

## بررسی عوامل موثر بر انگیزش فوتبالیست های دسته یک استان سمنان

راضیه میرآخورلی<sup>۱</sup>

<sup>۱</sup> کارشناس ارشد روانشناسی ورزشی، دانشگاه تهران

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی عوامل موثر بر انگیزش فوتبالیست های دسته یک استان سمنان می باشد. جامعه آماری شامل کلیه ورزشکاران تیم های فوتبال دسته یک استان سمنان یعنی ۱۳۵ نفر از فوتبالیستهای لیگ دسته اول استان سمنان مد نظر می باشد. با توجه به اینکه تعداد ورزشکاران دسته یک استان سمنان در سال ۹۶-۱۳۹۵ برابر با ۱۳۵ نفر است، حجم نمونه برابر است با ۱۰۰ نفر ورزشکار حاضر در لیگ دسته اول استان سمنان می باشد که ۱۰۰ بازیکن بصورت تصادفی با استفاده از فرمول کوکران انتخاب گردیدند. برای تعیین پایایی پرسشنامه با استفاده از آزمون مقدماتی، ۲۵ پرسشنامه در بین مخاطبان توزیع شد. پس از گردآوری پرسشنامه های یاد شده، پایایی پرسشنامه محاسبه و در نهایت پایایی با استفاده از محاسبه ضریب تتای ترتیبی ( $\Theta = ۰/۷۵ - ۰/۹۱$ ) و پایایی مرکب ( $CR = ۰/۷۴ - ۰/۹۱$ ) انجام شد. بر این پایه ابزار تحقیق دارای پایایی لازم است. برای محاسبه ضریبهای روایی و پایایی پرسشنامه از نرم افزار R و برای تحلیل نتایج از نرم افزار SPSS استفاده شد. نتایج حاصل از ضریب همبستگی پیرسون مشخص نمود که بین متغیرهای عامل اجرای روان حرکتی، رهبری، آسایش، توانایی، حمایت، آمادگی، خودادراکی و تقلید و انگیزش در سطح ۱٪ خطا رابطه مثبت و معنادار وجود دارد، همچنین سه متغیر مربوط به عوامل رهبری، حمایت و آمادگی وارد معادله رگرسیون چندگانه گام به گام گردیدند که ۶۷ درصد از تغییرات در متغیر وابسته را ایجاد می نمایند.

**واژه های کلیدی:** انگیزش، فوتبالیستهای دسته یک، استان سمنان

## مقدمه

انگیزش ساز و کارهای درونی و محرکهای بیرونی است که رفتار را بر می انگیزد و جهت می دهد. انگیزشها درونی یا بیرونی اند. از انگیزشهای درونی، علاقه به شرکت در ورزش و رشد شخص و از انگیزشهای بیرونی؛ پاداش، جایزه و ستایش را می توان مثال زد. بحث انگیزش در ورزش بیشتر به انگیزش پیشرفت اختصاص دارد که در ورزش به صورت رقابت جویی و سبقت جویی جلوه می کند.

انگیزش نیز همانند سایر عوامل روانی، تاثیر مشابهی در عملکرد ورزشکاران سالم و معلول دارد. البته با توجه به این موضوع که ورزش عامل مهمی در توانمندسازی جسمی ورزشکار معلول بوده و در اکثر موارد، موثرترین وسیله برای ورود موفق وی به جامعه و ارائه توانمندی هایش می باشد، نقش انگیزش در ارتقاء فرد معلول دو چندان می شود. (موسوی، ۱۳۸۶)

انگیزه های روانی آن گروه از انگیزه هایی می باشد که از راه کنش متقابل با کسان دیگر آموخته می شود. احساس امنیت، پذیرفته شدن، تایید شدن از سوی دیگران، احساس ارزشمندی و کفایت، همگی انگیزه های روانی مهم می باشند، اما چند و چون ارضای آنها، نزد افراد و فرهنگ های گوناگون، متفاوت می باشد.

