Sport. Psychol. Stud, 2026, 15(55): 145-159, doi: 10.22089/spsyj.2025.17131.2502

Sport Psychology Studies

Journal hompage: https://spsyj.ssrc.ac.ir

Article Type: Original

Prediction of Athlete Burnout in Relation to Types of Motivation, Self-Efficacy and Coach Relation

Seyed Hojjat Zamani Sani[1], Zahra FathiRezaie[1], Mahta Eskandarnejad[1], Ali Abdollah Salem*[1]

1. Department of motor behaviour, Faculty of physical education and sport sciences, University of Tabriz, Tabriz, Iran.

Received: 13/10/2024, Revised: 28/01/2025, Accepted: 11/02/2025

* Corresponding Author: Ali Abdollah Salem, E-mail:aliabdullahsalem14@gmail.com

How to Cite: Zamani Sani, S. H., FathiRezaie, Z., Eskandarnejad, M., Salem, A. A. (2026). Prediction of Athlete Burnout in Relation to Types of Motivation, Self-Efficacy and Coach Relation. Sport Psychology Studies, 15(55), 145-159. In Persian

Extended Abstract

Background and Purpose

Deci and Ryan's cognitive appraisal theory, which examined the theoretical structure of autonomy, suggests that the human need for a sense of personal competence and freedom to act has an intrinsic pull. The basic assumption of this theory is that people are more likely to participate in activities that are self-determined and that they can do of their own free will. On this basis, a motivational continuum is created, with intrinsic motivation at the higher levels and amotivation at the lower end (Deci and Ryan, 2008). Between these two types of motivation (intrinsic motivation and amotivation) lies extrinsic motivation.

The results of the research of Havitz et al. (2013) and Blecharz et al. (2014) have shown that there is a significant relationship between motivation and self-efficacy in the issue of physical activity participation. An athlete's belief in his ability to perform his tasks in sports in order to achieve specific goals is considered one of the most important aspects in sports that can include sports success. This issue manifests itself as sports self-efficacy (Felts et al., 2008).

Meanwhile, athlete motivation can be influenced by internal dimensions, such as self-efficacy (Mouloud, & Elkader, 2016), and external dimensions, such as athlete-coach relationships (Mageau, & Vallerand, 2023).

Accordingly, it has been shown that the positive aspect of coach behavior is related to the athlete's perceived competence and can predict intrinsic motivation. Also, its negative aspect in coach's controlling behaviors is related to withdrawal from sports (Kelly et al., 2016).

Materials and Methods

A correlational research method was conducted in order to reach an analytical model of the relationships between variables. The statistical population of the study included

Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

university athletes in team sports including football, futsal, volleyball, basketball, and handball in Iraq, from which 15 teams were selected using cluster sampling who were between 18 and 25 years old. The statistical sample was calculated using G*Power 3.1.9.4 by cluster sampling method of 138 people (effect size=0.15, alpha=0.05 and total number of predictors=5). However, according to the subjects' participation in data collection, 184 data were analyzed.

Research questionnaires included: sports self-efficacy (Kroll et al., 2007), behavioral regulations (Lonsdale et al., 2008), coach-controlling behavior (Bartholomew et al., 2010) and sports burnout (Raedeke, & Smith, 2001). Data were analyzed by Pearson's correlation coefficient and path analysis. by SPSS23 and LISREL 8.8 at $p \leq 0.05$.

Findings

The results of Pearson correlation analysis showed that sports burnout had a negative and significant relationship with self-efficacy. Burnout also had a positive and significant relationship with excessive personal control, judgment and worthlessness, lack of motivation, and extrinsic motivation.

The regression results showed that the model of the assumed relationship is significant (adjusted R-squared = 0.39 and Durbin-Watson statistic = 1.2). Also, the analysis of variance statistics showed the significance of the model (sum of squares = 19.5001, mean square = 69.555, degrees of freedom = 9, F-statistic = 13.89, significance level = 0.0001).

The results of the beta coefficient showed that initially the strongest predictors of burnout were, in order, amotivation, self-efficacy (negatively), and finally extrinsic motivation.

Next, in order to arrive at a conceptual model, the results of the path analysis of the prediction of sports burnout were examined. A conceptual model was formed based on the relationships between variables. After examination, it was shown that four paths were not significant based on t-values. The paths of self-efficacy to amotivation, personal control to amotivation, and the intrinsic motivation variable were removed from the entire model and the path analysis was performed again.

Based on the coefficient of determination values, approximately 5% of the variability in amotivation is explained by judgment, approximately 8% of the variability in extrinsic motivation is explained by self-efficacy, personal control, and judgment, and approximately 50% of the variability in burnout is explained by self-efficacy, personal control, judgment, amotivation, and extrinsic motivation.

Conclusion

The present study was conducted based on two conceptual models of burnout in sports, including Smith's cognitive-emotional model of sports burnout and the empowerment model of sports burnout, by presenting relevant variables including self-efficacy, coach's controlling behaviors, and types of motivation in relation to sports burnout. The results of the study were discussed in relation to the conceptual model and the direct relationships of self-efficacy and coach's controlling behaviors with burnout, as well as the indirect relationships found through amotivation and extrinsic motivation in relation to burnout.

The results of the present study were consistent with the results of Chowdhury and Shahabuddin (2007). They also showed that there is a positive and significant relationship between self-efficacy and intrinsic and extrinsic motivation. The results of the present study were also consistent with the results of Yılmaz et al. (2020). They also showed that there is a positive and significant relationship between sports motivation and self-efficacy. Fominykh et al. (2020) also showed that high self-efficacy is associated with reduced amotivation.

The results of the present study were consistent with those of Koçak (2019). They showed that there was a strong negative

relationship between self-efficacy and burnout in volleyball players. Low self-efficacy was associated with high burnout.

The results of the present study were consistent with those of De Francisco et al. (2020). They showed that rewards or punishments can create a sense of performance pressure for athletes. This pressure to perform can lead to increased stress and anxiety, and affect the athletes' sense of achievement and overall well-being. As a result, individuals may experience a decrease in their sense of achievement because they are not pursuing goals that are personally meaningful or valuable. Also, extrinsic forms of motivation, such as rewards or recognition from others, may not provide intrinsic value and satisfaction, as pursuing goals that are not aligned with personal values or interests, and may lead to burnout.

Finally, burnout was associated with excessive personal control and a sense of being judged in the team. The results of the present study were consistent with those of Barcza-Renner et al. (2016). This is consistent with the empowerment model of burnout.

Keywords: burnout, motivation, self-efficacy, coaches' behavior

Funding

This study received no funding from public, commercial, or nonprofit organizations.

Acknowledgement

We sincerely thank all the athletes who collaborated in this research.

مطالعات روان‌شناسی ورزشی، بهار ۱۴۰۵، دوره ۱۵، شماره ۵۵، صص ۱۵۹-۱۴۵. doi: 10.22089/spsyj.2025.17131.2502

مطالعات روان‌شناسی ورزشی

Journal hompage: https://spsyj.ssrc.ac.ir

نوع مقاله: پژوهشی اصیل

پیش بینی تحلیل رفتگی ورزشکار در ارتباط با انواع انگیزش، خودکارآمدی و رابطه با مربی

سیدحجت زمانی ثانی[۱]، زهرا فتحی رضائی[۱]، مهتا اسکندرنژاد[۱]، علی عبدالله سالم[۱*]

۱. گروه رفتار حرکتی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۷/۲۲ ، تاریخ اصلاح: ۱۴۰۳/۱۱/۰۹ ، تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۲/۲۳

* Corresponding Author: Ali Abdollah Salem, E-mail:aliabdullahsalem14@gmail.com

How to Cite: Zamani Sani, S. H., FathiRezaie, Z., Eskandarnejad, M., Salem, A. A. (2026). Prediction of Athlete Burnout in Relation to Types of Motivation, Self-Efficacy and Coach Relation. Sport Psychology Studies, 15(55), 145-159. In Persian

چکیده

اهداف: تحلیل رفتگی از عواملی است که مشارکت ورزشی را تهدید می‌کند. لذا هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه بین انگیزش و تحلیل رفتگی، در ارتباط با خودکارآمدی ورزشکار و درک از رفتار کنترلی مربی است.

