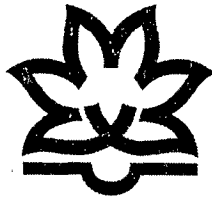




1915A



دانشگاه ارومیه

پایان نامه

رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش رفتار حرکتی

موضوع:

ارتباط متغیرهای تحلیل رفتگی، انگیزشی و عملکرد تیمی
بازیکنان حرفه ای والیبال

استاد راهنمای اول

دکتر حسن محمدزاده

استاد راهنمای دوم

دکتر میر محمد کاشف

پژوهشگر

سیما مکاری

۱۳۸۶

۱۰۹۱۵۸


۱۷/۱/۱۰۹۴۷۵
۱۷-۱۳-۳۱


کتابخانه مرکزی
دانشگاه ارومیه

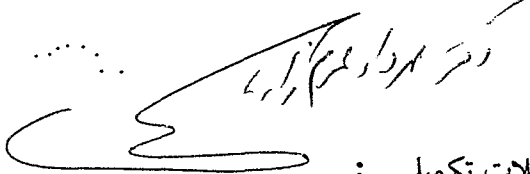
۱۳۸۷/۱۲/۲۱

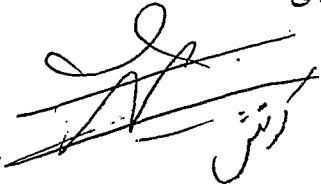
پایان نامه حاتم سیاماری به تاریخ ۱۳۸۸/۱۱/۱۶ شماره ۴- الف ۲ مورد پذیرش هیات محترم
داوران با رتبه عالی و نمره ۱۹ قرار گرفت.

۱- استاد راهنما و رئیس هیئت داوران : 

۲- استاد مشاور : 

۳- داور خارجی : 

۴- داور داخلی : 

۵- نماینده تحصیلات تکمیلی : 

تقدیم به :

پدر و مادر فداکار و دلسوزم که با صبر و تلاش
خود راه را برای رسیدن به موفقیت هموار کردند

تقدیر و تشکر :

حال که کلیه مراحل انجام این پایان نامه به اتمام رسیده است بر خود وظیفه می دانم که از همه کسانی که بنده را در انجام این کار و رسیدن به اهدافم یاری نمودند اند تشکر و قدردانی کنم :

- ۱- از خانواده مهربانم که در تمام مراحل زندگی یاد و یاور من بوده صمیمانه تشکر و قدردانی می کنم .
- ۲- از دوست و همکار تحقیقی ام خانم شمامه زمانی که در طی تحصیل از هیچ حمایتی در حق بنده دریغ ننموده اند ، کمال تشکر و قدردانی را دارم .
- ۳- از اساتید محترم گروه تربیت بدنی بویژه آقایان دکتر محمدزاده ، دکتر کاشف ، دکتر محرم زاده ، دکتر عامری نهایت سپاس و قدردانی را دارم که در طول تحصیل از راهنمایی های برادرانه و ارزشمندشان نهایت استفاده را برده ام .
- ۴- از کلیه مربیان و سرپرستان و بازیکنان تیم های لیگ برتر کشور که با صبر و حوصله مرا در پیشبرد کارم یاری نمودند سپاسگذارم .
- ۵- و نهایتاً از دوستان گرانقدر آقایان طاعی ، سلامی ، نسودی ، بنایی ، اژدر احمدی قدردانی و سپاسگذاری می نمایم .

صفحه	عنوان
۱	چکیده
	فصل اول - طرح تحقیق
۳	مقدمه
۴	۱-۱، بیان مسئله
۸	۲-۱، ضرورت و اهمیت پژوهش
۸	۳-۱، اهداف تحقیق
۸	۱-۳-۱، اهداف اختصاصی
۹	۴-۱، فرضیه های تحقیق
۹	۵-۱، محدودیتهای تحقیق
۹	۱-۵-۱، محدودیتهای قابل کنترل
۹	۲-۵-۱، محدودیتهای خارج از کنترل
۹	۶-۱، واژه های پژوهشی
	فصل دوم - ادبیات و پیشینه تحقیق
	مقدمه
۱۲	۱-۲، ادبیات پژوهش
۱۲	۲-۲، کلیاتی در باره تحلیل رفتگی
۱۳	۳-۲، تحلیل رفتگی
۱۴	۴-۲، فرآیندهایی که به تحلیل رفتگی منتهی میشوند
۲۰	۵-۲، الگوهای تحلیل رفتگی
۲۲	۶-۲، علایم تحلیل رفتگی
۲۶	۷-۲، رویکردهای انگیزش در ورزش
۲۸	۸-۲، تئوری خود تصمیمی
۲۸	۹-۲، تئوری ارزشیابی شناختی
۲۹	۱۰-۲، الگوی انگیزش کارون
۳۶	۱-۲، دو سبک مربیگری و انگیزش
۳۸	۲-۲، انگیزش و اسنادها در ورزش
۳۹	۳-۲، الگوی توجیه وینر
۳۹	۴-۲، نیازهای ورزشکاران و انگیزش
۴۱	۵-۲، نگره انگیزه - موفقیت
۴۳	۶-۲، نظریه مک کلند و اتکینسون در باره ارضاء نیازها
۴۴	۷-۲، نظریه ارتباط انگیزختگی و عملکرد
۴۵	

