

موانع مشارکت ورزشی زنان و ارتباط آنها با انگیزه

مسعود نادریان*^۱، وحید ذوالاکتاف*، الهام مشکل گشا**

* استادیار دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه اصفهان

** دانشجوی کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی

تاریخ دریافت مقاله: ۸۶/۴ تاریخ پذیرش مقاله: ۸۶/۹

چکیده

هدف کلی این پژوهش، بررسی رابطه موانع مشارکت ورزشی زنان، با انگیزه درونی، انگیزه بیرونی، و بی‌انگیزگی می‌باشد. در این پژوهش از نظریه خود عزمی و مدل توالی انگیزه به عنوان چارچوب تئوری استفاده شده است. جامعه آماری زنان شهر اصفهان بوده و نمونه آماری تحقیق شامل دویست و چهارده نفر (N=214) از زنان بالای هیجده سال (ساکن منطقه‌ای در مرکز شهر اصفهان)، که مشارکت خود را در برخی از فعالیت‌های ورزشی گزارش داده بودند، می‌شد. برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه انگیزه ورزشی، پرسشنامه موانع، و پرسشنامه مشارکت ورزشی استفاده شد. رابطه میان سه بعد انگیزه (انگیزه درونی، انگیزه بیرونی و بی‌انگیزگی) و موانع مشارکت (نبود وقت، نبود علاقه، ناآگاهی، مشکلات فردی/روانی، مشکلات مربوط به نداشتن همراه، نبود امکانات، نداشتن دسترسی به امکانات) از طریق رگرسیون چندگانه بررسی شد. برای مقایسه سه بعد انگیزه (انگیزه درونی، انگیزه بیرونی، و بی‌انگیزگی) زنان با میزان مشارکت متفاوت از تحلیل واریانس چندگانه استفاده شد. نتایج نشان داد مشکلات فردی/روانی و نداشتن دسترسی به امکانات مسؤل ۲۱ درصد واریانس بی‌انگیزگی بودند. نداشتن علاقه، ناآگاهی، و نداشتن دسترسی مسؤل ۱۷ درصد واریانس انگیزه بیرونی بودند. نداشتن علاقه نیز، مسؤل ۱۲ درصد واریانس انگیزه درونی بود. همچنین میان نمرات انگیزه درونی، انگیزه بیرونی، و بی‌انگیزگی افراد با چهار سطح مشارکت (روزانه، هفتگی، ماهانه، و گهگاهی) تفاوت معناداری ($P \leq 0.05$) مشاهده گردید. نتایج نشان می‌دهد که موانع درون فردی (نداشتن علاقه، ناآگاهی، مشکلات فردی/روانی) با انگیزه فرد رابطه دارند و از آن طریق می‌توانند بر میزان مشارکت فرد در ورزش اثر بگذارند. در پایان پیشنهاد می‌شود برای درک بهتر موانع درون فردی و ارتباط آنها با دیگر میانجی‌های روانی، اجتماعی موثر بر انگیزه، که در ادبیات تحقیق بدان اشاره شده، تحقیق بیشتری انجام گیرد.

واژه‌های کلیدی: مشارکت ورزشی، موانع، انگیزه ورزشی، زنان

مقدمه

نحوه مشارکت زنان در فعالیت‌های ورزشی مسئله پیچیده‌ای است که عوامل زیادی در آن دخالت دارند. مطالعات تجربی، نشان داده که تفاوت‌های جنسی در سطح یا درجه موانع فعالیت‌های ورزشی در اوقات فراغت وجود دارد. زنان به عنوان نیمی از افراد جامعه با موانع بیشتری برای مشارکت در فعالیت‌های ورزشی

مواجهند. این که زنان چه فعالیتهای ورزشی را در اوقات فراغت انتخاب می‌کنند، نیاز به بررسی همه عواملی دارد که به صورت مثبت (انگیزش، مزایای پیش بینی شده) یا منفی (موانع) روی این انتخاب‌ها تاثیر می‌گذارد (۱۶).

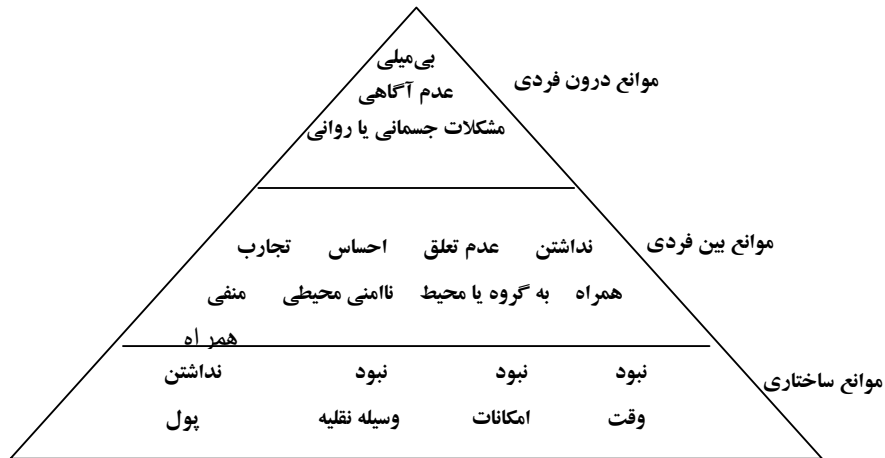
در هر انسان از کودکی تا لحظه مرگ هزاران نیاز یا خواسته زنده شده و پس از برخورد با موانع یا می‌میرند و یا قوت گرفته و به انجام می‌رسند. اینکه چه عواملی در این فرایند دخالت دارند موضوع تحقیقات زیادی است. در ایران تحقیقات اندکی در این باره صورت گرفته (۱،۲،۳،۴)، اما در خارج از کشور موضوع موانع مشارکت در فعالیتهای ورزشی در دو دهه اخیر به طور وسیعی مورد توجه محققان قرار گرفته است. در ابتدا گمان می‌رفت که عامل اساسی مشارکت نکردن زنان در فعالیتهای ورزشی تسلیم در برابر موانع درک شده^۱ است، به همین دلیل انتظار آن بود که بین میزان مشارکت و موانع مشارکت یک رابطه منفی قوی دیده شود.