انسان هایی که دارای انگیزش های ذاتی و درونی هستند یک جوشش درونی، لیاقت و خود تصمیمی خاصی دارند تا وظایف را با چیره دستی در مسیر موفقیت به انجام رسانند و زمانی که اینها تحقق یافت آنها به اهداف خود رسیده اند. (قربانی، ۱۳۸۶)

خصوصیات شایستگی، خود تصمیمی، چیزه دستی و موفقیت جزء اهداف اشخاصی است که از درون برانگیخته می شود و زمانی که اینها تحقق یافت، آنها به اهداف خود رسیده اند. در ورزش، علت شرکت ورزشکاران در مسابقات همانا عشق آنها به مسابقه است که از یک انگیزه درونی ناشی شده است. بازی کردن برای آنها یک تفاخر درونی است. چیزی که آنها را به حداکثر کوشش مجبور می کند. حتی زمانی که کسی آنها را نمی بیند. (غرایاق، ۱۳۹۴)

ورزشکاران دارای انگیزه های درونی به دلایلی که از درونشان سرچشمه می گیرد و به محیط اطراف وابسته نیستند در ورزشها شرکت می کنند. از جمله انگیزه های درونی قوی می توان به کسب رضایت و لذت بردن از شرکت در ورزش نام برد. ورزشکاران با انگیزه های درونی معمولاً روی بهبود مهارت ها و رشد خود متمرکز هستند. انگیزش بیرونی از دیگران و از طریق تقویت های مثبت و منفی نشات می گیرد (تقویت ها چیزهایی هستند که سبب افت و خیز می شوند) این تقویت ها ممکن است ملموس باشند، شبیه نشان ها و پول و یا اقلام غیر ملموس: شبیه تحسین و تشخیص عمومی و زمانی که این تقویت ها دریافت می شوند آنها را به عنوان پاداشهای بیرونی می شناسند. (فارسی، ۱۳۹۳)

عبارت کلی تر منشاء انگیزه‌های بیرونی ممکن است عوامل اجتماعی باشند، مانند این که نمی‌خواهیم والدینمان ناامید شوند یا پاداش‌های مادی مانند پول، سکه، بورس‌های تحصیلی و... ورزشکاران با انگیزه‌های بیرونی بیشتر تمایل دارند تا روی نتیجه رقابت خود متمرکز شوند. تمرکز زیاد روی انگیزه‌های بیرونی می‌تواند منجر به این گردد که ورزشکاران احساس نمایند که رفتار آنها تحت کنترل جوایز بیرونی است. (قربانعلی قاضیانی، ۱۳۸۸)

بالا ترین اصول اساسی درباره ی رفتار انسانی و انگیزش، قانون تاثیر است. که چنین می گوید: تشویق یک رفتار احتمال تکرار آن رفتار را افزایش و تنبیه یک رفتار احتمال تکرار آن رفتار را کاهش می دهد. (قزل‌سفلو، ۱۳۹۱)

تحقیقات نشان داده است که تشویق های ورزشکاران نسبت به یکدیگر از تشویق های مربی در ایجاد انگیزه برای تمرین ورزشکاران موثر تر بوده است. مربیان نمی توانند از طریق استفاده از تشویق های بیرونی به ورزشکاران کمک کنند تا نحوه تشویق یکدیگر را یاد بگیرند، که این کار از لحاظ ماهیت، انگیزش درونی را افزایش می دهد. (کریمی، ۱۳۹۲)

اگر تشویق های بیرونی تنها در تغییر و تعدیل رفتار موثرند. چرا از آن استفاده نشود؟ چون تشویق های بیرونی نوعاً قدرت خود را سریع تر از تشویق های درونی از دست می دهند. پس هنر مربی انتقال انگیزش بیرونی به انگیزش درونی است. چون انگیزش بیرونی خود با رسیدن به آن ارضاء می شود دیگر ارزش قبلی خود را ندارد. (محرم زاده، ۱۳۸۸)

