

رابطه بین بی‌رمقی (تحلیل رفتگی) و نوع اشتیاق فعالیت ورزشی  
دانشجویان بر اساس نظریه دوگانه اشتیاق

**The relationship between the athletic burnout and type of  
passion for physical activity in students based on the  
dualistic model of passion**

M. Esmaeili HeidarAbad, M.A.

M. Sheikh, Ph.D.

F. Hassani, M.A.

A. Esmaeili, M.D.

میلاد اسماعیلی حیدرآباد \*

دکتر محمود شیخ \*\*

فهیمة حسنی \*\*\*

دکتر عارفه اسماعیلی \*\*\*\*

**چکیده**

شرکت در فعالیت ورزشی منظم برای ارتقاء سلامت روانی و جسمانی ضروری است. محققان یکی از دلایل کناره‌گیری از ورزش را ادراک بی‌رمقی (تحلیل رفتگی) می‌دانند که حاصل تنیدگی شدیدی است که به دنبال نیازهای بدنی، روانی و هیجانی به وجود می‌آید. برای پیش‌بینی تحلیل رفتگی، مسأله این است که آیا اشتیاق به فعالیت ورزشی می‌تواند از عوامل بروز

\*. کارشناس ارشد روانشناسی ورزش، دانشگاه تهران

\*\* . دانشیار دانشگاه تهران

\*\*\*. کارشناس ارشد روانشناسی ورزش، دانشگاه آزاد

\*\*\*\*. متخصص پاتولوژی، دانشگاه ارومیه

رابطه بین بی‌رمقی (تحلیل رفتگی) و نوع اشتیاق فعالیت ورزشی دانشجویان بر اساس نظریه دوگانه اشتیاق

آن باشد؟ بنابراین، هدف از این تحقیق بررسی ارتباط بین تحلیل رفتگی ورزشی با نوع اشتیاق در دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه تهران بود. جامعه آماری این تحقیق را تمامی دانشجویان دانشکده تربیت بدنی تشکیل می‌دادند که از بین آن‌ها ۱۷۳ نفر پرسشنامه‌های مورد نظر را تکمیل کردند. روش تحقیق از نوع همبستگی بود. ابزارهای مورد استفاده عبارتند از: پرسشنامه جمعیت‌شناختی، پرسشنامه تحلیل رفتگی ورزشی (ABQ) رادک و اسمیت (۲۰۰۳) و پرسشنامه اشتیاق ورزشی والراند و همکاران (۲۰۱۱). با توجه به طبیعی بودن توزیع داده‌ها، از روش همبستگی پیرسون برای تجزیه و تحلیل داده‌ها در سطح معناداری  $P \leq 0/05$  استفاده شد. نتایج نشان داد اشتیاق و سواسی با تمامی ابعاد تحلیل رفتگی ورزشی دانشجویان ارتباط معنادار دارد (با واماندگی هیجانی-بدنی  $0/50$ ، با حس کاهش عملکرد  $0/23$  و با حس کاهش ارزشمندی  $0/26$ ). از طرف دیگر، اشتیاق هماهنگ با هیچ یک از عوامل تحلیل رفتگی ارتباط معنادار نداشت. با توجه به نتایج به دست آمده از این تحقیق، می‌توان گفت که ورزشکارانی که اشتیاق و سواسی نسبت به فعالیت‌شان دارند از احتمال بیشتری در ادراک تحلیل رفتگی ورزشی برخوردارند و امکان این که ورزشکاران با اشتیاق هماهنگ، تحلیل رفتگی را تجربه کنند، پایین است.

**واژه- کلیدها:** اشتیاق ورزشی، تحلیل رفتگی، و سواسی، هماهنگ.

## Abstract

Participation in regular physical activity is essential for promoting mental and physical well-being. Researchers find that one of the reasons for withdraw from physical activity is burnout, which is the result of stress resulting in severe physical needs, psychological and emotional arise. To predict burnout, the issue is whether the passion to physical activity can play a role on it? So, the aim of this study was to investigate the relationship between type of passion and athletic burnout in the physical education students of Tehran University. The study population was composed of all students at Tehran University, which 173 volunteer completed questionnaires. The research method was correlation. The instruments used included a demographic questionnaire, Passion Scale of

Vallerand et al (2011) and athletic burnout questionnaire (ABQ) Raedek and Smith (2003). In this study, according to the normal distribution of data, the Pearson correlation coefficient was used to analyze the data at a significance level of  $P \leq 0/05$ . The results showed that obsessive passion has significant relationship with all subscales of athlete burnout (with emotional and physical exhaustion 0/50, with reduced sense of accomplishment 0/23, and with Devaluation 0/26). On the other hand, there are no significant relation between harmonious passion with dimensions of burnout. According to the results, athletes who have obsessive passion about their activities are more likely to experience an athletic burnout, and there are few possibilities for athletes with harmonious enthusiasm to experience burnout.

