

## بررسی ارتباط سبک حمایتی - استقلالی مربیان با رابطه مربی - ورزشکار در ورزشکاران نوجوان شهر کرمانشاه

بهرام یوسفی<sup>۱</sup>، همایون عباسی<sup>۲</sup>، مهین صیادی<sup>۳</sup>، کامران عیدی پور<sup>۴</sup>\*

۱- دانشیار، مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی، دانشگاه رازی، ۲- استادیار، مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی، دانشگاه رازی

۳- کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی، دانشگاه رازی ۴- دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه رازی

تاریخ دریافت: ۱۳۹۴/۰۷/۱۱ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۴/۰۹/۱۹

## The Correlation between the Coach Autonomy-Supportive Behaviors with the Coach-Athlete Relationship in adolescent athletes of Kermanshah city Bahram Yousefi<sup>1</sup>, Homayoun Abbasi<sup>2</sup>, Fatemeh Sayadi<sup>3</sup>, Kamran Eydipour<sup>4\*</sup>

1- Associate Professor, Razi University 2- Assistant Professor, Razi University

3- Assistant Professor, Razi University 4- Ph. D. Student in Sport Management, Razi University

Received: (2015/04/08)

Accepted: (2015/08/05)

### Abstract

The aim of the present study was to assess associate between coaches Autonomy-Supportive Behaviors with the Coach-Athlete Relationship in adolescent athletes. Participants were 300 male athletes with mean of age (16.40±1.92) which be selected randomly-startified of adolescent athletes in Kermanshah, and completed coach-athlete relationship questionnaire (Jowett & Ntoumanis, 2003) and perceived autonomy support scale for exercise settings (Hagger et al, 2007). For data analysis, was used descriptive and inferential statistics (pierson correlation test Regression analysis) in significance level of P<0.01. Pierson correlation coefficient showed a significant Positive correlation between coach Autonomy-Supportive Behaviors with the coach-athlete relationship. Regression analysis revealed ability to prevision of Closeness, commitment, and Complementarity components by coach Autonomy-Supportive Behaviors. Based on the results of the present study it can be concluded When coaches use of autonomy supportive leadership style, closeness, commitment, and Complementarity between coaches and athletes will increase.supportive leadership style, closeness, commitment, and Complementarity between coaches and athletes will increase.

### Keywords

coach-athlete relationship, Fear of Failure, adolescent athletes

### چکیده

هدف از انجام این تحقیق بررسی ارتباط بین سبک حمایتی استقلالی مربیان با رابطه مربی - ورزشکار در ورزشکاران نوجوان شهر کرمانشاه بود. شرکت کنندگان این تحقیق شامل ۳۰۰ ورزشکار پسر با میانگین سن (۱۶/۴۰±۱/۹۲) بودند که بطور تصادفی - طبقه‌ای از میان ورزشکاران نوجوان شهر کرمانشاه، انتخاب شدند و پرسشنامه‌های رابطه مربی - ورزشکار (CART-Q) جووت و تومانیز (۲۰۰۳) و ادراک رفتارهای حمایتی - استقلالی مربیان در زمینه ورزش (PASSES) هاگر و همکاران (۲۰۰۷) را تکمیل کردند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی و استنباطی (ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندمتغیره) در سطح معنی‌داری  $p < 0.01$  استفاده شد. ضریب همبستگی پیرسون نشان‌دهنده ارتباط مثبت و معنی‌دار سبک حمایتی استقلالی مربیان با رابطه مربی - ورزشکار در ورزشکاران بود و تحلیل رگرسیونی نیز قابلیت پیش‌بینی مؤلفه‌های رابطه مربی - ورزشکار را از طریق سبک حمایتی استقلالی مربیان آشکار ساخت. بر مبنای یافته‌های تحقیق حاضر می‌توان نتیجه گرفت هنگامی که مربیان از سبک رهبری حمایتی استقلالی استفاده می‌کنند نزدیکی و صمیمیت، تعهد، حمایت و همکاری بین مربیان و ورزشکاران افزایش می‌یابد، بنابراین پیشنهاد می‌شود که مربیان به دنبال بهبود ارتباط خود با ورزشکارانشان باشند.

