۱۰۱-۱۱۷

بررسی رابطه حمایت خودمختاری ادراک شده با انگیزش ورزشی و میزان پرداختن به فعالیتهای ورزشی دانش‌آموزان پسر دوره متوسطه اول شهر تهران با نقش میانجی انگیزش خودمختاری و ترس از شکست*

◈ علی لطفی[۱] ◈ دکتر شهرام نظری[۲] ◈ دکتر معصومه بخیت[۳]

چکیده: هدف از انجام دادن این پژوهش، بررسی رابطه حمایت خودمختاری ادراک شده با انگیزش ورزشی و میزان پرداختن به فعالیتهای بدنی دانش‌آموزان پسر دوره متوسطه اول شهر تهران با نقش میانجی انگیزش خودمختاری و ترس از شکست بوده است. روش پژوهش از نظر اجرا توصیفی- همبستگی است و در دسته تحقیقات کاربردی قرار دارد. جامعه آماری پژوهش شامل همهٔ دانش‌آموزان پسر پایه اول دوره متوسطه اول شهر تهران به تعداد ۱۴۲۵۵۴ بود. حجم نمونه تحقیق ۳۸۴ نفر بود که به صورت خوشه ای تصادفی انتخاب شدند. ابزار پژوهش پنج پرسشنامه استاندارد انگیزش خودمختاری هگر و همکاران (۲۰۰۷)، ادراک حمایت خودمختاری بلک و دسی (۲۰۰۰)، انگیزش ورزشی پلیتر و همکاران (۲۰۱۳)، ترس از شکست کونروی و همکاران (۲۰۰۲) و میزان پرداختن به تمرینات ورزشی بک (۱۹۸۲) بود. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها، از مدل معادلات ساختاری استفاده شده است. مهم‌ترین نتایج نشان داد که حمایت خودمختاری معلم تأثیری مستقیم و مثبت بر انگیزش ورزشی و میزان پرداختن به فعالیتهای بدنی دانش‌آموزان دارد. انگیزش خودمختاری و ترس از شکست در رابطه حمایت خودمختاری معلم با انگیزش ورزشی و میزان پرداختن به فعالیتهای بدنی نقش میانجی دارد. بنابراین معلمان تربیت بدنی می‌توانند از رفتارهای حمایتی خودمختاری در زمینهٔ انگیزش دانش‌آموزان برای انتخاب در تصمیم‌گیریها بهره بگیرند و در کاهش ترس از شکست و افزایش انگیزش ورزشی دانش‌آموزان برای پرداختن به فعالیتهای بدنی موفق باشند.

کلید واژگان: حمایت خودمختاری، انگیزش خودمختاری، انگیزش ورزشی، فعالیتهای بدنی، ترس از شکست، دانش‌آموزان

◉ تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۲/۱۹ ◉ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۲/۱۴

* *این مقاله مستخرج از پایان‌نامه کارشناسی ارشد نویسنده اول است.*

۱. دانش‌آموخته کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی، دانشگاه غیر دولتی ـ غیرانتفاعی ایوان کی. **E-mail:** Ali.lotfi989898@gmail.com
۲. **نویسنده مسئول:** استادیار گروه آموزش تربیت بدنی، دانشگاه فرهنگیان استان تهران، پردیس شهید چمران. **E-mail:** shahram.nazari@cfu.ac.ir
۳. مدرس گروه تربیت بدنی، دانشگاه غیردولتی ـ غیر انتفاعی ایوان کی. **E-mail:** masomehbakhit@yahoo.com

مقدمه

یکی از مهم‌ترین دروس اثرگذار بر رفتار دانش‌آموزان، برنامه درس تربیت بدنی است. روند اجتماعی شدن دانش‌آموزان با فعالیتهای ورزشی آنها در مدارس شروع می‌شود و موجبات رشد و تکامل حرکتی در دوره کودکی و مشـــارکت ورزشـــی آنان در ســـالهای بعد را فراهم می‌کند. دانیـــش[1] (۲۰۱۲) اظهار می‌دارد که دانش‌آموزان مهارتهای ارتباطی و تصمیم‌گیری را با شرکت در برنامه‌های درس تربیت بدنی در مدارس کسب می‌کنند (کلاویو و والش[2]، ۲۰۱۴). برنامه درس تربیت بدنی علاوه بر این امر که نوعی سودمندی اجتماعی برای هر جامعه تلقی می‌شود، دارای منافع اجتماعی خردتری چون افزایش حرمت و اعتماد به نفس، اصلاح و بهبود تواناییهای اجتماعی، افزایش همبســـتگی، مشـــارکت، انسجام، تشویق بهترین بودن در جامعه، بهبود و افزایش ســـلامت عمومی در دانش‌آموزان و ســـایر کارکردهای فردی و اجتماعی اســـت که می‌توان آن را بخشی از کارکردهای آشـــکار درس تربیت بدنی در مدارس برشمرد (لیم[3] و همکاران، ۲۰۱۵). فعالیت بدنی منظم و هدفمند با عنوان مشارکت ورزشی[4]، مهم‌ترین ابزار برای دســـتیابی به سلامت و نشاط اجتماعی پایدار و همه‌گیر محســـوب می‌شود. منظور از مشارکت ورزشی، تأمین ســـلامتی و بهبود زندگی همه دانش‌آموزان از طریق ورزش کردن با کم‌هزینه‌ترین برنامه‌هاست. سیاســـتی که به معنای خلق فرصتها و محیط مطلوب از طریق همکاری همه سازمانهای درگیر است تا هر دانش‌آموز بدون توجه به جنسیت، سن، توانایی، موقعیت اقتصادی - اجتماعی و ... بتواند در فعالیتهای جسمانی و ورزشـــی شرکت کند. مشارکت در فعالیتهای بدنی و ورزشـــی، میزان تعهد دانش‌آموزان را افزایش و فرصـــت ارتکاب رفتارهای ضد اجتماعی مانند بزهکاری و رفتارهای خشـــونت‌آمیز را کاهش می‌دهد (مسنر و موستو[5]، ۲۰۱۴).

محققان ورزشی مدتهاست که درپی شناخت عوامل تأثیرگذار بر قصد افراد از مشارکت در فعالیتهای ورزشـــی‌اند. پیش‌بینی می‌شود که شـــناخت عوامل تأثیرگذار بر مشـــارکت افراد در فعالیتهای ورزشی امکان افزایش مشـــارکت در فعالیتهای ورزشی را فراهم آورد. جذب افراد به ورزش صرفاً فواید جسمانی ندارد، بلکه منافع سرشـــار دیگری را در پی دارد. درک عواملی که بر رفتار مشارکت‌کنندگان در ورزش تأثیرگذارند، می‌تواند منافع مســـتقیم و غیرمستقیمی را برای افراد شرکت‌کننده در فعالیتهای ورزشی در پی داشته باشد. بنابراین پژوهشگران درپی شناخت عوامل مرتبط با رفتارهایی هستند که بر مشارکت افراد در فعالیتهای ورزشی مؤثرند (پارسامهر، ۱۳۹۳). یکی از اهداف کلیدی تربیت بدنی مدارس فراهم کردن محیطهای حمایتی و دارای فعالیت بالا برای دانش‌آموزان اســـت که ســـبب آسان‌سازی مهارتها،

1. Danish
2. Clavio & Walsh
3. Lim
4. Sports participation
5. Messner & Musto

شناخت و نگرش آنها و در ورای آن، فعالیت و بهبود سبک زندگی و سلامتی در محیط بیرون از مدرسه است (سانچز - اولیوا[1] و همکاران، ۲۰۱۷). در این میان معلمان تربیت بدنی نقشی مهم در تکامل رفتار، نگرش، مهارتها و دادن اطلاعات مورد نیاز برای میزان پرداختن به فعالیت بدنی[2] به دانش‌آموزان دارند (بیدل[3] و همکاران، ۲۰۱۹). بر اساس پژوهشهای انجام شده، عملکرد شغلی معلمان تربیت بدنی یکی از مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار بر یادگیری و ترغیب دانش‌آموزان جهت پرداختن به فعالیتهای بدنی است (سلامت[4] و همکاران، ۲۰۱۳). رفتار، شیوه‌ها و سبکهای انگیزشی معلمان تربیت بدنی تأثیری قابل‌توجه بر احساسات و یادگیری دانش‌آموزان خواهد گذاشت و می‌تواند زندگی آنها را به سبب اتخاذ شیوهٔ زندگی جسمی فعال و پرداختن به فعالیتهای ورزشی تحت تأثیر قرار بدهد (منگ و وانگ[5]، ۲۰۱۶).

