

Original Article

# Analyzing the Motivational Content of Youth Football Academy Coaches in the Pre-Match Talk

Shiva Molaviniya<sup>1</sup> , Fahimeh Sepehri<sup>\*2</sup> 



**Citation:** Molaviniya, S., Sepehri, F. Analyzing the motivational content of youth football academy coaches in the pre-match talk. Iranian Journal of Motor Behavior and Sport Psychology, 2024; 3(4): 59-68.

 10.22034/ijmb-sp.2024.486599.1119

- **Received:** 2 September 2023
- **Revised:** 12 November 2023
- **Accepted:** 17 December 2023
- **Published:** 16 March 2024

1. Isfahan Islamic Azad University (Khorasgan), Iran. E-mail: shiva.molavi98@gmail.com

\*2. Physical education expert of Isfahan University of Medical Sciences, Iran, (Corresponding Author). E-mail: faranak.sepehri19@gmail.com

## Abstract

The purpose of this research was to analyse the motivational content of youth football academy coaches in the pre-match match talk. For this purpose, 8 elementary level football coaches were selected as participants in this study. This study was qualitative in terms of method. For this purpose, data was collected using semi-structured interview and observation. The collected data were carefully implemented and analysed using the qualitative content analysis method. The findings of the current research were extracted into seven comprehensive categories (1) focus recovery, (2) players' independence, (3) autonomy, (4) competence, (5) interpersonal communication, (6) dependence and (7) commitment. Identifying the psychological and environmental factors that affect the sports success of coaches makes it possible for coaches to know the effective psychological characteristics and be diligent in improving their performance and that of their athletes. On the other hand, it is important to improve the knowledge of trainers in their professional growth and development in every country; For this reason, it is suggested that in the future researches, the underlying mediating mechanisms for the training of trainers and strategic interventions should be carried out.

**Keywords:** Analysis, Motivational Content, Football, Match Talk

## مقاله پژوهشی

# واکاوی محتوای انگیزشی مربیان آکادمی نوجوان فوتبال در گفتگوی قبل از مسابقه

شیوا مولوی نیا<sup>۱</sup> ID ، فهیمه سپهری<sup>۲</sup> ID

### چکیده

هدف از این پژوهش واکاوی محتوای انگیزشی مربیان آکادمی نوجوان فوتبال در گفتگوی قبل از مسابقه بود. بدین منظور ۸ مربی فوتبال سطح پایه به عنوان شرکت‌کننده در این مطالعه انتخاب شدند. این مطالعه از منظر روش، کیفی بوده است. برای این منظور داده‌ها با استفاده از مصاحبه نیمه ساختاریافته و مشاهده جمع‌آوری گردید. داده‌های جمع‌آوری شده به دقت پیاده‌سازی و با استفاده از روش تحلیل محتوای کیفی تجزیه و تحلیل گردیده شد. یافته‌های پژوهش حاضر هفت مقوله فراگیر (۱) بازیابی تمرکز، (۲) استقلال بازیکنان، (۳) خودمختاری، (۴) شایستگی، (۵) ارتباط بین فردی، (۶) وابستگی و (۷) تعهد استخراج شد. شناسایی مولفه‌های روانشناختی و محیطی موثر بر موفقیت ورزشی مربیان این امکان را فراهم می‌کند که مربیان بتوانند ویژگی‌های روانشناختی موثر را بشناسند و در جهت ارتقاء عملکرد خود و ورزشکارانشان کوشا باشند. از سویی دیگر ارتقاء دانش مربیان در رشد و توسعه حرفه‌ای آن‌ها در هر کشور حائز اهمیت است؛ به همین دلیل پیشنهاد می‌شود که در پژوهش‌های آتی مکانیسم‌های میانجی زیربنای در جهت آموزش مربیان و مداخلات راهبردی انجام گیرد.

واژه‌های کلیدی: واکاوی، محتوای انگیزشی، فوتبال، گفتگوی

- تاریخ دریافت: ۱۱ شهریور اسفند ۱۴۰۲
- تاریخ بازنگری: ۲۱ آبان ۱۴۰۲
- تاریخ پذیرش: ۲۶ آذر ۱۴۰۲
- تاریخ انتشار: ۲۶ اسفند ۱۴۰۲

۱. دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان (خوراسگان)، ایران.

E-mail: shiva.molavi98@gmail.com

۲. کارشناس تربیت بدنی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، ایران، (نویسنده مسئول).

E-mail: faranak.sepehri19@gmail.com

## مقدمه

مربیان تیم‌های ورزشی از رویکردهای مختلفی برای تأثیرگذاری بر احساسات، شناخت‌ها و رفتارهای ورزشکاران خود استفاده می‌کنند (۱). در واقع، ادبیات پژوهشی، به طور سیستماتیک رفتار مربیان را در طول جلسات تمرین و رقابت مشاهده کرده است و توصیف دقیقی از رفتاری که آن‌ها در طول تمرین و رقابت استفاده می‌کنند را ارائه می‌دهد (۲ و ۳). این امر به ویژه در طول بازی و قبل از مسابقه به دلیل تأثیرات عاطفی و انگیزشی صحبت‌های مربیان بر روی بازیکنان حائز اهمیت بوده است (۴). مربیان معمولاً بازیکنان خود را گردهم می‌آورند تا راهبردهای بازی را به خاطر بیاورند و پیام‌های انگیزشی خاصی را قبل از رقابت به آن‌ها ارائه نمایند (۵). پژوهش‌های انجام شده در مورد محتوای اطلاعاتی و انگیزشی قبل از مسابقه اختلاف نظر داشتند (۶). علاوه بر این، نظریه دستیابی به هدف بیان کرده است که دو جهت‌گیری انگیزشی اولیه وجود دارد که از طریق آن‌ها می‌توان دستیابی به یک فعالیت را ارزیابی کرد. اولاً، ورزشکاران می‌توانند شایستگی خود را با تمرکز بر یادگیری و بهبود مهارت ارتقاء دهند. از طرفی، ورزشکاران می‌توانند موفقیت را از طریق توجه بر نتیجه و مقایسه با دیگران