### واژه‌های کلیدی

سبک حمایتی استقلالی، رابطه مربی - ورزشکار، ورزشکاران نوجوان

\* نویسنده مسئول: کامران عیدی پور

\*Corresponding Author: Kamran Eydipour

E-mail: eidipour\_kamran@yahoo.com

## مقدمه

انجام موفقیت آمیز هر کار گروهی مستلزم مدیریت صحیح و کارآمد است. افراد به منظور دست یابی به اهداف گروهی به مدیر یا رهبر نیاز دارند. این فرد باید مهارت ها و ویژگی های لازم را برای رهبری گروه داشته باشد تا بتواند اعضای گروه را به سمت هدف مورد نظر هدایت کند. در موقعیت های ورزشی این نقش را مربی بر عهده دارد (۲). مربیان جایگاه والایی در برنامه های ورزشی دارند و نقش آنان به حدی مهم است که محور اصلی و سکاندار تیم های ورزشی تلقی می شوند (۱). یکی از ابعاد مهم در تصمیم گیری مربیان، انتخاب سبک و شیوه مربیگری است. این که مربی چگونه تصمیم می گیرد، کدام مهارت ها و استراتژی ها را آموزش می دهد، چگونه تمرین و مسابقه را سازماندهی می کند، از چه روش هایی برای ایجاد نظم و انضباط تیمی استفاده می کند و از همه مهم تر، در تصمیم گیری ها چه نقشی برای ورزشکاران در نظر می گیرد (۵). رفتار رهبری مربیگری به کلیه رفتارهایی گفته می شود که مربی به منظور هدایت تیم و بازیکنان در پیش می گیرد. تحقیقات نشان می دهد رهبری مؤثر مربیان باعث افزایش اعتماد به نفس، انگیزه پیشرفت و خودکارآمدی بازیکنان می شود. به طور خاص، سبک یک مربی اغلب به طور مستقیم یا غیر مستقیم بر مشارکت، انگیزه و پیشرفت جوانان تأثیر می گذارد (۴).

ماگنو و والرند<sup>۱</sup> (۲۰۰۳) یکی از جدیدترین نظریه ها در زمینه رفتار رهبری مربیان یعنی رفتار حمایتی- استقلال را معرفی کردند. رفتار حمایتی - استقلال به رفتارهایی گفته می شود که در آن فردی که در موضع قدرت قرار دارد، در حالی که استفاده از فشار و دستور را به حداقل می رساند، از عقیده دیگران بهره می گیرد و با در نظر گرفتن احساسات آن ها، اطلاعات مناسب و فرصت های انتخاب را برای آنها فراهم می آورد (۱۶). هنگامی که افراد مهم مانند معلمان و مربیان (فردی که در مقام رهبری قرار دارد) رفتارهایی را نشان می دهند که از استقلال افراد حمایت می کند (به عنوان مثال، نظر خواهی از افراد و مجهز کردن آنها با اطلاعات مربوطه و دادن فرصت انتخاب به آنان)، این افراد سطوح بالاتری از استقلال را نسبت به انجام تکالیف تجربه می کنند و نیز از لذت بیشتر و شادابی پایداری برخوردار می شوند (۷). هاگر و چاتزیسارانتیس<sup>۲</sup> (۲۰۰۷) بیان کردند در محیط های حمایتی-

استقلالی، فشار برای انتخاب یک رفتار خاص به حداقل می رسد و افراد تشویق می شوند که کارهایشان را بر پایه اهداف و ارزش های خود دنبال کنند (۹). مربی در قالب رفتارهای حمایتی -استقلالی به بازیکن استقلال می دهد و فرصتی را برای انتخاب و شرکت در تصمیم گیری برای وی فراهم می آورد، در حالی که از کمترین فشار و اجبار استفاده می شود. رفتار حمایتی - استقلال به عنوان یکی از انواع رفتارهای ارتباطی مربی با ورزشکار، رابطه زیادی با بهره مندی از فرصت های ورزشی دارد (۱۷).

یک رابطه کلیدی در حوزه ورزش رابطه بین مربیان و ورزشکاران است. این رابطه نقش مهمی در پیشرفت اجتماعی و ورزشی ورزشکاران جوان بازی می کند (۸). جووت و تومانیز<sup>۳</sup> (۲۰۰۴) ارتباط مربی- ورزشکار را اساس و شالوده فرآیند مربیگری معرفی کرد ماهیت این ارتباط تعیین کننده انگیزش، رضایت، اعتماد به نفس و عملکرد ورزشکار است. در طی سی سال گذشته، پژوهش های ادراکی و تجربی زیادی مسائل مربوط به رهبری مربی و رفتار مربی را مورد بررسی قرار داده اند و توجه کمتری به ماهیت روابط میان فردی بین مربیان و ورزشکاران شده است (۱۲). به تازگی، روان شناسان ورزشی یک علاقه رو به رشد در مسائل ارتباطی در ورزش با اشاره خاص به زوج مربی- ورزشکار بیان کرده اند. این موج از پژوهش ممکن است به دلیل باز شناختن این امر باشد که رابطه مربی- ورزشکار مقدمه تعیین کننده از عملکرد بهینه ورزشکاران است (۱۴). بر اساس نظریه وابستگی متقابل، مفهوم ارتباط مربی و ورزشکار به عنوان وضعیتی تعریف شده است که در آن احساسات، افکار و رفتارهای مربیان و ورزشکاران متقابلاً و به طور علی بهم پیوسته هستند (۱۱).

