

# 不同運動員認同之運動樂趣來源 與運動動機之相關研究

何全進

## 摘 要

本研究主要之目的在比較不同運動員認同在運動樂趣來源與運動動機之差異，以及各變項相關與預測。以我國大專、高中、籃球聯賽甲級男子球隊，以及高中、大學非運動員男學生 937 人（高中=460 人；運動員 164 人、非運動員 296 人，大學=507 人；運動員 243 人、非運動員 264 人）為研究對象，施以運動員認同量表（何全進、盧俊宏，民 91）、運動樂趣來源量表（林孟逸，民 90）與運動動機量表（陳美燕，民 84）測驗。並將測量結果以多變量變異數分析（Hotelling's T）、皮爾森積差相關、多元逐步回歸進行統計分析，結果發現：

- 一、高運動員認同比低運動員認同有較高的運動樂趣來源（社交和生活機會、社會認同和獎賞、自覺能力、活動本身）與運動動機（內在動機、外在動機、無動機）且達  $P < .05$  的顯著差異水準。
- 二、運動員認同、運動樂趣來源（社交和生活機會、社會認同和獎賞、自覺能力、活動本身）與運動動機（內在動機、外在動機、無動機）之間有顯著正相關（ $P < .05$ ）。
- 三、（1）運動樂趣來源之自覺能力、社會認同和獎賞與活動本身可有效預測內在動機；其中以自覺能力有較高的預測力。（2）社交和生活機會、自覺能力可有效預測外在動機；其中以社交和生活機會有較高的預測力。（3）社交和生活機會可有效預測無動機，本研究依結論提出研究應用以及對未來研究方向提出建議。

關鍵詞：運動員認同、運動樂趣來源、運動動機

## 壹、緒論

### 一、前言

「自我」一直是心理學家所關注的問題，任何的心理健康問題皆以自我為出發點，所以自我為研究心理學一項重要的因素。何謂自我概念 (self-concept)？自我概念即是個人對自己的看法；它是指個人對自己多方面知覺的總和 (張春興，民 78)。個人對自己的知覺 (Stang & Wrightsman, 1980)。或者說自我概念就是自己對自己這個對象的所有思想和情感 (Rosenberg, 1979)。Couley's (1902) 以「鏡我」(looking-glass self) 來解釋對自我的概念。自我概念包括個人對自己性格、能力、興趣、慾望的瞭解，個人與別人和環境的關係，個人對於處理事務的經驗，以及對生活目標的認識與評價等 (張春興，民 78)。陳美華 (民 81) 認為自我概念是許多元素的結合，也是多層面的概念，幾乎任何經驗多會影響我們的自我概念。所以自我概念反映了環境中其他人對自己的評價。

儘管自我概念並沒有放諸四海皆準的定義，自我概念是後天學習的並非先天具有的。在社會認知的理論中，自我概念的認知是有個別差異的，老師有老師的自我，建築師有建築師的自我，畫家有畫家的自我…，對自己的喜歡的事認同度愈高，就愈投入，專注的朝向目標努力執行。

### 二、研究動機

相對於運動員來說也有運動員認同 (athletic identity)，什麼是運動員認同呢？它是社會認知中自我概念的一種，是多面向的自我概念的其中一個向度。Brewer, Van Raalte & Linder (1993) 認為運動員認同是：一個人認為自己是否一位運動員同意的程度。對運動員認同亦有多位學者解釋，從狹義的運動員認同來說：運動員認同是認知的過程或是腦海裡自我基模 (self-schema)；(markus, 1997)。從廣義的運動員認同來說：運動員認同是社會的角色 (social role)；(Pearlin, 1993)。或者是一種職業的認同 (occupation self-image)；(Astle, 1986)。

運動員認同高低會影響運動員的行為傾向，對運動員影響有正面的也有負面的。Petitpas (1987) 認為強烈運動員認同可以評量自我能力高低，培養運動員技能，建立個人自信心，增進人際互動往來。Danish (1983) 指出強烈運動員認同的人可接受嚴格的運動訓練，並減少其他活動而專心投入於運動訓練，而有助於運動表現。Fox & Corbin (1986) 發現擁有較高運動員認同者有較高的運動參與感。運動員的行為表現會受到運動訓練以及表現需求強烈的影響，進而

