

رشد و یادگیری حرکتی - ورزشی - پاییز ۱۳۹۴
دوره ۷، شماره ۳، ص: ۲۹۵ - ۳۱۰
تاریخ دریافت: ۲۱ / ۰۸ / ۹۱
تاریخ پذیرش: ۲۲ / ۰۳ / ۹۲

ارتباط بین جو انگیزشی ادراک شده و انگیزش خودمختاری جودوکاران لیگ برتر ایران

بهروز عبدلی^{۱*} - علی رضا فارسی^۲ - ابراهیم نوروزی سیدحسینی^۳

۱. دانشیار دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه شهید بهشتی، ۲. دانشیار دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه شهید بهشتی، ۳. دانشجوی دکتری دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه ارومیه

چکیده

هدف از این تحقیق تعیین ارتباط بین جو انگیزشی ادراک شده و انگیزش خودمختاری جودوکاران لیگ برتر ایران بود که با روش تحقیق همبستگی و به صورت میدانی اجرا شد. جامعه آماری این تحقیق کلیه جودوکاران لیگ برتر بودند. نمونه تحقیق براساس جدول حجم نمونه‌گیری مورگان $n = 126$ در نظر گرفته شد. به منظور جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه‌های دموگرافیک، پرسشنامه جو انگیزشی (PMCSQ) و مقیاس انگیزش ورزشی (SMS) استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی و در راستای تعیین ارتباط از آزمون رگرسیون چندگانه در سطح معناداری $P \leq 0.05$ استفاده شد. نتایج نشان داد که ارتباط معناداری بین جو انگیزشی ادراک شده و انگیزش خودمختاری وجود دارد ($P \leq 0.05$). همچنین ارتباط معناداری بین جو عملکردی و انگیزش درونی و بیرونی و جو مهارتی با انگیزش درونی مشاهده شد ($P \leq 0.05$)؛ اما بین جو انگیزشی و بی‌انگیزشی ارتباط معناداری مشاهده نشد ($P \leq 0.05$). به صورت کلی جو انگیزشی ادراک شده عاملی مهم و پیش‌بینی‌کننده در انگیزش خودمختاری است.

واژه‌های کلیدی

انگیزش بیرونی، انگیزش درونی، جودو، جو عملکردی، جو مهارتی.

مقدمه

در بررسی در زمینه عوامل حیاتی موفقیت در زمینه‌های ورزشی، به متغیرهای اهداف، انگیزه، مهارت‌ها، امکانات مالی، رهبری و نوآوری اشاره شده است (۱۰). موضوع انگیزش یکی از مهم‌ترین مباحث در زمینه روان‌شناسی ورزش است، زیرا میزان تلاش و فعالیت هر ورزشکار در مسیر موفقیت به میزان انگیزش او بستگی دارد (۳). یکی از مهم‌ترین عواملی که مربیان باید از آن آگاه باشند، تأثیر مربیان بر فضا و جو انگیزشی تیم است. مربیان باید مهارت‌ها و فنون مختلف مدیریت تیم را برای شناسایی تفاوت‌های ورزشکاران فرا گیرند و تلاش کنند تا از این‌گونه مهارت‌ها به صورت سودمندی استفاده به عمل آورند و انگیزه ورزشکاران را افزایش دهند (۴). مربیان با شناخت اهداف و ویژگی‌های بازیکنان و همچنین از طریق مناسب‌ترین سبک مربیگری می‌توانند جو انگیزشی را به نفع افزایش عملکرد ورزشکاران تغییر دهند (۱).

جو انگیزشی^۱، جو اجتماعی تأثیرگذار بر تلاش، دوام، شناخت، احساسات و رفتار افراد در ورزش است (۴). جو انگیزشی که توسط افراد مهم و مورد توجه مانند مربی، والدین و تماشاگران ایجاد می‌شود، برای دستیابی به موفقیت، وظایف ورزشکاران، الگوهای اختیاری، شناخت سیستم، توانایی گروهی ورزشکاران، ارزیابی روش‌ها و زمان معین برای تسلط یافتن بر وظایف را به طور معناداری تغییر می‌دهد (۵). در واقع، جو انگیزشی جوی است که در آن مربی تلاش می‌کند ورزشکاران، ارزش‌ها و اهداف تیم را درک کنند و ضمن موافقت بر سر هدف‌های تیم، انگیزش فرد برای رسیدن به هدف‌های شخصی نیز تقویت شود. جو انگیزشی شامل جو انگیزشی مهارتی^۲ و عملکردی^۳ است. در جو مهارتی مربی به بهبود و تلاش برجسته ورزشکاران تأکید دارد و موفقیت براساس تلاش فردی و پیشرفت برای اشخاص تعریف می‌شود. در جو انگیزشی مهارتی، ورزشکار با مربی و هم‌تیمی خود همکاری دارد و به یادگیری مهارت‌های جدید بدون اجبار و محدودیت تشویق می‌شود. افراد تحت تأثیر جو مهارتی، موقعیت‌های پیشرفت‌زا را فرصت‌هایی برای بهبود توانایی‌شان تلقی می‌کنند. آنها بر یادگیری مهارت‌های جدید یا بهبود مهارت‌های قدیمی تمرکز می‌کنند و به شکست‌ها و اشتباهات به عنوان اطلاعات مهمی که نشان می‌دهد چطور پیشرفت کنند، نگاه می‌کنند (۱۹). جو انگیزشی مهارتی زمانی در تیم وجود

-
1. Motivational climate
 2. Mastery climate
 3. Performance climate

دارد که ورزشکار سخت کار کند، در اجرا بهبود داشته باشد، در کارها به دیگران کمک کند و نقش هر بازیکن را در تیم باور داشته باشد. در مقابل در جو عملکردی مریبان، به مقایسه‌های هنجاری تشویق می‌شوند و موفقیت شاگردان در ارتباط با عملکرد دیگران و براساس استانداردهای هنجاری ارزیابی می‌شود و از ورزشکاران انتظار می‌رود مهارت‌های جدید را در محدوده زمانی مشخصی فرا گیرند (۲۰). جو انگیزی عملکردی، جوی است که ورزشکار می‌داند اجرای ضعیف و ارتکاب به اشتباهات با تنبیه همراه است. ورزشکار پرتوان، بیشترین توجه را در تیم دریافت خواهد کرد و رقابت بین اعضای تیم از طرف مربی تشویق خواهد شد. در همین راستا، پنسگاد و رابرتز (۲۰۰۲) و استوارت و میرز (۲۰۰۴) به تأثیر مثبت دریافت سبک رهبری مناسب بر جو انگیزی پی بردند (۲۲، ۱۶).

