

رابطه بین هدف‌گرایی و ادراک جو انگیزشی در دوندگان استقامت و سرعت

فرشاد تجاری*^۱، هانیه رحمتی^۲، محمدعلی آذربایجانی^۳

۱- استادیار گروه مدیریت ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز

۲- کارشناس ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی

۳- استادیار گروه فیزیولوژی ورزش دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز

تاریخ پذیرش مقاله: ۸۸/۱۲/۱۰

تاریخ دریافت مقاله: ۸۷/۱۰/۳

چکیده

هدف تحقیق: هدف از مطالعه حاضر بررسی رابطه هدف‌گرایی و ادراک جو انگیزشی در دوندگان استقامت و سرعت بود. روش تحقیق: ۳۸ دانشجوی دهنده شامل ۲۰ دهنده استقامت ($\bar{X}=27/5$ و $SD=6/97$) و ۱۸ دهنده سرعت ($\bar{X}=23/38$ و $SD=4/2$) (سال) به صورت داوطلبانه پرسش‌نامه هدف‌گرایی در ورزش شامل ۱۳ سوال در دو بعد خود‌گرایی و تکلیف‌گرایی و پرسش‌نامه جو انگیزشی ادراک شده شامل ۲۱ سوال در دو مولفه تسلط و اجرا را تکمیل کردند. یافته‌ها: بررسی روابط بین زیرمقیاس‌های هدف‌گرایی و جو انگیزشی ادراک شده نشان داد که بین خود‌گرایی و جو انگیزشی ادراک شده تسلط رابطه مثبت و معنی‌داری وجود داشت. همچنین، رابطه مثبت معنی‌داری بین خود‌گرایی با تکلیف‌گرایی، و خود‌گرایی با جو انگیزشی ادراک شده مشاهده شد. نتایج آزمون t مستقل نشان داد در متغیرهای جو انگیزشی ادراک شده تسلط و اجرا، خود‌گرایی و تکلیف‌گرایی در بین دهنده‌های استقامت و سرعت تفاوت معنی‌داری وجود نداشت. با توجه به نتایج آزمون t وابسته، بین جو انگیزشی ادراک شده تسلط و اجرای دهنده‌های استقامت تفاوت معنی‌داری مشاهده شد. اما بین جو انگیزشی ادراک شده تسلط و اجرا در دهنده‌های سرعت تفاوت معنی‌داری وجود نداشت.

واژه‌های کلیدی: هدف‌گرایی، جو انگیزشی، دهنده استقامت، دهنده سرعت

Relationship between Achievement Goal Orientation and Perceived Motivational Climate in Sprint and Endurance Runners

Abstract

Purpose: The purpose of this study was to determine the relationship between achievement goal orientation and perceived motivational climate in sprint and endurance runners. **Methods:** 38 College athletes including 20 distance runners ($M=27.5$, $SD=6.97$) and 18 Sprint Runners ($M=27.5$, $SD=6.97$) were voluntarily selected. Data was collected using Achievement Goal Orientation Questionnaire (AGOQ) and Perceived Motivational Climate Questionnaire (PMCQ).

Results: Examination of relationship among subscales of achievement goal orientation and perceived motivational climate showed significant and positive relationship between ego orientation and performance climate perceptions in distance runners ($r=0.476$, $P<0.05$). Also, significant relationships were observed between ego and task orientations ($r=0.721$, $P<0.05$), and ego orientation and performance climate perceptions ($r=0.48$, $P<0.05$) in sprint runners. The results of independent-t test showed, there were not significant differences between distance and sprint runners in ego and task orientations, mastery and performance climate perceptions. According to the results of dependent-t test, there were significant differences between mastery and performance climate perceptions in distance runners and ego- and task-orientation in distance and sprint runners. But there was no significant difference between mastery and performance climate perceptions in sprint runners.

Key words: Achievement goal orientation, Perceived motivational climate, Distance runner, Sprint runner

* آدرس نویسنده مسئول: فرشاد تجاری

تهران، میدان صنعت (شهرک غرب)، خیابان ایران زمین، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز، نامبر: ۸۸۴۴۳۸۰۹
E-mail: farshad.tojari@gmail.com

مقدمه

درک و پی بردن به نقش انگیزه یکی از موضوعات تحقیقاتی بسیار مهم و رایج در روان‌شناسی ورزشی است. در سال‌های اخیر مطالعات انجام شده در مورد میزان ادراک افراد از خود و تأثیر این ادراکات بر رفتار انگیزشی قسمت اعظمی از ادبیات و دانش موجود در روان‌شناسی ورزشی را به خود اختصاص داده است (۱). پیش‌تر مطالعات روان‌شناسی ابعاد شناختی ورزشکاران دو و میدانی شامل اضطراب، تنظیم هدف، خلق و خو و انگیزه را مورد بررسی قرار داده‌اند (۶-۲). این تحقیقات گزارش کرده‌اند که تفاوت‌های اساسی در نیم‌رخ روانی بین گروه‌های مختلف وجود دارد که به ویژگی‌های روان‌شناختی آن‌ها مربوط می‌گردد. به عنوان مثال، تفاوت‌های قابل توجهی بین دوندگان سرعت و استقامت وجود دارد. دونده‌های سرعت تمریناتی نظیر تمرینات بی‌هوازی، بلندکردن وزنه را در برنامه تمرینی خود دارند و تمرکز زیادی به نحوه دویدن آن‌ها می‌شود. به علاوه نحوه شروع، عبور از موانع و چگونگی گذر از خط پایان نیز برای آن‌ها بسیار مهم است که می‌بایست بسیار تمرین شود. در مقابل دونده‌های استقامت قرار دارند که بخش اعظم تمرینات آنان در فضای آزاد انجام می‌شود. دوندگان استقامت به تمرینات هوازی و طاقت‌فرسا می‌پردازند و نیاز به محیط‌های تمرینی متفاوت دارند.

