



BRANDAFARIN JOURNAL OF MANAGEMENT

Volume No.: 3, Issue No.: 31, Oct 2022

P-ISSN: 2717-0683 , E-ISSN: 2783-3801

Examining the roles of coaching experience and coach training on coaches' perceived life skills teaching

Samira Sadat Nobakhti

Post DBA graduate of Tarjoman Oloom Higher Education Institute

Abstract

The present study examined the roles of coaching experience and coach training on coaches' perceived life skills teaching. Canadian high school sport coaches (N1/41356) completed a demographic questionnaire and the Coaching life skills in sport questionnaire. Results suggested that coaches with more experience perceived themselves to discuss and practice life skills and transfer to a greater extent than coaches with less experience. No significant differences were observed based on whether coaches completed coach training, and the interaction effect between coaching experience and coach training was non-significant. Implications for coach education programs are discussed regarding training coaches to explicitly teach life skills through sport.

Keywords: Coach development, coach education, explicit, life skills continuum, sport, quantitative

بررسی نقش تجربه مربیگری و آموزش مربی بر آموزش مهارت‌های درک شده زندگی مربیان

سمیراسادات نوبختی

دانش آموخته Post DBA موسسه آموزش عالی ترجمان علوم

چکیده

پژوهش حاضر به بررسی نقش تجربه مربیگری و آموزش مربی بر آموزش مهارت‌های درک شده زندگی مربیان می‌پردازد. مربیان ورزش دبیرستان‌های کانادا (N=1356) پرسشنامه جمعیت شناختی و پرسشنامه مهارت‌های زندگی مربیگری در ورزش را تکمیل کردند. نتایج نشان داد که مربیان با تجربه تر نسبت به مربیان کم تجربه تر، شناخت بهتری از خود در زمینه بحث، تمرین و انتقال مهارت‌های زندگی دارند. تفاوت معناداری بین مربیان بر اساس اینکه دوره آموزشی مربیگری را گذرانده اند یا خیر، مشاهده نشد و اثر متقابل بین تجربه مربیگری و آموزش مربی غیرمعنادار بود. پیامدهای برنامه های آموزش مربی با توجه به آموزش مربیان به منظور آموزش صریح مهارت های زندگی از طریق ورزش مورد بحث قرار می گیرد.

کلیدواژه‌ها: رشد مربی، آموزش مربی، صریح، زنجیره مهارت‌های زندگی، ورزش، کمی

مقدمه

ورزش سازمان یافته^۱ به عنوان محیطی^۲ شناخته شده است که می تواند به رشد روانی اجتماعی^۳ نوجوانان کمک کند که شامل توسعه مهارت های زندگی^۴ نیز می شود. در ادبیات پژوهشی روانشناسی ورزشی، مهارت های زندگی به عنوان داشته های^۵ روانی اجتماعی عملی^۶ (مانند برقراری ارتباط موثر با هم تیمی ها، تنظیم احساسات) تعریف می شوند که افراد را قادر می سازند در زمینه های مختلف زندگی (مانند خانه، جامعه، مدرسه) موفق شوند. مفهوم انتقال^۷ یک جزء کلیدی از فرآیند یادگیری مهارت های زندگی است؛ با انتقال مهارت های زندگی به عنوان یادگیری و درونی کردن یک مهارت در ورزش (مانند توانایی رهبری در حین یک تمرین ورزشی) و سپس به کارگیری و تعمیم همان مهارت فراتر از ورزش، تعریف می شود. (به عنوان مثال توانایی رهبری بحث برای یک پروژه گروهی در مدرسه). مرورهای اخیر ادبیات های پژوهشی، اهمیت کسب مهارت‌های زندگی را برای نوجوانان از طریق مشارکت ورزشی و اینکه چگونه چنین مهارت‌هایی می‌توانند پیشرفت تحصیلی، رشد اجتماعی، تجارب رفاه و تقویت سلامت روان فرد را تسهیل کنند، برجسته کرده است.

مربیان^۸ به‌عنوان بزرگسالان غیر والدینی شناخته شده‌اند که، بر اساس موقعیت خود در ایجاد و حمایت از محیط‌های تسلط‌گرا^۹ پیرامون ارتقای نتایج رشد مثبت از طریق ورزش، در فرآیند یادگیری مهارت‌های زندگی نقش اساسی دارند. برای درک میزان تعمد^{۱۰} مربیان در آموزش مهارت های زندگی از طریق ورزش، بین^{۱۱} و همکاران پیوستار^{۱۲} ضمنی / صریح توسعه و انتقال مهارت های زندگی را بسط داده اند که دارای شش سطح است: (الف) ساختار زمینه ورزش، (ب) تسهیل جو مثبت، (ج) بحث در مورد مهارت های زندگی، (د) تمرین مهارت های زندگی، (ه) بحث انتقال (و) تمرین انتقال. به گفته بین و همکاران، ورزشکاران شانس بیشتری برای یادگیری مهارت‌های زندگی دارند زیرا دارند زیرا در حالی که رفتار مربیگری آنها در پیوستار بالا می‌رود، هنوز به سطوح قبلی می‌پردازند. علاوه بر این یک فلسفه مربیگری سالم و توسعه‌یافته، که مهارت‌های ورزشی و مهارت‌های زندگی را

1. Organized Sport
2. setting
3. psychosocial
4. life skills
5. assets
6. actionable
7. transfer
8. coaches
9. mastery oriented environments
10. intentional
11. Bean
12. continuum

به‌عنوان «پیگیر های مساوی و فراگیر مربیگری» می‌بیند، (ص. 460) به‌عنوان عاملی مهم مطرح می‌شود که در تحرک مربیان در پیوستار نقش دارد و نحوه آموزش مهارت های زندگی را هدایت می‌کند.

