

主动性人格对教练员-运动员关系的影响:自我决定动机的中介作用

艾丽欣, 王英春

(北京体育大学, 北京 100084)

【摘要】 目的:探讨自我决定动机在主动性人格与教练员-运动员关系之间的中介效应。**方法:**采用问卷测量法,对302名专业运动员进行施测,对变量进行相关分析,并使用结构方程模型检验自我决定动机的中介作用。**结果:**①相关分析结果显示,主动性人格与自我决定动机存在显著正相关;主动性人格和教练员-运动员关系的各维度均呈现显著正相关;自我决定动机和教练员-运动员关系各维度也呈现显著正相关。②结构方程模型结果显示,自我决定动机在主动性人格和教练员-运动员关系之间起部分中介作用,中介效应占总效应的比例为18.92%。**结论:**自我决定动机在主动性人格和教练员-运动员关系之间起部分中介作用。

【关键词】 主动性人格;自我决定动机;教练员-运动员关系;中介作用

中图分类号: R395.6

DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2017.06.027

Proactive Personality and Coach-Athlete Relationship: The Mediation of Self-Determined Motivation

AI Li-xin, WANG Ying-chun

Beijing Sport University, Beijing 100084, China

【Abstract】 Objective: This study is to explore the influence of athletes' proactive personality and self-determined motivation on the coach-athlete relationship. **Methods:** 302 professional athletes were recruited in this study. **Results:** ①Proactive personality was positively correlated with coach-athlete relationship and self-determined motivation; self-determined motivation and coach-athlete relationship had a significant positive correlation. ②Self-determined motivation play a partial intermediary role between proactive personality and coach-athlete relationship. The mediating effect accounted for 18.92% of the total effect. **Conclusion:** Athletes' self-determined motivation plays an intermediary role between the proactive personality and coach-athlete relationship.

【Key words】 Proactive personality; Self-determined motivation; Coach-athlete relationship; Mediation effects

主动性人格(proactive personality)是积极心理学中关于人格的一个概念,指个体主动采取行动来改变外部环境的行为倾向性^[1],包括自我启动、未来定向和主动改变三个核心要素^[2]。研究者认为主动性人格是一种复合型人格特质,与大五人格的外倾性因子(自信和活力)、严谨性因子(作为与追求成功)、神经质因子(脆弱性)和宜人性因子(利他)相关,并且比大五人格表现出更大的增值效应^[3]。主动性人格最早是在组织行为学领域提出的^[4],研究者们从社会资本的角度解释了主动性人格对工作绩效的影响^[4],认为关系建构是主动性人格和工作绩效之间的中间环节。主动性人格的个体倾向于寻找拥有较高权利和较多资源的同盟者来支持其主动性行为^[5],并且他们认为这是提高工作绩效最有效的措施。

对于大学生群体,研究者则更关注主动性人格在大学生就业方面的作用。研究表明主动性人格可以正向预测大学生的创业意向^[6]和求职清晰度^[7],这是因为高主动性人格的大学生,善于在与环境的互动中主动改变,有更多的自我探索行为。

在体育运动领域,积极心理学已经普遍应用到运动实践中。比如:流畅状态理论^[8]描述了一种运动的高峰体验状态,并认为其是最为理想的竞技状态;正念训练(The Mindfulness Training)通过对运动员进行“接纳”、“不评价”等训练,达到提升运动表现的目的^[9]。运动经常被看作是一种积极的生活态度,而竞技运动追求更高目标的体育精神也体现着运动员拼搏向上、积极进取的优秀品质。因此,本研究以积极心理学为出发点,探讨主动性人格的应用。

鉴于研究较为成熟的组织行为学领域认为主动性人格对工作绩效的影响是通过关系建构实现的^[6],本研究尝试以教练员-运动员关系(coach-athlete relationship)为结果变量,探讨主动性人格在运动领

【基金项目】 中央高校基本科研业务费专项资金资助课题(项目编号:2016SYS007);国家体育总局科技服务项目(项目编号:2017HT001)

