

## تحلیل میزان فشار والدین در فرآیند اکتساب خبرگی ورزشکاران زن دو و میدانی ایران بر مبنای مدل تکاملی مشارکت ورزشی

زهرة مشکاتی<sup>۱\*</sup>، لیلا کی نژاد<sup>۲</sup>

۱- استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، اصفهان، ایران.

۲- کارشناس ارشد روانشناسی ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران.

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی میزان فشار والدین بر فرزندان در فرآیند اکتساب خبرگی ورزشکاران دو و میدانی ایران بر مبنای مدل تکاملی مشارکت ورزشی بود. این تحقیق از نوع توصیفی است که به روش پیمایشی انجام گرفت. نمونه پژوهش شامل ۴۲ نفر از ورزشکاران زن خبره دو و میدانی ایران بود که به طور هدفمند و در دسترس انتخاب شدند. برای اندازه‌گیری داده‌ها از پرسشنامه تاریخچه تکاملی ورزشکاران هوپ وود (۲۰۱۳) استفاده شد. داده‌ها با استفاده از آمار توصیفی و تحلیل استنباطی برآوردهای خودگردان با ۹۵ درصد اطمینان تحلیل گردید. نتایج نشان داد که ۷۶/۲ درصد از ورزشکاران در رده سنی ۶-۱۲ سال هیچگونه تمرین دوومیدانی نداشتند. با توجه به برآورد خودگردان با ۹۵ درصد اطمینان می‌توان گفت میانگین میزان فشار والدین بر ورزشکاران در رده‌های سنی ۱۳-۱۵ سال و ۱۶ سال به بالا به میزان کم بوده‌است. این یافته‌ها می‌تواند به مسئولین برای برنامه‌ریزی‌های آموزشی و به والدین برای قراردادن فرزندانشان در مسیر بهتر ورزشی و رسیدن به خبرگی راهگشا باشد.

**واژه‌های کلیدی:** خبرگی، فشار والدین، مدل تکاملی مشارکت ورزشی، دو و میدانی.

## مقدمه و بیان مسأله

همه می‌توانند آواز خواندن، نقاشی کردن و نواختن یک ساز را بیاموزند، اما افراد کمی به سطوح بالای چیرگی می‌رسند. در ورزش نیز به عنوان یک هنر، رسیدن به خبرگی نیازمند کشف افراد با استعداد در سنین پایین و سپس هدایت، کنترل و ارزیابی پیوسته آنها است (نیری، ۱۳۹۱).

خبره فردی است، که یک دهه در یک حوزه مشخصی فعالیت کرده و جدای از سهم نوآوران‌های که داشته، درجه بالایی از شایستگی را نیز کسب کرده است. چنین فرض می‌شود که بعد از یک دهه، فرد بر مهارت‌ها و دانشی که برای کارایی در بالاترین سطح یک حوزه مورد نیاز است، تسلط می‌یابد (کِر<sup>۱</sup>، ۲۰۰۹). خبره در کلی‌ترین مفهوم آن به گروهی از اشخاص گفته می‌شود که در هر جامعه‌ای مواضع رفیع را در اختیار دارند. به بیان جزئی‌تر، خبره مشتمل بر گروهی از افراد است که در رشته‌ای خاص برتری دارند (جولیوس گولد و ویلیام<sup>۲</sup>، جمعی از مترجمین، ۱۳۸۴). خانواده نهادی مقدس است که در همه جوامع ارزش و اهمیت بسیار دارد. خانواده، نخستین و پایدارترین نهاد انسانی و سنگ بنای جامعه است، پایه‌گذار بخش مهمی از سرنوشت ماست و در تعیین سبک زندگی و سلامت روانی ما نقش بزرگی دارد. رشد عاطفی و سلامت روانی فرد به خانواده و محیط خانوادگی وی بستگی دارد. چون خانواده پیش از اینکه ما به مرحله آگاهی برسیم، خواه ناخواه در تعیین سرنوشت و ساختار روحی و طرز تفکر ما تأثیر فراوان می‌گذارد (احدی و محسنی، ۱۳۷۸). پدر و مادر، بزرگترین نقش را در رشد و توسعه فرزندان ایفا می‌کنند و فرزندان ارزشها، نگرشها و چگونگی رفتار کردن را از آنها می‌آموزند (بندورا<sup>۳</sup>، ۱۹۶۹). آنها مهم‌ترین الگوهای رفتاری به ویژه در سال‌های اول زندگی هستند و در همه جنبه‌های زندگی فرزندان با درجات مختلفی درگیر

