

基于自我决定理论的体育舞蹈运动员训练满意度影响因素研究综述

朱世满, 戈 莎

天津师范大学体育科学学院, 天津

收稿日期: 2026年5月28日; 录用日期: 2026年7月1日; 发布日期: 2026年8月5日

摘 要

自我决定理论(Self-Determination Theory, SDT)在体育科学领域成果丰硕, 但针对体育舞蹈这一强调舞伴合作与教练员-运动员关系交互作用的双人项目, 训练满意度的影响机制缺乏系统探讨。本文以基本心理需要理论(Basic Psychological Needs Theory, BPNT)为主框架, 辅以有机整合理论(Organismic Integration Theory, OIT)与关系动机理论(Relationships Motivation Theory, RMT)进行文献综述。研究梳理SDT在体育领域的进展, 涵盖教练员支持、动机氛围与同伴互动; 引进运动员满意度问卷(ASQ)与解编的情境化量表, 厘清训练满意度测量脉络; 聚焦双人项目心理特点, 分析舞伴关系张力与二元应对对训练体验的独特影响。通过识别现有研究在对象针对性、内容系统性与方法適切性上的三重不足, 为后续研究奠定理论基础, 并为体育舞蹈训练管理提供参考。

关键词

体育舞蹈运动员, 训练满意度, 舞伴合作, 教练员-运动员关系, 基本心理需要理论

A Review of Factors Influencing Training Satisfaction in Dancesport Athletes Based on Self-Determination Theory

Shiman Zhu, Sha Ge

College of Sports Science, Tianjin Normal University, Tianjin

Received: May 28, 2026; accepted: July 1, 2026; published: August 5, 2026

Abstract

Self-Determination Theory (SDT) has yielded fruitful results in sport science. However, in dancesport,

文章引用: 朱世满, 戈莎. 基于自我决定理论的体育舞蹈运动员训练满意度影响因素研究综述[J]. 体育科学进展, 2026, 14(4): 644-656. DOI: 10.12677/aps.2026.144090

a dyadic discipline that emphasizes partner cooperation and the interplay of the coach-athlete relationship, the influencing mechanism of training satisfaction has lacked systematic exploration. Using Basic Psychological Needs Theory (BPNT) as the main framework, supplemented by Organismic Integration Theory (OIT) and Relationships Motivation Theory (RMT), this paper conducts a literature review. The study traces the progress of SDT in the sport domain, covering coach support, motivational climate, and peer interaction; introduces the Athlete Satisfaction Questionnaire (ASQ) and the contextualized scale developed by Xie Bin to clarify the measurement landscape of training satisfaction; and focuses on the psychological characteristics of dyadic sports to analyze the unique impacts of partner relationship tension and dyadic coping on the training experience. By identifying three deficiencies in existing research—pertinence of subjects, systematicity of content, and appropriateness of methods—this review establishes a theoretical foundation for subsequent studies and provides references for dancesport training management.

Keywords

Dancesport Athletes, Training Satisfaction, Partner Cooperation, Coach-Athlete Relationship, Basic Psychological Needs Theory

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

1. 引言

体育舞蹈是以男女双人配合为核心的难美型项目, 运动员的心理体验深嵌于复杂的社会关系网络之中[1]。研究表明, 舞伴关系质量直接影响训练投入[1], 二元组合目标定向不一致亦可能对关系功能产生消极影响[2]。然而, 既有研究多聚焦个体心理变量或单一关系维度[3]-[5], 对两类关键关系如何经由心理机制协同作用于训练满意度的系统分析仍显薄弱。

从现实层面看, 我国体育舞蹈运动员面临舞伴合作与教练员-运动员关系的双重张力, 因心理需要受挫而导致的满意度降低乃至更换舞伴的现象并不鲜见。近年来, 体育舞蹈被纳入全国运动会正式比赛项目, 国家体育总局相继出台推动体育舞蹈普及与竞技水平提升的政策文件, 运动员训练质量与心理健康日益受到重视。在此情境下, 深入探析训练满意度的形成机制, 对于提升训练效能、维系组合稳定、促进项目可持续发展具有现实意义。

自我决定理论(Self-Determination Theory, SDT)由 Deci 和 Ryan [6] [7]发展而成, 认为自主需要(autonomy)、胜任需要(competence)与关系需要(relatedness)的满足是维持内在动机、促进外在动机内化及提升心理健康的核心条件[7] [8]。将 SDT 引入体育舞蹈训练情境, 有助于厘清两类关键关系如何经由基本心理需要的满足或受挫作用于运动员的心理体验。然而, 既有 SDT 体育研究多以教学情境或个体项目为对象, 对体育舞蹈等特定双人艺术表现项目的关注尚有不足。

因此, 本文以 SDT 为整合框架, 系统梳理训练满意度的影响因素及作用路径, 为改善体育舞蹈运动员训练体验提供理论参照。

2. 自我决定理论的核心内涵

2.1. SDT 的理论发展

自我决定理论由美国心理学家 Deci 和 Ryan 于 20 世纪 80 年代逐步建构而成。Deci 和 Ryan [6]在

2000 年围绕人类目标追求中的“什么”(目标内容)与“为什么”(目标取向)展开辨析,明确了基本心理需要在行为自我决定中的枢纽地位。Ryan 和 Deci 进一步指出,SDT 旨在促进内在动机、社会幸福感与心理健康的协同发展,强调社会情境通过满足或挫败基本心理需要来激发或抑制个体自主性[7]。经过四十余年的积淀,SDT 已发展为涵盖有机整合理论(Organismic Integration Theory, OIT)、基本心理需要理论(Basic Psychological Needs Theory, BPNT)和因果关系定向理论(Causality Orientations Theory, COT)三种子理论的宏观动机理论体系[8]。

2.2. 基本心理需要理论

基本心理需要理论(BPNT)构成 SDT 的理论内核。Ryan 和 Deci 指出,人类普遍存在三种基本心理需要:自主需要(autonomy)、胜任需要(competence)和关系需要(relatedness) [7]。自主需要指个体对行为具有选择权和自我决定感的渴望;胜任需要指个体在与环境互动中追求效能感和掌控感的倾向;关系需要则指个体渴望与他人建立联结、获得归属感与情感支持的诉求。Ryan 和 Deci 强调,这三种需要的满足程度直接影响个体的动机质量、心理功能与幸福感水平,而当需要被外部情境系统性地挫败时,则可能导致动机弱化、心理困扰甚至行为脱离[9]。在体育情境中,运动员的坚韧、情绪体验与主观幸福感均与三种基本心理需要的满足状况密切相关。

