

## جو انگیزشی مربی، نیازهای روان‌شناختی، انگیزش درونی و مشارکت ورزشی مداوم در دختران نوجوان ورزشکار

محمد جهانگیری<sup>۱</sup>، میر معصوم سهرابی<sup>۲</sup>، فاطمه پرستار<sup>۳</sup>

۱. دانشجوی دکترای دانشگاه رازی کرمانشاه\*

۲. کارشناس ارشد تربیت بدنی و مدیر عامل سازمان ورزش شهرداری تبریز

۳. کارشناس ارشد تربیت بدنی

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۲/۱۰/۱۴

تاریخ دریافت: ۱۳۹۲/۰۸/۰۱

### چکیده

هدف از این پژوهش، بررسی رابطه بین جو انگیزشی ایجاد شده توسط مربی، رضایت‌مندی از نیازهای روان‌شناختی پایه، انگیزش درونی و تداوم مشارکت ورزشی در دختران نوجوان ورزشکار بود. جامعه آماری، شامل دختران نوجوان ورزشکار شهر تبریز بود که در سال ۹۲ به طور منظم در رشته‌های ورزشی مختلف فعالیت می‌کردند. ۲۰۴ نفر به طور تصادفی به عنوان گروه نمونه انتخاب شدند. برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسش‌نامه‌های رضایت‌مندی از نیاز روان‌شناختی در ورزش، مقیاس جو انگیزشی، مقیاس انگیزش ورزشی و قصد تداوم مشارکت ورزشی استفاده شد. در تحلیل داده‌ها، از همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر استفاده شد. نتایج نشان داد جو انگیزشی تکلیف‌محور، ارتباط مثبتی با رضایت‌مندی از نیازهای روان‌شناختی پایه دارد. در حالی که جو خودمحور، شاخص پیش‌بین منفی معناداری از نیاز پایه ارتباط ادراک شده ( $\beta = -0.25, P < 0.01$ ) بود. جو تکلیف‌محور، شاخص پیش‌بین غیر مستقیمی از انگیزش درونی ( $\beta = 0.5, P < 0.01$ ) و قصد تداوم مشارکت ورزشی ( $\beta = 0.13, P < 0.01$ ) دختران نوجوان بود. رضایت‌مندی از نیازهای پایه نیز، شاخص پیش‌بین معناداری از انگیزش درونی و قصد تداوم مشارکت ورزشی بود. نتایج این پژوهش بیانگر نقش مهم مربی به عنوان یک عامل تاثیرگذار بر انگیزش درونی و تداوم مشارکت ورزشی دختران نوجوان ورزشکار بود. بر طبق نتایج، پیشنهاد می‌شود مربیان بر جو انگیزشی تکلیف‌محور تاکید کنند.

**واژگان کلیدی:** تکلیف‌محوری، انگیزش درونی، شایستگی ادراک شده، مشارکت ورزشی مداوم، دختران نوجوان ورزشکار.

### مقدمه

با توجه به مزایای فعالیت بدنی و ورزش، درک و ارتقای مشارکت ورزشی در کودکان و نوجوانان یکی از موضوعات مورد علاقه پژوهشگران می‌باشد. یکی از مسائل اصلی که در این رابطه مورد بررسی قرار گرفته است، فرآیندهای تعیین کننده مشارکت ورزشی در بین این گروه است. انگیزش، یکی از متغیرهای مهم در پیش بینی تداوم مشارکت ورزشی است (۱). از نظریه خودمختاری، می‌توان برای درک مشارکت ورزشی استفاده نمود. بر اساس این نظریه، انگیزه‌های زیربنایی رفتار انسان را می‌توان در یک پیوستار (که بر اساس سطوح خودرایی از بالا به پایین به ترتیب عبارتند از: انگیزش درونی، تنظیم خودپذیر، تنظیم بیرونی و بی‌انگیزشی) قرار داد. بر اساس پیوستار نظریه خودمختاری، انگیزش درونی (مشارکت ورزشی به دلیل خوشی و رضایت ذاتی از خود ورزش) در بالاترین سطح خودمختاری قرار دارد. انگیزش درونی در فعالیت بدنی و ورزش، مولفه‌ای کلیدی از نیمرخ انگیزشی بوده و در پژوهش‌های مختلف با سطوح واقعی فعالیت ارتباط داشته است (۲).

بر اساس پژوهش‌های صورت گرفته، رفتار مربی یکی از عوامل تاثیرگذار بر انگیزش ورزشکار است (۳). محیط پیرامون هر فعالیتی مانند ورزش جوانان، می‌تواند موجب ایجاد انگیزش یا بی‌انگیزشی نسبت به مشارکت ورزشی شود. در زمینه ورزش، مطالعات نشان می‌دهند که باورها و ادراکات ورزشکاران از واسطه‌های اجتماعی همچون مربیان، بر پیامدهای انگیزشی مختلف ورزشکاران تاثیر می‌گذارند (۴)؛ لذا، مربیان می‌توانند نقش مهمی در تجربیات ورزش جوانان داشته باشند؛ زیرا، رفتارها، معیارها و اهداف آن‌ها در جو انگیزشی و ادامه مشارکت آنان در ورزش نقش دارد. بر این اساس، دو جو انگیزشی را می‌توان از هم تفکیک نمود. وقتی مربی بر پیشرفت شخصی و تلاش ورزشکار، نقش دادن به افراد در تیم و تقویت روحیه همکاری بین اعضای تیم تاکید می‌کند، در واقع از یک جو تکلیف‌محور استفاده می‌کند؛ اما، وقتی مربی بر توانایی اعضای تیم، تنبیه در برابر اشتباه و تقویت حس رقابت‌گرایی بین اعضای تیم تاکید می‌کند، از جو خودمحور استفاده می‌کند (۵). مربیان با کودکان و نوجوانان به سه شیوه مکاتبه می‌کنند: ۱- از طریق رفتارهای بین فردی مانند گوش‌دادن و نوع ارتباط ۲- از طریق ارزش‌ها و نگرش‌هایی که آن‌ها به صورت کلامی انتقال می‌دهند ۳- در اولویت‌هایی که برای اهداف قائل می‌شوند؛ برای نمونه، تاکید بر برنده شدن یا پیشرفت. نظر به اثرات بالقوه ارتباط، بررسی این موضوع که چگونه مربیان و محیطی که آن‌ها ایجاد می‌کنند ممکن است بر کودکان تاثیر بگذارد، ارزشمند است (۶). در همین راستا، پژوهش‌ها نشان می‌دهند که جو انگیزشی تکلیف‌محور یا تسلط‌محور می‌تواند برنامه‌ریزی برای فعالیت بدنی آتی را تقویت کند (۷). هم‌چنین، پژوهش‌های مرتبط با نقش جو انگیزشی اتخاذ شده از سوی مربی نشان می‌دهند که جو تکلیف‌محور، ارتباط مثبتی با انگیزش درونی دارد (۳).