کت و گیلبرت¹³ اثربخشی مربیگری را به عنوان "کاربرد مداوم دانش حرفه ای، بین فردی و درون فردی یکپارچه برای بهبود شایستگی، اعتماد به نفس، ارتباط و شخصیت ورزشکاران در زمینه های مربیگری خاص" تعریف کرده اند (ص. 316). این رویکرد یکپارچه¹⁴ اهمیت درگیر شدن در فرصت های مختلف برای کسب تجربه و آموزش در ورزش را برجسته می‌کند. شایان ذکر است که تجربه مربیگری و آموزش مربی به عنوان دو متغیر مهم مؤثر بر اثربخشی مربیان در پژوهش ها شناسایی شده‌اند. به عنوان مثال لمیر¹⁵ و همکاران یادگیری مربی ورزش نوجوانان را از طریق آموزش رسمی، تجربیات به عنوان یک ورزشکار و مربی و تعامل با دیگران بررسی کرده اند. تجربیات قبلی در ورزش به اجتماعی شدن مربیان در خرده فرهنگ ورزششان و درک بهترین شیوه های مربیگری از دیگران کمک می‌کند. همچنین اثبات شده است که داشتن تجربه مربیگری در سایر ورزش ها، مهارت های مربیان را متنوع می‌کند تا مربیگری در رشته ورزشی خودشان را بهتر انجام دهند. مربیانی که تجربه مربیگری کمتری دارند، در مقایسه با مربیانی که تجربه مربیگری بیشتری دارند، خود را دارای شایستگی کمتر و نیازهای آموزشی بیشتری (مثلاً برای حل مشکلات در موقعیت های جدید) می‌دانند. تحقیقات قبلی همچنین نشان داده است که ورزشکاران با مربیان آموزش دیده، سطوح بالاتری از مهارت های روانی اجتماعی مثبت و ارتباط قوی تر با مربیان و هم تیمی های خود را بروز داده اند. لانگان¹⁶ و همکاران در مروری طور نظام مند، بورس تحصیلی در مورد اثربخشی مداخلات آموزشی مربی بین فردی را بررسی کردند و چندین محدودیت را شناسایی کردند. در بیشتر موارد، محققان رفتارهای مربی را قبل از آموزش ارزیابی نکردند، از ابزارهایی با اعتبار ضعیف استفاده کردند و از نظریه استفاده نکردند. با این حال نویسندگان اذعان کردند که ممکن است مسائل روش شناختی به دلیل نوپا بودن موضوع رخ داده باشند. در نهایت ارائه طیف وسیعی از موقعیت های یادگیری برای مربیان برای به دست آوردن تجربه عملی و آموزش در طول دوران مربیگری خود، برای پیشرفت کلی مربیان مفید شناسایی شده است.

پیرامون اهمیت مهارت های زندگی، تجربه مربیگری و آموزش مربی به عنوان متغیرهای مهم در توضیح میزان آموزش مهارت های زندگی شناخته شده اند. در بررسی رشد نوجوانان در زمینه ورزش دبیرستانی، کامیر¹⁷ بحث می‌کند که چگونه مربیان کم تجربه و/یا کسانی که آموزش مربیگری ندارند ممکن است از نقش خود در آموزش مهارت های زندگی بی اطلاع باشند یا ممکن است برای آموزش صریح مهارت های زندگی از طریق ورزش مجهز نشده باشند. مقاله ای اخیراً بر اهمیت آموزش مربی که می‌تواند عمداً به توسعه مثبت (مانند مهارت های زندگی) ورزشکاران نوجوان کمک کند، که در آن مربیان توسط سازمان های ورزشی و والدین در طول فرآیند حمایت می‌شوند، تأکید کرده است.

اگرچه ادعاهایی مطرح شده است که تجربه مربیگری¹⁸ و آموزش مربی¹⁹ احتمالاً به آموزش درک شده توسط مربیان در مورد مهارت های زندگی کمک می‌کند، چنین ادعاهایی هنوز بوسیله شواهد تجربی اثبات نشده اند. بنابراین هدف پژوهش حاضر بررسی نقش تجربه مربیگری و آموزش مربی بر آموزش مهارت های زندگی درک شده مربیان بوده است. این مطالعه با دو سؤال تحقیقی هدایت می‌شود: (الف) آیا تجربه مربیگری نقشی در آموزش مهارت های زندگی درک شده توسط مربیان بازی می‌کند؟ (ب) آیا آموزش مربی نقشی در آموزش مهارت های زندگی درک شده توسط مربیان بازی می‌کند؟ ما فرض کردیم که (الف) مربیان با سال های بیشتر تجربه مربیگری (11 سال) نسبت به مربیان با تجربه کمتر (5 سال و 10-6 سال) مهارت های زندگی را در سطوح بالاتری از هدفمندی آموزش می‌دهند و (ب) مربیان در نقش آموزش مربی. تصور می‌کنند که مهارت های زندگی را در سطوح بالاتری از هدفمندی نسبت به مربیان آموزش ندیده، آموزش می‌دهند.

