



教练员服务行为对上海市体校运动员训练投入的影响机理

刘 兵¹,董春华²,段艳玲²,邓彩兰³,张正祎²

摘要:作为培养优秀运动员队伍的主力军,教练员在体育强国建设的征程中肩负着神圣的使命与责任。以教练员服务行为为自变量,探究其对运动员训练投入的影响机理以及感恩的中介效应,通过问卷星线上对319名上海市业余体校运动员随机展开调查。发现:(1)教练员服务行为、感恩、运动员训练投入呈显著正相关关系;(2)教练员服务行为对运动员训练投入具有显著正向影响;(3)感恩在教练员服务行为和运动员训练投入之间发挥部分中介效应;(4)教练员服务行为4个维度(说服引导、利他主义、智慧启迪和民族责任感)对运动员训练投入均有不同程度的正向预测作用,且相比而言,利他主义更为重要。建议:塑造教练员服务型管理和执教风格,增强运动员训练投入积极性;建立完善的运动员资料档案,激发教练员利他主义行为倾向;加强运动员感恩素质教育,提升感恩认知和行为。

关键词:教练员;运动员;服务行为;训练投入;感恩

中图分类号:G80-05 文献标志码:A 文章编号:1006-1207(2021)04-0085-08
DOI: 10.12064/ssr.20210413

Research on the Influence Mechanism of Coaches' Service Behavior on Athletes' Training Investment in Shanghai Sports Schools

LIU Bing¹, DONG Chunhua², DUAN Yanling², DENG Cailan³, ZHANG Zhengyi²

(1. School of Physical Education, Shanghai University, Shanghai 200444, China; 2. Shanghai University of Sport, Shanghai 200438, China; 3. Physical Education Department of Qinghai University for Nationalities, Xining 810007, China)

Abstract: As the main force of cultivating excellent athletes, coaches take the sacred mission and responsibility in the process of building a sports nation. Taking coach service behavior as an independent variable, this paper explores the mechanism of coaches' influence on athletes' training investment and the mediating effect of gratitude. A random survey was conducted among 319 athletes in Shanghai amateur sports schools through questionnaire online. The findings are as follows: 1) Coaches' service behavior, gratitude, and athletes' training investment are significantly positively correlated; 2) Coaches' service behavior has significant positive influence on athletes' training input; 3) Gratitude exerts a partial mediating effect between coaches' service behavior and athletes' training input; 4) The four dimensions of coaches' service behavior (persuasion and guidance, altruism, wisdom and enlightenment, and sense of national responsibility) all have different degrees of positive predictive effect on athletes' training investment, and altruism is more important. Research Suggestions: to shape the coach's service-oriented management and coaching style, and enhance the athletes' enthusiasm in training; to establish the complete athlete data file, stimulate the coach altruistic behavior tendency; Strengthen the education of gratitude quality for athletes, and improve the cognition and behavior of gratitude.

Key Words: coach; athletes; service behavior; training input; gratitude

收稿日期: 2020-08-13

基金项目: 上海市体育社会科学研究课题(TYSKYJ201984)。

第一作者简介: 刘兵,男,博士,教授,博士生导师。主要研究方向:运动训练管理。E-mail: tyliubing@163.com。

作者单位: 1. 上海大学 体育学院,上海 200444; 2. 上海体育学院,上海 200438; 3. 青海民族大学 体育系,青海 西宁 810007。



1 问题的提出

作为全国改革开放的排头兵和创新发展的先行者,上海市目前在多方力量的联合推动下已形成以市区级业余体校为主体、以体育传统项目学校和二线运动队学校为基础、以青少年体育俱乐部等社会力量为补充的多元化竞技体育后备人才培养体系^[1]。其中,业余体校是自20世纪80年代我国实行“举国体制”管理模式下的衍生物,至今在培养高水平运动员队伍中仍发挥着中流砥柱的作用。尽管过去遵循“思想一盘棋,组织一条龙,训练一贯制”的方针,上海市先后为国家培养出朱建华、孙雯、姚明、刘翔、吴敏霞等一大批杰出体育人才,但竞技体育职业化、市场化的历史变迁以及运动员谋求自我实现的精神诉求等内外部因素,正在逐步颠覆传统业余体校教练员管理方式。

Iso-Ahola^[2]研究指出,运动员竞技成绩的好坏主要取决于其个体内部因素和外在人际因素的共同影响,而“教练员-运动员”作为竞技体育中最基本也是最核心的人际关系是保持竞技体育长青、优化竞技体育管理水平的关键要素之一。尤其是在部分体校集中学习、集中住宿、集中训练的“三集中”传统办训模式下,教练员通常需要扮演“老师”“父亲/母亲”“朋友”“知己”等多重身份角色,给予运动员充分的技术指导、生活关怀和情感抚慰。已有多项研究证明^[3-5],尊重、信任、宽容、理解、沟通是教练员与运动员形成“命运共同体”的重要因素,更是助推运动员增强训练满意度、激发主动性行为倾向、创造优异竞技成绩的主要动力。回溯我国竞技体育发展史,不难发现,“教练员-运动员”关系结构正处于一个从师徒身份向平等契约演变的过程中,过去所依赖的传统道德“家长权威”“师长权威”的身份枷锁将在一个相对开放、崇尚公平与个人权利的市场经济社会中湮没^[6]。