نظریه پردازان هدف‌گرا ادعا می‌کنند احساس موفقیت در اصل همان دستیابی به اهداف است. نوع هدف ورزشکاران ارزش‌های آن‌ها را توصیف می‌کند که گواهی برای هدف‌گرایی آن‌ها است. احساس موفقیت به وسیله اثر متقابل رسیدن به اهداف و ارزش جایی که ورزشکار قصد رسیدن به آن را دارد، حاصل می‌شود (۷). تحقیقات پیرامون هدف‌گرایی وجود دو گرایش مجزا (گرایش به تکلیف و گرایش به خود) را نشان می‌دهد که این گرایش‌ها مجزا ساختار هدف‌گرایی یک ورزشکار را تشکیل می‌دهند (۸). افراد تکلیف‌گرا موفقیت خود را در شایستگی و توانایی خود برای انجام یک تکلیف طی یک رویه خوداستنادی ادراک کرده یا مورد قضاوت قرار دهند (۹). افرادی که تصور نامتمایز بودن توانایی و تلاش را دارند، مایلند در زمان افزایش تلاش برای انجام یک تکلیف که منجر به افزایش سطح عملکرد آن‌ها می‌شود، احساس موفقیت کنند. علاوه

بر این، افرادی که تصور نامتمایز بودن توانایی و تلاش دارند، مایلند وظایفی که پرچالش و دشوارند را پیگیری کنند، چرا که آن‌ها ادراک می‌کنند که تکالیفی که انجام دادن آن‌ها آسان است به طور احتمالی مهارت‌ها، عملکرد و توانایی کلی آن‌ها را بهبود نمی‌بخشد (۱۰). افراد تکلیف‌گرا نسبت به افرادی که هدف‌گرایی قوی ندارند، در تنظیم موفقیت به رفتارهای انطباقی تمایل بیشتری دارند. از جمله این رفتارها می‌توان به استفاده از استراتژی‌های یادگیری عمیق، پافشاری افزایش یافته در انجام یک تکلیف، غرور و رضایت‌مندی از صرف همه تلاش خود و پیش قدم بودن برای بکار گرفته شدن در وظایف پرچالش اشاره کرد (۱۳-۱۰).

در مقابل افراد تکلیف‌گرا، افرادی قرار دارند که در تنظیم موفقیت، از خود گرایش‌ها به خویشتن نشان می‌دهند و از روی عمد علاقمند به توانایی خود برای انجام یک وظیفه هستند. یک فرد خودگرا مفهوم متفاوتی برای توانایی و تلاش خود قائل است و اگر کمتر از دیگران در رسیدن به سطوح همسان شایستگی یک تکلیف تلاش کند شایستگی کمتری ادراک خواهد کرد (۱۰). براساس این رویکرد از خود‌گرایی، اگر افراد برای انجام بهتر کار تلاشی کمتر از دیگران صرف کنند، خود را ماهرتر از دیگران ادراک خواهند کرد. محققان نشان داده‌اند که افراد خودگرا در تنظیم پیشرفت خود به رفتارهای ناسازگارانه تمایل بیشتری دارند؛ با این وجود، یافته‌های مرتبط با رفتارهای ناسازگارانه در ورزشکاران خودگرا تناقض بیشتری نسبت به یافته‌های مرتبط با الگوهای رفتاری سازگارانه یا انطباقی ورزشکاران تکلیف‌گرا دارند. برخی از رفتارهای ناسازگارانه شناسایی شده افراد خودگرا شامل استفاده از استراتژی‌های یادگیری سطحی، احساسات منفی در زمان عدم موفقیت و اجتناب از وظایف پرچالش گزارش شده است (۱۰، ۱۱ و ۱۲). با این حال برخی دیگر از محققان برخی رویکردهای مثبت مرتبط با خود‌گرایی را یافته‌اند. برای مثال، میگلی، آندرمین و هیکس (۱۴) دریافته‌اند که اهداف عملکردی دانش‌آموزان خودگرای دوره متوسطه در ارتباط با افزایش خودکارآمدی آنان است. در سال‌های اخیر محققان پیشنهاد کرده‌اند خود‌گرایی باید به دو مولفه تفکیک شود. در این رویه

خودگرایی به مولفه‌های رویه‌ای و اجتنابی تقسیم‌بندی می‌شود (۱۷-۱۵). در نتیجه مدل سه قسمتی تکلیف‌گرایی، خودگرایی اجتنابی و خودگرایی رویه‌ای شکل گرفت. اما هنوز تحقیقات بیشتری نیاز است تا تفاوت‌های دو بعد خودگرایی واضح‌تر گردد.