**Keywords:** sport passion, burnout, obsessive, harmonious

**Contact information:** *m\_esmaeili@ut.ac.ir*

\*\*\*

## مقدمه

شواهد همه گیرشناختی نشان می‌دهد که میزان شرکت در فعالیت‌های بدنی از دیرستان تا دانشگاه به‌طور چشمگیری کاهش می‌یابد و این میزان برای داشتن سلامت جسمانی و روانی کافی نیست (کیل پاتریک، هربرت، بارثومئو، ۲۰۰۶). میزان افزایش وزن دانشجویان در دانشگاه نشان‌دهنده مهم بودن این دوران از نظر شرکت در فعالیت‌های بدنی است (کیل پاتریک و همکاران، ۲۰۰۶). یکی از دلایل کناره‌گیری از ورزش می‌تواند بروز تحلیل رفتگی در این دسته از افراد باشد. مفهوم تحلیل رفتگی<sup>۱</sup> تا سال ۱۹۹۰ تنها در حیطه مربیان تعریف شده بود و این سازه در مورد بازیکنان چندان شناخته شده نبود (برنر، ۲۰۰۷). ابتدا نبود تعریفی روشن از تحلیل رفتگی ورزشی باعث ایجاد سردرگمی‌هایی در ادبیات تحقیق شد (آرسه، دی فرانسیسکو، آندرا، سئونه، و رادک، ۲۰۱۲). تحلیل رفتگی به‌عنوان نوعی از خستگی و در نتیجه بهره‌گیری بیش از اندازه از بدن ادراک می‌شود (برنر، ۲۰۰۷). مطالعات نشان می‌دهند عوامل روانشناختی در تحلیل رفتگی دخیل هستند (گوستافسون، کنتا، هاسمن و جانسون، ۲۰۰۸). اسمیت پیشنهاد کرد که تحلیل رفتگی ناشی از سطوح پایدار تیندگی است که منابع درونی دارد و متعاقباً نتایج رفتاری و روانشناختی ناسازگار به بار می‌آورد. یکی از ویژگی‌های بسیار مهم

رابطه بین بی‌رمقی (تحلیل رفتگی) و نوع اشتیاق فعالیت ورزشی دانشجویان بر اساس نظریه دوگانه اشتیاق

اثرگذار بر بروز تحلیل رفتگی فقدان کمی و کیفی عوامل انگیزشی است (اوکلند و کریس ول، ۲۰۰۷). بر اساس نظریه خودمختاری<sup>۲</sup> (SDT) (دسی و ریان، ۱۹۸۵) تحلیل رفتگی ورزشکاران به احتمال زیاد به جهت سوق خودمختاری فرد و عوامل غیر خودمختار و بروز بی‌انگیزگی رخ می‌دهد.

در سال‌های اخیر رشته روانشناسی ورزش و فعالیت ورزشی برای شناخت بهتر تحلیل رفتگی رو به استفاده از نظریه انگیزه ورزشی آورده‌اند. با توجه به نظریه خودمختاری، انگیزه‌های گوناگونی رفتارهای افراد را موجب می‌شوند. این نوع از انگیزه‌ها در سطوح مختلفی از میل خودمختار افراد قرار دارند. خودمختاری شامل حس واقعی در انتخاب، حس آزاد بودن در انجام عمل است. اگر بخواهیم پیوستار خودمختار را در یک طیف از بالا به پایین قرار داهیم، این انگیزه‌ها شامل انگیزه درونی<sup>۳</sup>، بیرونی<sup>۴</sup>، و بی‌انگیزه<sup>۵</sup> می‌شود (اسماعیلی، حمایت‌طلب، کامکاری، ۱۳۹۵). رفتارهای با انگیزه درونی، رفتارهایی هستند که از درون فرد مهار می‌شوند و سابق‌های برای خوشی و رضایت درونی دارند. از طرف دیگر، انگیزه‌های بیرونی شامل گستره وسیعی از رفتارهایی می‌شوند که مسبب آنها در بیرون از فرد قرار دارد. چندین نوع از انگیزه‌های بیرونی با توجه به پیوستار خودمختاری از شدت بالا به شدت پایین ادامه پیدا می‌کنند. کمترین آنها تنظیم‌کننده‌های بیرونی و بیشترین میزان خودمختار آنها تنظیم درون‌فکنی شده است. تنظیم بیرونی وقتی اتفاق می‌افتد که رفتار به وسیله پاداش‌ها برای اجتناب از بروز یک پیامد منفی تنظیم می‌شوند. در این نوع از خودمختاری، افراد تنها پیرو درخواست عمل می‌کنند و مهم نیست که این هدف فردی است یا نه. از طرف دیگر، تنظیم خودپذیر قرار دارد که بر اساس معیارهای شخصی است. بی‌انگیزگی زمانی اتفاق می‌افتد که بین میل فرد برای یک عمل و پیامد آن ارتباطی وجود ندارد (دسی و رایان، ۱۹۸۵). کاکلی در سال ۱۹۹۲ پی برد که مدل مفهومی تحلیل رفتگی شبیه به مدل خودمختاری است. ورزشکاران بزرگ در سطوح رقابتی بسیار بالا معمولاً با واژه "سوختن آتش" توصیف می‌شود (مالت وهانراهان، ۲۰۰۴). نظریه خودمختاری منحصراً از نیروهای انگیزشی که از درون فرد ناشی می‌شوند و مهار آن‌ها بنا به خواست و اراده شخص هستند، صحبت می‌کند. دسی و رایان (۲۰۰۲) معتقدند که مسأله مورد تأکید این نظریه (خودمختاری) در مقابل مهار است. البته نه آن مهاری که می‌تواند

