

## 青少年篮球教练员心理韧性和领导行为： 职业倦怠的中介效应

梁永琳<sup>1</sup> 张国栋<sup>2</sup>

1. 重庆对外经贸学院体育学院，重庆；

2. 西南大学体育学院，重庆

**摘要** | 目的：验证国内青少年篮球教练员的职业倦怠在其心理韧性和领导行为关系中的中介效应。方法：本研究采用Connor-Davidson心理韧性量表（CD-RISC）、Maslach工作倦怠问卷（MBI）和运动领导行为量表（LSS）对122名国内青少年篮球男教练员进行问卷调查。结果：（1）心理韧性与情绪衰竭（ $r=-0.21, p<0.05$ ）、去个性化（ $r=-0.44, p<0.001$ ）呈显著负相关关系，与成就感（ $r=0.67, p<0.001$ ）呈显著正相关关系；（2）心理韧性与训练指导行为（ $r=0.68, p<0.001$ ）、民主行为（ $r=0.56, p<0.001$ ）、社会支持行为（ $r=0.53, p<0.001$ ），以及积极反馈行为（ $r=0.56, p<0.001$ ）呈正相关关系，与专制行为的相关关系不显著（ $r=0.12, p=0.20$ ）；（3）只有去个性化和成就感与训练指导行为、民主行为以及社会支持行为有显著相关关系（所有 $p<0.01$ ），成就感还与积极反馈行为有显著相关关系（ $r=0.47, p<0.001$ ），情绪衰竭与所有领导行为均无显著相关关系（所有 $p>0.10$ ）；（4）成就感在心理韧性和训练指导行为的关系中起部分中介作用（中介效应 $3=0.17, 95\%CI [0.056, 0.317]$ ）。结论：具备高心理韧性既能直接促进教练员的非专制性领导行为，还能通过提高工作成就感促进训练指导行为。

**关键词** | 篮球教练员；心理韧性；职业倦怠；领导行为

Copyright © 2024 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



### 1 引言

2021年10月，国家体育总局印发的《“十四五”体育发展规划》指出：“要求青少年普遍掌握1-2项运动技能……基本建成适应需要、主体多元的体育后备人才培养体系”。而针对体育产业的高质量发展，该文件则要求“产品和服务供给适应个性化、差异化、品质化消费

需求”。无论是优秀体育人才的培养，还是高质量体育产业的发展，体育教练员都是关键的参与者，这两者都对教练员个人素质的提升提出了更高的要求。篮球作为一项风靡全球的体育运动，是青少年体育培训选择的热门项目之一。目前，社会市场上的青少年篮球教练员水平和素质参差不齐，这不仅影响篮球教学的整体质量，

通讯作者：张国栋，教育学博士，西南大学体育学院教授，博士生导师，体育科学研究所所长，《重庆体育科学》杂志编辑，国际武术与搏击科学学会会员，《亚洲武术研究》编委会委员。研究方向：多元文化与民族传统体育，武术历史与文化。

文章引用：梁永琳，张国栋. 青少年篮球教练员心理韧性和领导行为：职业倦怠的中介效应[J]. 中国体育研究，2024，6（4）：423-430.

<https://doi.org/10.35534/scps.0604039>

制约行业的健康发展，还会阻碍学员潜力的有效发挥，导致大量潜在优秀篮球人才的流失，无法为国家争得荣誉。因此，提升青少年篮球教练员的执教水平已成为亟待解决的关键问题。

众多综述结果均表明：体育教练员的领导行为对运动员的运动投入、运动表现、训练满意度以及心理健康均有显著的影响<sup>[1-4]</sup>。特别地，针对篮球教练员，篮球队的团队绩效与篮球教练员的训练指导行为、社会支持行为、积极反馈行为以及民主行为呈正相关关系，与专制行为呈负相关关系<sup>[5]</sup>。篮球教练员的领导行为可以直接显著预测运动员的训练满意度<sup>[6, 7]</sup>。篮球教练员的领导行为同样可以对团队凝聚力和团队冲突起到积极的作用<sup>[7-9]</sup>。