در نظریه‌های انگیزی، یکی از انواع جدید آن انگیزش خودمختاری^۱ است. در نظریه خودمختاری سه نوع انگیزش درونی، انگیزش بیرونی و بی‌انگیزی از یکدیگر تمییز داده شده و در امتداد پیوستار، از انگیزی که کاملاً خودخواسته است تا انگیزی که اصلاً خودخواسته نیست، تنظیم شده است. تعیین نوع انگیزش مهم است، زیرا میزان خودمختاری که در هر حالت انگیزی وجود دارد، بر احساس و عمل فرد تأثیر دارد (۲). در یک طرف پیوستار، انگیزش درونی قرار دارد و زمانی که فرد در فعالیتی احساس آزادی عمل می‌کند، دلبستگی و لذت او از انجام عمل افزایش می‌یابد که نشان‌دهنده درجه بالایی از خودمختاری است (۱۸). در مقابل، انگیزش بیرونی زمانی رخ می‌دهد که نتیجه کار برای افراد از خود عمل مهم‌تر است؛ برای مثال به‌دست آوردن تصدیق عمومی یا پاداش خارجی. به‌عبارت دیگر، انگیزش بیرونی به این مطلب اشاره دارد که شرکت ورزشکاران در فعالیت نه به‌دلیل لذت از انجام دادن آن بلکه به‌سبب نتایج بیرونی حاصل از شرکت در فعالیت، رخ می‌دهد (۱۸). ریان و دسی (۲۰۰۲) اظهار کردند که انگیزش بیرونی می‌تواند خودخواسته یا ناخواسته باشد. در زمینه‌ای که شخص دلایل بیرونی انجام دادن فعالیت را می‌پذیرد و درونی می‌شود، انگیزش بیرونی، خودخواسته خواهد بود. در این‌گونه شرایط، مشارکت در فعالیت کاملاً ارادی است و انگیزش بیرونی کاملاً توسط خود شخص تأیید می‌شود؛ یعنی علل بیرونی، درونی شده و به این ترتیب خودخواسته می‌شود. فرایند درونی شدن به این معناست که انواع انگیزش بیرونی خودخواسته و ناخواسته از یکدیگر متمایز شوند. پس باید بین درونی بودن و تسلیم شدن تفاوت قائل شد (۱۳). در مقابل، انواع انگیزش بیرونی ناخواسته به رفتارهایی اشاره دارد که توسط دیگران به فرد تحمیل می‌شود. به‌عبارت دیگر، چون دلایل اصلی برای مشارکت در فعالیت به‌طور کامل

1. Self - Determination

مطابق با نظام ارزشی فرد و احساسات وی نیست، و از طریق نیروهای درونی (مثلاً احساس شرمساری) و بیرونی (برای مثال شخص مربی) به فرد تحمیل می‌شود، احساس فشاری برای اجرای فعالیت وجود دارد. هرچند باید گفت که در این حالت رفتار شخص آگاهانه است و شخص رفتارهای خارج از نظام ارزشی خود را انجام نمی‌دهد (۱۳).

براساس نتایج تحقیقات پیشین انگیزش درونی و انگیزش بیرونی خودخواسته تا اندازه‌ای شبیه به هم و مخالف انگیزش بیرونی ناخواسته است. پس انگیزش بیرونی نیز عنصر مهم و ضروری برای اجرای بهینه ورزشکاران محسوب می‌شود، زیرا درگیر بودن در ورزش مستلزم آموزش مداوم و نظم و انضباطی است که همیشه لذت‌بخش نیست. پس ورزشکاران همیشه نمی‌توانند به انگیزش درونی تکیه کنند و باید به انواع انگیزش بیرونی نیز توجه شود، یعنی ورزشکاران اهمیت و ارزش آموزش‌ها را برای توسعه مهارت‌هایشان در ورزش بپذیرند (۱۳). تحقیقات نیز نشان می‌دهد که انگیزش بیرونی خودخواسته در مقایسه با انگیزش بیرونی ناخواسته به شناخت مؤثر و مثبت می‌انجامد و نتایج رفتاری بسیار مشابه با انگیزش درونی را برای فرد به همراه می‌آورد (۱۸). در مقایسه با ورزشکارانی که فقط به انواع انگیزش بیرونی ناخواسته متکی بوده‌اند، در ورزشکارانی که انگیزش درونی و انگیزش بیرونی خودخواسته داشته‌اند، عملکرد بهتر و سطوح بالای تمرکز گزارش شده است (۱۵). این یافته‌ها با یافته‌هایی که در محیط‌های دیگری مثل مدرسه، کار و اوقات فراغت گزارش شده، همسوست (۱۸).