علاوه بر جو انگیزشی، یکی از مهم‌ترین نتایج هر برنامه تمرینی رضایتی است که شرکت‌کنندگان از آن به دست می‌آورند (۴). از منظر نظریه خودمختاری، یک ورزشکار می‌تواند انگیزش خود را برای فعالیت حفظ کند اگر، نیازهای روان‌شناختی او برای استقلال، شایستگی و ارتباط (وابستگی) برآورده شود. میزان ارضای این سه نیاز، تعیین کننده نوع انگیزش، جهت و تداوم رفتارهای مورد نظر می‌باشد. مطالعات، بر اهمیت نیازهای روان‌شناختی پایه در تداوم مشارکت تاکید می‌کنند (۵). وقتی افراد احساس شایستگی، خودمختاری و ارتباط با دیگران می‌کنند، به احتمال زیاد به لحاظ درونی بیشتر انگیزته می‌شوند. به عقیده رایان و دسی<sup>۱</sup> (۲۰۰۰) جو ایجاد شده توسط مربی، تاثیر مهمی در علاقه درونی ورزشکاران به یک فعالیت خواهد داشت که این تاثیر، به واسطه اثرات روی رضایت‌مندی ورزشکاران از سه نیاز روان‌شناختی پایه می‌باشد (۸). برخی پژوهش‌ها، روابط بین جو انگیزشی ایجاد شده توسط مربی و میزان رضایت‌مندی از سه نیاز روان‌شناختی پایه را مورد بررسی قرار داده‌اند؛ برای نمونه، رینبوس و دودا<sup>۲</sup> (۲۰۰۶) نشان دادند که تاکید مربی بر جو تکلیف‌محور (ادراک شده توسط ورزشکار) پیش‌بین مثبتی از افزایش رضایت‌مندی از سه نیاز روان‌شناختی پایه در ورزشکاران دانشگاهی است (۹). هم‌چنین، هولمبیک و آموروس<sup>۳</sup> (۲۰۰۵) نشان دادند که رضایت‌مندی از سه نیاز روان‌شناختی پایه، ارتباط مثبتی با انگیزش درونی دارد (۱۰). رفتارهایی که به دلایل خودمختاری (انگیزش درونی و تنظیم خودپذیر<sup>۴</sup>) اجرا می‌شوند، نیازهای روان‌شناختی را برآورده می‌سازند و درگیر شدن در چنین رفتارهایی می‌تواند منجر به پیامدهای روان‌شناختی و هیجانی مثبت همچون تداوم فعالیت ورزشی شود؛ برای مثال، استنداگ<sup>۵</sup> و همکاران (۲۰۰۵) نشان دادند که رضایت از نیازهای پایه، ارتباط قوی‌تری با انگیزش درونی در مقایسه با سایر شکل‌های تنظیم رفتاری دارد (۱۱).

پژوهش‌ها نشان می‌دهند که انگیزش درونی با قصد تداوم مشارکت ورزشی در ورزشکاران دانشگاهی و نیز، بزرگسالانی که به صورت تفریحی ورزش می‌کنند ارتباط دارد (۱۲). بر اساس نظریه خودمختاری، والراند<sup>۶</sup> (۱۹۹۷) یک توالی انگیزشی (به ترتیب عوامل اجتماعی، واسطه‌های روان‌شناختی، انگیزش و پیامد) را ارائه داد که در آن، تحت تاثیر عوامل اجتماعی - محیطی قرار می‌گیرد. این عوامل، موجب تقویت یا تضعیف انگیزش می‌شوند. تاثیر این عوامل، از طریق رضایت‌مندی از نیازهای روان‌شناختی پایه صورت می‌گیرد. آخرین مرحله در این مدل، به پیامدهای شناختی، عاطفی و رفتاری

- 
1. Ryan & Deci
  2. Reinboth and Duda
  3. Hollebeak and Amorose
  4. identified regulation
  5. Standage
  6. Vallerand

(مانند پافشاری و تداوم یک رفتار ویژه) و انواع مختلف انگیزش اشاره دارد. بر همین اساس، سارازین<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۰۲) مدل ارائه شده توسط والرند را مورد بررسی قرار دادند. به طور اختصاصی، روابط بین جو انگیزشی، رضایت‌مندی از نیازهای پایه، انگیزش خودمختاری و قصد کناره‌گیری از هندبال در بین بازیکنان جوان هندبال، مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان داد که جو انگیزشی تکلیف‌محور، ارتباط مثبتی با نیازهای روان‌شناختی پایه دارد. رضایت از نیازهای پایه نیز، با انگیزش خودرایی بیشتری همراه بود (۱). در پژوهشی دیگر، آلوارز<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۱۲) با بررسی ارتباط این متغیرها در بین بازیکنان پسر نوجوان فوتبال، نشان دادند که جو تکلیف‌محوری، شاخص پیش‌بین مثبتی از رضایت‌مندی از نیازهای پایه می‌باشد. در حالی که، جو خودمختاری شاخص پیش‌بین منفی از نیازهای روان‌شناختی پایه است. همچنین، نیازهای روان‌شناختی پایه و انگیزش درونی، ارتباط مثبتی با هم داشتند و انگیزش درونی، با قصد مشارکت ورزشی در آینده ارتباط مثبتی داشت (۱۳). احمدی و همکاران (۱۳۹۱) نیز، در پژوهشی ارتباط بین جو انگیزشی، رضایت از نیازهای روان‌شناختی و انگیزش خودمختاری در ورزشکاران پسر را مورد بررسی قرار دادند. نتایج نشان داد که جو تسلط‌محور، ارتباط مثبتی با نیازهای روان‌شناختی پایه داشت. همچنین، شایستگی و ارتباط درک شده، شاخص پیش‌بین مثبتی از انگیزش خودمختاری (درونی) بود. بر اساس این پژوهش، جو انگیزشی تسلط‌محور، متغیر انگیزشی مهمی در پسران نوجوان ورزشکار بود (۵).

