

پیش‌بینی رضایت ورزشی براساس رفتار کنترلی مربی، خودکارآمدی و انگیزش ورزشکار

سید حجت زمانی ثانی^{۱*}، علی عبدالله سالم^۲، زهرا فتحی رضائی^۱، مهتا اسکندر نژاد^۱

۱. دانشیار گروه رفتار حرکتی دانشگاه تبریز

۲. دانشجوی دکتری گروه رفتار حرکتی دانشگاه تبریز

چکیده

عوامل فردی و بین فردی متعددی وجود دارد که نتایج ورزشی را تحت تأثیر قرار می‌دهند. لذا هدف تحقیق حاضر پیش‌بینی رضایت ورزشی بر مبنای رفتار کنترلی مربی، خودکارآمدی و انگیزش ورزشکار بود. تحقیق حاضر به صورت توصیفی همبستگی در ورزشکاران دانشگاهی رشته‌های تیمی بود که از بین آنها ۱۵ تیم به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شد. ۱۸۴ ورزشکاران در دامنه سنی ۱۸ تا ۲۵ سال در تحقیق شرکت کردند. پرسشنامه‌های رضایت ورزشی، رفتار کنترلی مربی، خودکارآمدی ورزشی و تنظیمات رفتاری در ورزش مورد استفاده قرار گرفت. داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی در نرم‌افزار SPSS23 و لیزرل نسخه ۸/۸ تحلیل شد. نتایج نشان داد که خودکارآمدی ورزشکاران و رفتار کنترلی مربی با انگیزش درونی رابطه مثبت و معنادار داشت. رضایت ورزشی با بی‌انگیزگی رابطه منفی و معنادار و با انگیزش بیرونی و انگیزش درونی رابطه مثبت و معنادار داشت. در نهایت رضایت ورزشی با رفتار کنترلی مربی رابطه مثبت و معناداری نشان داد. نتایج تحلیل رگرسیونی هم نشان داد که مدل رابطه مفروض معنادار است، و همه متغیرها قابلیت پیش‌بینی رضایت ورزشی را دارند. نتایج ضریب بتا نشان داد که بی‌انگیزگی به صورت منفی و سایر متغیرها به ترتیب شامل انگیزش درونی، خودکارآمدی، انگیزش بیرونی و رفتار کنترلی مربی به صورت مثبت قابلیت پیش‌بینی رضایت ورزشی را دارند. انگیزش درونی مهمترین و قوی‌ترین عامل در اثرگذاری بر رضایت ورزشی شناسایی شد. نتایج با استفاده از نظریات مربوط به خودکارآمدی، انگیزش خودمختار و انگیزه درونی و بیرونی بحث شدند.

واژگان کلیدی: رضایت ورزشی، رفتار کنترلی مربی، خودکارآمدی، انگیزش

The prediction of sport satisfaction based on coach's controlling behavior, athletes' self-efficacy and motivation

Seyed Hojjat Zamani Sani ^{1*}, Ali Abdullah Salem ², Zahra Fathirezaie ¹, Mahta Eskandarnejad ¹

1. Associate Professor of motor Behavior, University of Tabriz

2. PhD Student of Motor behavior, University of Tabriz

Abstract

There are many individual and interpersonal factors that can affect sports results. Therefore, the current research aimed to predict sports satisfaction based on the coach's controlling behavior, athletes' self-efficacy, and motivation. The present research was a descriptive correlational study of university athletes, from which 15 teams were selected by cluster sampling. 184 athletes in the age range of 18 to 25 years participated in the research. Questionnaires on sports satisfaction, coach's controlling behavior, sports self-efficacy, and behavioral regulations in sports were used. The data were analyzed using Pearson's correlation coefficient and linear regression in SPSS23 software and LISREL 8.8. The results showed that the athletes' self-efficacy and coaches' controlling behavior had a positive and significant relationship with intrinsic motivation. Athletes' satisfaction had a negative and significant relationship with amotivation and a positive and significant relationship with the external motivation and internal motivation. Finally, sports satisfaction showed a positive and significant relationship with the coach's controlling behavior. The results of the regression analysis also showed that the assumed relationship model is significant, and all variables can predict sports satisfaction. The results of the beta coefficient showed that amotivation negatively and other variables, including internal motivation, self-efficacy, external motivation, and the coach's controlling behavior, can positively predict athletes' satisfaction. It was identified that intrinsic motivation is the most important and strongest factor in influencing athletes' satisfaction. The results were discussed using theories related to self-efficacy, autonomous motivation, and intrinsic and extrinsic motivation.

Keywords: Sport Satisfaction, coach's controlling behavior, self-efficacy, motivation

* Email: hojjatzamani8@gmail.com

۱. مقدمه

بدون شک عوامل فردی و بین فردی زیادی وجود دارد که موفقیت را در ورزش‌های تیمی ایجاد می‌کنند. ادراک ورزشکار از رفتار مربی بعنوان یک عامل فردی تحت تأثیر عامل بین فردی رابطه مربی و ورزشکار می‌تواند موجبات موفقیت ورزشی و رضایت ورزشکار را تحت تأثیر قرار دهد (ادنان و همکاران، ۲۰۲۱). همچنین باور ورزشکار به توانایی برای انجام وظایف خود در ورزش به منظور رسیدن به اهداف مشخص یکی از جنبه‌های بسیار مهم در ورزش بحساب می‌آید که تحت عنوان خودکارآمدی ورزشی تعریف می‌شود (فلتز و همکاران، ۲۰۱۵). ورزشکار دارای خودکارآمدی بالا به مهارت‌های ورزشی خود اعتماد دارد، رفتار و محیط خود را کنترل می‌کند و توانایی هدایت انگیزه‌های خود را دارد (روگووسکا و همکاران، ۲۰۲۲). انگیزه به فرآیند شروع، هدایت و پایداری رفتار اشاره دارد. اساساً انگیزه مربوط به این است که چرا افراد رفتارهای خاصی را انجام می‌دهند. زمانی می‌توان انگیزه درونی را در مورد یک ورزشکار بیان کرد که او بخواهد اجرای یک فعالیت را فقط به دلیل رضایت به دست آمده از آن فعالیت انجام دهد. با اینحال انگیزه بیرونی زمانی خود را نشان می‌دهد که فعالیت ورزشی برای کسب پاداش یا نتایج مورد انتظار مانند کسب پول یا جوایز باشد (دسی و رایان، ۲۰۰۸).

