

## رابطه بین اعتماد به نفس ورزشی با انگیزش و اجرای روان حالتی در فوتبالیست‌های دسته یک استان سمنان

راضیه میرآخورلی<sup>۱</sup>

<sup>۱</sup> کارشناس ارشد روانشناسی ورزشی، دانشگاه تهران

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف رابطه بین اعتماد به نفس ورزشی با انگیزش و اجرای روان حالتی در فوتبالیست‌های دسته یک استان سمنان، بر اساس هدف، تحقیقی کاربردی و کمی است. و بر اساس چگونگی جمع آوری داده های مورد نیاز توصیفی-تحلیلی است، جامعه آماری شامل کلیه ورزشکاران تیم های فوتبال دسته یک استان سمنان یعنی ۱۳۵ نفر از فوتبالیست‌های لیگ دسته اول استان سمنان مد نظر می باشد. با توجه به اینکه تعداد ورزشکاران دسته یک استان سمنان در سال ۹۶-۱۳۹۵ برابر با ۱۳۵ نفر است، حجم نمونه برابر است با ۱۰۰ نفر ورزشکار حاضر در لیگ دسته اول استان سمنان می باشد که ۱۰۰ بازیکن بصورت تصادفی با استفاده از فرمول کوکران انتخاب گردیدند. برای تعیین پایایی پرسشنامه با استفاده از آزمون مقدماتی، ۲۵ پرسشنامه در بین مخاطبان توزیع شد. پس از گردآوری پرسشنامه های یاد شده، پایایی پرسشنامه محاسبه و در نهایت پایایی با استفاده از محاسبه ضریب تتای ترتیبی ( $\Theta = ۰/۷۵ - ۰/۹۱$ ) و پایایی مرکب ( $CR = ۰/۷۴ - ۰/۹۱$ ) انجام شد. بر این پایه ابزار تحقیق دارای پایایی لازم است. برای محاسبه ضریب‌های روایی و پایایی پرسشنامه از نرم افزار R و برای تحلیل نتایج از نرم افزار SPSS استفاده شد. نتایج مشخص نمود بین رهبری و انگیزش، همبستگی مثبت و معنا داری وجود دارد. توانایی در انجام دادن مهارت ها با انگیزش ورزشکاران ارتباط مستقیمی دارد. با توجه به فرضیه ارتباط بین حمایت و انگیزش، نتایج نشان داده است که حمایت ورزشکاران توان پیش بینی معناداری برای افزایش انگیزه ورزشی در آزمودنیها محسوب می شود. یکی دیگر از فرضیات پژوهش بررسی ارتباط بین آمادگی و انگیزش ورزشی ورزشکاران بوده است که طبق نتایج حاصل از پژوهش و تحلیل های آماری، مشخص گردید که بین این دو متغیر ارتباط معنی دار، با ضریب همبستگی  $۰/۴۸۸$  برقرار می باشد. بین خودادراکی، تقلید و انگیزش ورزشکاران، و بترتیب با ضریب همبستگی  $۰/۳۲۸$  و  $۰/۳۲۴$  ارتباط مستقیم وجود داشته. بین توانایی، آمادگی، آسایش و اجرای روان حرکتی ارتباط مستقیمی وجود دارد. بین متغیر های حمایت، خود ادراکی، تقلید و رهبری با توجه به ضریب همبستگی بدست آمده و سطح آماری بدست آمده که بزرگتر از سطح  $۰/۰۵$  می باشد، هیچگونه ارتباط معنی داری وجود ندارد.

**واژه‌های کلیدی:** اعتماد به نفس ورزشی، انگیزش، روان حالتی، فوتبالیست، دسته یک، استان سمنان

## مقدمه

یکی از ویژگی های بارز ورزشکاران برجسته که آنها را از سایرین متمایز می کند، داشتن اعتماد به نفس و خودباوری است. همانطور که حرکات ورزش با آموزش، تمرین و تکرار ارتقاء می یابند، و ورزشکار در اجرای آنها مهارت کافی را کسب می نماید، اعتماد به نفس نیز در اثر آموزش، تمرین و تکرار، و با استفاده از تفکر مثبت و مؤثر، و نیز تجارب موفقیت آمیز پرورش یافته و برای ورزشکاران به مهارت تبدیل می شود. رابطه ی اعتماد به نفس با موفقیت یکی از پایدارترین یافته ها در منابع روانشناسی مربوط به عملکرد عالی است (آزادی، ۱۳۹۳).