通讯作者:王英春,13521531556@163.com

域中的作用。教练员-运动员关系作为运动员职业生涯中最为重要的一种人际关系,直接影响着运动员的运动动机^[10]、满意感^[11]、心理需求^[12]、运动成绩^[13]、职业倦怠^[14]等多个方面。以往关于教练员-运动员关系的研究多从教练员的角度出发,比如:研究显示教练员和谐的热情能够通过增加教练员自主支持行为积极预测教练员-运动员关系^[15];教练员德行型领导方式可以预测教练员-运动员亲密性、互补性和责任感,仁慈型领导方式可以预测责任感^[16]。但这些研究却忽视了运动员自身的因素。

动机理论模型认为动机是影响教练员-运动员关系的一个重要因素,教练员通过行为激发运动员的内部动机和自我决定动机,最终促进和谐关系的建立^[17]。自我决定理论(Self-determination Theory, SDT)认为个体参与运动的动机是多样的,而这些动机都统一于自我决定连续体^[18]。运动员的自我决定动机表示的是运动员为何参与某项运动,自我决定动机的程度反映运动员在运动中自我卷入程度的高低或自主性的高低^[19],这直接关联到运动员在运动中体验到多大的乐趣、具有多高的训练比赛满意感。主动性人格强调个体积极主动的行为倾向,是影响主动性行为的稳定特征^[1],似乎主动性人格是自我决定动机的一个预测因素。自主动机可以缓解运动员的职业倦怠和心理枯竭^[20],自主性越高的运动员会坚持更长的运动时间^[21]。研究显示当给予朋友自主支持时,朋友也会倾向于给对方更多的支持,双方都能从中得到满足,他们之间关系的质量也会随之提高^[22]。因此,本研究认为自我决定动机可能是主动性人格和教练员-运动员关系间的中介变量。

1 方 法

1.1 被试

参与者来自北京、山东、浙江、黑龙江等省市专业队,共计311名现役运动员。经过筛选,剔除无效问卷9份,剩余有效问卷302份。其中国家健将级及以上35名,国家一级水平61名,国家二级水平101名,国家三级水平44名,其余61名为未定级运动员或运动等级缺失;男163人(54%),女139人(46%);平均年龄为16.99岁(9~38岁,SD=4.59),平均训练年限为4.62年(1~18年,SD=3.41)。运动项目包括射击射箭、柔道、拳击、篮排球、投掷、竞走、举重等。

1.2 研究工具

1.2.1 主动性人格问卷 采用Claes等^[23]修订的主动性人格问卷(Proactive Personality Scale, PPS)10项

目简缩版,为单一维度,5点计分量表(“完全不符合”到“完全符合”),内部一致性信度为0.89。本研究所用主动性人格问卷中文版来自单娟^[24]修订版。本研究中,量表总体 α 系数为0.71。

1.2.2 运动行为调节问卷 采用Lonsdale等^[25]编制的运动行为调节问卷(Behavioral Regulation in Sport Questionnaire, BRSQ),包括6个维度,内部动机、整合调节、认同调节、内摄调节、外部调节和无动机,共24个题目,7点计分(“完全不符合”到“完全符合”)。量表中文版已在香港运动员中进行过检验,孙国晓^[19]在大陆被试中进行了信度检验,6个维度的克隆巴赫 α 系数在0.64~0.76之间。本研究中,总体内部一致性系数为0.78,各分问卷内部一致性系数在0.64~0.75之间。使用自我决定指数(SDI)表示动机的自我决定程度,分别给予每个维度不同的权重,计算公式为SDI=2×内部动机+1×整合调节+1×认同调节-1×内摄调节-1×外部调节-2×无动机^[26]。

1.2.3 教练员-运动员关系量表 采用Jowett和Ntoumanis^[11]编制的《教练员-运动员关系量表》(Coach-Athlete Relationship Questionnaire, CART-Q),5点计分(“完全不同意”到“完全同意”),11个条目,包括亲密性、责任感和互补性3个维度。钟日升和王迪^[27]对该问卷在中国运动员中的适用性进行了检验。本研究中,量表总体内部一致性系数为0.91,各分问卷内部一致性系数在0.75~0.86之间。

