

The Influence of Controlling Coach Behaviors on Subjective Vitality in Collegiate Athletes: Mediating Effect of Athlete Burnout

Rihong You

Department of Psychology, South China Normal University, Guangzhou Guangdong
Email: IrisYou@outlook.com

Received: May 23rd, 2017; accepted: Jun. 11th, 2017; published: Jun. 14th, 2017

Abstract

To explore the mediating effect of athlete burnout on the relationship among controlling coach behaviors and subjective vitality in Chinese collegiate athletes, 334 Chinese collegiate athletes were investigated by using Controlling Coach Behaviors Scale (CCBS), Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) and Subjective Vitality Scale (SVS). The results showed that collegiate athletes' burnout fully mediated the effect of negative conditional regard and intimidation controlling on their feeling of subjective vitality and partially mediated the effect of excessive personal control on their feeling of subjective vitality. It is suggested that collegiate athletes' burnout is an important mediator in the relationship between their coaches' controlling behavior and athletes' subjective vitality. Further, the direct and indirect effects of excessive personal control on athletes' subjective vitality highlight the detrimental effect of coaches' controlling coaching behaviors on athletes' subjective experiences. It is suggested that the coaches should reduce the usage of controlling style in their coaching practice. Researchers are suggested to further explore more desirable and effective coaching styles that fit the Chinese culture and current sport system well and meanwhile take athletes' subjective wellness into consideration.

Keywords

Controlling Coach Behaviors, Athlete Burnout, Subjective Vitality, Mediating Effect

控制执教行为对大学生运动员主观活力感的影响：运动员倦怠的中介作用

尤日虹

华南师范大学心理学院，广东 广州
Email: IrisYou@outlook.com

摘要

为探讨运动员倦怠在控制执教行为与主观活力感之间的中介作用，我们使用控制执教行为量表(CCBS)、运动员倦怠问卷(ABQ)和主观活力量表(SVS)调查了334名大学生运动员。研究发现，运动员倦怠在消极条件性关注、威迫与主观活力之间起完全中介作用，在过度个人控制与主观活力之间起部分中介作用。这一研究发现表明，运动员倦怠是教练员为控制执教行为影响主观活力感的一个重要中介因素。另外，过度个人控制对主观活力感的直接影响更加突显控制执教行为的对运动员的负面影响。因此，教练员应减少对控制执教方式的使用。未来研究者需要进一步探讨更加符合中国文化特点以及体育体制特征的教练员执教方式，在确保运动成绩、训练质量的同时，使运动员的主观心理及情感体验(主观幸福感)得到应有的重视。

关键词

控制执教行为，运动员倦怠，主观活力感，中介作用

Copyright © 2017 by author and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

在竞技体育系统中，教练员起着主导作用，教练员的执教行为对运动员的成绩和心理体验产生重要的影响(李宁, 2007)。基于自我决定理论，来自教练员的自主性支持是促进运动员个体运动基本心理需求满足的重要因素之一，能够激发运动员的自主动机，有利于增加运动员的运动参与感以及主观幸福感(Deci & Ryan, 2000; Dupont, Carlier, Gérard, & Delens, 2009; Standage, Gillison, Ntoumanis, & Treasure, 2012)。大量国外研究发现，相比于自主支持型执教方式，控制执教行为对运动员产生更多的负面影响，例如，控制执教行为与运动员心理需求阻滞正相关，后者对运动员的负性心理(抑郁、饮食紊乱、心理疲劳等)具有正向预测作用(Pelletier, Fortier, Vallerand, & Brière, 2001; Bartholomew, Ntoumanis, & Thøgersen-Ntoumani, 2010; Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, & Thøgersen-Ntoumani, 2011)。这些研究表明，教练员控制执教行为对运动员的训练及心理体验具有负性影响。然而，国内已有研究文献对教练员控制执教行为的关注相对较少。因此，本研究旨在探讨教练员控制执教行为对中国大学生运动员的主观活力感的影响，以此进一步了解教练员控制执教行为与运动员主观幸福感之间的关系。

