, and Feltz D. L, (2004), "Coaches' and Athletes' Perceptions of Efficacy-Enhancing Techniques", **The Sport Psychologist**, 18, PP. 397-414
7. Fung L, (2003), "Assessment : Coaching Efficacy As Indicators Of Coach Education Program Needs", **Athletic Insight (The online journal of sport psychology)**, pp. 12 – 18
8. Feltz D. L, Chase M. A, Moritz S. E, and Sullivan P. J, (1999), "A conceptual model of coaching efficacy: preliminary investigation and instrument development", **Journal of Educational Psychology**, Vol. 91, No. 4, PP. 765-776
9. Boardley L. D, Kavussanu M. and Ring C. (University of Birmingham), (2008), "Athletes Perceptions of coaching effectiveness and Athlete-Related Outcomes in Rugby Union: An investigation Based on the Coaching Efficacy Model", **The Sport Psychologist**, 22, PP. 269-287

۱۰. لینچ ج، (۱۳۸۳)، **خلاقیت در مربیگری**، مترجمان: دکتر محمدرضا کردی، محمدرضا اسد،

محمد حسین زاده، چاپ اول، بامداد کتاب، تهران.

۱۱. بشارت. م. ع، (۱۳۸۴)، رابطه سختکوشی با موفقیت ورزشی و سلامت روانی دانشجویان ورزشکار،

فصلنامه المپیک، سال سیزدهم، شماره ۲ (پیاپی ۳۰)، مرکز تحقیقات کامپیوتری علوم اسلامی،

۱۳۳-۱۲۳

12. Baker J, cote J, & Hawes R. (2000). The relationship between coaching behaviours and sport anxiety in athletes. **Journal of Science and Medicine in Sport** 3 (2), pp. 110-119

13. Horn T.S, (2008), "Coaching effectiveness in the sport domain", In T.S. Horn (Ed), *Advances in sport psychology*, Champaign, IL: Human kinetics, pp. 309-355

14. Kavussanu M, Boardley I. D, Jutkiewicz N, Vincent S, and Ring C, (2008), "Coaching Efficacy and Coaching Effectiveness: examining their predictors and comparing coaches' and athletes' reports", **The Sport Psychologist**, pp. 383-404

۱۵. روح پرور س، (۱۳۹۲)، پایان نامه کارشناسی ارشد، "ارتباط درک از شایستگی مربی و رضایت

مندی ورزشکاران"، دانشکده مهندسی صنایع و مدیریت، دانشگاه شاهرود

16. Casper J.M, (2008), "Demographic Predictors of Recreational Tennis Participants' Sport Commitment", **Journal of Park and Recreation Administration Fall**, Volume 26, Number 3, pp. 93-115

17. www.about.com/psychology

18. Myers N. D, Vargas-Tonsing T. M, Feltz D. L, (2005), Coaching efficacy in intercollegiate coaches: sources, coaching behavior, and team variables, **Psychology of Sport & Exercise** 6, PP.129-143

19. Jordan P.B, M.S, (2009), An Examination of Sport Commitment in Collegiate Athletes, Master's thesis, The University of North Carolina at Greensboro.

20. Richards M. (Editor: Lee J). (2012), Coaching Education and a Survey of Youth Sport Coaches' Perceptions of their Coaching Efficacy, **Inquiry Journal, UNH undergraduate research journal**