13. Cote and Gilbert

14. integrated approach

15. Lemyre

16. Langan

17. Camire

18. coaching experience

19. coach training

روش

رویه ها و اندازه گیری ها

قبل از جمع آوری داده ها، تاییدیه اخلاقی از دانشگاه اتاوا²⁰ اخذ شد. مطالعه حاضر به عنوان بخشی از یک پروژه اعتبارسنجی در مقیاس بزرگتر انجام شد که با سه انجمن ورزشی دبیرستان های ایالتی کانادا، یعنی انجمن ورزشی مدارس آلبرتا²¹، مدرسه ورزشی بریتیش کلمبیا²²، و انجمن ورزشی دبیرستان های منیتوبا²³ انجام شد. در سه استانی که تحقیق صورت گرفت، دبیرستان (یعنی به عنوان دبیرستان پایه دوم نیز شناخته می شود) از کلاس های 9 تا 12 را شامل می شود که نوجوانان معمولاً در سن 13 تا 14 سالگی وارد کلاس 9 می شوند و کلاس پایه 12 را در 17 تا 18 سالگی به پایان می رسانند. هر انجمن ورزشی یک لیست اصلی از همه مربیان ثبت نام شده برای مربیگری ورزش های دبیرستانی (مانند دوی صحرایی، هاکی روی یخ، راگی) در استان مربوطه خود تهیه کردند. تیم تحقیقاتی دعوت نامه ای را برای همه مربیان موجود در لیست های اصلی ایمیل کرد (12،685 نفر) و از آنها دعوت کرد در مطالعه شرکت کنند و یک بسته پرسشنامه آنلاین را تکمیل کنند. این پرسشنامه شامل دو بخش بود: (الف) پرسشنامه دموگرافیک و (ب) پرسشنامه مهارت های زندگی مربیگری در ورزش²⁴ (CLSS-Q)؛ هر دو به تفصیل در زیر توضیح داده شده است. در مجموع 10.7 درصد (1356 نفر) از مربیان پرسشنامه را تکمیل کردند.

پرسشنامه جمعیت شناختی. هشت سوال جمعیت شناختی در رابطه با موارد زیر از شرکت کنندگان پرسیده شد: سن، جنسیت، قومیت، آخرین مدرک تحصیلی، سابقه مربیگری (سال)، تعداد ورزشهایی که در آن تخصص دارند، جنسیت ورزشکارانی که مربی آنها بوده اند، و اینکه آیا دوره آموزشی مربیگری را گذرانده اند یا خیر. سابقه مربیگری به سه بخش سابقه کم (5 سال؛ n=260)، سابقه متوسط (6 تا 10 سال؛ n=182)، یا سابقه بالا دسته بندی شد (11 سال؛ n=471)، که این دسته بندی برگرفته از گروه بندیهای مشابهی است که در تحقیقات روانشناسی ورزشی قبل برای مربیان کم سابقه و با سابقه انجام شده بود. برنامه گواهینامه مربیگری ملی (NCCP) با توجه به اینکه نمایانگر برنامه رسمی آموزش ملی کانادا برای مربیان است، مختص آموزش مربیان می باشد. NCCP، آموزش رسمی را در کانادا از طریق یک ساختار آموزشی مبتنی بر سطح و شایستگی برای مربیان فراهم می آورد. کارگاه های آموزشی برای ارائه آموزشهای مختص یک ورزش و چند ورزشی با تمرکز بر تدوین شیوه های مربیگری مسئولانه و اخلاق مدار، برگزار می شوند. در حال حاضر، امکان ارائه آموزشهای مختص مهارتهای زندگی از طریق NCCP برای مربیان وجود ندارد. آموزش مربیان به دو صورت خیر (مربیان که اصلاً در NCCP شرکت نکرده بودند؛ n=270) یا بله (مربیان که دست کم در یک دوره در NCCP شرکت کرده بودند؛ n=643) دسته بندی شد.

پرسشنامه مربیگری مهارت های زندگی در ورزش. 36 CLSS-Q27 گویه ای ارزیابی می کند که مربیان تا چه حدی در آموزش مهارتهای زندگی از طریق ورزش، آگاهی و اختیار دارند؛ و از لحاظ نظری شامل 10 پیوستار ضمنی-عینی بین²⁵ و همکاران در رابطه با توسعه و انتقال مهارتهای زندگی می باشد. CLSS-Q به پنج زیر مقیاس تقسیم می شود و از ویژگیهای روانسنجی خوبی (به عنوان مثال روایی صوری، تغییر ناپذیری یا اینواریانس، اعتبار افتراقی و همگرا) برخوردار است. اصل هر گویه این است: "به عنوان یک مربی، من". اولین زیر مقیاس، سازماندهی و کمک به ایجاد یک جو ورزشی مثبت، دارای 17 گویه است ($\infty=91$). که از مربیان می پرسد آیا یک محیط امن و فی نفسه مشوق را ایجاد کرده اند که به کسب تجارب مثبت کمک کند و امکان توسعه روابط مثبت را فراهم آورد (برای مثال "با عملکرد دقیق"). دومین زیرمقیاس که به بحث در مورد مهارتهای زندگی مربوط می شود دارای 5 گویه است ($\infty=89$). که از مربیان می پرسد که آیا تلاشهای آگاهانه ای را برای پرداختن به مهارتهای زندگی در ورزش انجام داده اند یا خیر (به عنوان مثال "توضیح به ورزشکاران در مورد مهارتهای زندگی"). زیر مقیاس سوم، تکرار و تمرین مهارتهای زندگی ($\infty=87$). دارای 4 گویه است که از مربیان می پرسد آیا فرصت به کارگیری مهارتهای زندگی در ورزش را برای ورزشکاران