همان‌طور که گفته شد، در نظریه خودمختاری انواع انگیزش روی پیوستاری قرار دارد که در یک طرف آن انگیزش درونی و در وسط پیوستار چهار نوع انگیزش بیرونی قرار دارد که می‌توان آنها را براساس درجه خودمختاری از یکدیگر متمایز کرد: ۱. تنظیم آمیخته^۱، انگیزش درونی کاملاً خودخواسته که کنترل رفتار موافق با سایر ارزش‌ها، اهداف و نیازهای شخص است (۱۸)؛ ۲. تنظیم خودپذیر^۲، انگیزش بیرونی خودخواسته که در آن کنترل رفتار به دلیل اهمیت شخصی انجام می‌گیرد و فرد به صورت ارادی محاسن عقیده یا رفتار خاصی را می‌پذیرد و این نوع تفکر و رفتار را سودمند می‌داند (۱۸)؛ ۳. تنظیم درون‌فکنی‌شده^۳، انگیزش بیرونی تا اندازه‌ای خودخواسته که در آن کنترل رفتار به‌منظور جلوگیری از اشتباه یا شرمساری صورت می‌گیرد (۱۸)؛ ۴. تنظیم بیرونی^۴، انگیزش بیرونی

-
1. Integrated regulation
 2. Identified regulation
 3. Introjected regulation
 4. External regulation

ناخواسته که در آن رفتار از طریق قدرت پاداش، اجبار یا ترس از مجازات کنترل می‌شود (۱۸). در طرف دیگر پیوستار، بی‌انگیزی قرار دارد. بی‌انگیزی زمانی اتفاق می‌افتد که فرد علاقه‌ای به انجام عمل ندارد که ممکن است به دلیل عدم تجربه شایستگی یا بی‌ارزش بودن آن کار و فعالیت اتفاق بیفتد (۱۸). در تعدادی از تحقیقات تأیید شده است که هر دو نوع انگیزش مستقل و انگیزش کنترل شده اثربخش و هدایتگر رفتارند و در مقابل بی‌انگیزی قرار می‌گیرند که به فقدان انگیزش و برنامه اشاره دارد (۱۸).

برونل (۱۹۹۹) در بخشی از تحقیق خود به بررسی ارتباط بین درک جو انگیزی و انگیزش خودمختاری روی رشته‌های تیمی دانشجویان مانند فوتبال، والیبال، هندبال و بسکتبال پرداخت. وی دریافت افرادی که جو انگیزی مهارتی‌تری را درک می‌کنند، انگیزش خودمختاری بالاتری دارند (۹). استانبیچ و همکاران (۲۰۰۵) در بخشی از پژوهش خود به بررسی ارتباط بین جو انگیزی و انگیزش خودمختاری روی دانشجویان بسکتبالیست پرداختند. نتایج نشان داد که درک جو انگیزی مهارتی می‌تواند به‌طور مثبت انگیزش خودمختاری را پیش‌بینی کند (۲۱). آموروس و هورن (۲۰۰۰) با توجه به نظریه خودمختاری به بررسی ارتباط انگیزش خودمختاری و جو انگیزی در پسران و دختران ورزشکار دبیرستانی در رشته والیبال پرداختند. نتایج نشان داد که ابعاد جو انگیزی مهارتی بر انگیزش خودمختاری اثر مثبت و معناداری دارد (۷). کیپ و آموروس (۲۰۰۸) بر پایه نظریه خودمختاری به بررسی ارتباط جو انگیزی و انگیزش خودمختاری در زنان والیبالیست پرداختند. نتایج نشان داد که ابعاد جو انگیزی مهارتی ارتباط مثبت و معناداری با انگیزش خودمختاری دارد. در مقابل، ابعاد جو انگیزی عملکردی با انگیزش خودمختاری ارتباطی منفی دارد (۱۲). کالاجا و همکاران (۲۰۰۹) در تحقیقی به بررسی ارتباط جو انگیزی و انگیزش خودمختاری در کلاس تربیت بدنی پرداختند. نتایج نشان داد جو انگیزی مهارتی به انگیزش خودمختاری بیشتر می‌انجامد (۱۱).

پلیر (۲۰۱۰) در پژوهش خود، اثر جو انگیزی ایجادشده توسط مربی را بر انگیزش خودمختاری زنان جوان رشته‌های تیمی بررسی و مشاهده کرد که جو انگیزی مهارتی اثر مثبت و معناداری بر انگیزش خودمختاری این زنان دارد (۱۷).

بررسی، مطالعه و جست‌وجوی اطلاعات در مورد جو انگیزی و انگیزش خودمختاری در عین آشکار کردن وضعیت موجود، آثار مثبت ناشی از به‌کارگیری رفتارهای مطلوب مربیان را نیز نمایان می‌کند، چراکه ممکن است مربیان بدون توجه به تأثیر رفتارهای خود بخواهند از طریق روش‌هایی مانند مرعوب کردن، تهدید، انتقاد یا سرزنش ورزشکاران را برانگیزانند و به اهداف مورد نظر خود دست یابند. بی‌شک

این روش‌ها کوتاه‌مدت‌اند و براساس بررسی محققان ممکن است به خستگی و حتی کناره‌گیری ورزشکاران از ورزش منجر شود.

به‌صورت کلی بررسی پیشینه تحقیق نشان می‌دهد که بیشتر مطالعات درباره رشته‌های ورزشی تیمی و دانشجویان ورزشکار انجام گرفته است. در رشته‌های انفرادی از آنجا که ارتباط مربی با ورزشکار زیاد است، این خود می‌تواند نوع جو ایجادشده را تحت تأثیر قرار دهد. در مقابل، در ورزش‌های تیمی نوع ارتباط مربی با ورزشکاران به دلیل تعداد زیاد ورزشکار کمتر است. از این رو می‌توان انتظار داشت که جوی متفاوت در بین رشته‌های انفرادی و تیمی وجود داشته باشد (۲۱). رشته‌های انفرادی و به‌ویژه رشته‌های رزمی در تحقیقات مرتبط با حوزه تربیت بدنی کمتر بررسی می‌شوند. به‌عبارت دیگر، این رشته‌های ورزشی در تحقیقات آکادمیک مورد بی‌مهری قرار می‌گیرند. جودو از جمله رشته‌های انفرادی و رزمی است که شاید بتوان گفت تحقیقات بسیار اندکی در مورد آن در محافل علمی کشور صورت گرفته است. از نظر روان‌شناختی می‌توان گفت ورزشکارانی که در این رشته فعالیت می‌کنند، با توجه به ویژگی‌های خاص آن به‌آسانی از این رشته دست می‌کشند و تعهد خود را نسبت به آن از دست می‌دهند. شایان ذکر است که تحقیقات متعددی در ورزش‌های گروهی انجام گرفته و با توجه به اینکه رشته جودو در ایران کمتر با استقبال مواجه شده است، تحقیق در آن می‌تواند به ارائه رویکردهای مدیریتی جدید بینجامد. از این رو این تحقیق با هدف بررسی ارتباط بین جو انگیزشی و انگیزش خودمختاری ورزشکاران انجام گرفت و به دنبال پاسخگویی به این پرسش بود که چه ارتباطی بین جو انگیزشی و انگیزش خودمختاری وجود دارد.