۴۵	۱۸-۲، نظریه U وارونه
۴۷	۱۹-۲، نظریه سائق
۴۸	۲۰-۲، نظریه اثر فاجعه
۴۸	۲۱-۲، نظریه وارونگی
۴۹	۲۲-۲، نظریه مناطق عملکرد بهینه
۵۰	۲۳-۲، مبانی عصب شناسی و انگیزتگی
۵۲	۲۴-۲، توضیحات عصبی در مورد رابطه انگیزتگی و عملکرد
۵۴	۲۵-۲، پژوهشهای انجام شده در خصوص تحلیل رفتگی و انگیزش ورزشی
۵۷	۲۶-۲، مطالعات انجام شده در باره انگیزش و عملکرد
۵۹	۲۷-۲، جمع بندی کلی
	فصل سوم- روش شناسی تحقیق
۶۱	مقدمه
۶۱	۱-۳، روش تحقیق
۶۱	۲-۳، جامعه آماری
۶۱	۳-۳، نمونه آماری
۶۲	۴-۳، ابزار اندازه گیری
۶۲	۵-۳، مقیاس انگیزش ورزشی (SMS)
۶۲	۶-۳، پرسشنامه تحلیل رفتگی ورزشکار (ABQ)
۶۳	۷-۳، اعتبار و پایایی پرسشنامه در ایران
۶۴	۸-۳، روش اجرای تحقیق
۶۴	۹-۳، روشهای آماری
	فصل چهارم - تجربه و تحلیل یافته های تحقیق
۶۶	مقدمه
۶۶	۱-۴، تحلیل توصیفی
۶۹	۲-۴، آزمون فرضیات تحقیق
	فصل پنجم - بحث و نتیجه گیری
۷۴	مقدمه
۷۴	۱-۵، خلاصه تحقیق
۷۷	۲-۵، بحث و نتیجه گیری
۸۰	۳-۵، پیشنهادات
۸۲	ضمائم
۸۴	منابع و مأخذ

فهرست نمودارها

صفحه	عنوان
۴۶	نمودار (۱-۲) نظریه U وارونه
۴۷	نمودار (۲-۲) نظریه سائق
۴۹	نمودار (۳-۲) نظریه وارونگی
۶۷	نمودار (۱-۴) میانگین مربوط به متغیرهای انگیزشی تیمهای موفق و ناموفق
۶۸	نمودار (۲-۴) میانگین مربوط به عوامل تحلیل رفتگی تیمهای موفق و ناموفق

فهرست جداول

صفحه	عنوان
۶۳	جدول (۱-۳) نتایج پایایی متغیرهای انگیزش ورزشی
۶۳	جدول (۲-۳) نتایج پایایی عوامل تحلیل رفتگی ورزشکاران
۶۶	جدول (۱-۴) میانگین، انحراف استاندارد متغیرهای انگیزشی آزمودنیها
۶۶	جدول (۲-۴) میانگین، انحراف استاندارد عوامل تحلیل رفتگی آزمودنیها
۶۷	جدول (۳-۴) میانگین، انحراف استاندارد متغیرهای انگیزشی تیمهای موفق و ناموفق
۶۸	جدول (۴-۴) میانگین، انحراف استاندارد عوامل تحلیل رفتگی تیمهای موفق و ناموفق
۷۰	جدول (۷-۴) همبستگی اسپیرمن بین متغیرهای انگیزشی و عملکرد تیمی
۷۰	جدول (۸-۴) همبستگی اسپیرمن بین عوامل تحلیل رفتگی و عملکرد تیمی
۷۱	جدول (۹-۴) نتایج آزمون t مستقل، مربوط به متغیرهای انگیزشی تیمهای موفق و ناموفق
۷۲	جدول (۱۰-۴) نتایج آزمون t مستقل، مربوط به عوامل تحلیل رفتگی تیمهای موفق و ناموفق

