

ارتباط کارآمدی مربیگری با لذت و تعهد ورزشی والیبالیست‌ها (مطالعه موردی: استان سمنان)

بهناز علی‌حسینی^۱، دکتر حسن بحرالعلوم^۲، دکتر نعمت‌الله نعمتی^۳

چکیده:

مقدمه و هدف: کارآمدی مربی نشان می‌دهد که چقدر یک مربی توانایی اثرگذاری بر عملکرد و یادگیری ورزشکارانش دارد. بنابراین، مربیان اثربخش، کسانی هستند که با رفتارشان نتایج مثبتی را در ورزشکاران ایجاد می‌کنند. هدف از این پژوهش، بررسی ارتباط کارآمدی مربیگری با لذت و تعهد ورزشی والیبالیست‌های استان سمنان است.

روش شناسی: روش تحقیق حاضر، توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری تحقیق ۸۵۸ نفر والیبالیست (زن و مرد) استان سمنان در رده سنی ۱۶ سال و بالاتر هستند که ۲۵۰ نفر از آنان به روش تصادفی - خوشه ای انتخاب شدند.

برای جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه ویژگی‌های جمعیت شناختی، پرسشنامه کارآمدی مربیگری فلتز و همکاران (۱۹۹۹) و پرسشنامه تعهد ورزشی و لذت از ورزش اسکانلان و همکاران (۱۹۹۳) استفاده گردید. پرسشنامه های مذکور پس از تعیین روایی و پایایی در بین نمونه آماری توزیع شدند. در یک مطالعه مقدماتی روی ۴۰ نفر از اعضای نمونه، پایایی ابزار با استفاده از آلفای کرونباخ $\alpha = 0/96$ برای پرسشنامه کارآمدی مربیگری و $\alpha = 0/70$ برای پرسشنامه تعهد ورزشی $\alpha = 0/71$ برای پرسشنامه لذت از ورزش بدست آمد. بررسی کشیدگی و چولگی متغیرهای تحقیق نشان می‌دهد که توزیع متغیرهای تحقیق، نرمال است بنابراین به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار پارامتریک به همراه ارائه مدل از حیطه معادلات ساختاری (SEM) و شاخص‌های برازش مدل استفاده شد.

یافته ها: نتایج نشان می‌دهد که ارتباط مثبت و معناداری بین مؤلفه‌های کارآمدی مربیگری با لذت و تعهد ورزشی وجود دارد. نتایج تحلیل معادلات ساختاری، نشان می‌دهد که مؤلفه‌های کارآمدی مربیگری به صورت مستقیم و غیر مستقیم و از طریق کارآمدی شخصیت‌سازی و لذت از ورزش بر تعهد ورزشی اثر گذارند و متغیر لذت از ورزش بیشترین تأثیر ($\beta = 0/38$) را بر تعهد ورزشی دارد.

بحث و نتیجه‌گیری: نتایج تحقیق نشان می‌دهد که ادراک ورزشکاران از کارآمدی مربیان بر لذت و تعهد ورزشی آنان اثرگذار است؛ از بین ابعاد کارآمدی مربیگری، کارآمدی شخصیت‌سازی بیشترین تأثیر مستقیم را روی لذت از ورزش داشته است. نتایج این تحقیق بر اهمیت توجه به ادراک ورزشکاران تأکید می‌کند. همچنین مدل بدست آمده، برازش قابل قبولی را با داده‌های تحقیق نشان می‌دهد.

واژگان کلیدی: والیبالیست، کارآمدی شخصیت‌سازی، ادراک

مربیان تیم های ورزشی باید به عوامل بسیاری به منظور پیشرفت عملکرد تیمی و افزایش توانمندی های ورزشکاران توجه داشته باشند زیرا درک ورزشکار از رفتارها و بازخوردهای مربی تأثیر بسیار زیادی روی جنبه های روانی از جمله رفتار، انگیزش، عملکرد و اضطراب وی خواهند داشت (۱،۲،۳). یکی از مهمترین فاکتورهای مرتبط با این جنبه های روانی، کارآمدی مربیگری است، زیرا ارتباط مستقیمی با رفتار مربیگری دارد (۴). کارآمدی یکی از ویژگی های مربیان است که تحت تأثیر انتظارات، عقاید و اهداف آنان قرار می گیرد (۵). فلتز و همکاران استدلال کرده اند که کارآمدی در واقع یک خودآگاهی است (به نقل از ۶) که رفتارهای مربی را تحت تأثیر قرار می دهد (۵). مطابق با مدل هورن (۲۰۰۸)، رفتار مربی می تواند به صورت غیر مستقیم بر عملکرد و رفتار ورزشکاران اثر بگذارد که این تأثیر غیر مستقیم در نتیجه ادراک ورزشکاران از رفتار مربیان است (۵).

باندورا^۱ (۱۹۸۶ و ۱۹۹۷) نقش مربی را در اثرگذاری بر کارآمدی شخصی^۲ و تیمی ورزشکاران بررسی کرد و به این نتیجه رسید که مربیان اثرگذارترین منبع کارآمدی برای ورزشکاران هستند (به نقل از ۷).