---

1. Kerr  
2. Julius, Gold & William  
3. Bandura

میشوند (اودل و تیتجن<sup>۱</sup>، ۱۹۹۷). مشخص است که والدین به عنوان حامی ورزشکار نقش مهمی در گرایش یا عدم گرایش یک فرد به یک ورزش خاص دارند. درگیری و انتظارات والدین با موفقیت و لذت و همچنین فشار و استرس مرتبط است. بلوم<sup>۲</sup> (۱۹۸۵)، اعتقاد دارد والدین تمایل دارند در سال‌های اول شرکت بچه‌ها در مسابقات و همچنین تمرینات نقش حمایت کننده داشته باشند آنها تصمیم گیرنده اصلی هستند. در اواسط دوران مشارکت، والدین نقش مشارکتی بیشتری از خود نشان می‌دهند و در اواخر دوره، ورزشکاران خود را به بهبود اجرای کامل ملزم می‌کنند در حالیکه نقش والدین کاملاً محدود می‌شود و صرفاً حمایت مالی را انجام می‌دهند (بلوم، ۱۹۸۵).

لی<sup>۳</sup> (۱۹۹۳) نیز بر نقش خانواده در ورزش کودکان و نوجوانان تأکید کرد و بیان داشت خانواده مهمترین و بیشترین تأثیر را بر فرزندان دارد؛ همچنین، بین فعالیت فیزیکی والدین و فرزندان ارتباط معناداری مشاهده کرد و بیان داشت والدین با آگاهی از آثار مثبت فعالیت جسمانی بر رشد جسمی و ذهنی کودکان می‌توانند الگوی مناسبی برای ورزش آنها باشند (لی، ۱۹۹۳؛ گریندورفر، لکو و روزنگرین<sup>۴</sup>، ۱۹۹۶). به طور کلی، جنبه‌های مختلف مشارکت والدین شامل حمایت، تشویق و فشار است (اندرسون و همکاران<sup>۵</sup>، ۲۰۰۳؛ رولی<sup>۶</sup>، ۱۹۸۶). تشویق والدین، به این معناست که به فرزندان اجازه دهیم برای کشف احساساتشان گام بردارند، سپس به تدریج به آنها برای دستیابی به اهدافشان کمک کنیم. فشار والدین میزان تحریکی که بر ورزشکار برای رقابت کردن، اجرای سطوح معین مهارت و یا ادامه مشارکت ورزشی اعمال می‌شود در نظر گرفته شده است (هلستد<sup>۷</sup>، ۱۹۹۰). فشار والدین به عنوان رفتارها و نگرشهایی تعریف می‌شود که فرزندان از آن به عنوان انتظارات و معیارهای غیرقابل حصول یاد می‌کنند (لف و هویل<sup>۸</sup>، ۱۹۹۵). ورزشکاران جوان فشار والدین را زمانی درک می‌کنند که

- 
1. O'Dell, & Tietjen
  2. Bloom
  3. Lee
  4. Greendorfer, Lewko & Rosengren
  5. Anderson
  6. Rowley
  7. Hellstedt
  8. Leff & Hoyle

تعادل بین میزان تشویق تجربه شده و میزان تشویق مورد انتظار آنها وجود نداشته باشد (لی و مک‌لن<sup>۱</sup>، ۱۹۹۷). والدین ممکن است به ورزشکاران برای کسب موفقیت فشار بیاورند (هویلی و لف، ۱۹۹۷). میزان فشار والدین بر روی یک پیوستار قرار می‌گیرد و گاهی اوقات ممکن است این فشار به نفع ورزشکار باشد و گاهی به ضرر آن، به طوریکه فشار کمتر والدین باعث احساس مثبت در ورزشکار نسبت به ورزش می‌شود؛ درحالیکه فشار زیاد، احساسات منفی را نسبت به مشارکت در ورزش ایجاد می‌کند (هلستد، ۱۹۹۰؛ بروستد<sup>۲</sup>، ۱۹۸۸). فشار والدین باعث ارزیابی منفی کودکان از عزت نفس و شایستگی‌شان در ورزش می‌شود (اسمیت و همکاران، ۱۹۷۸).

فشار و خشونت رفتار والدین به نوبه خود موجب اختلال عصبی در کودکان و نوجوانان می‌شود، محیط و رفتار نامناسب خانواده یکی از انگیزه‌های بزهکاری در کودکان و نوجوانان است. کودکانی که از عطوفت و محبت والدین برخوردار نباشند به دشواری‌های روانی دچار می‌شوند. پدران و مادران نخستین کسانی هستند که می‌توانند اضطراب را در نوجوانان پدید آورند (پارسامهر و همکاران، ۲۰۱۲). حمایت والدین اگر حساب شده باشد، اعتماد به نفس و احساس امنیت را تقویت می‌کند، قوه ابتکار و انگیزه فرد را بالا می‌برد و به بهبود مناسبات اجتماعی منجر می‌شود. حمایت‌های حساب نشده گاهی توهم ارزیابی کردن را برای نوجوان ایجاد می‌کند و او هنگامیکه حس کند ارزیابی می‌شود دچار نگرانی و اضطراب خواهد شد. باید در نظر داشت که مشارکت منفی والدین باعث کاهش لذت و شایستگی ورزشی می‌شود، این در حالی است که ممکن است والدین اهداف و نیات خوب و خیرخواهانه‌ای برای فرزندانشان داشته باشند، آنها باید بدانند که فرزندانشان چگونه رفتارهایشان را درک می‌کنند (اندرسون<sup>۳</sup>، ۲۰۰۳).