ارزیابی کنند. در همین راستا، نظریه دستیابی به هدف هنگام شرکت در ورزش، تمایلات ورزشکاران را به سمت این جهت‌گیری‌ها هدایت می‌کند. در حالی که پژوهش‌ها مقدار اطلاعات، خودکارآمدی درک شده و احساسات عملکردی بازیکنان و گفتگوی عاطفی شبیه‌سازی شده قبل از مسابقه که منجر به تسلط عاطفی بالاتر، الهام بخشیدن به عملکرد و کارایی تیمی می‌شود را پیش‌بینی کرده است (۷). گزاله، متزلر و نیوتن (۸) در سال ۲۰۱۱ در پژوهش خود به تأثیر گفتگوی شبیه‌سازی شده مربیان برای الهام بخشیدن و ایجاد انگیزه در ورزشکاران پرداختند. نتایج نشان داد که گفتگوی الهام بخش مربیان تأثیر مثبتی بر روی عملکرد ورزشکاران داشته است. به طور گسترده برای درک فرآیندهای انگیزشی در محیط‌های ورزشی نظریه‌هایی به کار گرفته شده است. نظریه خود تعینی پیشنهاد می‌کند که افراد زمانی که سه نیاز روانشناختی اساسی آن‌ها (یعنی استقلال، شایستگی و ارتباط) حمایت شود، به طور مستقل برانگیخته می‌شوند. در واقع، یک محیط مربیگری حمایتی مورد نیاز با ارائه امکان انتخاب به ورزشکاران، ارائه دلایل منطقی (یعنی حمایت از خودمختاری)، هدف‌گزینی، ایجاد اثربخشی (یعنی حمایت از شایستگی) و تشویق و انسجام تیمی بین ورزشکاران (ارتباط و حمایت از اجتماع) مشخص می‌شود (۹). همچنین مربیان می‌توانند رفتارهای خنثی‌کننده‌ای

ورزشکاران از شایستگی مربیان، لذت خود و قصد تداوم در ورزشی موثر است. بازی فوتبال، به‌ویژه در سطح نوجوانان، به ترکیبی از مهارت‌های فنی و آمادگی ذهنی نیاز دارد. یکی از ابعاد مهم مربیگری در تیم‌های نوجوانان، انگیزش روانی بازیکنان قبل از مسابقه است. مربیان از روش‌ها و تکنیک‌های متنوعی برای افزایش انگیزه و اعتماد به نفس بازیکنان خود استفاده می‌کنند که تأثیر مستقیم بر عملکرد تیم در زمین مسابقه دارد. مربیان می‌توانند با استفاده از پیام‌های انگیزشی مؤثر، بازیکنان خود را به سطح بالاتری از آمادگی ذهنی برسانند. این پیام‌ها نه تنها می‌توانند استرس و اضطراب بازیکنان را کاهش دهند، بلکه باعث افزایش تمرکز، روحیه تیمی و انگیزه برای پیروزی می‌شوند. از این رو، واکاوی محتوای انگیزشی ارائه شده توسط مربیان می‌تواند به بهبود روش‌های مربیگری کمک کند. از سوی دیگر به نظر می‌رسد اندک مطالعه‌ای به محتوای انگیزشی واقعی صحبت‌های قبل از بازی مربیان یا ملاحظات ذهنی زیربنایی آن‌ها پرداخته شده است. لذا هدف پژوهش حاضر واکاوی محتوای انگیزشی مربیان آکادمی نوجوان فوتبال در گفتگوی قبل از مسابقه بوده است.

## روش‌شناسی

### شرکت‌کننده‌ها

طرح پژوهش حاضر از نوع پدیدارشناسی است. این روش تحقیق نظام‌دار و دقیق، یکی از رویکردهای پژوهشی است که به نمایان شدن ادراکات تجربه انسانی در مورد انواع پدیده‌ها می‌پردازد (۱۴) با توجه به هدف پژوهش حاضر، شناسایی مولفه‌های روانشناختی و محیطی مؤثر بر گفتگوی مربیان آکادمی فوتبال استفاده از رویکرد پدیدارشناسی، بررسی عمیق تجربیات ذهنی مشارکت‌کنندگان را میسر کرد. در این پژوهش از مصاحبه نیمه‌ساختار یافته استفاده شد تا درکی عمیق از مولفه‌های روانشناختی و محیطی، مکانیسم‌های مقابله‌ای که مربیان در هنگام مسابقه به‌کار می‌برند ایجاد شود. هشت مربی یک آکادمی فوتبال در دو رده سنی زیر ۱۳ سال، زیر ۱۴ سال و زیر ۱۵ سال برای شرکت در این مطالعه انتخاب شدند. میانگین سنی مشارکت‌کنندگان بین ۲۶ سال بود که به عنوان شرکت‌کنندگان داوطلب در این پژوهش مشارکت داشتند.

### روش اجرا

جذب شرکت‌کنندگان در ابتدا با برقراری ارتباط با مدیر آکادمی از طریق تماس تلفنی انجام گردید. جلسات حضوری بعدی برای توضیح اهداف و روش تحقیق قبل از شناسایی مجموعه‌ای از مربیان آکادمی که واجد شرایط شرکت در پژوهش بودند؛ برگزار گردید. این پژوهش با هدف واکاوی محتوای انگیزشی مربیان آکادمی نوجوان فوتبال در گفتگوی قبل از مسابقه انجام شد. از مربیان آکادمی دعوت به عمل آمد تا داوطلبانه از