ساختار کارآمدی مربیگری توسط فلتز و همکاران^۳ (۱۹۹۹) گسترش یافت، آن ها از تئوری خودکارآمدی^۴ باندورا به عنوان چارچوب راهنما استفاده کردند و کارآمدی مربیگری را میزان اعتقاد مربیان به ظرفیت و توانایی های خودشان به منظور اثرگذاری بر یادگیری و عملکرد ورزشکارانشان تعریف کردند (۸). معیار کارآمدی مربیگری^۵ دارای چهار زیر مقیاس انگیزش^۶، آموزش تکنیک^۷، استراتژی بازی^۸ و شخصیت سازی^۹ می باشد (۴). بر اساس تحقیقات انجام شده، کارآمدی مربیگری ارتباط مستقیمی با انگیزش، عملکرد و رفتارهای ورزشکاران دارد (۹،۳). در سال های اخیر، کارآمدی مربیگری توجه زیادی را در پژوهش های روانشناسی ورزشی به خود معطوف کرده است و این امر حاکی از اهمیت موضوع است. ورزشکارانی که با مربیان کارآمدتری کار می کنند، رضایت بیشتر، عملکرد بهتر و اعتماد به نفس بیشتری دارند و نگرشی مثبت به رفتارهای ورزشکارانه نشان می دهند (۸). بعلاوه، ویس^{۱۰} و همکاران (۲۰۰۱) بیان کرده اند که ادراک بازیکنان از مربیان در انگیزش آن ها مؤثر است (به نقل از ۸).

پژوهش های مختلف با بررسی نقش ادراک ورزشکاران از اثربخشی مربیگری، بر اهمیت این موضوع تأکید بسیار کرده اند و بیان داشته اند که درک ورزشکار از رفتار مربی بر تداوم یا خروج از فعالیت اثرگذار است (هورن ۲۰۰۲، اسمال و اسمیت^{۱۱} ۱۹۸۹، به نقل از ۱۰). کاواسانو و همکاران^{۱۲} (۲۰۰۸) بیان کردند که رفتار مربیان بیشترین تأثیر را بر نتایج رفتاری شرکت کنندگان ورزشی دارد (۱۱). رفتارهای مربی می تواند بر ادراک، انگیزه ها، نگرش ها و رفتارهای ورزشکاران به طور مستقیم یا غیر مستقیم تأثیر بگذارد (۹). اثربخشی انگیزش به طور مثبت دو شاخص آن یعنی تلاش و تعهد را پیش بینی می کند. با ادراک اثربخشی انگیزش، ورزشکاران تلاش جدی تری می کنند و خود را وقف رشته ورزشی شان می کنند (۸). اسکانلان و همکاران^{۱۳} (۱۹۹۳)، تعهد ورزشی^{۱۴} را به عنوان یک ساختار روانی که نشان دهنده تمایل و تصمیم به ادامه مشارکت ورزشی است تعریف کردند. بنابر تعریف اسکانلان و همکاران از تعهد ورزشی، تعهد امری درونی و روانی است که از فاکتورهای مختلف درونی یا بیرونی، تأثیر می پذیرد. در مدل تعهد ورزشی اسکانلان و همکاران، لذت از ورزش به عنوان پاسخ اثرگذار مثبت به تجربه ورزشی تعریف می شود که احساس خرسندی، دوست داشتن و سرگرمی را منعکس می کند (۱۲).

پارسامهر (۱۳۹۰) با بررسی انگیزه های مرتبط با مشارکت مستمر در فعالیت های ورزشی دریافت که لذت از ورزش، مهمترین عامل در مدل تعهد ورزشی است (۱۳). میسون^{۱۵} (۱۹۹۵) می نویسد لذت در فعالیت های جسمانی، یکی از دلایل اصلی تداوم و ماندگاری در فعالیت است و سابقه تجارب منفی در تربیت بدنی و ورزش یکی از دلایل اصلی خروج افراد از فعالیت های جسمانی است. باتوجه به تحقیق ویرا و رادسپ^{۱۶} (۲۰۰۲)،

- 1 Bandura
- 2 Individual Efficacy
- 3 Deborah L Feltz, Melissa A Chase, Sandra E Moritz, and Phillip J Sullivan
- 4 Self efficacy Theory
- 5 Coaching Efficacy Scale
- 6 motivation
- 7 technique
- 8 strategy
- 9 character building
- 10 Weiss
- 11 Smoll & Smith
- 12 Kavussanu, Boardley, Jutkiewicz, Vincent and Ring
- 13 Scanlan, Carpenter, Schmidt, Simons & Keeler
- 14 Sport Commitment
- 15 Mason
- 16 Vira & Roudsepp

نوجوانان ۱۰ تا ۱۹ ساله اعتقاد داشتند که لذت از ورزش یکی از دلایل اصلی ادامه تمرینات شدید و سخت است. لی و همکاران^۱ (۲۰۰۰) در مطالعه دیگری روی همین گروه سنی نشان دادند که از نظر ورزشکاران لذت مهمتر از پیروزی است (به نقل از ۱۴).

فاکتورهای تعهد ورزشی و لذت از ورزش، عوامل مهمی در تداوم و ماندگاری افراد در فعالیت های ورزشی هستند (۱۷، ۱۶، ۱۵، ۱۴) و در برخی تحقیقات به عنوان عوامل اثرگذار بر رفتار ورزشی، میزان مشارکت در فعالیت جسمانی و میزان تلاش ورزشکاران مورد بررسی قرار گرفته اند (بشارت ۱۳۸۴)، کاسپر^۲ (۲۰۰۸)، ویلسون و همکاران^۳ (۲۰۰۸)، فراسر و همکاران^۴ (۲۰۰۸).