影響他的運動員認同程度 (Petitpas & Champagne, 1998)。而 Good, Brewer, Petitpas, Van Raalte & Mahar (1993) 發現參與競技水準愈高的大學運動員其運動員認同會有愈高的傾向。何全進、盧俊宏 (民 91) 研究發現運動員比非運動員有顯著高的運動員認同。Roberts, Kleiber & Duda (1981); Woelke (1987) 研究發現運動參與者比非運動參與者有較高的身體知覺能力概念。

但在另一方面擁有強烈的運動員認同的人同時也被認為存有較高的潛在危險。Repucci (1987) 發現運動員認同亦使運動員產生不當的憂慮，易造成年輕運動員有過多的期待。Pearson & Petitpas (1990) 認為強烈的運動員認同對面臨被裁撤、受傷及運動生涯結束時，有諸多轉型上的困難。運動員認同度高，較會全心投入運動訓練，較專注於運動表現，較少時間去吸收其他領域，若運動生涯結束，轉型較為困難。Webb, Nasco, Riley & Headrick (1998) 研究發現：運動員認同和退休後適應困難有相關，尤其是受傷被迫退休的運動員。

另一問題「動機」也是運動心理學家極感興趣的一個領域。運動心理學家認為動機的研究之所以很重要，乃因他們體認到人類的行為由其動機所引起。因此瞭解動機無疑地可以掌握到大部份的行為。許多人參加運動純粹是為了樂趣、好玩、好奇、或改善技術等等，這些理由都是所謂內在動機。然而也有許多人參加競技運動的目的是為了他人的讚賞、外在酬勞、名氣、或地位等等；這些理由都是所謂外在動機。由過去運動員參與運動動機的敘述性調查中我們發現運動員參與運動的動機是多重的，少有單一理由。在研究運動員參與運動動機中，最常引用的理論即為 Deci & Ryan(1985)的認知評量理論(Cognitive evaluation theory)。認知評量理論認為個人在處理日常生活中的事物，讓其感覺到勝任能力(Competence)和自決性(Self determination)時，則其內在動機則大為提高；反之則否。因此，依據此項理論，任何事件(event)只要能影響個人勝任能力和自決性感覺最終衝擊到一個人內在動機水準。因此，包含在這事件背後有關報酬的分佈、回饋和增強的質與量、情緒的結構等等，都影響到兩項功能性的要素：控制面(controlling aspect)和訊息面(informational aspect)。一件事件的控制面和一個人在情境內感覺到的因果制控制觀(locus of causality)有關。此即假如一項事件或情境讓一個人看成為控制一個人的行為，即產生了外在因果控制觀(external locus of control)和低水準的自決性(low self determination)，就會降低內在動機。因此。運動情境中贏的壓力、獎學金的競爭、迎合教練的需求和期望等等，都具有外在控制因果觀和低自決性的特性，而可能降低內在動機。

反之，一項事件能讓人覺得這件事歸因於內在因果制控制觀和高自決性則提

高一個人的內在動機。例如讓一個人有選擇的自由，訂定以表現進步為目標，增強社交和參與機會的活動設計等等；皆可讓一個人增加內在動機。相對於控制面而言，訊息面是指一項事件是否能令人知覺到勝任能力。如果一項事件提供了一個人勝任能力的正面訊息，則增加一個人勝任能力的正面訊息(positive information)，則增加一個人的內在動機。舉例來說，一位運動員完成了某項工作目標，此項結果變成一項勝任能力的正面訊息，他（她）將因此更努力，內在動機即升高。反之，一個事件反映了一個人勝任能力的負面訊息，則讓個人感到低勝任能力和降低他們的內在動機。