رابطه بین بی‌رمقی (تحلیل رفتگی) و نوع اشتیاق فعالیت ورزشی دانشجویان بر اساس نظریه دوگانه اشتیاق

انتخاب شود.

یکی از عواملی که انگیزه خودمختار فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد اشتیاق<sup>۶</sup> فعالیت است (والراند، روستو، گروزت، دورنایس، و گرینر، ۲۰۰۶؛ کوران و همکاران، ۲۰۱۱). اشتیاق به‌عنوان کشش قوی به سمت یک فعالیت لذت‌بخش که مهم قلمداد می‌شود و فرد وقت و انرژی زیادی برای آن صرف می‌کند تعریف می‌شود (والراند، بلانچارد، مگیو، کاستنر، راتل و لئونارد، ۲۰۰۳) و فعالیتی که یک فرد به آن علاقمند است، صرفاً همان فعالیت ورزشی نیست که در آن شرکت می‌کند. در واقع این اشتیاق پس از مدتی تبدیل به هویت فرد می‌شود. اگر چه اشتیاق شرکت در ورزش را تضمین می‌کند، پتانسیل داشتن مزایای مثبت و منفی را نیز دارا است. مدل دوگانه اشتیاق<sup>۷</sup> (والراند، ۲۰۱۲) به دو نوع مختلف اشتیاق اشاره دارد. والراند در سال ۲۰۰۳ پیشنهاد کرد افراد فعالیت‌هایشان را از دو راه درونی می‌کند: درونی کردن فعالیت از نوع اشتیاق هماهنگ<sup>۸</sup> نشأت می‌گیرد این نوع از اشتیاق باعث می‌شود که فرد فعالیت مورد نظر را با دیگر فعالیت‌های زندگی خود هماهنگ بیابد. این نوع از اشتیاق جنبه‌های منفی کمتری از سایر ابعاد زندگی فرد به وجود می‌آورد و تحت انتخاب خود فرد است و هیچ فشار بیرونی در شرکت در فعالیت خاص توسط فرد احساس نمی‌شود. نوع دیگر اشتیاق، اشتیاق وسواسی<sup>۹</sup> است که این نوع از اشتیاق منجر به فعالیت شدید، سپری کردن زمان بسیار زیاد و همچنین خود آگاهی بیش از اندازه می‌شود. این نوع از اشتیاق تأثیرات منفی بر سایر ابعاد زندگی فرد می‌گذارد. فرد در اثر فشارهای بیرونی مهار خود را در شرکت در فعالیتی خاص از دست می‌دهد و احتمال دارد با سایر جنبه‌های زندگی فرد به تعارض بخورد. نخستین تحقیق در مورد اشتیاق و تحلیل رفتگی توسط کاربونو، والراند، فرتنر و گای (۲۰۰۸) صورت گرفت که به اشتیاق فعالیت و تحلیل رفتگی معلمان پرداختند. نتایج آن‌ها نشان داد که نوع اشتیاق هماهنگ به کاهش میزان تحلیل رفتگی انجامید در حالی که اشتیاق وسواسی با تحلیل رفتگی ارتباطی نداشت. تحقیقات رابطه بین نوع اشتیاق و میزان تحلیل رفتگی را در ورزش‌های گوناگون سنجیده‌اند. تحقیقات نشان داده‌اند که اشتیاق وسواسی و هماهنگ می‌تواند به پیامدهای انگیزشی گوناگونی منجر شود (کاربونو و همکاران، ۲۰۰۸). اشتیاق وسواسی با تعدادی از عوامل روانشناختی مرتبط است که این ارتباط در اشتیاق هماهنگ دیده نمی‌شود. برای مثال،