در یک چارچوب تئوری برای مطالعه موانع مشارکت ورزشی، کراوفورد، جکسون و گادبی^۲ مدل هرمی موانع مشارکت در فعالیتهای اوقات فراغت را پیشنهاد کردند (۱۰). مدل پیشنهاد شده برای اولین بار، موانع را با توجه به اهمیت آنها در فرآیند تصمیم‌گیری فرد به سه دسته موانع درون فردی^۳، موانع بین فردی^۴، و موانع ساختاری^۵ تقسیم بندی نمود. موانع درون فردی به صفات و خصوصیات باز دارنده روانی اشاره دارد که از تجارب منفی فردی ریشه می‌گیرد. موانع بین فردی به عدم تعامل مثبت بین افراد و ناتوانی برای یافتن یار و تعلق گروهی مربوط می‌شود. موانع ساختاری نیز به معنای فراهم نبودن امکانات مادی برای انجام ورزش است. این مدل بعداً با ادغام مفاهیم چانه زنی^۶ و تعادل^۷ بیشتر توسعه یافت (۱۷). در این مدل موانع درون فردی مهمترین و موانع ساختاری کم اهمیت‌ترین دسته موانع در فرایند تصمیم‌گیری برای مشارکت هستند و موانع بین فردی بین آنها قرار می‌گیرند. این پیشنهادات برای اولین بار مفهوم انگیزه را در مطالعه موانع مشارکت در فعالیتهای ورزشی مورد توجه قرار دادند. این محققان پیشنهاد کردند مشارکت در فعالیتهای ورزشی نتیجه چانه زنی یا تلاش برای غلبه بر موانع می‌باشد و انگیزه یک مفهوم مهم در چانه زنی برای مشارکت است. چانه زنی و نتیجه آن، به قدرت نسبی و تعامل بین موانع مشارکت در یک فعالیت و انگیزه‌های چنین مشارکتی وابسته است (۱۷).

مفهوم انگیزه در ادبیات موانع مشارکت در فعالیتهای ورزشی مورد توجه زیادی قرار نگرفته است. مطالعه کارول و آلکساندریا^۸ (۵) در یونان، مطالعه هابارد و مانل^۹ (۱۴)، بر روی نمونه‌ای از کارمندان در آمریکا، تحقیق کیفی استاد ولوسکا^{۱۰} (۲۳) بر روی الگوهای فراغت مهاجران، و مطالعه اخیر الکساندریا و کارول (۷)

۱. Perceived Constraint
۲. Crawford, Jackson, Godbey
۳. Intrapersonal
۴. Interpersonal
۵. Structural
۶. Negotiation
۷. Balance
۸. Caroll & Alexandria
۹. Hubbard & Mannell
۱۰. Stodolska

تنها تحقیقات انجام شده در این زمینه هستند. همه این مطالعات شواهدی مبتنی بر نقش مهم انگیزه در مدل هرمی موانع مشارکت ورزشی فراهم آورده اند و نتیجه گرفته اند که تحقیقات بیشتری در این زمینه نیاز است. مسأله مهم این است که چگونه موانع، انگیزه و مشارکت در ارتباط با یکدیگر عمل می کنند و چگونه می توان موانع را حذف کرد و به جای آن انگیزه را تشدید نمود تا میزان مشارکت زنان در فعالیتهای ورزشی افزایش یابد.



شکل ۱. مدل هرمی موانع سه گانه مشارکت از نظر کراوفورد و همکاران (۱۹۹۱).

برای شفاف سازی رابطه بین انگیزه و موانع قبول یک چارچوب تئوری برای مطالعه انگیزه ضروری به نظر می رسد (۷). در این مطالعه از نظریه خود عزمی^۱ (۱۱) و مدل توالی انگیزه^۲ (۲۵) به عنوان چارچوب تئوری استفاده شده است. مطالعات محدودی تاکنون از تئوریهای انگیزشی در رابطه با مدل هرمی موانع فراغت، استفاده کرده اند (۷، ۱۴). نظریه خود عزمی پیشنهاد می کند که رفتار می تواند به صورت درونی یا بیرونی برانگیخته شود و یا بی انگیزه باشد. والراند ولویسر^۳ با ترکیب اجزاء نظریه خود عزمی، مدل توالی انگیزه را پیشنهاد کردند (۲۵). در این مدل عوامل اجتماعی بر روی واسطه های روانی تاثیر می گذارد و واسطه های روانی هم بر انگیزه اثر می گذارند. و نهایتاً میزان انگیزه فرد، نوع رفتار وی را تعیین می کند.

