



## The prediction of sport satisfaction based on coach's controlling behavior, athletes' self-efficacy and motivation

Seyed Hojjat Zamani Sani <sup>1\*</sup>, Ali Abdollah Salem <sup>2</sup>,  
Zahra Fathi Rezaei <sup>1</sup>, Mahta Eskandarnejad <sup>1</sup>

1. Associate Professor of motor Behavior, University of Tabriz, Tabriz, Iran

2. PhD Student of Motor behavior, University of Tabriz, Tabriz, Iran

### Abstract

There are many individual and interpersonal factors that can affect sports results. Therefore, the current research aimed to predict sports satisfaction based on the coach's controlling behavior, athletes' self-efficacy, and motivation. The present research was a descriptive correlational study of university athletes, from which 15 teams were selected by cluster sampling. 184 athletes in the age range of 18 to 25 years participated in the research. Questionnaires on sports satisfaction, coach's controlling behavior, sports self-efficacy, and behavioral regulations in sports were used. The data were analyzed using Pearson's correlation coefficient and linear regression in SPSS23 software and LISREL 8.8. The results showed that the athletes' self-efficacy and coaches' controlling behavior had a positive and significant relationship with intrinsic motivation. Athletes' satisfaction had a negative and significant relationship with amotivation and a positive and significant relationship with the external motivation and internal motivation. Finally, sports satisfaction showed a positive and significant relationship with the coach's controlling behavior. The results of the regression analysis also showed that the assumed relationship model is significant, and all variables can predict sports satisfaction. The results of the beta coefficient showed that amotivation negatively and other variables, including internal motivation, self-efficacy, external motivation, and the coach's controlling behavior, can positively predict athletes' satisfaction. It was identified that intrinsic motivation is the most important and strongest factor in influencing athletes' satisfaction. The results were discussed using theories related to self-efficacy, autonomous motivation, and intrinsic and extrinsic motivation.

### How to Cite This Article:

Zamani Sani, S. H., Abdollah Salem, A., Fathi Rezaei, Z., & Eskandarnejad, M. (2024). The prediction of sport satisfaction based on coach's controlling behavior, athletes' self-efficacy and motivation. *Journal of Sport Management Knowledge*, 2(1), 1-12. <https://doi.org/10.22034/jsmk.2024.18865>

### Article information

**Received:** 11 June 2024

**Revised:** 31 July 2024

**Accepted:** 9 September 2024

**Published:** 10 September 2024



### Keywords:

Sport Satisfaction, coach's controlling behavior, self-efficacy, motivation

\* Corresponding author: [hojjatzamani8@gmail.com](mailto:hojjatzamani8@gmail.com)



## EXTENDED ABSTRACT

### INTRODUCTION

Undoubtedly, there are many individual and interpersonal factors that create success in team sports. The athlete's perception of the coach's behavior as an individual factor under the influence of the interpersonal factor of the coach-athlete relationship can affect sports success and athlete satisfaction (Adnan et al., 2021). Also, the athlete's belief in the ability to perform his tasks in sports in order to achieve specific goals is considered one of the most important aspects in sports that can include sports success. This issue shows itself as sports self-efficacy (Felts et al., 2008). Athletes with high self-efficacy have confidence in their sports skills, control their behavior and environment, and have the ability to direct their motivations (Rogowska et al., 2022). Meanwhile, the athlete's motivation can be influenced by internal dimensions - such as self-efficacy (Mouloud and Elkader, 2016) and external dimensions such as athlete-coach relationships (Mageau and Vallerand, 2033). Motivation and its related concepts are at the center of sports participation and different theories have been created to explain motivation and its effect on sports performance. Some theories regarding human motivation consider a passive being and consider environmental factors as the cause of behavior. Other theories consider the internal and unconscious factors as the basis of human behavior, and the third group are those who consider the interaction between the environment and the individual's perception as the basis of human behavior with a cognitive integration approach (Keegan et al., 2010). Deci and Ryan's cognitive evaluation theory, which examined the theoretical structure of autonomy, indicates that the human need for a sense of individual competence and freedom of action has an internal tension. The basic assumption of this theory is that people are more likely to participate in activities that have self-determined motivation and can do it with their own free will. Based on this, a motivational continuum is created, with intrinsic motivation at the top and amotivation at the bottom (Deci and Ryan, 2008).

According to the materials stated in the context of the dual relationship between the athletes' motivations with an internal factor (self-efficacy) and an external factor (the coach's controlling behavior), as well as the effect of the mentioned factors on the level of athletes' satisfaction, therefore, the present research is aimed at the relationship between types of motivation (internal, extrinsic and lack of motivation), examine the coach's self-efficacy and control behaviors and examine the effect of these factors on sports satisfaction.

### METHODOLOGY

The current research method is a descriptive correlation type, which was created in order to reach an analytical model of the relationships between variables. The statistical population of the research included university athletes in team sports such as soccer, futsal, volleyball, basketball and handball in Iraq, from which 15 teams were selected by cluster sampling. In order to calculate the number of people needed with G\*Power 3.1.9.4, the effect size was 0.15, alpha was 0.05, and the total number of predictors was 5 components. Therefore, the minimum number of samples required was 138 athletes. According to the participation of people in the place of data collection, 184 people in the age range of 18 to 25 years participated in the research.

#### *Measurements*

**Sports self-efficacy questionnaire:** To measure it, Kroll et al.'s (2007) sports self-efficacy questionnaire was used. This questionnaire contains 10 questions that measure the level of self-efficacy of athletes in a 4-point Likert scale.

**Sports Behavior Regulation Questionnaire:** The six-factor sports behavior regulation questionnaire of Lonsdale et al. (2008) divided the dimensions of motivation in the form of unmotivated factors, external regulation, introverted regulation, self-regulatory regulation, mixed regulation and internal motivation in 24 questions.

**Coach's Controlling Behavior Questionnaire:** Bartholomew et al.'s (2010) Coach Control Behavior Questionnaire measures the level of athletes' perception of the coach's control behaviors using a fifteen-question scale. This scale measures the coach's controlling behavior in four control dimensions using rewards, negative conditional considerations, threats and excessive personal control.

Athletes' satisfaction questionnaire was created by Caliskan and Baydar (2016). This questionnaire measures three components: satisfaction with performance, satisfaction with teammates, and satisfaction with the coach.

#### *Data analysis*

The data obtained using descriptive statistics including mean and standard deviation as well as inferential statistics including Pearson's correlation coefficient and linear regression were analyzed step by step in SPSS23 software. LISREL 8.8 software was used for the conceptual model.