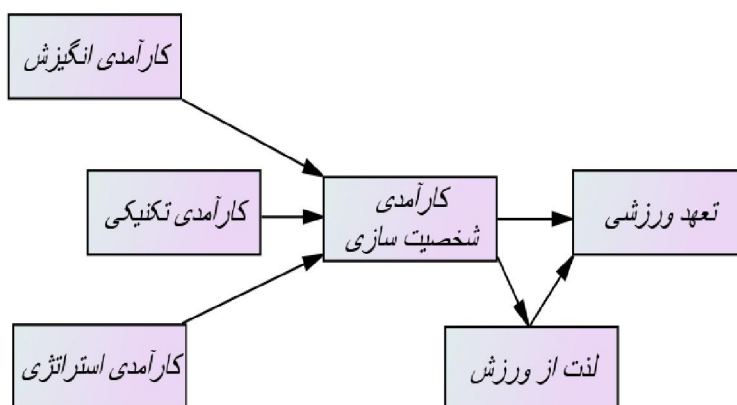
با توجه به نقش بسیار مهم تعهد در حفظ مشارکت ورزشی، بررسی عوامل مؤثر بر آن ضروری است. مریبان ارتباط متقابل و بسیار زیادی با ورزشکاران دارند و به همین دلیل می توانند در افزایش تعهد ورزشکار یا برعکس خروج وی از فعالیت ورزشی، نقش بسیار مهمی ایفا کنند، بنابراین لزوم بررسی رفتارهای مریبان نیز آشکار می گردد که در این راستا کارآمدی مربی ارتباط مستقیمی با رفتار وی دارد (۴).

طرح این پژوهش و نتایج حاصل از آن می تواند کاربردهای آموزشی بسیاری را برای مریبان و مسئولین ورزش کشور داشته باشد زیرا مریبانی که دوره آموزش مربی را گذرانده اند، کارآمدی بالاتری را نسبت به مریبانی که این دوره را نگذرانده اند، دارند (لی و همکاران ۲۰۰۲)، مالت و فلتز^۵ (۲۰۰۰)، کامبل و سالیوان^۶ (۲۰۰۵) به نقل از ۱۸ و ۱).

پژوهش های اسمیت و همکاران (۱۹۹۵)، کامینگ و همکاران (۲۰۰۷) و شارا و همکاران (۲۰۰۹) نشان داده اند ورزشکارانی که با مریبان آموزش دیده (در مقایسه با مریبان آموزش ندیده) کار کرده اند، اضطراب کمتر، عزت نفس بالاتر و انگیزش و سازگاری بیشتری را با مربی و تیم اعلام کرده اند و به احتمال کمتری از ورزش خارج شوند (به نقل از ۱۹).

پژوهش های انجام شده غالباً به ادراک ورزشکاران از اثربخشی مربیگری و صلاحیت مربیگری پرداخته اند (۱۱، ۱۰)، با توجه به ارتباط مستقیم بین کارآمدی مربیگری با رفتار مربیگری (۴)، متأسفانه پژوهشی در این زمینه یافت نشد. عوامل زیادی می توانند این ادراک را تحت تأثیر قرار دهند، در این مقاله، ادراک ورزشکاران از کارآمدی مربیگری را به عنوان عامل مؤثر بر لذت و تعهد ورزشی آنان، مورد بررسی قرار خواهیم داد و با استفاده از آزمون معادلات ساختاری به بررسی روابط علی بین متغیرهای تحقیق می پردازیم.

مریبان عزیز با استفاده از نتایج این پژوهش می توانند راهکارهای بهبود ادراک ورزشکاران و تعهد ورزشی آن ها را شناسایی و برای تقویت آن ها برنامه ریزی نمایند. مسئولین محترم فدراسیون های ورزشی نیز می توانند از نتایج این مقاله برای غنی تر کردن دوره های آموزش مربیان در سطوح مختلف مربیگری استفاده کنند.



شکل (۱)، مدل مفهومی تعهد ورزشی

روش شناسی پژوهش

این تحقیق از نظر هدف کاربردی، و طرح آن توصیفی و از نوع همبستگی است. بر اساس آمار گرفته شده از هیئت والیبالیست های استان سمنان در تابستان ۱۳۹۲، جامعه آماری تحقیق ۸۵۸ نفر شامل کلیه والیبالیست های استان سمنان (زن و مرد) در رده سنی ۱۶ سال و بالاتر می باشند. انتخاب نمونه پژوهش به شیوه تصادفی ساده انجام شد. در روش تحلیل عاملی، تعداد نمونه باید حداقل ۲ برابر تعداد گویه ها باشد که در این تحقیق ۲۵۰ نفر (هشت برابر) انتخاب گردید.