除了勝任能力和自決性要素、事件的功能性層面，認知評量理論的第三個主要原理即是事件功能上的顯著性(functional significance)。Deci & Ryan(1985)認為所有事件都具有控制面和訊息面成份；而且也都影響個人因果制控制觀、勝任能力知覺和內在動機；然而情境的重要性(salient)與否，決定個人是否把該事件視為內在或外在原因造成，有無勝任能力知覺，和影響內在或外在動機。Deci & Ryan(1985)指出假若一件事所蘊涵的功能性（訊息面或控制面）較凸出，即決定它的影響方向。Deci & Ryan(1985)指出有無自由選擇權和正面回饋，可凸顯一事件的訊息面意義；而報酬、時間截止和監視則凸顯該事件的控制面意義。訊息面和控制面是相對的。當訊息面大於控制面，即使控制面的因素很多，仍不能減低個人的內在動機；反之，當控制面大於訊息面時，即使訊息面的因素很多，因控制面較凸出，仍會降低個人的內在動機，所以訊息面、控制面的控制，會影響著個人動機升降。

根據研究指出樂趣(joy)、好玩(fun)、愉快(pleasure)、挑戰和個人成就是很重要的運動經驗，也是決定持續參與運動的主要因素之一(Scanlan & Simons, 1992)，綜觀上述，影響運動動機的因素非常複雜，所以本研究希望從運動員認同、運動樂趣來源與運動動機的觀點，來了解不同運動員認同對運動樂趣來源與運動動機是否有差異，並進一步研究運動員認同、運動樂趣來源與運動動機三者間之相關與預測為本研究動機。

### 三、研究目的

依上述研究動機，本研究目的在探討：

- (一) 探討不同運動員認同對運動樂趣來源之差異情形。
- (二) 探討不同運動員認同對運動動機之差異情形。
- (三) 探討運動員認同、運動樂趣來源與運動動機間之相關與預測。

## 四、名詞解釋

- (一) 運動員認同 (Athletic Identity)：運動員認同是指一個人認為自己是否一位運動員同意的程度 (Brewer et al., 1993)。
- (二) 運動動機 (sport motivation)：運動動機是指個體在運動的情境中所具有的特質情向。Deci & Rym (1989, 1991) 認為運動動機型式可分為：1. 內在動機 (intrinsic motivation) 2. 外在動機 (extrinsic motivation) 3. 無動機 (amotivation)。
- (三) 運動樂趣：在運動的過程中所產生的正面情緒反應，如愉快 (pleasure) 喜歡 (liking) 好玩 (fun) 等心理感受 (Scanlan & Lewthwaite, 1986)。
- (四) 運動樂趣來源：在運動的過程中所知覺到的某些人、事、物等為個體帶來的正面情緒反應。本研究依 (Scanlan, Stein & Ravizza, 1989) 的研究模式將運動樂趣來源區分為 1. 社交和生活機會 2. 社會認同和獎賞 3. 自覺能力 4. 活動本身。
- (五) 高、低運動員認同：本研究所指的高低運動員認同是以所有受試者運動員認同之得分加以高低排序，前 27% 為高運動員認同，後 27% 為低運動員認同 (吳明隆，民 88)。

## 貳、研究方法

### 一、研究對象

本研究對象以我國 90 學年度參加大專、高中籃球聯賽甲級聯盟籃球隊，大專甲一、二級球隊共計 42 隊，高中甲級共計 26 隊，以隨機抽樣大專甲一、二級 21 隊，高中甲級 13 隊籃球運動員為受試球隊，一般生受試者為隨機抽樣選中之學校，大學 1-4 年級選 4 名、高中 1-3 年級選 8 名參加受試，經審查有效問卷籃球運動員計 407 名 (大學=243、高中=164)，一般生受試者計 560 名 (大學=264、高中=296) 共計 967 名男選手為研究對象。經高、低運動員認同分組，高運動員認同 277 名、低運動員認同 392 名，合計 669 名。

### 二、測驗工具

本研究共使用「運動員認同量表」(何全進、盧俊宏，民 91)、「運動動機量表」(陳美燕，民 84)、「運動樂趣來源量表」(林孟逸，民 90) 用以測量受試者

之運動員認同、運動動機與運動樂趣來源。三種量表分述如下。

### (一) 運動員認同量表

本量表採用何全進、盧俊宏(民 91)根據 Brewer, Raalte, Linder 等人在 1993 年編製完成之運動員認同量表(Athletic Identity Measurement Scale 簡稱 AIMS)所修定而來,本量表共 10 題一個向度,在信度考驗上,何全進、盧俊宏(民 90)以 Cronbach  $\alpha$  信度測試方法檢測信度。結果顯示 Cronbach  $\alpha$  係數為 .91,修訂後的運動員認同量表有可接受的信度。在效度考驗方面,何全進、盧俊宏(民 90)以因素分析法來分析運動員認同量表的效度,結果顯示:運動員認同量表擁有良好的建構效度,解釋變異量為 56.23%,可用來測量運動員之自我認同。