职业倦怠会影响个体对工作的满意程度<sup>[10]</sup>和投入程度<sup>[11, 12]</sup>，从而可能进一步影响教练员的领导行为。例如，国外的一项研究验证了教练员职业倦怠和运动员感知到的教练员领导行为的关系<sup>[13]</sup>。该研究通过问卷调查发现，运动员认为情绪衰竭越多的教练员，其训练指导行为、社会支持行为、专制行为更多，而民主行为更少<sup>[13]</sup>。针对医护工作群体的研究也发现，职业倦怠会影响护士长的领导行为<sup>[12]</sup>。根据已有研究结果可知，职业倦怠可能是影响篮球教练员领导行为的重要因素。考虑到相关研究的缺乏，有必要以篮球教练员为主体，探究其职业倦怠和自身感知到的领导行为的关系。

心理韧性指让人能够应对和克服疼痛、创伤和危机

带来的压力，并能从心理上恢复和适应的一种能力<sup>[14]</sup>。目前，已有大量研究验证了心理韧性对教练员职业倦怠的保护作用。例如，国外研究发现心理韧性可以减少教练员的职业倦怠<sup>[15, 16]</sup>，提高工作投入程度<sup>[17]</sup>。虽然国内研究对心理韧性和职业倦怠的关系探究多集中于医护人员或教师<sup>[18-20]</sup>，但这些研究结果一致表明心理韧性对这两种工作群体的职业倦怠具有积极效应。由此，心理韧性可能通过对职业倦怠的积极作用，进一步影响教练员的领导行为。然而，针对心理韧性对职业倦怠的保护作用是否也适用于体育教练员群体，以及心理韧性对教练员领导行为是否有直接效应，这两个问题尚未有研究进行验证。基于已有研究的不足，本研究假设：

H1：心理韧性与教练员职业倦怠中的情绪衰竭、去人性化呈负相关，与成就感呈正相关；

H2：心理韧性与教练员领导行为的各维度均有显著正相关关系；

H3：情绪衰竭与青少年篮球教练员的训练指导行为、社会支持行为、专制行为以及积极反馈负相关，与民主行为正相关；

H4：职业倦怠的三个维度同时中介心理韧性和篮球教练员领导行为各维度的关系。

假设的中介模型图如图1所示。

综上所述，本研究关注青少年篮球教练员的领导行为，并以职业倦怠为中介变量，验证心理韧性是否对教练员领导行为有直接或间接的积极效应。

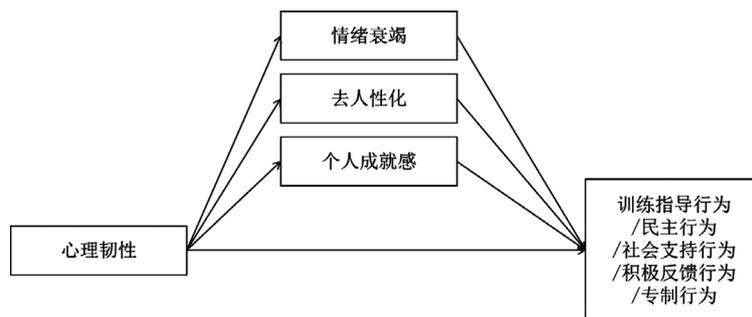


图1 假设的中介模型图

Figure 1 Hypothesized mediation models

## 2 研究对象与方法

### 2.1 研究对象

本研究面向全国各地的青少年篮球教练员发放电子问卷126份，有效回收122份，有效率为96.82%。其中，男教练115人，女教练7人。这些青少年篮球男教练员的平均年龄为25.95岁（SD=5.17），平均执教年限为4.25年（SD=3.66），其中最长的执教年限为16年，最短的执教

年限为0.2年。

### 2.2 研究材料

运动领导行为量表（The Leadership Scale for Sports，简称LSS）主要用于测量教练领导行为的五个维度：训练指导行为、民主行为、专制行为、社会支持行为和积极反馈行为（或奖赏）行为<sup>[21]</sup>。国内研究已验证LSS具有较高的信效度<sup>[22]</sup>。在本研究中，五个维度的信度分别为：训练指导行为 $\alpha=0.88$ ，民主行为 $\alpha=0.82$ ，专制行为

$\alpha=0.74$ ，社会支持行为  $\alpha=0.80$ ，积极反馈行为  $\alpha=0.81$ 。

10题项的Connor-Davidson心理韧性量表（10 items-The Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC）可测量一般心理韧性，即一个人从挫折中恢复的能力<sup>[23]</sup>。该量表已被验证在中国群体中具有良好的信效度<sup>[24, 25]</sup>。简缩版10题项的Connor-Davidson心理韧性量表要求被试回答在过去一个月中，被试是否发生与题项相符的情况，1代表一点都不符合，5代表非常符合。在此研究中，量表信度为Cronbach's  $\alpha=0.94$ 。