1 Lee & Whitehead & Balchin

2 Casper

3 Wilson, Rodgers, Carpenter, Hall, etal

4 Fraser, Cote, Deakin

5 Malette & Feltz

6 Compbell, Sullivan

ابزار پژوهش شامل پرسشنامه جمعیت شناختی و پرسشنامه های کارآمدی مربیگری فلتز و همکاران (۱۹۹۹) و تعهد ورزشی و لذت از ورزش اسکاتلان و همکاران (۱۹۹۳) هستند. پرسشنامه کارآمدی مربیگری، دیدگاه ورزشکاران از کارآمدی مربیان (بر اساس مقیاس ۱۰ ارزشی لیکرت در دامنه صفر تا ۹) و پرسشنامه تعهد ورزشی و لذت ورزشی (بر اساس مقیاس ۵ ارزشی لیکرت در دامنه ۱ تا ۵) میزان تعهد ورزشی و میزان لذتی که ورزشکاران با مشارکت در تمرینات، تجربه می کنند را ارزیابی می کنند. به منظور بررسی روایی ابزار تحقیق از نظرات ۹ نفر از اساتید و کارشناسان رشته تربیت بدنی و مربیان و ورزشکاران رشته والیبال استفاده گردید. پس از یک بررسی مقدماتی روی ۴۰ نفر از اعضای تیم های والیبال شهرستان دامغان، نتایج آلفای کرونباخ نشان داد که ابزار تحقیق از پایایی خوبی برخوردار هستند، (آلفای کرونباخ کارآمدی مربیگری = ۰/۹۶، آلفای کرونباخ پرسشنامه تعهد ورزشی = ۰/۷۰، آلفای کرونباخ پرسشنامه لذت از ورزش = ۰/۷۱).

نتایج تحلیل عاملی تأییدی، روایی سازه کلیه متغیرهای تحقیق به جز لذت از ورزش را تأیید کرد. چون بار عاملی سؤال ۶ خیلی پایین بود، پس از حذف آن از پرسشنامه لذت از ورزش، روایی سازه این متغیر نیز تأیید گردید. نتایج تحلیل عاملی تأییدی نشان داد که کلیه سؤالات پژوهش از اعتبار بیرونی مناسبی در ارزیابی متغیرهای پژوهش برخوردارند.

آزمون کایزر- مایر- آلیکین، کفایت تعداد اعضای نمونه را به منظور تحلیل مسیر تأیید کرد (۲۰). نتایج آزمون کروییت بارتلت نیز نشان داد که ماتریس همبستگی بین متغیرهای تحقیق یک ماتریس واحد نیست و بنابراین امکان شناسایی و تعریف ساختار (مدل عاملی) بر اساس همبستگی متغیرها وجود دارد (جدول ۱).

جدول (۱)- نتایج آزمون کفایت نمونه و آزمون بارتلت

آزمون کایزر- مایر- الکین برای کفایت نمونه (KMO)	۰/۸۳۹
آزمون کروییت بارتلت	۱۰۵۸/۷۵۱
مقدار مجذور کای	۱۵
درجه آزادی	۰,۰۰۰
سطح معنی داری	

یافته ها

توصیف آزمودنی های تحقیق: نمونه آماری پژوهش را ۲۵۰ نفر از والیبالیست های استان سمنان تشکیل می دهند. بررسی ویژگی های جمعیت شناختی آزمودنی ها نشان داد که نمونه آماری تحقیق شامل ۵۷/۵ درصد مرد و ۴۲/۵ درصد زن می باشد، بیشترین تعداد در گروه سنی ۲۰ - ۱۶ سال (۳۵/۶٪) قرار داشتند.

اکثر آن ها (۴۲/۴٪) ۷-۵ سال سابقه فعالیت ورزشی داشتند. ۵۶/۶ درصد، دارای تحصیلات دیپلم و زیر دیپلم بودند و (۵۰/۵٪) جذابیت این رشته را علت جذب و حضورشان در رشته والیبال، اعلام کرده اند.

نرمالیتت متغیرهای تحقیق

نرمال بودن داده های تحقیق از شروط لازم برای تحلیل مسیر است، در برخی پژوهش ها از نرمالیتت چند متغیره^۱ و همینطور کشیدگی^۲ و چولگی^۳ داده ها به منظور بررسی نرمالیتت استفاده شده است (۲۱، ۲۲)، در این پژوهش کشیدگی و چولگی کلیه متغیرهای تحقیق بین ۱± قرار دارند. همینطور نتیجه نرمالیتت چندمتغیره نیز کشیدگی و چولگی معنی داری را نشان داد، بنابراین نتیجه میگیریم که توزیع داده های تحقیق نرمال است. با توجه به جدول ۲، نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان می دهد که بین متغیرهای تعهد ورزشی و لذت از ورزش با مؤلفه های کارآمدی مربیگری در سطح $P \leq 0/01$ ، ارتباط مثبت و معنی داری وجود دارد. به علاوه بین متغیرهای تعهد ورزشی با لذت از ورزش ($r = 0/452$) و همینطور بین متغیرهای کارآمدی مربیگری با یکدیگر، ارتباط مثبت و معناداری مشاهده شد.

همچنین از بین مؤلفه های کارآمدی مربیگری، کارآمدی تکنیکی ($M = 47/93$) و کارآمدی استراتژی بازی ($M = 47/46$)، به ترتیب، بیشترین میانگین را به خود اختصاص داده اند. این مطلب بیان می کند که مربیان رشته والیبال از دیدگاه ورزشکاران، سطح کارآمدی تکنیکی و استراتژی بالاتری نسبت به کارآمدی انگیزش و شخصیت سازی دارند.