1.3 数据处理

采用SPSS 17.0和Amos 17.0对数据进行处理。

2 结 果

2.1 共同方法偏差的控制与检验

本研究所有题目由被试本人作答,可能存在共同方法偏差。本研究使用程序控制的方法,选取多个地区的样本进行施测、不同变量的测量工具采用不同的计分方式(包括Likert 5点和Likert 7点)和不同的反应方式(包括“同意程度”“符合程度”“准确程度”和“行为发生频率”)。同时采用潜在误差变量控制法,将共同方法偏差作为一个潜在变量加入结构方程模型,比较加入共同方法偏差因子前后的模型拟合程度,如果含有共同方法偏差的模型拟合程度明显优于不含共同方法偏差的模型,则说明存在共同方法偏差的问题^[28]。本研究中,未加入共同方法偏差模型的拟合指数如下: $\chi^2=130.83$, $df=32$, $\chi^2/df=4.09$, CFI=0.93, TLI=0.90, RMSEA=0.10, GFI=0.92;加入共同方法偏差潜变量后,模型拟合指数如下:

$\chi^2=87.50$, $df=22$, $\chi^2/df=3.98$, $CFI=0.95$, $TLI=0.90$, $RMSEA=0.10$, $GFI=0.94$ 。相比加入共同方法偏差前的模型,控制后的模型拟合度提升较小($\Delta\chi^2=43.33$, $\Delta df=10$), CFI 、 TLI 、 $RMSEA$ 的改善程度较小(0.00~0.02之间),本研究中不存在共同方法偏差问题。

2.2 主动性人格、自我决定动机和教练员-运动员关系的相关

主动性人格与自我决定动机存在显著正相关,主动性人格和教练员-运动员关系的各维度均呈现显著正相关,自我决定动机和教练员-运动员关系各维度也呈现显著正相关。这些结果初步支持了本研究关于变量间直接关系的假设,同时也证明了模型建构和中介效应检验的条件是满足的。见表1。

2.3 自我决定动机在主动性人格和教练员-运动员关系间的中介作用

在构建模型之前,根据结构方程模型题目打包

策略^[29],采用“项目结构平衡法”对主动性人格的题目进行打包,形成三个指标作为主动性人格的观测变量,经过CFA检验,模型拟合良好;对于自我决定指数SDI,采用每次从分量表中不放回地随机抽取1个条目,共抽取4次,得到4个SDI的观测指标^[19],但经过CFA检验,模型拟合不可接受,因此我们使用SDI指数作为观测变量直接纳入结构方程模型。构建的结构方程模型如图1所示,不加入中介变量时,主动性人格对教练员-运动员关系的预测作用显著($\beta=0.37$, $P<0.001$);加入中介变量后,主动性人格对教练员-运动员关系的预测作用依然显著($\beta=0.30$, $P<0.001$)。

模型拟合指数如表2所示。绝对拟合指数RMSEA和SRMR均不大于0.08, GFI和相对拟合指数CFI均不小于0.95,这些模型拟合指标均在可接受的范围内,因此,本研究认为该模型拟合良好。

表1 主动性人格、自我决定动机和教练员-运动员关系的相关(N=302)

	M	SD	亲密性	责任感	互补性	主动性人格	自我决定动机
亲密性	4.49	0.72	1				
责任感	3.93	0.84	0.78**	1			
互补性	4.17	0.71	0.69**	0.76**	1		
主动性人格	3.53	0.49	0.18**	0.31**	0.33**	1	
自我决定动机	6.56	6.03	0.25**	0.33**	0.33**	0.17**	1

