

目標取向於教練領導行為與運動表現關係間之中介效果分析~

以大學排球運動選手為例

黃淑玲

中華醫事科技大學體育室

摘要

本研究旨在探討目標取向在教練領導行為與運動表現關係間之中介效果，以 130 位 (男 51、女 79) 大學排球選手為對象進行調查研究，採用目標取向、教練領導行為與運動表現等量表為工具，經採描述性統計、獨立樣本 t 檢定、單因子多變量變異數分析及階層迴歸分析等統計方法處理，顯著水準訂為 $\alpha=.05$ 。研究結果發現：1. 目標取向在大學男子選手的教練領導行為與運動表現之間並未扮演著中介效果。2. 目標取向在女子排球選手的教練領導行為與運動表現之間扮演著完全中介效果。3. 大學女子排球選手在知覺教練領導的「訓練與指導」表現上顯著高於男子排球隊選手 ($P<.05$)。4. 大學男子排球選手在目標取向的「自我取向」構面的表現顯著高於女子選手。5. 大學男子排球選手在自覺運動表現上顯著優於女子選手 ($p<.05$)。

最後根據研究結果，提供各校排球教練與選手之參考，亦對後續研究者提出建議。

關鍵詞：目標取向、教練領導行為、運動表現

An analysis of the mediation effect of goal orientation between the coach's leadership behavior and sport performance

Shu-ling Huang

PE Office, Chung Hwa University of Medical Technology

This study is aimed to explore the mediation effect of goal orientation between the coach's leadership behavior and sport performance. Participants were 130 college volleyball players (51males and 79 females) and the three data-collecting scales were about above-mentioned variables. The data were then analyzed statistically with descriptive statistics, independent sample t-test, one-way MANOVA, and hierarchical regression analysis, etc., with level of significance $\alpha=.05$. The research findings are as follows: 1. Goal orientation showed no mediation effect between coach's leadership behavior and sport performance; 2. Goal orientation displayed complete mediation effect between female volleyball players' scores in coach leadership behavior and sport performance; 3. College female volleyball players scored significantly higher than their male counterparts in "training and guidance" aspect in perceived coach's leadership ($P<.05$). 4. College male volleyball players scored significantly higher than their female counterparts in "self orientation" aspect in goal orientation. 5. College male volleyball players scored significantly higher than their female counterparts in subjective sport performance ($P<.05$).

Keywords: goal orientation, Coach's Leadership Behavior, Sport performance

壹、緒論

一、研究動機

教練位處運動訓練的核心，不管是團隊管理、行政規劃、領導決策、溝通協調、訓練計畫、戰術運用都必須掌握得宜，才能在比賽、管理和訓練過程中，發揮關鍵的主導作用（朱芳德，2012）。教練領導行為，係指教練透過其領導風格，影響選手與團隊，並經由與選手的互動與訓練，激勵團隊朝向目標邁進的過程，直至共同實現團隊目標的漸進式動態發展過程(洪沛綺、郭癸賓、廖俊欽，2007)。在運動團隊中，教練扮演著組織關鍵性領導者的角色，雖然在競賽中，運動員是比賽的主角，但運動員成功的背後，必須有善盡職責的教練（周財勝，2011）。教練領導行為不但影響選手個人技術的發揮，更關係著球隊整體的成敗與發展（郭添財，2004）。

教練與選手有著密切的關係，他們的互動會影響訓練效果，相對的訓練效果也會影響滿意度與表現(Chelladurai,1993;Jowett & Poczwadowski,2007) 。Westre & Weiss(1991) 研究發現，教練的領導行為是影響選手改變或團隊表現的關鍵性因素。

據此知悉，在運動情境中，個人或團隊要在強敵環伺下脫穎而出，獲取最佳成績，除了運動員個人本身的條件外，領導者更是扮演著關鍵的角色。教練的領導行為是影響團體績效與功能的重要因素之一。

