

پژوهش‌های بین‌رشته‌ای در اوقات فراغت

دوره ۱، شماره ۳، پاییز ۱۴۰۳

شناسایی عوامل مؤثر بر کناره‌گیری دانش‌آموزان از ورزش در شهر مشهد

مهدی اصفهانی^{۱*}

۱- استادیار گروه مدیریت ورزشی، دانشگاه بین‌المللی امام رضا (ع)، مشهد، ایران.

چکیده

هدف این پژوهش، شناسایی عوامل ادراک شده کناره‌گیری دانش‌آموزان شهر مشهد از ورزش بود. این پژوهش از منظر هدف، کاربردی، از نظر نوع داده‌ها، کیفی و کمی و از نظر روش تحلیل داده‌ها، از نوع اکتشافی و از نظر زمان، حال‌نگر و روش جمع‌آوری داده‌ها، میدانی بود. جامعه آماری شامل دانش‌آموزان پسر سنین بین ۱۶ تا ۱۸ سال بود که حداقل به مدت دو سال از ورزش کناره‌گیری داشتند. در بخش کیفی و مصاحبه از روش نمونه‌گیری نظری به صورت هدفمند تا رسیدن به اشباع نظری استفاده شد که در نهایت با ۱۱ مصاحبه، اشباع نظری حاصل شد. در مرحله مصاحبه، داده‌ها با روش تفسیر ساختاری متن و در مرحله سطح‌بندی با استفاده از روش مدل‌سازی ساختاری تفسیری و با بهره‌گیری از آخرین نسخه از نرم‌افزار میک‌مک سطح‌بندی انجام گردید. داده‌های حاصل از مصاحبه‌ها در ۲۳ کد محوری در قالب ۶ کد‌گزینی دسته‌بندی شدند. شش کد‌گزینی شامل بی‌انگیزی، عدم اعتماد به نفس، عدم پشتکار، محیط غیرورزشی، مریبان بی‌انگیزه و مشکلات اقتصادی بودند. مدل‌سازی تفسیری-ساختاری نشان داد که محیط غیرورزشی تأثیرگذارترین و دو مؤلفه بی‌انگیزی و عدم اعتماد به نفس، تأثیرپذیرترین مؤلفه‌ها بودند. با توجه به تأثیر زیاد محیط غیرورزشی در ترک ورزش دانش‌آموزان، پیشنهاد می‌شود تا حد امکان محیط مدرسه از نظر جذابیت ورزشی تقویت شود.

اطلاعات مقاله

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۸/۰۲

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۸/۰۸

شماره صفحات: ۳۹-۵۴

واژگان کلیدی:

کناره‌گیری از ورزش، دانش‌آموز، شهر مشهد

استناد به مقاله:

اصفهانی، مهدی. (۱۴۰۳). شناسایی عوامل مؤثر بر کناره‌گیری دانش‌آموزان از ورزش در شهر مشهد. *اندیشه‌های نوین در ورزش تربیتی*، ۱(۲)، ۲۹-۵۴.



از دستگاه خود برای اسکن و خواندن مقاله به صورت آنلاین استفاده کنید.

DOI: <https://doi.org/10.22034/ntes.2025.485087.1020>

URL: https://ntes.imamreza.ac.ir/article_214294.html

مقدمه

مشارکت ورزشی نوجوانان دارای مزایای سلامتی قابل توجهی است و می‌تواند در توسعه مهارت‌های اجتماعی مهم مفید باشد و حتی می‌تواند به بهبود عملکرد تحصیلی کمک نماید. به عنوان مثال، مطالعه‌ای روی ۲۰۷ کودک (لیک و هویت^۱، ۲۰۰۴) از مهدکودک تا کلاس پنجم نشان داد که دانش‌آموزانی که در یک برنامه سه ماهه تکواندو شرکت کرده بودند، رفتار اجتماعی و رفتار کلاسی بهتری داشتند و در آزمون‌های ریاضی و خودتنظیمی شناختی و عاطفی عملکرد بهتری از خود نشان دادند.

لذت یکی از مهم‌ترین دلایلی است که ممکن است باعث شود بچه‌ها از انجام ورزش‌های خاص دست کشند. به بیان دیگر، آن را می‌توان دلیل اولی در نظر گرفت که بچه‌هایی که در حال امتحان کردن یک ورزش جدید هستند، دست از آن ورزش می‌کشند. در واقع، در یک مطالعه اخیر در مورد تصمیم‌گیری دختران برای ادامه ورزش، لذت تنها عامل مهم در پیش‌بینی قصد ادامه برای ۶-۱۲ ماه آینده بود (اتکینز^۲ و همکاران، ۲۰۱۳). مطالعات دیگر، اهمیت انگیزه درونی (انجام کاری برای لذت بردن از آن) در مقابل انگیزه بیرونی (انجام کاری برای پاداش یا رضایت دیگران) را به عنوان یک عامل مؤثر بر ترک تحصیل برجسته کرده‌اند (جونز و کولی^۳، ۲۰۰۲).

فشار عملکرد، اولین دلیل ترک تحصیل شرکت‌کنندگان نخبه است (لیندر^۴، ۲۰۰۲) که اغلب با آسیب‌هایی مرتبط است که می‌توانند ناشی از تمرین بیش از حد به دلیل فشار برای انجام و دستیابی از سنین جوانی باشد. در واقع، از هر پنج ورزشکار نخبه، یک نفر صدمات را دلیل اصلی ترک می‌داند. این یافته‌ها، پیامدهای مهمی برای نهادهای حاکم بر ورزش دارند که باید در برنامه‌ریزی خودتعادلی بین تلاش برای کسب نتایج و نگه داشتن ورزشکاران جوان در ورزش برای مدت طولانی در نظر گرفته شوند. همچنین، باید توجه داشت که فشار از کجا می‌آید. یک مطالعه اخیر بر روی شرکت‌کنندگان در فوتبال جوانان نشان داد که بیش از نیمی از آن‌ها، فشار عملکردی را گزارش کردند که منابع اصلی آن، هم‌تیمی‌ها، والدین، مربیان و حتی خودشان بودند (نایت^۵ و همکاران، ۲۰۱۶). نقش مهم والدین در نگه داشتن بچه‌ها در ورزش به خوبی در کتاب مایک برگستروم، مربی ورزش مدرسه‌ای با نام «ماشین‌سواری به خانه» بیان شده است. نویسنده در آنجا توضیح می‌دهد که چگونه والدین اغلب می‌توانند فشار زیادی را بر فرزندان خود برای اجرای بازی وارد کنند. تحقیقات نشان می‌دهند که والدین (به ویژه پدران) ممکن است رفتارهای خود را به عنوان اعمال فشار درک نکنند و به خوبی مستند شده است که کودکانی که فشار والدین را درک می‌کنند احتمالاً اضطراب رقابتی و فرسودگی ورزشی را تجربه می‌کنند (کانتر^۶ و همکاران، ۲۰۰۸).