注:** $P<0.01$

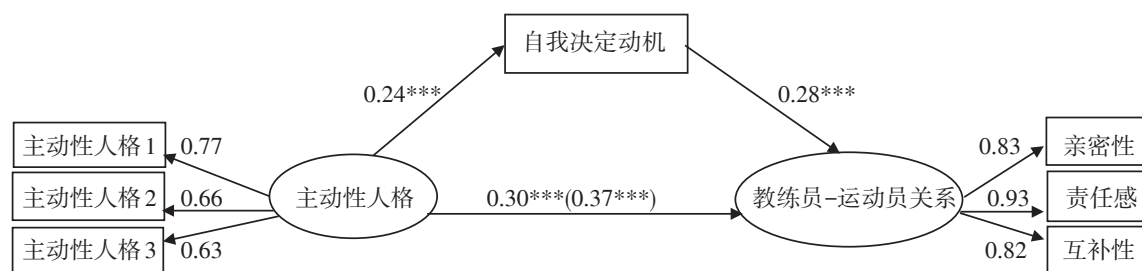


图1 自我决定动机在主动性人格和教练员-运动员关系间的中介作用模型

表2 结构方程模型的拟合指数

χ^2	df	χ^2/df	RMSEA	SRMR	GFI	CFI	IFI	TLI
34.82	12	2.90	0.08	0.05	0.97	0.97	0.97	0.95

从图1可以看出,所有路径系数均显著($P<0.001$),可以判断自我决定动机的中介效应显著。采用Bootstrap检验^[30]对模型进行检验,重复取样2000次,计算95%的置信区间。最终模型结果显示,从主动性人格到教练员-运动员关系的中介效应的置信区间为[0.03~0.12],该区间内不包括0,再次表明了中介效应显著。

主动性人格对教练员-运动员关系的直接效应为0.30,中介效应(间接效应)为0.07,占总效应的

18.92%,自我决定动机在主动性人格和教练员-运动员关系中起部分中介作用。

3 讨论

Jowett^[31]认为教练员-运动员关系是竞技运动中最核心的一种关系,对训练效果、运动表现甚至整个运动生涯都起着至关重要的作用。本研究从积极心理学出发,探讨有关教练员-运动员关系的问题,结构方程模型结果显示,主动性人格对教练员-运动员关系有显著的正向预测作用,这说明了在构建良好教练员-运动员关系的时候,主动性人格发挥着不可忽视的作用。这一结果与组织行为学的观点是

一致的,即主动性人格影响着关系建构^[7]。这一结果也同样支持了运动员自身的特质对教练员-运动员关系的预测作用,这与以往的研究是一致的。一项对感恩作用的研究^[32]显示,感恩可以正向预测教练员-运动员的关系,高感恩特质的运动员更能够体会教练员的期望与要求,善于建立和谐的教练员-运动员关系。

Bateman等^[1]认为主动性人格是一种相对稳定的倾向,主动性人格的个体善于把握机会、快速做出行动并坚持下去,直到出现有意义的改变。他们认为主动性人格的个体是传达使命、解决问题的先锋,善于抓住机会并付诸行动。在运动领域,运动员的主动性人格特点主要表现在两个方面:赛场上,在比赛刚开始,对手还没有完全进入状态的情况下,主动出击,先发制人,占据有利的局面,尤其是当双方选手实力相近的情况下,谁能抢占先机谁就掌握了比赛的主动权;在场下,他们则更愿意积极地与教练员进行交流。当教练员感受到运动员的主动行为时,也会积极予以反馈。这样,双方都能够得到彼此的支持,而彼此之间的关系也必然会得到改善,教练员也将成为运动员最坚强的后盾。

本研究的结果显示自我决定动机能够正向预测教练员-运动员关系,这与教练员-运动员关系的动机模型的观点是一致的^[17],提升运动员的动机可以改善教练员-运动员关系。不过这种动机主要是通过教练员行为改变的外部动机,本研究则证明了运动员自主参与运动更有利于构建和谐教练员-运动员关系。运动员与教练员的沟通常常是跟其对运动成绩的渴望相联系的,当运动员主动参与某项运动并渴望取得成绩时,就会更多地服从教练给出的训练任务,在训练和比赛遇到问题时及时同教练员沟通以解决问题,这往往会产生良好和谐的教练员-运动员关系。