Maslach工作倦怠问卷（Maslach Burnout Inventory, MBI）由美国社会心理学家Maslach和Jackson联合开发，最初包含三个维度：情绪衰竭（Emotional Exhaustion）、去人性化（Depersonalization）和个人成就感（Personal Accomplishment）<sup>[26]</sup>。MBI在面世之后得到了最为广泛的应用和检验，已被证明具有良好的内部一致性信度、再测信度、结构效度、构想效度等<sup>[27]</sup>。在本研究中，三个维度的Cronbach's  $\alpha$ 信度分别为：情绪衰竭  $\alpha=0.80$ ，去人性化  $\alpha=0.82$ ，个人成就感  $\alpha=0.94$ 。

### 2.3 研究设计与分析

本研究采用SPSS 22.0对实验数据进行分析。首先，在人口统计变量方面，采用描述统计对男篮球教练员的人口统计变量（如年龄、学历、月收入、执教类型和执教机构等）进行描述性统计。其次，使用Person相关分析对篮球教练员的职业倦怠、心理韧性和领导行为各维度进行相关性分析。最后，使用软件SPSS 22.0中的PROCESS程序（模型4）<sup>[28]</sup>分析职业倦怠的三维度（情绪衰竭、去个性化、成就感）在心理韧性和各个领导行为分维度中的中介作用。分析前对所有变量进行标准化处理。中介效应的显著性通过Bootstrap进行1000次抽样的方法进行评估。如果95%置信区间（CI）不包含零，则认为中介效应显著。

## 3 结果与分析

### 3.1 共同方法偏差检验

为了检验问卷调查方法可能产生的共同方法偏差，本文采用Harman单因素检验进行验证性因子分析<sup>[29]</sup>。对相关量表中的所有题项进行因子分析，并从中提取共同因子。验证性因子分析的结果表明，所有量表题项可析出10个特征值大于1的因子，且第一个因素的解释率为32.31%，小于40%，说明本研究使用的问卷测验不存在共同方法偏差。

### 3.2 人口统计变量分析

本研究调查的教练员中82.80%为本科及以上学历，说明当前的篮球教练文化程度较高。这些教练主要从事个体训练营和体育培训机构（80.40%）的工作，且上大团体课的较多（59.80%），其次是上小团体课（32.00%）。篮球教练员的月工资收入水平在5000元/月以上的占23.00%，3000~5000元/月的占27.90%，49.20%

的篮球教练员工资水平在3000元以下，可能这些教练员多以兼职的形式授课（如表1所示）。

表1 青少年篮球男教练员人口统计变量特征  
Table 1 The demographics of male youth basketball coaches

人口统计学指标	频率	百分比 %
学历	中专	5 4.10
	专科	16 13.10
	本科	81 66.40
	研究生	20 16.40
	个体训练营	49 40.20
执教工作单位	体育培训机构	49 40.20
	学校	17 13.90
	其他	7 5.70
	私教（1~2人）	10 8.20
执教类型	小团体课（3~10人）	39 32.00
	大团体课（10人以上）	73 59.80
	0~1000	18 14.80
执教收入（每月/元）	1000~3000	42 34.40
	3000~5000	34 27.90
	5000以上	28 23.00

### 3.3 相关性分析

青少年篮球男教练的心理韧性、职业倦怠各维度与领导行为各维度相关分析结果如表2所示。心理韧性与情绪衰竭（ $r=-0.21, p<0.05$ ）、去个性化（ $r=-0.44, p<0.001$ ）呈显著负相关关系，与成就感（ $r=0.67, p<0.001$ ）呈显著正相关关系。这表明篮球教练员的心理韧性越强，在工作中的情绪衰竭、去个性化程度越低，成就感越高。心理韧性与训练指导行为（ $r=0.68, p<0.001$ ）、民主行为（ $r=0.56, p<0.001$ ）、社会支持行为（ $r=0.53, p<0.001$ ），以及积极反馈行为（ $r=0.56, p<0.001$ ）呈正相关关系，与专制行为的相关关系不显著（ $r=0.12, p=0.20$ ）。该结果说明教练员心理韧性越高，其训练指导行为、民主行为、社会支持行为和积极反馈行为的表现频率越高。

