

# 拔河選手知覺教練領導行為與運動樂趣之相關研究

許存惠\*

## 摘 要

本研究目的在探討拔河選手知覺教練領導行為與運動樂趣之關係研究。以教育部全國國民中學以上學校室外拔河比賽國中組男女生為研究對象，共 137 人，其中包括男生 78 人、女生 59 人，平均年齡  $14.38 \pm 1.19$  歲。研究工具包含了個人基本資料、運動領導量表和運動樂趣量表。統計方法以獨立樣本 t 考驗、皮爾遜積差相關及多元逐步迴歸分析等進行分析。結果發現：（一）不同性別拔河選手在知覺教練領導行為及運動樂趣上皆未達顯著差異；（二）拔河選手知覺教練領導行為與運動樂趣呈現相關情形；（三）拔河選手知覺教練領導行之訓練與指導、專制行為及社會支持可有效地預測運動樂趣。

**關鍵詞：**拔河選手、教練領導行為、運動樂趣

---

\*康寧醫護暨管理專科學校 通識教育中心講師（通訊作者）

電子郵件：melissa@webmail.knjc.edu.tw

收稿日期：2011.11.15

修改日期：2012.04.20

接受日期：2011.06.22

# Relationships among Tug of War players Perceived Coach Leadership Behavior and Sport Enjoyment

Tsun-Hui Hsu\*

## Abstract

The purpose of this study was to investigate how the tug of war players perceived coach leadership behavior and sport enjoyment. Subjects were chosen from participants of National Tug of War Championships junior group. The total subjects were 137 and their average age was  $14.38 \pm 1.19$  years. The independent t-test, and Pearson product moment correlation and multiple stepwise regression analysis were used as statistical methods. The results show: First, it indicated that no differences were found in perceived coaches' leadership behavior and sport enjoyment among players of different gender. Secondly, there is a significant correlation between perceived coaches' leadership behavior and sport enjoyment. Thirdly, the perceived training and instructions, social support and autocratic behavior could validly predict sport enjoyment.

**Keywords :** tug of war player, coach leadership behavior, sport enjoyment

---

\* Lecturer, Center of General Education, Kang-Ning Junior College of Medical Care and Management.  
(correspondence author)

## 壹、緒論

### 一、研究背景

拔河運動是我國民間傳統競賽活動的重要項目，而八人制拔河目前也是國內各級學校團體競賽運動中不可或缺的項目之一。在所有運動項目中，八人制拔河競賽是唯一以後退方式贏得比賽勝利，象徵著以退為進及謙卑有理的君子之爭的運動。從招募選手、體能加強及訓練、技巧教導與精進，直到成隊對外參賽，教練在運動團隊中扮演著多重的重要角色。對運動團隊而言，平時的訓練就是奠定勝利的基礎，教練平時所表現出來的領導行為常會是選手直接接收的訊息與指令，正因為選手知覺到教練有著多樣性的領導行為，因此對於其運動表現會有不同的影響。Bird(1977); Westres & Weiss(1991)研究證實教練領導行為對於選手的改變或團隊的表現，具有關鍵性的影響力。也就是說，教練在比賽或訓練時所表現出來的行為，會使選手的成績受到某些程度的影響，進而影響到整個團隊的表現。近年來本國拔河運動在國際賽會上得到相當優異的成績，而國內對拔河選手有關於知覺教練領導行為的研究卻不多見，引起研究者進行探討研究的動機。

Bakker, Whitin, & Brug(1990) 運動樂趣是一種對運動正面的情緒。動機理論指出個體參與運動的原因有三種，分別為內在動機、外在動機與無動機。其中內在動機指在沒有外在誘因的情形下，個體樂意去從事活動，並因此而得到滿足與樂趣。Weiss & Petlichkoff (1989) 發現，兒童與青少年參與運動的動機因素主要包括好玩、樂趣、能跟朋友相處、改善技巧、提昇身體適應能力和體驗成功等。其中，好玩或者說樂趣更是青少年運動員持續參與運動的主要原因，而缺乏樂趣亦是青少年運動員停止運動參與的重要因素 (Gill, Gross, & Huddleston, 1983; Scanlan, Stein, & Ravizza, 1989; Weiss, & Petlichkoff,

1989)。

Scanlan(1989, 1993)在教練與父母對運動選手運動樂趣的影響研究中發現，教練是影響青少年運動員運動樂趣的重要人物。由實際運動團隊經營的模式與操作看來，教練和選手是運動團隊中的主要組成分子，在長時間的訓練與相處過程中，教練的領導行為對於選手的心理層面影響很大，而選手對於該項運動項目的喜好及熱情必然也扮演著重要的角色。了解運動選手（學校運動代表隊）知覺教練領導行為與運動樂趣之間的關係為何，在辛苦的訓練中，感受到教練的用心與付出，並增強選手本身對運動的熱情及堅持，以做為運動教練在領導運動團隊時的參考依據，亦為本研究動機之一。