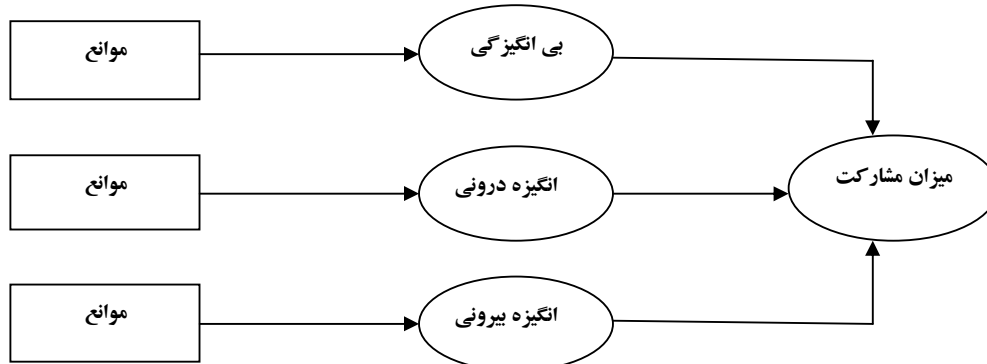
عوامل اجتماعی ← واسطه های روانی ← نوع انگیزه ← بروز رفتار

شکل ۲. نظریه توالی انگیزه والراند ولویسر (۱۹۹۴).

این توالی انگیزه می تواند یک چارچوب مفید برای مطالعه فراهم سازد. براساس نظر آلکساندریا و کارول (۷)، انواعی از موانع با تعاریف این عوامل اجتماعی و روانی همسو هستند. اگر این بحث صحیح باشد این موانع می توانند بر انگیزه و به طبع آن بر سطوح مشارکت تاثیر بگذارند. این پیشنهاد ممکن است ارتباط ضعیف بین موانع و مشارکت را که در مطالعات اولیه گزارش شده بود، توجیه کند (۶، ۱۴، ۱۸). شاید

۱. The self determination
۲. Motivational Sequence
۳. Vallerand & Loiser

مشخص شدن روابط میان متغیرهای تحقیق، بتواند به فهم بهتر رفتارهای ورزشی زنان در اوقات فراغت کمک کند. هدف از این پژوهش از یکسو بررسی ارتباط بین موانع مشارکت ورزشی زنان با سه بعد انگیزه و از سوی دیگر بررسی ارتباط بین انگیزه با میزان مشارکت ورزشی زنان است.



شکل ۳. مدل پیشنهادی برای ارتباط بین موانع، انگیزه، و میزان مشارکت (کارول و آلکساندریا، ۲۰۰۲).

روش تحقیق

این تحقیق از نوع تحقیقات پیمایشی است. جامعه آماری این تحقیق زنان شهر اصفهان می‌باشند. برای انتخاب نمونه، به منظور کنترل وضعیت اجتماعی، اقتصادی بر اساس تجربه منطقه‌ای حدود مرکز شهر که به نظر می‌رسید از نظر اجتماعی اقتصادی در حد متوسط بود انتخاب شد. بر اساس روش نمونه‌گیری کارول و آلکساندریا از این منطقه چهار خیابان به صورت تصادفی انتخاب و در هر خیابان از هر پنج خانه یک خانه انتخاب شد (۵، ۷). با ششصد و پنجاه نفر تماس گرفته شد که پانصد نفر به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند. زنانی که اصلاً مشارکتی در طول دوازده ماه گذشته نداشتند از نمونه تحقیق حذف شدند. به دلیل اجباری بودن تربیت بدنی در مدارس، دانش‌آموزان نیز از نمونه حذف شدند. بر اساس گزارش افراد از میزان مشارکتشان مشخص شد که دویست و چهارده نفر از نمونه کلی، در طول دوازده ماه گذشته، حداقل در یکی از فعالیتهای ورزشی مشخص شده در پرسشنامه شرکت داشته‌اند. این دویست و چهارده نفر (N=۲۱۴) نمونه اصلی مطالعه حاضر بودند. در این مطالعه برای اندازه‌گیری سه متغیر مشارکت ورزشی، موانع، و انگیزه از سه پرسشنامه جداگانه استفاده شد که به شرح زیر می‌باشد.

۱. پرسشنامه موانع

این پرسشنامه توسط کارول و آلکساندریا (۵) بر اساس مدل هرمی موانع، تهیه و شامل ۲۹ پرسش می‌باشد. در این پرسشنامه، موانع مشارکت در فعالیتهای ورزشی به هفت بعد، تقسیم شده‌اند این ابعاد عبارت بودند از: ناآگاهی، نداشتن علاقه، مشکلات فردی / روانی (موانع درون فردی)، نداشتن همراه (موانع بین فردی)، نداشتن وقت، کمبود امکانات، و نداشتن دسترسی به امکانات (موانع ساختاری). این پرسشنامه در چندین تحقیق مورد استفاده قرار گرفته و نتایج خوبی در رابطه با اعتبار و روایی آن گزارش شده (۲۲، ۷، ۵). این پرسشنامه توسط چند مترجم حرفه‌ای از زبان انگلیسی به زبان فارسی ترجمه و توسط تعدادی از

متخصصان تربیت بدنی مورد بازنگری قرار گرفت. پس از ترجمه نیز پایایی بدست آمده برای گروه نمونه رضایت بخش بود ($\alpha=0/90$).

