MEJDS. 2021; 11:93.

Published online 2021 Sep. **Original Article**

Comparing Perceived Physical Competence and Fear of Failure Between Sports Participators and Non-Participators

Faraeen M[1], *Vaez Mousavi MK[2], Kashi A[3]

Author Address
1. PhD Student in Physical Education-Motor Development, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran;
2. Professor of Sports Psychology, Imam Hossein University, Tehran, Iran;
3. Assistant Professor in Motor Learning and Control Department, Sports Science Research Institute, Tehran, Iran.
***Corresponding author's email:** Mohammadvaezmousavi@gmail.com

Received: 2020 June 20; **Accepted:** 2020 July 15

Abstract

Background & Objectives: Physically active children present better mental health. Moreover, compared to inactive children, they are less exposed to mental health problems, such as depression and anxiety. Sports participation is among the main approaches to maintain biopsychological health. Motivation is among the most effective characteristics respecting participating or non–participating in sports. Furthermore, competence perception essentially impacts motivation. Another factor influencing motivation to participate in sports is the fear of failure. The role of fear of failure and perceived physical competence in non–participating adolescents in sports remains undiscovered. Thus, this study aimed to compare perceived physical competence and fear of failure between adolescents who participate and do not participate in sports.

Methods: This was an applied and descriptive–comparative (concerning data collection) investigation. The statistical population consisted of first high school students in Urmia City, Iran, in the academic year of 2018–2019. The study sample consisted of 193 high school students in the age range of 13–15 years who were randomly selected using the multistage cluster sampling method. Initially, among the first high schools, 8 schools (4 girls' schools & 4 boys' schools) and 3 classes per school (N=420) were randomly selected. The researcher distributed the questionnaires to the explored students by attending the classes and provided explanations; then, they completed the questionnaires. After reviewing the questionnaires, 193 subjects were eligible to participate in the study (with or without sports participation). The researcher–made questionnaire, the Performance Failure Appraisal Inventory (Conroy et al., 2002), and the Physical Self–Description Questionnaire (Marsh et al., 1994) were used to collect the necessary data. The research data were analyzed by descriptive statistics (including mean, standard deviation, frequency, & percentage), and inferential statistics, by Independent Samples t–test, Chi–squared test, and Multivariate Analysis of Variance (MANOVA), in SPSS. The significance level of the tests was considered 0.05.

Results: The obtained results suggested that perceived physical competence (p<0.001) and fear of failure (p<0.001) were significantly different between the study groups. According to the Eta–squared (0.41) for fear of failure, this characteristic accounted for 41% of sports participation. Additionally, Eta–squared was obtained as 0.32 for perceived physical competence, reflecting that perceived physical competence accounted for 32% of sports participation.

Conclusion: Based on the current research results, compared to the examined adolescents who participated in sports, their non–participating counterparts presented less perceived physical competence and greater fear of failure. These findings supported the theory of competency perception.

Keywords: Adherence to sport, Competence motivation, Goal orientation, Student, Physical activity.

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-02]

Copyright © 2016, MEJDS. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License (http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) which permits copy and redistribute the material just in noncommercial usages, provided the original work is properly cited.

مجله مطالعات ناتوانی ۱۴۰۰؛ (۱۱):۹۳.

انتشار برخط شهریور ۱۴۰۰ مقاله پژوهشی اصیل

مقایسهٔ سطح شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی و ترس از شکست در دو گروه نوجوان دارای مشارکت ورزشی و کناره‌گیری‌کننده از ورزش

مریم فرآیین[۱]، *سیدمحمدکاظم واعظ موسوی[۲]، علی کاشی[۳]

توضیحات نویسندگان

۱. دانشجوی دکتری تربیت‌بدنی_رفتار حرکتی، دانشکدهٔ علوم انسانی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران؛

۲. استاد روان‌شناسی ورزشی، دانشگاه جامع امام‌حسین، تهران، ایران؛

۳. استادیار یادگیری و کنترل حرکتی، پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، تهران، ایران.

***رایانامهٔ نویسندهٔ مسئول:** Mohammadvaezmousavi@gmail.com

تاریخ دریافت: ۳۱ خرداد ۱۳۹۹؛ **تاریخ پذیرش:** ۲۵ تیر ۱۳۹۹

چکیده

زمینه و هدف: شناخت عوامل روان‌شناختی در بررسی علل کناره‌گیری نوجوانان از ورزش اهمیت دارد. هدف این پژوهش، مقایسهٔ سطح شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی و ترس از شکست در نوجوانان کناره‌گیری‌کننده از ورزش با نوجوانان دارای مشارکت ورزشی بود.