فهرست شکلهما

صفحه	عنوان
۲۱	شکل (۱-۲) سازگاریهای مثبت و منفی با فشار تمرین
۲۴	شکل (۲-۲) الگوی اشمیت و اشتاین
۲۵	شکل (۳-۲) الگوهای شناختی - عاطفی و تحلیل رفتگی اشمیت
۲۷	شکل (۴-۲) علایم فیزیولوژیکی و روانشناختی تحلیل رفتگی
۲۸	شکل (۵-۲) علائم تحلیل رفتگی به گفته فایگل
۳۰	شکل (۶-۲) اثر عوامل درونی و بیرونی بر شرکت جوینی در ورزش
۳۱	شکل (۷-۲) اثر پاداش بر انگیزش درونی
۳۶	شکل (۸-۲) الگوی برای انگیزش ورزشی
۴۰	شکل (۹-۲) الگوی اسنادی وینر
۴۸	شکل (۱۰-۲) نظریه فاجعه
۵۰	شکل (۱۱-۲) نظریه مناطق عملکرد بهینه
۵۱	شکل (۱۲-۲) سیستم لیمبیک

چکیده:

هدف این تحقیق مطالعه ارتباط تحلیل رفتگی، انگیزشی و عملکرد تیم های بازیکنان حرفه ای والیبال بود. آزمودنیها ۱۲۷ نفر از دوازده تیم باشگاهی لیگ برتر والیبال بودند. برای جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه تحلیل رفتگی ورزشکار (ABQ) و مقیاس انگیزش ورزشی (SMS) استفاده شد. برای بررسی ارتباط متغیرها از آزمون ضریب همبستگی اسپرین و پیرسون و برای مقایسه تفاوت‌های احتمالی تیمهای موفق و ناکام از آزمون t مستقل استفاده شد. نتایج نشان داد بین تحلیل رفتگی کلی و عوامل آن با برخی از متغیرهای انگیزشی درونی ارتباط معکوس و با عامل بی انگیزگی ارتباط مستقیم معنی داری وجود دارد. ارتباط معنی داری بین عوامل تحلیل رفتگی و انگیزشی با عملکرد تیمی مشاهده نشد. احساس عدم موفقیت (عامل تحلیل رفتگی) و عامل شناخت (متغیر انگیزشی) در تیمهای ناموفق بیشتر از تیمهای موفق بود. نتایج، از رویکرد خود - تصمیمی انگیزشی در تعیین میزان تحلیل رفتگی ورزشکاران حمایت می کند.

واژه های کلیدی:

تحلیل رفتگی ورزشی، انگیزش ورزشی، عملکرد تیمی، بازیکن حرفه ای.

فصل اول

طرح تحقیق

ورزش بخشی از زندگی شده است و برای برخی مردم همه زندگی است. اگر تویی را در اختیار یک یا چند کودک بگذاریم، آنها شروع می کنند به پرتاب کردن، لگد زدن، تیم ساختن و مسابقه دادن و دیگر هیچ نمی خواهند. در دنیای بزرگسالان، بناها، تجهیزات، دستگاه ها و امکانات بسیار پرخرج و گران قیمتی برای کاربردهای ورزشی وجود دارد. مردم ساعتها وقت خود را صرف ورزش یا ورزشهایی می کنند که یا خود با آنها درگیرند و یا دیگران را در آن حال تماشا می کنند. ورزش برای تمام کشورها وسیله ای برای بدست آوردن حیثیت و غرور ملی شده است. شش نفر در زمین والیبال، یا یک نفر در تشک کشتی برنده می شود یا می بازد و چندین میلیون نفر خوشحال یا افسرده می کنند.

عواطف بخش جدایی ناپذیر در ورزشهای رقابتی است. رسیدن به حالت عاطفی مناسب و نگهداری آن از جمله نگرانیهای همیشگی ورزشکاران و مربیان ورزش است. این حالت بهینه به آنان این امکان را می دهد تا در بالاترین حد توان خود عمل کنند. از جمله عوامل عاطفی و هیجانی که در عملکرد ورزشی نقش عمده ای بازی می کنند، انگیزش به ورزش و در مقابل آن تحلیل رفتگی ورزشی می باشد. با وجود اهمیت تحلیل رفتگی و انگیزش در ورزش، شناخت ورزشکاران و مربیان از این عوامل بسیار اندک است. شاید به همین دلیل است که مربیان ورزش در تلاشهای خود روشهای بسیار پراکنده ای را به کار می گیرند تا ورزشکاران خود را از نظر روانی در وضعیت آماده نگه دارند. اما این امر همیشه امکان پذیر نبوده و بهترین ورزشکاران نیز در دوره های زمانی دچار افت انرژی روانی یا به عبارتی تحلیل رفتگی ورزشی می شوند.