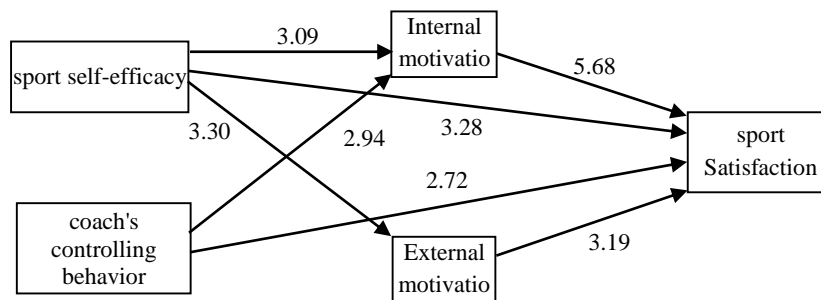


**RESULTS**

**Table 1.** Mean, SD and correlations of study variables

	sport self-efficacy	coach's controlling behavior	amotivation	external motivation	internal motivation	Mean	SD
coach's controlling behavior	.06					61.88	13.98
amotivation	.03	-.06				12.27	6.43
External motivation	.21**	.08	.32**			65.62	14.82
internal motivation	.23**	.22**	-.09	.33**		20.67	6.69
sport Satisfaction	.33**	.26**	-.19**	.37**	.50**	73.40	15.31
sport self-efficacy						26.50	5.04

The second model showed that the path of coach's controlling behavior to external motivation is not significant either. Therefore, this path was also removed and the third model was investigated (Figure 1).



**Figure 1.** The third path analysis model of relationships between variables (T coefficients)

**DISCUSSION AND CONCLUSION**

The results of Pearson’s correlation analysis revealed a positive and significant relationship between sports self-efficacy, intrinsic motivation, and extrinsic motivation, but no significant relationship with amotivation. The findings align with prior research by Chowdhury and Shahabuddin (2007), Yilmaz et al. (2020), and Fominykh et al. (2020), which demonstrated similar links between self-efficacy and motivation. Key factors influencing self-efficacy include experiences of success or failure and a focus on competition, emphasizing personal progress over winning against opponents.

According to autonomy theory, competence, independence, and connection are fundamental psychological needs that enhance intrinsic motivation. The study also found a positive relationship between self-efficacy and sports satisfaction. Athletes with high self-efficacy have greater confidence, leading to positive perceptions of their performance and higher satisfaction. Additionally, motivated athletes with high self-efficacy are more willing to exert effort, improving performance and satisfaction.

Regression analysis indicated that amotivation cannot predict sports satisfaction, while path analysis confirmed that self-efficacy predicts sports satisfaction directly and indirectly through intrinsic and extrinsic motivation. Moreover, a coach’s controlling behavior influences sports satisfaction via intrinsic motivation, highlighting its critical role in athlete satisfaction..

## پیش‌بینی رضایت ورزشی بر اساس رفتار کنترلی مربی، خودکارآمدی و انگیزش ورزشکار

سید حجت زمانی ثانی <sup>۱\*</sup>، علی عبدالله سالم <sup>۲</sup>، زهرا فتحی رضائی <sup>۱</sup>، مهتا اسکندر نژاد <sup>۱</sup>

۱. دانشیار گروه رفتار حرکتی دانشگاه تبریز، تبریز، ایران

۲. دانشجوی دکتری گروه رفتار حرکتی دانشگاه تبریز، تبریز، ایران

## اطلاعات مقاله

دریافت شده: ۱۴۰۳/۰۳/۲۲  
بازنگری شده: ۱۴۰۳/۰۴/۱۱  
پذیرش شده: ۱۴۰۳/۰۶/۱۹  
انتشار: ۱۴۰۳/۰۶/۲۰



**کلمات کلیدی:** رضایت ورزشی، رفتار کنترلی مربی، خودکارآمدی، انگیزش

## چکیده

عوامل فردی و بین فردی متعددی وجود دارد که نتایج ورزشی را تحت تأثیر قرار می‌دهند. لذا هدف تحقیق حاضر پیش‌بینی رضایت ورزشی بر مبنای رفتار کنترلی مربی، خودکارآمدی و انگیزش ورزشکار بود. تحقیق حاضر به صورت توصیفی همبستگی در ورزشکاران دانشگاهی رشته‌های تیمی بود که از بین آنها ۱۵ تیم به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شد. ۱۸۴ ورزشکاران در دامنه سنی ۱۸ تا ۲۵ سال در تحقیق شرکت کردند. پرسشنامه‌های رضایت ورزشی، رفتار کنترلی مربی، خودکارآمدی ورزشی و تنظیمات رفتاری در ورزش مورد استفاده قرار گرفت. داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی در نرم‌افزار SPSS23 و لیزرل نسخه ۸/۸ تحلیل شد. نتایج نشان داد که خودکارآمدی ورزشکاران و رفتار کنترلی مربی با انگیزش درونی رابطه مثبت و معنادار داشت. رضایت ورزشی با بی‌انگیزگی رابطه منفی و معنادار و با انگیزش بیرونی و انگیزش درونی رابطه مثبت و معنادار داشت. در نهایت رضایت ورزشی با رفتار کنترلی مربی رابطه مثبت و معناداری نشان داد. نتایج تحلیل رگرسیونی هم نشان داد که مدل رابطه مفروض معنادار است، و همه متغیرها قابلیت پیش‌بینی رضایت ورزشی را دارند. نتایج ضریب بتا نشان داد که بی‌انگیزگی به صورت منفی و سایر متغیرها به ترتیب شامل انگیزش درونی، خودکارآمدی، انگیزش بیرونی و رفتار کنترلی مربی به صورت مثبت قابلیت پیش‌بینی رضایت ورزشی را دارند. انگیزش درونی مهمترین و قوی‌ترین عامل در اثرگذاری بر رضایت ورزشی شناسایی شد. نتایج با استفاده از نظریات مربوط به خودکارآمدی، انگیزش خودمختار و انگیزه درونی و بیرونی بحث شدند.