۲. پرسشنامه انگیزه ورزشی (SMS)^۱

برای اندازه‌گیری انگیزه از پرسشنامه انگیزه ورزشی استفاده شد (۲۰). این پرسشنامه برای اندازه‌گیری سه بعد انگیزه (مطابق با نظریه خود عزمی) از سه قسمت تشکیل شده که عبارتند از: انگیزه درونی (۱۲ سوال)، انگیزه بیرونی (۱۲ سوال)، و بی‌انگیزگی (۴ سوال). ترجمه این پرسشنامه نیز به صورت پرسشنامه قبلی انجام گرفته است. این پرسشنامه در دامنه وسیعی از مطالعات ورزشی مورد استفاده قرار گرفته است که اکثر این مطالعات نتایج خوبی را در رابطه با اعتبار و روایی آن گزارش داده اند (۲۰، ۲۴، ۲۵). پس از ترجمه نیز پایایی بدست آمده برای گروه نمونه رضایت بخش بود ($\alpha=0/92$).

۳. پرسشنامه مشارکت

در این پرسشنامه از آزمودنی‌ها خواسته شد تا میزان شرکت خود در فعالیتهای ورزشی در طول ۱۲ ماه گذشته را مشخص کنند. میزان مشارکت دارای پنج سطح بود مشارکت روزانه، مشارکت هفتگی، مشارکت ماهانه، مشارکت گاهگاهی و عدم مشارکت. در این پرسشنامه توضیح داده شد که منظور از ورزش چیست. به همین منظور با توجه به ورزش‌های مرسوم در اوقات فراغت برای خانمها، فعالیتهای ورزشی با توجه به مکان فعالیت طبقه بندی شدند.

یافته‌های تحقیق

یافته‌های توصیفی نشان می‌دهد بیشترین نمره میانگین حاصل شده مربوط به مانع کمبود امکانات (۳/۴)، و کمترین نمره مربوط به ناآگاهی (۲/۱۴) است. در رابطه با میزان مشارکت، بیشترین مشارکت افراد نمونه بصورت مشارکت ماهانه (۴۵٪) و کمترین آن بصورت مشارکت هفتگی (۱۱٪) می‌باشد. میانگین سن افراد نمونه ۲۹/۶ سال به دست آمد. به منظور بررسی ارتباط بین سه بعد انگیزه و موانع از رگرسیون چندگانه استفاده شد که خود از سه قسمت تشکیل شده است.

در این روش بی‌انگیزگی بعنوان متغیر وابسته، و هفت بعد موانع (مشکلات فردی / روانی، نداشتن علاقه، ناآگاهی، نداشتن همراه، نداشتن وقت، کمبود امکانات، و نداشتن دسترسی) به عنوان متغیر مستقل، وارد تحلیل رگرسیون شدند. روش استفاده شده روش مرحله‌ای (معیارها: احتمال F برای ورود به مدل $\geq 0/05$ ، احتمال F برای خروج از مدل $\leq 0/10$) بود. جدول ۱ نشان می‌دهد که نهایتاً از شش متغیر پیش بین کاندیدا دو متغیر، وارد مدل نهایی شده‌اند. مشکلات فردی / روانی و نداشتن دسترسی تقریباً ۲۱٪ از واریانس بی‌انگیزگی را توضیح می‌دهد. این دو مانع به طرز معناداری ($p \leq 0/05$) می‌توانند بی‌انگیزگی را پیش بینی کنند.

جدول ۲ نتایج رگرسیون چندگانه بین انگیزه بیرونی به عنوان متغیر وابسته و هفت بعد موانع (مشکلات فردی / روانی، نداشتن علاقه، ناآگاهی، نداشتن همراه، نداشتن وقت، کمبود امکانات، و نداشتن دسترسی) به عنوان متغیر مستقل، را خلاصه می‌کند.

۱. Sport Motivation Scale

جدول ۱. خلاصه مدل رگرسیون چندگانه بی انگیزگی با هفت بعد موانع

مدل	B	t	معناداری	R	R ²	R ² تعدیل شده	خطای استاندارد برآورد
۱ (ثابت)	۱/۷۵	۸/۲۵	۰/۰۰				
مشکلات فردی	-۰/۵۸	۶/۹۹	۰/۰۰	-۰/۴۳	۰/۱۸	۰/۱۸	۱/۴۱
۲ (ثابت)	۱/۴۳	۵/۸۵	۰/۰۰				
مشکلات فردی	-۰/۵۲	۶/۰۵	۰/۰۰				
نداشتن دسترسی	-۰/۱۶	۲/۵۰	۰/۰۱	-۰/۴۵	۰/۲۱	۰/۲۰	۱/۴۰