运动员倦怠是运动员运动生涯普遍存在的心理现象。以 Maslach 和 Jackson (1981)职业倦怠的基本概念为基础，Raedeke (1997)提出了运动员倦怠的概念。他认为，运动员倦怠是指一种包括生理-情绪枯竭、运动贬值(sport devaluation)和运动成绩下降三种特征的综合征。Coakley (1992)提出的单维同一性发展和外在控制模型(Unidimensional identity development and External control model)指出，运动员自我概念的单维性以及社会生活控制权和决策权不能自主的外在控制感是运动员倦怠的主要原因。相关研究进一步表明，教练员的领导风格是运动员倦怠的重要影响因素，专制型决策行为比民主型决策行为引起更多的倦怠和更低的满意度(邢淑芬, 俞国良 & 王良玉, 2007; Price & Weiss, 2000; Isoard-Gauthier, Trouilloud,

Gustafsson, & Guillet, 2015)。可见,控制执教行为与运动员倦怠呈正相关。另外,已有研究发现,职业倦怠会降低个体的主观幸福感,增加心理压力(沈虹, 2013; 李媛媛 & 栾奕, 2015)。因此,本研究拟探讨运动员倦怠在教练员控制执教行为和主观活力感之间关系的中介作用。

2. 研究方法

2.1. 研究对象

350名大学生运动员受邀参加本研究,其中334人自愿参加并完成问卷。其中男性249名,女性64名,21名未填写。平均年龄20.78岁($SD = 1.61$ 岁)。所涵盖运动项目包括,篮球,乒乓球,游泳,举重,田径,足球,排球。平均训练年限为6.4,标准差为3.78。

2.2. 研究工具

控制执教行为量表。采用Bartholomew等(2010)编制的控制执教行为量表(Controlling Coach Behaviors Scale, CCBS),中文版由赵大亮等(2015)翻译,该量表由15个条目组成,包括四个维度,分别是奖励控制(4条目)、消极条件性关注(4条目)、威迫(4条目)、过度个人控制(3条目)。问卷采用里克特7点计分,即1=非常不同意,7=非常同意。奖励控制指使用外部奖励控制运动员行为,消极条件性关注指教练员以冷漠的态度来回应运动员比赛的失败以期待其在以后的比赛取得更好的成绩,威迫指以居高临下的姿态使用贬低、威胁或体罚等手段来控制行为,过度个人控制指以侵入式干预运动员训练以外的生活。该量表在已有研究中表现出良好的信效度(Bartholomew, Ntoumanis, & Thøgersen-Ntoumani, 2010; 赵大亮, 蒋小波 & 刘靖东, 2015)。在本研究中各分量表信度介于0.70~0.86之间。

主观活力量表。研究者采用5个条目版本的主观活力量表(Subjective Vitality Scale, SVS, Ryan & Frederick, 1997)测量运动员的主观活力水平。该量表采用里克特7点计分,即1=非常不同意,7=非常同意。该量表在其他中国人群中表现出良好的信效度(Liu & Chung, 2014),在本研究中量表的内部一致性信度为0.89。

运动员倦怠问卷。采用Raedeke等(2011)编制的运动员倦怠问卷(Athlete Burnout Questionnaire, ABQ)。问卷由15个条目组成,采用里克特5点计分,即1=从来没有,2=很少,3=有时,4=经常,5=总是。已有研究表明该问卷在中国人群中表现出良好的信效度(陈作松 & 周爱光, 2007; 陈作松, 周爱光 & 徐建清, 2011; 王斌, 叶绿, 吴敏, 冯甜 & 彭秀, 2014; 吴敏, 彭秀 & 冯甜, 2016),在本研究中问卷的内部一致性信度为0.87。

3. 结果

3.1. 相关分析

控制执教行为各维度、运动员倦怠与主观活力感的均值和标准差见表1,除奖励控制与主观活力外,各变量之间两两相关显著。

3.2. 运动员倦怠的中介效应

3.2.1. 以消极条件性关注为自变量的中介效应

由相关分析结果可知,消极条件性关注(X),运动员倦怠(M),与主观活力感(Y)的两两相关达到显著水平,满足中介效应检验条件。根据温忠麟等(2004)提出的中介效应检验的方法及程序,以消极条件性关注为自变量,主观活力感为因变量,进行运动员倦怠的中介效应分析。操作步骤如下:第一步,以消极条件性关注为自变量,主观活力感为因变量进行回归分析;第二步,以消极条件性关注为自变量,运动