در این میان انگیزه ورزشکار می‌تواند تحت تأثیر ابعاد درونی -مانند خودکارآمدی (مولود و الکادر، ۲۰۱۶) و بیرونی مانند روابط ورزشکار- مربی (ماگنو و والرند، ۲۰۳۳) قرار گیرد. انگیزش و مفاهیم مربوط به آن در مرکز مشارکت ورزشی قرار دارد و نظریات متفاوتی برای تبیین انگیزش و تأثیر آن بر عملکرد ورزشی ایجاد شده است (وینبرگ و گولد، ۱۳۹۲). برخی نظریات مربوط به انگیزش انسان را یک موجود منفعل می‌دانند و عوامل محیطی را ایجاد کننده رفتار می‌شناسند. نظریات دیگر عوامل درونی و ناهشیار را زیربنای رفتار آدمی به حساب می‌آورند و دسته سوم آنها می‌باشند که با یک رویکرد تلفیقی شناختی، تعامل بین محیط و ادراک فرد را زیربنای رفتار انسان می‌دانند (کیگان و همکاران، ۲۰۱۰). نظریه ارزیابی شناختی دسی و رایان که ساختار نظری خودمختاری را بررسی کردند، بیانگر این است که نیاز انسان به احساس شایستگی فردی و آزادی عمل، یک کشش درونی دارد. فرض اساسی این نظریه آن است که افراد به احتمال زیاد در فعالیتهایی مشارکت می‌کنند که انگیزش خودتعیین داشته باشند و بتوانند با اراده آزاد خود آن را انجام دهند. براین اساس پیوستار انگیزشی ایجاد می‌شود که در سطوح بالای آن انگیزش درونی و در انتهای پیوستار بی‌انگیزگی قرار دارد (دسی و رایان، ۲۰۰۸).

بین این دو نوع انگیزه (انگیزش درونی و بی‌انگیزگی) انگیزش بیرونی قرار دارد که شامل تنظیم بیرونی (ورزشکار به خاطر نیازهای بیرونی مانند کسب جوایز و مدال یا اجتناب از تنبیه فعالیت می‌کند)، تنظیم متمایل به درون (ورزشکار به منظور ارتقاء عزت نفس و حس خودارزشی و برای جلوگیری از احساساتی مانند گناه یا شرم در فعالیت شرکت می‌کند)، تنظیم شناخته شده یا خودپذیر (زمانی که ارزش‌های ورزشکار و قضاوت‌های داوری جدا از نتایج ورزشی مهم تلقی شده و علت مشارکت ورزشی است)، و تنظیم یکپارچه یا درآمیخته (زمانی که ورزشکار به ورزش به عنوان یک اصل نگاه می‌کند و آن را موازی با ارزش‌های خود می‌بیند) قرار دارند (احمدی و همکاران، ۱۳۹۶). نتایج تحقیق هاویتز و همکاران (۲۰۱۳) و بلچارز و همکاران (۲۰۱۴) نشان داده است که در موضوع مشارکت فعالیت بدنی رابطه معناداری بین انگیزش و خودکارآمدی وجود دارد. لذا اولین هدف تحقیق حاضر بررسی رابطه بین انواع انگیزش ورزشی و خودکارآمدی در ورزشکاران رشته‌های تیمی بود.

در کنار عوامل درون فردی که عنوان شد، درک ورزشکار از رفتار مربی نیز بعنوان یک عامل بسیار مهم در مشارکت در ورزش بیان شده است (هورن، ۲۰۰۸). مربیان برای پیشبرد کارهای تیمی بایستی نوعی رفتاری داشته باشند تا ورزشکار بتواند رابطه مؤثر و کارآمدی را با مربی ایجاد کند (موئن و همکاران، ۲۰۱۵؛ فرانس و همکاران، ۲۰۲۰). نشان داده شده است که نوعی از رفتارهای مربی می‌تواند به افزایش اعتماد به نفس ورزشکار منجر شود و از طرف دیگر برخی رفتارهای دیگر باعث افزایش اضطراب ورزشکار و بی‌انگیزگی می‌شود (گیریتی و مورای، ۲۰۱۱). دو سبک ارتباطی بین مربی و ورزشکار شناخته شده است: سبک کنترلی که در آن مربی به روش‌های مقتدرانه و ایجاد فشار و اجبار رفتار می‌کند و سبک حمایتی - خودپیروی که در آن مربی، از آزادی اراده ورزشکار حمایت کرده و تصمیم‌گیری‌ها با مشارکت مربی و ورزشکار انجام می‌شود. تحقیقات نشان داده‌اند که در سبک کنترلی کننده، پاداش برای ایجاد انگیزه استفاده می‌شود (ماگنو و والرند، ۲۰۰۳)

که می‌تواند انگیزه‌های بیرونی را فعال کند. همچنین نشان داده شده است که رفتار مربی با شایستگی ادراک شده ورزشکار رابطه دارد و می‌تواند انگیزش درونی را پیش‌بینی کند (چوال و همکاران، ۲۰۱۷).