انگیزش هم علم و هم هنر است. هنر انگیزختگن دیگران به معنای داشتن سبکی از مکالمه است - کلامی و غیر کلامی - که ترکیبی از ارزش و حساسیت موضوع را نشان می دهد. همچنین، انگیزش به عنوان علم به این معناست که رهبر باید بداند چه وقت و چه چیزی را بگوید و چگونه آن را بگوید. تا به حال، نگره های انگیزشی مختلفی توسط محققین ارائه شده است. از آن جمله می توان به انگیزش پیشرفت، و انگیزش شایستگی مبتنی بر میل شخص برای موفقیت و مقابله موثر با محیط برای مدت زمانی طولانی را نام برد. الگوی انگیزشی کارون، عوامل متعددی را نشان می دهد که زیربنای انگیزش در ورزش هستند و بیانگر آنست که رهبران تیم می توانند به ویژگی های تغییر ناپذیر درباره ورزشکاران حساس باشند در حالیکه راهبردهایی را برای تقویت عوامل انگیزشی که آماده تغییر هستند، اجرا کنند (۱).

پژوهشگران مدتها در پی کشف اسرار تحلیل رفتگی ورزشی ورزشکاران بوده اند. مسئله تحلیل رفتگی در ورزشکاران به دلایل مختلف تبدیل به موضوعی بحرانی شده است که از آن جمله

می توان اثرات منفی احتمالی آن در عملکرد ورزشی، انجام فعالیتهای جسمانی و سلامت عمومی نام برد. کرس ول و اکلانند^۱ (۲۰۰۵)، در مقالات خود این فرض را ارائه کردند آن دسته از نیازهای روانی که در عرصه های ورزشی مدت های طولانی تحقق نیافته اند و به همان صورت در روان انسان انباشته شده اند، ممکن است در توانایی دستگاه های بدن و یا در محیطهای کاری سربسته به یک وضعیت تجربی منفی منجر شوند (۹).

در برخی مواقع روانشناسان ورزشی از روشهای مختلفی استفاده می کنند تا افکار، احساسات، نگرشها و رفتارهای بازیکنان را بسیار سریع تغییر دهند و این تغییر را در یک زمان طولانی مدت حفظ کنند. با این وجود، مخصوصاً در بازیکنان زبده، این کار به هیچ وجه ساده نیست. بدون مطالعه و شناخت نیازها و نگرشهای این ورزشکاران، راهبردهای مورد استفاده توسط روانشناسان ورزشی و مربیان در انگیزاندن و تعدیل عواطف ممکن است بیشتر زیان آور باشند تا سودمند. در این تحقیق، سعی شده تا با شناسایی متغیرهای انگیزشی مرتبط با تحلیل رفتگی و عملکرد در ورزشکاران حرفه ای والیبال، راه را برای کار کردن بهتر روانشناسان ورزشی با بازیکنان حرفه ای والیبال مهیا کند.

بیان مسئله:

تا به حال تعریف دقیق و پذیرفته شده ای از انگیزش صورت نگرفته است. به هر حال انگیزش واژه ای بسیار رایج است. انگیزش^۲ مکانیسمی درونی و یا محرکی بیرونی است که رفتار را انگیزخته^۳ و هدایت می کند. تمام رفتارهای پیچیده انسان با سطح معینی از انگیزش انجام می شود و به سمت هدفی هدایت می گردند. ترکیب انگیزش و هدایت شدن به سوی هدفی در رفتاری یکپارچه می گردد که رفتار انگیزخته شده نام دارد. انگیزش با دو کارکرد بنیادی درگیر است. کارکرد اول انگیزش یا انرژی دار کردن است، که با بسیج منابع بدن برای دادن پاسخ قوی و شدید درگیر است. دومین کارکرد، کارکرد هدایتی است که رفتار را به سوی اهداف خاصی هدایت می کند. این دو کارکرد در مقابل هم قرار نمی گیرند. مطمئناً رفتار در هر زمان نتیجه یکپارچگی هر دو جنبه انگیزشی است. انگیزش عنصری کلیدی در رفتار انگیزش یافته است و لذا مکانیسمهای عمده روانی آن باید مورد بررسی قرار گیرد و رابطه بین این حالت جسمانی و رفتاری حرکتی مورد تحقیق و بررسی قرار گیرد (۴۳).

