

## پیش‌بینی میل به تداوم فعالیت ورزشی دانشجویان براساس رفتار مربیان: یک رویکرد نظریه خود-تعیین‌گری

بهزاد بهزادنیا<sup>۱\*</sup>، محمد کشتی‌دار<sup>۲</sup>

۱. باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان، واحد ارومیه، دانشگاه آزاد اسلامی، ارومیه، ایران.

۲. دانشیار مدیریت ورزشی دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه بیرجند، بیرجند، ایران.

تاریخ دریافت: (۹۶/۱۲/۸) تاریخ پذیرش: (۹۷/۷/۱)

## Predicting Students' Intention to Continue Physical Activities Based on Teachers' Behaviors: A Self-Determination Theory Approach

B. Behzadnia<sup>1\*</sup>, M. Keshtidar<sup>2</sup>

1. Young Researchers and Elite Club, Urmia Branch, Islamic Azad University, Urmia, Iran.

2. Associate Professor in Sport Management, Faculty of Sport Science, University of Birjand, Birjand, Iran.

Received: (23 September 2018)

Accepted: (27 February 2018)

### Abstract

There has been a growing importance in relation to students' intention to continue physical activities. The current study, based on self-determination theory, investigated teachers' interpersonal behaviors in students' intention to continue physical activities through basic psychological needs mediation role. 120 students who participated in physical education courses fill out the perception of teachers' autonomy-supportive and control (Fenton et al. 2014), basic psychological needs satisfaction and frustration (Chen et al. 2014), and students' intention to continue physical activity in future (Chatzisarantis et al. 2003) scales. Pearson correlations and path analysis were used. Also, data were analyzed using SPSS and AMOS. Findings showed that teachers' autonomy-supportive behaviors directly affect students' intention to persist ( $\beta = .20; p < .01$ ). Also, teachers' autonomy-supportive behaviors indirectly through basic need satisfaction affected students' intention to persist. Controlling behaviors only affect basic needs frustration ( $\beta = .30; p < .01$ ), but it did not affect students' intention to persist. The self-determination theory tenets received support, in which when teachers support students' needs, it results in students need satisfaction and in fact it affects students' intention to continue physical activity in future. The implication of this study would be applicable for physical education teachers.

### Keywords

Self-determination theory, basic need satisfaction, autonomy support, intention to persist in physical activity, college students.

### چکیده

اهمیت‌های پژوهشی زیادی در زمینه بررسی میل به انجام فعالیت ورزشی در دانشجویان وجود دارد. پژوهش حاضر نقش رفتارهای مربی را در میل به انجام فعالیت ورزشی دانشجویان را با نقش میانجی‌گر نیازهای اساسی روان‌شناختی، از دیدگاه نظریه خود-تعیین‌گری بررسی کرد. ۱۲۰ دانشجوی دختر و پسر که واحد تربیت بدنی عمومی را در دانشگاه انتخاب کرده بودند پرسش‌نامه‌های رفتار حمایتی و کنترلی مربی (فنتون و همکاران، ۲۰۱۴)، رضایتمندی و ناکامی از نیازهای اساسی روان‌شناختی (چن و همکاران، ۲۰۱۴) و میل به انجام فعالیت ورزشی در آینده (چات‌سی‌سازانتیز و همکاران، ۲۰۰۳) را تکمیل کردند. از روش‌های آماری همبستگی پیرسون و مدل مسیر استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها نیز با استفاده از نرم افزار SPSS و AMOS انجام گرفت. نتایج نشان داد که رفتارهای حمایتی ادراک شده به‌طور مستقیم بر میل به فعالیت ورزشی تأثیر گذار بود ( $\beta = 0.20; p < 0.01$ ). رفتارهای حمایتی همچنین به صورت غیرمستقیم و از طریق رضایتمندی از نیازهای اساسی بر میل به فعالیت ورزشی دانشجویان تأثیر داشت. رفتارهای کنترلی اما تنها بر ناکامی از نیازهای اساسی روان‌شناختی تأثیر گذاشت ( $\beta = 0.30; p < 0.01$ )، و تأثیری در میل به انجام فعالیت ورزشی در دانشجویان نداشت. رویکرد نظریه خود-تعیین‌گری مورد حمایت قرار گرفت، بدین شکل که، در صورتی که مربیان از نیاز اساسی روان‌شناختی برای خود-تعیینی دانشجویان در تربیت‌بدنی حمایت کنند، آنها ارضا نیازهای اساسی را تجربه کرده و میل بیشتری برای انجام فعالیت‌بدنی خواهند داشت. ملزومات این پژوهش می‌تواند برای معلمان ورزشی در دانشگاه کاربردی باشد.

### کلید واژه‌ها

نظریه خود-تعیین‌گری، رفتارهای حمایتی، رضایتمندی از نیازهای روان‌شناختی، میل به انجام فعالیت ورزشی، دانشجویان.

## مقدمه

افراد با دلایل مختلفی در برنامه‌های ورزشی شرکت می‌کنند، و در میزان متفاوتی از انگیزه برای انجام آن می‌باشند. شناخت شاخص‌هایی که می‌تواند مرتبط با دلایل شرکت در فعالیت بدنی و امیال افراد به سوی آن باشد، می‌تواند در ارتقا سلامت جامعه نقش مهمی ایفا کند. در این میان، دانشجویان به عنوان یک قشر کلیدی در جامعه، بیشتر مورد توجه قرار می‌گیرند. این توجه می‌تواند در دو جنبه کلی قرار گیرد: اول اینکه با توجه به وضعیت سنی آنان، پیش‌بینی تمایل آنها جهت شرکت در فعالیت بدنی به دلیل پیشگیری از بیماری‌ها و حفظ سلامت با استفاده از یک سبک زندگی فعال در آینده‌شان مهم است. دوم اینکه، این افراد نه تنها در آینده جامعه تصمیم‌گیرنده هستند و از ارکان اصلی به‌شمار می‌روند، میل به انجام فعالیت ورزشی می‌تواند به صورت مثبتی توسط آنها در سایر افراد بازخورد داشته و موجب ارتقاء رفتارهای سلامت مرتبط با فعالیت بدنی گردند. در این پژوهش ضمن بررسی اینکه دانشجویان به چه میزان میل به فعالیت بدنی دارند، در پی آن نیز بودیم تا رفتار آنها به جهت این مهم را بر اساس رفتار مربیان در واحدهای ورزشی عمومی مورد بررسی قرار دهیم. این مهم تا به حال به صورت خیلی کمی در پژوهش‌ها بررسی شده است، که نیاز به پژوهش برای بررسی بهتر در این زمینه و همچنین گسترش زمینه پژوهشی و دانش در این حوزه، دیده می‌شود.

محققان طی دهه‌های اخیر توجه خاصی به رفتارهای سلامت در افراد جامعه داشته‌اند. این توجه پژوهشی زمانی اولویت بیشتری به خود می‌گیرد که جامعه هدف دانشجویان، به دلیل نقشی که در آینده اجتماع بازی خواهند کرد، باشند. در این راستا نیز نظریات متفاوتی ارائه شده است. یکی از بحث‌های جالبی که ارائه شده، توجه به نقش مربیان و اساتید دانشگاهی در رفتارهای سلامت دانشجویان می‌باشد. مربیان به‌عنوان یکی از مهمترین عوامل زمینه‌ای-اجتماعی تعیین کننده در میل به فعالیت‌های ورزشی افراد می‌باشند (دسی و ریان، ۲۰۰۰). درحالی این نقش مربیان گاهی همراه با پیامدهای مثبت رفتاری بوده، گاهی نیز می‌تواند نتایج بالعکس به‌همراه داشته باشد (بیدلی و همکاران، ۱۹۹۹؛ چات‌سی‌سارانتیز و همکاران، ۱۹۹۷؛ کریمی و همکاران، ۱۳۹۴؛ هاگر و همکاران، ۲۰۰۳). رویکردهای جالبی در این

زمینه توسط پژوهشگران در کشورهای مختلف ارائه شده است، اما مکانیزهای اساسی این موضوع در کشور ما هنوز به‌صورت ناشناخته باقی‌مانده است. بیدلی و همکاران (۱۹۹۹) یکی از محققین برجسته در حوزه روان‌شناسی تمرین، با استفاده از مدل‌های برگرفته شده از روان‌شناسی سلامت و اجتماعی، عوامل تعیین کننده در میل به ادامه فعالیت را از طریق رویکردهای انگیزشی مورد بررسی قرار داده است.