تلاش های اخیر توسط جووت و تومانیز (۲۰۰۳) بر روی توسعه و اعتبار اندازه گیری ای که مؤلفه های کیفیت رابطه مربی- ورزشکار را ارزیابی می کند، متمرکز شده بود. جووت و تومانیز پرسشنامه ارتباط مربی و ورزشکار (CART-Q)<sup>۴</sup> برای اندازه گیری اجزای اصلی رابطه، یعنی نزدیکی و صمیمیت، تعهد و مکمل در زوج مربی- ورزشکار را توسعه دادند و اعتبارسازی کردند. در واقع آن ها در تلاش برای بررسی ماهیت رابطه مربی و ورزشکار در یک روش سیستماتیک، مؤلفه های بین فردی نزدیکی و صمیمیت، تعهد و مکمل را به کار بردند تا به ترتیب احساسات، ادراک و رفتار

3. Jowett, Ntoumanis  
4. the Coach-Athlete Relationship Questionnaire

1. Mageau & Vallerand  
2. Hagger, Chatzisarantis

مربی از طریق ارضای این نیازها به عنوان میانجی بر انگیزش دانش آموزان اثر دارد (۲۲). ماگائو و والراند (۲۰۰۳) در تحقیق خود با هدف ارائه یک مدل انگیزشی از رابطه مربی - ورزشکار بیان می کنند که رفتار مربیان در قالب رفتارهای حمایتی استقلالی تأثیر سودمندی بر نیازهای ورزشکاران برای استقلال، شایستگی و ارتباط دارد که به نوبه خود، انگیزش درونی ورزشکاران و انواع خود مختاری از انگیزه بیرونی را پرورش می دهد (۱۶). زردشتیان و همکاران (۱۳۹۱) در تحقیق خود با عنوان "ارتباط رفتارهای حمایتی - خودپیروی مربیان با انگیزش خودمختاری و تعهد ورزشی بازیکنان نخبه لیگ هندبال" نشان دادند که رفتارهای حمایتی - خودپیروی با انگیزش درونی، انگیزش بیرونی و تعهد ورزشی بازیکنان ارتباط مثبت و معنی دار و با بی انگیزگی بازیکنان همبستگی منفی و معنی داری دارد. در نتیجه رفتارهای حمایتی -

خودپیروی پیش بینی کننده انگیزش و تعهد ورزشی بازیکنان است (۳). نوروزی و همکاران (۱۳۹۰) در تحقیق خود ارتباط رفتارهای حمایتی - استقلالی مربیان با تعهد ورزشی شمشیربازان نخبه ایران را سنجیدند. تجزیه و تحلیل داده ها نشان داد که بین رفتارهای حمایتی - استقلالی مربیان و تعهد ورزشی رابطه معنی داری وجود دارد. همچنین در میزان رفتار حمایتی - استقلالی مربیان و تعهد ورزشی در تیم های موفق و ناموفق تفاوت معنی داری وجود دارد به این گونه که مربیان تیم های موفق در مقایسه با تیم های ناموفق بیشتر از رفتار حمایتی - استقلالی استفاده می کنند (۶).

بررسی رابطه بین مربیان و ورزشکاران بسیاری از مشکلات بین ورزشکاران و مربیان در تیم ها و باشگاه های ورزشی را حل می کند و به بسیاری از سوالات مطرح شده در این باره پاسخ می گوید و گامی مثبت در بهبود ورزش کشور خواهد بود به همین دلیل مطالعات زیادی، بر اهمیت ارتباط مؤثر بین مربی و بازیکن تأکید دارند، به طوری که کیفیت این ارتباط عامل تعیین کننده مهمی در ارتقای عملکرد ورزشکار است (۲۰). بر اساس نتایج تحقیقات ذکر شده می توان اذعان داشت که سبک رهبری و رابطه مربی - ورزشکار از عوامل حیاتی برای موفقیت در عرصه ورزش است و عدم استفاده از سبک رهبری مناسب در مربیگری تیم های ورزشی و رابطه مربی - ورزشکار می تواند منجر به عملکرد ضعیف تیم و نهایتاً شکست آن گردد. لذا شناخت سبک هایی که بتواند موجب رابطه مربی - ورزشکار مؤثرتر گردد از اهمیت ویژه ای برخوردار است. از این رو، این پژوهش به دنبال پاسخگویی به این پرسش است که سبک رهبری حمایتی استقلالی چه