员倦怠为因变量进行回归分析；第三步，以消极条件性关注(第一层)和运动员倦怠(第二层)为自变量，主观活力感为因变量进行分层回归分析。表 2 中，消极条件性关注能显著预测主观活力感；消极条件性关注能显著预测运动员倦怠；在运动员倦怠进入模型后，运动员倦怠显著预测主观活力感，但消极条件性关注与主观活力感之间关系不再显著($t = -1.92, p > 0.05$)。因此，运动员倦怠在消极条件性关注和主观活力感之间起完全中介作用(见图 1)。

3.2.2. 以威迫为自变量的中介效应

由相关分析结果可知，威迫(X)，运动员倦怠(M)，与主观活力感(Y)的两两相关达到显著水平，满足中介效应检验条件。因此以威迫为自变量，主观活力感为因变量，进行运动员倦怠的中介效应分析。操作步骤与以消极条件性关注为自变量时相同。如表 3 所示，威迫显著预测主观活力感；威迫显著预测运动员倦怠；在运动员倦怠进入模型后，运动员倦怠显著预测主观活力感，但威迫与主观活力感之间关系不再显著($t = -1.67, p > 0.05$)。因此，运动员倦怠在威迫和主观活力感之间起完全中介作用(见图 2)。

3.2.3. 以过度个人控制为自变量的中介效应

由相关分析结果可知，过度个人控制(X)，运动员倦怠(M)，与主观活力感(Y)的两两相关达到显著水

Table 1. The correlations between controlling coach behaviors, athlete burnout and subjective vitality

表 1. 控制执教行为各维度与运动员倦怠、主观活力感之间的相关

	均值	标准差	1	2	3	4	5	6
1.奖励控制	3.54	1.39	1					
2.消极条件性关注	3.02	1.57	0.43**	1				
3.威迫	2.54	1.56	0.44**	0.76**	1			
4.过度个人控制	2.83	1.41	0.52**	0.70**	0.81**	1		
5.运动员倦怠	2.80	0.65	0.17**	0.36**	0.38**	0.37**	1	
6.主观活力感	5.21	1.31	0.04	-0.17**	-0.17**	-0.19**	-0.23*	1

注：*表示 $p < 0.05$ ，**表示 $p < 0.01$ ，下同。

Table 2. The mediating effect of athlete burnout between negative conditional regard and subjective vitality

表 2. 运动员倦怠对消极条件性关注和主观活力感的中介效应分析

步骤	因变量	自变量	β	R^2	F	t
1	主观活力感	消极条件性关注	-0.17	0.03	9.85**	-3.14**
2	运动员倦怠	消极条件性关注	0.37	0.13	48.75**	6.98**
3	主观活力感	消极条件性关注	-0.11	0.06	10.93**	-1.92
		运动员倦怠	-0.19			-3.26**

Table 3. The mediating effect of athlete burnout between intimidation and subjective vitality

表 3. 运动员倦怠对威迫和主观活力感的中介效应分析

步骤	因变量	自变量	β	R^2	F	t
1	主观活力感	威迫	-0.17	0.03	10.08**	-3.17**
2	运动员倦怠	威迫	0.39	0.15	56.30**	7.50**
3	主观活力感	威迫	-0.09	0.06	10.39**	-1.67
		运动员倦怠	-0.19			-3.26**

平, 满足中介效应检验条件。因此以过度个人控制为自变量, 主观活力感为因变量, 进行运动员倦怠的中介效应分析。操作步骤与以消极条件性关注为自变量时相同。表 4 中, 过度个人控制能显著预测主观活力感; 过度个人控制能显著预测运动员倦怠; 在过度个人控制进入模型后, 运动员倦怠能显著预测主观活力感, 过度个人控制仍然能显著预测主观活力感。因此, 运动员倦怠在过度个人控制和主观活力感之间起部分中介作用(见图 3), 中介效应占总效应的比例为 35%。