با توجه به مطالب بیان شده، در مجموع می‌توان گفت جو انگیزشی تکلیف‌محور، تاثیر مثبت و جو انگیزشی خودمختاری، تاثیر منفی بر پیامدهای ورزشی دارد. از طرفی، جو انگیزشی تکلیف‌محور در برخی زمینه‌ها موجب افزایش انگیزش درونی می‌شود. اگرچه پژوهش‌های مذکور بیانگر ارتباط بین جو انگیزشی، رضایت از نیازهای پایه و انگیزشی درونی می‌باشد؛ اما، باید به این مطلب توجه داشت که پژوهش‌های اندکی به بررسی الگوی روابط در بین ورزشکاران نوجوان و ورزش جوانان پرداخته‌اند. این در حالی است که تصور می‌شود عوامل انگیزشی تاثیرگذار بر مشارکت ورزشی در ورزشکاران نوجوان و بزرگسال، متفاوت باشد. محیط‌های ورزش جوانان می‌تواند تاثیر مثبتی بر رشد روان‌شناختی کودکان و نوجوانان داشته باشد. با این وجود، برخی پژوهش‌ها نشان می‌دهند بسیاری از نوجوانانی که در کودکی ورزش می‌کنند، در طول نوجوانی که دوره نمو و تغییرات جسمانی قابل ملاحظه می‌باشد، مشارکت ورزشی را قطع می‌کنند (۱۴). به همین دلیل، شناسایی عواملی که موجب ایجاد انگیزش در نوجوانان برای ادامه مشارکت ورزشی می‌شوند، می‌تواند از اهمیت خاصی برخوردار باشد. با توجه به اهمیت مشارکت ورزشی و مزیت‌های بی‌شمار آن، در تلاش برای یافتن مکانیسم‌های موثر بر تداوم

---

1. Sarrazin

2. Alvarez

مشارکت ورزشی به ویژه در بین دختران نوجوان، در پژوهش حاضر از مدل پیشنهادی والراند (۱۹۹۷) برای بررسی عوامل موثر بر تداوم مشارکت ورزشی استفاده می‌شود. در همین راستا و بر اساس پژوهش‌های قبلی، فرض بر این است که ادراکات از جو انگیزشی تکلیف‌محور ایجاد شده توسط مربی، با رضایت‌مندی بیشتر از نیازهای روان‌شناختی پایه در دختران نوجوان ورزشکار همراه خواهد بود. ادراکات از نیازهای روان‌شناختی پایه نیز، پیش‌بین مثبتی از انگیزش درونی دختران نوجوان نسبت به مشارکت ورزشی خواهد بود. انگیزش درونی نیز، ارتباط مثبتی با تداوم فعالیت ورزشی در آینده در دختران نوجوان ورزشکار خواهد داشت.

### روش پژوهش

این پژوهش، از نوع توصیفی بوده و به شیوه همبستگی اجرا شده است. شرکت‌کنندگان در این پژوهش، دختران نوجوان ورزشکاری بودند که در سالن‌های ورزشی وابسته به شهرداری تبریز در سال ۹۲ در رشته‌های مختلفی چون فوتسال، بسکتبال، والیبال و هندبال فعالیت می‌کردند (تمامی شرکت‌کننده‌ها افراد مبتدی بودند و سابقه فعالیت ورزشی اعم از آموزشی یا رقابتی در رشته مورد بررسی را در گذشته نداشتند). از بین این افراد، ۲۰۴ نفر (دامنه سنی ۱۲ تا ۱۶ سال) به صورت تصادفی ساده به عنوان گروه نمونه انتخاب شدند. برای گردآوری اطلاعات مورد نیاز، از چهار پرسش‌نامه استفاده شد:

۱- مقیاس جو انگیزشی در ورزش‌های جوانان (اسمیت<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۰۸): برای ارزیابی این موضوع که دختران نوجوان ورزشکار، جو انگیزشی ایجاد شده توسط مربی را چگونه ادراک می‌کنند از این مقیاس استفاده شد. این مقیاس، از ۱۲ گویه تشکیل شده است و شامل دو خرده مقیاس جو تسلط‌محور و جو خودمحور می‌باشد و آزمودنی با استفاده از یک سیستم لیکرت ۷ امتیازی (۱ بیانگر اصلاً صحیح نیست و ۷ بیانگر کاملاً صحیح است) به هر سوال پاسخ می‌دهد. در پژوهش‌های گذشته، آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس جو تسلط‌محور برابر با ۰/۷۲٪ و برای خرده مقیاس جو خودمحور ۰/۷۸٪ گزارش شده بود.

