

ارتباط محیط زمینه‌ای اجتماعی، انگیزش، احساس لذت و رضایت‌مندی در  
کلاس تربیت‌بدنی بر اساس نظریه خودمختاری  
محمد جلیوند<sup>۱</sup>، و سید محمد کاظم واعظ موسوی<sup>۲</sup>

تاریخ دریافت: ۱۳۹۵/۱۱/۱۷

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۶/۰۳/۲۴

چکیده

هدف از پژوهش حاضر، بررسی ارتباط محیط زمینه‌ای اجتماعی، انگیزش، احساس لذت از فعالیت بدنی و رضایت‌مندی دانشجویان در کلاس تربیت‌بدنی، بر اساس نظریه خودمختاری بود. روش پژوهش توصیفی-همبستگی می‌باشد. تعداد ۳۹۳ دانشجو (۲۰۰ مرد، ۱۹۳ زن) از دانشجویانی که در نیم‌سال اول ۹۴-۹۵، درس تربیت‌بدنی عمومی داشتند، به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای، انتخاب و پرسش‌نامه‌های محیط حامی خودمختاری و کنترل‌کننده، جهت‌گیری انگیزشی، احساس لذت از فعالیت بدنی، و رضایت‌مندی از کلاس تربیت‌بدنی را تکمیل کردند. نتایج تحلیل همبستگی و تحلیل مسیر، نشان داد محیط حامی خودمختاری در کلاس تربیت‌بدنی پیش‌بین‌کننده جهت‌گیری انگیزشی خودمختار دانشجویان نیست و تنها ارتباط مستقیمی با احساس لذت و رضایت‌مندی از کلاس تربیت‌بدنی دارد. با این وجود، محیط کنترل‌کننده از طریق نقش واسطه‌ای شاخص خودمختاری انگیزش، احساس لذت از فعالیت‌های بدنی، و رضایت‌مندی از کلاس تربیت بدنی را به طور منفی پیش‌بینی می‌کند.

**کلیدواژه‌ها:** نظریه خودمختاری، کلاس تربیت‌بدنی، محیط کنترل‌کننده، فعالیت بدنی، دانشجویان

۱. استادیار گروه تربیت بدنی، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران (نویسنده مسئول)  
Email: jalilvandmohammad@iauaksh.ac.ir

۲. استاد دانشگاه جامع امام حسین (ع) تهران

### مقدمه

فواید شرکت در فعالیتهای بدنی شامل کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی-عروقی، دیابت و سرطان (لی و همکاران، ۲۰۱۲) و افزایش کلی عزت نفس، خلق و خو و بهزیستی روان‌شناختی عمومی می‌باشد (جانسن، هارتینگ و استاتس، ۲۰۱۱). با وجود آگاهی و علاقه‌مندی افراد برای ارتقاء فعالیت بدنی، در مدارس و دانشگاه‌ها به قدر شایسته به آن پرداخته نمی‌شود (لوپزوال و همکاران، ۲۰۱۴). در دانشگاه‌ها فرصت جهت مشارکت در فعالیتهای تربیت‌بدنی وجود دارد، اما بیشتر دانشجویان به صورت غیرفعال در این کلاس‌ها شرکت می‌کنند و بعد از اتمام این دوره‌ها معمولاً میل و رغبت کمتری به انجام فعالیتهای بدنی نشان می‌دهند. مربی تربیت‌بدنی با درک صحیح انگیزش، فرآیندهای شناختی و عاطفی شاگردان می‌تواند منجر به کسب تجربیات مطلوب شاگردان از کلاس تربیت‌بدنی شود و آن نیز به نوبه خود، نرخ مشارکت در فعالیتهای بدنی را افزایش دهد.

موضوع اصلی مرتبط با کلاس تربیت‌بدنی، انگیزش شاگردان در ارتباط با کیفیت برنامه‌های آموزشی تربیت‌بدنی در ارتقاء مهارت‌های ضروری جهت تجربه لذت و رضایت‌مندی از شرکت در این فعالیتهای بدنی می‌باشد (تیلور، آنتونامیس، استندیج و اسپری، ۲۰۱۰؛ آنگرم، بیگلی، پانکرازی، ۲۰۰۶). مربیان تربیت‌بدنی در دانشگاه‌ها می‌توانند دستیابی به این اهداف را به وسیله محیطی که باعث حفظ، ارتقاء و تداوم انگیزش

شرکت در این برنامه‌ها باشد، فراهم کنند. مطالعات قبلی از نظریه‌های مختلفی که بتواند چارچوبی نظری برای سنجش میزان ارتقاء انگیزش در محیط‌های فعالیت‌بدنی را فراهم کند، استفاده کرده‌اند (دسی و رایان، ۲۰۰۲). در پژوهش حاضر، کاربرد نظریه خودمختاری<sup>۸</sup> در پیش‌بینی پیامدهای مطلوب همچون احساس لذت از فعالیتهای تربیت‌بدنی و رضایت‌مندی از کلاس تربیت‌بدنی در محیط دانشگاهی مورد بررسی قرار گرفته‌است.

نظریه خودمختاری دسی و رایان (۲۰۰۰) یکی از نظریه‌های مهمی است که رفتار را بر اساس شرایط محیطی-اجتماعی و ویژگی‌های فردی تبیین می‌کند. این نظریه اخیراً در بسیاری از مطالعات مربوط به تربیت‌بدنی و ورزش استفاده شده است

(استندیج، دودا و آنتونامیس، ۲۰۰۵؛ استندیج و تریسور، ۲۰۰۲). کاربرد این نظریه در زمینه آموزش نیز موفق بوده است (پیکو، هین، کوکا و هاگر، ۲۰۰۸). با این وجود، رویکرد خودمختاری در عرصه تربیت‌بدنی دانشگاه‌ها کمتر مورد بررسی قرار گرفته است (ادموندس، آنتونامیس و دولا، ۲۰۰۸؛ لیم و وانگ، ۲۰۰۲).