مربیان و ورزشکاران را منعکس کنند. در واقع، روابط بین مربی - ورزشکار از سه عامل تعهد، نزدیکی / صمیمیت و تکمیلی/مکمل تشکیل شده است (۱۳). مؤلفه های نزدیکی و صمیمیت، تعهد و مکمل به طور مستقل برای بررسی روابط و رفتارهای بین دو فرد استفاده شده است. جووت و همکارانش این سازه ها را در یک مدل واحد به طوری که احساسات، شناخت و رفتار مربیان و ورزشکاران با هم مورد بررسی قرار گیرد، گنجانند. نزدیکی و صمیمیت به عنوان مفاهیم عاطفی که مربی و ورزشکار به رابطه خود اختصاص می دهند، تعریف شده است (به عنوان مثال، احترام، اعتماد، علاقه). تعهد نشان دهنده عنصر شناختی رابطه است و به عنوان تمایل مربیان و ورزشکاران به ادامه ارتباط در آینده تعریف می شود. از جنبه رفتاری، مکمل به رفتارهای همکاری بین اعضا اشاره می کند (۲۱).

لافرنیر و همکاران (۲۰۱۱) در پژوهش خود نشان دادند که رفتارهای کنترلی و استقلالی حمایتی مربیان به نوبه خود کیفیت ارتباط مربی ورزشکار را تحت تأثیر قرار می دهد. نتایج تحقیق آنان نشان داد که ارتباط مثبت و معناداری بی رفتار حمایتی استقلالی مربیان با ابعاد رابطه مربی ورزشکار وجود دارد (۱۴). فیلیپ و همکاران (۲۰۱۱)، در تحقیقی با عنوان "از معلمی تا دوستی: تکامل ماهیت رابطه مربی - ورزشکار"، بر این نکته تأکید کردند که تکامل رابطه مربی و ورزشکار برای رشد شخصی ورزشکار، قدرت ذهنی و پیشرفت ورزشی او سودمند است. یافته های آن ها نشان می دهد که نقش های مربیان با گذشت زمان از سبک رهبری استبدادی به نقش های حمایتی تکامل یافته که این امر به ورزشکاران آزادی و انعطاف پذیری بیشتر می دهد (۱۹). المپیو و همکاران (۲۰۰۸) در تحقیق خود نشان دادند که رابطه مربی - ورزشکار بر انگیزش ورزشکاران شرکت کننده در تیم های ورزشی اثرگذار است (۱۸). هاگر و همکاران (۲۰۱۰) در نتیجه تحقیق خود، شواهدی را فراهم آوردند که نشان می داد رفتارهای حمایتی - استقلالی مربیان بر انگیزش افراد در کلاس تربیت بدنی و ورزش اثرگذار است (۱۰). استاندیج و همکاران (۲۰۰۶) با مطالعه ای که در کلاس تربیت بدنی انجام دادند به این نتیجه رسیدند که درک دانش آموزان از رفتار حمایتی مربی به طور مثبت درک استقلال، شایستگی و پیوستگی آنان را پیش بینی می کند. ضمن اینکه دریافتند رفتار حمایتی

تأثیری بر روی رابطه مربی- ورزشکار (نزدیکی و صمیمیت، تعهد، مکمل) در نوجوانان ورزشکار خواهد داشت؟

### مواد و روش‌ها

تحقیق حاضر از نوع تحقیقات توصیفی همبستگی است که به بررسی ارتباط سبک رهبری حمایتی استقلال با کیفیت رابطه مربی- ورزشکار در میان ورزشکاران نوجوان می پردازد. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه ورزشکاران نوجوان پسر شرکت-کننده در رشته های ورزشی تیمی و انفرادی شهر کرمانشاه، به تعداد ۷۶۰ نفر که به صورت رسمی و در سطح قهرمانی فعالیت داشتند، می باشد. تعداد نمونه آماری پژوهش، بر اساس جدول مورگان ۳۰۰ نفر تعیین شد که با توجه به دسته بندی ورزش های تیمی (والیبال، بسکتبال، هندبال، فوتبال، هاکی) و انفرادی (ووشو، کاراته، تکواندو، بوکس، قایقرانی، دو میدانی)، از روش تصادفی- طبقه ای استفاده شد.

به منظور جمع آوری اطلاعات از دو پرسشنامه به شرح زیر استفاده شد:

الف) پرسشنامه رابطه بین مربی - ورزشکار (CART-Q) (جووت و تومانیس (۲۰۰۳) تدوین کرده اند که شامل ۱۳ سوال و سه خرده مقیاس نزدیکی و صمیمی، تعهد و مکمل بودن می باشد.