رابطه بین بی‌رمقی (تحلیل رفتگی) و نوع اشتیاق فعالیت ورزشی دانشجویان بر اساس نظریه دوگانه اشتیاق

اشتیاق و سواسی با پایداری بسیار زیاد، نزاع در زندگی شخصی و اهداف اجتنابی مرتبط است. بالعکس اشتیاق هماهنگ با عاطفه منفی ارتباط معکوس دارد و همچنین با رضایت از زندگی، سرزندگی ارتباط مستقیم دارد. از آنجا که تحلیل رفتگی تأثیر منفی بر عملکرد دارد. ممکن است بر اساس نوع اشتیاق میزان تحلیل رفتگی را پیش‌بینی کرد تا از اثرات منفی جلوگیری کنیم. با توجه به موارد ذکر شده ممکن است نوع اشتیاق میزان تحلیل رفتگی ورزشکاران را در میان دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه تهران پیش‌بینی نماید.

## روش

**جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش:** جامعه آماری تحقیق را تمامی دانشجویان دانشکده تربیت بدنی دانشگاه تهران تشکیل می‌دادند که از بین آنها ۱۷۶ نفر مقیاس‌های مورد نظر را تکمیل کردند که از این تعداد ۱۶۳ (۹۲ مرد و ۷۱ زن) مورد، با دامنه سنی ۱۸ تا ۲۶ قابل قبول بود. شرکت در این تحقیق کاملاً داوطلبانه و بدون اجبار بود. همچنین از دانشجویانی استفاده شد که حداقل هفته‌ای ۳ جلسه ورزش منظم داشتند. این تحقیق از نوع توصیفی بود و اطلاعات جمع‌آوری شده برای آمار توصیفی با استفاده از میانگین و انحراف معیار توصیف گردید و برای آمار استنباطی با توجه به طبیعی بودن داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون در سطح معناداری برای به‌دست آوردن نتایج استفاده شد. کلیه تحلیل‌ها با استفاده از نرم‌افزار کامپیوتری SPSS ویرایش ۱۸ صورت گرفت.

### ابزار پژوهش:

**پرسشنامه جمعیت‌شناختی<sup>۱۱</sup>:** این پرسشنامه شامل اطلاعاتی از جمله جنسیت، تواتر جلسات ورزش در هفته، سابقه ورزشی، مقطع تحصیلی و رشته مورد علاقه بود. در زمان تکمیل پرسشنامه‌ها، آزمونگر در کنار آزمودنی بود تا در صورت نیاز به سؤالات مبهم پاسخ دهد.

**مقیاس اشتیاق<sup>۱۱</sup>:** مقیاس اشتیاق در سال ۲۰۰۳ با ۱۴ گویه توسط والراند ارائه گردید. این مقیاس در سال ۲۰۱۲ با اصلاحاتی که انجام شد توسط والراند با ۱۶ گویه و همان دو خرده‌مقیاس ارائه شد. این مقیاس حاوی ۱۷ گویه با ۲ خرده‌مقیاس است. هر کدام از خرده‌مقیاس‌ها را ۶ گویه می‌سجد و ۴ گویه نمراتی که باید فرد تکمیل‌کننده مقیاس وارد

رابطه بین بی‌رمقی (تحلیل رفتگی) و نوع اشتیاق فعالیت ورزشی دانشجویان بر اساس نظریه دوگانه اشتیاق

می‌کند از ۴ بیشتر باشد تا پرسشنامه مورد نظر قابل استفاده باشد. این پرسشنامه ۷ لیکرتی از ۱ (اصلاً موافق نیستم) تا ۷ (کاملاً موافقم) است و در سال ۲۰۱۱ توسط والراند و همکاران ارائه گردیده است. سؤالاتی همچون (این ورزش با سایر فعالیت‌های زندگی‌ام هماهنگی دارد) برای اشتیاق هماهنگ و (در مهار میل خودم برای انجام ندادن این ورزش مشکل دارم) برای اشتیاق وسواسی تنظیم گردیده است. میزان همسانی درونی خرده‌مقیاس‌های اشتیاق هماهنگ و وسواسی به ترتیب ۰/۷۹ و ۰/۸۱ به دست آمد.