۲- مقیاس رضایت از نیاز روان‌شناختی در ورزش (ویلسون<sup>۲</sup> و همکاران ۲۰۰۶): این مقیاس، از ۱۸ گویه در قالب سه خرده مقیاس شایستگی، خودمختاری و ارتباط درک شده تشکیل شده است و آزمودنی با استفاده از یک سیستم لیکرت ۷ امتیازی (۱ بیانگر کاملاً موافقم و ۷ بیانگر کاملاً مخالفم)

---

1. Smith  
2. Wilson

به هر سوال پاسخ می‌دهد. در پژوهش‌های قبلی، میزان آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس شایستگی درک شده ۶۷٪، خودمختاری درک شده ۷۱٪ و ارتباط درک شده ۷۷٪ گزارش شده است (۱۴).  
 ۳- مقیاس انگیزش ورزشی (پلتییر<sup>۱</sup> و همکاران ۱۹۹۵) برای ارزیابی انگیزه فرد از مشارکت ورزشی استفاده شد. این پرسش‌نامه، ۲۸ گویه دارد و از سه خرده‌مقیاس (بی‌انگیزشی، انگیزش درونی و انگیزش بیرونی) تشکیل شده است که هر یک از این خرده‌مقیاس‌ها نیز، شامل چند بخش می‌باشند که آزمودنی با استفاده از یک سیستم لیکرت ۷ امتیازی (۱ اصلاً مطابقت ندارد و ۷ کاملاً مطابقت دارد) به آن پاسخ می‌دهد. در پژوهش‌های گذشته، ضرایب آلفای کرونباخ و بازآزمایی آن به ترتیب ۷۶٪ (بین ۶۹٪ - ۸۸٪) و ۷۰٪ گزارش شده است (۱۵).  
 ۴- برای ارزیابی قصد تداوم مشارکت ورزشی در دختران نوجوان، از روش پیشنهادی له بارس<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۰۹) استفاده شد. بر این اساس، شرکت‌کننده‌ها به دو سوال (۱- شاید یکی دو سال دیگر ورزش را کنار بگذارم و ۲- قصد دارم رشته ورزشی‌ام را در سطحی بالاتر ادامه دهم) با استفاده از سیستم لیکرت ۷ امتیازی (۱=اصلاً و ۷=کاملاً) پاسخ دادند (۱۶).  
 شیوه اجرای پژوهش، به این صورت بود که ابتدا به تمامی شرکت‌کننده‌ها نحوه تکمیل پرسش‌نامه‌ها آموزش داده می‌شد و بیان می‌شد که شرکت در پژوهش کاملاً اختیاری است. هم‌چنین به شرکت‌کننده‌ها گفته شد که پاسخ درست یا غلط وجود دارد و پاسخ‌ها را صرفاً بر اساس آن چیزی که تصور و ادراک می‌کنند بیان کنند. شرکت‌کننده‌ها، پرسش‌نامه‌ها را بعد از پایان جلسه تمرین و در غیاب مربی تکمیل می‌کردند. بعد از جمع‌آوری پرسش‌نامه‌ها، از روش‌های آماری توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) برای استخراج داده‌ها و از روش‌های آماری استنباطی (همبستگی پیرسون و مدل معادلات ساختاری) برای تجزیه و تحلیل داده‌ها بر اساس فرضیات مورد بحث در سطح معناداری ۰/۰۵ استفاده شد.

## نتایج

میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای مورد بررسی، در جدول ۱ ارائه شده است. همانگونه که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، از نظر دختران نوجوان شرکت‌کننده در پژوهش، مربیان بیشتر بر جو انگیزشی تکلیف‌محور تاکید داشتند. هم‌چنین، مقادیر انگیزش درونی ورزشکاران شرکت‌کننده در پژوهش، بالاتر از حد متوسط بود. در ارتباط با مولفه‌های رضایت‌مندی از نیازهای روان‌شناختی پایه، بیشترین میزان رضایت، در مولفه ارتباط درک شده بود.

- 
1. Pelletier
  2. Le Bars

برای بررسی رابطه بین متغیرهای پژوهش، از همبستگی پیرسون استفاده شد. همانگونه که نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد تکلیف‌محوری با تمامی متغیرهای دیگر (غیر از خودمحوری) رابطه مثبتی داشت. همچنین، جو انگیزشی خودمحور با مولفه‌های رضایت‌مندی از نیازهای روان‌شناختی پایه، انگیزش درونی و جو تکلیف‌محور رابطه منفی داشت. در حالی که، بین جو انگیزشی خودمحور و قصد تداوم مشارکت ورزشی، هیچ‌گونه ارتباط معناداری (مثبت یا منفی) مشاهده نشد.

جدول ۱- میانگین، انحراف استاندارد، و نتایج تحلیل همبستگی بین مولفه‌های جو انگیزشی مربی، رضایت‌مندی از نیازهای پایه، انگیزش درونی و قصد تداوم مشارکت ورزشی در دختران نوجوان ورزشکار

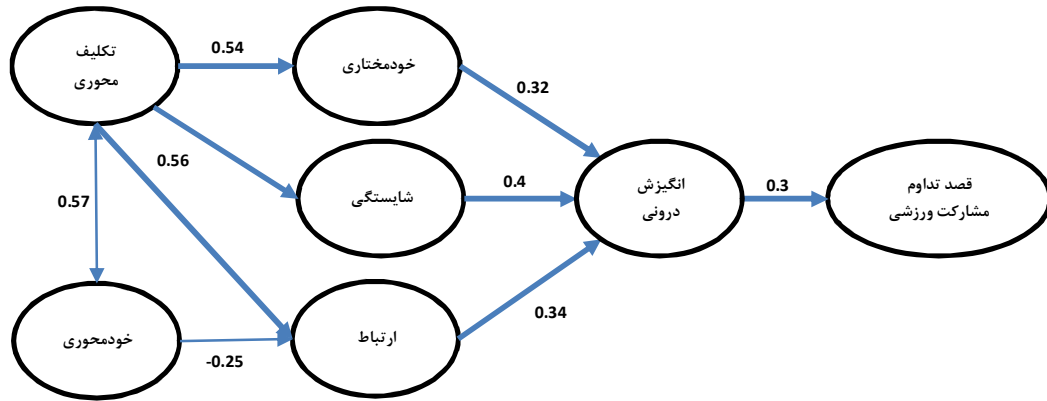
متغیر	M	SD	۱	۲	۳	۴	۵	۶
جو تکلیف‌محور	۵/۳۸	۰/۸۳	-	-	-	-	-	-
جو خودمحور	۴/۴	۰/۸	-۰/۵۲*	-	-	-	-	-
خودمختاری	۳/۸۸	۰/۷۹	۰/۵۱*	-۰/۲۷*	-	-	-	-
شایستگی	۳/۴۸	۰/۶۸	۰/۳۹*	-۰/۳۲*	۰/۶۶*	-	-	-
ارتباط	۴/۱۱	۰/۸	۰/۷۱*	-۰/۵*	۰/۴۱*	۰/۵۲*	-	-
انگیزش درونی	۵/۵۷	۰/۹۱	۰/۵*	-۰/۲۱*	۰/۶*	۰/۶۲*	۰/۵۵*	-
قصد تداوم مشارکت ورزشی	۵/۹۷	۰/۴۷	۰/۶۲*	۰/۰۴	۰/۴۷*	۰/۵۳*	۰/۴۱*	۰/۶۸*