1 Multivariate normality

2 Kurtosis

3 Skewness

جدول (۲)، ماتریس همبستگی بین متغیرهای تحقیق

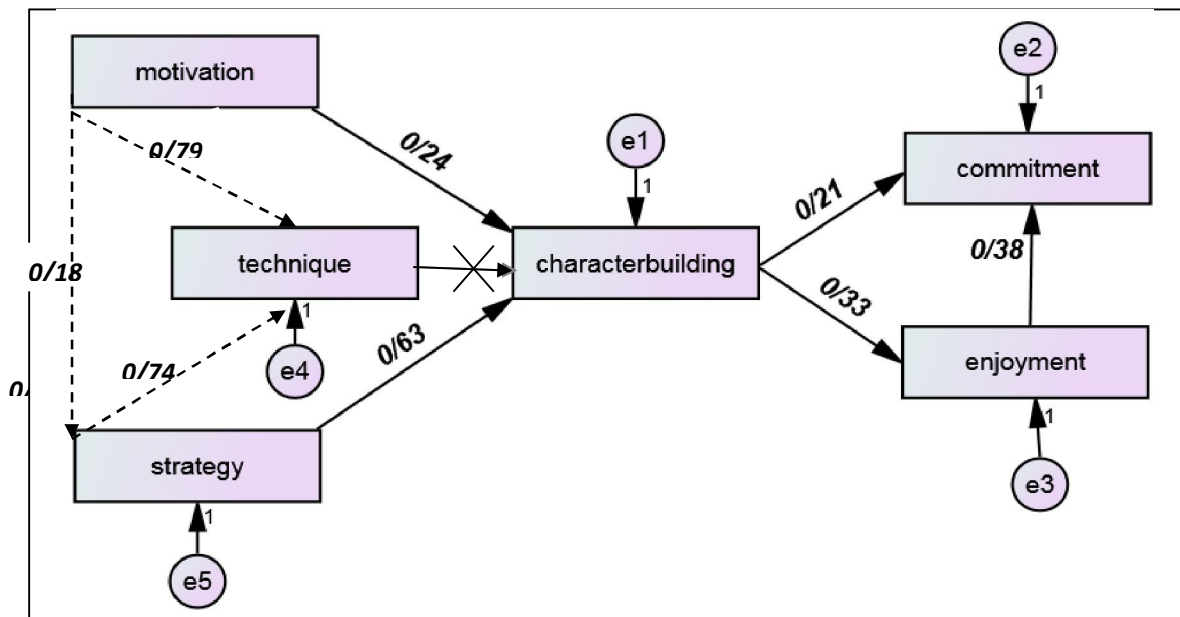
متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱. تعهد ورزشی	۱					
۲. لذت از ورزش	۰/۴۵۲**	۱				
۳. کارآمدی انگیزش	۰/۲۸۳**	۰/۲۵۱**	۱			
۴. کارآمدی استراتژی بازی	۰/۳۰۰**	۰/۲۵۵**	۰/۷۷۸**	۱		
۵. کارآمدی تکنیکی	۰/۲۵۸**	۰/۲۰۸**	۰/۷۹۹**	۰/۸۹۱**	۱	
۶. کارآمدی شخصیت سازی	۰/۳۳۹**	۰/۳۳۹**	۰/۷۳۸**	۰/۸۲۳**	۰/۷۸۳**	۱
میانگین	۲۰/۴۷	۱۶/۳۷	۴۶/۴۳	۴۷/۴۶	۴۷/۹۳	۳۴/۴۶
انحراف استاندارد	۲/۴۷	۲/۱۷	۱۰/۶۱	۱۱/۲۰	۱۰/۸۰	۷/۶۷
چولگی	-۰/۱۲۸	-۰/۲۲۳	-۰/۳۱۲	-۰/۵۷۹	-۰/۵۹۷	-۰/۴۹۰
کشیدگی	-۰/۶۲۸	-۰/۱۱۱	-۰/۲۵۷	-۰/۲۰۵	-۰/۲۶۳	-۰/۲۸۹
دامنه	۱ - ۵	۱ - ۵	۰ - ۹	۰ - ۹	۰ - ۹	۰ - ۹

** در سطح $P \leq 0/01$ معنی دار است.

مدل عاملی و تحلیل داده ها

در این مدل، مؤلفه های کارآمدی مربیگری شامل کارآمدی انگیزش، کارآمدی تکنیکی، کارآمدی استراتژی بازی و کارآمدی شخصیت سازی به عنوان متغیرهای برون زا و فاکتورهای لذت از ورزش و تعهد ورزشی به عنوان متغیرهای درون زا مدنظر قرار گرفتند. برای سنجش کفایت برازش مدل، آماره ها و شاخصهای مختلفی عرضه شده است. از آنجا که هر یک از این شاخصها تنها جنبه خاصی از برازش مدل را منعکس می‌سازند (کلاین ۲۰۰۵)، از این رو برای سنجش برازش مدل، معمولاً از چندین شاخص استفاده می‌شود (۲۱)؛ به منظور ارزیابی برازندگی مدل، از بین شاخص‌های برازندگی مطلق از شاخص خی دو نسبی (CMIN/DF) و شاخص ریشه دوم برآورد واریانس خطای تقریب RMSEA و از بین شاخص‌های برازندگی تطبیقی از شاخص‌های NFI^1 , IFI^2 , TLI^3 , CFI^4 استفاده شدند. پس از بررسی شاخص‌های برازندگی مدل مفهومی، نرم افزار AMOS مسیرهایی مسیرهایی را به منظور برازش بهتر مدل پیشنهاد کرد که در شکل زیر با نقطه چین مشخص شده اند.