职业倦怠与教练员领导行为的相关关系结果显示，情绪衰竭与五种领导行为均无显著的相关关系（所有  $p>0.10$ ）。这说明本研究中的青少年篮球教练员的情绪衰竭水平可能不影响他们的领导行为。去个性化与训练指导行为（ $r=-0.32, p<0.001$ ）、民主行为（ $r=-0.29, p<0.01$ ），以及社会支持行为（ $r=-0.23, p<0.01$ ）呈负相关关系，与专制行为（ $r=0.03, p=0.72$ ）与积极反馈行为（ $r=-0.13, p=0.15$ ）无显著相关关系。该结果说明在工作中去个性化程度越高，篮球教练员的训练指导行为、民主行为、社会支持行为的发生频率也越低。成就感于训练指导行为（ $r=0.61, p<0.001$ ）、民

主行为 ( $r=0.38, p<0.001$ )、社会支持行为 ( $r=0.42, p<0.001$ ) 以及积极反馈行为 ( $r=0.47, p<0.001$ ) 呈显著正相关关系，与专制行为无显著相关关系 ( $r=0.01,$

$p=0.96$ )。这表明篮球教练员在工作中的成就感越高，其训练指导行为、民主行为、社会支持行为和积极反馈行为的表现越多。

表 2 心理韧性、职业倦怠和领导行为各维度相关分析

Table 2 The correlation between dimensionalities of MBI, CD-RISC and LSS

M (SD)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. 心理韧性	4.08 (0.72)	-							
2. 情绪衰竭	2.20 (0.69)	-0.21*							
3. 去个性化	1.50 (0.56)	-0.44***	0.52***						
4. 成就感	5.54 (1.56)	0.67***	-0.09	-0.41***					
5. 训练指导	4.29 (0.72)	0.68***	-0.03	-0.32***	0.61***				
6. 民主	3.85 (0.78)	0.56***	-0.14	-0.29**	0.38***	0.51***			
7. 专制	2.84 (0.91)	0.12	0.01	0.03	0.01	0.10	0.37***		
8. 社会支持	3.83 (0.86)	0.53***	-0.03	-0.23**	0.42***	0.53***	0.47***	0.10	
9. 积极反馈	4.02 (0.71)	0.56***	-0.02	-0.13	0.47***	0.50***	0.50***	0.25**	0.61***

注：\* $p<0.05$ , \*\* $p<0.01$ , \*\*\* $p<0.001$ 。

### 3.4 中介模型结果

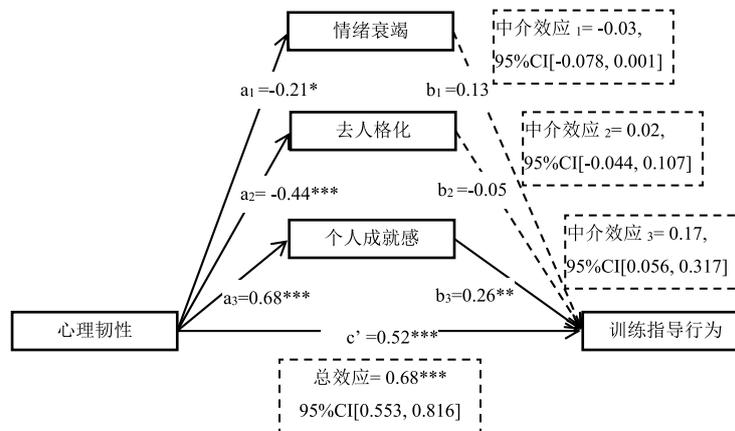
根据相关分析结果，专制行为与心理韧性以及职业倦怠的三个维度都没有显著相关性，因此没有纳入中介模型分析。最终的中介模型结果显示，只有职业倦怠中的成就感维度显著中介心理韧性和训练指导行为的关系（图2A，中介效应 $3=0.17$ ，95%CI [0.056, 0.317]），且直接效应 ( $c'=0.52, p<0.001$ ) 和总效应（总效应 $=0.68, p<0.001$ ，95%CI [0.553, 0.816]）均显著。

以民主行为、社会支持行为和积极反馈行为作为因变量的中介模型均未发现显著的中介效应（见图2BCD）。但在这些模型中，心理韧性对民主行为 ( $c'=0.54, p<0.001$ )、社会支持行为 ( $c'=0.48, p<0.001$ ) 以及积极反馈行为 ( $c'=0.56, p<0.001$ ) 的直接效应均显著。