21. Gearity B. T, Murray M. A. (2011), Athletes' experiences of the psychological effects of poor coaching, *Psychology of Sport and Exercise* 12, pp.213-221
22. Malete L, Sullivan P, (2009) , Sources of coaching efficacy in coaches in Botswana, **International Journal of Coaching Science**, Vol. 3 No. 1, pp.17-27
23. Ede A, Hwang S, & Feltz D. L , Michigan State University, (2011), Current directions in self- efficacy research in sport, **Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte. Vol. 6, NO. 2, PP. 181- 201**
24. Jackson B, Beauchamp M. R, (2010), Self-efficacy as a metaperception within coach-athlete and athlete-athlete relationships, **Psychology of Sport and Exercise** 11 , PP. 188- 196
۲۵. سیدجوادین. س. ر، (۱۳۸۷)، مدیریت منابع انسانی و امور کارکنان، چاپ پنجم، انتشارات نگاه دانش، تهران، صفحه ۱۵۴
۲۶. گودرزی. م، (۱۳۹۰)، مدیریت رفتار سازمانی در ورزش، چاپ اول، انتشارات دانشگاه تهران، صفحات ۳۱۱-۳۱۵
27. Ryan R. M, and Deci E. L,(2000), Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being, **American Psychological Association**,Vol. 55, No.1,pp. 68-78
28. Adie J. W, Duda J. L, Ntoumanis N, (2008), Autonomy support, basic need satisfaction and the optimal functioning of adult male and female sport participants: A test of basic needs theory, University of Birmingham, **Edgbaston, Motiv Emot** 32, pp. 189–199
29. Reinboth M, Duda J. L, and Ntoumanis N, (2004), Dimensions of Coaching Behavior, Need Satisfaction, and the Psychological and Physical Welfare of Young Athletes, **Motivation and Emotion**,Vol. 28, No. 3, pp. 297- 313
30. Ryan R. M, Williams G. C, Patrick H & Deci E. L, (2009), Self-determination theory and physical activity: The dynamics of motivation in development and wellness, **Hellenic Journal of Psychology**, Vol. 6 , pp. 107-124
31. Conroya D. E, Coatsworth J. D, (2007), Assessing autonomy-supportive coaching strategies in youth sport, **Psychology of Sport and Exercise** 8, pp. 671–684

32. Lim B. S. C, Wang C. K. J, (2009), Perceived autonomy support, behavioral regulations in physical education and physical activity intention, **Psychology of Sport and Exercise** **10**,pp. 52–60
33. Krinanthi G, Konstantinos M, and Andreas G, (2010), Self-determination and sport commitment: An evaluation by university intramural participants, **Fitness Society of India** **6**, pp. 41-52
34. Amorose A. J, Horn T. S, (2000), “Intrinsic motivation : Relationships with collegiate athletes’ gender, scholarship status and perceptions of their coaches’ behavior”, **Journal of sport and exercise psychology** **22**, pp. 63- 84
35. Stein J, Bloom G. A, Sabiston C. M, (2012), Influence of perceived and preferred coach feedback on youth athletes’ perceptions of team motivational climate, **Psychology of Sport and Exercise** **13**,pp. 484- 490
36. Scanlan T. K , Russell D. G , Magyar T. M. and 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
37. ScanlanT. K, and Lewthwaite R, (1986), Social- Psychological Aspects of Competition for Male Youth Sport Participants: IV. Predictors of Enjoyment, **Journal of sport and psychology** **8**, PP. 25-35
38. Frederick- Recascino C. M, Schuster- Smith H, (2003), Competition and intrinsic motivation in physical activity: A Comparison of two Groups, **Journal of sport behavior**, Vol 26, NO. 3, pp. 240-254
39. Wilson P. M, Rodgers W. M, Carpenter P. J, Hall C, Hardy J, Fraser SH. N, (2004), The relationship between commitment and exercise behavior, **Psychology of Sport and Exercise** **5**, PP. 405–421
40. Sirard J. R, Pfeiffer K. A, and Pate R. R, (2006), Motivational factors associated with sports program participation in middle school students, **Journal of Adolescent Health** **38**, pp. 696–703
41. Fraser-Thomas J, Cote J, Deakin J, (2008),” Understanding dropout and prolonged engagement in adolescent competitive sport”, **Psychology of Sport and Exercise** **9**, pp. 645–662

۴۲. میر حسینی. م. ع، هادوی ف، مظفری ا.، "روایی و پایایی مدل تعهد ورزشی در میان

دانشجویان ورزشکار"، (۱۳۹۱)، نشریه مدیریت ورزشی، شماره ۱۵، صفحات ۱۰۵-۱۲۱

۴۳. شیخ م، شهبازی م، طهماسبی ش، (۱۳۸۷)، سنجش و اندازه‌گیری در تربیت بدنی و علوم

ورزشی، چاپ چهارم، نشر بامداد کتاب، تهران، صفحات ۱۳۵-۱۳۸

۴۴. مینایی ا، (۱۳۸۵)، مطالعه ساختار عاملی فرم گزارش معلم آخنباخ با استفاده از تحلیل عاملی