در نظریه خودمختاری، پیوستاری از سطوح انگیزش وجود دارد که در آن انگیزش درونی در بالاترین سطح و بی‌انگیزشی<sup>۱</sup> در پایین‌ترین سطح قرار گرفته است. بین این دو سطح، سطوح مختلف انگیزشی شامل تنظیم‌های آمیخته<sup>۲</sup>، تنظیم‌های خودپذیر<sup>۳</sup>، تنظیم-های درون‌فکنی‌شده<sup>۴</sup> و تنظیم‌های بیرونی<sup>۵</sup> قرار

8. Standage, Duda & Ntoumanis
9. Pihu, Hein, Koka & Hagger
10. Lim, Wang
11. Amotivation
12. Integrated Regulations
13. Identified Regulatios
14. Introjected Regulations
15. External Regulations

1. Lee et al
2. Johansson, Hartig & Staats
3. López Walle
4. Taylor, Ntoumanis, Standage & Spray
5. Alderman, Beighle & Pangrazi
6. Deci & Ryan
7. Self-Determination Theory

بیشتر در فعالیتهای بدنی منظم، ارتباط مثبت دارد (فنتون، دودا، گوئیست و بارت، ۲۰۱۴؛ اون، آستلبرت و لندسدال، ۲۰۱۳). در مقابل، اشکال کنترل شده انگیزشی ارتباط منفی با مشارکت در فعالیتهای بدنی دارد (اون، آستلبرت و لندسدال، ۲۰۱۳؛ استندیج، گلیسون، آنتونامیس و تریسور، ۲۰۱۲). مشارکت افراد در فعالیتهای تربیت بدنی با انگیزه خودمختاری مخصوصاً انگیزه درونی، با پایداری طولانی تر در آن فعالیت، لذت بردن از فعالیت، و حالات روانی مثبت و احتمال کمتر ترک فعالیت بدنی مرتبط می باشد (استندیج، دولا و آنتونامیس، ۲۰۰۵). به همین دلیل، درک چگونگی افزایش و تسهیل انگیزش درونی امری مهم برای معلمان تربیت بدنی می باشد.

دسی و رایان (۲۰۰۲) بر اهمیت محیط زمینه‌ای- اجتماعی در تسهیل انگیزش درونی و پیامدهای مثبت و سازگارانه تاکید دارند و تمایزی بین دو نوع محیط بافت اجتماعی قائل شده‌اند: محیط حامی خودمختاری که تلاش‌های با منشأ درونی را رشد می‌دهد و شرایطی برای افراد ایجاد می‌کند تا احساس استقلال شخصی، شایستگی و ارتباط را تجربه کنند. در این محیط، مربی محیطی را خلق می‌کند که در آن بازیکنان گزینه‌ها و فرصت‌های انتخاب تمرین را دارند، به نظر بازیکنان ارزش می‌دهند و دلایل پشت پرده تصمیم‌گیری‌ها توضیح داده می‌شود (مگیو و والرند، ۲۰۰۳). در مقابل، محیط کنترل‌کننده نیز وجود دارد که در آن مربی ممکن است به نظر بازیکنان اهمیت ندهد، از پاداش برای انگیزه دادن استفاده کند و اگر انتظار مربی برآورده نشود، به بازیکن بی‌توجه باشد (بارسولومه، آنتونامیس، توگرسن و آنتومان).<sup>۱</sup>

5. Mageau GA, Vallerand  
6. Bartholomew, Ntoumanis, Thøgersen, Ntoumani

دارند (دسی و رایان، ۲۰۰۰). هر کدام از این انگیزش‌ها با در نظر گرفتن میزان خودمختاری، در یک محدوده پیوستاری، از خودمختاری کم (عدم انگیزش) تا زیاد (انگیزش درونی) قرار می‌گیرند. بی انگیزشی با این عقیده که امکان موفقیت وجود ندارد و اینکه تلاش و فعالیت ارزشی ندارد، مشخص می‌شود (استندیج، دولا، تریسورو پروساک، ۲۰۰۳). انگیزش بیرونی، شرکت فرد در یک فعالیت را به خاطر دستیابی به نتایج دل خواه مانند پاداش یا دوری از تنبیه (تنظیم‌های بیرونی)، فشار روانی، احساس گناه یا خودارتقایی (تنظیم‌های درونی فکنی شده)، حفظ نتایج رفتاری معین که برای فرد مهم می‌باشد مانند بهبود آمادگی جسمانی و سلامتی (تنظیم‌های خودپذیر) توضیح می‌دهد. هنگامی که تنظیم‌های خودپذیر به طور کامل برای فرد درونی و همسو با دیگر نیازها و ارزشهای فرد گردید، تنظیم‌های درآمیخته رخ می‌دهند. انگیزش درونی، عواملی با بیشترین رفتار خودمختاری هستند که در آن، شرکت فرد در یک فعالیت به خاطر احساس شادی یا لذت است (دسی و رایان، ۲۰۰۰).

در پژوهش‌های مرتبط با نظریه خودمختاری، انگیزش درونی، تنظیم‌های آمیخته و تنظیم‌های خودپذیر به عنوان انواع انگیزش خودمختار، و تنظیم‌های درون فکنی شده و تنظیم‌های بیرونی به عنوان انواع انگیزش کنترل شده در نظر گرفته می‌شوند. همچنین، شاخص انگیزش خودمختاری، از طریق اعمال ضرایب مثبت به سطوح خودمختاری و ضرایب منفی به سطوح کنترل شده محاسبه می‌شود (فنتون، دودا، گوئیست و بارت، ۲۰۱۴). یافته‌های مطالعات قبلی، نشانگر آن است که اشکال خودمختار انگیزشی با میزان شرکت

1. Standage, Duda, Treasure & Prusak  
2. Fenton, Duda, Quested & Barrett  
3. Owen, Astell-Burt & Lonsdale  
4. Standage, Gillison, Ntoumanis & Treasure

پیشرفت تحصیلی و پایداری بیشتر در فعالیت‌های تحصیلی را نسبت به دانشجویان در یک محیط کنترلی دارند (چانزی سارانتیس و هاگر، ۲۰۰۹). چانزی سارانتیس و هاگر<sup>۲</sup> (۲۰۰۹) نشان داده‌اند که پیاده‌سازی سبک حامی خودمختاری در حیطه تربیت‌بدنی در تمایل دانش‌آموزان به فعالیت‌های بدنی خارج از مدرسه و فعالیت‌های بدنی روزمره نقش داشته‌است.

با وجود پژوهش‌های انجام شده در حیطه نظریه خودمختاری در محیط‌های فعالیت‌بدنی مختلف، این موضوع در حیطه تربیت‌بدنی در دانشگاه‌ها کمتر مورد مطالعه قرار گرفته‌است. نتایج پژوهش حاضر می‌تواند کمک مؤثری برای اساتید و مربیان ورزشی در خلق محیط انگیزشی مؤثر در کلاس‌های تربیت‌بدنی به منظور ترفیع انگیزش درونی دانشجویان و دستیابی به پیامدهای مطلوب داشته‌باشد. به علاوه، یافته‌های این پژوهش می‌تواند ادبیات نظری موجود در این زمینه را گسترش دهد و شواهدی برای کاربرد نظریه خودمختاری در کلاس‌های تربیت‌بدنی دانشگاهی را فراهم کند. بنابراین، در پژوهش حاضر، سعی شده است تا ارتباط بین دو نوع محیط زمینه‌ای-اجتماعی (محیط حامی خودمختاری و کنترل‌کننده)، جهت‌گیری انگیزشی خودمختار و پیامدهای مطلوب (احساس لذت از فعالیت‌های بدنی و رضایت‌مندی از کلاس تربیت‌بدنی) در محیط تربیت‌بدنی دانشگاهی مورد بررسی قرارگیرد.