برای بالا بردن انگیزش، موقعیت یا محیط - چه فیزیکی و چه روانی را تغییر می دهند برای مثال : بعضی از مربیان برای ارتقای انگیزش مکان تمرین را تغییر می دهند. محیط روانی را می توان با اضافه یا دورتر کردن افراد خاص یا به وسیله ی تغییر رفتار آنها تغییر داد. شاید یکی از موثرترین تغییرات، تغییر در انگیزش مربی می باشد، باید بدانیم که نگرش مثبت مربی بهتر از نگرش منفی او به ورزشکاران می باشد. یک راه موثر دیگر در تغییر محیط روانی، دادن آزادی به ورزشکاران می باشد تا بتواند نظارت بیشتری بر موفقیت ورزشکاران داشته باشد. (خبیری، ۱۳۹۲)

معمولاً گروه های پایین اجتماعی - اقتصادی بیشتر به کنترل بیرونی تمایل دارند. افراد دارای کنترل درونی بیشتر می توانند اهدافشان را پس از موفقیت ارتقا بدهند و ورزشکاران دارای کنترل درونی بیشتر تحت تاثیر فرایند درونی سازی انگیزش هستند ، و بیرونی ها بیشتر تحت تاثیر روش های همانند سازی اند مربیان باید سعی کنند ورزشکاران را به کنترل درونی تشویق کنند برای این کار باید یک به ورزشکار کمک کنند تا اهداف واقعی را تدوین کنند و مسئولیت اعمال را بر عهده بگیرند . (قربانی، ۱۳۸۶)

اگر رازی برای انگیزش وجود داشته باشد آن راز درک نیاز ورزشکاران است کمک به ورزشکاران برای رسیدن به اهداف خود کلید دستیابی به انگیزش را برای شما فراهم می آورد در بین بهترین نظریه های شناخته شده در مورد انگیزش نظریه سلسله نیازهای مزلو معروف ترین است او اعتقاد داشت که مردم سعی در ارضای نیازهایشان دارند و این بر یک نظام اولویت بندی استوار است ، این اولویت ممکن است به دو طبقه عمومی تقسیم شود نیازهای

فیزیولوژیک (گرسنگی و تشنگی، جنسی و سلامتی و امنیت) که بالاترین اولویت را دارند و نیازهای متری (عشق و ورزیدن عزت نفس و خود شکوفایی). و به طور اختصاصی عبارتند از: ۱- نیازهای گرسنگی، تشنگی و جنسی ۲- نیازهای سلامتی و امنیت ۳- نیازهای اجتماعی، متعلق بودن و عشق ورزیدن ۴- نیازهای عزت نفس و احترام به خود ۵- نیازهای متری خود شکوفایی.

برطبق نظریه ی مزلو به محض اینکه یک نیاز ارضا شد، ارضا شده باقی می ماند و دیگر یک نیاز نیست و شخص به سوی نیاز دیگر و بالاتر کشیده می شود. (گل محمدی، ۱۳۹۴).

در حالت کلی اینگونه بیان می شود که :

۱- انگیزش با شدت و جهت رفتار ارتباط دارد

۲- ورزشکاران ممکن است از درون برانگیخته شود - یک کوشش درونی برای لیاقت، یا از بیرون - نیاز به بدست آوردن تشویق و تصدیق از سوی دیگران - یا هر دو، از درون و بیرون.

۳- تشویق هایی بیرونی زمانی که به شکل صحیح استفاده شوند می توانند به توسعه ی انگیزش درونی کمک کنند.

۴- کلید برانگیختن آگاهی از نیازهای ورزشکاران است نیازهای اصلی مرتبط با ورزش عبارتند از: الف: نیاز به تهییج و تفریح ب: نیاز پیوستگی با دیگران ج: نیاز به احساس ارزشمندی

۵- مربیان سبک مشارکتی در فعالیت های تیمی با ورزشکاران شریک می شوند و به دنبال آماده کردن محیطی هستند که انگیزش درونی ورزشکاران را برای بازی کردن افزایش دهند.