تأییدی، پژوهش در حیطه کودکان استثنایی، سال ششم، شماره سه، صفحات ۷۶۹-۷۸۶

۴۵. کلاین پ، (۱۳۸۰)، راهنمای آسان تحلیل عاملی، ترجمه صدرالسادات ج، مینایی ا، انتشارات

سمت، تهران

۴۶. لاورنس اس. میرز، گلن گامست، ا. جی. گارینو، (۱۳۹۱)، "پژوهش چندمتغیری کاربردی"،

مترجمان: پاشا شریفی ح، فرزاد و، رضاخانی س، حسن آبادی ح، ایزانلو ب، حبیبی م، تهران،

انتشارات رشد

47. Schreiber J.B, Stage F.K, King J, Nora A, Barlow E.A(2006), "Reporting Structural Equation Modeling and Confirmatory Factor Analysis Results: A Review".

The Journal of Educational Research, Vol. 99, No. 6, pp. 323- 337

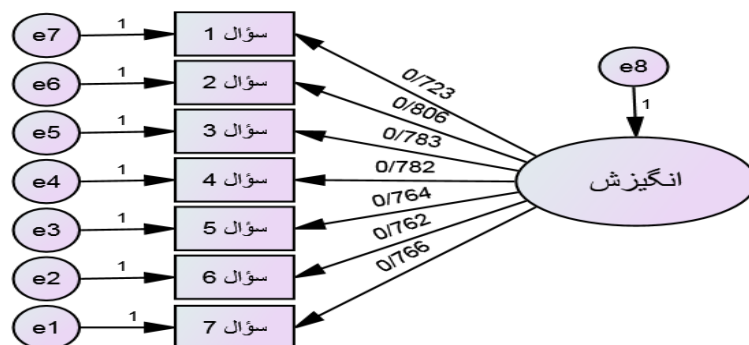
48. Sullivan P, Paquette K. J, Holt N. L. Bloom G. A. (2012), "The Relation of coaching context and coach education to coaching efficacy and perceived leadership behaviours in youth sport". **The sport psychologist**, 26, pp.122-134

49. Theodorakis. Y, (1996) The influence of goals, commitment and self-efficacy on motor performance. **Journal of Applied Sport Psychology**, NO. 8, pp. 171-182.

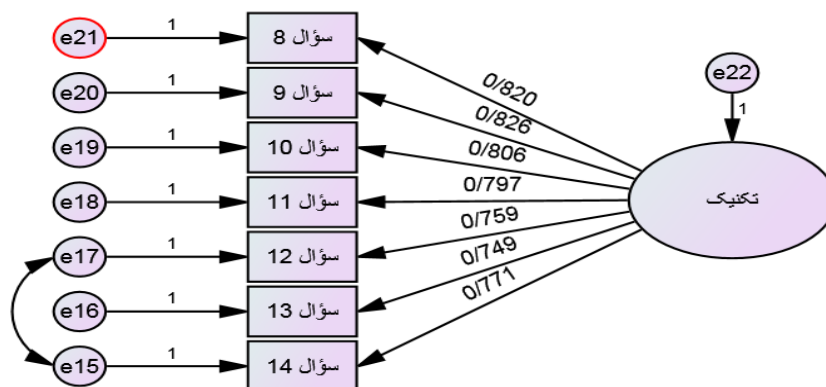
پوست

پیوست ۱

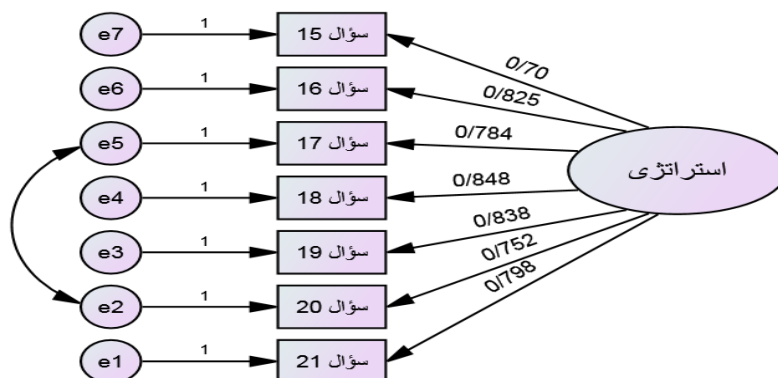
الف: مدل‌های تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول متغیرهای پژوهش به همراه مقادیر استاندارد