نظریهٔ حمایت خودمختاری[6] نظریه‌ای برجسته در مورد انگیزش، هیجان و رشد انسان است و بر عواملی تأکید دارد که فرایندهای مربوط به خودشکوفایی در انسانها را بازداری یا تسهیل می‌کنند. عناصر اصلی این نظریه شامل انگیزش بیرونی، انگیزش درونی و نیز مجموعه‌ای از نیازهای اساسی روانی زیربنای این نوع انگیزشهاست (هگر[7] و همکاران، ۲۰۲۰). در نظریه خودمختاری تأکید شده است که رفتار معلمان بر رفتار، نگرش و انگیزش خودمختاری[8] دانش‌آموزان تأثیر می‌گذارد. بر اساس این نظریه، یک معلم می‌تواند از طریق حمایت یا مخالفت با نیازهای روان‌شناختی پایهٔ دانش‌آموزان، یعنی نیاز به استقلال، شایستگی و ارتباط، بر نوع انگیزش دانش‌آموز تأثیر بگذارد. حمایت مربی از استقلال، لذت و زنده‌دلی بیشتری را در دانش‌آموزان به‌وجود می‌آورد. حمایت از شایستگی سبب کسب انرژی و عملکرد حرکتی و ورزشی بهتر می‌شود و در نهایت، حمایت ارتباطی که به تعامل کمی (میزان ارتباط) و کیفی(چگونگی ارتباط) ارتباط میان معلم و دانش‌آموز مربوط شود سبب دلگرمی بیشتر دانش‌آموزان خواهد شد (ون دن برگ[9] و همکاران، ۲۰۱۳). احساس خودمختاری هنگام انجام دادن کار منجر به یک حالت روان‌شناختی ویژه می‌شود که این حالت باعث می‌شود که فرد احساس کند خروجیهای کاری تحت تأثیر عملکرد خود وی قرار دارند و از محیط بیرون کنترل نمی‌شوند. این حالت روان‌شناختی نیز منجر به شکل‌گیری انگیزش ورزشی[10] برای انجام دادن فعالیت می‌شود (کوواس[11]، ۲۰۰۹). ساختار کلاسی که از خودمختاری دانش‌آموزان حمایت می‌کند

1. Sánchez-Oliva
2. Physical activity
3. Biddle
4. Selamat
5. Meng & Wang
6. Autonomy support
7. Hagger
8. Autonomous motivation
9. Van den Berghe
10. Exercise motivation
11. Kuvaas

به‌جای نادیده گرفتن یا سرکوب نیازهای روان‌شناختی، علائق شخصی و ارزشهای یکپارچه فردی آنها را درگیر می‌کند و پرورش می‌دهد. حمایت از میان منابع درونی انگیزشی در دانش‌آموزان از آن جهت اهمیت یافته است که شواهد پژوهشی نشان داده‌اند این شیوه حمایتی منجر می‌شود به اینکه در دانش‌آموزان طیفی از پیامدهای مثبت آموزشی مشاهده شود (هگر و وید[1]، ۲۰۱۹). معلم و محیط یادگیری می‌توانند در کلاس درس ابزاری برای بی‌انگیزشی و کمتر درگیر شدن دانش‌آموزان در فعالیتهای کلاسی یا به عکس آن باشند، بنابراین درگیر شدن هر فرد در کلاس درس همواره پیامد مشترک انگیزش دانش‌آموزان و حمایت ساختار کلاس از او هنگام درگیر شدن در فعالیت کلاسی است. فضایی که معلم فراهم می‌کند، می‌تواند انگیزش درونی فرد را ارتقا دهد (چان[2] و همکاران، ۲۰۲۰). رفتار معلم و مربی در خلق یک فضای انگیزشی، یک عنصر اساسی در اثرگذاری بر نیازها و انگیزش دانش‌آموزان و ورزشکاران است. بنابراین آموزش معلمان برای ایجاد ساختار کلاس مبتنی بر نظریه خودمختاری بسیار اهمیت دارد و منجر به پیامدهای مثبت تحصیلی می‌شود (هگر و همکاران، ۲۰۱۵). شن[3] و همکاران (۲۰۱۰) معتقدند که کمبود حمایت اجتماعی معلمان عاملی تعیین‌کننده در بی‌انگیزگی دانش‌آموزان در انجام دادن فعالیت بدنی است. یکی از پیامدهای مهم حمایت اجتماعی معلمان از دانش‌آموزان، کاهش ترس از شکست[4] و افزایش انگیزش آنان برای مشارکت در فعالیتهای ورزشی است.

ساگار[5] و همکاران (۲۰۱۰) معتقدند که ورزش یکی از محبوب‌ترین حوزه‌های موفقیت برای دانش‌آموزان و نوجوانان است که در آن افزایش فشار برای رسیدن به اجراهای ورزشی بالا و کسب پیروزی می‌تواند ترس از شکست را در میان آنان افزایش دهد. ترس از شکست منبعی ثابت از استرس یا اضطراب است که شرایط روانی و عملکرد ورزشکاران را تخریب می‌کند. در ورزش، بیشترین ترس افراد بر اساس درک آنهاست از اهمیت عملکرد یا بازی و آنچه تصور می‌کنند دیگران در مورد عملکرد آنها فکر می‌کنند (کوهن و چون[6]، ۲۰۱۰). در پژوهشهایی که در این زمینه انجام شده، ترس از شکست یا ارزیابی اجتماعی منفی، شایع‌ترین منابع نگرانی و استرس ناهنجار، میان نوجوانان گزارش شده است. پژوهش دربارهٔ ورزشکاران نوجوان نشان داده که هردو نگرانی درباره فرایند (مانند خوب بازی نکردن) و نتایج (مانند شکست، انتقاد والدین یا مربیان) با ترس از شکست مرتبط بوده است. برای مثال نگرانیهای ورزشکاران نوجوان به ترس از شکست، ترس از ارزیابی منفی، احساس بی‌کفایتی، بی‌انگیزگی، ناامیدی و ... مربوط است (ساگار و لاولی[7]، ۲۰۱۰). ترس از شکست باعث می‌شود که افراد اهدافی را انتخاب

1. Weed
2. Chan
3. Shen
4. Fear of failure
5. Sagar
6. Cohn & Chon
7. Lavallee

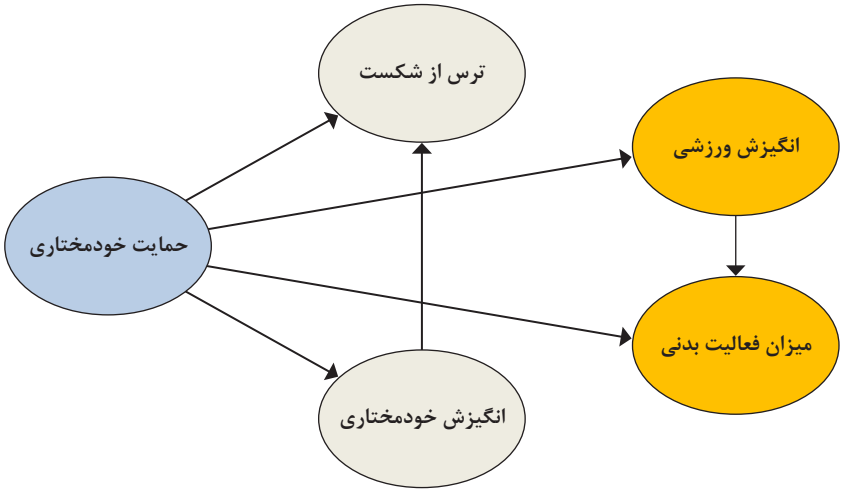
کنند که برای توسعه مهارت مطلوب نیستند یا انگیزه لازم را در نوجوانان ایجاد نمی‌کنند (ویکمن[1] و همکاران، ۲۰۱۰). لپتوکاریدو[2] و همکاران (۲۰۱۶) بیان کرده‌اند که حمایت خودمختاری معلمان در کلاسهای تربیت بدنی بر میزان ترس از شکست، خستگی و تلاش مؤثر است و منجر به افزایش سطوح انگیزش می‌شود.