### (二) 運動動機量表

本量表採用陳美燕(民 84)根據 Pelletier 等人(1995)編制完成的運動動機量表「Sport Motivation Scale (SMS)」主要在測試受試者之運動動機。本量表共 23 題,包括三個分量表其中 13 題是「內在動機」,6 題是「外在動機」,4 題是「無動機」。在效度測試方面,陳美燕(民 84)以探索性因素分析(exploratory factor analysis, EFA)和驗證性因素分析(confirmatory factor analysis, CFA)來考驗運動動機的效度,結果顯示:運動動機量表具有建構效度。在信度測試方面,三個分量表的 Cronbach  $\alpha$  係數分別為「內在動機」.93、「外在動機」.81、「無動機」.67 代表運動動機量表具有可接受的信度。

### (三) 運動樂趣來源量表

本研究量表採用林孟逸(民 90)編自用以測試運動樂趣來源,本量表共 22 題,包括四個分量表其中 6 題是「社交及生活機會」、6 題是「社會認同和獎勵」、5 題是「自覺能力」、5 題是「活動本身」。在效度測試方面,林孟逸(民 90)以探索性因素分析(exploratory factor analysis, EFA)來考驗運動動機的效度,結果顯示:運動樂趣來源量表具有良好的建構效度,解釋變異量為 50.67%。在信度測試方面,四個分量表的 Cronbach  $\alpha$  係數分別為「社交及生活機會」.89、「社會認同和獎勵」.87、「活動本身」.77、「自覺能力」.72,代表運動動機量表具有可接受的信度。

## 三、研究程序

本研究施測前均與各教練取得聯絡並徵求教練選手及非運動員同意後,訂定施測時間,由研究者親自前往或派人施測,施測前先說明填答方式,以控制

施測情形一致性。並告知所有資料僅作研究之用，不會告知教練，請受試者依自己的想法填答，填畢由研究者收回，施測時間 30 分鐘。

#### 四、施測時間與地點

本研究施測時間定於 91 年 1 月 1 日至 31 日，地點在各受測學校及各聯賽比賽地點。

#### 五、統計分析

本研究共發問卷共計 1200 份，其中回收 1103 份，經剔除填答不完全及篩選出無效的廢卷共 36 份，有效問卷 967 份，回收有效卷率達 80.59%。平均年齡  $18.3 \pm 2.2$  (大學= $19.9 \pm 1.7$ ; 高中= $16.59 \pm 1.1$ )。所得資料皆採用 SPSS8.0 中文版統計套裝軟體進行統計分析，顯著水準均定為  $\alpha=.05$ ，其統計方法如下。

- 一、以多變量變異數分析 (multivariate analysis of variance; MANOVA) 中之 Hotelling's T 考驗人口變項對運動樂趣來源與運動動機之差異情形。
- 二、以皮爾遜積差相關 (Pearson correlation) 比較運動樂趣來源與運動動機間之相關情形。
- 三、以多元逐步回歸分析 (stepwise multiple regression) 驗證與運動樂趣來源對運動動機之預測效力。

### 參、結果與討論

#### 一、不同運動員認同運動樂趣來源與運動動機之差異情形。

表一 不同運動員認同之運動樂趣來源與運動動機多變量變異數分析摘要表

變異來源	SSCP							Hotelling's T
	235.513	199.367	202.872	248.724	302.497	425.434	157.775	
	168.767	168.769	171.736	210.551	256.070	360.140	133.560	
	174.752	171.736	174.754	214.252	260.572	366.470	135.908	
組間	262.674	210.551	214.252	262.676	319.465	449.298	166.625	1.41*
	388.537	256.070	260.572	319.465	388.531	546.434	202.648	
	768.504	360.140	366.470	449.298	546.434	768.509	285.006	
	105.695	133.560	135.908	166.625	202.648	285.006	105.696	