ب) پرسشنامه ادراک رفتارهای حمایتی- استقلال مربیان در زمینه ورزش. (PASSES)<sup>۱</sup> این پرسشنامه توسط هاگر و همکاران<sup>۲</sup> (۲۰۰۷) توسعه و اعتباریابی شده و دارای شش سؤال است.

در مطالعات انجام شده توسط هاگر و همکاران (۲۰۰۷) و ژلت و همکاران<sup>۳</sup> (۲۰۰۸)، آلفای کرونباخ پرسشنامه ادراک رفتارهای حمایتی- استقلال مربیان را به ترتیب ۰/۸۲ و ۰/۹۱ گزارش نموده اند. بال زاده و همکاران (۱۳۹۰) نیز نشان دادند که پرسشنامه رابطه مربی- ورزشکار از پایایی و ضریب روایی ملاک هم زمان بسیار بالایی برخوردار است.

به منظور تعیین پایایی پرسشنامه های مذکور در جامعه آماری تحقیق، در یک مطالعه مقدماتی ۱۵۰ پرسشنامه بین ورزشکاران رشته های تیمی و انفرادی توزیع شد که نتایج آزمون آلفای کرونباخ برای پرسشنامه ارتباط بین مربی -

ورزشکار (۸۷) و برای پرسشنامه سبک حمایتی استقلال (۸۴) گزارش شد؛ این نتایج نشان دهنده پایایی مطلوب پرسشنامه ها برای جمع آوری اطلاعات مرتبط با تحقیق بود. روایی پرسش نامه ها نیز توسط جمعی از اساتید مدیریت ورزشی مورد تایید قرار گرفت. جهت انجام این تحقیق از روش های آمار توصیفی (میانگین، انحراف استاندارد، جداول) و آمار استنباطی (آزمون ضریب همبستگی پیرسون جهت تعیین ارتباط بین متغیرها و برای پیش بینی سهم و نقش متغیر پیش بین بر متغیر ملاک از رگرسیون چند متغیره) استفاده شد. عملیات آماری از طریق نرم افزار SPSS 20 انجام گرفت و داده ها در سطح معنی داری ( $P < 0/01$ ) تجزیه و تحلیل شدند.

### اطلاعات و داده‌ها

بر اساس نتایج پژوهش، میانگین سنی ۱۶/۴۰ و سابقه کار با مربی فعلی ۳/۳۹ برای ورزشکاران گزارش شد. جدول ۱، میانگین و انحراف معیار متغیرهای تحقیق را نشان می دهد.

متغیر	دامنه امتیاز	میانگین	انحراف معیار
صمیمیت	۱-۷	۶/۳۱	۰/۸۵
تعهد	۱-۷	۶/۳۰	۰/۷۶
مکمل	۱-۷	۶/۱۵	۰/۷۹
سبک حمایتی استقلال	۱-۷	۶/۲۴	۰/۸۶

جدول ۲، ضریب همبستگی بین متغیرهای تحقیق را نشان می دهد که سطح معنی داری تمامی شاخص ها کمتر از  $\alpha = 0/01$  می باشد. بر این اساس، رابطه ی مثبت معنی داری بین تمامی شاخص های ارتباط مربی- ورزشکار با سبک حمایتی استقلال و نیز ارتباط مثبت معنی داری بین متغیرهای صمیمیت، تعهد و مکمل وجود دارد.

جدول ۳ میزان ضریب تعیین رفتار استقلال- حمایتی را نشان می دهد. ضریب همبستگی بین متغیر رفتار استقلال- حمایتی با ارتباط مربی- ورزشکار معادل ضریب تعیین ۰/۳۸ است که نشان می دهد؛ ابعاد رفتار استقلال- حمایتی به طور کلی توانسته اند، از ۰/۳۸ تغییرات ارتباط مربی- ورزشکار را تبیین کنند.

1. perceived autonomy support scale for exercise settings (PASSES)
2. Hagger, Nikos, Chatzisarantis, Hein, Pihu, Soós
3. Gillet et al

جدول ۲. همبستگی بین متغیرهای تحقیق

متغیر مستقل	متغیر وابسته	تعداد	معنی داری	ضریب همبستگی
سبک حمایتی استقلال‌ی	صمیمیت	۳۰۰	۰/۰۱	۰/۵۵**
	تعهد	۳۰۰	۰/۰۱	۰/۶۶**
	مکمل	۳۰۰	۰/۰۱	۰/۵۸**
	رابطه مربی ورزشکار	۳۰۰	۰/۰۱	۰/۵۹**

جدول ۳. خلاصه رگرسیون برای رفتار استقلال‌ی- حمایتی و رابطه مربی ورزشکار

مدل	r	R <sup>2</sup>	Std. error
رفتار استقلال‌ی، حمایتی- ارتباط مربی- ورزشکار	۰/۵۹	۰/۳۸	۱۱/۱۸۶

صمیمیت، تعهد و مکمل بودن را پیش بینی و تبیین کند.