روش تحقیق

روش اجرای تحقیق، همبستگی است که به‌صورت میدانی به اجرا درآمد.

جامعه و نمونه تحقیق

جامعه آماری تحقیق کلیه جودوکاران لیگ برتر ایران (۹ تیم و هر تیم ۱۸ نفر) بودند که در مسابقات لیگ برتر سال ۱۳۹۰ به رقابت می‌پرداختند. در این تحقیق نمونه آماری براساس جدول حجم نمونه‌گیری مورگان $n = 126$ در نظر گرفته شد. از طریق روش نمونه‌گیری طبقه‌ای - تصادفی، نمونه‌های تحقیق انتخاب شد. به این صورت که هر تیم به‌عنوان یک طبقه در نظر گرفته شد و به نسبت

سهم بازیکنان هر تیم به صورت تصادفی تعداد مشخصی پرسشنامه به اعضای هر تیم داده شد. از ۱۲۶ پرسشنامه توزیع شده پاسخ‌های کامل ۱۲۱ نفر (۹۶/۰۳ درصد) برای تجزیه و تحلیل آماری استفاده شد.

ابزار جمع‌آوری داده‌ها

به منظور جمع‌آوری اطلاعات از سه پرسشنامه استفاده شد. پرسشنامه اطلاعات فردی^۱ که متغیرهای سن، وضعیت تأهل، میزان تحصیلات، سابقه فعالیت در باشگاه فعلی، سابقه قهرمانی و نوع حضور در تیم را اندازه می‌گرفت.

به منظور جمع‌آوری اطلاعات در زمینه جو انگیزشی از پرسشنامه جو انگیزشی (PMCSQ)^۲ استفاده شد. پرسشنامه مذکور توسط سایفریز، دودا و چی (۱۹۹۲) ساخته شده است. این پرسشنامه شامل دو خرده‌مقیاس، شامل جو مهارتی (۱۰ سؤال) و جو عملکردی (۱۱ سؤال) و شامل ۲۱ سؤال از نوع بسته است و براساس مقیاس پنج‌ارزشی لیکرت اندازه‌گیری می‌شود. برای روایی این پرسشنامه از روایی ظاهری، روایی صوری و روایی محتوایی استفاده شد. همچنین ثبات درونی این پرسشنامه برای خرده‌مقیاس‌های آن توسط سایفرز، دودا و چی (۱۹۹۲) به ترتیب ۰/۸۷ و ۰/۸۱ برای جو مهارتی و جو انگیزشی و ۰/۸۳ برای جو انگیزشی به دست آمد. به منظور جمع‌آوری اطلاعات در زمینه انگیزش خودمختاری از پرسشنامه مقیاس انگیزش ورزشی (SMS)^۳ استفاده شد. این پرسشنامه توسط پی لیتیر و همکاران (۱۹۹۲) تدوین شده است. برای روایی این پرسشنامه از روایی ظاهری، روایی صوری و روایی محتوایی استفاده شد. برای پایایی در یک مطالعه مقدماتی از ضریب آلفای کرونباخ ($\alpha = 0/79$) استفاده شد. این پرسشنامه شامل سه خرده‌مقیاس و دربرگیرنده انگیزش درونی (۱۲ سؤال)، بیرونی (۱۲ سؤال) و بی‌انگیزشی (۴ سؤال) است. پرسشنامه مذکور دارای ۲۸ سؤال براساس مقیاس هفت‌گزینه‌ای لیکرت در دامنه‌ای از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۷ (کاملاً موافقم) قرار دارد. ثبات درونی برای هر خرده‌مقیاس توسط پلیتر و همکاران (۱۹۹۵) به ترتیب برابر ۰/۸۴ برای انگیزش درونی، ۰/۷۵ برای انگیزش بیرونی و ۰/۸۲ برای بی‌انگیزشی و برای کل سؤالات ۰/۷۹ به دست آمده است.

به منظور تعیین روایی محتوایی ابزار جمع‌آوری اطلاعات، پرسشنامه‌های تحقیق در اختیار دوازده استاد دانشگاه قرار گرفت و پس از اعمال نظرهای اصلاحی، روایی محتوایی ابزار جمع‌آوری داده‌ها تأیید

-
1. Demography
 2. Perceived motivational climate in sport questionnaire - 2
 3. Sport motivation scale (SMS)

شد. همچنین در مطالعه مقدماتی و به منظور تعیین پایایی پرسشنامه‌های مذکور براساس برنامه فدراسیون جودو و با هماهنگی با مسئولان این فدراسیون پرسشنامه‌ها بین ۳۰ جودوکار توزیع و پس از تکمیل جمع‌آوری شد. پایایی پرسشنامه جو انگیزشی (PMCSQ) با آزمون آلفای کرونباخ برابر $\alpha = 0/87$ و پرسشنامه مقیاس انگیزش ورزشی (SMS) برابر با $\alpha = 0/78$ تعیین شد.