²⁰. University of Ottawa

²¹. Alberta Schools' Athletic Association

²². British Columbia School Sports

²³. Manitoba High Schools Athletic Association

²⁴. Coaching life skills in sport questionnaire

خود فراهم کرده اند یا خیر (به عنوان مثال "افزودن مهارت‌های زندگی در برنامه مربیگری"). چهارمین زیرمقیاس، بحث در خصوص انتقال مهارت‌های زندگی، دارای 5 گویه است ($\infty=93$). از مربیان می‌پرسد که آیا تلاش‌های آگاهانه‌ای را برای پرداختن به انتقال مهارت‌های زندگی خارج از ورزش انجام داده اند یا خیر (به عنوان مثال "توضیح به ورزشکاران در مورد زمینه‌های خارج از ورزش که می‌توان در آنها مهارت‌های زندگی را منتقل و بیان کرد"). در پایان، پنجمین زیرمقیاس، تکرار و تمرین انتقال مهارت‌های زندگی، دارای 5 گویه است ($\infty=89$). که از مربیان سوال می‌کند آیا برای ورزشکاران خود فرصتهایی را فراهم کرده اند تا مهارت‌های زندگی را خارج از زمینه‌های ورزش به کار گیرند (برای مثال "کمک به ورزشکاران و حمایت از آنها برای انتقال مهارت‌های زندگی از زمینه‌های ورزش به زندگی خارج از ورزش"). در اینجا از یک مقیاس شش نمره‌ای از 1 (کاملاً مخالفم) تا 6 (کاملاً موافقم) استفاده شده است. خصوصیات روان سنجی CLSS-Q، بیانگر برازش خوب مدل با نمونه فعلی هستند (CFI=.902، SRMR=.056، RMSEA=.060 [p < 0.001]، $SB\ x^2 = 2409.610$ [90% CI = .057-.062]). بار عاملی برای همه گویه‌ها معنی‌دار و بالاتر از 0.32 بود (بین 0.55 تا 0.86 متغیر بود) و همسانی درونی برای کل مقیاس از قابلیت اطمینان بالایی برخوردار بود ($\infty=95$).

تجزیه و تحلیل داده‌ها

تحلیل‌های اولیه. تحلیل‌های توصیفی و دگرگونی با استفاده از SPSS 25 انجام شد. آمارهای توصیفی اولیه نشان دادند که سن شرکت‌کنندگان بطور متوسط 44 سال بود ($SD=11.6$)، اکثر مرد (64.1%)، و سفید پوست (86.1%) و دارای مدارک تحصیلی بعد از دبیرستان بودند (88.7%). شایع‌ترین ورزشهایی که در آن تخصص داشتند عبارتند از: بسکتبال (20.7%)، والیبال (19.9%) و دو و میدانی (10.1%). شرکت‌کنندگان ورزش‌های مختص فقط دختران (29.1%)، فقط پسران (25%)، یا ورزش‌های مختص هر دو جنسیت (31.6%) را تعلیم داده بودند. آنها اعلام کردند که مربیگری یک (57%)، دو (25.8%) یا سه یا چند ورزش (17.2%) را طی سال تحصیلی بر عهده داشته‌اند. سابقه مربیگری آنها بطور میانگین 13.6 سال بود ($SD=10.2$) و 68.8% اعلام کردند که در برنامه آموزش مربی از طریق برنامه گواهینامه مربیگری ملی (NCCP) کانادا شرکت کرده‌اند. پس از آن، درصد داده‌های گمشده و الگوهای گمشدگی مورد بررسی قرار گرفتند. درصد داده‌های گمشده برای هر یک از گویه‌های CLSS-Q بین 0.1 و 1.0٪ متغیر بود ($M=.23\%$)، و آزمونهای MCAR لیتل نشان دادند که داده‌ها به طور تصادفی از دست رفته بودند. داده‌های گمشده با استفاده از جانهی چندگانه مورد عمل قرار گرفتند. در ادامه، نرمال بودن همه مقیاسها با استفاده از خط مشی جورج و مالری مورد ارزیابی و غربالگری قرار گرفت (برای مثال مقادیر کشیدگی و چولگی بین ± 1.0 عالی در نظر گرفته شدند؛ و مقادیر نزدیک به ± 2.0 مورد قبول بودند). در نهایت، آزمونهای تی و تحلیل‌های مجذور کای اجرا شدند تا مشخص شود که آیا مربیان از نظر آموزش مربی و تجربه مربیگری در مورد هر یک از هشت متغیر جمعیت شناختی بیان شده تفاوت داشتند یا خیر. از طریق تجزیه و تحلیل آزمون تی و مجذور کای برای سابقه مربیگری، تفاوت‌های قابل توجهی در مورد جنسیت $x^2(1, N = 1007) = 41.374, p < .001$ ، سن $t(808.06) = -14.845, p < .001$ ، و آخرین مدرک تحصیلی $t(870.09) = -10.04, p < .001$ مشاهده شد. در خصوص آموزش مربی نیز، از طریق آزمونهای تی و تحلیل‌های مجذور کای، تفاوت‌های قابل توجهی در مورد جنسیت $x^2(1, N = 1354) = 27.555, p < .001$ ، سن $t(1133) = 5.641, p < .001$ ، و آخرین مدرک تحصیلی $t(666.801) = 6.173, p < .001$ مشاهده شد. در مورد دیگر متغیرهای جمعیت شناختی هیچ تفاوت قابل توجهی دیده نشد. بدین ترتیب، در تحلیل‌های اصلی ما جنسیت، سن و آخرین مدرک تحصیلی به عنوان متغیرهای کمکی در نظر گرفته شدند. با احتساب داده‌های گمشده، اندازه نمونه مورد استفاده در تحلیل‌های اصلی ما شامل 913 مربی بود.