بر اساس نتایج جدول ۴. سبک حمایتی استقلال‌ی مربیان توانسته است به ترتیب ۰/۵۵، ۰/۶۶ و ۰/۵۸ از تغییرات

جدول ۴. ضرایب رگرسیون مرتبط با پیش بینی مؤلفه های «رابطه مربی ورزشکار»، براساس «سبک حمایتی استقلال‌ی»

پیش بینی کننده	متغیر ملاک	میزان B	میزان $\beta$	میزان t	معنی داری
سبک حمایتی استقلال‌ی	صمیمیت	۰/۵۴	۰/۵۵	۱۱/۵۳	۰/۰۱
	تعهد	۰/۵۸	۰/۶۶	۱۵/۱۸	۰/۰۱
	مکمل	۰/۵۳	۰/۵۸	۱۲/۵۳	۰/۰۱

## بحث و نتیجه گیری

تحقیق لافرنیر و همکاران (۲۰۱۱) نیز با نتیجه تحقیق حاضر همسو بود (۱۴). نتایج حاصل از یافته های آنها نشان داد که رفتارهای حمایتی استقلال‌ی، روابط مربی- ورزشکار با کیفیت بالا را پیش بینی می کند که این امر نیز به نوبه خود، به طور مثبت پیش بینی کننده شادی عمومی ورزشکاران است. مدل آن ها نشان می دهد که رفتارهای حمایتی استقلال‌ی مربیان باید به نوبه خود کیفیت رابطه مربی- ورزشکار را تحت تأثیر قرار دهد. در واقع، اگر ورزشکار احساس کند به خوبی درک شده و نظراتش به حساب آورده می شود، این امر می تواند به احساس علاقه و دلبستگی بیشتر به مربی اش منجر شود. دیگر نتایج این تحقیق بیانگر آن است که سبک حمایتی استقلال‌ی با مولفه های ارتباط مربی- ورزشکار شامل: نزدیکی و صمیمیت، تعهد و مکمل ارتباط مثبت معناداری دارد. بنابراین می توان گفت استفاده مربیان از سبک حمایتی استقلال‌ی منجر به افزایش نزدیکی و

هدف از این تحقیق تعیین ارتباط سبک حمایتی استقلال‌ی مربیان با رابطه مربی- ورزشکار در ورزشکاران نوجوان بود. نتایج تحقیق نشان داد که سبک حمایتی استقلال‌ی با رابطه مربی- ورزشکار در ورزشکاران نوجوان ارتباط مثبت و معناداری دارد. این یافته تحقیق نشان می دهد که هنگامی که افراد مهم مانند مربیان که رهبری و سرپرستی یک تیم را بر عهده دارند، به شکلی عمل می کنند که از استقلال افراد حمایت می کند و با نظر خواهی از افراد و مجهز کردن آنها با اطلاعات مربوطه و دادن فرصت انتخاب به آنان، شرایط را برای مستقل بودن آنها فراهم می کنند، این افراد سطوح بالاتری از استقلال را نسبت به انجام تکالیف تجربه می کنند و نیز از لذت بیشتر و شادابی پایدارتری برخوردار می شوند و در نتیجه باعث تحکیم روابط مثبت بین مربی و ورزشکار می شود. نتیجه

انتخاب و شرکت در تصمیم‌گیری برای وی فراهم می‌آورد، در حالی که از کمترین فشار و اجبار استفاده می‌شود (۹). لیل (۲۰۰۲: ۴۵) بیان کرده که رابطه مربی-ورزشکار در قلب مربیگری قرار دارد. رفتارهای مربیگری مؤثر، می‌تواند سطح عملکرد ورزشکاران، لذت از ورزش، پشتکار و اعتماد به نفس آن‌ها را تحت تأثیر قرار دهد و نیز موجب پرورش رضایت و عملکرد بهینه در میان ورزشکاران می‌شود (۱۷).