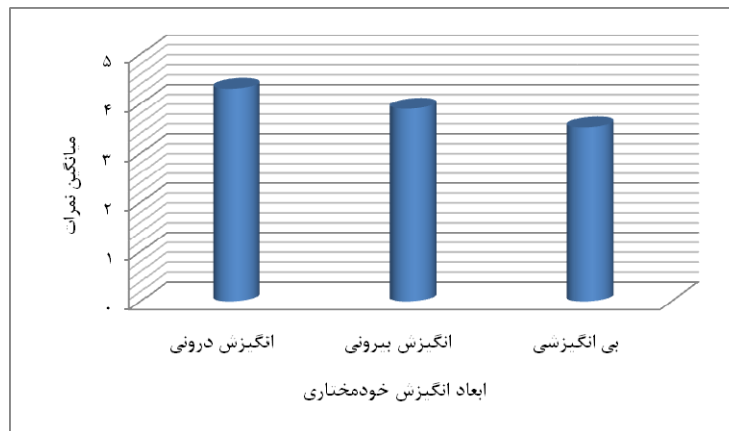
روش‌های تجزیه و تحلیل داده‌ها

به منظور سامان دادن و خلاصه کردن نمره‌های خام و توصیف اندازه‌های به دست آمده از نمونه‌ها از شاخص‌های آمار توصیفی (میانگین، درصد، فراوانی، انحراف معیار و انواع جدول) استفاده شد. همچنین به منظور تعیین رابطه از رگرسیون چندگانه استفاده شد. عملیات آماری از طریق نرم‌افزار SPSS 16 انجام گرفت و داده‌ها در سطح معناداری $P < 0/05$ تجزیه و تحلیل شدند.

نتایج و یافته‌های تحقیق

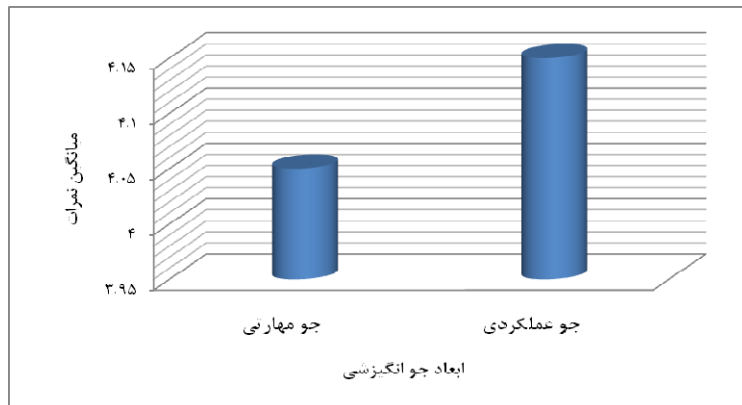
بررسی ویژگی‌های دموگرافیکی نمونه‌های تحقیق نشان داد که ۲۳/۹ درصد از نمونه‌های تحقیق در دامنه سنی ۲۰ سال و کمتر، ۳۶/۸ درصد ۲۱ تا ۲۴ سال، ۲۹/۷ درصد ۲۵ تا ۲۹ سال و ۹/۷ درصد ۲۹ سال و بالاتر قرار داشتند. از لحاظ سابقه فعالیت در باشگاه فعلی، ۳۰/۳ درصد از نمونه‌های تحقیق کمتر از ۲ سال، ۷/۱ درصد ۲ تا ۴ سال، ۲۲/۶ درصد ۵ تا ۷ سال و ۴۰ درصد بیشتر از ۷ سال در باشگاه فعلی سابقه دارند و از نظر سابقه قهرمانی، ۸/۴ درصد از نمونه‌های تحقیق دارای سابقه قهرمانی استانی، ۲/۶ درصد دارای سابقه قهرمانی منطقه‌ای، ۴۰/۶ درصد دارای سابقه قهرمانی کشوری، ۲۷/۱ درصد دارای سابقه قهرمانی آسیایی و ۲۱/۳ درصد دارای سابقه قهرمانی جهانی‌اند.

در توصیف یافته‌ها، بررسی انواع انگیزش خودمختاری (نمودار ۱) نشان می‌دهد که انگیزش درونی با میانگین $M = 4/31$ و انحراف معیار $SD = 1/10$ بیشترین مقدار و بی‌انگیزشی با میانگین $M = 3/52$ و انحراف معیار با میانگین $SD = 0/89$ کمترین مقدار است.



نمودار ۱. توصیف انگیزش خودمختاری

در توصیف یافته‌ها، بررسی جو انگیزشی ادراک شده (نمودار ۲)، جو عملکردی ($M = 4/14$) و انحراف معیار ($SD = 0/61$) بیشترین و جو مهارتی ($M = 4/02$) و انحراف معیار ($SD = 0/76$) کمترین مقدار است.



نمودار ۲. توصیف جو انگیزشی ادراک شده توسط جودوکاران

جدول ۱. رگرسیون چندگانه به منظور پیش‌بینی انگیزش درونی از طریق جو انگیزشی ادراک شده

متغیرهای پیش‌بینی کننده	F	R ²	B	ضریب بتا	t	Sig
جو عملکردی	۴/۳۵۷	۰/۴۸۱	۰/۲۰	۰/۲۰	۲/۳۳	۰/۰۲۱
جو مهارتی			۰/۰۷	۰/۱۷	۲/۰۶	۰/۰۴۱

با توجه به جدول ۱ و ضرایب رگرسیون چندگانه با روش ورود همزمان و همچنین نتایج به دست آمده ($P < 0/01$)، $F(3, 112) = 4/357$ و $R^2 = 0/481$ ، می توان گفت که ارتباط معناداری بین جو انگیزشی ادراک شده و انگیزش درونی وجود دارد ($P \leq 0/01$). بر همین اساس، بین جو عملکردی و جو مهارتی و انگیزشی درونی ارتباط معناداری وجود دارد ($P \leq 0/05$). به این ترتیب که ۰/۴۸۱ درصد از واریانس انگیزش درونی را می توان از طریق جو عملکردی و جو مهارتی پیش بینی کرد.