پرسشنامه تحلیل رفتگی ورزشی<sup>۱۲</sup> (ABQ). این پرسشنامه توسط رادک و اسمیت در سال ۲۰۰۳ ارائه شد و دارای ۱۵ سؤال با ۳ خرده‌مقیاس و اماندگی حسی جسمانی<sup>۱۳</sup>، کاهش حس موفقیت ورزشی<sup>۱۴</sup> و حس کاهش ارزشمندی<sup>۱۵</sup> در ورزش است و هر خرده‌مقیاس را با ۵ گویه سنجیده می‌شود. سؤالاتی مانند "نسبت به گذشته، احساس رضایت کمتری از عملکرد ورزشی‌ام دارم." برای سنجش کاهش حس ارزشمندی در ورزش، "در ورزش به موفقیت زیادی نمی‌رسم" برای سنجش و اماندگی حسی - بدنی، و "احساس دل‌زدگی از ورزش می‌کنم" برای سنجش کاهش اجرا در این پرسشنامه ارائه شده است. ویژگی‌های روانسنجی این پرسشنامه در سال ۱۳۹۳ توسط احمدی و همکاران مورد ارزیابی قرار گرفت. این محققان برای شاخص تطبیقی GFI مقدار ۰/۹۳، برای شاخص مقتصد RMSEA مقدار ۰/۰۷ به دست آوردند. همچنین نتایج آلفای کرونباخ این مقیاس برای تحلیل رفتگی هیجانی ۰/۷۷، برای کاهش عملکرد ۰/۸۰ و برای کاهش ارزشمندی ۰/۸۲ به دست آمد که نشان از مورد قبول بودن همسانی درونی این مقیاس دارد.

## داده‌ها یافته‌ها

۸/۲ درصد شرکت کنندگان سابقه شرکت در مسابقات بین‌المللی را داشتند ورزشکاران یا سطوح فعالیت کشوری ۱۳/۴٪ شرکت کنندگان تحقیق را شامل می‌شود. شرکت کنندگان با تجربه شرکت در مسابقات دانشگاهی ۵۰٪ و سایر شرکت کنندگان ۲۸٪ تحقیق را شامل می‌شوند. از سطوح مختلف فعالیت ورزشی در این تحقیق استفاده گردیده است و ۲۸ درصد افراد (۳۲ نفر) به گزینه سایر علامت زده بودند. ۶۸ نفر از شرکت کنندگان زن و ۹۵ نفر از آنها را مردان تشکیل می‌دادند.

رابطه بین بی‌رمقی (تحلیل رفتگی) و نوع اشتیاق فعالیت ورزشی دانشجویان بر اساس نظریه دوگانه اشتیاق

جدول شماره (۱) ضریب انحراف استاندارد، میانگین و همسانی درونی خرده‌مقیاس‌های اشتیاق یعنی هماهنگ و سواسی و خرده‌مقیاس‌های تحلیل رفتگی یعنی حس کاهش عملکرد، حس کاهش ارزشمندی و واماندگی هیجانی- بدنی را به تفکیک نشان می‌دهد. همان‌گونه که مشاهده می‌شود، تمامی خرده‌مقیاس‌ها از همسانی درونی قابل قبولی برخوردارند.

جدول ۱: مانگین، انحراف معیار و ضریب آلفای کرونباخ همه عوامل تحقیق

حس کاهش ارزشمندی	حس کاهش عملکرد	واماندگی هیجانی- بدنی	اشتیاق وسواسی	اشتیاق هماهنگ	
۱/۹۳	۲/۵۶	۲/۰۲	۴/۴۵	۵/۸۹	میانگین
۰/۸۰	۰/۸۵	۰/۶۲	۱/۴۳	۰/۸۴	انحراف معیار
۰/۸۴	۰/۸۸	۰/۶۴	۰/۸۱	۰/۷۹	$\alpha$

جدول شماره (۲) میزان ارتباط اشتیاق وسواسی و هماهنگ را با عوامل تحلیل رفتگی نشان می‌دهد. عوامل تحلیل رفتگی شامل واماندگی هیجانی- بدنی، حس کاهش عملکرد و کاهش ارزشمندی هستند.

جدول ۲: ارتباط عوامل اشتیاق با تحلیل رفتگی ورزشکاران

۵	۴	۳	۲	۱	
۰/۱۰	-۰/۰۹	-۰/۰۴	۰/۵۰**	-	۱. اشتیاق هماهنگ
۰/۲۶*	۰/۲۳*	۰/۲۹*	-	۰/۵۰**	۲. اشتیاق وسواسی
۰/۵۳**	/۴۸	-	۰/۲۹*	-۰/۰۴	۳. واماندگی هیجانی- بدنی
۰/۲۳	-	۰/۴۸	۰/۲۳*	-۰/۰۹	۴. حس کاهش عملکرد
-	۰/۲۳	۰/۵۳**	۰/۲۶*	۰/۱۰	۵. حس کاهش ارزشمندی

همانگونه که جدول شماره (۲) نشان می‌دهد، همانند تحقیقات مشابه عوامل اشتیاق ورزشی یعنی هماهنگ و سواسی همبستگی بالایی با هم دارند (والراند، ۲۰۰۳، ۲۰۰۶). از طرف دیگر، اشتیاق هماهنگ با هیچ‌کدام از عوامل تحلیل رفتگی ارتباط معناداری ندارد و گرایش این خرده‌مقیاس نسبت به تحلیل رفتگی به سمت منفی است. همچنین، اشتیاق وسواسی به همه خرده‌مقیاس‌های تحلیل رفتگی ارتباط معنادار و مثبتی دارد. که از این میان واماندگی هیجانی- بدنی همبستگی بالاتری نسبت به دو خرده‌مقیاس دیگر با اشتیاق وسواسی دارد.