مانند تحمیل تفکر و رفتار (کنترل خودمختاری)، اقدام به شیوه‌ای غیرقابل پیش‌بینی یا شک در توانایی ورزشکاران (کنترل شایستگی) و نشان دادن در دسترس نبودن یا حذف ورزشکاران از وظایف (ارتباط و جو اجتماعی) اتخاذ کنند (۱۰). بررسی ادبیات پژوهشی نشان داد که رفتار و سبک رهبری مربی می‌تواند تأثیر زیادی بر میزان انگیزه ورزشکار داشته باشد. مربیانی که سبک حمایتی دارند و به ورزشکاران اجازه می‌دهند تا در تصمیم‌گیری‌های مرتبط با تمرینات و مسابقات دخالت داشته باشند، به نیاز به استقلال ورزشکاران پاسخ می‌دهند. این باعث افزایش انگیزه درونی آن‌ها می‌شود، زیرا ورزشکار احساس می‌کند که کنترل بر مسیر حرفه‌ای خود دارد و تصمیمات او محترم شمرده می‌شود. فرانسس، بن، ونستکیست، مرتنز و ون‌دبروک (۱۱) در سال ۲۰۱۸ در پژوهش خود به تأثیر قدرت حمایت از شایستگی مربیان و رهبران ورزشکار بر انگیزه و عملکرد درونی پرداختند. یافته‌های پژوهش نشان داد که رهبران ورزشکار نیز می‌توانند نقش انگیزشی داشته باشند و با انجام این کار، تأثیر آن‌ها به اندازه تأثیر مربی قوی است. بنابراین، هم مربیان و هم رهبران ورزشکار می‌توانند عملکرد عینی ورزشکاران را تقویت کنند و رضایت شایستگی را تقویت کنند، که منجر به افزایش انگیزه درونی می‌شود. براساس بررسی ادبیات پژوهشی بهبود عملکرد ورزشکاران در حال پرورش دغدغه اصلی محققان می‌باشد، لذا بررسی راه‌کارهای مختلف جهت ارتقاء عملکرد آن‌ها ضروری به نظر می‌رسد. اندک مطالعه‌ای به واکاوی رفتار مربی بر عملکرد ورزشکاران به روش کیفی پرداخته است. یکی از نظریه‌های برجسته در حوزه مطالعات انگیزش و رفتار انسان نظریه نیازهای اساسی می‌باشد که از جمله زیرشاخه‌های نظریه خودمختاری است (۱۲). براساس نظریه نیازهای اساسی سه نیاز روانشناختی شایستگی، استقلال و وابستگی برای هر فرد مانند نیازهای فیزیولوژیک ضروری شناخته شده است. زمانی که فرد احساس رضایت‌مندی از تأمین این نیازها را در محیط تجربه می‌کند رفتار فرد سازگار و فرد می‌تواند به اهداف تعیین شده خود دست یابد. اما زمانی که این نیازها ارضا نمی‌شوند و فرد احساس ناامیدی را تجربه می‌کند رفتارهای ناسازگارانه در فرد به وجود آمده و از دستیابی به اهداف ناکام خواهد شد (۱۱). به بیان دیگر عملکرد بهینه افراد در ورزش وابسته به ارضای نیازهای روانشناختی اساسی یعنی استقلال، شایستگی و وابستگی است. این امر در صورتی رقم خواهد خورد که محیط و رفتارهای مربی در راستای حمایت از ارضای نیازهای ورزشکاران باشد. اما در صورتی که محیط و رفتار مربی باعث جلوگیری از ارضای نیازهای ورزشکاران شود در نهایت عملکرد ضعیفی را به همراه دارد (۱۲). پولیدو، لئو، گنزاله، گاجرادو و الویا (۱۳) در سال ۲۰۲۱ در پژوهش خود به بررسی مداخله روانشناختی با مربیان فوتبال برای بهبود شایستگی مربیگری درک شده توسط ورزشکار، رضایت از مربی، لذت و قصد تداوم در ورزش پرداختند. نتایج نشان داد که مداخلات روانشناختی برای بهبود و حفظ متغیرهای مرتبط با ادراک

یادداشت‌نویسی، تا زمانی که به اشباع زیرمجموعه‌ها و دسته‌ها دست یافتند (۱۸). رویه‌های تحلیلی مورد استفاده در این پژوهش نباید ساختار یافته، سفت و سخت در نظر گرفته می‌شد. همان‌طور که استراوس و کوربین (۱۸) در سال ۱۹۹۸ بیان داشتند، فرآیند تحلیل کیفی یک فرآیند خلاقانه و آزاد است که در آن محققان به سرعت بین انواع تکنیک‌های کدگذاری و رویه‌های تحلیلی در جهت واکاوی مقوله‌ها آزادانه حرکت نمایند.

## نتایج

با توجه به مصاحبه‌های انجام شده و تحلیل‌های به عمل آمده، مربیان تعاریف و تجارب متفاوتی از ویژگی‌های روانشناختی و محیطی دارند. در نهایت یافته‌های پژوهش حاضر شامل هفت مقوله فراگیر (۱) بازیابی تمرکز، (۲) استقلال بازیکنان، (۳) خودمختاری، (۴) شایستگی، (۵) ارتباط بین فردی، (۶) وابستگی و (۷) تعهد استخراج شد. مقوله‌های استخراج شده در جدول ۱ ارائه شده است.

### بازیابی تمرکز

این مقوله از دیدگاه مربیان به معنای بازگشت به حالت ذهنی ایده‌آل برای اجرای بهینه پس از وقوع عوامل حواس پرت‌کننده، استرس‌ها یا اشتباهات در حین مسابقه یا تمرین است. در واقع، مربیان ورزشی بازیابی تمرکز را به‌عنوان توانایی ورزشکار برای جلوگیری از انحراف ذهنی و برگشت سریع به تمرکز کامل بر اهداف و وظایف خود، تعریف می‌کنند. این مقوله فراگیر شامل یک مقوله سازمان‌دهنده توجه ناپایدار می‌باشد. همچنین هر مقوله سازمان‌دهنده دارای یک مقوله پایه می‌باشد. کد ۱: من وقتی روزهای آخر تمرین هستم مدام سر تمرین به بچه‌ها تاکید می‌کنم که حواستون باشه ما باید به بازی پر گل داشته باشیم. کد ۲: وقتی وارد زمین بازی می‌شم به بچه‌ها میگم این زمین مثل زمین تمرین خودمون نیست. باید بیشتر بدوین و توپ‌های بلند برای مهاجمین ارسال کنید.

### استقلال بازیکنان

استقلال بازیکنان به معنای توانایی آن‌ها برای تصمیم‌گیری‌های مناسب و کارآمد بدون وابستگی به مربی یا دیگر بازیکنان در شرایط مسابقه یا تمرین است. این استقلال شامل توانایی اجرای مهارت‌ها، اتخاذ تصمیمات تاکتیکی و مدیریت شرایط فشار روانی به‌صورت خودمختار و در راستای استراتژی‌های تیمی است. این مقوله فراگیر شامل دو مقوله سازمان‌دهنده عدم آزادی عمل و ناتوانی در تصمیم‌گیری می‌باشد. همچنین هر کدام از مقوله‌های سازمان‌دهنده دارای یک مقوله پایه می‌باشد. کد ۵: من نمی‌تونم کادر فنی را خودم انتخاب کنم و این

طریق گفتگوی رودرو در پژوهش حاضر شرکت کنند، پس از گفتگوهای مثبت، مربیان اطلاعات مربوط به پژوهش (اهداف و روش‌شناسی پژوهش) را قبل از ارائه رضایت آگاهانه کتبی ارائه کردند. داده‌های کیفی از طریق مصاحبه نیمه ساختاریافته و مشاهده محقق جمع‌آوری شد. اتخاذ یک رویکرد نیمه ساختاریافته برای مصاحبه‌ها، یک خط کلی از پرسش را به محققان ارائه کرد که هدف آن کشف اهداف پژوهش بود، اما همچنان درجه‌ای از انعطاف‌پذیری برای کشف داده‌های نوظهور در عمق فزاینده از طریق سوالات مرتبط و مناسب ارائه شد. محققان نقش موثری در فرآیند مصاحبه داشتند، ویژگی‌های شخصیتی و تکنیک‌های مصاحبه بر عمق و غنای اطلاعاتی که از روش مصاحبه تولید گردید؛ موثر بود (۱۵).

### روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

برای تجزیه و تحلیل داده‌های جمع‌آوری شده از مصاحبه با مربیان آکادمی یک رویکرد بازتابی به تحلیل موضوعی انتخاب گردید. از آنجایی که رویکرد تحلیل موضوعی برای شناسایی و استفاده همزمان از هر دو کد معنایی و پنهان در فرآیند مضمون‌سازی است لذا به عنوان موثرترین روش تحلیل شناسایی گردید (۱۶ و ۱۷). علاوه بر این، کلارک و براون (۱۶ و ۱۷) بیان داشتند که محقق تأثیر اجتناب‌ناپذیر (تعصبات، ارزش‌ها، موضع فلسفی و تجربیات آن‌ها) را بر فرآیند تحلیل دارد. به بیان دیگر، ماهیت رویکرد تحلیل موضوعی، این امکان را فراهم کرده است که محقق در مرکز فرآیند تحلیل قرار گیرد. در این مسیر محققان در تلاش بودند تا داده‌ها را معنا سازند، سپس در قالب مضامین و کدهای مرتبط طبقه‌بندی کنند (۱۶). در طول مراحل تجزیه و تحلیل و تفسیر داده‌ها، محققان به شدت از ادراکات، باورها و احساسات ذهنی خود نسبت موضوعات مورد بررسی آگاه بودند. بنابراین، این رویکرد به دنبال استفاده از تجربیات محققان به شیوه‌ای مثبت و تسهیل‌کننده برای کمک به درجه عملی شدن یافته‌های پژوهش و پیامدهای موثر و کاربردی برای آکادمی فوتبال بود.

مصاحبه‌های ضبط شده به طور دقیق و جزئی کلمه به کلمه رونویسی شد و ۱۳۰ صفحه داده به دست آمد؛ متن‌های بدست‌آمده از مصاحبه‌ها چندین بار توسط محققان مطالعه شد تا مقوله‌های پایه برای استخراج مقوله‌های فراگیر فراهم گردند. پس از هر مصاحبه روش‌های تجزیه و تحلیل داده‌ها انجام گردید تا مشخص شود آیا مقوله‌های مهم مستلزم کاوش بیشتر در مصاحبه‌های فردی محققان هستند یا خیر. با توجه به اینکه هدف اصلی تجزیه و تحلیل، به دست آوردن درک صحیحی از این است که مربیان چگونه ویژگی‌های روانشناختی و محیطی را در ورزشکاران قبل از رقابت ایجاد می‌کنند؛ بود.

محققان از تعدادی رویه‌ها در طول فرآیند تحلیل استفاده نمودند، به‌ویژه کدگذاری باز، کدگذاری خط به خط، روش‌های مقایسه ثابت و

وابستگی از دیدگاه مربی به معنای نیاز ورزشکاران به حمایت، راهنمایی و ارتباط با مربی و دیگر اعضای تیم است. این مقوله فراگیر شامل دو مقوله سازمان-دهنده و وابستگی به نتایج و وابستگی به دانش قبلی می-باشد. همچنین مقوله-های سازمان-دهنده عدم مهارت رهبری دارای دو مقوله پایه می-باشد و مقوله-های سازمان-دهنده عدم مهارت انگیزشی دارای یک مقوله پایه می-باشد. کد ۵: نتیجه بازی یعنی آبروی من جلوی همه. کد ۲: مربی ما از اینکه روش-های بکار گرفته شده در جهان استفاده می-کنه و فقط گیر داده به شیوه قدیمی خودش.

#### تعهد

تعهد ورزشکاران از دیدگاه مربیان ورزشی به معنای سطحی از انگیزه، وفاداری و مسئولیت‌پذیری ورزشکاران نسبت به هدف‌ها و فعالیت‌های ورزشی خود است. این مفهوم شامل عزم راسخ برای بهبود مهارت‌ها، شرکت فعال در تمرینات، و تلاش برای دستیابی به موفقیت در رقابت‌ها می‌شود. این مقوله فراگیر شامل یک مقوله سازمان-دهنده عدم توانایی در اولویت-بندی اهداف فردی و تیمی می-باشد. همچنین دارای یک مقوله پایه می-باشد. کد ۳: برای من رسیدن به شهرت و محبوبیت بیشتر اولویت داره تا خود تیم.

#### بحث

هدف این پژوهش، واکاوی محتوای انگیزشی مربیان آکادمی نوجوان فوتبال در گفتگوی قبل از مسابقه بود. محققان در این پژوهش با یک رویکرد کل-نگر به تمرین و مسابقه خود، تلاش کردند که با تامل بر رفتارهای مربیان مولفه‌های روانشناختی و محیطی آن‌ها را مورد واکاوی قرار دهند. در واقع، بسیاری از مربیان تلاش کردند که ادراک خود از ویژگی‌های روانشناختی و محیطی موثر بر عملکردشان را در طی مسابقه بیان کنند. آن‌ها تلاش کرده‌اند ابعاد روانشناختی ضروری از دیدگاه خود را به محققان ارائه نمایند. یافته‌های پژوهش حاضر دارای هفت مقوله فراگیر (۱) بازیابی تمرکز، (۲) استقلال بازیکنان، (۳) خودمختاری، (۴) شایستگی، (۵) ارتباط بین فردی، (۶) وابستگی و (۷) تعهد بود.

در مربیگری تخصصی ورزشی، نوع و نحوه اطلاعات افزوده شده-ای که مربی برای برقراری ارتباط و تمرین با تک تک ورزشکاران انتخاب می-کند، می-تواند تأثیر بسزایی بر رشد مهارت و عملکرد داشته-باشد (۱۹). یافته‌های پژوهش حاضر با پژوهش اوته، دیوز، میلار و کلت (۱۹) در سال ۲۰۲۰ همسو بود. اوته، دیوز، میلار و کلت (۱۹) در سال ۲۰۲۰ در پژوهشی به بررسی نحوه ارائه بازخورد به ورزشکاران پرداختند. نتایج نشان داد که به منظور کمک به ورزشکاران در جهت کشف راه حل-های حرکتی عملکردی، اعلان-های ساده، نشانه-ها و سؤالات ممکن است جایگزین-های کلامی را برای هدایت فعالیت-های ورزشکاران موثر است.