جدول ۲. رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی انگیزش بیرونی از طریق جو انگیزشی ادراک شده

Sig	t	ضریب بتا	B	R ²	F	متغیرهای پیش بینی کننده
۰/۰۲۱	۱/۳۴	۰/۳۰	۰/۳۴	۰/۵۳۲	۳/۵۷۱	جو عملکردی
۰/۳۵۷	۱/۱۴	۰/۱۲	۰/۱۸			جو مهارتی

با توجه به جدول ۲ و ضرایب رگرسیون چندگانه با روش ورود همزمان و همچنین نتایج ($P < 0/01$)، $F(3, 112) = 3/571$ و $R^2 = 0/532$ ، به دست آمده می توان گفت که ارتباط معناداری بین جو انگیزشی ادراک شده و انگیزش بیرونی وجود دارد ($P \leq 0/01$). بر همین اساس بین جو عملکردی و انگیزشی درونی ارتباط معناداری وجود دارد ($P \leq 0/05$)، به این ترتیب که ۰/۵۳۲ درصد از واریانس انگیزش درونی را می توان از طریق جو عملکردی پیش بینی کرد.

جدول ۳. رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی بی انگیزشی از طریق جو انگیزشی ادراک شده

Sig	t	ضریب بتا	B	R ²	F	متغیرهای پیش بینی کننده
۰/۲۴۹	۰/۳۸	۰/۰۵	۰/۰۴	۰/۰۰۹	۰/۰۴۹	جو عملکردی
۰/۵۴۳	۰/۱۱	۰/۰۹	۰/۰۸			جو مهارتی

با توجه به جدول ۳ و ضرایب رگرسیون چندگانه با روش ورود همزمان و همچنین نتایج به دست آمده ($P > 0/05$)، $F(3, 112) = 0/049$ و $R^2 = 0/009$ ، می توان گفت که ارتباط معناداری

بین جو انگیزشی ادراک شده و بی‌انگیزشی وجود ندارد ($P > 0/05$)، به این ترتیب که از طریق جو انگیزشی ادراک شده نمی‌توان بی‌انگیزشی را پیش‌بینی کرد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این تحقیق، بررسی ارتباط جو انگیزشی ادراک شده با انگیزش خودمختاری جودوکاران لیگ برتر ایران بود. نتایج نشان داد جو انگیزشی با انگیزش خودمختاری ارتباط معناداری داشت ($0/05$). به عبارت دیگر، توان پیش‌بینی انگیزش خودمختاری از طریق جو انگیزشی وجود دارد. این نتیجه با نتایج تحقیقات برنول (۱۹۹۹)، استاندیج و همکاران (۲۰۰۳)، آموروس و همکاران (۲۰۰۵)، کیپ و آموروس (۲۰۰۸)، کالاجا و همکاران (۲۰۰۹) و پلیبر (۲۰۱۰) همخوانی دارد.

یافته‌ها نشان داد که بین جو عملکردی و جو مهارتی با انگیزش درونی ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد ($P < 0/05$). این نتیجه با نتایج تحقیقات استاندیج و همکاران (۲۰۰۳)، آموروس و همکاران (۲۰۰۵)، کیپ و آموروس (۲۰۰۸) و کالاجا و همکاران (۲۰۰۹) همخوانی دارد (۷، ۹، ۱۱، ۱۲، ۱۵). همچنین بین جو عملکردی با انگیزش بیرونی ارتباط مثبت و معناداری مشاهده شد ($P < 0/05$). اما بین جو عملکردی و جو مهارتی با بی‌انگیزشی ارتباط معناداری مشاهده نشد ($P < 0/05$). این نتایج بیانگر این است که جو انگیزشی می‌تواند انگیزش خودمختاری ورزشکاران را تحت تأثیر قرار دهد. براساس نظریه جو انگیزشی در جو مهارتی، مربی به بهبود و تلاش برجسته ورزشکاران تأکید دارد و موفقیت براساس تلاش فردی و پیشرفت برای اشخاص تعریف می‌شود. در این جو انگیزشی، ورزشکار با مربی و هم‌تیمی خود همکاری دارد و به یادگیری مهارت‌های جدید بدون اجبار و محدودیت تشویق می‌شود (۵). افراد با یک جو مهارتی، موقعیت‌های پیشرفت‌زا را فرصت‌هایی برای بهبود توانایی‌شان تلقی می‌کنند. آنها روی یادگیری مهارت‌های جدید یا بهبود مهارت‌های قدیمی تمرکز می‌کنند و به شکست‌ها و اشتباهات به‌عنوان اطلاعات مهمی که نشان می‌دهد چطور پیشرفت کنند، نگاه می‌کنند. از این‌رو این نوع جو انگیزشی می‌تواند نقش مهمی در شکل‌دهی انگیزش درونی در ورزشکار داشته باشد. در مقابل، جو انگیزشی عملکردی جوی است که ورزشکار می‌داند که اجرای ضعیف و ارتکاب به اشتباهات با تنبیه همراه است (۱۷). ورزشکار پرتوان‌ترین توجه را در تیم دریافت خواهد کرد و رقابت بین اعضای تیم از طرف مربی تشویق می‌شود. این جو انگیزشی در شکل‌دهی انگیزش بیرونی نقش مهمی دارد.