1. Lakes, K. D. & Hoyt, W. T.
2. Atkins, M. R.
3. Jones & Cooley
4. Lindner, J. B. K. J.
5. Knight, C. J.
6. Kanters, M. A.

از سویی دیگر، شایستگی بدنی، یک محرک مهم برای دختران و پسران است؛ اما به نظر می‌رسد که با افزایش سن، برای دختران مهم‌تر می‌شود (نایت و همکاران، ۲۰۱۶). تصورات از خوب نبودن به اندازه کافی، اغلب به عنوان دلایلی برای توقف مشارکت بیان می‌شود. این یکی دیگر از زمینه‌هایی است که نقش والدین در آن حیاتی است. به عنوان مثال، مطالعه‌ای در مورد ادامه ورزش دختران (اتکینز و همکاران، ۲۰۱۳) نشان داد که در جایی که والدین خود را درگیر، صمیمی و حمایتگر می‌دانستند، سطوح بالاتری از شایستگی ورزشی مشاهده شده است.

به‌طور متوسط، امروزه کودکان کمتر از سه سال را صرف انجام یک ورزش می‌کنند و تا سن ۱۱ سالگی آن را ترک می‌کنند، زیرا در اغلب موارد احساس می‌کنند که ورزش دیگر سرگرم‌کننده نیست. والدین آن‌ها نیز تحت فشار هستند، زیرا برخی از ورزش‌ها هزینه زیادی در سال دارند (جایانتی^۱ و همکاران، ۲۰۱۳). این یافته‌ها حاصل از یک نظرسنجی ملی جدید از والدین ورزشکاران جوان است که توسط مؤسسه اسپن^۲ از طریق مصاحبه با خانواده‌های دانشگاه ایالتی یوتا در آزمایشگاه ورزشی حاصل شده است. در تحقیق دیگری که توسط انجمن صنعت ورزش و تناسب اندام^۳ (SFIA) در سال ۲۰۱۸ به انجام رسیده است، مشخص شده است که تنها ۳۸ درصد از بچه‌های ۶ تا ۱۲ ساله به‌طور منظم ورزش‌های گروهی انجام می‌دادند که میانگین آن از ۴۵ درصد در سال ۲۰۰۸ کمتر بوده است. در نظرسنجی ملی ورزش جوانان که توسط اسپن از طریق ابتکار پروژه بازی انجام شده است، به‌طور عمیق‌تر دلایل کاهش مشارکت ورزشکاران مورد بررسی قرار گرفته است. شرکت‌کنندگان این نظرسنجی شامل جوانان تا سن ۱۸ سال و در تمام سطوح رقابتی (تفریحی، باشگاهی و دبیرستان) بوده است. والدین تمایل دارند که ورزش برای فرزندانشان سرگرم‌کننده باشد. آن‌ها امیدوارند که مشارکت باعث ارتقاء سلامت جسمی و عاطفی و همچنین بهبود مهارت‌های ورزشی، مهارت‌های اجتماعی و روابط با همسالان شود. افزون بر این، بسیاری از والدین به دنبال پاداش‌های بیرونی نظیر مزایای پذیرش در کالج‌ها، بورسیه‌های تحصیلی - ورزشی و فرصت‌های ورزشی حرفه‌ای نیز هستند (گرگوری^۴، ۲۰۱۷).

ورزش یک زمینه اجتماعی عالی است که فرصت‌های غنی برای تعامل بین‌فردی فراهم می‌کند. شبکه اجتماعی ایجاد شده در سراسر مشارکت ورزشی ورزشکاران، در ترکیب با ماهیت نسبتاً فشرده این مشارکت، نقش مهمی در نحوه تجربه ورزش توسط آنان ایفا می‌کند. در این میان، عوامل اجتماعی که به‌طور مستقیم در آن تجربیات تعامل دارند، مانند والدین، همسالان و مربیان، ممکن است پیامدهای مهمی در مشارکت ورزشی، رشد فردی و عملکرد ورزشکاران داشته باشند (اسمیت^۵، ۲۰۰۷).

1. Jayanthi, N.
2. Aspen
3. Sports and Fitness Industry Association
4. Gregory, S.
5. Smith, A. L.

والدین با دادن فرصت به فرزند خود برای تجربه چندین ورزش و فراهم کردن منابع مورد نیاز برای پرورش رشد ورزشی او، در سال‌های اولیه رشد ورزشکار نقش مهمی ایفا می‌کنند. با پیشرفت ورزشکار در ورزش، نقش والدین از نقش رهبری در طول سال‌های نمونه‌گیری، به نقش پیرو و حامی در طول سال‌های تخصصی و سرمایه‌گذاری تغییر می‌کند؛ جایی که ایجاد یک محیط بهینه برای رشد ورزشی فرزندانشان دغدغه اصلی است. بر اساس یک نظرسنجی از اتحاد ملی برای ورزش جوانان، حدود ۷۰ درصد از کودکان در ایالات متحده تا سن ۱۳ سالگی ورزش‌های سازمان‌یافته را متوقف می‌کنند. علاوه بر فوایدی که ورزش می‌تواند در زندگی نوجوانان داشته باشد، دلایل ترک آن نیز اهمیت می‌یابد (فریزر^۱ و همکاران، ۲۰۰۵).

ورزش‌های سازمان‌یافته و با ساختار مناسب برای جوانان و فعالیت‌های بدنی مداوم می‌توانند فواید زیادی برای کودکان و نوجوانان داشته باشند. تجربیات مثبتی که ورزش و سبک زندگی فعال به ارمغان می‌آورد، نقش مهمی در زندگی یک جوان دارد. مبارزه برای یک هدف مشترک با گروهی از بازیکنان و مربیان، به دانش‌آموز می‌آموزد که چگونه کار گروهی ایجاد کند و به‌طور مؤثر برای حل مشکلات ارتباط برقرار نماید. این تجربه در هنگام مواجهه با مشکلات در محل کار یا خانه مفید است (کوتینیو^۲ و همکاران، ۲۰۱۶). از سویی دیگر، تماشای نتیجه کار سخت دانش‌آموز و رسیدن به اهدافش باعث افزایش اعتماد به نفس در او می‌شود. دستیابی به یک هدف ورزشی یا تناسب اندام، دانش‌آموز را تشویق می‌کند تا به اهداف دیگری که تعیین کرده است، دست یابد. این یک فرآیند یادگیری با ارزش و هیجان‌انگیز است (کوشیون^۳ و همکاران، ۲۰۱۲).

واضح است که ورزش می‌تواند به دانش‌آموز در رسیدن به اهداف تناسب اندام و حفظ وزن سالم کمک نماید. با این حال، ورزش همچنین تصمیم‌گیری سالم مانند سیگار نکشیدن و عدم مصرف الکل را تشویق می‌کند. ورزش همچنین برای سلامتی دارای فوایدی پنهانی است که برخی از این فواید عبارتند از: کاهش احتمال پوکی استخوان یا سرطان سینه در آینده. ورزش یک راه طبیعی برای رهایی از استرس است. همچنین به واسطه آن، می‌توان دوستان جدیدی پیدا نمود که می‌توانند به عنوان یک سیستم پشتیبانی در کنار دانش‌آموز باشند.

