ارتباط رفتارهای حمایتی– خودپیروی مربیان با انگیزش خودمختاری و تعهد ورزشی بازیکنان زن نخبه لیگ هندبال

شیرین زردشتیان*، بهشت احمدی**، آزاده آزادی***

* استادیار دانشکده تربیت بدنی دانشگاه رازی کرمانشاه

** کارشناس ارشد مدیریت ورزشی

*** کارشناس ارشد رفتار حرکتی

تاریخ دریافت مقاله: ۹۰/۰۷ تاریخ پذیرش مقاله: ۹۱/۰۲

چکیده

هدف این پژوهش تعیین ارتباط رفتارهای حمایتی– خودپیروی مربیان با انگیزش خودمختاری و تعهد ورزشی بازیکنان زن زیرگروه لیگ برتر هندبال بود. روش پژوهش توصیفی (همبستگی) بود. بدین منظور کل جامعه آماری پژوهش شامل ۲۳۷ بازیکن به عنوان نمونه تحقیق انتخاب شدند. رفتارهای حمایتی– خودپیروی، انگیزش خودمختاری و تعهد ورزشی به ترتیب با پرسش‌نامه ادراک رفتارهای حمایتی– خودپیروی مربیان در زمینه ورزش، پرسش‌نامه مقیاس انگیزش ورزشی و پرسش‌نامه مقیاس تعهد ورزشی ارزیابی شد. روایی و اعتبار پرسشنامه‌ها اندازه‌گیری و تأیید شد. در تجزیه و تحلیل اطلاعات از رگرسیون چندمتغیری و برای ارائه مدل از حیطه معادلات ساختاری (SEM) در سطح معنی‌داری P<۰/۰۵ استفاده گردید.

یافته‌ها نشان داد رفتارهای حمایتی– خودپیروی با انگیزش درونی، انگیزش بیرونی و تعهد ورزشی بازیکنان ارتباط مثبت و معنی‌دار و با بی‌انگیزگی بازیکنان همبستگی منفی و معنی‌دار دارد. از سوی دیگر، انگیزش درونی، انگیزش بیرونی خودپذیر و درون‌فکنی شده با تعهد ورزشی بازیکنان ارتباط مثبت، و بی‌انگیزگی ورزشکاران با تعهد ارتباط منفی دارد. نتایج رگرسیون چندمتغیره نشان داد رفتارهای حمایتی– خودپیروی پیش‌بینی‌کننده انگیزش و تعهد ورزشی بازیکنان است. تحلیل مسیر مدل پیشنهادی را تأیید کرده و بر نقش میانجی انگیزش درونی و بیرونی در ارتباط بین رفتار حمایتی– خودپیروی مربی و تعهد ورزشی بازیکنان صحّه گذاشت. یافته‌ها اثر رفتارهای حمایتی– خودپیروی مربیان را در ایجاد انگیزش و تعهد ورزشی بازیکنان نشان داد، در نتیجه اصول نظریهٔ خودمختاری در میان بازیکنان نخبه مورد تأیید قرار گرفت.

واژه‌های کلیدی: نظریهٔ خودمختاری، رفتار حمایتی– خودپیروی، انگیزش خودمختاری، تعهد ورزشی، بازیکن نخبه، هندبال.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

مقدمه

رهبری و انگیزش دو رکن اصلی موفقیت هر تیم یا سازمان است. مربّی، یک رهبر رودرروست که افراد را با تجربه‌ها، استعدادها، تجارب و علاقه‌های مختلف به‌هم نزدیک و آن‌ها را به قبول مسئولیت و تلاش برای دستیابی به موفقیت تشویق می‌کند (۱). مربیان اثربخش بر عملکرد، رفتار و جنبه‌های انگیزشی ورزشکاران اثرگذارند. مربیان، مدیران تیم‌ها و تماشاگران، عملکرد تیم یا ورزشکار را با وضعیت انگیزشی متفاوتشان پیوند می‌دهند، در این میان یکی از عواملی که محققان آن را منشأ انگیزش ورزشکار می‌دانند رفتار مربی و سبک رهبری اوست (۵،٦).

دیدگاه‌های رهبری در مراحل مختلفی تحول می‌یابد. این تحول با مطالعهٔویژگی و خصوصیات رهبری، در دهۀ۱۹۳۰، با این پیش‌فرض که رهبران ذاتاً رهبر به دنیا می‌آیند آغاز شد و در دهۀ ۱۹۵۰ با رویکرد مطالعات رفتاری ادامه یافت. تحقیقات در دهۀ ۱۹۷۰ به سمتِ رهبری اقتضایی سوق یافت، دیدگاه‌های جدیدی نیز مانند رهبری وضعی (٤) و رهبری تحول‌گرا و عمل‌گرا ارائه شده که از آن با عنوان «دیدگاه جدید رهبری» یاد شده است (۷). به موازات این تحولات تعدادی از محققان این دیدگاه‌ها رادر ورزش و مربی‌گری مطالعه کردند (۹، ۸). زیرا این باور وجود دارد که رهبری تیم‌های نخبه موازی با رهبری در سازمان‌های پیشرفته است و عملکرد و وظایف یکسانی را دربرمی‌گیرد (۱۰) در بسیاری از تحقیقات نیز، از اصطلاح «سبک رهبری» برای مطالعۀ رفتارهای مربی استفاده شده است (۸، ۱۱). همچنین محیط و فضای ورزش حرفه‌ای را مکان مناسبی برای مطالعۀ رفتارهای سازمانی عنوان کرده‌اند و سبک رهبری مربیان صاحب‌نام و بزرگ به‌عنوان الگویی برای رهبری سازمان‌های غیرورزشی توصیه شده است (۱۲).

علاوه بر سبک‌های رهبری در دو دهه اخیر رویکردِ دیگری با عنوان رفتارهای حمایتی- خودپیروی[1] که در ایجاد انگیزش درونی اثرگذار است توسط دسی و ریان[2] (۱۹۸۵) مطرح شده است (۱۳) که ابتدا در عرصه آموزش و سپس در عرصه ورزش و مربی‌گری مورد پژوهش قرار گرفت (١٤).

رفتار حمایتی- خودپیروی به رفتارهایی گفته می‌شود که در آن فردی که در موضع قدرت قرار دارد (مثلاً معلم یا مربی)، درحالی‌که استفاده از فشار و دستور را به حداقل می‌رساند، از عقیدۀ دیگران (مثلاً دانش‌آموزان یا ورزشکاران) استفاده می‌کند و با درنظرگرفتن احساسات آن‌ها، اطلاعات مناسب و فرصت‌های انتخاب را برای آن‌ها فراهم می‌آورد، برعکس رفتارهای کنترلی فشار بر فکر، احساس یا رفتار کردن در یک مسیر تعیین‌شده تعریف می‌شود که در نتیجه آن نیازها و احساسات فرد نادیده انگاشته می‌شود (۱۵).

رفتار های حمایتی- خودپیروی در بطن نظریۀ خودمختاری[3] به‌خوبی توصیف شده است. این نظریه از کار محققان انسان‌گرا مانند ویت[4] (۱۹۵۹) سرچشمه گرفته و در اثر تحقیقات دسی و ریان (۱۹۸۵) توسعه یافت (۱۳). نظریۀ خودمختاری از چند خرده‌نظریه تشکیل شده است. نظـریه ارزیابـی شناختی[5] یکی از این خرده-

[1] Autonomy -supportive
[2] Deci & Ryan
[3] Self – Determination Theory
[4] White
[5] Cognitive evaluation theory (CET)

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

نظریه‌ها در خودمختاری است که پیشنهاد می‌دهد رویدادهای محیط اجتماعی مانند مقررات، بازخورد، پاداش یا ارتباط بین فردی برای ارضای نیازهای روانی و اشکال انگیزش درونی و خودمختار مهم هستند (١٤). در این میان دو سبک ارتباط بین فردی که بیشترین توجه را به خود جلب کرده‌اند عبارت‌اند از: سبک کنترلی که در آن افراد حاکم به شیوه‌ای مقتدرانه با اعمال فشار و اجبار عمل می‌کنند و سبک حمایتی- خودپیروی که در آن افراد حاکم از آزادی حمایت می‌کنند و همهٔ افراد در فرآیند تصمیم‌گیری دخالت دارند (١٦). در محیط‌های حمایتی- خودپیروی، فشار برای انتخاب یک رفتار خاص به حداقل می‌رسد و افراد تشویق می‌شوند که کارهای‌شان را برپایهٔ اهداف و ارزش‌های خود دنبال کنند (١٧). رفتار حمایتی- خودپیروی در محیط اجتماعی، از یادگیری و علایقی چون گوش دادن، ایجاد فرصتِ انتخاب، فراهم آوردن بازخورد اطلاعاتی و پاسخ به سؤالات حمایت می‌کند (١٨). بر طبق نظریهٔ دسی و ریان (١٩٨٥، ١٩٩١)، محیط‌های حمایتی خودپیروی در مقابل محیط‌های کنترل کننده می‌توانند انگیزش خودمختاری، رشد سالم و عملکرد روانی بهینه را تسهیل کنند (١٧). در تضاد با جو کنترل‌کننده، جو حمایتی- خودپیروی با انگیزش درونی، خلاقیت، انعطاف‌پذیری شناختی، یادگیری مفهومی، عزت نفس، درک شایستگی، صداقت و سلامتی در ارتباط است (١٩).