مواد و روش‌ها: پژوهش حاضر به صورت توصیفی همبستگی در ورزشکاران دانشگاهی رشته‌های تیمی بود که از بین آنها ۱۵ تیم به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شد. ۱۸۴ ورزشکاران در دامنه سنی ۱۸ تا ۲۵ سال در این مطالعه شرکت کردند. پرسشنامه‌های تنظیمات رفتاری در ورزش، تحلیل رفتگی ورزشی، خودکارآمدی ورزشی و رفتار کنترلی مربی مورد استفاده قرار گرفت. داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون، رگرسیون خطی و تحلیل مسیر بررسی شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد تحلیل رفتگی با کنترل شخصی، قضاوت شدن، بی‌انگیزگی و انگیزش بیرونی رابطه مثبت و با خودکارآمدی رابطه منفی و معنادار داشت. همچنین نشان داده شد که خودکارآمدی و کنترل با پاداش با انگیزش درونی و بیرونی رابطه مثبت دارد. علاوه‌براین کنترل شخصی و قضاوت شدن نیز با انگیزش درونی رابطه مثبتی نشان داد. مدل تحلیل مسیر بیانگر این بود که حدود ۵۰ درصد از تغییرپذیری تحلیل رفتگی توسط خودکارآمدی، کنترل شخصی، قضاوت، بی‌انگیزشی و انگیزش بیرونی تبیین می‌شود.

نتیجه‌گیری: بی‌انگیزگی مهمترین و قوی‌ترین عامل است در اثرگذاری بر تحلیل رفتگی ورزشی شناسایی شد. نتایج با استفاده از نظریات مربوط به تحلیل رفتگی در ورزش، خودکارآمدی، انگیزش خودمختار و انگیزه درونی و بیرونی بحث شدند.

کلیدواژها: تحلیل رفتگی، انگیزش، خودکارآمدی، رفتار مربی.

Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

مقدمه

مشارکت و یا عدم مشارکت ورزشکار در تمرینات و ورزش جزو موضوعاتی است که مطالعات متعددی را به خود اختصاص داده است. انگیزش و مفاهیم مربوط به آن در مرکز مشارکت ورزشی قرار دارد و نظریات متفاوتی برای تبیین انگیزش و مشارکت ورزشی ایجاد شده است (وینبرگ و گولد، ۲۰۲۳). برخی نظریات مربوط به انگیزش انسان را یک موجود منفعل می‌دانند و عوامل محیطی را ایجاد کننده رفتار می‌شناسند. نظریات دیگر عوامل درونی و ناهشیار را زیربنای رفتار آدمی به حساب می آورند و دسته سوم آنهایی هستند که با یک رویکرد تلفیقی شناختی، تعامل بین محیط و ادراک فرد را زیربنای رفتار انسان می دانند (کیگان و همکاران، ۲۰۱۰). نظریه ارزیابی شناختی دسی و رایان که ساختار نظری خودمختاری را بررسی کردند، بیانگر این است که نیاز انسان به احساس شایستگی فردی و آزادی عمل، یک کشش درونی دارد. فرض اساسی این نظریه آن است که افراد به احتمال زیاد در فعالیت هایی مشارکت می‌کنند که انگیزش خودتعیین داشته باشند و بتوانند با اراده آزاد خود آن را انجام دهند. براین اساس پیوستار انگیزشی ایجاد می‌شود که در سطوح بالای آن انگیزش درونی و در انتهای پیوستار بی‌انگیزگی قرار دارد (دسی و رایان، ۲۰۰۸).

بین این دو نوع انگیزه (انگیزش درونی و بی انگیزگی) انگیزش بیرونی قرار دارد که شامل تنظیم بیرونی (ورزشکار به خاطر نیاز های بیرونی مانند کسب جوایز و مدال یا اجتناب از تنبیه فعالیت می کند)، تنظیم متمایل به درون (ورزشکار به منظور ارتقاء عزت نفس و حس خودارزشی و برای جلوگیری از احساساتی مانند گناه یا شرم در فعالیت شرکت می کند)، تنظیم شناخته شده یا خودپذیر (زمانی که ارزش های ورزشکار و قضاوت‌های داوری جدا از نتایج ورزشی مهم تلقی شده و علت مشارکت ورزشی است)، و تنظیم یکپارچه یا درآمیخته (زمانی که ورزشکاری به ورزش به عنوان یک اصل نگاه می کند و آن را موازی با ارزش های خود می بیند) قرار دارند (احمدی و همکاران، ۲۰۱۴). مطالعات نشان داده‌اند که رابطه معناداری بین انواع انگیزش و ساختارهای زیربنایی رفتار وجود دارد. برای مثال عنوان شده است که عدم انگیزش یا بی‌انگیزگی با باور بی‌ارزشی و بی‌کفایتی فرد در آن تکلیف خاص همبسته است. همچنین بی‌انگیزگی با احساس عدم شایستگی نسبت به توانایی و تلاش و در نهایت درماندگی آموخته شده و تحلیل رفتگی رابطه دارد. از طرف دیگر انگیزش درونی کامل با ادراک از شایستگی و رضایت از عملکرد همراه بوده است (گرونوال و همکاران، ۲۰۲۱).

نتایج مطالعه هاویتز و همکاران (۲۰۱۳) و بلچارز و همکاران (۲۰۱۴) نشان داده است که در موضوع مشارکت فعالیت‌بدنی رابطه معناداری بین انگیزش و خودکارآمدی وجود دارد. باور ورزشکار به توانایی برای انجام وظایف خود در ورزش به منظور رسیدن به اهداف مشخص یکی از جنبه‌های بسیار مهم در ورزش بحساب می‌آید که می‌تواند موفقیت ورزشی را دربرداشته باشد. این موضوع بعنوان خودکارامدی ورزشی خود را نشان می‌دهد (فلتز و همکاران، ۲۰۰۸). ورزشکار دارای خودکارآمدی بالا به مهارت‌های ورزشی خود اعتماد دارد، رفتار و محیط خود را کنترل می‌کند و توانایی هدایت انگیزه‌های خود را دارد (روگووسکا و همکاران، ۲۰۲۲). در این میان انگیزه ورزشکار می‌تواند تحت تأثیر ابعاد درونی – مانند خودکارآمدی (مولود و الکادر، ۲۰۱۶) و بیرونی مانند روابط ورزشکار– مربی (ماگئو و والرند، ۲۰۲۳) قرار گیرد. ادراک ورزشکار از رفتار مربی بعنوان یک عامل فردی تحت تأثیر عامل بین فردی رابطه مربی و ورزشکار می‌تواند مشارکت ورزشی یا عدم مشارکت و کناره‌گیری از ورزش را به دنبال داشته باشد (ادنان و همکاران، ۲۰۲۱). در کنار عوامل درون فردی که عنوان شد، درک ورزشکار از رفتار مربی نیز بعنوان یک عامل بسیار مهم در مشارکت یا خودداری از ورزش بیان شده است (هورن، ۲۰۰۸).