انگیزش با اصل شرکت یا عدم شرکت در ورزش، انتخاب نوع ورزش و میزان تلاش و مداومت برای پیشرفت در آن مربوط است که در واقع سازوکارهای درونی و محرک‌های بیرونی می‌باشند که رفتار را بر می‌انگیزانند و جهت می‌دهند (سیج، ۱۹۷۷). یک رویکرد برجسته که متغیرهای انگیزشی را در مشارکت ورزشی بررسی و فرضیات آن مورد تأیید پژوهش‌های مختلف قرار گرفته است، نظریه خود-تعیین‌گری<sup>۶</sup> (دسی و ریان، ۱۹۸۵، ۲۰۰۰) می‌باشد. اساس این نظریه بر توسعه پتانسیل‌های انسان استوار بوده و بر معنای یک فعالیت تأکید دارد (مثل: چرا یک نفر در یک فعالیت خاص شرکت می‌کند؟ و اینکه می‌خواهد به چه چیزی دست یابد؟). نظریه خود-تعیین‌گری یکی از برجسته‌ترین نظریات در حوزه انگیزش و شخصیت می‌باشد که تأکید کلی آن بر فاکتورهای محیطی-اجتماعی تعیین کننده در نتایج رفتاری و عملکردی بر اساس تغییرپذیری سطوح انگیزش و سلامت روان‌شناختی افراد می‌باشد که همچنین عوامل انگیزش ورزشی و پایداری در ورزش را به خوبی توصیف می‌کند. در این نظریه، رفتار براساس اثرات بافت محیطی و ادراکات بین فردی توضیح داده می‌شوند. توسعه بهزیستی<sup>۷</sup> و سلامتی افراد بر طبق این نظریه (دسی و ریان، ۲۰۰۲) وابسته به تکمیل و ارضای سه نیاز اساسی روان‌شناختی (استقلال<sup>۸</sup>، شایستگی<sup>۹</sup>، وابستگی<sup>۱۰</sup>) است. شایستگی، تمایل افراد به تعامل مؤثر با محیط و رخ دادن نتایج مورد دلخواه فرد است و در مورد احساس کارایی که فرد نسبت به محیط دارد می‌باشد. استقلال درونی، به عنوان تمایل برای خودابتنکاری در تنظیم رفتار افراد و در رابطه با احساس انتخاب و اراده در انتخاب توصیف می‌شود. وابستگی، نیاز به احساس ارتباط و پذیرش از طرف نزدیکان (مانند والدین، معلمین و همسالان) است و همچنین احساس یک پیوند معنادار و نگرانی

5. Sage

6. Self-determination

7. Well-being

8. Autonomy

9. Competency

10. Relatedness

1. Deci &amp; Ryan

2. Biddle et al

3. Chatsizarantis et al

4. Hagger et al

باعث بوجود آمدن پیامدهای مطلوب رفتاری شده، در مقابل، در صورت ناکامی و یا خنثی کردن<sup>۲۰</sup> این نیازها در محیط عدم بهزیستی و عملکردهای بد و نامطلوب رشد می‌یابند (بهزادینیا و همکاران، ۲۰۱۷؛ وانتنکیسته و ریان، ۲۰۱۳؛ ریان و دسی، ۲۰۱۷).

نتایج پژوهش‌ها نقش رفتاری مؤثر مربی بر ارضا شدن از نیازهای اساسی در محیط را مورد توجه قرار می‌دهد. این در حالی است که پژوهش‌ها بر نقش مؤثر رفتارهای مربی در پیامدهای مطلوب رفتاری، یعنی میل به ادامه ورزش، نیز تأکید کرده‌اند. آوارز و همکاران<sup>۲۱</sup> (۲۰۱۲) نشان دادند که رفتار مربی از عوامل تعیین‌کننده اصلی در میل به ادامه ورزش در ورزشکاران است. کوستند<sup>۲۲</sup> و همکاران (۲۰۱۳) نیز نشان دادند که رفتار حمایت‌استقلالی مربی به‌طور مثبت نیازهای اساسی روان‌شناختی و به‌طور منفی قصد ترک ورزش را در ورزشکاران نوجوان اروپایی پیش‌بینی می‌کند.

از دیدگاه نظریه خود-تعیین‌گری (دسی و ریان، ۱۹۸۵، ۲۰۰۰؛ ریان و دسی، ۲۰۱۷)، میل به فعالیت‌های ورزشی می‌تواند تحت تأثیر عوامل درونی مختلفی از جمله ارضاء یا خنثی شدن نیازهای اساسی روان‌شناختی در محیط قرار گیرد. رفتارهای مربی می‌تواند در این پیامد رفتاری نقش تعیین‌کننده‌ای داشته باشد. از این رو، شناخت شاخص‌های رفتاری مربیان به منظور اتخاذ روش‌های دستیابی به نتایج مطلوب، برای معلمان و مربیان ورزشی مهم می‌باشد. بنابراین، ضروری به نظر می‌رسد که مربیان ورزشی از روش‌های مناسب رفتاری برای رضایتمندی از نیازهای اساسی روان‌شناختی شاگردان استفاده کنند.

پژوهش‌ها همچنین نشان دادند که میل به ادامه ورزش دانشجویان از طریق جهت‌گیری تکلیف‌محور (ادراکات فرد از محیط و جو کلاسی) و انگیزش خود-تعیین (انگیزش درونی و انگیزش خود-پذیر) نیز پیش‌بینی می‌شود (کشتی دار و بهزادینیا، ۲۰۱۷). جهت‌گیری تکلیف‌محور هم‌راستا با یک رفتار حمایت‌شده از خود-تعیین دانشجویان در محیط ورزشی می‌باشد. انگیزش خود-مختار نیز بر اساس نظریه خود-تعیین‌گری (ریان و دسی، ۲۰۱۷)، می‌تواند در نتیجه رضایتمندی از نیازهای اساسی به‌وجود آید. میل به شرکت و یا ادامه ورزش می‌تواند به‌عنوان یک شاخص مهم توسط جو و رفتاری که مربی در کلاس دارد

درباره دیگران می‌باشد (دسی و ریان، ۲۰۰۰). ارضای این سه نیاز در انسان‌ها از ضروریات رشد فردی، بهزیستی و پیامدهای مطلوب رفتاری بوده که عوامل متفاوتی در محیط‌های مختلف از جمله خانه، دانشگاه و جامعه می‌تواند بر ارضای این نیازها تأثیرگذار باشد.

ویلسون، و همکاران<sup>۱۱</sup> (۲۰۰۷) نشان دادند که ارضا شدن<sup>۱۲</sup> نیازهای اساسی در محیط می‌تواند پیش‌بینی‌کننده میل به شرکت در فعالیت‌های ورزشی در دانشجویان باشد. پاپ و ویلسون<sup>۱۳</sup> (۲۰۱۲) بر اساس مدل معادلات ساختاری نشان دادند که رفتارهای مربی به صورت مثبتی می‌تواند بر تلاش دانشجویان ورزشکار، با نقش میانجی‌گر رضایتمندی از نیازهای اساسی تأثیرگذار باشد. بارثلمیو، و همکاران<sup>۱۴</sup> (۲۰۱۱) نتایج جالبی بر اساس مدل معادلات ساختاری ارائه کردند که در آن در حالی که سبک رفتاری حامی خود-تعیین<sup>۱۵</sup> (حمایت‌استقلالی) مربی در ارتباط رضایتمندی از نیازهای اساسی روان‌شناختی و بهزیستی می‌باشد، سبک رفتاری کنترلی<sup>۱۶</sup> مربی در ارتباط با خنثی‌سازی نیازهای اساسی و افسردگی در ورزشکاران بود. وانتنکیسته و ریان<sup>۱۷</sup> (۲۰۱۳) بر رضایتمندی از نیازهای اساسی روان‌شناختی در محیط در عملکردهای بهینه و رشد و بهزیستی افراد تأکید کردند.

