
اثر درک رفتارهای حمایتی - استقلال‌ی مربیان بر ارضای نیازهای روانی و انگیزش خودمختاری بازیکنان زن نخبه هندبال ایران

صدیقه حسین پور دلاور^۱، شیرین زردشتیان^۲، آزاده آزادی^۳، بهشت احمدی^۴

ص: ۴۱-۱۱

تاریخ دریافت: ۹۲/۸/۱۷

تاریخ تصویب: ۹۳/۲/۱۰

چکیده

هدف از پژوهش حاضر، تعیین اثر رفتارهای حمایتی - استقلال‌ی مربیان بر ارضای نیازهای روانی و انگیزش خودمختاری بازیکنان زن هندبال نخبه در لیگ برتر کشور است. این پژوهش از نوع توصیفی-زمینه یابی بوده که به صورت میدانی اجرا شد. جامعه آماری این پژوهش را بازیکنان لیگ برتر ایران تشکیل می‌دهد که شامل ۲۳۷ بازیکن بودند و از آنجایی که به صورت سرشماری انجام شده؛ لذا کل جامعه آماری را به عنوان نمونه پژوهش در نظر گرفتند. رفتارهای حمایتی - استقلال‌ی مربیان با استفاده از پرسشنامه ادراک رفتارهای حمایتی - استقلال‌ی مربیان در زمینه ورزش ((PASSES، ارضای نیازهای روانی بازیکنان از طریق پرسشنامه هولم بک و آموروس (۲۰۰۵) و انگیزش خودمختاری به کمک پرسشنامه مقیاس انگیزش ورزشی (SMS) مورد اندازه گیری قرار گرفت. علاوه بر این، پرسشنامه اطلاعات فردی (Demography) نیز توزیع شد. اعتبار و پایایی پرسشنامه‌های فوق مورد اندازه گیری و مورد تأیید قرار گرفت. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش آمار توصیفی و در راستای تعیین رابطه و پیش بینی میزان ارضای نیازهای روانی و انگیزش خودمختاری بازیکنان از طریق رفتار حمایتی - استقلال‌ی مربیان از رگرسیون تک متغیره و چندمتغیره و در راستای تحلیل‌های تکمیلی و ارائه مدل از حیطه معادلات ساختاری (SEM) برای مدل سازی روابط علی با تأکید بر نرم افزار لیزرل ۹/۲ استفاده شد. یافته‌ها

۱ - عضو هیات عملی دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه. delavar2009@yahoo.com

۲ - استادیار دانشگاه رازی کرمانشاه. zardoshtian_shirin@yahoo.com.au

۳ - کارشناس ارشد تربیت بدنی گرایش رفتار حرکتی. zdhazadi@yahoo.com

۴ - کارشناس ارشد تربیت بدنی گرایش مدیریت. behesht.ahmadi@yahoo.com

* طرح تحقیقاتی تصویب شده دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه.

نشان دادند که رفتارهای حمایتی- استقلال‌ی مربیان با ارضای نیازهای روانی (شایستگی، استقلال و پیوستگی)، انگیزش درونی، انگیزش بیرونی خودپذیر و انگیزش بیرونی درون-فکنی شده بازیکنان تیم ارتباط مثبت و معناداری ($P=0/001$) دارد؛ به عبارت دیگر توان پیش‌بینی این متغیرها در ورزشکاران از طریق رفتارهای حمایتی- استقلال‌ی مربیان امکان پذیراست؛ در حالی که بین رفتارهای حمایتی- استقلال‌ی مربیان و انگیزش بیرونی ارتباط معناداری در سطح ($P=0/05$) مشاهده نشد. همچنین یافته‌ها نشان دادند که رفتارهای حمایتی- استقلال‌ی مربیان با بی‌انگیزگی بازیکنان تیم ارتباط منفی و معناداری ($P=0/001$) دارد. نتایج رگرسیون چند متغیره نیز نشان داد که رفتارهای حمایتی- استقلال‌ی مربیان می‌تواند بی‌انگیزگی بازیکنان را به صورت معکوس پیش‌بینی کند. از یافته‌ها چنین استنباط می‌شود که رفتارهای حمایتی-استقلال‌ی مربیان (متغیرهای مستقل برون‌زا) بر ارضای نیازهای روانی و انگیزش خودمختاری بازیکنان (متغیر مستقل درون‌زا یا واسطه) به طور مستقیم اثرگذار است.

واژه‌های کلیدی: رفتار حمایتی- استقلال‌ی، نیازهای روانی، انگیزش خودمختاری، لیگ برتر

زنجان، هندبال

مقدمه

از عوامل حیاتی و پیروزی آفرین در یک تیم یا سازمان ورزشی می‌توان به اهداف، مربی یا رهبر، مهارت‌ها، امکانات مالی، انگیزش و نوآوری به عنوان مهمترین متغیرها اشاره کرد. نوع سبک رهبری و ایجاد انگیزش از جمله عواملی است که سایر موارد مؤثر در پیروزی تیم را تحت الشعاع خود قرار می‌دهد. چنانچه سایر موارد مؤثر در پیروزی تیم ورزشی از شرایط مطلوبی برخوردار باشد، ولی مربی سبک رهبری مناسب را به کار نگیرد به تبع آن انگیزش لازم در پیروان ایجاد نمی‌شود، و نمی‌توان انتظار داشت که آن تیم به هدف خود یعنی همان پیروزی دست یابد (۱).

مربی را باید به عنوان قوی‌ترین عامل اجتماعی کردن در حیطه جسمانی قلمداد کرد (۲۶). در تمامی سطوح رقابتی، از ورزش نوجوانی تا حرفه‌ای، شیوه‌ای که به واسطه آن مربیان شرایط بازی و تمرین را می‌سازند، فرایندهایی که در تصمیم‌گیری به کار می‌برند، کیفیت و کمیت بازخوردی که در پاسخ به اجرای ورزشکار می‌دهد، ارتباطی که با ورزشکاران برقرار می‌کند، شیوه‌هایی که برای انگیزش آنها به کار می‌برد، همه بر رفتارها، شناخت‌ها و پاسخ‌های احساسی ورزشکاران اثر دارد. مربیان می‌توانند برای اینکه ورزشکاران به سطوح بالایی دست یابند، از تجربه‌های خود لذت ببرند؛ تلاش و مقاومت خود را ثابت کنند؛ حس شایستگی و انگیزش خودمختاری خود را گسترش دهند؛ اثر بگذارند. البته رفتارهای خاص مربیان همچنین می‌تواند به نتایج منفی روانی و اجرایی ورزشکاران بینجامد (برای مثال، اجرای ضعیف، عزت نفس پایین، سطوح بالای اضطراب رقابتی، تحلیل رفتگی) (۶).

کاس^۱ (۱۹۸۴) مربیان را اجزای حیاتی منابع انسانی در سازمان‌های ورزشی دانسته است. به اعتقاد او مربیان حتی اگر واژه‌ی رهبری را در مورد خود به کار نبرند، اما

وظایف آنان همچون سایر فعالیت‌های پیشرفته و سازمان یافته، مستلزم اعمال رهبری است. در پژوهش‌های بسیاری از اصطلاح «سبک رهبری» برای مطالعه رفتار مربیان استفاده شده و این مطالعات بر اساس مدل‌ها و نظریه‌های رهبری در حیطه‌های سازمانی صورت گرفته است.

بررسی سبک‌های رهبری طی چندین رویکرد انجام پذیرفته است. مطالعه ویژگی و خصوصیات رهبری در دهه ۱۹۳۰ آغاز شد و با رویکرد رفتاری و اقتضایی در دهه ۱۹۵۰ و ۱۹۷۰ ادامه یافت. در دهه اخیر، سبک رهبری تحول‌گرا و عمل‌گرا نظر بسیاری از پژوهشگران را به خود جلب کرده است. بارنز^۱ (۱۹۷۸) بر اساس دیدگاه «ماکس وبر» از منابع مادی و غیر مادی قدرت، نظریه سبک رهبری تحول‌گرا و عمل‌گرا را ارائه داد. بر اساس نظریه بارنز، در سبک رهبری عمل‌گرا، بین رهبر و پیروان، رابطه قراردادی وجود دارد که در آن پیروان پاداش‌هایی را در مورد نیازهای سطح پایین خود می‌گیرند (۱۸). از دیگر رویکردهای خاص رهبری در ورزش طی سال‌های اخیر، دو چهارچوب نظری خاص برای کمک به توضیح رهبری در محیط ورزش ارائه شده است که عبارتند از: مدل واسطه رهبری^۲ (اسمول و اسمیت، ۱۹۸۹) و مدل چند بعدی رهبری^۳ (۱۱).