مربیان برای پیشبرد کارهای تیمی بایستی نوعی سبک رفتاری داشته باشند تا ورزشکار بتواند رابطه مؤثر و کارآمدی را با مربی ایجاد کند (موئن و همکاران، ۲۰۱۵؛ فرانسن و همکاران، ۲۰۲۰). نشان داده شده است که نوعی از رفتارهای مربی می‌تواند به افزایش اعتماد به نفس و تمایل به ادامه همکاری ورزشکار با تیم منجر شود (هایز و همکاران، ۲۰۰۷) و از طرف دیگر برخی رفتارهای دیگر می‌تواند منجر به افزایش اضطراب ورزشکار و بی‌انگیزگی و در نهایت کناره‌گیری از ورزش بینجامد (گیریتی و مورای، ۲۰۱۱). دو سبک ارتباطی بین مربی و ورزشکار شناخته شده است: سبک کنترلی که در آن مربی به روش‌های مقتدرانه و ایجاد فشار و اجبار رفتار می‌کند و سبک حمایتی – خودپیروی که در آن مربی، از آزادی اراده ورزشکار حمایت کرده و تصمیم‌گیری‌ها با مشارکت مربی و ورزشکار انجام می‌شود. مطالعات نشان داده‌اند که در سبک کنترل کننده، پاداش برای ایجاد انگیزه استفاده می‌شود (ماگئو و والرند، ۲۰۰۳) که می‌تواند انگیزه‌های بیرونی را فعال کند.

اگرچه در بسیاری از مطالعات به جنبه‌های مثبت رابطه مربی و ورزشکار پرداخته شده است، با اینحال مشکلات مربوط به رابطه مربی– ورزشکار از دیرباز در ورزش وجود داشته است و ضرورت آن در سال‌های اخیر با توجه به بالارفتن آگاهی ورزشکاران و والدین از حقوق روانی خود در قبال مشارکت ورزشی، بیش از پیش خود را نشان داده است. استفاده از رفتارهای تهدیدآمیز و یا کنترل شخصی ورزشکار از روش‌هایی است که برخی مربیان برای رسیدن به نتایج مطلوب و یا کنترل جو حاکم بر تمرین و مسابقه از خود نشان می‌دهند (واچسموت و جووت، ۲۰۲۰).

براین اساس نشان داده شده است که جنبه مثبت رفتار مربی با شایستگی ادراک شده ورزشکار رابطه دارد و می‌تواند انگیزش درونی را پیش‌بینی کند. همچنین جنبه منفی آن در رفتارهای کنترلی مربی با کناره‌گیری از ورزش ارتباط دارد (کلی و همکاران، ۲۰۱۶).

در تحقیق حاضر دو مدل مفهومی از تحلیل رفتگی روانی در ورزشکاران مورد استفاده قرار گرفته است. بدون شک کمی‌سازی مدل‌های مفهومی و آزمایش آنها با استفاده از روش‌های میدانی یکی از موضوعات مهم و ضروری در کاربرد علم روان‌شناسی ورزشی است.

پژوهش حاضر بر مبنای مدل شناختی- عاطفی تحلیل رفتگی اسمیت[1] بنانهاده شده است که بیانگر تأثیرگذاری عوامل فردی (مانند انگیزش و خودکارآمدی) و عوامل شناختی (از جمله ارزیابی‌های شناختی از وضعیت موجود مانند درک ورزشکار از رفتار مربی) است که در نهایت منجر به رفتارهای مشارکتی یا عدم مشارکتی در ورزش می‌شود. همچنین مدل توانمندسازی تحلیل رفتگی[2]ورزشی بیانگر عدم کنترل ورزشکار بر جو ورزشی و عدم توانایی او در انتخاب برای مشارکت ورزشی است. براین اساس ورزشکار خود را تحت فشار عوامل محیطی مانند فدراسیون‌های ورزشی و مربیان ورزشی می‌بیند که از او انتظار عمکرد بالایی دارند. این فشار روانی منجر به تحلیل رفتگی ورزشکار می‌شود. در مطالعه حاضر فشار ناشی از رفتار کنترل مربی از این مدل اراستخراج شده است (عبدلی و زمانی ثانی، ۲۰۱۳).

براین اساس ارتباط دوگانه بین انواع انگیزه ورزشکاران با یک عامل درونی (خودکارآمدی) و یک عامل بیرونی (رفتار کنترلی مربی)، و همچنین تأثیر عوامل مذکور در تحلیل‌رفتگی بررسی می‌شود. در این زمینه هدف مطالعه حاضر شناسایی مسیرهای مستقیم و غیرمستقیم تأثیرگذاری عوامل فردی و شناختی بر انواع انگیزش و در نهایت بر تحلیل رفتگی ورزشی است.

روش‌شناسی پژوهش

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

ابزار و شیوهٔ گردآوری داده‌ها

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

پرسشنامه رفتار کنترلی مربی: پرسشنامه رفتار کنترل مربی بارثلومیو و همکاران (۲۰۱۰) میزان ادراک ورزشکاران را از رفتار های کنترلی مربی با استفاده از مقیاس پانزده سوالی مورد سنجش قرار می‌دهد. این مقیاس رفتارکنترلی مربی را در چهاربعد کنترل با استفاده از پاداش، ملاحظات مشروط منفی، تهدید و کنترل شخصی بیش از اندازه براساس مقیاس ۷ ارزشی لیکرت (۱= کاملاً مخالفم) تا (۷= کاملاً موافقم) می‌سنجد. نتایج تحلیل عامل تأییدی نشان دهنده روایی سازه عاملی مناسب برای این پرسشنامه است. همچنین ضریب آلفای کرونباخ برای همسانی درونی کل پرسشنامه ۰/۹۸ و برای مؤلفه‌ها بین ۰/۷۳ تا ۰/۸۹ بدست آمده است (ارباب و همکاران، ۲۰۱۶). در مطالعه حاضر نیز ترجمه توسط مترجمین مسلط به زبان انگلیسی و عربی انجام شد. در نهایت روایی صوری و محتوایی تأیید شد. همچنین در مطالعه حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌ها و نمره کل بین ۰/۶۵ تا ۰/۸۳ بدست آمد.

پرسشنامه تنظیم رفتار ورزشی: پرسشنامه تنظیم رفتار ورزشی شش عاملی لانسدل و همکاران (۲۰۰۸) ابعاد انگیزش را به صورت عامل‌های فاقد انگیزش، (تنظیم بیرونی، تنظیم متمایل به درون، تنظیم خودپذیر، تنظیم درآمیخته) بعنوان عوامل انگیزش بیرونی و انگیزش درونی در ۲۴ گویه و براساس مقیاس لیکرت ۷ گزینه ای شامل (۱= اصلاً درست نیست) تا (۷= کاملاً درست است) اندازه گیری می‌کند. تحلیل عامل اکتشافی و تأییدی آن با عامل‌های برازش مناسب گزارش شده است. همچنین همسانی درونی براساس آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۴ تا ۰/۸۵ گزارش شده است (احمدی و همکاران، ۲۰۱۴). این پرسشنامه توسط هالند و همکاران (۲۰۱۰) به زبان عربی استفاده شده است. همچنین در مطالعه حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌ها و نمره کل بین ۰/۷۲ تا ۰/۸۸ بدست آمد.