ساری و بیازیت (۲۰۱۷) نیز در بررسی خود نشان دادند که رفتارهای دستوری و تمرینی مربی و حمایت اجتماعی مربی با خودکارآمدی ورزشکار و انگیزش درونی رابطه مثبتی دارد. همچنین رفتارهای خودکامه با خودکارآمدی رابطه منفی داشت. نتایج تحقیقات نشان می‌دهد که بین رفتارهای مشارکتی مربی و رضایت ورزشکار از مربی و همچنین رضایت ورزشکار از عملکرد شخصی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین بین رفتار خودکامه مربی با رضایت ورزشکار از رفتار مربی رابطه منفی وجود دارد. ولی بین رفتار خودکامه مربی با رضایت از عملکرد شخصی رابطه وجود ندارد. همچنین نتایج تحقیق اکتادیناتا و همکاران (۲۰۲۳) نشان داد که خودکارآمدی می‌تواند انگیزه مشارکت و رضایت ورزشی دانش‌آموزان را افزایش دهد.

باتوجه به ارتباط دوگانه بین انگیزه‌های ورزشکاران با یک عامل درونی (خودکارآمدی) و عامل بیرونی (رفتار کنترلی مربی)، و همچنین تأثیر احتمالی عوامل مذکور در رضایت ورزشکاران، لذا تحقیق حاضر به منظور بررسی رابطه انواع انگیزش (درونی، بیرونی و بی‌انگیزگی)، خودکارآمدی و رفتارهای کنترلی مربی و اثر این عوامل بر رضایت ورزشی انجام شد.

۲. روش تحقیق

روش تحقیق حاضر از نوع همبستگی بود که به منظور رسیدن به یک مدل تحلیلی از روابط بین متغیرها ایجاد شد. جامعه آماری تحقیق شامل ورزشکاران دانشگاهی رشته‌های تیمی در عراق بود که از بین آنها ۱۵ تیم از رشته‌های فوتبال، والیبال، بسکتبال و هندبال به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شد. برای محاسبه تعداد نفرات مورد نیاز با نرم افزار جی پاور نسخه ۳،۱،۹،۴ اندازه اثر برابر با ۰/۱۵، آلفا برابر با ۰/۰۵ و تعداد کل پیش‌بینی کننده‌ها ۵ مؤلفه در نظر گرفته شد. براین اساس حداقل تعداد نمونه مورد نیاز ۱۳۸ ورزشکار بدست آمد. با اینحال باتوجه به مشارکت افراد در محل جمع‌آوری داده‌ها تعداد ۱۸۴ نفر در دامنه سنی ۱۸ تا ۲۵ سال در تحقیق شرکت کردند.

ابزارهای اندازه‌گیری

پرسشنامه خودکارآمدی ورزشی: برای سنجش آن از پرسشنامه خودکارآمدی ورزش کرل و همکاران (۲۰۰۷) استفاده شد. این پرسشنامه شامل ۱۰ سوال است که در یک مقیاس لیکرت ۴ گزینه ای (اصلاً تا همیشه) میزان خودکارآمدی ورزشکاران را اندازه‌گیری می‌کند. کمترین نمره آن ۱۰ و بیشترین آن ۴۰ است. روایی این ابزار با پرسشنامه عزت نفس (۰/۷۹) و اضطراب رقابتی (۰/۸۴) گزارش شده است (کرول و همکاران، ۲۰۰۷). همچنین ساختار عاملی نسخه عربی آن توسط درآود و همکاران (۲۰۱۸) تأیید شده و همسانی درونی با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۹ بدست آمده است. پایایی با استفاده از دونیمه کردن آزمون نیز ۰/۸۳ گزارش شده است. در تحقیق حاضر نیز پایایی از طریق آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۳ گزارش شد.

پرسشنامه تنظیم رفتار ورزشی: پرسشنامه تنظیم رفتار ورزشی شش عاملی لانسدل و همکاران (۲۰۰۸) ابعاد انگیزش را به صورت عامل‌های فاقد انگیزش، تنظیم بیرونی، تنظیم متمایل به درون، تنظیم خودپذیر، تنظیم درآمیخته و انگیزش درونی در ۲۴ سوال و براساس مقیاس لیکرت ۷ گزینه ای شامل (۱=اصلاً درست نیست) تا (۷=کاملاً درست است) اندازه‌گیری می‌کند. کمترین نمره برابر با ۲۴ و بیشترین آن ۱۶۸ است. این پرسشنامه توسط هالند و همکاران (۲۰۱۰) به زبان عربی استفاده شده است. همچنین در تحقیق حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌ها و نمره کل بین ۰/۷۲ تا ۰/۸۸ بدست آمد. علاوه براین همبستگی بین خرده مقیاس‌ها با نمره کل بررسی شد، اگرچه طبق تحقیقات گذشته، انتظار می‌رفت که همبستگی معناداری بین نمره کل و انواع انگیزش بدست آید، با اینحال این همبستگی می‌تواند دامنه وسیعی داشته باشد. در تحقیق حاضر نیز همبستگی بین ۰/۲۸ تا ۰/۷۸ معنادار بود، که نشان از روایی از نوع همسانی درونی دارد.

پرسشنامه رفتار کنترلی مربی: پرسشنامه رفتار کنترلی مربی بارثولومئو و همکاران (۲۰۱۰) میزان ادراک ورزشکاران را از رفتارهای کنترلی مربی با استفاده از مقیاس پانزده سوالی مورد سنجش قرار می‌دهد. این مقیاس رفتارکنترلی مربی را در

چهاربعد کنترل با استفاده از پاداش (چهار آیتم)، ملاحظات مشروط منفی (چهار آیتم)، تهدید (چهار آیتم) و کنترل شخصی بیش از اندازه (سه آیتم) براساس مقیاس ۷ ارزشی لیکرت (۱= کاملاً مخالفم) تا (۷= کاملاً موافقم) را می‌سنجد. بالاترین امتیاز برای کنترل شدید ۱۰۵ و پایین‌ترین آن ۱۵ است. در تحقیق حاضر نیز ترجمه توسط مترجمین مسلط به زبان انگلیسی و عربی انجام شد. در نهایت روایی صوری و محتوایی تأیید شد. همچنین در تحقیق حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌ها و نمره کل بین ۰/۶۵ تا ۰/۸۳ بدست آمد. علاوه براین روایی از نوع همسانی درونی آن با بررسی همبستگی بین خرده مقیاس‌ها با نمره کل پرسشنامه بین ۰/۷۲ تا ۰/۷۸ بدست آمد که نشان از روایی مناسب برای این پرسشنامه است.