براساس ویژگی‌های خاص رشته‌های رزمی به‌ویژه جودو، جوی که بیشتر مربیان بر آن تأکید دارند، جو عملکردی است (۵). براساس نظریه انگیزش خودمختاری و نتایج این تحقیق، جو عملکردی با انگیزش درونی و بیرونی رابطه دارد (۱۹). این انگیزش تقویت‌شده در جودوکاران که قسمت اعظم آن حاصل اقدامات مربیان است، می‌تواند آنها را به سمت جوی سوق دهد که برد و باخت در آن بیشترین نقش را دارد. بر این اساس، شاید ماهیت این رشته ورزشی جو تأکیدشده از سوی مربی (جو عملکردی) و همچنین این احساس درونی که برد بیشترین لذت را برای ورزشکار دارد، دلیلی منطقی برای این نتیجه تحقیق باشد که جو عملکردی با انگیزش درونی و بیرونی ارتباط معناداری دارد. براساس نظریه جو انگیزشی، تأکید افراد تأثیرگذار مانند مربی می‌تواند ورزشکار را به عملکردگرایی یا تکلیف‌گرایی سوق دهد. این جهت‌گیری ورزشکار و نوع انگیزشی که براساس نظریه خودمختاری در ورزشکار است، با یک سیستم هم‌افزایی می‌تواند ورزشکار را به هدف مورد نظر برساند. بر این اساس، اگر ورزشکاری جو عملکردی بالایی در فضای انگیزشی تیم ادراک کند و از نظر وی بردن حریف بیشترین لذت ممکن را داشته باشد، همچنین این برد برای وی انگیزه‌های بیرونی دیگر مانند دریافت تشویق‌های مادی از سوی سرپرستان تیم را در پی داشته باشد، این عوامل دست به دست هم می‌دهند و ورزشکار را به حداکثر قابلیت‌های ممکن برای برد حریف می‌رسانند (۱۹). در اینجا این مسئله مطرح است که مربیان باید بتوانند با وجود تأکید بر برد و باخت، روحیه‌های جوانمردی را در ورزشکاران خود افزایش دهند تا از ایجاد روحیه برد به هر قیمتی در ورزشکاران پیشگیری کنند. اگر مربیان ناخواسته یا خواسته روحیه برد به هر قیمتی را در ورزشکاران خود به‌ویژه در رشته جودو که ماهیتی رزمی و برخوردی دارد، افزایش دهند، بدون شک شاهد بروز رفتارهای غیراخلاقی و ناجوانمردانه خواهیم بود. با توجه به مطالب مذکور، نوع دیدگاه مربیان در این رشته در بروز رفتارهای انگیزشی بسیار مهم است.

به‌صورت کلی براساس نظریه انگیزش خودمختاری می‌توان گفت که شایستگی و استقلال، هر دو برای حفظ و ارتقای انگیزش درونی ضروری هستند. از این رو انتظار می‌رود شرایط و جو انگیزشی محیطی که از احساس شایستگی و استقلال حمایت می‌کنند، انگیزش درونی را تسهیل بخشد، در صورتی که هر عاملی که احساس شایستگی و استقلال را از بین ببرد، انگیزش درونی را نیز کاهش می‌دهد و انگیزش بیرونی را تقویت می‌کند (۱۸). به‌عبارت دیگر، شرایط و فضایی که تسهیل‌کننده انگیزش است، در شکل‌گیری نوع انگیزش اهمیت زیادی دارد. جو انگیزشی ایجادشده می‌تواند نوع انگیزش خودمختاری را شکل‌دهی کند. اگر جو ایجادشده مبنی بر ارائه و انجام فعالیت‌ها با توجه به

معیارها و هنجارهای تعریف شده باشد، می‌تواند انگیزش درونی ورزشکار را تقویت کند و اگر جو انگیزی مبتنی بر مقایسه ورزشکار با دیگران و نشان دادن برتری بر سایر افراد باشد، می‌تواند انگیزش بیرونی را شکل‌دهی کند (۱۹، ۱۸). با این حال، باید با توجه به هدف و شرایط تیم جو انگیزی را تعیین کرد تا از این طریق حداکثر کارایی و اثربخشی حاصل شود.

با نظری دقیق به اجرای سطوح مختلف مسابقات و رقابت‌های ورزشی، مشاهده می‌شود که عده زیادی از ورزشکاران با اینکه سطح بالایی از قابلیت‌ها و مهارت‌های اجرایی را دارا هستند، به دلیل عدم جو انگیزی مناسب قادر به ارائه کلیه توانایی‌های بالقوه خویش نیستند، در نتیجه عدم انگیزش از میزان تفکر، تمرکز، توجه و تسلط و تصمیم‌گیری آنها کاسته و به سردرگمی، تشویش، دوگانگی و ترس آنها افزوده است. پیامد تمام این عوارض، کاهش بازدهی و کیفیت سطح عملکرد ورزشی افراد است (۱).

ورزشکار با انگیزه تا حدود زیادی در حد توان و همچنین خیلی بیشتر از آنچه در توان دارد، برای خشنودی مربی و پیشرفت خود تلاش می‌کند، ولی نداشتن انگیزه تا حدود زیادی می‌تواند بازیکن را کم‌تلاش سازد. مربیان با درک رفتارهای خود می‌توانند بر فرایندهای انگیزی تیم اثر بگذارند و برای حل مشکلات و مسائل روانی و انگیزی امیدوار باشند (۵). از همین رو، جو انگیزی ادراک شده از سوی ورزشکار می‌تواند نقش مهمی در انگیزش خودمختاری داشته باشد. زمانی که ورزشکار جو انگیزی عملکردی را پیش از جو انگیزی مهارتی دریافت کند، انگیزش درونی و بیرونی بیشتری خواهد داشت. بنابراین می‌توان استنباط کرد که این نوع جو انگیزی بیش از جو مهارتی در ارتقا و انگیزش درونی و بیرونی مؤثر است. در چنین جوی، ورزشکار بیشتر از مربی رفتاری مبتنی بر عملکرد - پاداش دریافت می‌کند، به گونه‌ای که هر گاه ورزشکار رفتار مطلوبی از خود بروز دهد و در جهت تحقق اهداف تعیین شده تلاش کند، با تشویق و حمایت مربی مواجه خواهد شد (۷).

باید توجه داشت که چنین جوی در طولانی مدت ممکن است از نظر روانی بر ورزشکار تأثیرات نامطلوبی بگذارد، زیرا در چنین جوی، ورزشکار زمانی تشویق و حمایت می‌شود که رفتار مطلوبی از خود بروز دهد و در غیر این صورت، نمی‌تواند منتظر پاداش و تشویق دیگران و به ویژه مربی باشد. بنابراین ادامه این روند ممکن است ورزشکار را به سوی تحلیل رفتگی و گاه کناره‌گیری از ورزش سوق دهد (۵).