روش‌بررسی: پژوهش حاضر کاربردی و از نوع توصیفی_مقایسه‌ای بود. جامعهٔ آماری را دانش‌آموزان دورهٔ متوسطهٔ اول در سال تحصیلی ۹۸_۱۳۹۷ در شهرستان ارومیه تشکیل دادند. نمونهٔ بررسی‌شده ۱۹۳ دانش‌آموز از دورهٔ متوسطهٔ اول در دامنهٔ سنی ۱۳تا۱۵ سال بودند که به‌صورت تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامهٔ محقق‌ساخته، پرسشنامهٔ ارزیابی شکست در عملکرد (کانروی و همکاران، ۲۰۰۲) و پرسشنامهٔ خودتوصیفی بدنی (مارش و همکاران، ۱۹۹۴) استفاده شد. تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون‌های تی مستقل، خی‌دو و تحلیل واریانس چندمتغیره ازطریق نرم‌افزار SPSS نسخهٔ ۱۹ صورت گرفت. سطح معناداری آزمون‌ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد، متغیر شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی و متغیر ترس از شکست در دو گروه دانش‌آموزان بررسی‌شده تفاوت آماری معناداری داشت ($p<۰/۰۰۱$)؛ براساس نتایج، مجذور سهمی اتا برای متغیر ترس از شکست برابر با ۰/۴۱ بود که نشان داد ترس از شکست ۴۱درصد از مشارکت ورزشی را تبیین کرده است؛ همچنین مجذور سهمی اتا برای متغیر شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی برابر با ۰/۳۲ بود که نشان داد شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی ۳۲درصد مشارکت ورزشی را تبیین کرد.

نتیجه‌گیری: براساس نتایج پژوهش نتیجه‌گیری می‌شود، درمقایسه با نوجوانانی که مشارکت ورزشی دارند، نوجوانان کناره‌گیری‌کننده از فعالیت‌های ورزشی دارای شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی کمتر و ترس از شکست بیشتری هستند. این یافته‌ها از نظریهٔ ادراک شایستگی حمایت می‌کند.

کلیدواژه‌ها: پایبندی به ورزش، انگیزش شایستگی، هدف‌مداری، دانش‌آموز، فعالیت بدنی.

حق انتشار محفوظ است © ۱۳۹۵، مجله مطالعات ناتوانی. این یک مقاله با دسترسی آزاد است که تحت مجوز اختیار_غیرتجاری ۴/۰ بین‌المللی (https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.fa) منتشر شده است که به شما اجازه می‌دهد که مواد منتشر شده در این مقاله را با شرط ارجاع مناسب به نسخهٔ اصلی، به‌طور غیرتجاری نسخه‌برداری و توزیع کنید.

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-02]

۱ مقدمه

از دوره‌های بسیار مهم زندگی انسان کودکی و نوجوانی است. این دوره به‌عنوان زمانی بحرانی برای مشارکت در فعالیت‌های ورزشی، آنجاکه عادت‌ها امکان دارد در بزرگسالی نیز ادامه یابد، برجسته شده است (۱). نتایج تحقیقات نشان می‌دهد، نوجوانان فعال کمتر از مشکلاتی مانند افسردگی و اضطراب رنج می‌برند، عزت‌نفس و اعتمادبه‌نفس آن‌ها بیشتر است و از نظر سلامت روانی و جسمانی درمقایسه با افراد غیرفعال، وضعیت بهتری دارند (۲،۳). غیر از افسردگی و اضطراب، مشارکت در ورزش با بسیاری از پیامدهای مثبت رشد در ارتباط است و ممکن است در حفاظت از سلامت روان و افزایش آن کمک کند؛ از بین آن‌ها می‌توان به افزایش مهارت‌های حرکتی و شناختی، عزت‌نفس، کار گروهی، مهارت‌های اجتماعی، نظم و انضباط، مسئولیت‌پذیری و رضایت‌مندی اشاره کرد. مشارکت و درگیرشدن در فعالیت‌های بدنی در طول دوران کودکی و نوجوانی ممکن است به پایبندی مداوم برای سبک زندگی فعال در بزرگسالی کمک کند (۲،۳). شرکت در فعالیت‌های بدنی از سن ۱۰تا۱۳سالگی به اوج می‌رسد و پس از آن تا سن هجده‌سالگی به‌شکل مداوم کاهش می‌یابد. به‌عبارتی از هر ده کودک که فصلی را شروع می‌کنند، ۳تا۴ نفر در شروع فصل بعدی از ورزش کناره‌گیری می‌کنند (۴). روان‌شناسان ورزشی انگیزه‌های بنیادین و عمیقی را همچون انگیزهٔ درونی، هدف‌گرایی و شایستگی ادراک‌شده برای مشارکت‌نکردن و کناره‌گیری کودکان از ورزش عنوان می‌کنند؛ برای مثال نوجوانانی که ورزش را کنار می‌گذارند، اغلب بر اهداف مرتبط با نتیجه تمرکز دارند و دارای انگیزهٔ بیرونی بیشتری هستند (۴).