تاکنون به دلایل احتمالی ترک ورزش از سوی دانش‌آموزان و بر اهمیت آن اشاراتی شد. اما برای توسعه ورزش دانش‌آموزی ابتدا نیاز است تا دلایل کناره‌گیری از ورزش مشخص شوند. لذا این پژوهش در نظر دارد تا دلایل کناره‌گیری دانش‌آموزان از ورزش را مورد شناسایی قرار دهد.

روش‌شناسی

1. Fraser, J. L.
2. Coutinho, P.
3. Cushion, C.

این پژوهش از نظر هدف کاربردی، از نظر نوع داده‌ها کیفی و کمی، از نظر روش تحلیل داده‌ها از نوع اکتشافی و از نظر زمان حال‌نگر و روش جمع‌آوری داده‌ها میدانی می‌باشد. نوع تحقیق تئوری داده-بنیاد (که با نام‌های «تئوری برخاسته از داده‌ها»، «تئوری زمینه‌ای» و «تئوری بنیادی» نیز شناخته می‌شود) بوده و از شیوه نوخاسته که به گلنزر (۱۹۹۲) نسبت داده شده است، بهره برده است.

در تحقیق حاضر، جامعه آماری شامل دانش‌آموزان پسر سنین ۱۶ تا ۱۸ سال بوده است که حداقل به مدت دو سال از ورزش کناره‌گیری داشتند. هدف نمونه‌گیری کیفی، اشباع داده‌ها بوده است. به بیان دیگر، در این روش، تعداد مشارکت‌کنندگان با معیار اشباع نظری تعیین می‌شود؛ بدین معنا که زمانی که محقق به این نتیجه برسد که انجام بیشتر مصاحبه و مشاهده، اطلاعات بیشتری در اختیار وی نخواهد گذاشت و صرفاً تکرار اطلاعات قبلی خواهد بود، گردآوری اطلاعات را متوقف خواهد نمود. از این رو، در پژوهش حاضر روش نمونه‌گیری نظری به صورت هدفمند تا رسیدن به اشباع نظری بوده است. در نهایت، با انجام گرفتن تعداد ۱۱ مصاحبه، اشباع نظری حاصل شد. در قسمت مدل‌سازی ساختاری تفسیری پنل دلفی با استفاده از تعداد ۵ دانش‌آموز ۱۸ ساله که روش کار در ابتدا به آنان توضیح داده شده بود، صورت پذیرفت و در نهایت، امتیازدهی به مؤلفه‌ها انجام شد. جهت گردآوری داده‌ها، ابتدا پژوهشگر با استفاده از روش کتابخانه‌ای شامل بررسی اسناد و مدارک، گزارش‌های مستند، مقالات علمی و وب‌سایت‌های معتبر، به بررسی مبانی نظری و پیشینه موضوع پرداخت و با بررسی وضعیت موجود و مطالعات موردی، فهرستی مقدماتی از شاخص‌های مؤثر بر کناره‌گیری دانش‌آموزان از ورزش را تهیه نمود. در مرحله بعد، با در دست داشتن فهرست مذکور (به عنوان ابزار اولیه جمع‌آوری داده‌ها) به انجام مصاحبه‌های کیفی با نخبگان آگاه از موضوع پژوهش پرداخت و با عنایت به مبانی نظری پژوهش‌های کیفی، همزمان با انجام مصاحبه‌ها، تحلیل و کدگذاری آن‌ها نیز انجام شد. جهت تعیین روایی از مقبولیت، قابلیت انتقال و قابلیت تأییدپذیری استفاده گردید. به منظور محاسبه پایایی مصاحبه‌ها، با استفاده از روش توافق درون موضوعی، از دو کدگذار (ارزیاب) بهره گرفته شد که درصد پایایی، ۸۵/۱۸٪ به دست آمد. در مرحله مصاحبه، داده‌ها با روش تفسیر ساختاری متن و در مرحله سطح‌بندی، با استفاده از روش مدل‌سازی ساختاری تفسیری و با استفاده از آخرین نسخه از نرم‌افزار میک‌مک^۱ سطح‌بندی صورت پذیرفت.

یافته‌ها

در بخش ویژگی‌های جمعیت‌شناختی، یافته‌ها نشان داد که ۴۵/۴۵ درصد از مشارکت‌کنندگان ۱۷ سال، ۳۶/۳۶ درصد ۱۸ سال و ۱۸/۱۸ درصد ۱۶ سال سن داشتند. ۵۴/۵۴ درصد از مشارکت‌کنندگان بین ۵ تا ۱۰ سال و ۴۵/۴۵ درصد کمتر از ۵ سال سابقه فعالیت ورزشی داشتند.

جدول ۱. کدهای محوری و کدهای گزینشی

ردیف	کدهای محوری	کدهای گزینشی
۱	نگرش وقت هدر شدن با ورزش	
۲	تمایل کم اطرفیان برای وقت گذاشتن در ورزش	محیط غیرورزشی
۳	اهمیت درس و دروس نظری در جامعه	
۴	دور شدن از سبک زندگی ورزشکاری	
۵	درگیر شدن با انواع مختلف سرگرمی‌های اینترنتی	
۶	مدرسه بی‌ذوق و شوق در مورد ورزش	
۷	عدم روحیه رقابت‌طلبی	
۸	عدم تمایل به کسب تجربه جدید	بی‌انگیزگی
۹	تغییر اهداف و مسیر در طول دوره نوجوانی	
۱۰	عدم تناسب بین تلاش و نتیجه در ورزش	
۱۱	لذت نبردن از برخی فعالیت‌های ورزشی	
۱۲	ترس از آینده مبهم از طریق ورزش	
۱۳	عملی نشدن اهداف در نظر گرفته شده	
۱۴	مجبور بودن به ترک ورزش برای کار	مشکلات اقتصادی
۱۵	گران بودن خدمات ورزش در سطوح بالاتر	
۱۶	گران بودن مربی خصوصی	
۱۷	هزینه بالای تغذیه و مکمل‌های ورزشی	
۱۸	عدم دریافت پول برای بازی در تیم‌های ورزشی	
۱۹	نیاز خانواده به پول	
۲۰	خسته شدن از سختی‌های ورزش	عدم پشتکار
۲۱	عدم شناخت دقیق نسبت به مسیر پیشرفت	
۲۲	روحیه راحت‌طلبی	
۲۳	رها کردن تمرینات و نرسیدن به اوج آمادگی	
۲۴	عدم آگاهی نسبت به نقاط قوت و ضعف	
۲۵	تصمیم‌گیری‌های غلط در لحظات حساس	
۲۶	امید پایین در رسیدن به اهداف	عدم اعتماد به نفس
۲۷	تمرکز روانی پایین به دلیل مشغله ذهنی	
۲۸	عملکرد نامطلوب در مواقع حساس	
۲۹	عدم راهنمایی صحیح در مسیر پیشرفت از سوی مربی	
۳۰	عدم دلسوزی برای ورزشکار	
۳۱	مشکلات مالی مربیان	
۳۲	عدم کشف استعداد ورزشکار برای پست مشخص یا ورزش مشخص	مربیان بی‌انگیزه
۳۳	عدم حمایت مربی و بعضاً پارتی بازی	

همانطور که ملاحظه می‌شود، ۳۳ کد محوری در قالب ۶ کد گزینشی دسته‌بندی شدند.