از آنجا که جو انگیزی نامناسب ممکن است به نتیجه نامطلوب منتج شود و در نهایت مربی، تیم و باشگاه به هدف مورد نظر خود دست نیابد و تمام هزینه‌ها و وقت مصرف شده، بهبودی از بین برود، شناخت جو انگیزی مناسب برای افزایش انگیزش بازیکنان همه در جهت بهبود عملکرد بازیکنان و تیم

انجام می‌گیرد که نقش تعیین‌کننده‌ای در موفقیت تیم‌ها دارند؛ عواملی که بدون شناخت آنها، تیم به نتیجه مطلوب دست نخواهد یافت. بنابراین این نکته حائز اهمیت است که مربیان از چه نوع جو انگیزشی برای افزایش انگیزش بازیکنان و در نهایت بهبود عملکرد آنان استفاده کنند. به‌طور کلی می‌توان گفت که برای ایجاد انگیزش درونی و بیرونی بالا در جودوکاران لیگ برتر، مربیان باید بر جو عملکردی در مقایسه با جو مهارتی تأکید بیشتری داشته باشند، اما باید خاطر نشان کرد که در ایجاد چنین جوی باید به روحیات و حالات روانی ورزشکاران توجه ویژه‌ای داشته باشند. بنابراین پیشنهاد می‌شود که مربیان با تحلیل عوامل متعدد و در نظر گرفتن شرایط روحی و روانی جودوکاران برای ارتقای انگیزش خودمختاری بر جو عملکردی تأکید و توجه بیشتری داشته باشند.

منابع و مأخذ

۱. انشل، مارک. اچ (۱۳۸۰). "روانشناسی ورزش از تئوری تا عمل". ترجمه علی‌اصغر مسدد، تهران: اطلاعات.
۲. ریو، مارشال. (۱۳۸۳). "انگیزش و هیجان". ترجمه یحیی سیدمحمدی، تهران، نشر. (۱۹۹۲).
۳. عبدلی، بهروز. (۱۳۸۴). "مبانی روانی - اجتماعی تربیت بدنی و ورزش". تهران، بامداد.
۴. کاظمی، آرزو. (۱۳۷۹). "بررسی سبک‌های مربیگری و انگیزش پیشرفت در ورزشکاران بسکتبالیست مؤنث استان تهران". پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، دانشگاه تربیت معلم.
5. Ames, C. (1992). "Achievement goals, motivational climate and motivational processes". In G. C. Roberts (Ed.), *motivation in sport and exercise* (PP. 161-176). Champaign, IL: Human Kinetics.
6. Ames, C. (1992). "Classrooms: goals, structures and student motivation". *Journal of educational psychology*, 84, pp: 261-271.
7. Amorose, A. J. and Horn, T. S. (2000). "Intrinsic motivation: relationship with collegiate athletes' gender, scholarship status and perceptions of their coaches' behavior". *Journal of sport and exercise psychology*, 22, pp:63-84.
8. Baric, R. (2005). "Motivational climate in sports teams: situational vs". *Dispositional determinants. Journal for general social issues*, Vol. 14, No. 4- 5. pp:78 - 79.

9. Brunel, P. C. (1999). "Relationship between achievement goal orientation and perceived motivational climate on intrinsic motivation". *Scandinavian journal of medicine and science in sports*. Vol. 9, Issue 6, pp:365-374.
10. Gillberston, D. W. (2000). "Transformational leadership in Australasian sport organizations". *New Zealand innovation and competitiveness project victoria university of Wellington*.
11. Kalaja, S., Jaakkola, T. Watt, A., Liukkonen, J. and Ommundsen, Y. (2009). "The associations between seventh grade finnish students' motivational climate, perceived competence, self – determined motivation and fundamental movement skills". *North west counties physical education association and SAGE publications*.
12. Kipp, L., and Amorose, A. J. (2008). "Perceived motivational climate and self – determined motivation in female high school". *Journal of Sport Behavior*. 23. pp:321-332.
13. Mageau, G. and Vallerand, R. J. (2003). "The coach athlete relationship: a motivational model". *Journal of sports sciences*, 21: pp:883-904.
14. Papaioannou, A. G., Ampatzoglou, G., Kalogiannis, P., and Sagovits, A. (2008). "Social agents, achievement goals, satisfaction and academic achievement in youth sport". *Psychology of Sport and Exercise*, 9: pp: 122-141.
15. Pelletier, L. G., Dion, S., Tuson, K.M. and Green – Demers, I. (1999). "Why do people fail to adopt enviromental amotivation". *Journal of applied social psychology*, 29, pp: 2481-2504.
16. Pensgaard, A. M. and Roberts, G. C. (2002). "Elite athletes' experiences of the motivational climate: the coach matters". *School of sport and exercise sciences, university of Birmingham, UK*.
17. Player, K. (2010). "The interaction of motivational climate and self – determination in examining commitment level in female youth sport". *Clemson university*.
18. Ryan, R. M. and Deci, E. L. (2002). "Overview of self – determination theory: an organismic dialectic perspective". In E. L. Deci and R. M. Ryan (Eds.), *Handbook of self – determination research*, pp:3-37.

19. Seifriz, J. J., Duda, J. L. and Chi, L. (1992). "The relationship of perceived motivational climate to intrinsic motivation and beliefs about success in basketball". *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14, pp:375-391.
20. Sit, C. H. P., and Linder, K.J. (2005). "Motivational orientations in youth sport participation: using achievement goal theory and reversal theory". *Personality and individual differences*, 38, pp:605-618.
21. Standage, M., Duda, J. L. Ntoumanis, N. (2005). "A test of self - determination theory in school physical education". *British journal of educational psychology*, 75, pp:411-433.
22. Stewart, C. and Meyers, M. (2004). "Motivational traits of elite soccer players". *Physical Educator, ProQuest Education Journals*, p: 213.