یکی از مفاهیم اساسی روان شناسی مثبت، مفهوم درگیر شدن است که به جذب یا غوطه ور شدن در کاری که فرد انجام می دهد، بر می گردد. بالاترین سطح از درگیری به چیزی که اجرای روان نامیده می شود، اطلاق می شود. (انشل، ۲۰۰۳)

ورزشکاران که انگیزه ی درونی دارند، به دلیل عشق و علاقه بازی می کنند. آنها از یادگیری و تسلط بر مهارت های سخت ورزشی، لذت برده و با غرور درونی و سخت گویی به سمت انجام یک کار چالش آمیز، می روند. انگیزه در سه رفتار بازتاب می کند: انتخاب (انگیزه در انتخاب هایی نشان داده می شود که ورزشکار دارد) با تلاش (انگیزه در مقدار تلاش های ورزشکار نیز بازتاب می یابد)؛ و پشتکار (سطح انگیزه می تواند در مدت ادامه به تلاش برای دستیابی به اهداف حتی مواجهه با سختی ها و موانع دیده شود). (زندى، ۱۳۹۴).

مهمترین سئوالی که در ذهن در این پژوهش به خود مشغول داشته این است که آیا بین اعتماد به نفس با اجرای روان حالتی و انگیزش ارتباطی وجود دارد؟ و آیا برای داشتن اعتماد به نفس در ورزش، اجرای روان حالتی و انگیزش ورزشی مهم بوده و از جمله مسائل قابل تحقیق در ورزش می باشد؟ بنابراین محقق سعی بر این دارد که به این پرسش کلی پاسخ دهد آیا بین اعتماد به نفس با اجرای روان حالتی و انگیزش ورزشی رابطه ای وجود دارد؟ و یا این دو جدا از یکدیگر بوده و هیچ ارتباط منطقی بین آنها وجود ندارد.

## روش تحقیق:

پژوهش حاضر بر اساس هدف، تحقیقی کاربردی و کمی است. و بر اساس چگونگی جمع آوری داده های مورد نیاز توصیفی-تحلیلی است، جامعه آماری شامل کلیه ورزشکاران تیم های فوتبال دسته یک استان سمنان یعنی ۱۳۵ نفر از فوتبالیستهای لیگ دسته اول استان سمنان مد نظر می باشد. با توجه به اینکه تعداد ورزشکاران دسته یک استان سمنان در سال ۹۶-۱۳۹۵ برابر با ۱۳۵ نفر است، حجم نمونه برابر است با ۱۰۰ نفر ورزشکار حاضر در لیگ دسته اول استان سمنان می باشد که ۱۰۰ بازیکن بصورت تصادفی با استفاده از فرمول کوکران انتخاب گردیدند. برای تعیین پایایی پرسشنامه با استفاده از آزمون مقدماتی، ۲۵ پرسشنامه در بین مخاطبان توزیع شد. پس از گردآوری پرسشنامه های یاد شده، پایایی پرسشنامه محاسبه و در نهایت پایایی با استفاده از محاسبه ضریب تتای ترتیبی ( $\Theta = 0.75 - 0.91$ ) و پایایی مرکب ( $CR = 0.74 - 0.91$ ) انجام شد. بر این پایه ابزار تحقیق دارای پایایی لازم است. برای محاسبه ضریبهای روایی و پایایی پرسشنامه از نرم افزار R و برای تحلیل نتایج از نرم افزار SPSS استفاده شد.