## نحوه استناد به این مقاله

زمانی ثانی، س. ح.، عبدالله سالم، ع.، فتحی رضائی، ز. و اسکندر نژاد، م. (۱۴۰۳). پیش‌بینی رضایت ورزشی بر اساس رفتار کنترلی مربی، خودکارآمدی و انگیزش ورزشکار. *دانش مدیریت ورزش*، ۲(۱)، ۱-۱۲. <https://doi.org/10.22034/jsmk.2024.18865>

## مقدمه

بدون شک عوامل فردی و بین فردی زیادی وجود دارد که موفقیت را در ورزش های تیمی ایجاد می کنند. ادراک ورزشکار از رفتار مربی به عنوان یک عامل فردی، تحت تأثیر عامل بین فردی رابطه مربی و ورزشکار، می تواند موجبات موفقیت ورزشی و رضایت ورزشکار را تحت تأثیر قرار دهد (Adnan et al., 2021). همچنین، باور ورزشکار به توانایی برای انجام وظایف خود در ورزش به منظور رسیدن به اهداف مشخص یکی از جنبه های بسیار مهم در ورزش به حساب می آید که تحت عنوان خودکارآمدی ورزشی تعریف می شود (Feltz et al., 2008). ورزشکار دارای خودکارآمدی بالا به مهارت های ورزشی خود اعتماد دارد، رفتار و محیط خود را کنترل می کند و توانایی هدایت انگیزه های خود را دارد (Rogowska et al., 2022). انگیزه به فرآیند شروع، هدایت و پایداری رفتار اشاره دارد. اساساً انگیزه مربوط به این است که چرا افراد رفتارهای خاصی را انجام می دهند. زمانی می توان انگیزه درونی را در مورد یک ورزشکار بیان کرد که او بخواهد اجرای یک فعالیت را فقط به دلیل رضایت به دست آمده از آن فعالیت انجام دهد. با این حال، انگیزه بیرونی زمانی خود را نشان می دهد که فعالیت ورزشی برای کسب پاداش یا نتایج مورد انتظار مانند کسب پول یا جوایز باشد (Deci & Ryan, 2008).

در این میان، انگیزه ورزشکار می تواند تحت تأثیر ابعاد درونی - مانند خودکارآمدی (Mouloud & Elkader, 2016) - و بیرونی، مانند روابط ورزشکار- مربی (Mageau & Vallerand, 2003)، قرار گیرد. انگیزش و مفاهیم مربوط به آن در مرکز مشارکت ورزشی قرار دارد و نظریات متفاوتی برای تبیین انگیزش و تأثیر آن بر عملکرد ورزشی ایجاد شده است (Weinberg & Gould, 2003). برخی نظریات مربوط به انگیزش، انسان را موجودی منفعل می دانند و عوامل محیطی را ایجادکننده رفتار می شناسند. نظریات دیگر عوامل درونی و ناهشیار را زیربنای رفتار آدمی به حساب می آورند و دسته سوم آن هایی هستند که با یک رویکرد تلفیقی شناختی، تعامل بین محیط و ادراک فرد را زیربنای رفتار انسان می دانند (Keegan et al., 2010). نظریه ارزیابی شناختی Deci و Ryan که ساختار نظری خودمختاری را بررسی کردند، بیانگر این است که نیاز انسان به احساس شایستگی فردی و آزادی عمل، یک کشش درونی دارد. فرض اساسی این نظریه آن است که افراد به احتمال زیاد در فعالیتهایی مشارکت می کنند که انگیزش خودتعیین داشته باشند و بتوانند با اراده آزاد خود آن را انجام دهند. بر این اساس، پیوستار انگیزشی ایجاد می شود که در سطوح بالای آن انگیزش درونی و در انتهای پیوستار بی انگیزگی قرار دارد (Deci & Ryan, 2008).

بین این دو نوع انگیزه (انگیزش درونی و بی انگیزگی)، انگیزش بیرونی قرار دارد که شامل تنظیم بیرونی (ورزشکار به خاطر نیازهای بیرونی مانند کسب جوایز و مدال یا اجتناب از تنبیه فعالیت می کند)، تنظیم متمایل به درون (ورزشکار به منظور ارتقاء عزت نفس و حس خودارزشی و برای جلوگیری از احساساتی مانند گناه یا شرم در فعالیت شرکت می کند)، تنظیم شناخته شده یا خودپذیر (زمانی که ارزش های ورزشکار و قضاوت های داوری جدا از نتایج ورزشی مهم تلقی شده و علت مشارکت ورزشی است)، و تنظیم یکپارچه یا درآمیخته (زمانی که ورزشکار به ورزش به عنوان یک اصل نگاه می کند و آن را موازی با ارزش های خود می بیند) قرار دارند (Ahmadi et al., 2017). نتایج تحقیق Havitz et al (۲۰۱۳) و Blecharz et al (۲۰۱۴) نشان داده است که در موضوع مشارکت فعالیت بدنی رابطه معناداری بین انگیزش و خودکارآمدی وجود دارد. لذا، اولین هدف تحقیق حاضر بررسی رابطه بین انواع انگیزش ورزشی و خودکارآمدی در ورزشکاران رشته های تیمی بود.

در کنار عوامل درون فردی که عنوان شد، درک ورزشکار از رفتار مربی نیز به عنوان یک عامل بسیار مهم در مشارکت در ورزش بیان شده است (Horn, 2008). مربیان برای پیشبرد کارهای تیمی بایستی نوعی سبک رفتاری داشته باشند تا ورزشکار بتواند رابطه مؤثر و کارآمدی را با مربی ایجاد کند (Moen et al., 2015; Franssen et al., 2020). نشان داده شده است که نوعی از رفتارهای مربی می تواند به افزایش اعتماد به نفس ورزشکار منجر شود و از طرف دیگر، برخی رفتارهای دیگر باعث افزایش اضطراب ورزشکار و بی انگیزگی می شود (Gearity & Murray, 2011). دو سبک ارتباطی بین مربی و ورزشکار شناخته شده است: سبک کنترلی که در

آن مربی به روش‌های مقتدرانه و ایجاد فشار و اجبار رفتار می‌کند و سبک حمایتی - خودپیروی که در آن مربی از آزادی اراده ورزشکار حمایت کرده و تصمیم‌گیری‌ها با مشارکت مربی و ورزشکار انجام می‌شود. تحقیقات نشان داده‌اند که در سبک کنترل‌کننده، پاداش برای ایجاد انگیزه استفاده می‌شود (Mageau & Vallerand, 2003) که می‌تواند انگیزه‌های بیرونی را فعال کند. همچنین نشان داده شده است که رفتار مربی با شایستگی ادراک‌شده ورزشکار رابطه دارد و می‌تواند انگیزش درونی را پیش‌بینی کند (Cheval et al., 2017).