## بحث و نتیجه گیری

هدف اصلی این تحقیق تعیین ارتباط اشتیاق و سواسی و اشتیاق هماهنگ با تحلیل رفتگی در میان دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه تهران بود. از آنجایی که ورزش دانشگاهی از اهمیت بالایی برخوردار است، بررسی دلایل کناره گیری این افراد ضروری است. با توجه به نتایج به دست آمده از تحقیق که در جدول شماره (۲) به نمایش گذاشته شده است، اشتیاق هماهنگ تأثیری در تحلیل رفتگی نداشت و ارتباطی با هیچ کدام از خرده مقیاس‌های تحلیل رفتگی نداشت. با این وجود، همانگونه که مشاهده می‌کنید، حتی می‌تواند اثر معکوس در شروع تحلیل رفتگی ورزشکار داشته باشد (والراند، ۲۰۰۳). بنابراین، افرادی که در گرایش به یک رشته ورزشی اشتیاق مهار شده و هماهنگ دارند، این اشتیاق می‌تواند میزان میزان تحلیل رفتگی را کاهش دهد و مریبان می‌توانند با جهت‌دهی به فعالیت فرد این سازه روانشناختی را به تأخیر اندازد و فرد بتواند به سمت نخبگی در رشته ورزشی خود حرکت و انگیزه خودمختار خود را نیز حفظ کند. در واقع این تحقیق نشان می‌دهد که سطوح بالای اشتیاق هماهنگ می‌تواند به عنوان پیش‌بینی کننده میزان پایین تحلیل رفتگی ورزشکار مورد استفاده قرار گیرد و از طرف دیگر، سطوح بالای اشتیاق و سواسی می‌تواند موجبات تحلیل رفتگی ورزشکار را فراهم سازد. نتایج این تحقیق همسو با نتایج تحقیق گوستافسون و همکاران (۲۰۰۸) بود. این نتایج نشان می‌دهند ایی که فرد اشتیاق هماهنگی در انجام آن‌ها دارد، با تحلیل رفتگی آن‌ها می‌تواند ارتباط معکوسی داشته باشد. این تحلیل رفتگی می‌تواند مرتبط با زمینه‌های شغلی باشد (والراند و همکاران، ۲۰۱۰، کاربونو و همکاران، ۲۰۰۸) و هم می‌تواند مرتبط با زمینه‌های ورزشی (کوران و همکاران، ۲۰۱۱، گوستافسون و همکاران، ۲۰۱۱). اشتیاق هماهنگ پیش‌بینی کننده هیچ کدام از انواع تحلیل رفتگی به تنهایی نیست. اما اشتیاق و سواسی هر سه نوع تحلیل رفتگی به ویژه تحلیل رفتگی از نوع هیجانی-بدنی را پیش‌بینی می‌کند. اشتیاق و سواسی، که در آن فرد مهار خود را در انجام فعالیت ورزشی از دست می‌دهد، و با پایداری فراوان سعی در انجام این رشته در هر زمان و هر مکان بدون توجه به اولویت‌های زندگی خود می‌کند، می‌تواند بروز تحلیل رفتگی را تسریع کند (گوستافسون، ۲۰۰۸؛ والراند، ۲۰۰۳). اشتیاق و سواسی در واقع با رفتارهای پرخطر ورزشی از جمله بیش‌تمرینی، فعالیت با وجود آسیب دیدگی، سرسختی بالا در

رابطه بین بی‌رمقی (تحلیل رفتگی) و نوع اشتیاق فعالیت ورزشی دانشجویان بر اساس نظریه دوگانه اشتیاق

تمرینات و مسابقات می‌تواند مرتبط باشد (بروئر و همکاران، ۱۹۹۳؛ ریپ و فورتین و والراند، ۲۰۰۶؛ استفان؛ دورچ، بروئر، کودریوت و لی اسکنف، ۲۰۰۹؛ واینبرگ، ورنائو و هورن، ۲۰۱۳). این موضوع مورد پذیرش است که تحلیل رفتگی با میزان بالای تنیدگی مزمن در ارتباط است (بلک و اسمیت، ۲۰۰۷؛ رادک و اسمیت، ۲۰۰۱، ۲۰۰۴). ارتباط الای اشتیاق و سواسی با تحلیل رفتگی هیجانی - بدنی ارتباط بین تحلیل رفتگی و اشتیاق و سواسی را تبیین می‌کند، به‌ویژه که تحلیل رفتگی هیجانی - بدنی به‌عنوان هسته مرکزی تحلیل رفتگی ورزشکاران عمل می‌کند (ماسارچ، اسکافلی، لیتز، ۲۰۰۱).