### 二、研究目的

- (一)探討不同性別拔河選手知覺教練領導行為及運動樂趣的差異情形。
- (二)探討拔河選手知覺教練領導行為與運動樂趣的相關情形。
- (三)探討拔河選手知覺教練領導行為對運動樂趣的預測情形。

## 貳、研究方法

### 一、研究對象

以教育部全國國民中學以上學校室外拔河比賽國中組男、女選手為研究對象，其中男生 78 人，女生 59 人，共計 137 人，平均年齡為  $14.38 \pm 1.19$  歲。

### 二、研究工具

- (一)教練領導行為量表：引用陳其昌（1993）依據 Chellandurai(1984; Chellandurai & Carron, 1983)多面向領導模式架構及 Chellandurai and Saleh(1980)編製的運動領導量表(LSS)改編為適合本國國人使用的版本。量表共有 35 題，

包含訓練與指導行為 9 題、民主行為 5 題、專制行為 6 題、社會支持行為 8 題及正面回饋行為 7 題，本量可測量選手知覺教練五個領導行為向度，為 4 點量表。量表經探索性因素分析具有良好的建構效度；在重測信度考驗上 Cronbach  $\alpha$  係數各分量表為 .89、.75、.80、.85、.78，顯示量表具有良好的內部一致性。（如表一）

表1 教練領導行為量表的重測信度及內部一致性分析

向度	重測信度	Cronbach $\alpha$
訓練與指導	.6304	.8901
民主行為	.6044	.7528
專制行為	.7036	.7995
社會支持	.6764	.8546
正面回饋	.5931	.7838

\*  $p < .05$

(二)運動樂趣量表：引用蔡秋豪（1999）編製之運動樂趣量表為研究工具，量表共 28 題，包含運動益處、同儕關係、上課氣氛、運動能力、運動表現及競賽樂趣，為 5 點量表。量表具有良好的建構效度；在信度考驗上 Cronbach  $\alpha$  係數各分量表在 .65 至 .93 之間，皆達到顯著水準( $p < .05$ )，具有相當的內部一致性。

### 三、實施程序

本研究於教育部全國國民中學以上學校室外拔河比賽當日進行，在各比賽學校完成報到、過磅程序後及正式比賽前，至各隊進行施測。施測前均事先與受試隊伍教練聯繫，取得同意後進行施測。參賽隊伍共 14 隊，國中男子組 8 隊、國中女子組 6 隊，發出 140 份，回收 140 份，其 3 份因作答不完整剔除，有效量表共計 137 份。

### 四、資料處理

- (一)以獨立樣本 t 考驗比較不同性別拔河選手知覺教練領導行為及運動樂趣的差異情形。
- (二)以皮爾遜積差相關探討拔河選手知覺教練領導行為與運動樂趣的相關情形。
- (三)以多元逐步迴歸分析探討拔河選手知覺教練領導行為對運動樂趣之預測情形。

## 參、研究結果

### 一、不同性別拔河選手知覺教練領導行為及運動樂趣的差異情形

由表二可發現，不同性別拔河選手在知覺教練領導行為及運動樂趣上皆無顯著差異。

表 2 不同性別拔河選手各變項之平均數、標準差及 t 考驗摘要表(n=137)

	男生 (n=78)		女生(n=59)		t 值	P 值
	平均數	標準差	平均數	標準差		
訓練與指導	26.98	3.38	26.34	3.24	1.02	.25
民主行為	14.12	2.09	13.98	2.71	1.14	.21
專制行為	13.92	3.58	13.57	3.26	1.35	.19
社會支持	25.17	3.42	24.77	3.07	1.29	.20
正面回饋	20.79	2.63	20.85	2.98	1.51	.15
運動樂趣	108.94	11.69	106.61	10.24	1.69	.34

### 二、拔河選手知覺教練領導行為與運動樂趣的相關情形

由表三可得知，拔河選手在知覺教練領導行為與運動樂趣的相關分析上，訓練指導、民主行為、社會支持及正面回饋與運動樂趣呈正相關( $r = .26$ 、 $.21$ 、 $.27$ 、 $.23$ ， $p < .05$ )；而專制行為( $r = -.19$ ， $p < .05$ )則與運動樂趣呈負

相關。也就表示，當拔河選手認知教練領導行為是訓練與指導、民主行為、社會支持及正面回饋時，有助於其運動樂趣的提升；反之，當拔河選手認知教練領導行為是專制行為時，則會降低其運動樂趣。

表 3 教練領導行為與運動樂趣之相關摘要表 (n=137)