「目標取向」理論的基本假設為：個人的目標導向會影響其認知、情感和行動，學習者之所以會有不同的學習型態或學習表現，乃是因為個體在面對成就情境時所持的目標取向有所不同（向天屏，2000）。目標取向在運動的情境中，是指對於能力的建構和成敗定義的一種主觀認知。目標取向理論 (goal orientation theory) 為社會認知觀點的重要理論之一，目標取向理論，從1990 年開始，主要探討的領域為體育及教育（林啟超、謝智玲、林啟賢，2002），以瞭解個體如何去建構自己的能力水準和決定成功定義，從中瞭解他們的認知、情意以及行為的反應（陳旅得，2008）。Duda & White（1992）根據目標取向理論指出，不同的目標取向會影響個人對成就事件的反應、成敗的歸因和成就有關的情緒（自信心、滿足感、內在動機和焦慮等），進而影響後續的行為（包括努力程度、工作選擇、持續力、表現等）。

在競技運動比賽中，選手目標取向之心理特質，會影響選手在運動場表現。陳其昌(2000) 研究指出：工作取向者的向度上，不同運動競技水準之選手之間存在差異，在自我取向者的向度上不同選手之間也有差異存在。Steer (1998)與Locke & Latham(1990) 等認為工作目標、個人因素、情境因素與運動競賽因素，直接影響目標設定與運動表現。White & Duda(1993)發現運動水準較高的選手比運動水準較低的選手有較高的自我取向，且高運動水準的選手其工作取向也高於低運動水準的選手。彭郁芬、溫富雄、蔣憶

德、陳淑滿(2005)的研究中發現,職業棒球運動員比非職業棒球運動員有較高自我取向,而職業棒球運動員的工作取向,也高於非職業棒球運動員。林孟賢(2012)研究發現:大專排球選手「自我取向」與身心倦怠向度之「運動能力表現」呈正相關。

雖然許多研究皆指出,教練領導行為是影響選手運動成績表現的重要關鍵因素。然而在運動的情境中,目標取向也會因個體差異及情境背景不同而有所改變,並將會影響個體自覺能力,進而影響個體對所處情境投入的程度。自我取向者,以贏為目標,擊敗對手才顯示自己的成功,將自己的成功建築在他人的失敗上。工作取向者,以自己為目標,只要勝過自己就感到成功。較不易受外界影響。個人採取的目標取向會影響能力的建構,選手的目標取向會影響其運動成績的表現。

從目標觀點而言,運動情境中有許多目標存在,而這些目標觀點與個人的年齡、性別、教練領導行為及文化等變數有關。藉由目標觀點所引發之工作取向特質或自我取向特質介入運動表現,將會與參與強度(intensity of participation)、參與持續力(persistence of participation)及堅持(adherence)運動課程等行為有關(Roberts,1992)。在面對不同的排球選手及各種不同的情境因素下,目標取向的介入是否會影響教練領導行為與排球選手運動表現的關係,實有賴於實際的探究,因此乃興起本研究之動機。

二、研究目的

- (一)男子排球選手目標取向於教練領導行為與運動表現關係間之中介效果分析。
- (二)女子排球選手目標取向於教練領導行為與運動表現關係間之中介效果分析。
- (三)男、女子排球選手教練領導行為、目標取向與運動表現之差異比較。

三、名詞解釋

為了使本研究的主題更明確,將重要名詞界定如下:

(一)、目標取向(goal orientation)

目標取向理論(goal orientation theory)為社會認知觀點的重要理論之一。目標取向理論(goal orientation theory)的基本假設為:個人的目標導向會影響其認知、情感和行動,學習者之所以會有不同的學習型態或學習表現,乃是因為個體在面對成就情境時所持的目標取向有所不同(向天屏,2000;陳嘉成,1999)。

在運動領域裡,目標取向是指在運動的情境中,對於能力的建構和成敗定義的一種主觀認知。運動目標取向的基本假設為個體對成就的追求(如競技運動)所賦予的意義,進一步會影響參與者表現出的動機型態。目標取向理論被認為是反映個體在勝任能