تحلیل‌های اصلی. تحلیل‌های عاملی کوواریانس (ANCOVA) بطور جداگانه‌ای برای ارزیابی اثر اصلی سابقه مربیگری و آموزش مربی و همچنین اثر متقابل این دو متغیر بر میزان درک مربیان از آموزش مهارت‌های زندگی اجرا شدند. بدین ترتیب، پنج ANCOVA عاملی بطور جداگانه‌ای برای هر زیرمقیاس CLSS-Q اجرا شد. برای هر تحلیل، متغیرهای مستقل شامل آموزش مربی (بله یا خیر) و سابقه مربیگری (≥ 5 سال، 6 تا 10 سال یا 11 سال) بودند، و میزان درک مربیان از آموزش مهارت‌های زندگی (ارزیابی شده طبق زیرمقیاسهای CLSS-Q) به عنوان متغیر وابسته در نظر گرفته شد و جنسیت، سن و آخرین مدرک تحصیلی نیز جزو متغیرهای کمکی بودند. برای کنترل خطاهای نوع I، از تصحیح بنفرونی استفاده شد و مقدار آلفای 0.05 بر تعداد تحلیل‌های

اجرا شده برای هر متغیر مستقل (یعنی پنج متغیر) تقسیم شد. بدین ترتیب، سطح معنی داری برای ANCOVA ها، 01. در نظر گرفته شد.

نتایج

زیرمقیاس 1: سازماندهی و کمک به ایجاد یک جو ورزشی مثبت

پس از کنترل جنسیت، سن و آخرین مدرک تحصیلی، هیچ اثر اصلی معنی داری از سابقه مربیگری، $F(2, 904) = 2.188$ ، $p > .05$ ، $\eta^2 = .005$ یا آموزش مربی $F(1, 904) = 0.015$ ، $p > .05$ ، $\eta^2 < .001$ در مورد سازماندهی و کمک به ایجاد یک جو ورزشی مثبت مشاهده نشد. علاوه بر این، بین سابقه مربیگری و آموزش مربی اثر تعاملی ناچیزی وجود داشت $F(2, 904) = 0.163$ ، $p > .05$ ، $\eta^2 < .001$.

زیرمقیاس 2: بحث در مورد مهارتهای زندگی

اثر اصلی قابل توجهی از سابقه مربیگری پس از کنترل جنسیت، سن، و آخرین مدرک تحصیلی $F(2, 904) = 7.557$ ، $p = .001$ ، $\eta^2 = .016$ مشاهده شد. مقایسات زوجی تعقیبی پس از تصحیح بنفرونی نشان داد که مربیان کم سابقه $(M = 4.80, SE = 0.06)$ در مقایسه با مربیان با سابقه بالا $(M = 5.13, SE = 0.06, p < .001)$ بطور عمدی و آگاهانه ای بسیار کمتر در مورد مهارتهای زندگی صحبت می کردند. بین مربیان با سابقه متوسط $(M = 4.97, SE = 0.07)$ و مربیانی با سابقه کم و زیاد، تفاوت معنی داری مشاهده نشد. آموزش مربی، $F(1, 904) = 0.07$ ، $p > .05$ ، $\eta^2 < .001$ و همچنین اثر متقابل بین سابقه مربیگری و آموزش مربی، $F(2, 904) = 1.044$ ، $p > .05$ ، $\eta^2 = .002$ بر ادراک مربیان از بحث در مورد مهارتهای زندگی اثر معنی داری نداشتند.

زیرمقیاس 3: تکرار و تمرین مهارتهای زندگی

تأثیر عمده و قابل توجه سابقه مربیگری پس از کنترل جنسیت، سن، و آخرین مدرک تحصیلی برای تکرار و تمرین مهارتهای زندگی $F(2, 904) = 6.376$ ، $p = .002$ ، $\eta^2 = .014$ مشاهده شد. مقایسات زوجی تعقیبی نشان داد که مربیان کم سابقه $(M = 3.75, SE = 0.08)$ در مقایسه با مربیان با سابقه بالا $(M = 4.17, SE = 0.08, p < .002)$ بطور عمدی و آگاهانه ای کمتر به تمرین مهارتهای زندگی می پرداختند. بین مربیان با سابقه متوسط $(M = 3.93, SE = 0.09)$ و مربیانی با سابقه کم و زیاد، هیچ تفاوت معنی داری مشاهده نشد. آموزش مربی، $F(1, 904) = 0.018$ ، $p > .05$ ، $\eta^2 < .001$ و همچنین اثر متقابل بین سابقه مربیگری و آموزش مربی $F(2, 904) = 1.990$ ، $p > .05$ ، $\eta^2 = .004$ هیچ اثر معنی داری بر درک مربیان از تکرار و تمرین مهارتهای زندگی نداشت.