然而,当前上海市部分业余体校教练员长期在体制内管理模式的庇护下往往利用“师徒关系”所赋予的伦理身份等级一味向运动员传授技战术动作和布置训练任务,“唯奖牌论”的指导思想过于忽视运动员内部需求和主体能动性,从而导致“被动训练”“消极比赛”等不良现象的发生^[6]。另外,目前上海市体校运动员数量正呈现不断减少的趋势,且绝大部分体校学生已经并入“体教结合”的管理模式之中,在职业化、市场化的巨大冲击下,我国竞技体育逐渐迎来“刘易斯拐点”。“千里马常有,而伯乐不常有”,专业教练员如何提高自身职业素养,从掌控绝对主

导地位的指挥者向谋求合作共赢的服务者转型,激发运动员更加积极主动地投身日常训练已成为其职业生涯成功与否的重要因素。

2 理论分析与研究假设

2.1 教练员服务行为与运动员训练投入

近年来随着服务理论的兴起,以服务员工、服务组织、服务社会为核心管理特征的领导服务行为开始适用于教练员群体队伍。Reinke^[7]研究认为,教练员的服务行为是一个值得探索的话题,这改变了过去以教练员为主导地位的依附关系,转而通过服务、愿景、授权等方式帮助运动员获得个人发展。Burton等^[8]提出了具有服务行为的教练员与传统教练员的三大区别特征:(1)教练员服务行为的本质是能够将运动队集体利益和运动员个人利益置于自我利益之上,以沟通和服务拉近与运动员之间的距离而非利用师长权威;(2)教练员服务行为不仅着眼于运动员的日常训练竞赛,更关注其文化学习、思想教育、未来职业规划等方面,强调以运动员为中心的培养策略;(3)教练员服务行为具备极强的国家自豪感和民族责任感,并试图通过自身努力让运动员为国家发展创造更大的价值。综合上述关于教练员服务行为的特征归纳,本文认为“教练员服务行为”是指为了实现预期的竞技体育发展目标,以运动员为核心,实现从技战术传授到围绕运动员个体资料不断提供有针对性服务的现代竞技体育管理行为。

如今,“00后”运动员逐渐成为竞技场上的“主角”,他们自信乐观,独立自主,讲究以自我为中心而不愿受到较多的外在约束。服务型教练员的出现一改过去以“指挥”和“命令”为主要特征的棍棒训练模式,转而以说服引导、利他主义、智慧启迪等关爱式人文教育鼓励、支持新生代运动员成长,在满足其个性释放的同时又不断激发内在动力。教练员服务行为俨然成为竞技体育时代发展的需要。

作为兴起于积极心理学领域的重要概念之一,训练投入受到越来越多学者的关注。Lonsdale等^[9]最早对这一变量进行了相关研究,他们认为训练投入是运动员在参与体育运动训练过程中所产生的一种积极、持久、充沛的情感和认知的良好心理状态,并将其归纳为自信、活力、奉献、热情4个方面。具体来看,自信是指运动员个体对其能在运动训练中取得优异竞技成绩的信念或确信程度;活力是指运动员在生理和心理上所饱含的旺盛生命力;奉献是指运动员个体为实现某一既定目标而为之努力付出的意



愿;热情是运动员在参与竞技训练中所表现出来的热烈、亢奋的激情状态。Hodge等^[10]通过实证研究得出,个体认知、情感和行为等内源性因素能够直接或间接激活运动员高投入训练状态,进而增强其主动性行为倾向。此外,国内学者张忠秋^[11]将训练投入纳为测量运动员心理健康水平的重要指标,得分越高越能反映运动员身上所具备的乐观向上、顽强拼搏、坚韧不拔等积极品质,而这些品质也将成为影响个体运动绩效和日后行为走向的关键因素。通过对相关文献的总结和梳理可以发现,运动员训练投入状态与其技术水平、竞技成绩、心理健康、人格特征等方面息息相关,增强运动员训练投入将为其职业生涯乃至整个人生发展奠定坚实基础。

社会交换理论认为,人际关系的本质即为交换关系,当个体认识到他人所给予的报酬时会在互动公平原则的调节下主动做出回报行为,寻求共同利益的最大化平衡^[12]。服务型教练员能将其管理者、执教者的身份视为帮助运动员成长的条件,通过关爱、尊重、信任等服务行为让运动员感知到教练员的付出,而运动员一旦实现内心的满足就会试图通过取得优异的竞技成绩回馈教练员。这种基于提高教练员-运动员间交换质量的行为方式可以有效促进运动员高投入的训练行为,如积极完成训练任务、利用内外部资源提高技战术能力等。美国心理学家埃利奥特·阿伦森在其著作的《社会性动物》一书中把人们对社会影响的反应分为3类:第一类是依从,是指一个人为了获取奖励或避免惩罚而做出的行为;第二类是认同,是指个体与崇拜或喜爱的他人保持一致而产生的反应;第三类是内化,即个体在内心驱动下自觉主动做出某种行为^[13]。在“三集中”封闭式的训练环境中,作为与体校运动员接触最为密切的群体,教练员一举一动显然受到了运动员的极大关注,如果教练员经常实施服务型管理和执教风格,那么运动员会在榜样的激励下自觉加强运动训练,并将其内化为个体人格特征的重要组成部分。因而,本文推测教练员服务行为极有可能是增强运动员训练投入的重要前因变量。尽管目前国内还未有明确的文献来验证这2个变量之间的相关关系,但在管理学领域中大量学者均已证实服务型领导对员工工作行为、工作满意度、组织公民行为等方面的正向路径关系^[14-16]。据此提出假设H1:教练员服务行为对运动员训练投入有显著正向影响。