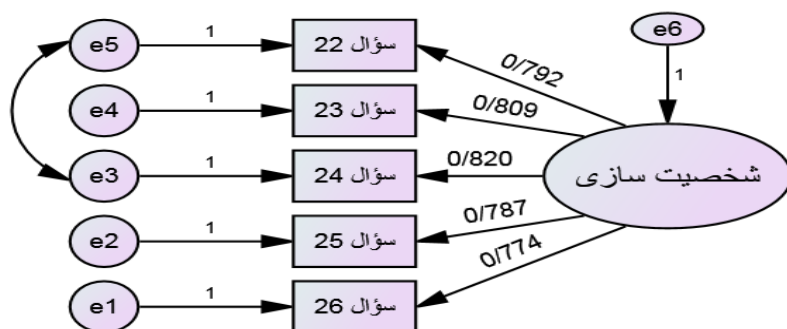
شکل ۱، تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول خرده مقیاس درک کارآمدی انگیزش



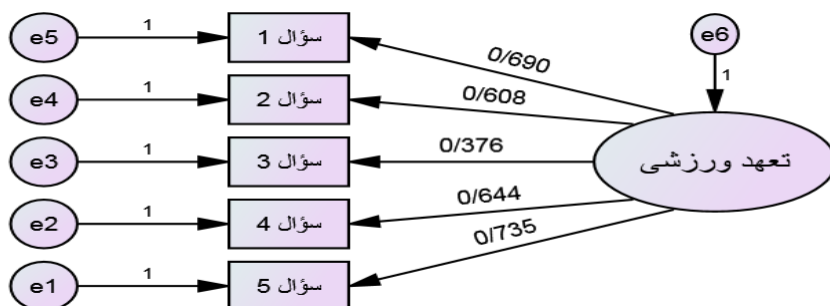
شکل ۲، تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول خرده مقیاس درک کارآمدی آموزش تکنیک



شکل ۳، تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول خرده مقیاس درک کارآمدی استراتژی

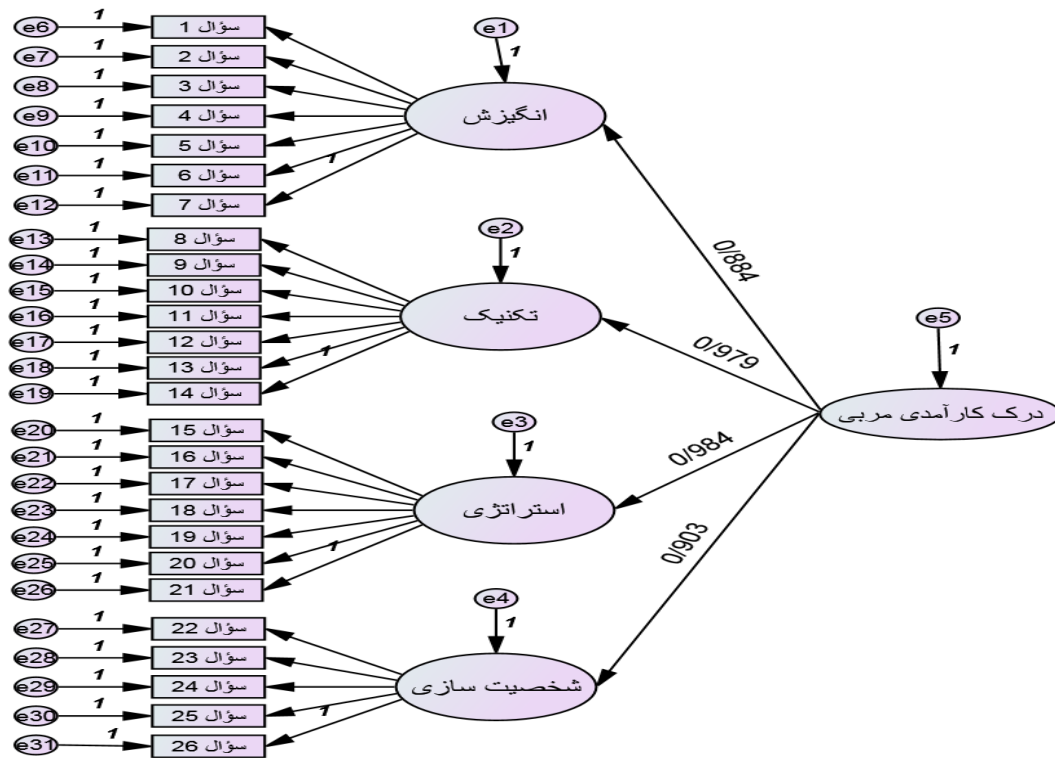


شکل ۴، تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول خرده مقیاس درک کارآمدی شخصیت سازی