از سوی دیگر سطوح هدف‌گرایی ممکن است وابسته به متغیرهایی متفاوت باشد. در چند تحقیق گزارش شده است که سطح رقابتی ورزشکاران در میزان خودگرایی آنان تأثیر دارد. به عنوان مثال وایت و زلنر (۱۸) در یک مطالعه به مقایسه هدف‌گرایی ورزشکاران مرد و زن شرکت‌کننده در ورزش‌های مختلف در سه سطح رقابتی بین دانشگاهی، دبیرستانی و دبیرستانی تفریحی پرداخت. در این تحقیق مشاهده شد، خودگرایی ورزشکاران دبیرستانی به طور معنی‌داری بالاتر از ورزشکاران بین دانشگاهی است. همچنین، مطالعه‌ای که توسط کارنپتر و یاتز (۱۹) انجام شد هدف‌گرایی ورزشکاران آماتور و نیمه‌حرفه‌ای فوتبال را مورد بررسی قرار داد. این مطالعه نشان داد خودگرایی بازیکنان آماتور و نیمه‌حرفه‌ای تفاوت معنی‌دار با هم دارند. همچنین، برخی مطالعات جنسیت را عامل تأثیرگذاری در هدف‌گرایی دانسته‌اند. دودا (۲۰)، ورزشکاران دبیرستانی ورزش‌های تیمی و انفرادی را برای آشکار کردن تفاوت هدف‌گرایی مردان و زنان مورد آزمایش قرار داد. نتایج تحقیق نشان داد زنان به طور معنی‌داری نمره بالاتری در تکلیف‌گرایی و مردان در خودگرایی دارند. دودا و هورن (۲۱) در تحقیقی که در یک کمپ بسکتبال انجام دادند، هیچ تفاوت مهمی در رابطه با جنسیت افراد و هدف‌گرایی آن‌ها مشاهده نکردند. دودا و همکارانش (۲۲) نشان دادند که در یک تیم دانشگاهی تنیس، زنان تکلیف‌گرایی بالاتری نسبت به مردان دارند. در این تحقیق هیچ تفاوت معنی‌داری در میزان خودگرایی نمونه‌ها مشاهده نشد. لی و همکاران (۲۳) در بررسی هدف‌گرایی ۴۶۷ دانش‌آموز نشان دادند که بین زنان و مردان تنها در خودگرایی تفاوت معنی‌داری وجود دارد که مردان خودگرایی بالاتری نسبت به زنان دارند. با وجود این، میزان خودگرایی ثابت نبوده و

در مقاطع زمانی مختلف تغییر می‌کند. ویلیامز (۲۴) در تحقیق روی بازیکنان زن سافتبال جوان پیشنهاد کرد که بین هدف‌گرایی ورزشکاران و مقاطع زمانی فصل رقابتی رابطه معنی‌داری وجود دارد. این رابطه مثبت بعد از اوایل فصل از مقدار ۰/۶۴ شروع شده و در انتهای آن به ۰/۷۷ می‌رسد. این یافته‌ها پیشنهاد می‌کند که متغیرهای موقعیتی در میزان هدف‌گرایی ورزشکاران تأثیر دارد. همچنین، به نظر می‌رسد نوع تمرینات نیز در این موضوع بی‌تأثیر نیستند. البته از آنجایی که هدف‌گرایی در ارتباط با ویژگی‌ها وضعیتی است، جو انگیزشی ادراک شده به عنوان دومین بُعد نظریه هدف‌گرایی مطرح می‌شود. جو انگیزشی ادراک شده به ادراک افراد از انتظار یا تأکيدات یک معلم، والدین، مربی یا شخص با اهمیت دیگری اشاره دارد و مانند هدف‌گرایی، فضای انگیزشی ممکن است به تکلیف یا خویشتن ورزشکار تأکید داشته باشد که به عنوان جو انگیزشی تسلط و اجرا از آن یاد می‌شود. جو انگیزشی تسلط زمانی ادراک می‌شود که احساس رضایت به موجب کار سخت و پافشاری در رویارویی با دشواری ایجاد می‌شود و همچنین زمانی که مربی یا معلم الگوهای ناسازگارانه را ترویج می‌دهد، ادراک جو اجرا غالب می‌شود. الگوهای ناسازگارانه به عنوان مثال نمایش برتری نسبت به مهارت‌های هم تیمی‌ها یا رقبا بعنوان معیار موفقیت است (۲۵ و ۲۶). تحقیقات پیشین رابطه بین هدف‌گرایی دوندگان در ارتباط با جو انگیزشی را گزارش کرده‌اند که البته در برخی موارد ناهم‌خوانی‌هایی در آن‌ها مشاهده می‌شود. به‌عنوان مثال، نتایج تحقیقات آمز (۱۳) نشان می‌دهد بازیکنانی که جو انگیزشی را به صورت جو انگیزشی تسلط ادراک کرده بودند تکالیف پرچالش‌تری را ترجیح می‌دهند و بر این باورند که موفقیت به طور مستقیمی در ارتباط با تلاش است. دودا و هورن (۲۱) با استفاده از ورزشکاران جوان شرکت‌کننده در کمپ تابستانی بسکتبال، رابطه بین هدف‌گرایی ورزشکاران و ادراک آنان از هدف‌گرایی والدین را مورد مطالعه قرار دادند. این مطالعه رابطه مثبت بین نمرات تکلیف‌گرایی ورزشکار و ادراکات ورزشکار از تکلیف‌گرایی والدین را آشکار

خودگرایی و جو اجرا ادراک شده در بین دونده‌های استقامت و تکلیف‌گرایی و جو انگیزشی اجرا ادراک شده در بین دونده‌های سرعت و همچنین رابطه ای منفی بین خودگرایی و ادراکات جو تسلط در بین دونده‌های استقامت شناسایی شد.

به رغم آن‌که در بسیاری از تحقیقات تاثیر متغیرهای موقعیتی در هدف‌گرایی ورزشکاران و ارتباط با جو انگیزشی ادراک شده نشان داده شده، به نظر می‌رسد در مطالعات انجام شده در کشور (۳۲-۲۸) توجه اندکی به ارتباط هدف‌گرایی و ادراک جو انگیزشی در ورزشکاران به خصوص در دوندگان مبذول شده است. به دلیل تناقض در نتایج بررسی‌های انجام شده، مطالعه حاضر فرضیه «در دوندگان استقامت و سرعت بین هدف‌گرایی و ادراک جو انگیزشی رابطه وجود دارد» را مطرح کرد.

