

שם המחקר: מניעים לפעילות גופנית בקרב ספורטאים עם מוגבלות שכלית-התפתחותית המשתתפים

בפעילות בארגון ספיישל אולימפיקס בהשוואה לספורטאים ללא מוגבלות

רשות המחקר: המכללה האקדמית בוינגייט

שנה: 2013

מס' קטלוגי: 91

שמות החוקרים: ד"ר ישעיהו הוצלר וגב' מלי עוז MPE

ד"ר שרון ברק

תקציר המחקר

המוטיבציה לעסוק בפעילות גופנית ובספורט חיונית לשם אתחול ושימור של פעילות כזו. הפעילות הגופנית נחוצה לאנשים עם מוגבלות שכלית-התפתחותית (מש"ה) כדי לשמור על איכות חיים בריאותית. מודלים תאורטיים מצביעים על מגוון כיוונים של מוטיבציה החל ממוטיבציה פנימית ועד לוויסות חיצוני, ועל מאפייני מוטיבציה כמו חיזוק האגו והתמקדות במשימה לביצוע. בספרות המקצועית מדווח גם על חסמי מוטיבציה אחדים לפעילות גופנית של אנשים עם מש"ה.

מטרת מחקר זה הייתה לבחון את כיווני המוטיבציה ואת מאפייניה אצל מתבגרים ואצל בוגרים עם מש"ה, ולהשוות אותם לכיווני מוטיבציה ולמאפייניה אצל אוכלוסייה ללא מוגבלות בגילים דומים. המחקר בוצע באמצעות שילוב של שיטות מחקר, בהן שיטות כמותיות – שאלונים – וניתוח איכותני של שאלה פתוחה. השאלונים והשאלה הפתוחה נמסרו ל-63 מתבגרים ובוגרים עם מש"ה, המשתתפים בפעילות גופנית במסגרת ארגון ספיישל אולימפיקס בענפי פעילות של שחייה ושל כדורסל, ול-59 משתתפים ללא מוגבלות עם מאפייני גיל, מגדר וענף פעילות דומים לאלו של המשתתפים עם המוגבלות. 30 משתתפים עם מש"ה ו-30 משתתפים ללא מוגבלות מילאו את השאלונים פעמיים בטווח זמן של שלושה שבועות על מנת לבחון את המהימנות החוזרת. במחקר נעשה שימוש בשני שאלונים. הראשון היה שאלון אוריינטציית מטרה הכולל שני תת-סולמות – אוריינטציית אגו ואוריינטציית משימה. השאלון השני היה שאלון של כיוון המוטיבציה הכולל ארבעה תת-סולמות – מוטיבציה פנימית, ויסות מזהה, ויסות חיצוני וחוסר מוטיבציה. התוצאות נבחנו בכל אחת מן הקבוצות בכתמים של משתני גיל, מגדר וענף פעילות. כמו כן בוצעו ניתוחים משווים בין הקבוצות, ונבחנו הקשרים בין המשתנים התלויים בכל אחת מהן. התשובות לשאלה הפתוחה נותחו באופן איכותני אינדוקטיבי.

סולמות המדידה של השאלונים הציגו מהימנות חוזרת בינונית עד טובה מאוד, למעט בסולם חוסר מוטיבציה. נבדקים בקבוצת המשתתפים עם מש"ה הפגינו ערכים גבוהים יותר בסולמות של אוריינטציית משימה ושל ויסות מזהה בהשוואה לנבדקים ללא מוגבלות. כמו כן

נמצאו הבדלים בממצאים בין הקבוצות בחתכי הגיל השונים. בקבוצת הספורטאים עם מש"ה הפגינו משתתפים צעירים מגיל 20 ויסות חיצוני נמוך יותר מאלו שמעל גיל 20, זאת בניגוד לספורטאים ללא מוגבלות. המתאמים בין המשתנים השונים היו דומים בשתי הקבוצות. לא נמצא הבדל בין הקבוצות בחתך המגדר. נמצא מתאם חיובי בינוני בין אוריינטציית האגו לבין ויסות חיצוני אצל משתתפים עם מש"ה ($r=0.44$), לעומת חוסר מתאם בקרב ספורטאים ללא מוגבלות ($r=-0.16$).

ניתוח התוכן הצביע על ארבע קטגוריות ראשיות ועל עשר קטגוריות משניות של תכנים. תכנים אלה נגעו למצבים רגשיים וגופניים, לצורך בהישג ולצרכים חברתיים. אפשר להצביע על כך שללא קשר לנוכחות או להעדר של מוגבלות, כל הספורטאים הציגו יותר קווי דמיון מאשר הבדלים בסוגיות של מוטיבציה. כל הספורטאים הדגישו את החשיבות של פיתוח המוטיבציה הפנימית והאוטונומיה האישית באמצעות פעילות גופנית ואת החשיבות של שייכות חברתית ושל הדגמת עמיתים לפיתוח המוטיבציה.

על המאמנים להיות ערניים למגמות אלה ולטפח בדרכים מגוונות אסטרטגיות אימון שיגדילו את ההסתברות לפיתוחה של מוטיבציה פנימית אצל ספורטאים עם מש"ה.