زیرمقیاس 4: بحث در خصوص انتقال مهارتهای زندگی

اثر مهم و قابل توجهی از سابقه مربیگری پس از کنترل سن، جنسیت و آخرین مدرک تحصیلی $F = 10.641$ ، $p < .001$ ، $\eta^2 = .023$ مشاهده شد. مقایسات زوجی تعقیبی نشان دادند که مربیان کم سابقه $(M = 4.24, SE = 0.08)$ نسبت به مربیان با سابقه متوسط $(M = 4.58, SE = 0.09, p = .010)$ و دارای سابقه بالا $(M = 4.75, SE = 0.07, p < .001)$ بطور عمدی و آگاهانه ای بسیار کمتر به بحث در مورد انتقال مهارتهای زندگی می پرداختند. بین مربیان با سابقه متوسط و مربیانی با سابقه بالا، هیچ تفاوت معنی داری مشاهده نشد. علاوه بر این، هیچ اثر قابل توجهی از نظر آموزش مربی $F(1, 904) = 0.211$ ، $p > .05$ ، $\eta^2 = .001$ یا اثر متقابل بین سابقه مربیگری و آموزش مربی $F(2, 904) = 0.914$ ، $p > .05$ ، $\eta^2 = .002$ مشاهده نشد.

زیرمقیاس 5: تکرار و تمرین انتقال مهارتهای زندگی

در آخر، اثر مهم و قابل توجه سابقه مربیگری پس از کنترل جنسیت، سن، و آخرین مدرک تحصیلی برای تکرار و تمرین انتقال مهارتهای زندگی $F = 16.324$ ، $p < .001$ ، $\eta^2 = .035$ مشاهده شد. مقایسات زوجی تعقیبی نشان دادند که مربیان دارای سابقه کم $(M = 3.37, SE = 0.09)$ نسبت به مربیان با سابقه متوسط $(M = 3.71, SE = 0.10, p = .021)$ و دارای سابقه بالا $(M = 4.08, SE = 0.08, p < .001)$ عمدتاً برای انتقال مهارتهای زندگی به ورزشکاران خود تلاش کمتری می کردند. علاوه بر این، مشخص شد که مربیانی با سابقه متوسط نسبت به مربیان دارای سابقه بالا $p = .014$ ، عمدتاً کمتر به تکرار و تمرین انتقال

مهارت‌های زندگی به ورزشکاران خود می‌پردازند. آموزش مربی $F(1, 904) = 0.667, p > .05, \eta^2 = .001$ یا اثر متقابل بین سابقه مربیگری و آموزش مربی $F(2, 904) = 1.538, p > .05, \eta^2 = .003$ تاثیر چندانی بر درک مربیان از تمرین انتقال مهارت‌های زندگی نداشت.

بحث

مطالعه حاضر با استفاده از نمونه بزرگی از مربیان مقطع دبیرستان در کانادا، گستره دانش روانشناسی ورزش را افزایش می‌دهد تا نقش تجربه و سابقه مربیگری و آموزش مربی بر درک مربیان از آموزش مهارت‌های زندگی را مورد بررسی قرار دهد. نتایج ما در تایید فرضیه اول این مطالعه، نشان داد که مربیانی که سابقه بالایی دارند نسبت به مربیان دارای سابقه پایین، تا حد زیادی بطور آگاهانه و دانسته‌ای به تمرین و بحث در مورد مهارت‌های زندگی و انتقال آنها می‌پردازند. این نتایج، تا حدودی ادعاهای مطرح شده را تایید می‌کند که مدتی طول می‌کشد تا مربیان یاد بگیرند که چگونه مهارت‌های ورزشی و مهارت‌های زندگی را بخوبی بطور همزمان آموزش بدهند و اینکه برخی از مربیان (به خصوص مربیان کم سابقه) انتقال مهارت‌های زندگی را به عنوان یک فرآیند ذاتا ضمنی می‌دانند که به توجه آگاهانه و دانسته چندانی نیاز ندارد.

از آنجاییکه مشاهده شد مربیان دارای سابقه بالا به طور قابل توجهی بیشتر از مربیان با سابقه کم و متوسط، تمایل به تمرین و تکرار انتقال مهارت‌های زندگی دارند، نتایج قابل توجهی در مورد تکرار و تمرین انتقال مهارت‌های زندگی (زیر مقیاس 5) به دست آمده است. همانطور که مربیان تجربه مربیگری را طی سالها به دست می‌آورند، به نظر می‌رسد که آنها این توانایی را در خود می‌بینند که بتوانند شرایطی را برای ورزشکاران فراهم کنند تا مهارت‌های زندگی آموخته شده در ورزش را به کار ببرند. مهمتر اینکه، افزایش تجربه مربیگری با گذشت سالها، به خودی خود نمی‌تواند نشان‌دهنده برخورداری مربیان از تواناییهای لازم برای آموزش صریح مهارت‌های زندگی باشد. بلکه، بیانگر چیزهایی است که مربیان در طی مدت مربیگری خود آموخته‌اند. با توجه به مدل توسعه مربی،³² یک توضیح احتمالی این است که مربیان دارای سابقه کمتر که هنوز در اول راه هستند، وقت و انرژی بیشتری را برای آموختن نحوه مدیریت اصول اولیه مربیگری صرف می‌کنند (برای مثال یادگیری نحوه آسانتر کردن تمرینهای موثر)، و زمان و ظرفیت شناختی کمتری را برای آموزش مهارت‌های زندگی در نظر می‌گیرند. در مقابل، مربیانی با سابقه بالا که در مراحل خوبی از شایستگی و توسعه نوآورانه قرار دارند، در اصول اولیه مربیگری از کارایی لازم برخوردارند که فضای شناختی لازم برای تامل و تفکر در فلسفه مربیگری و توسعه راهبردهای صریح مهارت‌های زندگی را برای آنها فراهم می‌آورد. علاوه بر این، لازم است تحقیقات بیشتری برای تبیین نتایج مطالعه و بررسی متغیرهای اساسی سابقه مربیگری انجام شود تا تفاوت‌های مشاهده شده در درک توجه مربیان نسبت به مهارت‌های زندگی و انتقال آنها بطور دقیق تری توضیح داده شود.