جدول ۲. ماتریکس تعاملی تأثیرات مستقیم مؤلفه‌ها

	مشکلات اقتصادی	مربیان بی-انگیزه	محیط غیرورزشی	عدم پشتکار	عدم اعتماد به نفس	بی‌انگیزگی
بی‌انگیزگی	۰	۱	۰	۳	۲	۰
عدم اعتماد به نفس	۰	۱	۰	۱	۰	۱
عدم پشتکار	۰	۰	۰	۰	۱	۲
محیط غیرورزشی	۱	۳	۰	۲	۳	۲
مربیان بی-انگیزه	۰	۰	۰	۲	۲	۳
مشکلات اقتصادی	۰	۲	۰	۰	۱	۱

در ماتریکس تعاملی، امتیازات از عدد ۰ تا ۳ تعلق می‌گیرند. عدد ۰ بدون تأثیر، عدد ۱ تأثیر ضعیف، عدد ۲ تأثیر متوسط و عدد ۳ تأثیر قوی را نشان می‌دهند. در این ماتریکس، امتیازات در واقع تأثیراتی هستند که سطرها بر ستون‌ها می‌گذارند. به عنوان مثال، محیط غیرورزشی به میزان ۲ واحد بر عدم اعتماد به نفس تأثیرگذار است، اما عدم اعتماد به نفس به میزان ۰ واحد بر محیط غیرورزشی تأثیر می‌گذارد.

جدول ۳. ویژگی‌های ماتریکس تأثیرات مستقیم

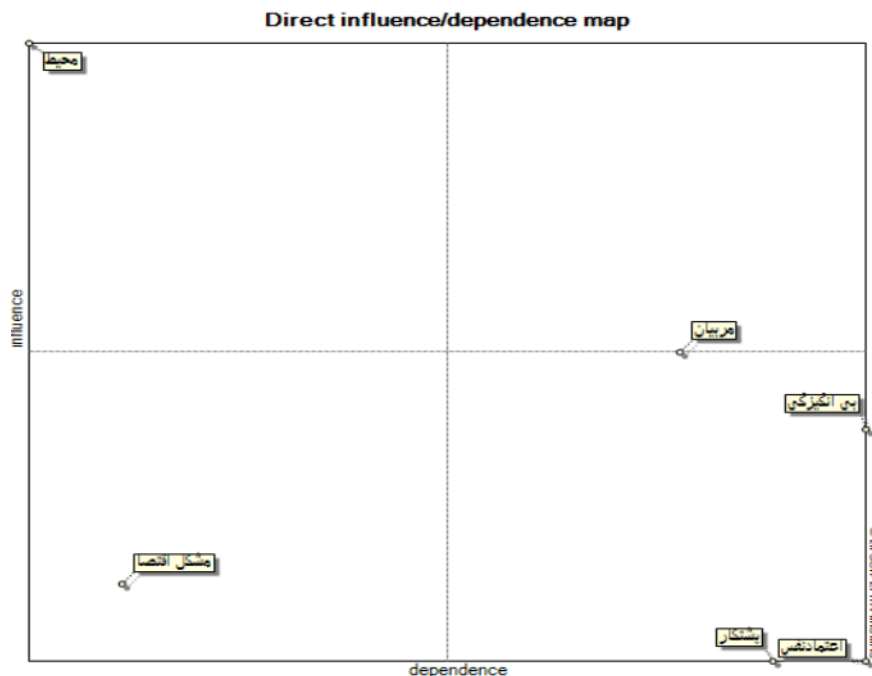
شاخص‌ها	ارزش
اندازه ماتریکس	۶
تعداد چرخش‌ها	۲
تعداد صفرها	۱۷
تعداد ۱	۸
تعداد ۲	۷
تعداد ۳	۴
تعداد پتانسیل‌ها	۰
کل	۱۹
درصد پر شدن خانه‌ها	۵۲/۷۷ %

همانگونه که مشخص است، اندازه ماتریکس ۶ است، به این معنی که یک ماتریکس 6×6 وجود دارد. تعداد خانه‌هایی که عدد صفر را به خود اختصاص داده‌اند، ۱۷ خانه بوده است. تعداد خانه‌های عدد ۱، ۸ خانه، عدد ۲، ۷ خانه و عدد ۳، ۴ خانه بوده است. همچنین، ۵۲/۷۷ درصد از خانه‌ها، به خود عدد اختصاص داده‌اند؛ یعنی ۵۲/۷۷ درصد خانه‌ها غیر از عدد صفر بوده‌اند.

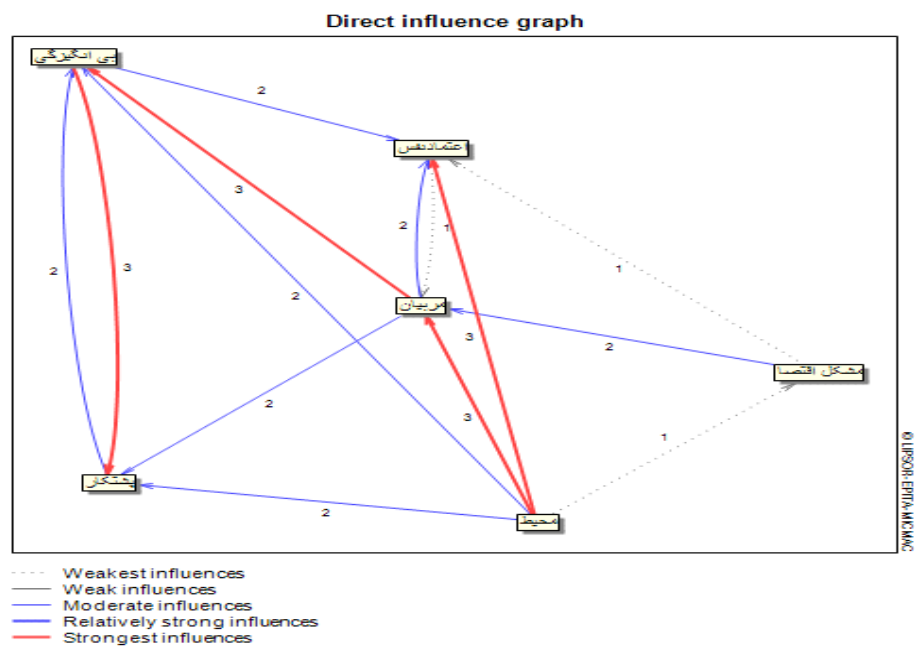
جدول ۴. خلاصه مجموع ماتریکس تأثیرات مستقیم