اشنایدر[3] و همکاران (۲۰۲۰) پژوهشی در زمینه به‌کارگیری تربیت بدنی برای ارتقای فعالیتهای بدنی در اوقات فراغت دانش‌آموزان انجام داده‌اند. نتایج نشان داده است که خودمختاری ادراک شده با میانجیگری انگیزش خودمختاری منجر به بهبود انگیزش، نگرش و هنجارهای ذهنی دانش‌آموزان می‌شود و آنان را به انجام دادن فعالیتهای ورزشی در زمان اوقات فراغت ترغیب می‌کند. چوئن[4] و همکاران (۲۰۱۸) در پژوهشی به بررسی بهره‌گیری از حمایت خودمختاری در معلمان تمام وقت پرداخته و به این نتیجه رسیده‌اند که بهره‌گیری معلمان از حمایت خودمختاری بر کارایی آموزش و اهداف ذاتی آموزشی برای دانش‌آموزان آنها تأثیرگذار است. سانچز - اولیوا و همکاران(۲۰۱۷) در پژوهشی به بررسی تأثیر حمایت خودمختاری معلمان بر فعالیت بدنی دانش‌آموزان پرداخته‌اند. حمایت خودمختاری، انگیزش خودمختاری، قصد انجام دادن فعالیت بدنی و رضایتمندی در گروه آزمایشی نسبت به گروه کنترل افزایش معناداری را نشان داده‌اند. لپتوکاریدو و همکاران (۲۰۱۶) با بررسی تأثیر آموزش حمایت خودمختاری در کلاسهای تربیت بدنی بر میزان لذت، ترس از شکست، خستگی و تلاش نشان داده‌اند که آموزش حمایت خودمختاری منجر به افزایش سطوح انگیزش در مقابل عدم این آموزش می‌شود که ممکن است منجر به کاهش تدریجی مشارکت در کلاسهای تربیت بدنی شود. همچنین حمایت خودمختاری که با افزایش حمایت از استقلال دانش‌آموزان همراه است منجر به کاهش ترس آنها از شکست خوردن می‌شود و به نوبه خود تلاش برای موفقیت و مشارکت در فعالیتهای ورزشی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. یو[5](۲۰۱۵) در پژوهشی به این بررسی پرداخت که آیا انگیزش خودمختاری ارتباط میان حمایت خودمختاری ادراک شده و درگیری رفتاری در تربیت بدنی را میانجیگری می‌کند یا خیر. نتایج نشان داد که انگیزش خودمختاری تا اندازه‌ای ارتباط مثبت میان حمایت خودمختاری ادراک شده و درگیری رفتاری را میانجیگری می‌کند. نورعلی و همکاران (۱۳۹۹) به بررسی تأثیر تمرین خودمختاری بر انگیزهٔ ورزشی و حمایت خودمختاری ادراک شده در دانش‌آموزان پرداختند. نتایج پژوهش نشان داده که حمایت خودمختاری معلم بر انگیزش ورزشی دانش‌آموزان مؤثر است.

بر اساس اهداف دوره‌های تحصیلی نظام تعلیم و تربیت رسمی عمومی جمهوری اسلامی ایران

1. Wikman
2. Leptokaridou
3. Schneider
4. Choen
5. Yoo

(۱۳۹۷)، در ساحت زیستی و بدنی در دوره اول متوسطه، بحث معیارهای زندگی سالم مطرح و ارتقای سطح سلامت جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی مورد تأکید است و اشاره دارد به اینکه با شناسایی روشهای شکل‌دهی این سطوح، آنها را افزایش دهد که بدون تردید یکی از راههای ارتقای آن پرداختن به تمرینات ورزشی و ورزش است و به کارگیری ابزارهای تأثیرگذار مورد تأکید است. در سیاستهای ابلاغی مقام معظم رهبری (۱۳۸۵)، ارتقای سلامت جسمی و روحی معلمان و دانش‌آموزان و پیشگیری از آسیبهای اجتماعی و توسعه تربیت بدنی و ورزش در مدارس مورد توجه قرار گرفته است. بنابراین با توجه به مواردی که در سندهای بالادستی نظام آموزشی کشور آمده، دغدغه‌ای که وجود دارد این است که در فضای امروزی چگونه می‌توان انگیزش ورزشی دانش‌آموزان را افزایش داد و متناسب با آن، فعالیت بدنی دانش‌آموزان را نیز تضمین کرد. در مبانی نظری پژوهش بر تأثیر حمایت خودمختاری معلمان بر روی پیامدهای مثبت آموزشی و ازجمله فعالیتهای بدنی دانش‌آموزان تأکید شده است، اما در عمل تحقیقی انجام نشده است که مستقیماً این تأثیرگذاری را مورد توجه قرار دهد. در برخی پژوهشها بر نقش حمایت خودمختاری بر انگیزش و ترغیب دانش‌آموزان نسبت به فعالیتهای ورزشی اشاره شده است، در برخی دیگر نیز به تأثیر حمایت خودمختاری بر انگیزش خودمختاری و ترس از شکست جهت مشارکت در فعالیتهای ورزشی اشاره شده است، اما در هیچ کدام از آنها تأثیر مستقیم این متغیرها بر پرداختن به فعالیتهای ورزشی دانش‌آموزان بررسی نشده است. همچنین با توجه به ارتباط زنجیره‌ای این متغیرها در تأثیرگذاری بر فعالیتهای ورزشی دانش‌آموزان براساس مبانی نظری پژوهش، تحقیق منسجمی که اثر همزمان آنها را مورد بررسی قرار بدهد، انجام نشده است. در ضمن، به نظر می‌رسد که بیشتر پژوهشهایی که در این زمینه انجام شده خارج از کشور صورت گرفته‌اند و در داخل کشور پژوهشهای اندکی در این مورد انجام شده است. این پژوهش از لحاظ علمی می‌تواند منجر به کشف نتایجی سودمند شود و شکاف تحقیقاتی را برطرف کند. از لحاظ کاربردی نیز نتایج تحقیق می‌تواند مورد استفاده مدیران آموزش و پرورش، مدیران مدارس و معلمان ورزش قرار بگیرد تا در برنامه‌ریزیها و تصمیم‌گیریهای خود در آینده، به نسبت تأثیرگذاری عوامل بررسی شده در این پژوهش، از جمله حمایت خودمختاری معلمان ورزش و انگیزش خودمختاری دانش‌آموزان، فعالیت بدنی دانش‌آموزان را بهبود بخشند. بنابراین، با توجه به پژوهشهای اندکی که در این زمینه انجام شده است، هدف از انجام دادن این پژوهش بررسی تأثیر حمایت خودمختاری معلم بر انگیزش ورزشی و میزان پرداختن به فعالیتهای بدنی دانش‌آموزان با توجه به نقش میانجی انگیزش خودمختاری و ترس از شکست است. بنابراین با توجه به شکاف تحقیقاتی که به آن اشاره شد، سؤال اصلی پژوهش این است که حمایت خودمختاری معلم مستقیماً چه تأثیری بر انگیزش ورزشی و میزان پرداختن به فعالیتهای بدنی دانش‌آموزان دارد و آیا انگیزش خودمختاری و ترس از شکست می‌تواند در این زنجیره اثرگذار باشند و منجر به بهبود این اثرگذاری بشوند؟