پرسشنامه رضایت ورزشکاران توسط جالیشگان و بایدار (۲۰۱۶) ساخته شده است. این پرسشنامه براساس پیشینه تحقیق سه مؤلفه رضایت از عملکرد، رضایت از هم تیمی و رضایت از مربی را می‌سنجد. روایی و پایایی آن در ورزشکاران رشته‌های مختلف بدست آمده است. در این تحقیق نیز روایی درونی آن با آلفای کرونباخ ۰/۷۲ گزارش شد. همچنین همبستگی بالایی بین خرده مقیاس‌های آن با نمره کل رضایت ورزشی وجود داشت که نشان از همسانی درونی بالای آن است ($0.64 \leq r \leq 0.87$). در تحقیق حاضر نیز ترجمه توسط مترجمین مسلط به زبان انگلیسی و عربی انجام شد. در نهایت روایی صوری و محتوایی تأیید شد. همچنین در تحقیق حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌ها و نمره کل بین ۰/۶۸ تا ۰/۷۶ بدست آمد. همچنین همبستگی بین خرده مقیاس‌ها با نمره کل بررسی شد تا روایی از نوع همسانی درونی آن نیز بررسی شود. نتایج نشان داد همه خرده مقیاس‌ها با نمره کل پرسشنامه رابطه مثبت و معناداری دارند (۰/۹۱).

$0.77 \leq r \leq$

همچنین پرسشنامه مربوط به ویژگی‌های جمعیت شناختی ورزشکاران شامل رشته ورزشی، سن و جنسیت نیز بررسی شد. داده‌ها با استفاده از روش پرسشنامه‌ای آنلاین بود. پرسشنامه‌های مورد نیاز به زبان عربی ترجمه شد. در نهایت نسخه‌های آماده شده به زبان عربی در نرم افزار گوگل فرم وارد شد. تعداد ۱۵ تیم از رشته‌های مختلف ورزشی شامل فوتبال، والیبال، فوتسال، هندبال و بسکتبال انتخاب شدند و با مراجعه محقق به تیم‌ها لینک پرسشنامه در اختیار آنها قرار گرفت. داده‌های جمع‌آوری شده وارد نرم افزار ماکروسافت ایکسل شد و از آنجا به نرم افزار اس پی اس منتقل شدند. سپس تحلیل‌های آماری روی داده‌ها انجام شد.

تحلیل داده‌ها: داده‌های بدست آمده با استفاده از روش‌های آمار توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد و همچنین روش‌های آمار استنباطی شامل ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی به روش گام به گام در نرم افزار SPSS23 تحلیل شدند. برای به مدل مفهومی از نرم افزار LISREL8.8 استفاده شد.

آماره‌های توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای تحقیق همراه با ضرایب همبستگی پیرسون در جدول ۱ بیان شده است. همانطور که مشاهده می‌شود رضایت ورزشی با همه متغیرها رابطه مثبت و معنادار و با بی‌انگیزگی رابطه منفی و معناداری نشان داد. همچنین خودکارآمدی با انگیزه درونی و بیرونی رابطه مثبت و معناداری داشت ولی خودکارآمدی ورزشی با رفتار کنترلی مربی رابطه معنادار نشان نداد. علاوه براین رفتار کنترلی مربی با انگیزه درونی رابطه مثبت و معناداری داشت ولی با بی‌انگیزگی و انگیزه بیرونی رابطه معناداری نشان نداد.

۳. یافته‌های تحقیق

جدول ۱. آماره‌های توصیفی و همبستگی بین متغیرهای تحقیق

انحراف استاندارد	میانگین	انگیزه درونی	انگیزه بیرونی	بی‌انگیزگی	رفتار کنترلی مربی	خودکارآمدی ورزشی	
۱۳/۹۸	۶۱/۸۸					۰/۰۶	رفتار کنترلی مربی
۶/۴۳	۱۲/۲۷				-۰/۰۶	۰/۰۳	بی‌انگیزگی
۱۴/۸۲	۶۵/۶۲			۰/۳۲**	۰/۰۸	۰/۲۱**	انگیزه بیرونی
۶/۶۹	۲۰/۶۷		۰/۳۳**	-۰/۰۹	۰/۲۲**	۰/۲۳**	انگیزه درونی
۱۵/۳۱	۷۳/۴۰	۰/۵۰**	۰/۳۷**	-۰/۱۹**	۰/۲۶**	۰/۳۳**	رضایت ورزشی
۵/۰۴	۲۶/۵۵						خودکارآمدی ورزشی

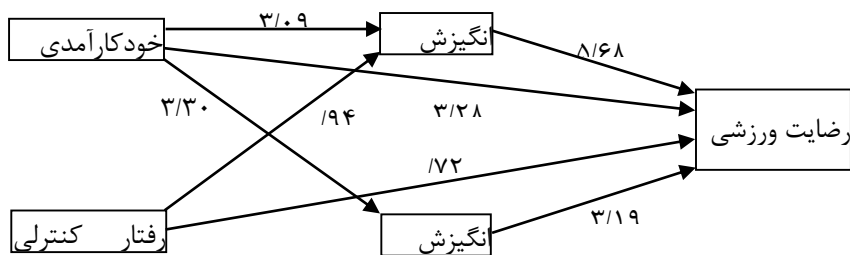
* $p \leq 0/05$; ** $p \leq 0/01$

نتایج رگرسیون نشان داد که مدل رابطه مفروض معنادار است (آماره مربع تعدیل شده آر = $0/40$ و آماره دوربین واتسون = $1/81$). همچنین آماره تحلیل واریانس معناداری مدل را نشان داد (مجموع مجذورات = $17845/60$ ، میانگین مجذور = $3569/12$ ، درجه آزادی = 5 ، آماره $F = 25/15$ ، سطح معناداری = $0/0001$). نتایج ضریب بتا نشان داد که ابتدا قوی ترین پیش بینی کننده های رضایت ورزشی به ترتیب انگیزش درونی، خودکارآمدی، انگیزه بیرونی، بی‌انگیزگی و رفتار کنترلی مربی بود.