力見解上的差異，換言之，是指選手是基於什麼標準來判斷自己在運動上能否表現高勝任能力。

Nicholls (1984) 提出，在成就情境中，個人成就行為的目標，主要在展現高能力避免展現低能力，個人能力的建構與成敗定義主要透過兩種不同的目標觀點來判斷，第一種為「工作涉入」(task involvement)，第二種為「自我涉入」(ego involvement)，而傾向工作涉入狀態的特質稱為「工作取向」(task orientation)，若傾向自我涉入狀態的特質稱為「自我取向」(ego orientation)，二者合稱目標取向(goal orientation)。

本研究運動選手「目標取向量表」係以工作取向與自我取向兩個構面來進行測量。運動選手在「目標取向量表」各分量表中得分愈高，表示其目標取向愈高；反之，則表示其目標取向愈低。

(二)、教練領導行為(Coach's Leadership Behavior)

在運動團隊中，教練是最重要的靈魂人物；運動教練是運動團隊中的領導者、決策者、組織者也是一位角色模範，所擔任的角色與任務具有多元化與繁雜的特性。教練是影響運動選手訓練與成績表現的重要因素之一，在運動情境之中，教練的行為表現對選手和團隊都有深刻的影響(林淑君，2006)。領導是鼓舞信心與激發選手達成組織目標的能力(Dubrin,2010)。教練領導行為是一種人際互動過程，是教練與選手之間的互動行為，這種互動關係會直接影響到選手的滿足感和參與動機。一個團隊比賽的成敗，往往取決於領導者的素質。良好的領導技巧是優秀教練應具備，優秀教練能以此來取得權力及信任的平衡點，進而產生有效的影響力 (Laurent,2007)。教練領導行為的相關研究最普遍且常被使用的測量工具為Chelladurai & Saleh(1980) 編製的「運動領導行為量表」(The Leadership Scale for Sports, LSS)，其量表主要將教練領導行為分成訓練與指導行為、民主行為、專制行為、關懷行為與獎勵行為等五個構面(何正峰、鍾陳偉、倪雅華、王潔玲，2008；莊淑(王如)、鄭豐譯、聶喬齡，2011；劉俊志，2012；許珺佩，2012)。

本研究運動選手「教練領導行為量表」係以訓練與指導行為、民主行為、專制行為、關懷行為與獎勵行為等五個構面來進行測量。運動選手在「教練領導行為量表」各分量表中得分愈高，表示其知覺所屬教練的行為愈高；反之，則表示其知覺所屬教練的行為愈低。

(三)、運動表現 (Sport performance)

本研究運動表現指的是選手在自己的運動項目中，評量自己最近的運動表現。本研究參考是採用董俊男(2003)改編Edward & Hardy(1996)的自評表現，並增加兩題測驗選手在所屬運動項目中，對於自己表現的主觀評價。以運動選手在「運動表現」上的得分表示。

貳、文獻探討

本研究主要目的在於探討男、女排球選手目標取向在知覺教練領導行為與運動表現間之中介效果。相關文獻理論共分為三節：一、目標取向的理論、二、教練領導行為與運動表現之關係、三、目標取向與運動表現之相關研究。

一、目標取向的理論

目標取向理論 (goal orientation theory) 為社會認知觀點的重要理論之一。目標取向理論 (goal orientation theory) 的基本假設為：個人的目標導向會影響其認知、情感和行動，學習者之所以會有不同的學習型態或學習表現，乃是因為個體在面對成就情境時所持的目標取向有所不同（向天屏，2000；陳嘉成，1999；Dweck, 1992）。

不同的目標取向會因不同的情境而改變，而個體在特質或情境上，工作取向和自我取向兩者是相互獨立的，也就是說個體的特質或情境因素，有可能同時具有高工作取向與高自我取向，也有可能兼具低工作取向與低自我取向，亦或是高工作取向與低自我取向，或是高自我取向與低工作取向（Duda & White, 1992；Nicholls & Duda, 1992）。

依目標取向理論的觀點（Nicholls, 1989；Duda, 1992）在特定的成就情境下，個體採用自我涉入或工作涉入主要受個人特質傾向與情境因素的影響。兩位學者依成就目標取向理論的架構發展了一套「運動目標取向量表」（Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire, 簡稱TEOSQ）經探索性因子分析（exploratory factor analysis, EFA）結果顯示：TEOSQ 在青少年運動員（Boyd, 1990；Walling、Duda & Chi, 1993）、高中運動員（Duda, 1989）、大學運動員（Duda & White, 1992）等研究，及國內學者季力康（1994）針對大專體育系學生在運動目標取向量表的調查分析，已顯示此量表具有足夠的信度與效度，表中主要有兩個主要穩定的因素，即為工作取向與自我取向。