شکل ۱. مدل مفهومی پژوهش

روش‌شناسی

روش تحقیق از نظر هدف کاربردی و از نظر شیوه گردآوری داده‌ها به صورت میدانی است و از نظر اجرا به صورت توصیفی-همبستگی است. پژوهش در نیمسال اول سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ انجام شده است. جامعه آماری پژوهش شامل همهٔ دانش‌آموزان پسر پایه اول دوره متوسطه اول مدارس دولتی شهر تهران به تعداد ۱۴۲۵۵۴ نفر بود. حجم نمونه تحقیق ۳۸۴ نفر بود که بر اساس جدول مورگان به‌صورت خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند. با توجه به اینکه تعدادی از پرسشنامه‌ها به دلیل ناقص بودن از روند پژوهش حذف شدند، در نهایت ۳۸۰ پرسشنامه تحلیل شد. به‌منظور نمونه‌گیری کل مناطق نوزده‌گانه شهر تهران به پنج قسمت شمال، جنوب، شرق، غرب و مرکز تقسیم شد. پس از شناسایی مناطق مربوط به هر قسمت، به‌صورت تصادفی چندتا از مناطق آن قسمت انتخاب شد و مدارس دوره اول متوسطه پسرانه هر منطقه شناسایی شدند، سپس به صورت تصادفی عده‌ای از دانش‌آموزان پایه اول هر مدرسه به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. از قسمت شمال، مناطق ۱ و ۳، از قسمت جنوب، مناطق ۱۵ و ۱۹، از قسمت شرق، مناطق ۴ و ۸، از قسمت غرب، مناطق ۵ و ۹ و از قسمت مرکز، مناطق ۶ و ۱۱ انتخاب شدند. پرسشنامه‌های مورد استفاده پژوهش عبارت بودند از: پنج پرسشنامه استاندارد انگیزش خودمختاری هگر و همکاران (۲۰۰۷)، ادراک حمایت خودمختاری بلک و دسی[1] (۲۰۰۰)، انگیزش ورزشی پلیتر[2] و همکاران (۲۰۱۳)، ترس از شکست کونروی[3] و همکاران (۲۰۰۲) و میزان

1. Black & Deci
2. Pelletier
3. Conroy

پرداختن به تمرینات ورزشی بک[1] (۱۹۸۲). پرسشنامه انگیزش خودمختاری ۱۲ سؤال دارد که براساس طیف پنج‌گزینه‌ای لیکرت طراحی شده است. پرسشنامه ادراک حمایت خودمختاری ۱۴ سؤال دارد که براساس طیف پنج‌گزینه‌ای لیکرت طراحی شده است. پرسشنامه انگیزش ورزشی ۱۸ سؤال دارد و براساس طیف پنج‌گزینه‌ای لیکرت طراحی شده است و دارای شش مؤلفه انگیزش درونی، تنظیم آمیخته، تنظیم خودپذیر، تنظیم درون‌فکنی شده، تنظیم بیرونی و عدم انگیزش است. پرسشنامه ترس از شکست پنج سؤال دارد و براساس طیف پنج‌گزینه‌ای لیکرت طراحی شده است. پرسشنامه میزان پرداختن به تمرینات ورزشی نیز ۱۶ سؤال دارد و و سه مؤلفه ورزش کردن، فعالیت اوقات فراغت و فعالیت محل زندگی را براساس طیف پنج‌گزینه‌ای لیکرت می‌سنجد. روایی محتوایی پرسشنامه‌ها را هشت تن از اساتید مدیریت ورزشی تأیید کرده‌اند و پایایی پرسشنامه‌ها با ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۸۸، ۰/۸۴، ۰/۹۰، ۰/۸۳ و ۰/۸۲ تعیین شده است. تجزیه و تحلیل داده‌ها، با مدلسازی معادلات ساختاری و نرم‌افزارهای SPSS و LISREL انجام شده است.

یافته‌ها

جدول شماره ۱، نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنوف را برای تعیین نرمال بودن داده‌ها نشان می‌دهد. در صورتی که سطح معناداری داده‌ها در این آزمون کمتر از ۰/۰۵ باشد، داده‌ها غیرنرمال و درصورتی که بیشتر از ۰/۰۵ باشد، داده‌ها نرمال تشخیص داده می‌شوند. همچنین نتایج توصیفی مربوط به متغیرهای تحقیق نیز در این جدول گزارش شده است.

جدول ۱. نتایج آزمون کولموگروف- اسمیرنف برای تعیین توزیع نرمال داده‌های پژوهش

متغیر	حمایت خودمختاری	انگیزش خودمختاری	ترس از شکست	انگیزش ورزشی	فعالیت بدنی
کولموگروف- اسمیرنف	۱/۸۹	۱/۴۴	۱/۳۲	۰/۸۹	۰/۹۱
معناداری	۰/۳۳	۰/۱۷	۰/۱۱	۰/۳۲	۰/۲۹
میانگین	۳/۲۴	۳/۵۵	۲/۲۴	۴/۵۲	۳/۱۹
انحراف معیار	۰/۵۵	۰/۴۸	۰/۵۱	۰/۵۹	۰/۴۸
تعداد نمونه	۳۸۰	۳۸۰	۳۸۰	۳۸۰	۳۸۰

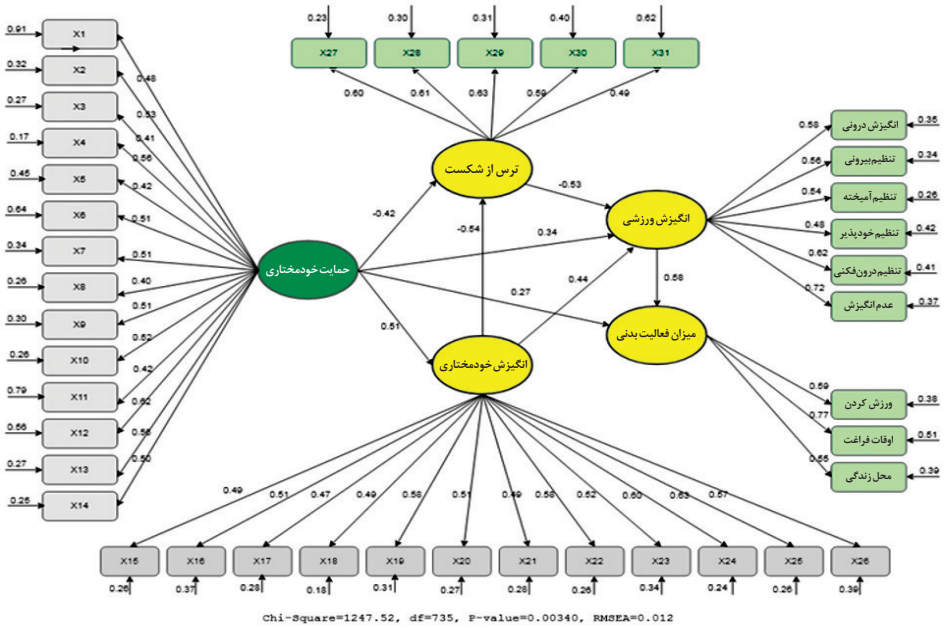
1. Baecke

نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنف نشان می‌دهد که چون سطح معناداری داده‌ها بالاتر از ۰/۰۵ است، بنابراین داده‌ها نرمال اند و به همین دلیل از آزمونهای پارامتریک و مدل معادلات ساختاری استفاده شده است. همچنین در این جدول نتایج میانگین و انحراف معیار داده‌ها ارائه شده است. نتایج نشان می‌دهد که میانگین همه متغیرها تقریباً بالاتر از میانگین استاندارد است.