1 Normed fit index
 2 Incremental fit index
 3 Tucker-Lewis index
 4 Comparative fit index



شکل (۲)، مدل سازی معادلات ساختاری

(sport commitment= تعهد، sport enjoyment= لذت از ورزش، characterbuilding= سازی شخصیت، technique= تکنیک، motivation = انگیزش، strategy= استراتژی)

جدول (۳)، نتایج برازندگی مدل سازی معادلات ساختاری

P value	RMSEA	CMIN/DF	NFI	IFI	TLI	CFI
۰/۰۰۰	۰/۰۱۶	۱/۰۶۱	۰/۹۹۳	۱/۰۰۰	۰/۹۹۹	۱/۰۰۰

با توجه به شکل ۲ و جدول ۴، همه مسیرها از نظر آماری معنادار بودند به جز مسیری که کارآمدی تکنیکی را به کارآمدی شخصیت سازی وصل می کند که با علامت ضربدر مشخص شده است، قابل توجه است که مسیر غیرمعنادار از مدل حذف گردید. منظور از معنادار بودن یک ضریب، این است که عدد معنادار آن باید بزرگتر از ۱/۹۶ یا کوچکتر از ۱/۹۶- باشد، عدد معناداری هرچقدر از ۱/۹۶ بزرگتر باشد، نشان دهنده آن است که متغیر مستقل اثر قوی تری روی متغیر وابسته دارد (۲۳).

جدول (۴)، ضرایب استاندارد و غیر استاندارد مدل سازی معادلات ساختاری

عدد معناداری	ضریب غیر استاندارد	ضریب استاندارد	مسیر	انگیزش
۲۰/۹۸	۰/۸۱	۰/۷۹	تکنیک	< -----
۱۶/۰۷	۰/۷۷	۰/۷۴	استراتژی	< -----
۳/۹۰	۰/۱۹	۰/۱۸	استراتژی	< -----
۴/۵۱	۰/۱۸	۰/۲۴	شخصیت سازی	< -----
۱۱/۴۵	۰/۴۳	۰/۶۳	شخصیت سازی	< -----
۵/۶۸	۰/۰۹	۰/۳۳	لذت از ورزش	< -----
۶/۵۰	۰/۴۳	۰/۳۸	تعهد ورزشی	< -----
۳/۵۷	۰/۰۶	۰/۲۱	تعهد ورزشی	< -----

جدول (۵)، اثرات عوامل مؤثر بر فاکتورهای کارآمدی مربیگری ادراک شده (مقادیر استاندارد) *Archive of SID*

متغیرها	متغیرها	اثر متغیرها	متغیرها	متغیرها
		مستقیم	غیر مستقیم	کل
کارآمدی انگیزش	< ----	۰	۰/۲۵	۰/۲۵
کارآمدی تکنیکی	< ----	۰	۰/۱۶	۰/۱۶
کارآمدی استراتژی بازی	< ----	۰	۰/۲۱	۰/۲۱
کارآمدی شخصیت سازی	< ----	۰/۳۴	۰	۰/۳۴
کارآمدی انگیزش	< ----	۰	۰/۲۵	۰/۲۵
کارآمدی تکنیکی	< ----	۰	۰/۱۶	۰/۱۶
کارآمدی استراتژی بازی	< ----	۰	۰/۲۱	۰/۲۱
کارآمدی شخصیت سازی	< ----	۰/۲۱	۰/۱۳	۰/۳۴
لذت از ورزش	< ----	۰/۳۸	۰	۰/۳۸

همانطور که در شکل ۲ و جدول ۵ مشاهده می شود، از بین مؤلفه های کارآمدی مربیگری تنها کارآمدی شخصیت سازی ادراک شده روی لذت از ورزش ($\beta = ۰/۳۴$) اثر مثبت و مستقیمی دارد و سایر مؤلفه های کارآمدی، اثر مثبت و غیر مستقیمی روی لذت از ورزش و تعهد ورزشی دارند. علاوه مؤلفه ی کارآمدی شخصیت سازی ادراک شده روی تعهد ورزشی هم به صورت مثبت و مستقیم ($\beta = ۰/۲۱$) و هم به صورت مثبت و غیرمستقیم ($\beta = ۰/۱۳$) تأثیر می گذارد.

بررسی ستون اثرات کل، گویای این مطلب است که لذت از ورزش بیشترین ($\beta = ۰/۳۸$) و کارآمدی تکنیکی ادراک شده کمترین ($\beta = ۰/۱۶$) تأثیر را بر تعهد ورزشی دارند. شاخص های برازش مدل در جدول ۳ نشان می دهند که بین مدل ساختاری پیشنهاد شده با داده های پژوهش برازش قابل قبولی وجود دارد. شاخص های CFI، NFI، TLI، IFI و BRT از ($۰/۹۵$) و RMSEA کوچکتر از ($۰/۰۵$) و CMIN/DF کوچکتر از (۲) نشان از برازش خوب و قابل قبولی دارند (۲۲).