\*P<0.01

از مدل معادلات ساختاری برای بررسی روابط مفروض بر اساس مدل نظری پیشنهاد شده توسط والرند (۱۹۹۷) در رابطه با قصد تداوم مشارکت ورزشی در دختران ورزشکار نوجوان، استفاده شد (۱). در این مدل، از جو انگیزشی تکلیف‌محور و خودمحور ایجاد شده توسط مربی به عنوان متغیر پیش‌بین انگیزش درونی از طریق وساطت سه نیاز روان‌شناختی پایه (خودمختاری، شایستگی و ارتباط) استفاده شد. نتایج نشان داد که مدل پیشنهادی از شاخص نکویی برازش مناسبی برخوردار است ( $X^2=1083.76, P<0.00, X^2/df=1.8, CFI=0.96, NNFI=0.96, RMSEA=0.04$ ).

همان‌گونه که در شکل ۱ مشخص است روابط معناداری بین جو انگیزشی تکلیف‌محور و مولفه‌های نیازهای روان‌شناختی پایه وجود داشت. در حالی که، بین جو خودمحور با دو مولفه شایستگی و خودمختاری ادراک شده رابطه معناداری مشاهده نشد؛ اما، بین جو خودمحور و نیاز روان‌شناختی پایه ارتباط ادراک شده، رابطه منفی وجود داشت. نیازهای روان‌شناختی پایه، شاخص پیش‌بین مثبتی از انگیزش درونی بودند و انگیزش درونی نیز، شاخص پیش‌بین مثبتی از قصد تداوم مشارکت ورزشی در دختران نوجوان ورزشکار بود.

هم‌چنین، بررسی اثرات غیرمستقیم نشان داد که جو انگیزشی تکلیف‌محور، ارتباط مثبتی با انگیزش درونی ( $\beta=0.5, P<0.01$ ) و قصد تداوم مشارکت ورزشی ( $\beta=0.13, P<0.01$ ) دارد. رضایت از نیازهای روان‌شناختی پایه خودمختاری ( $\beta=0.14, P<0.01$ )، شایستگی ( $\beta=0.16, P<0.01$ ) و ارتباط ( $\beta=0.16, P<0.01$ )، شاخص پیش‌بین معناداری از قصد تداوم مشارکت ورزشی بودند. در مقابل، اثرات مستقیم و غیرمستقیم جو خودمحور بر انگیزش درونی و رضایت از نیازهای روان‌شناختی پایه (فقط در مولفه نیاز روان‌شناختی پایه ارتباط ادراک شده یک اثر غیر مستقیم معنادار ( $\beta=-0.25, P<0.01$ ) مشاهده شد) و قصد تداوم مشارکت ورزشی، معنادار نبود.



شکل ۱- مدل معادلات ساختاری در ارتباط با اندازه‌گیری ارتباطات بین جو انگیزشی ایجاد شده توسط مربی، رضایت‌مندی از نیازهای روان‌شناختی پایه، انگیزش درونی و تداوم مشارکت ورزشی در دختران نوجوان ورزشکار (توجه: خطوط باریک و کم رنگ بیانگر اثرات غیر مستقیم معنادار می‌باشند).

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این پژوهش، بررسی ارتباط بین جو انگیزشی ناشی از رفتار مربی، رضایت‌مندی از نیازهای روان‌شناختی پایه و انگیزش درونی با قصد تداوم مشارکت ورزشی در دختران نوجوان ورزشکار بود. نتایج این پژوهش، از فرضیه اساسی نظریه خودمختاری و نظریه هدف پیشرفت مبنی بر اینکه زمینه اجتماعی یک منبع تأثیرگذار بر انگیزش درونی و مشارکت آتی است، حمایت می‌کند. در مجموع، مدل پیشنهادی در ارتباط با اثر غیرمستقیم معنادار ابعاد جو انگیزشی ناشی از مربی بر قصد تداوم مشارکت ورزشی از طریق وساطت نیازهای روان‌شناختی پایه و انگیزش درونی، حمایت شد.