بچه‌ها باید تصمیم بگیرند که یک ورزشکار خبره شوند نه والدین. مطلوب نیست که والدین تصمیم بگیرند که زندگی یک کودک (نوجوان) باید در جهت یک ورزشکار خبره شدن یا یک ورزش خاص باشد (خود کودک باید تصمیم گیرنده اصلی باشد) ممکن است

---

1. Lee & MacLean  
2. Brustad  
3. Anderson

والدین علی‌رغم میل باطنی یک نوجوان تصمیم بگیرند او را در ورزش دلخواهشان شرکت دهند. موضوع می‌تواند علاوه بر اتلاف وقت، سبب سرخوردگی و کناره‌گیری فرد از آن رشته ورزشی شود و چه بسا او را نسبت به محیط ورزش بدبین کند. فرصت‌های ورزشکار خبره شدن کاملاً محدود است لذا بر اساس این واقعیت نمی‌توان به‌طور خودخواهانه یا تصادفی کودک را به سمت یک ورزش خاص سوق داد (پیرمحمدی، ۱۳۹۱).

نتایج تحقیق رودیس<sup>۱</sup> (۲۰۱۳) که به بررسی ۱۰۴ شناگر نوجوان پرداخت حاکی از آن بود که والدین سخت‌گیر رفتارهای عاقلانه، عملکرد خوب در مدرسه، درست غذا خوردن و تمیزی را از کودک توقع دارند. آنان از کودکان خود می‌خواهند که مسئولیت کارهای خانه را به عهده بگیرند و برخورد مسلط باشند و از رفتارهای پرخاشگرانه بپرهیزند (رودیس، ۲۰۱۳). این والدین، رفتارهای آینده‌بچه‌های خود را دنبال می‌کنند و درباره‌ی رقابت‌های اجتماعی و تعامل اجتماعی غیرمؤثر فرزندان خود اضطراب دارند (هترینگتون و همکاران<sup>۲</sup>، ۱۹۸۹). بر اساس تحقیقاتی که به ارتباط بین والدین و پیشرفت آموزشی پرداخته شده است، مشخص شده که میزان درک والدین و حمایت آنها باعث تشویق و مشارکت در فعالیت ورزشی و لذت بیشتر کودکان می‌شود و انگیزه‌های درونی آنها برای ادامه‌ی فعالیت قویتر می‌شود (اسکانلان و لتویت<sup>۳</sup>، ۱۹۸۶). در مقابل میزان بالای فشار والدین، انتظارات زیاد، انتقاد و میزان پایین حمایت والدین از فرزندان باعث لذت کمتر و نگرانی بیشتر فرزندان می‌شود (گلد و همکاران<sup>۴</sup>، ۱۹۹۶). ورزش قهرمانی پدیده‌ای سنگین، پیچیده و طولانی مدت است. به همین لحاظ کودکان از سنین پایین بایستی تحت حمایت خانواده و اطرافیان باشند، لیکن در این بین گاهی حمایت والدین به فشار تبدیل گشته و مشکلاتی را در مسیر خبرگی ایجاد می‌کند. دوومیدانی ورزش پایه و مادر است و ورزشکاران از سنین پایین به این رشته می‌پردازند. بر همین اساس، هدف از پژوهش حاضر بررسی میزان فشار والدین در فرآیند اکتساب خبرگی ورزشکاران دو

1. Rodis

2. Hetherington et al.

3. Scanlan & Lewthwaite

4. Gold, et al

و میدانی زن ایران بر مبنای مدل تکاملی مشارکت ورزشی بوده است. این پژوهش در راستای پاسخ به سؤالات زیر طراحی شده است:

میزان فشار والدین ورزشکاران زن خبره دو و میدانی در دامنه سنی ۶-۱۲ سال چقدر بوده است؟

میزان فشار والدین ورزشکاران زن خبره دو و میدانی در دامنه سنی ۱۳-۱۵ سال چقدر بوده است؟

میزان فشار والدین ورزشکاران زن خبره دو و میدانی در دامنه سنی ۱۳ سال به بالا چقدر بوده است؟

## روش پژوهش

روش پژوهش حاضر توصیفی<sup>۱</sup> پیمایشی بوده و از نظر هدف کاربردی محسوب می‌شود. شرکت کنندگان: جامعه آماری این پژوهش را کلیه‌ی زنان خبره رشته دوومیدانی ایران تشکیل می‌دادند. از این جامعه تعداد ۴۲ زن خبره سابقه شرکت در مسابقات کشوری، ملی و بین‌المللی را داشتند به صورت هدفمند و دردسترس انتخاب شدند. دامنه سنی مشارکت کنندگان ۱۷ تا ۳۴ سال بود.