اسمول و اسمیت^۴ (۱۹۸۹) در نخستین مرحله مطالعات خود برای سنجش رفتارهای مربیگری، ابزاری به نام سیستم سنجش رفتار مربیگری (CBAS)^۵ را ساختند. در این مدل، فرایندهای شناختی و عاطفی، بین رفتارهای مشهود مربی و درک و نگرش بازیکن نسبت به این رفتارها نقش واسطه‌ای دارند. این مدل بین مورد مشروحه ذیل ارتباط برقرار می‌کند: (۱) آنچه مربیان واقعاً انجام می‌دهند (۲) چگونگی درک بازیکن از

1- Burns

2- meditational model of leadership

3- multidimensional model of leadership

4- Smoll & Smith

5- Coaching Behavior Assessment System

این رفتارها و ۳) نگرش و پاسخ بازیکن به این رفتارها (۳۴).

چلادوری^۱ (۱۹۹۳) برای فهم رهبری در محیط ورزش، مدل چندبعدی رهبری را پیشنهاد کرد. در این مدل، فرض بر آن است که تشابه رفتارهایی که مربی باید در یک موقعیت نشان دهد، رفتارهایی که ورزشکاران ترجیح می‌دهند مربی نشان دهد و رفتارهایی که مربی واقعاً نشان می‌دهد بر رضایت ورزشکار و عملکرد گروه اثر مثبت دارد. والرند^۲ رویکرد خاص دیگری را که یک مربی می‌تواند به عنوان رهبر اتخاذ کند پیشنهاد شد و طی آن مربی ضمن آنکه در جایگاه اقتدار قرار دارد، استفاده از فشار و دستور را به حداقل می‌رساند و از آرای دیگران (ورزشکاران) استفاده می‌کند، احساساتشان را در نظر می‌گیرد و اطلاعات مناسب و فرصت‌های انتخاب را برای آنها فراهم می‌آورد (۳۰).

این سبک رهبری، رفتار حمایتی - استقلال‌مربی نام دارد که به خاطر توانایی او در شکل دهی و ارتقای برنامه‌های مربی، برجسته است. نیز می‌تواند به عنوان بخشی از جو انگیزشی^۳ (شرایط و فضایی که مربی در یک تیم ایجاد می‌کند) تعبیر شود که فعالیت‌ها در آن روی می‌دهد. جنبه کارکردی جو حمایتی - استقلال‌مربی این است که افراد احساس کنند رفتارشان از خودشان و نه از فشارها و نیازهای بیرونی سرچشمه گرفته است. در تضاد با جو کنترل‌کننده، جو حمایتی - استقلال‌مربی با موارد ذیل مرتبط است: انگیزش درونی، خلاقیت^۴، انعطاف پذیری شناختی^۵، یادگیری مفهومی^۶، عزت نفس^۷، درک شایستگی، صداقت^۸ و سلامت^۹ (۱۲).

1- Chelladurai

2- Vallerand

3- Motivational Climate

4- Creativity

5- Cognitive flexibility

6- Conceptual learning

7- Self- esteem

8- Trust

9- Health

سه عامل محیطی در شیوهی رهبری حمایتی استقلالی نقش بسیار مهمی دارند که عبارتند از: امکان انتخاب، آوردن دلایل اساسی، منطقی و بامعنا و آگاهی از احساسات و دیدگاه‌های دیگران (۱۷).

براساس مطالعات، هرگاه افراد مهم مانند معلمان و مربیان (فردی که در مقام رهبری قرار دارد) رفتارهایی را نشان می‌دهند که از استقلال افراد حمایت می‌کند (به‌عنوان مثال، نظر خواهی از افراد و مجهز کردن آنها با اطلاعات مربوط و دادن فرصت انتخاب به آنان)؛ آنان نیز در حین انجام دادن تکالیف خود، تجربه استقلال بیشتری دارند و نیز از لذت بیشتر و شادابی پایداری برخوردار هستند (۲۲).

پژوهش‌های بسیاری بر این جنبه ضروری محیط اجتماعی تأکید داشته‌اند که رفتار افراد کلیدی و مهم و شیوه‌های درون فردی رهبران مانند؛ مربیان و معلمان بر ارضای نیازهای روانی پایه^۱ و انگیزش^۲ افراد اثرگذار است (۲۲). این نیازهای پایه انسان عبارتند از: نیاز به استقلال^۳، شایستگی^۴ و پیوستگی^۵. نیاز به شایستگی به نیاز فرد مبنی بر مؤثر بودن او در تعامل با محیط اجتماعی، فرصت تجربه کردن و تمرین در جهت بروز توانایی‌هایش بر می‌گردد. نیاز به پیوستگی، نیاز فرد به متعلق بودن و ارتباط با دیگران را شامل می‌شود. نیاز به استقلال نیز به درک فرد از اینکه مسئولیت و کنترل رفتار خود را در دست دارد مرتبط است (۴۱).

نیاز به شایستگی، استقلال و پیوستگی از نیازهای ارگانیزمی هستند. رویکرد ارگانیزمی انگیزش، هم بر انگیزش درونی فرد (برای جست‌وجو کردن تغییرات در محیط و اثر گذاشتن بر آنها) تأکید می‌کند و هم بر قابلیت محیط (در به وجود آوردن انگیزش درونی در فرد به منظور سازگار شدن با درخواست‌های آن) اصرار دارد؛ از این

1- Basic psychological needs

2- Motivation

3- Autonomy

4- Competence

5- relatedness

رو، محیط، نیازهای شخص را ارضا می‌کند و انگیزش‌های جدیدی را در او به وجود می‌آورد؛ به‌عنوان مثال، ورزشکاری را مد نظر بگیرید که در ورزش‌های رقابتی شرکت کرده است: در آغاز، نیاز به پیوستگی باعث می‌شود که او با یک تیم ورزشی همکاری کند و نیاز به شایستگی باعث می‌شود او دوست داشته باشد در مبارزه‌ای شرکت کند. وقتی او در مسابقه شرکت می‌کند، شرایط مسابقه که بر بُردن تأکید می‌کند، نیاز مصنوعی برنده شدن و کسب مقام و دیدن نامش در روزنامه‌های محلی را در او ایجاد می‌کند. پس از چند دوره رقابت میان‌فردی، انگیزش این ورزشکار، ترکیبی از نیازهای روانی (که به‌صورت اجتماعی فراگیر شده‌اند؛ یعنی: پیوستگی، شایستگی و تمایلات بردن و اثر گذاشتن بر دیگران) می‌شود (۲).

ارتباط متغیرهای ذکر شده‌ی فوق (رفتار حمایتی استقلالی، ارضای نیازهای روانی و انگیزش خودمختاری)، اساس نظریه خودمختاری^۱ را تشکیل می‌دهد.

نظریه خودمختاری فرض می‌کند که افراد به هنگام تولد سه نیاز روانی اساسی دارند: نیاز شایستگی، نیاز استقلال و نیاز پیوستگی که ذاتی، جهانی و برای رشد روانی، ضروری هستند. این نظریه می‌گوید که اگر عوامل اجتماعی ارضای این نیازها را بهبود ببخشند، انگیزش خودمختاری نیز ارتقا می‌یابد (۴۱). براساس این نظریه در صورتی که عوامل اجتماعی از استقلال افراد حمایت کند، میزان انگیزش خودمختاری نیز بالا می‌رود. یکی از این عوامل اجتماعی که در دهه‌های اخیر مشخص شده می‌تواند بر انگیزش اثر بگذارد، رفتار درون‌فردی است (۱۵). دو سبک درون‌فردی که بیشترین توجه را به خود جلب کرده‌اند عبارتند از: سبک کنترلی که در آن افراد حاکم به شیوه‌ای مقتدرانه با اعمال فشار و اجبار عمل می‌کنند و سبک حمایتی - استقلالی که در آن افراد حاکم از آزادی حمایت می‌کنند و همه افراد در فرایند تصمیم‌گیری

دخالت دارند (۴).

نظریه خودمختاری به عنوان یک نظریه فراگیر، دو فرض مهم دارد (۴۱). این دو فرض به قرار زیر هستند:

- ۱- انگیزش یک ساختار چند بعدی است و اینکه انواع گوناگون انگیزش، آثار متفاوتی را نیز بر نتایج شناختی، احساسی و رفتاری خواهند گذاشت؛
- ۲- نوع انگیزش در یک محیط خاص به واسطه اینکه چگونه عوامل آن محیط، نیازهای روانی اساسی فرد همچون؛ استقلال، شایستگی و پیوستگی را ارضا می‌کنند، تعیین می‌شود (۱۶).

یکی از ویژگی‌های مهم نظریه خودمختاری، تمایز سه نوع انگیزش است: انگیزش درونی^۱، انگیزش بیرونی^۲ و بی انگیزگی^۳ که بر روی یک پیوستار از حداکثر خودمختاری به حداقل خودمختاری کشیده شده و مطابق با سطح تنظیم رفتاری، فرق می‌کند (۴). انگیزش درونی، انگیزه پرداختن به فعالیت به خاطر خود فعالیت است در جهت ارضای درونی که نشان دهنده درجه بالایی از خودمختاری است (۴۱).