از عوامل بسیار مؤثر در مشارکت‌کردن یا مشارکت‌نکردن در ورزش، انگیزه است که تا حدود زیادی به ادراک شایستگی فرد ارتباط دارد. شایستگی، تسهیل‌کنندهٔ اعتمادبه‌نفس است و اعتمادبه‌نفس باعث ایجاد ادراک مثبت از خود می‌شود؛ بنابراین ادراک شایستگی بر گرایش، استمرار علاقه و انگیزهٔ مشارکت ورزشی تأثیر می‌گذارد؛ بنابراین ارزیابی ضعیف فرد از شایستگی جسمانی احتمالاً منجربه اضطراب می‌شود و انگیزه‌های مشارکت ورزشی را از بین می‌برد (۵). براساس نتیجهٔ مطالعهٔ اکورانس و همکاران، افرادی که دارای مهارت‌های حرکتی و شایستگی ادراک‌شدهٔ[1] کمتری برای پذیرش توسط همسالان در فعالیت‌های جسمانی هستند، اضطراب بیشتری دارند (۶). نتایج تحقیق پس و همکاران نشان داد، افراد دارای شایستگی حرکتی درک‌شدهٔ بیشتر، تمرینات زیادتری انجام می‌دهند؛ بنابراین مهارت بیشتری را در ورزش و فعالیت‌های بدنی کسب می‌کنند. این افراد اعتمادبه‌نفس‌شان افزایش می‌یابد و ورزش‌کردن برای آن‌ها لذت‌بخش خواهد بود؛ به این ترتیب مشارکت ورزشی آن‌ها در آینده پایدارتر است (۷). بارنت و همکاران شایستگی حرکتی را به‌عنوان پیش‌بینی‌کنندهٔ فعالیت بدنی و فعالیت‌های سازمان‌یافته با مهارت‌های کنترل شیء در دوران کودکی، تعیین کردند (۸). نتایج تحقیق مرادی و سپهوند مشخص کرد که افزایش پایبندی و تعهد به فعالیت بدنی با کاهش در اختلال اضطراب در نوجوانان همراه است؛ همچنین بین شایستگی حرکتی درک‌شده و اضطراب رابطهٔ منفی و معناداری وجود دارد و افزایش فعالیت بدنی با کاهش اختلال اضطراب فراگیر در نوجوانان همراه است (۹). باتوجه به اینکه ادراک شایستگی عامل مهمی در انگیزهٔ مشارکت ورزشی و اضطراب است، مشخص نیست که کم‌بودن سطح شایستگی ادراک‌شده در کناره‌گیری نوجوانان از مشارکت ورزشی چه نقشی دارد.

از دیگر عوامل اثرگذار بر انگیزهٔ مشارکت در ورزش، ترس از شکست[2] است (۱۰). ورزش از حوزه‌های بسیار محبوب موفقیت برای نوجوانان است. در این دوران اهمیت و تأثیر گروه همسالان بیشتر از والدین است و نیز ترس از قضاوت و ارزیابی منفی دوستان، همسالان و حتی مربیان از عملکرد، شایستگی و توانایی‌ها، باعث ایجاد اضطراب و استرس در نوجوان می‌شود. ازطرفی اضطراب یکی از عوامل روانی مهم در انگیزهٔ ورزشکاران است (۱۱). در تحقیق هازانا و ریفاندریا ترس از شکست به‌عنوان شایع‌ترین منبع اضطراب و استرس در میان ورزشکاران گزارش شد (۱۲)؛ همچنین اینکه ورزشکاران بتوانند اضطراب خود را کاهش دهند و عملکردشان را بهینه کنند، از اهمیت زیادی برخوردار است؛ چراکه اضطراب به عملکرد و اجرای فرد آسیب می‌زند (۱۲،۱۳). براساس نظریهٔ کارآمدی پردازش[3]، اضطراب و نگرانی مربوط به ارزشیابی و عملکرد باعث می‌شود تا ظرفیت کمتری از حافظهٔ فعال به تکلیف اختصاص یابد؛ درنتیجه عملکرد فرد آسیب می‌بیند (۱۴). افرادی که از ارزیابی منفی دیگران نگران هستند، اعتقاد دارند وقتی در شرایطی قرار می‌گیرند که ممکن است اشتباه کنند یا شکست بخورند، ارزیابی‌های منفی آن‌ها آغاز می‌شود و عملکرد ضعیفی را نشان می‌دهند. همچنین این افراد به‌دلیل اینکه خودشان را درقبال ارزیابی منفی از جانب دیگران آسیب‌پذیر می‌بینند، از موقعیت‌های اجتماعی می‌ترسند و از آن اجتناب می‌کنند. این نگرانی‌ها باعث بی‌انگیزگی خواهد شد (۱۵). نتایج تحقیق کوریا و همکاران نشان داد، یکی از علت‌های عمدهٔ بروز

[1]. Perceived Physical Competence

[2]. Fear of failure

[3]. Processing Efficiency Theory

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-02]

اضطراب در کودکان و نوجوانان، ترس از شکست است. نیاز نوجوانان برای جلب تأیید و برآوردن انتظارات دیگران و نیز ارتباط عزت‌نفس آنان با نتایج عملکردشان، ممکن است اضطراب زیادی را در پی داشته باشد (۱۵). نتایج تحقیق امیریان و همکاران مشخص کرد، بین انگیزش پیشرفت و ترس از شکست ورزشکاران ارتباط معنادار و منفی وجود دارد؛ بنابراین با افزایش میزان ترس از شکست می‌توان انتظار داشت که میزان انگیزش پیشرفت کاهش یابد (۱۶).