## نتایج

یافته های تحقیق نشان داد که ۸۷ نفر (۸۷ درصد) از پاسخگویان مرد و ۱۳ نفر (۱۳ درصد) زن بودند. ۱۸ نفر (۱۸ درصد) از پاسخگویان در طیف سنی ۲۰ تا ۳۰ سال بودند، ۳۶ نفر (۳۶ درصد) در طیف سنی ۳۱ تا ۴۰ سال، ۱۹ نفر (۱۹ درصد) در طیف سنی ۴۱ تا ۵۰ سال و ۲۷ نفر (۲۷ درصد) ۵۱ سال و بالاتر داشتند. سطح تحصیلات ۲۴ نفر (۲۴ درصد) از پاسخگویان زیردیپلم، ۳۶ نفر (۳۶ درصد) دیپلم، ۱۳ نفر (۱۳ درصد) کاردانی، ۲۳ نفر (۲۳ درصد) کارشناسی و ۴ نفر (۴ درصد) کارشناسی ارشد و بالاتر بوده است.

جدول ۱ نتایج آزمون کلموگروف - اسمیرنوف (k-S) برای بررسی طبیعی بودن (نیکوئی برازش) توزیع داده ها را نشان می دهد که به جز انگیزش، حمایت و تقلید سایر متغیرها از توزیع طبیعی برخوردار می باشند.

جدول ۱: نتایج آزمون نرمال بودن داده ها

متغیر	میانگین	آماره Z	سطح معنی داری	نتیجه گیری
انگیزش	۱/۹۱۴۰	۱/۷۴۱	۰/۰۰۵	غیر طبیعی
اجرای روان حرکتی	۱/۸۷۲۱	۰/۹۸۰	۰/۲۹۲	طبیعی
رهبری	۱/۸۳۶۹	۱/۰۵۳	۰/۲۱۸	طبیعی
آسایش	۱/۸۶۵۷	۱/۳۴۵	۰/۰۵۴	طبیعی
توانایی	۱/۹۱۴۶	۱/۳۰۷	۰/۰۶۶	طبیعی
حمایت	۱/۸۳۳۵	۱/۵۸۸	۰/۰۱۳	غیر طبیعی
آمادگی	۱/۸۳۰۹	۱/۰۵۹	۰/۲۱۲	طبیعی
خود ادراکی	۱/۸۳۱۷	۱/۳۲۶	۰/۰۵۹	طبیعی
تقلید	۱/۸۰۹۹	۱/۵۰۰	۰/۰۲۲	غیر طبیعی

P&gt;0.05

در ادامه به بررسی فرضیات پژوهش پرداخته می شود:

فرضیه اول:

H0: بین رهبری با انگیزش فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

H1: بین رهبری با انگیزش ورزشکاران تیم های فوتبال دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

با توجه به غیر طبیعی بودن توزیع داده های مربوط به متغیر انگیزش از ضریب همبستگی اسپیرمن برای بررسی ارتباط بین متغیرها استفاده شد.

جدول ۲: ارتباط بین رهبری و انگیزش

متغیرهای مورد آزمون	سطح معنی داری	ضریب همبستگی اسپیرمن	نتیجه گیری
رهبری و انگیزش	۰/۰۱۸	۰/۳۲۸*	رد فرض صفر

$P \leq 0.05$

یافته های جدول (۲) نشان داد، ضریب همبستگی (۲) برابر با ۰/۳۲۸ و سطح معنی داری برابر با ۰/۰۱۸ می باشد. بنابراین می توان گفت که ارتباط معنی داری بین رهبری و انگیزش وجود دارد.

فرضیه دوم:

H0: بین آسایش با انگیزش فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

H1: بین آسایش با انگیزش ورزشکاران تیم های فوتبال دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

با توجه به غیر طبیعی بودن توزیع داده های مربوط به متغیر انگیزش از ضریب همبستگی اسپیرمن برای بررسی ارتباط بین متغیرها استفاده شد.

جدول ۳: ارتباط بین آسایش و انگیزش

متغیرهای مورد آزمون	سطح معنی داری	ضریب همبستگی اسپیرمن	نتیجه گیری
آسایش و انگیزش	۰/۰۰۱	۰/۳۲۳*	رد فرض صفر

$P \leq 0.05$

یافته های جدول (۳) نشان داد، ضریب همبستگی (۲) برابر با ۰/۳۲۳ و سطح معنی داری برابر با ۰/۰۰۱ می باشد. بنابراین می توان گفت که ارتباط معنی داری بین آسایش و انگیزش وجود دارد.