در مقابل زمانی که این نیازهای روان‌شناختی ارضاء نشوند و یا ناکامی<sup>۱۸</sup> از آنها بوجود آید، نتایج نامطلوبی به همراه می‌تواند داشته باشد (ریان و دسی، ۲۰۱۷). به بیان دیگر، در مقابل رویکرد حمایتی از استقلال افراد، رویکرد کنترلی وجود دارد که در آن مربیان با روش زور و فشار، اقتدارگرا رفتار می‌کنند تا روش خاصی از تفکر، احساس و رفتار را بر افراد تحمیل نمایند. سبک کنترلی بر فکر، احساس و عمل دیگران اعمال فشار می‌کند و مربیان کنترلی با ویژگی‌های فشار، تقویت منفی و پاداش‌های خارجی (به‌عنوان مثال؛ نمره) و با رفتار خود، ارضای نیاز و به‌تبع آن انگیزش خود تعیینی را کاهش می‌دهند (وانتنکیسته و ریان، ۲۰۱۳؛ ریان و دسی، ۲۰۱۷؛ هائرنس و همکاران<sup>۱۹</sup>، ۲۰۱۵). از این رو، محیط‌های که باعث رضایتمندی از نیازهای اساسی روان‌شناختی می‌شود

11. Wilson et al.
12. Satisfaction
13. Pope
14. Bartholomew et al.
15. Autonomy support
16. Teacher control
17. Vansteenkiste & Ryan
18. Frustration
19. Haerens et al

20. Thwarting
21. Alvarez et al.
22. Qusted et al.

همچنین بنابر نظریه خود-تعیین‌گری، نقش واسطه‌ای نیازهای روانشناختی چقدر می‌تواند تعیین کننده باشد.

### روش‌شناسی پژوهش

روش تحقیق حاضر توصیفی - همبستگی و با رویکرد تحلیل مسیر می‌باشد. کلیه دانشجویان دختر و پسر در دانشگاه‌های شمال غرب کشور که واحد تربیت‌بدنی عمومی را اخذ کرده بودند، به عنوان جامعه پژوهش حاضر می‌باشند. با توجه به بازه زمانی تعداد ۱۲۰ نفر با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و در تحقیق شرکت کردند. بعد از هماهنگی با گروه تربیت‌بدنی و مربیان واحدهای عمومی از دانشجویان خواسته شد تا در صورت تمایل در پژوهش شرکت و پرسش‌نامه‌های مربوط را تکمیل نمایند. به آنان اطمینان داده شد که پرسش‌نامه‌ها بی‌نام و اطلاعات به‌دست آمده برای پژوهشگران کاملاً محرمانه باقی خواهد ماند. قبل از توزیع پرسش‌نامه‌ها، به افراد اطلاعات کاملی در مورد سؤالات و نحوی پاسخگویی به آنان داده شد. به هر نفر نیز ۲۰ دقیقه وقت جهت پاسخگویی داده شد. از پرسش‌نامه‌های ادراکات از رفتار خود-تعیین و رفتار کنترلی مربی، نیازهای اساسی روان‌شناختی و میل به ادامه ورزش نیز استفاده شد:

### محیط حامی خود-تعیینی و کنترل‌کننده: ادراک از

محیط‌های خلق شده حامی خود-تعیینی و کنترل‌کننده توسط مربی از طریق مقیاس‌های معتبر استفاده شده در مطالعات قبلی (آدیه و همکاران<sup>۲۵</sup>، ۲۰۱۲؛ فنتون و همکاران<sup>۲۶</sup>، ۲۰۱۴) مورد سنجش قرار گرفت. روایی این مقیاس‌ها در مطالعات قبلی بررسی و تأیید شده است. به دنبال ریشه اصلی گویه‌ها "در طول این ترم ..."، ۶ گویه برای اندازه‌گیری رفتارهای حامی خود-تعیینی مربی (مانند، احساس می‌کنم که مربی برای من در تربیت‌بدنی، فرصت‌ها و شرایط انتخاب، فراهم می‌کند) و ۴ گویه برای اندازه‌گیری رفتارهای کنترل‌کننده مربی (مانند، مربی من را وادار به انجام تمرین و فعالیت‌هایی می‌کند که خودش می‌خواهد) مورد استفاده قرار گرفت. در این مقیاس‌ها، از شرکت‌کنندگان خواسته می‌شود تا میزان موافقت خود را نسبت به گویه‌ها از ۱ (کاملاً مخالف) تا ۷ (کاملاً موافق) علامت بزنند. این مقیاس نیز دارای اعتبار مناسبی می‌باشد، فنتون و همکاران (۲۰۱۴) ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۶۷ و ۰/۷۴ را به ترتیب برای حامی خود-تعیینی و کنترل‌کننده گزارش کردند.

تحت تأثیر قرار گیرد هاگر و همکاران، ۲۰۰۳؛ هائرنس و همکاران، ۲۰۱۷).

تا به امروز، بیشتر مطالعات در مورد به‌کارگیری نظریه خود-تعیین‌گری در محیط‌های ورزشی و تربیت‌بدنی مدارس بوده (انتومانیس، ۲۰۰۱، ۲۰۰۵؛ هائرنس و همکاران، ۲۰۱۵؛ هاگر و همکاران، ۲۰۰۳؛ وانگ و همکاران<sup>۲۳</sup>، ۲۰۱۶) و اطلاعات کمی در مورد تأثیر رفتارهای مربی در تداوم ورزشی دانشجویان بر اساس این نظریه به‌عنوان یک چهارچوب نظری وجود دارد.

به‌کارگیری نظریه خود-تعیین‌گری در جامعه دانشجویان، می‌تواند برای محققین و همچنین مربیان ورزشی در تعیین این عوامل کمک کند. در این پژوهش در نظر داریم که میل به ادامه ورزش دانشجویان را بر اساس سبک رفتاری مربیان (استقلالی و یا کنترلی) در واحدهای عمومی تربیت‌بدنی در دانشگاه بررسی نماییم. یافته‌های این تحقیق همچنین می‌تواند ادبیات نظری موجود در این زمینه را گسترش دهد و شواهدی برای بررسی نقش مربیان در رفتارهای سلامت دانشجویان ایرانی فراهم کند. بدین شکل که، هدف پژوهش حاضر با استفاده از تحلیل مسیر<sup>۲۴</sup>، بررسی نقش رفتاری مربیان (استقلالی و یا کنترلی) در میل به ادامه ورزش، با نقش میانجی‌گر رضامندی و ناکامی از نیازهای اساسی روان‌شناختی، در دانشجویان می‌باشد. براساس ادبیات بررسی شده در بالا و همچنین نظریه خود-تعیین‌گری (دسی و ریان، ۱۹۸۵، ۲۰۰۰؛ ریان و دسی، ۲۰۱۷)، پیش فرض محققین این است که زمانی که مربی از خود-تعیینی دانشجویان حمایت کند، دانشجویان احساس رضامندی بیشتری از نیازهای اساسی روان‌شناختی‌شان داشته و در نهایت می‌تواند منجر به ادامه ورزش در آینده شود. به‌علاوه، در زمانی که مربی از خود-تعیینی دانشجویان حمایت می‌کند، دانشجویان باید ناکامی کمتری از نیازهای روان‌شناختی داشته باشند، به بیان دیگر، حمایت از خود-تعیینی دانشجویان باید رابطه‌ای منفی با ناکامی از نیازها داشته باشد. در مقابل، پیش فرض بدین شکل است که، رفتارهای کنترلی مربی می‌تواند با ناکامی نیازهای اساسی و میل به ادامه ورزش رابطه‌ای مثبت و با رضامندی از نیازهای اساسی رابطه‌ای منفی داشته باشد. بنابراین، در این تحقیق هدف، دستیابی به این موارد می‌باشد که به چه میزان رفتار مربی می‌تواند بر تداوم ورزشی دانشجویان تأثیرگذارد، و

25. Adie et al  
26. Fenton et a

23. Wang et al  
24. Path analysis

انحراف استاندارد ۵/۵۸ بود. از این تعداد نیز، ۶۹ نفر پسر بودند. میانگین، انحراف استاندارد و واریانس حاصل از متغیرهای پژوهش در جدول ۱، نشان داده شده است.