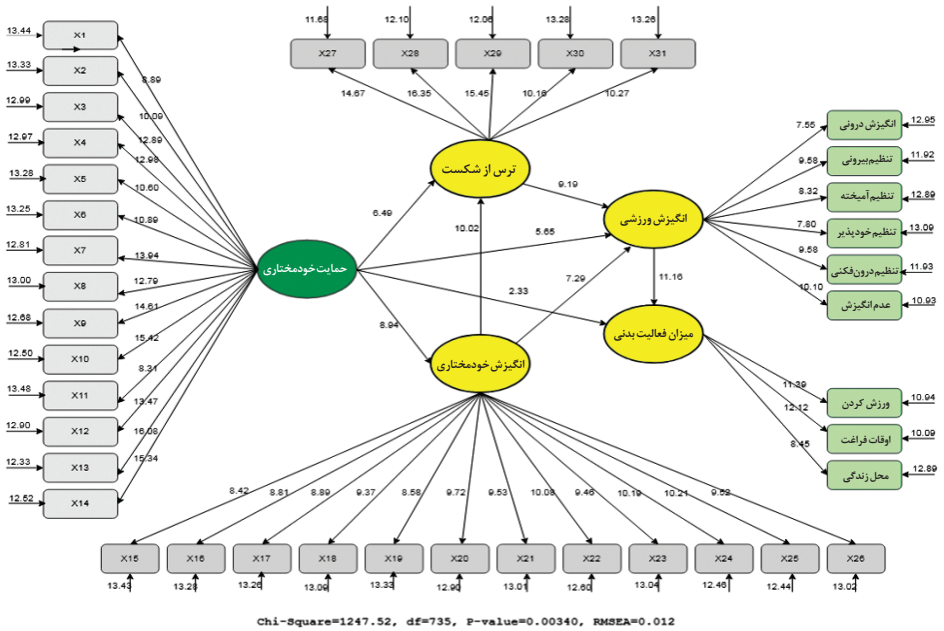
جدول ۲. ضریب همبستگی پیرسون برای همبستگی بین متغیرها

متغیر پیش‌بین	متغیر ملاک	تعداد	همبستگی	معناداری
حمایت خودمختاری	انگیزش خودمختاری	۳۸۰	۰/۶۵	۰/۰۰۱
حمایت خودمختاری	ترس از شکست	۳۸۰	-۰/۵۶	۰/۰۰۱
حمایت خودمختاری	انگیزش ورزشی	۳۸۰	۰/۴۹	۰/۰۰۱
حمایت خودمختاری	فعالیت بدنی	۳۸۰	۰/۴۲	۰/۰۰۱
انگیزش خودمختاری	ترس از شکست	۳۸۰	-۰/۷۰	۰/۰۰۱
انگیزش خودمختاری	انگیزش ورزشی	۳۸۰	۰/۵۸	۰/۰۰۱
ترس از شکست	انگیزش ورزشی	۳۸۰	-۰/۶۸	۰/۰۰۱
انگیزش ورزشی	فعالیت بدنی	۳۸۰	۰/۷۴	۰/۰۰۱

براساس نتایج جدول شمارهٔ ۲، میزان معناداری کمتر از ۰/۰۱ است، بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که بین متغیرهای درونزا و برونزا رابطه خطی وجود دارد. بین حمایت خودمختاری و انگیزش خودمختاری با ترس از شکست به ترتیب ارتباط منفی ۰/۵۶- و ۰/۷۰- وجود دارد، همچنین بین ترس از شکست با انگیزش ورزشی ارتباط منفی ۰/۶۸- وجود دارد. بین حمایت خودمختاری با انگیزش خودمختاری، انگیزش ورزشی و فعالیت بدنی به ترتیب ارتباط مثبت ۰/۶۵، ۴۹/ و ۰/۴۲ وجود دارد. بین انگیزش خومختاری با انگیزش ورزشی ارتباط مثبت ۰/۵۸ و بین انگیزش ورزشی با فعالیت بدنی ارتباط مثبت ۰/۷۴ وجود دارد.



شکل ۲. مدل ضرایب استاندارد متغیرهای پژوهش



شکل ۳. مدل ضرایب معناداری متغیرهای پژوهش

جدول ۳. شاخصهای برازش مدل

شاخص	جذر برآورد واریانس خطا	برازش مطلق	تناسب تطبیقی	نیکویی برازش	برازش انطباقی	برازش هنجاری	برازش فزاینده	کای‌دو به درجه آزادی
برآورد	۰/۰۱۲	۰/۰۰۳	۰/۹۲	۰/۸۹	۰/۸۷	۰/۸۵	۰/۹۳	۱/۶۹
شرایط	مطلوب	مطلوب	مطلوب	قابل‌قبول	مطلوب	قابل‌قبول	مطلوب	مطلوب

نتایج جدول شـــماره ۳، نشان می‌دهد که شاخصهای نســـبت خی دو برابر با ۱/۶۸، شاخص برازش مطلق برابر با ۰/۰۰۳، شـــاخصهای برازش تطبیقی، برازش فزاینده، بـــرازش هنجاری، نیکویی برازش، تناسب تطبیقی، برازش مطلق، در حالت مطلوب و شاخص جذر برآورد واریانس خطای تقریب کمتر از ۰/۱ در حد مطلوب قرار دارند. بدین معنا که مدل ساختاری پژوهش حاضر دارای برازشی مطلوب است.

جدول ۴. نتایج حاصل از تحلیل مدل معادلات ساختاری پژوهش

فرضیه‌های پژوهش	ضریب تأثیر	معناداری	نتیجه
ادراک حمایت خودمختاری بر انگیزش خودمختاری دانش‌آموزان تأثیر دارد.	۰/۵۱	۸/۹۴	تأییدفرضیه
ادراک حمایت خودمختاری بر ترس از شکست دانش‌آموز تأثیر دارد.	-۰/۴۲	۶/۴۹	تأییدفرضیه
ادراک حمایت خودمختاری بر انگیزش ورزشی دانش‌آموز تأثیر دارد.	۰/۳۴	۵/۶۵	تأییدفرضیه
ادراک حمایت خودمختاری بر میزان پرداختن به فعالیتهای بدنی تأثیر دارد.	۰/۲۷	۲/۳۳	تأییدفرضیه
انگیزش خودمختاری دانش‌آموزان بر ترس از شکست دانش‌آموزان تأثیر دارد.	-۰/۵۴	۱۰/۰۲	تأییدفرضیه
انگیزش خودمختاری دانش‌آموزان بر انگیزش ورزشی دانش‌آموز تأثیر دارد.	۰/۴۴	۷/۲۹	تأییدفرضیه
ترس از شکست دانش‌آموزان بر انگیزش ورزشی دانش‌آموز تأثیر دارد.	-۰/۵۳	۹/۱۹	تأییدفرضیه
انگیزش ورزشی دانش‌آموز بر میزان پرداختن به فعالیتهای بدنی تأثیر دارد.	۰/۵۸	۱۱/۱۶	تأییدفرضیه
انگیزش خودمختاری نقش میانجی در رابطه بین ادراک حمایت خودمختاری و ترس از شکست دانش‌آموزان دارد.	-۰/۲۷	۳/۱۶	تأییدفرضیه
انگیزش خودمختاری نقش میانجی در رابطه بین ادراک حمایت خودمختاری و انگیزش ورزشی دانش‌آموزان دارد.	۰/۲۲	۲/۸۷	تأییدفرضیه
ترس از شکست نقش میانجی در رابطه بین ادراک حمایت خودمختاری و انگیزش ورزشی دانش‌آموزان دارد.	۰/۲۲	۲/۸۱	تأییدفرضیه
انگیزش ورزشی نقش میانجی در رابطه بین ادراک حمایت خودمختاری و میزان پرداختن به فعالیتهای بدنی دانش‌آموزان دارد.	۰/۱۹	۲/۱۹	تأییدفرضیه
انگیزش ورزشی نقش میانجی در رابطه بین ترس از شکست و میزان پرداختن به فعالیتهای بدنی دارد.	-۰/۳۰	۵/۸۵	تأییدفرضیه