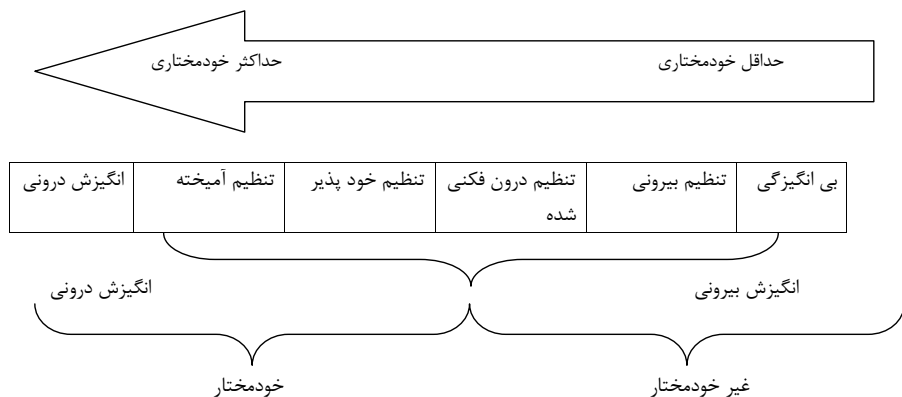
اشاره انگیزش بیرونی به این مطلب است که شرکت ورزشکاران در فعالیت نه به خاطر لذت از انجام دادن آن، بلکه؛ به دلیل نتایج بیرونی رخ می‌دهد که از شرکت در فعالیت حاصل می‌شود. از دیدگاه نظریه خودمختاری، انگیزش بیرونی انواع گوناگونی دارد که دامنه آنها از کنترل شده بیرونی تا آنهایی که خود محور و تحت کنترل خود فرد هستند (و بنابراین مستقل محسوب می‌شوند)، متفاوت است و به ترتیب عبارتند از: تنظیم آمیخته^۴ که انگیزش بیرونی کاملاً خودخواسته است و تنظیم درون فکنی شده^۵ یا انگیزش بیرونی خودخواسته و تنظیم خودپذیر

1- Intrinsic motivation
2- Extrinsic motivation
3- Amotivation
4- Integrated regulation
5- Identified regulation

یا انگیزش بیرونی تا اندازه‌ای خود خواسته . در تنظیم آمیخته کنترل رفتار با سایر ارزش ها، اهداف و نیازهای شخص موافق است ، حال آنکه در تنظیم درون فکنی شده کنترل رفتار به دلیل اهمیت شخصی انجام می‌گیرد، و فرد به صورت ارادی، محاسن عقیده یا رفتار خاصی را می‌پذیرد و این نوع تفکر و رفتار را سودمند می‌داند. در تنظیم خودپذیر^۱ کنترل رفتار به دلیل جلوگیری از اشتباه یا شرمساری صورت می‌گیرد (۴۱).

سرانجام بی‌انگیزگی زمانی رخ می‌دهد که فرد علاقه‌ای به انجام عمل ندارد که ممکن است به دلیل بی تجربه‌گی ناشایست و بی‌ارزش بودن آن کار و فعالیت اتفاق بیفتد (۴۱).

سطوح مختلف انگیزش بر اساس نظریه‌ی خودمختاری در پیوستار شکل ۱ خلاصه می‌شود.



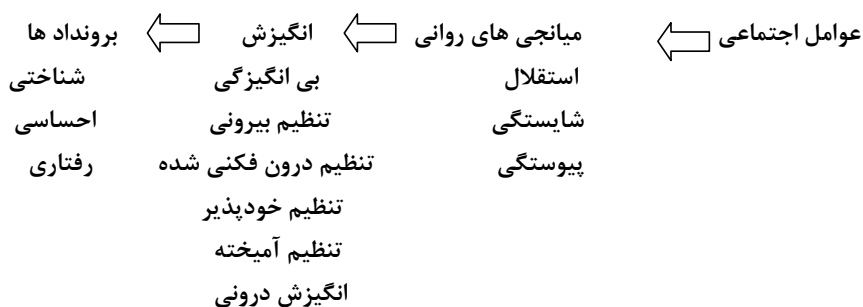
شکل ۱: پیوستار انگیزشی (۴۱)

با توجه به میزان درونی بودن رفتار، افراد در تعیین یا تنظیم رفتار خویش احساس استقلال دارند، تصمیم‌ها و رفتاری که خود تنظیم نیستند، احساس عدم لذت و رفتار ناخواسته را در فرد ایجاد می‌کنند. برای مثال، توقعات بیش از حد والدین از یک

ورزشکار، حس اجبار از سوی آنان را برای او به همراه دارد، در حالی که یک ورزشکار حرفه‌ای با دریافت پاداش مادی سعی در حفظ و ادامه‌ی فعالیت خود دارد. انگیزه‌هایی که رفتارهای این دو ورزشکار را هدایت می‌کنند، هر دو بیرونی هستند و دلایل ادامه‌ی رفتار آنان را شکل می‌دهند. رفتارهای این دو ورزشکار از طریق عوامل بیرونی تنظیم و کنترل شده است و آنها با اختیار خودشان در فعالیت شرکت نکرده اند، در چنین شرایطی که رفتار کنترل شده است و ناشی از اختیار نیست، ورزشکار انگیزشی پایین تر از سطح بهینه را تجربه خواهد کرد. این نوع انگیزش، بر اجرای ورزشی و تداوم رفتار و کیفیت روانی ورزشکار آثار منفی خواهد داشت (۲۲).

حال بر اساس مقدمه‌ی فوق، نظریه خودمختاری را می‌توان در شکل زیر (۲)

خلاصه کرد:



شکل ۲: مدل توالی انگیزشی بر پایه نظریه خودمختاری (۴۴)

با توجه به اهمیت حمایت استقلال، به نظر می‌رسد که در محیط ورزشی، رفتارهای حمایتی- استقلالی مربی می‌تواند از بُعد حمایت استقلال و در منظور ارضای نیازهای روانی ورزشکاران، برانگیختگی آنان و تولید بازده مناسب، نقش مؤثری داشته باشد. از همین رو، در مطالعه حاضر و بر اساس نظریه خودمختاری، اثر رفتار حمایتی- استقلالی مربی به عنوان عامل اجتماعی بر میانجی‌های روانی استقلال، شایستگی و

پیوستگی و انگیزش خودمختاری بازیکنان هندبال نخبه زن مورد مطالعه قرار می‌گیرد. مطالعات نشان می‌دهند که درک رفتار حمایتی- استقلال با ایجاد شرایط حمایتی- استقلال در افراد مهم (مانند والدین، مربیان، هم تیمی‌ها) در زمینه‌های انگیزشی، پرورش می‌یابد (۳۵). به علاوه، مطالعات در برخی از محیط‌ها نشان می‌دهند که درک حمایت استقلال، یک متغیر اثرگذار در پیش بینی اشکال خودمختار انگیزش به شمار می‌رود (۲۳). با این حال، تناقضات ناشی از نتایج این مطالعات، مانع از ارائه یک نظر کلی در این زمینه می‌شود.

برخی از این مطالعات نشان می‌دهند که رفتار حمایتی-استقلالی مربی بر تمامی ابعاد انگیزش خودمختاری اثر دارد (برای مثال: گین^۱ و همکاران، ۲۰۰۳؛ ون استینکایست^۲ و همکارانش، ۲۰۰۴؛ هاگر و کاتزيسارانتيس^۳، ۲۰۰۷؛ اسمیت^۴ و همکارانش، ۲۰۰۷)، در حالی که مطالعات دیگر نیز نشان می‌دهند که این نوع رفتار مربی بر سطوح خودمختار تر انگیزش (انگیزش درونی، تنظیم آمیخته و خودپذیر) اثر دارد (برای مثال: ریچر و والرند^۵، ۱۹۹۵؛ پلتیر^۶ و همکارانش، ۲۰۰۱؛ هاگر و همکارانش، ۲۰۰۳؛ گین و همکاران، ۲۰۰۳؛ ویلسن^۷ و همکاران، ۲۰۰۴؛ لیم و وانگ^۸، ۲۰۰۸). این در حالی است که یانچینی^۹ (۲۰۰۸) و کاماروا^{۱۰} (۲۰۱۰) ارتباط معناداری را بین رفتارهای حمایتی-استقلالی مربی و انگیزش ورزشکاران مشاهده نکردند و جم (۲۰۱۰) تنها به ارتباط رفتار حمایتی-استقلالی مربی با تنظیم خودپذیر رسید.