نتایج تحلیل عاملی نشان می‌دهد که رفتارهای مربی (حمایت از استقلال و رفتارهای کنترلی) در دو قسمت بر اساس نظریه تعیین شد. اما نتایج نشان داد که یکی از سوالات رفتارهای کنترلی، دارای بار عاملی پایین، و در نتیجه از تحلیل حذف شد. نتایج پایایی درونی مقیاس برای حمایت از استقلال و رفتار کنترلی به ترتیب قابل قبول گزارش شد ( $\alpha = 0/85$ ) و ( $\alpha = 0/69$ ). در رابطه با نیازهای اساسی روان‌شناختی، تحلیل عاملی مرتبه دوم متناسب با داده‌ها بود. در این حالت، در ابتدا هر دو سؤال مربوط به نیاز روان‌شناختی با مرتبه اول (به‌طور مثال، نیاز برای استقلال) مرتبط، سپس با عامل مرتبه بالاتر قرار گرفت. در نهایت ارضا نیازهای روان‌شناختی با ناکامی از نیاز ( $p < 0/05$ ;  $\beta = -0/39$ ) مرتبط شد. نتایج پایایی درونی مقیاس برای رضایتمندی از نیاز و ناکامی نیازها به ترتیب قابل قبول گزارش شد ( $\alpha = 0/65$ ) و ( $\alpha = 0/65$ ). در رابطه با تحلیل عاملی مقیاس سه سؤالی میل به ادامه ورزش در آینده، نتایج نشان داد که داده‌ها در یک حالت کلی متناسب با تحلیل درآمد. درجات آزادی مدل صفر شد، از این رو کای اسکوار نیز معادل صفر می‌باشد، و در نهایت سطح احتمال مدل تعیین نشد. در هر حال با توجه به نتیجه تحقیقات قبلی که از این مقیاس در جامعه دانشجویان ایرانی استفاده کرده‌اند، در این تحقیق از این مقیاس نیز استفاده می‌شود. نتایج پایایی درونی مقیاس قابل قبول گزارش شد ( $\alpha = 0/73$ ).

نتایج آزمون آنوای یک‌راهه نشان داد که بین دو گروه پسران و دختران تفاوتی در متغیرهای مورد نظر پژوهش وجود نداشت. نتایج همبستگی پیرسون بین متغیرهای تحقیق در جدول ۲، نشان داده شده است.

نتایج نشان داد که حمایت از استقلال با ارضا نیازها برای استقلال، شایستگی و وابستگی رابطه مثبت و معناداری داشت. حمایت از استقلال تنها با ناکامی نیاز برای وابستگی رابطه معنادار و منفی داشت. رفتار کنترلی با ارضا نیاز مرتبط نبود. رفتارهای کنترلی با ناکامی نیازها ارتباط معناداری داشت، به غیر از ناکامی نیاز برای استقلال. حمایت از استقلال با میل به ادامه ورزش در دانشجویان نیز رابطه مثبت و معناداری داشت، اما رفتارهای کنترلی با میل به ادامه ورزش در دانشجویان مرتبط نبود. نتایج همچنین نشان داد که میل به ادامه ورزش تنها با ارضا نیاز روان‌شناختی برای شایستگی و وابستگی و همچنین ارضا نیازهای روان‌شناختی کلی مرتبط بود. میل به ادامه ورزش اما با هیچ کدام از ناکامی نیازها مرتبط نبود.

### نیازهای اساسی روان‌شناختی: رضایتمندی از

نیازهای روان‌شناختی و ناکامی از این نیازها (چن و همکاران<sup>۲۷</sup>، ۲۰۱۴) با استفاده از ۲۴ سؤال که توسط هائرنس و همکاران (۲۰۱۵) در زمینه تربیت‌بدنی تعدیل شده بود، استفاده شد. این سوالات دو ساختار کلی، رضایتمندی نیازها و ناکامی از سه نیاز استقلال، شایستگی و وابستگی را می‌سنجد. هر بعد با چهار سؤال سنجیده می‌شود. سوالات بر اساس ریشه "در طول کلاس تربیت‌بدنی ..." می‌باشد. امتیازدهی به سوالات بر اساس یک مقیاس هفت ارزشی لیکرت از ۱ (کاملاً نادرست) تا ۷ (کاملاً درست) می‌باشد. هائرنس و همکاران (۲۰۱۵) ضرایب آلفای کرونباخ را برای رضایتمندی از نیازهای اساسی روان‌شناختی و ناکامی از نیازهای اساسی روان‌شناختی بین ۰/۷۱ تا ۰/۸۰ در محیط تربیت‌بدنی گزارش کردند.

### میل به ادامه ورزش: میل به ادامه ورزش در

ماه‌های/ترم‌های بعد با استفاده از سه گویه براساس پژوهش چاتسی‌سازانتیز و همکاران (۱۹۹۷) بررسی شد. شرکت‌کنندگان به این سه سؤال پاسخ دادند: "من مصمم هستم که در ماه‌های/ترم‌های بعد این فعالیت ورزشی را ادامه دهم"، "من قصد انجام این فعالیت ورزشی در ماه‌های/ترم‌های بعد را دارم"، "من برنامه‌ای برای فعالیت ورزشی در ماه‌های/ترم‌های بعد را دارم". مقیاس این پرسش‌نامه با روش امتیازدهی هفت ارزشی لیکرت از ۱ (خیلی کم) تا ۷ (خیلی زیاد) می‌باشد. پژوهش‌های قبلی در ایران پایایی درونی قابل قبولی را با استفاده از ضرایب آلفای کرونباخ (۰/۷۸) نشان داده‌اند (بهزادینیا، احمدی و امانی، ۱۳۹۶).

نتایج بررسی ضرایب آلفای کرونباخ و تحلیل عاملی پرسش‌نامه‌ها در قسمت یافته‌های پژوهش جدول ۱ نشان داده شده است. تحلیل داده‌ها با استفاده از نسخه ۱۹ نرم افزار اس.پی.اس.اس<sup>۲۸</sup> و نرم افزار آموس<sup>۲۹</sup> (نسخه، ۲۰) انجام شد. از آزمون‌های توصیفی (میانگین، انحراف استاندارد و واریانس) برای توصیف ویژگی‌های نمونه‌های مورد پژوهش و متغیرهای پژوهش استفاده شد. همچنین از آزمون‌های کلموگروف اسمیرنوف و شاپیرو و الکس جهت بررسی توزیع طبیعی داده‌ها، آزمون همبستگی پیرسون جهت بررسی رابطه بین داده‌ها و تحلیل جهت بررسی رابطه بین مدل مورد نظر پژوهش استفاده شد.