Sarı and Bayazit (۲۰۱۷)، نیز در بررسی خود نشان دادند که رفتارهای دستوری و تمرینی مربی و حمایت اجتماعی مربی با خودکارآمدی ورزشکار و انگیزش درونی رابطه مثبتی دارد. همچنین رفتارهای خودکامه با خودکارآمدی رابطه منفی داشت. نتایج تحقیقات نشان می‌دهد که بین رفتارهای مشارکتی مربی و رضایت ورزشکار از مربی و همچنین رضایت ورزشکار از عملکرد شخصی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین، بین رفتار خودکامه مربی با رضایت ورزشکار از رفتار مربی رابطه منفی وجود دارد ولی بین رفتار خودکامه مربی با رضایت از عملکرد شخصی رابطه وجود ندارد. همچنین نتایج تحقیق Oktadinata et al. (۲۰۲۳) نشان داد که خودکارآمدی می‌تواند انگیزه مشارکت و رضایت ورزشی دانش‌آموزان را افزایش دهد. باتوجه به ارتباط دوگانه بین انگیزه‌های ورزشکاران با یک عامل درونی (خودکارآمدی) و عامل بیرونی (رفتار کنترلی مربی)، و همچنین تأثیر احتمالی عوامل مذکور در رضایت ورزشکاران، لذا تحقیق حاضر به منظور بررسی رابطه انواع انگیزش (درونی، بیرونی و بی‌انگیزگی)، خودکارآمدی و رفتارهای کنترلی مربی و اثر این عوامل بر رضایت ورزشی انجام شد.

## روش تحقیق

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

## ابزارهای اندازه‌گیری

**پرسشنامه خودکارآمدی ورزشی:** برای سنجش آن از پرسشنامه خودکارآمدی ورزش Kroll و همکاران (۲۰۰۷) استفاده شد. این پرسشنامه شامل ۱۰ سؤال است که در یک مقیاس لیکرت ۴ گزینه‌ای (اصلاً تا همیشه) میزان خودکارآمدی ورزشکاران را اندازه‌گیری می‌کند. کمترین نمره آن ۱۰ و بیشترین آن ۴۰ است. روایی این ابزار با پرسشنامه عزت نفس (۰،۷۹) و اضطراب رقابتی (۰،۸۴) گزارش شده است (Kroll et al., 2007). همچنین، ساختار عاملی نسخه عربی آن توسط Darawad و همکاران (۲۰۱۸) تأیید شده و همسانی درونی با استفاده از آلفای کرونباخ ۰،۸۹ به‌دست آمده است. پایایی با استفاده از دونیمه کردن آزمون نیز ۰،۸۳ گزارش شده است. در تحقیق حاضر نیز پایایی از طریق آلفای کرونباخ برابر با ۰،۷۳ گزارش شد.

**پرسشنامه تنظیم رفتار ورزشی:** پرسشنامه تنظیم رفتار ورزشی شش‌عاملی Lonsdale و همکاران (۲۰۰۸)، ابعاد انگیزش را به‌صورت عوامل فاقد انگیزش، تنظیم بیرونی، تنظیم متمایل به درون، تنظیم خودپذیر، تنظیم درآمیخته و انگیزش درونی در ۲۴ سؤال و بر اساس مقیاس لیکرت ۷ گزینه‌ای شامل (۱ = اصلاً درست نیست) تا (۷ = کاملاً درست است) اندازه‌گیری می‌کند. کمترین نمره برابر با ۲۴ و بیشترین آن ۱۶۸ است. این پرسشنامه توسط Holland و همکاران (۲۰۱۰) به زبان عربی استفاده شده است. همچنین، در تحقیق حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌ها و نمره کل بین ۰،۷۲ تا ۰،۸۸ به‌دست آمد. علاوه‌براین،

همبستگی بین خرده‌مقیاس‌ها با نمره کل بررسی شد. اگرچه طبق تحقیقات گذشته انتظار می‌رفت که همبستگی معناداری بین نمره کل و انواع انگیزش به‌دست آید، با این حال این همبستگی می‌تواند دامنه وسیعی داشته باشد. در تحقیق حاضر نیز همبستگی بین ۰,۲۸ تا ۰,۷۸ معنادار بود، که نشان از روایی از نوع همسانی درونی دارد.

**پرسشنامه رفتار کنترلی مربی:** پرسشنامه رفتار کنترل مربی Bartholomew و همکاران (۲۰۱۰) میزان ادراک ورزشکاران از رفتارهای کنترلی مربی را با استفاده از مقیاس پانزده‌سؤالی مورد سنجش قرار می‌دهد. این مقیاس، رفتار کنترلی مربی را در چهار بُعد کنترل با استفاده از پاداش (چهار آیتم)، ملاحظات مشروط منفی (چهار آیتم)، تهدید (چهار آیتم) و کنترل شخصی بیش از اندازه (سه آیتم) بر اساس مقیاس ۷ ارزشی لیکرت (۱ = کاملاً مخالفم تا ۷ = کاملاً موافقم) می‌سنجد. بالاترین امتیاز برای کنترل شدید ۱۰۵ و پایین‌ترین آن ۱۵ است. در تحقیق حاضر نیز ترجمه توسط مترجمین مسلط به زبان انگلیسی و عربی انجام شد. در نهایت، روایی صوری و محتوایی تأیید شد. همچنین، در تحقیق حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌ها و نمره کل بین ۰,۶۵ تا ۰,۸۳ به‌دست آمد. علاوه بر این، روایی از نوع همسانی درونی آن با بررسی همبستگی بین خرده‌مقیاس‌ها با نمره کل پرسشنامه بین ۰,۷۲ تا ۰,۷۸ به‌دست آمد، که نشان از روایی مناسب برای این پرسشنامه است.

**پرسشنامه رضایت ورزشکاران:** توسط Caliskan و Baydar (۲۰۱۶) ساخته شده است. این پرسشنامه بر اساس پیشینه تحقیق، سه مؤلفه رضایت از عملکرد، رضایت از هم‌تیمی و رضایت از مربی را می‌سنجد. روایی و پایایی آن در ورزشکاران رشته‌های مختلف به‌دست آمده است. در این تحقیق نیز روایی درونی آن با آلفای کرونباخ ۰,۷۲ گزارش شد. همچنین، همبستگی بالایی بین خرده‌مقیاس‌های آن با نمره کل رضایت ورزشی وجود داشت که نشان از همسانی درونی بالای آن است ( $0/64 \leq I \leq 0/87$ ). در تحقیق حاضر نیز ترجمه توسط مترجمین مسلط به زبان انگلیسی و عربی انجام شد. در نهایت، روایی صوری و محتوایی تأیید شد. همچنین، در تحقیق حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌ها و نمره کل بین ۰,۶۸ تا ۰,۷۶ به‌دست آمد. همچنین، همبستگی بین خرده‌مقیاس‌ها با نمره کل بررسی شد تا روایی از نوع همسانی درونی آن نیز بررسی شود. نتایج نشان داد همه خرده‌مقیاس‌ها با نمره کل پرسشنامه رابطه مثبت و معناداری دارند ( $0/77 \leq I \leq 0/91$ ).

