

## نقش حمایت اجتماعی در فرایند اکتساب خبرگی ورزشکاران سطوح ملی و بین‌المللی

ستاره دینلی<sup>۱</sup>، رخساره بادامی<sup>\*۲</sup>

۱- کارشناس ارشد رفتار حرکتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران

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

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی نقش حمایت خانواده، مربی و دوستان در رسیدن به خبرگی ورزشکاران سطوح ملی و بین‌المللی بوده است. بدین منظور ۱۱۹ ورزشکار مدال‌آور در سطح ملی و بین‌المللی از رشته‌های مختلف ورزشی به صورت در دسترس انتخاب شدند. با استفاده از پرسشنامه تاریخچه تکاملی ورزشکاران هوپ‌وود (۲۰۱۳)، میزان حمایت عاطفی و مالی و همینطور میزان حمایت مربی بالاتر از سطح متوسط ارزیابی شد. اما میزان حمایت خواهر و برادر و همینطور حمایت دوستان در سطح متوسط بود. یافته‌های این مطالعه مهر تأییدی بر نقش مهم حمایت والدین و مربی در فرآیند اکتساب خبرگی در ورزش است.

**واژه‌های کلیدی:** حمایت اجتماعی، اکتساب خبرگی، ورزشکاران ملی و بین‌المللی

## مقدمه و بیان مسأله

خبره‌ها افرادی هستند که سطوح استثنایی عملکرد را در حوزه‌ای خاص به نمایش می‌گذارند. سال‌هاست که عوامل مؤثر در رسیدن به خبرگی، ذهن متخصصان علوم ورزشی را به خود مشغول کرده است. با این حال، تناسب تأثیر عوامل ژنتیکی و محیطی بر خبرگی کاملاً روشن نیست. پژوهش‌های مربوط به خبرگی به ۳ حوزه تقسیم شده‌اند: ۱) شرح بیولوژیکی رشد خبرگی در ورزش ۲) تمرین به عنوان کمک‌کننده اصلی برای رشد خبرگی در ورزش و ۳) عوامل محیطی و زمینه‌ای تأثیرگذار بر رشد ورزشکار (هوپ‌فود، ۲۰۱۳).

گزارش‌های بیولوژیکی مربوط به رشد خبرگی در ورزش بر تعیین سهم قابلیت‌ها و ویژگی‌های فیزیکی در رسیدن به خبرگی تأکید می‌کند. شرح تمرین مربوط به رشد خبرگی در ورزش اشاره می‌کند که عملکرد خبرگی نتیجه مشارکت (درگیر شدن) در حجم قابل ملاحظه‌ای از تمرین با کیفیت بالاست (دیکین و کوبلی، ۲۰۰۳) و عوامل محیطی و زمینه‌ای تأثیرگذار بر رشد ورزشکاران نیز عواملی چون مکان تولد (مک دونالد، کینگ، کوه و ابرنتی، ۲۰۰۹)، حمایت خانواده (لاور، گلد، رمان و پیرس، ۲۰۱۰) و مربی (دوران‌د بوش و سالملا، ۲۰۰۲) در برمی‌گیرد.

امروزه، پژوهشگران، به بررسی عوامل محیطی مؤثر در رسیدن به خبرگی چون حمایت اجتماعی خانواده، همسالان، دوستان و مربی علاقه‌مند شده‌اند. حمایت اجتماعی مفهومی چند بعدی است که به اشکال و طرق مختلفی تعریف شده است. سارافینو (۱۹۹۸) حمایت اجتماعی را میزان برخورداری از محبت، همراهی، مراقبت، احترام، توجه و کمک دریافت شده توسط فرد از سوی افراد یا گروه‌های دیگر نظیر اعضای خانواده، دوستان و دیگران مهم تعریف کرده‌اند. در مجموع، شاید بتوان گفت که حمایت اجتماعی یعنی این احساس که شخص مورد توجه دیگران است و دیگران برای او ارزش قائلند و این که او به یک شبکه اجتماعی متعلق است (ریاحی و همکاران، ۱۳۸۹). حمایت اجتماعی دارای سه مقوله عاطفی، ابزاری و