### یافته‌های پژوهش

میانگین سنی افراد شرکت‌کننده در پژوهش ۲۳/۰۴ سال با

27. Chen et al

28. SPSS

29. Amos

جدول ۱. میانگین، انحراف استاندارد، واریانس، ضرایب آلفای کرونباخ و نتایج تحلیل عاملی تأییدی متغیرها

میل به ادامه ورزش	ناکامی از نیازها			ارضای نیازها			رفتار کنترلی	حمایت از استقلال	
	وابستگی	شایستگی	استقلال	وابستگی	شایستگی	استقلال			
۵/۸۳	۲/۴۶	۳/۲۲	۴/۴۲	۵/۵۰	۵/۸۲	۵/۳۳	۳/۶۹	۵/۶۲	میانگین
۰/۹۳	۱/۵۰	۱/۶۸	۱/۵۶	۱/۲۲	۱/۰۹	۱/۳۳	۱/۴۰	۱/۱۷	انحراف استاندارد
۰/۸۶	۲/۲۶	۲/۸۲	۲/۴۳	۱/۵۰	۱/۱۹	۱/۷۸	۱/۹۶	۱/۳۷	واریانس
۰/۰۰	۸۳/۷۷						۲۸/۲۹		کای دو
۰	۴۸						۱۸		درجات آزادی
۱/۰۰	۰/۸۸						۰/۹۷		شاخص برازندگی
-	۰/۸۴						۰/۸۹		شاخص تعدیل برازندگی
-	۰/۸۳						۰/۹۷		شاخص برازندگی تطبیقی
-	۰/۰۸						۰/۰۶۹		ریشه دوم برآورد واریانس خطای تقریب
(۰/۰۴ - ۰/۱۲)	(۰/۰۵ - ۰/۱۰۷)						(۰/۰۰ - ۰/۱۱۶)		سطح (بالا-پایین)

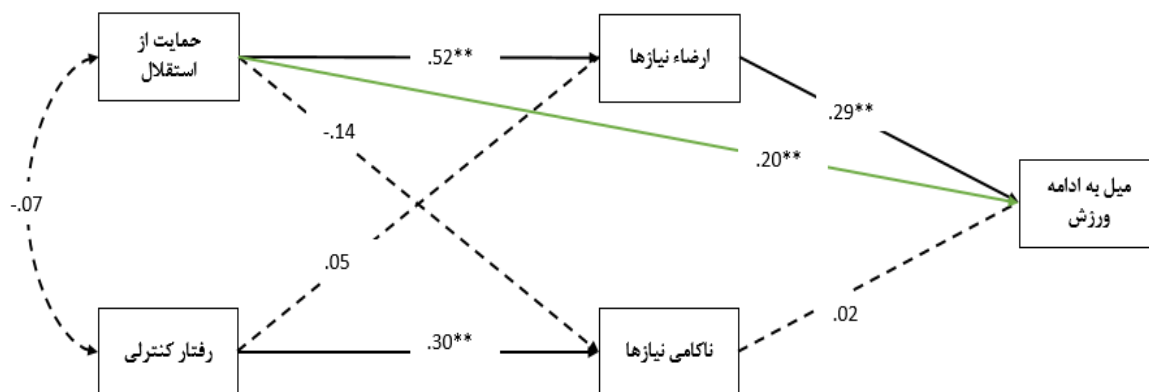
جدول ۲. نتایج همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش

	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
۱										-	حمایت از استقلال
۲									-	-۰/۰۷	رفتار کنترلی
۳								-	۰/۰۲	۰/۵۲**	ارضای نیازها
۴							-	۰/۷۲**	۰/۰۵	۰/۳۴**	استقلال
۵						-	۰/۲۸**	۰/۷۰**	۰/۰۱	۰/۲۸**	شایستگی
۶					-	۰/۲۶**	۰/۱۶	۰/۶۸**	-۰/۰۳	۰/۴۶**	وابستگی
۷				-	-۰/۲۳**	-۰/۰۸	-۰/۰۱	-۰/۱۵	۰/۳۱**	-۰/۱۶	ناکامی نیازها
۸			-	۰/۶۷**	-۰/۰۴	۰/۱۹*	۰/۱۶	۰/۱۵	۰/۱۵	-۰/۰۱	استقلال
۹		-	۰/۲۵**	۰/۷۵**	-۰/۱۶	-۰/۲۶**	-۰/۱۴	-۰/۲۶**	۰/۳۱**	-۰/۰۸	شایستگی
۱۰	-	۰/۲۷**	۰/۱۵	۰/۶۶**	-۰/۲۹**	-۰/۰۹	-۰/۰۳	-۰/۱۹*	۰/۱۸*	-۰/۲۴**	وابستگی
۱۱	-۰/۰۴	-۰/۰۹	۰/۰۱	-۰/۰۶	۰/۲۹**	۰/۳۸**	۰/۱۸	۰/۳۹**	-۰/۰۴	۰/۳۵**	میل به ادامه ورزش

$p^{**} = ۰/۰۱; p^* = ۰/۰۵$

نیازهای روان‌شناختی و میل به ادامه ورزش تخمین زده شده بود؛ ارضا نیازهای روان‌شناختی میانجی‌گر بین رابطه بین رفتار حمایتی مربی و میل به ادامه ورزش باشد؛ همچنین، مسیری مثبت از سمت رفتار کنترلی مربی به ناکامی از نیازهای اساسی، و اما به صورت منفی با میل به ادامه ورزش در دانشجویان تخمین زده شده بود. نتایج شاخص‌های برازندگی به صورت کلی مورد تأیید قرار گرفت (جدول، ۳).

جهت بررسی هدف اصلی پژوهش از تحلیل مسیر استفاده شد. استفاده از تحلیل مسیر به دلیل تعداد کم داده‌ها بود، از این رو امکان استفاده از مدل معادلات ساختاری و بررسی همه متغیرها در پژوهش وجود نداشت. بدین شکل که، با توجه به تعداد کم داده‌ها، مجموع ارضا نیازها و ناکامی از نیازها مورد بررسی قرار گرفت. نتایج به صورت گرافیکی در شکل ۱، نشان داده شده است. در این مدل، مسیری از رفتار حمایتی مربی به طرف ارضا



شکل ۱. تحلیل مسیر متغیرهای پژوهش.  $p = 0.01$

جدول ۳. شاخص‌های برازندگی مدل مورد بررسی پژوهش

RMSEA	CFI	AGFI	GFI	X <sup>2</sup> /df	df	X <sup>2</sup>	حد قابل پذیرش
کمتر از ۰/۰۸	بیشتر از ۰/۹۰	بیشتر از ۰/۸۰	بیشتر از ۰/۹۰	کمتر از ۳	-	معنی دار نباشد	
۰/۰	۰/۱	۰/۹۶	۰/۱	۰/۸۰	۲	۱/۶۰ ( $p > 0.05$ )	مقادیر در پژوهش حاضر

پیش‌بینی‌کننده رضامندی از نیازهای اساسی روان‌شناختی و میل به ادامه ورزش در دانشجویان بود. هم‌راستا با پژوهش‌های قبلی در زمینه تربیت‌بدنی (هائرنس و همکاران، ۲۰۱۵، ۲۰۱۷؛ چئون و همکاران<sup>۳</sup>، ۲۰۱۶)، نتایج پژوهش فوق نشان داد که در صورتی که مربی از احساس استقلال و قابلیت‌های تصمیم‌گیری دانشجویان در کلاس حمایت کند و به انتخاب‌های آنها اهمیت دهد و مربی با دید یک فرد خود-تعیین و خود-مختار به لحاظ رفتاری به دانشجو نگاه کند، می‌تواند باعث رضایتمندی از نیازهای اساسی روان‌شناختی دانشجویان در زمینه فعالیت‌های تربیت‌بدنی شود. این مهم در نظریه خود-تعیین‌گری مورد تأکید قرار گرفته، و در این پژوهش نیز این مهم تأیید شده است. به بیان دیگر، رفتارهای مربی در دانشگاه می‌تواند به‌عنوان یک تعیین‌کننده اساسی در ارضا نیازهای اساسی روان‌شناختی دانشجویان باشد.