BPNT 所提出的三种基本心理需要是否具有跨文化普适性,是学界关注的重要议题。对此,Chirkov 通过系统综述指出,自主需要、胜任需要与关系需要的普适性已得到跨文化实证研究的支持,三种需要的满足对人类心理成长、内在动机与幸福感具有普遍的促进作用[10]。Chen 基于跨文化样本的比较研究亦证实,基本心理需要的结构在不同文化背景下保持稳定,且需要满足与积极心理结果之间的关联模式具有跨文化一致性[11]。这些研究为 BPNT 在中国体育舞蹈训练情境中的应用提供了理论基础。

2.3. 有机整合理论

有机整合理论(OIT)阐释了个体动机从外部调节向内在动机连续体逐步内化的动态过程。Ryan 和 Deci 将动机划分为无动机、外部调节、内摄调节、认同调节、整合调节和内在动机六种类型,构成一个自我决定程度递进的连续谱[9]。其中,外部调节与内摄调节属于控制性动机,认同调节、整合调节与内在动机属于自主性动机。OIT 强调,社会情境通过支持或抑制个体的基本心理需要,影响动机的内化深度与调节类型[12][13]。在竞技体育与运动训练领域,动机的内化程度直接关系到运动员的投入质量、情绪体验与长期发展。当训练情境能够满足运动员的自主、胜任与关系需要时,更有助于促进其外部动机向内部动机转化,形成稳定而持久的行为驱动力。

2.4. 关系动机理论

关系动机理论(Relationships Motivation Theory, RMT)关注人际联结中的动机动态,强调关系需要作为基本心理需要的重要组成部分,其满足状况对个体的心理健康与社会适应具有深远影响[8]。RMT 指出,高质量的人际关系不仅能够直接满足关系需要,还能为自主需要与胜任需要的满足提供重要的人际支持情境[8]。在运动训练语境下,运动员与教练员、队友之间建立的信任关系和安全的人际氛围,是促进动机内化与心理成长的关键条件[14]。当运动员感知到来自教练员的关怀、尊重和情感支持时,其自主感和效能感亦随之增强,进而提升训练投入与满意度[14]。

2.5. 本研究的理论定位

基于上述理论分析,本文以 BPNT 为主框架,OIT 和 RMT 为辅助视角,梳理基本心理需要如何在体育舞蹈训练中作用于训练满意度。具体而言,本文聚焦自主需要、胜任需要和关系需要的满足状况对体

育舞蹈运动员训练满意度的影响机制, 同时考察不同动机类型在这一过程中的作用路径, 为体育舞蹈训练实践提供理论依据。

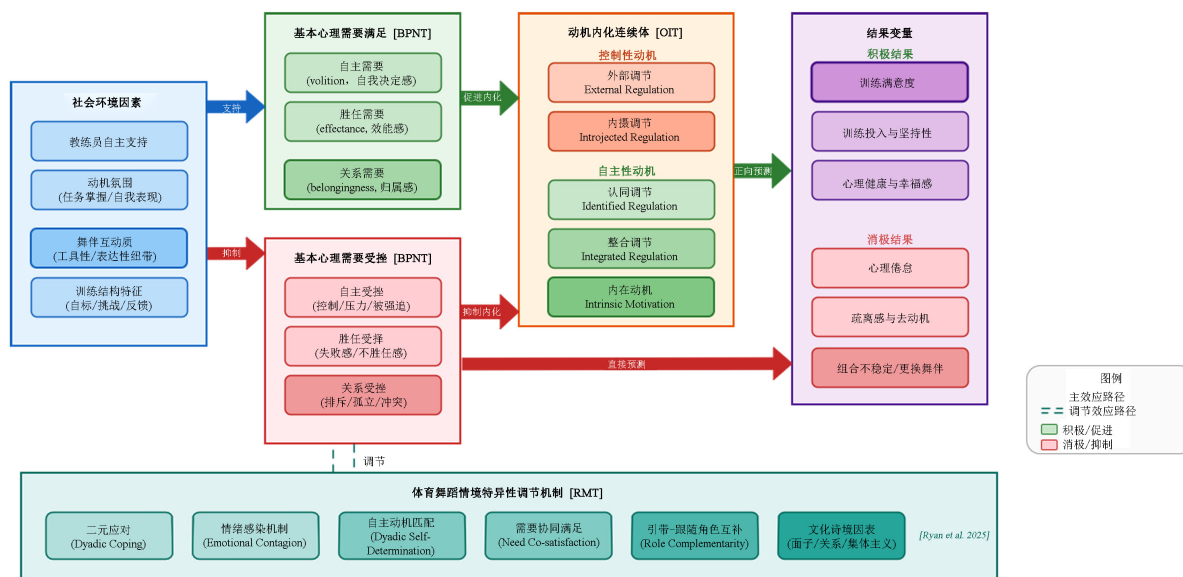


Figure 1. A multi-level theoretical framework of training satisfaction among sports dancers based on self-determination theory
图 1. 基于自我决定理论的体育舞蹈运动员训练满意度多层次理论框架

该理论框架(见图 1)以自我决定理论的重子理论为整合基础, 系统阐释体育舞蹈运动员训练满意度的形成机制。框架核心遵循“环境-需要-动机-结果”的逻辑链条: 教练员风格与动机氛围作为社会环境要素, 通过满足运动员的自主、胜任、关系三项基本心理需要(BPNT), 沿动机内化连续体逐步推进(OIT), 最终提升训练满意度。框架特别纳入体育舞蹈的“舞伴二元互动”情境特征, 将关系动机理论(RMT)拓展至舞伴间的工具性纽带与表达性纽带, 引入二元应对与情绪感染机制解释关系需要的特殊满足路径, 并假设舞伴自主动机匹配与三种需要协同满足对训练满意度的增益效应。