1 Deakin & Cobley

2 MacDonald, King, Cote & Abernethy

3 Lauer, Gould, Roman, & Pierce

4 Durand-Bush & Salmela

اطلاعاتی است. حمایت اجتماعی عاطفی به معنی در دسترس داشتن فردی برای تکیه کردن و اعتماد داشتن به وی، به هنگام نیاز است. این نوع از حمایت می‌تواند شخص را به داشتن احساس راحتی و آسایش، اطمینان، تعلق داشتن و مورد محبت قرار داشتن به هنگام فشار و تنش مجهز نمایند. حمایت اجتماعی ابزاری به کمک‌های مادی، عینی و واقعی دریافت شده توسط یک فرد از سوی دیگران اطلاق می‌گردد و حمایت اجتماعی اطلاعاتی شامل دادن توصیه‌ها، جهت‌گیری‌ها، پیشنهادات، یا بازخوردها به یک فرد راجع به چگونگی عملکردش می‌باشد (مازیاری، ۱۳۹۱).

چندین محقق، اهمیت حمایت اجتماعی والدین، خواهر و برادر، مربی و همسالان و دوستان را در مشارکت و موفقیت ورزشی مورد بحث قرار داده‌اند. هلستت<sup>۱</sup> (۱۹۸۷) حمایت والدین در مشارکت کودکان در ورزش را در یک پیوستار از عدم حمایت؛ حمایت متوسط و حمایت بیش از اندازه، مفهوم سازی کردند. سطح متوسط حمایت والدین، در نظریه هلستت، والدینی را توصیف می‌کند که علایق کودکانشان را به بهترین نحو تشویق می‌کنند، حتی اگر این به معنای قربانی کردن علایق شخصی شان باشد. هلستت در یک مقاله جدیدتر (۱۹۹۵) چارچوب ساختار خانواده‌ی موجود را برای مطرح کردن یک مدل رشدی از خانواده‌های ورزشکاران به کار گرفته است. این مدل، مجموعه‌ای از مراحل تغییرات خانوادگی را نشان می‌دهد که قبل از اینکه بتوان مرحله بعدی را با موفقیت انجام داد باید وظایفی خاص در آن صورت گیرد. برای مثال؛ هلستت (۱۹۹۵) نشان داد که خانواده‌هایی که دارای کودکان خردسال می‌باشند باید بر سرگرمی و افزایش مهارت تأکید کنند و اگر بخواهند از تأخیرها یا موانع موجود بر سر راه گذر خانواده به مرحله بعدی پیشرفت جلوگیری به عمل آورند؛ باید تنش رقابتی را کاهش دهند. در مورد حمایت اجتماعی مربی هم پژوهش‌هایی انجام شده است. شن<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۱۰) در تحقیقی نشان دادند که کمبود حمایت اجتماعی معلمان عامل تعیین‌کننده‌ای در بی‌انگیزگی دانش‌آموزان در انجام فعالیت بدنی است. مازیاری و همکاران (۱۳۸۹) نیز در تحقیقی به عنوان "بی‌انگیزگی دانش‌آموزان در فعالیتهای تربیت بدنی و حمایت اجتماعی

1 Hellstedt

2 Shen

دیران" نشان دادند که بی انگیزگی با حمایت اجتماعی رابطه منفی و معناداری دارد. در مورد، نقش حمایت اجتماعی همسالان، خواهر و برادر در مشارکت و پیشرفت ورزشی مطالعات اندکی انجام شده است. همین طور، در اکثر مطالعات گذشته، نمونه‌های مورد مطالعه، دانش-آموزان ورزشکار یا ورزشکاران سطوح پایین رقابتی بوده‌اند. بر همین اساس، هدف از پژوهش حاضر بررسی نقش حمایت اجتماعی خانواده، مربیان، دوستان و همسالان در فرایند اکتساب خبرگی ورزشکاران سطوح ملی و بین‌المللی بوده است.

## روش پژوهش

روش این پژوهش از نوع توصیفی بوده و از نظر هدف کاربردی محسوب می‌شود. شرکت‌کنندگان این پژوهش را ۱۱۹ مدال‌آور ملی و کشوری از رشته‌های مختلف ورزشی (شنا، ژیمناستیک، کاراته، ووشو، صخره‌نوردی و باستانی) تشکیل می‌دادند. که به صورت هدفمند و در دسترس انتخاب شدند. برای افراد منتخب، پرسش‌نامه‌ای تهیه شد و در زمان برگزاری اردو به آن‌ها داده شد. با پیگیری فراوان پرسشنامه‌های مربوطه جمع‌آوری شد. این مطالعه، قسمتی از یک مطالعه بزرگ‌تر است که در آن مطالعه اطلاعات کاملی در مورد تاریخچه فعالیت بدنی و تمرینی و همین‌طور میزان حمایت عاطفی و مالی والدین، حمایت عاطفی مربی و دوستان با استفاده از پرسشنامه تاریخچه تکاملی ورزشکاران (DHAQ)<sup>۱</sup> هوپ وود<sup>۲</sup> (۲۰۱۳) جمع‌آوری شده است. روایی و پایایی این پرسش‌نامه در مطالعات خارجی تأیید شده است (هوپ‌فود، ۲۰۱۳). در مطالعات ایرانی هم نصر و بادامی (۱۳۹۴) روایی و پایایی این پرسش‌نامه را بررسی و تأیید کرده‌اند.