سطح‌بندی بر مبنای تأثیرپذیری	سطح‌بندی بر مبنای تأثیرگذاری	مجموع امتیازات ستون	مجموع امتیازات سطر
۱	۳	۹	۶
۱	۵	۹	۳
۲	۵	۸	۳
۵	۱	۰	۱۱
۳	۲	۷	۷
۴	۴	۱	۴

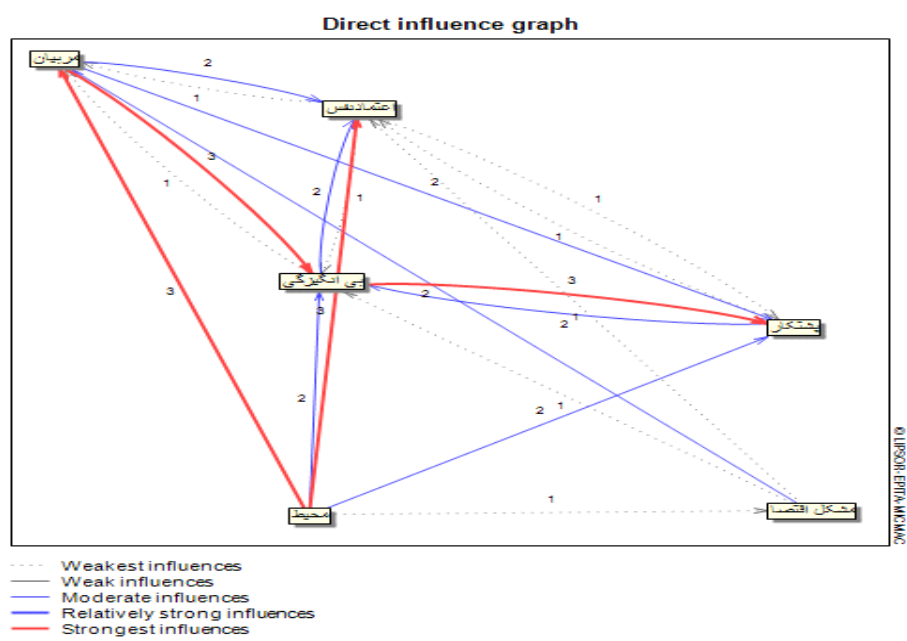
همانطور که ملاحظه می‌شود، بیشترین میزان تأثیرگذاری مربوط به مؤلفه محیط غیرورزشی است و بیشترین میزان تأثیرپذیری نیز مربوط به دو مؤلفه بی‌انگیزگی و عدم اعتماد به نفس می‌باشد.



شکل ۱. پلان تأثیرگذاری و تأثیرپذیری سیستم



شکل ۲. نمودار تأثیرات مستقیم در حالت ۷۵ درصد مسیر



شکل ۳. نمودار تأثیرات مستقیم در حالت ۱۰۰ درصد مسیر

بحث و نتیجه‌گیری

تأثیرگذارترین مؤلفه بر کناره‌گیری دانش‌آموزان از ورزش، محیط غیرورزشی بود. مؤلفه محیط غیرورزشی شامل شاخص‌های نگرش وقت هدر شدن با ورزش، تمایل کم اطرفیان برای وقت گذاشتن در ورزش، اهمیت درس و دروس نظری در جامعه، دور شدن از سبک زندگی ورزشکاری، درگیر شدن با انواع

مختلف سرگرمی‌های اینترنتی و مدرسه بی‌ذوق و شوق در مورد ورزش بود. خانه و مدرسه و همچنین محیط محله و همسالان به عنوان مهم‌ترین نهادها، در طول زندگی هر فرد محسوب می‌شوند. این دو نهاد تربیتی در ایجاد انگیزه ورزشی، پیشرفت‌های تحصیلی، روابط و تعاملات اجتماعی و عاطفی دانش‌آموزان نقش حائز اهمیت دارند. در این امر خطیر، با مشارکت والدین، مدیر و معلم تربیت بدنی مدرسه می‌توان به ارتقاء سطح کیفی محیط خانه و مدرسه پرداخت و نگرش مثبتی در دانش‌آموزان نسبت به ورزش ایجاد نمود؛ چرا که بالا بودن سطح سلامت و تندرستی هر کشور، جزء شاخص‌های توسعه‌یافتگی جوامع امروز در نظر گرفته می‌شود.

از جمله این عوامل، تمایل کم اطرافیان برای وقت گذاشتن در ورزش و نگرش منفی نسبت به ورزش است. خانواده، دوستان، معلمان، مربیان، متخصصان و قهرمانان از جمله افراد مهمی هستند که بر نوجوانان و شکل‌گیری باورها و رفتارهای آن‌ها تأثیر زیادی دارند. از جمله رفتارهای مثبت و سازنده، مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش است که دیگران مهم می‌توانند تسهیل‌کننده و تقویت‌کننده آن باشند. دیگران مهم نظیر والدین، مربیان، معلمان، دوستان و همسالان، قهرمانان و متخصصان، رشد و توسعه جهت‌گیری هدف را از راه انتظارات، باورها، ارزش‌ها و رفتارهای تأکیدکننده مشارکت در ورزش، تسهیل می‌کنند (واشبرن^۱ و همکاران، ۲۰۲۰). قربانی و همکاران (۱۳۹۹) در همین راستا نشان دادند که محیط مدرسه می‌تواند تأثیر زیادی بر انگیزه دانش‌آموزان داشته باشد. از این رو، به نظر می‌رسد محیط غیرورزشی می‌تواند تأثیر زیادی بر میزان انگیزه و تمایل نوجوانان برای ادامه فعالیت‌های ورزشی داشته باشد.

در دومین سطح از مؤلفه‌های تأثیرگذار، مربیان بی‌انگیزه قرار داشت. در آغاز قرن جدید، به طور مرتب بر اهمیت فعالیت بدنی در بالا بردن کیفیت زندگی اجتماعی تأکید می‌شود و تحقیقات میان‌رشته‌ای در زمینه مسائل تندرستی و بهداشتی در این رشته، جایگاه واقعی و اصلی خود را پیدا کرده است. عملکرد یک ورزشکار در یک رقابت ورزشی، تنها به خود برنمی‌گردد. در واقع، یک ورزشکار خواست و اراده جمعی را به موفقیت یا شکست مبدل می‌کند. لذا توانایی‌ها و ضعف‌های گروهی نیز در نحوه اجرای وظایف یک ورزشکار مؤثر هستند. تشویق‌ها، خشم‌ها، نگرانی‌ها و یأس‌های جمعی به میزان زیادی می‌توانند در ورزشکاری که آمادگی روحی مناسبی را در زمان برگزاری رقابت ورزشی نداشته است، اثرگذار باشند. فلسفه مربی‌گری هم به بررسی نقش‌های یک مربی می‌پردازد. مربی نقش رهبر، معلم، روان‌شناس، دوست، جانشین والدین را برای ورزشکار ایفا می‌نماید. در واقع، هدف مربی این است که با استفاده از این نقش‌ها، ورزشکار را به موفقیت برساند. بنابراین، هنگامی که ورزشکار، مربی را دوست خود می‌پندارد و او را جانشین والدین خود در نظر می‌گیرد، تلاش بیشتری برای جلب نظر مربی خود انجام می‌دهد و در نهایت، میل به پیروزی در ورزشکار بیشتر می‌شود. در این راستا، در صورتی که مربی با استفاده از خرد جمعی اقدام به تصمیم‌گیری کند و برای ورزشکار برنامه‌ای متناسب با ویژگی‌ها و اهداف خود ورزشکار تنظیم نماید، ورزشکار سعی خواهد کرد که به اهداف خود برسد و در نتیجه، میل به پیروزی در او تقویت می‌شود. این نتیجه، با نتایج