جدول ۲. خلاصه مدل رگرسیون چندگانه انگیزه بیرونی با هفت بعد موانع

مدل	B	t	معناداری	R	R ²	R ² تعدیل شده	خطای استاندارد برآورد
۱ (ثابت)	۵/۱۴	۲۹/۵۳	۰/۰۰				
نداشتن علاقه	-۰/۳۵	-۵/۲۶	۰/۰۰	۰/۳۴	۰/۱۱	۰/۱۱	۱/۲۳
۲ (ثابت)	۴/۸۵	۲۵/۳۳	۰/۰۰				
نداشتن علاقه	-۰/۳۹	-۵/۹۰	۰/۰۰				
نداشتن آگاهی	-۰/۱۵	-۲/۹۳	۰/۰۰	۰/۳۸	۰/۱۵	۰/۱۴	۱/۲۱
۳ (ثابت)	۵/۱۲	۲۴/۲۴	۰/۰۰				
نداشتن علاقه	-۰/۳۸	-۵/۷۳	۰/۰۰				
نداشتن آگاهی	-۰/۲۲	-۳/۸۷	۰/۰۰				
نداشتن دسترسی	-۰/۱۶	-۲/۵۸	۰/۰۰	۰/۴۲	۰/۱۷	۰/۱۶	۱/۱۹

خلاصه مدل نشان می‌دهد که سه متغیر نداشتن علاقه، ناآگاهی، و نداشتن دسترسی در مدل نهایی باقی مانده است. این بدان معناست که این سه مانع مسئول ۱۷٪ از واریانس در انگیزه بیرونی هستند. جدول ۳ خلاصه نتایج رگرسیون چندگانه بین انگیزه درونی به عنوان متغیر وابسته و هفت بعد موانع (مشکلات فردی/ روانی، نداشتن علاقه، ناآگاهی، نداشتن همراه، نداشتن وقت، کمبود امکانات، و نداشتن دسترسی) به عنوان متغیر مستقل، را نشان می‌دهد. خلاصه مدل نشان می‌دهد که نداشتن علاقه در مدل نهایی باقی مانده است. و این بدان معناست که این مانع مسئول ۱۲٪ از واریانس انگیزه بیرونی است.

جدول ۳. خلاصه مدل رگرسیون چندگانه انگیزه درونی با هفت بعد موانع

مدل	B	t	معناداری	R	R ²	R ² تعدیل شده	خطای استاندارد برآورد
۱ (ثابت)	۵/۷۴	۳۲/۱	۰/۰۰				
نداشتن علاقه	-۰/۳۶	-۵/۳	۰/۰۰	۰/۳۴	۰/۱۲	۰/۱۱	۱/۲۶

به منظور بررسی تاثیر انگیزه بر میزان مشارکت از تحلیل واریانس چندگانه (MANOVA) استفاده شد. چهار گروه مشارکت (روزانه، هفتگی، ماهانه، و گهگاهی) به عنوان متغیر مستقل و سه بعد انگیزه (انگیزه درونی، انگیزه بیرونی، و بی انگیزگی) به عنوان متغیر وابسته وارد تحلیل شدند. مانوا تفاوت‌های معناداری را نشان داد (لاندا و یلکر $F=۱۲/۴$, $p \leq ۰/۰۵$, $F=۱۲/۴$, $p \leq ۰/۰۵$). این آمارها نشان می‌دهد بطور کلی نمرات انگیزه درونی، انگیزه بیرونی، و بی انگیزگی زنان در چهار گروه مشارکت، تفاوت معناداری ($p \leq ۰/۰۵$) دارد. آنوا تعقیبی نیز نشان داد که تفاوتها در هر سه بعد بی انگیزگی ($F=۲۵/۵۷$, $p \leq ۰/۰۵$)، انگیزه بیرونی ($F=۴/۶۲$, $p \leq ۰/۰۵$)، و انگیزه درونی ($F=۵/۹۳$, $p \leq ۰/۰۵$) معنادار است.

جدول ۴. نمرات میانگین، انحراف استاندارد و تحلیل واریانس انگیزه درونی، انگیزه بیرونی، و بی انگیزگی در چهار گروه مشارکت

مشارکت	تعداد	بی انگیزگی		انگیزه درونی		انگیزه بیرونی	
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
گهگاهی	۴۶	۴/۴۶	۱/۷۶	۴/۱۹	۱/۲۸	۳/۸۲	۱/۱۶
ماهانه	۲۳	۳/۴۳	۱/۲۶	۴/۹۶	۱/۳۱	۴/۰۲	۱/۴۴
هفتگی	۹۶	۲/۷۷	۱/۱۸	۵/۱۸	۱/۱۷	۴/۴۸	۱/۲۲
روزانه	۴۹	۲/۱۶	۱/۲۵	۵/۱۲	۱/۵۳	۴/۷۰	۱/۳۹
آنوا		F= ۲۵/۵۷ p≤۰/۰۵		F= ۵/۹۳ p≤۰/۰۵		F= ۴/۶۲ p≤۰/۰۵	