2.2 感恩的中介作用

外因是事物变化的条件,内因是事物变化的依

据,外因通过内因发生作用。尽管本文假设教练员服务行为作为外部因素会对运动员训练投入造成影响,但这种影响极有可能会借助运动员某种内部因素发挥相应的机制作用。基于社会交换理论,运动员在有效识别教练员帮助时会主动做出一系列回馈行为,而这种行为背后往往隐含着运动员对教练员长期以来辛劳付出的感恩之情。McCullough等^[17]将感恩定义为个体在社会生活中所获得的自我认知、积极情绪和主动回报行为的一种心理特质,认为凡是怀有感恩心态的个体能够降低自我不良情绪和行为发生的概率,有助于推动个体获得良好的社会人际关系和亲社会行为,并由此推动社会和谐。感恩实质上是一种优良的道德品质,一个拥有感恩之心的人通常会善待周围的人与事,并保持积极、乐观、向上的生活态度。Fredrickson^[18]曾说过,作为美好的道德情感,感恩会随着个体生活环境的变迁和人际交往的扩大逐渐成为一种稳定良好的行为倾向,在这种“温和推动剂”的催化下个体能够有效提升自我适应能力和社会责任意识,且感恩倾向越强,个体对周边环境所做出的回报行为也就越多。在竞技体育领域中,国内学者王斌等^[19]对472名现役运动员进行实证调查,发现运动员感恩倾向与其运动投入存在显著正相关关系,感恩所具备的积极情绪特质可以激发运动员对自我项目的热爱和奉献精神,从而促进他们产生高投入的训练回报行为。鉴于以上分析,本文认为感恩有助于增强运动员的训练投入。

不同于以往教练员与运动员二者人际关系或运动心理的相关研究,服务型教练员更多地强调在运动队中教练员要以运动员利益为核心,通过尊重、关爱、授权、利他等服务行为帮助运动员满足其基本心理需求,促进个体身心的全面发展^[10]。通常来看,服务型教练员往往秉持谦逊友好、待人真诚、无私奉献等优良品质,这种管理和执教风格会在社会认同动机的驱动下激发运动员感恩心理以及对组织的归属感和自豪感^[4]。在这种路径关系影响下,作为教练员与运动员相处过程中的预测因子,感恩能使那些感受到教练员服务行为的运动员表现出更多的主动行为倾向,并将这些积极情绪和美好体验转化为训练动力,尤其在个体状态不佳或遭遇逆境时效果更为明显。运动员对教练员所产生的这种强烈的情感依赖正成为其在竞技场上奋勇拼搏的不竭动力。综上所述,教练员服务行为会自发催生运动员感恩心理的形成,进而推动运动员主动增强训练投入以回馈教练员所给予的帮助。据此提出假设H2:感恩在教练员服务行为与运动员训练投入之间发挥中介效应。



3 研究对象与方法

3.1 研究对象与数据采集

本文以上海市业余体校教练员服务行为对运动员训练投入的影响关系为研究对象,在上海市青少年训练管理中心的帮助下,以问卷星线上匿名采集数据的方式,通过上海市体育运动学校、徐汇区第一少体校、杨浦区少体校、静安区少体校、奉贤区少体校、嘉定区少体校、宝山区少体校等上海市业余体校的党总支书记、校长向运动员发放问卷,最终线上回收了412份问卷,依据运动员填写时间的模拟测试,填完本次调查的问卷至少需要2 min,因此删除93份无效问卷,最终获得319份有效问卷进入统计分析。

3.2 研究工具

3.2.1 教练员服务行为问卷

本文以Barbuto等^[20]开发、孙健敏等^[21]本土化修订的公仆型领导测量量表为主要参考依据,同时结合上海市业余体校教练员管理现状和青少年运动员的理解能力进行相应改编,共划分说服引导、利他主义、智慧启迪、民族责任感4个维度,共16个题项,如“我的教练员在我遇到训练困难的时候,总是耐心跟我谈心,让我不会产生不好的情绪”“当我遇到生病等问题的时候,我的教练员会经常性地牺牲自己私人时间和精力来陪伴照顾我”等。采用李克特量表5级计分法,1~5表示“非常不同意-非常同意”,分数越高说明运动员所感知到的教练员服务行为也就越多。对本量表进行信效度检验,统计结果表明说服引导、利他主义、智慧启迪、民族责任感4个维度的Cronbach's α 信度系数值分别为0.909、0.837、0.853和0.829,且量表总信度达到0.945,表明量表具有较高的内部一致性和稳定性,适宜开展进一步的统计分析。效度方面采用验证性因子分析方法,经模型拟合修正得出如下结果: $\chi^2/df=1.737$,RMSEA=0.048,GFI=0.946,NFI=0.959,RFI=0.943,IFI=0.982,TLI=0.975,CFI=0.982,表明教练员服务行为量表具有良好的结构效度。

3.2.2 感恩问卷

本文将McCullough等^[17]开发的感恩单维度测量量表嫁接于上海市业余体校运动队情境当中,从感恩的强度、频度、广度和密度4个方面加以改编,共计6个题项,如“在我的训练过程中,有太多值得我感谢的人和事”“我对我的教练始终抱有感激的心理”等。采用李克特量表5级计分法,1~5表示“非常

不同意-非常同意”,分数越高说明运动员对教练员和运动队的感恩倾向也就越强。经统计分析得知,改编感恩量表的Cronbach's α 信度系数值为0.924,效度检验结果为 $\chi^2/df=1.826$,RMSEA=0.051,GFI=0.989,NFI=0.992,RFI=0.981,IFI=0.991,TLI=0.991,CFI=0.997,表明改编后的感恩量表具有优良的信度和效度。