1. Washburn, N. S.

پژوهش‌های شیروانی و زهره وندیان (۱۴۰۰)، مهدیه (۱۴۰۰)، رستمی و همکاران (۱۳۹۹) همسو می‌باشد.

در سومین سطح از مؤلفه‌های تأثیرگذار، مؤلفه بی‌انگیزگی قرار داشت. با توجه به این‌که دو مؤلفه محیط غیرورزشی و مریمان بی‌انگیزه، بر بی‌انگیزگی ورزشکار تأثیر زیادی داشتند، پیشنهاد می‌شود دلایل بی‌انگیزگی دانش‌آموزان ورزشکار نسبت به ورزش، در این دو مؤلفه جستجو شود. به هر ترتیب، انگیزه همواره یکی از مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار در انجام هر فعالیتی محسوب می‌شود. در صورتی‌که انگیزه در سطح مناسبی قرار نداشته باشد، نمی‌توان ادعا داشت که یک فرد در آن رشته ورزشی یا هر نوع کاری که به صورت مداوم فعالیت می‌کند، عملکرد مناسبی از خود نشان دهد.

نیازی به تأکید بر نقش و اهمیت موضوع انگیزش در ورزش نیست. پیچیدگی این موضوع بر اکثر افراد آشکار است. تعداد زیادی از مریمان اعتقاد دارند که انگیزش موضوعی ناشناختنی است و اگر هم شناختنی باشد، برانگیزختن دیگران غیرممکن است. افرادی که در مورد انگیزش صحبت کرده و یا مطالبی نوشته‌اند، به انگیزه‌های درونی و بیرونی نیز اشاره نموده‌اند (شعبانی و همکاران، ۱۳۹۲).

آن‌ها بر این باورند که «انگیزه‌های درونی از درون فرد سرچشمه می‌گیرند و منشاء انگیزه‌های بیرونی، محیط پیرامون فرد است». کسانی که محرکشان نیروی انگیزشی درونی است، از یک کشش درونی جهت رشد و کسب قابلیت‌ها و از خودسازمانی در راه رسیدن به یک هدف یا تحقق یک امر خارجی و یا نیل به موفقیت برخوردارند. کیفیات، میزان توانایی‌های شخصی، خودسازمانی، کسب مهارت در کار و نیل به موفقیت اهدافی هستند که به وسیله انسان‌های درون‌انگیزخته، تعقیب می‌شوند و دستیابی به این اهداف همانا پاداش آن‌هاست (کنیتل^۱ و همکاران، ۲۰۱۸). تقریباً تمام نظریه‌های رفتاری مراتبی را پیشنهاد می‌کنند که در آن، عوامل اجتماعی-شناختی و محیطی برخی سازه‌های انگیزشی اولیه را پیش‌بینی می‌کنند که این باعث می‌شود انگیزه به رفتار تغییر کند. عبور از این «دروازه تصمیم‌گیری» از مرحله انگیزشی یا پیش‌نیتی به مرحله پس‌عمدی، ارادی یا عملی به ندرت به صورت خود به خود اتفاق می‌افتد و سازه‌های انگیزشی و تعیین‌کننده‌های نظری مربوط به آن‌ها به‌طور متفاوتی در نظریه‌ها مفهوم‌سازی شده‌اند. سه مفهوم نظری برجسته انگیزه عبارتند از: قصد، مرحله تغییر و انگیزه خودمختار.

در حالی که بسیاری از نظریه‌های اجتماعی-شناختی به عنوان مدل‌های پیوسته رفتار در نظر گرفته می‌شوند، «مدل فرانظری» (پروچاسکا^۲ و همکاران، ۱۹۸۶)، یک نظریه مرحله‌ای است که فرض می‌کند افراد در سفر خود به سمت پذیرش و حفظ، از طریق چندین «مرحله تغییر» متمایز حرکت می‌کنند. رفتار مراحل تغییر (معمولاً پنج، اما گاهی اوقات تا شش یا بیشتر گسترش می‌یابد) از قبل از فکر کردن که در آن فرد تغییر رفتار خود را در نظر نگرفته است، تا نگهداری، جایی که فرد با موفقیت یک رفتار جدید را برای حداقل شش سال اتخاذ کرده است را شامل می‌شود. در مدل فرانظری، «فرآیندهای تغییر» شناختی، عاطفی و رفتاری برای تسهیل مرحله انتقال فرض شده است

1. Knittle, K.

2. Prochaska, J. O.

(پروچاسکا و همکاران، ۱۹۸۶). این مدل برای فعالیت بدنی قابل استفاده است (مارشال و بیدل، ۲۰۰۱). به عنوان مثال، افزایش آگاهی (یعنی جمع‌آوری اطلاعات در مورد سؤال رفتار) و تسکین چشمگیر (به عنوان مثال، درون‌نگری در مورد احساسات مربوط به رفتار) باید انتقال از قبل از تفکر به تفکر را تسهیل کند؛ اما انتظار نمی‌رود که انتقال از آمادگی به عمل را تقویت نماید.

در ورزش نیز افرادی که به خاطر علاقه درونی به فعالیت ورزشی می‌پردازند، جزء این دسته از افراد هستند. آن‌ها برای ارضاء تمایل و احساس غرور درونی، ورزش می‌کنند. این تمایل، آن‌ها را به صرف بیشترین میزان تلاش و تکاپو، حتی در شرایط فقدان مشوقین، تماشاچیان و ارزشیابان یا تحلیل‌گران ورزشی وا می‌دارد. انگیزش خارجی یا بیرونی، همان‌طور که ذکر شد، در جریان تقویت‌های مثبت یا منفی که فرد از طرف منابع بیرونی دریافت می‌کند، شکل می‌گیرد. تقویت، استفاده از محرک‌هایی است که وجود یا عدم وجود آن‌ها، امکان وقوع رفتار را افزایش یا کاهش می‌دهد. تقویت‌کننده‌ها یا محسوس‌اند و یا غیرمحسوس. وقتی تقویت‌کننده‌ها دریافت شوند، به عنوان پاداش‌های خارجی شناخته می‌شوند. به احتمال زیاد، ورزشکاران به منظور دریافت هر دو نوع پاداش درونی و بیرونی به ورزش می‌پردازند. میزان اهمیتی که هر ورزشکار به یکی از این دو عامل می‌دهد، متفاوت است. این تفاوت‌های فردی را مربی باید به ورزشکاران بشناساند.