همچنین پرسشنامه مربوط به ویژگی‌های جمعیت شناختی ورزشکاران شامل رشته ورزشی، سن و جنسیت نیز بررسی شد. داده‌ها با استفاده از روش پرسشنامه‌ای آنلاین بود. پرسشنامه‌های مورد نیاز به زبان عربی ترجمه شد. در نهایت نسخه‌های آماده شده به زبان عربی در نرم افزار گوگل فرم وارد شد. تعداد ۱۵ تیم از رشته‌های مختلف ورزشی شامل فوتبال، والیبال، فوتسال، هندبال و بسکتبال انتخاب شدند و با مراجعه محقق به تیم‌ها لینک پرسشنامه در اختیار آنها قرار گرفت. داده‌های جمع‌آوری شده وارد نرم‌افزار ماکروسافت ایکسل شد و از آنجا به نرم افزار اس پی اس منتقل شدند. سپس تحلیل‌های آماری روی داده‌ها انجام شد. داده‌های بدست آمده با استفاده از روش‌های آمار توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد و همچنین روش‌های آمار استنباطی شامل ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی به روش گام به گام در نرم افزار SPSS23 تحلیل شدند. برای به مدل مفهومی از نرم افزار LISREL8.8 استفاده شد.

آماره‌های توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای تحقیق همراه با ضرایب همبستگی پیرسون در جدول ۱ بیان شده است. همانطور که مشاهده می‌شود رضایت ورزشی با همه متغیرها رابطه مثبت و معنادار و با بی‌انگیزگی رابطه منفی و معناداری نشان داد. همچنین خودکارآمدی با انگیزه درونی و بیرونی رابطه مثبت و معناداری داشت ولی خودکارآمدی ورزشی با رفتار کنترلی مربی رابطه معنادار نشان نداد. علاوه‌براین رفتار کنترلی مربی با انگیزه درونی رابطه مثبت و معناداری داشت ولی با بی‌انگیزگی و انگیزه بیرونی رابطه معناداری نشان نداد.

## یافته‌های تحقیق

جدول ۱. آماره‌های توصیفی و همبستگی بین متغیرهای تحقیق

Table 1. Descriptive statistics and correlations among research variables

انحراف استاندارد	میانگین	انگیزه درونی	انگیزه بیرونی	بی‌انگیزگی	رفتار کنترلی مربی	خودکارآمدی ورزشی	رفتار کنترلی مربی
13.98	61.88					.06	رفتار کنترلی مربی
6.43	12.27				-0.06	.03	بی‌انگیزگی
14.82	65.62			.32**	.08	.21**	انگیزه بیرونی
6.69	20.67		.33**	-.09	.22**	.23**	انگیزه درونی
15.31	73.40	.50**	.37**	-.19**	.26**	.33**	رضایت ورزشی
5.04	26.50						خودکارآمدی ورزشی

\*  $p \leq 0.05$ ; \*\*  $p \leq 0.01$ 

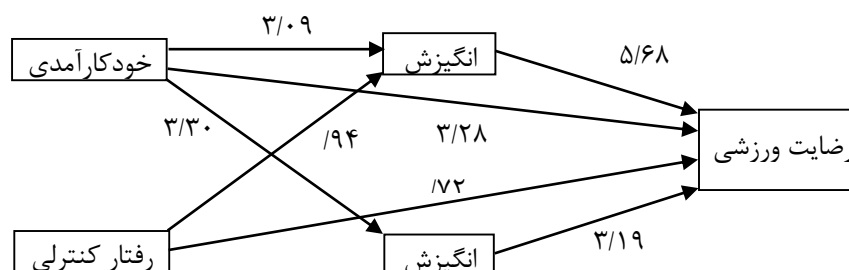
نتایج رگرسیون نشان داد که مدل رابطه مفروض معنادار است (آماره مربع تعدیل شده آر =  $0.40$  و آماره دوربین واتسون =  $1.81$ ). همچنین آماره تحلیل واریانس معناداری مدل را نشان داد (مجموع مجذورات =  $17845/60$ ، میانگین مجذور =  $3569/12$ ، درجه آزادی =  $5$ ، آماره  $F = 25/15$ ، سطح معناداری =  $0.0001$ ). نتایج ضریب بتا نشان داد که ابتدا قوی ترین پیش بینی کننده های رضایت ورزشی به ترتیب انگیزش درونی، خودکارآمدی، انگیزه بیرونی، بی‌انگیزگی و رفتار کنترلی مربی بود.

جدول ۲. آماره های مدل رگرسیونی پیش بینی رضایت ورزشی از متغیرهای مستقل

Table 2. Regression model statistics for predicting sports satisfaction from independent variables

سطح معناداری	ضرایب غیراستاندارد	ضرایب استاندارد شده		ضرایب غیراستاندارد	آماره B	ضریب ثابت
		Beta	آماره			
.002	3.11			6.61	20.52	ضریب ثابت
0.0001	4.60	.30		.15	.67	انگیزش درونی
.001	3.52	.20		.18	.61	خودکارآمدی ورزشی
.67	4.55	.30		.07	.31	انگیزه بیرونی
.0001	-4.16	-.26		.15	-.62	بی‌انگیزگی
.012	2.54	.15		.06	.16	رفتار کنترلی مربی

در ادامه به منظور رسیدن به یک مدل مفهومی نتایج بررسی تحلیل مسیر پیش بینی رضایت ورزشی بررسی شد. مدل مفهومی براساس روابط بین متغیرها شکل گرفت. بعد از بررسی نشان داده شد که دو مسیر براساس مقادیر t معنادار نمی‌باشد: مسیر خودکارآمدی به بی‌انگیزگی، مسیر رفتار کنترلی مربی به بی‌انگیزگی. بر همین اساس متغیر بی‌انگیزگی از کل مدل حذف شد. در ادامه این دو مسیر حذف شد و مجدداً تحلیل مسیر انجام شد. مدل دوم نشان داد که مسیر رفتار کنترلی مربی به انگیزش بیرونی نیز معنادار نیست. بنابراین این مسیر نیز حذف شد و مدل سوم بررسی شد (شکل ۱). همانطور که در جدول ۳ نشان داده شده است ضرایب از مدل ۱ تا ۳ بهتر شده است.