نظریه خودمختاری قادر به تبیین رابطه اشتیاق هماهنگ و تحلیل رفتگی به‌عنوان نقش میانجی است اما برای ارتباط اشتیاق و سواسی و تحلیل رفتگی نقش واسطی تاکنون شناخته نشده است (کوران و همکاران، ۲۰۱۱). والراند و همکاران (۲۰۱۰) پی بردند که تعارض‌های موجود در زندگی به‌عنوان نقش میانجی در اشتیاق هماهنگ و تحلیل رفتگی شغلی عمل می‌کند. نداشتن نقش میانجی برای خودمختاری در تبیین اشتیاق و سواسی موضوعی شگفت‌انگیز است؛ زیرا انتظار می‌رود که انگیزه‌های مهارتی توسط محرک‌های خارجی در این سازه روانشناختی مؤثر باشند (الراند، ۲۰۰۸). یکی از دلایل آن می‌تواند نبود عملکرد واقعی انگیزه‌هایی برونی مثل انگیزه درون‌فکنی شده در تحلیل رفتگی ورزشکاران باشد (کراسول و اوکلند، ۲۰۰۵). بنابراین، این نوع از اشتیاق را در این جمعیت با توجه به نظریه خودمختاری نمی‌تواند تحلیل رفتگی را پیش‌بینی نماید. با این وجود پیشنهاد می‌شود که نوع اشتیاق فعالیت‌های دانشجویان، به‌ویژه اشتیاق ورزشی آن‌ها به‌درستی سنجیده شود و از هماهنگ بودن آن‌ها و نبود تعارض با سایر جنبه‌های زندگی‌شان اطمینان حاصل شود تا پیش از تحلیل رفتگی از بروز تحلیل رفتگی به‌منظور ادامه فعالیت ورزشی دانشجویان در سطوح مختلف جلوگیری گردد.

## بی‌نوشت‌ها:

- |                                   |                              |
|-----------------------------------|------------------------------|
| 1- Burn out                       | 2- Self-Determination Theory |
| 3- Intrinsic motivation           | 4- Extrinsic motivation      |
| 5- amotivation                    | 6- Passion                   |
| 7- The dualistic model of passion | 8- Harmonious passion        |

رابطه بین بی‌رمقی (تحلیل رفتگی) و نوع اشتیاق فعالیت ورزشی دانشجویان بر اساس نظریه دوگانه اشتیاق

- |                                       |                                     |
|---------------------------------------|-------------------------------------|
| 9- obsessive passion                  | 10- Demographic Questionnaire       |
| 11- Passion Scale                     | 12- Athlete Burnout Questionnaire   |
| 13- emotional and physical exhaustion | 14- reduced sense of accomplishment |
| 15- Devaluation                       |                                     |

### منابع و مآخذ فارسی:

- احمدی، ن. عبدلی، ب. آریافر، م. (۱۳۹۳). ویژگی‌های روان‌سنجی و هنجاریابی نسخه فارسی پرسش‌نامه تحلیل رفتگی ورزشی در ورزشکاران. *مطالعات روانشناسی ورزشی*. شماره ۹. صص ۹۳-۱۰۲.
- اسماعیلی، م. حمایت‌طلب، ر. کامکاری، ک. (۱۳۹۵). تعیین روایی و پایایی نسخه فارسی مقیاس انگیزه ورزشی در دانشجویان. *نشریه رشد و یادگیری حرکتی*. دانشگاه تهران. در دست چاپ.

### منابع و مآخذ خارجی:

- Arce, C., De Francisco, C., Andrade, E., Seoane, G., & Raedeke, T. (2001). Adaptation of the Athlete Burnout Questionnaire in a Spanish Sample of Athletes. *The Spanish Journal of Psychology*, 15(3), 1529-1536. 2012.
- Black, J.M. & Smith, A.L. (2007). An examination of Coakley's perspective on identity, control, and burnout among adolescent athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 38, 417-436.
- Brenner, J.S. (2007). Overuse injuries, overtraining, and burnout in child and adolescent athletes. *Pediatrics*, 119(6), 1242-1245.
- Carbonneau, N., Vallerand, R.J., Fernet, C., & Guay, F. (2008). The role of passion for teaching in intra and interpersonal outcomes. *Journal of Educational Psychology*, 100, 977-987.
- Coakley, J. (1992). Burnout among adolescent athletes: A personal failure or social problem? *Sociology of Sport Journal*, 9(3), 271-285.
- Curran, T., Appleton, P.R., Hill, A.P., & Hall, H.K. (2011). Passion and burnout in elite junior soccer players: The mediating role of self-determined motivation. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(6), 655-661.
- Cresswell, S.L., & Eklund, R.C. (2006). Changes in athlete burnout over a thirty-week "rugby year." *Journal of Science and Medicine in Sport*, 9(1), 125-134.