ابزار: در این پژوهش، از پرسشنامه تاریخچه تکاملی ورزشکاران هوپ وود<sup>۱</sup> (۲۰۱۳) استفاده شد. این پرسشنامه به دنبال بررسی فرآیند خبرگی در ورزشکاران است و به دنبال پاسخگویی به این سوال است که، میزان فشار والدین باید چگونه باشد تا یک نفر بتواند به سطحی از مهارت خبرگی برسد.

روش جمع‌آوری اطلاعات: روش جمع‌آوری اطلاعات، شامل جمع‌آوری پاسخ‌های ورزشکاران قهرمان، زنان رشته دوومیدانی ایران به پرسشنامه‌ی پژوهش بود. بدین صورت که محقق پس از توضیحات لازم در مورد هدف پژوهش، از ورزشکاران درخواست کرد تا در صورت تمایل به سؤالات پرسشنامه پاسخ دهند. پس از جمع‌آوری پرسشنامه‌ها اطلاعات کسب شده در جدول مربوط به سه رده سنی ۶ تا ۱۲ سال، ۱۳ تا ۱۵ سال و ۱۶ سال خلاصه گردید.

روش‌های آماری: تجزیه و تحلیل نتایج حاصل از این پژوهش با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۳ و در سطح معناداری ۰/۰۵ در دو بخش مجزا به انجام رسید. در بخش اول تحلیل توصیفی داده‌های نمونه مورد مطالعه بر حسب متغیرهای جمعیت شناختی و با استفاده از جداول فراوانی و درصد صورت گرفت و در بخش دوم جهت پاسخگویی به سؤالات پژوهش از جداول فراوانی و درصد به همراه برآوردهای خودگردان استفاده گردید، استفاده از برآوردهای خودگردان به پژوهشگر کمک می‌کند با فاصله اطمینان ۹۵ درصد برآوردی از یافته‌های توصیفی در جامعه آماری پژوهش داشته باشد، به عبارت دیگر با استفاده از برآورد خودگردان می‌توان یافته‌های توصیفی را با ۹۵ درصد اطمینان به جامعه آماری پژوهش تعمیم داد.

### یافته‌های پژوهش

جدول ۱ میزان فشار والدین در رده‌های سنی ۶ تا ۱۲ سال، ۱۳ تا ۱۵ سال و ۱۶ سال به بالا را نشان می‌دهد.

**جدول (۱) توزیع نمونه آماری پژوهش بر حسب میزان فشار والدین در رده‌های سنی ۶ تا ۱۲ سال، ۱۳ تا ۱۵ سال و ۱۶ سال به بالا**

برآورد توصیفی		برآورد استنباطی		رده سنی		فشار والدین
فراوانی	درصد	درصد تراکمی	درصد	حد پایین	حد بالا	
۳۲	۷۶/۲	۷۶/۲	۶۱/۹	۸۸/۱	۸۸/۱	عدم تمرین دو و میدانی
۳	۷/۱	۸۳/۳	۰	۱۶/۷	۱۶/۷	خیلی کم
۳	۷/۱	۹۰/۵	۰	۱۶/۷	۱۶/۷	کم
۲	۴/۸	۹۵/۲	۰	۱۱/۹	۱۱/۹	متوسط
۲	۴/۸	۱۰۰	۰	۱۱/۹	۱۱/۹	خیلی زیاد
۴۲	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	کل

عدم تمرین	۹	۲۱/۴	۲۱/۴	۳۵/۷	۹/۵
خیلی کم	۴	۹/۵	۳۱	۱۹	۲/۴
کم	۱۲	۲۸/۶	۵۹	۴۲/۹	۱۴/۳
متوسط	۱۱	۲۶/۲	۸۵/۷	۴۰/۵	۱۴/۳
زیاد	۵	۱۱/۹	۹۷/۶	۲۳/۷	۲/۴
خیلی زیاد	۱	۲/۴	۱۰۰	۷/۱	۰
کل	۴۲	۱۰۰		۱۰۰	۱۰۰
اصلا	۹	۲۱/۴	۲۱/۴	۳۵/۷	۹/۵
خیلی کم	۴	۹/۵	۳۱	۱۹	۲/۴
کم	۱۲	۲۸/۶	۵۹/۵	۴۲/۹	۱۴/۳
متوسط	۱۱	۲۶/۲	۸۵/۷	۴۲/۹	۱۴/۳
زیاد	۵	۱۱/۹	۹۷/۶	۲۳/۷	۲/۴
خیلی زیاد	۱	۲/۴	۱۰۰	۷/۱	۰
کل	۴۲	۱۰۰		۱۰۰	۱۰۰