روش تحقیق

شرکت‌کنندگان

جامعه آماری مطالعه حاضر را کلیه دانشجویان دونده سرعت و استقامت که در سال تحصیلی ۸۷-۱۳۸۶ در رقابت‌های دانشگاهی □ کشور شرکت کردند، تشکیل داد. ۳۸ دانشجوی دونده شامل ۲۰ دونده استقامت (۱۱ مرد و ۹ زن) و ۱۸ دونده سرعت (۸ مرد و ۱۰ زن) با روش نمونه‌گیری تصادفی و هدفدار که داوطلب شرکت در تحقیق بودند حجم نمونه آماری را تشکیل دادند. ویژگی‌های عمومی آزمودنی‌ها در جدول ۱ ارائه شده است.

ابزار اندازه‌گیری

پرسش‌نامه هدف‌گرایی در ورزش

این پرسش‌نامه از ۱۳ سوال که دو بعد خودگرایی و تکلیف‌گرایی را مورد ارزیابی قرار می‌دهد تشکیل شده است. این پرسش‌نامه شامل یک پیوستار ۵ درجه‌ای لیکرت است که از کاملاً موافقم (امتیاز ۵) تا کاملاً مخالفم (امتیاز ۱) طیف‌بندی شده است. هفت سوال ۱، ۳، ۵، ۷، ۹، ۱۱ و ۱۳ بعد خودگرایی و باقی سوالات بعد تکلیف‌گرایی فرد را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. روایی و پایایی این پرسش‌نامه توسط دودا و نیکولس (۱۹۹۲) مورد تأیید قرار گرفته است. در داخل کشور نیز، اعتبار صوری از طریق نظرخواهی از اساتید صاحب‌نظر و ضریب پایایی در یک مطالعه آزمایشی بر روی نمونه ۳۰ نفره از جامعه مورد نظر ۰/۸۶ تعیین شد.

کرد. به طور مشابه ورزشکارانی با درجات خودگرایی بالا باور داشتند که والدین رفتارهای خودگرایی از خود نشان داده‌اند. یافته‌های این تحقیق نشان داد که جو انگیزشی ادراک شده ورزشکاران جوان در ارتباط با هدف‌گرایی آنان است. والینگز و همکاران (۲۷) دریافتند که ادراکات ورزشکاران از جو رقابتی درجه رضایت‌مندی آنان از سطوح مشارکت و سطوح نگرانی از اجرا را ایجاد می‌کند. این محققان دریافتند ورزشکارانی که جو انگیزشی را به صورت جو تسلط ادراک می‌کنند احساس رضایت‌مندی بیشتری از مشارکت در تیم و سطوح کمتری از نگرانی عملکرد از خود نشان می‌دهند. همچنین، ورزشکارانی که جو انگیزشی را به صورت جو اجرا ادراک می‌کنند احساس رضایت‌مندی کمتری از مشارکت در تیم و سطوح بالاتری از نگرانی عملکرد از خود نشان می‌دهند. یافته‌های گوداس و همکاران (۳) در ارتباط با چگونگی تأثیرات جنبه‌های مختلف جو انگیزشی و سبک آموزش بر هدف‌گرایی نشان داد که دانش آموزان در شرایط فعالیت بدنی به جو انگیزشی پاسخ می‌دهند که به طور اولیه تسلط‌گراها ویژگی‌هایی نشان دادند که حاکی از تکلیف‌گرایی آنان بود. همچنین، یافته‌های رابرتز و اماندسن (۲۶) نشان داد، ورزشکارانی که به طور اولیه تکلیف‌گرا هستند جو انگیزشی را به صورت جو تسلط ادراک می‌کنند. به طور مشابه، ورزشکارانی که به طور اولیه خودگرا هستند جو انگیزشی را به صورت جو اجرا ادراک می‌کنند. با وجود این اخیراً مک ماناس (۶) نتایج متفاوت‌تری گزارش کرده است. وی رابطه بین هدف‌گرایی و جو انگیزشی ادراک شده را در دوندگان دانشگاهی سرعت و استقامت مورد مطالعه قرار داد. نتایج تحقیق نشان داد که بین هدف‌گرایی و جو انگیزشی ادراک شده دو گروه دوندگان تفاوت معنی‌داری وجود دارد. همچنین، دوندگان استقامت، میزان تکلیف‌گرایی و جو انگیزشی تسلط بیشتری از خود نشان دادند. دوندگان سرعت نمره بیشتری در ادراکات جو انگیزشی اجرا گزارش کردند در آزمون رابطه بین هدف‌گرایی و جو انگیزشی ادراک شده، رابطه مثبتی بین تکلیف‌گرایی و جو تسلط ادراک شده برای هر دو گروه نشان داد. علاوه بر این، رابطه مثبتی بین

جدول ۱. توصیف ویژگی‌های فردی آزمودنی‌ها (M±SD)

استقامت	سرعت	
۲۷/۵±۶/۹۷	۲۳/۳۸±۴/۲	سن (سال)
۱۱/۱±۵/۳۴	۹/۶۱±۵/۳۲	سابقه ورزشی (سال)
۱/۱۵±۲/۳۹	۱/۰۵±۱/۷۳	سابقه عضویت در تیم ملی (سال)
۵/۷۵±۳/۶۹	۴/۲۷±۳/۴۹	سابقه عضویت در تیم باشگاهی (سال)

استفاده از شاخص‌های مرکزی و پراکندگی توصیف شدند. با استفاده از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف، طبیعی بودن توزیع داده‌ها و با استفاده از آزمون لوین، برابری واریانس گروه‌ها مورد آزمون قرار گرفت. جهت بررسی تغییرات و مقایسه میانگین ابعاد هدف‌گرایی و ادراکات جو انگیزشی دوندگان استقامت و سرعت از آزمون t مستقل استفاده شد و برای تعیین روابط بین متغیرها نیز از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. محاسبات آماری با نرم افزار SPSS11.5 و با سطح اطمینان ۹۵ درصد انجام شدند.