پرسشنامه تحلیل‌رفتگی ورزشی: پرسشنامه تحلیل‌رفتگی ورزشی توسط رادک و اسمیت در سال ۲۰۰۱ برای تحلیل‌رفتگی ساخته شد و شامل ۱۵ گویه و سه عامل کاهش ارزشمندی در ورزش، حس کاهش اجرا و واماندگی هیجانی ـ جسمانی است. در این پرسشنامه از مقیاس لیکرت ۵ ارزشی از تقریباً هرگز (=۱) تا تقریبا همیشه (=۵) در پاسخ‌دهی استفاده شده است. راداک و اسمیت (۲۰۰۱) علاوه بر تأیید روایی و پایایی این ابزار نتایج بازآزمایی این پرسشنامه را با ضرایب ۰/۸۶ تا ۰/۹۲ بدست آوردند. احمدی و همکاران (۲۰۱۲) نیز علاوه بر تأیید روایی و پایایی، همسانی درونی آن را در خرده مقیاس‌ها ۰/۷۷ تا ۰/۸۲ بدست آوردند. این پرسشنامه نیز قبلاً نوسط التحاینه (۲۰۱۴) به زبان عربی ترجمه شده و مورد استفاده قرار گرفته است. در مطالعه حاضر نیز پایایی با استفاده از آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌ها و کل مقیاس بین ۰/۶۷ تا ۰/۷۷ بدست آمد.

1 . Smith Cognitive-Affective Model of Athletic Burnout

2 . Empowerment model of burnout

همچنین پرسشنامه مربوط به ویژگی‌های جمعیت شناختی ورزشکاران شامل رشته ورزشی، سن و جنسیت نیز بررسی شد.

داده‌ها با استفاده از روش پرسشنامه‌ای آنلاین بود. ابتدا کلیه پرسشنامه‌ها به زبان عربی ترجمه شد. این کار توسط مترجمین مسلط به زبان انگلیسی و عربی بود. روایی صوری و محتوایی پرسشنامه‌های به دست آمد. همچنین همسانی درونی پرسشنامه ها به وسیله آلفای کرونباخ بررسی شد.

در نهایت نسخه‌های آماده شده به زبان عربی در نرم افزار گوگل فرم وارد شد. تعداد ۱۵ تیم ورزشی از رشته‌های مختلف شامل فوتبال، والیبال، فوتسال، هندبال و بسکتبال انتخاب شدند و با مراجعه محقق به تیم‌ها لینک پرسشنامه در اختیار آنها قرار گرفت. داده‌های جمع آوری شده وارد نرم افزار ماکروسافت ایکسل شد و از آنجا به نرم افزار اس پی اس اس منتقل شدند. سپس تحلیل‌های آماری انجام شد.

تحلیل داده‌ها: داده های بدست آمده با استفاده از روش های آمار توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد و همچنین روش های آمار استنباطی شامل ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی به روش گام به گام در نرم افزار اس‌پی‌اس‌اس[1]تحلیل شدند. برای رسیدن به مدل مفهومی از نرم افزار لیزرل[2]۸/۸ استفاده شد.

یافته ها

آماره‌های توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش همراه با ضرایب همبستگی پیرسون در جدول ۱ بیان شده است. همانطور که مشاهده می شود تحلیل رفتگی ورزشی با خودکارامدی رابطه منفی و معناداری نشان داد. همچنین تحلیل رفتگی با کنترل شخصی بیش از اندازه، قضاوت و بی ارزشی، بی انگیزگی و انگیزش بیرونی رابطه مثبت و معناداری داشت.

جدول ۱. آماره‌های توصیفی و همبستگی بین متغیرهای پژوهش

زیرمقیاس‌ها subscales	میانگین Mean	11	1	2	3	4	5	6	7	8	9
۱. رفتا رکنترلی مربی Controlling Coach Behavior	61.88	0.06									
۲. کنترل با پاداش Controlling Use of Rewards	12.11	0.05	0.78**								
۳. ملاحظات مشروط منفی Negative Conditional Regard	11.28	0.06	0.72**	0.51**							
۴. تهدید Intimidation	11.75	0.03	0.76**	0.40**	0.52**						
۵. کنترل شخصی Personal Control	10.86	-0.07	0.75**	0.49**	0.51**	0.55**					
۶. قضاوت شدن Being judged	15.88	0.11	0.78**	0.52**	0.33**	0.53**	0.43**				
۷. بی انگیزگی Amotivation	12.27	0.03	-0.06	-0.11	0.08	-0.02	0.15*	-0.22**			
۸. انگیزش بیرونی External Motivation	65.62	0.21**	0.08	0.19**	0.05	0.01	0.12	-0.05	0.32**		
۹. انگیزش درونی Internal Motivation	20.67	0.23**	0.22**	0.33**	0.13	-0.01	0.15*	0.18*	-0.09	0.33**	
۱۰. تحلیل رفتگی Burn out	45.49	-0.25**	-0.03	-0.07	0.11	-0.01	0.19**	0.21**	0.54**	0.26**	-0.06
۱۱. خودکارآمدی Self-Efficacy	26.55										

* $p \leq ۰/۰۵$ ؛ ** $p \leq ۰/۰۱$

نتایج رگرسیون نشان داد که مدل رابطه مفروض معنادار است (مربع تعدیل شده آر= ۰/۳۹ و آماره دوربین واتسون= ۲/۱). همچنین آماره تحلیل واریانس معناداری مدل را نشان داد (مجموع مجذورات= ۵۰۰۱/۱۹، میانگین مجذور= ۵۵۵/۶۹، درجه آزادی= ۹، آماره F= ۱۳/۸۹، سطح معناداری= ۰/۰۰۰۱).

نتایج ضریب بتا نشان داد که ابتدا قوی ترین پیش‌بینی کننده‌های تحلیل رفتگی به ترتیب بی انگیزگی، خودکارآمدی (به صورت منفی) و در نهایت انگیزش بیرونی بود (جدول ۲).

1. SPSS

2 .LISREL8.8

جدول ۲. آماره‌های مدل رگرسیونی پیش بینی تحلیل رفتگی از متغیرهای مستقل

Table 2. Para metrics of regression model of burnout prediction from independent variables

P	t	Standardized coefficients	Unstandardized coefficients		
		Beta	SD	B	
0.0001	12.24		3.56	43.57	ضریب ثابت Constant
0.0001	-4.48	-0.28	0.10	-0.44	خودکارآمدی Self-Efficacy
0.10	-1.34	-0.11	0.17	-0.22	کنترل با پاداش Controlling Use of Rewards
0.20	1.57	0.12	0.19	0.30	ملاحظات مشروط منفی Negative Conditional Regard
0.77	-0.30	-0.02	0.21	-0.06	تهدید Intimidation
0.09	1.70	0.14	0.20	۰/۳۵	کنترل شخصی Personal Control
0.17	-1.39	-0.11	0.13	-0.18	قضاوت شدن Being judged
0.0001	6.40	0.43	0.08	0.54	بی انگیزگی Amotivation
0.01	2.50	0.17	0.04	0.09	انگیزش بیرونی External Motivation
0.94	0.07	0.01	0.08	0.01	انگیزش درونی Internal Motivation

در ادامه به منظور رسیدن به یک مدل مفهومی نتایج تحلیل مسیر پیش‌بینی تحلیل رفتگی ورزشی بررسی شد. مدل مفهومی براساس روابط بین متغیرها شکل گرفت. بعد از بررسی نشان داده شد که چهار مسیر براساس مقادیر t معنادار نمی‌باشد. مسیرهای خودکارآمدی به بی‌انگیزگی، کنترل شخصی به بی‌انگیزگی و متغیر انگیزش درونی از کل مدل حذف شد و مجدداً تحلیل مسیر انجام شد (شکل ۱). همانطور که در جدول ۳ نشان داده شده است ضرایب از مدل ۱ تا ۲ بهتر شده است.