已有研究者证明,自主参与活动同积极认知、积极情感紧密相关^[33]。本研究的目的是从积极人格的角度出发探讨自我决定动机的作用。结构方程模型分析结果显示,主动性人格对自我决定动机的路径系数显著,说明了主动性人格可以预测运动员的自我决定动机,即高主动性人格的运动员其参与运动的自主性也越强。这与前人研究一致,Seinert等^[34]发现主动性人格与影响个体职业成长的因素显著相关,具有主动性人格的个体对于工作绩效的渴望更加强烈,并且更多地主动参与到工作中。主动性人格可以缓解超强工作压力带来的不利影响^[35],高主

动性人格的个体会把压力当作是学习的机会,反而激发了其学习的动力,以达到自我成长的目的;相反,低主动性人格的个体在压力面前更多地选择逃避^[36]。Hung等^[35]研究认为,当运动员由于某种特殊的原因或迫于某种压力才参与运动时,高主动性人格的运动员可能会将这种压力转化为动力,认为这是教练员或其他人的考验,能主动参与到运动中去。而低主动性人格的运动员,就可能对教练员安排的训练任务表现出无所谓甚至是抵抗的态度,也就预示着一种不和谐的教练员-运动员关系。

以往关于构建和谐教练员-运动员关系的研究多是从教练员的角度出发,强调教练员的行为对教练员-运动员关系的影响^[17,18]。本研究站在运动员的视角,以积极心理学为导向,关注运动员自身积极主动的人格倾向的作用,结果显示主动性人格对教练员-运动员关系有积极的预测作用,并且这种预测作用通过自我决定动机实现,为进一步研究构建教练员-运动员关系提供了新的思路。

参 考 文 献

- 1 Bateman TS, Crant JM. The Proactive Component of Organizational Behavior: A Measure and Correlates. *Journal of Organizational Behavior*, 1993, 14(2): 103-118
- 2 Fuller B, Marler LE. Change driven by nature: A meta-analytic review of the proactive personality literature. *Journal of Vocational Behavior*, 2009, 75: 329-345
- 3 Major DA, Turner JE, Fletcher TD. Linking Proactive Personality and the Big Five to Motivation to Learn 108 and Development Activity. *Journal of Applied Psychology*, 2006, 91(4): 927-935
- 4 Thomposon JA. Proactive personality and job performance: A social capital perspective. *Journal of Applied Psychology*, 2005, 90(5): 1011-1017
- 5 刘密, 龙立荣, 祖伟. 主动性人格的研究现状与展望. *心理科学进展*, 2007, 15(2): 333-337
- 6 刘栋, 叶宝娟, 郭少阳, 金鑫. 主动性人格对大学生创业意向的影响: 感知创业价值的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 2016, 24(5): 946-949
- 7 沈雪萍, 胡湜. 大学生主动性人格与求职清晰度的关系: 职业使命感的中介与调节作用. *中国临床心理学杂志*, 2015, 23(1): 166-170
- 8 Jackson SA, Thomas PR, Marsh HW, et al. Relationships between flow, self-concept, psychological skills and performance. *Journal of Applied Sport Psychology*, 2001, 13: 129-153
- 9 钟伯光, 姒刚彦, 张春青. 正念训练在运动竞技领域应用评述. *中国运动医学杂志*, 2013, 32(1): 65-74