3. 自我决定理论在体育科学领域的研究进展

3.1. 国外研究

国外关于自我决定理论在体育科学中的应用起步较早, 研究主要分布于动机心理机制、社会认知行为、儿童青少年发展、体育教育实践以及运动表现与临床干预五个方向, 但各方向之间理论对话尚显不足, 缺乏贯通多个分析层面的整合性框架。在动机心理机制层面, Gunnell 等验证了自主性、胜任感和关系感三种基本心理需要对内在动机的差异化预测作用, 但其横截面设计限制了因果推断, 三种需要之间的交互效应亦未得到充分检验[15]。社会认知行为研究尝试将计划行为理论、社会认知理论与 SDT 整合, 但多数研究仍停留在变量层面的简单叠加, 对理论融合的机制解释有待深化。在运动表现与临床干预方向, 现有研究集中于传统竞技项目和一般性身体活动, 体育舞蹈等艺术表现类项目的理论应用仍处于边缘位置, 这一研究不足构成了本研究的切入点。

近年来, 国外 SDT 体育研究呈现三个明显转向: 其一, 理论整合从变量叠加向机制融合过渡, 学者们开始关注中介效应与调节效应的复杂路径; 其二, 研究议题向智力障碍者、残疾运动员等特殊人群扩展, 体现了研究对象多元化趋势; 其三, 纵向设计、潜在剖面分析等方法逐渐增多, 研究设计趋于精密化。在纵向实证研究方面, Balaguer 等对青少年足球运动员的追踪研究表明, 教练员自主支持通过自主

需要满足提升运动员主观活力,而控制性风格则通过挫败心理需要预测倦怠感[16]。Adie 等进一步证实,感知到的教练员自主支持通过基本心理需要的中介作用影响积极和消极心理结果[14],但上述研究样本均集中于男子足球项目,研究结论向其他运动项目的推广性有待检验。Reinboth 和 Duda 发现任务型动机氛围正向预测自主需要满足进而促进运动员幸福感,然而其横截面设计难以确立变量间的时间先后顺序[17]。Martínez-González 等则表明赋能型动机氛围有助于促进运动员的自主性目标调节[18]。Banack 等对残奥运动员的研究揭示了胜任需要满足在教练员自主支持与内在动机之间的中介作用[19],填补了特殊人群研究的不足,但样本量偏小限制了统计检验力。

国外研究在理论建构和方法创新方面取得了实质性进展,但仍存在研究情境集中于主流运动项目、对体育舞蹈等艺术表现类项目关注不足的局限,且多数纵向研究追踪周期较短,难以捕捉基本心理需要满足的动态变化规律。

3.2. 国内研究

国内学者对自我决定理论在体育科学领域的关注起步较晚,但近十余年发展迅速,形成了体育教学、运动参与和运动员心理三个主要研究方向。在体育教学领域,苏煜和尹博较早发现外部结构化教学气氛在一定程度上可以满足学生的心理需要[20]。郭玉良等表明任务掌握气氛比自我表现气氛更有利于满足基本心理需要[21]。孙开宏和季浏发现体育课上自主支持感通过自主性动机提高课外锻炼意向[22]。陈福亮等系统检验了 SDT 在中国学校体育情境下的适用性[23]。尹龙等构建了跨情境模型,发现体育课堂需要支持影响青少年闲暇时间体力活动参与[24]。徐磊和董圣鸿进一步揭示了体育教师自主支持通过基本心理需要和自我效能影响锻炼投入的链式中介路径[25]。上述研究为 SDT 在中国体育教学情境中的适用性提供了证据支持,但部分研究存在中介路径过多、效应解释不够清晰的问题,且测量工具的文化适应性校验往往被忽略。

在运动参与领域,苏煜解释了低自主支持如何通过降低自我决定动机导致逃避课外运动[26]。陆雯和惠悲荷发现自主需要的中介效应最为突出[27]。项明强发现自主需要对体育锻炼的预测能力最强[28],后续研究证实体育自主支持感通过基本心理需要影响青少年主观活力[29]。张勤和奚家文探讨了内部锻炼目标通过心理需要满足影响身体自我效能的机制[30]。付桂芳和项明强发现社会体育指导员的自主支持正向预测城市居民锻炼意向[31]。这些研究拓展了 SDT 在锻炼行为领域的解释力,但研究对象以普通大学生和城镇居民为主,对高水平运动员群体的关注不足。

在运动员心理领域,郭正茂和杨剑发现教练员自主支持通过三种基本心理需要负向预测运动员心理疲劳[32]。Li 等的元分析综合考察了运动员倦怠与基本心理需要及动机的关系,为该领域的研究结论提供了较为可靠的综合证据[33]。杨文礼等发现心理需要满足与心理韧性正相关[34]。樊荣等揭示了教练员支持行为通过基本心理需要满足和自尊的链式中介预测运动员心理坚韧性[35]。张海军等发现家长式领导(paternalistic leadership,一种兼具权威与关怀特质的领导风格)通过基本心理需要满足影响大学生运动员心理幸福感[36]。这些研究基本遵循 SDT 经典范式,但多以横截面设计为主,纵向追踪研究相对匮乏,难以揭示变量间的因果方向;此外,研究对象集中于学校体育和业余训练层次,对专业运动员特别是体育舞蹈等艺术表现类项目运动员的关注明显不足。

综合国内外研究成果,SDT 在体育科学领域的发展呈现四方面趋势:一是理论整合与跨学科对话逐步深入;二是特殊群体精细化研究渐成热点;三是纵向追踪与干预研究方法日益普及;四是文化情境化改造持续推进。上述进展也暴露出该领域的研究不足:体育舞蹈作为兼具竞技性与艺术性的项目,其双人配合、舞伴互动等情境特征有别于传统个人项目或集体球类项目,但直接以体育舞蹈运动员为对象、运用 SDT 探讨训练满意度形成机制的研究极为稀少。本文正是针对这一理论缺口,尝试将 SDT 框架引

入体育舞蹈运动员训练满意度的研究之中,以期在丰富 SDT 应用情境的同时,为改善体育舞蹈运动员训练体验提供实证依据。

4. 训练满意度的概念界定与测量

4.1. 运动员满意度问卷的构建

运动员满意度(Athlete Satisfaction)的系统性研究可追溯至 20 世纪 90 年代末期。Rierner 和 Chelladurai 将其界定为:运动员对与自己运动经历相关的结构、过程和结果进行复杂评价后形成的一种积极情感状态,涵盖情感状态属性、多维度评价特征以及“组织结构-训练过程-竞技结果”的多层面评价对象[3]。基于该框架,Rierner 和 Chelladurai 开发了包含 15 个维度、56 个条目的运动员满意度问卷(Athlete Satisfaction Questionnaire, ASQ) [3],成为该领域使用最广泛的测量工具,为运动员满意度的系统化研究奠定了重要基础。