نتایج پژوهش حاضر، از مدل مورد بحث حمایت می‌کند. بر این اساس، ادراکات دختران نوجوان ورزشکار از جو انگیزشی تکلیف‌محور با رضایت‌مندی از نیازهای روان‌شناختی پایه، رابطه معناداری داشت که این یافته‌ها با فرضیه پژوهش حاضر و نتایج پژوهش‌های گذشته هم‌خوانی دارد (۱، ۵، ۹، ۱۳). بر اساس نظریه هدف پیشرفت، در محیطی که بر پیشرفت و تلاش اهمیت داده می‌شود، به احتمال زیاد منبع ارزیابی شایستگی، درونی‌تر و قابل کنترل‌تر می‌باشد. در نتیجه، افراد درباره سطح توانایی خویش در این زمینه‌های پیشرفت و موفقیت، احساس خوبی خواهند داشت (۱۷). هم‌چنین، در ارتباط با رابطه معنادار مشاهده شده بین تکلیف‌محوری و نیاز روان‌شناختی ارتباط درک شده، می‌توان گفت که در چنین محیطی، یادگیری مشارکتی تقویت می‌شود. هم‌چنین، با افزایش جو تکلیف‌محوری مربی، این حس در ورزشکار به وجود می‌آید که وی نقش مهمی در تیم ایفا می‌کند (۱۳). ارتباط مثبت مشاهده شده بین جو انگیزشی تکلیف‌محور و نیازهای روان‌شناختی پایه، از استدلال دودا (۱۹۹۲، ۲۰۰۱) مبنی بر اینکه افرادی که جو تکلیف‌محوری بالایی ادراک می‌کنند به ندرت پیش می‌آید که در عرصه ورزش احساس بی‌لیاقتی کرده و از ارتباط‌های اجتماعی بین ورزشکاران دیگران ناراضی باشند، حمایت می‌کند (۱۸). هم‌راستا با فرضیه پژوهش، بین جو انگیزشی خودمحور و نیازهای پایه شامل: شایستگی، خودمختاری و ارتباط ادراک شده، رابطه منفی وجود داشت. در محیطی که در آن بر رقابت درون‌تیمی، بهتر از دیگران بودن و تنها به رسمیت شناخته شدن بازیکنان نخبه تأکید می‌شود، به احتمال زیاد احساسات نزدیکی و ارتباط بین ورزشکاران و حس تعلق و وابستگی میان افراد، رو به کاهش می‌گذارد. این نتایج با نظریه هدف پیشرفت هم‌خوانی دارد؛ اما، با نتایج پژوهش‌های رینبوس و دودا (۲۰۰۶) و آلوارز و همکاران (۲۰۱۲) در تضاد است. این پژوهش‌گران اظهار می‌دارند که عدم وجود رابطه منفی معنادار بین جو انگیزشی خودمحور و رضایت‌مندی از نیازهای روان‌شناختی پایه را می‌توان به نقش تعدیل‌کننده شایستگی ادراک شده نسبت داد. در ورزشکارانی که به توانایی‌های خود اطمینان دارند به نظر می‌رسد جو خودمحور، تأثیر منفی بر رضایت‌مندی از نیازهای پایه نداشته باشد. در پژوهش حاضر، نیاز روان‌شناختی پایه شایستگی ادراک شده، بالاترین شاخص پیش‌بین انگیزش درونی بود. به نظر می‌رسد شایستگی، برای دختران نوجوان ورزشکار از اهمیت بالایی برخوردار باشد. بر این اساس، مربیان و آموزش‌دهندگان ورزشی باید محیطی مبتنی بر اهداف واقع‌گرایانه فراهم آورند که برای افراد واضح و روشن باشد و تلاش‌های فرد در رسیدن به اهداف را تحسین نمایند (۱۹). بر اساس نتایج پژوهش حاضر، شاید بتوان اینگونه استنباط کرد که جو تکلیف‌محور برای ورزش جوانان و نیز، ورزش‌هایی که ماهیت رقابتی ندارند (ورزش‌های تفریحی) مناسب می‌باشد. از طرف دیگر، جو خودمحور برای برآورده شدن نیازهای روان‌شناختی پایه و تداوم مشارکت نوجوانان در ورزش‌های تفریحی، مناسب نمی‌باشد.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که بین رضایت‌مندی از نیازهای پایه و انگیزش درونی، رابطه مثبتی وجود دارد. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های دیگر هم‌خوانی دارد (۲، ۵، ۱۳، ۱۸). بر این اساس، وقتی ورزشکاری به خودش اطمینان دارد، این تصور را پیدا می‌کند که با محیط ورزش خود، ارتباط داشته و با آن یکپارچه شده است که این امر منجر به انگیزش درونی به ورزش می‌شود؛ لذا، وقتی رضایت‌مندی از نیازهای پایه حاصل شود، دلایل مشارکت ورزشی به احتمال زیاد، به واسطه خوشی و رضایت ذاتی ناشی از آن فعالیت (انگیزش درونی) خواهد بود (۱۳). کوستورس و کونروی<sup>۱</sup> (۲۰۰۹) نیز، نشان دادند که رضایت از نیازهای پایه می‌تواند از طریق تقویت انگیزش درونی در ورزشکاران نوجوان، منجر به تعهد ورزشی گردد و تعهد ورزشی بالاتر نیز، می‌تواند نقش مثبتی در تداوم مشارکت ورزشی داشته باشد (۲۱).

بر اساس نظریه خودمختاری، اثر محیط بر رفتار، مستقیم نبوده و در نتیجه، مفاهیم ضمنی ناشی از آن محیط بر رضایت‌مندی از نیازهای روان‌شناختی پایه حاصل می‌شود. در پژوهش حاضر نیز، اثرات غیر مستقیم نشان داد که جو تکلیف‌محور، پیش‌بین مثبتی از انگیزش درونی از طریق رضایت از سه نیاز روان‌شناختی پایه می‌باشد. همچنین، جو تکلیف‌محور ادراک شده، پیش‌بین مثبتی از قصد تداوم مشارکت ورزشی در آینده بود. رضایت از نیازهای پایه نیز، پیش‌بین مثبتی از قصد تداوم مشارکت ورزشی در آینده بود. به طور کلی، این نتایج با یافته‌های پژوهش‌های دیگر هم‌راستا می‌باشند و نشان می‌دهند که محیط‌های تکلیف‌محور با پیامدهای مثبتی همچون رفتار خودرایی بالا، عزت نفس بالاتر و قصد تداوم مشارکت ورزشی در آینده ارتباط دارد (۲۸، ۲۲). بر اساس نتایج پژوهش حاضر، انگیزش درونی بالاتر با قصد تداوم فعالیت ورزشی در آینده، ارتباط معناداری داشت. این نتایج با سایر یافته‌های پژوهشی هم‌راستا می‌باشد (۷، ۱۳). سارازین و همکاران (۲۰۰۲) نشان دادند که قصد کناره‌گیری از ورزش، یک شاخص پیش‌بین مثبت از کناره‌گیری واقعی از ورزش است. بر این اساس، می‌توان گفت که قصد تداوم مشارکت ورزشی در آینده نیز، می‌تواند منجر به تداوم رفتار واقعی مشارکت ورزشی در نوجوانان دختر ورزشکار شود.