شکل ۵، تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول متغیر تعهد ورزشی

ب: مدل تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم مربوط به متغیر درک کارآمدی مربی



شکل ۶، تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم متغیر درک کارآمدی مربی

پیوست ۲: پرسشنامه ویژگی‌های جمعیت‌شناختی

ورزشکار گرامی

پرسشنامه ای که در اختیار دارید، جهت جمع آوری اطلاعات در راستای پژوهش های علمی محقق می باشد. اطلاعات بدست آمده به صورت محرمانه و صرفاً برای انجام پژوهش استفاده خواهند شد. پیشاپیش از وقت و دقتی که در پاسخ به سوالات می گذارید، سپاسگزارم.

با احترام ، علی حسینی

دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی ، دانشگاه صنعتی شاهرود

Alihosseini_b@yahoo.com

ویژگی های جمعیت شناختی:

سن : الف) ۱۶-۲۰ سال ب) ۲۱ - ۲۵ سال ج) ۲۶-۳۰ سال د) بالای ۳۱ سال

جنسیت : الف)مرد ب) زن

سابقه فعالیت ورزشی:

الف) ۲-۴ سال ج) ۵-۷ سال د) ۸-۱۰ سال ه) ۱۱-۱۳ سال و) بیشتر از ۱۳ سال

سوابق قهرمانی :

الف) شهرستانی ب) استانی ج) منطقه ای د) کشوری ه) آسیایی و) جهانی

میزان تحصیلات:

الف) زیر دیپلم ب) دیپلم ج) فوق دیپلم د) لیسانس ه) فوق لیسانس و) دکتری

پیوست ۳: پرسشنامه کارآمدی مربیگری

لطفاً با توجه به موارد ذکر شده در ذیل، توانایی‌های مربی خود را ارزیابی کرده و به آن‌ها نمره ای بین صفر تا ۹ دهید.
 فاقد توانایی ۰ ۹
 ۹ ۰

۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	سوالات	
										توانایی جلب اعتماد ورزشکاران	۱
										توانایی ایجاد آمادگی روانی در شما به منظور اجرای تاکتیک مسابقه	۲
										توانایی ایجاد حس ارزشمندی در ورزشکاران	۳
										توانایی ایجاد انگیزه در ورزشکاران	۴
										توانایی ایجاد انسجام و همبستگی بین اعضای تیم	۵
										توانایی ایجاد اعتماد به نفس در ورزشکاران	۶
										توانایی ایجاد اعتماد بین اعضای تیم	۷
										انتقال مناسب تجربیات و مهارت‌ها به ورزشکاران	۸
										توانایی اجرای مهارت‌های ورزشی برای ورزشکاران	۹
										توانایی آموزش تکنیک به هریک از ورزشکاران	۱۰
										توانایی ایجاد و افزایش توانمندی ورزشکاران	۱۱
										شناسایی استعداد های ورزشکاران	۱۲
										توانایی تشخیص خطاهای مهارتی	۱۳
										توانایی آموزش مهارت های ورزشی به ورزشکاران	۱۴
										احترام به تیم رقیب در حین مسابقه	۱۵
										توانایی درک نقشه و تاکتیک های مسابقه	۱۶
										توانایی سازگاری با شرایط مختلف بازی (عدم دسترسی به تجهیزات، سرما یا گرمای فضای تمرین)	۱۷
										شناسایی نقاط ضعف تیم رقیب در حین مسابقه	۱۸
										توانایی تصمیم گیری های مهم حین مسابقه	۱۹
										توانایی به حداکثر رساندن نقاط قوت تیم حین مسابقه	۲۰
										تناسب شیوه های تمرینی و تاکتیک ها با توانایی ورزشکاران	۲۱
										توانایی القای شخصیت اخلاقی پسندیده به ورزشکاران	۲۲
										توانایی برقراری بازی جوانمردانه بین ورزشکاران	۲۳
										افزایش روحیه جوانمردی و بخشش بین ورزشکاران	۲۴
										توانایی کاهش روحیه جنگ طلبی و برتری جویی در ورزشکاران	۲۵
										توانایی القای نگرش احترام به دیگران	۲۶