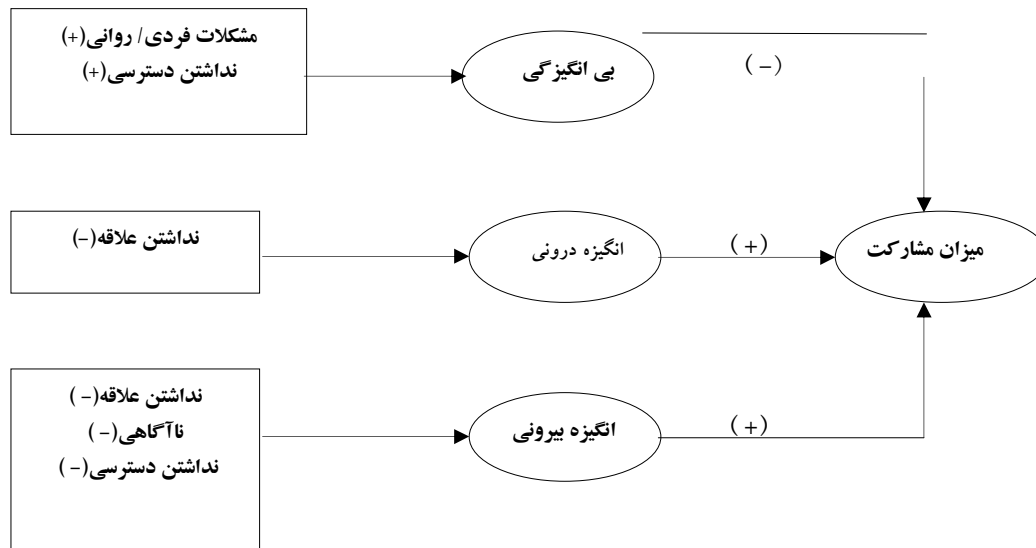
لاندامای ویلکز=۰/۶۱، F=۱۲/۴، p≤۰/۰۵

بحث و نتیجه گیری

در پژوهش حاضر محقق با بررسی رابطه انگیزه، موانع، و مشارکت در نمونه ای از زنان شهر اصفهان پرداخته است. با استفاده از تئوری خود عزمی (۱۱) و مدل توالی انگیزه (۲۵)، فرض می‌شود که برخی از ابعاد موانع ممکن است به عنوان میانجی‌های روانی عمل کرده و بتوانند انگیزه را پیش بینی کنند (شکل ۳). محقق با استفاده از دو روش تحلیل رگرسیون و تحلیل واریانس چندگانه به بررسی این رابطه پرداخته که یافته‌های حاصل از این نتایج به شرح زیر می‌باشد. نتایج به دست آمده از تحلیل رگرسیون چند گانه، از فرضیه‌های تحقیق حمایت می‌کند. در کل سه بعد موانع درون فردی (مشکلات فردی/ روانی، نا آگاهی، و نداشتن علاقه) و نداشتن دسترسی از گروه موانع ساختاری می‌توانند به طرز معناداری ($P \leq 0.05$) در پیش بینی انگیزه در بین این نمونه از زنان موثر، باشند (شکل ۴). نتایج نشان می‌دهد که دو مانع، مشکلات فردی/روانی و نداشتن دسترسی مسئول ۲۱ درصد واریانس در بی‌انگیزگی هستند. مشکلات فردی/روانی خود شامل: نداشتن آمادگی روحی برای انجام ورزش، نداشتن آمادگی جسمانی لازم، نداشتن مهارت لازم، ترس از آسیب دیدن و... می‌باشد. اگر بپذیریم که افراد بی‌انگیزه خیلی زود مشارکت را ترک می‌کنند (۱۲)، این نتایج پیشنهاد می‌کند که موانع درون فردی ممکن است تأثیر منفی بر ادامه مشارکت زنان داشته باشد. این یافته‌ها با نتایج مطالعه اخیری که توسط هاوارد انجام گرفت همسو می‌باشد (۱۴). نتایج تحقیق آلکساندریا و کارول (۷) هم نشان می‌دهد که موانع درون فردی بطور معناداری می‌توانند بی‌انگیزگی را پیش بینی کنند. این یافته‌ها تا حدی از مدل هرمی موانع مشارکت (۱۰)، حمایت می‌کنند. از طرفی نداشتن دسترسی به عنوان یک مانع ساختاری وارد مدل رگرسیون در پیش بینی بی‌انگیزگی شده است. و این موضوع می‌تواند تا حدی با مدل هرمی مغایرت داشته باشد. اما به هر حال نداشتن دسترسی در این گروه از زنان به عنوان یک مانع تا حدی می‌تواند در بی‌انگیزگی آنان موثر باشد. این مساله نشان از آن دارد که کمبود وسیله نقلیه، شلوغ بودن وسایل نقلیه، نبودن مکان ورزشی نزدیک محل سکونت، اهمیت بیشتری نسبت به سایر موانع ساختاری (کمبود امکانات و نداشتن وقت) و موانع درون فردی در بی انگیزه کردن زنان برای شرکت در فعالیتهای ورزشی دارد. به نظر این گروه از زنان امکانات در حد کافی وجود دارند اما دسترسی به امکانات برای آنها مشکل مهمتری است و تا حدی در بی‌انگیزه شدن آنها موثر می‌باشد. این نتایج در نمونه‌ای از زنان با وضعیت اجتماعی اقتصادی نسبتاً متوسط بدست آمده و احتمالاً در دیگر افراد ممکن است یافته‌های متفاوتی بدست آید. مطالعات بعدی باید به بررسی بیشتر موانع فردی بپردازد.