فرضیه سوم:

H0: بین توانایی با انگیزش فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

H1: بین توانایی با انگیزش فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

با توجه به غیر طبیعی بودن توزیع داده های مربوط به متغیر انگیزش از ضریب همبستگی اسپیرمن برای بررسی ارتباط بین متغیرها استفاده شد.

جدول ۴: ارتباط بین توانایی و انگیزش

نتیجه گیری	ضریب همبستگی اسپیرمن	سطح معنی داری	متغیر ملاک	متغیرهای مورد آزمون
رد فرض صفر	۰/۴۴۰*	۰/۰۰۰	انگیزش	توانایی و انگیزش

$P \leq 0.05$

یافته های جدول (۴) نشان داد، ضریب همبستگی (۲) برابر با ۰/۴۴۰ و سطح معنی داری برابر با ۰/۰۰۰ می باشد. بنابراین می توان گفت که ارتباط معنی داری بین توانایی و انگیزش وجود دارد.

فرضیه چهارم:

H0: بین حمایت با انگیزش فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

H1: بین حمایت با انگیزش فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

با توجه به غیر طبیعی بودن توزیع داده های مربوط به متغیر انگیزش از ضریب همبستگی اسپیرمن برای بررسی ارتباط بین متغیرها استفاده شد.

جدول ۵: ارتباط بین حمایت و انگیزش

نتیجه گیری	ضریب همبستگی اسپیرمن	سطح معنی داری	متغیر پیش بین	متغیرهای مورد آزمون
رد فرض صفر	۰/۳۳۲*	۰/۰۰۱	حمایت	حساسیت و انگیزش

$P \leq 0.05$

یافته های جدول (۵) نشان داد، ضریب همبستگی (۲) برابر با ۰/۳۳۲ و سطح معنی داری برابر با ۰/۰۰۱ می باشد. بنابراین می توان گفت که ارتباط معنی داری بین حمایت و انگیزش وجود دارد.

فرضیه پنجم:

H0: بین آمادگی با انگیزش فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

H1: بین آمادگی با انگیزش فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

با توجه به غیر طبیعی بودن توزیع داده های مربوط به متغیر انگیزش از ضریب همبستگی اسپیرمن برای بررسی ارتباط بین متغیرها استفاده شد.

جدول ۶: ارتباط بین آمادگی و انگیزش

نتیجه گیری	ضریب همبستگی اسپیرمن	سطح معنی داری	متغیر پیش بین	متغیرهای مورد آزمون
رد فرض صفر	۰/۴۴۸*	۰/۰۰۱	رهبری	آمادگی و انگیزش

$P \leq 0.05$

یافته های جدول (۶) نشان داد، ضریب همبستگی (۲) برابر با ۰/۴۸۸ و سطح معنی داری برابر با ۰/۰۰۰ می باشد. بنابراین می توان گفت که ارتباط معنی داری بین آمادگی و انگیزش وجود دارد.

فرضیه ششم:

H0: بین خود اداری با انگیزش فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

H1: بین خود اداری با انگیزش فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

با توجه به غیر طبیعی بودن توزیع داده های مربوط به متغیر انگیزش از ضریب همبستگی اسپیرمن برای بررسی ارتباط بین متغیرها استفاده شد.

جدول ۷: ارتباط بین خود اداری و انگیزش

نتیجه گیری	ضریب همبستگی اسپیرمن	سطح معنی داری	متغیر ملاک	متغیرهای مورد آزمون
رد فرض صفر	۰/۲۰۳*	۰/۰۴۳	انگیزش	خود اداری و انگیزش

$P \leq 0.05$

یافته های جدول (۷) نشان داد، ضریب همبستگی (۲) برابر با ۰/۳۲۸ و سطح معنی داری برابر با ۰/۰۱۸ می باشد. بنابراین می توان گفت که ارتباط معنی داری بین خود اداری و انگیزش وجود دارد.

فرضیه هفتم:

H0: بین تقلید با انگیزش فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

H1: بین تقلید با انگیزش فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

با توجه به غیر طبیعی بودن توزیع داده های مربوط به متغیر انگیزش از ضریب همبستگی اسپیرمن برای بررسی ارتباط بین متغیرها استفاده شد.