مقادیر جدول بالا بیانگر این است؛ ۷۶/۲ درصد از نمونه آماری پژوهش (با توجه به برآورد خودگردان با ۹۵ درصد اطمینان، بین ۶۱/۹ تا ۸۸/۱ درصد از جامعه آماری پژوهش) اظهار کرده‌اند در رده سنی ۶ تا ۱۲ تمرین ورزش دو و میدانی را نداشته‌اند، ۷/۱ درصد از نمونه آماری (با توجه به برآورد خودگردان با ۹۵ درصد اطمینان، بین ۰ تا ۱۶/۷ درصد از جامعه آماری) میزان فشار والدین را خیلی کم، ۷/۱ درصد از نمونه آماری (با توجه به برآورد خودگردان با ۹۵ درصد اطمینان، بین ۰ تا ۱۶/۷ درصد از جامعه آماری) میزان فشار والدین را کم، ۴/۸ درصد از نمونه آماری (با توجه به برآورد خودگردان با ۹۵ درصد اطمینان، بین ۰ تا ۱۱/۹ درصد از جامعه آماری) میزان فشار والدین را در حد متوسط، ۴/۸ درصد از نمونه آماری (با توجه به برآورد خودگردان با ۹۵ درصد اطمینان، بین ۰ تا ۱۱/۹ درصد از جامعه آماری) میزان فشار والدین را خیلی زیاد ارزیابی کرده‌اند. همچنین ۲۱/۴ درصد از نمونه آماری پژوهش (با توجه به برآورد خودگردان با ۹۵ درصد اطمینان، بین ۹/۵ تا ۳۵/۷ درصد از جامعه آماری پژوهش) اظهار کرده‌اند در رده سنی ۱۳ تا ۱۵ سال تمرین ورزش دو و میدانی نداشته‌اند، ۹/۵ درصد از نمونه آماری (با توجه به برآورد خودگردان با ۹۵ درصد اطمینان، بین ۲/۴ تا ۱۹ درصد از جامعه آماری) میزان فشار والدین را خیلی کم، ۲۸/۶ درصد از نمونه آماری (با توجه به



به برآورد خودگردان با ۹۵ درصد اطمینان، بین ۱۴/۳ تا ۴۲/۹ درصد از جامعه آماری) میزان فشار والدین را کم، ۲۶/۲ درصد از نمونه آماری (با توجه به برآورد خودگردان با ۹۵ درصد اطمینان، بین ۱۴/۳ تا ۴۰/۵ درصد از جامعه آماری) میزان فشار والدین را در حد متوسط، ۱۱/۹ درصد از نمونه آماری (با توجه به برآورد خودگردان با ۹۵ درصد اطمینان، بین ۲/۴ تا ۲۳/۷ درصد از جامعه آماری) میزان فشار والدین را زیاد و ۲/۴ درصد از نمونه آماری (با توجه به برآورد خودگردان با ۹۵ درصد اطمینان، بین ۰ تا ۷/۱ درصد از جامعه آماری) میزان فشار والدین را خیلی زیاد ارزیابی کرده‌اند. نهایتاً ۲۱/۴ درصد از نمونه آماری پژوهش (با توجه به برآورد خودگردان با ۹۵ درصد اطمینان، بین ۹/۵ تا ۳۵/۷ درصد از جامعه آماری پژوهش) اظهار کرده‌اند در رده سنی ۱۶ سال به بالا تحت فشار والدین نبوده‌اند، ۹/۵ درصد از نمونه آماری (با توجه به برآورد خودگردان با ۹۵ درصد اطمینان، بین ۲/۴ تا ۱۹ درصد از جامعه آماری) میزان فشار والدین را خیلی کم، ۲۸/۶ درصد از نمونه آماری (با توجه به برآورد خودگردان با ۹۵ درصد اطمینان، بین ۱۴/۳ تا ۴۲/۹ درصد از جامعه آماری) میزان فشار والدین را کم، ۲۶/۲ درصد از نمونه آماری (با توجه به برآورد خودگردان با ۹۵ درصد اطمینان، بین ۱۴/۳ تا ۴۲/۹ درصد از جامعه آماری) میزان فشار والدین را در حد متوسط، ۱۱/۹ درصد از نمونه آماری (با توجه به برآورد خودگردان با ۹۵ درصد اطمینان، بین ۲/۴ تا ۲۳/۷ درصد از جامعه آماری) میزان فشار والدین را زیاد و ۲/۴ درصد از نمونه آماری (با توجه به برآورد خودگردان با ۹۵ درصد اطمینان، بین ۰ تا ۷/۱ درصد از جامعه آماری) میزان فشار والدین را خیلی زیاد ارزیابی کرده‌اند.