تفاوت معنی داری بین مربیان آموزش دیده یا آموزش ندیده در خصوص نحوه درک توانمندی آنها در آموزش مهارت‌های زندگی مشاهده نشد. در تحقیقات قبل، تروتیر و همکاران دریافتند که مربیان آموزش برنامه گواهینامه مربیگری ملی (NCCP) را در آموختن شیوه آموزش مهارت‌های زندگی (مانند آموزش نحوه تعیین هدف، و همچنین نحوه برقراری تعادل بین عوامل استرس آور در زندگی به جوانان) را مفید و سودمند می‌دانستند. گرچه NCCP در کانادا فرصت‌های آموزش چند ورزشی را برای افزایش رفاه ورزشکاران (برای مثال توانمندی +، اتخاذ تصمیمات اخلاقی) ارائه می‌دهد اما هنوز آموزشی را با تمرکز خاص بر توسعه و انتقال مهارت‌های زندگی ارائه نکرده است. کمبود مطالب مربوط به برنامه گواهینامه مربیگری ملی (NCCP) که مستقیماً به مهارت‌های زندگی بپردازد، ممکن است تا حدودی مبین این امر باشد که چرا در مطالعه حاضر هیچ تفاوتی بین مربیان بر اساس وضعیت آموزش آنها مشاهده نشده است. با این وجود، صرفاً استفاده از عنوان NCCP برای آموزش مربی و بخش بندی آن با دو پاسخ بله یا خیر به عنوان محدودیت این مطالعه در نظر گرفته می‌شود. در مطالعات بعدی، ممکن است اشکال متفاوتی از آموزش مربیان بررسی شود تا تواناییهای آموزش مهارت‌های زندگی آنها در رابطه با متغیرهایی مانند ماهیت، مدت زمان و مقدار مصرف، بهتر شناسایی شود و مورد ارزیابی قرار گیرد.

محققان برنامه‌های آموزشی مختلفی را در مورد مهارت‌های زندگی، مانند Project SCORE و Coaching for Life Skill برای مربیان تدوین و اجرا کرده‌اند! اما دسترسی به این برنامه‌های ویژه محدودیتهایی دارد. در ادامه، محققان باید با سازمانهای متصدی آموزش مربیان ارتباط برقرار کنند و برای تدوین مطالب مختص مهارت‌های زندگی و افزودن آنها به برنامه‌های آموزش مربی در مقیاس بزرگ (مانند NCCP) که امکان دسترسی گسترده مربیان در همه مراحل حرفه مربیگری آنها را فراهم می‌آورد، همکاری کنند. چنین فعالیتهایی می‌تواند مزایای قابل توجهی را برای تعلیم تعداد زیادی مربی در خصوص آموزش آگاهانه مهارت‌های زندگی از طریق ورزش حاصل کند. ما با اذعان به اینکه نتایج مطالعه حاضر مختص آموزش مربی در برنامه گواهینامه مربیگری ملی

(NCCP) است، همه مربیان را تشویق می‌کنیم تا با هدف پذیرش رویکردهای آگاهانه برای آموزش مهارت‌های زندگی، صرف نظر از سابقه مربیگری خود (سال)، به شکل‌های مختلفی به آموزش و کسب دانش بپردازند. هر چند به نظر نمی‌رسد اثر متقابل بین سابقه مربیگری و آموزش مربی، نقش مهمی در درک مربیان از آموزش مهارت‌های زندگی داشته باشد، اما توجه داشته باشید که آموزش صریح مهارت‌های زندگی فرایند پیچیده‌ای است که مربیان باید آن را به عهده بگیرند و از آنجاییکه مربیان سطح بالاتری از تجربه مربیگری را به دست می‌آورند، برای این کار ممکن است به ساختارهای پشتیبانی آموزشی نیاز پیدا کنند. بر اساس مطالعات پیشین در خصوص اهمیت آموزش مربی و آموزش مهارت‌های زندگی، می‌توان انتظار داشت که مربیانی که سابقه کمتری دارند، برای شروع حرفه مربیگری خود از آموزش NCCP استفاده کنند. با این وجود، یافته‌های تحقیق حاضر چنین چیزی را نشان نمی‌دهند. تا حدودی می‌توان اینگونه استنباط کرد که در مطالعه حاضر، مربیانی با سابقه پایین مربیگری ممکن است نتوانند از دانش بدست آمده در دوره‌های آموزش مربی در محیط خود، به درستی استفاده کنند. مربیان کم سابقه به دلیل نداشتن تجربه قبلی مربیگری و مهارت‌های کلی مربیگری، ممکن است از دستورالعمل‌های محسوسی که از طریق آموزش مهارت‌های زندگی مختص مربیان به دست آورده اند، برای حمایت از رشد و توسعه جوانان استفاده کنند. علاوه بر این، لازم است تحقیقاتی برای بررسی دقیق‌تر موارد شامل در "آموزش مربی" انجام شود تا در این خصوص که چگونه چنین آموزشی می‌تواند در نحوه درک مربیان از آموزش مهارت‌های زندگی نقش داشته باشد، درک بهتری حاصل شود.