### روش پژوهش

این پژوهش توصیفی و طرح آن از نوع همبستگی می‌باشد که به صورت پیمایشی انجام شده است.

### شرکت‌کنندگان

جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه دانشجویان مقطع کارشناسی پسر و دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد

نتایج یافته‌های قبلی، بیانگر آن است که محیط حامی خودمختاری نسبت به محیط کنترل‌کننده، از طریق رضایت‌مندی از نیازهای روان‌شناختی و رشد بیشتر انگیزش خودمختار منجر به افزایش پیامدهای مثبت مانند افزایش تمایل به شرکت در فعالیت‌های بدنی می‌شود (چانزی سارانتیس و هاگر، ۲۰۰۹، احمدی، امانی و بهزادنیا، ۲۰۱۶؛ لیم و وانگ، ۲۰۰۲). همچنین محیط کنترل‌کننده، پیش‌بین‌کننده مثبت عدم رضایت‌مندی از نیازها و به تبع آن، پیامدهای ناسازگارانه رفتار ورزشی می‌باشد (لوپز و همکاران، ۲۰۱۴؛ بارسلومه و همکاران، ۲۰۱۱؛ بارسلومه و همکاران، ۲۰۱۰).

در محیط تربیت‌بدنی دانشگاهی، مطالعات در زمینه نقش محیط حامی خودمختاری و کنترل‌کننده بر پیامدهای مختلف، کمتر می‌باشد، با این وجود تاثیر مثبت محیط حامی خودمختاری در این مطالعات آشکار شده است. به عنوان مثال ادموند، انتومانیس و دودا<sup>۱</sup> (۲۰۰۸) تاثیر مداخلات سبک آموزشی حامی خودمختاری بر ارضای نیازهای روان‌شناختی اساسی، تنظیم‌های انگیزشی، رفتار تمرین، میل و علاقه و خلق را در دانشجویان دانشگاهی در طول ۱۰ هفته مورد بررسی قرار دادند. شرکت‌کنندگان اکثراً دانشجویان دانشگاه بودند که در شرایط تمرین خودمختاری و یا در شرایط تمرین عادی شرکت می‌کردند. نتایج نشان داد شرکت‌کنندگان در شرایط حامی خودمختاری سطوح بالاتری از رضایتمندی از نیازهای روان‌شناختی، خلق مثبت و پایبندی به ورزش را در مقایسه با گروه دیگر گزارش کردند. یافته‌های قبلی نشان داده‌اند که افراد در یک محیط حامی خودمختاری، استقلال بیشتر، عملکرد مثبت‌تر از نظر درگیری فعالیت بدنی بیشتر در کلاس، رشد عاطفی، خلاقیت، انگیزش درونی، بهزیستی روان‌شناختی،

2. Chatzisarantis & Hagger

1. Edmunds, Ntoumanis & Duda

جهت‌گیری انگیزشی استفاده شد (گوداس و بیدل، ۱۹۹۴). این پرسش‌نامه ابعاد بی‌انگیزگی، تنظیم‌های بیرونی، تنظیم‌های درون‌فکنی‌شده، تنظیم‌های خودپذیر و انگیزش درونی را اندازه‌گیری می‌کند. هر بعد با چهار سؤال سنجیده می‌شود. این پرسش‌نامه با مقیاس امتیازدهی ۷ ارزشی لیکرت (۷ کاملاً صحیح تا ۱ کاملاً نادرست) می‌باشد، که با عنوان اصلی "من در کلاس‌های تربیت‌بدنی شرکت می‌کنم زیرا ..." مشخص شده بود. این پرسش‌نامه در کشور در دانشجویان دانشگاهی مورد اعتباریابی قرار گرفته و روایی و پایایی مناسبی گزارش شده است (احمدی و همکاران، ۱۳۹۵). در پژوهش حاضر، آلفای کرونباخ برای ابعاد عدم انگیزش ۰/۸۵، تنظیم‌های بیرونی ۰/۸۱، تنظیم‌های درون‌فکنی‌شده ۰/۷۱، تنظیم‌های خودپذیر ۰/۷۸ و انگیزش درونی ۰/۸۴ به‌دست آمد.

**میزان لذت از فعالیت‌های تربیت‌بدنی:** میزان لذت از فعالیت‌های بدنی با توجه به هدف پژوهش، از طریق ۴ گویه مربوط به یک بعد (هیجان ایجاد شده توسط مربی) پرسش‌نامه فرایندهای لذت از تربیت‌بدنی مورد سنجش قرار گرفت (هاشیم، گرو و ویپ، ۲۰۰۸). مقیاس امتیازدهی از نوع مقیاس ۷ امتیازی لیکرت می‌باشد. روایی و پایایی این پرسش‌نامه در ایران مورد تایید قرار گرفته است (عبدلی و همکاران، ۱۳۸۹). در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به‌دست آمد.

**رضایت‌مندی از فعالیت‌های تربیت‌بدنی:** نسخه فارسی پرسش‌نامه رضایت‌مندی از فعالیت‌های بدنی کلاس تربیت‌بدنی برای سنجش میزان رضایت‌مندی دانشجویان از کلاس تربیت‌بدنی مورد استفاده قرار گرفت (کانینگهام، ۲۰۰۷). این پرسش‌نامه ۳۳ گویه و دارای ۹ عامل می‌باشد. مجموع عوامل، به عنوان

4. Physical Activity Class Satisfaction Questionnaire
5. Cunningham

کرمانشاه تشکیل می‌دهند که در نیم‌سال اول سال-تحصیلی ۹۵-۹۴ در حال گذراندن واحد تربیت‌بدنی و ورزش ۱ بودند. از این جامعه، تعداد ۳۹۳ دانشجو (۱۹۳ دختر و ۲۰۰ پسر) به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب و به عنوان نمونه در این پژوهش انتخاب شدند.