ASQ 在概念適切性方面存在值得关注的局限:该量表以北美大学生运动员为样本基础,其概念架构深受北美团队运动情境的塑造,将队友关系、团队凝聚力等群体层面变量作为关系需要的核心指标,却未能充分回应双人合作项目中排他性二元互动结构的特殊性。这种以群代双的理论简化倾向,使得 ASQ 在应用于体育舞蹈等双人项目时,面临概念迁移的效度挑战。更为关键的是,ASQ 聚焦于运动员对运动参与经历的整体性评价,对训练过程中的即时性情感体验缺乏敏感捕捉能力,且在中国专业运动体制下的跨文化适用性亦未得到充分验证。在体育舞蹈等双人互动项目中,ASQ 未能充分回应舞伴互动催生的独特情感体验,舞伴间的引带跟随默契、艺术诠释共鸣等核心互动要素在量表条目中未能充分体现,这一局限为后续概念深化提供了空间。

4.2. 训练满意度的情境化测量

针对 ASQ 在训练情境特异性上的不足,解斌将研究聚焦于训练满意度,定义为:运动员对训练本身,包括训练计划制定、训练实施过程、训练监控反馈和训练保障条件等以及与训练密切相关的因素,如教练指导、自身发展、队友关系和训练组织管理等,进行评价后形成的情绪性反应[4]。这一定义将评价对象从运动经历整体收缩至训练情境,在一定程度上提升了测量的情境敏感性,拓展了情境化研究的路径。在此基础上,解斌编制了中国专业运动员训练满意度量表,包含 44 个条目、11 个一级因子,内部一致性信度系数在 0.67 至 0.82 之间,因子结构涵盖成长进步、信心投入、教练关怀等核心维度,为国内训练满意度研究提供了可用的测量工具[4]。后续研究证实,训练满意度对赛前情绪及心理疲劳与心理耗竭具有显著预测效力[5]。

该量表在双人合作项目中的适用性仍有待拓展。就样本构成而言,量表以个人项目和集体球类项目运动员为主体,条目未能覆盖双人合作项目互动特征的内容,应用于体育舞蹈时可能无法充分捕捉舞伴互动质量对训练满意度的独特贡献。就理论驱动而言,因子结构的理论预设仍停留在传统集体项目的团队凝聚力框架内,队友关系维度的操作性界定未能将舞伴间水平性二元互动纳入测量视野。由此观之,从 ASQ 到解斌量表的发展虽实现了从通用化到情境化的转向,但在双人合作项目这一特定情境下,测量工具与理论需求之间的脱节问题依然突出。

4.3. 训练满意度与基本心理需要的理论关联

从自我决定理论视角审视,训练满意度的概念内涵与基本心理需要满足之间存在深层理论关联。Gunnell 等的研究表明,基本心理需要满足能够正向预测积极情感体验,需要受阻则与消极情感体验相关[15]。据此推断,自主感、胜任感和关系感的协同满足构成训练满意度的内在心理基础。在双人合作项目

中, 关系感的满足更根本上依赖于舞伴之间的即时互动质量, 而非传统的教练员支持或团队凝聚力等垂直/群体层面变量。这意味着舞伴互动质量在“环境因素→基本心理需要满足→训练满意度”的路径中扮演着不同于其他项目类型的特殊角色。

现有测量工具的开发逻辑与上述理论推演之间形成了明显张力。ASQ 条目繁多且基于北美团队运动情境, 解编的量表虽然补充了情境化研究不足, 但均未覆盖舞伴配合默契、情感共鸣、引带跟随协调等互动要素, 量表维度与 SDT 关系需要的概念内核之间缺乏有效对接。这一测量不足不仅制约了理论检验的精确性, 也为未来测量开发指明了方向: 即以 SDT 为基本理论框架, 以舞伴二元互动为核心内容域, 开发具有项目特异性的训练满意度测量工具。

5. 双人合作运动项目的心理研究特点

5.1. 二元关系视角与舞伴纽带结构

体育舞蹈作为典型的双人合作运动项目, 其舞伴互动结构要求研究者超越个体分析单元, 从二元关系(Dyadic Relationship)视角审视心理过程。双人项目中, 竞技表现并非个体能力的简单加总, 而是建立在深度人际联结基础上的协同产物。Liu 等的研究表明, 舞伴关系同时包含工具性纽带与表达性纽带, 工具性纽带指向技术层面的配合默契, 涵盖动作同步性、空间协调性和引带跟随一致性; 表达性纽带涉及情感层面的相互信赖与心理支持, 包括情绪共鸣、心理安全感和关系亲密性。两种纽带的协同发展显著正向预测训练投入度与竞技表现[37]。

5.2. 排他性二元结构的心理效应

与集体项目不同, 双人项目中运动员仅与单一舞伴形成高度紧密的依赖关系。这种排他性二元结构具有双重心理效应: 一方面可强化互动密度和情感卷入程度, 放大积极互动的心理收益; 另一方面, 一旦关系出现紧张或冲突, 运动员缺乏替代性社会支持渠道, 负面情绪累积效应更为显著[37]。在体育舞蹈训练情境中, 舞伴关系质量对训练满意度的影响权重可能高于其他项目类型。这一结构特殊性对研究方法提出了相应要求, 传统的个体中心分析范式难以捕捉二元互动中的相互依赖特征, “行动者-伙伴”互依模型(Actor-Partner Interdependence Model, APIM)等二元数据分析方法的引入, 为检验双方互动特征如何同时影响各自心理结果提供了方法论工具[38]。然而, 当前体育舞蹈心理研究对上述方法论的运用仍显匮乏, 多数研究延续个体自我报告的传统路径, 舞伴间的心理互依效应尚未得到充分量化考察。