^۱ -Cresswell, S. L., & Eklund, R. C 2005

2- Motivation

3- Arouse

انگیزش ما را به شرکت در ورزش و ادامه آن ترغیب می کند. انگیزش درونی به عنوان "انگیزش برای انجام یک فعالیت به خاطر خود فعالیت" تعریف شده است. به عنوان مثال ورزشکارانی که برای کسب لذت، والیبال بازی می کنند، از درون برانگیخته شده اند. برعکس انگیزش بیرونی "انگیزشی است که به طور بیرونی کنترل می شود". در مواردی مطلوب است که انگیزش درونی زیاد با پاداش های بیرونی قوی ترکیب شده باشد. مطالعات نشان می دهد که در شرایط معین محرک های بیرونی می تواند انگیزش درونی را واقعاً کاهش دهد (۴۳). سومین نوع انگیزش، بی تفاوتی و بی انگیزشی است یا به عبارت دیگر، بی تفاوتی فرد نسبت به نتیجه کار است. افراد بی انگیزه اعتقاد دارند که نیروهای خارج از کنترل آنان، رفتارهایشان را تعیین می کنند (دسی و راین، ۱۹۸۵) (۴۴).

یکی از تعاریف تحلیل رفتگی ورزشی که در مفاهیم ورزشی به طور گسترده مورد استفاده قرار می گیرد، از تئوری اسمیت^۱ (۱۹۸۶) در چهارچوبی از مدل روانی-شناختی او ناشی می شود. او پیشنهاد کرد حالت عاطفی منتج شده از سطوح بالای استرس که بر جنبه های مختلف زندگی فرد فشار وارد می کند، نتایج رفتاری و روانی، ناهنجاری را باعث می شود. او تحلیل رفتگی ورزشی را به عنوان عقب نشینی روانی، عاطفی و جسمانی از فعالیتی ورزشی، ناشی از تجارب استرس، که قبلاً برای او لذت بخش بود، تعریف می کند. (۴۲) به طور تخصصی، ریدیک^۲ (۱۹۹۷)، به این تعریف چنین اضافه می کند آن حالت، عناصری از واماندگی بدنی و عاطفی را شامل می شود که پیشرفتهای مرتبط با ورزش را کاهش داده و باعث ضعف در عملکرد ورزشی می شود. (۱۶)

سه نظریه مهم درباره تحلیل رفتگی ورزشکاران وجود دارد. یکی، علت را ناشی از استرس و فشار زیاد تبیین می کند. فشار برای بردن، تمرین و اجرای مناسب می تواند به واماندگی و استرس بدنی و روانی منجر شود و آن هم به تحلیل رفتگی بیانجامد. دومین علت منجر به تحلیل رفتگی ورزشی ورزشکاران را می توان در احساس اغفال شدن ورزشکاران جستجو کرد. ورزشکاری که حس اغفال شدگی دارد مدت زمان و انرژی زیادی را در ورزش صرف می کند اما هیچ گونه پاداش یا لذتی از شرکت در ورزش را تجربه نمی کند. هزینه صرف شده در ورزش سنگین تر از مزایایش است و در نهایت، تحلیل رفتگی و افت در ورزشکار به وجود می آید. آخرین نظریه مربوط به تشریح تحلیل رفتگی ورزشکاران، مسئله اختیار می باشد. جای کوکلی جامعه شناس مشهور این ایده را ارائه می کند که ساختار ورزشهای رقابتی و سازمان یافته باید بازبینی شوند. این ساختارها هویت ورزشکاران و مسائل مربوط به زندگی آنان را تحت کنترل دارد و باعث احساس اجباری بودن ورزش را در ورزشکاران به وجود می آورد. کوکلی بیان می کند میل به کنترل شخصی مسائل

1- Smith, R.E. 1986

2- Raedeke, T.D 1997

زندگی، یکی از علتهای ممکن در تحلیل رفتگی ورزشکاران می باشد. به طور خلاصه، سه عامل مهم، یعنی استرس و فشار زیاد، فقدان پاداش و لذت جویی از ورزش، میل به کنترل شخص که با شرکت در میداین ورزشی به وجود می آید، منجر به تحلیل رفتگی ورزشکاران می شود (کوخ، ۲۰۰۲) (۱۲).