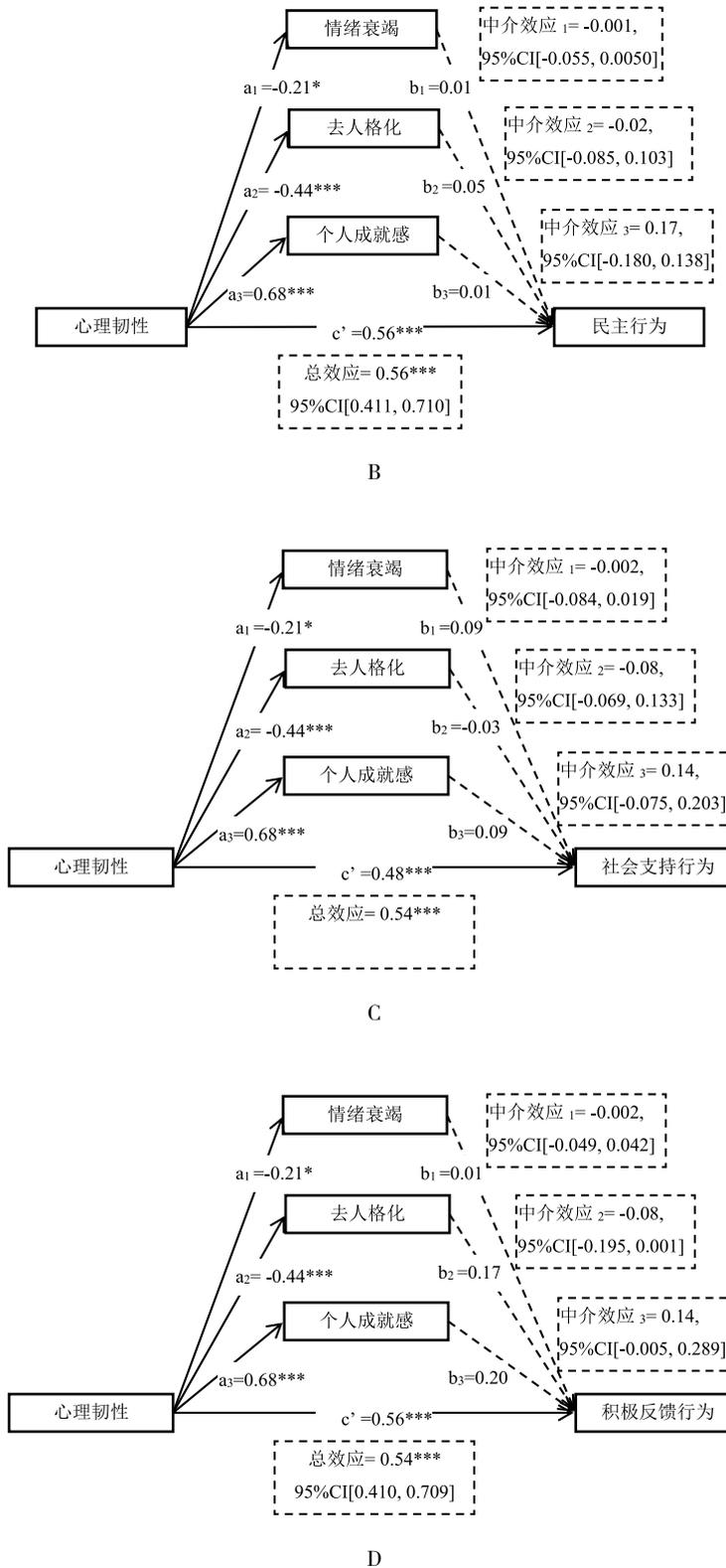
## 4 讨论

本研究通过问卷调查方式和中介模型检验的方法，对

国内青少年篮球教练员的职业倦怠在心理韧性和教练员领导行为关系中的中介效应进行了检验。主要发现如下：同已有研究结果一致 [15, 16]，心理韧性与情绪衰竭、去个性化呈负相关，与成就感正相关。该结果和本研究的假设H1一致，说明心理韧性对篮球教练员的职业倦怠可能具有保护作用。同时，心理韧性与训练指导行为、民主行为、社会支持行为以及积极反馈行为呈显著正相关，与专制行为无显著相关关系。此结果验证了本研究的假设H2，说明心理韧性可能对篮球教练员的非专制性领导行为有正向预测作用。最后，心理韧性、成就感和训练指导行为可成功构成中介模型，且成就感部分中介心理韧性和训练指导行为的关系。而情绪衰竭和去个性化无法显著中介心理韧性和各维度领导行为的关系。由此，本研究的假设H3没有得到验证，而假设H4得到部分验证。总而言之，心理韧性可能通过加强职业成就感的方式促进青少年篮球教练员的训练指导行为。同时，心理韧性可能对非专制性领导行为有直接的正向预测作用。