### ابزار پژوهش

**محیط حامی خودمختاری و کنترل‌کننده:** ادراک از محیط‌های خلق شده حامی-خودمختاری و کنترل‌کننده توسط مربی از طریق مقیاس‌های معتبر استفاده شده در پژوهش‌های قبلی مورد سنجش قرار گرفت (فتنون، دودا، گوئیست و بارت، ۲۰۱۴؛ ادی، دودا و اتونامیس، ۲۰۱۲). پرسش‌نامه شامل ۴ گویه برای اندازه‌گیری رفتارهای حامی-خودمختاری مربی (مانند، احساس می‌کنم که مربی برای من در این ورزش، فرصت‌ها و شرایط انتخاب، فراهم می‌کند) و ۶ گویه برای اندازه‌گیری رفتارهای کنترل‌کننده مربی (مانند، مربی، من را وادار به انجام تمرین و فعالیت‌هایی می‌کند که خودش می‌خواهد) می‌باشد. در این مقیاس‌ها، از شرکت‌کنندگان خواسته می‌شود تا میزان موافقت خود را نسبت به گویه‌ها از ۱ (کاملاً مخالف) تا ۵ (کاملاً موافق) علامت بزنند. این مقیاس نیز دارای اعتبار مناسبی می‌باشد، فتنون و همکاران<sup>۱</sup> (۲۰۱۴) ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۶۷ و ۰/۷۴ را به ترتیب برای حامی خودمختاری و کنترل‌کننده گزارش کردند. در این پژوهش، پایایی قابل قبولی برای هر دو مؤلفه مقیاس به‌دست آمد. ضریب آلفای کرونباخ برای مقیاس محیط حامی خودمختاری (۰/۸۹) و محیط کنترل‌کننده (۰/۸۰) به‌دست آمد.

**مقیاس انگیزش در تربیت‌بدنی:** پرسش‌نامه ۲۰ گویه ای انگیزش در تربیت‌بدنی برای تعیین

1. Fenton et al
2. Goudas & Biddle
3. Hashim, Grove & Whipp

پرسش‌نامه‌ها به طور کامل و واضح ارائه شد و از آنان خواسته شد تا در صورت داشتن هر گونه سؤال یا مشکل در مورد پرکردن پرسش‌نامه‌ها، از محقق کمک بگیرند. تکمیل پرسش‌نامه‌ها به طور متوسط ۳۰ دقیقه طول کشید.

### روش‌های آماری

در پژوهش حاضر، از روش‌های آماری توصیفی شامل فراوانی، میانگین، انحراف استاندارد، چولگی و کشیدگی و از آمار استنباطی ضریب همبستگی پیرسون، رگرسیون، و تحلیل مسیر استفاده شده است. از نرم افزار اس.پی.اس.اس نسخه ۱۹ و لیزرل<sup>۲</sup> ۸/۵ برای انجام روش‌های آماری استفاده شد.

### یافته‌ها

در جدول ۱، ویژگی‌های عمومی شرکت‌کنندگان پژوهش حاضر، توصیف شده است.

رضایت‌مندی کل در نظر گرفته می‌شود. نمره گذاری بر اساس سیستم امتیازدهی لیکرت می‌باشد که در آن آزمودنی‌ها از ۱ کاملاً مخالفم تا ۷ کاملاً موافقم نمره دادند. روایی محتوای پرسش‌نامه از طریق اساتید روان‌شناسی ورزشی مورد تایید قرار گرفت. ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر، ۰/۸۱ به دست آمد.

### روش گردآوری داده‌ها

با توجه به هدف پژوهش که مربوط به محیط کلاس‌های تربیت‌بدنی و ورزش ۱ دانشگاهی بود، ابتدا مجوز گردآوری داده‌ها از دانشگاه اخذ شد. برای جمع‌آوری داده‌ها، بعد از هماهنگی با اساتید مربوطه، با حضور در محل کلاس‌ها که در سالن ورزشی بودند و در زمان استراحت بعد از پایان تمرینات، از شرکت‌کنندگان خواسته شد تا در این پژوهش شرکت کنند و پرسش‌نامه‌ها را تکمیل کنند. به شرکت‌کنندگان، اطمینان لازم در مورد بی‌نام بودن پرسش‌نامه‌ها و محرمانه نگه‌داشتن پاسخ‌هایشان، ارائه گردید. همچنین دستورالعمل‌های لازم در مورد نحوه پرکردن

جدول ۱. توصیف ویژگی‌های عمومی شرکت‌کنندگان پژوهش

سن	تعداد	کلاس تربیت بدنی	شرکت‌کنندگان
۲۱/۲±۲۳/۱۱	۱۰۰	تربیت بدنی ۱	دانشجویان مرد
۲۳/۳±۵۴/۲۲	۱۰۰	تربیت بدنی ۲	
۲۰/۲±۵۴/۵۰	۱۰۰	تربیت بدنی ۱	دانشجویان زن
۲۲/۳±۱۸/۶۵	۹۳	تربیت بدنی ۲	

رضایت‌مندی از کلاس تربیت‌بدنی توصیف شده است.

در جدول ۲، میانگین و انحراف استاندارد مربوط به متغیرهای محیط حامی خودمختاری و کنترل‌کننده، جهت‌گیری‌های انگیزشی، احساس لذت و

2. LISREL.8.5

1. SPSS.19

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای مورد پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	چولگی	کشیدگی
محیط حامی خودمختاری	۵/۲۵	۱/۳۵	-۰/۸۶	۰/۵۳
محیط کنترل کننده	۱/۷۸	۱/۲۳	۲/۰۲	۳/۰۶
انگیزش درونی	۵/۹۸	۱/۱۱	-۱/۳۵	۰/۹۸
تنظیم‌های خودپذیر	۵/۷۷	۱/۰۲	-۰/۸۴	۰/۵۰
تنظیم‌های درون فکنی شده	۴/۷۰	۱/۲۸	-۰/۶۹	۰/۱۸
تنظیم‌های بیرونی	۳/۵۵	۱/۲۱	۰/۳۹	۰/۰۱
عدم انگیزش	۲/۴۹	۱/۵۱	۰/۹۰	-۰/۱۵
شاخص خودمختاری	۱۰/۱۸	۸/۹۸	-۰/۶۷	-۰/۲۴
لذت از فعالیت بدنی	۴/۳۷	۰/۹۹	-۱/۷۷	۲/۰۹
رضایتمندی از کلاس	۴/۱۳	۱/۰۲	-۱/۱۶	۰/۶۰