در چهارمین سطح از مؤلفه‌های تأثیرگذار، مؤلفه مشکلات اقتصادی قرار داشت. یک مطالعه اخیر، رابطه مثبت معناداری بین سواد مالی و رفتار ورزش منظم در ژاپن را پیدا کرده است (اونو^۱ و همکاران، ۲۰۲۱). این مطالعه ادعا می‌کند که سواد مالی، به عنوان یک ابزار تصمیم‌گیری، به افراد کمک می‌کند تا منطقی‌تر رفتار کنند و در نتیجه، آن‌ها را به ورزش منظم ترغیب می‌کند. وانگ^۲ و همکاران (۲۰۱۷) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که اگر چه مردم در مناطق پیشرفته اقتصادی چین در حال حاضر فعالیت‌های بدنی بیشتری نسبت به مناطق کمتر توسعه‌یافته انجام می‌دهند، اضافه وزن و چاقی به‌عنوان مشکلات جدی باقی می‌مانند.

آنوکی^۳ و همکاران (۲۰۱۴) به دو پیامد اصلی سیاست از یافته‌هایشان رسیدند. اول، نتایج از این ایده حمایت می‌کنند که مشوق‌های مالی مثبت، به عنوان مثال، یارانه دادن به قیمت مشارکت، به طور کلی می‌تواند منجر به افزایش مقدار فعالیت بدنی در بین کسانی شود که قبلاً فعالیت می‌کرده‌اند. ثانیاً، اگر چنین سیاست‌هایی در سطح فعالیت فردی (مثلاً ۵۰ درصد یارانه برای هزینه ورودی شنا) اجرا شوند، می‌توانند به اهداف خط‌مشی مطلوب منتهی شوند (مانند یارانه دادن به میانگین هزینه ورودی در همه فعالیت‌ها به میزان ۵۰ درصد). کیم و سو^۴ (۲۰۱۴) در پژوهش خود با عنوان «رابطه بین درآمد خانوار و فعالیت بدنی در کره»، به این نتیجه رسیدند که رابطه قوی بین درآمد خانوار و فعالیت بدنی مردان و زنان کره‌ای وجود دارد. شواهد بسیاری وجود دارند که نشان

1. Marshall, S. J. & Biddle, S. J.
2. Ono, S.
3. Wang, M.
4. Anokye, N. K.
5. Kim, I. G. & So, W. Y.

می‌دهند که مشکلات اقتصادی می‌توانند بر میزان فعالیت بدنی در جوامع مختلف تأثیرگذار باشند. از این رو، می‌توان همین مسأله را به عنوان یکی از دلایل ترک ورزش، خصوصاً در دانش‌آموزان در نظر گرفت.

در پنجمین سطح از مؤلفه‌های تأثیرگذار، دو مؤلفه عدم اعتماد به نفس و عدم پشتکار قرار داشت. شاخص‌های اعتماد به نفس در این پژوهش عبارت بودند از: عدم آگاهی نسبت به نقاط قوت و ضعف، تصمیم‌گیری‌های غلط در لحظات حساس، امید پایین در رسیدن به اهداف، تمرکز روانی پایین به دلیل مشغله ذهنی، عملکرد نامطلوب در مواقع حساس. داشتن اعتماد به نفس بالا در ورزش، به ورزشکاران اجازه می‌دهد همه تلاش خود را در انجام آنچه انجام می‌دهند به کار گیرند و تا دستیابی به نتیجه مناسب، عملکرد عالی خود را در بلندمدت همچنان حفظ نمایند؛ زیرا که استقامت و تاب‌آوری عامل بسیار مؤثر در تفاوت بین نفرات برتر از نفرات پایین‌تر است. بنابراین، این عامل می‌تواند موجب استقامت و تاب‌آوری و در نهایت ماندن در آن ورزش باشد. مؤلفه‌های اعتماد به نفس در این پژوهش نشان می‌دهند که دانش‌آموزان ورزشکار نتوانسته‌اند تصمیم‌گیری‌های صحیحی داشته باشند و مشغله ذهنی آنان موجب کاهش تمرکز روانی آنان شده است. از این رو، به احتمال زیاد و با توجه به نتایج پژوهش‌های گذشته که اعتماد به نفس را به عنوان عاملی تأثیرگذار در عملکرد شناسایی کرده‌اند (مارشال و گیبسون، ۲۰۱۷، ایحسان آ و همکاران، ۲۰۱۵) و با توجه به شاخص عملکرد نامطلوب در مواقع حساس، می‌توان نتیجه گرفت که عدم اعتماد به نفس منجر به عدم نتیجه مورد انتظار از طرف دانش‌آموز ورزشکار شده است و لذا نتیجه‌گیری نامطلوب سبب فاصله گرفتن دانش‌آموز از ورزش و سرانجام ترک آن شده است.

عامل بعدی که هم سطح عدم اعتماد به نفس است، عدم پشتکار می‌باشد. مؤلفه‌های پشتکار در این پژوهش عبارت بودند از: خسته شدن از سختی‌های ورزش، عدم شناخت دقیق مسیر پیشرفت، روحیه راحت‌طلبی و رها کردن تمرینات و نرسیدن به اوج آمادگی. در واقع عدم پشتکار ممکن است برخی از مواقع، مساوی با عدم اعتماد به نفس در نظر گرفته شود؛ به بیان دیگر، در صورتی که اعتماد به نفس وجود نداشته باشد، طبیعتاً تلاش زیادی نیز برای موفقیت صورت نمی‌گیرد و در نهایت، فرد آن ورزش یا کار را ترک خواهد نمود.

منابع

۱. رستمی، ف.؛ فلاوندی، ح. و اصلانی، ش. (۲۰۲۱). تأثیر اخلاق حرفه‌ای بر مسئولیت‌پذیری اجتماعی با نقش میانجی جامعه‌پذیری سازمانی در میان کارکنان دانشگاه ارومیه. *مجله اخلاق زیستی*، ۱۰(۳۵)، ۱۹-۱.