3.2.3 运动员训练投入问卷

根据Lonsdale等^[19]最早开发的运动训练投入量表,并基于上海市业余体校青少年现实理解能力进行部分改编,如将原量表“我对我的运动项目兴奋不已”“我在训练比赛中保持高度警觉”分别修改为“我非常喜欢自己从事的这项运动”“我在训练比赛中的注意力和专注性都是很好的”等内容直白、语言浅显的表达形式,从自信、活力、奉献、热情4个维度真实测量运动员日常参与运动训练过程中的投入状态,共计16个题项。采用李克特量表5级计分法,1~5表示“从不这样-总是这样”,得分越高表明体校运动员在竞技训练过程中越能呈现高投入运动状态。经信效度检验得知,自信、活力、奉献、热情4个维度的Cronbach's α 信度系数值依次为0.804、0.788、0.778和0.845,且量表总信度达到0.932;验证性因子分析结果为 $\chi^2/df=1.126$,RMSEA=0.020,GFI=0.978,NFI=0.980,RFI=0.965,IFI=0.998,TLI=0.996,CFI=0.998,综合反映运动员训练投入模型具有极佳拟合度。

3.3 数据采集与处理

数据采集中,男性运动员164人(51.4%),女性运动员155人(48.6%),男女分布较为均衡。基于对青少年理解能力的考量,本问卷仅限初一或13岁以上运动员填写,其中初一79人(24.8%)、初二73人(22.9%)、初三60人(18.8%)、高一46人(14.4%)、高二24人(7.5%)、高三37人(11.6%),初中运动员多于高中。年龄主要集中在13~14岁(46.7%)和15~16岁(35.7%),且进入体校时间超过5年的运动员共有85人(26.6%)。运动等级方面,健将5人(1.5%)、一级运动员35人(11.0%)、二级运动员和三级运动员均为87人(27.3%)、无级别为105人(32.9%)。通过对所有有效问卷进行齐性检验, $P>0.05$,说明调研对象对问卷的判定是齐性的,可以作为统计分析使用。

运用SPSS 22.0和AMOS 21.0对此次问卷数据进行信效度检验、描述统计、相关、方差、回归等分析,通过定量与定性相结合的形式,力求厘清教练员服务行为对上海市体校运动员训练投入的影响机理

理,同时利用自主重复抽样方法(Bootstrap)进一步验证感恩的中介效应。

4 研究结果

4.1 共同方法偏差的控制与检验

尽管本次问卷设计采取了改进量表内容、分散同维度题项、匿名填写以及设置不同的反应方式(如“同意程度”“频率程度”)等控制措施,但在实际测量中还是有可能客观存在共同方法偏差情况。对此,首先构建包含教练员服务行为、感恩和运动员训练投入的模型 M1,其次将共同方法偏差作为一个潜变量加入模型 M1 中,得到模型 M2。通过 AMOS 数据检验得知模型 M1 拟合指数 ($\chi^2/df=1.199, RMSEA=0.025, GFI=0.907, NFI=0.929, RFI=0.916, IFI=0.987, TLI=0.985, CFI=0.987$) 要明显优于模型 M2 ($\chi^2/df=1.433, RMSEA=0.037, GFI=0.895, NFI=0.916, RFI=0.899, IFI=0.973, TLI=0.967, CFI=0.973$),说明受共同方法偏差的影响较小。

4.2 变量描述性统计及相关分析

从表 1 教练员服务行为、感恩和运动员训练投入 3 个变量相关系数可以看出,各因子之间均存在显著正相关关系($P < 0.01$),说明教练员在执教和管理过程中服务行为表现得越多,运动员的感恩心理也就越浓厚,最终促进运动员在竞技训练过程中呈现高投入运动状态。具体来看,教练员服务行为与感恩的相关系数最高,为 0.670,说明这 2 个变量关系最为密切;而教练员服务行为与运动员训练投入的相关系数最低,为 0.569,也就说明这 2 个变量关系较为疏远。各因子之间的显著相关关系为接下来的统计分析提供有力支撑。

表 1 各变量均值、标准差及相关系数

Table1 The Mean Value, Standard Deviation and Correlation Coefficient of Each Variable

	\bar{X}	SD	教练员服务行为	感恩	运动员训练投入
教练员服务行为	4.27	0.61	1		
感恩	4.32	0.60	0.670**	1	
运动员训练投入	3.91	0.63	0.569**	0.574**	1

注:**表示 $P < 0.01$ 。

4.3 感恩的中介效应分析

本文将教练员服务行为作为自变量、感恩作为中介变量、运动员训练投入作为因变量,建立二阶混合路径模型图。根据温忠麟等^[22]传统中介效应逐步检验方法,即先检验自变量对因变量是否具有显著

关系,如果显著相关,再检验自变量对中介变量、中介变量对因变量之间的关系,最后再将自变量与中介变量统一放入模型中检验变量间的整体路径关系是否显著。对此,本文在将运动员性别、年级、年龄、入校时间和运动等级作为协变量加以控制的基础上,运用 AMOS 统计分析软件得出教练员服务行为对运动员训练投入效应分解表(表 2)和感恩中介效应模型图(图 1)。结合上述分析可知,本次模型拟合良好且各路径均显著相关,表明由 3 个潜在变量构成的假设模型路径成立,且这 3 个潜在变量对于观测变量的解释均有意义。具体来看,“教练员服务行为→运动员训练投入”($\beta=0.45, P < 0.001$)具有显著性差异,表明教练员服务行为作为前因变量能显著正向影响运动员训练投入,故假设 H1 成立;其次,“教练员服务行为→感恩”($\beta=0.76, P < 0.001$)及“感恩→运动员训练投入”($\beta=0.27, P=0.002$)这 2 条路径系数均具有显著性,说明“教练员服务行为→感恩→运动员训练投入”间接效应显著,且间接效应值为 $0.76 \times 0.27 = 0.21$,总效应值为 $0.45 + 0.21 = 0.66$,中介效应占比为 31.8%,证实感恩在教练员服务行为和运动员训练投入中发挥部分中介效应,故假设 H2 成立。