- 1- Gagne
- 2- Vansteenkiste
- 3- Hagger & Chatzisarantis
- 4- Smith
- 5- Richer & Vallerand
- 6- Pelletier
- 7- Wilson
- 8- Lee & Wang
- 9- Ianchini
- 10- Kamaroa

مطالعات بسیاری نیز اثر رفتار حمایتی استقلال‌ی مربیان را بر ارضای نیازهای روانی بازیکنان مورد بررسی قرار دادند و به اثر مثبت و معنادار این نوع رفتار بر ارضای هرسه نیاز تأکید دارند (برای مثال: بلانچارد و والرند،^۱ ۱۹۹۶؛ گین و همکارانش، ۲۰۰۳؛ رینبوت^۲ و همکارانش، ۲۰۰۴؛ بالاگوئر^۳ و همکارانش، ۲۰۰۵؛ ادموندز^۴ و همکارانش، ۲۰۰۶؛ استاندیج^۵ و همکارانش، ۲۰۰۶؛ اسمیت و همکارانش، ۲۰۰۷؛ آدی^۶ و همکارانش، ۲۰۰۸؛ آلوارز و همکارانش، ۲۰۰۹؛ کاماروا^۷، ۲۰۱۰) در حالی که چند مطالعه دیگر نشان دادند که رفتار حمایتی- استقلال‌ی مربی تنها یک یا دو نوع از نیازها (شایستگی و استقلال) را ارضا می‌کند (برای مثال: ریچر و والرند^۸، ۱۹۹۵؛ ادموندز و همکارانش، ۲۰۰۵؛ رینبوت و دودا^۹، ۲۰۰۶؛ بالاگوئر و همکاران، ۲۰۰۸؛ کوتس ورث و کنروی، ۲۰۰۹؛ چم، ۲۰۱۰؛ آلماگرو^{۱۰} و همکارانش، ۲۰۱۰).

اهمیت دو نیاز شایستگی و استقلال در رفتار و انگیزش خودمختاری بسیار مورد مطالعه قرار گرفته است. مطالعات فراوانی نیز در زمینه تربیت بدنی و ورزش از ارتباط بین انگیزش خودمختاری و ارضای نیازهای شایستگی و استقلال قاطعانه حمایت کرده اند (برای مثال ریو و دسی، ۱۹۹۶؛ ویلسون و همکارانش، ۲۰۰۳؛ بالاگوئر و همکارانش، ۲۰۰۵؛ رینبوت و دودا، ۲۰۰۶؛ ویلسون و راجرز، ۲۰۰۸؛ کاکس^{۱۱} و همکارانش، ۲۰۰۸)، در صورتی که مارکلند^{۱۲} (۱۹۹۹) به دنبال پژوهش خود در زمینه ارتباط درک شایستگی

1- Blanchard & Vallerand

2- Reinboth

3- balaguer

4- Edmunds

5- Standage

6- Adie

7- Kamaroa

8- Richer

9- Reinboth, M., & Duda

10- Almagro

11- Cox

12- Markland

و انگیزش درونی به این نتیجه رسید که درک شایستگی تنها در شرایط سطح استقلال پایین به طور مثبت و معناداری بر انگیزش درونی اثر می‌گذارد. از سوی دیگر چِم (۲۰۱۰) با مطالعه همه جانبه پی برد که درک نیاز پیوستگی با اشکال خودمختار انگیزش (انگیزش درونی، خودپذیر و آمیخته)، درک نیاز شایستگی با انگیزش درونی و تنظیم آمیخته و درک نیاز استقلال تنها با تنظیم خودپذیر، ارتباط مثبت و معناداری داشتند. به نظرمی رسد که درک این سه نیاز روانی با اشکال کنترل شده انگیزش (تنظیم بیرونی و درون فکنی شده) بی ارتباط هستند.

مطالعات دیگری نیز در حیطه تربیت بدنی، از ارتباط بین انگیزش خودمختاری و ارضای نیاز پیوستگی گزارش داده اند (برای مثال انتومانیس^۱، ۲۰۰۵؛ هاگر و همکارانش، ۲۰۰۶؛ بالاگوئر و همکاران، ۲۰۰۸؛ آلوارز و همکارانش، ۲۰۰۹)، در حالی که مک دوناف و کراکر^۲ (۲۰۰۷) در نتیجه مطالعه خود دریافتند که نیازهای شایستگی و پیوستگی نسبت به نیاز استقلال، انگیزش خودمختاری را بهتر و قوی تر پیش بینی می‌کنند؛ از همین روی، در حیطه‌ی ورزش در این رابطه نتایج متضاد و ناسازگاری مشاهده می‌شود.

مطالعات بسیاری نیز بر اساس نظریه خودمختاری، نقش ارضای نیازهای روانی را به عنوان میانجی بین رفتار حمایتی - استقلالی و انگیزش خودمختاری مورد بررسی قرار داده اند (برای مثال: ماگو و والرند، ۲۰۰۳؛ ادموندز و همکارانش، ۲۰۰۶؛ استاندیج و همکارانش، ۲۰۰۶؛ آموروس و بوچر^۳، ۲۰۰۷؛ اسمیت^۴ و همکارانش، ۲۰۰۷؛ آلوارز و همکارانش، ۲۰۰۹) و بازم به نتایج متناقضی رسیده اند. از همین رو، مطالعه‌ی حاضر با لحاظ کردن ارضای نیازهای روانی به عنوان میانجی به بررسی اثر رفتار حمایتی -

1- Ntoumanis

2- McDonough & Crocker

3- Butcher

4- Smith

استقلالی مربی بر انگیزشی خودمختاری می‌پردازد.

چنانچه مربیان از رفتارهای مناسبی که شرایط استقلال بازیکن را فراهم می‌آورد استفاده نکنند، نخواهند توانست نیازهای روانی اساسی بازیکنان را ارضا کنند که در این صورت به دلزدگی و نا رضایتی آنان منجر می‌شود و حتماً نتایج خوبی را نیز به همراه نخواهد داشت. از همین رو، مربی نمی‌تواند انگیزش اثربخش را در بازیکن ایجاد کند، و ناتوانی مربی در ایجاد چنین شرایطی، می‌تواند با وجود صرف هزینه‌های هنگفت و استفاده از همه امکانات، تسهیلات و بودجه‌های کلان، به علت ایجاد نکردن برانگیختگی بهینه در بازیکنان با عملکرد ضعیف و نتایج تلخ شکست همراه باشد. پس می‌توان گفت که یکی از راه‌های ادامه مشارکت ورزشکار در فعالیت‌های ورزشی ادراک او از رفتار مربی است؛ بنابراین مسأله مورد توجه این است که مربی با رفتارهای حمایتی - استقلالی خود چگونه می‌تواند به گونه‌ای موثر رفتارها، ادراکات و تصمیم‌های ورزشکار را تحت تاثیر قرار دهد و او را به سوی درجه‌های بالای انگیزش خودمختاری سوق دهد؟ رفتارهای حمایتی - استقلالی در محیط‌های ورزشی چه تاثیری بر ارضای نیازهای روانی ورزشکار دارد؟

روش شناسی پژوهش

جامعه آماری این پژوهش، بازیکنان زن هندبال زیر گروه لیگ برتر ایران شامل ۲۳۷ بازیکن در قالب ۱۶ تیم ۱۵ نفره از استان‌های آذربایجان شرقی، آذربایجان غربی، اصفهان، تهران، خراسان رضوی، خوزستان، کردستان، کرمان، کرمانشاه، کهگیلویه و بویراحمد، گلستان، گیلان، لرستان، مازندران، مرکزی و همدان بودند. نمونه پژوهش با جامعه آماری برابر بود که از بین آنها چهار نفر به دلایل متفاوت در پژوهش شرکت نداشتند. با توجه به هدف این پژوهش که اثر رفتارهای حمایتی -

استقلالی مربیان بر ارضای نیازهای روانی، انگیزش خودمختاری بازیکنان را مورد بررسی قرار می‌داد، مناسب‌ترین روش برای انجام پژوهش، توصیفی و به صورت زمینه‌یابی بود. ابزار اندازه‌گیری شامل چهار پرسشنامه اطلاعات فردی (Demography)، پرسشنامه ادراک رفتارهای حمایتی-استقلالی مربیان در زمینه ورزش (PASSES)¹ (پاسخ‌ها بر اساس مقیاس لیکرت در دامنه‌ای از یک (کاملاً مخالفم) تا هفت (کاملاً موافقم) قرار داشت و در مطالعات ژلت و همکاران (۲۰۰۸)، پرسشنامه نیازهای روانی پایه و پرسشنامه مقیاس انگیزش ورزشی (SMS)² بود. در مطالعاتی که ژلت و همکاران (۲۰۰۸) انجام دادند آلفای کرونباخ پرسشنامه ادراک رفتارهای حمایتی-استقلالی مربیان $\alpha = 0.91$ را گزارش کرده‌اند. میانگین ضریب همسانی درونی برای پرسشنامه انگیزش $0/82$ گزارش شده است. همچنین میانگین ضریب پایایی با انجام دادن آزمون - باز آزمون در فاصله زمانی یک ماه، $0/69$ به دست آمده است (پیلیتیر و همکاران، ۱۹۹۵). به منظور سازمان دادن، خلاصه کردن، طبقه بندی نمره‌های خام آمارتوصیفی (فراوانی، میانگین، درصدها، انحراف استاندارد و جداول) مورد استفاده قرار گرفت و برای پیش بینی سهم و نقش متغیر مستقل بر متغیر وابسته از رگرسیون چند متغیری و معادلات ساختاری، برای مدل سازی از تحلیل عامل و تحلیل مسیر با استفاده از نرم افزار لیزرل ۹/۲ استفاده شد. نتایج از نظر آماری در سطح معناداری $P < 0/05$ مورد بررسی قرار گرفت.