A



注：c' = 直接效应；\* $p < 0.05$ ，\*\* $p < 0.01$ ，\*\*\* $p < 0.001$ 。

图 2 心理韧性、职业倦怠和教练员领导行为的中介模型

Figure 2 Mediation models among psychological resilience, burnout and coach leadership behaviors

首先,本研究的创新发现之一在于:心理韧性可能对青少年篮球教练员群体的职业倦怠具有积极保护作用。在医护工作人员中,心理韧性主要与情绪衰竭、去个性化两个维度呈负向关系<sup>[18,20]</sup>。而与篮球教练员工作性质相似的高校教师群体的相关研究结果显示,心理韧性越高,情绪衰竭和去个性化越严重,成就感越低<sup>[19]</sup>。该结果与本研究的结论一致,说明教育工作者和医护工作者的心理韧性对职业倦怠的保护机制可能不同。而本研究结果表明,心理韧性可能对青少年篮球教练员的情绪衰竭、去个性化和成就感都有积极效应。

本研究最重要的创新发现在于成就感部分中介心理韧性和教练员的训练指导行为。尽管缺乏相关研究的直接证据,但国内已有研究发现成就感可以提升师徒关系下师傅角色的帮助行为和领导效能<sup>[30]</sup>。国外研究在医护人员群体中发现成就感可以促进工作投入程度<sup>[31]</sup>。感受到成就感是对篮球教练员的一种正向反馈,有助于他们在工作相关的训练指导行为上投入更多<sup>[32]</sup>。本研究发现说明在青少年篮球教练员群体中,心理韧性可以通过提升教练员感知到的成就感促进他们的训练指导行为。

在本研究中,尽管去个性化与训练指导行为、民主行为和社会支持行为呈显著负相关关系,但当和情绪衰竭、成就感同时纳入中介模型后,去个性化无法预测最后的领导行为。这可能是由于成就感在三者中的中介效应最强。在中介模型检验的后续中介效应比较结果显示,成就感的中介效应显著高于情绪衰竭和去个性化两个因子(中介效应差异情绪衰竭-成就感:95%CI[-0.361,-0.086];中介效应差异去个性化-成就感:95%CI[-0.331,-0.006])。并且,与已有研究结果不同<sup>[13]</sup>,本研究没有发现情绪衰竭和领导行为的相关关系。这可能是由于已有研究关注的是运动员感知到的领导行为<sup>[13]</sup>,而本研究是教练员感知自己的领导行为。另一方面,也可能由于本研究中的教练员教龄偏低(3年及以下的占57.1%),在工作中感受到的情绪衰竭和去个性化水平普遍较低。这些阴性结果也可能说明从教练员自身出发,他们认为自己的情绪衰竭与他们自身的领导行为无关。

本研究的不足之处在于没有考虑性别因素,虽然女教练员在青少年篮球培训行业中较少,但是女教练员身上细心、耐心的优点有益于提高教学质量与水平,应当予以重视。另外,本研究的样本量较小,未来的研究工作可以扩大至更大样本的青少年篮球培训教练员,这样可以比较其更多人口统计变量上的差异,如地域差异、跨文化差异等。最后,作为首例探究教练员领导行为影响因素的研究,可供参考的国内研究较少,并未考虑其他因素对职业倦怠、心理韧性或领导行为的影响,可能在职业倦怠、心理韧性和领导行为之间存在更加具体的机制和原理。

## 5 结论

本研究的创新之处在于,首次揭示了心理韧性对青少年篮球教练员职业倦怠的积极保护作用。尽管以往的研究主要集中在医护人员和高校教师群体中,结果显示不同职业中,心理韧性对情绪衰竭、去个性化和成就感的影响有所差异,但本研究表明,心理韧性对篮球教练员的职业倦怠同样具有积极的保护效应。未来的研究可以进一步探讨其他潜在因素,如工作环境、社会支持和个人动机等,对职业倦怠、心理韧性和领导行为的影响,从而更加全面地揭示它们之间的复杂关系机制。