یافته‌ها

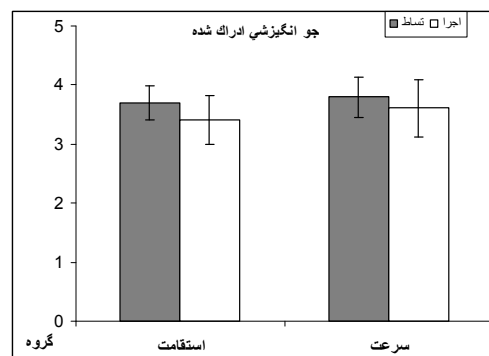
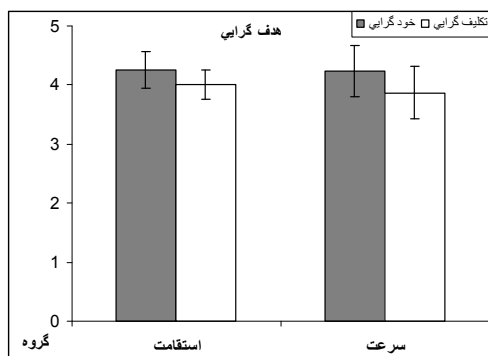
یافته‌های تحقیق نشان دادند که میزان خودگرایی دوندگان استقامت و سرعت به ترتیب ۴/۲۳ و ۴/۲۶ و میزان تکلیف‌گرایی دوندگان استقامت و سرعت به ترتیب ۴/۰۱ و ۳/۸۷، ادراک خود از جو انگیزشی تسلط و اجرا در دوندگان استقامت به ترتیب ۳/۷ و ۳/۴۱ و دوندگان سرعت به ترتیب ۳/۸ و ۳/۶۱ بود (شکل ۱)

پرسش‌نامه جو انگیزشی ادراک شده

این پرسش‌نامه ۲۱ سوالی دو مولفه تسلط و اجرا را مورد سنجش قرار می‌دهد. همانند پرسش‌نامه قبل، این پرسش‌نامه نیز از یک پیوستار ۵ درجه‌ای لیکرت از کاملاً موافقم (امتیاز ۵) تا کاملاً مخالفم (امتیاز ۱) طیف‌بندی شده است. نُه سوال ۲، ۴، ۵، ۱۰، ۱۳، ۱۵، ۱۶، ۱۷ و ۱۹ ادراکات جو تسلط را مورد ارزیابی قرار داده و باقی سوالات به سنجش ادراکات جو اجرا اختصاص دارند. نسخه اصلی این پرسش‌نامه در ۴۰ سوال برای مطالعات آموزشی طراحی شده است. اما ویژگی‌های روان‌سنجی کامل این پرسش‌نامه توسط والینگ، دودا و چی در سال ۱۹۹۳ روایی و پایایی آن بعد از بررسی مورد تأیید قرار گرفت. در داخل کشور نیز اعتبار صوری و محتوایی و همچنین ضریب پایایی (۰/۸۲) تعیین شده است (۳۲).

روش‌های آماری

داده‌های به دست آمده از متغیرهای مورد مطالعه با



شکل ۱. میزان خودگرایی و تکلیف‌گرایی دانشجویان دوندگان استقامت و سرعت

نتایج مربوط به ضریب همبستگی پیرسون بین زیر مقیاس‌های هدف‌گرایی و جو انگیزشی ادراک شده نشان داد بین خودگرایی و جو انگیزشی ادراک شده تسلط در دوندگان استقامت و دوندگان سرعت رابطه مثبت و معنی‌داری وجود داشت (جدول ۵ و ۶). بر اساس بزرگی ضریب همبستگی در زیر مقیاس‌های متغیرهای هدف‌گرایی و جو انگیزشی ادراک شده در دوندگان استقامت و سرعتی می‌توان نتیجه گرفت که زیر مقیاس خودگرایی به طور متوسط با جو انگیزشی ادراک شده تسلط مرتبط است. در دوندگان استقامتی ۲۲ درصد ($r^2=0/22$) و در دوندگان سرعتی نیز ۲۳ درصد ($r^2=0/23$) از تغییرات زیر مقیاس خودگرایی با جو انگیزشی ادراک شده تسلط مرتبط است.

با توجه به نتایج آزمون لوین و نتایج آزمون‌های t مستقل با پیش فرض نابرابری واریانس گروه‌ها نشان داد بین خودگرایی، تکلیف‌گرایی تسلط ادراک شده و بین جو انگیزشی اجرا ادراک شده دوندگان استقامت و سرعت تفاوت معنی‌داری وجود نداشت (شکل ۱). همانطور که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، نتایج آزمون t برای گروه‌های مستقل با سطح اطمینان ۹۵ درصد و پیش فرض نابرابری واریانس گروه‌ها نشان می‌دهند که بین خودگرایی و تکلیف‌گرایی دوندگان استقامت، بین جو انگیزشی ادراک شده تسلط و اجرای دوندگان استقامت، بین خودگرایی و تکلیف‌گرایی دوندگان سرعت تفاوت معنی‌داری وجود داشت و بین جو انگیزشی ادراک شده تسلط و اجرای دوندگان سرعت تفاوت معنی‌داری وجود نداشت (جدول ۴).