نتایج اما در زمینه رابطه بین رفتار حمایتی و ناکامی از نیازها، جالب توجه بود. براساس نظریه خود-تعیین‌گری (ریان و دسی، ۲۰۱۷)، رفتارهای حمایتی در صورتی که به صورت کامل و یا حداکثر اعمال و شاگرد آنها را به خوبی درک کند، نه تنها باید باعث ارضا نیازهای اساسی روان‌شناختی شود، بلکه همچنین باید از ناکامی از این نیازها جلوگیری کند. به بیان

همانطور که در شکل نشان داده شده است، رفتار حمایتی مربی به صورت معناداری رضایتمندی از نیازها را پیش‌بینی کرد. رفتار حمایتی همچنین از طریق ارضای نیازها و نیز به صورت مستقیم میل به ادامه ورزش در دانشجویان را پیش‌بینی می‌کند. این نتیجه هم‌راستا با فرض پژوهش و همچنین نظریه خود-تعیین‌گری (ریان و دسی، ۲۰۱۷) می‌باشد. در مقابل، اما، انتظار می‌رفت که رفتارهای کنترلی نه تنها ناکامی نیازها را پیش‌بینی کند، بلکه همچنین میل به ادامه ورزش را به صورت منفی پیش‌بینی کند. اما این انتظار برآورده نشد، و رفتارهای کنترلی تنها توانست با ناکامی نیازها در دانشجویان در رابطه باشد. این مهم به صورت جزئی‌تر در قسمت بحث و نتیجه‌گیری مورد بررسی قرار گرفته است.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر، پیش‌بینی میل به ادامه ورزش در بین دانشجویان بر اساس سبک رفتاری حمایتی و کنترلی مربیان بود. نقش میانجی‌گر نیازهای اساسی روان‌شناختی در رابطه بین رفتار ادراک شده مربی و میل به ادامه ورزش در دانشجویان نیز مورد بررسی قرار گرفت. نتایج، به‌صورت کلی، از رویکرد نظریه خود-تعیین‌گری و پیش‌فرض محققین حمایت کرد. هم‌راستا با فرضیات نظریه خود-تعیین‌گری (دسی و ریان، ۱۹۸۵، ۲۰۰۰؛ ریان و دسی، ۲۰۰۰، ۲۰۱۷)، رفتار ادراک شده مربی

دیگر، پژوهش‌های مختلف نشان می‌دهد که رفتارهای حمایتی مربی با ناکامی از نیازها ارتباط منفی دارند (هائرنس و همکاران، ۲۰۱۵). اما این مهم در تحقیق حاضر به دست نیامد، که قابل توجه می‌باشد. بدین معنی که احتمالاً رفتارهای حمایتی مربی به اندازه‌ای نبوده که باعث جلوگیری از ناکامی از نیازها به صورت هم‌زمان گردد. در این حالت در طولانی مدت، عدم جلوگیری از ناکامی از نیازها می‌تواند پیامدهای نامطلوب رفتاری به همراه داشته باشد (ریان و دسی، ۲۰۱۷).

قسمت دیگری از نتایج نشان داد که رفتار کنترلی مربی با ناکامی از نیازها رابطه معناداری داشت، که این هم‌راستا با رویکرد نظریه خود-تعیین‌گری (دسی و ریان، ۱۹۸۵، ۲۰۰۰؛ ریان و دسی، ۲۰۰۰، ۲۰۱۷) و پژوهش‌های قبلی در زمینه تربیت‌بدنی می‌باشد (هائرنس و همکاران، ۲۰۱۵، ۲۰۱۷؛ چئون و همکاران، ۲۰۱۶). بدین معنی که در صورتی که مربی از رفتارهای کنترلی در کلاس استفاده کند، این می‌تواند باعث ناکامی و یا خنثی‌کردن نیازهای اساسی روان‌شناختی در دانشجویان گردد. نتایج همچنین نشان داد که رفتارهای کنترلی مربی با ارضا نیازهای اساسی روان‌شناختی در دانشجویان هیچ گونه رابطه‌ای نداشت، نه منفی و نه مثبت. این نتیجه بسیار مهم می‌باشد، بدین شکل که با توجه به میانگین نسبتاً بالای رفتارهای کنترلی ادراک شده مربی (۳/۶۹)، این نشان می‌دهد که مربی ضمن اعمال رفتارهای حمایتی، به میزانی خاص رفتارهای کنترلی داشته و دانشجویان خود را تحت فشار برای انجام برخی از اعمال در تربیت‌بدنی می‌دانند. به بیان دیگر، تربیت‌بدنی یک واحد اجباری در دانشگاه می‌باشد و شاید این اجبار باعث شده که دانشجویان رفتارهای مربی را نیز به صورت کنترلی و یا عدم حمایتی درک کنند - بدین معنی که، رفتارهای کنترلی مربی باید رابطه عکسی با ارضای نیازهای اساسی روان‌شناختی در دانشجویان داشته باشد (ریان و دسی، ۲۰۱۷) به این خاطر که رفتارهای کنترلی مربی همراه با پیامدهای نامطلوب رفتاری در دانشجویان در طولانی مدت خواهد بود و این احتمال براساس نتایج حاضر وجود دارد، که رفتار کنترلی باعث تحت تأثیر قرار دادن نیازهای اساسی روان‌شناختی در دانشجویان شود. در هر حال، بررسی بیشتر این فرضیه نیازمند پژوهش‌های بیشتر و پژوهش‌های تجربی و یا طولی می‌باشد.

نتایج در رابطه با رابطه میل به ادامه ورزش و نیازها نشان داد که میل به ادامه ورزش تنها با ارضا نیاز روان‌شناختی برای شایستگی و وابستگی و همچنین ارضا نیازهای روان‌شناختی کلی مرتبط بود. میل به ادامه ورزش اما با هیچ کدام از ناکامی از نیازها مرتبط نبود. نتایج به خوبی براساس انتظار محققین، نظریه خود-تعیین‌گری (ریان و دسی، ۲۰۱۷) و همچنین پژوهش‌های گذشته باشد (انتومانیس، ۲۰۰۵؛ هاگر و همکاران، ۲۰۰۳؛ وانگ و همکاران، ۲۰۱۶). مورد حمایت قرار گرفت. بدین معنی که، زمانی که افراد احساس رضایتمندی از نیازهای اساسی را تجربه کنند، میل به ادامه فعالیت‌های ورزشی بیشتری دارند. اما نکته قابل توجه این است که احساس نیاز برای استقلال با میل به ادامه ورزش در ارتباط نبود، که این نتیجه غیر قابل انتظار بود. این در حالی است که حمایت از خود-تعیین‌گری دانشجویان می‌تواند در ارتباط با میل به ورزش آنها باشد، اما رضایتمندی آنها از احساس استقلال نتوانست مرتبط با آن باشد - تحقیقات بیشتر برای روشن شدن این مهم نیاز است.

عدم رضایتمندی و یا ناکامی از نیازهای اساسی در رابطه با میل به ادامه فعالیت‌های ورزشی در آینده نبود. انتظار می‌رفت که ناکامی از نیازها به صورت منفی با این مهم در ارتباط باشد، اما نتایج حمایت نکرد. این نتیجه در هر حال تا به حال توسط پژوهش‌ها، بر اساس جستجوی محقق، مورد

دیگر، پژوهش‌های مختلف نشان می‌دهد که رفتارهای حمایتی مربی با ناکامی از نیازها ارتباط منفی دارند (هائرنس و همکاران، ۲۰۱۵). اما این مهم در تحقیق حاضر به دست نیامد، که قابل توجه می‌باشد. بدین معنی که احتمالاً رفتارهای حمایتی مربی به اندازه‌ای نبوده که باعث جلوگیری از ناکامی از نیازها به صورت هم‌زمان گردد. در این حالت در طولانی مدت، عدم جلوگیری از ناکامی از نیازها می‌تواند پیامدهای نامطلوب رفتاری به همراه داشته باشد (ریان و دسی، ۲۰۱۷).