نتایج این پژوهش بیانگر نقش بالقوه جو انگیزشی ایجاد شده توسط مربی در انگیزش دختران نوجوان ورزشکار برای مشارکت در فعالیت ورزشی بود. به عقیده دودا (۲۰۰۱)، احتمالاً جو انگیزشی غالب در میان محیط‌های ورزش جوانان، در تعیین این موضوع که آیا مشارکت ورزشی موجب ارتقای سلامتی خواهد شد یا سلامتی را به مخاطره خواهد انداخت، نقش دارد (۳). بر اساس نتایج پژوهش حاضر، پیشنهاد می‌شود به منظور افزایش احتمال تداوم مشارکت ورزشی در بین نوجوانان دختر

ورزشکار، مربیان بر جو انگیزشی تکلیف‌محور تاکید داشته باشند؛ لذا، مربیان باید از رفتارهای حمایتی - استقلالی استفاده کنند (رفتارهایی که با تعهد ورزشی ارتباط دارند) و روحیه همکاری، یادگیری و تلاش را در بین نوجوانان تقویت کنند (۲۳). تقویت جو انگیزشی تکلیف‌محور نیز، به نوبه خود موجب افزایش رضایت‌مندی از نیازهای روانی پایه می‌شود. هم‌چنان‌که کیگان<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۰۹) پیشنهاد نمودند، مربیان باید برای ایجاد یک جو همتای (همسالان) موثر (برای مثال: چه چیزی باعث ایجاد هم‌تیمی خوب می‌شود؟ چه کسی شما را ترغیب می‌کند تا سخت تلاش کرده و پیشرفت کنید؟) تلاش کنند (۲۴). این نوع تصور محیطی تمرینی، اثر مثبتی بر انگیزش درونی ورزشکاران برای تداوم مشارکت ورزشی خواهد داشت.

در مجموع، نتایج پژوهش حاضر از مدل پیشنهادی والرند (۱۹۹۷) حمایت می‌کند. این مدل پیشنهادی در ارتباط با تداوم مشارکت ورزشی می‌تواند مفاهیم کاربردی برای مربیانی که با نوجوانان کار می‌کنند به همراه داشته باشد. نتایج پژوهش حاضر، بر نقش مربی به عنوان یک منبع تأثیرگذار بر انگیزش درونی و استمرار رفتار ورزشی آتی تاکید می‌کند. این تأثیر، می‌تواند از طریق ارضای نیازهای روان‌شناختی پایه در نتیجه تاکید مربیان بر جو انگیزشی تکلیف‌محور، حاصل شود. هم‌چنین، نتایج پژوهش حاضر می‌تواند در جهت‌دهی فرآیند تدوین برنامه‌های ورزشی - آموزشی دختران نوجوان موثر باشد. به این ترتیب که با تاکید بر جو انگیزشی تکلیف‌محور، می‌توان تجربیات سالم و مثبت‌تری در دختران نوجوان فراهم نمود که این امر، موجب تقویت میل درونی آن‌ها به تداوم مشارکت خواهد شد. از طرف دیگر، این نتایج می‌تواند به روان‌شناسان ورزشی علاقمند به بررسی عوامل موثر بر تداوم مشارکت ورزشی نیز، کمک کند. بر این اساس، بررسی رابطه مربی - ورزشکار می‌تواند اطلاعات ارزشمندی را در ارتباط با پیامدهای روان‌شناختی یک برنامه ورزشی فراهم آورد. این پژوهش، صرفاً شامل دختران نوجوان بود. برای تعمیم این یافته‌ها در بین سایر گروه‌های سنی، به پژوهش‌هایی با نمونه‌های وسیع‌تر نیاز است. هم‌چنین، نظر به اینکه برخی پژوهش‌ها نشان داده‌اند جو انگیزشی ناشی از همتایان نیز، در تداوم مشارکت ورزشی نقش دارد بررسی این متغیر در پژوهش‌های آتی پیشنهاد می‌شود. در نهایت اینکه، در پژوهش حاضر میزان تجربه و سطح مهارتی دختران ورزشکار مورد بررسی قرار نگرفته بود (شرکت‌کننده‌ها تنها ورزشکاران مبتدی بودند). کنترل این متغیرها می‌تواند نتایج جالب توجه و ارزشمندی را به همراه داشته باشد.

## منابع

- 1) Sarrazin P, Vallerand R, Guillet E, Pelletier L, Cury F. Motivation and dropout in female handballers: A 21-month prospective study. *Eur J Soc Psycho*. 2002;32:395–418.
- 2) Labbrozzi D, Robazza C, Bertollo M, Bucci I, Bortoli L. Pubertal development, physical self-perception, and motivation toward physical activity in girls. *J Adolesc*. 2013;36: 759–65.
- 3) Duda JL, Balaguer I. Coach-created motivational climate. In S. Jowett & D. Lavalle (Eds.), *Social psychology in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics;2007.
- ۴) زردشتیان شیرین، نوروزی سیدحسینی رسول، آزادی آزاده. اثر سبک‌های رهبری مربیان بر جو انگیزشی و اهداف پیشرفت بازیکنان لیک برتر بسکتبال زنان ایران. مدیریت ورزشی. ۱۳۹۱؛ ۱۲(۱): ۹۹-۱۷۹.
- ۵) احمدی مالک، نمازی‌زاده مهدی، مختاری پونه. جو انگیزشی ادراک شده، خشنودی از نیازهای روان‌شناختی و انگیزش خودمختاری در ورزش کودکان پسر. مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی. ۱۳۹۱؛ ۱۰(۱): ۱۲۵-۳۹.
- 6) Johnson D. Coach influence on male adolescent's achievement motivation, psychological factors and sport participation. Dissertation. University of North Texas;2013.
- 7) Braithwaite R, Spray C M, Warburton V E. Motivational climate interventions in physical education: A meta-analysis. *Psychol Sport Exerc*. 2011; 12: 628-38.
- 8) Ryan R M, Deci E L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *Am Psychologist*. 2000; 55: 68-78.
- 9) Reinboth M, Duda JL. Perceived motivational climate, need satisfaction and indices of well-being in team sports: A longitudinal perspective. *Psychol Sport Exerc*. 2006; 7: 269-86.
- 10) Hollembeak J, Amorose AJ. Perceived coaching behaviors and college athletes' intrinsic motivation: A test of self-determination theory. *J Appl Sport Psychol*. 2005; 17: 20–36.
- 11) Kipp L, Amorose AJ. Perceived motivational climate and self-determined motivation in female high school athletes. *J Sport Behav*. 2008; 2:108–29.
- 12) Tsorbatzoudis H, Alexandris K, Zahariadis P, Grouios G. Examining the relationship between recreational sport participation and intrinsic and extrinsic motivation and amotivation. *Percept Mot Skills*. 2006; 103: 363–74.
- 13) Alvarez M S, Balaquer I, Castilo I. The coach – created motivation climate, young athletes well – being and intention to continue participation. *J Clin Sport Psychol*. 2012; 6: 166-79.
- 14) Sabo D, Veliz P. *Go out and play: Youth sport in America*. East Meadow, NY: Women's Sports Foundation; 2008.
- ۱۵) جهانگیری محمد، شهبازی سهیلا، قبادی اکرم. رابطه تعهد، رفتار مربیگری، جو انگیزشی و نیاز پایه در دختران نوجوان ورزشکار. مدیریت ورزشی. ۱۳۹۲؛ زیر چاپ.
- ۱۶) زردشتیان شیرین، احمدی بهشت، آزادی آزاده. ارتباط رفتارهای حمایتی خود پیروی مربیان با انگیزش خودمختاری و تعهد ورزشی بازیکنان زن نخبه لیگ هندبال. مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی. ۱۳۹۱؛ ۱۰(۱): ۷۱-۱۵۵.