	369.277	99.361	74.408	192.657	92.893	220.291	90.119
	99.361	196.498	145.287	117.740	220.240	111.529	17.283
	74.408	145.287	238.229	117.396	249.935	160.536	12.121
組距	192.657	117.740	117.396	280.246	150.965	159.548	46.089
	92.893	220.240	249.935	150.965	535.816	342.856	55.201
	220.291	111.529	160.536	159.548	342.856	126.890	134.492
	90.119	17.283	12.121	46.089	55.201	134.492	981.222
	604.790	298.728	277.280	441.381	395.390	645.725	247.894
	298.728	365.267	317.023	328.291	456.310	471.669	150.843
	277.280	317.023	413.053	331.648	510.506	527.006	148.029
全體	441.381	328.291	331.648	542.922	470.421	608.849	212.714
	395.390	465.310	510.507	470.430	924.347	889.290	257.849
	645.725	471.669	527.006	608.846	889.290	1234.47	419.498
	247.894	150.843	148.029	212.714	257.849	419.498	1024.191

\*P&lt;.05

表二 不同運動員認同之運動樂趣來源與運動動機單變項變異數分析摘要表

運動樂趣來源	認同別	人數	平均數	標準差	F 值	P 值
社交和生活機會	1	392	2.45	.69	425.39*	.001
	2	277	3.66	.81		
社會認同和獎賞	1	392	3.47	.61	572.88*	.001
	2	277	4.49	.44		
自覺能力	1	392	3.44	.67	489.13*	.001
	2	277	4.47	.47		
活動本身	1	392	2.64	.67	625.18*	.001
	2	277	3.92	.62		
內在動機	1	392	4.53	1.01	483.66*	.001
	2	277	6.08	.71		
外在動機	1	392	3.63	1.00	40.48*	.001
	2	277	5.81	6.67		
無動機	1	392	3.89	1.03	76.78*	.001
	2	277	4.70	1.35		

\*P&lt;.05 1 表低運動員認同 2 表高運動員認同



由表三運動員認同、運動樂趣來源與運動動機相關矩陣得知運動員認同、運動樂趣來源與運動動機有顯著相關，因此，根據吳明隆（民 89）在變異數分析中如果同時要考驗數個依變項或依變項間有顯著相關存在，則使用多變量變異數分析，經由表一不同運動員認同之運動樂趣來源與運動動機多變量變異數分析摘要表得知，不同運動員認同之運動樂趣來源與運動動機有顯著差異，（Hotelling's  $T=1.41$ ,  $P<.05$ ），再由表二不同運動員認同之運動樂趣來源與運動動機單變量變異數分析摘要表得知，不同運動員認同之運動樂趣來源與運動動機均有顯著差異，（社交和生活機會  $F=425.39$ ,  $P<.05$ ），（社會認同和獎賞  $F=572.88$ ,  $P<.05$ ），（自覺能力  $F=489.13$ ,  $P<.05$ ），（活動本身  $F=625.18$ ,  $P<.05$ ），（內在動機  $F=483.66$ ,  $P<.05$ ），（外在動機  $F=40.48$ ,  $P<.05$ ），（無動機  $F=76.78$ ,  $P<.05$ ）。