مصادیق عملی، محدودیتها، و پژوهشهای آینده

با توجه به نتایج ارائه شده، به نظر می‌رسد که مربیان ممکن است علی‌الخصوص از آموزش‌های مختص مهارت‌های زندگی، چه آموزش رسمی مربیان و چه برنامه غیررسمی مربیگری هم‌تا، به عنوان راهی برای افزایش آگاهی خود نسبت به وظیفه مهمی که در روند یادگیری مهارت‌های زندگی ورزشکاران بر عهده دارند، بهره‌مند شوند. این روند آموزشی غالباً باید مربیان را در خصوص اهمیت مهارت‌های مربیگری ورزش و مهارت‌های زندگی به عنوان فعالیت‌های فراگیری که به موجب آن هر دو نوع مهارت‌ها به طرز یکپارچه‌ای آموزش داده می‌شوند، آگاه سازد. در حالیکه مطالعات قبل به نقش سابقه مربیان در شیوه‌های مربیگری آنها اذعان داشته‌اند برای بررسی ویژگی‌های زندگی‌نامه‌ای می‌توان این مطالعات را در زمینه شیوه‌های مربیگری مهارت‌های زندگی تعمیم بخشید. برای مثال، محققان مطالعه جارویس در خصوص نظریه‌های یادگیری را اقتباس کرده‌اند تا دریابند که چگونه زندگی‌نامه مربیان در رابطه با سوابق قبلی آنها (به عنوان یک ورزشکار، به عنوان یک مربی)، مهارت‌ها و دانش (به عنوان مثال در توسعه مهارت‌های زندگی و مهارت‌های ورزشی)، و ارزشها و باورها (به عنوان مثال در مورد نقش آنها به عنوان یک مربی) که طی سالها به دست آمده‌اند را می‌توان در مورد نحوه یادگیری مربیگری درک کرد. بر اساس یافته‌های مطالعه حاضر، تحقیقات آتی می‌توانند نقش عوامل مختلف زندگی‌نامه‌ای (برای مثال ارزشهای مربیگری) در درک مربیان از آموزش مهارت‌های زندگی را مورد بررسی قرار دهند. این مطالعه محدودیت‌هایی دارد که باید به آنها اذعان شود. اول اینکه، نمونه ما علی‌رغم اینکه بزرگ بود، مختص مربیان دبیرستان در سه استان کانادا بود و بدین ترتیب نمی‌توان آن را به مربیان در سراسر کانادا و خارج از آن تعمیم داد. دوم اینکه، با وجود تفاوت‌های مهمی که مشاهده شد، لازم است به اندازه کوچک اثرات اشاره شود و این امر بر لزوم بررسی متغیرهای جمعیت شناختی مربیان در تحقیقات آینده برای دستیابی به نتایج قطعی‌تر تأکید دارد. مورد سوم، علیرغم استفاده از تصحیح بونفرونی، احتمال دارد که خطای نوع 1 وجود داشته باشد. چهارم اینکه، بخاطر انجام این مطالعه، آموزش به دو بخش مشارکت یا عدم مشارکت در آموزش برنامه گواهینامه مربیگری ملی (NCCP) تقسیم شد، بدین معنی که مربیان تصریح نکردند که کدام یک از دوره‌های NCCP را گذرانده‌اند و مشارکت در دیگر شکل‌های آموزش مربی توجیه نشده بود. علاوه بر این، آموزش NCCP به مهارت‌های زندگی ارتباطی ندارد. مورد آخر اینکه، طرح این مطالعه مقطعی بود و استنباط‌هایی که باید انجام می‌شد را محدود می‌کرد، به همین دلیل نمی‌توانیم سوگیری اثرات را تعیین کنیم.

انجام تحقیقات طولی در آینده، به خصوص برای بررسی چگونگی تغییر درک مربیان از رفتارهای خود برای آموزش مهارت‌های زندگی در طی زمان، سودمند خواهد بود. به عنوان مثال، مطالعات قبل و بعد از مداخله می‌توانند بررسی کنند که آیا آموزش مختص مهارت‌های زندگی بر تصور مربیان از آموزش مهارت‌های زندگی تأثیری دارد یا خیر. همچنین آموزش برنامه ریزانی که به مربیان یاد می‌دهند چگونه مهارت‌های زندگی را بطور صریحی آموزش دهند، باید مورد توجه قرار گیرد. مقایسه درک ذینفعان ورزش (برای مثال ورزشکاران، والدین) با درک مربیان در مورد توسعه و انتقال مهارت‌های زندگی، می‌تواند بینش‌هایی را از چشم اندازه‌های مختلفی در رابطه با چگونگی مشارکت در فرآیندهای آموزش و یادگیری مهارت‌های زندگی ارائه دهد.

- Eime RM, Young JA, Harvey JT, et al. A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for adults: informing development of a conceptual model of health through sport. *Int J Behav Nutr Phys Act* 2013; 135: 1–14.
- Allen JB and Reid C. Scaffolding women coaches' development: a program to build coaches' competence and confidence. *Women Sport Phys Activity J* 2019; 27: 101–109.
- Santos F, Camir_e M, MacDonald DJ, et al. Youth sport coaches' perspective on positive youth development and its worth in mainstream coach education courses. *Int Sport Coach J* 2017; 4: 38–46.
- Bortoli L, Bertollo M, Messina G, et al. Augmented feedback of experienced and less experienced volleyball coaches: a preliminary investigation. *Soc Behav Personal* 2010; 38: 453–460.
- Schlomer GL, Bauman S and Card NA. Best practices for missing data management in counseling psychology. *J Couns Psychol* 2010; 57: 1–10.
- Nash C and Sproule J. Insights into experiences: reflections of an expert and novice coach. *Int J Sports Sci Coach* 2011; 6: 149–161.
- Gould D and Carson S. Life skills development through sport: current status and future directions. *Int Rev Sport Exerc Psychol* 2008; 1: 58–78.