جدول ۳. ضرایب مدل تحلیل مسیر سوم

Table 3. The coefficients of the third path analysis model

RMSEA	GFI	IFI	CFI	NFI	Model
0.26	0.93	0.76	0.74	0.75	مدل ۱ Model 1
0.10	0.96	0.90	0.90	0.89	مدل ۲ Model 2

براساس مقادیر ضریب تعیین، تقریبا ۵ درصد از تغییرپذیری بی‌انگیزشی تحت تاثیر قضاوت، حدود ۸ درصد از تغییرپذیری انگیزش بیرونی توسط خودکارآمدی، کنترل شخصی و قضاوت تبیین می‌شود و حدود ۵۰ درصد از تغییرپذیری تحلیل رفتگی توسط خودکارآمدی، کنترل شخصی، قضاوت، بی‌انگیزگی و انگیزش بیرونی تبیین می‌شود.

معادلات رگرسیونی متغیرهای وابسته به صورت زیر خلاصه شدند:

$$Y_۱ = ۰/۲۲\ X_۳$$

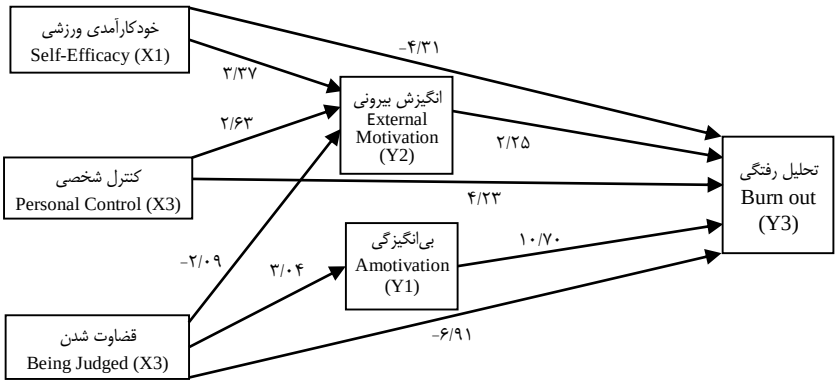
$$Y_۲ = ۰/۲۴\ X_۱ + ۰/۲۱\ X_۲ + -۰/۱۷\ X_۳$$

$$Y_۳ = -۰/۲۴\ X_۱ + ۰/۲۵\ X_۲ + -۰/۴۲\ X_۳ + ۰/۱۲\ Y_۱ + ۰/۵۸\ Y_۲$$

جدول ۴. ضرایب مستقیم و غیرمستقیم مدل پیش‌بینی کننده تحلیل رفتگی ورزشی

Table 4. The direct and indirect coefficients of the predicting model of sport burn out

اثر Effect	مستقیم Direct	غیرمستقیم Indirect	کل Total
روی بی‌انگیزگی On Amotivation			
از قضاوت شدن Of being judged	0.22	-	0.22
روی انگیزش بیرونی On External Motivation			
از خودکارآمدی Of Self Efficacy	0.24	-	0.24
از کنترل شخصی Of Personal Control	0.21	-	0.21
از قضاوت شدن Of Being Judged	-0.17	-	-0.17
روی تحلیل رفتگی On Burn out			
از خودکارآمدی Of Self-Efficacy	-0.24	0.03	-0.21
از کنترل شخصی Of Personal Control	۰/۲۵	0.03	۰/۲۸
از قضاوت شدن Of Being Judged	-0.42	0.11	-0.31
از بی‌انگیزگی Of Amotivation	0.12	-	۰/۱۲
از انگیزش بیرونی Of External Motivation	0.58	-	0.58



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

Figure 1. The third path analysis model of relations between variables (t coefficients)

بحث و نتیجه گیری:

پژوهش حاضر بر اساس دو مدل مفهومی تحلیل رفتگی در ورزش شامل مدل شناختی عاطفی تحلیل رفتگی ورزشی اسمیت و مدل توانمندسازی در تحلیل رفتگی ورزشی با ارائه متغیرهای مربوطه شامل خودکارآمدی، رفتارهای کنترلی مربی و انواع انگیزش در ارتباط با تحلیل رفتگی ورزشی انجام شد. نتایج پژوهش در ارتباط با مدل مفهومی و روابط مستقیم خودکارآمدی و رفتار کنترلی مربی با تحلیل رفتگی و همچنین روابط غیرمستقیم یافت شده از طریق بی‌انگیزگی و انگیزش بیرونی در ارتباط با تحلیل رفتگی بحث شدند، که در ادامه به صورت مجزا به هرکدام پرداخته می‌شود.

رابطه بین خودکارآمدی ورزشی و انگیزش

نتایج تحلیل همبستگی پیرسون نشان داد که بین خودکارآمدی ورزشی با انگیزش درونی و انگیزش بیرونی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. با اینحال نشان داده شد که خودکارآمدی با بی‌انگیزگی رابطه معناداری ندارد. نتایج مطالعه حاضر با نتایج چوهاری و شهاب‌الدین (۲۰۰۷) همخوانی داشت. آنها نیز نشان دادند که بین خودکارآمدی با انگیزش درونی و بیرونی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین نتایج پژوهش حاضر با نتایج یلماز و همکاران (۲۰۲۰) همخوانی داشت. آنها نیز نشان دادند که بین انگیزش ورزشی با خودکارآمدی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. فومینیخ و همکاران (۲۰۲۰) نیز نشان دادند که خودکارآمدی بالا با کاهش بی‌انگیزگی همراه است. آنها بیان کردند که موفقیت و شکست (تجربیاتی که به حس شایستگی فرد کمک می‌کند) و تمرکز بر رقابت (رقابت علیه خود و برخی از معیارهای برتری، جایی که تأکید بر پیشرفت است، در مقابل رقابت علیه حریفان، جایی که تأکید بر برد است) از عوامل مهم در خودکارآمدی است.

نظریه خودمختاری در این زمینه بیان می‌کند که شایستگی یکی از نیازهای اساسی ورزشکار است و درجه ارضاء آن راهی طولانی در تعیین انگیزش درونی فرد طی می‌کند. بنابراین عوامل روان‌شناختی که انگیزش را تحت تأثیر قرار می‌دهند عبارت اند از ۱) نیاز به شایستگی (احساس خودکارآمدی بالا و اعتماد به نفس)، ۲) نیاز به استقلال (تصمیم‌گیری یا تملک چیزی) و ۳) نیاز به ارتباط (اهمیت دادن به دیگران و اهمیت داشتن برای آنها). لذا اثرگذاری بر هر یک از این عوامل می‌تواند انگیزش درونی را افزایش دهد (احمدی و همکاران، ۲۰۱۴).