5.3. 二元应对与情绪感染机制

双人项目中的压力应对过程具有显著的二元互动特征。系统交互模型(Systemic Transactional Model)在体育科学领域的应用与验证表明, 运动员遭遇压力时, 其压力感知与应对反应会通过情绪表达与行为互动传递给舞伴, 形成二元应对(Dyadic Coping)的动态过程[38]。积极模式有助于降低双方压力感知, 消极模式则可能引发关系冲突与运动倦怠。情绪感染机制(Emotional Contagion)在双人项目中的作用尤为突出。Free-mantle 等发现乒乓球双打运动员间存在显著的组内情绪聚合现象[38], 尽管乒乓球双打中舞伴的互动频率与身体接触程度不及体育舞蹈, 这一发现仍为理解双人项目中的情绪传递提供了有益参照。对体育舞蹈而言, 舞伴间的情绪共振构成训练满意度形成的重要情境机制, 当一方因技术瓶颈产生挫败感时, 另一方的情绪反应模式——支持性回应与冷漠回避——将直接影响双方训练体验质量。这种情绪共振的即时性和双向性, 使得训练满意度的形成过程呈现出明显的动态耦合特征, 传统的静态截面测量难以有效捕捉。

5.4. 需要满足的协同效应

将双人项目的互动特征纳入自我决定理论框架, 舞伴间的良性互动对基本心理需要满足具有独特的

协同促进效应。研究表明,舞伴间的积极互动不仅直接满足关系需要(Relatedness Need),还可通过社会促进机制强化个体的胜任感(Competence)和自主感(Autonomy) [37]。在体育舞蹈中,三种心理需要的满足往往通过同一互动事件同时实现:一次成功的配合练习同时带来技术进步的成就感(胜任需要)、默契配合的愉悦(关系需要)与角色胜任的自我效能感——引带方通过有效引领体验决策自主,跟随方则在灵敏回应与艺术表现中体验主动跟随的效能感(自主需要) [37]。这种需要满足的高度耦合性是双人项目区别于个人项目的重要特征。

由此,“舞伴互动质量→基本心理需要满足→训练满意度”的路径在体育舞蹈中可能具有区别于其他项目类型的特殊解释力。然而,这一理论假设的检验面临方法学挑战:三种需要在同一互动事件中的同时激活,使得区分各自的独特贡献变得困难,未来研究需借助多时间点追踪设计和多层建模技术,以分离不同需要满足的时序效应和交互效应。

5.5. 双人自主动机与舞伴关系模型

双人项目中动机结构的复杂性还体现在舞伴双方动机水平的交互作用上。Gaudreau 等提出双人自主动机(Dyadic Self-Determination)概念,描述舞伴双方自主动机水平的匹配程度[39]。研究发现,当双方自主动机水平相匹配时,个体对关系的满意度最高,揭示出双人项目中匹配效应的重要性[39]。Poczwardowski 等在精英沙滩排球研究中提出成功舞伴关系的“5C 模型”,包括兼容性(Compatibility)、承诺(Commitment)、互补性(Complementarity)、协同定向(Coordination)和亲密性(Closeness)五个核心维度[40]。Habeeb 等发现角色不对称性对心理过程具有分化作用,引带方与跟随方形成互补型互依,双方通过不同路径建构效能信念,引带方依赖自身引领信号的有效性,跟随方则依赖对引带信号的敏锐捕捉与回应[41]。Guilbault 等揭示和谐激情(Harmonious Passion)正向预测舞伴关系质量,强迫激情(Obsessive Passion)则引发人际冲突[42]。

上述研究已初步形成多元理论视角,但将其系统整合并应用于体育舞蹈训练满意度的学术努力仍显不足。更为根本的是,现有研究多采用欧美国家运动员样本,中国文化情境下的人际关系模式,如关系取向、面子机制、集体主义文化对舞伴互动的影响尚未纳入理论建构,这一文化维度的缺失限制了既有成果在中国体育舞蹈实践中的解释力和适用性。

5.6. 核心概念的操作化界定

5.6.1. 舞伴关系质量的概念框架

舞伴关系质量(Partner Relationship Quality)是指在体育舞蹈这一排他性二元合作结构中,两名舞伴之间基于长期共同训练与竞赛经历所形成的、具有工具性与表达性双重属性的关系状态的综合评估[37] [43]。借鉴二元关系研究的成熟构念,可将舞伴关系质量分解为六个核心维度:(1) 承诺(Commitment)。维持长期合作关系的意愿与投入,表现为对共同竞赛目标的坚持及更换舞伴的高成本认知;(2) 亲密(Intimacy)。情感亲近、自我表露与相互理解,在体育舞蹈中还包括对身体接触的适应与舒适感;(3) 信任(Trust)。对对方技术能力、善意与可靠性的积极预期,在体育舞蹈中涵盖身体安全信任与引带信号信任;(4) 协同(Coordination)。动作、节奏与空间使用上的行为同步,体现为“一个身体、四个腿”的理想配合状态;(5) 沟通质量(Communication Quality)。信息传递的准确性、开放性与反馈有效性,包括语言沟通与非语言沟通(身体信号、眼神交流);(6) 冲突管理(Conflict Management)。处理分歧的建设性策略运用,核心是将“谁说了算”的竞争转化为“怎样跳得更好”的合作。

在体育舞蹈情境下,上述维度呈现独特表现:工具性纽带与表达性纽带相互强化但也可能产生张力;“引带-跟随”角色不对称性造成各维度体验的差异;排他性二元结构使得关系退出成本极高,承诺维

度的作用更为关键。

5.6.2. 二元应对的概念框架

二元应对(Dyadic Coping)是指在面对压力事件时, 关系密切双方以协调一致的方式共同处理压力源的过程[39][44][45]。基于 Bodenmann 的系统交互模型, 可将二元应对分解为五个核心维度: (1) 共同应对(Common Dyadic Coping): 双方面对共同压力时共同制定并执行应对策略; (2) 支持性应对(Supportive Coping): 一方承受压力时另一方提供情感或工具支持, 在体育舞蹈中还包括技术层面的具体帮助; (3) 委托应对(Delegated Coping): 一方承担另一方本可自理的事务使其专注应对核心压力; (4) 消极应对(Negative Coping): 敌对、回避、指责等破坏性互动模式; (5) 应对契合度(Coping Congruence/Fit): 双方应对行为的协调一致程度[45]。