رابطه بین بی‌رمقی (تحلیل رفتگی) و نوع اشتیاق فعالیت ورزشی دانشجویان بر اساس نظریه دوگانه اشتیاق

- Deci, E.L., Koestner, R., & Ryan, R.M. (1999). *The undermining effect is a reality after all-Extrinsic rewards, task interest, and self-determination: Reply to Eisenberger, Pierce, and Cameron (1999) and Lepper, Henderlong, and Gingras (1999)*.
- Deci, E.L., & Ryan, R.M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press.
- Desi, E.L., & Ryan, R.M. (2002). *Handbook of self-determination research*. Rochester, NY: TheUniversity
- Eklund, R.C., & Cresswell, S.L. (2007). Athlete burnout. In G. Tenenbaum, & R. C. Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology (3rd ed.)*. (pp. 621-641) Hoboken, NJ: Wiley.
- Gustafsson, H., Hassmén, P., & Hassmén, N. (2011). Are athletes burning out with passion? *European Journal of Sport Science, 11(6)*, 387-395.
- Gustafsson, H., Hassmén, P., Kenttä, G., & Johansson, M. (2008). A qualitative analysis of burnout in elite Swedish athletes. *Psychology of Sport and Exercise, 9(6)*, 800-816. doi:10.1016/j.psychsport.2007.11.004
- Gustafsson, H., Kentta, G., Hassmen, P., & Johansson, M. (2008). A qualitative analysis of burnout in elite Swedish athletes. *Psychology of Sport and Exercise, 9*, 800-816.
- Kilpatrick, M., Herbert, E., Barthomew. (2006). College Students' Motivation for Physical Activity: differentiating Men's and women's Motives for Sport participation and exercise. *Journal of American College Health, 2*, 87-94.
- Mallett, C.J., & Hanrahan, S.J. Elite athletes: Why does their iffe burn so brightly? *Psychology of Sport and Exercise, 5*, 183-200. 2004.
- Maslach, C., Schaufeli, W.B., & Leiter, M.P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology, 52*, 397-422.
- Raedeke, T.D., & Smith, A.L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 23(4)*, 281-306.
- Raedeke, T.D., & Smith, A.L. (2004). Coping resources and athlete burnout: An examination of stress mediated and moderation hypotheses. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 26*, 525-541.
- Rip, B., Fortin, S., & Vallerand, R.J. (2006). The relationship between passion and injury in dance students. *Journal of Dance Medicine & Science, 10(1-2)*, 14-20.
- Stephan, Y., Deroche, T., Brewer, B.W., Caudroit, J., & Le Scanff, C. (2009). Predictors of perceived susceptibility to sport-related injury among competitive runners: The role of previous experience, neuroticism, and passion for running. *Applied Psychology, 58*, 672-689.

doi:10.1111/j.14640597.2008.00373.x.

- Vallerand, R.J. (2008). On the psychology of passion: in search of what makes people's lives most worth living. *Canadian Psychology*, 49, 1-13.
- Vallerand, R.J. (2012). The dualistic model of passion in sport and exercise. In G.C. Roberts & D.C. Treasure (Eds.), *Advances in motivation in sport and exercise* (pp. 169-206). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Vallerand, R.J., Blanchard, M., Mageau, G.A., Koestner, R., Ratelle, C., Le'onard, M., et al (2003). Les passions de l'âme: On the obsessive and harmonious passion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 756-767.
- Vallerand, R.J., & Miquelon, P. (2007). Passion for sport in athletes.
- Vallerand, R.J., Paquet, Y., Philippe, F.L., & Charest, J. (2010). On the role of passion for work in burnout: a process model. *Journal of Personality*, 78, 289-312.
- Vallerand, R.J., Rousseau, F.L., Grouzet, F.M.E., Dumais, A., & Grenier, S. (2006). Passion in sport: a look at determinants and affective experiences. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 28, 455-478.
- Weinberg, R.S., Vernau, D., & Horn, T.S. (2013). Playing through pain and injury: Psychosocial considerations. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 7(1), 41-59.