قسمت دیگری از نتایج نشان داد که رفتار کنترلی مربی با ناکامی از نیازها رابطه معناداری داشت، که این هم‌راستا با رویکرد نظریه خود-تعیین‌گری (دسی و ریان، ۱۹۸۵، ۲۰۰۰؛ ریان و دسی، ۲۰۰۰، ۲۰۱۷) و پژوهش‌های قبلی در زمینه تربیت‌بدنی می‌باشد (هائرنس و همکاران، ۲۰۱۵، ۲۰۱۷؛ چئون و همکاران، ۲۰۱۶). بدین معنی که در صورتی که مربی از رفتارهای کنترلی در کلاس استفاده کند، این می‌تواند باعث ناکامی و یا خنثی‌کردن نیازهای اساسی روان‌شناختی در دانشجویان گردد. نتایج همچنین نشان داد که رفتارهای کنترلی مربی با ارضا نیازهای اساسی روان‌شناختی در دانشجویان هیچ گونه رابطه‌ای نداشت، نه منفی و نه مثبت. این نتیجه بسیار مهم می‌باشد، بدین شکل که با توجه به میانگین نسبتاً بالای رفتارهای کنترلی ادراک شده مربی (۳/۶۹)، این نشان می‌دهد که مربی ضمن اعمال رفتارهای حمایتی، به میزانی خاص رفتارهای کنترلی داشته و دانشجویان خود را تحت فشار برای انجام برخی از اعمال در تربیت‌بدنی می‌دانند. به بیان دیگر، تربیت‌بدنی یک واحد اجباری در دانشگاه می‌باشد و شاید این اجبار باعث شده که دانشجویان رفتارهای مربی را نیز به صورت کنترلی و یا عدم حمایتی درک کنند - بدین معنی که، رفتارهای کنترلی مربی باید رابطه عکسی با ارضای نیازهای اساسی روان‌شناختی در دانشجویان داشته باشد (ریان و دسی، ۲۰۱۷) به این خاطر که رفتارهای کنترلی مربی همراه با پیامدهای نامطلوب رفتاری در دانشجویان در طولانی مدت خواهد بود و این احتمال براساس نتایج حاضر وجود دارد، که رفتار کنترلی باعث تحت تأثیر قرار دادن نیازهای اساسی روان‌شناختی در دانشجویان شود. در هر حال، بررسی بیشتر این فرضیه نیازمند پژوهش‌های بیشتر و پژوهش‌های تجربی و یا طولی می‌باشد.

نتایج همچنین نشان داد که، حمایت از استقلال با میل به ادامه ورزش در دانشجویان رابطه مثبت و معناداری داشت، اما رفتارهای کنترلی با میل به ادامه ورزش در دانشجویان مرتبط نبود. رابطه معنادار بین رفتار حمایتی و میل به ادامه ورزش، با



بر یک پیامد مطلوب تأثیری نداشت. برای بررسی این مهم، برای تحقیقات آینده، پیشنهاد می‌شود که یک پیامد نامطلوب، از جمله عدم تمایل به ورزش و یا ترک فعالیت بدنی در دانشجویان مورد بررسی قرار گیرد.

جالب‌تر این بود که ناهمخوان با پژوهش‌های گذشته (هائرنس و همکاران، ۲۰۱۵، ۲۰۱۷؛ چئون و همکاران، ۲۰۱۶)، پژوهش حاضر یک رابطه منفی بین رفتارهای حمایتی و رفتاری کنترلی ادراک شده را نشان نداد، این نیز به نوبه خود قابل توجه بوده و همانطور که پیش‌تر بحث شد، می‌تواند در رابطه با میانگین نسبتاً بالای رفتارهای کنترلی باشد. بدین معنی که، در حالی که مربی به رفتارهای حمایتی اعتقاد می‌تواند داشته باشد، آنها تا حدی نیز رفتارهای کنترلی را در ارتباط با دانشجویان به کار می‌برند. برای بررسی بیشتر این‌ها، پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های آینده ضمن بررسی رفتارهای ادراک شده توسط دانشجویان که در تحقیق حاضر مورد بررسی قرار گرفت، این‌گونه رفتارها به صورت یک خود-گزارشی<sup>۳۳</sup> توسط خود مربیان و یا به صورت مشاهده‌ای<sup>۳۴</sup> در آنها بررسی شود، تا بتوان پیامدهای رفتاری آن در دانشجویان را بهتر مورد بررسی قرار داد.

یکی از کاربردهای مهم نتایج تحقیق فوق می‌تواند در رابطه با اجرای رفتارهای حمایتی مربی از دانشجویان به جهت ارتقا نیازهای اساسی و میل به ادامه ورزش در آنها باشد. بدین شکل که، مربی از رفتارهای خود-تعیین دانشجویان در کلاس حمایت کند، از حق انتخاب و قابلیت‌های تصمیم‌گیری دانشجویان حمایت کند، از شیوه‌های آموزشی اطلاعاتی استفاده کند، بازخورد مثبت به دانشجویان درباره عملکرد و رفتارشان ارائه دهد، از شایستگی دانشجویان در انجام فعالیت‌های کلاسی حمایت و ارتباط مناسب و گرمی با دانشجویان برقرار کند. در عین حال مربی باید از رفتارهای کنترلی، از شیوه‌های سنجش دانشجویان به روش مستقیم و از اعمال فشار به دانشجویان به جهت انجام تکالیف و فعالیت‌های کلاسی دوری کند. این اهداف می‌تواند در طرح تحقیق تجربی نیز توسط گروه و یا دانشکده‌های تربیت بدنی و فوق برنامه‌های تربیت بدنی در دانشگاه جهت استفاده بهتر اساتید و مربیان اجرا شود.

به‌طور کلی، پژوهش حاضر در پی آزمون نظریه خود-تعیین‌گری در رابطه با رفتارهای مربی در نیازهای اساسی

بررسی قرار نگرفته است. اما بر اساس رویکردهای نظریه خود-تعیین‌گری (وانتنکیسته و ریان، ۲۰۱۳؛ ریان و دسی، ۲۰۱۷)، ناکامی از نیازها می‌تواند باعث رفتارهای نامطلوب و یا ناسازگارانه باشد. در هر صورت، همانند تعدادی از نتایج به‌دست آمده در این پژوهش، پژوهش‌های بیشتر احتمالاً این مهم را می‌تواند روشن سازد که چرا ناکامی از نیازها در میل به ادامه ورزش بی‌اثر است.

در نهایت نتایج در رابطه با بررسی مدل مورد نظر پژوهش جالب بود. بدین شکل که رفتار حمایتی مربی به صورت معناداری رضایتمندی از نیازها را پیش‌بینی کرد. رفتار حمایتی همچنین از طریق ارضاء نیازها و نیز به‌صورت مستقیم میل به ادامه ورزش در دانشجویان را توانست پیش‌بینی کند. اما رفتارهای کنترلی نه به صورت مستقیم و نه از طریق ناکامی از نیازها نتوانست بر میل به ورزش در دانشجویان مؤثر باشد. همانطور که در فرض‌های همبستگی نیز به‌دست آمد، رفتارهای حمایتی می‌تواند رفتارهای مطلوب در دانشجویان را از طریق سه نیاز اساسی روان‌شناسی پیش‌بینی کند. این مهم هم‌راستا با رویکردهای نظریه خود-تعیین‌گری بوده (ریان و دسی، ۲۰۱۷). بدین شکل که، رفتار حمایتی مربی از طریق رضایتمندی از نیازهای اساسی روان‌شناختی باعث می‌شود که دانشجو تمایل به تداوم ورزشی در آینده داشته باشد. این یک یافته مهم در تحقیق حاضر است. بدین معنی که، احترام به رفتارها و رویکردهای دانشجو در کلاس و اینکه از دیدگاه‌های آنها حمایت‌کردن باعث می‌شود دانشجویان رضایتمندی بیشتری از نیازهای اساسی را تجربه کنند، که در نهایت پیامد مطلوب رفتاری در دانشجویان دارد. پس نشان داده شده که در این مهم، رفتار مربی بسیار مؤثر می‌باشد. در هر حال ویژگی‌های دیگر مؤثر در این میل به ورزش دانشجویان، از جمله ویژگی‌های علی<sup>۳۱</sup> و شخصیتی<sup>۳۲</sup> دانشجویان، همانطور که نظریه خود-تعیین‌گری (ریان و دسی، ۲۰۱۷) اشاره کرده است، می‌تواند جالب توجه نیز باشد.