مسئله تحلیل رفتگی در ورزشکاران به دلایل مختلف تبدیل به وضعیتی بحرانی شده است که از آن جمله می توان اثرات منفی احتمالی آن در اجرای فعالیت های بدنی و سلامت عمومی را نام برد. (اسمیت ۱۹۸۶) مبتلایان به سندروم تحلیل رفتگی به صورت تجربی دچار این بیماری می شوند که دارای سه ویژگی عمده است: الف) خستگی و تحلیل رفتگی جسمی و روانی ب) کاهش توانایی در انجام فعالیت های روزانه ج) منفی بافی یا همان حالتی که فرد ارزش چندانی برای امور قایل نیست و قضایا را کم اهمیت تر از همیشه می بیند (مسلج و لیتتر، ۱۹۹۷). (۴۵) به اعتقاد پژوهشگران، فشار عصبی و تعهد، دو دلیل برای تفسیر تحلیل رفتگی در ورزشکاران است. اخیراً، کرس ول و اکلانند (۲۰۰۵)، چنین پیشنهاد کردند که نظریه خود-تصمیمی^۱ می تواند توضیح جامعی برای وقوع این پدیده ارائه دهد. (۹)

در تئوری خود-تصمیمی، دسی و رایان اظهار داشتند که سلامت انسان در گرو برآورد شدن سه نیاز اساسی از یعنی استقلال درونی، صلاحیت و شایستگی و وابستگی است. برطرف شدن این نیازها به سلامت انسان منجر خواهد شد، در حالیکه برآورده نشدنشان سبب بروز سردرگمی و دودلی در رفتار، ناخوشی و سایر نتایج منفی خواهد شد. (رایان و دسی ۲۰۰۰ الف) حال که به تاثیر انگیزش در تحلیل رفتگی پی بردیم لازم است با استفاده از مفاد تئوری خود-تصمیمی به توضیح و تشریح تحلیل رفتگی در ورزشکاران پردازیم. کرس ول و اکلانند در مقالات خود این طرح را پیش کشیدند که آن دسته از نیازهای روانی که در عرصه های ورزشی مدتهای مدید تحقق نیافته اند و به همان صورت انجام نیافته در روح و ذهن تلنبار گشته اند ممکن است در دستگاه توانایی انسان (مسلج ۱۹۸۲) و محیطهای کار منجر به وضعیت تجربی منفی شوند که آن را تحلیل رفتگی می نامند. بعد انگیزشی این اصل بسیار حائز اهمیت است چرا که سه نیاز استقلال درونی، وابستگی و صلاحیت از عوامل اصلی تقویت کننده انگیزه تصمیم گیری هستند. به اعتقاد نظریه پردازان خود-تصمیمی، ناکامی مزمن در برآورده ساختن نیازها منجر به پیدایش نوعی انگیزه باقوه تصمیم گیری کمتر می گردد (یعنی انگیزش درونی پایین) که در مقابل باعث تشدید شدن نوعی انگیزه باقوه تصمیم گیری بسیار کمتر (یعنی انگیزش خارجی) می شود (رایان و دسی ۲۰۰۰ الف). شواهد اولیه نشان دهنده وجود ارتباط میان تحلیل رفتگی و انگیزش به طریق خود-تصمیمی

1 -Self-determined theory

است. بویژه بی انگیزگی با تحلیل رفتگی در ورزشکاران ارتباطی مستقیم و روندی هماهنگ دارد. (کرس ول و اکلاند ۲۰۰۵، گود ۱۹۹۶، ریدیک و اسمیت ۲۰۰۱) بی انگیزگی یا کمبود انگیزه در میان انواع آن در پایین ترین ردیف قرار دارد و در نوع خود نتیجه عدم کامیابی یا محرومیت از برآوردن احتیاجات روانی شخص و یا این باور است که با تلاش و کوشش نیز نمی توان به نتیجه دلخواه رسید (رایان و دسی ۲۰۰۰ ب). برای خلاصه می توان چنین گفت که انگیزشی که در خدمت نیازهای اساسی روانی نباشد (انگیزش با درجه پایین قدرت تصمیم گیری) در سطوح بالاتر با تحلیل رفتگی در ارتباط می باشد (یعنی هرچه بیشتر باشد تحلیل رفتگی نیز به همان اندازه است). (کرس ول و اکلاند ۲۰۰۵، گود ۱۹۹۶، ریدیک و اسمیت ۲۰۰۱) از طرف دیگر انگیزشی که نیازهای اساسی روانی را برطرف نماید (یعنی انگیزشی با قدرت تصمیم گیری بالا) در سطوح پایین تری با تحلیل رفتگی در ارتباط است (هرچه بیشتر باشد شخص احساس تحلیل رفتگی کمتری خواهد داشت). (کرس ول و اکلاند ۲۰۰۵، ریدیک و اسمیت ۲۰۰۱) تمام نتایج بدست آمده سبب شد تا این نظریه که خود-تصمیمی می تواند چارچوب مفیدی برای درک فرایند تحلیل رفتگی ورزشکاران باشد، ملموس تر به نظر می رسد (۹ و ۱۵ و ۴۶ و ۴۷).