جدول ۸: ارتباط بین تقلید و انگیزش

متغیرهای مورد آزمون	متغیر ملاک	سطح معنی داری	ضریب همبستگی اسپیرمن	نتیجه گیری
تقلید و انگیزش	انگیزش	۰/۰۰۱	۰/۳۲۴*	تایید فرض صفر

$P \leq 0.05$

یافته های جدول (۸) نشان داد، ضریب همبستگی (۲) برابر با ۰/۳۲۴ و سطح معنی داری برابر با ۰/۰۰۱ می باشد. بنابراین می توان گفت که ارتباط معنی داری بین تقلید و انگیزش وجود دارد.

فرضیه هشتم:

H0: بین رهبری با اجرای روان حرکتی فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

H1: بین رهبری با اجرای روان حرکتی فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

با توجه به طبیعی بودن توزیع داده ها از ضریب همبستگی پیرسون برای بررسی ارتباط بین متغیرها استفاده شد.

جدول ۹: ارتباط بین رهبری و اجرای روان حرکتی

متغیرهای مورد آزمون	متغیر پیش بین	سطح معنی داری	ضریب همبستگی پیرسون	نتیجه گیری
رهبری و انگیزش	رهبری	۰/۱۰۱	۰/۳۱۹	تایید فرض صفر

$P \leq 0.05$

یافته های جدول (۹) نشان داد، ضریب همبستگی (۲) برابر با ۰/۳۱۹ و سطح معنی داری برابر با ۰/۱۰۱ می باشد. بنابراین می توان گفت که ارتباط معنی داری بین رهبری و اجرای روان حرکتی وجود ندارد.

فرضیه نهم:

H0: بین آسایش با اجرای روان حرکتی فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

H1: بین آسایش با اجرای روان حرکتی فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

با توجه به طبیعی بودن توزیع داده ها از ضریب همبستگی پیرسون برای بررسی ارتباط بین متغیرها استفاده شد.

جدول ۱۰: ارتباط بین آسایش و اجرای روان حرکتی

متغیرهای مورد آزمون	متغیر ملاک	سطح معنی داری	ضریب همبستگی اسپیرمن	نتیجه گیری
آسایش و انگیزش	اجرای روان حرکتی	۰/۰۴۸	۰/۱۹۸*	رد فرض صفر

$P \leq 0.05$

یافته های جدول (۱۰) نشان داد، ضریب همبستگی (۲) برابر با ۰/۱۹۸ و سطح معنی داری برابر با ۰/۰۴۸ می باشد. بنابراین می توان گفت که ارتباط معنی داری بین آسایش و اجرای روان حرکتی وجود دارد.

فرضیه دهم:

H0: بین توانایی با اجرای روان حرکتی فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

H1: بین توانایی با اجرای روان حرکتی فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

با توجه به طبیعی بودن توزیع داده ها از ضریب همبستگی پیرسون برای بررسی ارتباط بین متغیرها استفاده شد.

جدول ۱۱: ارتباط بین توانایی و اجرای روان حرکتی

نتیجه گیری	ضریب همبستگی اسپیرمن	سطح معنی داری	متغیر پیش بین	متغیرهای مورد آزمون
رد فرض صفر	۰/۳۴۴*	۰/۰۰۱	توانایی	توانایی و انگیزش

$P \leq 0.05$

یافته های جدول (۱۱) نشان داد، ضریب همبستگی (۲) برابر با ۰/۳۴۴ و سطح معنی داری برابر با ۰/۰۰۰ می باشد. بنابراین می توان گفت که ارتباط معنی داری بین توانایی و اجرای روان حرکتی وجود دارد.

فرضیه یازدهم:

H0: بین حمایت با اجرای روان حرکتی فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

H1: بین حمایت با اجرای روان حرکتی فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

با توجه به غیر طبیعی بودن توزیع داده های مربوط به متغیر حمایت از ضریب همبستگی اسپیرمن برای بررسی ارتباط بین متغیرها استفاده شد.