در نظریهٔ خودمختاری، به‌عنوان نظریه‌ای فراگیر، فرض مهم این است که انگیزش ساختاری چندبعدی است و انواع مختلف انگیزش اثرات متفاوتی را بر نتایج شناختی، احساسی و رفتاری خواهد گذاشت؛ یعنی در حالی‌که نظریه‌های معاصر عمدتاً انگیزش را مفهومی واحد در نظر می‌گیرند و بر مقدار انگیزش کلی افراد برای فعالیت یا رفتار ویژه تمرکز دارند، نظریه خودمختاری با تفاوت قائل شدن بین انواع انگیزش شروع شد (١٤،٢٠). عقیده این است که نوع یا چگونگی انگیزش شخص از مجموع مقدارِ انگیزش برای به دست آوردن نتایج مهمی مانند سلامت روان، کارایی در عملکرد، توانایی حل مسئله و مفهوم‌آموزی مهم‌تر است. بعدها تعداد زیادی از تحقیقات نیز این مفهوم را تأیید کردند (١٤).

در این نظریه سه نوع انگیزش درونی، انگیزش بیرونی و بی‌انگیزگی از یکدیگر تمییز داده شده و در امتداد یک پیوستار تنظیم شده است. در یک طرف پیوستار انگیزش درونی قرار دارد، زمانی که فرد در فعالیتی احساس آزادی عمل می‌کند و دلبستگی و لذت او از انجام عمل بالا می‌رود نشان‌دهنده درجه بالایی از خودمختاری است (١٤). در مقابل، انگیزش بیرونی زمانی رخ می‌دهد که نتیجه کار برای افراد از خود عمل مهم‌تر است (مثلاً به دست آوردن تصدیق عمومی یا پاداش خارجی)، یعنی شرکت ورزشکار در فعالیت نه به دلیل لذت از انجام آن بلکه به دلیل نتایج بیرونی است که از شرکت در فعالیت حاصل می‌شود (١٤). همچنین انگیزش بیرونی می‌تواند خودخواسته یا خود ناخواسته باشد. در زمینه‌ای که دلایل بیرونی برای انجام فعالیت به‌وسیله شخص پذیرفته و درونی می‌شود انگیزش بیرونی خودخواسته می‌گردد. در این شرایط، مشارکت در فعالیت کاملاً ارادی است و انگیزش بیرونی کاملاً به‌وسیله خود شخص مورد تأیید قرار می‌گیرد. یعنی علل بیرونی درونی و بدین ترتیب خودخواسته می‌گردد (٢٠). در مقابل انواع انگیزش بیرونی خود ناخواسته اشاره

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

به رفتارهایی است که دیگران به فرد تحمیل کنند. به عبارت دیگر، چون دلایل اصلی برای مشارکت در فعالیت به طور کامل مطابق با سیستم ارزشی فرد و احساسات وی نیست، و به‌وسیله نیروهای درونی (مثلاً احساس شرمساری) و بیرونی (مثلاً شخص مربی) به فرد دیکته می‌گردد، احساس فشاری برای انجام فعالیت وجود دارد. هر چند باید تأکید شود که در این حالت رفتار شخص آگاهانه است و رفتارهایی را که خارج از سیستم ارزشی وی است انجام نمی‌دهد (۱۵). بنابراین، در وسط پیوستار مذکور چهار نوع انگیزش بیرونی قرار دارد که می‌توان آن‌ها را بر اساس درجه خودمختاری از یکدیگر متمایز کرد. ۱- تنظیم آمیخته[1]: انگیزش بیرونی کاملاً خودخواسته می‌باشد که کنترل رفتار موافق با سایر ارزش‌ها، اهداف و نیازهای شخص است (۱٤)؛ ۲- تنظیم خودپذیر[2]: انگیزش بیرونی خودخواسته، که در آن 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 (۳)؛ ۳- تنظیم درون‌فکنی شده[3]: انگیزش بیرونی تا اندازه‌ای خودخواسته، که در آن کنترل رفتار جهت جلوگیری از اشتباه یا شرمساری صورت می‌گیرد (۱٤)؛ ٤- تنظیم بیرونی[4]: انگیزش بیرونی خود ناخواسته، که در آن رفتار به‌وسیله قدرت پاداش، اجبار، یا ترس از مجازات کنترل می‌شود. در طرف دیگر پیوستار بی‌انگیزشی قرار دارد، بی‌انگیزگی زمانی اتفاق می‌افتد که فرد علاقه‌ای به انجام عمل ندارد که ممکن است به دلیل عدم تجربه شایستگی یا بی‌ارزش بودن آن کار و فعالیت اتفاق بیفتد (۱٤).

تحقیقات پیشین نشان می‌دهد که انگیزش درونی و انگیزش بیرونی خود خواسته تا اندازه‌ای شبیه به هم و مخالف انگیزش بیرونی خود ناخواسته هستند. پس انگیزش بیرونی نیز عنصری مهم و ضروری برای اجرای بهینه ورزشکاران محسوب می‌شود. زیرا درگیر بودن در ورزش مستلزم آموزش مداوم و نظم و انضباطی است که همیشه لذت‌بخش نیست. پس ضروری است که به انواع انگیزش بیرونی نیز توجه شود (۱۵). تحقیقات نیز نشان می‌دهد ورزشکاری که دارای انگیزش درونی و انگیزش بیرونی خودخواسته بوده، در مقایسه با ورزشکاری که فقط به انواع انگیزش بیرونی خودناخواسته متکی بوده، عملکرد بهتر و تمرکز بیشتری دارد (۲۱، ۲۲، ۲۳).

به هم پیوستگی موضوعات در نظریه خودمختاری دسی و ریان (۱۹۸۵) سلسله‌مراتبی را در انگیزش پیشنهاد می‌دهد که می‌توان آن را در سطح کلی در یک موقعیت و در یک زمینه به کار برد. والرند و لوزیر[5]، ۱۹۹۹ برای سطح کلی آن به ترتیب مراحل زیر را پیشنهاد می‌دهند (۲٤):

فاکتورهای اجتماعی (رفتار حمایتی خودپیروی) ← میانجی‌های روانی انگیزش ← خودمختاری

نتایج تحقیقات انجام‌شده نشان می‌دهد که نتیجه انگیختگی فرد، افزایش احساس مثبت و هیجان است و نتایج رفتاری مانند احساس لذت، التزام به ورزش، ارتقای عملکرد و کاهش خستگی را برای وی به همراه دارد

[1]Integrated regulation
[2]Indentified regulation
[3]Introjected regulation
[4]External regulation
[5]Vallerand & Losier

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

(۲۵). یکی از نتایج رفتاری حاصل از انگیزش، تعهد فرد است. تعهد ورزشی[1] به‌عنوان حالتی روان‌شناختی در تمایل به تصمیم و ادامه مشارکت ورزشی تعریف شده است (۲٦).