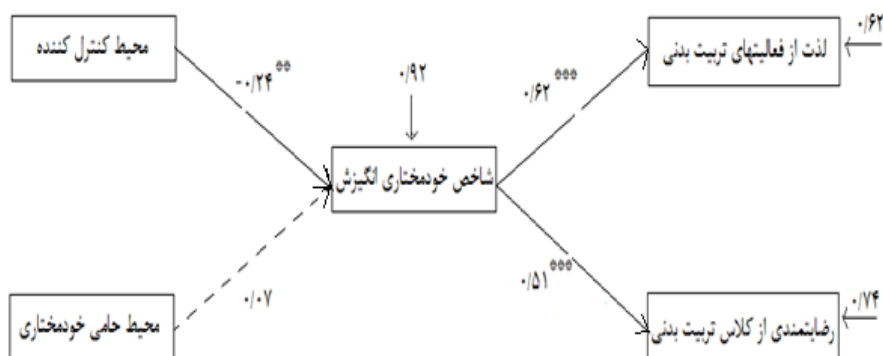
لذت و رضایتمندی از فعالیت‌های کلاس تربیت‌بدنی ابتدا ماتریس همبستگی بین متغیرها در جدول ۳ ارائه شده است. با توجه به جدول ۳، رابطه محیط کنترل کننده با لذت از فعالیت بدنی، تمامی متغیرها رابطه معناداری با هم دارند.

همچنان‌که در جدول ۲ مشاهده می‌شود ضرایب چولگی و کشیدگی متغیرهای پژوهش در حد کمینه و در دامنه (+۲ تا -۲) قرار دارند که این نشان دهنده نرمال بودن شکل توزیع داده‌های متغیرهای پژوهش می‌باشد. برای تعیین الگوی ارتباطی بین محیط حامی خودمختاری و کنترل کننده با احساس

جدول ۳. ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

شماره	متغیر	۱	۲	۳	۴	۵
۱	محیط حامی خودمختاری	۱				
۲	محیط کنترل کننده	-۰/۲۲**	۱			
۳	انگیزش خودمختار	۰/۱۱*	-۰/۲۵**	۱		
۴	لذت از فعالیت	۰/۱۴**	-۰/۰۸	۰/۶۱**	۱	
۵	رضایتمندی از کلاس	۰/۲۹**	-۰/۰۰۹	۰/۵۰**	۰/۶۲**	۱

در شکل ۱، مدل آزمون شده پژوهش گزارش شده است.



شکل ۱. مدل آزمون شده پژوهش

خودمختاری انگیزش بر لذت از فعالیت بدنی (۰/۶۱۹) و بر رضایتمندی از کلاس تربیت بدنی (۰/۵۱) در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است. در جدول ۴، اثرات مستقیم، غیرمستقیم، کل و واریانس تبیین شده متغیرها گزارش شده است.

با توجه به شکل ۱، اثر مستقیم محیط کنترل کننده بر شاخص خودمختاری انگیزش در سطح ۰/۰۰۱ معنادار می‌باشد ولی اثر محیط حمایتگر مستقلی (۰/۰۰۷) بر شاخص خودمختاری معنادار نیست. همچنین، اثر مستقیم شاخص

جدول ۴. اثرات مستقیم، غیرمستقیم، کل و میزان واریانس تبیین شده متغیرها

منبع اثر	اثرات مستقیم	اثرات غیرمستقیم	اثرات کل	واریانس تبیین شده
بر روی لذت از فعالیت از شاخص خودمختاری انگیزش محیط حامی خودمختاری محیط کنترل کننده	۰/۶۲***	-	۰/۶۱***	۰/۳۸
	-	۰/۰۴	۰/۰۴	
	-	-۰/۱۵**	-۰/۱۵**	
بر روی رضایتمندی از کلاس از شاخص خودمختاری انگیزش محیط حامی خودمختاری محیط کنترل کننده	۰/۵۱***	-	۰/۵۱***	۰/۲۶
	-	۰/۰۳	۰/۰۳	
	-	-۰/۱۲**	-۰/۱۲**	
بر روی شاخص خودمختاری انگیزش از محیط حامی خودمختاری محیط کنترل کننده	۰/۰۷	-	۰/۰۷	۰/۰۸
	-	-	-	
	-۰/۲۴**	-	-۰/۲۴**	



زمینه‌ای-اجتماعی و شاخص خودمختاری انگیزش، ۳۸ درصد از تغییرات احساس لذت از فعالیت‌های تربیت‌بدنی و ۲۴ درصد از تغییرات رضایت‌مندی از کلاس تربیت‌بدنی را تبیین می‌کنند. از طرفی، محیط زمینه‌ای-اجتماعی، ۸ درصد از تغییرات شاخص خودمختاری انگیزش را تبیین می‌کند. در جدول ۵، آنان شاخص‌های برازش مدل آزمون شده را گزارش کردند. این شاخص‌ها نشان می‌دهند که مدل آزمون شده از برازش نسبتاً مناسب برخوردار است.

با توجه به جدول ۴، اثر غیر مستقیم محیط کنترل‌کننده بر لذت از فعالیت‌های تربیت‌بدنی (-۰/۱۵) و بر رضایت‌مندی از کلاس تربیت‌بدنی (-۰/۱۲) در سطح ۰/۰۱ معنادار می‌باشد ولی اثر غیرمستقیم محیط حامی خودمختاری بر لذت از فعالیت‌های تربیت‌بدنی (۰/۰۴) و بر رضایت‌مندی از کلاس تربیت‌بدنی (۰/۰۳) معنادار نمی‌باشد. بنابراین، نقش واسطه‌ای شاخص خودمختاری انگیزش در ارتباط بین محیط کنترل‌کننده و احساس لذت از فعالیت‌های بدنی و رضایت‌مندی از کلاس تربیت‌بدنی تایید می‌شود. همچنین، محیط

#### جدول ۵. شاخص‌های نیکویی برازش الگوی آزمون شده پژوهش

RMSEA	PNFI	AGFI	CFI	GFI	X2/df
۰/۰۷	۰/۶۶	۰/۹۱	۰/۹۶	۰/۹۴	۲/۳۵

پیش‌بین‌کننده مثبت و مستقیم احساس لذت از فعالیت بدنی و رضایت‌مندی از کلاس تربیت‌بدنی می‌باشد، این یافته ناهمسو با نظریه خودمختاری می‌باشد که فرض می‌کند محیط‌هایی که ترفیع‌کننده سبک حمایتی-استقلالی هستند، سطوح خودمختاری انگیزش را افزایش می‌دهند و از این طریق، منجر به پیامدهای مثبت و سازگارانه می‌شوند (دسی و رایان، ۲۰۰۰). همچنین، در تضاد با یافته حاضر، یافته‌های قبلی در محیط‌های مختلف فعالیت‌بدنی بیانگر آن است که محیط حمایتی-استقلالی منجر به درونی‌سازی و افزایش شاخص خودمختاری انگیزش می‌شود (احمدی، نمازی زاده و مختاری، ۲۰۱۲؛ پروساک، ۲۰۰۴). به عنوان مثال، لیم و همکاران (۲۰۰۹)، ارتباط بین محیط حمایتی-خودمختاری و میل به ادامه فعالیت‌بدنی را از طریق جهت‌گیری انگیزشی خودمختار نشان دادند (۱۵). نتایج مطالعه یوسفی و احمدی (۱۳۹۲)، نیز نشان داد رفتار حمایتی-استقلالی باعث تقویت رضایت‌مندی نیازهای روان‌شناختی و انگیزش

#### بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر، بیانگر آن بود که محیط حامی خودمختاری پیش‌بین‌کننده مستقیم احساس لذت از فعالیت‌های تربیت‌بدنی و رضایت‌مندی از کلاس تربیت‌بدنی است. نقش واسطه‌ای شاخص خودمختاری انگیزش در ارتباط بین محیط حامی خودمختاری و احساس لذت و رضایت‌مندی از کلاس تربیت‌بدنی تایید نشد. از طرفی، محیط کنترل‌کننده به‌طور منفی پیش‌بین‌کننده شاخص خودمختاری انگیزش دانشجویان در کلاس تربیت‌بدنی می‌باشد. همچنین، محیط کنترل‌کننده با نقش واسطه‌ای شاخص خودمختاری انگیزش، به‌طور منفی پیش‌بین‌کننده غیرمستقیم احساس لذت از فعالیت بدنی و رضایت‌مندی از کلاس تربیت‌بدنی می‌باشد.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد محیط حامی خودمختاری بدون نقش واسطه‌ای شاخص خودمختاری انگیزش،

چندانی به جهت‌گیری انگیزشی خودمختار دانشجویان در کلاس تربیت‌بدنی ندارد. در مقابل، زمانی که دانشجویان محیط تربیت‌بدنی را کنترل‌کننده در می‌یابند، آن می‌تواند جهت‌گیری خودمختار انگیزش را تغییر و در جهت کاهش خودمختاری سوق دهد. به هر حال، برای نتیجه‌گیری قویتر، نیاز به مطالعات بیشتر ضروری به نظر می‌رسد.

از طرفی، نتایج پژوهش حاضر در مورد تاثیر مستقیم محیط حامی خودمختاری بر پیامدهای سازگارانه، همسو با اکثر یافته‌های قبلی است که احساس لذت و رضایتمندی از فعالیتهای تربیت‌بدنی را در محیط حامی خودمختاری نشان داده‌اند (فیریز، سیسیلیا و سانزالوارز، ۲۰۱۳). به عنوان مثال، فریز و همکاران (۲۰۱۳)، با بررسی رضایتمندی از کلاس‌های تربیت‌بدنی در دانش‌آموزان نوجوان نشان دادند محیط حامی خودمختاری تربیت‌بدنی باعث رضایتمندی بیشتر از فعالیتهای تربیت‌بدنی می‌شود. همچنین، پروساک و همکاران (۲۰۰۴)، نشان دادند گروه مداخله با فرصت‌های انتخاب، نسبت به گروه کنترل بدون مداخله، انگیزش درونی بالاتر و عدم انگیزش پایین تری دارند (پروساک، ۲۰۰۴). فریز و همکاران (۲۰۱۳)، با بررسی رضایتمندی از کلاس‌های تربیت‌بدنی در دانش‌آموزان نشان دادند محیط حامی خودمختاری تربیت‌بدنی باعث رضایتمندی بیشتر از فعالیتهای تربیت‌بدنی می‌شود (فریز و همکاران، ۲۰۱۳). بر اساس نظریه خودمختاری، افراد مهم در زندگی مانند والدین و معلمان می‌توانند بر پیامدهای رفتاری افراد تاثیرگذار باشند. به عنوان مثال، یک معلم تربیت‌بدنی می‌تواند با ایجاد ساختارهای محیط حمایتی-استقلالی، شاگردانش را تشویق به درگیر شدن فعالیت‌ها شدن بیشتر، انتخاب و خودتصمیم‌گیری در فعالیتهای مختلف تربیت‌بدنی کند. در مقابل، معلمی می‌تواند رفتار

درونی می‌شود که آن نیز به نوبه خود، به افزایش لذت از فعالیت‌بدنی منجر می‌شود (۱۳). همچنین، وانگ و لیو (۲۰۰۷) در مطالعه‌ای با بررسی تاثیر خودمختاری بر میزان رضایتمندی، نشان دادند محیط با خودمختاری نسبی از طریق انگیزش، تاثیر غیرمستقیم بر میزان رضایتمندی از فعالیت‌بدنی دانش‌آموزان دارد (وانگ و لیو، ۲۰۰۷).

از طرفی، نتایج پژوهش حاضر بیانگر آن بود که محیط کنترل‌کننده از طریق نقش واسطه‌ای شاخص خودمختاری انگیزش، پیش بین‌کننده منفی احساس لذت از فعالیت‌بدنی و رضایتمندی از کلاس تربیت‌بدنی می‌باشد. این یافته در مورد محیط کنترل‌کننده، همسو با نظریه خودمختاری می‌باشد که بیان می‌کند محیط کنترل‌کننده منجر به جهت‌گیری بیرونی و کاهش شاخص خودمختاری انگیزش می‌شود و از این طریق بر کاهش پیامدهای مثبت تاثیر دارد (دسی و ریان، ۱۹۸۵، ۲۰۰۰). همچنین، این نتایج همسو با یافته‌های پژوهش‌های قبلی است (احمدی و همکاران، ۲۰۱۲؛ لیم و وانگ، ۲۰۰۹؛ پروساک، ۲۰۰۴).

پیش‌بینی نشدن شاخص خودمختاری انگیزش توسط محیط حامی خودمختاری را می‌توان به نوع زمینه مورد مطالعه در پژوهش حاضر که کلاس تربیت‌بدنی دانشگاهی است، نسبت داد. دروس تربیت‌بدنی و ورزش ۱، واحد درسی دانشگاهی هستند و دانشجویان مجبورند این واحدهای درسی را بگذرانند، با این وجود، اغلب دانشجویان فعالیتهای تربیت‌بدنی را به عنوان یک فعالیت مفرح می‌دانند و همچنانکه نتایج مربوط به میانگین انگیزش خودمختاری در این پژوهش نشان داد، آنان با شاخص خودمختاری بالاتری وارد محیط تربیت‌بدنی می‌شوند. بنابراین، احتمالاً نوع محیط حامی خودمختاری اعمال شده توسط مربی، تاثیر

رضایت‌مندی دانشجویان در کلاس‌های تربیت‌بدنی می‌شود. به علاوه مربیان بهتر است از رفتارهای کنترلی همچون جلوگیری از انتقادات و کنترل اظهارات دانشجویان، کنترل آشکار و عمومی فعالیت‌های آنها و به کارگیری تنبیه، اجتناب کنند.