جدول ۴. مقایسه ابعاد هدف‌گرایی و ادراکات جو انگیزشی در دوندگان استقامت و سرعت

P	df	t	M± SD		
۰/۰۰۳*	۱۹	۳/۴۴	۴/۲۶±۰/۳۱	خودگرایی	استقامت
			۴/۰۱±۰/۲۵	تکلیف‌گرایی	
۰/۰۰۶*	۱۹	۳/۰۹	۳/۷±۰/۲۹	تسلط	
			۳/۴۱±۰/۴۲	اجرا	
۰/۰۰*	۱۷	۴/۵۷	۴/۲۳±۰/۴۲	خودگرایی	سرعت
			۳/۸۸±۰/۴۴	تکلیف‌گرایی	
۰/۱۳۱	۱۷	۱/۵۸	۳/۸±۰/۰۸	تسلط	
			۳/۶۱±۰/۱۱	اجرا	

*اختلاف در سطح آلفای ۵ درصد معنی‌دار است.

جدول ۵. روابط بین زیر مقیاس‌های متغیرهای هدف‌گرایی و جو انگیزشی ادراک شده در دوندگان استقامت (n=۲۰)

جو انگیزشی				
جو تسلط	جو اجرا			
۰/۴۷۶	-۰/۰۳۸	r	خودگرایی	هدف‌گرایی
۰/۰۳۴	۰/۸۷۳	P		
۰/۱۲	-۰/۱۰۲	r	تکلیف‌گرایی	
۰/۶۱۴	۰/۶۶۸	P		

*اختلاف در سطح آلفای ۵ درصد معنی‌دار است.

جدول ۶. روابط بین زیر مقیاس‌های متغیرهای هدف‌گرایی و جو انگیزشی ادراک شده در دوندگان سرعت

جو انگیزشی				
جو تسلط	جو اجرا			
۰/۴۸۱	۰/۰۵۶	r	خودگرایی	هدف‌گرایی
۰/۰۴۳	۰/۸۲۵	P		
۱۸	۱۸	N		
۰/۲۷۴	۰/۲۱۴	r	تکلیف‌گرایی	
۰/۲۷۱	۰/۳۹۴	P		
۱۸	۱۸	N		

* اختلاف در سطح آلفای ۵ درصد معنی دار است.

بحث و نتیجه‌گیری

صحیح‌تری از وجود این تفاوت در اختیار قرار دهد. همچنین، مقایسه بین خودگرایی و تکلیف‌گرایی دوندگان تفاوت معنی داری بین این دو گرایش در دوندگان استقامت و سرعت نشان نداد. یافته‌های مطالعات پیشین نشان داده دوندگان استقامت تکلیف‌گرا تر و دوندگان سرعت خودگرا تر هستند. با وجود این، تفاوتی بین خودگرایی و تکلیف‌گرایی دوندگان استقامت و سرعت مشاهده نشد. مقایسه ادراکات جو انگیزشی در دوندگان استقامت آشکار کرد که آنان جو اجرای بالاتری را ادراک می‌کنند که با یافته‌های تحقیقات قبلی سازگار است. با وجود این، مقایسه در دوندگان سرعت به نتیجه مشابهی ختم نشد. نتایج تحقیق بین جو انگیزشی ادراک شده تسلط و اجرا در دوندگان سرعت تفاوت معنی‌داری نشان نداد. این یافته‌ها اشاراتی کاربردی برای تنظیم رفتارهای انگیزشی مربیان دو میدانی دارد.

با توجه به هدف اصلی تحقیق در بررسی روابط بین متغیرهای تحقیق در دوندگان مورد مطالعه بین خودگرایی و جو انگیزشی ادراک شده اجرا در دانشجویان دوندگان استقامت رابطه مثبت و معنی‌داری مشاهده شد. در تحقیقات قبلی تکلیف‌گرایی بالا در دوندگان استقامت پیش‌بینی کننده ادراک آنان از جو انگیزشی اجرا بود اما بر اساس یافته‌های این تحقیق در جامعه مورد پژوهش، خودگرایی بالای دانشجویان دوندگان استقامت در ارتباط با سطوح بالای ادراکات جو انگیزشی اجرا بود. احتمالاً فضای

با وجود این که هدف کلی تحقیق تعیین رابطه بین هدف‌گرایی و ادراک جو انگیزشی در دانشجویان دوندگان استقامت و سرعت بود اما با توجه به کمبود مطالعات انجام شده در مورد هدف‌گرایی و جو انگیزشی ادراک شده در بین دوندگان به طور اولیه ابعاد هدف‌گرایی و جو انگیزشی بین و درون گروه دوندگان استقامت و سرعت مورد مقایسه قرار گرفت. نتایج این مقایسه‌ها حاکی از آن بود که بین خودگرایی و تکلیف‌گرایی دانشجویان دوندگان استقامت و سرعت تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. همچنین، بین جو انگیزشی ادراک شده تسلط و اجرا در دانشجویان دوندگان استقامت و سرعت تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد. یافته‌های تحقیقات پیشین نشان داده است که بین دوندگان سرعت و استقامت از لحاظ هدف‌گرایی (خودگرایی و تکلیف‌گرایی) تفاوت وجود دارد. از این رو یافته‌های تحقیق حاضر با یافته‌های رابرتز و اماندسن (۲۶) و مک ماناس (۶) ناهمخوان است. دلیل این اختلاف را می‌توان به تفاوت در رفتارهای هدایت کننده مربیان در تحقیقات مختلف دانست. پیشتر گوداس و همکاران (۳) در مطالعه خود روی ۲۴ زن که در کلاس دو و میدانی شرکت کرده بودند، چگونگی تأثیرات جنبه‌های مختلف جو انگیزشی و سبک آموزش را بر هدف‌گرایی مورد مطالعه قرار داده و گزارش نمودند که هدف‌گرایی دوندگان از جو انگیزشی ایجاد شده از انتظارات و رفتارهای مربی تأثیر می‌پذیرد. شاید تحقیقات در شرایط کنترل شده‌تر بتواند درک