مطالعات مختلفی چهارچوب نظری خودمختاری را با استفاده از متغیرهای فوق مورد بررسی قرار داده‌اند. تعداد مطالعات در این زمینه نسبتاً زیاد ولی نتایج تاحدودی متناقض است، به‌طوری‌که در تعدادی از پژوهش‌ها رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان با انگیزش درونی و ابعاد انگیزش بیرونی خودخواسته ارتباط مثبت و معناداری داشت (۱۵، ۱٦،۲۲، ۲۳، ۲۷، ۲۸، ۲۹،۳۰، ۳۱، ۳۲). ولی در تعدادی از مطالعات ارتباط رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان فقط با ابعاد انگیزش درونی و تنظیم آمیخته گزارش شده است (۳۱، ۳۳، ۳٤). در تعدادی از مطالعات نیز ارتباط معناداری بین رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربی و انگیزش ورزشکاران دیده نشده است (۱۸، ۳۵، ۳٦). همچنین بین رفتار حمایتی- خودپیروی مربی با انگیزش بیرونی درون‌فکنی‌شده بازیکنان ارتباط مثبت و معناداری گزارش شده است (۳۰، ۳۷). در صورتی‌که نتایج دیگر ارتباط منفی و معنادار یا عدم ارتباط را بین رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان و انگیزش بیرونی درون‌فکنی‌شده نشان داده است (۱۸، ۳۲، ۳۵، ۳٦، ۳۸). همچنین بین رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان با بی‌انگیزگی بازیکنان ارتباط منفی وجود دارد (۳۳، ۳۲، ۳۷).

در زمینه ارتباط بین رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان و تعهد ورزشی مطالعات کمتر تکرار شده و بیشتر پژوهش‌ها به بررسی ارتباط سبک‌های رهبری با تعهد ورزشی پرداخته‌اند (۳۹، ٤۰). نتایج پژوهش ادموندز و همکاران (۲۰۰۷) نشان داده است انگیزش درونی با تعهد ارتباط مثبتی دارد (٤۱). در همین راستا محققان دیگر جنبه‌های احساسی و رفتاری منتج از انگیزش را در مورد ورزشکاران حرفه‌ای بررسی کرده‌اند، به‌طوری‌که از نتایج رفتاری و احساسی انگیزش خودمختار می‌توان به کاهش تحلیل‌رفتگی در ورزشکاران نخبه (٤۲)، بهبود عملکرد ورزشی (۲۲)، گرایش به فعالیت بدنی در اوقات فراغت (٤۳)، و هویت‌یابی ورزشی (۲۳) اشاره کرد.

همچنین بین اشکال انگیزش درونی و خودمختار با تعهد ورزشی ارتباط مثبتی گزارش شده است. مثلاً زهردیس[2] و همکاران (۲۰۰٤) دریافتند بین انگیزش درونی و تعهد ورزشی ارتباط مثبت و بین تعهد ورزشی با بی‌انگیزگی و انگیزش بیرونی ارتباط منفی وجود دارد (٤٤).

با وجود تعداد زیاد پژوهش‌های انجام‌گرفته در زمینه نظریه خودمختاری به نظر می‌رسد تعداد کمی از مطالعات در کشورهای آسیایی صورت گرفته است (۳۲). از طرف دیگر، تعداد کمی از تحقیقات تعهد ورزشی را به‌عنوان نتیجه رفتاری در نظریه خودمختاری بررسی کرده‌اند، در کشور ما تحقیقی دربارهٔ بررسی نظریه خودمختاری در محیط‌های ورزشی صورت نگرفته است. این مسائل محققان را بر آن داشت که ابعاد این نظریه، یعنی ارتباط رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان با انگیزش خودمختاری و تعهد ورزشی، را مطابق با چهارچوب و سلسله‌مراتب پیشنهادشده توسط (والرند و لوزیر، ۱۹۹۹) مورد بررسی قرار دهند

[1]Sport commitment
[2]Zahariadis

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

(۲٤). بنابراین، این پژوهش با هدف ارتقای رفتارهای مربیان در ورزش حرفه‌ای، به‌اندازهٔ سهم خود، بر آن است تا کاربرد یکی از نظریه‌های ارزشمند و جدید مربی‌گری رابا عنوان رفتارهای حمایتی- استقلال در تیم-های ورزشی حرفه‌ای بررسی کند. مطالعه و جست‌وجوی این سبک رفتاری درعینِ آشکار کردن وضعیت موجود، آثار مثبت ناشی از به‌کارگیری رفتارهای مطلوب مربیان را نیز نمایان می‌کند.

فرضیه‌های پژوهش

۱. رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان با انگیزش درونی بازیکنان ارتباط دارد.
۲. رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان با اَشکال انگیزش بیرونی بازیکنان ارتباط دارد.
۳. رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان با تعهد ورزشی بازیکنان ارتباط دارد.
٤. اشکال انگیزش درونی و انگیزش بیرونی خودخواسته با تعهد ورزشی بازیکنان ارتباط دارد.
۵. بی‌انگیزگی با تعهد ورزشی بازیکنان ارتباط دارد.

روش‌شناسی

این پژوهش به روش توصیفی- همبستگی انجام شد. جامعه آماری آن بازیکنان زن هندبال زیرگروه لیگ برتر، شامل ۲۳۷ بازیکن در قالب ۱٦ تیم ۱۵ نفره از استان‌های مختلف کشور بودند که در سال ۱۳۸۹ در رقابت‌ها شرکت کرده بودند. پژوهش به صورت سرشماری انجام شد و نمونه آماری برابر با جامعه مورد مطالعه بود. جهت جمع‌آوری داده‌ها از سه پرسش‌نامه استاندارد و یک پرسش‌نامه دربارهٔ خصوصیات دموگرافی شرکت‌کنندگان استفاده شد. در روان‌سنجی پرسش‌نامه‌ها ابتدا در بخش روایی صوری پرسش‌نامه‌ها ترجمه شد و مورد تأیید استادان رشته تربیت‌بدنی و روان‌شناسی قرار گرفت. اعتبار سازه و پایایی آن به روش همسانی درونی و بازآزمایی بررسی شد که در ادامه ضرایب مربوطه ارائه شده است.

۱- پرسش‌نامه ادراک رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان در زمینه ورزش (PASSES)[1]

از مقیاس ادراک رفتارهای حمایتی- خودپیروی در زمینه ورزش در افراد جوان، ارائه‌شده توسط هاگر[2] و همکاران در سال (۲۰۰۷)، استفاده شد (٤۵). این پرسش‌نامه دوازده سؤال دارد، و میزانی را که ورزشکاران احساس می‌کنند مربیان‌شان از استقلال آن‌ها حمایت می‌کنند اندازه‌گیری می‌کند. در مطالعات انجام‌شده آلفای کرونباخ این پرسش‌نامه به ترتیب ۰/۸۲ و ۰/۹۱، و ضریب بازآزمایی آن ۰/٦۹ و ۰/۷۱ گزارش شده است (٤۷،٤٦). در بررسی ساختار عاملی پرسش‌نامه نتایج تحلیل عامل اکتشافی با استفاده از چرخش واریماکس برابر (۰/۸۹– ۰/۷۰)۰/۸۱=PASSES۱۲item بود، لذا برازش قابل قبولی برای ساختار یک‌عاملی پرسش-نامه دیده شد. در مورد پایایی پرسش‌نامه آلفای آن برابر ۰/۷۱، و بازآزمایی در فاصله چهار هفته ۰/٦۹ بود.

[1] Perceived autonomy support scale for exercise settings(PASSES)
[2] Hagger

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

۲- پرسش‌نامه مقیاس انگیزش ورزشی (SMS)[1]

پرسش‌نامه انگیزش ورزشی پی‌لیتیر و همکاران (۱۹۹۵) جهت‌دهی انگیزش ورزشکاران را مشخص می‌کند و دارای بیست و هشت سؤال و چهار خرده‌مقیاس است که ضرایب آلفای کرونباخ و بازآزمایی آن به ترتیب ۰/۸۲ و ۰/٦۹ گزارش شده است (۲۱). در بررسی روایی سازه آن با استفاده از روش تحلیلعامل اکتشافی، بارهای بزرگ‌تر از ۰/۳۰ معنادار درنظر گرفته شد و در تحلیل مؤلفه‌های اساسی و چرخش متعامد با روش واریماکس الگوی پنج‌عاملی شامل خرده‌مقیاس‌های انگیزش درونی و انگیزش بیرونی خودپذیر، انگیزش درون‌فکنی‌شده، انگیزش بیرونی و بی‌انگیزگی مورد تأیید قرار گرفت. همچنین ضریب همسانی خرده-مقیاس‌های آن بین ۰/٦۹-۰/۸۸ و برای کل مقیاس ۰/۷٦ و ضریب پایایی به شیوهٔ بازآزمایی در فاصله چهار هفته ۰/۷۰ بود.