برای تحلیل داده‌های مربوط به حمایت والدین در دو خرده‌مقیاس حمایت عاطفی و مالی و همین‌طور، حمایت خواهران و برادران، مربی و همسالان از نظر عاطفی از تی تک نمونه استفاده شد.

1 The Developmental History Of Athletes Questionnaire

2 Hopwood

## یافته‌های پژوهش

در جدول ذیل برآورد آزمون تی تک نمونه جهت تعیین میزان حمایت والدین (حمایت عاطفی و حمایت مالی)، حمایت خواهر و برادر، حمایت مربی و حمایت همسالان خلاصه شده است.

جدول (۱) آزمون تی تک نمونه جهت تعیین میزان حمایت والدین

برآورد استنباطی			برآورد توصیفی		متغیر	
سطح معناداری	درجه آزادی	آمار t	تفاوت میانگین	انحراف معیار		میانگین
۰/۰۳۰	۱۱۶	۲/۱۹	۰/۶۸	۳/۳۸	۸/۱۹	حمایت مالی والدین از ورزشکاران
۰/۰۰۱	۱۱۸	۳/۶۳	۱/۱۸	۳/۵۶	۸/۶۸	حمایت عاطفی والدین از ورزشکاران
۰/۱۰۰	۱۱	۱/۶۵	-۰/۶۰	۳/۸۷	۶/۸۹	حمایت خواهر و برادر از ورزشکاران
۰/۰۰۱	۱۱۸	۵/۰۲	۱/۶۰	۳/۴۹	۹/۱۰	حمایت مربی از ورزشکاران
۰/۰۶۸	۱۱۸	۱/۸۴	-۰/۵۵	۳/۳۱	۶/۹۴	حمایت همسالان از ورزشکاران

مقادیر مربوط به برآورد آزمون تی تک نمونه بیانگر این است که میانگین حمایت عاطفی و مالی والدین و حمایت مربی بالاتر از سطح متوسط است و میانگین حمایت خواهر و برادر و دوستان در حد متوسط بوده است.

## بحث و نتیجه گیری

در بین عوامل محیطی و تأثیرگذار بر رشد ورزشکار، نقش و تأثیر خانواده، مربی، خواهر و برادر و دوستان مورد توجه پژوهشگران مختلف قرار گرفته است. بر همین اساس هدف از این

مطالعه بررسی نقش حمایت اجتماعی والدین، مربی، خواهر و برادر و همسالان در رسیدن به خبرگی ورزشکاران است. بر اساس یافته‌ها، میزان حمایت والدین در دو سطح عاطفی و مالی بالاتر از سطح متوسط بوده است. تحقیقات بسیاری نشان داده‌اند که تشویق، حمایت و تجهیز منابع و تسهیلات در بسیاری از مواقع زیر بنای پرورش و تربیت استعدادها را تشکیل می‌دهد، حداقل در مراحل اولیه شروع کار، خانواده‌ها هستند که آن‌ها را نهادیه می‌کنند (کوته، ۱۹۹۹). همچنین در تایید یافته‌های بدست آمده از این پژوهش بر کنریچ (۲۰۰۶) بیان می‌کند که بدون مشارکت خانواده بسیاری از ورزشکاران قادر به ادامه شرکت در رشته ورزششان نخواهند بود.

همین‌طور بر اساس تحقیقاتی که به ارتباط بین والدین و پیشرفت آموزشی پرداخته، 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 ادامه فعالیت قویتر می‌شود (اسکانلان ربوت و یت 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، آوری، توفی و لومر، ۱۹۹۶).

همین‌طور بلوم و همکاران (۱۹۸۵) به تأثیر عمده خانواده بر مراحل مختلف توسعه استعداد در تمام زمینه‌ها تأکید کردند و گزارش کردند که در سال‌های اولیه مشارکت کودکان در فعالیت، والدین تمایل دارند تا حمایت‌کننده باشند و در سال‌های آخر نقش والدین محدودتر می‌شود و عمدتاً شامل حمایت و پشتیبانی مالی است.