عملکرد ورزشی به خوب به اثبات رسیده است و تحقیقات در قهرمانان ورزشی انگیزه و هدف‌گرایی بالای این ورزشکاران را نشان داده است (۳۳ و ۳۴). از این رو به مربیان و مشاوران ورزشی توصیه می‌شود در تنظیم متغیرهای محیطی کوشا تر باشند.

رقابتی موجود برای برتری‌جویی شرایطی را ایجاد نموده است که نمونه‌های تحقیق خودگرایی بیشتری را داشته باشند (۲۴). روابط بین سایر متغیرها در دوندگان استقامت از لحاظ آماری معنی‌دار نبود.

از سوی دیگر در دوندگان سرعت رابطه مثبت و معنی‌داری بین ابعاد هدف‌گرایی یعنی خودگرایی و تکلیف‌گرایی، و خودگرایی و جو انگیزشی ادراک شده اجرا وجود داشت. این یافته‌ها نشان می‌دهد که دوندگان سرعت در گرایش به موفقیت هم به تکلیف و هم به برتری‌جویی خویشتن اهمیت می‌دهند. پیش از این دوندگان سرعت به داشتن خودگرایی بالا و ادراکات بالای جو انگیزشی تسلط شناخته شده بودند که با یافته‌های تحقیق حاضر متناقض است. با این حال با توجه به ضریب همبستگی بدست آمده برای روابط معنی‌دار بین متغیرهای تحقیق نمی‌توان نظر قطعی در مورد علل تناقض یافته‌های این تحقیق با تحقیقات قبلی ارائه کرد. ضریب همبستگی بدست آمده نشان دهنده رابطه‌ای متوسط بوده که می‌تواند ناشی از عدم تفکیک جنسیت دوندگان در تحقیق حاضر بوده باشد. با وجود تناقض در یافته‌ها (۲۱)، تحقیقات پیشین، زنان را تکلیف‌گراتر و مردان را خودگراتر معرفی کرده اند (۲۰، ۲۲ و ۲۳). متغیرهای دیگری نیز وجود دارد که مقایسه نتایج تحقیقات مختلف را دچار محدودیت می‌کند. به عنوان مثال، ویلیامز (۲۴) گزارش کرد، بین هدف‌گرایی ورزشکاران و مقاطع زمانی فصل رقابتی رابطه معنی‌داری وجود دارد. این رابطه مثبت بعد از اوایل فصل از مقدار ۰/۶۴ شروع شده و در انتهای آن به ۰/۷۷ می‌رسد. امکان دارد بررسی‌های صورت گرفته در مقاطع مختلف زمانی باعث ایجاد این ناهم‌آهنگی در یافته‌های تحقیقات بوده باشد. تحقیقات آتی با کنترل این متغیرها می‌توانند درک روشن‌تری از موضوع ارائه نمایند. مطابق آنچه که در این تحقیق مشاهده شد پیشنهاد می‌شود تحقیقات در آینده به بررسی تأثیر سطوح رقابتی مختلف، جنسیت و سن در هدف‌گرایی و جو انگیزشی ادراک شده بپردازند. همچنین مطالعه نقش واسطه‌ای متغیرهای هیجانی و شخصیتی در رابطه بین هدف‌گرایی و جو انگیزشی ادراک شده، در روشن‌تر شدن موضوع اهمیت بسزایی خواهد داشت. باید توجه داشت امروزه نقش هدفمندی و ایجاد انگیزه در بهبود