1- perceived autonomy support scale for exercise settings(PASSES)

2- Sport Motivation Scale(SMS)

یافته‌های پژوهش

جدول (۱): ضرایب رگرسیون مرتبط با پیش‌بینی متغیرهای تحقیق

متغیر ملاک	متغیرهای پیش‌بینی کننده	میزان B	ضریب بتا	میزان t	سطح معنی‌داری	عامل تورم واریانس
نیازروانی شایستگی بازیکنان	رفتارهای حمایتی - استقلال‌مربیان	۰/۰۴۹	۰/۲۱۶	۳/۳۸۵	۰/۰۰۱	۱
نیاز روانی پیوستگی	رفتارهای حمایتی - استقلال‌مربیان	۰/۴۶۹	۰/۵۹۱	۱۱/۲۲۰	۰/۰۰۰	۱
ارضا نیاز روانی استقلال	رفتارهای حمایتی - استقلال‌مربیان	۰/۰۶۳	۰/۱۵۵	۲/۴۰۲	۰/۰۱۷	۱
انگیزش درونی بازیکنان	رفتارحمایتی - استقلال‌مربیان	۰/۲۳۳	۰/۱۹۰	۲/۹۶۴	۰/۰۰۳	۱
انگیزش بیرونی خودپذیر بازیکنان	رفتارهای حمایتی - استقلال‌مربیان	۰/۰۸۴	۰/۲۵۵	۴/۰۴۵	۰/۰۰۰	۱
انگیزش بیرونی درون-فکنی‌شده	رفتارهای حمایتی - استقلال‌مربیان	۰/۰۸۶	۰/۲۳۴	۳/۶۹۲	۰/۰۰۰	۱
انگیزش بیرونی یا تنظیم بیرونی بازیکنان	رفتارهای حمایتی - استقلال‌مربیان	۰/۰۲	۰/۰۳۵	۰/۵۳۲	۰/۵۹۵	۱
بی انگیزگی بازیکنان	رفتارهای حمایتی - استقلال‌مربیان	-۰/۰۹۲	-۰/۱۸۰	-۲/۸۰۱	۰/۰۰۶	۱

مطابق با جدول (۱) و با توجه به ضرایب رگرسیون چندمتغیری با روش ورود همزمان و همچنین ضرایب رگرسیون به دست آمده، می‌توان عنوان کرد که ارتباط مثبت و معنی‌داری بین رفتارهای حمایتی-استقلال‌مربیان با ارضای نیاز روانی شایستگی بازیکنان وجود دارد. بدین ترتیب که با افزایش رفتارهای حمایتی-استقلال‌مربیان، میزان ارضای نیاز روانی شایستگی بازیکنان نیز افزایش می‌یابد و با کاهش آنها، نیز کاهش می‌یابد. ارتباط مثبت و معنی‌داری بین رفتارهای حمایتی-استقلال‌مربیان با ارضای نیاز روانی پیوستگی بازیکنان وجود دارد. بدین ترتیب که با افزایش رفتارهای حمایتی-استقلال‌مربیان، میزان ارضای نیاز روانی ارتباط یا پیوستگی بازیکنان نیز افزایش می‌یابد و با کاهش آنها، نیز کاسته می‌شود.

بین رفتارهای حمایتی-استقلالی مربیان با ارضای نیاز روانی استقلال بازیکنان ارتباط مثبت و معنی داری وجود دارد. بدین ترتیب که با افزایش رفتارهای حمایتی-استقلالی مربیان میزان ارضای نیاز روانی ارتباط یا پیوستگی بازیکنان نیز افزایش می‌یابد و با کاهش آنها، نیز کاهش می‌یابد. ارتباط مثبت و معنی داری بین رفتارهای حمایتی-استقلالی مربیان با انگیزش درونی بازیکنان وجود دارد. بدین ترتیب که با افزایش رفتارهای حمایتی-استقلالی مربیان، میزان انگیزش درونی بازیکنان نیز افزایش یافته و با کاهش آنها، نیز کاهش می‌یابد. ارتباط مثبت و معنی داری بین رفتارهای حمایتی-استقلالی مربیان با انگیزش بیرونی خودپذیر بازیکنان وجود دارد. بدین ترتیب که با افزایش رفتارهای حمایتی-استقلالی مربیان میزان انگیزش بیرونی خودپذیر بازیکنان نیز افزایش می‌یابد و با کاهش آنها، نیز کاهش می‌یابد. ارتباط مثبت و معنی داری بین رفتارهای حمایتی-استقلالی مربیان با انگیزش بیرونی درون فکنی شده وجود دارد. بدین ترتیب که با افزایش رفتارهای حمایتی-استقلالی مربیان، میزان انگیزش بیرونی درون فکنی شده نیز افزایش می‌یابد و با کاهش آنها، نیز کاسته می‌شود. ارتباط مثبت و معنی داری بین رفتارهای حمایتی-استقلالی مربیان با انگیزش بیرونی وجود دارد. بدین ترتیب که با افزایش رفتارهای حمایتی-استقلالی مربیان، میزان انگیزش بیرونی نیز افزایش می‌یابد و با کاهش آنها، نیز کاسته می‌شود. ارتباط منفی و معنی داری بین رفتارهای حمایتی-استقلالی مربیان با بی‌انگیزگی وجود دارد. بدین ترتیب که با افزایش رفتارهای حمایتی-استقلالی مربیان، میزان بی‌انگیزگی کاهش یافته و با کاهش آنها، نیز افزایش می‌یابد.

همچنین برای آزمون هم خطی از آماره عامل تورم واریانس (VIF) استفاده می‌شود، در واقع می‌توان گفت هم خطی وضعیتی است که نشان می‌دهد یک متغیر مستقل تابعی خطی از سایر متغیرهای مستقل است یا خیر. اگر هم خطی در یک

معادله رگرسیونی بالا باشد، بدین معنی است که بین متغیرهای مستقل همبستگی بالایی وجود دارد و ممکن است که با وجود بالا بودن R^2 ، مدل دارای اعتبار بالایی نباشد، به عبارت دیگر با وجود آنکه مدل خوب به نظر می‌رسد؛ ولی متغیرهای مستقل معنی‌داری ندارد. از این‌رو هر چه میزان عامل تورم واریانس افزایش یابد که واریانس ضرایب رگرسیون افزایش می‌یابد و رگرسیون را برای پیش‌بینی نامناسب می‌سازد. اما به طور کلی میزان عامل تورم استاندارد مقادیر بین ۰/۵ تا ۱/۵ است که با توجه به آماره‌ها عدد ۱ به دست آمد و این از فقدان هم‌خطی در رگرسیون حکایت می‌کند و نمایانگر مناسب بودن معادله رگرسیونی برای پیش‌بینی ارضای نیاز روانی شایستگی، پیوستگی، استقلال، انگیزش درونی، انگیزش بیرونی خودپذیر، درون‌فکنی شده و انگیزش بیرونی بازیکنان است.

بحث و بررسی

یافته‌ها نشان می‌دهد که رفتارهای حمایتی-استقلالی مربیان با ارضای نیازهای روانی (شایستگی، استقلال و پیوستگی) بازیکنان تیم ارتباط مثبت و معناداری ($P=0/001$) دارند؛ به عبارت دیگر توان پیش‌بینی ارضای سه نیاز روانی پایه در ورزشکاران از طریق رفتارهای حمایتی-استقلالی مربیان امکان‌پذیر است.

از این‌رو، یافته حاصل با یافته‌های بلانچارد و والرند^۱، ۱۹۹۶؛ گین و همکارانش، ۲۰۰۳؛ رینبوت و همکارانش، ۲۰۰۴؛ بالاگوئر^۲ و همکارانش، ۲۰۰۵؛ ادموندز و همکارانش، ۲۰۰۶؛ استاندیج و همکارانش، ۲۰۰۶؛ اسمیت و همکارانش، ۲۰۰۷؛ آدی^۳ و همکارانش، ۲۰۰۸؛ آلوارز و همکارانش، ۲۰۰۹؛ کاماروا، ۲۰۱۰ در یک راستا قرار

1- Blanchard & Vallerand

2- balaguer

3- Adie

دارد. همچنین نتایج پژوهش حاضر با پژوهش‌های مشروحه ذیل نیز همخوانی داشت؛ پژوهش ادموندز و همکارانش (۲۰۰۵)، کوتس ورت و کنروی (۲۰۰۹) در مورد ارتباط رفتار حمایتی - استقلال مریبان با ارضای نیازهای شایستگی و پیوستگی، و پژوهش آلمارگو و همکارانش (۲۰۱۰) در زمینه ارضای نیاز به استقلال بازیکنان و پژوهش جم و همکاران (۲۰۱۰) در زمینه ارضای نیاز به استقلال و پیوستگی. حال آنکه، نتایج پژوهش جم (۲۰۱۰) درباره ارضای نیاز شایستگی از طریق رفتارهای حمایتی - استقلال مریبان با یافته این پژوهش همخوان نبود.