به طور کلی از مجموع یافته‌های این تحقیق می‌توان نتیجه گرفت که: مربیانی که بیشتر از سبک رهبری حمایتی استقلالی استفاده می‌کنند می‌توانند ورزشکاران را در صحنه‌های ورزشی درک و با آن‌ها روابط صمیمی برقرار کنند و تمایل ورزشکاران را برای کسب موفقیت هر چه بیشتر در عرصه ورزش فراهم آورند. زمانی که ارتباط مربی با ورزشکار بر اساس احترام و صمیمیت، تعهد، همکاری و ایجاد فرصت برای مشارکت باشد، درک و نگرشی برای ورزشکار به همراه دارد که باعث افزایش پیشرفت و موفقیت او می‌شود. از آنجا که ارتباط مربی و ورزشکار عامل مهمی برای موفقیت ورزشکاران است نداشتن صمیمیت، تعهد و حس حمایت و همکاری می‌تواند از عوامل نتایج ضعیف در میدانی و عرصه‌های ورزشی باشد. چه بسا گزینش یک سبک خاص رهبری به نتیجه مطلوب منتج نشود و در نهایت، تیم و باشگاه به هدف مورد نظر خود دست نیابد و تمام هزینه‌ها و وقت‌های مصرف شده بیهوده از بین برود؛ بنابراین مربیان باید با اتخاذ سبک‌های رهبری مناسب در جهت بهبود ارتباط خود با ورزشکاران و موفقیت در بازیکنان بکوشند. بنابر نتایج این تحقیق به نظر می‌رسد مربیان بهتر است در شیوه رهبری خود از سبک حمایتی-استقلالی استفاده کنند چرا که این رفتار، روشی مناسب و کارآمد برای تربیت ورزشکاران است و موجب ارتباط مؤثر بین مربی و ورزشکار خواهد شد.

صمیمیت، تعهد و مکمل در ارتباط مربی-ورزشکار در ورزشکاران نوجوان می‌گردد. در واقع، احترام متقابل، اعتماد و ارتباطات مربیان و ورزشکاران به عنوان عوامل میان فردی مهمی هستند که به روابط سالم و موفق کمک می‌کند. اگر در تیم ورزشی شرایطی وجود داشته باشد که مربیان و ورزشکاران با هم صمیمیت و دوستی خاصی داشته باشند و بتوانند خیلی خوب با همدیگر همکاری و تعاون داشته باشند و از رفتارها و واکنش‌های یکدیگر شناخت و آگاهی داشته باشند، روابط بین مربیان و ورزشکاران مثبت خواهد شد و این مسئله منجر به موفقیت بیشتر تیم می‌شود و استفاده مربیان از سبک حمایتی استقلالی منجر به افزایش این مؤلفه‌ها می‌شود. یافته‌های این بخش از تحقیق با نتیجه تحقیق فیلیپ و همکاران (۲۰۱۱) هم جهت است. یافته‌های آن‌ها نشان می‌دهد که نقش‌های مربیان با گذشت زمان از سبک رهبری استبدادی به نقش‌های حمایتی تکامل یافته که این امر به ورزشکاران آزادی و انعطاف‌پذیری بیشتر می‌دهد (۱۹). نوروزی و همکاران (۱۳۹۰) نیز در تحقیق خود نشان دادند که رفتار حمایتی-استقلالی به عنوان یکی از انواع رفتارهای ارتباطی مربی با ورزشکار، رابطه‌ی زیادی با بهره‌مندی از فرصت‌های ورزشی دارد که با نتیجه این بخش از تحقیق هم جهت است (۶).

نتایج آزمون رگرسیون برای پیش‌بینی متغیرهای تحقیق نیز نشان می‌دهد که به طور کلی میزان ضریب تعیین بین متغیر رفتار استقلالی-حمایتی با ارتباط مربی-ورزشکار معادل ضریب تعیین ۰/۳۸ است که نشان می‌دهد؛ ابعاد رفتار استقلالی-حمایتی به طور کلی توانسته اند، ۰/۳۸ از تغییرات ارتباط مربی-ورزشکار را تبیین کنند. مبانی نظری تحقیق نیز صحت این یافته‌ها را تأیید می‌کند. تریویسونو (۲۰۱۲) بیان می‌کند که رفتارهای حمایتی استقلالی مربیگری رفاه و بهزیستی جوانان را افزایش می‌دهد (۲۳). هاگر و چاتزیسارانتیس (۲۰۰۷) بیان کردند که مربی در قالب رفتارهای حمایتی-استقلالی به بازیکن استقلال می‌دهد و فرصتی را برای

## منابع

۱. بال زاده امیررضا، تجاری فرهاد، کامکاری کامبیز. استانداردسازی پرسشنامه روابط بین مربی-ورزشکار (CARF-Q). فصلنامه المپیک. ۱۳۹۰. (۳) ۱۹: ۶۲-۵۰.
۲. بخششی مهدی، جلالی فراهانی مجید، پورحسن ساجد. رابطه کارآمدی مربیگری و انسجام گروهی در تیم‌های والیبال لیگ برتر ایران. مطالعات مدیریت ورزشی. ۱۳۹۱. (۱۶): ۱۸۸-۱۷۵.