何全進，盧俊宏（民 91）研究發現運動員比非運動員有較高的運動員認同，Petitpas & Champagne（1998）認為運動員的行為表現會受到運動訓練以及表現需求強烈的影響，進而影響他的運動員認同程度。由此推論，運動員比非運動員有較高的動員認同。且 Petitpas（1987）認為強烈運動員認同可以評量自我能力高低，培養運動員技能，建立個人自信心，增進人際互動往來。Roberts, Kleiber & Duda（1981）；Woelke（1987）研究發現運動參與者比非運動參與者有較高的身體知覺能力概念。Scanlan, Stein & Ravizza（1989）。Roberts, Kleiber & Duda（1981）研究發現運動員比非運動員有較高的身體能力知覺。林孟逸（民 90）研究發現運動層級愈高，會擁有較高的運動樂趣來源。Deci & Ryan（1985）的認知評量理論（Cognitive evaluation theory）認為個人在處理日常生活中的事物，讓其感覺到勝任能力（Competence）和自決性（Self determination）時，則其內在動機則大為提高；反之則否。Deci & Ryan（1985）亦認為所有事件都具有控制面和訊息面成份；而且也都影響個人因果控制觀、勝任能力知覺和內在動機；然而情境的重要性（salient）與否，決定個人是否把該事件視為內在或外在原因造成，有無勝任能力知覺，和影響內在或外在動機。有關報酬的分佈、回饋和增強的質與量、情緒的結構等等，都影響到兩項功能性的要素：控制面（controlling aspect）和訊息面（informational aspect）。Fox & Corbin（1986）發現擁有較高運動員認同者有較高的運動參與感。所以高運動員之內在動機、外在動機會有較高的水準，Pearson & Petitpas（1990）認為強烈的運動員認同對面臨被裁撤、受傷及運動生涯結束時，有諸多轉型上的困難。當運動對未來不可隻時會有較高的無動機，可知以上學者研究結果與本研究結果一致，驗證高運動員認同比低運動員認同有較高的運動樂趣來源與運動動機。

## 二、運動員認同、運動樂趣來源與運動動機間之相關

表三 運動員認同、運動樂趣來源與運動動機相關矩陣

N=669

	運動員 認同	社交生 活機會	社會認 同獎賞	自覺 能力	活動 本身	內在 動機	外在 動機	無動機
運動員認同	----							
社交生活機會	.69*	----						
社會認同獎賞	.75*	.66*	----					
自覺能力	.75*	.59*	.84*	----				
活動本身	.78*	.78*	.77*	.74*	----			
內在動機	.75*	.58*	.82*	.85*	.71*	----		
外在動機	.24*	.23*	.22*	.22*	.23*	.25*	----	
無動機	.35*	.35*	.29*	.25*	.32*	.32*	.12*	----

\*P&lt;.05

由表三動員運動員認同、運動樂趣來源與運動動機相關矩陣得知：運動員認同、運動樂趣來源（社交和生活機會、社會認同和獎賞、自覺能力、活動本身）與運動動機（內在動機、外在動機、無動機）之間有顯著正相關（ $P<.05$ ）。此研究結果與 Fox & Corbin (1986) 研究發現擁有較高運動員認同者有較高的運動參與感。所以運動員認同與運動動機有正相關。

Scanlan, Stein & Ravizza (1989)。Roberts, Kleiber & Duda (1981) 研究發現運動員比非運動員有較高的身體能力知覺。林孟逸 (民 90) 研究發現運動層級愈高，會擁有較高的運動樂趣來源。亦可間接證明運動員認同與運動樂趣來源有正相關。

## 三、運動樂趣來源對運動動機之預測

表四 以運動樂趣來源預測「內在動機」之逐步回歸分析摘要表 N=669

預測變項選入順序	多元相關 係數	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> 增加量	F 值	P 值
1.自覺能力	.826	.683	.683	1434.40*	.001
2.社會認同和獎賞	.848	.719	.036	854.11*	.001
3.活動本身	.850	.722	.003	574.69*	.001

\*P&lt;.05

標準分數的回歸公式  $\hat{Z}_y = .534X_1 + .297X_2 + .071X_3$

$X_1$  = 自覺能力

$X_2$  = 社會認同和獎賞

$X_3$  = 活動本身

由表四以運動樂趣來源預測「內在動機」之逐步回歸分析摘要表得知：高運動員認同以「運動樂趣來源」為預測變項，預測校標變項「內在動機」時，進入逐步回歸方程式的顯著變項有「自覺能力」、「社會認同和獎賞」、「活動本身」（F 分別=1434.40、854.11、574.69， $P < .05$ ），為「內在動機」的主要預測變項，累積決定係數量為.683，其「自覺能力」為.683、「社會認同和獎賞」為.036、「活動本身」為.003，即高運動員認同運動樂趣來源之「自覺能力」、「社會認同和獎賞」、「活動本身」能有效預測高運動員認同之「內在動機」，共計 72.2% 的變異量，其中「自覺能力」為 68.3%、「活動本身」為 3.6%、「社會認同和獎賞」為.03%。從回歸係數為正及標準分數的回歸公式  $\hat{Z}_y = .534X_1 + .297X_2 + .071X_3$  來看，高運動員認同之「自覺能力」、「社會認同和獎賞」、「活動本身」傾向愈高，則「內在動機」愈高。而「自覺能力」有較高的預測力。