برام قابل قبول نیست. کد ۳: دوست دارم بازیکن جدیدی برای تیمم بگیرم ولی امکان چنین کاری را ندارم و دستم از این جهت بسته هست.

#### خودمختاری

خودمختاری از دیدگاه مربیان ورزشی به معنای توانایی و تمایل ورزشکار به کنترل و هدایت رفتارها و تصمیم‌گیری‌های خود به صورت مستقل و با انگیزه درونی است. این مفهوم در راستای نظریه «خودتعیینی» مطرح می‌شود و بر اهمیت ایجاد محیطی تأکید دارد که به ورزشکاران اجازه می‌دهد تا احساس کنترل بیشتری بر عملکرد و انتخاب‌های خود داشته باشند. این مقوله فراگیر شامل دو مقوله سازمان-دهنده عدم خلاقیت و عدم رشد حرفه-ایی می-باشد. همچنین هر کدام از مقوله-های سازمان-دهنده دارای یک مقوله پایه می-باشد. کد ۴: کمک مربیم همه چی را براش باید توضیح بدم و یه ذره از خودش خلاقیت نشون می-ده. کد ۳: ضعف مربیان اینکه در کلاس-های دانش-افزایی فوتبال شرکت نمی-کنند.

#### شایستگی

شایستگی از دیدگاه مربیان ورزشی به معنای توانایی ورزشکار در اجرای موفقیت‌آمیز مهارت‌ها و وظایف موردنیاز در ورزش است. این توانایی‌ها شامل مهارت‌های فنی، جسمانی، ذهنی و تاکتیکی می‌شود که ورزشکار را قادر می‌سازد تا عملکرد بهینه‌ای در شرایط رقابتی و تمرینی داشته باشد. این مقوله فراگیر شامل دو مقوله سازمان-دهنده عدم مهارت رهبری و عدم مهارت انگیزشی می-باشد. همچنین مقوله-های سازمان-دهنده عدم مهارت رهبری دارای دو مقوله پایه می-باشد و مقوله-های سازمان-دهنده عدم مهارت انگیزشی دارای یک مقوله پایه می-باشد. کد ۵: من یه چیزی که باید تو تیم خوب جا بندازم اینکه بتونم به کاپیتان تیمم بفهمونم که رهبری تیم دست خودته موقع بازی. مشاهده محقق: قبل بازی استرس مربی به دلیل حساسیت بازی اینقدر زیاد است که نمی-تواند تیم و خودش را مدیریت کند.

#### ارتباط بین فردی

ارتباط بین فردی از دیدگاه مربیان ورزشی به معنای توانایی ورزشکاران و مربیان برای تعامل مؤثر و سازنده با یکدیگر و با اعضای تیم است. این ارتباط شامل تبادل اطلاعات، احساسات، و افکار به شیوه‌ای است که به درک متقابل، همکاری تیمی و هماهنگی کمک می‌کند. این مقوله فراگیر شامل یک مقوله سازمان-دهنده عدم ایجاد محیط مثبت و سازنده می-باشد. همچنین دارای یک مقوله پایه می-باشد. مشاهده محقق: در تیم اعتماد بین مربی و بازیکنان وجود نداشت.

#### وابستگی

جدول ۱. هفت مقوله فراگیر (۱) بازیابی تمرکز، (۲) استقلال بازیکنان، (۳) خودمختاری، (۴) شایستگی، (۵) ارتباط بین فردی، (۶) وابستگی و (۷) تعهد.

مردیف	مقوله پایه	مقوله ساخرمان-دهنده	مقوله فراگیر
۱	پرم رنگ کردن نتیجه برای بازیکنان جهت-دهی توجه به سمت عوامل محیطی نامربوط (ماشآگران، داوران و ...)	۱. توجه ناپایدار	بازیابی تمرکز
۲	عدم اختیاری در انتخاب کادر فنی و بازیکنان عدم توانایی در تصمیم‌گیری مربوط به مسائل انضباطی	۱. عدم آزادی عمل ۲. عدم توانایی در تصمیم‌گیری	استقلال بازیکنان
۳	عدم وجود ایده خلاق در تمرین و رقابت عدم دستیابی به تجربیات جدید	۱. عدم خلاقیت ۲. عدم رشد حرفه-ایی	خودمختاری
۴	موفقیت ناپایدار مدیریت انتظارات مختلف	۱. عدم مهارت رهبری ۲. عدم مهارت انگیزشی	شایستگی
۵	عدم اطمینان بین فردی در تیم	۱. عدم ایجاد محیط مثبت و سازنده	ارتباط بین فردی
۶	اهمیت نتیجه نسبت به عملکرد بازیکنان خودداری از امتحان کردن روش‌های جدید	۱. وابستگی به نتایج ۲. وابستگی به دانش قبلی	وابستگی
۷	اهمیت اهداف شخصی نسبت به اهداف تیمی	۱. عدم توانایی در اولویت-بندی اهداف فردی و تیمی	تعهد

ماکینتوش و ساتو (۲۳) در سال ۲۰۲۴ در پژوهشی به بررسی درک مکانیسم اهداف برای ادامه ورزش، رفاه ذهنی در محیط‌های ورزشی جهت شکوفایی جوانان پرداختند. یافته‌های این پژوهش نشان داد که نقش مربی در پرورش احساس استقلال و خودمختاری با قصد ادامه ورزش و بهزیستی ذهنی در ورزش از طریق تغییرات در ارضای نیازهای روانشناختی اساسی ورزشکاران مرتبط بود. یافته‌ها نشان داد که نیاز متخصصان ورزشی به تمرکز بر آموزش و ارتقای نقش خود در ایجاد محیط‌های حمایتی با هدف افزایش سلامت روان ورزشکاران اهمیت دارد. در تبیین این یافته‌ها براساس نظریه نیازهای اساسی می‌توان عنوان کرد که سه نیاز خودمختاری، شایستگی و ارتباط نقشی کلیدی در محیط‌های ورزشی ایفا می‌کند و به طور مستقیم بر انگیزه، عملکرد و رضایت ورزشکاران تأثیر می‌گذارد. زمانی که ورزشکار احساس می‌کند که در ورزش خود ماهر است، در تمرینات و مسابقات موفق عمل می‌کند و قادر به بهبود و پیشرفت مستمر است و انگیزه بیشتری برای ادامه فعالیت ورزشی خواهد داشت.