	訓練與指導	民主行為	專制行為	社會支持	正面回饋
運動樂趣	.26*	.21*	-.19*	.27*	.23*

\*  $p < .05$

### 三、拔河選手知覺教練領導行為對運動樂趣之預測情形

以運動樂趣為效標變項的分析上，研究結果由表四可得知，在教練領導行為五個向度中，訓練與指導、專制行為及社會支持達顯著水準(F 值= 51.38、41.76、26.03,  $p < .05$ )，為拔河選手運動樂趣的主要預測變項。累積決定係數顯示可解釋的變異量為 22%，其中訓練與指導佔 13%、專制行為佔 7%、社會支持佔 2%。從迴歸係數的正負值可看出，當拔河選手知覺教練領導行為為訓練與指導及社會支持時會提升選手的運動樂趣；若教練表現較少的專制行為其運動樂趣也會較高。

表 4 運動樂趣之效標變項的逐步迴歸分析摘要表(n=137)

選入順序	預測變項	原始分數 迴歸係數 (b)	標準分數 迴歸係數 ( $\beta$ )	決定係數 (R sq)	累積決定係數 (Rsq Cum)	F 值
1	訓練與指導	.33	.29	.13	.13	51.38*
2	專制行為	-.28	-.32	.07	.20	41.76*
3	社會支持	.26	.16	.02	.22	26.03*
截距		11.45				

\*  $p < .05$

## 肆、討論

### 一、不同性別拔河選手知覺教練領導行為及運動樂趣的差異情形

不同性別在運動參與的心理差異一直是運動心理領域研究的重要課題。過去在探討不同性別運動選手知覺教練領導行為的差異研究上大多呈現顯著差異(Chelladurai, 1984; Chelladurai, Imaura, Yamaguchi, Oimuma & Miyauchi, 1988; Amorose & Horn, 2000; 陳其昌, 1993; 吳國銑, 2000; 李麗珍、陳淑滿, 2005); 當然也有不同的研究發現不同性別的運動選手在知覺教練領導行為上是無顯著差異的(李源升, 2001; 李建平, 2002; 何正峰、鍾陳偉、倪雅華、王潔玲, 2008)。本研究結果呈現不同性別拔河選手在知覺教練領導行為上未達顯著差異，本研究的研究對象為全國中等以上各級學校室外拔河國中組之男女代表校隊，目前國內國中運動項目男女校隊各帶隊教練通常為同一人，且在訓練過程中大多是集中團體訓練，可能因為教練必須於訓練及練習時保持公平性及一致性等因素，以致研究結果與以往研究不一致；

若又可能因為隨著女性意識抬頭，參與拔河運動項目的女性增加，所以減少了運動中性別差異的問題。

## 二、拔河選手知覺教練領導行為與運動樂趣的相關情形

本研究顯示，拔河選手在知覺教練領導行為與運動樂趣的相關分析上，訓練與指導、民主行為、社會支持及正面回饋與運動樂趣呈正相關；而專制行為則與運動樂趣呈負相關。也就表示，當拔河選手認知教練領導行為是訓練與指導、民主行為、社會支持及正面回饋時，有助於其運動樂趣的提升；反之，當拔河選手認知教練領導行為是專制行為時，則會降低其運動樂趣。運動樂趣是一種對運動的正面情緒。Bakker, Whitin, & Brug(1990)提出個體參與運動的原因有三種，分別為內在動機、外在動機與無動機，其中內在動機是在指在沒有外在誘因的情形之下，個體樂意去從事活動，並因而得到滿足與樂趣。Pelletier, Fortier, Vallerand & Brière(2000)的研究也指出，運動員的內在動機會因為教練的訓練風格及指導型態而產生影響。

## 三、拔河選手知覺教練領導行為對運動樂趣之預測情形

本研究第三個目的在探討拔河選手知覺教練領導行為對運動樂趣的預測情形。結果發現在教練領導行為五個向度中，訓練與指導及社會支持可以正向預測運動樂趣，而專制行為則預測了負向運動樂趣。李建平（2002）；曾崑輝（2003）；何正峰、鍾陳偉、倪雅華、王潔玲（2008）以知覺教練領導行為與內在動機進行相關研究時，也得到類似的結果。張春興（1990）認為個體參與活動從中獲得滿足感，以此滿足感可轉而強化個體繼續從事此項活動的內在動機。運動

樂趣是提升內在動機的重要因素，當運動樂趣提升時，個體參與運動的內在動機也會隨之增加。

## 伍、結論

本研究目的是探討拔河選手知覺教練領導行為與運動樂趣的相關研究，所得結果如下：

- 一、不同性別拔河選手在知覺教練領導行為及運動樂趣上皆無顯著差異。
- 二、拔河選手知覺教練領導行為在訓練與指導、民主行為、社會支持及正面回饋與運動樂趣呈顯著正相關；在專制行為上與運動樂趣呈顯著負相關。
- 三、拔河選手知覺教練領導行為五個向度中，訓練與指導、專制行為及社會支持為主要預測變項。訓練與指導及社會支持為正向預測運動樂趣；專制行為則為負向預測運動樂趣。