همچنین در همین نظریه مفهوم خودمختاری (جایی که ماهیت انتخاب بیشتر درونی است) از تنظیم شناسایی شده شروع شده و خودمختاری در تنظیم یکپارچه افزایش یافته و در نهایت به انگیزش درونی که بیشترین خودمختاری را دارد می‌رسد. لذا در این سه نوع انگیزش احساس "خواستن" بیشتر از احساس "باید" خود را نشان می‌دهد (دسی و رایان، ۲۰۰۸). این مفهوم‌سازی انجام شده توسط نظریه خودمختاری می‌تواند نتایج مطالعه حاضر را تبیین کند.

رابطه بین رفتار کنترلی مربی و انگیزش

در ادامه نشان داده شد که رفتار کنترلی مربی با انگیزش درونی رابطه مثبت و معناداری دارد. نتایج پژوهش حاضر تاحدودی در زمینه نظریه خودمختاری مغایر با نتایج مطالعه اقدسی و احمدی (۲۰۱۳) بود. آنها نشان دادند که رفتار کنترلی مربی با کاهش نیازهای روان‌شناختی همراه است. به نظر می‌رسد این تناقض در نوع ابزارهای سنجش در مفاهیم مورد استفاده است. در این زمینه اهمیت مفاهیم مربوط به رفتارهای کنترلی مربی که توسط ورزشکار درک می‌شود بسیار مهم است. ساختار بررسی شده مطالعه حاضر در زمینه رفتار کنترلی مربی شامل کنترل با استفاده از پاداش نیز می‌شد، لذا نتایج تحلیل همبستگی بین خرده مقیاس‌ها در مطالعه حاضر نشان داد که کنترل با استفاده از پاداش با انگیزش درونی و بیرونی رابطه مثبت و معناداری دارد. به نظر می‌رسد نمره کل رفتار کنترلی مربی بیشتر تحت تأثیر این عامل قرار گرفته است.

مربیان از طریق ارائه بازخورد سازنده نقش مهمی در شکل دادن به انگیزه‌های ورزشکاران دارند. مربی که تقویت مثبت ارائه می‌کند و به ورزشکاران کمک می‌کند تا اهداف واقع بینانه را تعیین کنند، می‌تواند به توسعه انگیزه‌های ورزشکاران کمک کند.

همچنین مطالعات مربوط به پاداش و انگیزه درونی نتایج متناقضی را نشان می‌دهند به طوری که اگرچه اکثر مطالعات رفتاری بیانگر کاهش انگیزش درونی در نتیجه پاداش هستند،

با اینحال به نظر می‌رسد نوع پاداش در این زمینه به عنوان یک متغیر تعدیل کننده عمل می‌کند به طوری که نشان داده شده است پاداش‌های احتمالی[۱] انگیزه درونی را افزایش می‌دهد (گرینفیلد، ۲۰۱۳). این موضوع نیازمند بررسی دقیق‌تر در زمینه ورزشی است.

رابطه بین خودکارآمدی و تحلیل رفتگی

در ادامه نتایج پژوهش حاضر نشان داد که خودکارآمدی با تحلیل رفتگی رابطه منفی و معناداری داشت. نتایج پژوهش حاضر با نتایج کوجاک (۲۰۱۹) همخوانی داشت. آنها نشان دادند که رابطه منفی و قوی بین خودکارآمدی و تحلیل رفتگی والیبالیست‌ها وجود دارد. خودکارآمدی پایین با تحلیل رفتگی زیاد همراه بود. به نظر می‌رسد این رابطه در چندین بعد اتفاق می‌افتد.

افراد با خودکارآمدی پایین ممکن است خود را در انجام موفقیت‌آمیز وظایف یا دستیابی به اهداف کمتر تصور کنند. این ادراک منفی از خود می‌تواند منجر به کاهش حس موفقیت شود، زیرا آنها به توانایی‌های خود برای غلبه بر چالش‌ها و شکست‌ها شک دارند. همچنین همانطور که ملاحظه شد بین خودکارآمدی و انگیزش رابطه مثبتی وجود داشت. لذا با کاهش خودکارآمدی انگیزش نیز کاهش پیدا می‌کند. خودکارآمدی پایین می‌تواند منجر به کاهش انگیزه برای تداوم در مواجهه با مشکلات شود (فومینیخ و همکاران، ۲۰۲۰). این فقدان انگیزه می‌تواند به احساس خستگی عاطفی و فرسودگی منجر شود، زیرا افراد ممکن است احساس کنند تحت فشار قرار گرفته و از خواسته‌ها و فعالیت‌های خود خسته شده‌اند. علاوه‌براین افراد با خودکارآمدی پایین ممکن است هنگام مواجهه با چالش‌ها یا فشار عملکرد، واکنش‌های استرسی شدیدتری را تجربه کنند. این استرس مزمن می‌تواند به خستگی جسمانی کمک کند، زیرا بدن و ذهن برای مقابله با تهدیدها و خواسته‌های درک شده تلاش می‌کنند (لین و همکاران، ۲۰۲۲). درواقع چرخه‌ای از خودکارآمدی پایین، کاهش حس موفقیت، خستگی عاطفی و فیزیکی و فرسودگی می‌تواند یک حلقه بازخورد منفی ایجاد کند. از آنجایی که افراد به دلیل خودکارآمدی پایین، مشکلات و شکست‌هایی را تجربه می‌کنند، سطح اعتماد به نفس و انرژی آن‌ها ممکن است کاهش بیشتری پیدا کند و در طول زمان منجر به بدتر شدن علائم شود.

در نهایت مدل شناختی عاطفی تحلیل رفتگی اسمیت نشان داده است که توانمندی در راهبردهای مقابله‌ای می‌تواند منجر به کاهش تحلیل رفتگی شود. افراد با خودکارآمدی پایین ممکن است راهبردهای مقابله‌ای مؤثرتری برای مدیریت استرس، چالش‌ها و شکست‌ها نداشته باشند. این فقدان مکانیسم‌های مقابله‌ای انطباقی می‌تواند به ایجاد خستگی عاطفی و فیزیکی و همچنین فرسودگی شغلی در مواجهه با ناملایمات کمک کند (موئن و همکاران، ۲۰۱۷).

رابطه بین تحلیل رفتگی و انگیزش

تحلیل رفتگی با بی‌انگیزگی و انگیزش بیرونی رابطه مثبت و معناداری نشان داد. نتایج مطالعه حاضر با نتایج دفرانسیسکو و همکاران (۲۰۲۰) همخوانی داشت. آنها نشان دادند که پاداش یا تنبیه می‌تواند احساس فشار عملکرد را برای ورزشکاران ایجاد کند. این فشار برای عملکرد می‌تواند منجر به افزایش استرس و اضطراب شود و بر احساس موفقیت و رفاه کلی ورزشکاران تأثیر بگذارد. در نتیجه، افراد ممکن است کاهش در احساس موفقیت را تجربه کنند، زیرا آنها به دنبال اهدافی نیستند که شخصاً معنادار یا با ارزش هستند. همچنین اشکال بیرونی انگیزه، مانند پاداش یا به رسمیت شناختن دیگران، ممکن است مانند پیگیری اهدافی که با ارزش‌ها یا علایق شخصی همسو نیستند، ارزش و رضایت درونی را فراهم نکنند و منجر به تحلیل رفتگی شوند. همچنین تکیه بر منابع خارجی انگیزه می‌تواند منجر به احساس خستگی عاطفی و فیزیکی شود، زیرا افراد ممکن است احساس کنند مجبور به برآورده کردن انتظارات یا خواسته‌های بیرونی هستند که منجر به فشار، استرس و تحلیل رفتگی می‌شود. این امر به ویژه زمانی می‌تواند مضر باشد که افراد استقلال یا کنترلی بر اعمال خود نداشته باشند، زیرا ممکن

[۱] contingent rewards .