نتایج نشان می‌دهد که موانع درون فردی به طور معنادار ($P \leq 0.05$)، انگیزه درونی را پیش بینی می‌کنند. آنها مسئول ۱۲ درصد واریانس انگیزه درونی هستند. این بدان معنی است که سطوح بالای نداشتن علاقه با سطوح پایین انگیزه درونی مربوط است. این یافته‌ها با نتایج مطالعه کارول و آلکساندریا (۷) همسو است. این موضوع نشان دهنده آن است که از بین موانع درون فردی، نداشتن علاقه از نظر این گروه نمونه، می‌تواند در پیش بینی انگیزه درونی موثر باشد. البته برای روشن‌تر شدن این رابطه به تحقیق بیشتری در این زمینه نیاز است. ابزار اندازه گیری می‌تواند بر روی نتایج تاثیر بگذارد. مانل (۱۹)، ویسینگر و باندلوس (۲۶)، طی مطالعاتی اعلام کردند که توسعه یک ابزار اختصاصی و دقیق برای اندازه‌گیری انگیزه درونی احتیاج است. در بررسی رابطه موانع با انگیزه بیرونی نتایج نشان می‌دهد دو مانع نداشتن علاقه و ناآگاهی از گروه موانع درون فردی و همچنین نداشتن دسترسی به امکانات بطور معنادار انگیزه بیرونی را پیش بینی می‌کند. این سه عامل مسئول ۱۷ درصد واریانس انگیزه بیرونی هستند. بدان معنا که سطوح بالای موانع نداشتن علاقه، ناآگاهی، و نداشتن دسترسی با سطوح پایین‌تری از انگیزه بیرونی در ارتباط است. سلامتی و آمادگی جسمانی، تناسب اندام، کنترل وزن مهمترین دلایل بیرونی برای شرکت در ورزش هستند. نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که در کل بین انگیزه درونی، انگیزه بیرونی و بی‌انگیزگی زنان با میزان مشارکت مختلف (روزانه، هفتگی، ماهانه، و گهگاهی) تفاوت معنادار ($P \leq 0.05$)، وجود دارد. این یافته‌ها نشان می‌دهد که این سه نوع انگیزه با مشارکت در ارتباط است و چنانچه مدل توالی انگیزه (۲۵) را بپذیریم، انگیزه می‌تواند بر میزان مشارکت اثر بگذارد (شکل ۳). احتمالاً هر چه سطح انگیزه درونی و انگیزه بیرونی فرد بیشتر باشد مشارکت او بیشتر است و هرچه سطح بی‌انگیزگی فرد بیشتر باشد میزان مشارکت او کمتر خواهد بود. همچنین این نتایج مطابق با تئوری خود عزمی (۱۱) از چند بعدی بودن انگیزه حمایت می‌کند. بسیاری از روان‌شناسان از انگیزه، به عنوان یک فاکتور مهم در شکل دهی رفتار ذکر کرده‌اند. در مطالعه حاضر، بی‌انگیزگی در مقایسه با انگیزه درونی و انگیزه بیرونی از قدرت بالاتری برای پیش بینی میزان مشارکت برخوردار است. افراد بی‌انگیزه، نه از نظر درونی نه بیرونی بر انگیزه نیستند. یعنی از یک غیبت نسبی در انگیزه برخوردارند (۷). آنها نمی‌توانند پیش آمدهای فردی همراه با انجام یک عمل و نتیجه آن عمل را درک کنند، و رفتار آنها خارج از کنترل می‌باشد. فورتیر و همکاران (۱۲) نتیجه گرفتند این افراد، احتمالاً ورزش را ترک خواهند گفت. منطقاً هم این موضوع قابل پیش بینی است. برای وضوح بیشتر رابطه بین بی‌انگیزگی و تعهد برای ادامه مشارکت تحقیقات بیشتری نیاز است. این موضوع برای مدیران و برنامه ریزان اوقات فراغتی (به ویژه در مورد ورزش زنان) از اهمیت خاصی برخوردار است زیرا تحقیقات نشان داده که بیشتر از ۵۰ درصد افرادی که یک برنامه آمادگی جسمانی را شروع می‌کنند، پس از شش ماه یا کمتر آن را ترک می‌کنند (۱۳). مطالعه حاضر همچنین شواهدی مبنی بر تاثیر مثبت انگیزه درونی بر میزان مشارکت زنان فراهم می‌کند. قدرت انگیزه درونی در بسیاری از حیطه‌های رفتار انسان نشان داده شده، و به وسیله تعداد زیادی از تحقیقات انجام شده در حوزه فراغت و تفریح گزارش شده است (۱۵، ۲۶). فعالیت‌های ورزشی و تفریحی فرصتی برای افراد فراهم می‌آورد تا رفتارهایی را که با پاداشهای درونی همراهند انتخاب کنند کسب دانش و تجربه، یادگیری رفتار، تجربه هیجان، ارضای حس شیفتگی و علاقه شدید نسبت به یک رفتار، نمونه‌هایی از این پاداشهای درونی هستند.