## 参考文献

- [1] 曹大伟,曹连众.我国教练员领导力研究的域外经验、本土实践和未来展望——基于领导力来源与传达路径[J].沈阳体育学院学报,2021,40(1):94-101,124.
- [2] 吉祥波,徐建华,程丽平.国际运动教练学研究的前沿热点与演化分析[J].中国体育科技,2019,55(9):130-139.
- [3] Cruz A B, Kim H D. A bibliometric review of coach leadership studies[J]. Frontiers in Psychology, 2023(14): 1135243.
- [4] Zhu J, Wang M, Cruz A B, et al. Systematic review and meta-analysis of Chinese coach leadership and athlete satisfaction and cohesion[J]. Frontiers in Psychology, 2024(15): 1385178.
- [5] 朱东,徐炜泰,周子文.我国高校篮球高水平运动队教练员领导行为与团队效能关系研究[J].成都体育学院学报,2017,43(5):108-114.
- [6] 朱东,周子文,李晓霞,等.中国高校篮球教练员领导行为与训练满意度的关系:组织承诺的中介作用[J].成都体育学院学报,2022,48(6):80-84.
- [7] 由世梁.大学篮球教练员领导行为、团队冲突、团队凝聚力与满意度关系的研究[J].沈阳体育学院学报,2014,33(4):115-121.
- [8] 郑峰,徐丰.组织承诺视角下教练员的领导行为与队员团队认同之间的关联性——基于篮球项目的数据分析[J].西安体育学院学报,2016,33(6):753-756,768.
- [9] 钱鸣嘉,李静,王德军.CUBA篮球队队内冲突与团队绩效的关系:教练领导行为的调节效应[J].沈阳体育学院学报,2016,35(6):49-53.
- [10] Lee Y H, R. Richards K A, Washburn N S. Emotional intelligence, job satisfaction, emotional exhaustion, and subjective well-being in high school

- athletic directors [J]. *Psychological Reports*, 2020, 123 (6): 2418–2440.
- [11] 齐亚静, 伍新春, 胡博. 教师工作要求的分类——基于对职业倦怠和工作投入的影响研究 [J]. *教育研究*, 2016, 37 (2): 119–126.
- [12] 孙秀娜, 刘富德, 邢琰. 护士长职业倦怠和工作价值观对其领导行为的影响 [J]. *护理研究*, 2016, 30 (18): 2283–2286.
- [13] Price M S, Weiss M R. Relationships among coach burnout, coach behaviors, and athletes' psychological responses [J]. *The Sport Psychologist*, 2000, 14 (4): 391–409.
- [14] Denckla C A, Cicchetti D, Kubzansky L D, et al. Psychological resilience: An update on definitions, a critical appraisal, and research recommendations [J]. *European Journal of Psychotraumatology*, 2020, 11 (1): 1822064.
- [15] Wagstaff C, Hings R, Lamer R, et al. Psychological resilience's moderation of the relationship between the frequency of organizational stressors and burnout in athletes and coaches [J]. *The Sport Psychologist*, 2018, 32 (3): 178–188.
- [16] Moen F, Lervold K, Østerås M O, et al. Protective factors of burnout among Norwegian sport coaches [J]. *Cogent Psychology*, 2024, 11 (1): 2410560.
- [17] Aronen A, Kokkonen M, Hintsala T. Association of emotional intelligence with resilience and work engagement in sports coaches [J]. *Journal of Physical Education and Sport*, 2021, 21 (6): 1–6.
- [18] 陈蓓蓓, 仇宵, 胡鸿伟, 等. 医护协作性、心理韧性对医务人员情绪衰竭的影响 [J]. *中国卫生事业管理*, 2024, 41 (5): 570–575.
- [19] 张佳, 白东欢, 宋鹏威, 等. 新形势下高校教师工作压力、心理韧性与休闲运动参与对职业倦怠影响的实证研究 [J]. *中国健康心理学杂志*, 2022, 30 (11): 1660–1668.
- [20] 王漪洁, 李薇, 赵婕, 等. 新冠肺炎疫情期间疾控人员心理韧性对心理困扰的影响：职业倦怠的中介作用 [J]. *环境与职业医学*, 2024, 41 (4): 403–410.
- [21] Chelladurai P, Saleh S D. Dimensions of leader behavior in sports: Development of a leadership scale [J]. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1980, 2 (1): 34–45.
- [22] 孙健, 李双军, 王立平, 等. 对《运动领导行为量表 (LSS)》信度、效度的检验——以体育院校田径教练为样本的研究 [J]. *北京体育大学学报*, 2007 (7): 964–966.
- [23] Campbell-Sills L, Stein M B. Psychometric analysis and refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience [J]. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies*, 2007, 20 (6): 1019–1028.
- [24] 陈维, 杨涛, 高荣芬, 等. Connor-Davidson心理韧性量表简版在大学生中的信效度检验和跨性别等值性 [J]. *西南师范大学学报 (自然科学版)*, 2021, 46 (11): 38–45.
- [25] 任玉嘉, 李亚敏, 卢群波, 等. 简式韧性量表在中国社区老年人中的信效度检验 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2021, 29 (4): 721–724.
- [26] Maslach C, Jackson S E, Leiter M P. *Maslach Burnout Inventory* [M]. Scarecrow Education, 1997.
- [27] 陈敏灵, 王孝孝. 职业倦怠：内涵、测量与形成机理 [J]. *外国经济与管理*, 2019, 41 (8): 86–99.
- [28] Hayes A F, Scharkow M. The Relative Trustworthiness of Inferential Tests of the Indirect Effect in Statistical Mediation Analysis: Does Method Really Matter? [J]. *Psychological Science*, 2013, 24 (10): 1918–1927.
- [29] 周浩, 龙立荣. 共同方法偏差的统计检验与控制方法 [J]. *心理科学进展*, 2004 (6): 942–950.
- [30] 蒋震艳, 罗瑾琰, 徐婧. 师徒关系下师傅职业期望与成就感驱动对其领导效能的研究 [J]. *工业工程与管理*, 2015, 20 (2): 102–108.
- [31] Huber A, Strecker C, Hausler M, et al. Possession and applicability of signature character strengths: what is essential for well-being, work engagement, and burnout? [J]. *Applied Research in Quality of Life*, 2020 (15): 415–436.
- [32] Mazzetti G, Robledo E, Vignoli M, et al. Work engagement: A meta-analysis using the job demands-resources model [J]. *Psychological Reports*, 2023, 126 (3): 1069–1107.