۳. زردشتیان شیرین، احمدی بهشت، آزادی آزاده. ارتباط رفتارهای حمایتی - خودپوی مربیان با انگیزش خودمختاری و تعهد ورزشی بازیکنان زن نخبه لیگ هندبال. دو فصلنامه پژوهش در مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی. ۱۳۹۱. (۳) ۱۹.
۴. طالبی ناهید، عبداللهی فاطمه. ارتباط بین رفتار رهبری مربی، انسجام گروهی و عملکرد تیم های والیبال لیگ برتر زنان ایران. مطالعات مدیریت ورزشی. ۱۳۹۱. ۱۶: ۶۳-۷۸.
۵. محدث فاطمه، رضانی نژاد رحیم، خیری محمد، کاظم نژاد انوشیروان. سبک رهبری مربیان و رضایتمندی ورزشکاران حرفه ای ایران. پژوهش در علوم ورزشی. ۱۳۸۹. ۲۹: ۱۳۸-۱۲۵.
۶. نوروزی سید حسینی رسول، کوزه چیان هاشم، تندنویس فریدون. ارتباط بین سبک های رهبری مربیان و انگیزش پیشرفت جودوکاران نخبه ایران. مطالعات مدیریت ورزشی. ۱۳۹۱. ۱۴: ۱۹۵-۱۷۵.
7. Geme L. 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 (2010). pp.1-125.
8. Gillet N, Vallerand R J, Paty M, Gobance I, Berjor S. Validation and Adaptation of the Perceived Autonomy Support Scale for Exercise Settings to the Sport Context. Laboratoire de Psychologie Appliquée Université de Reims Champagne Ardenne (2008). Email adress: nicolas.gillet@univ-reims.fr
9. Hagger M S, Chatzisarantis N L D. Editorial: Advances in self-determination theory research in sport and exercise. *Psychology of Sport and Exercise*. (2007). (8). pp: 597-599.
10. Hagger M S, Nikos L D, Chatzisarantis N L D, Hein V, Pihu M, Soós I, & et al. The perceived autonomy support scale for exercise settings (PASSES): Development, validity, and cross-cultural invariance in young people. *Psychology of Sport and Exercise*. (2007). (8). Pp: 632- 653
11. Jowett S, Cramer D. The prediction of young athletes' physical self from perceptions of relationships with parents and coaches. *Psychology of Sport and Exercise*. (2010). (11). Pp:140-147
12. Jowett S, Ntoumanis N. The Coach-Athlete Relationship Questionnaire (CART – Q): Development and initial validation. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. (2004). (14). Pp: 245–257
13. Jowett S, Ntoumanis N. The Greek coach-athlete relationship questionnaire (GrCART-Q): Scale development and validation. *International Journal of Sport Psychology*. (2003). (34). Pp: 101–124
14. Lafrenière M, Jowett S, Vallerand R, Donahue E, Carbonneau N. Passion for coaching and the quality of the coach-athlete relationship. The mediating role of coaching behaviors. *Psychology of Sport and Exercise*. (2011). (12). Pp: 144-152.
15. Lyle J. Sports coaching concepts: A framework for coaches' behavior. London: Routledge. (2002). pp 1-254
16. Mageau G, Vallerand R. The coach-athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sport Sciences*(2003). (21). Pp: 883-904.
17. Murphy-Mills L J. An Examination Of Coach-Athlete Interactions In A Model Sport Program For Athletes With Disabilities. A Thesis Submitted To The School Of Kinesiology And Health Studies. (2011).
18. Olympiou A, Jowett S, Duda J L. The Psychological Interface Between the Coach-Created Motivational Climate and the Coach-Athlete Relationship in Team Sport. *The Sport Psychologist*. (2008). ( 22). Pp:423-438
19. Philippe R, Sagar S, Huguét S, Paquet Y & Jowett S. From Teacher To Friend: The Evolving Nature of the Coach-Athlete Relationship. *Int. J. Sport Psychol*. (2011). (42). Pp: 1-23

20. Rhind D J A, Jowett S. Measuring the use of maintenance strategies in the coach-athlete relationship. Manuscript under review. (2009). Pp:24-39.
21. Rhind D J A, Jowett S, Yang S X. A comparison of athletes' perceptions of the coach-athlete relationship in team and individual sports. Journal of Sport Behavior. (2012). Pp: 19-32.
22. Standage M, Duda J L, Ntoumanis N. Students' Motivational Processes and their Relationship to Teacher Ratings in School Physical Education: A Self-determination Theory Approach. Research Quarterly for exercise and Sport. (2006). (77). Pp: 100-110
23. Trivisonno M. What Makes a Good Coach? Examining the Antecedents of Autonomy-Supportive Behaviors. (2012). Pp: 1-209.