۶- انگیزش ها یا درونی اند یا بیرونی از انگیزش های درونی، علاقه به شرکت در ورزش و رشد شخص و از انگیزش های بیرونی، پاداش جایزه و ستایش را می توان مثال زد (قربانی، ۱۳۸۶)

## مواد و روش ها

از آنجایی که هدف از این پژوهش بررسی عوامل موثر بر انگیزش فوتبالیست های دسته یک استان سمنان می باشد؛ تحقیق از نوع توصیفی- پیمایشی بود. ابزار جمع آوری اطلاعات نیز پرسشنامه بود که با بهره گیری از مبانی و چارچوب نظری تهیه گردید و پس از اطمینان از روایی و پایایی آن برای جمع آوری داده ها مورد استفاده قرار گرفت. بمنظور بررسی روایی ابزار تحقیق، از نظرات تنی چند از اعضای هیات علمی رشته مدیریت ورزشی استفاده گردید و جهت آزمون پایایی ابزار، تعداد ۳۰ پرسشنامه توسط فوتبالیست ها تکمیل شد و کرونباخ آلفا محاسبه گردید ( $\alpha=0.80$ ) که نتایجاً برای تحقیق حاضر ضریب پایایی مناسبی بود. جامعه آماری شامل کلیه ورزشکاران تیم های فوتبال دسته یک استان سمنان یعنی ۱۳۵ نفر از فوتبالیست های لیگ دسته اول استان سمنان مد نظر می باشد. با

توجه به اینکه تعداد ورزشکاران دسته یک استان سمنان در سال ۹۶-۱۳۹۵ برابر با ۱۳۵ نفر است، حجم نمونه برابر است با ۱۰۰ نفر ورزشکار حاضر در لیگ دسته اول استان سمنان می باشد که ۱۰۰ بازیکن بصورت تصادفی با استفاده از فرمول کوکران انتخاب گردیدند. بمنظور تجزیه و تحلیل داده‌های جمع‌آوری شده از نرم‌افزار SPSS/20 تحت ویندوز استفاده شد.

## نتایج

نتایج حاصل از آمار توصیفی مشخص نمود که در قسمت گروه سنی پاسخگویان، حدود ۵۱ درصد از پاسخگویان با بیشترین فراوانی در طیف سنی ۲۰ تا ۳۰ سال می‌باشند، کمترین فراوانی نیز مربوط به پاسخگویان ۳۱ تا ۴۰ سال می‌باشند. همچنین بر اساس اطلاعات گردآوری شده مشخص گردید که ۸۷ درصد از پاسخگویان مرد و ۱۳ درصد زن می‌باشند. ضمناً اکثر پاسخگویان دارای سابقه ورزشی ۲۱ تا ۳۰ سال می‌باشند که ۴۳,۳۱ درصد از کل پاسخگویان را به خود اختصاص داده اند، همچنین ۲۱,۲۶ درصد از پاسخگویان دارای سابقه ورزشی ۱ تا ۱۰ سال می‌باشند که کمترین فراوانی را به خود اختصاص داده اند. اکثر پاسخگویان دارای سطح تحصیلات لیسانس می‌باشند که ۶۴,۵۷ درصد از کل پاسخگویان را به خود اختصاص داده‌اند، همچنین ۱۱,۰۲ درصد از پاسخگویان دارای تحصیلات دکتری می‌باشند که کمترین فراوانی را به خود اختصاص داده اند.

در ادامه برای آزمون فرضیات از ضریب همبستگی پیرسون استفاده گردید که نتایج حاصل از ضریب همبستگی پیرسون بین متغیرهای عامل اجرای روان حرکتی، رهبری، آسایش، توانایی، حمایت، آمادگی، خودادراکی و تقلید و انگیزش در سطح ۱٪ خطا رابطه مثبت و معنادار وجود دارد (جدول ۱).

جدول ۱- نتایج ضرایب همبستگی مورد استفاده برای فرضیه‌های تحقیق

	متغیر مستقل	متغیر وابسته	ضریب همبستگی	Sig.	P value
۱	اجرای روان حرکتی	انگیزش	پیرسون	.۰۰۱	.۰۵۳۹**
۲	رهبری			.۰۰۰	.۰۷۸۹**
۳	آسایش			.۰۰۴	.۰۴۶۸**
۴	توانایی			.۰۰۰	.۰۵۲۷**
۵	حمایت			.۰۰۳	.۰۶۹۸**