ترس از شکست و شایستگی ادراک‌شده ارتباط مستقیمی با انگیزهٔ مشارکت ورزشی، میزان اضطراب و عملکرد ورزشی فرد دارند؛ اما نقش این دو عامل روان‌شناختی در کناره‌گیری و ترک ورزش نوجوانان مشخص نیست. ازطرفی پژوهشی یافت نشد که به بررسی نقش این دو عامل در ترک از ورزش پرداخته باشد. باتوجه به اهمیت دوران کودکی و نوجوانی، بی‌تحرکی و کاهش روزافزون سطح فعالیت بدنی و نقش مهم ورزش در سلامت روانی و جسمانی، درجهت افزایش سطح فعالیت بدنی دانش‌آموزان، شناسایی علل ترک ورزش مفید خواهد بود؛ همچنین می‌تواند در شناخت عوامل مؤثر در مشارکت و پایبندی به ورزش در این گروه از جامعه کمک‌کننده باشد. ازطرفی شناخت علل روانی مؤثر در کناره‌گیری ورزشی می‌تواند راهنمای مربیان و معلمان در برنامه‌ریزی بهتر و دقیق‌تر برای افزایش میزان مشارکت دانش‌آموزان در فعالیت‌های بدنی باشد؛ بنابراین این مطالعه با هدف مقایسهٔ دو عامل ترس از شکست و شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی در نوجوانان کناره‌گیری‌کننده از ورزش و نوجوانان دارای مشارکت ورزشی انجام شد.

۲ روش‌بررسی

پژوهش حاضر کاربردی و از نظر جمع‌آوری اطلاعات توصیفی_مقایسه‌ای بود. جامعهٔ آماری را دانش‌آموزان دورهٔ متوسطهٔ اول در سال تحصیلی ۹۸_۱۳۹۷ در شهرستان ارومیه تشکیل دادند. نمونهٔ بررسی‌شده ۱۹۳ دانش‌آموز از دورهٔ متوسطهٔ اول در دامنهٔ سنی ۱۳تا۱۵ سال بودند که به‌صورت تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. ابتدا از بین مدارس دورهٔ متوسطهٔ اول، هشت مدرسه (چهار مدرسهٔ دخترانه و چهار مدرسهٔ پسرانه) و از هر مدرسه سه کلاس و درمجموع تعداد ۴۲۰ نفر به‌صورت تصادفی در نظر گرفته شدند. محقق با حضور در کلاس‌ها و ارائهٔ توضیحات، پرسشنامه‌ها را بین دانش‌آموزان توزیع کرد و آن‌ها پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند. بعد از بررسی پرسشنامه‌ها، ۱۹۳ نفر واجد شرایط مشارکت در تحقیق (دارای مشارکت ورزشی یا کناره‌گیری‌کننده) بودند. برای رعایت ملاحظات اخلاقی، در پرسشنامه‌ها نام شرکت‌کنندگان و نوشته نشد. فرایند توزیع و تکمیل پرسشنامه‌های پژوهش بعد از دریافت رضایت‌نامه از والدین انجام گرفت و به دانش‌آموزان اطمینان داده شد که مطالب نوشته‌شده در پرسشنامه کاملاً محرمانه است و هیچ تأثیری در نمرهٔ آن‌ها نخواهد داشت.

در این پژوهش ابزارهای زیر به‌کار رفت.

ـ پرسشنامهٔ محقق‌ساخته: به‌منظور جمع‌آوری اطلاعات مشارکت ورزشی و اطلاعات دموگرافیک دانش‌آموزان (سن، جنس و مشارکت در فعالیت‌های ورزشی یا کناره‌گیری) از پرسشنامهٔ محقق‌ساخته استفاده شد. در این پرسشنامه با طرح دو سؤال چندقسمتی، دانش‌آموزان دارای مشارکت ورزشی و همچنین دانش‌آموزان کناره‌گیری‌کننده از ورزش مشخص شدند. در این تحقیق مشارکت‌کنندهٔ ورزشی به فردی گفته می‌شود که در سه ماه گذشته، حداقل یک بار در هفته، در فعالیت‌های ورزشی خارج از مدرسه مشارکت کرده است و کناره‌گیری‌کنندها از ورزش به شخصی گفته می‌شود که بعد از حداقل سه ماه فعالیت ورزشی خارج از مدرسه، ورزش را رها کرده باشد (۱،۲). روایی صوری و روایی محتوای این پرسشنامه توسط سه تن از اساتید تأیید شد و پایایی آن به‌روش آلفای کرونباخ، مقدار ۰/۸۲ به‌دست آمد.

ـ پرسشنامهٔ ارزیابی شکست در عملکرد[1]: پرسشنامهٔ ارزیابی شکست در عملکرد در سال ۲۰۰۲ توسط کانروی وهمکاران ساخته شد (۱۷). فرم کوتاه این پرسشنامه شامل پنج سؤال است. این پرسشنامه علت ترس ورزشکاران از شکست را بررسی می‌کند. در این پرسشنامه از مقیاس پنج‌ارزشی لیکرت، از ۱ = کاملاً مخالف تا ۵= کاملاً موافق، برای پاسخ‌گویی استفاده می‌شود. نمرهٔ ۵ نشان‌دهندهٔ میزان بیشتر ترس از شکست و نمرهٔ ۱ نشان‌دهندهٔ میزان کمتر ترس از شکست است (۱۷). این پرسشنامه در جوامع ورزشی آمریکا به‌طور گسترده استفاده شد و همسانی درونی و روایی سازهٔ آن به تأیید رسید (۱۸،۱۷). در ایران نیز عبدلی و همکاران، مقدار ضریب آلفای کرونباخ برای بررسی پایایی سؤالات هر خرده‌مقیاس پرسشنامه را بیش از ۰/۵۰ به‌دست آوردند که نشان‌دهندهٔ همسانی درونی قابل‌قبول سؤالات هر خرده‌مقیاس بود. در پژوهش آن‌ها روایی پرسشنامه نیز تأیید شد (۱۹).