表五 以運動樂趣來源預測「外在動機」之逐步回歸分析摘要表 N=669

預測變項選入順序	多元相關係數	$R^2$	$R^2$ 增加量	F 值	P 值
1. 社交生活機會	.227	.051	.051	36.09*	.001
2. 自覺能力	.255	.065	.014	23.23*	.001

\* $P < .05$

標準分數的回歸公式  $\hat{Z}_y = .148X_1 + .142X_2$

$X_1$  = 社交生活機會

$X_2$  = 自覺能力

由表五以運動樂趣來源預測「外在動機」之逐步回歸分析摘要表得知：以「運動樂趣來源」為預測變項，預測校標變項「外在動機」時，進入逐步回歸方程式的顯著變項有「社交生活機會」、「自覺能力」（F 分別=36.09、23.23， $P < .05$ ），為「外在動機」的主要預測變項，累積決定係數為.065，其「社交生活

機會」為.051、「自覺能力」為.014，即運動樂趣來源之「社交生活機會」「自覺能力」能有效預測高運動員認同之「外在動機」，共計 6.5%的變異量，其中「社交生活機會」為 5.1%、「自覺能力」為 1.4%。從標準分數的回歸公式  $\hat{Z}_y = .148X_1 + .142X_2$  來看，高運動員認同之「社交生活機會」、「自覺能力」傾向愈高，則「外在動機」愈高。而「社交生活機會」有較高的預測力。

表六 以運動樂趣來源預測「無動機」之逐步回歸分析摘要表 N=669

預測變項選入順序	多元相關 係數	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> 增加量	F 值	P 值
1.社交生活機會	.315	.099	.099	73.48*	.001

\*P<.05

標準分數的回歸公式  $\hat{Z}_y = .315X_1$

$X_1$  = 社交生活機會

由表六以運動樂趣來源預測「無動機」之逐步回歸分析摘要表得知：以「運動樂趣來源」為預測變項，預測校標變項「無動機」時，進入逐步回歸方程式的顯著變項「社交生活機會」（F 分別=73.48，P<.05）為「無動機」的主要預測變項，解釋變異量為.099，即運動樂趣來源之「社交生活機會」能有效預測「無動機」，有 9.9%的變異量，從標準分數的回歸公式  $\hat{Z}_y = .315X_1$  來看，「社交生活機會」傾向愈高，則「無動機」愈高。

## 肆、結論與建議

依上述結果與討論本研究結論與建議如下：

### 一、結論

- (一) 高運動員認同比低運動員認同有較高的運動樂趣來源（社交和生活機會、社會認同和獎賞、自覺能力、活動本身）與運動動機（內在動機、外在動機、無動機）且達 P<.05 的顯著差異水準。
- (二) 運動員認同與運動樂趣來源（社交和生活機會、社會認同和獎賞、自覺能力、活動本身）、運動動機（內在動機、外在動機、無動機）之間有顯著正相關（P<.05）。

- (三) 運動樂趣來源之自覺能力、社會認同和獎賞與活動本身可有效預測內在動機，自覺能力有較高的預測力。社交和生活機會自覺能力可有效預測外在動機，社交和生活機會有較高的預測力。社交和生活機會可有效預測無動機。

## 二、建議

- (一) 由結論發現高運動認同有較高的無動機，是負面的發展，教練應正視此一問題，就運動員個別差異，提早運動生涯規劃，以降低無動機，避免退出運動。
- (二) 運動員認同與運動樂趣來源、運動動機有正相關，且強烈運動員認同的人可接受嚴格的運動訓練，並減少其他活動而專心投入於運動訓練，而有助於運動表現，所以運動員認同差異可作為選才、甄選上參考。
- (三) 本研究僅以籃球選手為研究對象，運動員的代表性較為不足，未來研究者可在不同項目之運動員、自我效能、團隊凝聚力與成績表現上和運動員認同之關係，加以研究探討。