۳- پرسش‌نامه مقیاس تعهد ورزشی (SCMS)[2]

پرسش‌نامه تعهد ورزشی توسط اسکانلان و همکاران (۱۹۹۳) ارائه شده و ضریب همسانی درونی آن بین ۰/۸۰ تا ۰/۹۵ گزارش شده است (۲٦). در پژوهش حلاجی (۱۳۸۸) نیز روایی و پایایی نسخه فارسی مورد تأیید قرار گرفت. در بررسی اعتبار سازه‌ای پنج خرده‌مقیاس آن شامل لذت، تنوع‌طلبی، سرمایه‌گذاری شخصی، الزام اجتماعی و فرصت مشارکت تأیید و ضریب آلفای خرده‌مقیاس‌های آن بین ۰/۷۰-۰/۹۳ و برای کل مقیاس ۰/۹۰ گزارش گردیده است (۲). در این پژوهش پرسش‌نامه به صورت مقیاسی کلی جهت ارزیابی تعهد ورزشی استفاده شد، ضریب همسانی درونی آن برابر ۰/۸۳ و ضریب بازآزمایی آن در فاصله زمانی چهار هفته برابر ۰/۷٤ بود.

داده‌ها با استفاده از SPSS تجزیه و تحلیل شد. به منظور سازمان‌دادن، خلاصه‌کردن و طبقه‌بندی نمرات خام از آمار توصیفی و برای پیش‌بینی سهم متغیر پیش‌بین بر متغیر میانجی و متغیر ملاک از رگرسیون چندمتغیری و در راستای تحلیل‌های تکمیلی از حیطه معادلات ساختاری برای مدل‌سازی روابط علّی با تأکید بر نرم‌افزار لیزرل ۹/۲، استفاده شد و در نهایت مدل مورد نظر ارائه گردید.

یافته‌ها

جدول ۱ آمار توصیفی مرتبط با ویژگی‌های دموگرافی شرکت‌کنندگان را نشان می‌دهد. بر این اساس میانگین سنی ۳/۹۷± ۱۹/۸۲، میانگین سابقه بازی ۳/٤±٦/۸ و سابقه کار با مربی فعلی نیز ۱/۸± ۲/٤ گزارش شده بود.

[1]Sport Motivation Scale(SMS)
[2]Sport Commitment Model Scale (scms)

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

جدول۱. آمارتوصیفی مرتبط با «ویژگی دموگرافی» بازیکنان

	میانگین	انحراف معیار
سن	۱۹/۸۲	۳/۹۷۳
سابقه بازی	٦/۸۸	۳/٤۱۲
سابقه کار با مربی فعلی	۲/۸۵	۱/۸

شاخص آماری رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان دارای میانگین ۸/٦۷± ۵۱/۸۷، از حداکثر امتیاز ۹٤ بود، ۱٦۵ نفر (۷۰/۱ درصد) که اکثریت بازیکنان را تشکیل می‌دادند، دارای این عقیده بودند که مربیان از استقلال آن‌ها حمایت می‌کنند. ۱٦۹ نفر از بازیکنان (۷۱/۳ درصد) یعنی اکثریت دارای انگیزش درونی، ۱۵۹ نفر (٦۷/۱ درصد) به میزان خیلی زیاد دارای انگیزش بیرونی خودپذیر، ۱۲۵ نفر (۵٤/۳ درصد) دارای انگیزش بیرونی درون‌فکنی‌شده و ٦۳ نفر (۲٦/٦ درصد) دارای انگیزش بیرونی و نهایت ۱۵ نفر (٦/۳درصد) برای ادامه بازی هندبال بی‌انگیزه بودند. در بعد تعهد ورزشی نیز ۱۲۷ نفر (۵۳/٦ درصد) که اکثریت بازیکنان را تشکیل می‌دادند به میزان خیلی زیادی به تیم خود تعهد داشتند.

رگرسیون چندمتغیره به منظور تعیین ترکیب خطی بهتر ارتباط رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان، انگیزش خودمختاری و تعهد ورزشی مورد استفاده قرار گرفت. هم‌خطی بین متغیرها نشان می‌دهد که یک متغیر مستقل تابعی خطی از سایر متغیرهای مستقل است یا خیر. یعنی اگر هم‌خطی در 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، برای آزمون هم‌خطی از آماره عامل تورم واریانس (VIF) استفاده شد. باید تأکید شود هر قدر میزان عامل تورم واریانس افزایش یابد واریانس ضرایب رگرسیون افزایش می‌یابد و رگرسیون را برای پیش‌بینی نامناسب می‌سازد. به طور کلی، میزان عامل تورم استاندارد مقادیر بین ۰/۵ تا ۱/۵ است.

نتایج رگرسیون چندمتغیره در جدول ۲ نشان می‌دهد رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان توان پیش‌بینی انگیزش درونی (β=۰/۱۹)، انگیزش بیرونی خودپذیر (β=۰/۲۵) و انگیزش بیرونی درون‌فکنی‌شده (β=۰/۲۳) را در سطح α=۰/۰۱ دارد. همچنین ارتباط معنی‌داری بین رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان با انگیزش بیرونی بازیکنان در سطح α=۰/۰۵ مشاهده نشد. ارتباط منفی و معنی‌داری بین رفتارهای حمایتی-خودپیروی مربیان با بی‌انگیزگی بازیکنان در سطح α=۰/۰۵ مشاهده شد، یعنی توان پیش‌بینی بی‌انگیزگی بازیکنان از طریق رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان (β=۰-/۱۸) به صورت معکوس وجود داشت. آماره‌های به دست آمده در جدول ۱، ضرایب عامل تورم واریانس (VIF)، نشان‌دهنده عدم هم‌خطی در رگرسیون و نمایانگر مناسب بودن معادله رگرسیون است.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

جدول ۲- ضرایب رگرسیون مرتبط با پیش‌بینی «انواع انگیزش بازیکنان»، براساس «رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان»

متغیرپیش‌بینی‌کننده:	**متغیر ملاک انگیزش بازیکنان**	**میزان** B	**ضریب** β	**میزان** t	**سطح معنی‌داری**	**عامل تورم واریانس** VIF
رفتارحمایتی- خودپیروی مربیان	انگیزش درونی	۰/۲۳	۰/۱۹	۲/۹٦	۰/۰۰۳	۱
″″	انگیزش خودپذیر	۰/۰۸	۰/۲۵	٤/۰٤	۰/۰۰۰	۰/۹۵
″″	انگیزش درون‌فکنی‌شده	۰/۰۸	۰/۲۳	۳/٦۹	۰/۰۰۰	۰/۹۹
″″	انگیزش بیرونی	۰/۰۲	۰/۰۳	۰/۵۳	۰/۵۹۵	۱
″″	بی‌انگیزگی	-۰/۰۹	-۰/۱۸	-۲/۸۰	۰/۰۰٦	۱

نتایج رگرسیون در جدول ۳ نشان داد که بین رفتارهای حمایتی- خودپیروی با تعهد ورزشی رابطه خطی و مثبت وجود دارد و رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان توان پیش‌بینی تعهد ورزشی بازیکنان (β=۰/۲۵)، را در سطح α=۰/۰۱ داشت. به‌علاوه، عامل تورم واریانس (VIF) نشان‌دهنده عدم هم‌خطی و مناسب بودن معادله رگرسیون است.