ـ پرسشنامهٔ خودتوصیفی بدنی[2]: به‌منظور ارزیابی شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی از خرده‌مقیاس توانایی جسمانی پرسشنامهٔ خودتوصیفی بدنی استفاده شد. این پرسشنامه را مارش و همکاران در سال ۱۹۹۴ برای اندازه‌گیری شایستگی ادراک‌شدهٔ نوجوانان تهیه کردند (۲۰). خرده‌مقیاس توانایی جسمانی دارای هشت سؤال است و از مقیاس پنج‌ارزشی لیکرت، از

[1]. Performance Failure Appraisal Inventory

[2]. Physical Self-Description Questionnaire

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-02]

۱=کاملاً مخالف تا ۵=کاملاً موافق، برای پاسخ‌گویی استفاده می‌شود. نمرهٔ ۵ نشان‌دهندهٔ میزان بیشتر شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی و نمرهٔ ۱ نشان‌دهندهٔ میزان کمتر شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی است (۲۰). مارش و همکاران پژوهشی بر دو گروه ۳۱۵ و ۳۹۵ نفری در استرالیا انجام دادند و نشان دادند این پرسشنامه ماهیت چندبعدی دارد. آن‌ها ضرایب پایایی پرسشنامه را بین ۰/۷۸ تا ۰/۸۹ گزارش کردند (۲۰). در ایران نیز عبدالملکی و همکاران پایایی پرسشنامه را ۰/۸۷ گزارش کردند (۲۱).

داده‌های پژوهش در سطح آمار توصیفی (شامل میانگین، انحراف معیار، فراوانی و درصد فراوانی) و در سطح آمار استنباطی ازطریق آزمون‌های تی مستقل، خی‌دو و تحلیل واریانس چندمتغیره با نرم‌افزار آماری SPSSنسخهٔ ۱۹ تحلیل شد. سطح معناداری آزمون‌ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

۳ یافته‌ها

در این پژوهش نمونهٔ بررسی‌شده شامل ۱۹۳ نفر بود. از بین ۱۰۶ نفر گروه مشارکت ورزشی، تعداد ۴۶ نفر از آن‌ها (۴۳/۴درصد) دختر و ۶۰ نفر دیگر (۵۶/۶درصد) پسر بودند؛ همچنین از بین ۸۷ نفر گروه کناره‌گیری‌کننده، ۳۷ نفر از آن‌ها (۴۲/۵درصد) دختر و ۵۰ نفر دیگر (۵۷/۵درصد) پسر بودند. نتایج آزمون خی‌دو نشان داد، تفاوت معناداری در توزیع جنسیت بین دو گروه وجود نداشت (p=۰/۹۰۴). میانگین و انحراف معیار متغیر سن شرکت‌کنندگان در جدول ۱ آورده شده است.

جدول ۱. اطلاعات توصیفی متغیر سن شرکت‌کنندگان و مقایسهٔ آن در دو گروه

متغیر	گروه	تعداد	درصد	میانگین	انحراف معیار	t	مقدار احتمال
سن	مشارکت‌کننده	۱۰۶	۵۴/۹	۱۲/۹۲۴	۰/۸۲۴	۰/۶۳۹	۰/۵۲۴
	کناره‌گیری‌کننده	۸۷	۴۵/۱	۱۳/۰۰	۰/۸۰۶		

باتوجه به جدول ۱ تفاوت معناداری بین دو گروه مشارکت و کناره‌گیری، از نظر توزیع سن وجود نداشت (p=۰/۵۲۴).

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار متغیر شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی و ترس از شکست در دو گروه

متغیر	گروه	تعداد	میانگین	انحراف معیار
شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی	مشارکت‌کننده	۱۰۶	۲۸/۰۹	۷/۲۱
	کناره‌گیری‌کننده	۸۷	۱۸/۲۹	۶/۸۴
ترس از شکست	مشارکت‌کننده	۱۰۶	۱۱/۳۸	۴/۱۳
	کناره‌گیری‌کننده	۸۷	۱۸/۸۲	۴/۷۹

به‌منظور مقایسهٔ مؤلفه‌های شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی و ترس از شکست در بین دانش‌آموزان مشارکت‌کنندهٔ ورزشی با دانش‌آموزان کناره‌گیری‌کننده از فعالیت‌های ورزشی، آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره به‌کار رفت. پیش از انجام این آزمون مفروضه‌های آن بررسی شد. آزمون کولموگروف‌اسمیرنف مشخص کرد که توزیع نمرات متغیرهای شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی و ترس از شکست طبیعی است (p>۰/۰۵). براساس نتایج آزمون لون، فرض همگنی واریانس‌ها و همچنین براساس نتایج آزمون باکس فرض همگنی ماتریس‌های واریانس‌ـ کوواریانس رد نشد (p>۰/۰۵).