在体育舞蹈中, 二元应对的独特性体现为: 压力源具有高度共生性, 即评分低、配合失误会同时影响双方; 支持性应对中的信息支持具有高度专业化特征; 消极应对的破坏效应即时体现在技术配合上; 应对契合度要求舞伴在技术角色与情感支持角色之间实现灵活切换。

上述操作化界定为开发具有项目特异性的测量工具奠定了理论基础。未来可据此开发《体育舞蹈舞伴关系质量量表》和《体育舞蹈二元应对量表》, 以弥补现有测量工具在双人合作项目中的适用性不足。

6. 研究不足与展望

6.1. 现有研究的总体评价

综合上述文献梳理, 自我决定理论在体育科学领域的应用已积累了较为扎实的研究基础。大量实证研究表明, 教练员自主支持、动机氛围营造以及同伴互动等因素对运动员训练满意度的促进效应, 主要通过满足运动员的自主感、胜任感与关系感三项基本心理需要来实现。这一机制在学校体育、运动参与和竞技训练等情境中均得到了一定程度的验证。然而, 在肯定既有研究贡献的同时, 仍需审慎地指出, 现有文献在研究对象、研究内容和研究方法三个维度上存在亟待弥补的缺口。

6.2. 研究对象的局限

在研究对象层面, 当前运动员满意度与基本心理需要的研究在对象选择上呈现明显的项目集中特征, 现有文献多集中于足球、篮球、排球等集体球类项目以及游泳、田径等个人项目。这些研究为验证需要满足与满意度的关联机制提供了丰富的证据, 但其结论的外部效度受限于特定项目的结构特征。体育舞蹈兼具艺术表现与竞技对抗、个人技术与双人配合的双重属性, 运动员不仅需要独立完成复杂的技术动作, 还必须与舞伴保持高度的身体协调与情感共鸣。这意味着现有研究基于集体项目或个人项目得出的结论可能难以直接推广至体育舞蹈情境。尽管 Liu 等已初步关注了体育舞蹈舞伴间的互动特征, Staff 等也从二元应对视角探讨了运动伴侣的协作机制, 但专门针对体育舞蹈运动员训练满意度形成机制的实证研究仍然稀少。

6.3. 研究内容的局限

在研究内容层面, 现有研究对“关系需要”的概念操作化存在窄化倾向。绝大多数实证研究将关系需要的满足操作化为教练员支持或团队凝聚力, 对于体育舞蹈这一本质性的双人合作项目而言, 舞伴关系才是运动员最直接、最核心的人际互动形式。舞伴之间的默契配合与情感支持直接影响训练过程的顺畅性与竞赛表现的稳定性。现有文献虽然已证实了关系需要满足对运动员满意度的重要促进作用, 但舞伴关系作为一种独特的二元互动结构, 其对运动员心理需要满足及训练满意度的具体作用路径与边界条件, 在现有文献中尚缺乏深入探讨。这一研究不足制约了自我决定理论在双人协作型运动项目中的解释力拓展。

6.4. 研究方法的局限

在研究方法层面, 现有文献以横断面问卷调查为主导设计范式。这一设计虽能有效验证变量间的相关关系与中介效应, 但难以揭示运动员在实际训练情境中如何感知教练员支持、怎样与舞伴磨合以及为何对训练感到满意或不满意等过程性机制。这些机制涉及运动员主观体验的复杂建构过程, 仅凭横截面数据难以完整捕捉。

此外, 现有研究普遍依赖自陈式量表, 面临两方面的效度威胁。其一, 共同方法偏差可能导致变量间关系的高估。其二, 社会赞许效应使运动员可能刻意美化自身心理状态或人际关系质量。尤其对于舞伴关系这一敏感议题, 运动员可能因担心负面评价而给出高于实际水平的评分, 加大了测量误差。

6.5. 未来研究展望

针对上述三重缺口, 未来研究可从以下方面推进。在研究对象上, 应加大对体育舞蹈等特殊运动项目的关注, 系统比较不同项目类型下满意度形成机制的差异性, 并区分不同竞技层次以检验需要满足机制的适用性。在研究内容上, 亟需将舞伴关系纳入自我决定理论的分析框架, 开发具有项目特异性的舞伴支持测量工具, 考察不同关系源在满足运动员关系需要上的独特贡献及其交互效应。在研究方法上, 建议采用纵向追踪设计揭示变量间的时序关系与动态演变, 引入半结构化访谈、训练现场观察等质性方法以捕捉运动员的主观体验建构过程, 并结合同伴报告、行为观察等客观指标弥补自陈报告的局限。

基于上述方向, 本文提出三个具体的研究设计方案, 以供后续研究参考:

研究设计一: 舞伴关系质量对训练满意度的影响机制——基于基本心理需要理论的量化验证研究

该研究设计旨在构建并验证体育舞蹈情境下舞伴关系质量影响运动员训练满意度的结构方程模型。研究采用分层整群抽样, 从全国体育舞蹈锦标赛参赛队伍中选取 20 支省/市级专业队及 10 所开设体育舞蹈专项的高等院校, 计划发放问卷 450~500 份。研究工具包括: (1) 自编的《体育舞蹈运动员舞伴关系质量量表》, 涵盖情感支持、技术互补、冲突管理、目标一致性四个维度, 经探索性因素分析与验证性因素分析检验结构效度; (2) BPNSFS 中文版测量基本心理需要满足; (3) ASQ 改编版测量训练满意度。数据分析采用 Mplus 进行结构方程建模, 运用 Bootstrap 法(5000 次抽样)检验多重中介效应, 并通过多群组分析检验模型在不同项目类型(标准舞/拉丁舞)和搭档模式(固定/临时)间的稳定性。研究假设舞伴情感支持通过自主、胜任、关系三种需要的并行中介效应正向预测训练满意度, 其中关系需要的中介效应最大。

研究设计二: 训练满意度的动态演变轨迹——体育舞蹈运动员纵向追踪研究

该研究设计采用前瞻性纵向设计, 在完整赛季周期内设置 6 个追踪波次(赛前准备期 T1~T2、比赛高峰期 T3~T4、赛后调整期 T5~T6), 招募 200 至 250 对舞伴(400~500 名个体), 运用潜变量增长曲线模型(LGCM)刻画训练满意度的个体发展轨迹及群体异质性, 并构建随机截距交叉滞后模型(RI-CLPM)检验基本心理需要与训练满意度在个体内水平上的时序预测关系。同时采用增长混合模型(GMM)识别训练满意度发展轨迹的潜在类别, 如稳定高满意度组、波动下降组、持续低满意度组, 为精准心理干预提供靶向依据。预期发现: 训练满意度呈“U 型”赛季轨迹, 关系需要的周际波动预测效应最强, 舞伴更换事件是满意度急剧下降的重要预测因子。