بر اساس نتایج جدول شـــمارۀ ۴، ادراک حمایت خودمختاری بر انگیزش خودمختاری دانش‌آموزان تأثیر مثبت ۰/۵۱ دارد. ادراک حمایت خودمختاری بر ترس از شکســـت دانش‌آموز تأثیر منفی ۰/۴۲- دارد. ادراک حمایت خودمختاری بر انگیزش ورزشـــی دانش‌آموز تأثیر مثبت ۰/۳۴ دارد. ادراک حمایت خودمختـــاری بر میـــزان پرداختن به فعالیتهای بدنـــی تأثیر مثبـــت ۰/۲۷ دارد. انگیزش خودمختاری دانش‌آموزان بر ترس از شکست دانش‌آموزان تأثیر منفی ۰/۵۴- دارد. انگیزش خودمختاری دانش‌آموزان بر انگیزش ورزشـــی دانش‌آموز تأثیر مثبت ۰/۴۴ دارد. ترس از شکست دانش‌آموزان بر انگیزش ورزشی دانش‌آموز تأثیر منفی ۰/۵۳- دارد. انگیزش ورزشی دانش‌آموز بر میزان پرداختن به فعالیتهای بدنی تأثیر مثبت ۰/۵۸ دارد. ضریب میانجی از حاصل‌ضرب ضریب مســـیر بین متغیر مستقل - میانجی بر ضریب مسیر بین متغیر میانجی - وابسته به دست می‌آید. با توجه به میزان ضریب میانجی و همچنین معناداری آن در آزمون سوبل[1]، می‌توان ادعا کرد که انگیزش خودمختاری نقش میانجی ۰/۲۷- در رابطه بین ادراک حمایت خودمختاری و ترس از شکســـت دانش‌آموزان دارد. انگیزش خودمختاری نقش میانجی ۰/۲۲ در رابـطه بـین ادراک حمـایت خودمختاری و انگـیزش ورزشی دانـش‌آمـوزان دارد. تـرس از شـکست نقـــش میانجی ۰/۲۲ در رابطه بین ادراک حمایت خودمختاری و انگیزش ورزشـــی دانش‌آموزان دارد. انگیزش ورزشـــی نقش میانجـــی ۰/۱۹ در رابطه بین ادراک حمایت خودمختـــاری و میزان پرداختن به فعالیتهای بدنی دانش‌آموزان دارد. انگیزش ورزشی نقش میانجی ۰/۳۰- در رابطه بین ترس از شکست و میزان پرداختن به فعالیتهای بدنی دارد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از انجام دادن این پژوهش، بررســـی رابطه حمایت خودمختاری ادراک شـــده با انگیزش ورزشـــی و میزان پرداختن به فعالیتهای ورزشـــی دانش‌آموزان پسر دوره متوسطه اول شهر تهران با نقش میانجی انگیزش خودمختاری و ترس از شکســـت بوده است. فرضیه‌های اصلی که در این پژوهش مورد بررســـی قرار گرفته‌اند این است که حمایت خودمختاری معلم مستقیماً چه تأثیری بر انگیزش ورزشی و میزان پرداختن به فعالیتهای بدنی دانش‌آموزان دارد و آیا انگیزش خودمختاری و ترس از شکســـت به مثابه متغیر میانجی می‌توانند منجر به بهبود این اثرگذاری بشـــوند. برای این‌منظور از روش تحقیق توصیفی - همبستگی برای بررسی فرضیات استفاده شده است و اطلاعات پژوهش از طریق پرسشـــنامه‌های استاندارد به صورت میدانی و با مراجعه مستقیم به دانش‌آموزان در نمونه پژوهش گردآوری شده و با مدلسازی معادلات ساختاری مورد بررسی قرار گرفته است.

در زمینه فرضیه اول تحقیق، نتایج پژوهش نشان داده که ضریب استاندارد بین ادراک حمایت

1. Sobel test

خودمختاری با انگیزش ورزشـــی و میزان پرداختن به فعالیتهای بدنی دانش‌آموزان به ترتیب برابر با ۰/۳۸ و ۰/۴۳ اســـت، پس می‌توان نتیجه گرفت که ادراک حمایت خودمختاری به‌طور مستقیم و مثبت بر انگیزش ورزشـــی و میزان پرداختن به فعالیتهای بدنی دانش‌آموزان مؤثر است. از این رو ادراک حمایت خودمختاری ســـبب بهبود انگیزش ورزشـــی و میزان پرداختن به فعالیتهای بدنی دانش‌آموزان پسر دوره اول متوسطه می‌شود. نتایج این بخش از پژوهش همسوست با نتایج پژوهش اشـــنایدر و همکاران (۲۰۲۰) که نشـــان دادند خودمختاری ادراک شده منجر به بهبود انگیزش، نگرش و هنجارهای ذهنی دانش‌آموزان می‌شود و آنان را به انجام دادن فعالیتهای ورزشی در زمان اوقات فراغت ترغیب می‌کند و همچنین نتایج پژوهش سانچز -اولیوا و همکاران (۲۰۱۷) که نشان دادند حمایت خودمختاری بر قصد انجام فعالیت بدنی دانش‌آموزان مؤثر است.

در زمینه فرضیه دوم تحقیق، نتایج پژوهش نشان داده که اثری که ادراک حمایت خودمختاری به صورت غیرمستقیم و از طریق متغیر میانجی انگیزش خودمختاری بر ترس از شکست و انگیزش ورزشـــی دانش‌آموزان می‌گذارد، به ترتیب برابر ۰/۲۷- و ۰/۲۲ اســـت. پس می‌توان نتیجه گرفت که انگیزش خودمختاری، ارتباط متغیر ادراک حمایت خودمختاری با ترس از شکســـت و انگیزش ورزشـــی دانش‌آموزان را به صورت نســـبی میانجیگری می‌کند. همچنین، اثری که ادراک حمایت خودمختاری و ترس از شکســـت به صورت غیرمستقیم و از طریق متغیر میانجی انگیزش ورزشی بر میزان پرداختن به فعالیتهای بدنی دانش‌آموزان می‌گذارد، به ترتیب برابر ۰/۱۹ و ۰/۳۰- است. پس می‌توان نتیجه گرفت که انگیزش ورزشی، ارتباط متغیر ادراک حمایت خودمختاری و ترس از شکست با میزان پرداختن به فعالیتهای بدنی دانش‌آموزان را به صورت نسبی میانجیگری می‌کند. در واقع، در تحلیل این نتیجه پژوهش می‌توان گفت که ادراک دانش‌آموزان از حمایت خودمختاری معلمان تربیت بدنی منجر به افزایش انگیزه خودمختاری دانش‌آموزان و کاهش ترس از شکســـت آنان می‌شـــود و در نتیجه انگیزش ورزشـــی دانش‌آموزان بهبود می‌یابد و در نهایت به مشـــارکت افزون‌تر دانش‌آموزان در فعالیتهای بدنی می‌انجامد. نتایج این بخش از پژوهش همسوست با نتیجه پژوهش اشنایدر و همکاران (۲۰۲۰) که نشان دادند خودمختاری ادراک شده با میانجیگری انگیزش خودمختاری منجر به بهبود انگیزش، نگرش و هنجارهای ذهنی دانش‌آموزان می شـــود و آنان را به‌انجام دادن فعالیتهای ورزشی در زمان اوقات فراغت ترغیب می‌کند و نتیجه پژوهش لپتوکاریدو و همکاران (۲۰۱۶) که نشان دادند حمایت خودمختـــاری در کلاسهـــای تربیت‌بدنی بر میزان ترس از شکســـت دانش‌آموزان مؤثر است و منجر به افزایش سطوح انگیزش می‌شود و همچنین نتیجه پژوهش یو (۲۰۱۵) که نشان داد انگیزش خودمختاری ارتباط بین حمایت خودمختاری ادراک شده و درگیری رفتاری دانش‌آموزان در تربیت بدنی را میانجیگری می‌کند.