本研究可發現教練的領導行為模式及帶隊風格是影響選手對運動團隊及表現的重要因素，若教練能針對團隊特質及選手的個人差異等因素加以調整帶隊方式，對團隊及成績表現將有很大的助益。

運動樂趣是促使參與運動者持續不間斷的重大因素，如何讓選手能對團隊擁有高度向心力、不怕辛苦地參與艱苦的訓練及充滿鬥志的進取心是每一位教練必修的功課，保持選手對運動的熱忱及樂趣必是帶隊的重要課題。

## 參考文獻

### 中文部份

- 何正峰、鍾陳偉、倪雅華、王潔玲（2008）。不同性別籃球選手知覺教練領導行為、內在動機及滿足感之研究。北體學報，16，72-82。

- 李建平 (2002)。大專網球優秀選手隊教練領導行為與訓練滿意度之研究(未出版之碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北市。
- 李源昇 (2001)。國民小學運動選手知覺教練授權賦能領導行為之研究(未出版之碩士論文)。臺中師範學院，臺中市。
- 李麗珍、陳淑滿 (2005)。不同性別、獎學金等級選手知覺教練領導行為與內在動機之研究。*臺灣運動心理學報*，6，55-69。
- 吳國銑 (2000)。我國大專院校運動教練領導行為比較研究。*體育學報*，28，59-68。
- 陳其昌 (1993)。排球教練領導行為對團隊凝聚力的影響暨驗證運動情境領導理論之研究(未出版之碩士論文)。國立體育學院，桃園縣。
- 陳其昌 (1998)。兩性在參與運動上的心理差異及其對運動行的影響。*雲科大體育，創刊號*，46- 51 頁。
- 張春興 (1989)。張氏心理學辭典。臺北市：東華書局。
- 曾崑輝 (2003)。臺灣地區曲棍球教練領導行為、選手的組織承諾與滿意度關係之研究(未出版之碩士論文)。屏東師範學院，屏東市。
- 蔡秋豪 (1999)。目標取向與大專運動員運動樂趣及運動壓力之相關研究。屏東縣：睿煜。

#### 英文部分

- Amorose, A. J., & Horn T. S. (2000). Intrinsic motivation: Relationship with collegiate athletes' gender, scholarship status, and perceptions of their coaches' behavior. *Journal of sport and exercise psychology (Champaign, Ill)* 22(1), 63 – 84.
- Bakker, F. C., Whiting, H. T. A., Brug, H. (1990). *Sport psychology: Concepts and applications*. Oxford, England: John Wiley & Sons.
- Bird, A. M. (1977). Development of a model for predicting team performance. *Research Quarterly*, 48(1), 24-32.
- Celladurai, P., & Carron, A. V. (1983). Athletic maturity and preferred leadership. *Journal of Sport Psychology*, 5, 371-380.
- Chelladurai, P. (1978). *A contingency model of leadership in athletics*. Unpublished doctoral dissertation, University of Waterloo, Canada.
- Chelladurai, P. (1984). Discrepancy between preferences and perceptions of leadership behavior and satisfaction of athletes in varying sports. *Journal of Sport Psychology*, 6, 27-41.
- Chelladurai, P., Imamura, H., Yamaguchi, Y., Oinuma, Y., & Miyauchi, T. (1988). Sport leadership in a crossnational setting: The case of Japanese and Canadian university athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10(4), 374-389.
- Chelladurai, P., & Saleh, S. D. (1980). Dimension of leader behavior in sports: Development of a leadership scale. *Journal of Sport Psychology*, 2, 34-45.
- Gill, D. L., Gross, J. B., & Huddleston, S. (1983). Participation motivation in youth sports. *International journal of sport psychology*, 14, 1-14.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., & Brière, N. M. (2001). *Assiciations between perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: A prospective study*. Manuscript submitted for publication.

- Scanlan, T. K., Ravizza, K., Stein, G. L. (1989).  
An in-depth study of former elite figure skaters: I. Introduction to the project. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 11(1), 54-64.
- Weiss, M., & Petlichkoff, L. (1989). Children's motivation for participation in and withdrawal from sport: Identifying the missing links. *Pediatric Exercise Science*, 1(3), 195-221.
- Westre, K. R., & Weiss, M. R. (1991). The relationship between perceived coaching behaviors and group cohesion in high school football teams. *The Sport Psychologist*, 5(1), 41-54.