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

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



جدول ۳. ضرایب مدل تحلیل مسیر سوم

مدل / ضرایب	NFI	CFI	IFI	GFI	RMSEA
مدل ۱	.92	.90	.90	.95	.13
مدل ۲	.89	.89	.90	.96	.20
مدل ۳	.90	.90	.90	.96	.10

تقریباً ۱۰ درصد از تغییرپذیری انگیزش درونی تحت تأثیر خودکارآمدی و رفتار کنترلی مربی بود. همچنین ۵ درصد از تغییرپذیری انگیزش بیرونی تحت تأثیر خودکارآمدی بود. در نهایت ۳۲ درصد از تغییرپذیری رضایت ورزشی تحت تأثیر ۴ متغیر انگیزش درونی، بیرونی، خودکارآمدی و رفتار کنترلی مربی بود. معادله رگرسیونی هریک از متغیرهای وابسته و ضرایب آنها به صورت زیر می‌باشد:

$$0.25 x2 + 0.21 x1 = Y1 = \text{انگیزش درونی}$$

$$0.21 x1 = Y2 = \text{انگیزش بیرونی}$$

$$0.20 y2 + 0.36 y1 + 0.16 x2 + 0.19 x1 = Y3 = \text{رضایت ورزشی}$$

جدول ۴. ضرایب مستقیم و غیرمستقیم مدل پیش بینی کننده رضایت ورزشی

Table 4. Direct and indirect coefficients of the predictive model of sports satisfaction

اثر	مستقیم	غیرمستقیم	کل
روی انگیزش درونی			
از خودکارآمدی ورزشی	.21	-	.21
از رفتار کنترلی مربی	.25	-	.25
روی انگیزش بیرونی			
از خودکارآمدی ورزشی	.21	-	.21
روی رضایت ورزشی			
از خودکارآمدی ورزشی	.19	.12	.32
از رفتار کنترلی مربی	.16	.07	.24
از انگیزش درونی	.36	-	.36
از انگیزش بیرونی	.20	-	.20

## بحث و نتیجه‌گیری

نتایج تحلیل همبستگی پیرسون نشان داد که بین خودکارآمدی ورزشی با انگیزش درونی و انگیزش بیرونی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. با این حال نشان داده شد که خودکارآمدی با بی‌انگیزگی رابطه معناداری ندارد. نتایج تحقیق حاضر با نتایج Chowdhury and Shahabuddin (۲۰۰۷) همخوانی داشت. آن‌ها نیز نشان دادند که بین خودکارآمدی با انگیزش درونی و بیرونی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین نتایج پژوهش حاضر با نتایج Yılmaz et al (۲۰۲۰)، همخوانی داشت. آن‌ها نیز نشان دادند که بین انگیزش موفقیت ورزشی با خودکارآمدی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. Fominykh et al (۲۰۲۰)، نیز نشان دادند که خودکارآمدی بالا با کاهش بی‌انگیزگی همراه است و عوامل مهم خودکارآمدی شامل موفقیت، تجربیاتی که به حس شایستگی فرد کمک می‌کند و تمرکز بر رقابت می‌تواند انگیزه را بالا ببرد.

نظریه خودمختاری در این زمینه بیان می‌کند که شایستگی یکی از نیازهای اساسی ورزشکار است و درجه ارضای آن راهی به سوی تعیین انگیزش درونی فرد طی می‌کند. بنابراین، نظریه اولین عامل روان‌شناختی که انگیزش را تحت تأثیر قرار می‌دهد نیاز به شایستگی است که خودکارآمدی و اعتماد به نفس در مرکز آن قرار دارند. لذا اثرگذاری بر هر یک از این عوامل می‌تواند انگیزش درونی را افزایش دهد (Deci & Ryan, 2008).

در ادامه نشان داده شد که رفتار کنترلی مربی با انگیزش درونی رابطه مثبت و معناداری دارد. نتایج پژوهش حاضر تاحدودی در زمینه نظریه خودمختاری مغایر با نتایج تحقیق Aghdasi and Ahmadi (۲۰۱۶) بود. آن‌ها نشان دادند که رفتار کنترلی مربی با کاهش نیازهای روان‌شناختی همراه است.

مربیان از طریق ارائه بازخورد سازنده نقش مهمی در شکل دادن به انگیزه‌های ورزشکاران دارند. مربی که تقویت مثبت ارائه می‌کند و به ورزشکاران کمک می‌کند تا اهداف واقع‌بینانه را تعیین کنند، می‌تواند به توسعه انگیزه‌های ورزشکاران کمک کند. در این زمینه، اهمیت مفاهیم مربوط به رفتارهای کنترلی مربی که توسط ورزشکار درک می‌شود بسیار مهم است. ساختار بررسی‌شده تحقیق حاضر در زمینه رفتار کنترلی مربی شامل کنترل با استفاده از پاداش نیز می‌شد. لذا نتایج تحلیل همبستگی بین خرده‌مقیاس‌ها در تحقیق حاضر نشان داد که کنترل با استفاده از پاداش با انگیزش درونی و بیرونی رابطه مثبت و معناداری دارد. به نظر می‌رسد نمره کل رفتار کنترلی مربی بیشتر تحت تأثیر این عامل قرار گرفته است. تحقیقات مربوط به پاداش و انگیزه درونی نیز نتایج متناقضی را نشان می‌دهند، به طوری که اگرچه اکثر تحقیقات رفتاری بیانگر کاهش انگیزش درونی در نتیجه پاداش هستند، نوع پاداش به‌عنوان یک متغیر تعدیل‌کننده عمل می‌کند. به طوری که نشان داده شده است پاداش‌های استحقاقی انگیزه درونی را افزایش می‌دهند (Greenfield, 2013). اگرچه موضوع پاداش‌های استحقاقی می‌تواند نتایج تحقیق حاضر را تبیین کند، با این حال افزایش انگیزه در نتیجه انواع پاداش‌ها در یادگیری یک ورزش و یا در ورزش حرفه‌ای نیازمند تحقیقات آتی است.

در ادامه نشان داده شد که خودکارآمدی با رضایت ورزشی رابطه مثبت و معناداری دارد. از دیدگاه باور خودکارآمدی، ورزشکارانی که خودکارآمدی بالایی دارند، بیشتر به توانایی‌های خود اعتماد داشته و دیدگاه مثبتی نسبت به عملکرد خود دارند. این باور مثبت به توانایی‌ها می‌تواند به رضایت بیشتری منجر شود. به طور مشابه، ورزشکاران با خودکارآمدی بالا به احتمال زیاد از عملکرد خود راضی هستند، زیرا به توانایی خود برای موفقیت اعتقاد دارند (Reverdito et al., 2023).