## 參考文獻

- 何全進、盧俊宏(民91):運動員自我認同概念與測驗初探。體育學報,第33期。
- 林孟逸(民90):不同目標取向和知覺動機氣候對運動員運動樂趣來源量之差異研究,國立體育學院體育研究所碩士論文。
- 吳明隆(民89):SPSS統計應用與實務。台北:松崗電腦圖書公司。
- 陳美燕(民84):運動動機量表之信度與效度分析。國立體育學院論叢,5(2), 185-196。
- 陳美華(民81):運動員的自我概念探討---以體育相關科系學生為研究對象。國立台灣師範大學體育研究所碩士論文。
- 張春興(民81):心理學。台北:東華書局。
- 楊語芸(民88):社會心理學。台北:五南圖書出版有限公司。
- Astle, S. J. (1986). The experience of loss in athletes. Journal of Sports Medicine and physical fitness, 26, 279-284.
- Brewer, B. W., Raalte, J. L. V., Linder, D. E., (1993). Athletic Identity: Hercules' Muscles or Achilles Heel? International Journal of Sport Psychology, 24, 237-254.
- Cooley, C. H. (1902) Human nature and the social order. New York: Scribner's.
- Danish, S. J (1985) Musing about personal competence: The contributions of sport,

- health, and fitness. American Journal of Community Psychology,11, 251-268.
- Good, A. J., Brewer, B.W., Petipas, A, J., Van Raalte, J. L., & Mahar, M. T. ( 1993 ) . Identity fore closure,athletic identity and college sport participation. The Academic Athletic Journal,1-12.
- Fox, K. R., & Corbin, C. B. (1986). An extension to a model of physical involvement: A preliminary investigation into the role of perceived importance of physical abilities. In J. Watkins, T. Reilly, & L. Burwitz (Eds.), Sports science (pp. 223-228). London:Spon.
- Lantz, C. D; Schroeder, P. J. ( 1999 ) . Endorsement of masculine and feminine gender roles : differences between participation in and identification with the athletic role. Journal of sport behavior, 22, 545-557.
- Markus, H. ( 1997 ) .Self-schemata and processing information about the self. Journal of Personality and Social Psychology,35, 63-78.
- Pearlin, L. I. (1983). Role strains and personal stress. In H.B. Kaplan ( Ed. ) , Psychosocial stress: Trends in theory and research. New York: Academic Press.
- Pearson, R .E., & Petitpas, A. ( 1990 ) . Transitions of athletes: Developmentaland preventive perspectives. Journal of counseling and Development,69, 7-10.
- Petitpas, A. J. & Champagne, D. E. ( 1988 ) .Developmental programming for intercollegiate athletes. Journal of College Student Development, 29,454-459.
- Petitpas, A. ( 1987 ) . Psychological care for injured athletes. Unpublished manuscript, Spring-field College, Springfiled, MA, USA.
- Rosenberg, M. ( 1965 ) Conceiving the self. New York: Basic Books.
- Roberts, G.C., leiber, D. A., & Duda (1981)An analysis of motivation in children's sport: The role of perceived competence in participation. Journal of Sport Psychology, 3,206-216.
- Scanlan,T.K., & Simons J.P. ( 1992 ) .The construct of sport enjoyment. In G. C. Robert (ED.), Motivation in sport and exercise.(pp.119-215).Champaign, IL:Human Kinetics.
- Scanlan, T. K., Stein,G.L., & Ravizza,K. ( 1989 ) .An in-depth study of former elite figure skaters; II. Sources of Enjoyment. Journal of Sport and Exercise Psychology,11,65-83.
- Webb , W.M;Nasco, S. A; Riley, S; Headrick, B. ( 1998 ) .Athletic identity and reactions to retirement from sports. Journal of sport behavior, 21, 338-362.
- Wiechman, S. A; Williams, J. ( 1997 ) Relation of athletic identity to injury and mood disturbance. Journal of sport behavior, 20, 199-210.