研究设计三: 中国文化情境下舞伴互动模式与训练满意度的混合方法研究

该研究设计采用顺序解释型混合方法设计(QUAN→QUAL)。第一阶段进行大规模问卷调查($n = 300 \sim 400$), 检验 BPNT 核心假设并测量文化特异性变量(面子顾虑、关系取向、集体主义认同)的调节/中介效应; 第二阶段基于量化结果进行目的性抽样, 对 30 至 40 名运动员进行半结构化深度访谈, 探查中国文化规范, 如面子机制、关系取向等因素对舞伴互动的独特影响。质性部分采用程序化扎根理论分析路径, 通过 NVivo 辅助编码, 计算 Kappa 一致性系数确保编码信度。数据整合采用并置整合法, 构建量

化统计结果与质性主题矩阵, 形成兼具统计普遍性与深度情境解释力的综合结论, 生成具有中国文化敏感性的训练满意度理论解释模型。

综上所述, 现有研究虽已奠定了较为坚实的理论基础, 但在对象、内容与方法三个维度上仍存在拓展空间。未来研究唯有在深化理论整合的同时兼顾项目特异性, 在坚持量化研究严谨性的同时吸纳质性研究的深度, 方能更完整地揭示运动员训练满意度的心理机制, 为体育舞蹈等双人协作型项目的训练实践提供更具针对性的理论指导。

7. 结语

本文以基本心理需要理论(BPNT)为主框架, 有机整合理论(OIT)与关系动机理论(RMT), 系统梳理了自我决定理论在体育领域的研究进展, 考察了训练满意度的概念演进与测量工具发展, 剖析了舞伴关系、二元应对与情绪感染等双人项目的心理机制, 并识别了既有研究在研究对象、内容与方法上的三重局限。

现有研究在一定程度上已验证了教练员支持、动机氛围与同伴互动经由基本心理需要满足促进训练满意度的中介机制。然而, 上述结论多源于集体球类与个人项目, 对于体育舞蹈项目的适用性有待检验; 关系需要的操作化窄化为“教练员支持”, 舞伴关系的核心路径作用机制研究不足; 横截面设计与自陈量表一定程度上亦制约了动态形成过程的揭示。未来研究应兼顾项目特异性, 将舞伴关系纳入分析框架, 采用纵向设计与质性方法相结合的路径, 为体育舞蹈训练实践提供更具针对性的理论参照。

参考文献

- [1] 王翊, 张凯. 影响体育舞蹈舞伴关系的因素结构探讨[J]. 北京体育大学学报, 2014, 37(6): 92-96.
- [2] Jackson, B., Harwood, C.G. and Grove, J.R. (2010) On the Same Page in Sporting Dyads: Does Dissimilarity on 2 × 2 Achievement Goal Constructs Impair Relationship Functioning? *Journal of Sport and Exercise Psychology*, **32**, 805-827. <https://doi.org/10.1123/jsep.32.6.805>
- [3] Riemer, H.A. and Chelladurai, P. (1998) Development of the Athlete Satisfaction Questionnaire (ASQ). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, **20**, 127-156. <https://doi.org/10.1123/jsep.20.2.127>
- [4] 解缤. 中国专业运动员训练满意度量表的研制与应用[J]. 首都体育学院学报, 2013, 25(3): 270-276.
- [5] 解缤. 个人项目专业运动员训练满意度对赛前情绪的预测作用[J]. 体育科学, 2008, 28(4): 15-18.
- [6] Deci, E.L. and 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
- [7] Ryan, R.M. and Deci, E.L. (2000) Self-determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist*, **55**, 68-78. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.55.1.68>
- [8] Ryan, R.M. and Deci, E.L. (2018) Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness. The Guilford Press.
- [9] Ryan, R.M. and Deci, E.L. (2000) Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. *Contemporary Educational Psychology*, **25**, 54-67. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>
- [10] Chirkov, V., Ryan, R.M., Kim, Y. and Kaplan, U. (2003) Differentiating Autonomy from Individualism and Independence: A Self-Determination Theory Perspective on Internalization of Cultural Orientations and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, **84**, 97-110. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.1.97>
- [11] Chen, B., Vansteenkiste, M., Beyers, W., Boone, L., Deci, E.L., Van der Kaap-Deeder, J., et al. (2014) Basic Psychological Need Satisfaction, Need Frustration, and Need Strength across Four Cultures. *Motivation and Emotion*, **39**, 216-236. <https://doi.org/10.1007/s11031-014-9450-1>
- [12] Deci, E.L., Eghrari, H., Patrick, B.C. and Leone, D.R. (1994) Facilitating Internalization: The Self-Determination Theory Perspective. *Journal of Personality*, **62**, 119-142. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1994.tb00797.x>
- [13] Deci, E.L., Olafsen, A.H. and Ryan, R.M. (2017) Self-Determination Theory in Work Organizations: The State of a Science. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, **4**, 19-43. <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032516-113108>
- [14] Adie, J.W., Duda, J.L. and 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**,