مطالعه حاضر شواهدی مبنی بر تاثیر مثبت انگیزه بیرونی بر میزان مشارکت ورزشی زنان فراهم می‌کند. می‌توان از این مطالعه نتیجه گرفت که موانع درون فردی، با ابعاد انگیزه رابطه دارند و به عنوان میانجی‌های روانی عمل کرده و احتمالاً بر بی‌انگیزگی، انگیزه درونی و انگیزه بیرونی اثر می‌گذارند و از این طریق با میزان مشارکت فرد نیز در ارتباط هستند (شکل ۲).



شکل ۴. مدل پیشنهادی برای ارتباط بین موانع، انگیزه، و میزان مشارکت

منابع و ماخذ:

۱. احسانی، محمد/ ۱۳۷۹/ بررسی عوامل بازدارنده فعالیت های ورزشی تفریحی بر تکیه بر تفاوت های جنسی/همایش تربیت بدنی و ورزش/سول/ کره/ آگوست/ ص. ۱۴۹۲-۱۵۱۳.
۲. داداشی، صادق/ ۱۳۷۹/ عوامل بازدارنده فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت دانشجویان دانشگاه صنعتی اصفهان/ پایان نامه کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی/ دانشگاه اصفهان.
۳. سلامی، فاطمه/ حاج میرفتح/ فتانه/ ونوروزیان/ مریم/ ۱۳۸۱/ توصیف موانع شرکت بانوان در فعالیت های ورزشی/ تهران/ پژوهشکده تربیت بدنی وزارت علوم تحقیقات و فناوری.
۴. عزب دختران، مریم/ ۱۳۷۸/ بررسی عوامل بازدارنده فعالیت های ورزشی دختران دانشجو در دانشگاه آزاد اسلامی (واحد خوراسگان)/ پایان نامه کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان.
۵. Crawford, D/ Jackson, E/ Godbey, G/ ۱۹۹۱/ A hierarchical model of leisure constraints/ Leisure Sciences/ ۱۳/ ۳۰۹-۳۲۰.
۶. Deci, L/ Ryan, M/ ۱۹۸۵/ Intrinsic Motivation and Self-determination in Human Behavior/ New York: Plenum.
۷. Fortier, M/ Vallerand, R/ Briere, N/ Provencher, P/ ۱۹۹۵/ Competitive and recreational sport structures and gender: A test of their relationship with sport motivation/International Journal of Sport Psychology/ ۲۶/ ۲۴-۳۹.
۸. Howley, E/ Franks, D/ ۱۹۹۲/ Health and Fitness: Instructor's Handbook/ Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
۹. Hubbard, J/ Mannell, R/ ۲۰۰۱/ Testing competing models of the leisure constraint negotiation process in a corporate employee recreation setting/ Leisure Sciences/ ۲۲/ ۱۴۵-۱۶۳.
۱۰. Iso-Ahola, S/ ۱۹۹۴/ Motivation for leisure/ Leisure and Recreation/ ۹/ ۲۴۷-۲۷۹.
۱۱. Jackson, E/ ۲۰۰۰/ Investigation of leisure constraints/ Journal of Leisure Research/ ۳۸/ ۱۲۹-۱۳۹.

۱۲. Jackson, E/ Crawford, D/ Godbey,G/۱۹۹۳/ Negotiation of leisure constraints/Leisure Sciences/۱۵/۱-۱۲.
۱۳. Kay, T/ Jackson, G/ ۱۹۹۱/Leisure despite constraint: The impact of leisure constraints on leisure participation/Journal of Leisure Research/ ۲۳/۳۰۱-۳۱۳.
۱۴. Mannell, R/۱۹۸۴/ Personality and leisure theory: The self-as-entertainment construct/ Society and Leisure/ ۷/ ۲۲۹-۲۴۲.
۱۵. Pelletier, L/ Fortier, M./ Vallerand, R/ Tuson, K/ Briere, N/ Blais, M/ ۱۹۹۵/Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The sport motivation scale (SMS)/ Journal of Sport and Exercise Psychology/۱۷/ ۳۵-۵۳.
۱۶. Raedeke, T/Burton, D/۱۹۹۷/ Personal investment perspective on leisure-time physical activity participation: Role of incentives, program compatibility, and constraints/ Leisure Sciences.
۱۷. Raymore, L/ Godbey, G/Crawford, D/۱۹۹۳/ Nature and process of leisure constraints: An empirical test/ Leisure Sciences/ ۱۵/ ۹۹-۱۱۳.
۱۸. Stodolska, M/ ۲۰۰۰/Changes in leisure participation patterns after immigration/ Leisure Sciences/ ۲۲/۳۹-۶۳.
۱۹. Vallerand, R/ Losier, G/۱۹۹۴/ Self-determined motivation and sportsmanship orientations: An assessment of their temporal relationship/ Journal of Sport and Exercise Psychology/۱۶/۲۲۹-۲۴۵.
۲۰. Vallerand, R./ Losier, G/۱۹۹۶/ An integrative analysis of intrinsic and extrinsic motivation in sport/ Journal of Applied Sport Psychology/۱۱/۱۴۲-۱۶۹.
۲۱. Weissinger, E/ Bandalos, D/۱۹۹۵/Development, reliability and validity of a scale to measure intrinsic motivation in leisure/Journal of Leisure Research/ ۲۷/۳۷۹-۴۰۰./۱۹/ ۲۰۱-۲۲۸.