پیوست ۴: پرسشنامه تعهد ورزشی

ردیف	سوالات	به هیچ وجه	کمی	مقداری	زیاد	خیلی زیاد
۱	آیا مصمم هستید ورزش والیبال را ادامه دهید؟					
۲	با گفتن "من والیبال بازی می کنم"، چقدر به خودتان افتخار می کنید؟					
۳	چه مقدار از زمان خود را وقف والیبال می کنید؟					
۴	ورزش والیبال تا چه اندازه زندگی شما را تحت تأثیر قرار داده است؟					
۵	ترک ورزش والیبال، چقدر برای شما سخت خواهد بود؟					

*لطفاً هرگونه نظر و پیشنهادی را که در رابطه با این پژوهش و همچنین شرکتتان در ورزش والیبال دارید، برایمان بنویسید.

.....

پیوست ۵: نمونه معرفی نامه دانشگاه شاهرود به هیئت های والیبال استان سمنان

شماره: ۳-۹۲-۲۷۲۱	شماره: ۹۲/۰۳/۹	تاریخ: ۹۲/۰۳/۹	پیوست: ۱
------------------	----------------	----------------	----------



دانشگاه شاهرود



دانشگاه شاهرود

مسئول محترم هیئت والیبال سمنان

با سلام و احترام؛ بدینوسیله خانم بهناز علی حسینی دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی به شماره دانشجویی ۹۰۲۳۲۹۴ جهت جمع آوری اطلاعات پایان نامه خود با عنوان "بررسی ارتباط بین کارآمدی مربیگری با تعهد ورزشی والیبالیست ها (مطالعه موردی: استان سمنان)" معرفی می گردد.

این معرفی نامه بنا به درخواست نامبردگان صادر و ارزش قانونی دیگری ندارد.



شاهرود - بلوار دانشگاه
میدان بسیج ۳۱۶
کد پستی ۳۶۱۹۹۵۱۶۱
تلفن: ۳۳۳۲۲۰۴-۹
دورنگار: ۳۳۳۴۴۱۹ - کد ۳۳۳
Website:
www.shahroodut.ac.ir
E-mail:

The Investigation Of Relationship Between Coaching Efficacy With sport Commitment In Volleyball Players. (Case study: Semnan province)

Abstract: The purpose of this study was to evaluate the relationship between coaching efficacy with sport commitment among volleyball players of semnan province. The statistical sample were 250 members of volleyball teams in semnan province that have at least two years sport experience. The research instruments were consists of Coaching Efficacy(Feltz,1999) and Scanlan and Colleagues,1993 Sport Commitment Questionnaires (SCQ). In order to determine validity of the questionnaires used physical education proffesores and experts comments and their reliability determined by cronbach's alpha, $\alpha = 0.96$ (CEQ) and $\alpha = 0.57$ (SCQ) in a pilot study.. K-S test showed a normal distribution, except of strategy efficacy subscale. So the data were analysed using Pearson and Spearman coefficients, independent t-test, one way ANOVA and linear regression. The results showed a significant positive correlation between perception of coaching efficacy and it's dimensions (motivation, strategy, technique, character building) with sport commitment. Also coaching efficacy and sport commitment differed significantly on the base of sex. But there was not significantly differente between of perception of coaching efficacy with championship and sport activity history. Perception of character building efficacy forecast the sport commitment.

Finally, we conclud that athletes perception from coaching efficacy, especially in character building dimension has positive correlation with sport commitment.

So these results emphasize the importance of athletes perception, using suitable and moral behaviors by coaches and notice to select efficient coaches for increasing athletes commitment.

Key words: Motivation, Strategy, Technique, Character building, Athletes perceptions.



Shahrood University

Faculty of physical education

The Investigation Of Relationship Between Coaching Efficacy
With sport Commitment In Volleyball Players.
(Case study: Semnan province)

Student

Behnaz Alihosseini

Supervisor

Dr. H. Bahrololoum

February 2014