جدول ۱۲: ارتباط بین حمایت و اجرای روان حرکتی

نتیجه گیری	ضریب همبستگی اسپیرمن	سطح معنی داری	متغیر پیش بین	متغیرهای مورد آزمون
تایید فرض صفر	۰/۱۵۳	۰/۱۲۹	حمایت	حمایت و انگیزش

$P \leq 0.05$

یافته های جدول (۱۲) نشان داد، ضریب همبستگی (۲) برابر با ۰/۱۵۳ و سطح معنی داری برابر با ۰/۱۲۹ می باشد. بنابراین می توان گفت که ارتباط معنی داری بین حمایت و اجرای روان حرکتی وجود ندارد.



فرضیه دوازدهم:

- H0: بین آمادگی با اجرای روان حرکتی فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.  
 H1: بین آمادگی با اجرای روان حرکتی فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.  
 با توجه به طبیعی بودن توزیع داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون برای بررسی ارتباط بین متغیرها استفاده شد.

جدول ۱۳: ارتباط بین آمادگی و اجرای روان حرکتی

متغیرهای مورد آزمون	متغیر پیش بین	سطح معنی داری	ضریب همبستگی اسپیرمن	نتیجه گیری
آمادگی و انگیزش	رهبری	۰/۲۱۴*	۰/۰۳۲	رد فرض صفر

$P \leq 0.05$

یافته های جدول (۴) نشان داد، ضریب همبستگی (۲) برابر با ۰/۲۱۴ و سطح معنی داری برابر با ۰/۰۳۲ می باشد. بنابراین می توان گفت که ارتباط معنی داری بین آمادگی و اجرای روان حرکتی وجود دارد.

فرضیه سیزدهم:

- H0: بین خود ادراکی با اجرای روان حرکتی فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.  
 H1: بین خود ادراکی با اجرای روان حرکتی فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.  
 با توجه به طبیعی بودن توزیع داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون برای بررسی ارتباط بین متغیرها استفاده شد.

جدول ۱۴: ارتباط بین خود ادراکی و اجرای روان پیرسون

متغیرهای مورد آزمون	متغیر پیش بین	سطح معنی داری	ضریب همبستگی اسپیرمن	نتیجه گیری
خود ادراکی و انگیزش	رهبری	۰/۰۸۷	۰/۱۷۲	تایید فرض صفر

$P \leq 0.05$

یافته های جدول (۱۴) نشان داد، ضریب همبستگی (۲) برابر با ۰/۱۷۲ و سطح معنی داری برابر با ۰/۰۸۷ می باشد. بنابراین می توان گفت که ارتباط معنی داری بین خود ادراکی و اجرای روان حرکتی وجود ندارد.

فرضیه چهاردهم:

- H0: بین تقلید با اجرای روان حرکتی فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.  
 H1: بین تقلید با اجرای روان حرکتی فوتبالیست های دسته یک استان سمنان رابطه معنی داری وجود ندارد.

با توجه به غیر طبیعی بودن توزیع داده‌های مربوط به متغیر تقلید از ضریب همبستگی اسپیرمن برای بررسی ارتباط بین متغیرها استفاده شد.

جدول ۱۵: ارتباط بین تقلید و اجرای روان حرکتی

متغیرهای مورد آزمون	متغیر ملاک	سطح معنی داری	ضریب همبستگی اسپیرمن	نتیجه گیری
تقلید و انگیزش	اجرای روان حرکتی	۰/۳۱۲	۰/۱۰۲	تایید فرض صفر

$P \leq 0.05$

یافته های جدول (۱۵) نشان داد، ضریب همبستگی (۲) برابر با ۰/۱۰۲ و سطح معنی داری برابر با ۰/۳۱۲ می باشد. بنابراین می توان گفت که ارتباط معنی داری بین تقلید و اجرای روان حرکتی وجود ندارد.