نیاز شایستگی به احساس توانمندی و مهارت در انجام فعالیت‌های ورزشی اشاره دارد. ورزشکاران نیاز دارند که احساس کنند در بهبود و پیشرفت خود موفق هستند و توانایی مواجهه با چالش‌ها را دارند. حس شایستگی باعث تقویت انگیزه و اعتماد به نفس در ورزشکار می‌گردد (۲۴). یافته‌های پژوهش حاضر همسو با پژوهش روبینز، گیلبرت، جکسون و روسرت (۲۴) در سال ۲۰۲۴ بود. روبینز، گیلبرت، جکسون و روسرت (۲۴) در سال ۲۰۲۴ در پژوهش خود به بررسی احساس شایستگی، استقلال و ارتباط مربیان هاکای روی چمن و توانایی درک شده آن‌ها برای برآورده

در تبیین یافته‌های این پژوهش براساس نظریه خودتنظیمی می‌توان بیان کرد که بازخورد کلامی از سوی مربیان، معلمان یا دیگران می‌تواند به افراد کمک کند تا توجه خود را به اهداف و وظایف محوله متمرکز کنند و عملکرد خود را بهبود بخشند.

ورزشکاران به دنبال استقلال و کنترل بر تصمیمات و اقدامات خود در ورزش هستند. این نیاز به معنی داشتن آزادی در انتخاب اهداف و روش‌ها در فعالیت ورزشی است. وقتی ورزشکاران احساس کنند که بر روی مسیر و فرآیند تمرینات خود کنترل دارند و انتخاب‌هایشان به آنها احترام گذاشته می‌شود، انگیزه درونی و لذت آن‌ها از فعالیت‌های ورزشی بیشتر می‌شود (۲۰). یافته‌های پژوهش حاضر همسو با پژوهش (۲۱) بود. بیستر، کراشوز و هابارد (۲۱) در سال ۲۰۲۰ در پژوهش خود به تعیین نقش مربیان ورزشی در ارتقای سلامت روان ورزشکاران پرداختند. نتایج نشان داد که نقش مربی در پرورش فرهنگ‌های تیمی و ایجاد استقلال در بازیکنان حائز اهمیت است و استقلال داشتن بازیکنان موجب می‌گردد سلامت روان آن‌ها تضمین گردد. در واقع، مربیان باید برای تشخیص علائم سلامت روان، نحوه تسهیل رفتارهای کمک جویانه به ورزشکاران و نحوه ارجاع ورزشکاران به مداخلات مبتنی بر شواهد آموزش ببینند. ورزشکاران نیاز دارند احساس کنند که در انتخاب‌ها و تصمیم‌گیری‌های خود آزاد هستند. یعنی آن‌ها باید حس کنند که کنترل رفتارها و فعالیت‌های خود را در اختیار دارند و اقدامات‌شان براساس انتخاب شخصی و علاقه‌مندی است. در محیط‌های ورزشی که ورزشکاران احساس خودمختاری دارند، انگیزش درونی و لذت از فعالیت‌های ورزشی بیشتر است (۲۲). یافته‌های این پژوهش همسو با پژوهش (۲۳) بود. کینوشیتا،

پرداخت. در تبیین این یافته‌ها وابستگی مربی و ورزشکار یک رابطه پیچیده و چند وجهی است که بر عملکرد، انگیزه و رشد هر دو طرف تاثیرگذار است. این وابستگی متقابل به عوامل مختلفی از جمله شخصیت، اهداف، سبک‌های ارتباطی و انتظارات هر یک از طرفین بستگی دارد. همچنین مربی می‌تواند به ورزشکار کمک کند تا ویژگی‌های شخصیتی مثبت مانند انضباط، پشتکار و اعتماد به نفس را توسعه دهد.

نیروی محرکه قهرمانان تعهد ورزشی به معنای پایبندی عمیق و آگاهانه یک ورزشکار به ورزش، اهداف خود و تیمی است که در آن عضویت دارد. این تعهد، فراتر از علاقه و تلاش است و به عنوان نیروی محرکه‌ای عمل می‌کند که ورزشکار را در مسیر موفقیت پیش می‌برد (۲۹). یافته‌های این پژوهش همسو با یافته‌های (۲۹ و ۳۰) بود. وینتر، اوربین و کولینز (۳۰) در سال ۲۰۲۱ در پژوهش خود به دنبال بررسی ادراکات مربیان آکادمی در مورد تعهد در ورزشکاران در حال پرورش پرداختند. نتایج نشان داد که بیش ارزشمندی از ویژگی‌های تعهد ایده‌آل و واقعیت ورزشکار نوجوان، همراه با استراتژی‌های کنونی که مربیان در تمرین خود از رویکرد متقابل ورزش به کار می‌بردند، ارائه می‌کردند. در تبیین این یافته‌ها کنترل سبک مربیگری یک پیش‌بینی‌کننده کلیدی ترس ورزشکاران از شکست است. ادبیات پژوهشی نشان داد که سبک مربیگری کنترلی با نیازهای اساسی روانشناختی همبستگی منفی دارد و به طور غیرمستقیم بر ترس ورزشکاران از شکست از طریق نیازهای روانشناختی اساسی و تعهد محدود تاثیر می‌گذارد.

## نتیجه‌گیری

با توجه به نتایج این پژوهش می‌توان گفت واکاوی محتوای انگیزشی مربیان در آکادمی‌های فوتبال نوجوانان، یک گام اساسی در جهت بهبود عملکرد ورزشکاران جوان و ایجاد محیطی پویا و انگیزه‌بخش برای رشد و توسعه آن‌ها است؛ زیرا بازیکنان نوجوان در این مرحله از زندگی خود تحت تاثیر فشارهای اجتماعی، تحصیلی و انتظارات خانواده قرار دارند. در واقع رفتار رهبری تربیت و آموزش که مربیان برای انجام وظایف فنی خود استفاده می‌کنند؛ می‌توان آن‌ها را به عنوان یک عامل بین فردی حیاتی در نظر گرفت که بر ورزشکاران تاثیر می‌گذارد.