۰.۶۶۲**	۰.۰۰۱			آمادگی	۶
۰.۶۵۴**	۰.۰۰۲			خود ادراکی	۷
۰.۵۴۲**	۰.۰۰۰			تقلید	

\*\* در سطح ۹۹٪ اطمینان

در ادامه نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون با استفاده از روش گام به گام (Stepwise Method) مشخص نمود که به ترتیب سه متغیر مربوط به عوامل رهبری، حمایت، و آمادگی وارد معادله رگرسیون چندگانه گام به گام گردیدند. در اولین مرحله متغیری که وارد معادله گردید عامل رهبری می باشد که این بدان مفهوم است که متغیر مذکور بیشترین تأثیر را داشته است، در این مرحله ضریب همبستگی برابر  $R=0/725$  و ضریب تعیین برابر  $R^2=0/525$  و نیز ضریب تعیین تعدیل شده برابر  $R^2_{AD}=0/523$  می باشد که نشان دهنده این می باشد که متغیر عامل رهبری به تنهایی حدود ۵۲ درصد از تغییرات در متغیر وابسته را ایجاد می نماید. در دومین مرحله متغیری که وارد معادله گردید عامل حمایت می باشد، در این مرحله ضریب همبستگی برابر  $R=0/807$  و ضریب تعیین برابر  $R^2=0/651$  و نیز ضریب تعیین تعدیل شده برابر  $R^2_{AD}=0/647$  می باشد که نشان دهنده این می باشد که متغیرهای عوامل رهبری و حمایت حدود ۶۴ درصد از تغییرات در متغیر وابسته را ایجاد می نمایند.

در سومین مرحله متغیری که وارد معادله گردید عامل آمادگی می باشد، در این مرحله ضریب همبستگی برابر  $R=0/824$  و ضریب تعیین برابر  $R^2=0/679$  و نیز ضریب تعیین تعدیل شده برابر  $R^2_{AD}=0/674$  می باشد که نشان دهنده این می باشد که سه متغیر عوامل رهبری، حمایت و آمادگی حدود ۶۷ درصد از تغییرات در متغیر وابسته را ایجاد می نمایند (جداول ۲ و ۳).

جدول ۲- مراحل مختلف ورود متغیرهای مستقل بر متغیر وابسته

مراحل	متغیرها	R	R square	Adj R square	F	Sig
۱	عامل رهبری	۰/۷۲۵	۰/۵۲۵	۰/۵۲۳	۲۱۱/۳۴	۰/۰۰۱
۲	عامل حمایت	۰/۸۰۷	۰/۶۵۱	۰/۶۴۷	۱۷۷/۱۷	۰/۰۰۰
۳	عامل آمادگی	۰/۸۲۴	۰/۶۷۹	۰/۶۷۴	۱۳۳/۵۴	۰/۰۰۳

جدول ۳- مقدار تأثیر متغیرهای تأثیرگذار بر متغیر وابسته

مرحله	متغیر	B	اشتباه استاندارد B	Beta	t	sig
۱	عامل رهبری	۵/۵۶	۰/۳۸۳	۰/۷۲۵	۱۴/۵۳	۰/۰۰۱
	عدد ثابت	۴۵/۰۱	۶/۴۰		۷/۰۳	۰/۰۰۰
۲	عامل رهبری	۴/۲۰	۰/۳۶۸	۰/۵۴۷	۱۱/۴۱	۰/۰۰۱
	عامل حمایت	۱/۲۷	۰/۱۵۴	۰/۳۹۶	۸/۲۷	۰/۰۰۰
	عدد ثابت	۴۵/۸۷	۵/۵۰		۸/۳۳	۰/۰۰۰
۳	عامل رهبری	۳/۹۰	۰/۳۶۱	۰/۵۰۹	۱۰/۸۴	۰/۰۰۱
	عامل حمایت	۱/۱۶	۰/۱۵۰	۰/۳۶۴	۷/۷۹	۰/۰۰۰
	عامل آمادگی	۰/۷۷	۰/۱۸۹	۰/۱۷۹	۴/۱۰	۰/۰۰۳
	عدد ثابت	۳۹/۷۷	۵/۴۹		۷/۲۴	۰/۰۰۰