بحث و نتیجه گیری

هدف از این پژوهش، بررسی ارتباط کارآمدی مربیگری، تعهد ورزشی و لذت از ورزش در بین تیم های والیبالی استان سمنان بود. بر اساس ادبیات تحقیق، مدل اولیه ای به منظور بررسی ارتباط متغیرهای فوق پیشنهاد شد، نتایج نشان داد که ارتباط مثبت و معناداری بین کارآمدی مربیگری ادراک شده با لذت از ورزش و تعهد ورزشی وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهش های مالت و سالیوان (۲۰۰۹)، فلتز و همکاران (۱۹۹۹)، بوردلی و همکاران (۲۰۰۸) و کاواسانو و همکاران (۲۰۰۸) همخوانی داشت. زیرا در این تحقیقات نیز ادراک ورزشکاران از مربیان با کسب لذت در فعالیت های جسمانی و افزایش تعهد مرتبط است.

با توجه به جدول ۵، مؤلفه های کارآمدی مربیگری به طور غیر مستقیم و به واسطه مؤلفه کارآمدی شخصیت سازی روی تعهد ورزشی و لذت از ورزش اثر گذارند این موضوع نشان می دهد، درک ورزشکار از کارآمدی شخصیت سازی، قویترین عاملی است که می تواند لذت از ورزش و تعهد ورزشی را تحت تأثیر قرار دهد. همانگونه که در جدول ۵ آمده است این متغیر به صورت مستقیم ($\beta = ۰/۲۱$) و غیر مستقیم با میانجیگری لذت از ورزش، متغیر تعهد ورزشی را تحت تأثیر قرار داد. کارآمدی شخصیت سازی بیشترین تأثیر را روی لذت از ورزش ($\beta = ۰/۳۴$) گذاشته است. با توجه به جدول ۴، از بین مؤلفه های کارآمدی مربیگری، به ترتیب، ادراک کارآمدی استراتژی بازی ($\beta = ۰/۶۳$) و کارآمدی انگیزش ($\beta = ۰/۲۴$) بیشترین بار عاملی را روی کارآمدی شخصیت سازی دارند بنابراین تأثیر مثبت و مستقیمی روی آن خواهند گذاشت. لازم به ذکر است که کارآمدی استراتژی بازی به مفهوم توانایی مربی در انتخاب بهترین روش و تاکتیک در حین رقابت برای موفقیت تیم است، کارآمدی انگیزش به مفهوم توانایی مربی در برانگیختن ورزشکاران و کارآمدی شخصیت سازی به مفهوم توانایی مربی در ایجاد نگرش مثبت به ورزش و رفتارهای ورزشکارانه می باشد؛ با توجه به مدل ارائه شده در این پژوهش، ادراک تاکتیک ها و استراتژی های مربی در رقابت ها به طور غیر مستقیم و مثبت، لذت و تعهد ورزشی ورزشکار را تحت تأثیر قرار می دهد.

با توجه به اینکه غالب اعضای نمونه آماری تحقیق را جوانان ۲۰-۱۶ ساله تشکیل داده اند می توان نتیجه گرفت که این گروه سنی نسبت به برد و باخت و تاکتیک های مربی در حین رقابت حساس تر هستند و این موضوع نگرش آن ها به فعالیت ورزشی و در نهایت تعهد ورزشی آنان را تحت تأثیر قرار خواهد داد.

همانطور که در بالا ذکر شد، کارآمدی انگیزش نیز روی کارآمدی شخصیت سازی بارگذاری شده است. بنابراین مربیان از طریق ایجاد انگیزش می‌توانند، رفتارهای ورزشکارانه و اخلاق مداری را در ورزشکاران تشویق نمایند. رشد و ترویج اینگونه رفتارها در محیط‌های ورزشی و تیم‌های والیبال، جو دوستانه و خوشایندی را ایجاد خواهد کرد که در نهایت با تأثیرگذاری بر ادراک ورزشکار، باعث احساس لذت از ورزش خواهد شد. این یافته با نتایج پژوهش‌های بوردلی و همکاران (۲۰۰۸) و گارسیا و همکاران (۲۰۱۰) همخوانی داشت. در عین حال با توجه به جدول ۵، کارآمدی شخصیت سازی ادراک شده تأثیر مثبت و مستقیمی ($\beta = 0/21$) روی تعهد ورزشی دارد. ادراک ورزشکاران از کارآمدی شخصیت سازی می‌تواند باعث ایجاد نگرش مثبت نسبت به فعالیت‌های ورزشی شود و در نهایت تعهد ورزشی آن‌ها را تحت تأثیر قرار دهد.

ماتریس همبستگی بین متغیرهای تحقیق نشان داد که ارتباط مثبت و مستقیمی بین لذت از ورزش با تعهد ورزشی وجود دارد. بعلاوه لذت از ورزش بیشترین تأثیر را بر تعهد ورزشی داشت (جدول ۲)، بنابراین ورزشکارانی که لذت بیشتری را با تمرینات تجربه می‌کنند نسبت به فعالیت‌های تمرینی متعهدتر خواهند بود، این یافته با نتایج پژوهش‌های کرینانثی و همکاران (۲۰۱۰)، رایان و همکاران (۲۰۰۹)، کاسپر (۲۰۰۸)، اسکانلان و همکاران (۱۹۹۳) و اسکانلان و لوتوایت (۱۹۸۶) و همخوانی داشت. این تحقیقات نشان داده‌اند که لذت از ورزش تأثیر مثبت و مستقیمی روی تعهد ورزشی دارد (۱۲، ۱۴، ۱۶، ۱۷).