- 17) Le Bars H, Gernigon C, Ninot G. Personal and contextual determinants of elite young athletes' persistence or dropping out over time. *Scand J Med Sci Spor*. 2009; 19: 274-85.
- 18) Duda J L, Ntoumanis N. Correlates of achievement goal orientations in physical education. *Int J Educ Res*. 2003; 39: 415-36.
- 19) Duda J L. Achievement goal research in sport: Pushing the boundaries and clarifying some misunderstandings. In G.C. Roberts (Ed.) , *Advances in motivation in sport and exercise* Champaign, IL: Human Kinetics; 2001.
- 20) Edmunds J K, Ntoumanis N, Duda J L. Helping your clients and patients take ownership over their exercise: Fostering exercise adoption, adherence and associated well-being. *ACSMS Health Fit J*. 2009; 13: 20-5.
- 21) Joesaar H, Hein V, Hagger M. Peer influence on young athletes' need satisfaction, intrinsic motivation and persistence in sport: a 12-month prospective study. *Psycho Sport Exerc*. 2011; 12: 500-508.
- 22) Coastworth J, Conroy D. Effects of autonomy-supportive coaching, basic need satisfaction and self-perceptions on initiative and identity in youth swimmers. *Dev Psychol*. 2009; 45 (2):320-28.
- 23) Standage M, Duda JL, Ntoumanis N. A model of contextual motivation in physical education: Using constructs from self-determination and achievement goal theories to predict physical activity intentions. *J Educ Psychol*. 2003; 95: 97-110.
- 24) Gran A C, McCaughy N, Shen B, Martin J, Fahlman M. Underserved adolescent girls' physical activity intentions and behaviors: relationships with the motivational climate and perceived competence in physical education. *Advan Phyc Educ*. 2013; 3 (2):103-10.
- ۲۵) نوروزی سیدحسینی رسول، کوزه‌چیان هاشم، احسانی محمد، فیض عسکری سیامک، نوروزی سیدحسینی ابراهیم. ارتباط رفتارهای حمایتی - استقلالی مربیان با تعهد ورزش شمشیربازان نخبه ایران. مدیریت ورزشی. ۱۳۹۱؛ ۱۴(۱):۵۹-۱۳۹.
- 26) Keegan R J, Harwood C G, Spray C M, Lavalley D E. A qualitative investigation exploring the motivational climate in early career sports participants: Coach, parent and peer influences on sport motivation. *Psycho sport exerc*. 2009; 10: 361-72.

ارجاع دهی به روش ونکوور:

جهانگیری محمد، سهرابی میر معصوم، پرستار فاطمه. جو انگیزشی مربی، نیازهای روان‌شناختی، انگیزش درونی و مشارکت ورزشی مداوم در دختران نوجوان ورزشکار. رفتار حرکتی. پاییز ۱۳۹۳؛ ۶(۱۷): ۸۴-۱۷۱.

**Coach-created motivational climate, psychological needs, intrinsic motivation and continued sport participation among female adolescent athletes**

**M. Jahangiri<sup>1</sup>, M. Sohrabi<sup>2</sup>, F. Parastar<sup>3</sup>**

1. PhD student of Razi University of Kermanshah\*
2. Master of physical education
3. Master of physical education

**Received date: 2013/10/23**

**Accepted date: 2014/01/04**

---

**Abstract**

The aim of study was to investigate relationship between coach-created motivational climate, basic psychological needs, intrinsic motivation and continued sport participation among female adolescent athletes. The study population consisted of female adolescent athletes of Tabriz city who regularly participated in various sports. For this purpose, 204 athletes randomly selected as sampling group. For gathering data, questionnaires of psychological need satisfaction in exercise scale, motivational climate scale for youth sports, sport motivation scale and intention to continued sport participation were used. Data analyzed by Pearson's correlation and path analysis. Results indicated that task-involving coach motivational climate was positively related to the perceived psychological need satisfactions whereas ego-involving dimension negatively predicted perceived relatedness need satisfaction ( $\beta=0.25$ ,  $P<0.01$ ). Task-involving motivational climate indirectly predicted intrinsic motivation ( $\beta=0.5$ ,  $P<0.01$ ) and intention to continued sport participation ( $\beta=0.13$ ,  $p<0.01$ ). Psychological need satisfactions predicted intrinsic motivation and intention to continued sport participation. Results from this study highlight the important role of the coach as an influencing factor on intrinsic motivation and continued sport participation in female adolescent. According to results, proposed that coaches emphasized on task-involving motivational climate.

**Keywords:** Task involving, Intrinsic motivation, Perceived competence, Continued sport participation, Female adolescent athletes.

---

---

\* Corresponding Author

Email: M.jahangiri62@gmail.com