است به دلیل نیاز دائمی به انجام الزامات بیرونی احساس غرق شدن و تحلیل رفتگی کنند (دفرانسیسکو و همکاران، ۲۰۲۰). هولمبرگ و شرایدن (۲۰۱۳) عنوان کردند که انگیزه‌های بیرونی می‌توانند احساس استقلال، شایستگی و وابستگی افراد را تضعیف کنند که مؤلفه‌های کلیدی تئوری خودتعیینی هستند. هنگامی که افراد احساس می‌کنند تحت کنترل یا تحت فشار عوامل خارجی قرار می‌گیرند، ممکن است به دلیل فقدان انگیزه و رضایت درونی در فعالیت‌های خود، کاهش رفاه و خطر بالاتر فرسودگی را تجربه کنند. همچنین فقدان مالکیت شخصی می‌تواند منجر به کاهش احساس موفقیت شخصی شود، زیرا ممکن است افراد در اعمال خود احساس اختیار یا موفقیت نداشته باشند (هولمبرگ و شرایدن، ۲۰۱۳).

رابطه بین تحلیل رفتگی و رفتار کنترلی مربی

در نهایت تحلیل رفتگی با کنترل شخصی بیش از اندازه و حس مورد قضاوت قرار گرفتن در تیم همراه بود. نتایج مطالعه حاضر با نتایج بارسزا رنر و همکاران (۲۰۱۶) همخوانی داشت. این موضوع با مدل توانمندسازی تحلیل رفتگی همخوانی دارد. این مدل پدیده‌ای اجتماعی است که در مجموعه‌ای از ارتباطات اجتماعی ساخته شده و در آن به ورزشکاران جوان قدرت و اختیار داده نمی‌شود تا اینکه ورزشکار تشخیص می‌دهد که مشارکت ورزشی برای او یک موضوع بی‌پایان بوده و آنها هیچ کنترلی روی بخش‌های مهم دیگر زندگی خود ندارند (گریم، ۲۰۱۲). هنگامی که تجربه ورزشی خیلی سخت‌گیرانه است یا سازمان‌های اجتماعی ورزشی به قدری سخت‌گیر و انعطاف‌ناپذیر هستند که ورزشکار قادر به توسعه یک ماهیت مجزا و مطلوب از ورزش نیست، ورزشکار بیشتر در جستجوی این است تا خودش را از ورزش جدا کند (عبدلی و زمانی ثانی، ۲۰۱۲).

همچنین هنگامی که مربیان کنترل بیش از حد بر ورزشکاران اعمال می‌کنند، استقلال و توانایی ورزشکاران را در تصمیم‌گیری برای خود محدود می‌کنند. این می تواند منجر به احساس درماندگی و ناتوانی شود و به تحلیل رفتگی منجر شود (گوستاوسون و همکاران، ۲۰۱۸).

علاوه‌براین مربیانی که کنترل بالایی دارند ممکن است استانداردها و انتظارات غیرواقعی را برای ورزشکاران خود تعیین کنند که منجر به فشار مداوم برای عملکرد می‌شود. ورزشکاران ممکن است در تلاش برای برآورده کردن این خواسته‌ها احساس فشار و استرس کنند که در نهایت منجر به تحلیل رفتگی می‌شود (عبدلی و زمانی ثانی، ۲۰۱۲).

مدل شناختی عاطفی تحلیل رفتگی اسمیت بیان می‌کند مربیانی که رفتارهای کنترلی مانند قضاوتی بودن و بی‌ارزش کردن ورزشکاران در بین هم‌تیمی‌ها را از خود نشان می‌دهند، مهارت‌های ارتباطی ضعیفی داشته و نسبت به نیازهای ورزشکاران خود همدلی ندارند. این عدم حمایت و درک می‌تواند به احساس انزوا و خستگی عاطفی و در نهایت واماندگی هیجانی و جسمانی منجر شود (موئن و همکاران، ۲۰۱۷).

در مدل تحلیل مسیر نیز نشان داده شد که بی‌انگیزگی مهمترین عامل در پیش‌بینی تحلیل رفتگی است. نتایج مطالعه حاضر با نتایج آریانی (۲۰۱۷) همخوانی داشت. او نیز نشان داد که در پیوستار انگیزش، بی‌انگیزگی مهمترین عامل پیش‌بینی‌کننده تحلیل‌رفتگی دانش‌آموزان در زمینه تحصیل است.

اگرچه نتایج مطالعه حاضر در بررسی رابطه بین متغیرهای پژوهش توانست به سوالات موجود پاسخ دهد، با اینحال ماهیت گذشته‌نگر بودن مطالعه توانایی تعمیم‌پذیری آن را کاهش می‌دهد. همچنین استفاده از روش پرسشنامه‌ای که به صورت خودگزارشی بوده است، می‌تواند در سوگیری اجتماعی نتایج به سمت مثبت تأثیرگذار باشد. علاوه‌براین جنسیت ورزشکاران در این پروژه تفکیک نشده بود. به نظر می‌رسد با توجه به اهمیت موضوع علی‌الخصوص زمینه تفاوت‌های احتمالی خودکارآمدی در زنان و مردان ورزشکار می‌تواند در مطالعات آتی مورد بررسی قرار گیرد.

ملاحظات اخلاقی: مطالعه حاضر برگرفته از رساله دکتری در رشته رفتار حرکتی است که دارای مصوبه کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه تبریز است.