## نتیجه‌گیری و بحث

نتایج حاصل از ضریب همبستگی پیرسون مشخص نمود که بین متغیرهای عامل اجرای روان حرکتی، رهبری، آسایش، توانایی، حمایت، آمادگی، خودادراکی و تقلید و انگیزش در سطح ۱٪ خطا رابطه مثبت و معنادار وجود دارد، همچنین سه متغیر مربوط به عوامل رهبری، حمایت و آمادگی وارد معادله رگرسیون چندگانه گام به گام گردیدند که ۶۷ درصد از تغییرات در متغیر وابسته را ایجاد می‌نمایند. در این ارتباط قابل توضیح است که این نتایج با پژوهش‌های اسماعیلی (۱۳۹۳)، محرم‌زاده (۱۳۹۲)، فارسی (۱۳۹۲)، اصفهانی (۱۳۹۰)، ایرانی (۱۳۹۲)، کریمی (۱۳۹۲)، ملکی (۱۳۸۹) در یک راستا می‌باشد.

## پیشنهادهای

- پیشنهاد می‌گردد کارگاه‌های آموزشی برای کاربران برگزار گردد.
- زمینه‌های لازم اقتصادی مثل جوایز از طرف سازمان مدیریت ورزشی برای ورزشکاران استانی پیش‌بینی شود.

- استفاده موثر از سرمایه‌گذاری در تکنولوژی اطلاعات و ایجاد امکان دسترسی آسان تمام ورزشکاران به شبکه داخلی و خارجی مهیا گردد.
- امنیت قانونی برای ورزشکاران در جهت پشتیبانی از حضور در مسابقات از سوی دولت و متولیان مربوطه ایجاد گردد.

## منابع

- زندى، غرایق، (۱۳۹۴)، روان‌شناسی ورزش برای مربیان، تهران، نشر علم و حرکت
- فارسی، علیرضا، (۱۳۹۳)، بررسی ساختار عاملی پرسش‌نامه منابع اعتماد به نفس ورزشی در ورزشکاران زن و مرد دانشگاهی رشته‌های گروهی و انفرادی، دانشگاه شهید بهشتی، دوره ۳ شماره ۸.
- قربانعلی قاضیانی، فاطمه، (۱۳۸۸)، رابطه اعتماد به نفس ورزشی و موفقیت در مسابقات وزنه برداری، پژوهشنامه علوم ورزشی، سال پنجم، شماره دهم.
- قربانی، رعنا، (۱۳۹۳)، بررسی نیازها و عوامل انگیزشی درونی و بیرونی (مطالعه موردی کارکنان دانشگاه آزاد اسلامی واحد ابهر)، فصلنامه علوم رفتاری
- قرلسفلو، حمید رضا، (۱۳۹۱)، بررسی پروفایل روانشناختی هشت تیم برتر سوپرلیگ والیبال کشور بر اساس سطح کارایی انفرادی در کسب موفقیت، دومین همایش ملی استعداد یابی ورزشی.
- کریمی، مریم، (۱۳۹۲)، بررسی ارتباط بین رفتار رهبری مربیان با انگیزش موفقیت و اجتناب از شکست در بازیکنان زن تیم‌های والیبال، پژوهش‌های کاربردی در مدیریت ورزشی، سال سوم، شماره ۴ (۱۲ پیاپی).
- گل محمدی، بهروز، (۱۳۹۴)، ارتباط خود نظم دهی با موفقیت ورزشی در ورزشکاران مرد ماهر استان مازندران، همایش بین‌المللی یافته‌های نوین پژوهشی در علوم ورزشی، ۱۳۹۴.
- محرم زاده، مهرداد، (۱۳۸۸)، انگیزش، رضایتمندی و تحلیل رفتگی داوطلبان در ورزش، نشریه مدیریت ورزشی، شماره ۱.
- موسوی، محمد کاظم، (۱۳۸۶)، روان‌شناسی ورزشی، تهران: سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاه‌ها (سمت)، مرکز تحقیق و توسعه علوم انسانی.