4. 讨论

4.1. 控制执教行为与主观活力

本研究结果表明, 除奖励控制外, 控制执教行为的其他维度与主观活力感负相关显著, 与已有研究

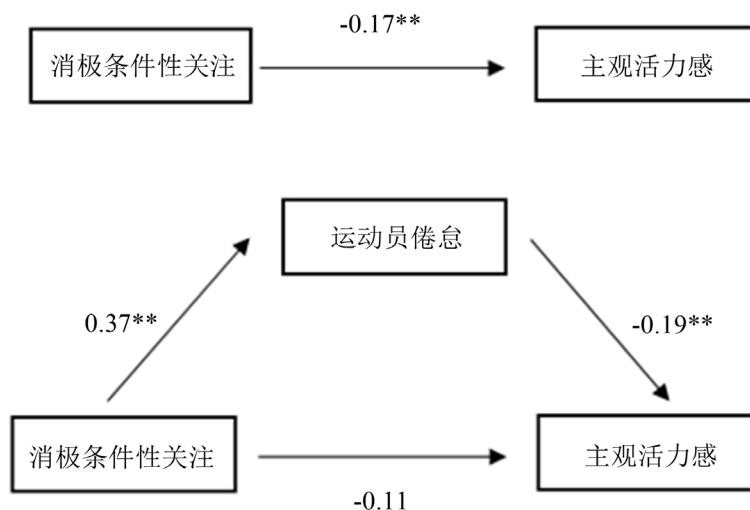


Figure 1. Conceptual graph of the mediating effect between negative conditional regard and subjective vitality

图 1. 运动员倦怠对消极条件性关注和主观活力感中介效应概念图

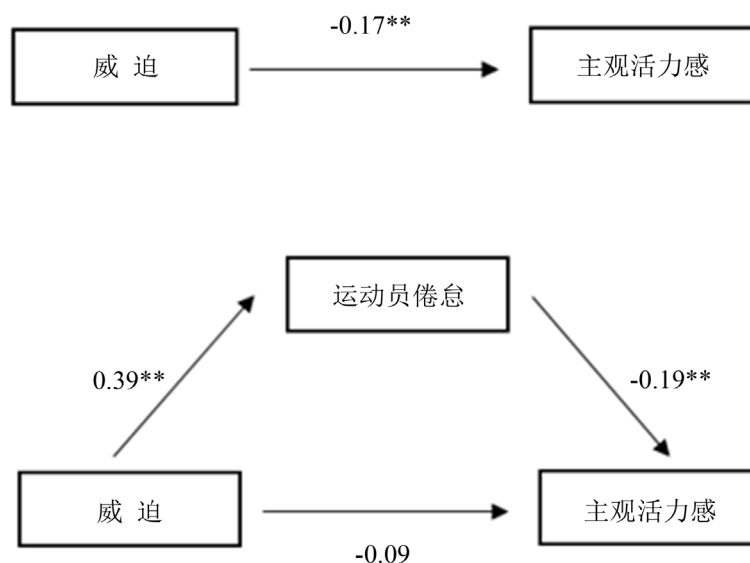


Figure 2. Conceptual graph of the mediating effect between intimidation and subjective vitality

图 2. 运动员倦怠对威迫和主观活力感中介效应概念图

Table 4. The mediating effect of athlete burnout between excessive personal control and subjective vitality
表 4. 运动员倦怠对过度个人控制和主观活力感的中介效应分析

步骤	因变量	自变量	β	R^2	F	t
1	主观活力感	过度个人控制	-0.19	0.04	12.28**	-3.50**
2	运动员倦怠	过度个人控制	0.37	0.14	50.55**	7.11**
3	主观活力感	过度个人控制	-0.12	0.07	11.24**	-2.09*
		运动员倦怠	-0.18			-3.18**

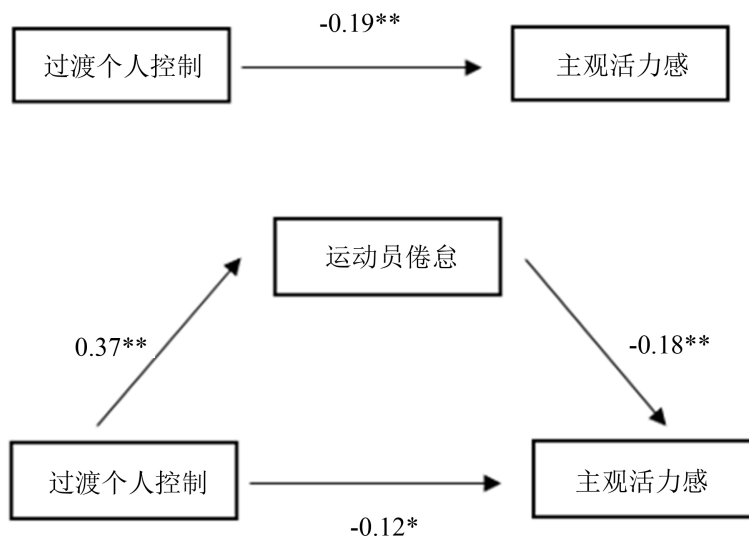


Figure 3. Conceptual graph of the mediating effect between excessive personal control and subjective vitality