به طور کلی نتایج تحقیق نشان دادند که ادراک ورزشکاران از کارآمدی مربیان بر لذت و تعهد ورزشی آنان اثرگذار است؛ مؤلفه کارآمدی شخصیت سازی نقش میانجی را در ارتباط بین مؤلفه کارآمدی مربیگری، لذت و تعهد ورزشی بازی می‌کند.

از آن جا که ادراک کارآمدی شخصیت سازی، درک ورزشکار از توانایی مربی را در ترویج رفتار ورزشکارانه در تیم، مقابله با غرور و برتری جویی در تیم و القای نگرش احترام به دیگران، می‌آزماید بنابراین با توجه به فاکتورهای اخلاقی در ورزش به منظور ترویج خصایص پهلوانی در ورزشکاران می‌توان تأثیر قابل ملاحظه‌ای را در افزایش لذت و تعهد ورزشی ورزشکاران شاهد بود.

بر اساس یافته‌های تحقیق، توانایی مربیان در انگیزش ورزشکاران و تاکتیک آن‌ها در مسابقات، اثر مثبت و غیر مستقیمی بر لذت و تعهد ورزشی داشت. بنابراین مربیان می‌توانند از استراتژی‌ها و محرک‌هایی استفاده کنند که حس مثبت و مؤثر بودن در تیم را برای ورزشکار فراهم آورد و او را به سوی رفتار ورزشی مناسب سوق دهد، این فرایند می‌تواند باعث افزایش کسب تجارب لذت بخش و تعهد ورزشی گردد.

همانطور که قبلاً ذکر شد، مربیانی که دوره‌های آموزش مربی را گذرانده‌اند، کارآمدی بالاتری را داشته‌اند (۱۸، ۱) و از طرفی ادراک ورزشکار از کارآمدی مربیگری، انگیزه، نگرش و عملکرد آن‌ها را تحت تأثیر قرار خواهد داد (۲، ۸). بنابراین مدل ارائه شده در این پژوهش کاربرد بسیاری برای مسئولین فدراسیون والیبال کشور در بخش‌های آموزش مربیان و برگزاری دوره‌های مربیگری دارد؛ تا از طریق گنجاندن آموزش اصول کارآمدی در دوره‌های مربیگری سطح کارآمدی مربیان را افزایش دهند. بعلاوه به مربیان عزیز کمک خواهد کرد تا از طریق افزایش لذت و تعهد ورزشی، شرایط مناسبی را برای بهبود عملکرد، پیشرفت و نگهداری ورزشکاران شایسته فراهم آورند.

References:

1. Boyst, J.P, (2009), An Examination of Sport Commitment in Collegiate Athletes, Master's thesis, The University of North Carolina at Greensboro.
2. Baker J, cote J & Hawes R, (2000). The relationship between coaching behaviors and sport anxiety in athletes. *Journal of Science and Medicine in Sport* 3, (2), pp: 110-119
3. 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
4. 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
5. 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
6. 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 behaviors in youth sport. *The sport psychologist*, 26, pp: 122-134
7. 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
8. Boardley I.D, Kavussanu M, Ring C, (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
9. Malet L, Sullivan P, (2009). Sources of coaching efficacy in coaches in Botswana, *International Journal of Coaching Science*. Vol 3, No 1, pp: 17-27
10. Boardley I.D, Kavussanu M, and Ring C, (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
11. 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
12. Scanlan, T.K, Carpenter P.J, Schmidt G.W, Simons J.P & Keeler B, (1993). An introduction to the sport commitment model. *Journal of sport and exercise Psychology*, 15, pp: 1-15.
13. Parsamehr M, (1390). The investigate of motives that are connected to continued participation in sport activities between physical education students, (case study: Yazd univercity). *Journal of sport management and motor behavior of Mazandaran univercity*, 7, No 13, (persian), pp: 93-106
14. Scanlan T.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
15. Glykeria P, Reppa, (2010). The enjoyment of two teaching programs (creative and non-creative one) in physical education, the case of 4th and 6th grade in Greek elementary school. *Procedia Social and Behavioral Sciences* 2, pp: 2212-2216
16. Wilson P.M, Rodgers W.M, Carpenter P.J, Hall C, Hardy J, Fraser S.H.N, (2004). The relationship between commitment and exercise behavior. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, pp: 405-421
17. Jonathan M, Casper, (2008). Demographic Predictors of Recreational Tennis Participants' Sport Commitment. *Journal of Park and Recreation Administration* Fall, Volume 26, Number 3, pp: 93-115.
18. 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
19. 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
20. Mirhoseini M, Hadavi. F, Mozafari A, (1391). Validity and Reliability of sport commitment in athletic students. *Sport management journal*, NO 15, (Persian), pp: 105-121
21. Minaei A, (1385). The study of factor construct the Akhenbakh teacher report form with confirmatory factor analysis. *Research about of exceptional childrens*, 6 th year, NO 3, (Persian), pp: 769-786.
22. 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
23. Tabarsa G, Raminmehr H, (1389). The offer of organizational citizen behavioral. *The view of state management journal*, NO 3, (Persian), pp: 103-117.