جدول ۲. آماره های مدل رگرسیونی پیش بینی رضایت ورزشی از متغیرهای مستقل

سطح معناداری	ضرایب غیراستاندارد	ضرایب استاندارد شده	ضرایب غیراستاندارد	آماره B	ضریب ثابت
۰/۰۰۲	۳/۱۱		۶/۶۱	۲۰/۵۲	ضریب ثابت
۰/۰۰۰۱	۴/۶۰	۰/۳۰	۰/۱۵	۰/۶۷	انگیزش درونی
۰/۰۰۱	۳/۵۲	۰/۲۰	۰/۱۸	۰/۶۱	خودکارآمدی ورزشی
۰/۶۷	۴/۵۵	۰/۳۰	۰/۰۷	۰/۳۱	انگیزه بیرونی
۰/۰۰۰۱	-۴/۱۶	-۰/۲۶	۰/۱۵	-۰/۶۲	بی‌انگیزگی
۰/۰۱۲	۲/۵۴	۰/۱۵	۰/۰۶	۰/۱۶	رفتار کنترلی مربی

در ادامه به منظور رسیدن به یک مدل مفهومی نتایج بررسی تحلیل مسیر پیش بینی رضایت ورزشی بررسی شد. مدل مفهومی براساس روابط بین متغیرها شکل گرفت. بعد از بررسی نشان داده شد که دو مسیر براساس مقادیر t معنادار نمی‌باشد: مسیر خودکارآمدی به بی‌انگیزگی، مسیر رفتار کنترلی مربی به بی‌انگیزگی. بر همین اساس متغیر بی‌انگیزگی از کل مدل حذف شد. در ادامه این دو مسیر حذف شد و مجدداً تحلیل مسیر انجام شد. مدل دوم نشان داد که مسیر رفتار کنترلی مربی به انگیزش بیرونی نیز معنادار نیست. بنابراین این مسیر نیز حذف شد و مدل سوم بررسی شد (شکل ۱). همانطور که در جدول ۳ نشان داده شده است ضرایب از مدل ۱ تا ۳ بهتر شده است.



شکل ۱. مدل تحلیل مسیر سوم روابط بین متغیرها (ضرایب تی)

جدول ۳. ضرایب مدل تحلیل مسیر سوم

مدل / ضرایب	NFI	CFI	IFI	GFI	RMSEA
مدل ۱	۰/۹۲	۰/۹۰	۰/۹۰	۰/۹۵	۰/۱۳
مدل ۲	۰/۸۹	۰/۸۹	۰/۹۰	۰/۹۶	۰/۲۰
مدل ۳	۰/۹۰	۰/۹۰	۰/۹۰	۰/۹۶	۰/۱۰

تقریباً ۱۰ درصد از تغییرپذیری انگیزش درونی تحت تأثیر خودکارآمدی و رفتار کنترلی مربی بود. همچنین ۵ درصد از تغییرپذیری انگیزش بیرونی تحت تأثیر خودکارآمدی بود. در نهایت ۳۲ درصد از تغییرپذیری رضایت ورزشی تحت تأثیر ۴ متغیر انگیزش درونی، بیرونی، خودکارآمدی و رفتار کنترلی مربی بود.

معادله رگرسیونی هر یک از متغیرهای وابسته و ضرایب آنها به صورت زیر می باشد:

$$0.25 x_2 + 0.21 x_1 = Y_1 = \text{انگیزش درونی}$$

$$0.21 x_1 = Y_2 = \text{انگیزش بیرونی}$$

$$0.20 y_2 + 0.36 y_1 + 0.16 x_2 + 0.19 x_1 = Y_3 = \text{رضایت ورزشی}$$

جدول ۴. ضرایب مستقیم و غیرمستقیم مدل پیش بینی کننده رضایت ورزشی

کل	غیرمستقیم	مستقیم	اثر
			روی انگیزش درونی
۰/۲۱	-	۰/۲۱	از خودکارآمدی ورزشی
۰/۲۵	-	۰/۲۵	از رفتار کنترلی مربی
			روی انگیزش بیرونی
۰/۲۱	-	۰/۲۱	از خودکارآمدی ورزشی
			روی رضایت ورزشی
۰/۳۲	۰/۱۲	۰/۱۹	از خودکارآمدی ورزشی
۰/۲۴	۰/۰۷	۰/۱۶	از رفتار کنترلی مربی
۰/۳۶	-	۰/۳۶	از انگیزش درونی
۰/۲۰	-	۰/۲۰	از انگیزش بیرونی

۴. بحث و نتیجه گیری

نتایج تحلیل همبستگی پیرسون نشان داد که بین خودکارآمدی ورزشی با انگیزش درونی و انگیزش بیرونی رابطه مثبت و

معنادار وجود دارد. با اینحال نشان داده شد که خودکارآمدی با بی‌انگیزگی رابطه معناداری ندارد. نتایج تحقیق حاضر با نتایج چوهاری و شهاب‌الدین (۲۰۰۷) همخوانی داشت. آنها نیز نشان دادند که بین خودکارآمدی با انگیزش درونی و بیرونی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین نتایج پژوهش حاضر با نتایج یلماز و همکاران (۲۰۲۰) همخوانی داشت. آنها نیز نشان دادند که بین انگیزش موفقیت ورزشی با خودکارآمدی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. فومینیخ و همکاران (۲۰۲۰) نیز نشان دادند که خودکارآمدی بالا با کاهش بی‌انگیزگی همراه است و عوامل مهم خودکارآمدی شامل موفقیت، تجربیاتی که به حس شایستگی فرد کمک می‌کند و تمرکز بر رقابت می‌تواند انگیزه را بالا ببرد.