图 3. 运动员倦怠对威迫和主观活力感中介效应概念图

结果一致(Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, Bosch, & Thøgersen-Ntoumani, 2011)。在自我决定理论中, 动机分为外部动机、内部动机及无动机。相比于消极条件性关注、威迫及过度个人控制可能引起的无动机, 奖励控制会激发自我决定程度较高的外部动机, 因此其作用与其他三者不同。总的来说, 控制执教行为会降低运动员的主观活力, 因此教练员在执教过程中应注意执教形式, 合理使用奖励控制激励, 避免引起运动员的无动机, 保持更高的主观活力和健康心理状态, 有利于运动员提高成绩。

4.2. 运动员倦怠的中介作用

本研究发现, 消极条件性关注、威迫及过度个人控制可通过运动员倦怠影响运动员的主观活力感。当运动员倦怠进入模型后, 过度个人控制仍可直接影响主观活力感, 而消极条件性关注和威迫却不能直接影响主观活力感。根据前文提到的三者概念的界定, 与教练员干预运动员训练以外生活的过度个人控制相比, 教练员的消极条件性关注行为和贬低、威胁等威迫行为更容易直接引起运动员认知情感的负性体验, 使运动员倦怠进而导致主观活力感下降。而过度个人控制不仅会通过倦怠间接对运动员主观活力感产生影响, 也会因过于干预运动员的个人生活而直接对运动员的主观活力感产生负面影响。

运动员倦怠是运动员主观的负性心理体验, 主观活力感是个体对自己活力水平的知觉, 也是一种主观的, 但积极的心理体验。对运动员来说, 教练员的控制执教行为会很大程度上引起运动员的消极的情绪和心理反应, 因此运动员倦怠这种负性体验越强, 其主观活力感越低。因此, 运动员倦怠是教练员控制执教行为影响主观活力感的一个中介因素。另外, 过度个人控制对主观活力感的直接影响更加突显控

制执教行为对运动员的负面影响。

4.3. 结论与展望

运动员倦怠量表包含三个维度：情绪/体力耗竭、成就感低下及运动消极评价。本研究采用运动员倦怠量表总分作为中介变量，并未对运动员倦怠的三个维度分别进行中介效应分析，因此未来研究可以进一步对运动员倦怠三个不同方面的中介作用进行探讨，从而提供更加深入及具有侧重点的研究结果。

本研究发现奖励控制与主观活力之间相关不显著，这一结果与以往研究存在差异。控制执教行为在国内的研究还相对较少，因此未来研究可以进一步探讨在中国传统文化下，教练员能否以及如何避免过多使用控制型执教方式。同时，未来研究者需要进一步探讨更加符合中国文化特点以及体育体制特征的教练员执教方式，在确保运动成绩、训练质量的同时，使运动员的主观心理及情感体验(主观幸福感)得到应有的重视。

参考文献 (References)