جدول ۳- ضرایب رگرسیون مرتبط با پیش‌بینی «تعهد ورزشی بازیکنان»، براساس «رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان»

متغیرپیش‌بینی‌کننده:	متغیر ملاک	میزان B	ضریب β	میزان t	سطح معنی‌داری	عامل تورم واریانس VIF
رفتارحمایتی- خودپیروی	تعهد بازیکنان	۰/۲۵۰	۰/۲۵۵	٤/۰۳۷	۰/۰۰۰	۱/۱

نتایج رگرسیون چندمتغیره در جدول ٤ نشان داد که بین انواع انگیزش خودمختار با تعهد بازیکنان رابطه خطی و مثبت وجود دارد و توان پیش‌بینی تعهد ورزشی بازیکنان برای انگیزش درونی (β=۰/٤۰)، انگیزش بیرونی خودپذیر (β=۰/۲۳)، و انگیزش بیرونی درون‌فکنی‌شده (β=۰/۲۳)، در سطح α=۰/۰۱ دیده شد. همچنین ارتباط معنی‌داری بین انگیزش بیرونی و تعهد ورزشی بازیکنان (β=۰/۲۰)، در سطح α=۰/۰۵ مشاهده شد. ارتباط منفی و معنی‌داری بین بی‌انگیزگی و تعهد ورزشی بازیکنان در سطح α=۰/۰۵ مشاهده گردید. به عبارتی دیگر، توان پیش‌بینی تعهد ورزشی بازیکنان از طریق بی‌انگیزگی آن‌ها به طور معکوس (β=-۰/٦) وجـود داشت. با توجـه بـه آماره‌های به‌دست آمده در جدول ۳ عامل تورم واریانس (VIF) نشان‌دهنده عدم هم‌خطی و مناسب بودن معادله رگرسیون است.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

جدول ۴- ضرایب رگرسیون مرتبط با پیش‌بینی «تعهد ورزشی بازیکنان»، براساس «انگیزش بازیکنان»

متغیرپیش‌بینی‌کننده:	متغیر ملاک	میزان B	ضریب β	میزان t	سطح معنی‌داری	عامل تورم واریانس VIF
انگیزش درونی	تعهد ورزشی	۰/۲۵	۰/٤۰	۳/۷٦	۰/۰۰۰	۰/۹
انگیزش خودپذیر	″″	۰/۰۸	۰/۲۳	۳/۵۸	۰/۰۰۰	۱
انگیزش درون‌فکنی‌شده	″″	۰/۰٦	۰/۲۳	۳/۰۲	۰/۰۰۰	۹/۳
انگیزش بیرونی	″″	۰/۰۳	۰/۲۰	۰/٤۱	۰/۰۰۰	۱
بی‌انگیزگی	″″	-۰/۰۷	-۰/٦	-۲/۰۱	۰/۰۵	۰/۸

تحلیل مسیر

به منظور بررسی نقش پیش‌بینی‌کننده متغیر مستقلِ رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان و انگیزش و نیز اثر مستقیم و غیرمستقیم آن‌ها بر متغیر وابسته تعهد ورزشی از مدل معادلات ساختاری استفاده شد. پس از اینکه مدل مذکور با تأکید بر تحلیل عامل و تحلیل مسیر، به وسیله داده‌های تجربی طراحی گردید، به برازش این مدل پرداخته شد و شاخص‌های مرتبط با نیکویی برازش و خطاهای اندازه‌گیری به‌دست آمد. در این زمینه، پنج شاخص متفاوت که در جدول ۵ نشان داده شد اندازه‌گیری شد. شاخص مجذور کای[1] (نسبت درست‌نمایی)، تقریباً برابر ۳۰۰ بود (χ^2=۲۹۸/۲۳٤) و در سطح α=۰/۰۱ معنی‌دار است. شاخص لوئیز- تاکر[2] (شاخص برازش غیرنرم)[3] برابر با ۰/۹۱، و شاخص برازش نرم‌شده[4] بونت بنتلر[5] ۸۹/ نزدیک به ۰/۹۰ بود. علاوه بر آن، شاخص هولتر[6] ۰/۸۲ بالاتر از ۰/۸۰ بوده و برازش مطلوب را نشان داد. ریشه خطای میانگین مجذورات تقریب (۰/۰۲۵) کمتر از ۰/۰۵ بوده و معرف برازش مدل بود.

جدول ۵- شاخص‌های مرتبط با برازش مدل ارائه شده

شاخص‌ها	مقدار	تفسیر
مجذور کای (نسبت درست‌نمایی)	۲۹۸/۲۳٤	برازش کامل مدل در سطح معنی‌داری ۰/۰۰۱
لوئیز- تاکر (شاخص برازش غیرنرم)	۰/۹۱	برازش عالی (ملاک بیش از۰/۹۰)
بونت- بنتلر (شاخص برازش نرم‌شده)	۰/۸۹	برازش عالی (ملاک بیش از۰/۹۰)
هولتر	۰/۸۲	برازش عالی (ملاک بیش از۰/۸۰)
ریشه خطای میانگین مجذورات تقریب	۰/۰۲۵	برازش عالی (ملاک کمتر از ۰/۰۵)

همان‌طور که در مدل نهایی شکل ۱ مشاهده می‌گردد، ضرایب مربوط به اثرات مستقیم و غیرمستقیم متغیر مستقل و میانجی بر متغیر وابسته نشان می‌دهد که بین رفتار حمایتی- خودپیروی مربیان و تعهد ورزشی به

[1]Chi Square
[2]Tucker- Lewis Index
[3]Non Norm Fit Index
[4]Norm Fit Index
[5]Bentler- Bonett
[6]Hoelter

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

طور مستقیم و غیرمستقیم رابطه وجود دارد، مقدار رابطه مستقیم برابر ۰/۲۵ است و همچنین با محاسبه اثرات غیرمستقیم آن که از طریق سایر مسیرها است برابر۰/۳۷۱۳ می‌باشد که به صورت کلی نشان می‌دهد مجموع کل اثرات مستقیم و غیرمستقیم رفتارهای حمایتی- استقلالی بر تعهد بازیکنان برابر ۰/۶۲۶۳ می‌باشد.

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف بررسی اثر رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان بر اشکال انگیزش خودمختاری و تعهد ورزشی بازیکنان زن شرکت‌کننده در مسابقات زیرگروه لیگ برتر هندبال انجام شد. یافته‌های تحقیق نشان داد بیشتر مربیان حاضر در زیرگروه لیگ برتر هندبال از رفتارهای حمایتی- خودپیروی در اداره تیم استفاده می‌کنند. حدود ۰/۷۰ از بازیکنان عقیده داشتند مربی آن‌ها از چنین سبکی استفاده کند. پس نتایج حاکی از آن است که مربیان نظر بازیکنان **را** برای تصمیم‌گیری درباره شیوه‌های تمرین و اتخاذ استراتژی مناسب برای مسابقات و به طور کلی مسائل مربوط به تیم، مورد توجه قرار می‌دهند و معمولاً به صورت دموکراتیک تصمیم‌گیری می‌کنند و کمتر از رفتار استبدادی و آمرانه در تیم استفاده می‌نمایند. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های دیگر در این زمینه هم‌خوانی داشت (٦، ۳۲). از نتایج حاصل از این سبک رهبری در تیم، گرایش ورزشکاران به سطوح بالای انگیزش درونی، انگیزش خودمختار، کاهش بی‌انگیزگی در بازیکنان، افزایش تعهد به تیم و افزایش لذت است که در ادامه بحث به آن می‌پردازیم.

نتایج رگرسیون چندمتغیره نیز نشان داد که رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان توان پیش‌بینی انگیزش درونی و انگیزش بیرونی خودپذیر بازیکنان را دارد که با نتایج پژوهش‌هایی که در این زمینه انجام شده و ارتباط مثبتی را بین حمایت مربی از استقلال بازیکنان و انگیزش درونی و خودپذیر گزارش کرده بودند هم‌خوانی داشت (۱۵، ١٦، ۲۳، ۲۷، ۲۸، ۲۹، ۳۰، ۳۱، ۳۲، ۳۸، ٤٧). البته با نتیجه تحقیقات یانچینی (۲۰۰۸) و کاماروا (۲۰۱۰) که عدم ارتباط معنادار را بین رفتار حمایتی- خودپیروی مربی با انگیزش درونی و انگیزش خودپذیر گزارش کرده بودند هم‌خوان نبود (۳۵،۳٦). همچنین در پژوهش جم (۲۰۱۰) رفتار حمایتی- خودپیروی فقط با انگیزش بیرونی خودپذیر ارتباط معنادار داشت (۱۸).