References

1. Abdoli, B., & Zamani Sani, S.H. (2013). Psychological burnout in sport. *Sport Sciences Research Institute of Iran Publication*. In Persian
2. Adnan, M. A. J., Tabassum, Y., Sattar, S., Hussein, H., & Butt, M. Z. I. (2021). Coaching behavior, motivation and psychological well-being in young athletes. PalArch's *Journal of Archaeology of Egypt/Egyptology*, 18(10), 979-989. In Persian
3. Aghdasi, M. T., & Ahmadi, A. (2016). Relationship among Controlling Coach Behaviors, Psychological Needs Thwarting, Sport Devaluation and Intention to Continue Sport Participation in Adolescent Athletes. *Sport Psychology Studies*, 5(17), 57-70. In Persian https://doi.org/10.22089/spsyj.2016.744
4. Ahmadi, N., Abdoli, B., & Ariafar, M. (2014). Psychometric Properties of Persian Version of the Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) in Athletes. *Sport Psychology Studies*, 3(9), 102-93. In Persian
5. Ahmadi, N., Abdoli, B., & Rezvani, M. (2017). Psychometric Properties of Persian Version of the Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ). *Sport Psychology Studies*, 6(22), 31-46. In Persian https://doi.org/10.22089/spsyj.2016.825
6. Altahayneh, Z. L. (2013). The relationship between perceived coaches' leadership behaviors and athletes' burnout in Jordan. *International journal of academic research*, 5(1): 60-65.
7. Arbab, B., VaezMousavi, M., Nasri, S., & Nasiri, E. (2019). Validity and reliability of the Persian version of Controlling Coach Behaviors Scale (CCBS). J*ournal of Sports Psychology*, 11(2), 93-110. In Persian https://doi.org/10.29252/mbsp.4.2.93
8. Ariani, D. (2017). Why am I burnout and engaged? The role of motivation and personality. *Journal of Psychological and Educational Research (JPER)*, 25(2), 61-89.
9. Barcza-Renner, K., Eklund, R. C., Morin, A. J., & Habeeb, C. M. (2016). Controlling coaching behaviors and athlete burnout: Investigating the mediating roles of perfectionism and motivation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 38(1), 30-44.
10. Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., & Thøgersen-Ntoumani, C. (2010). The controlling interpersonal style in a coaching context: Development and initial validation of a psychometric scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 32(2), 193-216 .
11. Blecharz, J., Luszczynska, A., Tenenbaum, G., Scholz, U., & Cieslak, R. (2014). Self-efficacy moderates but collective efficacy mediates between motivational climate and athletes' well-being. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 6(3), 280-299. https://psycnet.apa.org/record/2014-46784-001
12. Chowdhury, M. S., & Shahabuddin, A. M. (2007). Self-Efficacy, Motivation and Their Relationship to Academic Performance of Bangladesh College Students. *College Quarterly*, 10(1), 1-9.
13. Darawad, M.W., Hamdan-Mansour, A.M., Khalil, A.A., Arabiat, D., Samarkandi, O.A., Alhussami, M. (2018). Exercise self-efficacy scale: validation of the Arabic version among Jordanians with chronic diseases. *Clin Nurs Res*, 27(7):890-906. http://dx.doi.org/10.1177/1054773816683504
14. De Francisco, C., Sánchez-Romero, E. I., Vilchez Conesa, M. D. P., & Arce, C. (2020). Basic psychological needs, burnout and engagement in sport: The mediating role of motivation regulation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(14), 4941. https://doi.org/10.3390/ijerph17144941
15. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macro theory of human motivation, development, and health. *Canadian psychology*, 49(3), 182. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0012801
16. Feltz, D. L., Short, S. E., & Sullivan, P. J. (2008). *Self-efficacy in sport*. Human Kinetics.
17. Fominykh, A. Y., & Kornienko, D. (2020). Association between athletes self-efficacy, emotional regulation and sports achievements. In T. Martsinkovskaya, & V. Orestova (Eds.), Psychology of Personality: Real and Virtual Context, vol 94. European Proceedings of Social and Behavioural Sciences (pp. 252-259). European Publisher.
18. Fransen, K., McEwan, D., & Sarkar, M. (2020). The impact of identity leadership on team functioning and well-being in team sport: Is psychological safety the missing link? *Psychology of Sport and Exercise*, 51, 101763. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101763

19. Gearity B, Murray MA. (2011). Athletes' experiences of psychological effects of poor coaching. *Psychology of Sport and Exercise*, 12: 213-221. https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.psychsport.2010.11.004
20. Greenfield, J. D. (2013). The Effects of Locus of Control and Challenges on the Relationship between Contingent Rewards and Intrinsic Motivation. PhD thesis. The Chicago School of Professional Psychology.
21. Grimm, C. (2012). Leadership, empowerment, and burnout in female team-sport athletes. PhD thesis. Alliant International University.
22. Groenewal, P. H., Putrino, D., & Norman, M. R. (2021). Burnout and Motivation in Sport. *The Psychiatric Clinics of North America*, 44(3), 359-372. https://doi.org/10.1016/j.psc.2021.04.008
23. Gustafsson, H., Madigan, D. J., & Lundkvist, E. (2018). Burnout in athletes. *Handbuch stress regulation und sport*, 489-504.
24. Havitz, M. E., Kaczynski, A. T., & Mannell, R. C. (2013). Exploring relationships between physical activity, leisure involvement, self-efficacy, and motivation via participant segmentation. *Leisure Sciences*, 35(1), 45-62. https://psycnet.apa.org/doi/10.1080/01490400.2013.739890
25. Hays K, Maynard I, Thomas O, Bawden M. (2007). Sources and types of confidence identified by world class sport performers. *Journal of applied sport psychology*, 4(19): 434- 456. https://doi.org/10.1080/10413200701599173
26. Holmberg, P. M., & Sheridan, D. A. (2013). Self-determined motivation as a predictor of burnout among college athletes. The Sport Psychologist, 27(2), 177-187. https://psycnet.apa.org/doi/10.1123/tsp.27.2.177
27. Horn TS. (2008). Coaching effectiveness in the sport domain, In T.S. Horn (Ed). Advances in sport psychology, Champing, IL: Human kinetics, 355 - 309.
28. Keegan, R. J., Harwood, C., Spray, C. M., & Lavallee, D. (2010). From 'motivational climate to 'motivational atmosphere': A review of research examining the social and environmental influences on athlete motivation in sport. In B.D. Geranto (Ed.), *Sports Psychology*. New York: Nova Science.
29. Kelly BR, Robert C, Eklund Alexandre JS, Morin C. (2016). Controlling Coaching Behaviours and Athlete Burnout: Investigating the Mediating Roles of Perfectionism and Motivation. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 44:30-38.
30. Koçak, Ç. V. (2019). The relationship between self-efficacy and athlete burnout in elite volleyball players. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, (5), 231-238. https://doi.org/10.15561/18189172.2019.0504
31. Kroll, T., Kehn, M., Ho, P. S., & Groah, S. (2007). The SCI exercise self-efficacy scale (ESES): development and psychometric properties. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 4, 1-6.
32. Lin, C. H., Lu, F. J., Chen, T. W., & Hsu, Y. (2022). Relationship between athlete stress and burnout: a systematic review and meta-analysis. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 20(5), 1295-1315. https://psycnet.apa.org/doi/10.1080/1612197X.2021.1987503
33. Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, E. A. (2008). The Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ): Instrument development and initial validity evidence. *Journal of sport and exercise psychology*, 30(3), 323-355.
34. Mageau GA, Vallerand RJ. (2003). The coach–athlete relationship: A motivational model. *Journal of sports science*, 11(21): 883- 904. https://doi.org/10.1080/0264041031000140374
35. Moen, F., Giske, R., & Høigaard, R. (2015). Coaches' perceptions of how coaching behavior affects athletes: an analysis of their position on basic assumptions in the coaching role. *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*, 11(1): 180-199.
36. Moen, F., Myhre, K., Klöckner, C. A., Gausen, K., & Sandbakk, Ø. (2017). Physical, affective and psychological determinants of athlete burnout. *Sport Journal*, 1, 1-14.
37. Mouloud, K., & Elkader, B. (2016). Self-efficacy and achievement motivation among football player. *The Swedish Journal of Scientific Research*, 3(11), 13-19.
38. Raedeke, T. D., & Smith, A. L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. Journal of sport and exercise psychology, 23(4), 281-306. https://psycnet.apa.org/doi/10.1123/jsep.23.4.281

39. Rogowska, A. M., Tataruch, R., Niedźwiecki, K., & Wojciechowska-Maszkowska, B. (2022). The mediating role of self-efficacy in the relationship between approach motivational system and sports success among elite speed skating athletes and physical education students. *International journal of environmental research and public health*, 19(5), 2899.
40. Wachsmuth, S., & Jowett, S. (2020). Conflict and communication in coach–athlete relationships. In The Routledge international encyclopedia of sport and exercise psychology (pp. 192-212). Routledge.
41. Weinberg, R. S., & Gould, D. (2023). Foundations of sport and exercise psychology. Human kinetics.
42. Yılmaz, T., Yiğit, Ş., Dalbudak, İ., & Acar, E. (2020). Investigation of university students' self-efficacy and sport specific success motivation levels. *Turkish Studies (Elektronik)*. 21150 2126. https://doi.org/10.20448/journal.522.2019.51.56.62