از سوی دیگر رفتار کلامی و غیر کلامی مربی منجر می‌گردد تا مدیریت روابط بین فردی به خوبی در تیم صورت گیرد و در نهایت منجر به شکل دادن تجربیات روانشناختی ورزشکاران شود. گفتگوی قبل از مسابقه، فرصتی طلایی برای مربی می‌باشد تا با استفاده از کلمات و احساسات، انگیزه را در بازیکنان ایجاد کند. محققان از طریق این واکاوی، توانستند به درک عمیق‌تری از عوامل موثر بر انگیزش نوجوانان در محیط ورزشی دست یابند و با شناسایی نقاط قوت و ضعف در روش‌های انگیزشی، به بهبود کیفیت تمرینات و عملکرد کلی تیم کمک کند. واکاوی دقیق محتوای

کردن نیازها اساسی ورزشکاران پرداختند. نتایج مطالعات ارتباط قوی بین رفتارهای مربی و ارضای نیازهای ورزشکاران را شناسایی کرده‌است. همچنین مربیان و ورزشکاران می‌توانند راهبردهایی را اتخاذ کنند تا محیط انگیزشی بیشتری برای خود و یکدیگر ایجاد کنند. براساس نظریه دستیابی به هدف جهت‌گیری تکلیف ورزشکاران زمینه تمرکزشان بر بهبود مهارت و توانمندی شخصی خود را ارتقاء می‌دهد. در واقع آن‌ها تلاش می‌کنند تا عملکرد خود را نسبت به معیارهای درونی مانند پیشرفت فردی و یادگیری مهارت‌ها ارزیابی کنند. هدف‌گذاری مبتنی بر تکلیف باعث افزایش انگیزه‌های درونی و پایبندی بیشتر در فعالیت‌های ورزشی می‌شود و معمولاً با لذت بیشتر از فعالیت ورزشی و کاهش استرس همراه است. ارتباط ورزشکاران نیاز دارند که در محیط ورزشی احساس تعلق و ارتباط با دیگران داشته باشند. این نیاز به احساس پیوند و وابستگی با مربیان، هم‌تیمی‌ها و دیگر افراد مرتبط با ورزش اشاره دارد. زمانی که ورزشکاران احساس کنند که بخشی از یک گروه هستند و ارتباطات معناداری با دیگران دارند، احساس رضایت و تعهد بیشتری نسبت به فعالیت ورزشی خود خواهند داشت (۲۵). یافته‌های این پژوهش همسو با پژوهش بهزادینیا و کشتی‌دار (۲۶) در سال ۱۳۹۷ بود. بهزادینیا و کشتی‌دار (۲۶) در سال ۱۳۹۷ در پژوهش خود به پیش‌بینی میل به تداوم فعالیت ورزشی دانشجویان براساس رفتار مربیان و یک رویکرد نظریه خودتعیین‌گری پرداختند. نتایج نشان داد که هم‌راستا با نظریات خودتعیین‌گری رفتار ادراک‌شده مربیگری پیش‌بینی کننده رضایت‌مندی از ارضای نیازهای اساسی روانشناختی و میل به ادامه ورزش در دانشجویان بود. در تبیین یافته‌های این پژوهش میتوان عنوان کرد که رفتارهای حمایتی که به صورت کامل و یا حداکثر اعمال شوند منجر به ادراک مثبت ورزشکاران می‌گردد. این ادراک مثبت نه تنها باعث ارضای نیازهای اساسی روانشناختی می‌گردد بلکه از ناکامی این نیازها جلوگیری می‌کند. یافته‌های این پژوهش با پژوهش حائرنس و همکاران (۲۷) در سال ۲۰۱۸ همسو نبود. از دلایل غیرهمسو بودن این یافته‌ها احتمالاً رفتارهای حمایتی مربی به اندازه‌ای نبوده که باعث جلوگیری از ناکامی از نیازهای ورزشکاران گردد. از سوی دیگر رفتارهای کنترلی مربی نیز می‌تواند از دلایل ناکامی ارضای نیازهای ورزشکاران باشد.

احساس وابستگی در این نظریه به نیاز به برقراری روابط معنادار و نزدیک با دیگران اشاره دارد. این نیاز به ویژه در ورزش اهمیت دارد، زیرا ورزشکاران اغلب در محیط‌های تیمی یا گروهی فعالیت می‌کنند. احساس تعلق و ارتباط مثبت با مربیان، هم‌تیمی‌ها و دیگر اعضای جامعه ورزشی به ورزشکاران کمک می‌کند تا از حمایت اجتماعی برخوردار شوند و احساس کنند که بخشی از یک گروه بزرگ‌تر هستند. این وابستگی مثبت می‌تواند منجر به افزایش انگیزه و رضایت بیشتر از تجربه ورزشی شود (۲۸). یافته‌های این پژوهش همسو با پژوهش هالبرستاد (۲۸) در سال ۲۰۲۱ بود. هالبرستاد (۲۸) در سال ۲۰۲۲ در پژوهش خود به تعارض درونی فردی در مقابل وابستگی در مربیگری بر روی عملکرد مربیان با تجربه

این گفتگوها به محققان کمک کرد تا به درک عمیق‌تری از تکنیک‌های انگیزشی مربیان و تاثیر آن‌ها بر عملکرد تیم دست یابند. اما ضروری است در پژوهش‌های آتی مکانیسم‌های میانجی زیربنای در جهت آموزش مربیان و ارتقاء دانش آن‌ها مداخلاتی انجام گیرد. از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان عنوان کرد که به‌کارگیری روش ترکیبی جهت غنای بیشتر یافته‌های پژوهش موثر است.

## ملاحظات اخلاقی

### حامی مالی

این تحقیق هیچ‌گونه کمک مالی از سازمان‌های تامین مالی در بخش‌های عمومی، تجاری یا غیرانتفاعی دریافت نکرد.

### مشارکت نویسندگان

هر دو نویسنده مشارکت یکسانی داشتند.

### تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان این مقاله تعارض منافع ندارد.

### تقدیر و قدردانی

از تمامی افرادی که در انجام این پژوهش ما را یاری کردند، کمال تشکر و قدردانی را داریم.