شاید یکی از چالش انگیزترین تکالیف انگیزشی این باشد که روانشناسان و مربیان، هر عضو تیم را بیانگیزانند، و ورزشکاران نیز با این احساس که تلاشهای آنها به هدفهای مطلوب (مورد انتظار) منتهی خواهد شد، خودشان را بیانگیزانند. ورزشکارانی که هر هفته در طول تمرینات بسیار زحمت می کشند و با این وجود به آنها اجازه داده نمی شود که در هیچیک (یا تعداد کمی) از مسابقات شرکت جویند و یا هدفهای آنان بسیار فراتر از تواناییهای آنان باشد، به احتمال زیاد انگیزش کافی برای شرکت در تمرینات با حداکثر تلاش و پایداری در ورزش را نخواهند داشت.

روانشناسان ورزشی علاقه مندند به دلایل اولیه فرد برای مشارکت در ورزش پی ببرند بدانند چرا فرد در مشارکت خود پایداری می کند. اینکه ورزشکار تا چه اندازه نتایج اعمال معینی را مهم بشمارد، انتظارات فرد از مطلوب بودن رسیدن به هدف را تعیین می کند. برای مثال، انتظار پاسخهای معینی از تماشاگران، هم تیمی ها، مربیان، یا حتی خانواده و آشنایان در برابر عملکرد ورزشکار می تواند افکار و عواطف و عملکرد او را تحت تاثیر قرار دهد. در تحقیق حاضر، محقق در صدد یافتن پاسخ به این سئوالات است که آیا بین متغیرهای انگیزشی با تحلیل رفتگی ورزشی و عملکرد ورزشکاران ارتباطی وجود دارد؟ و آیا بین عوامل تحلیل رفتگی ورزشی با عملکرد ورزشی ارتباطی وجود دارد؟ و اینکه کدام متغیرهای انگیزشی پیش بینی کننده قوی تری در تحلیل رفتگی ورزشی هستند.

ضرورت و اهمیت پژوهش:

ورزشکاران در سطح حرفه ای به دلیل انجام تمرینات زیاد در روز و در دوره های زمانی طولانی بیشتر مستعد تحلیل رفتگی هستند. همچنین این ورزشکاران در بیشتر اوقات از روزشان با تعداد زیادی از ارباب رجوع، همچون ورزشکاران هم تیمی یا غیر هم تیمی، مربیان، مدیران تیم، والدین و دیگر افراد خانواده برخوردارند. عواملی همچون فقدان حمایت از طرف مدیران یا سرپرستان، داشتن ارتباطات ضعیف با مربی، پادشاهی مالی ناکافی، عدم وجود موقعیتها و زمینه های پیشرفت، و همچنین مسائل و مشکلات خانوادگی و اجتماعی می توانند نقش مهمی در کمک به تحلیل رفتگی ورزشکاران بازی می کند.

با وجود انجام تحقیقات چندی در خارج از کشور درباره رابطه تحلیل رفتگی و انگیزتگی ورزشکاران، تحقیقات انجام شده خصوصا در مورد بازیکنان حرفه ای رشته های مختلف مخصوصا در مورد بازیکنان والیبال اندک می باشد. نتایج اکثر تحقیقات حاکی از آن است که عوامل انگیزشی در بازیکنان حرفه ای نسبت به بازیکنان مبتدی و آماتور فرق می کند. بنابراین مطالعه و شناخت ارتباط بین متغیرهای انگیزشی شرکت در ورزش با عوامل تحلیل رفتگی ورزشی در بازیکنان حرفه ای ضروری به نظر می رسد.

یافته های حاصل از این تحقیق می تواند کاربردهای مختلفی در رشد حرفه ای ورزشکاران داشته باشد. روانشناسان ورزشی با شناخت عوامل موثر بر تحلیل رفتگی و عملکرد ورزشی، با برنامه و راهکارهای بهتری می توانند ورزشکاران خود را در سطح بهینه ای از حالات روحی- روانی، اجتماعی و عملکردی آماده نگه دارند.

اهداف تحقیق:

هدف کلی این تحقیق، تعیین ارتباط بین تحلیل رفتگی ورزشی، انگیزش ورزشی و عملکرد در بازیکنان حرفه ای والیبال می باشد.