- 10 Riley A, Smith AL. Perceived coach-athlete and peer relationships of young athletes and self-determined motivation for sport. *International Journal of Sport Psychology*, 2011, 42: 115-133
- 11 Jowett S, Ntoumanis N. The Coach-Athlete Relationship Questionnaire(CART-Q): Development and initial validation. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 2004, 14(4): 245-257
- 12 Choi H, Cho S, Jinyoung H. The association between the perceived coach-athlete relationship and athletes' basic psychological needs. *Social Behavior and Personality*, 2013, 41: 1547-1556
- 13 Rhind DA, Jowett S. Initial evidence for the criterion-related and structural validity of the long versions of the coach-athlete relationship questionnaire. *European Journal of Sport Science*, 2010, 10: 359-370
- 14 Isoard-Gautheur S, Trouilloud D, Gustafsson H, et al. 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 and Exercise*, 2016, 22: 210-217
- 15 Lafreniere MK, Jowett S, Vallerand RJ, et al. Passion for coaching and the quality of the coach-athlete relationship: The mediating role of coaching behaviors. *Psychology of Sport and Exercise*, 2011, 12: 144-152
- 16 杨毅. 湖北省教练员家长式领导行为及其对“教练员-运动员”关系的影响研究. 武汉: 华中师范大学, 2007. 5
- 17 Mageau GA, Vallerand RJ. The coach-athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sports Sciences*, 2003, 21: 883-904
- 18 Amorose AJ, Anderson-Butcher D, Newman TJ, et al. High school athletes' self-determined motivation: The independent and interactive effects of coach, father, and mother autonomy support. *Psychology of Sport and Exercise*, 2016, 26: 1-8
- 19 孙国晓. 自我决定动机影响运动员心理疲劳: 横向与纵向研究的证据. *体育科学*, 2013, 33(7): 21-28
- 20 Pelletier L, Tuson KM, Haddad NK. Client motivation for therapy scale: A measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and a motivation for therapy. *Journal of Personality Assessment*, 1997, 68: 414-435
- 21 刘丽虹, 张积家. 动机的自我决定理论及其应用. *华南师范大学学报(社会科学版)*, 2010, 4: 53-59
- 22 Deci EL, La Guardia JG, Moller AC, et al. On the benefits of giving as well as receiving autonomy support: Mutuality in close friendships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2006, 32: 313-327
- 23 Claes R, Beheydt C, Lemmens B. Unidimensionality of Abbreviated Proactive Personality Scales across Cultures. *Applied Psychology: An International Review*, 2005, 54(4): 476-489
- 24 单娟. 主动性人格、角色压力与工作家庭冲突对工作倦怠影响的研究-基于上海市年轻白领的实证. 上海: 上海交通大学, 2008
- 25 Lonsdale C, Hodge K, Rose E. The Behavioral Regulation in Sport Questionnaire(BRSQ): Instrument development and initial validity evidence. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2008, 30: 323-355
- 26 Lonsdale C, Hodge K, Rose E. Athlete burnout in elite sport: A self determination perspective. *Sport and Exercise Psychology*, 2009, 27: 785-795
- 27 钟日升, 王迪. 对教练员与运动员关系量表(CART-Q)的跨文化检验. *武汉体育学院学报*, 2007, 41(4): 36-39
- 28 周浩, 龙立荣. 共同方法偏差的统计检验与控制方法. *心理科学进展*, 2004, 12(6): 942-950
- 29 吴艳, 温忠麟. 结构方程建模中的题目打包策略. *心理科学进展*, 2011, 19(12): 1859-1867
- 30 方杰, 张敏强, 李晓鹏. 中介效应的三类区间估计方法. *心理科学进展*, 2011, 19(5): 765-744
- 31 Jowett S. Unleashing the power of coach-athlete relationships//In Beijing Sport University(Ed.), Abstracts of the ISSP 13th World Congress of Sport Psychology. Beijing: Beijing Sport University, 2013. 2
- 32 王斌, 叶绿, 吴敏, 冯甜, 彭秀. 感恩对运动员投入的影响: 教练员-运动员关系的中介作用. *北京体育大学学报*, 2014, 37(9): 85-90
- 33 Vallerand RJ, Ratelle CF. Intrinsic and extrinsic motivation: a hierarchical model//In EL Deci, & RM Ryan(Eds.). *Handbook of self-determination research*. Rochester, NY: The University of Rochester Press, 2002. 37-64
- 34 Seibert SE, Kraimer ML, Crant JM. What do proactive people do? A longitudinal model linking proactive personality and career success. *Personnel Psychology*, 2001, 54: 845-874
- 35 Hung WH, Chen K, Lin CP. Does the proactive personality mitigate the adverse effect of technostress on productivity in the mobile environment? *Telematics and Informatics*, 2015, 32(1): 143-157
- 36 Zhao X, Zhou M, Liu Q, et al. Proactive personality as a moderator between work stress and employees' internal growth. *Social Behavior and Personality*, 2016, 44(4): 603-618

(收稿日期: 2017-04-01)