دسی و ریان (۱۹۸۵) بیان کردند که وقتی افراد برای کسب تجربه با محیط تعامل می‌کنند، احساسی از شایستگی و کمال را به دست می‌آورند.

بر اساس نظریه خودمختاری در دامنه‌ای که محیط سه نیاز اساسی فرد را ارضا می‌کند؛ ارتباط متقابلی بین افراد و محیطشان برقرار می‌شود؛ لذا افراد نمو، عملکرد و رشد بهینه را تجربه خواهند کرد (ریان و دسی، ۲۰۰۰؛ ۲۰۰۲). در صورتی که محیط نتواند نیاز به شایستگی، پیوستگی و استقلال را در فرد ارضا کند، پیش بینی نظریه خودمختاری این است که فرد چیزی کمتر از رشد بهینه را تجربه خواهد کرد (ریان و دسی، ۲۰۰۲). یافته حاصل نیز از فرضیه نظریه خودمختاری حمایت می‌کند و با توجه به تعدد مطالعاتی که بر این مهم تکیه دارند، می‌توان آن را به عنوان یک «اصل» پذیرفت.

دیگر یافته این مطالعه نشان داد که بین رفتارهای حمایتی - استقلال مریبان با انگیزش درونی بازیکنان تیم، ارتباط مثبت و معناداری ($P=0/01$)، وجود دارد. نتایج رگرسیون چند متغیره نیز نشان داد که رفتارهای حمایتی - استقلال مریبان توان پیش‌بینی انگیزش درونی بازیکنان را دارد. در پژوهش‌های که در همین راستا به شرح ذیل انجام شده است؛ این زمینه انجام شده است، ریچر و والرند (۱۹۹۵)، پلتیر و همکارانش (۲۰۰۱)، هاگر و همکارانش (۲۰۰۳)، گین و همکاران (۲۰۰۳)، ماگو و

والرند (۲۰۰۳)، ون استینکایست و همکارانش (۲۰۰۴)، ادموندز و همکارانش (۲۰۰۶)، استاندیج و همکارانش (۲۰۰۶)، آموروس و بوچر (۲۰۰۷)، هاگر و کاتزيسارانتييس (۲۰۰۷)، اسمیت و همکارانش (۲۰۰۷)، لیم و وانگ (۲۰۰۸)، آلوارز و همکارانش (۲۰۰۹)، که گروهی ارتباط مثبتی را بین حمایت مربی از استقلال بازیکنان و انگیزش درونی آنها گزارش کرده‌اند. البته نتیجه پژوهش‌های یانچینی (۲۰۰۸)، کاماروا (۲۰۱۰)، و بخشی از پژوهش جم (۲۰۱۰)، با یافته‌های پژوهش حاضر همخوانی نداشت. پژوهش جم (۲۰۱۰) بین رفتار حمایتی - استقلالی مربی با انگیزش درونی ارتباط معنا داری را گزارش نکرده بود.

همچنین یافته‌ها نشان داد که بین رفتارهای حمایتی - استقلالی مربیان با انگیزش بیرونی خودپذیر بازیکنان ارتباط مثبت و معناداری ($P=0/001$) وجود دارد. نتایج رگرسیون چند متغیره نیز نشان داد رفتارهای حمایتی - استقلالی مربیان توان پیش‌بینی انگیزش بیرونی خودپذیر بازیکنان را دارد. این نتیجه با نتایج مطالعات پلتیر و همکارانش (۲۰۰۱)، هاگر و همکارانش (۲۰۰۳)، گین و همکاران (۲۰۰۳)، ماگو و والرند (۲۰۰۳)، ون استینکایست و همکارانش (۲۰۰۴)، ویلسن و همکاران (۲۰۰۴)، استاندیج و همکارانش (۲۰۰۶)، هاگر و کاتزيسارانتييس (۲۰۰۷) اسمیت و همکارانش (۲۰۰۷)، لیم و وانگ (۲۰۰۸)، آلوارز و همکارانش (۲۰۰۹)، جم (۲۰۱۰) همخوانی داشت، در این پژوهش‌ها نیز ارتباط مثبت و معناداری بین رفتارهای حمایتی - استقلالی مربیان و اشکال خودمختار انگیزش گزارش شده است، در حالی که با یافته‌های یانچینی (۲۰۰۸)، و کاماروا (۲۰۱۰) همخوانی نداشت؛ زیرا آنها بین رفتار حمایتی - استقلالی مربی و اشکال مختلف انگیزش هیچ ارتباط معنا داری را گزارش نکرده اند.

بر اساس نتایج به دست آمده رفتارهای حمایتی - استقلالی مربیان با انگیزش بیرونی درون‌فکنی‌شده بازیکنان تیم ارتباط مثبت و معناداری ($P=0/001$) داشت.

نتایج رگرسیون چند متغیره نیز نشان داد که رفتارهای حمایتی - استقلال‌مربیان توان پیش‌بینی انگیزش بیرونی درون‌فکنی‌شده بازیکنان را دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های پلتیر و همکارانش (۲۰۰۱)، ادموندز و همکارانش (۲۰۰۵)، که چنین ارتباط مثبتی را گزارش کرده بودند، همسو بود، در صورتی‌که با نتایج پژوهش ویلسن و همکاران (۲۰۰۴)، لیم و وانگ (۲۰۰۸) که ارتباط منفی و معناداری را نشان می‌داد و همچنین با پژوهش یانچینی (۲۰۰۸)، جم (۲۰۱۰)، کاماروا (۲۰۱۰) همخوانی نداشت. جم و کاماروا نیز بین رفتارهای حمایتی - استقلال‌مربیان و انگیزش بیرونی درون‌فکنی‌شده هیچ ارتباطی را گزارش نکردند.

بین رفتارهای حمایتی‌استقلال‌مربیان و انگیزش بیرونی، ارتباط معناداری در سطح $(P=0/05)$ مشاهده نشد. این یافته با نتایج پژوهش‌های پلتیر و همکارانش (۲۰۰۱)، جم (۲۰۱۰) و کاماروا (۲۰۱۰) همسو بود. آنها نیز بین رفتار حمایتی - استقلال‌مربیان و انگیزش بیرونی ارتباط معناداری را گزارش نکرده بودند، اما با نتایج پژوهش‌های ویلسن و همکاران (۲۰۰۴) و لیم و وانگ (۲۰۰۸) همخوان نبود، زیرا آنان بین رفتار حمایتی مربی و انگیزش بیرونی یک ارتباط منفی را گزارش کرده بودند.

یافته‌ها در ضمن نشان داد که رفتارهای حمایتی - استقلال‌مربیان با بی‌انگیزگی بازیکنان تیم ارتباط منفی و معناداری $(P=0/001)$ داشت. نتایج رگرسیون چند متغیره نیز نشان داد که رفتارهای حمایتی - استقلال‌مربیان می‌تواند بی‌انگیزگی بازیکنان را به صورت معکوس پیش‌بینی کند؛ بدین معنا که با افزایش رفتارهای حمایتی - استقلال‌مربیان سطح بی‌انگیزگی در بازیکنان کاهش می‌یابد و بالعکس. این نتیجه با نتایج پژوهش‌های پلتیر و همکارانش (۲۰۰۱)، ادموندز و همکارانش (۲۰۰۵)، لیم و وانگ (۲۰۰۸)، همخوانی داشت؛ زیرا چنین ارتباط منفی را گزارش کرده اند؛ در حالی‌که با نتایج پژوهش کاماروا (۲۰۱۰)، که از فقدان هیچ ارتباطی بین رفتارهای

حمایتی - استقلالی مربی و بی‌انگیزگی را گزارش کرده بودند، همسو نبود.

شاید بتوان گفت دلیل ناهمخوانی بودن نتایج پژوهش‌های مختلف در این زمینه، ممکن است به دلیل تفاوت در نمونه‌ها، از نظر سن، جنسیت، سطح عملکرد و حتی ویژگی‌های فرهنگی جامعه و تفسیر افراد از شرایط و رفتار مربی باشد. چرا که بر اساس دیدگاه (اسمیت و اسمالز، ۱۹۹۶) اثر رفتار مربی به این بستگی دارد که ورزشکاران چگونه این رفتارها را تفسیر می‌کنند. از این رو تجربه سطوح بالای انگیزش درونی ورزشکاران به میزان درک آنها از رفتارهای مربی، و میزان نیازهای پایه‌ای روان‌شناختی ارضا شده آنان بستگی دارد، (ماگو و والرند ۲۰۰۳). در هر حال به پژوهش‌های بیشتری در زمینه انگیزش خودمختار و کنترل شده بویژه در ورزش حرفه‌ای نیاز مند هستیم. بر اساس نظریه خودمختاری، مربیانی که از استقلال بازیکن حمایت می‌کنند، زمینه را برای بروز انواع خودمختار انگیزش فراهم می‌آورند و از نتایج رفتاری سودمند آن بهره می‌گیرند. برعکس تغییر کانون علیت از درونی به بیرونی، احساس استقلال در فعالیت را کاهش می‌دهد و در پی آن، اشکال خودمختار انگیزش (انگیزش درونی، تنظیم خودپذیر و تنظیم آمیخته) را تقلیل می‌بخشد، در حالی که اشکال کنترل شده انگیزش (تنظیم درون فکنی شده، انگیزش بیرونی و بی‌انگیزگی) را افزایش می‌دهد. اشکال غیر خودمختار انگیزش (بی‌انگیزگی یا تنظیم بیرونی و یا هر دو) با خستگی و ناراحتی به شکل مثبت و معنادار دارند. به علاوه، یک ارتباط منفی بین بی‌انگیزگی نسبت به تربیت بدنی و تمایل افراد به فعالیت بدنی در اوقات بیکاری مشاهده شد (استاندریج و همکاران، ۲۰۰۵).