۲. شعبانی بهار، غ. ر.؛ عرفانی، ن. و حکمتی، ز. (۱۳۹۲). رابطه بین انگیزه ورزش و میزان موفقیت شغلی کارکنان اداره کل آموزش و پرورش استان کرمانشاه. *پژوهش‌های کاربردی در مدیریت ورزشی*، ۲(۳) (پیاپی ۷)، ۱۱-۲۱.
۳. شیروانی، ط. و زهره وندیان، ک. (۱۴۰۰). بررسی رابطه بین اخلاق حرفه‌ای مربیان ورزشی با خودکارآمدی با توجه به نقش میانجی شایستگی. *مدیریت منابع انسانی در ورزش*، ۸(۲)، ۳۷۷-۳۵۹.
۴. قربانی، س.؛ طیبی، ب.؛ دیلمی، ک.؛ رحمان‌نیا، غ. ح. و شکری، م. (۱۳۹۹). تأثیر تربیت بدنی در مدارس بر انگیزش و رفتار فعالیت بدنی در نوجوانان: بررسی مدل انتقال زمینه‌ای. *پژوهش در ورزش تربیتی*، ۸(۲۱)، ۱۷۹-۱۹۶.
۵. مهدیه، ا. (۱۴۰۰). تأثیر پابندی اساتید به اخلاق حرفه‌ای بر خودکارآمدی و انگیزش دانشجویان (مقایسه‌ای بین دانشجویان مهندسی و غیرمهندسی). *آموزش مهندسی ایران*، ۲۳(۹۰)، ۶۹-۴۹.
6. Anokye, N. K., Pokhrel, S., & Fox-Rushby, J. (2014). Economic analysis of participation in physical activity in England: implications for health policy. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 11(1), 1-12.
7. Atkins, M. R., Johnson, D. M., Force, E. C., & Petrie, T. A. (2013). "Do I still want to play?" Parents' and peers' influences on girls' continuation in sport. *Journal of Sport Behavior*, 36(4), 329.
8. Coutinho, P., Mesquita, I., and Fonseca, A. M. (2016). Talent development in sport: a critical review of pathways to expert performance. *Int. J. Sport Sci. Coach*. 11, 279–293. doi: 10.1177/1747954116637499.
9. Cushion, C., Ford, P., and Williams, A. M. (2012). Coach behaviours and practice structures in youth soccer: implications for talent development. *J. Sport Sci*. 30, 1631–1641. doi: 10.1080/02640414.2012.721930.
10. Fraser-Thomas, J. L., Côté, J., & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: An avenue to foster positive youth development. *Physical education & sport pedagogy*, 10(1), 19-40.
11. Gregory, S. (2017). How kids' sports became a \$15 billion industry. *Time Magazine*, 190(9), 42-51.
12. İHSAN, S., Ekici, S., Soyer, F., & Eskiler, E. (2015). Does self-confidence link to motivation? A study in field hockey athletes. *Journal of Human Sport and Exercise*, 10(1), 24-35.
13. Jayanthi, N., Pinkham, C., Dugas, L., Patrick, B., & LaBella, C. (2013). Sports specialization in young athletes: evidence-based recommendations. *Sports health*, 5(3), 251-257.
14. Jones, G., & Cooley, H. M. (2002). Symptomatic fracture incidence in those under 50 years of age in southern Tasmania. *Journal of paediatrics and child health*, 38(3), 278-283.
15. Kanters, M. A., Bocarro, J., & Casper, J. (2008). Supported or pressured? An examination of agreement among parents and children on parent's role in youth sports. *Journal of Sport Behavior*, 31(1), 64–80.
16. Kim, I. G., & So, W. Y. (2014). The relationship between household income and physical activity in Korea. *Journal of physical therapy science*, 26(12), 1887-1889.

17. Knight, C. J., Dorsch, T. E., Osai, K. V., Haderlie, K. L., & Sellars, P. A. (2016). Influences on parental involvement in youth sport. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 5(2), 161.
18. Knittle, K., Nurmi, J., Crutzen, R., Hankonen, N., Beattie, M., & Dombrowski, S. U. (2018). How can interventions increase motivation for physical activity? A systematic review and meta-analysis. *Health psychology review*, 12(3), 211-230.
19. Lakes, K. D., & Hoyt, W. T. (2004). Promoting self-regulation through school-based martial arts training. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 25(3), 283-302.
20. Lindner, J. B. K. J. (2002). Withdrawal from competitive youth sport: A retrospective ten-year study. *Journal of sport behavior*, 25(2), 7-8.
21. Marshall, E. A., & Gibson, A. M. (2017). The effect of an imagery training intervention on self-confidence, anxiety and performance in acrobatic gymnastics—a pilot study. *Journal of Imagery Research in Sport and Physical Activity*, 12(1), 20160009.
22. Marshall, S. J., & Biddle, S. J. (2001). The transtheoretical model of behavior change: a meta-analysis of applications to physical activity and exercise. *Annals of behavioral medicine*, 23(4), 229-246.
23. Ono, S., Yuktadatta, P., Taniguchi, T., Iitsuka, T., Noguchi, M., Tanaka, S., ... & Kadoya, Y. (2021). Financial literacy and exercise behavior: Evidence from Japan. *Sustainability*, 13(8), 4189.
24. Prochaska, J. O., & DiClemente, C. C. (1986). Toward a comprehensive model of change. In W. R. Miller, & N. Heather (Eds.), *Treating addictive behaviors: Processes of change* (pp. 3–27). New York, NY: Plenum.
25. Smith, A. L. (2007). Youth peer relationships in sport. *Social psychology in sport*, 41-54.
26. Wang, M., Wen, X., Zhang, Y., Jiang, C., & Wang, F. (2017). Is economic environment associated with the physical activity levels and obesity in Chinese adults? A cross-sectional study of 30 regions in China. *BMC Public Health*, 17(1), 1-8.
27. Washburn, N. S., R Richards, K. A., & Sinelnikov, O. A. (2020). The development of US physical education teachers' motivating styles: A socialization perspective. *European Physical Education Review*, 26(2), 495-514.

Identifying Factors Affecting Students' Withdrawal from Sports in Mashhad

Mahdi Esfahani¹

1) sport center,, Imam Reza International University, Mashhad, Iran

Abstract

The purpose of this research was to identify the perceived factors of Mashhad students' withdrawal from sports. From the point of view of practical purpose, this research was qualitative and quantitative in terms of data type, and in terms of data analysis method it was exploratory and in terms of time perspective and field data collection method. The statistical population included male students between the ages of 16 and 18 who had withdrawn from sports for at least two years. In the qualitative and interview section, the theoretical sampling method was used in a targeted manner until theoretical saturation was reached, which was finally achieved with 11 interviews. In the interview phase, the data was analyzed using the method of structural interpretation of the text, and in the stratification phase, the stratification was done using the interpretive structural modeling method and using the latest version of Mic Mac software. The data obtained from the interviews were categorized into 33 central codes in the form of 6 selective codes. Six optional codes included lack of motivation, lack of self-confidence, lack of perseverance, non-sports environment, unmotivated coaches and economic problems. Interpretive-structural modeling showed that the non-sports environment was the most influential component and the two components of lack of motivation and lack of self-confidence were the most influential components. Considering the high impact of the non-sports environment on the students leaving sports, it is suggested to strengthen the school environment as much as possible in terms of sports attractiveness.

Keywords: Withdrawal From Sports, Student, Mashhad city.

Corresponding author's email: (mahdi.esfahaniimamreza.ac.ir)