# The Relationship between Psychological Resilience and Leadership Behaviors of Chinese Youth Basketball Coaches: A Mediating Effect of Burnout

Liang Yonglin<sup>1</sup> Zhang Guodong<sup>2</sup>

1. School of Physical Education, Chongqing College of International Business and Economics, Chongqing;

2. School of Sports, Southwest University, Chongqing

**Abstract:** Objective: To verify the mediating effect of job burnout among domestic youth basketball coaches on the relationship between their psychological resilience and leadership behavior. Methods: This study conducted a questionnaire survey among 122 male youth basketball coaches in China using the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), the Maslach Burnout Inventory (MBI), and the Leadership Scale for Sports (LSS). Results: (1) Psychological resilience was significantly negatively correlated with emotional exhaustion ( $r=-0.21, p<0.05$ ) and depersonalization ( $r=-0.44, p<0.001$ ), and positively correlated with personal accomplishment ( $r=0.67, p<0.001$ ); (2) Psychological resilience was positively correlated with training and instruction behavior ( $r=0.68, p<0.001$ ), democratic behavior ( $r=0.56, p<0.001$ ), social support behavior ( $r=0.53, p<0.001$ ), and positive feedback behavior ( $r=0.56, p<0.001$ ), but not significantly correlated with autocratic behavior ( $r=0.12, p=0.20$ ); (3) Only depersonalization and personal accomplishment were significantly correlated with training and instruction behavior, democratic behavior, and social support behavior (all  $p<0.01$ ), while personal accomplishment was also significantly correlated with positive feedback behavior ( $r=0.47, p<0.001$ ). Emotional exhaustion was not significantly correlated with any leadership behavior dimensions (all  $p>0.10$ ); (4) Personal accomplishment partially mediated the relationship between psychological resilience and training and instruction behavior (mediation effect= 0.17, 95% CI [0.056, 0.317]). Conclusion: This study concludes that high psychological resilience not only directly promotes coaches' non-autocratic leadership behavior but also enhances training and instruction behavior through increased job accomplishment.

**Key words:** Basketball coaches; Psychological resilience; Job burnout; Leadership behaviors