اهداف اختصاصی:

- ۱- تعیین ارتباط بین متغیرهای انگیزش ورزشی با تحلیل رفتگی بازیکنان حرفه ای والیبال
- ۲- تعیین ارتباط بین متغیرهای انگیزش ورزشی با عملکرد تیمی بازیکنان حرفه ای والیبال
- ۳- تعیین ارتباط بین عوامل تحلیل رفتگی ورزشی با عملکرد تیمی بازیکنان حرفه ای والیبال
- ۴- مقایسه متغیرهای انگیزش ورزشی بین تیمهای موفق و ناموفق
- ۵- مقایسه تفاوت بین تیمهای موفق و ناموفق در تحلیل رفتگی ورزشی

سوالات یا فرضیه های تحقیق:

- ۱- بین متغیرهای انگیزش ورزشی با تحلیل رفتگی ورزشی بازیکنان ارتباط معنی داری وجود دارد.
- ۲- بین متغیرهای انگیزش ورزشی با عملکرد تیمی بازیکنان ارتباط معنی داری وجود دارد.
- ۳- بین تحلیل رفتگی ورزشی با عملکرد تیمی بازیکنان ارتباط معنی داری وجود دارد.
- ۴- بین متغیرهای انگیزش ورزشی تیمهای موفق و ناموفق تفاوت معنی داری وجود دارد.
- ۵- بین تحلیل رفتگی ورزشی تیمهای موفق و ناموفق تفاوت معنی داری وجود دارد.
- ۶- بین عوامل تحلیل رفتگی ورزشی تیمهای موفق و ناموفق تفاوت معنی داری وجود دارد.

محدودیت های تحقیق:

۱- محدودیتهای قابل کنترل:

- ۱- جلسات اجرای طرح به نحوی انتخاب و تنظیم گردید که تمامی بازیکنان در یک زمان مشخص و قبل از انجام مسابقات به پرسشنامه ها جواب دادند.
- ۲- به منظور جلوگیری از آثار احتمالی تفاوت جنسی بازیکنان در نتایج تحقیق بازیکنان مرد برای این تحقیق انتخاب شدند.
- ۳- آزمودنیها از دریافت هر گونه اطلاعات اضافی موثر در انجام تحقیق محروم بودند.

۲- محدودیتهای خارج از کنترل:

- ۱- عدم اطمینان از صداقت آزمودنیها در پر کردن پرسشنامه ها
- ۲- عدم همکاری تعدادی اندک از بازیکنان در تکمیل و پاسخگویی به پرسشنامه ها
- ۳- تنوع در ویژگیهای شخصیتی، مهارتهای روانی و تجربیات ورزشی آزمودنیها
- ۴- تنوع در وضعیت فرهنگی، اقتصادی، و اجتماعی آزمودنیها

واژه های پژوهش:

۱- تحلیل رفتگی:

تحلیل رفتگی به عنوان حالتی از واماندگی بدنی، عاطفی، و روانی تعریف شده است (پینس و آرتسون^۱ ۱۹۸۸). تحلیل رفتگی همچنین زوال شخصی، و کاهش فضیلت شخصی را در بر

می گیرد (مسلج^۱، ۱۹۸۱) (۲۰). تحلیل رفتگی در این تحقیق، توسط پاسخ بازیکنان به پرسشنامه تحلیل رفتگی ورزشی (ABQ^۲) ریدیک و اسمیت^۳ (۲۰۰۱)، مورد اندازه گیری قرار می گیرد. (۱۸)

۲- تحلیل رفتگی ورزشی:

تحلیل رفتگی ورزشی را به عنوان عقب نشینی روانی، عاطفی و بدنی از فعالیتی ورزشی، ناشی از تجارب استرس، که قبلا برای او لذت بخش بوده، تعریف می کند اسمیت (۱۹۹۷). (۴۲) به طور تخصصی تر، این حالت، عناصری از واماندگی بدنی و عاطفی را شامل می شود که پیشرفتهای مرتبط با ورزش را کاهش داده و باعث ضعف در عملکرد ورزشی می شود ریدیک (۱۹۹۷).

۳- انگیزش:

بر حسب تعریف آلدن (۱۹۷۴) انگیزش، آمادگی برای انتخاب کردن و جهت دادن رفتاری است که توسط ارتباطهایش با نتایج آن رفتار کنترل می شود و پایداری در رفتار را تا سرانجام رسیدن به هدف ادامه می دهد. (۱) انگیزش در این تحقیق، توسط پاسخهای ورزشکاران به پرسشنامه انگیزش ورزشی (SMS^۴) پلی تر و همکاران^۵ (۱۹۹۵)، مورد سنجش قرار می گیرد. (۴۸)

۴- بازیکن حرفه ای والیبال:

فردی که وظیفه اش به عنوان یک بازیکن والیبال، بازی کردن در یک تیم والیبال در سطح حرفه ای می باشد. منظور از بازیکن حرفه ای والیبال در این پژوهش، آن بازیکنی می باشد که در سال جاری در لیگ برتر والیبال کشور در یکی از تیمها عضو بود.

1- Maslach 1996
2- Athletic burnout questionnaire
3- Readeke & Smith 2001
4- sport motivation Scale
5- Pelletier et al 1995