از سوی دیگر، همان‌طور که ذکر شد، خودکارآمدی ارتباط تنگاتنگی با انگیزه و تلاش دارد. ورزشکاران با خودکارآمدی بالا انگیزه بیشتری دارند و مایل‌اند تلاش لازم برای موفقیت را انجام دهند. این انگیزه و تلاش می‌تواند منجر به بهبود عملکرد و احساس موفقیت شود و به رضایت از عملکرد کمک کند (Adnan et al., 2021).

در ادامه نتایج نشان داد که بین رضایت ورزشی با انگیزش درونی و بیرونی رابطه مثبت و معنادار و با بی‌انگیزگی رابطه منفی و معناداری دارد. از دیدگاه رشد و توسعه شخصی، ورزشکاران از رشد مستمر و بهبود مهارت‌ها، دانش و عملکرد خود رضایت کسب می‌کنند. انگیزه‌های درونی اغلب با میل به چالش کشیدن خود، یادگیری تکنیک‌های جدید و فراتر رفتن از محدودیت‌های خود تحریک می‌شوند. مربیانی که فرصت‌هایی را برای رشد مهارت تسهیل می‌کنند، آموزش‌های فردی ارائه می‌دهند و ورزشکاران را تشویق می‌کنند تا از مناطق راحتی خود خارج شوند، می‌توانند انگیزه‌های درونی ورزشکاران را برای برتری و رسیدن به پتانسیل کامل خود پرورش دهند. رشد و توسعه شخصی به رضایت کلی ورزشکاران از تجربه ورزشی خود کمک می‌کند (Vella et al., 2011). همچنین افرادی که توسط انگیزه‌های درونی (مثلاً لذت، رشد شخصی) هدایت می‌شوند، به احتمال زیاد احساس رضایت و موفقیت را در ورزش تجربه می‌کنند. این رضایت درونی می‌تواند منجر به افزایش تعامل و پشتکار شود. علاوه بر این، زمانی که ورزشکار درگیر فعالیت‌هایی می‌شود که با ارزش‌ها، اهداف و علایق او همسو است، به احتمال زیاد احساس ارتباط و معنای شخصی را در عملکرد خود تجربه می‌کند. این همسویی بین انگیزه‌ها و ارزش‌ها می‌تواند احساس رضایت را تقویت کند.

همچنین رابطه بین رضایت ورزشی با بی‌انگیزگی را می‌توان از طریق نظریه خودتعیینی درک کرد، که فرض می‌کند افراد دارای درجات مختلفی از انگیزه درونی و بیرونی هستند که می‌توانند بر رضایت آن‌ها از عملکرد تأثیر بگذارند. بی‌انگیزگی به فقدان انگیزه یا فقدان قصد عمل اشاره دارد. افرادی که بی‌انگیزه هستند، احساس بی‌تفاوتی یا قطع ارتباط با عملکرد خود دارند و ممکن است هدف یا ارزشی را در شرکت در فعالیت‌ها نبینند. لذا فقدان انگیزه بر کاهش رضایت از عملکرد تأثیر دارد (Podlog et al., 2015).

در ادامه نتایج مدل رگرسیونی نشان داد که بی‌انگیزگی نمی‌تواند برای پیش‌بینی رضایت ورزشی مورد استفاده قرار گیرد. در نهایت مدل تحلیل مسیر بررسی شد تا بهترین الگو برای رضایت ورزشی براساس متغیرهای مورد بررسی انجام گیرد. این مدل نشان داد که خودکارآمدی هم به صورت مستقیم و هم به صورت غیر مستقیم از طریق انگیزش درونی و بیرونی می‌تواند رضایت ورزشی را پیش‌بینی کند. همچنین رفتار کنترلی مربی نیز به صورت مستقیم و به صورت غیرمستقیم از طریق انگیزش درونی توانست رضایت ورزشی را تحت تأثیر قرار دهد. این موضوع اهمیت انگیزش درونی را در هر دو مورد نشان داد.

نتایج تحقیق حاضر در بررسی رابطه بین متغیرهای تحقیق توانست به سوالات موجود پاسخ دهد، لذا می‌توان پیشنهاد کرد که به

منظور افزایش رضایت ورزشی در ورزشکاران بر اهمیت انگیزه درونی تأکید شود. برای ایجاد و تقویت انگیزه درونی می‌توان بر مشارکت ورزشکار در تعیین اهداف توسط ورزشکار و تلاش برای رسیدن به آنها کمک کرد. همچنین لذت بخش کردن مشارکت ورزشی با ایجاد زمان‌های مطلوب ورزش می‌تواند انگیزه‌های درونی را افزایش دهد. علاوه بر این، توانمندسازی ورزشکاران در انواع مهارت‌ها و استراتژی‌های مورد نیاز برای بازی می‌تواند حس خودکارآمدی ورزشکار را افزایش داده و منجر به افزایش رضایت ورزشی شود. در نهایت رفتارهای همراه با پاداش (بخصوص پاداش‌های استحقاقی) از طرف مربی نیز باید در شرایط خاص ارائه شود تا بتواند رضایت ورزشی را افزایش دهد. این پاداش‌ها باید به نحوی باشند که بتواند انگیزه‌های درونی را تقویت کند. لذا مورد آخر نیازمند تحقیقات بیشتری است.

در نهایت باید عنوان کرد که ماهیت گذشته نگر بودن تحقیق توانایی تعمیم‌پذیری آن را کاهش می‌دهد. همچنین استفاده از روش پرسشنامه‌ای که به صورت خودگزارشی بوده است، می‌تواند در سوگیری اجتماعی نتایج به سمت مثبت تأثیرگذار باشد. حجم نمونه پایین و عدم کنترل جنسیت ورزشکاران می‌تواند از محدودیت‌های تحقیق حاضر باشد. به نظر می‌رسد با توجه به اهمیت موضوع به ویژه در زمینه اثر متغیر تعدیل کننده جنسیت بر متغیرهای تحقیق مانند خودکارآمدی، این موضوع می‌تواند در تحقیقات آتی مورد بررسی قرار گیرد.