نظریه خودمختاری در این زمینه بیان می‌کند که شایستگی یکی از نیازهای اساسی ورزشکار است و درجه ارضاء آن راهی به سوی تعیین انگیزش درونی فرد طی می‌کند. بنابراین نظریه اولین عامل روان‌شناختی که انگیزش را تحت تأثیر قرار می‌دهند نیاز به شایستگی است که خودکارآمدی و اعتماد به نفس در مرکز آن قرار دارد. لذا اثرگذاری بر هر یک از این عوامل می‌تواند انگیزش درونی را افزایش دهد (احمدی و همکاران، ۱۳۹۶).

در ادامه نشان داده شد که رفتار کنترلی مربی با انگیزش درونی رابطه مثبت و معناداری دارد. نتایج پژوهش حاضر تاحدودی در زمینه نظریه خودمختاری مغایر با نتایج تحقیق اقدسی و احمدی (۱۳۹۵) بود. آنها نشان دادند که رفتار کنترلی مربی با کاهش نیازهای روان‌شناختی همراه است.

مربیان از طریق ارائه بازخورد سازنده نقش مهمی در شکل دادن به انگیزه‌های ورزشکاران دارند. مربی که تقویت مثبت ارائه می‌کند و به ورزشکاران کمک می‌کند تا اهداف واقع بینانه را تعیین کنند، می‌تواند به توسعه انگیزه‌های ورزشکاران کمک کند. در این زمینه اهمیت مفاهیم مربوط به رفتارهای کنترلی مربی که توسط ورزشکار درک می‌شود بسیار مهم است. ساختار بررسی شده تحقیق حاضر در زمینه رفتار کنترلی مربی شامل کنترل با استفاده از پاداش نیز می‌شد، لذا نتایج تحلیل همبستگی بین خرده مقیاس‌ها در تحقیق حاضر نشان داد که کنترل با استفاده از پاداش با انگیزش درونی و بیرونی رابطه مثبت و معناداری دارد. به نظر می‌رسد نمره کل رفتار کنترلی مربی بیشتر تحت تأثیر این عامل قرار گرفته است. تحقیقات مربوط به پاداش و انگیزه درونی نیز نتایج متناقضی را نشان می‌دهند به طوری که اگرچه اکثر تحقیقات رفتاری بیانگر کاهش انگیزش درونی در نتیجه پاداش هستند، و بلی ه نظر می‌رسد نوع پاداش به عنوان یک متغیر تعدیل کننده عمل می‌کند به طوری که نشان داده شده است پاداش‌های استحقاقی ۱ انگیزه درونی را افزایش می‌دهد (گرینفیلد، ۲۰۱۳). اگرچه موضوع پاداش‌های استحقاقی می‌تواند نتایج تحقیق حاضر را تبیین کند با اینحال افزایش انگیزه در نتیجه انواع پاداش‌ها در یادگیری یک ورزش و یا در ورزش حرفه‌ای نیازمند تحقیقات آتی است.

در ادامه نشان داده شد که خودکارآمدی با رضایت ورزشی رابطه مثبت و معناداری دارد. از دیدگاه باور خودکارآمدی ورزشکارانی که خودکارآمدی بالایی دارند، بیشتر به توانایی‌های خود اعتماد داشته و دیدگاه مثبتی نسبت به عملکرد خود دارند. این باور مثبت به توانایی‌ها می‌تواند به رضایت بیشتری منجر شود. به طور مشابه، ورزشکاران با خودکارآمدی بالا به احتمال زیاد از عملکرد خود راضی هستند، زیرا به توانایی خود برای موفقیت اعتقاد دارند (روردیتو و همکاران، ۲۰۲۳). از سوی دیگر همانطور که ذکر شد خودکارآمدی ارتباط تنگاتنگی با انگیزه و تلاش دارد. ورزشکاران با خودکارآمدی بالا انگیزه بیشتری دارند و مایلند تلاش لازم برای موفقیت را انجام دهند. این انگیزه و تلاش می‌تواند منجر به بهبود عملکرد و احساس موفقیت شود و به رضایت از عملکرد کمک کند (ادنان و همکاران، ۲۰۲۱).

در ادامه نتایج نشان داد که بین رضایت ورزشی با انگیزش درونی و بیرونی رابطه مثبت و معنادار و با بی‌انگیزگی رابطه منفی و معناداری دارد. از دیدگاه رشد و توسعه شخصی، ورزشکاران از رشد مستمر و بهبود مهارت‌ها، دانش و عملکرد خود رضایت کسب می‌کنند. انگیزه‌های درونی اغلب با میل به چالش کشیدن خود، یادگیری تکنیک‌های جدید و فراتر رفتن از محدودیت‌های خود تحریک می‌شوند. مربیانی که فرصت‌هایی را برای رشد مهارت تسهیل می‌کنند، آموزش‌های فردی ارائه می‌دهند و ورزشکاران را تشویق می‌کنند تا از مناطق راحتی خود خارج شوند، می‌توانند انگیزه‌های درونی ورزشکاران را برای برتری و رسیدن به پتانسیل کامل خود پرورش دهند. رشد و توسعه شخصی به رضایت کلی ورزشکاران از تجربه ورزشی خود

کمک می‌کند (ولا و همکاران، ۲۰۱۱).

