

رابطه میان نفوذ اجتماعی با خودکارآمدی ورزشکاران

نویسنده: فاطمه رحمتی

Email: F. rahmati1714@yahoo.com

چکیده:

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه نفوذ اجتماعی با خودکارآمدی ورزشکاران انجام شد. روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش شامل ورزشکاران رشته ایروبیک شهر قزوین در سال ۹۵-۱۳۹۴ است. تعداد ۱۰۰ ورزشکار به صورت تصادفی از میان این افراد انتخاب شدند. پرسشنامه نفوذ اجتماعی یوکل و همکاران (۲۰۰۳) و پرسشنامه خودکارآمدی شرر و همکاران (۱۹۸۲) توسط ورزشکاران تکمیل شد. نتایج بدست آمده از همبستگی پیرسون نشان داد که رابطه معنی دار و مثبت بین نفوذ اجتماعی با خودکارآمدی ورزشکاران وجود دارد.

کلمات کلیدی: خودکارآمدی، نفوذ اجتماعی، ورزشکاران

مقدمه:

در صد سال گذشته، بر اثر شماری از شرایط اقتصادی-اجتماعی و در پی دگرگونی های فرهنگی-اجتماعی ژرفی که در خلال این دوره پدید آمد، توجه آشکاری به ورزش نشان داده شد و با احیای بازی های المپیک و بر پای نخستین دوره المپیک در سال ۱۸۹۶ ورزش عملا بر اریکه قدرت نشست. شاید موفقیت چشمگیر و پیشرفت قابل ملاحظه ای که در برپایی این دوره ها به دست آمد، از عوامل عمومی بود که توجه به ورزش را در تمام سطوح برانگیخت و آن چه که به یاری این رویکرد آمد، نقش مهمی است که رسانه ها گروهی، به ویژه تلویزیون، در همگانی ساختن ورزش و ساده سازی مفاهیم آن و ایجاد گرایش های مثبت به آن ایفا می کردند [۱]. از جمله عناصر بسیار مهم و اثرگذار بر بهره وری تیم های ورزشی، بازیکنان و مربیان ورزشی می باشند. بنابراین شرایط جسمانی و به خصوص روانی آن ها از اهمیت ویژه ای در تیم های ورزشی برخوردار است. انجام موفقیت آمیز هر کار گروهی مستلزم خودباوری و باور به توانایی های گروه است. در ورزش و به خصوص در ورزش های گروهی مانند سایر گروه ها و سازمان ها شرط لازم برای تحقق هدف مشترک، داشتن اعتقاد به توانایی های خود و تیم است [۲].

هر انسانی در مورد توانایی های خود استنباط هایی دارد که بر اساس آن استنباط ها در مورد مشکلات و موانعی که در زندگی با آن مواجه می شود دست به اقدام می زند. همه افراد دارای نظام باورهایی هستند که دنیای آن ها را ساختار می دهد و به تجاربشان معنا می

بخشد. نظام باورها در انسان ها از یک سو سبب بهبود رفتار، کسب سلامتی، رضایت خاطر از زندگی و خشنودی می گردد و کیفیت زندگی انسان را ارتقا می دهد و از سوی دیگر به نظر می رسد بسیاری از مسائل و مشکلاتی که افراد در زندگی تجربه می کنند، منتج از همین باورهاست و رابطه نزدیکی با باورهای افراد درباره خودشان و توانایی هایشان دارد. خودکارآمدی^۱ از جمله نظام باورهایی هستند که نقش بنیادی در کیفیت زندگی آدمی و ایجاد تعادل بین ابعاد مختلف آن را به عهده دارد [۳].

در خلال سال ها نظریه های روانشناختی متعددی سعی کردند تا چگونگی رفتار آدمی را تبیین کنند. نظریه های شناختی اجتماعی نیز یکی از این نظریه هاست. خودکارآمدی که به عنوان هسته مرکزی این نظریه در نظر گرفته شده بر عملکرد انسانی و شیوه برخورد وی با مسائل تاثیر بسزایی دارد. خودکارآمدی به عنوان رگه شخصیتی تعریف و ارزیابی نشده است بلکه باورهای فرد درباره توانایی انجام مهارت ها و توانایی ها برای دستیابی به اهداف در شرایط و موقعیت خاص می باشد، به نوعی داوری فرد درباره صلاحیت خودش است. در سال ۱۹۸۶ بندورا این نظریه را در مورد عملکرد آدمیان مطرح کرد که در آن نقش باورهای خود را در شناخت، انگیزش، عاطفه و رفتار آدمی برجسته نمود. بندورا با دیدگاه هایی که به عوامل درونی موثر بر رفتار توجه می کنند و عوامل محیطی را نادیده می گیرند، مخالفت می کند و از دیدگاه هایی که انسان را پاسخ دهنده منفعل به رویدادهای محیطی می دانند نیز انتقاد می کند. از نظر بندورا شخص، محیط و رفتار شخص بر هم تاثیر و تاثیر مقابل دارند و هیچ کدام از آن سه جزء را نمی توان جدا از اجزای دیگر به عنوان تعیین کننده ی رفتار انسان به حساب آورد. بندورا این تعامل سه جانبه را جبر متقابل یا تعیین گری متقابل نامیده است. بندورا عقیده دارد که باورهای خودکارآمدی در افراد تحت تاثیر عوامل مختلف قرار دارد و تنها از طریق متقاعد ساختن فرد و تشویق وی رشد نمی کند [۴].

در پژوهش حاضر نفوذ اجتماعی یکی از متغیرهایی است که رابطه آن با خودکارآمدی ورزشکاران بررسی می شود؛ نفوذ اجتماعی یکی از گرایش های روان شناسی اجتماعی است. آلپورت^۲ روانشناسی اجتماعی را این گونه تعریف می کند: علم درک و تبیین چگونگی نفوذپذیری افکار، احساسات و رفتارهای افراد از حضور واقعی،

^۱ Self-efficacy

^۲ Alport