در تحلیل یافته‌های پژوهش می‌توان گفت جنبه کارکردی جو حمایتی -خودمختاری معلمان

تربیت بدنی سبب می‌شود که دانش‌آموزان احساس کنند که رفتار آنها از خودشان و نه از فشارها و نیازهای بیرونی سرچشمه گرفته است و در نتیجه ترس و استرس دانش‌آموزان کاهش می‌یابد. در واقع، تحت فشار قرار گرفتن دانش‌آموز از سوی معلم سبب ترس او از شرمندگی و خجالت‌زدگی می‌شود و به احساس ترس از شکست در آنها می‌انجامد. دانش‌آموزان در رویارویی با موقعیتهای ترس و اضطراب، نیاز به حمایت بیشتری به ویژه از سوی معلمان تربیت بدنی خود دارند. از آنجا که در روش حمایت خودمختاری فشار و دستور دادن معلم به حداقل می‌رسد و معلم بیشتر از نظر دانش‌آموزان بهره می‌گیرد، بنابراین بهره‌گیری از این روش حمایتی تأثیر بسیار در کاهش ترس از شکست دانش‌آموزان دارد. پولاماکی[1] (۲۰۱۳)، نیز معتقد است که رفتار و قدرت معلم، می‌تواند ترس از شکست در نوجوانان را تحت تأثیر قرار دهد و معلمان می‌توانند با ایجاد شرایط مطلوب برای دانش‌آموزان و به‌کارگیری رفتارهای حمایتی، سبب کاهش ترس دانش‌آموزان شوند و متناسب با آن، عملکرد ورزشی آنها را افزایش دهند. همچنین حمایت خودمختاری معلمان تربیت بدنی می‌تواند به‌منزلهٔ بخشی از جو انگیزشی که فعالیتها در آن روی می‌دهد، تعبیر شود و اگر دانش‌آموزان انگیزه‌ای برای استفاده از این حمایت خودمختاری داشته باشند، می‌تواند مفید باشد. حمایت معلم از خودمختاری و انگیزه دانش‌آموزان می‌تواند انگیزش درونی، خلاقیت، عزت نفس، اعتماد به نفس و درک شایستگی دانش‌آموزان را بالا ببرد و فرصتهای انتخاب را برایشان فراهم آورد. در این شیوهٔ رفتار، از آزادی دانش‌آموزان حمایت می‌شود و همهٔ آنها در فرایند تصمیم‌گیری دخالت داده می‌شوند. از این رو فشار برای انتخاب کردن یک رفتار خاص به حداقل می‌رسد و افراد تشویق می‌شوند که فعالیتهای ورزشی را برپایهٔ اهداف و ارزشهای خود و با فشارهای روانی کمتر و اعتماد به نفس بیشتر پیگیری کنند. این امر می‌تواند انگیزه ورزشی آنها را افزایش دهد و برای پرداختن به فعالیتهای بدنی تشویق کند. مورفی - میلز[2] (۲۰۱۱)، نیز معتقد است که رفتارهای مربیگری مؤثر معلمان، می‌تواند سطح انگیزش ورزشی، عملکرد، لذت از ورزش، پشتکار و اعتماد به نفس نوجوانان را تحت تأثیر قرار دهد.

در پایان پیشنهاد می‌شود که معلمان تربیت بدنی برای کاهش کنترلهای خارجی، ایجاد فرصتهای مشارکت و حق انتخاب در تصمیم‌گیریهای دانش‌آموزان از رفتارهای حمایتی خودمختاری بهره بگیرند. به این ترتیب در ایجاد اعتماد به نفس و کاهش ترس از شکست در دانش‌آموزان نیز موفق خواهند شد. معلمان تربیت بدنی شرایطی را فراهم آورند که به دانش‌آموزان حق انتخاب و آزادی عمل داده شود، آنها را در صحنه‌های ورزشی درک و با آنها روابط صمیمانه برقرار کنند تا به نیازهای روحی و روانی و به‌طور کلی نیازهای انسانی دانش‌آموزان پاسخ داده شود و تمایل

1. Puolamäki
2. Murphy-Mills

دانش‌آموزان را برای کسب موفقیت هر چه بیشتر در عرصهٔ ورزش فراهم شود. سیاستگذاری به‌منظور تشویق دانش‌آموزان برای افزایش میزان فعالیتهای بدنی در ساعات درس ورزش، زمانهای اوقات فراغت مانند زنگ تفریح و در محیط کلاس درس و محیط خارج از مدرسه توصیه می‌شود. مثلاً، ضمن کلاسهای درس می‌توان از دانش‌آموزان درخواست کرد که تحرک بدنی داشته باشند تا بانشاط و سرحال شوند یا تجهیزاتی را در سطح مدارس تعبیه کرد که دانش‌آموزان هنگام زنگ تفریح و اوقات فراغت بجای گوشه‌نشینی و تغذیه ناسالم، به فعالیتهای بدنی بپردازند. تلاش برای دادن آزادی عمل به دانش‌آموزان در انتخاب کردن و انجام دادن فعالیتهای بدنی، شرکت در فعالیتهای ورزشی و دادن مسئولیت پرورشی، ورزشی و ... به آنها، برای اینکه که حس خودمختاری و انگیزش درونی دانش‌آموز پرورش یابد. تدارک برنامه های درسی متناسب با تواناییهای یادگیری و علایق تحصیلی دانش‌آموزان، برای اینکه میزان حس شایستگی دانش‌آموزان را افزایش دهد.

منابع

REFERENCES

پارســـامهر، مهربان. (۱۳۹۳). بررســـی انگیزه‌های افراد از قصد مشارکت در فعالیتهای ورزشـــی: (آزمون تجربی نظریه رفتار برنامه‌ریزی شده). *پژوهش در مدیریت ورزش و رفتار حرکتی*، ۴ (۸)، ۲۱-۳۴.

نورعلی، جواد؛ شیخ، محمود؛ حمایت‌طلب، رسول و باقرزاده، فضل‌اله. (۱۳۹۹). تأثیر تمرین خودمختاری بر انگیزهٔ ورزشی و حمایت خودمختاری ادراک شده در دانش‌آموزان. *مطالعات روانشناسی ورزش*، ۹ (۳۱)، ۳۵-۵۰.

Baecke, J. A., Burema, J., & Frijters, J. E. R. (1982). A short questionnaire for the measurement of habitual physical activity in epidemiological studies. *The American Journal of Clinical Nutrition, 36*(5), 936-942.

Biddle, S. J. H., Ciaccioni, S., Thomas, G., & Vergeer, I. (2019). Physical activity and mental health in children and adolescents: An updated review of reviews and an analysis of causality. *Psychology of Sport and Exercise, 42,* 146-155.

Black, A. E., & Deci, E. L. (2000). The effects of instructors' autonomy support and students' autonomous motivation on learning organic chemistry: A self-determination theory perspective. *Science Education, 84*(6), 740-756.