- منابع
- 9- Nicholls, J.G., & Miller, A.T. (1984). Development and its discontents: The differentiation of the concept of ability. In J. G. Nicholls (Ed.), *Advances in motivation and achievement: The development of achievement motivation* (Vol. 3, pp. 185-218).
 - 10- Jagacinski, C.M., & Nicholls, J.G. (1987). Competence and affect in task involvement and ego involvement: The impact of social comparison information. *Journal of Educational Psychology, 79*(2), 107-114.
 - 11- Nolen, S.B. (1988). Reasons for studying: Motivational orientations and study strategies. *Cognition and Instruction, 5*, 269-287.
 - 12- Elliot, E.S., & Dweck, C.S. (1988). Goals: An approach to motivation and achievement. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*, 5-12.
 - 13- Ames, C., & Archer, J. (1988). Achievement goals in the classroom: Students' learning strategies and motivation processes. *Journal of Educational Psychology, 80*, 260-267.
 - 14- Midgley, C., Anderman, E., & Hicks, L. (1995). Differences between elementary and middle school teachers and students: A goal theory approach. *Journal of Adolescence, 15*, 90-113.
 - 15- Elliot, A.J., & Church, M.A. (1997). A hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation. *Journal of Personality and Social Psychology, 72*, 218-232.
 - 16- Elliot, A.J., & Harackiewicz, J.M. (1996). Approach and avoidance achievement goals and intrinsic motivation: A mediational analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 70*, 461-475.
 - 17- Elliot, A.J., McGregor, H.A., & Gable, S. (1999). Achievement goals, study strategies and exam performance: A mediational analysis. *Journal of Educational Psychology, 91*, 549-563.
 - 1- Todorovich, J.R., & Curtner-Smith, M.D. (2002). Influence of the physical education classroom motivational climate on sixth grade students' task and ego orientations. *European Physical Education Review, 8*(2), 119-138.
 - 2- Fairall, D.G., & Rodgers, W.M. (1997). The effects of goal-setting method on goal attributes in athletes: A field experiment. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 19*(1), 1-16.
 - 3- Goudas, M., Biddle, S., Fox, K., & Underwood, M. (1995). It aren't what you do; it's the way that you do it! Teaching style affects children's motivation in track and field lessons. *The Sport Psychologist, 9*, 254-264.
 - 4- Harger, G.J., & Raglin, J.S. (1994). Correspondence between actual and recalled precipitation anxiety in collegiate track and field athletes. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 16*(2), 206-211.
 - 5- Huddleston, S., Kamphoff, C.S., Suchan, T.M., Mack, M.G., Bian, W., Bush, D., Mintah, J.K., Dutler, K.E., & Wee, R.J. (2002). Mood state changes in collegiate track and field athletes. *International Sports Journal, 6*(1), 75-83.
 - 6- Mcmanus, S. P. (2004). Relationship between collegiate track runners' achievement goal orientations and perceptions of motivational climate. Unpublished master thesis, University of Florida.
 - 7- Nicholls, J.G., Cheung, P.C., Lauer, J., & Pastashnick, M. (1989). Individual differences in academic motivation: Perceived ability, goals, beliefs, and values. *Learning and Individual Differences, 1*, 63-84.
 - 8- Duda, J.L., & Nicholls, J. (1992). Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of Educational Psychology, 89*, 290-299.

- 26- Roberts, G. C., & Ommundsen, Y. (1996). Effect of goal orientation on achievement beliefs, cognition and strategies in team sport. *Scandinavian Journal of Medicine Science and Sport*, 6, 46-56.
- 27- Walling, M.D., Duda, J.L., Chi, L. (1993). The perceived motivational climate in sport questionnaire: Construct and predictive validity. *Journal of Sports and Exercise Psychology*, 15, 172-183.
- ۲۸- کاظمی آرزو (۱۳۷۹). رابطه سبک‌های مربیگری و انگیزه پیشرفت در بین بسکتبالیست‌های زن شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تربیت معلم، چاپ نشده.
- ۲۹- تجاری فرشاد و شریفی فر فریده (۱۳۸۶). ارتباط احساس خود سودمندی، انگیزش درونی، بیرونی و اجرای مهارت کشتی: مورد کاربرد برای برآورد اجرا. فصلنامه علوم ورزشی جهش. سال اول، شماره ۲
- ۳۰- موتابیان لیلی (۱۳۸۳). رابطه سبک‌های مربیگری و انگیزه پیشرفت بازیکنان والیبال زن شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی، چاپ نشده.
- ۳۱- حاج قاسم امیر (۱۳۸۴). انگیزش رقابت بازیکنان تیم‌های ملی فوتبال ایران در گروه‌های سنی و پست‌های مختلف. پایان نامه کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج، چاپ نشده.
- ۳۲- قاسمی منیژه (۱۳۸۷). رابطه بین جو انگیزشی ادراک شده، انگیزه‌های مربوط به رقابت و عملکرد ورزشی بازیکنان نخبه بسکتبال. پایان نامه کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج، چاپ نشده.
- 33- Maison, K. G. (2002). Mental skills of iron man triathletes. *Unpublished doctoral dissertation, University of Ottawa, School of Human Kinetics.*
- 34- Wang, L., Huddleston, S., & Peng L. (2003). Psychological skill use by Chinese swimmers. *International Sports Journal, winter*, 48-55.
- 18- White, S.A., & Zellner, S.R. (1996). The relationship between goal orientation beliefs about the cause of sport success, and trait anxiety among high school intercollegiate, and recreational sport participants. *The Sport Psychologist*, 10, 58-72.
- 19- Carpenter, P.J., & Yates, B. (1997). Relationship between achievement goals and the perceived purposes of soccer for semiprofessional and amateur players. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19, 302-311.
- 20- Duda, J.L. (1989). Relationship between task and ego orientation and the perceived purpose of sport among high school athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 318-335.
- 21- Duda, J.L., & Horn, H.L. (1993). Interdependencies between the perceived and self-reported goal orientations of young athletes and their parents. *Pediatric Exercise Science*, 5, 234-241.
- 22- Duda, J.L., Chi, L., Newton, M. L., Walling, M. D., & Catley, D. (1995). Task and ego orientation and intrinsic motivation in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 40-63.
- 23- Li, F., Harmer, P., & Acock, A. (1996). The task and ego orientation in sport questionnaire: construct equivalence and mean differences across gender. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 68, 228-238.
- 24- Williams, L. (1998). Contextual influences and goal perspectives among female youth sport participants. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 69(1), 47-57.
- 25- Ames, C. (1992). Achievement goals, motivational climate, and motivational processes. In G. Roberts (Ed.) *Motivation in sport and exercise* (pp. 161-176). Champaign, IL: Human Kinetics.