## بحث و نتیجه گیری

هدف از تحقیق حاضر، تحلیل میزان فشار والدین در فرآیند اکتساب خبرگی ورزشکاران زن دو و میدانی ایران بر مبنای مدل تکاملی مشارکت ورزشی است. زمانی که والدین بر فرزندانشان در زمینه فعالیت‌های ورزشی فشار اعمال کنند در نتیجه، لذت ورزشی کاهش خواهد یافت. مشخص است که والدین به عنوان حامی ورزشکار نقش مهمی در گرایش یا عدم گرایش یک فرد به یک ورزش خاص دارند. درگیری و انتظارات والدین با موفقیت و لذت و

همچنین فشار و استرس مرتبط است. بلوم (۱۹۸۵)، اعتقاد دارد والدین می‌خواهند در سال‌های اول شرکت بچه‌ها در مسابقات و همچنین تمرینات نقش حمایت‌کننده داشته باشند آنها تصمیم‌گیرنده اصلی هستند. در اواسط، والدین و ورزشکاران نقش مشارکتی بیشتری از خود نشان می‌دهند و در اواخر، ورزشکاران خود را به بهبود اجرای کامل ملزم می‌کنند در حالیکه نقش والدین کاملاً محدود می‌شود و صرفاً حمایت مالی را انجام می‌دهند (بلوم، ۱۹۸۵).

نتایج یافته پژوهش حاضر در ارتباط با میزان فشار والدین، بر اکتساب خبرگی نشان داد که در رده سنی ۶-۱۲ سالگی ۷۶/۲ درصد از ورزشکاران هیچگونه فعالیت ورزشی را گزارش نکردند، لذا به همین دلیل هیچگونه فشاری نیز از سمت والدین مشاهده نگردید. در رده سنی ۱۳-۱۵ سال و ۱۶ سال به بالا ورزشکاران از سطح فشار کمی توسط والدین برخوردار بودند. این نوع فشارها یکی از نقاط مثبت در روند ورزشکاران زن دو و میدانی ایرانی برای رسیدن به سطوح بالای رقابت ملی و بین‌المللی است. براساس نتایج بدست آمده میزان فشار والدین از رده‌های سنی مختلف کم‌کم افزایش یافته و هرچقدر کودک‌کان به سن بالاتری می‌رسیدند، میزان فشار والدین هم افزایش می‌یافت این مسأله طبیعتاً به دلیل این است که در سنین پایین کودک‌کان تمرین تخصصی نداشتند و فعالیت‌های آنها در سطح بازی و لذت بوده است. نتایج پژوهش حاضر از این منظر با یافته‌های مک‌الروی و کرکندال<sup>۱</sup> (۱۹۸۰) و اسکاتلن و لتویت (۱۹۸۵) همخوانی دارد، آنها هم در سنین پایین یک رابطه مثبت بین والدین و موقعیت کودک‌کانشان و لذت از ورزش را نشان داده‌اند. برخی مطالعات دیگر نشان داده‌اند که انتظارات و میزان فشار والدین می‌تواند یک منبع استرس و فشار باشد و می‌تواند با مشارکت کودک‌کانشان در ورزش تداخل پیدا کند. فشار والدین و ارزیابی مداوم گروه همسال، فشار زیادی به کودک تحمیل می‌کند و در نتیجه به یک جز رقابتی غیرضروری منجر می‌شود که مجدداً کودک را از ورزش مورد نظر دور می‌کند. وقتی کودک به این خاطر در ورزش شرکت می‌کند که والدینش را راضی سازد، لذا فشار رقابتی بالایی را احساس می‌کند (بروستد، ۱۹۸۸؛ اسکاتلن و همکاران، ۱۹۹۱؛ گولد و همکاران، ۲۰۰۶). تورس و هاگر<sup>۲</sup> (۲۰۰۷) بیان داشتند بسیاری از