دلیل هم‌خوانی نتایج تأیید یکی از اصول مسلم نظریه خودمختاری در میان ورزشکاران است. زیرا محیط اجتماعی اطراف ورزشکار (بخصوص جو انگیزشی ایجاد شده به‌وسیله مربی) در افزایش سطح انگیزش خودمختار تأثیر بسزایی دارد (۲۰،٤۸). به علاوه، در نظریه ارزیابی شناختی که یکی از خُرده‌نظریه‌ها در نظریهٔ خودمختاری است تأکید می‌شود که سبک رفتاری درون‌فردی بر انگیزش افراد تأثیرگذار است (٤۹). امروزه یکی از سبک‌های درون‌فردی که بیش از همه مورد توجه قرار دارد سبک حمایتی- خودپیروی است که در آن افراد حاکم از آزادی افراد حمایت می‌کنند و همهٔ افراد در فرآیند تصمیم‌گیری دخالت دارند. مطالعات بسیاری در زمینه سبک حمایتی- خودپیروی در محیط‌های ورزشی انجام گرفته و نتایج نیز از اصول مسلم آن حمایت کرده است (١٦). مثلاً مربیانی که رفتارهای حمایتی- خودپیروی دارند نتایج انگیزشی مثبت را تسهیل کنند (٦). نیز بر اهمیت محیط‌های حمایتی- خودپیروی در مقابل محیط‌های کنترل‌شده برای اَشکال

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

خودمختار انگیزش افراد تأکید شده است (۱۸). هم‌خوانی یافته‌های این پژوهش با دیگر تحقیقات بر اهمیت رفتارهای مربی در ایجاد جو انگیزشی مناسب تأکید دارند. ماگو و والرند (۲۰۰۳) نیز به‌روشنی بیان می‌دارند که شیوه حمایتی- خودپیروی درون‌فردی مؤثرترین تکنیک انگیزشی به شمار می‌رود (۱۵). با این حال، متأسفانه بسیاری از معلمان و مربیان به شیوه‌های کنترل‌کننده درون‌فردی تمایل دارند.

همچنین بین رفتار حمایتی- خودپیروی مربی با انگیزش بیرونی درون‌فکنی‌شده بازیکنان ارتباط مثبت و معناداری وجود داشت که با نتایج پژوهش‌های چندی در این راستا هم‌سو بود (۳۰، ۳۷). اما با نتایجی که ارتباط منفی و معنادار یا عدم ارتباط را بین رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان و انگیزش بیرونی درون‌فکنی‌شده نشان داده‌اند هم‌خوان نبود (۱۸، ۳۲، ۳۵، ۳٦، ۳۸).

یکی دیگر از یافته‌های این پژوهش نشان داد که رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان توان پیش‌بینی بی‌انگیزگی بازیکنان را به صورت معکوس دارد. این نتیجه با نتایج تحقیقاتی که چنین ارتباط منفی را گزارش کرده بودند هم‌خوانی داشت (۳۳، ۳۲، ۳۷). در حالی‌که با نتایج پژوهش کاماروا (۲۰۱۰)، که عدم ارتباط بین رفتارهای حمایتی- خودپیروی و بی‌انگیزگی را گزارش کرده بود هم‌سو نبود (۳٦).

شاید بتوان گفت عدم هم‌خوانی نتایج پژوهش‌ها در این زمینه ممکن است به دلیل تفاوت در نمونه‌ها از نظر سن، جنسیت، سطح عملکرد حرفه‌ای و ورزشی و تفسیر افراد از شرایط و رفتار مربی باشد، همچنین باید توجه کرد اثر رفتار مربی به این بستگی دارد که ورزشکاران چگونه این رفتارها را درک می‌کنند. ازاین‌رو، تجربه سطوح بالای انگیزش درونی و خودمختار توسط ورزشکاران به میزان درک آن‌ها از رفتارهای مربی و میزانی که نیازهای پایه‌ای روان‌شناختی در آن‌ها ارضا می‌شود بستگی دارد (۱۵). هر چند به پژوهش‌های بیشتری در زمینه انگیزش خودمختار و کنترل‌شده ورزش نیاز است.

شگفت‌آور اینکه اهمیت انگیزش درونی و انگیزش بیرونی خودمختار به‌وسیله بسیاری از روان‌شناسان ورزشی مورد تأیید قرار گرفته است. تحقیقات نیز نشان می‌دهد که انگیزش بیرونی خودمختار در مقایسه با انگیزش بیرونی غیرخودمختار به شناخت مؤثر و مثبت می‌انجامد و نتایج رفتاری بسیار مشابه با انگیزش درونی را برای فرد به همراه می‌آورد (۵۰).

یافته دیگر پژوهش نشان داد رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان با تعهد ورزشی بازیکنان تیم ارتباط مثبت و معناداری دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌هایی در زمینه ارتباط سبک رهبری تحول‌گرا و تعهد ورزشی و هم‌خوانی رفتارهای رهبری با تعهد ورزشی بازیکنان هم‌سو بود (۳۹، ٤۰). در مقابل با نتایج پژوهش ادموندز و همکارانش (۲۰۰۵)، که در آن، رفتار حمایتی- خودپیروی با تعهد ارتباط منفی داشت، هم‌خوانی نداشت (۳۷). اندرو (۲۰۰٤) در رساله دکتری خود با عنوان «اثر هم‌خوانی رفتارهای رهبر بر انگیزش، تعهد و رضایت بازیکنان تنیس» نشان داد که هم‌خوانی رفتارهای رهبری ترجیح‌داده‌شده و درک‌شده می‌تواند بر تعهد و لذت ورزشی تأثیر بگذارد (٤۰). به‌علاوه، در تحقیقات مختلفی در سازمان‌های ورزشی دریافته‌اند که رهبری تحول‌گرا با تعهد سازمانی کارکنان ارتباط مثبت معنی‌داری دارد (۵۱). البته باید تأکید کرد که بین

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

رفتارهای حمایتی- خودپیروی با خصوصیات و رفتارهای رهبری تحول‌گرا (رهبری احترام، رهبری خلاق، رهبری اطمینان‌بخش، رهبری پیروگرا) نقاط مشترکی مشاهده می‌گردد (۵۲).

به طور کلی، یکی از مسائل مهم دربارهٔ ورزشکاران این است که تمرینات طولانی و لذت‌بخشی داشته باشند و ازاین‌رو نقش مربی در کسب سطح مطلوب تعهد ورزشی بسیار حساس است (۵۳). در حقیقت تعهد ورزشی ساختاری روان‌شناختی است که تمایل و تصمیم به ادامه مشارکت در ورزش را نشان می‌دهد (۲٦). پس می‌توان گفت مربیانی که از این سبک استفاده می‌کنند، در ایجاد تعهد در تیم موفق‌تر هستند. این شرایط ممکن است به این دلیل ایجاد گردد که ورزشکاران از همراهی با تیم احساس لذت بیشتری می‌نمایند، همچنین تحت تأثیر جایگزین‌های دیگری که غالباً شرکت‌کننده را دربرمی‌گیرد واقع نمی‌شوند.

دیگر یافته این مطالعه نشان داد که انگیزش درونی، انگیزش خودپذیر، درون‌فکنی‌شده و انگیزش بیرونی ارتباط مثبت و معناداری با تعهد ورزشی و بی‌انگیزگی ارتباط منفی با تعهد بازیکنان داشت. زهردیس و همکاران (۲۰۰٤) در نتیجه مطالعه خود در زمینه ارتباط انگیزش و تعهد ورزشی دریافتند که بین انگیزش درونی و تعهد ورزشی ارتباط مثبت و بین تعهد ورزشی با بی‌انگیزگی و انگیزش بیرونی ارتباط منفی وجود دارد (٤٤).