در پایان می‌توان نتیجه گرفت که انگیزش درونی و انگیزش بیرونی خودمختار تا اندازه‌ای شبیه به هم و مخالف انگیزش بیرونی غیر خودمختار هستند. پس انگیزش بیرونی نیز عنصر مهم و ضروری اجرای بهینه ورزشکاران به شمار می‌آید، زیرا درگیر

بودن در ورزش مستلزم آموزش مداوم و نظم و انضباطی است که همیشه لذت‌بخش نیست. پس ورزشکاران همیشه نمی‌توانند به انگیزش درونی تکیه کنند و ضروری است که به انواع انگیزش بیرونی نیز توجه شود. یعنی ورزشکاران اهمیت و ارزش آموزش‌ها را برای توسعه مهارت‌هایشان در ورزش بپذیرند (ماگو والرند، ۲۰۰۳). شگفت‌آور اینکه بسیاری از روان‌شناسان اهمیت انگیزش درونی و بیرونی خودمختار را مورد تایید قرار داده‌اند. پژوهش‌ها نیز نشان می‌دهد که انگیزش بیرونی خودمختار در مقایسه با انگیزش بیرونی غیرخودمختار به شناخت موثر و مثبت می‌انجامد و نتایج رفتاری بسیار مشابه با انگیزش درونی را برای فرد به همراه می‌آورد (والرند، ۱۹۹۷). ورزشکارانی که انگیزش درونی و بیرونی خود خواسته و خودمختار داشته‌اند در مقایسه با ورزشکارانی که فقط به انواع انگیزش بیرونی غیرخودمختار متکی بوده‌اند، عملکرد بالاتر و سطوح بالای تمرکز را نشان داده‌اند (پلیتیر و همکاران، ۱۹۹۵). بنابراین مربیان باید با حمایت از استقلال بازیکنان و کمک به ایجاد احساس شایستگی و استقلال در آنها انگیزش درونی و انگیزش بیرونی خودمختار را توسعه دهند. و از نتایج رفتاری و احساسی مرتبط با انگیزش خودمختار در جهت عملکرد بهینه تیم استفاده نمایند.

تحلیل مدل مسیر

همان‌گونه که در الگوی تحلیل مسیر مشاهده می‌شود، رفتارهای حمایتی-استقلالی مربیان (متغیرهای مستقل برون‌زا) بر ارضای نیازهای روانی و انگیزش خودمختاری بازیکنان (متغیر مستقل درون‌زا یا واسطه^۱) به طور مستقیم اثرگذار است.

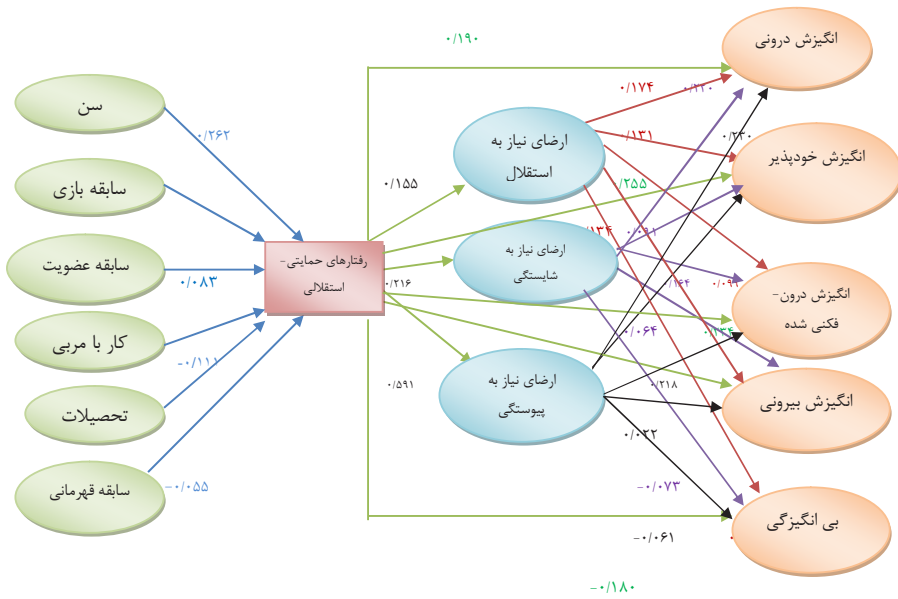
در مدل تحلیل مسیر نشان داده شد که رفتارهای حمایتی-استقلالی مربیان در ارضای نیازهای روانی بازیکنان سهم دارد. ضرایب مسیر برای نیاز پیوستگی «۰/۵۹».

1- Mediator

نیاز شایستگی «۰/۲۱»، و نیاز استقلال «۰/۱۵»، بود. وجود این رابطه به این دلیل است که مربیان لیگ برتر هندبال، رفتارهایی حمایتی- استقلال‌ی مثل؛ فراهم آوردن فرصت انتخاب (کمک به ارضای نیاز استقلال)، حمایت و تحسین کیفیت کاری بازیکنان (کمک به ارضای نیاز شایستگی)، آگاهی از احساسات ورزشکاران و لحاظ کردن آن، ایجاد روابط صمیمی و نزدیک (کمک به ارضای نیاز پیوستگی) را در شیوه اداره تیم به کار گرفته و در نتیجه زمینه را برای ارضای این سه نیاز پایه در ورزشکاران فراهم می‌آورند.

اثر رفتارهای حمایتی- استقلال‌ی مربیان لیگ برتر هندبال بر اشکال انگیزش خودمختار یعنی؛ انگیزش درونی و انگیزش بیرونی خودپذیر به ترتیب دارای ضریب مسیر «۰/۱۹»، و «۰/۲۵» و برای انگیزش درون‌فکنی شده دارای ضریب مسیر «۰/۲۳»، بود. همچنین اثر رفتارهای حمایتی- استقلال‌ی مربیان بر انگیزش بیرونی بازیکنان دارای ضریب «۰/۰۳»، و بر بی‌انگیزگی بازیکنان دارای ضریب «۰-/۱۸»، بود. یعنی در این سبک رهبری مربیان با حمایت از استقلال بازیکنان زمینه را برای دستیابی به سطوح بالای انگیزش خودمختار فراهم می‌آورند. پس می‌توان استنتاج کرد که جریان‌ها و محیط‌های حمایتی- استقلال‌ی، انگیزش درونی و خودمختار را حفظ می‌کنند و یا ارتقا می‌دهند و باعث کاهش بی‌انگیزگی در بازیکنان می‌شود. برعکس جریان‌ها و محیط‌های کنترل‌کننده، باعث کاهش انگیزش درونی و انگیزش خودمختار شده در زمینه را جهت ایجاد انگیزش بیرونی و بی‌انگیزگی در بازیکنان فراهم می‌آورند.

تفاوت اندکی که بین ضرایب رگرسیون و ضرایب مسیر مشاهده می‌گردد به این علت است که در مدل سازی، خطای اندازه‌گیری کمتری وجود دارد و توالی رابطه علی، مورد بررسی قرار می‌گیرد. به همین دلیل، برای تعیین سهم و نقش متغیرهای پیش‌بینی‌کننده از صحت و سقم بالاتری برخوردار می‌شود. بدین جهت، از رگرسیون برای آزمون فرضیه‌ها و از تحلیل مسیر برای ارائه مدل استفاده شد.