Chan, D. K. C., Zhang, L., Lee, A. S. Y., & Hagger, M. S. (2020). Reciprocal relations between autonomous motivation from self-determination theory and social cognition constructs from the theory of planned behavior: A cross-lagged panel design in sport injury prevention. *Psychology of Sport and Exercise, 48,* Article 101660.

Cheon, S. H., Reeve, J., Lee, Y., & Lee, J. W. (2018). Why autonomy-supportive interventions work: Explaining the professional development of teachers' motivating style. *Teaching and Teacher Education, 69*, 43-51.

Clavio, G., & Walsh, P. (2014). Dimensions of social media utilization among college sport fans. *Communication & Sport, 2*(3), 261-281.

Cohn, P. J., & Chon, L. (2010). A review of the ultimate sports parent. *Journal of Sport Psychology in Action, 2*(3), 198.

Conroy, D. E., Willow, J. P., & Metzler, J. N. (2002). Multidimensional fear of failure measurement: The Performance Failure Appraisal Inventory. *Journal of Applied Sport Psychology, 14*(2), 76–90.

Hagger, M.S., Cameron, L. D., Hamilton, K., Hankonen, N., & Lintunen, T. (2020). *The handbook of behavior change.* Cambridge University Press.

Hagger, M. S., Chatzisarantis, N. L. D., Hein, V., Pihu, M., Soós, I., & Karsai, I. (2007). The perceived autonomy support scale for exercise settings (PASSES): Development, validity, and cross-cultural invariance in young people. *Psychology of Sport and Exercise, 8*(5), 632-653.

Hagger, M. S., Sultan, S., Hardcastle, S. J., & Chatzisarantis, N. L. D. (2015). Perceived autonomy support and autonomous motivation toward mathematics activities in educational and out-of-school contexts is related to mathematics homework behavior and attainment. *Contemporary Educational Psychology, 41,* 111-123.

Hagger, M. S., & Weed, M. (2019). Debate: Do interventions based on behavioral theory work in the real world. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 16,* Article 36.

Kuvaas, B. (2009). A test of hypotheses derived from self-determination theory among public sector employees. *Employee Relations, 31*(1), 39-56.

Leptokaridou, E. T., Vlachopoulos, S. P., & Papaioannou, A. G. (2016). Experimental longitudinal test of the influence of autonomy-supportive teaching on motivation for participation in elementary school physical education. *Educational Psychology, 36*(7), 1135-1156.

Lim, J. S., Hwang, Y., Kim, S., & Biocca, F. A. (2015). How social media engagement leads to sports channel loyalty: Mediating roles of social presence and channel commitment. *Computers in Human Behavior, 46,* 158-167.

Meng, H. Y., & Wang, J. C. K. (2016). The effectiveness of an autonomy-supportive teaching structure in physical education. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte, 12*(43), 5-28.

Messner, M. A., & Musto, M. (2014). Where are the kids? *Sociology of Sport Journal, 31*(1), 102-122.

Murphy-Mills, J. L. (2011). *An examination of coach-athlete interactions in a model sport program for athletes with disabilities.* Master's thesis, the School of Kinesiology and Health Studies, Queen's University, Ontario, Canada.

Pelletier, L. G., Rocchi, M. A., Vallerand, R. J., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2013). Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Psychology of Sport and Exercise, 14*(3), 329-341.

Puolamäki, M. (2013). *Performance-related fear experiences, coping and perceived functional impact on highly skilled athletes.* Master's thesis, Department of Sport Sciences, University of Jyväskylä, Finland.

Sagar, S. S., Bradley, B. K., & Jowett, S. (2010). Success and failure, fear of failure, and coping responses of adolescent academy football players. *Journal of Applied Sport Psychology, 22*(2), 213-230.

Sagar, S., & Lavallee, D. (2010). The developmental origins of fear of failure in adolescent athletes: Examining parental practices. *Psychology of Sport and Exercise, 11*(3), 177–187.

Sánchez-Oliva, D., Pulido-González, J. J., Leo, F. M., González-Ponce, I., & García-Calvo, T. (2017). Effects of an intervention with teachers in the physical education context: A Self- Determination Theory approach. *PLoS ONE, 12*(12), e0189986.

Schneider, J., Polet, J., Hassandra, M., Lintunen, T., Laukkanen, A., & Hankonen, N., … Hagger, M. S. (2020). Using physical education to promote leisure-time physical activity in lower secondary school students: The PETALS Trial. *Research Square, 4,* 1-24.

Selamat, N., Samsu, N. Z., & Mustafa Kamalu, N. S. (2013). The impact of organizational climate on teachers' job performance. *Educational Research, 2*(1), 71-82.

Shen, B., Li, W., Sun, H., & Rukavina, P. B. (2010). The influence of inadequate teacher-to-student social support on amotivation of physical education students. *Journal of Teaching in Physical Education, 29*(4), 417-432.

Van den Berghe, L., Soenens, B., Vansteenkiste, M., Aelterman, N., Cardon, G., Tallir, I. B., & Haerens, L. (2013). Observed need-supportive and need-thwarting teaching behavior in physical education: Do teachers' motivational orientations matter? *Psychology of Sport and Exercise, 14*(5), 650-661.

Wikman, J. M., Elbe, A. M., & Stelter, R. (2010). Can goal setting training reduce fear of failure in young elite athletes?. *Conference: Nordic Conference 2010: interdisciplinary Perspectives on Health, Participation and Effects of Sport and Exercise.*

Yoo, J. (2015). Perceived autonomy support and behavioral engagement in physical education: A conditional process model of positive emotion and autonomous motivation. *Perceptual and Motor Skills, 120*(3), 731-746.

Quarterly Journal of
Family and Research

The Relationship between Perceived Autonomy Support, Sport Motivation and the Level of Physical Activity among Male Junior High School Students in Tehran with the Mediating Role of Autonomy Motivation and Fear of Failure*

■ A. Lotfi[1] ■ S. Nazari, Ph.D.[2] ■ M. Bakhit, Ph.D.[3]

Abstract

The purpose of this study was to investigate the relationship between perceived autonomy support, sport motivation and the level of physical activity among male junior high school students in Tehran with the mediating role of autonomy motivation and fear of failure. This descriptive-correlational study is in the category of applied research. The statistical population of the study was comprised of all male seventh graders in Tehran (N=142554). The sample included 384 students which was selected based on random cluster sampling method. The research instruments comprised Autonomy Motivation Questionnaire (Hagger et al., 2007), Black and Deci Autonomy Support Perception Questionnaire (2000), Sport Motivation Scale (Pelletier et al., 2013), Conroy et al.'s Inventory of Fear of Failure (2002), and Measurement of Habitual Physical Activity Questionnaire (Baecke et al., 1982). Structural equation modeling was utilized to analyze the data. Results revealed that teachers' autonomy support had a direct, positive effect on sport motivation and students' amount of physical activity. Autonomy motivation and fear of failure play a mediating role in the link between teachers' autonomy support, sport motivation, and the amount of physical activity. Therefore, physical education teachers can use autonomous supportive behaviors to motivate students to make decisions and thus reduce students' fear of failure and increase students' sport motivation to engage in physical activities.

Keywords: **autonomy support, autonomy motivation, sport motivation, physical activity, fear of failure, students**

Date received: May 9, 2021 **Date accepted:** March 5, 2022

* *This article is derived from the first author's Master's thesis.*

1. M.A. in Sports Management, The University of Eyvanekey, Semnan, Iran.
E-mail: Ali.lotfi989898@gmail.com
2. **Corresponding Author:** Assistant Professor of Sports Management, Farhangian University, Shahid Chamran Campus, Tehran, Iran.
E-mail: shahram.nazari@cfu.ac.ir
3. Instructor at the University of Eyvanekey, Semnan, Iran.
E-mail: masomehbakhit@yahoo.com