نتایج نشان داد، اثر گروه بر شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی و ترس از شکست (p<۰/۰۰۱، ۰/۴۵=لامبدای ویلکز) معنادار است. این امر بیانگر آن است که بین دو گروه دانش‌آموزان، در متغیرهای شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی و ترس از شکست تفاوت معناداری وجود دارد. نتایج بررسی در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳. نتایج آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره برای مقایسهٔ متغیرها در دو گروه

متغیر	مجموع مجذورات	درجهٔ آزادی	میانگین مجذورات	F	مقدار احتمال	اتا
ترس از شکست	۲۶۴۵/۴۹	۱	۲۶۴۵/۴۹	۱۳۴/۰۵	<۰/۰۰۱	۰/۴۱
شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی	۴۵۸۴/۷۹	۱	۴۵۸۴/۷۹	۹۲/۳۰	<۰/۰۰۱	۰/۳۲

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-02]

باتوجه به یافته‌های مندرج در جدول ۳، بین دو گروه در متغیرهای ترس از شکست ($p<۰/۰۰۱$) و شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی ($p<۰/۰۰۱$) تفاوت وجود داشت و این تفاوت از نظر آماری معنادار بود. با توجه به جدول ۲، میانگین ترس از شکست در دانش‌آموزان مشارکت‌کنندهٔ ورزشی، کمتر از دانش‌آموزانی بود که از فعالیت‌های ورزشی کناره‌گیری کردند. مجذور سهمی اتا برای متغیر ترس از شکست برابر با ۰/۴۱ بود که نشان داد ترس از شکست ۴۱درصد از مشارکت ورزشی را تبیین کرده است. همچنین میانگین شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی در دانش‌آموزان مشارکت‌کنندهٔ ورزشی، بیشتر از دانش‌آموزانی بود که از فعالیت‌های ورزشی کناره‌گیری کردند. مجذور سهمی اتا برای متغیر شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی برابر با ۰/۳۲ بود که نشان داد شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی ۳۲درصد مشارکت ورزشی را تبیین کرده است.

۴ بحث

پژوهش حاضر با هدف مقایسهٔ شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی و ترس از شکست در نوجوانان کناره‌گیری‌کننده از ورزش با نوجوانان دارای مشارکت ورزشی انجام شد. یافته‌های این پژوهش نشان داد، در متغیر شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی بین دو گروه دانش‌آموز کناره‌گیری‌کننده از ورزش و دارای مشارکت در ورزش تفاوت معناداری وجود داشت. متغیر شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی در دانش‌آموزانی که از فعالیت‌های ورزشی کناره‌گیری کردند، کمتر از دانش‌آموزان دارای مشارکت ورزشی بود.

یافته‌های پژوهش از نظریهٔ ادراک شایستگی حمایت می‌کند. براساس این نظریه، افراد برای احساس مفیدبودن یا شایستگی، انگیزه دارند و درک ورزشکار از احساس کنترل بر یادگیری و اجرا همراه با عزت‌نفس و ارزیابی شایستگی بر انگیزش اثر می‌گذارد. بر این اساس در دانش‌آموزی که احساس شایستگی نمی‌کند، پاسخ‌های عاطفی منفی همچون اضطراب و شرمساری به‌وجود می‌آید که منجربه ازبین‌رفتن انگیزه خواهد شد (۴). یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج تحقیقات پس و همکاران (۷) و بارنت و همکاران (۸) همخوانی دارد. نتایج تحقیق پس و همکاران مشخص کرد، افرادی که شایستگی ادراک‌شدهٔ بیشتری دارند، تمرینات زیادتری انجام می‌دهند؛ درنتیجه مهارت بیشتری را در ورزش کسب می‌کنند. این افراد اعتمادبه‌نفس‌شان افزایش می‌یابد و ورزش‌کردن برای آن‌ها لذت‌بخش خواهد بود؛ همچنین مشارکت ورزشی آن‌ها در آینده پایدارتر است (۷). نتایج پژوهش بارنت و همکاران نیز نشان داد شایستگی حرکتی پیش‌بینی‌کنندهٔ فعالیت بدنی است (۸). چنین به‌نظر می‌رسد که سطح کم شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی می‌تواند علتی برای کناره‌گیری نوجوانان از فعالیت‌های ورزشی باشد؛ چراکه سطح کم ادراک شایستگی احتمالاً منجربه اضطراب می‌شود و انگیزه‌های مشارکت ورزشی را از بین می‌برد (۵).

همچنین یافته‌های این پژوهش نشان داد، متغیر ترس از شکست در دانش‌آموزانی که از فعالیت‌های ورزشی کناره‌گیری کردند، بیشتر از دانش‌آموزان دارای مشارکت ورزشی بود. نتایج تحقیق هازانا و ریفاندریا مشخص کرد که ترس از شکست منبع شایع‌تر نگرانی و اضطراب میان ورزشکاران است (۱۲). در دورهٔ نوجوانی، قضاوت گروه همسال، تأثیر زیادی بر رفتار نوجوان دارد. ارزیابی منفی دوستان، همسالان و حتی مربیان از عملکرد، شایستگی و توانایی نوجوان باعث نگرانی و استرس وی می‌شود. افرادی که ترس از شکست بیشتری دارند، وقتی در شرایطی قرار می‌گیرند که ممکن است اشتباه کنند یا شکست بخورند، دچار نگرانی و اضطراب می‌شوند و عملکرد ضعیفی نشان می‌دهند. این افراد خودشان را درقبال ارزیابی منفی از جانب دیگران آسیب‌پذیر می‌بینند و به همین دلیل از موقعیت‌های اجتماعی می‌ترسند و از آن اجتناب می‌کنند؛ درنتیجه به‌نظر می‌رسد که ترس از شکست ممکن است علت کناره‌گیری نوجوانان از ورزش باشد. همچنین، این احتمال که بیشتربودن سطح ترس از شکست، با نتیجه‌مداری در ورزش نوجوانان مرتبط باشد، موضوع درخورتوجهی برای پژوهش‌های آینده است. افراد نتیجه‌گرا شایستگی ادراک‌شدهٔ کمتری دارند. آن‌ها در موقعیت‌هایی که ارزیابی می‌شوند، عملکرد چندان خوبی از خود نشان نمی‌دهند (۴).