منابع

- ۱- زردشتیان، شیرین. (۱۳۸۶). ارتباط بین سبک‌های رهبری تحول‌گرا و عمل‌گرای مربیان با انگیزش رقابت بازیکنان لیگ برتر بسکتبال ایران. رساله دکتری، دانشگاه تربیت معلم.
- ۲- ریو، مارشال. (۱۳۸۳). انگیزش و هیجان (ترجمه سیدمحمدی، یحیی). تهران: نشر. تاریخ انتشار به زبان اصلی (۱۹۹۲).
- 3- Adie, J. W., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2008). Autonomy Support, Basic Need Satisfaction and the Optimal Functioning of Adults Male and Female Sport Participants: A Test of Basic Needs Theory. *Journal of Motivation and Emotion, Vol.32, No.3.*
- 4- Alvarez, M. S., Balaguer, I., Castillo, I., & Duda, J. L. (2009). Coach Autonomy Support and Quality of Sport Engagement in Young Soccer Players. *The Spanish Journal of Psychology, Vol. 12, No. 1, 138-148.*
- 5- Almagro, B. J., Saenz-Lopez, P., & Moreno, J. A. (2010). Prediction of Sport Adherence through the Influence of Autonomy-Supportive Coaching among Spanish Adolescent Athletes. *Journal of Sports Science and Medicine, 9, 8-14.*
- 6- Amorose. A.J., (2007). Coaching effectiveness: Exploring the relationship between coaching behaviour and self-determined motivation. In M.S. Hagger, & N.L.D. Chatzisarantis, *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Exercise and Sport, pp.209-227. Champaign Il: Human Kinetics.*
- 7- Amorose, A. J., & Anderson-Butcher, D. (2007). Autonomy-supportive coaching and self-determined motivation in high school and college athletes: A test of selfdetermination theory. *Psychology of Sport and Exercise, 8(5), 654-670.*
- 8- Balaguer. I., Castillo, I., Alvarez, M. S., & Duda, J. L. (2005). Importance of social context in the prediction of self determination and well-being in athletes

of different level. *Paper presented at European Congress of Psychology Granada (Spain).*

9- Blanchard, C., & Vallerand, R. J. (1996). Perceptions of competence autonomy, and relatedness as psychological mediators of the social factors-contextual motivation relationship. *Unpublished manuscript. Universite du Quebec a Montreal.*

10- Case, R. W. (1984). Leadership in Sport: The Situational Leadership Theory. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 55 (1).*

11- Chelladurai, P. (1993). Leadership. *Handbook on Research on Sport Psychology (pp. 647-671). New York: McMillan.*

12- Conroy, D. E., & Coatsworth, J. D. (2007). Assessing Autonomy-Supportive Coaching Strategies in Youth Sport. *Psychology of Sport and Exercise 8, 671-684.*

13- Coatsworth, J. D., & Conroy, D. E. (2009). The Effect of Autonomy-Supportive Coaching, Need Satisfaction, and Self-Perceptions on Initiative and Identity in Youth Swimmers. *Developmental Psychology. Vol 45(2), 320-328.*

14- Cox, A. E., Smith, A. L. & Williams, L. (2008). Change in Physical Education Motivation and Physical Activity Behavior during Middle School. *Journal of Adolescent Health 43, 506-513.*

15- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1987). The Support of Autonomy and the Control of Behavior. *Journal of Personality and Social Psychology. Vol. 53, No. 6, 1024-1037.*

16- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1991). A Motivational Approach to Self: Integration in Personality. *University of Nebraska. Vol, 38.*

17- Deci, E. L., Eghrari, H. Patrik, B. C., & Leone, D. (1994). Facilitating internalization: The Self-Determination Theory Perspective. *Journal of Personality, 62, 119-142.*

18- Doherty, A. J., & Danylchuk, K. E. (1996). Transformational and Transactional Leadership in Interuniversity Athletics Management. *Journal of Sport Management, 10, 292-309.*

19- Edmunds, J. K., Ntoumanis, N., & Duda, J. L. (2005). Facilitating Exercise Engagement: An Experimental Test of Self-Determination Theory. *Manuscript in Preparation.*

20- Edmunds, J. K., Ntoumanis, N., & Duda, J. L. (2006). A Test of Self-Determination Theory in the Exercise Domain. *Journal of Applied Social Psychology, 36, 2240-2265.*

21- Gagne, M., Chemolli, E., Forest, J., & Koestner, R. (2008). A Temporal Analysis of the Relation Between Organisational Commitment and Work Motivation. *Psychological Belgica. 48-2 & 3, 219-241.*

22- Geme, L. (2010). Perceived Autonomy Support, Basic Needs Satisfaction, Motivation Regulation and Well-Being: Verification of Self-Determination Theory in Dancers in Finland. *Master Thesis. University of Jyväskylä.*

23- Hagger, M. S., & Chatzisarantis, N. L. D. (2007). Advances in self-determination Theory Research in Sport and Exercise. *Psychology of Sport and Exercise, 8, 597-599.*

24- Hagger, M. S., Chatzisarantis, N., Culverhouse, T., & Biddle, S. J. H. (2003). The Processes by which Perceived Autonomy Support in Physical Education Promotes Leisuretime Physical Activity Intentions and Behavior: A Trans-contextual Model. *Journal of Educational Psychology, 95, 784-795.*

25- Hagger, M. S., Chatzisarantis, N., Culverhouse, T., & Biddle, S. J. H. (2003). The Processes by which Perceived Autonomy Support in Physical Education Promotes

Leisuretime Physical Activity Intentions and Behavior: A Trans-contextual Model.

Journal of Educational Psychology, 95, 784-795.

26- Horn, T. S. (2002). Coaching Effectiveness in the Sport domain. *Advances in Sport Psychology* (pp. 309-354).

27- Ianchini, A. L. (2008). Factors Influencing the Provision of Autonomy-Support. *Doctoral Dissertation. The Ohio State University. Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. American Psychologist*, 55(1), 68-78.

28- Kamaroa, S. (2010). Autonomy Support, Basic Needs Satisfaction, Motivation Regulation, and Well-Being among Elite Level Ballet Dancers in Russian Speaking Countries. *Master Thesis. University of Jyväskylä*.

29- Lim, B. S. C., & Wang, C. K. J. (2009). Percieved Autonomy Support, Behavioral Regulations in physical Education and Physical Activity Intention. *Psychology of Sport and Exercise* 10, 52-60.

30- Mageau, G.A., & Vallerand, R.J. (2003). The coach-athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sport Sciences*, 21, 883-904.

31- Markland, D. (1999). Self-Determination Moderates the Effects of Perceived Competence on Intrinsic Motivation in an Exercise Setting. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 21, 351-361.

32- McDonough, M. H., & Crocker, P. R. E. (2007). The Role of Relatedness in Physical Activity Motivation, Behaviour, and Affective Experiences: A Self-Determination Theory Perspective. *The University of British Columbia*.

33- Ntoumanis, N. (2005). A Prospective Study of Participation in Optional School Physical Education Based on Self-Determination Theory. *Journal of Educational Psychology*, 97, 444-453.

34- Patrick, S. A. (2004). The effect of congruence leadership behavior on motivation, commitment, and satisfaction on college tennis players. *Doctoral dissertation, Florida State University.*

35- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., & Brière, N. M. (2001). Associations among perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: A prospective study. *Motivation and Emotion, 25*(4), 279-306.

36- Reeve, J. (2002). Self-Determination Theory Applied to Educational Settings. *University of Rochester.*

37- Reeve, J. and Deci, E.L. (1996). Elements of the competitive situation that affect intrinsic motivation. *Personality and Social Psychology Bulletin, 22*, 24-33.

38- Reinboth, M., & Duda, J. (200۶). Perceived Motivational Climate, Need Satisfaction and Indices of Well-being in Team Sports: A Longitudinal Perspective. *Psychology of Sport and Exercise, 7*, 269-286.

39- Reinboth, M., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2004). Dimensions of Coaching Behavior, Need Satisfaction, and the Psychological and Physical Welfare of Young Athletes. *Motivation and Emotion, 28*, 297-313.

40- Richer, S.F., & Vallerand, R.J. (1995). Supervisors' interactional styles and subordinates' intrinsic and extrinsic motivation. *Journal of Social Psychology, 135*(6), 707-722.

41- Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2002). Overview of Self-Determination Theory: An Oorganismic Dialectic Perspective. In E.L. Deci & R.M. Ryan (Eds.), *Handbook of self-determination research*, 3-37.

42- Smith, A., Ntoumanis, N., & Duda, J. (2007). Goal Striving, Goal Attainment, and Well-Being: Adapting and Testing the Self-Concordance Model in Sport. *Journal*

43- Standage, M., Duda, J. L., Ntoumanis, N. (2005). A Test of Self- determination Theory in School Physical Education. *British Journal of Educational Psychology*, 75, 411-433.

44- Vallerand, R. J., & Losier, G. F. (1999). An Integrative Analysis of Intrinsic and Extrinsic Motivation. *Journal of Applied Psychology*, 11, 142-169.

45- Vansteenkiste, M., Simons, J., Lens, W., & Sheldon, K. M. (2004). Motivation Learning, Performance, and Persistence: The Synergistic Effects on Intrinsic Goal Contents and Autonomy- Supportive Contexts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87, 246-260.

46- Wilson, P. M., & Rodgers, W. M., Carpenter, P. J., Hall, C., Hardy, J., & Fraser, S. N. (2004). The Relationship between Commitment and Exercise Behavior. *Psychology of Sport and Exercise* 5, 405-421.

47- Wilson, P. M., & Rodgers, W. M., Blanchard, C. M., & Gessell, J. (2003). The Relationship between Psychological Needs, Self-Determined Motivation, Exercise Attitudes, and physical Fitness. *Journal of Applied Social Psychology*, 33, 2373-2392.

48- Wilson, P. M., & Rodgers, W. T. (2008). Examining Relationships between Perceived Psychological Need Satisfaction and Behavioral Regulations in Exercise. *Journal of Applied Biobehavioral Research*, 13, 3, pp. 119-142.