1. McElroy & Kirkendall

2. Torres & Hager

ورزشکاران به دلیل تأکید بیش از حد والدینشان بر نتایج مسابقه و بی توجهی به لذت بخش بودن، ورزش را کنار می گذارند. گلد و همکاران (۲۰۰۶) دریافتند مشارکت والدین تأثیر مثبتی بر لذت فرزندان از ورزش و افزایش عزت نفسشان دارد. از طرف دیگر، مشارکت والدین ممکن است به عنوان فشار درک شود و تأثیرات منفی بر آنها (کاهش لذت، شایستگی و عزت نفس و افزایش اضطراب) داشته باشد (گلد و همکاران، ۲۰۰۶؛ ورت، لی و آلفرمان<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴). گولد و همکاران در سال ۲۰۰۶ نقش والدین را در موفقیت بازیکنان خبره آمریکایی تنیس مورد بررسی قرار دادند. آنها معتقد بودند که ۵۹ درصد والدین در موفقیت بچه‌ها، نقش به‌سزایی داشته‌اند اما ۳۶ درصد آنها، عمدتاً به دلیل تشویق بیش از حد بچه‌ها برای برنده شدن، انتظارات غیر واقعی از آنها، انتقاد بیش از حد از بچه‌ها و یا به اجبار آنها را وادار به بازی کردن، مانع از پیشرفت و ترقی آنها در ورزش شده‌اند (گولد و همکاران، ۲۰۰۶).

انتظارات بالای والدین میزان اضطراب را در ورزشکاران افزایش می‌دهد و عاملی برای کاهش عملکرد ورزشی آنها می‌شود. انتظارات بالای والدین در موفقیت فرزندان و مقایسه آنها با هم تیمیهایشان و نکوهش و سرزنش آنها به خاطر برآورده نشدن انتظاراتشان باعث ایجاد اضطراب در موقعیت‌های مختلف ورزشی می‌شود که می‌تواند عملکرد ورزشکاران را تحت تأثیر قرار دهد (ارباب و همکاران، ۱۳۹۴). هلستد (۱۹۹۵) پیشنهاد کرد که خانواده‌ها با فرزندان جوان باید روی رشد سرگرم کننده و توسعه مهارت و به حداقل رساندن استرس رقابتی تأکید کنند، اگر آنها می‌خواهند برای جلوگیری از تأخیر و یا موانع در انتقال خانواده به مرحله بعدی اجتناب کنند.

با توجه به یافته‌های این پژوهش مبنی بر این که فشار کم والدین تسهیل کننده رسیدن ورزشکاران به خبرگی بوده است، پیشنهاد می‌شود روانشناسان ورزشی و مربیان تیم‌ها با تشکیل جلسات مشاوره و راهنمایی والدین، نتایج توقعات و انتظارات مناسب از فرزندان را گوشزد کرده و راه‌های کاهش فشار زیاد را به والدین آموزش دهند تا والدین انتظارات بالای خود را در ورزشکاران کاهش دهند. این امر باعث می‌شود تا اعتماد به نفس ورزشکاران افزایش یافته و اضطراب رقابتی و استرس در وضعیت مناسب نگه داشته شود. از آنجاییکه این پژوهش روی

ورزشکاران خبره در رشته انفرادی دو و میدانی و همچنین نمونه زنان صورت گرفته، به محققان پیشنهاد می‌شود در آینده تحقیقات مشابهی روی ورزشکاران رشته‌های تیمی و نمونه مردان اجرا کنند.

## منابع

- ۱- احدی ح، محسنی ن چ. (۱۳۷۸). روانشناسی رشد. تهران: چاپ و نشر بنیاد.
- ۲- ارباب، بهناز، واعظ موسوی، سیدمحمد کاظم، بادامی، رخساره، (۱۳۹۴)، رابطه کمال‌گرایی ورزشی و اضطراب رقابتی بازیکنان تیم ملی کاراته بانوان کشور. فصلنامه پژوهش در مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی، سال پنجم، (سیزده پیاپی)، شماره ۱۰، پاییز و زمستان ۹۴.
- ۳- پارسامهر م، (۱۳۹۰). بررسی انگیزه‌های مرتبط با مشارکت مستمر در فعالیتهای ورزشی در بین دانشجویان تربیت بدنی، دانشگاه یزد، پژوهش نامه علوم ورزشی، شماره ۱۳ ص ۹۳-۱۰۶.
- ۴- پیرمحمدی، مهدی، (۱۳۹۱)، نقش والدین در استعداد یابی ورزشی. همایش ملی استعداد یابی ورزشی.
- ۵- جولوس گولد و ویلیام ل. کولب؛ (۱۳۸۴). فرهنگ علوم اجتماعی، جمعی از مترجمین، تهران، مازیار، چاپ دوم، ص ۸۳۵.
- ۶- نیری، مجید، (۱۳۹۲)، استعداد یابی تکواندو، مرکز آموزشی علمی کاربردی تکواندو، پاییز ۹۲.
- 7- Anderson JC, Funk JB, Elliott R, & Smith P. (2003). Parental support and pressure and children s extracurricular activities: Relationships with amount of involvement and affective experience of participation. *Applied Developmental Psychology*, 24, 241-257.
- 8- Bandura A. (1969). Social learning theory of indemnificatory processes: In D. A. Goslin (Ed.), *Handbook of socialization theory and research*. 213-262.
- 9- Bloom, B.S. (Ed.). (1985). *Developing talent in young people*. New York: Ballantine.