### نتیجه گیری:

هدف پژوهش حاضر بررسی ارتباط بین اعتماد به نفس با اجرای روان حالتی و انگیزش ورزشی ورزشکاران تیم های فوتبال دسته یک استان سمنان بوده است. بر همین اساس، یافته های تحقیق نشان می دهند که بین رهبری و انگیزش، همبستگی مثبت و معنا داری وجود دارد. این یافته ها با بسیاری از یافته های پژوهش های مرتبط با اجرای روان حالتی و انگیزش ورزشی از جمله گل محمدی (۱۳۹۴)، احمدی (۱۳۹۲)، ابراهیمی (۱۳۸۹) و اکبری (۱۳۵۱) همسو و منطبق می باشند و این سؤال که بین رهبری و انگیزش ارتباطی وجود دارد، مورد تایید قرار می گیرد. در تبیین این یافته ها می توان گفت با توجه به این افزایش انگیزش ورزشکاران تحت تاثیر رهبری قرار می گیرد، می توان نتیجه گیری کرد که وقتی ورزشکاران از عملکرد رهبری رضایت داشته باشند میزان انگیزش در این ورزشکاران افزایش یافته، در نتیجه ورزشکاران برای این که بتوانند در محیط رقابتی ورزشی، از انگیزش بالایی برخوردار باشند، نوع عملکرد رهبری مدیران ورزشی از اهمیت بسزایی برخوردار می باشد و با توجه به نوع عملکرد رهبری مدیران ورزشی، در هر سطحی که باشند، شناخت وضعیت ورزشکاران (چه جسمی و چه روحی) برای افزایش انگیزش جهت رقابت های ورزشی از اهمیت بسزایی برخوردار می باشد. نتایج پژوهش حاضر نشان میدهد که بین آسایش و انگیزش ورزشی ورزشکاران ارتباط مستقیم و معنی داری وجود دارد و این بدان معنی می باشد که انگیزش ورزشکاران تابع داشتن آسایش می باشد و این آسایش چه از لحاظ فکری، چه مادی و چه جسمی باید برای ورزشکاران مهیا باشد. بنابراین هر چه قدر ورزشکاران از آسایش بیشتری برخوردار باشند، عملکرد آنها در مسابقات ورزشی بمراتب افزایش یافته و عملکرد بهتر و مناسب تری در مسابقات ورزشی از خود بروز می دهند.

یافته های پژوهش مشخص نمود که توانایی در انجام دادن مهارت ها با انگیزش ورزشکاران ارتباط مستقیمی دارد. به طوری که از این نتایج استنباط می شود، توانایی ورزشکاران و موفقیت آنها با میزان انگیزش ورزشکاران یک رابطه مستقیم بوده که افزایش هر یک با افزایش دیگری ارتباط دارد.

با توجه به فرضیه ارتباط بین حمایت وانگیزش، نتایج نشان داده است که حمایت ورزشکاران توان پیش بینی معناداری برای افزایش انگیزه ورزشی در آزمودنیها محسوب می شود. در رابطه با تبیین این یافته باید اشاره کرد که انگیزه ورزشی به عنوان سازه ای است که مشتمل بر عنصر و مولفه ی عینی منجمله حمایت می باشد که حمایت ورزشی ورزشکاران، در افزایش میزان انگیزش ورزشکاران نقش بسزایی داشته و هرچه این حمایت ها افزایش یابند میزان انگیزش در ورزشکاران، به مراتب تاثیر مثبت تری را از خود بروز خواهد دارد.

یکی دیگر از فرضیات پژوهش بررسی ارتباط بین آمادگی و انگیزش ورزشی ورزشکاران بوده است که طبق نتایج حاصل از پژوهش و تحلیل های آماری، مشخص گردید که بین این دو متغیر ارتباط معنی دار، با ضریب همبستگی  $0/488$  برقرار می باشد و این مقدار حکایت از ارتباط بین این دو متغیر می باشد بگونه ای که با افزایش یکی دیگری نیز تحت تاثیر قرار گرفته، و این ارتباط یک ارتباط مستقیم می باشد. کاربرد این یافته مبین این موضوع می باشد که مربیان و رهبران ورزشی که با ورزشکاران در ارتباط می باشند باید راه های رشد و افزایش انگیزش ورزشی را در ورزشکاران تقویت نمایند. مطابق با نتایج حاصل از پژوهش حاضر، بین خودادراکی، تقلید و انگیزش ورزشکاران، و بترتیب با ضریب همبستگی  $0/328$  و  $0/324$  ارتباط مستقیم وجود داشته و نشان دهنده این مطلب می باشد که خود ادراکی و تقلید بعنوان یکی از عوامل افزایش انگیزش ورزشکاران در رقابت های ورزشی بوده و این عوامل از دیگر عواملی می باشند که باعث افزایش انگیزش ورزشی ورزشکاران می گردد.