آنچه تاکنون در مورد موضوع پژوهش مطرح شده بود، نقش مثبت محیط حامی‌خودمختاری و نقش منفی محیط کنترل‌کننده در پیش‌بینی پیامدهای مطلوب با نقش واسطه‌ای شاخص خودمختاری انگیزش بود.

برخی یافته‌های پژوهش حاضر، از جمله عدم تایید نقش واسطه‌ای شاخص خودمختاری انگیزش در ارتباط بین محیط حامی‌خودمختاری و احساس لذت و رضایت‌مندی از کلاس تربیت‌بدنی، یافته‌ی جدیدی است که می‌تواند در چالش نظریه خودمختاری در محیط تربیت‌بدنی دانشگاهی، مطرح باشد.

#### تشکر و قدردانی

این مقاله مستخرج از طرح پژوهشی با عنوان محیط حمایتگر استقلالی، جهت‌گیری انگیزشی، و لذت از فعالیت‌های تربیت‌بدنی: کاربرد نظریه خودمختاری در تربیت بدنی دانشگاهی است که اعتبار آن توسط دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه تامین شده است.

کنترل‌کننده داشته باشد که در آن شاگردان برای انجام فعالیت‌های تربیت‌بدنی، خود را تحت فشار و یا اجبار ببینند (دسی و رایان، ۲۰۰۰). نتایج اکثر پژوهش‌های قبلی نیز همسو با نتایج پژوهش حاضر، نشان داده‌اند بافت زمینه‌ای-اجتماعی می‌تواند نقش مهمی در رفتار فعالیت‌بدنی ایجاد کند. دسی و همکاران (۱۹۹۴)، چنین پیشنهاد کردند که بافت محیطی، زمانی می‌تواند بر رفتار انسان کمک کند که در آن امکان انتخاب و تصمیم‌گیری، منطقی، و ارزش نهادن به تلاش‌های فرد وجود داشته باشد (دسی، ایگراری و پاتریک و لیون، ۱۹۹۴).

به هر حال، مزیت‌های ایجاد ساختار حمایتگر استقلالی می‌تواند اشارات کاربردی برای مربیان دروس تربیت‌بدنی و ورزش ۱ داشته باشد. آنها می‌توانند به منظور رضایت‌مندی بیشتر دانشجویان در این کلاس‌ها، در محیط تدریس از ساختارهای حامی خودمختاری مانند فراهم کردن حق انتخاب برای دانشجویان جهت شرکت در برنامه‌ها و فعالیت‌های کلاس تربیت‌بدنی و ارائه دلایل و توضیحات منطقی درباره انجام برنامه‌ها و فعالیت‌های مختلف در کلاس، استفاده نمایند. همچنین آگاهی درباره احساسات و دیدگاه‌های شخصی دانشجویان نسبت به فعالیت‌های بدنی، ارائه بازخورد مثبت و فراهم کردن فرصت‌هایی برای ابتکار و انجام مستقل فعالیت‌ها منجر به افزایش

#### منابع

1. Abdoli, B., Ahmadi, N., Asgari, Z., Azimzade, A., Akradi, M. (2010) Determination Validity and reliability of processes of the joy of physical education. *Research in Sport Sciences*. 6, 29-42
2. Adie, J.W., Duda, J.L., Ntoumanis, N. (2012). Perceived coach-autonomy support, basic need satisfaction and the well-and ill-being of elite youth soccer players: A longitudinal investigation. *Psychology of Sport and Exercise*. 13(1), 1-9.

3. Ahmadi, M., Amani, J., Behzadnia, B.(2015). Autonomy-Supportive and Controlling Environment, Motivation, and Intention to Continue Sport Participation in Adolescents: Study of Self-determination Theory. *Journal of Sport Psychology Studies*. 10(3):99-112.
4. Ahmadi, M., Namazi Zadeh, M., Mokhtari, P.(2012). Perceived Motivational Climate, Psychological Needs Satisfaction and Self-Determined Motivation in Youth Male Athletes. *Research in Sports Management and motor behavior*. 2 (3),125-139
5. Alderman, BL., Beighle, A., Pangrazi, RP.(2006). Enhancing motivation in physical education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*. 77(2),41-51.
6. Almagro, BJ., Sáenz-López, P., Moreno, JA.(2010) Prediction of sport adherence through the influence of autonomy-supportive coaching among Spanish adolescent athletes. *Journal of sports science & medicine*. 9(1),8.
7. Bartholomew, K., 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 and Exercise Psychology*. 32, 3-21.
8. Bartholomew, K., Ntoumanis, N., Thøgersen-Ntoumani, C.(2011). Self-determination theory and the darker side of athletic experience: The role of interpersonal control and need thwarting. *Sport and Exercise Psychology Review*. 7(2),23-7.
9. Balaguer, I., González, L., Fabra, P., Castillo, I., Mercé, J., Duda, JL.(2012). Coaches' interpersonal style, basic psychological needs and the well-and ill-being of young soccer players: A longitudinal analysis. *Journal of sports sciences*. 30(15),19-29.
10. Chatzisarantis, NL., Hagger, MS.(2009). Effects of an intervention based on self-determination theory on self-reported leisure-time physical activity participation. *Psychology and Health*. 24(1),29-48.
11. Cunningham, GB.(2007). Development of the physical activity class satisfaction questionnaire (PACSQ). *Measurement in Physical Education and Exercise Science*. 11(3),161-76.
12. Deci, EL., Eghrari, H., Patrick, BC., Leone, DR.(1994). Facilitating internalization: The self determination theory perspective. *Journal of personality*. 62(1),119-42.
13. Deci, EL., Ryan, RM.(2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*. 11(4),227-68.
14. Deci, EL., Ryan, R.(2002). Overview of self-determination theory: An organismic dialectical perspective. *Handbook of self-determination research*. 3-33.
15. Edmunds, J., Ntoumanis, N., Duda, JL.(2008). Testing a self-determination theory-based teaching style intervention in the exercise domain. *European Journal of Social Psychology*. 38(2), 75-88.
16. Ferriz, R., Sicilia, A., Sáenz-Álvarez, P.(2013). Predicting satisfaction in physical education classes: A study based on self-determination theory. *The Open Education Journal*. 6(1),1-7.
17. Fenton, SA., Duda, JL., Queded, E., Barrett, T.(2014). Coach autonomy support predicts autonomous motivation and daily moderate-to-vigorous physical activity and sedentary time in youth sport participants. *Psychology of Sport and Exercise*. 15(5), 53-63.
18. Hashim, H., Grove, RJ., Whipp, P.(2008). Validating the youth sport enjoyment construct in high school physical education. *Research quarterly for exercise and sport*. 79(2),183-94.