- 10- Brustad RJ. (1988). Affective outcomes in competitive youth sport: the influence of intrapersonal and socialization factors. *J Sport exercises psyche*. 10:307° 32.
- 11- Gould, D., Udry, E., Tuffey, S., & Loehr, J. (1996). Burnout in competitive junior tennis players: I. A quantitative psychological assessment. *The Sport Psychologist*, 10, 322-340.
- 12- Gould D, Lauer L, Rolo C, Jannes C, & Pennisi N. (2006). Understanding the role parents play in tennis success: a national survey of junior tennis coaches. *Br J Sports*, 40(7), 632° 636.
- 13- Greendorfer SL, Lewko JH. And Rosengren KS. (1996). Family and gender-based influences in sport socialization of children and adolescents. *A Bio psychosocial Perspective*, 89-112.
- 14- Hellstedt JC. (1990). Early adolescent perceptions of parental pressure in the sport environment. *Journal of Sport Behavior*, 13(3), 135-144.
- 15- Hellstedt, J.C. (1995). Invisible players: A family system model. In S.M. Murphy, *Sport Psychology Interventions* (pp.117-146). Champaign, IL: Human Kinetics.
- 16- Hetherington, E.Mavis & D.park, *Child development*, Mc Graw Hill, U.S.A. 1989.
- 17- Hoyle R. H, & Leff SS. (1997, spring). The role of parental involvement in youth sport participation and performance. *Adolescence*, 32 (125), 233-243.
- 18- Kerr, B, 2009, *Encyclopedia of Giftedness, Creativity, and Talent*; SAGE publications.
- 19- Lee M. (1993). In M. Lee (Ed.), *Coaching children in sport. Principles and practice*. 91-105.
- 20- Lee M J, & MacLean S. (1997). Sources of parental pressure among age group swimmers. *European Journal of Physical Education*, 2, 167-177.
- 21- Leff SS, & Hoyle R H. (1995). Young athletes' perceptions of parental support and pressure. *Journal of Youth and Adolescence*. 24(2), 187-203.
- 22- McElroy, M.A., & Kirkendall, D.R. (1980). Significant others and professionalized sport attitudes. *The Research Quarterly for Exercise and Sport*, 51, 645-653.
- 23- Melissa Jayne Hopwood. (2013). *The Developmental History of Athletes Questionnaire Towards a comprehensive understanding of the development of sport expertise*. Submitted in fulfilment of the requirements of the degree of Doctor of Philosophy August 2013.
- 24- Naderian J M., (2012). *Principles of Sociology in Sports*. The Bamdad Ketab publishing. [persian] 133.
- 25- O Dell I, & Tietjen LL. (1997). Kids, parents, coaches and recreation activities. *Parks and Recreation*, 32, 70-77.
- 26- parsamehr M, Eskandarifard A, Niknezhad M, Ghorbanzade zaferani GH.( ). *Investigation of motivations related to participation in physical*

- education course among students (on the basis of competence theory). Journal of sport management and behavior movement 9 (17), 105-116. [persian]
- 27- Rodis G. (2013). Swedish swimmers and parental involvement. Idrottsforum.org. 11° 26.
- 28- Rowley S. (1986). The role of the parent in youth sport. In G. Gleeson (Ed). The growing child in competitive sport. London: Hodder and Stoughton, 92-97.
- 29- Scanlan, T.K. & Lewthwaite, R. (1985). Social psychological aspects of competition for male youth sport participants: III. Determinants of personal performance expectancies. Journal of Sport Psychology, 7, 389-399.
- 30- Scanlan, T. K., & Lewthwaite, R. (1986). Social psychological aspects of competition for male youth sport participants: IV. Predictors of enjoyment. Journal of Sport Psychology, 8, 25-35.
- 31- Scanlan, T.K., Stein, G.L., & Ravizza, K. (1991). An in-depth study of former elite figure skaters: III. Sources of stress. Journal of Sport and Exercise Psychology, 13, 103-120.
- 32- Torres CR. & Hager PF. (2007). De-emphasizing competition in organized youth sport misdirected reforms and misled children, journal of the philosophy of sport, vol.34, no. 194-210.
- 33- Wuerth S, Lee MJ, & Alfermann D. (2004). Parental involvement and athlete s career in youth sport. Psychology of Sport and Exercise, 5, 21-33.