همچنین افرادی که توسط انگیزه‌های درونی (مثلاً لذت، رشد شخصی) هدایت می‌شوند، به احتمال زیاد احساس رضایت و موفقیت را در ورزش تجربه می‌کنند. این رضایت درونی می‌تواند منجر به افزایش تعامل و پشتکار شود. علاوه بر این زمانی که ورزشکار درگیر فعالیت‌هایی می‌شوند که با ارزش‌ها، اهداف و علایق او همسو است، به احتمال زیاد احساس ارتباط و معنای شخصی را در عملکرد خود تجربه می‌کند. این همسویی بین انگیزه‌ها و ارزش‌ها می‌تواند احساس رضایت را تقویت کند. همچنین رابطه بین رضایت ورزشی با بی‌انگیزگی را می‌توان از طریق نظریه خودتعیینی درک کرد، که فرض می‌کند افراد دارای درجات مختلفی از انگیزه درونی و بیرونی هستند که می‌تواند بر رضایت آنها از عملکرد تأثیر بگذارد. بی‌انگیزگی به فقدان انگیزه یا فقدان قصد عمل اشاره دارد. افرادی که بی‌انگیزه هستند، احساس بی‌تفاوتی یا قطع ارتباط با عملکرد خود دارند و ممکن است هدف یا ارزشی را در شرکت در فعالیت‌ها نبینند. لذا فقدان انگیزه بر کاهش رضایت از عملکرد تأثیر دارد (پودلاق و همکاران، ۲۰۱۵).

در ادامه نتایج مدل رگرسیونی نشان داد که بی‌انگیزگی نمی‌تواند برای پیش‌بینی رضایت ورزشی مورد استفاده قرار گیرد. در نهایت مدل تحلیل مسیر بررسی شد تا بهترین الگو برای رضایت ورزشی براساس متغیرهای مورد بررسی انجام گیرد. این مدل نشان داد که خودکارآمدی هم به صورت مستقیم و هم به صورت غیر مستقیم از طریق انگیزش درونی و بیرونی می‌تواند رضایت ورزشی را پیش‌بینی کند. همچنین رفتار کنترلی مربی نیز به صورت مستقیم و به صورت غیرمستقیم از طریق انگیزش درونی توانست رضایت ورزشی را تحت تأثیر قرار دهد. این موضوع اهمیت انگیزش درونی را در هر دو مورد نشان داد. نتایج تحقیق حاضر در بررسی رابطه بین متغیرهای تحقیق توانست به سوالات موجود پاسخ دهد، لذا می‌توان پیشنهاد کرد که به منظور افزایش رضایت ورزشی در ورزشکاران بر اهمیت انگیزه درونی تأکید شود. برای ایجاد و تقویت انگیزه درونی می‌توان بر مشارکت ورزشکار در تعیین اهداف توسط ورزشکار و تلاش برای رسیدن به آنها کمک کرد. همچنین لذت بخش کردن مشارکت ورزشی با ایجاد زمان‌های مطلوب ورزش می‌تواند انگیزه‌های درونی را افزایش دهد. علاوه بر این، توانمندسازی ورزشکاران در انواع مهارت‌ها و استراتژی‌های مورد نیاز برای بازی می‌تواند حس خودکارآمدی ورزشکار را افزایش داده و منجر به افزایش رضایت ورزشی شود. در نهایت رفتارهای همراه با پاداش (بخصوص پاداش‌های استحقاقی) از طرف مربی نیز باید در شرایط خاص ارائه شود تا بتواند رضایت ورزشی را افزایش دهد. این پاداش‌ها باید به نحوی باشند که بتواند انگیزه‌های درونی را تقویت کند. لذا مورد آخر نیازمند تحقیقات بیشتری است.

در نهایت باید عنوان کرد که ماهیت گذشته نگر بودن تحقیق توانایی تعمیم‌پذیری آن را کاهش می‌دهد. همچنین استفاده از روش پرسشنامه‌ای که به صورت خودگزارشی بوده است، می‌تواند در سوگیری اجتماعی نتایج به سمت مثبت تأثیرگذار باشد. حجم نمونه پایین و عدم کنترل جنسیت ورزشکاران می‌تواند از محدودیت‌های تحقیق حاضر باشد. به نظر می‌رسد با توجه به اهمیت موضوع به ویژه در زمینه اثر متغیر تعدیل کننده جنسیت بر متغیرهای تحقیق مانند خودکارآمدی، این موضوع می‌تواند در تحقیقات آتی مورد بررسی قرار گیرد.

۵. منابع

- احمدی، منصور؛ عبدلی، بهروز، و رضوانی، مرضیه (۱۳۹۶). ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی پرسشنامه تنظیم رفتار ورزشی. *مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۲۲: ۳۱-۴۶.
- اقدسی، محمد تقی و احمدی، اصغر (۱۳۹۵). ارتباط بین رفتارهای کنترلی مربی، ناکامی از نیازهای روان‌شناختی، کاهش ارزشمندی ورزش، و میل به ادامه ورزش در ورزشکاران نوجوان. *مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۱۷: ۵۷-۶۹.
- وینبرگ، رابرت اس و گولد، دانیل (۱۳۹۲) مبانی روان‌شناسی ورزش و تمرین، ترجمه سیدمحمدکاظم واعظ موسوی، علی حجتی و نجمه رضاسلطانی. انتشارات حتمی. تهران.

Adnan, M. A. J., Tabassum, Y., Sattar, S., Hussein, H., & Butt, M. Z. I. (2021). Coaching behavior, motivation and psychological well-being in young athletes. *PalArch's Journal of Archaeology of Egypt/Egyptology*, 18(10), 979-989.

- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., & Thøgersen-Ntoumani, C. (2010). The controlling interpersonal style in a coaching context: Development and initial validation of a psychometric scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 32(2), 193-216.
- Blecharz, J., Luszczynska, A., Tenenbaum, G., Scholz, U., & Cieslak, R. (2014). Self-efficacy moderates but collective efficacy mediates between motivational climate and athletes' well-being. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 6(3), 280-299.
- Caliskan, G., & Baydar, H. O. (2016). Satisfaction scale for athlete (SSA): A study of validity and reliability. *European Scientific Journal*, 12 (14), 13-26.
- Cheval, B., Chalabaev, A., Quested, E., Courvoisier, D. S., & Sarrazin, P. (2017). How perceived autonomy support and controlling coach behaviors are related to well-and ill-being in elite soccer players: A within-person changes and between-person differences analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 28, 68-77.
- Chowdhury, M. S., & Shahabuddin, A. M. (2007). Self-Efficacy, Motivation and Their Relationship to Academic Performance of Bangladesh College Students. *College Quarterly*, 10(1), 1-9.
- Darawad, M.W., Hamdan-Mansour, A.M., Khalil, A.A., Arabiat, D., Samarkandi, O.A., Alhussami, M. (2018). Exercise self-efficacy scale: validation of the arabic version among Jordanians with chronic diseases. *Clin Nurs Res*, 27(7):890-906.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macro theory of human motivation, development, and health. *Canadian psychology/Psychologie canadienne*, 49(3), 182.
- Feltz, D., Short, S., Sullivan, P (2008). Self-efficacy in sport: research and strategies for working with athletes, teams and coaches. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 3(2): 293-295.
- Fominykh, A. Y., Kornienko, D., & Y Fominykh, A. (2020). Association between athletes self-efficacy, emotional regulation and sports achievements. *European Proceedings of Social and Behavioral Sciences*, 94, 252- 259.
- Fouraki, V., Stavrou, N. A., Apostolidis, N., & Psychountaki, M. (2020). Coach and athlete leadership behaviors: examining their role in athlete's satisfaction. *Journal of Physical Education & Sport*, 20(10.7752).
- Fransen, K., McEwan, D., & Sarkar, M. (2020). The impact of identity leadership on team functioning and well-being in team sport: Is psychological safety the missing link? *Psychology of Sport and Exercise*, 51, 101763.
- Gearity B, Murray MA. (2011). Athletes' experiences of psychological effects of poor coaching. *Psychology of Sport and Exercise*, 12: 213-221.
- Greenfield, J. D. (2013). The Effects of Locus of Control and Challenges on the Relationship between Contingent Rewards and Intrinsic Motivation. PhD thesis. The Chicago School of Professional Psychology.
- Havitz, M. E., Kaczynski, A. T., & Mannell, R. C. (2013). Exploring relationships between physical activity, leisure involvement, self-efficacy, and motivation via participant segmentation. *Leisure Sciences*, 35(1), 45-62.
- Horn TS. (2008). Coaching effectiveness in the sport domain, In T.S. Horn (Ed). *Advances in sport psychology*, Champaign, IL: Human kinetics, 355 -309.
- Keegan, R. J., Harwood, C., Spray, C. M., & Lavallee, D. (2010). From 'motivational climate' to 'motivational atmosphere': A review of research examining the social and environmental influences on athlete motivation in sport.
- Kroll, T., Kehn, M., Ho, P. S., & Groah, S. (2007). The SCI exercise self-efficacy scale (ESES): development and psychometric properties. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 4, 1-6.
- Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, E. A. (2008). The Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ): Instrument development and initial validity evidence. *Journal of sport and exercise psychology*, 30(3), 323-355.
- Mageau GA, Vallerand RJ. (2003). The coach-athlete relationship: A motivational model. *Journal of sports science*, 11(21): 883- 904.
- Moen, F., Giske, R., & Høigaard, R. (2015). Coaches' perceptions of how coaching behavior affects athletes: an analysis of their position on basic assumptions in the coaching role. *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*, 11(1): 180-199.
- Mouloud, K., & Elkader, B. (2016). Self-efficacy and achievement motivation among football player. *The Swedish Journal of Scientific Research*, 3(11), 13-19.
- Oktadinata, A., Subarjah, H., & Hidayat, Y. (2023). Increasing physical activity and sports satisfaction: The role of self-efficacy in physical education for young women. *Journal Sport Area*, 8(3), 300-309.

- Podlog, L., Gustafsson, H., Skoog, T., Gao, Z., Westin, M., Werner, S., & Alricsson, M. (2015). Need satisfaction, motivation, and engagement among high-performance youth athletes: A multiple mediation analysis. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(4), 415-433.
- Reverdito, R. S., Fonseca, S., Lopes, A., Aires, K., Santos Alves, L., Alves de Lima, L., ... & Gonçalves, C. (2023). Sources of sport satisfaction and perceived self-efficacy among youth in a competitive environment. *Perceptual and Motor Skills*, 130(3), 1221-1238.
- Rogowska, A. M., Tataruch, R., Niedźwiecki, K., & Wojciechowska-Maszkowska, B. (2022). The mediating role of self-efficacy in the relationship between approach motivational system and sports success among elite speed skating athletes and physical education students. *International journal of environmental research and public health*, 19(5), 2899.
- Sarı, İ., & Bayazit, B. (2017). The relationship between perceived coaching behaviours, motivation and self-efficacy in wrestlers. *Journal of human kinetics*, 57, 239.
- Vella, S., Oades, L., & Crowe, T. (2011). The role of the coach in facilitating positive youth development: Moving from theory to practice. *Journal of applied sport psychology*, 23(1), 33-48.
- Yılmaz, T., Yiğit, Ş., Dalbudak, İ., & Acar, E. (2020). Investigation of university students' self-efficacy and sport specific success motivation levels. *Turkish Studies (Elektronik)*.