به‌طور کلی در تبیین یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان گفت که شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی کمتر و سطح بیشتر ترس از شکست در نوجوانان باعث افزایش اضطراب و نگرانی مربوط به ارزشیابی و عملکرد می‌شود و براساس نظریهٔ کارآمدی پردازش، با افزایش اضطراب ظرفیت کمتری از حافظهٔ فعال به تکلیف اختصاص می‌یابد؛ درنتیجه عملکرد فرد آسیب می‌بیند. این افراد به‌دلیل ضعف در عملکرد و اجرای مهارت‌های ورزشی، از جانب گروه همسالان پذیرش نمی‌شوند و از فعالیت‌های ورزشی کناره‌گیری می‌کنند.

ازجمله محدودیت‌های تحقیق حاضر می‌توان به همکاری‌نکردن و صداقت‌نداشتن برخی از دانش‌آموزان در تکمیل پرسشنامه، همچنین وقت‌گیربودن تکمیل پرسشنامه و احتیاط در تعمیم‌دادن نتایج این تحقیق به سایر گروه‌های سنی اشاره کرد. در این پژوهش، سطوح اجتماعی و فرهنگی خانواده‌ها مدنظر نبود. این احتمال وجود دارد که میزان مشارکت ورزشی دانش‌آموزان تحت‌تأثیر وضعیت اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی خانواده قرار داشته باشد؛ بااین‌حال، این پدیده مدنظر محقق نبود و پیشنهاد

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-02]

می‌شود در تحقیقات آتی بررسی شود. همچنین توصیه می‌شود این پژوهش به‌تفکیک جنسیت انجام گیرد تا سهم هر کدام از فاکتورها در کناره‌گیری دختران و پسران مشخص شود. ازطرفی باتوجه به تأثیر عامل رشد، نتایج تکرار پژوهش در گروه‌های سنی دیگر می‌تواند مفید و جالب توجه باشد. درنهایت پیشنهاد می‌شود مربیان و معلمان ورزش با ایجاد فضای تکلیف‌محور و استفاده از راهکارهای بهبود ادراک شایستگی و نیز با به‌کارگیری رفتارهای حمایتی تأکید بر بازی‌های مشارکتی و پرهیز از رقابت‌جویی، باعث کاهش ترس و اضطراب ورزشکاران شوند و شرایط مطلوبی را برای افزایش میزان مشارکت و جلوگیری از کناره‌گیری ورزشی نوجوانان ایجاد کنند.

۵ نتیجه‌گیری

براساس نتایج پژوهش حاضر نتیجه گرفته می‌شود، درمقایسه با نوجوانانی که مشارکت ورزشی دارند، نوجوانان کناره‌گیری‌کننده از فعالیت‌های ورزشی دارای شایستگی ادراک‌شدهٔ بدنی کمتر و ترس از شکست بیشتری هستند.

۶ تشکروقدردانی

از همهٔ شرکت‌کنندگان و والدین محترم آن‌ها و نیز از عوامل محترم مدارس که در انجام این پژوهش به ما یاری رساندند، تقدیر و تشکر می‌شود.

۷ بیانیه‌ها

تأییدیهٔ اخلاقی و رضایت‌نامه از شرکت‌کنندگان

این پژوهش حاصل رسالهٔ دکتری نویسندهٔ اول مقاله در دانشگاه علوم و تحقیقات تهران است. در این پژوهش برای رعایت ملاحظات اخلاقی، در پرسشنامه‌های پژوهش نام شرکت‌کنندگان و نوشته نشد. فرایند توزیع و تکمیل پرسشنامه‌ها بعد از دریافت رضایت‌نامه از والدین انجام گرفت و به دانش‌آموزان اطمینان داده شد که مطالب نوشته‌شده در پرسشنامه کاملاً محرمانه است و هیچ تأثیری در نمرهٔ آن‌ها نخواهد داشت.

رضایت برای انتشار

این امر غیر قابل اجرا است.

تزاحم منافع

نویسندگان اعلام می‌کنند هیچ‌گونه تضاد منافعی ندارند.

منابع مالی

این مقاله بدون هرگونه حمایت مالی سازمانی انجام شده است.