در فرضیات مربوط به اجرای روان حرکتی نتایج حاصله مبین این نکته می باشد که بین توانایی، آمادگی، آسایش و اجرای روان حرکتی ارتباط مستقیمی وجود دارد. بر اساس نتایج بدست آمده مشخص گردیده است که ضریب همبستگی توانایی، آمادگی و آسایش با متغیر روان حرکتی بترتیب برابر با  $0/344$  با سطح معنی داری  $0/000$  و ضریب همبستگی آمادگی برابر  $0/214$  با سطح معنی داری  $0/087$  و برای آسایش ضریب همبستگی برابر با  $0/198$  با سطح معنی داری  $0/048$  می باشد و این نتایج مبین این مطلب می باشد که اجرای روان حرکتی ارتباط مستقیمی با متغیر های مورد ارزیابی در پژوهش فوق می باشد ولی بر اساس یافته ها و نتایج حاصله بین متغیر های حمایت، خود ادراکی، تقلید و رهبری با توجه به ضریب همبستگی بدست آمده و سطح آماری بدست آمده که بزرگتر از سطح  $0/05$  می باشد، هیچگونه ارتباط معنی داری وجود ندارد و هیچگونه تاثیری بر یکدیگر ندارند.

نتایج فوق الذکر با نتایج پژوهش های اسماعیلی (۱۳۹۳)، محرمزاده (۱۳۹۲)، فارسی (۱۳۹۲)، اصفهانی (۱۳۹۰)، ایرانی (۱۳۹۲)، کریمی (۱۳۹۲)، ملکی (۱۳۸۹) همراستا می باشند.

## منابع

اسماعیلی، میلاد، (۱۳۹۲)، مقایسه عوامل انگیزش ورزشی دختران و پسران فوتبالیست با توجه به نظریه خود مختاری، دومین کنگره بین المللی علم و فوتبال، آکادمی ملی فوتبال ایران.

اصفهانی، نوشین، (۱۳۹۰)، بررسی رابطه اعتماد به نفس و عملکرد بر اضطراب رقابتی زنان فوتبالیست آماتور و حرفه ای، زندر توسعه و سیاست، دوره ۹، شماره ۴.

انشل، مارک (۲۰۰۳)، روان شناسی ورزشی از تئوری تا عمل، تهران، انتشارات اطلاعات

- ایرانی، وحید، (۱۳۹۲)، طراحی مدل تعهد ورزشی دانشجویان ورزشکار: نقش سازه های انگیزش و رضایتمندی، پژوهش در ورزش های دانشگاهی، شماره ۳، تابستان ۱۳۹۲.
- آزادی، یدالله (۱۳۹۳)، کاربرد روانشناسی در ورزش، تهران، انتشارات آوای ظهور
- زندى، غرایق، (۱۳۹۴)، روان شناسی ورزش برای مربیان، تهران، نشر علم و حرکت
- فارسی، علیرضا، (۱۳۹۳)، بررسی ساختار عاملی پرسش نامه منابع اعتماد به نفس ورزشی در ورزشکاران زن و مرد دانشگاهی رشته های گروهی و انفرادی، دانشگاه شهید بهشتی، دوره ۳ شماره ۸.
- کریمی، مریم، (۱۳۹۲)، 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 (۱۲ پیاپی).
- گل محمدی، بهروز، (۱۳۹۴)، ارتباط خود نظم دهی با موفقیت ورزشی در ورزشکاران مرد ماهر استان مازندران، همایش بین المللی یافته های نوین پژوهشی در علوم ورزشی، ۱۳۹۴.
- محرم زاده، مهرداد، (۱۳۸۸)، انگیزش، رضایتمندی و تحلیل رفتگی داوطلبان در ورزش، نشریه مدیریت ورزشی، شماره ۱.