19. Goudas, M., Biddle, S.(1994). Perceived motivational climate and intrinsic motivation in school physical education classes. *European Journal of Psychology of Education*.9(3),241-50.
20. Johansson, M., Hartig, T., Staats, H.(2011)Psychological benefits of walking: Moderation by company and outdoor environment. *Applied Psychology: Health and Well Being*. 3(3):261-80.
21. Lee, I-M., Shiroma, EJ., Lobelo, F., Puska, P., Blair, SN., Katzmarzyk, P. (2012). Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. *The lancet*. 380, 219-29.
22. Lim, BC., Wang, CJ.(2009). Perceived autonomy support, behavioural regulations in physical education and physical activity intention. *Psychology of Sport and Exercise*.10(1),52-60.
23. López Walle, J., Tristán, J., Balaguer, I., Duda, JL., Aguirre, HB., Rios, RM.(2014). Coaches' controlling style, basic needs thwarting, and well-/ill-being in Mexican university players. *Journal of sport and exercise psychology*. 36, 117.
24. Mageau, GA., Vallerand, RJ.(2003).The coach-athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sports Sciences*.21(11),883-904.
25. Netz Y, Wu M-J, Becker BJ, Tenenbaum G. Physical activity and psychological well-being in advanced age: a meta-analysis of intervention studies. *Psychology and aging*. 2005;20(2):272.
26. Pihu, M., Hein, V., Koka, A., Hagger, MS.( 2008) How students' perceptions of teachers' autonomy-supportive behaviours affect physical activity behaviour: an application of the trans-contextual model. *European Journal of Sport Science*.8(4),193-204.
27. Organization WH. Global strategy on diet, physical activity and health. Geneva: World Health Organization, 2004. World Health Assembly. 2012;57.
28. Owen, KB., Astell-Burt, T., Lonsdale, C.(2013).The relationship between self-determined motivation and physical activity in adolescent boys. *Journal of Adolescent Health*.53(3),420-2.
29. Prusak, KA.(2004).Adolescent Girls in Physical Education. *Journal of teaching in physical education*.23,19-29.
30. Standage, M., Duda, JL., Ntoumanis, N.(2005). A test of self- determination theory in school physical education. *British Journal of Educational Psychology*. 75(3), 11-33.
31. Standage, M., Duda, JL., Treasure, DC., Prusak, KA.(2003).Validity, Reliability, and Invariance of the Situational Motivation Scale (SIMS) Across Diverse Physical Activity Contexts. *Journal of Sport & Exercise Psychology*.25(1).
32. Standage, M., Gillison, FB., Ntoumanis, N., Treasure, DC. Predicting students' physical activity and health-related well-being: A prospective cross-domain investigation of motivation across school physical education and exercise settings. *Journal of Sport & Exercise Psychology*. 34,37-60.
33. Standage, M., Treasure, DC.( 2002). Relationship among achievement goal orientations and multidimensional situational motivation in physical education. *British Journal of Educational Psychology*.72(1),87-103.
34. Taylor, IM., Ntoumanis, N., Standage, M., Spray, CM.( 2010). Motivational predictors of physical education students' effort, exercise intentions, and leisure-time physical activity: A multilevel linear growth analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*.32(1),99-120.
35. Yousefi, B., Behesht, A.(2013). The effect of physical educators' autonomy supportive behavior on enjoyment of physical activity in adolescent girls:

- (Psychological needs and intrinsic motivation mediating role). *Journal of Sport Psychology Research*. 5(3), 41-54
36. Wang, C.J., Liu, W. (2007). Promoting enjoyment in girls' physical education: The impact of goals, beliefs, and self-determination. *European Physical Education Review*. 13(2), 145-64.

#### استناد به مقاله

جلیلوند، م.، و واعظ موسوی، م. ک. (۱۳۹۸). ارتباط محیط زمینه‌ای اجتماعی، انگیزش، احساس لذت و رضایت‌مندی در کلاس تربیت‌بدنی بر اساس نظریه خودمختاری. مجله مطالعات روان‌شناسی ورزشی، شماره ۲۸، ص. ۲۶-۱۳. شناسه دیجیتال: 10.22089/SPSYJ.2017.3699.1375

Jalilvand, M., & Vaez Mousavi, M. K. (2019). The Relationships among Social-contextual Environments, Motivation, Enjoyment and Satisfaction in Physical Education Class, Based on Self-determination Theory. *Journal of Sport Psychology Studies*, 28; Pp: 13-26. In Persian. Doi: 10.22089/SPSYJ.2017.3699.1375

**The Relationships among Social-contextual  
Environments, Motivation, Enjoyment and Satisfaction  
in Physical Education Class, Based on Self-  
determination Theory**

**Mohammad Jalilvand<sup>1</sup>, and Mohammad Vaez Mousavi<sup>2</sup>**

Received: 2017/06/14

Accepted: 2017/02/05

---

---

**Abstract**

The purpose of the present study was to examine the relationships between social-contextual environments, motivation, enjoyment and satisfaction of students in physical education class, based on self-determination theory. A descriptive correlation design was employed. Participants were 393 university students (193 female & 200 male) who were joining general physical education in first semester 2015; these were selected by cluster random sampling method. Participants completed a series of questionnaires which assess autonomy-supportive and controlling environment, motivational orientation, enjoyment of physical education activities, and satisfaction of physical education class. The result of correlation and path analysis, showed that the autonomy-supportive environment doesn't predict the autonomous motivation, whereas directly predicts enjoyment and satisfaction in physical education class. Moreover, controlling environment significantly and negatively predicts enjoyment and satisfaction via the mediatory role of autonomous motivation.

**Keywords:** Self-Determination Theory, Physical Education Class, Controlling Environment, Physical Activity, Students

---

---

---

1. Department of Physical Education & Sport Sciences, Kermanshah Branch, Islamic Azad University, Kermanshah, Iran.

(Corresponding Author)

Email: jalilvandmohammad@iauksh.ac.ir

2. Professor, Department of Physical Education and Sport Sciences, Imam Hossein University, Tehran, Iran.