## References

1. Kiamouri A, Angeli M, Krommidas C, Digelidis N, Karatrantou K. Tennis Coaches' Self-Determined Motivation and Achievement Goals: Links between Coach-Created Motivational Climate, Work Engagement, and Well-Being. *Behavioral Sciences*. 2024 Aug 6;14(8):681.
2. Roca A, Pocock C, Ford PR. Exploring decision-making practices during coaching sessions in grassroots youth soccer: a mixed-methods study. *Science and Medicine in Football*. 2024 Sep 7:1-8.
3. Raya-Castellano PE, Reeves MJ, Fradua-Uriondo L, McRobert AP. Post-match video-based feedback: A longitudinal work-based coach development program stimulating changes in coaches' knowledge and understanding. *International Journal of Sports Science & Coaching*. 2021 Dec;16(6):1259-70.
4. van Kleef GA, Cheshin A, Koning LF, Wolf SA. Emotional games: How coaches' emotional expressions shape players' emotions, inferences, and team performance. *Psychology of Sport and Exercise*. 2019 Mar 1; 41:1-1.
5. Solakumur A, Dilek AN, Unlu Y, Kul M. The Effect of Coaches' Leadership Behaviors on Athletes' Emotion Regulation Strategies. *The Sport Journal*. 2023 Jan 28;24.
6. Vargas-Tonsing TM. An Exploratory Examination of the Effects of Coaches' Pre-Game Speeches on Athletes' Perceptions of Self-Efficacy and Emotion. *Journal of Sport Behavior*. 2009 Mar 1;32(1).
7. Hastie PA. An instrument for recording coaches' comments and instructions during timeouts. *Journal of Sport Behavior*. 1999 Dec 1;22(4):467-.
8. Gonzalez SP, Metzler JN, Newton M. The influence of a simulated 'pep talk' on athlete inspiration, situational motivation, and emotion. *International Journal of Sports Science & Coaching*. 2011 Sep;6(3):445-59.
9. Pulido JJ, Leo FM, González-Ponce I, López-Gajardo MA, Sánchez-Oliva D. Methodological intervention with soccer coaches to improve athlete-perceived coaching competency, satisfaction with the coach, enjoyment and intention to persist. *International Journal of Sports Science & Coaching*. 2021 Feb;16(1):16-26.
10. Delrue J, Reynders B, Broek GV, Aelterman N, De Backer M, Decroos S, De Muynck GJ, Fontaine J, Fransen K, van Puyenbroeck S, Haerens L. Adopting a helicopter-perspective towards motivating and demotivating coaching: A complex approach. *Psychology of Sport and Exercise*. 2019 Jan 1; 40:110-26.
11. Fransen K, Boen F, Vansteenkiste M, Mertens N, Vande Broek G. The power of competence support: The impact of coaches and athlete leaders on intrinsic motivation and performance. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. 2018 Feb;28(2):725-45.
12. Ryan RM, Deci EL. Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary educational psychology*. 2020 Apr 1; 61:101860.
13. Ryan RM. *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press; 2017.
14. Pulido JJ, López-Gajardo MA, Ponce-Bordón JC, Vaquero-Solís M, Leo FM. Does coaches' satisfaction with the team determine their interpersonal style? The mediating role of basic psychological needs. *European Journal of Sport Science*. 2022 Feb 1;22(2):248-56.
15. Barkhoda, Seyed Jamal, Karmi, Pardis. Analyzing parents' lived experiences of teaching in virtual space (phenomenological study). *Research teaching*. 2022 Jun 22;10(2):276-4415. Gratton R, Sneden C, Carretta E. Abundance variations

- within globular clusters. *Annu. Rev. Astron. Astrophys.* 2004 Sep 22;42(1):385-440.
16. Braun V, Clarke V. Reflecting on reflexive thematic analysis. *Qualitative research in sport, exercise and health.* 2019 Aug 8;11(4):589-97.
  17. Braun V, Clarke V. Can I use TA? Should I use TA? Should I not use TA? Comparing reflexive thematic analysis and other pattern-based qualitative analytic approaches. *Counselling and psychotherapy research.* 2021 Mar;21(1):37-47.
  18. Strauss A, Corbin J. *Basics of qualitative research techniques.* 1998.
  19. Otte FW, Davids K, Millar SK, Klatt S. When and how to provide feedback and instructions to athletes? —How sport psychology and pedagogy insights can improve coaching interventions to enhance self-regulation in training. *Frontiers in psychology.* 2020 Jul 14; 11:1444.
  20. Standage M, Ryan RM. Self-determination theory in sport and exercise. *Handbook of sport psychology.* 2020 Apr 14:37-56.
  21. Bissett JE, Kroshus E, Hebard S. Determining the role of sport coaches in promoting athlete mental health: A narrative review and Delphi approach. *BMJ Open Sport & Exercise Medicine.* 2020 Jan 1;6(1): e000676.
  22. Cho H, Hussain RS, Kang HK. The role of social support and its influence on exercise participation: the perspective of self-determination theory and the theory of planned behavior. *The Social Science Journal.* 2023 Oct 2;60(4):787-801.
  23. Kinoshita, K., MacIntosh, E., & Sato, S. (2024). Creating sport environments for youth to thrive: understanding the mechanism to intentions to continue sport and subjective well-being. *International Journal of Sport and Exercise Psychology,* 22(5), 1209-1228.
  24. Robbins JE, Gilbert JN, Jackson T, Ruser J. Field hockey coaches' feelings of competence, autonomy and relatedness, and their perceived ability to meet these same needs in athletes. *Journal for the Study of Sports and Athletes in Education.* 2024 Jan 2;18(1):109-32.
  25. Longakit J, Toring-Aque L, Aque Jr F, Sayson M, Lobo J. The role of coach-athlete relationship on motivation and sports engagement. *Physical Education of Students.* 2024 Sep 15;28(5):268-78.
  26. Behzadnia, Keshtidar, Mohammad. Predicting students' desire for sports activities, coaches' behavior: a self-determination theory. *Scientific Quarterly Journal of Applied Researches in Sports Management.* February 20, 2019; 7 (3): 21-32. In Persian.
  27. Haerens L, Vansteenkiste M, De Meester A, Delrue J, Tallir I, Vande Broek G, Goris W, Aelterman N. Different combinations of perceived autonomy support and control: Identifying the most optimal motivating style. *Physical Education and Sport Pedagogy.* 2018 Jan 2;23(1):16-36.
  28. Halberstadt C. The inner conflict "individuation vs. dependency" in coaching: Key findings from a qualitative study on experienced coaches' practice. *Organisationsberatung, Supervision, Coaching.* 2021 Dec; 28:501-15.
  29. Hu Q, Li P, Jiang B, Liu B. Impact of a controlling coaching style on athletes' fear of failure: Chain mediating effects of basic psychological needs and sport commitment. *Frontiers in Psychology.* 2023 Feb 3; 14:1106916.
  30. Winter S, O'Brien F, Collins D. Things ain't what they used to be? Coaches' perceptions of commitment in developing athletes. *Journal of Applied Sport Psychology.* 2021 May 4;33(3):357-76.