همچنین یافته دیگر این مطالعه نشان داد که میزان حمایت مربی از ورزشکاران نیز بالاتر از حد متوسط بوده است. نقش مربی به عنوان یکی از بهترین زمینه‌های کشف شده پرورش استعداد در تحقیقات ورزشی مورد توجه محققان قرار گرفته است و آنها با مطالعات زیادی که بر روی روابط میان رفتار مربیان ورزش و انگیزه ورزشکاران و لذت آنها انجام داده‌اند، اهمیت این روابط را مورد تأیید قرار داده‌اند. هم‌سو با نتایج بدست آمده از این مطالعه، پلینیر (۲۰۰۱) در مطالعه‌ای که بر روی شناگران فعال و کناره گرفته از شنا انجام داده بود نشان داد که آن دسته افرادی که بر شنا کردن اصرار می‌ورزند، مربیان خود را به عنوان افرادی حامی و با

استقلال بیشتر درک کرده‌اند، حال آنکه آن عده که از ورزش کناره گرفتند، مربیان خود را به عنوان افرادی با نفوذ و کنترل بیشتر دریافتند. همچنین توماس، کوته و دیکین (۲۰۰۸) پیشنهاد کردند که مربیان باید تلاش کنند با تمامی ورزشکاران به شکلی مداوم ارتباط برقرار کنند و در مورد عقاید، رفتارها و احساسات آنها، نسبت به فعالیت‌های ورزشی درخواست اطلاعات کنند تا به روابط سالم دو طرفه منجر شود. یافته‌های مطالعه کریمی و همکاران (۱۳۹۴) نیز نشان دادند که حمایت اجتماعی با انگیزش موفقیت بازیکنان رابطه مثبت و معناداری دارد.

باین که در پژوهش حاضر حمایت والدین و مربیان در فرایند رسیدن به خبرگی بالاتر از سطح متوسط ارزیابی شد، اما نکته جالب توجه این است که بر خلاف برخی مطالعات (به طور مثال؛ وینزل، ۲۰۱۴؛ وینزل، بیکر و راسل، ۲۰۱۲؛ وینزل، بتل، راسل و لونی، ۲۰۱۰) که نقش دوستان و همسالان را در رفتارهای جامعه‌پسند نشان داده‌اند، حمایت ادراک شده از دوستان در این پژوهش در حد متوسط ارزیابی شد. ویس و همکاران (۱۹۹۶) ابعاد منفی و مثبت دوستی در زمینه‌های ورزش جوانان را بیان کردند. آنها اظهار کردند که یک فرد می‌تواند تصور کند که ابعاد مثبت دوستی (مانند؛ همکاری و همراهی، افزایش اعتماد به نفس، کمک و راهنمایی، رفتار اجتماعی، صمیمیت و وفاداری) می‌تواند انگیزه شرکت در ورزش را تقویت کند در حالی که ابعاد منفی دوستی (مانند کشمکش و ناسازگاری، کیفیت‌های شخصی غیر جذاب، خیانت و دردسترس نبودن) می‌تواند به دلایل اصلی جوانان برای کناره گرفتن از ورزش کمک شایانی کند. شاید یکی از دلایل عدم همخوانی یافته‌های این پژوهش با مطالعاتی که ابعاد دوستی را در رفتارهای جامعه‌پسند بررسی کرده‌اند، تفاوت در متغیر وابسته باشد. در این مطالعه، حمایت عاطفی دوستان در فرایند رسیدن به خبرگی بررسی شده‌است در حالی که در مطالعات مذکور ابعاد دوستی در رفتارهای جامعه‌پسند بررسی شده‌است.

یافته دیگر مطالعه حاضر نشان داد که میزان حمایت خواهران و برادران از ورزشکاران در حد متوسط بوده است. کوته (۱۹۹۹) ابراز کرده‌است که خواهران و برادران در پیشرفت ورزشکاران جوان نقش دارند. همچنین لوکر و گریندروفر (۱۹۸۸) بیان کردند که خواهران و برادران یک عامل اجتماعی کننده مهم در فعالیت‌های ورزشی می‌باشند زیرا اولین زمینه بازی کودک را تشکیل می‌دهند.