表 2 教练员服务行为对运动员训练投入效应分解
Table2 Decomposition of Coaches' Service Behavior on Athletes' Training Input Effect

影响路径	标准化效应值(β)	显著性
教练员服务行为→运动员训练投入	0.45	$P < 0.001$
教练员服务行为→感恩	0.76	$P < 0.001$
感恩→运动员训练投入	0.27	$P=0.002$
教练员服务行为对运动员训练投入间接效应	$0.76 \times 0.27 = 0.21$	$P < 0.001$
教练员服务行为对运动员训练投入总效应	$0.45 + 0.21 = 0.66$	$P < 0.001$

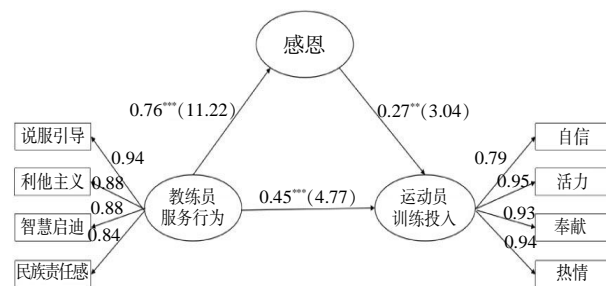


图 1 教练员服务行为影响运动员训练投入模型
Figure1 The Model of Coaches' Service Behavior Influences the Athletes' Training Input

注:**表示 $P < 0.01$;***表示 $P < 0.001$ 。



然而,传统中介效应检验方法可能存在自变量对因变量没有显著关系,但自变量对中介变量、中介变量对因变量存在显著关系这一漏洞,因此本文同时采用 Bootstrap 检验感恩的中介效应。从模型总效应、直接效应及中介效应分解结果(表3)可以看出,教练员服务行为对运动员训练投入的直接效应在 Bootstrap 5 000 次,95%的置信区间为[0.20,0.51],效应占比 68.20%,区间不包含 0 表明教练员服务行为对运动员训练投入具有正向显著关系。其次,感恩中介效应值为 0.21,在 Bootstrap 95%置信区间为[0.14,0.33],说明感恩在教练员服务行为对体校运动员训练投入路径中具有显著中介效应,且效应占比为 31.85%。因而假设 H1、H2 再次得到验证。

表3 模型总效应、直接效应及中介效应分解

Table3 The Total Effect, Direct Effect and Mediating Effect Decomposition of the Model

	效应值	Boot			相对效应值/%
		标准误	BootCI 下限	BootCI 上限	
总效应	0.66	0.06	0.47	0.71	
直接效应	0.45	0.08	0.20	0.51	68.20
感恩中介效应	0.21	0.05	0.14	0.33	31.85

4.4 教练员服务行为不同维度对运动员训练投入的价值分析

尽管本文已经证实教练员服务行为对运动员训练投入具有显著正向影响,但究竟在何种维度能够发挥最大作用这一问题还有待厘清。对此,本文通过逐步回归分析法得出不同因子模型中 R^2 值的变化,从而判断教练员服务行为 4 个维度对增强运动员训练投入的价值贡献。在将性别、年级、年龄、入校时间和运动等级作为控制变量的基础上,分别以说服引导、利他主义、智慧启迪、民族责任感为自变量,以运动员训练投入为因变量,得出教练员服务行为各维度对运动员训练投入的回归分析统计结果(表4)。可以看出,F 值均具有显著性差异($P < 0.01$),代表 4 个模型成立, β 值分别为 0.51、0.52、0.47 和 0.42($P < 0.01$),说明这 4 个维度对运动员训练投入均具有显著正向影响,且以利他主义影响程度最大,民族责任感影响程度最小。 R^2 为拟合模型所能解释因变量变化的百分数,其中利他主义对运动员训练投入的解释贡献率最大,为 32%,其余依次是说服引导(31%)、智慧启迪(27%)以及民族责任感(23%)。这一结果再次表明,教练员服务行为 4 个维度对运动员训练投入均有不同程度的正向预测作用,且相比而言,利他主义更为重要。

表4 教练员服务行为各维度对运动员训练投入的回归分析

Table4 Regression Analysis of Each Dimension of Coaches' Service Behavior on Athletes' Training Input

变量	运动员训练投入			
	模型 1	模型 2	模型 3	模型 4
性别	-0.08	-0.08	-0.09	-0.10
年级	-0.24*	-0.20	-0.22*	-0.28*
年龄	0.08	0.07	0.04	0.08
入学时间	0.10	0.06	0.10	0.12*
运动等级	-0.02	-0.09	-0.41	-0.10
说服引导	0.51**			
利他主义		0.52**		
智慧启迪			0.47**	
民族责任感				0.42**
R^2	0.31	0.32	0.27	0.23
调整后的 R^2	0.29	0.30	0.25	0.21
ΔR^2	0.25	0.26	0.27	0.23
F 值	22.81**	24.02**	18.83**	15.21**

注:*表示 $P < 0.05$; **表示 $P < 0.01$ 。

5 讨论与分析

5.1 教练员服务行为对运动员训练投入的直接效应

在教练员服务行为影响运动员训练投入的直接路径上,系数为 0.45, $P < 0.001$,说明教练员的服务行为对运动员的训练投入有很强影响作用,这不仅证明了 Burton 等^[8]关于教练员服务行为影响运动员训练投入的理论阐释,也从另一个层面表明,运动员训练投入与教练员有针对性、个性化的服务分不开。李娜的教练员卡洛斯曾经说过,当你满足了运动员来自灵魂深处的需求,技术和战术只不过是成绩的补充罢了。可见运动训练环境的改变为服务创造出至高无上的地位。职业教练员以平等合作的有效人际关系为基础、以尊重和信任为手段、以丰富运动员合理精神世界为代表的执教之道,已经成为培养一名优秀运动员的充分且必要条件^[23]。然而,我国体校专业教练员大多以为国争光价值导向、过于重视竞技成绩所带来的“缺省式教育”为主,往往成为遏制运动员身心全面发展的“枷锁”。本文发现,教练员服务行为对运动员训练投入具有显著正向影响,换言之,教练员实施服务型管理和执教风格更能激发运动员积极主动参与竞技训练,这也再次验证了在竞技体育职业化、市场化浪潮中教练员从指挥者向服务者转型的重要性与必要性。以往学者^[24]倾向于将教练员与运动员简单划分为领导者与被领导者的



关系,例如试图通过包容型或变革型等领导方式调动运动员的竞赛热情,忽视其基本心理需要和双方之间的情感联络,而服务型教练员是以运动队集体利益和运动员个人利益为核心,以尊重、信任、关爱、授权为执教理念,通过自身榜样带头作用帮助运动员克服竞技训练的阻碍并为之建立良好的“教练员-运动员”关系,从而促进其个体社会化功能的不断完善。我国服务型教练员的出现和兴起正是“教练员-运动员”关系在社会主义市场经济体制内不断演化的结果。

Davis等^[25]研究指出,教练员服务行为的实施可以让运动员直观感受到教练员对他的重视和关爱,满足其基本关系需要;其次教练员授权、利他行为能够赢得运动员的尊重与信赖,激发其自主性动机;进而在互动公平原则下增强运动员训练投入的积极性以实现教练员的期望。这3种心理活动逐层递进,最终所建立的教练员与运动员之间深层次的情感依赖也就成为推动运动员为之不断奋斗的强大动力。根据上文教练员服务行为不同维度对运动员训练投入的价值分析,本文得出说服引导、利他主义、智慧启迪和民族责任感均对增强运动员训练投入有不同程度的贡献价值,都是运动员成长、成才道路中不可或缺的动力因素,但相较而言,利他主义更为重要。利他主义通常是指对他人有明显益处而对自己没有好处甚至可能会有利益损失的一种自觉自愿的行为,这种他人利益至上的处世理念正与服务型教练员不谋而合,从理论上来说利他主义是教练员服务行为的最强因子。就实际而言,本次调研的体校运动员年龄主要集中在13~16岁,心智尚未完全成熟,“三集中”式的训练环境使其渴望在生活中得到教练员更多的关爱和陪伴,例如教练员牺牲自己私人时间和精力来照顾运动员,或是主动掌握运动员的爱好、兴趣和家庭背景资料等利他行为就成为这些青少年运动员最为熟悉也最为看重的一个方面。

5.2 感恩的中介效应

本次调查中,运动员的感恩在影响运动训练投入的路径系数为0.27($P < 0.01$),说明运动员感恩能够极大地促进运动员的训练投入,同时在感恩作为教练员服务行为对运动员训练投入影响中介效应上,其作用占比超过30%,说明没有感恩的训练过程,运动员的训练投入会大打折扣。同时教练员服务行为对感恩的回归系数值为0.76,说明体校教练员服务行为对运动员感恩心理的形成具有极为显著的预测作用,这也与前人的研究结果基本一致^[17-18,25]。感恩是运动员个体在体校训练学习中所能体验到的

对感知、思维和意识的自我认知、积极融入团队和参与训练任务的情感,以及为回馈教练员和队友所做出的一系列主动行为的心理特质。一般来说,具备感恩高倾向的个体更能体会到生活所赐予的美好,并在回馈他人的行为过程中被激发出更多的责任意识和亲社会行为,以及与外界塑造良好的人际关系等。另外,服务型教练员通常会秉持“以人为本”的工作作风,强调体校每位运动员均能健康成长、全面发展,同时在自己专项上又有所突出,这既摆脱过去运动员标准化教育,又实现其个性化成长。在长期相处过程中,教练员所给予运动员的尊重、关爱、授权、利他等服务行为会有效促进运动员基本心理需求的满足,诱发其正向的道德情感,而正是在这种情感的驱动下,运动员会更加珍惜周围的温暖和善意,并通过感恩之心来获得心灵的慰藉。

“滴水之恩,当涌泉相报”,一个心怀感恩的运动员更能深刻体会到教练员乃至整个训练团队的辛劳付出,他会将现在所拥有的一切视为生活赐予的礼物,并试图采取一系列主动行为将这种恩惠回馈给教练员和身边更多的人。这种积极心理特质能够增强个体对待事物的理解和认知能力,在自主性动机的催化下激发运动员对自我项目的热爱和奉献精神,从而促进其产生高投入的训练回报行为。我国学者何安明等^[26]曾说过:“感恩作为一种正向的人生情感,可以帮助我们提高心理健康和幸福指数,抚慰消极负面情绪,打开一扇又一扇通往宁静祥和的大门。”不难发现,高感恩特质的运动员在面对困难或风险时更能以一种积极乐观的心态处理问题,充分发挥自我主观能动性。心怀感恩,砥砺前行,尽管在本文中感恩对运动员训练投入具有显著正向影响,但回归系数仅为0.27,说明运动员还未能完全发挥出感恩对训练投入的正向预测作用。产生这种现象的原因可能是当前体校过于重视运动员的竞技训练而忽略了对其道德素质教育的培养,致使部分运动员不能理解感恩的真正内涵抑或是不知如何表达对教练员的感激之情,也有可能是囿于体校运动员年龄偏小,对事物的理解和认知能力略有欠缺等客观因素。但整体来看,教练员服务行为可以提高其与运动员之间交换关系的质量,并在感恩心理的中介效应下增强运动员的训练投入。

6 研究结论与建议

6.1 研究结论

6.1.1 以一个系统性的视角提出了专业的青少年教



教练员转型成为具有职业性特征的服务型教练员的框架,提出了感恩作为中介是由教练员服务的个性化推动的,进而通过感恩促进运动员训练投入的作用机理,改变了以往研究仅把青少年教练员的技战术理论与实践作为核心探讨,提出了服务型教练员在竞技体育转型过程中必须要充分关注的身份转变。

6.1.2 在研究模型的实证中,发现服务型教练员对青少年运动员提供的服务行为积极影响了运动员的训练投入,说明服务型教练员的服务行为能够实现青少年运动训练投入;同时在教练员服务行为提供过程中,运动员内心发生情感变化时,感恩是影响运动员训练投入的积极因素,这种作用机理应得到青少年竞技体育管理机构的高度重视。

6.2 研究建议

6.2.1 塑造教练员服务型管理和执教风格,增强运动员训练投入积极性

建议上海市业余体校定期开展教练员职业综合素质的相关培训,从运动训练专业知识、道德伦理、心理调控等基本素质到管理技巧、个性化执教风格等特质素质,全方位提高教练员执教能力,摆脱过去“师父带徒弟”的行政命令式教学方法,转而以“沟通和服务”为宗旨的现代化人文主义教育思想促进体校教练员队伍的转型升级。

6.2.2 建立完善的运动员资料档案,激发教练员利他主义行为倾向

强化教练员对运动员的个人档案建立与管理,完善的运动员资料档案是双方有效沟通的前提,教练员要深入一线队伍,基于每位运动员家庭、学习、训练等方面的成长经历,建立相对完善的资料档案。教练员利他主义行为的有效实施可以让运动员深刻感受到体校的爱与温暖,在其内心需求基本得到满足的情况下以自己饱满的热情和活力投身于运动训练中,从而为取得优异的竞技体育成绩打下坚实基础。

6.2.3 加强运动员感恩素质教育,提升感恩认知和行为

运动员感恩教育是教练员或其他相关教育者运用一定的方式方法引导运动员对知恩、感恩、报恩等作出正确价值判断的教育实践过程,更是一名优秀运动员成长、成才必不可少的受教经历。我国长期以来“举国体制”的管理模式决定了相对封闭的体校训练环境成为运动员素质教育实施的主场所。建议教练员要积极将感恩教育有机融入运动队日常训练管

理过程中,教会运动员个体时刻保持感恩之心,学会发现生活所赐予的美好,以正确的世界观、人生观、价值观对待周边的人和事,努力提升自己的感恩认知和行为,并积极将自我感恩之心内化为赛场上奋勇拼搏的不竭动力之源。

参考文献:

- [1] 周战伟.基于发展方式转变的上海市竞技体育后备人才培养研究[D].上海:上海体育学院,2016.
- [2] Iso-Ahola S E. Intrapersonal and interpersonal factors in athletic performance[J]. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 1995, 5(4):191-199.
- [3] 刘兵.论教练员战略管理的组织使命与环境识别[J]. *中国体育教练员*,2018,26(4):3-5.
- [4] 郭修金,胡守钧.我国“教练员-运动员关系”研究述评与展望[J]. *上海体育学院学报*,2011,35(5):77-80.
- [5] 郭宇刚,夏树花,张忠秋.国际教练员-运动员关系研究现状、热点和前沿的可视化分析[J]. *成都体育学院学报*,2015,41(4):31-37.
- [6] 解欣.我国“教练员-运动员关系”结构演化及其再造策略[J]. *武汉体育学院学报*, 2018,52(6):90-95+100.
- [7] Reinke S M. Towards a theory of servant leadership[J]. *The Psychology of Sport and Exercise*, 2003(4):30-33.
- [8] Burton L, Welty Peachey J. The call for servant leadership in intercollegiate athletics[J]. *Quest*, 2013, 65(3): 354-371.
- [9] Lonsdale C, Hodge K, Jackson S A. Athlete engagement: II .Development and initial validation of the Athlete Engagement Questionnaire[J]. *International Journal of Sport Psychology*, 2007, 38(4):471-492.
- [10] Hodge K, Lonsdale C, Jackson S A. Athlete engagement in elite sport: An exploratory investigation of antecedents and consequences[J]. *Sport Psychologist*, 2009, 23(2): 186-202.
- [11] 张忠秋.运动心理学在竞技体育领域的研究发展与应用[J]. *天津体育学院学报*,2012,27(3):185-191.
- [12] 刘小平.员工组织承诺的形成过程:内部机制和外部影响:基于社会交换理论的实证研究[J]. *管理世界*, 2011(11):92-104.
- [13] 范景华.人:追求生存自由的社会性动物;关于人的本质问题的思考[J]. *南开学报(哲学社会科学版)*,1995(4):19-25.
- [14] 邓志华,陈维政.服务型领导对员工工作行为的影响:以工作满意度为中介变量[J]. *科学学与科学技术管理*, 2012,33(11):172-180.
- [15] 朱玥,王永跃.服务型领导对员工工作结果的影响:亲

(下转第98页)



- [22] 韩喜平. 满足人民美好生活需要的制度保障[J]. 社会科学研究, 2020(2):1-7.
- [23] 新华网. 中国共产党第十九届中央委员会第五次全体会议公报[EB/OL]. (2020-10-29)[2020-12-19]. http://www.xinhuanet.com/2020-10/29/c_1126674147.htm.
- [24] 张大志. 全民健身推进“健康中国”建设的生命政治解读[J]. 体育科研, 2017, 38(6):1-5+37.
- [25] 中国政府网. 中共中央 国务院印发《“健康中国 2030”规划纲要》[EB/OL]. (2016-10-25)[2020-06-19]. http://www.gov.cn/zhengce/2016-10/25/content_5124174.htm.
- [26] 费孝通. 美好社会与美美与共: 费孝通对现时代的思考[M]. 北京: 生活·读书·新知三联书店, 2019:302.
- [27] 任剑涛. 中国复兴与世界格局变化[J]. 武汉大学学报(社会科学版), 2020, 22(3):233-244+228.
- [28] 韩庆祥. 论中国道路及其本源意义[J]. 中国特色社会主义研究, 2020(2):5-20.
- [29] 中国新闻网. 习近平: 保障和改善民生是长期工作 没有终点站[EB/OL]. (2013-05-16)[2020-06-20]. <http://www.chinanews.com/gn/2013/05-16/4823558.shtml>.
- [30] 国家体育总局群众体育司. 新中国群众体育工作发展研究[J]. 体育文化导刊, 2019, (11):1-10.
- [31] 郎维, 戴健, 曹可强, 等. 中国群众体育发展报告(2019)[R]. 北京: 社会科学文献出版社, 2019:12.
- [32] 陈丛刊, 陈宁. 论我国体育社会组织发展新的历史方位[J]. 体育科学, 2018, 38(9):78-87.
- [33] 杨小明, 陆小聪, 陆湘群, 等. 上海城乡群众体育的统筹发展[J]. 体育科研, 2010, 31(2):32-37.
- [34] 刘国永, 戴健, 曹可强, 等. 中国群众体育发展报告(2018)[R]. 北京: 社会科学文献出版社, 2018:4.
- [35] 丹尼尔·亚伦·西尔, 特里·尼科尔斯·克拉克. 场景: 空间品质如何塑造社会生活[M]. 祁述裕, 吴军, 等, 译. 北京: 社会科学文献出版社, 2020:56.
- [36] 陈丛刊, 陈宁. 新时代群众体育发展: 引导需求与改进供给[J]. 上海体育学院学报, 2019, 43(6):16-22.
- [37] 陈丛刊, 纪彦伶. 自治·法治·德治: 论基层体育社会组织的治理维度[J]. 山东体育学院学报, 2020, 36(3):1-5.

(责任编辑:晏慧)

(上接第 92 页)

- 社会动机的中介效应和互动公平的调节效应[J]. 心理科学, 2014, 37(4):968-972.
- [16] 高中华, 赵晨. 服务型领导如何唤醒下属的组织公民行为? 社会认同理论的分析[J]. 经济管理, 2014(6):147-157.
- [17] McCullough P A, Li S Y, Jurkowitz C T, et al. CKD and cardiovascular disease in screened high-risk volunteer and general populations: the Kidney Early Evaluation Program (KEEP) and National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES) 1999-2004[J]. American Journal of Kidney Diseases, 2008, 51(4 Suppl 2):S38-S45.
- [18] Fredrickson B L. The broaden-and-build theory of positive emotions[J]. Philosophical Transactions of the Royal Society of London Series B, Biological Sciences, 2004, 359(1449):1367-1378.
- [19] 王斌, 叶绿, 吴敏, 等. 感恩对运动员投入的影响: 教练员-运动员关系的中介作用[J]. 北京体育大学学报, 2014, 37(9):85-90.
- [20] Barbuto J E, Wheeler D W. Scale development and construct clarification of servant leadership[J]. Group & Organization Management An International Journal, 2006, 31(3):300-326.
- [21] 孙健敏, 王碧英. 公仆型领导: 概念的界定与量表的修订[J]. 商业经济与管理, 2010(5):24-30.
- [22] 温忠麟, 叶宝娟. 中介效应分析: 方法和模型发展[J]. 心理科学进展, 2014, 22(5):731-745.
- [23] 刘兵. 教练员与运动员有效人际关系的建立[J]. 中国体育教练员, 2014, 22(3):5-6.
- [24] 马红宇, 王二平. 凝聚力对教练员领导行为、运动员角色投入和运动员满意度的中介作用[J]. 体育科学, 2006, 26(3):64-69.
- [25] Davis L, Jowett S. Coach-athlete attachment and the quality of the coach-athlete relationship: Implications for athlete's well-being.[J]. Journal of Sports Sciences, 2014, 32(15):1454-1464.
- [26] 何安明, 刘华山. 感恩的内涵、价值及其教育艺术探析[J]. 黑龙江高教研究, 2012, 30(4):92-95.

(责任编辑:晏慧)