References

1. Allen MS, Vella SA, Laborde S. Sport participation, screen time, and personality trait development during childhood. Br J Dev Psychol. 2015;33(3):375–90. doi:10.1111/bjdp.12102
2. Vella SA, Cliff DP, Magee CA, Okely AD. Associations between sports participation and psychological difficulties during childhood: a two-year follow up. Journal of Science and Medicine in Sport. 2015;18(3):304–9. doi:10.1016/j.jsams.2014.05.006
3. Britton U, Issartel J, Symonds J, Belton S. What keeps them physically active? predicting physical activity, motor competence, health-related fitness, and perceived competence in Irish adolescents after the transition from primary to second-level school. Int J Environ Res Public Health.. 2020;17(8):2874. doi:10.3390/ijerph17082874
4. Weinberg RS, Gould D. Foundations of sport and exercise psychology. 6th edition. United Kingdom: Human Kinetics; 2014, pp: 51–75.
5. Carraro A, Scarpa S, Ventura L. Relationships between physical self-concept and physical fitness in Italian adolescents. Percept Mot Skills. 2010;110(2):522–30. doi:10.2466/pms.110.2.522-530
6. Ekornas B, Lundervold AJ, Tjus T, Heimann M. Anxiety disorders in 8-11-year-old children: motor skill performance and self-perception of competence: childhood anxiety disorders. Scandinavian Journal of Psychology. 2010;51(3):271–7. doi:10.1111/j.1467-9450.2009.00763.x
7. Pesce C, Masci I, Marchetti R, Vannozzi G, Schmidt M. When children's perceived and actual motor competence mismatch: sport participation and gender differences. Journal of Motor Learning and Development. 2018;6(s2):440–60. doi:10.1123/jmld.2016-0081
8. Barnett LM, Lai SK, Veldman SLC, Hardy LL, Cliff DP, Morgan PJ, et al. Correlates of gross motor competence in children and adolescents: a systematic review and meta-analysis. Sports Medicine. 2016;46(11):1663–88. doi:10.1007/s40279-016-0495-z
9. Moradi J, Sepahvand T. The relationship between commitment to physical activity, perceived motor competence, and generalized anxiety disorder in adolescents. Daneshvar. 2020;28(1):12–23. [Persian] http://daneshvarmed.shahed.ac.ir/article_1897.html?lang=en

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-02]

10. Zehtab Najafi A, Vaez Moosavi SMK, Taheri HR. Effectiveness of psychological interventions on reducing competitive trait anxiety and fear of negative evaluation in athletes. Sports Sciences Research Institute of Iran. 2017;5(18):49–62. [Persian] https://spsyj.ssrc.ac.ir/article_827.html?lang=en
11. Sagar SS, Busch BK, Jowett S. Success and failure, fear of failure, and coping responses of adolescent academy football players. Journal of Applied Sport Psychology. 2010;22(2):213–30. doi:10.1080/10413201003664962
12. Hasanah U, Refanthira N. Human problems: competitive anxiety in sport performer and various treatments to reduce it. In: Proceedings of The 5th ASEAN Conference on Psychology, Counselling, and Humanities (ACPCH 2019) [Internet]. Penang, Malaysia: Atlantis Press; 2020. doi:10.2991/assehr.k.200120.031
13. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5). 5th edition. Washington, DC: American Psychiatric Association; 2013.
14. Cheraghi F, Moradi AR, Farahani MN. The effect of trait anxiety and stressful conditions on the processing efficiency and working memory performance. International Journal of Behavioral Sciences. 2008;2(1):25–32. [Persian] http://www.behavsci.ir/article_67577.html
15. Coreia ME, Rosado A, Serpa S, Ferreira V. Fear of failure in athletes: gender, age and type of sport differences. Revista Iberoamericana De Psicología Del Ejercicio Y El Deporte. 2017;12(2):185–93.
16. Amiryan M, Hejazi Dinan P, Rahimian Mashhadi M. The effects of gender and sport type on achievement motivation and fear of failure of elite athlete in team-sport and individual-sport. Sport Sciences Research Institute of Iran. 2018;7(25):131–48. [Persian] https://spsyj.ssrc.ac.ir/article_1485.html?lang=en
17. Conroy DE, Jason PW, Jonathan NM. Multidimenstional fear of failure measurement: the Performance Failure Appraisal Inventory. J Appl Sport Psychol. 2002;14:76-90. https://doi.org/10.1080/10413200252907752
18. Conroy DE, Elliot AJ. Fear of failure and achievement goals in sport: addressing the issue of the chicken and the egg. Anxiety, Stress & Coping. 2004;17(3):271–85. doi:10.1080/1061580042000191642
19. Abdoli B, Ahmadi N, Azimzadeh E, Afshari J. To determine the validity and reliability of Performance Failure Appraisal Inventory. Journal of Development and Motor Learning. 2013;5,2(12):37–48. [Persian] https://jmlm.ut.ac.ir/article_32146.html?lang=en
20. Marsh HW, Richards GE, Johnson S, Roche L, Tremayne P. Physical Self-Description Questionnaire: psychometric properties and a multitrait-multimethod analysis of relations to existing instruments. Journal of Sport & Exercise Psychology. 1994;16(3):270–305. https://doi.org/10.1123/jsep.16.3.270
21. Abdolmaleki Z, Saleh Sedghpour B, Bahram A, Abdolmaleki F. Validity and reliability of the Physical Self-Description Questionnaire among adolescent girls. Journal of Applied Psychology. 2011;4(16):42-55. https://apsy.sbu.ac.ir/article_95306.html

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-02]