## منابع

- Adnan, M. A. J., Tabassum, Y., Sattar, S., Hussein, H., & Butt, M. Z. I. (2021). Coaching behavior, motivation and psychological well-being in young athletes. *PalArch's Journal of Archaeology of Egypt/Egyptology*, 18(10), 979-989.
- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., & Thøgersen-Ntoumani, C. (2010). The controlling interpersonal style in a coaching context: Development and initial validation of a psychometric scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 32(2), 193-216. <https://doi.org/10.1123/jsep.32.2.193>
- Blecharz, J., Luszczynska, A., Tenenbaum, G., Scholz, U., & Cieslak, R. (2014). Self-efficacy moderates but collective efficacy mediates between motivational climate and athletes' well-being. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 6(3), 280-299. <https://doi.org/10.1111/aphw.12028>
- Caliskan, G., & Baydar, H. O. (2016). Satisfaction scale for athlete (SSA): A study of validity and reliability. *European Scientific Journal*, 12(14), 13-26. <https://doi.org/10.19044/esj.2016.v12n14p13>
- Cheval, B., Chalabaev, A., Quedest, E., Courvoisier, D. S., & Sarrazin, P. (2017). How perceived autonomy support and controlling coach behaviors are related to well-and ill-being in elite soccer players: A within-person changes and between-person differences analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 28, 68-77. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.10.006>
- Chowdhury, M. S., & Shahabuddin, A. M. (2007). Self-Efficacy, Motivation and Their Relationship to Academic Performance of Bangladesh College Students. *College Quarterly*, 10(1), 1-9. <https://doi.org/10.1177/1054773816683504>
- Darawad, M. W., Hamdan-Mansour, A. M., Khalil, A. A., Arabiat, D., Samarkandi, O. A., & Alhussami, M. (2018). Exercise self-efficacy scale: validation of the Arabic version among Jordanians with chronic diseases. *Clinical Nursing Research*, 27(7), 890-906.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macro theory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 49(3), 182. <https://doi.org/10.1037/a0012801>
- Feltz, D., Short, S., & Sullivan, P. (2008). Self-efficacy in sport: research and strategies for working with athletes, teams and coaches. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 3(2), 293-295.
- Fominykh, A. Y., Kornienko, D., & Fominykh, A. Y. (2020). Association between athletes' self-efficacy, emotional regulation and sports achievements. *European Proceedings of Social and Behavioral Sciences*, 94, 252-259. <https://doi.org/10.1260/174795408785100699>
- Fouraki, V., Stavrou, N. A., Apostolidis, N., & Psychountaki, M. (2020). Coach and athlete leadership behaviors: examining their role in athlete's satisfaction. *Journal of Physical Education & Sport*, 20(10.7752). <https://doi.org/10.15405/epsbs.10.7752/jpes.2020.s6435>
- Fransen, K., McEwan, D., & Sarkar, M. (2020). The impact of identity leadership on team functioning and well-being in team sport: Is psychological safety the missing link? *Psychology of Sport and Exercise*, 51, 101763. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101763>

- Gearity, B., & Murray, M. A. (2011). Athletes' experiences of psychological effects of poor coaching. *Psychology of Sport and Exercise*, 12, 213-221. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2010.11.004>
- Greenfield, J. D. (2013). The effects of locus of control and challenges on the relationship between contingent rewards and intrinsic motivation. PhD Thesis, The Chicago School of Professional Psychology. <https://doi.org/10.1080/01490400.2013.739890>
- Havitz, M. E., Kaczynski, A. T., & Mannell, R. C. (2013). Exploring relationships between physical activity, leisure involvement, self-efficacy, and motivation via participant segmentation. *Leisure Sciences*, 35(1), 45-62.
- Horn, T. S. (2008). Coaching effectiveness in the sport domain. In T. S. Horn (Ed.), *Advances in Sport Psychology* (pp. 355-309). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Keegan, R. J., Harwood, C., Spray, C. M., & Lavallee, D. (2010). From 'motivational climate' to 'motivational atmosphere': A review of research examining the social and environmental influences on athlete motivation in sport.
- Kroll, T., Kehn, M., Ho, P. S., & Groah, S. (2007). The SCI exercise self-efficacy scale (ESES): Development and psychometric properties. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 4, 1-6. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-4-34>
- Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, E. A. (2008). The Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ): Instrument development and initial validity evidence. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30(3), 323-355. <https://doi.org/10.1123/jsep.30.3.323>
- Mageau, G. A., & Vallerand, R. J. (2003). The coach-athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sports Science*, 11(21), 883-904. <https://doi.org/10.1080/0264041031000140374>
- Moen, F., Giske, R., & Høigaard, R. (2015). Coaches' perceptions of how coaching behavior affects athletes: An analysis of their position on basic assumptions in the coaching role. *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*, 11(1), 180-199. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2023.vol8\(3\).13123](https://doi.org/10.25299/sportarea.2023.vol8(3).13123)
- Mouloud, K., & Elkader, B. (2016). Self-efficacy and achievement motivation among football players. *The Swedish Journal of Scientific Research*, 3(11), 13-19. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2014.999346>
- Oktadinata, A., Subarjah, H., & Hidayat, Y. (2023). Increasing physical activity and sports satisfaction: The role of self-efficacy in physical education for young women. *Journal Sport Area*, 8(3), 300-309. <https://doi.org/10.1177/00315125231167460>
- Podlog, L., Gustafsson, H., Skoog, T., Gao, Z., Westin, M., Werner, S., & Alricsson, M. (2015). Need satisfaction, motivation, and engagement among high-performance youth athletes: A multiple mediation analysis. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(4), 415-433. <https://doi.org/10.3390/ijerph19052899>
- Reverdito, R. S., Fonseca, S., Lopes, A., Aires, K., Santos Alves, L., Alves de Lima, L., ... & Gonçalves, C. (2023). Sources of sport satisfaction and perceived self-efficacy among youth in a competitive environment. *Perceptual and Motor Skills*, 130(3), 1221-1238.
- Rogowska, A. M., Tataruch, R., Niedźwiecki, K., & Wojciechowska-Maszkowska, B. (2022). The mediating role of self-efficacy in the relationship between approach motivational system and sports success among elite speed skating athletes and physical education students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(5), 2899.
- Sarı, İ., & Bayazıt, B. (2017). The relationship between perceived coaching behaviours, motivation and self-efficacy in wrestlers. *Journal of Human Kinetics*, 57, 239.
- Vella, S., Oades, L., & Crowe, T. (2011). The role of the coach in facilitating positive youth development: Moving from theory to practice. *Journal of Applied Sport Psychology*, 23(1), 33-48. <https://doi.org/10.1080/10413200.2010.511423>
- Yılmaz, T., Yiğit, Ş., Dalbudak, İ., & Acar, E. (2020). Investigation of university students' self-efficacy and sport specific success motivation levels. *Turkish Studies (Elektronik)*. <https://doi.org/10.29228/turkishstudies.42905>