- 陈作松, 周爱光(2007). 运动员倦怠的测量与 abq 的初步修订. *体育科学*, 27(8), 66-70.
- 李宁(2007). *我国教练员执教行为研究*. 博士论文, 北京体育大学, 北京.
- 李媛媛, 栾奕(2015). 医学期刊编辑心理压力、职业倦怠与主观幸福感的关系. *中国煤炭工业医学杂志*, 18(3), 497-499.
- 沈虹(2013). *普通高中教师工作压力、职业倦怠与主观幸福感的关系研究*. 硕士论文, 华中师范大学, 武汉.
- 王斌, 叶绿, 吴敏, 冯甜, 彭秀(2014). 心理坚韧性对运动员倦怠的影响:应对方式的中介作用. *武汉体育学院学报*, 48(8), 63-68.
- 温忠麟, 张雷, 侯杰泰, 刘红云(2004). 中介效应检验程序及其应用. *心理学报*, 36(5), 614-620.
- 邢淑芬, 俞国良, 王良玉(2007). 关于运动员倦怠的研究述评. *北京体育大学学报*, 30(4), 486-488.
- 赵大亮, 蒋小波, 刘靖东(2015). 控制执教行为量表在中国运动员人群中的初步检验. *中国运动医学杂志*, (5), 480-485.
- 吴敏, 彭秀, 冯甜(2016). 组织压力源对运动员倦怠的影响: 社会支持的调节作用. *西安体育学院学报*, (4), 463-471.
- 陈作松, 周爱光, 徐建清(2011). 应激与运动员倦怠关系及其中介变量研究. *上海体育学院学报*, 35(2), 1-6.
- 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, 193-216. <https://doi.org/10.1123/jsep.32.2.193>
- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., Ryan, R. M., & Thøgersen-Ntoumani, C. (2011). Psychological Need Thwarting in the Sport Context: Assessing the Darker Side of Athletic Experience. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 33, 75-102. <https://doi.org/10.1123/jsep.33.1.75>
- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., Ryan, R. M., Bosch, J. A., & Thøgersen-Ntoumani, C. (2011). Self-Determination Theory and Diminished Functioning: The Role of Interpersonal Control and Psychological Need Thwarting. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37, 1459-1473. <https://doi.org/10.1177/0146167211413125>
- Coakley, J. (1992). Burnout among Adolescent Athletes: A Personal Failure or Social Problem? *Sociology of Sport Journal*, 9, 271-285. <https://doi.org/10.1123/ssj.9.3.271>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Dupont, J. P., Carlier, G., Gérard, P., & Delens, C. (2009). Teacher-Student Negotiations and Its Relation to Physical Education Students' Motivational Processes: An Approach Based on Self-Determination Theory. *European Physical Education Review*, 15, 21-46. <https://doi.org/10.1177/1356336X09105210>
- Isoard-Gauthier, S., Trouilloud, D., Gustafsson, H., & Guillet-Descas, E. (2015). Associations between the Perceived Quality of the Coach-Athlete Relationship and Athlete Burnout: An Examination of the Mediating Role of Achievement Goals. *Psychology of Sport & Exercise*, 22, 210-217.
- Liu, J. D., & Chung, P. K. (2014). Development and Initial Validation of the Psychological Needs Satisfaction Scale in Physical Education. *Measurement in Physical Education & Exercise Science*, 18, 101-122.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The Measurement of Experienced Burnout. *Journal of Organizational Behavior*, 2,

- 99-113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., & Brière, N. M. (2001). Associations among Perceived Autonomy Support, Forms of Self-Regulation, and Persistence: A Prospective Study. *Motivation and Emotion, 25*, 279-306. <https://doi.org/10.1023/A:1014805132406>
- Price, M. S., & Weiss, M. R. (2000). Relationships among Coach Burnout, Coach Behaviors, and Athletes' Psychological Responses. *Sport Psychologist, 14*, 391-409. <https://doi.org/10.1123/tsp.14.4.391>
- Raedeke, T. D. (1997). Is Athlete Burnout More than Just Stress? A Sport Commitment Perspective. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 19*, 396-417. <https://doi.org/10.1123/jsep.19.4.396>
- Raedeke, T. D., & Smith, A. L. (2001). Development and Preliminary Validation of an Athlete Burnout Measure. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 23*, 281-306.
- Ryan, R. M., & Frederick, C. (1997). On Energy, Personality, and Health: Subjective Vitality as a Dynamic Reflection of Well-Being. *Journal of Personality, 65*, 529-565. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1997.tb00326.x>
- Standage, M., Gillison, F. B., Ntoumanis, N., & Treasure, D. C. (2012). 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. <https://doi.org/10.1123/jsep.34.1.37>

期刊投稿者将享受如下服务:

1. 投稿前咨询服务 (QQ、微信、邮箱皆可)
2. 为您匹配最合适的期刊
3. 24 小时以内解答您的所有疑问
4. 友好的在线投稿界面
5. 专业的同行评审
6. 知网检索
7. 全网络覆盖式推广您的研究

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱: ap@hanspub.org