رفتارهای کنترلی مربی اما تنها توانست ناکامی از نیازهای روان‌شناختی در دانشجویان را پیش‌بینی کند، و هیچ تأثیری در میل به ادامه ورزش دانشجویان ندارد. همانطور که پیش‌تر نشان داده شد، این می‌تواند تا حدودی در رابطه با میزان نسبتاً بالای رفتار کنترلی ادراک شده توسط دانشجویان باشد. بدین معنی که، رفتار کنترلی می‌تواند باعث ناکامی از نیازها شود، اما

33. Self-report  
34. Observation

31. Causality  
32. Personality

تحقیق همچنین، نقش مهم رفتارهای حمایتی از نیازهای اساسی در دانشجویان در دانشگاه را در پیامدهای مطلوب رفتارهای آنها مورد توجه قرار می‌دهد.

### سپاسگزاری

این پژوهش با حمایت مالی باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان، واحد ارومیه (دانشگاه آزاد اسلامی، ارومیه، ایران) انجام گرفته است.

روان‌شناختی و میل به ادامه ورزش در دانشجویان بود. همانطور که نظریه (ریان و دسی، ۲۰۱۷) و محققین انتظار داشتند، رفتارهای حمایتی مربی از استقلال ادراک شده توسط دانشجو بر ارضای نیازهای اساسی آنها و همچنین تمایل به تداوم ورزشی در آینده مؤثر بود. اما رفتارهای کنترلی مربی ادراک شده توسط دانشجو تنها بر ناکامی از این نیازها مؤثر بود و بر تمایل دانشجویان به فعالیت‌های بدنی تأثیری نداشت. این نتایج می‌تواند برای مربیان تربیت بدنی دانشگاه کاربردی باشد، و به‌عنوان بازخوردی مهم در رفتارهایشان تلقی شود. این

### REFERENCES

- Ahmadi, M., Behzadnia, B., & Amani, J. (2016). "The factorial structure of the Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ-6) in college sport". *Applied Research of Sport Management and Biology*, 4(16); 85-96.
- Alvarez, M. S., Balaguer, I., Castillo, I., & Duda, J. L. (2012). "The coach-created motivational climate, young athletes' well-being, and intentions to continue participation". *Journal of Clinical Sport Psychology*, 6(2), 166-179.
- Behzadnia, B., & Deci, E. L. (2017). Teachers' Autonomy Support and Positive Physical-Education Outcomes Paper presented at the 10th Anniversary Meeting of the Society for the Study of Motivation, Boston, MA.
- Behzadnia, B., Ahmadi, M., & Amani, J. (2017). "The factorial structure of the self-regulation questionnaire in college physical education classes (SRQ-PE)". *Research on Sport Management and Motor Behavior*, 7(13), 39-48.
- Behzadnia, B., Mohammadzadeh, H., & Ahmadi, M. (2017). "Autonomy-supportive behaviors promote autonomous motivation, knowledge structures, motor skills learning and performance in physical education". *Current Psychology*. doi:10.1007/s12144-017-9727-0
- Biddle, S., Soos, I., & Chatzisarantis, N. (1999). "Predicting physical activity intentions using goal perspectives and self-determination approaches". *European Psychologist*, 4, 83-89.
- Chatzisarantis, N. L. D., Biddle, S. J. H., & Meek, G. A. (1997). "A self-determination theory approach to the study of intentions and the intention-behaviour relationship in children's physical activity". *British Journal of Health Psychology*, 2(4), 343-360.
- Chen, B., Vansteenkiste, M., Beyers, W., Boone, L., Deci, E. L., Van der Kaap-Deeder, J., . . . Verstuyf, J. (2015). "Basic psychological need satisfaction, need frustration, and need strength across four cultures". *Motivation and Emotion*, 39(2), 216-236.
- Cheon, S. H., Reeve, J., & Song, Y. G. (2016). "A Teacher-Focused Intervention to Decrease PE Students' Amotivation by Increasing Need Satisfaction and Decreasing Need Frustration". *Journal Sport Exerc Psychol*, 38(3), 217-235. doi:10.1123/jsep.2015-0236
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- 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(4), 227-268. doi:Doi 10.1207/S15327965pli1104\_01
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2002). *Handbook of self-determination research*. Rochester, NY: University of Rochester Press.
- Haerens, L., Aelterman, N., Vansteenkiste, M., Soenens, B., & Van Petegem, S. (2015). "Do perceived autonomy-supportive and controlling teaching relate to physical education students' motivational experiences through unique pathways? Distinguishing between the bright and dark side of motivation". *Psychology of Sport and Exercise*, 16, 26-36.
- Haerens, L., Kirk, D., Cardon, G., De Bourdeaudhuij, I., & Vansteenkiste, M. (2010). "Motivational profiles for secondary school physical education and its relationship to the adoption of a physically active lifestyle among university students". *European Physical Education Review*, 16(2), 117-139.
- Haerens, L., Vansteenkiste, M., De Meester, A., Delrue, J., Tallir, I., Vande Broek, G., . . . Aelterman, N. (2017). "Different combinations of perceived autonomy support and control: identifying the most optimal motivating style". *Physical Education and Sport Pedagogy*, 1-21.
- Hagger, M. S., Chatzisarantis, N. L. D., Culverhouse, T., & Biddle, S. J. H. (2003).

- "The processes by which perceived autonomy support in physical education promotes leisure-time physical activity intentions and behavior: a trans-contextual model". *Journal of Educational Psychology*, 95(4), 784.
- Jang, H., Kim, E. J., & Reeve, J. (2016). "Why students become more engaged or more disengaged during the semester: A self-determination theory dual-process model". *Learning and Instruction*, 43, 27-38. doi:10.1016/j.learninstruc.2016.01.002
  - Karimi, M., Heydarnejad, S., Shafinia, P., & Nuroozi, A. M., (2015). "The study of relationship between coaches' leadership behaviors with success and avoid failure motivation in women players of volleyball teams". *Applied Research of Sport Management and Biology*, 3(12), 21-33.
  - Keshtidar, M., & Behzadnia, B. (2017). "Prediction of intention to continue sport in athlete students: A self-determination theory approach". *PloS one*, 12(2), e0171673.
  - Ntoumanis, N. (2001). "A self-determination approach to the understanding of motivation in physical education". *British journal of educational psychology*, 71(2), 225-242.
  - Ntoumanis, N. (2005). "A prospective study of participation in optional school physical education using a self-determination theory framework". *Journal of Educational Psychology*, 97(3), 444.
  - Quested, E., Ntoumanis, N., Viladrich, C., Haug, E., Ommundsen, Y., Van Hoya, A., ... & Duda, J. L. (2013). "Intentions to drop-out of youth soccer: A test of the basic needs theory among European youth from five countries". *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4), 395-407.
  - Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). "Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being". *American Psychologists*, 55(1), 68-78.
  - Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: basic psychological needs in motivation, development and wellness*. New York: Guilford.
  - Sage G. (1977). *Introduction to motor behaviour: A neuropsychological approach* (2nd ed). Reading, MA: Addison-Wesley.
  - Vansteenkiste, M., & Ryan, R. M. (2013). "On psychological growth and vulnerability: Basic psychological need satisfaction and need frustration as a unifying principle". *Journal of Psychotherapy Integration*, 23(3), 263.
  - Wang, J. C. K., Morin, A. J. S., Ryan, R. M., & Liu, W. C. (2016). "Students' Motivational Profiles in the Physical Education Context". *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1-46.