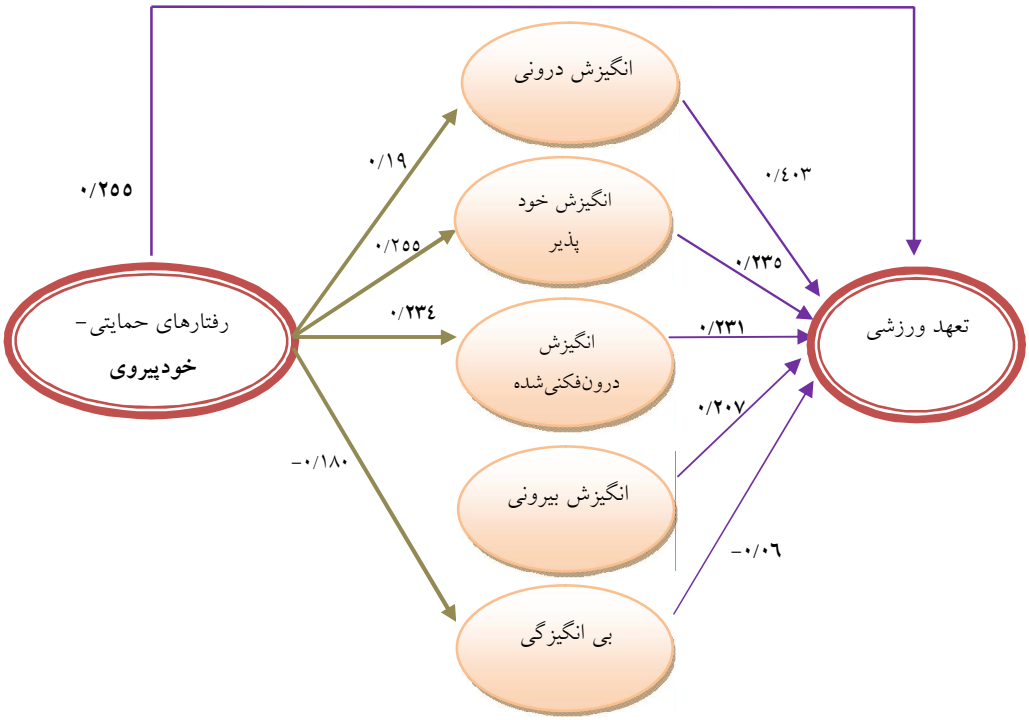
مطالعات دیگری نیز جنبه‌های احساسی و رفتاری منتج از انگیزش را در مورد ورزشکاران حرفه‌ای بررسی کرده‌اند، به‌طوری‌که از نتایج رفتاری و احساسی انگیزش خودمختار می‌توان به کاهش تحلیل‌رفتگی در ورزشکاران نخبه (٤۲)؛ بهبود عملکرد ورزشی (۲۲)؛ گرایش به فعالیت بدنی در اوقات فراغت (٤۳)؛ و هویت‌یابی ورزشی (۲۳) اشاره کرد. استاندیج و همکاران (۲۰۰۵) نشان دادند که اشکال غیرخودمختار انگیزش (بی‌انگیزگی یا تنظیم بیرونی یا هردو) با خستگی در ورزش ارتباط مثبت و معنادار داشت. به‌علاوه، بین بی‌انگیزگی به تربیت بدنی و تمایل افراد به فعالیت بدنی در اوقات بیکاری ارتباطی منفی مشاهده شد (٤۷).

در نتیجه کلی می‌توان عنوان کرد مربیانی که از رفتارهای حمایتی- خودپیروی در جهت کمک به افراد **برای** برخورداری از منطق معنادار شخصی برای انتخاب رفتار، کاهش کنترل‌های خارجی، ایجاد فرصت‌هایی برای مشارکت و انتخاب در تصمیم‌گیری‌ها و آشنایی با سختی‌های مرتبط با انتخاب رفتار استفاده می‌کنند، همچنین از یادگیری و علایقی چون گوش دادن، ایجاد فرصتِ انتخاب، فراهم آوردن بازخورد اطلاعاتی و پاسخ به سؤالات حمایت می‌نمایند در ایجاد اشکال انگیزش خودمختار در بازیکنان موفق هستند. همچنین تجربه احساسات مثبت، تمرکز بالاتر، تلاش بیشتر، علاقه افزون‌تر، ترجیح دادن تکالیف دشوارتر و تمایل به فعـالیت بدنی در اوقات فراغت، و تعهد به تیم از نتایج مثبت انگیزش خودمختاری است. بنابـراین به نظر می‌رسد مربیان زیرگروه و لیگ برتر هندبال بهتر است در شیوهٔ رهبری خود از استقلال ورزشکاران حمایت کنند و خصوصاً شرایطی را فراهم آورند که به بازیکنان پیشنهاد انتخاب و آزادی در عمل داده شود.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

همان‌گونه که در الگوی تحلیل مسیر مشاهده می‌شود، رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان (متغیرهای مستقل برون‌زا) بر انگیزش خودمختاری بازیکنان (متغیر مستقل درون‌زا) به طور مستقیم و بر تعهد ورزشی بازیکنان (متغیر وابسته) به طور مستقیم و غیرمستقیم اثرگذار است.

ضرایب مربوط به اثرات مستقیم و غیرمستقیم متغیر مستقل و میانجی بر متغیر وابسته نشان می‌دهد که بین رفتارهای حمایتی- خودپیروی مربیان و انگیزش درونی، انگیزش خودپذیر و درون‌فکنی شده و بی‌انگیزگی ارتباط مستقیم وجود دارد. بین رفتار حمایتی- خودپیروی مربیان و تعهد ورزشی به طور مستقیم و غیرمستقیم رابطه وجود دارد، مقدار رابطه مستقیم برابر β=۰/۲۵ و جمع روابط مستقیم و غیرمستقیم با میانجی‌گری انگیزش درونی، انگیزش بیرونیِ خودپذیر و درون‌فکنی‌شده به ترتیب برابر β=۰/۵۹، β=۰/٤۸، β=۰/٤٦ است که در سطح α=۰/۰۱ ارتباط معنادار است. همچنین انگیزش بیرونی و بی‌انگیزگی در ارتباط بین رفتار حمایتی- خودپیروی مربیان و تعهد ورزشی نقش میانجی نداشتند. یعنی جمع اثرات مستقیم و غیرمستقیم کمتر از اثر مستقیم رفتار حمایتی- خودپیروی (β=۰/۲۵) بوده و نقش میانجی دیده نشد. نتیجه مهم حاصل از تحلیل مسیر در این پژوهش تأیید اصول مسلم نظریهٔ خودمختاری در میان ورزشکاران در جامعه مورد مطالعه این پژوهش بود. پژوهش حاضر نیز این فرض مسلم و سلسله‌مراتب پیشنهادشده توسط (والرند و لوزیر، ۱۹۹۹) را تأیید کرد (٢٤).



شکل ۱: مدل اثر رفتارهای حمایتی- خودپیروی بر انگیزش و تعهد ورزشی بازیکنان

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

منابع

۱. انشل، مارک. اچ. (۱۳۸۰). روان‌شناسي *ورزش ازتئوري تا عمل*، ترجمه علي اصغر مسدد، تهران: اطلاعات.
۲. حلاجی، محسن. (۱۳۸۸). ارتباط سبک رهبری تحول‌گرا و عمل‌گرای مربیان با تعهد و رضایتمندی ورزشکاران لیگ برتر هندبال، رساله دکتری دانشگاه تربیت معلم.
۳. ریو، مارشال .(۱۳۸۳/۱۹۹۲). *انگیزش و هیجان* ترجمهٔ یحیی سیدمحمدی، تهران: نشر.
۴. هرسی، پاول و کنت بلانچارد، (۱۳۸۳) . *مدیریت رفتار سازمانی* ترجمه علی علاقه‌بند، تهران: دانشگاه تهران.
5. Charbonneau, P., Barling, J., & Kelloway, E. K. (2001). Transformational leadership and sport performance. The meditating role of intrinsic motivation. Journal of Applied Social Psychology, 31, 1521-153.
6. Amorose, A. J., & Butcher, D. A. (2006). Autonomy-supportive coaching and self-determined motivation in high school and college athletes: A test of self-determination theory. Psychology Of Sport and Exercise, 8, 654-670.
7. Doherty, A. J., & Danylchuk, K. E. (1996). Transformational and transactional leadership in interuniversity athletics management. Journal of sport Management, 10, 292-309.
8. Chelladurai, P., & Saleh, S. D. (1980). Dimensions of leader behavior in sport: Development of a leader scale. Journal of Sport Psychology, 2, 34-45.
9. Swartz, J. L. (1973). Analysis of leadership styles of college level head football coaches from five Midwestern states. Doctoral dissertation. University of Northern Colorado.
10. McNeillis, D. (1993). Insight into leadership success. Sunday Stare, P. 1.
11. Case, R. W. (1990). Situational leadership theory and leadership effectiveness in sport setting. Psychology and Sociology of Sport, 2, 11-90.
12. Danilson, R. R., Zelhart, P. F., & Drake, C.J. (1975). Multidimensional scaling and factor analysis of coaching behaviors as perceived by high school hockey players. Research Quarterly, 46, 323-334.
13. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York: Plenum Press.
14. Ryan, R.M., & Deci, E. L. (2000).Self –determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. American psychologist, 55, 68-78.
15. Mageau, G.A., & Vallerand, R.J. (2003). The coach-athlete relationship: A motivational model. Journal of Sport Sciences, 21, 883-904.
16. 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.
17. Hagger, M. S., & Chatzisarantis, N. L. D. (2007). Intrinsic motivation and self-determination in exercises and sport. Handbook of self-determination .research Champaign, IL, Human Kinetics.
18. 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
19. Conroy, D. E., & Coatsworth, J. D. (2007). Assessing Autonomy-Supportive Coaching Strategies in Youth Sport. Psychology of Sport and Exercise 8, 671–684.
20. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-determination of Behavior. Psychological Inquiry, 11, 227-268.
21. Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Briere, N. M., & Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). Journal of Sport & Exercise Psychology, 17, 35-53.
22. Gillet, N., Vallerand, R. J., Amoura, S., & Baldes, B. (2010). Influence of coaches’autonomy support on athletes’ motivation and sport performance: a test of thehierarchal model of intrinsic and extrinsic motivation. Psychology of Sport &Exercise, 11, 155e161.
23. Vlachopoulos, S.P., Kaperoni, M. & Moustaka, F.C. (2011). The relationship of self-determination theory variables to exercise identity. Psychology of Sport and Exercise; 12: 265-272.
24. Vallerand, R. J., & Losier, G. F. (1999). An Integrative Analysis of Intrinsic and Extrinsic Motivation. Journal of Applied Psychology, 11, 142-169.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

25. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2002). Handbook of self-determinationresearch. Rochester, NY:University of Rochester Press
26. Scanlan, T. K., Simons, J. P., Carpenter, P. J., Schmidt, G. W., & Keeler, B. (1993). The Sport Commitment Model: Development for the Youth-Sport Domain. Journal of Sport & Exercise Psychology, 15(1), 16-38.
27. Gagne, M., Ryan, R. M., & Bargmann, K. (2003). Autonomy support and need satisfaction in the motivation gymnasts. Journal of Applied Sport Psychology, 15, 372-390.
28. Vansteenkiste, M., Simons, J., Lens, W., & Sheldon, K. M. (2004). Motivation Learning, Performance, and Persistance: The Synergistic Effects on Intrinsic Goal Contents and Autonomy- Supportive Contexts. Journal of Personality and Social Psychology, 87, 246-260
29. Smith, A., Ntoumanis, N., & Duda, J. (2007). Goal Striving, Goal Attainment, and Well-Being: Adapting and Testing the Self-Concordance Model in Sport. Journal of Sport & Exercise Psychology, 29, 763-782.
30. Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., & Briére, N. M. (2001). Associations among perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: A prospective study. Motivation and Emotion, 25(4), 279-306.
31. 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-contexual Model. Journal of Educational Psychology, 95, 784-795.
32. 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.
33. Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., & Briére, N. M. (2001). Associations among perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: A prospective study. Motivation and Emotion, 25(4), 279-306.
34. 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.
35. 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.
36. 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.
37. Edmunds, J. K., Ntoumanis, N., & Duda, J. L. (2005). Faciliating Exercise Engagement: An Experimental Test of Self-Determination Theory. Manuscript in Preparation.
38. 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.
39. Kent, A., & Chelladurai, P. (2001). Perceived transformational leadership, organizational commitment, and citizenship behavior: A case study in intercollegiate athletics. Journal of Sport Management, 15, 135-159.
40. Andrew, D. P. S. (2004). The Effect of Congruence of Leadership Behaviors on Motivation, Commitment, and Satisfaction of College Tennis Players. A Dissertation Submitted to The Florida State University.
41. Edmunds, J., Ntoumanis, N., & Duda, J. L. (2007). Perceived autonomy support and psychological need satisfaction as key psychological constructs in the exercise domain. In M. Hagger & N. L. D. Chatzisarantis (Eds.), Self-determination in exercise and sport (pp. 35-51). Champaign, IL: Human Kinetics.
42. Curran, T., Appleton, P. R. Hill, A. P., & Hall, H. K. (2011). Passion and burnout in elite junior soccer players: The mediating role of self-determined motivation. Psychology of Sport and Exercise; 12: 655-661.
43. Patrick, H., & Canevello, A. (2011). Methodological overview of a self-determination theory-based computerized intervention to promote leisure-time physical activity. Psychology of Sport and Exercise; 12: 13-19
44. Zahariadis, P., Tsorbatzoudis, H., & Alexandris, K . (2004). Self-determination in sport commitment. Journal of Perceptual and motor skills. 102, 2, 405-420.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

45. Hagger, M. S., Nikos, L.D,, Chatzisarantis, N. L. D., Hein, V., Pihu, M., Soós, I., & Karsai, I. (2007). The perceived autonomy support scale for exercise settings (PASSES): Development, validity, and cross-cultural invariance in young people. Psychology of Sport and Exercise, 8, 632- 653.
46. Balaguer. I., Castillo, I., Alvarez, M. S., & Duda, J. L. (2005). Importance of social context in the prediction of self determinationand well-being in athletes of different level. Paper presented at European Congress of Psychology Granada (Spain).
47. Standage, M., Duda, J. L., Ntoumanis, N. (2006). Students' Motivational Processes and their Relationship to Teacher Ratings in School Physical Education: A Self- determination Theory Approach. Research Quarterly for exercise and Sport, 77, 100-110.
48. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2002). Handbook of self-determinationresearch. Rochester, NY: University of Rochester Press
49. 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.
50. Vallerand, R. J. (1997). Towards a hierarchical model of intrinsic and extrinsicmotivation. In M. P. Zanna (Ed.), Experimental social psychology (pp. 271–361).New York: Academic Press.
51. Yean, J. S. (2001). Transformational leadership, organizational culture and organizationaleffectiveness in sport organizations. Sport journal, 4, 20-31.
52. Black, A. E., & Deci, E. L. (2000). The Effects of Instructors' Support andStudents' Autonomous Motivation on Learning Organic Chemistry: A SelfDetermination Theory Perspective. Science Education, 84, 740-756.
53. Leo, F. M., Sanchez, P. A., Sanchez, D., Amado, D., & Calvo, T. G. (2009). Influence of the Motivational Climate Created by Coach in the Sport Commitment in Youth basketball Players. Faculty of Sports Sciences. University of Extremadura.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

The Relation ofAutonomy-Supportive Behaviors of Coaches withSelf-Determined Motivation and Sport Commitment of EliteFemale Players inHandball League

Zardoshtian, SH., (Ph.D.) Razi University
Ahmadi, B., (M.Sc.) Razi University
Azadi, A., (M.Sc.) Razi University

Abstract

The aim of this study was to examine therelationship perceived autonomy-supportive behaviors of coaches onself-determined motivation and sport commitment of elitefemale players inHandball league. The research desing was a descriptive-correlational.For this pourpose statistical society of this research incloud 237 female players were selected equal to sample society. Perceived autonomy-supportive behaviors of coaches, self-determined motivation and sport commitment were assessed using the perceived autonomy support scale for exercise settings(PASSES), Sport Motivation Scale (SMS) and Sport Commitment Model Scale (scms) respectively. The validity and reliability of the questionnaires was measured and modified.Data were analyzed using multiple regression and Structural Equation Models (SEM) in significance level of P<0/05. The finding showed autonomy-supportive behaviors had significant positive correlation with intrinsic motivation, introjected regulation and indentified regulation. However, autonomy-supportive negative correlation amotivation.In addition, intrinsic motivation, introjected regulation and indentified regulation had significant positive correlation with sport commitment players.Multiple regression showed autonomy-supportive coaches was predictor factor for the intrinsic motivation, extrinsic motivation and sport commitment players.path analysis results offered support for the proposed model. Total mediation was supported in the case of intrinsic motivation, introjected regulation and indentified regulation in the relationship between autonomy-supportive coaches and sport commitment players. The findings underline the importance of perceived autonomy-supportive coaches in motivation and sport commitment players. The results provide support Self-determination Theory in elite players

Key words:Self-Determination theory, Autonomy-supportive behaviors, Self-determined motivation, Sport commitment, Eliteplayer, Handball.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]