- 51-59. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.07.008>
- [15] Gunnell, K.E., Crocker, P.R.E., Wilson, P.M., Mack, D.E. and Zumbo, B.D. (2013) Psychological Need Satisfaction and Thwarting: A Test of Basic Psychological Needs Theory in Physical Activity Contexts. *Psychology of Sport and Exercise*, **14**, 599-607. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.03.007>
- [16] Balaguer, I., González, L., Fabra, P., Castillo, I., Mercé, J. and Duda, J.L. (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**, 1619-1629. <https://doi.org/10.1080/02640414.2012.731517>
- [17] Reinboth, M. and Duda, J.L. (2006) Perceived Motivational Climate, Need Satisfaction and Indices of Well-Being in Team Sports: A Longitudinal Perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, **7**, 269-286. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2005.06.002>
- [18] Martínez-González, N., Atienza, F.L. and Balaguer, I. (2026) Implications of Perceived Empowering Motivational Climate on Athletes' Goal-Regulatory Processes: A Longitudinal Analysis. *Journal of Sports Sciences*, **44**, 563-573. <https://doi.org/10.1080/02640414.2025.2598159>
- [19] Banack, H.R., Sabiston, C.M. and Bloom, G.A. (2011) Coach Autonomy Support, Basic Need Satisfaction, and Intrinsic Motivation of Paralympic Athletes. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, **82**, 722-730. <https://doi.org/10.1080/02701367.2011.10599809>
- [20] 苏煜, 尹博. “他律”教学气氛提高体育学习兴趣 and 坚持性的研究[J]. 北京体育大学学报, 2009, 32(2): 94-96.
- [21] 郭玉良, 李洪一, 苏煜. 教学气氛对体育学习动机水平的影响——目标定向与自我决定理论的相关分析[J]. 沈阳体育学院学报, 2012, 31(3): 42-46.
- [22] 孙开宏, 季浏. 体育课上自主支持感、行为调节与课外锻炼意向之间的关系[J]. 体育学刊, 2010, 17(2): 64-68.
- [23] 陈福亮, 杨剑, 季浏. 自我决定理论在中国学校体育情境下的初步检验[J]. 首都体育学院学报, 2014, 26(5): 465-470+475.
- [24] 尹龙, 李芳, 司虎克. 体育课需求支持对青少年闲暇时间体力活动的影响: 跨情境模型的构建与检验[J]. 体育与科学, 2018, 39(1): 102-109+121.
- [25] 徐磊, 董圣鸿. 体育教师自主支持何以影响大学生锻炼投入? [J]. 教育学术月刊, 2025(11): 73-81.
- [26] 苏煜. 运用自我决定理论对大学生逃避课外运动行为机制的研究[J]. 武汉体育学院学报, 2008(9): 68-72.
- [27] 陆雯, 惠悲荷. 大学生锻炼动机内化机制与行为促进研究[J]. 西安体育学院学报, 2020, 37(1): 98-106.
- [28] 项明强. 促进青少年体育锻炼和健康幸福的路径: 基于自我决定理论模型构建[J]. 体育科学, 2013, 33(8): 21-28.
- [29] 项明强, 丁华丽. 体育自主支持感与青少年主观活力: 基本心理需要的中介作用[J]. 体育学刊, 2014, 21(3): 31-35.
- [30] 张勤, 奚家文. 不同锻炼目标的影响及心理机制[J]. 体育文化导刊, 2010(7): 58-62.
- [31] 付桂芳, 项明强. 城市居民参加体育锻炼的动机路径模型建构[J]. 心理科学, 2013, 36(5): 1184-1188.
- [32] 郭正茂, 杨剑. 教练员自主支持对运动员心理疲劳的影响——基本心理需要的中介作用[J]. 天津体育学院学报, 2017, 32(6): 511-516.
- [33] Li, C., Wang, C.K.J., Pyun, D.Y. and Kee, Y.H. (2013) Burnout and Its Relations with Basic Psychological Needs and Motivation among Athletes: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, **14**, 692-700. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.04.009>
- [34] 杨文礼, 翟丰, 高艳敏. 心理韧性 with 基本心理需求: 影响运动员情感表达与运动表现的因素及中介效应检验[J]. 西安体育学院学报, 2020, 37(4): 488-496.
- [35] 樊荣, 王斌, 叶绿, 等. 教练员支持行为对运动员心理坚韧性的影响: 基本心理需要满足与自尊的链式中介作用[J]. 北京体育大学学报, 2020, 43(1): 134-145.
- [36] 张海军, 郭小涛, 陈波, 等. 家长式领导行为对大学生运动员心理幸福感的影响——自我决定理论的视角[J]. 武汉体育学院学报, 2015, 49(6): 82-88.
- [37] Liu, X., Liu, Y., Pan, D. and Weng, X. (2024) How Expressive Ties Energize Competitive Performance in DanceSport Dyads: Unraveling the Role of Athlete Engagement in an Innovatively Applied Actor-Partner Interdependence Mediation Model. *Frontiers in Psychology*, **15**, Article ID: 1412596.
- [38] Freemantle, A.W.J., Stafford, L.D., Wagstaff, C.R.D. and Akehurst, L. (2022) Collective Emotions in Doubles Table Tennis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, **44**, 317-326. <https://doi.org/10.1123/jsep.2021-0246>
- [39] Gaudreau, P., Fecteau, M. and Perreault, S. (2010) Individual Self-Determination and Relationship Satisfaction of Athletes in Dyadic Sports: Examining the Moderating Role of Dyadic Self-Determination. *Journal of Applied Sport*

- Psychology*, **22**, 34-50. <https://doi.org/10.1080/10413200903403208>
- [40] Poczwadowski, A., Lamphere, B., Allen, K., Marican, R. and Haberl, P. (2020) The 5C's Model of Successful Partnerships in Elite Beach Volleyball Dyads. *Journal of Applied Sport Psychology*, **32**, 476-494. <https://doi.org/10.1080/10413200.2019.1573205>
- [41] Habeeb, C.M., Eklund, R.C. and Coffee, P. (2017) It Depends on the Partner: Person-Related Sources of Efficacy Beliefs and Performance for Athlete Pairs. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, **39**, 172-187. <https://doi.org/10.1123/jsep.2016-0348>
- [42] Guilbault, V., Harvey, S. and Vallerand, R.J. (2020) Dancing with Passion: A Look at Interpersonal Relationships. *Psychology of Sport and Exercise*, **48**, Article ID: 101667. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101667>
- [43] Liu, X., Yang, G., Wang, S. and Wang, X. (2022) Partnership between Chinese Dance Sport Couples: A Consensual Qualitative Research Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, **19**, Article No. 15369. <https://doi.org/10.3390/ijerph192215369>
- [44] Staff, H.R., Didymus, F.F. and Backhouse, S.H. (2020) Dyadic Coping in Coach-Athlete Relationships: A Grounded Theory. *Psychology of Sport and Exercise*, **50**, Article ID: 101741. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101741>
- [45] Bodenmann, G., Falconier, M.K. and Randall, A.K. (2026) Dyadic Coping.