در مجموع یافته‌های این مطالعه نشان داد که میزان حمایت والدین در دو سطح عاطفی و مالی و همچنین میزان حمایت مربی از ورزشکاران بالاتر از حد متوسط بوده است، اما میزان حمایت دوستان و خواهران و برادران از ورزشکاران در حد متوسط ارزیابی شد.

## منابع

- ۱- ریاحی م الف، وردی نیا الف، پورحسین س ز. (۱۳۸۹). بررسی رابطه بین حمایت اجتماعی و سلامت روان. فصلنامه علمی ° پژوهشی رفاه اجتماعی، ۳۹: ۱۲۱-۸۵.
- ۲- کریمی مریم، حیدری نژاد صدیقه، شفیع نیا پروانه، محمدنوروزی علی (۱۳۹۴). بررسی ارتباط بین رفتار رهبری مربیان با انگیزش موفقیت و اجتناب از شکست در بازیکنان زن تیم های والیبال. پژوهش های کاربردی در مدیریت ورزشی، سال سوم، شماره ۴، صفحه ۲۱-۳۳.
- ۳- مازیاری م. (۱۳۹۱). رابطه ی رفتار حمایت اجتماعی دبیران تربیت بدنی و بی انگیزگی دانش آموزان در فعالیتهای تربیت بدنی مدارس. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه ارومیه
- ۴- هی وود و نانسی گچل؛ (۱۳۹۳) حمایت اجتماعی، ترجمه حمایت طلب و ناصری.
- 5- Brackenridge, C. (2006). The parents optimum zone: Measuring and optimising parental engagement in youth sport. Melbourne, Australia: Commonwealth International Sports Conference.
- 6- Co te J. (1999). The influence of the family in the development of talent in sport. *The Sport Psychologist*, 13, 395-417.
- 7- Deakin, J. M., & Cobley, S. (2003). A search for deliberate practice: An examination of the practice environments in figure skating and volleyball. In J. L. Starkes, & A. K. Ericsson (Eds.), *Expert performance in sports: Advances in research on sport expertise* (pp. 115-135). Champaign, IL: Human Kinetics.
- 8- Durand-Bush, N., & Salmela, J. H. (2002). The development and maintenance of expert athletic performance: Perceptions of World and Olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 154-171.
- 9- 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



- 10- Hellstedt, J.C. (1987). The coach /parent /athlete relationship. *The Sport Psychologist*, 1,151- 160.
- 11- Hellstedt, J.C. (1995). Invisible players: A family system model. In S.M. Murphy, *Sport Psychology Interventions* (pp.117-146). Champaign, IL: Human Kinetics.
- 12- Jessica Fraser-Thomas, Jean Cote Janice Deakin.(2008). Understanding dropout and prolonged engagement in adolescent competitive sport. *Psychology of Sport and Exercise* 9.645° 662.
- 13- Lauer, L., Gould, D., Roman, N., & Pierce, M. (2010). Parental behaviors that affect junior tennis player development. *Psychology of Sport and Exercise*, 11(6), 487-496.
- 14- MacDonald, D. J., King, J., Côté, J., & Abernethy, B. (2009). Birthplace effects on the development of female athletic talent. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 12(1), 234-237.
- 15- 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.
- 16- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., & Briè` re, N. M. (2001). Associations among perceived autonomy support, forms of self-regulations, and persistence: A prospective study. *Motivation and Emotion*, 25, 279° 306.
- 17- 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.
- 18- Shen B, Li W, Sun H,Rukavina P B. 2010.The influence of inadequate teacher ° to student social support on amotivation of physical education students.journal of Teaching in Physical Education, 29 : 417- 432.
- 19- Weiss, M. R., Smith, A. L., & Theeboom, M. (1996). That s what friends are for: Children s and teenagers perceptions of peer relationships in the sport domain. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18, 347° 379.
- 20- Wentzel, K. R. (2014). Pro-social behavior and peer relations in adolescence. In L. Padilla-Walker & G. Carlo (Eds.), *the multidimensionality of pro-social behavior: Biological, socialization, and contextual perspectives* (pp. 178° 200). Oxford, England: Oxford University Press.
- 21- Wentzel, K. R., Battle, A., Russell, S. L., & Looney, L. B. (2010). Social supports from teachers and peers as predictors of academic and social motivation. *Contemporary Educational Psychology*, 35(3), 193° 202.
- 22- Wentzel, K. R., Baker, S. A., & Russell, S. L. (2012). Young adolescents perceptions of teachers and peers goals as predictors of social and academic goal pursuit. *Applied Psychology: An International Review*, 61(4), 605° 633.



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی