

**Verschillen in de satisfactie van basisbehoefte en intrinsieke motivatie tussen beach- en
zaalvolleybal**

Kerine Margaretha Sandker

Studentnummer: s3646793

Afdeling Psychologie, Rijksuniversiteit Groningen

PSB3A-BT15: Bachelor These

Groep 4 & 5

Begeleider: prof. dr. Nico W. Van Yperen

Tweede beoordelaar: prof. dr. Arie Dijkstra

In samenwerking met: Nadine Isa Schonewille.

14 februari 2022

Een scriptie is een proeve van bekwaamheid voor studenten. De goedkeuring van de scriptie is het bewijs dat de student over voldoende onderzoeks- en rapportagevaardigheden beschikt om af te studeren, maar biedt geen garantie voor de kwaliteit van het onderzoek en de resultaten van het onderzoek als zodanig, en de scriptie is daarom niet per se geschikt als academische bron om naar te verwijzen. Als u meer wilt weten over het in deze scriptie besproken onderzoek en de daarop gebaseerde publicaties waarnaar u zou kunnen verwijzen, neem dan contact op met de genoemde begeleider.

Differences in the satisfaction of basic needs and intrinsic motivation between beach- and indoor volleyball

Abstract

The aim of this study was to find out whether there are differences in the satisfaction of the basic needs of autonomy and belonging and their relationships with intrinsic motivation between beach and indoor volleyball players. This was investigated based on the Sports Motivation questionnaire by Van Yperen (2020). The questionnaire was completed online by 52 participants. In this study it is assumed that the satisfaction of the need for relatedness is higher for indoor volleyball players and the satisfaction of the need for autonomy is higher for beach volleyball players. It is also expected that the relationship between the satisfaction of the need for relatedness and intrinsic motivation is stronger for indoor volleyball players, and that the relationship between the satisfaction of the need for autonomy and intrinsic motivation is stronger for beach volleyball players. After data analyzing, it appeared that there were only significant differences between beach and indoor volleyball players for the satisfaction of the need for relatedness. These findings suggest that this may be related to the differences in team size. As expected, the satisfaction of the need for relatedness was greater among indoor volleyball players. Indoor volleyball involves larger teams and therefore more social relationships. It is expected that an individual consciously chooses this type of volleyball when he/she attaches great importance to relatedness. No significant differences were found in the relationships between satisfaction of the basic needs and intrinsic motivation for beach and indoor volleyball players. Perhaps different results would emerge when the influence of a coach on these relationships is included in follow-up research.

Keywords: satisfaction, basic needs, volleyball, intrinsic motivation

Samenvatting

Het doel van dit onderzoek was erachter zien te komen of er verschillen zijn in de satisfactie van de basisbehoeften autonomie en verbondenheid en hun relaties met intrinsieke motivatie tussen beach- en zaalvolleyballers. Dit is onderzocht aan de hand van een Sportmotivatie-vragenlijst van Van Yperen (2020). De vragenlijst is door de 52 participanten online ingevuld. In dit onderzoek wordt verondersteld dat de satisfactie van de behoefte aan verbondenheid hoger is voor zaalvolleyballers en de satisfactie van de behoefte aan autonomie hoger voor beachvolleyballers. Daarbij wordt ook verwacht dat de relatie tussen de satisfactie van de behoefte aan verbondenheid en intrinsieke motivatie sterker is voor zaalvolleyballers, en dat de relatie tussen de satisfactie van de behoefte aan autonomie en intrinsieke motivatie sterker is voor beachvolleyballers. Na het analyseren van de data bleek dat er alleen significante verschillen waren tussen beach- en zaalvolleyballers voor de satisfactie van de behoefte aan verbondenheid. Deze bevindingen suggereren dat dit te maken kan hebben met de verschillen in teamgrootte. De satisfactie van de behoefte aan verbondenheid was zoals verwacht groter bij zaalvolleyballers. Hier is sprake van grotere teams en dus meer sociale relaties. Naar verwachting kiest een individu bewust voor dit type volleybal, wanneer hij/zij veel waarde hecht aan verbondenheid. In de relaties tussen satisfactie van de basisbehoeften en intrinsieke motivatie voor beach- en zaalvolleyballers traden geen significante verschillen op. Wellicht zouden er andere resultaten naar voren komen wanneer de invloed van een coach op deze relaties wordt meegenomen in vervolgonderzoek.

Trefwoorden: satisfactie, basisbehoeften, volleybal, intrinsieke motivatie

Verschillen in de satisfactie van basisbehoefte en intrinsieke motivatie tussen beach- en zaalvolleybal

In de zomer lekker op het strand volleyballen of toch liever het gehele jaar binnen in de zaal? Wat motiveert een individu om te kiezen voor een bepaalde sport, of hoe komt het dat iemand beslist om helemaal niet te sporten? Volgens Pelletier et al. (2013) weten mensen dat sporten verschillende positieve uitkomsten met zich meebrengt wanneer dit regelmatig gedaan wordt. Zo kan het zorgen voor een verhoogde mate van zelfvertrouwen, kun je je er fitter door voelen en neemt de kans om ziek te worden af. De hoofdreden waarom mensen graag sporten heeft te maken met de intrinsieke motivatie (Woods, 2007). Intrinsieke motivatie bij beach- en zaalvolleyballers kan verklaard worden aan de hand van satisfactie van de drie basisbehoefte van de Zelf-Determinatie Theorie, ontwikkeld door Deci en Ryan (1985). De Zelf-Determinatie Theorie is een van de meest omvattende hedendaagse motivatietheorieën. De Zelf-Determinatie theorie gaat ervan uit dat de mens optimaal kan functioneren en zich kan ontwikkelen aan de hand van drie basisbehoefte. Dit zijn de behoefte aan autonomie, competentie en verbondenheid (Warburton et al., 2020). Wanneer deze basisbehoefte vervuld kunnen worden spreekt men van behoeftesatisfactie, wat intrinsieke motivatie verklaard en waardoor mensen blijven sporten, en in dit geval blijven volleyballen. Binnen de Zelf-Determinatie Theorie wordt onderscheid gemaakt tussen intrinsieke en extrinsieke motivatie. Binnen de theorie en ook dit onderzoek wordt veel nadruk gelegd op de intrinsieke motivatie, wat inhoudt dat iemand wil leren vanuit het maken van keuzes op basis van eigen overtuigingen of ervaringen (Van Hilvoorde, 2020). Om intrinsieke motivatie te verklaren wordt in dit onderzoek gekeken naar de verschillen in behoeftesatisfactie voor de beach- en zaalvolleyballers. Meer concreet, wordt er vervolgens gekeken naar de relatie tussen autonomie- en verbondenheid satisfactie op intrinsieke motivatie voor beach- en zaalvolleyballers. Allereerst wordt de satisfactie van de

basisbehoeften en de relatie met intrinsieke motivatie besproken, daarna de verschillen tussen de twee typen volleybal.

Behoeftesatisfactie en intrinsieke motivatie

De Zelf-Determinatie Theorie is een motivatietheorie die stelt dat het gedrag van een persoon zelfbepalend ofwel zelf-gedetermineerd kan zijn (Deci & Ryan, 1985). ‘*Basic need satisfaction*’ is afgeleid van de Zelf-Determinatie Theorie, ookwel ‘*Basic Psychological Need Theory*’ (BPNT) genoemd (Warburton et al., 2020). In deze studie wordt de ‘*Basic Psychological Need Theory*’ toegepast binnen de sporten beachvolleybal en zaalvolleybal. Door middel van deze studie wordt onderzocht of er verschillen zitten in behoeftesatisfactie tussen beach- en zaalvolleyballers. Satisfactie van de basisbehoeften autonomie, competentie en verbondenheid bepaalt de intrinsieke motivatie in een bepaalde context, in dit geval dus sport (Van den Berghe et al., 2014). Waarom basisbehoeften zo belangrijk zijn wordt uitgelegd in de studie van Vansteenkiste et al. (2010). Een belangrijk kenmerk van de basisbehoeften is dat ze aangeboren zijn. Satisfactie van de drie basisbehoeften is van groot belang tijdens iemands hele leven. De basisbehoeften zijn universeel noodzakelijk om goed te kunnen functioneren en verklaren waarom iemand wel/niet intrinsiek gemotiveerd is om te sporten (Vansteenkiste et al., 2010). In dit onderzoek wordt verondersteld dat er verschillen zijn in de satisfactie van de basisbehoeften tussen beach- en zaalvolleyballers. Onderzoek heeft aangetoond dat behoeftesatisfactie in de sport geassocieerd is met een verhoogde mate van intrinsieke motivatie, vitaliteit, sportsatisfactie, en afwezigheid van lichamelijke klachten bij zowel jongvolwassenen en volwassenen (Pelletier et al., 2013). Om te beginnen houdt verbondenheid satisfactie in dat iemand zich tevreden voelt over de relaties die hij/zij heeft met anderen en het gevoel heeft erbij te horen. (Chen et al., 2015). Binnen beach- en zaalvolleybal kan gekeken worden naar de sociale relaties tussen spelers. Autonomie satisfactie daarentegen houdt in dat iemand het gevoel heeft dat hij/zij zelfstandig en

onafhankelijk beslissingen kan maken in zijn/haar leven en achter deze beslissingen of het gedrag staat. In dit geval dus onafhankelijk beslissingen kan maken binnen de sporten beach- en zaalvolleybal. Volgens Chen et al. (2015) is er een verband waargenomen tussen behoeftesatisfactie en het menselijk welzijn op twee niveaus. Deze twee niveaus geven nogmaals het belang van behoeftesatisfactie aan. Namelijk op het eerste niveau, het niveau van individuele verschillen, wordt door personen aangegeven dat zij zich beter voelen over zichzelf, dit wil zeggen zelfvertrouwen en/of een blij gevoel, en hun leven in het algemeen wanneer er sprake is van een hogere behoeftesatisfactie. Uit het tweede niveau, het interpersoonlijk niveau, blijkt dat wanneer er sprake is van fluctuaties in de behoeftesatisfactie, dit samengaat met fluctuaties in het welzijn.

Intrinsieke motivatie verwijst naar het feit dat iemand iets doet, omdat hij/zij het intrinsiek interessant en leuk vindt om te doen, de motivatie komt vanuit die persoon zelf (Deci & Ryan, 2000). Zoals al eerder besproken is intrinsieke motivatie noodzakelijk om te kunnen blijven sporten. Intrinsieke motivatie is een onderdeel van de Zelf-Determinatie Theorie welke hoog zelf determinerend is, gezien de motivatie voortkomt uit de satisfactie dat bepaalt gedrag met zich meebrengt (Deci & Ryan, 2002). Volgens de studie van Jöesaar et al. (2011) die onderzoek deden naar de invloed van leeftijdsgenoten op de behoeftesatisfactie en intrinsieke motivatie in de sport van jonge atleten, zou intrinsieke motivatie zelfs de leidende voorspeller zijn bij sportprestaties en het volhouden van sporten. Dit komt overeen met onze verwachtingen van intrinsieke motivatie als afhankelijke variabele op de behoeftesatisfactie van autonomie en verbondenheid voor beach- en zaalvolleyballers.

Type volleybal

Het is van belang om een duidelijk onderscheid te maken tussen beach- en zaalvolleybal om de verschillen in satisfactie goed te kunnen gaan begrijpen. Beachvolleybal is een variant van zaalvolleybal, echter wordt deze op zand gespeeld. Beachvolleybal is

opgekomen in het Amerikaanse Californië waar het veel op het strand gespeeld werd en is in de jaren 80 overgewaaid naar Nederland (Butter et al., 2015). In beachvolleybal wordt het spel met twee spelers per team gespeeld, een zaalvolleybal team bestaat uit maximaal twaalf spelers waarvan er maximaal zes spelers in het veld staan. Bij beide sporten is de regel dat de bal niet twee keer achter elkaar geraakt mag worden door dezelfde speler.

Verschillen in de behoefte aan verbondenheid

Gezien een zaalvolleybal team groter is, is er dus sprake van meerdere sociale relaties binnen het team en meer complexe interdependentie ten opzichte van een beachvolleybal team. Waardoor zaalvolleyballers (met 6 personen) een hogere satisfactie van verbondenheid zouden kunnen ervaren ten opzichte van beachvolleyballers met (2 personen). Verbondenheid satisfactie kan ertoe zorgen dat atleten een gevoel krijgen van veiligheid, welzijn en geluk. Doordat de atleten goed in hun vel zitten kan dit ertoe leiden dat er meer wordt geïnvesteerd in de sport met betrekking tot het leren van nieuwe vaardigheden en technieken vanuit intrinsieke motivatie (Banack et al., 2011). Volgens Jõesaar et al. (2011) zou een sporter in een motiverende omgeving, dat wil zeggen actieve participatie van spelers en de coach, het gevoel hebben in staat te zijn bij te kunnen dragen aan de groepsbeslissingen binnen het team waardoor verbondenheid satisfactie wordt ondersteund. Wat betreft de verschillen tussen beach- en zaalvolleyballers wordt verwacht dat zaalvolleyballers hoger zullen scoren op de satisfactie van de behoefte aan verbondenheid in vergelijking met de beachvolleyballers (*Hypothese 1*).

Wanneer er bij een individu verbondenheid satisfactie optreedt zal dit zorgen voor een hogere intrinsieke motivatie (Ryan & Deci, 2000, 2002). In dit onderzoek wordt verondersteld dat dit in sterkere mate het geval zal zijn voor zaalvolleyballers dan voor beachvolleyballers. Er wordt namelijk verwacht dat zaalvolleyballers bewust kiezen voor deze sport in verband met de grootte van het team en de verbondenheid die ze willen ervaren met medespelers. Er

wordt verwacht dat zaalvolleyballers meer waarde hechten aan verbondenheid ten opzichte van de beachvolleyballers. Het is daarom dat wordt verwacht dat de relatie tussen verbondenheid satisfactie en intrinsieke motivatie sterker is voor de zaalvolleyballers in vergelijking met de beachvolleyballers (*Hypothese 2*). De variabele die hier als moderator dient is het type volleybal (zie figuur 1).

Verschillen in de behoefte aan autonomie

Chang et al. (2016) deden onderzoek naar autonomie en intrinsieke motivatie binnen de sportlessen en toonden aan dat wanneer er sprake is van autonomie dit positieve effecten heeft op de intrinsieke motivatie binnen de sportlessen. Bij autonomie satisfactie is er sprake van vrijheid over het maken van je eigen keuzes en is er een afwezigheid van het gevoel van druk van buitenaf, in dit geval ook verwachtingen van medespelers (Chang et al., 2016) In tegenstelling tot zaalvolleybal wordt er bij beachvolleybal minder streng naar de techniek gekeken en ook hebben de spelers geen vaste positie in het veld. Kijkend naar autonomie satisfactie geeft dit aan dat de spelers vrijer en onafhankelijk keuzes kunnen maken over het spelen van de bal. Zaalvolleyballers staan met zes spelers in het veld en moeten dus rekening houden met meerdere spelers. In beachvolleybal hebben de spelers meer ruimte in het veld gezien zij met twee personen spelen, hierdoor kunnen zij meer uitwijken en vrijer bewegen door het veld. Dit heeft als gevolg dat zij ook een grotere verantwoordelijkheid hebben voor het spelen van de bal en daardoor naar verwachting meer autonomie zullen ervaren. Tevens zijn zaalvolleyballers van veel meer medespelers afhankelijk en kunnen zij minder keuzes maken over hoe de bal te spelen in vergelijking met beachvolleyballers. Tot slot heeft een coach meer invloed binnen een zaalvolleybal team gezien hij/zij alle spelers moet laten samenwerken en ook spelers moet wisselen. Bij beachvolleyballers is dit minder het geval. Door deze verschillen wordt dan ook verondersteld dat beachvolleyballers gemiddeld hoger

scoren op de satisfactie van de behoefte aan autonomie in vergelijking met de zaalvolleyballers (*Hypothese 3*).

Gezien er een duidelijk verschil bestaat in teamgrootte tussen beach- en zaalvolleyballers, wordt er in dit onderzoek verondersteld dat spelers zelf een bewuste keuze maken en duidelijke voorkeur hebben voor een van de twee typen volleybal. De verwachte hogere mate van autonomie bij beachvolleybal kan iemand doen beslissen om aan beachvolleybal te beginnen. Wanneer voldaan wordt aan de satisfactie van de basisbehoefte kan intrinsieke motivatie zich ontwikkelen. Doordat er bij beachvolleybal naar verwachting dus sneller satisfactie van autonomie optreedt, zou het kunnen zijn dat de beachvolleyballers daardoor ook sneller gevoelens van intrinsieke motivatie ontwikkelen bij het spelen van het spel in vergelijking met de zaalvolleyballers. Het is daarom dat bij deze relatie wordt verwacht dat de relatie tussen autonomie satisfactie en intrinsieke motivatie sterker is voor beachvolleyballers in vergelijking met de zaalvolleyballers (*Hypothese 4*). De variabele die hier als moderator dient is het type volleybal (zie figuur 1).

Methode

Poweranalyse

Voor het verzamelen van de data, is er een statistische power analyse uitgevoerd met het programma G*Power 3.1 om de benodigde steekproefgrootte te bepalen. In dit onderzoek is er gebruik gemaakt van MANOVA en multiële lineaire regressie, waardoor wij voor beide een G*Power-analyse hebben uitgevoerd. Bij beide analyses hebben we gebruik gemaakt van de gemiddelde effectgrootte 0.25 (Cohen, 1988), α foutkans = .05, Power (1- β foutkans) = .80. Dit resulteerde in een vereiste steekproefgrootte van < 43.

Participanten

Er namen 86 participanten deel aan het onderzoek. Hiervan hebben 31 participanten de vragenlijst niet volledig ingevuld of ze hebben de vragenlijst ingevuld met een hoofdsport die

niet relevant is voor ons onderzoek. Daarnaast waren er 3 participanten die de vragen niet zorgvuldig of eerlijk hebben ingevuld of niet alles volledig begrepen hebben, ook deze participanten zijn verwijderd uit de dataset. Hierdoor bleef er een uiteindelijke steekproef over van 52 participanten, waarvan 15 beachvolleyballers (86,5% vrouw) en 37 zaalvolleyballers (80% vrouw). Al deze participanten zijn geboren in Nederland. De leeftijd waarop de participanten begonnen met beachvolleybal of zaalvolleybal varieerde van 5 tot 40 jaar ($M = 14.35$; $SD = 7.64$).

Procedure

De participanten hebben een online vragenlijst ingevuld van Van Yperen (2020). De vragenlijst kon zowel op een smartphone of tablet als op een laptop of desktop ingevuld worden. De Ethische Commissie van Psychologie (ECP) van de Rijksuniversiteit Groningen heeft ethische goedkeuring verleend voordat de data werd verzameld. De participanten zijn benaderd via Whatsapp en/of aangesproken buiten sociale media om. Er is hiermee dus gebruik gemaakt van een gemak steekproef in dit onderzoek. De vragenlijst werd afgenomen via het softwareprogramma *Qualtrics* en begon met een informed consent waarin het doel van het onderzoek beschreven werd. Daarnaast werd hierin aangegeven dat deelname vrijwillig is, er geen risico's aan verbonden zijn en de gegevens vertrouwelijk en anoniem verwerkt worden. Ook werd er aangegeven dat het onderzoek ongeveer 20 tot 25 minuten zal duren. Tot slot werd toestemming gevraagd voor deelname aan het onderzoek (zie bijlage A). Vervolgens startte de vragenlijst. De participanten hadden een week de tijd om de vragenlijst in te vullen, zij konden de vragenlijst dus in delen invullen en op latere momenten hervatten. Na de vragenlijst ingevuld te hebben kregen de participanten feedback op diverse constructen, waaronder het construct drive, waar in dit onderzoek gebruik van werd gemaakt ("Wat zijn jouw basale drijfveren in jouw sport?"). De data van dit onderzoek is verzameld tussen 14 oktober 2021 en 15 november 2021.

Meetinstrumenten

In dit onderzoek is er gebruik gemaakt van de Nederlandse vragenlijst van Van Yperen (2020), waarbij in dit onderzoek alleen gebruik is gemaakt van de volgende subschalen:

Intrinsieke motivatie werd gemeten door middel van item twee, tien en veertien van de *Revised Sport Motivation Scale* (Pelletier et al., 2013). Bij deze items zijn er 7 antwoordmogelijkheden mogelijk op basis van een Likertschaal: deze loopt van (1) *helemaal niet* tot (7) *in extreem sterke mate*. Deze variabele heeft een acceptabele Cronbach's alfa ($\alpha = .79$). Dit geeft aan dat er sprake is van voldoende interne consistentie tussen de items van de schalen die gemeten zijn.

Verbondenheid satisfactie werd gemeten door middel van de vier items van de *verbondenheid satisfactie* schaal. Deze variabele werd ook gemeten door middel van de Likertschaal. Cronbach's alfa van de *verbondenheid satisfactie* schaal is uitstekend ($\alpha = .91$). Daarom is er gebruik gemaakt van de volledige schaal van *verbondenheid satisfactie*. Alle gebruikte items staan uitgeschreven in bijlage B.

Autonomie satisfactie werd oorspronkelijk gemeten door middel van de vier items van de *autonomie satisfactie* schaal. De variabele autonomie satisfactie werd gemeten op dezelfde manier als intrinsieke motivatie, dus door middel van de Likertschaal. De Cronbach's alfa van de *autonomie satisfactie* schaal was in eerste instantie slecht ($\alpha = .54$). Om deze reden is item één van de *autonomie satisfactie* schaal verwijderd, waardoor er vervolgens een acceptabele Cronbach's alfa ontstond ($\alpha = .80$). Hierdoor zijn de analyses vervolgens uitgevoerd met de items twee tot en met vier van de *autonomie satisfactie* schaal.

Resultaten

Assumpties

In dit onderzoek is er gebruik gemaakt van de volgende statistische analyses: independent samples t-test en multiple lineaire regressie analyse. Volgens Brace et al. (2016) zijn de assumpties hieronder geschikt voor de analyses:

Multipelle lineaire regressie

(1) Er is voldaan aan de assumptie van lineariteit tussen de onafhankelijke variabelen *autonomie satisfactie* en *verbondenheid satisfactie* en de afhankelijke variabele *intrinsieke motivatie*. (2) Aan de assumptie van de afwezigheid van multicollineariteit tussen de onafhankelijke variabelen *autonomie satisfactie* en *verbondenheid satisfactie* is voldaan ($VIF = 1.12$). Een VIF van 1 betekent dat er geen correlatie tussen de onafhankelijke variabelen is. (3) Ook is er voldaan aan de assumptie van homoscedasticiteit, de punten in het scatterplot van de residuen hebben geen patroon. (4) Er is ook voldaan aan de assumptie van onafhankelijkheid van observaties, er zijn geen proefpersonen die zowel in de beachvolleybal als in de zaalvolleybal groep zitten. (5) Tot slot is er ook aan de assumptie van normaliteit voldaan volgens de QQ-plot. Daarom is er bij de hypothesetoetsing gebruik gemaakt van multipelle lineaire regressie.

Multivariate analyse van variantie (MANOVA)

(1) De afhankelijke variabelen, *autonomie satisfactie* en *verbondenheid satisfactie* zijn beide gemeten op een continue schaal. Hiermee wordt er voldaan aan de eerste assumptie van continuïteit. (2) De tweede assumptie stelt dat de onafhankelijke variabele moet bestaan uit twee categorische onafhankelijke groepen, wat het geval is: *zaalvolleyballers* versus *beachvolleyballers*. (3) Volgens de derde assumptie moet er een onafhankelijkheid zijn wat betreft de observaties. Net als bij de assumptie van multipelle lineaire regressie, is hier aan voldaan. (4) Verder moeten er volgens de vierde assumptie geen significante *outliers* zijn, deze waren niet aanwezig in de dataset dus ook aan deze assumptie is voldaan. (5) Volgens de QQ-plot is er ook aan de assumptie van normaliteit voldaan. (6) Tot slot stelt assumptie zes

dat er moet worden voldaan aan de homogeniteit van de varianties. Dit kan worden getoetst aan de hand van de *Levene's test*, waarbij *autonomie satisfactie* ($F = 0.02; p = 0.88$) en *verbondenheid satisfactie* ($F = 1.32; p = 0.26$). Hierbij is er dus aan alle assumpties van de multivariate analyse van variantie voldaan.

Beschrijvende statistieken

In Tabel 1 is te zien dat er, tegen de verwachtingen in, geen relaties zijn tussen de onafhankelijke variabelen (*autonomie satisfactie* en *verbondenheid satisfactie*) en de afhankelijke variabele (*intrinsieke motivatie*).

Hypothesetoetsing

Hypothese 1 stelt dat zaalvolleyballers hoger scoren op *verbondenheid satisfactie* ten opzichte van beachvolleyballers, en *Hypothese 3* stelt dat beachvolleyballers gemiddeld hoger scoren op *autonomie satisfactie* ten opzichte van zaalvolleyballers.

Voor het toetsen van deze twee hypothesen is een MANOVA uitgevoerd, waaruit bleek dat er op multivariaat niveau een verschil was tussen beachvolleyballers en zaalvolleyballers ($F(2,49) = 4.74; p = .01$). Op univariaat niveau bleek dat de verschillen tussen beachvolleyballers en zaalvolleyballers op *verbondenheid satisfactie* significant zijn ($F(1,50) = 5.01; p = .03$). De zaalvolleyballers ($M = 5.27; SD = 1.27$) scoorden hoger op *verbondenheid satisfactie* dan de beachvolleyballers ($M = 4.45; SD = .98$). *Hypothese 1* wordt hiermee empirisch ondersteund.

Het verschil tussen beachvolleyballers en zaalvolleyballers op *autonomie satisfactie* was niet significant ($F(1,50) = 1.18; p = .28$). *Hypothese 3* wordt hiermee verworpen.

De tweede hypothese stelt dat de relatie tussen *verbondenheid satisfactie* en *intrinsieke motivatie* sterker is voor de beachvolleyballers dan voor de zaalvolleyballers. Om deze hypothese te toetsen is gebruik gemaakt van een hiërarchische regressieanalyse met *verbondenheid satisfactie* en dummyvariabele *zaal/beachvolleybal* (Stap 1), en hun interactie

(Stap 2) als predictoren, en met *intrinsieke motivatie* als afhankelijke variabele. In Tabel 2 is te zien dat zowel de hoofdeffecten als het interactie-effect niet significant zijn. *Hypothese 2* wordt hiermee verworpen.

De vierde hypothese stelt dat de relatie tussen *autonomie satisfactie* en *intrinsieke motivatie* sterker is voor de zaalvolleyballers dan de beachvolleyballers. Hier is dezelfde regressie nogmaals uitgevoerd maar dan met de variabele *autonomie satisfactie* in plaats van *verbondenheid satisfactie*. Ook uit deze analyse blijkt dat zowel de hoofdeffecten als het interactie-effect niet significant zijn (zie Tabel 3). *Hypothese 4* wordt hiermee verworpen.

Discussie

Binnen de sport is het belangrijk om intrinsieke motivatie te behouden om het sporten te kunnen blijven aanmoedigen. In dit onderzoek ligt de focus op intrinsieke motivatie. Dit is de meest autonome vorm van motivatie van de Zelf-Determinatie theorie. Echter is er daarnaast sprake van nog een andere autonome vorm van motivatie, namelijk geïnternaliseerde motivatie. Onder geïnternaliseerde motivatie vallen geïdentificeerde regulatie en geïntegreerde regulatie. Deze twee zijn autonome vormen van extrinsieke motivatie. Geïdentificeerde regulatie is nut gedreven en houdt in dat een individu het sporten waardevol vindt en daar bewust over nadenkt. Geïntegreerde regulatie is waarde gedreven en houdt in dat een individu aan sport doet omdat het past bij zijn/haar eigen waarden (Ingeledew & Markland, 2007).

Verschillende onderzoeken hebben volgens Jõesaar et al. (2011) laten zien dat een motiverende omgeving van positieve invloed is op de intrinsieke motivatie, dit betekent actieve participatie van medespelers en de coach. Er is echter nog weinig onderzoek gedaan naar de verschillen in behoeftesatisfactie tussen beach- (klein team) en zaalvolleyballers (groot team). Meer concreet is er onderzocht of de relatie tussen de satisfactie van specifieke behoeftes en intrinsieke motivatie sterker is voor beach- of zaalvolleyballers.

In lijn met de verwachtingen werd er gevonden dat zaalvolleyballers ($M = 5.27$; $SD = 1.27$) significant hoger scoren op de satisfactie van de behoefte aan verbondenheid in vergelijking met de beachvolleyballers ($M = 4.45$; $SD = .98$). De best passende verklaring hiervoor zijn de verschillen in teamgrootte, gezien een zaalvolleybal team groter is, is er dus sprake van meerdere sociale relaties binnen het team en meer complexe interdependentie ten opzichte van een beachvolleybal team. Ondanks dat er in dit onderzoek niet is gekeken naar de invloed van de coach op de spelers, zou ook de autonomie ondersteunende coaching die een team kan krijgen van de coach van invloed kunnen zijn op de mate van verbondenheid (Standage et al., 2006). Gezien de zaalvolleyballers gemiddeld vaker trainen per week ($M = 2.16$; $SD = .99$) dan de beachvolleyballers ($M = 1.40$; $SD = .63$) ($F(50) = 1.63$; $p = < .01$) zouden de zaalvolleyballers zich daardoor meer verbonden kunnen voelen met elkaar doordat de spelers elkaar vaker zien. Tevens is er ook sprake van meerdere momenten waarop autonomie ondersteunende coaching zou kunnen plaatsvinden. Het is mogelijk dat een coach deze manier van coaching toepast binnen een groter team wanneer er wordt geprobeerd om de samenhang tussen alle leden van het team te optimaliseren. Echter is er zeer weinig literatuur te vinden over verschillen in de behoeftesatisfactie van verbondenheid tussen teams waardoor vervolgonderzoek wellicht andere verklaringen met zich meebrengt.

Zoals in het onderzoek van Ryan & Deci (2000, 2002) naar voren kwam, is satisfactie van de behoefte aan verbondenheid essentieel om intrinsieke motivatie mogelijk te kunnen maken. Vandaar dat er verwacht werd dat de relatie tussen verbondenheid satisfactie en intrinsieke motivatie sterker zou zijn voor de zaalvolleyballers gezien zij een grotere satisfactie van de behoefte aan verbondenheid ervaren. Wanneer wordt gekeken naar de relatie tussen de satisfactie van de behoefte aan verbondenheid en intrinsieke motivatie zijn er onverwacht geen verschillen gevonden tussen beach- en zaalvolleyballers ondanks de verschillen in satisfactie van de behoefte aan verbondenheid. In dit onderzoek is enkel

gekeken naar de relaties tussen de satisfactie van de basisbehoeften en intrinsieke motivatie. Gezien geïdentificeerde en geïntegreerde regulatie ook onderdeel zijn van autonome motivatie van de Zelf-Determinatie Theorie, evenals intrinsieke motivatie, zou vervolgonderzoek moeten uitwijzen of er wellicht wel verschillen zijn in de sterkte van de relatie tussen satisfactie van de behoefte aan verbondenheid en geïdentificeerde of geïntegreerde regulatie voor de beach- en zaalvolleyballers. Wij verwachten dan ook hier dat zaalvolleyballers een grotere mate van verbondenheid ervaren. Hierdoor zou een logisch gevolg zijn dat de relatie tussen verbondenheid satisfactie en geïntegreerde regulatie sterker is voor de zaalvolleyballers. Wij verwachten namelijk in dit geval dat de zaalvolleyballers zich meer geïntegreerd voelen in het team vanwege de grotere satisfactie van de behoefte aan verbondenheid.

Onverwacht, zijn er geen significante verschillen gevonden tussen de beach- en zaalvolleyballers met betrekking tot de satisfactie van de behoefte aan autonomie. De meest voor de hand liggende verklaring hiervoor, is dat het verschil in teamgrootte niet genoeg is om verschillen tussen de beide sporten aan te kunnen tonen. Een andere verklaring zou kunnen zijn dat de coach veel invloed heeft op de satisfactie van de behoefte aan autonomie. Uit onderzoek van Rocchi et al. (2013) blijkt namelijk dat een autonomie ondersteunende coaching stijl van positieve invloed is op de behoefte aan autonomie. Het zou zorgen voor een grotere satisfactie van de behoefte aan autonomie, tevens zouden de spelers er zelfs beter door gaan presteren en zou de mentale gezondheid positief worden beïnvloed (Rocchi et al., 2013). Echter is in dit onderzoek niet gekeken naar de invloed die een coach kan hebben op de volleyballers. Vervolgonderzoek zou moeten uitwijzen of de coach invloed heeft op de satisfactie van de behoefte aan autonomie bij beach- en zaalvolleyballers.

Gezien er geen verschillen gevonden zijn tussen beach- en zaalvolleyballers met betrekking tot de satisfactie van de behoefte aan autonomie, is het niet geheel onverwachts dat

er ook geen verschillen in de satisfactie van de behoefte aan autonomie in relatie met de intrinsieke motivatie zijn gevonden. Wanneer, zoals hierboven besproken, er grote verschillen optreden in de satisfactie van de behoefte aan autonomie wanneer de invloed van een coach wordt meegenomen, is het logischerwijs ook mogelijk dat er dan verschillen zouden optreden in relatie tot intrinsieke motivatie. Tevens, wanneer wordt gekeken naar geïdentificeerde of geïntegreerde regulatie als onderdeel van autonome motivatie van de Zelf-Determinatie Theorie, zou vervolgonderzoek uit moeten wijzen of er ook hier wellicht verschillen zijn in de sterkte van de relatie tussen satisfactie van de behoefte aan autonomie en geïdentificeerde of geïntegreerde regulatie voor de beach- en zaalvolleyballers. Echter verwachten wij geen verschillen in de relatie tussen de satisfactie van de behoefte aan autonomie en geïntegreerde regulatie voor de beach- en zaalvolleyballers. Dit omdat geïntegreerde regulatie inhoudt dat iemand aan volleybal doet, omdat het past bij zijn/haar eigen waarden, en wij geen specifieke verschillen verwachten tussen beide volleybal typen met betrekking tot deze waarden voor de spelers.

Limitaties en nader onderzoek

Er zijn verschillende limitaties gevonden tijdens het uitvoeren van dit onderzoek. Allereerst begon dit met het aantal participanten die voor dit onderzoek de vragenlijst van Van Yperen (2020) hebben ingevuld. Dit aantal was erg beperkt, namelijk 52 participanten. Nadat een poweranalyse was uitgevoerd bleek dit aantal echter nog voldoende. Gezien dit onderzoek een beperkt aantal participanten had zouden er meer betrouwbare resultaten verkregen kunnen worden wanneer de steekproef groter was geweest, waardoor de gemiddelden wellicht ook zouden verschillen van de huidige resultaten.

Met betrekking tot de vragenlijst van Van Yperen (2020) zijn er twee limitaties vastgesteld. De vragenlijst had betrekking op de basisbehoeften autonomie, verbondenheid en competentie. Na de resultaten geanalyseerd te hebben kwam naar voren dat de interne

consistentie niet voldoende was voor de subschaal *autonomie satisfactie*. Bij de subschaal kwam naar voren dat de Cronbach's alfa van *autonomie satisfactie* ($\alpha = .54$) was. Om deze reden is item één verwijderd waardoor de interne consistentie verhoogd werd naar ($\alpha = .80$), dit bleek voldoende. Het was echter niet mogelijk om te achterhalen waar deze lage interne consistentie door is ontstaan, wel kan dit gevolgen hebben voor de betrouwbaarheid van dit onderzoek. Wellicht waren er andere resultaten naar voren gekomen wanneer deze items wel een voldoende interne consistentie hadden en dus wel meegenomen hadden kunnen worden in dit onderzoek. Teven is de basisbehoefte competentie niet meegenomen in dit onderzoek. Er werd namelijk verondersteld dat er geen verschillen zouden optreden tussen de twee sporten met betrekking tot deze behoefte. Binnen de sport wordt competentie namelijk gezien als het fysiek in staat zijn om te bewegen en bewust te zijn van wat je zelf als vaardigheden hebt. Binnen beach- en zaalvolleybal verwachtten we hier geen verschillen in gezien je binnen beide sporten fysiek in staat moet kunnen zijn om te bewegen. Enkel wanneer in vervolgonderzoek wordt gekeken naar fysieke beperkingen of blessures binnen de sport zou deze variabele een goede toevoeging kunnen zijn, omdat er dan wel verschillen in fysieke staat zouden kunnen zijn en daarbij verschillen in mentale gezondheid zouden kunnen optreden.

In nader onderzoek zou ook de invloed van de coach mee moeten worden genomen in het onderzoek. Er is later tot de ontdekking gekomen dat er namelijk veel literatuur te vinden is over autonomie ondersteuning door middel van coaches. De invloed van een coach zou dan als moderator dienen in de relatie tussen satisfactie van de basisbehoefte en intrinsieke motivatie. Zoals besproken in de discussie zouden er dan wellicht verschillen optreden in deze relaties, maar ook los in de satisfactie van de basisbehoefte tussen beach- en zaalvolleyballers. Het is daarom dat er dan meer vragen moeten worden opgenomen in de vragenlijst die betrekking hebben op de mate van de invloed die de coach heeft op een speler

en het team. Wellicht heeft de coach een grotere invloed op een team met meer spelers, omdat de coach hier meer gezag wil uitstralen dan bij een minder groot team, waardoor de mate van autonomie hier in dusdanige mate beïnvloed wordt door de coach. Met als gevolg dat dit ook weer van invloed is op de mate van intrinsieke motivatie. Volgens Sheehan et al. (2018) is de coach zelfs één van de meest belangrijke factoren voor het vormen van een motiverende omgeving. De motiverende omgeving beïnvloedt dan weer de intrinsieke motivatie door middel van de impact die dit heeft op de basisbehoeften (Sheehan et al., 2018). Ook kunnen er nog veel factoren van invloed zijn op de speler van buitenaf. Zo kan het namelijk zijn dat een speler van huis uit erg is aangemoedigd om aan een bepaalde sport te doen en hierin zelfs een gevoel van druk kan hebben ervaren. Hierdoor ervaart de speler geen satisfactie van de behoefte aan autonomie en wordt de intrinsieke motivatie niet langer bepaald door satisfactie van de basisbehoeften maar door invloeden van buitenaf. In vervolgonderzoek zou daarom meer nadruk kunnen worden gelegd op factoren die buiten het team liggen die een veel breder gebied beslaan.

Tot slot heeft ook COVID-19 invloed gehad op de resultaten van dit onderzoek. Door de verscheidene lockdowns zijn er meerdere momenten geweest dat sporten in teams niet toegestaan was. Dit kan van invloed zijn geweest op de satisfactie van de basisbehoeften. De spelers hebben door COVID-19 minder kunnen sporten en dit kan per speler invloed hebben gehad op de satisfactie van de basisbehoeften. Samenkomen als team was in de lockdowns in principe niet toegestaan was, wel buiten, maar dan in beperkte aantallen. Op dit moment mogen teamsporten in grotere aantallen, binnen en buiten weer doorgaan waardoor wellicht in deze periode het onderzoek andere resultaten met zich mee had gebracht.

Praktische implicaties

Ondanks de limitaties in dit onderzoek brengt het ook nieuwe bevindingen met zich mee. Zo laat dit onderzoek zien dat er verschillen in de mate van de satisfactie van de

behoefte aan verbondenheid zijn. Volgens onderzoek van Vazou et al. (2006) is verbondenheid in het team een van de grootste factoren voor de motivatie van een speler. Onze bevindingen tonen aan dat zaalvolleyballers een hogere mate van verbondenheid en satisfactie ervaren ten opzichte van de beachvolleyballers. In dit onderzoek is niet onderzocht of dit verdere mentale klachten met zich meebrengt. Wellicht is het relevant om te kijken naar de teamgroottes en welke invloeden dit kan hebben op de mate van verbondenheid in andere teamsporten en/of er ook mentale gezondheidsklachten ontstaan wanneer een speler minder verbondenheid ervaart. Verder laat het huidige onderzoek zien dat er geen verschillen zijn in de relaties van de satisfactie van de basisbehoeften en de intrinsieke motivatie voor beach- en zaalvolleybal. Wellicht heeft de rol van een coach wel invloed op de mate van intrinsieke motivatie die spelers ervaren. Wanneer de rol van een coach van positieve invloed is op de intrinsieke motivatie van spelers kan er in vervolgonderzoek wellicht gekeken worden naar een behoefte ondersteunende coaching stijl om wellicht de intrinsieke motivatie van de spelers te vergroten.

Conclusie

De bevindingen in dit onderzoek suggereren dat satisfactie van de behoefte aan verbondenheid een voorspeller is voor de mate van intrinsieke motivatie. Er zijn geen verschillen gevonden tussen de beach- en zaalvolleyballers met betrekking tot de relatie tussen verbondenheid satisfactie en intrinsieke motivatie. Verder zijn geen verschillen gevonden in de satisfactie van de behoefte aan autonomie tussen beach- en zaalvolleybal en ook geen verschillen in de relatie tussen autonomie satisfactie en intrinsieke motivatie. Ondanks dat deze bevindingen weinig significante verschillen met zich meebrachten geeft het toch het belang naar vervolgonderzoek weer. Zoals het onderzoek van Vazou et al. (2006) ook al aangaf is verbondenheid een belangrijke factor voor de intrinsieke motivatie. In vervolgonderzoek kan gekeken worden hoe de verbondenheid tussen spelers kan worden

geoptimaliseerd. Tot slot is de invloed van een coach van groot belang voor de mate van intrinsieke motivatie (Amado et al., 2015). Dit is dan ook waar in vervolgonderzoek dieper op in zou moeten worden gegaan.

Referenties

- Amado, D., Sanchez-Oliva, D., Gonzalez-Ponce, I., Pulido-Gonzalez, J. J., & Sanchez-Miguel, P. A. (2015). Incidence of parental support and pressure on their children's motivational processes towards sport practice regarding gender. *Plos One*, *10*(6). doi:10.1371/journal.pone.0128015
- Banack, H. R., Sabiston, C. M., & Bloom, G. A. (2011). Coach autonomy support, basic need satisfaction, and intrinsic motivation of paralympic athletes. *Research quarterly for exercise and sport*, *82*(4), 722-730.
- Brace, N., Snelgar, R., & Kemp, R. (2016). *SPSS for Psychologists* (6th edition). Palgrave Macmillan.
- Butcher, J., Lindner, K. J., & Johns, D. P. (2002). Withdrawal from competitive youth sport: A retrospective ten-year study. *Journal of Sport Behavior*, *25*(2), 145–163.
- Butter, J.C., Klippus, H., Schotanus, F., Swier, E. & Volkers, J. (2015). *In de ban van beachvolleybal. Hoe deze snelgroeiende sport Nederland veroverde*. Nieuwegein: Arko Sports Media.
- Chang, Y. K., Chen, S., Tu, K. W., & Chi, L. K. (2016). Effect of autonomy support on self-determined motivation in elementary physical education. *Journal of sports science & medicine*, *15*(3), 460.
- Chen, B., Vansteenkiste, M., Beyers, W., Boone, L., Deci, E. L., Van der Kaap-Deeder, J., Duriez, B., Lens, W., Matos, L., Mouratidis, A., Ryan, R. M., Sheldon, K. M., Soenens, B., Van Petegem, S., & Verstuyf, J. (2015). Basic psychological need satisfaction, need frustration, and need strength across four cultures. *Motivation and Emotion*, *39*(2), 216-236. <https://doi-org.proxy-ub.rug.nl/10.1007/s11031-014-9450-1>
- Deci, E., & Ryan, R. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.

Deci, E., & Ryan, R. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, *11*, 227-268.

http://dx.doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01.

Deci, E., & Ryan, R. (2002). *Handbook of self-determination*. Rochester, NY: University of Rochester Press.

IBM Corp. (2019). *IBM SPSS Statistics for Windows*, Version 26.0. Armonk, NY: IBM Corp.

Ingledeu, D.K., Markland, D. (2007). The role of motives in exercise participation. *Psychology and health*, *23*, 807-828

Jõesaar, H., Hein, V., & Hagger, M. S. (2011). Peer influence on young athletes' need satisfaction, intrinsic motivation and persistence in sport: A 12-month prospective study. *Psychology of Sport and Exercise*, *12*(5), 500–508.

<https://doi-org.proxy-ub.rug.nl/10.1016/j.psychsport.2011.04.005>

Pelletier, L. G., Rocchi, M. A., Vallerand, R. J., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2013).

Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Psychology of Sport and Exercise*, *14*(3), 329–341.

<https://doi-org.proxy-ub.rug.nl/10.1016/j.psychsport.2012.12.002>

Rocchi, M. A., Pelletier, L. G., & Couture, A. L. (2013). Determinants of coach motivation and autonomy supportive coaching behaviours. *Psychology of Sport and Exercise*, *14*(6), 852-859.

Sheehan, R. B., Herring, M. P., & Campbell, M. J. (2018). Associations between motivation and mental health in sport: A test of the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. *Frontiers in psychology*, *9*, 707.

Standage, M., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2006). Students' motivational processes and their relationship to teacher ratings in school physical education: A self-determination approach. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, *77*, 100–110.

- Van den Berghe, L., Vansteenkiste, M., Cardon, G., Kirk, D., & Haerens, L. (2014). Research on self-determination in physical education: Key findings and proposals for future research. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 19(1), 97-121.
- Van Hilvoorde, I. (2020). Sport en bewegen als primaire levensbehoeften. *Tijdschrift positieve psychologie*, 5(3), 20.
- Vansteenkiste, M., Niemiec, C. P., & Soenens, B. (2010). The development of the five mini-theories of self-determination theory: An historical overview, emerging trends, and future directions. In *The decade ahead: Theoretical perspectives on motivation and achievement*. Emerald Group Publishing Limited.
- Van Yperen, N. W. (2020). *Sportmotivatie* [Data set]. Rijksuniversiteit Groningen.
- Vazou, S., Ntoumanis, N., Duda, J.L. (2006). Predicting young athletes' motivational indices as a function of their perceptions of the coach- and peer-created climate. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(2), 215-233. doi.org/10.1016/j.psychsport.2005.08.007
- Warburton, V. E., Wang, J. C., Bartholomew, K. J., Tuff, R. L., & Bishop, K. C. (2020). Need satisfaction and need frustration as distinct and potentially co-occurring constructs: Need profiles examined in physical education and sport. *Motivation and Emotion*, 44(1), 54-66.
- Weiss, M. R. (1995). Children in sport: an educational model. *Sport psychology interventions.*, 39-69.
- Woods, R. B. (2007). *Social issues in sport*. Human Kinetics Books.

Tabel 1*Gemiddelden, standaarddeviaties en correlaties (n = 52)*

Variabele	M	SD	2	3
1. Intrinsieke motivatie	4.70	.61	-.06*	.07*
2. Autonomie satisfactie	4.42	.94	-	.33**
3. Verbondenheid satisfactie	5.03	1.24	-	-

Opmerking. * $p > .05$ ** $p < .05$

Tabel 2

Hiërarchisch regressiemodel verbondenheid satisfactie

Predictor	<i>B</i>	95% BHI voor <i>B</i>		<i>SE B</i>	β	<i>R</i> ²	ΔR^2
		Ondergrens	Bovengrens				
Stap 1						-.02	.02
Constant	4.39***	3.59	5.18	.39			
Verbondenheid	.05	-.09	.20	.07	.11		
Beach/Zaal	.16	-.24	.55	.20	.12		
Stap 2						-.04	.00
Constant	4.31***	3.43	5.19	.44			
Verbondenheid	.07	-.10	.23	.08	.14		
Beach/zaal	.49	-1.28	2.27	.88	.37		
Interactie	-.07	-.45	.30	.19	-.26		

Noot. Afhankelijke variabele is intrinsieke motivatie

*** $p < .001$

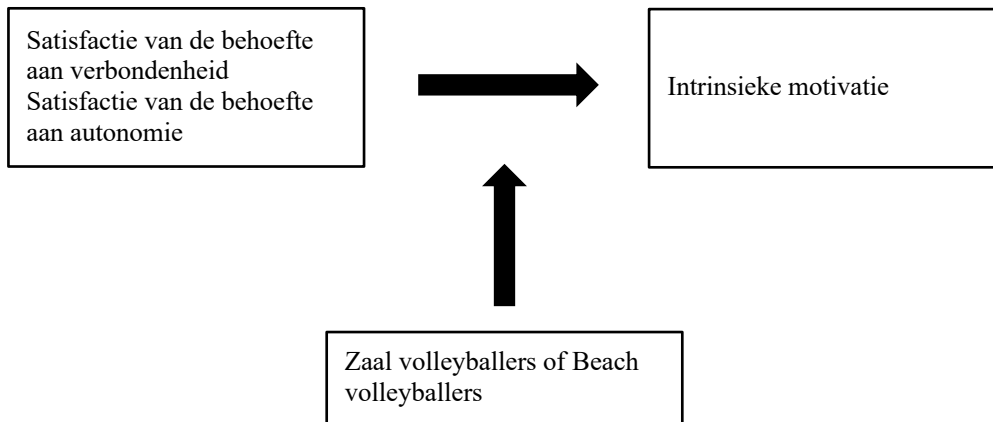
Tabel 3*Hiërarchisch regressiemodel autonomie satisfactie*

Predictor	<i>B</i>	95% BHI voor <i>B</i>		<i>SE B</i>	β	R^2	ΔR^2
		Ondergrens	Bovengrens				
Stap 1						-0.03	.29
Constant	4.86***	4.03	5.70	.42			
Autonomie	-.05	-.23	.14	.09	-.07		
Beach/Zaal	.13	-.26	.51	.19	.09		
Stap 2						-.10	.00
Constant	4.87***	4.00	5.75	.44			
Autonomie	-.05	-.25	.15	.10	-.07		
Beach/Zaal	.04	-1.56	1.65	.80	.03		
Interactie	.02	-.34	.37	.18	.06		

Noot. Afhankelijke variabele is intrinsieke motivatie*** $p < .001$

Figuur 1

Verwachte relatie tussen de basisbehoefte en intrinsieke motivatie



Bijlage A

Toestemmingsformulier

Welkom!

Doel van het onderzoek:

Het doel van dit onderzoek is om inzicht te krijgen in de motivatie van sporters. Waarom vind je het leuk om te sporten? Of heb je de laatste tijd wat minder plezier in je sport? Waarom steek je energie in je sport?

Door de vragenlijst in te vullen...

- ... krijg je inzicht in je eigen motivatie om te sporten. Op basis van je antwoorden krijg je aan het eind feedback over je motivatie, mentale weerbaarheid en mindset
- help je ons (Rijksuniversiteit Groningen) om kennis te vergaren over de drijfveren van sporters van alle leeftijden en alle niveaus (van recreatiesporter tot topsporter). Deze kennis gebruiken we vervolgens om mensen met meer plezier te laten sporten, dropout te voorkomen, en sporttalenten een grotere kans te geven door te stromen naar het allerhoogste niveau.

Voor je begint:

- Je kunt de vragenlijst invullen via smartphone, tablet, of desktopcomputer.
- Je deelname aan dit onderzoek is geheel vrijwillig. Je hebt het recht om op ieder moment, en zonder opgave van reden, te stoppen met het onderzoek. Vanzelfsprekend hopen we dat je meedoet aan het onderzoek tot aan het eind.
- Je gegevens worden vertrouwelijk behandeld en anoniem verwerkt. Dat wil zeggen, je gegevens worden anoniem opgeslagen en rapportages bevatten uitsluitend groepsgemiddelden.

- Er zijn geen risico's verbonden aan deelname aan dit onderzoek.
- Het invullen van de vragenlijst zal ongeveer 25 minuten duren. Op de balk bovenin je scherm zie je hoe ver je bent in de vragenlijst.
- Als het onverhoopt niet lukt om de vragenlijst in één sessie af te ronden, dan kun je op een later tijdstip (maar binnen een week) het invullen hervatten. Via dezelfde link kom je automatisch op de plek waar je was gebleven.

Als je hieronder je keuze hebt gemaakt, ga je naar het volgende scherm door op het pijltje à rechts onderin te klikken.

- Ik heb de bovenstaande informatie gelezen en begrepen en heb besloten WEL deel te nemen aan het onderzoek.
- Ik heb de bovenstaande informatie gelezen en begrepen en heb besloten NIET deel te nemen aan het onderzoek.

Bijlage B

Items met betrekking tot de variabelen autonomie satisfactie, verbondenheid satisfactie en intrinsieke motivatie

Opmerking: bij “beach/zaalvolleybal” staat de genoemde hoofdsport van het individu.

Variabele	Item
Autonomie satisfactie	“In “ <i>beach/zaalvolleybal</i> ” heb ik het gevoel dat ik moet doen wat anderen zeggen”
	“In “ <i>beach/zaalvolleybal</i> ” beslis ik mee over dingen die belangrijk voor mij zijn.”
	“In <i>beach/zaalvolleybal</i> ” kan ik zelf bepalen wat goed voor me is als sporter.”
	“In “ <i>beach/zaalvolleybal</i> ” voel ik me vrij om mijn eigen keuzes te maken.”
Verbondenheid satisfactie	“In “ <i>beach/zaalvolleybal</i> ” heb ik vertrouwen in de mensen om mij heen.”
	“In “ <i>beach/zaalvolleybal</i> ” kan ik bij anderen terecht als ik ergens mee zit.”
	“In “ <i>beach/zaalvolleybal</i> ” heb ik èchte vrienden.”
Intrinsieke motivatie	“In “ <i>beach/zaalvolleybal</i> ” voel ik me deel van een team of groep.”

“Dit is mijn sport omdat ik het leuk vind om te leren in deze sport.”

“Dit is mijn sport omdat ik er plezier aan beleef om nieuwe acties en strategieën te ontdekken in deze sport.”

“Dit is mijn sport omdat het interessant is om te leren hoe ik mijzelf kan verbeteren in deze sport.”