在運動領域裡，運動目標取向的基本假設為個體對成就的追求（如競技運動）所賦予的意義，進一步會影響參與者表現出的動機型態。季力康、賴素玲與陳美燕（1995）指出，運動目標取向定義的成就目標有很多種，最明顯的特點是參與者想展現技巧或是勝任能力，如排球選手在比賽中表現很有勝任能力時，他就感到在該活動中很成功。運動目標取向理論被認為是反映個體在勝任能力見解上的差異，換言之，是指選手是基於什麼標準來判斷自己在運動上能否表現高勝任能力。

從目標觀點而言，運動情境中有許多目標存在，而這些目標觀點與個人的年齡、性別、教練領導行為及文化等變數有關。藉由目標觀點所引發之工作取向特質或自我取向特質介入運動表現，將會與參與強度（intensity of participation）、參與持續力（persistence of participation）及堅持（adherence）運動課程等行為有關（Roberts, 1992）。工作取向

較傾向於努力導致成功的信念，參與運動並非為了社會地位或其它利益，其內在動機較高，並較具備運動家精神。相反地，自我取向較傾向於能力導致成功的信念，參與運動的目的多半是為了社會地位或其它利益，外在動機較高，並較可能為了獲得勝利而不擇手段。

有關運動目標取向的研究，Duda & White (1992)探討143 位參加國際滑雪比賽，不同目標取向的選手對滑雪成功的影響。結果發現自我取向的選手較傾向滑雪成功的歸因於自己平時的努力與應有的能力有直接的關係。Seifriz, Duda, & Chi (1992)探討105名男性運動員目標取向與成敗歸因的影響，結果發現這些男運動員的高工作取向者會把成功歸因於自己努力得來的，而高自我取向者會把成功歸因於自己的能力。Boyd & Callaghan (1994)以少棒聯盟的選手為研究對象，了解目標取向的理論是否也適用於少年時期的運動員(此研究為10-12 歲的少年)，結果發現，比賽結果不管輸或是贏，低自我取向的選手比高自我取向的選手，較能享受比賽中的樂趣；贏球隊伍的高自我取向的球員比輸球的高自我取向的球員有較高的滿足感，所以高自我取向的選手滿足感與輸贏有關；而低自我取向的選手對比賽的輸贏不會影響滿足感。也就是說：工作涉入型的選手與付出的努力有相關；而自我涉入型的選手則與運用的能力有相關。盧素娥、蔣明雄、季力康(2007)研究發現：高工作取向者於成功時，歸因於努力；高自我取向者於成功時，歸因於能力。

綜合以上研究發現，工作取向者，以自己為目標，只要勝過自己就感到成功。較不易受外界影響，對運動的態度較易持續，穩定成長。高工作取向者會把成功歸因於自己努力得來的。高自我取向者會把成功歸因於自己的能力；高自我取向的球員比輸球的高自我取向的球員有較高的滿足感，所以高自我取向的選手滿足感與輸贏有關。低自我取向的選手比高自我取向的選手，較能享受比賽中的樂趣；而低自我取向的選手對比賽的輸贏不會影響滿足感。

二、教練領導行為與運動表現之關係

競技運動選手經常面臨各種不同的壓力，如追求卓越的壓力、競爭壓力、課業壓力...等，需要他人的關心、支持與鼓勵。教練的領導行為關係選手所需要件包括訓練與指導、尊重、讚美、欣賞、賞識及關心等。教練在年輕選手的訓練生涯中扮演著重要的角色。教練的領導行為對選手的成績表現及團隊的表現具有關鍵性的決定因素(Wester & Weiss, 1991)。有學者指出：教練在訓練與指導行為、專制行為、民主行為能有效預測選手的成績表現，其中專制行為、民主行為及關懷行為預測力的呈現是負值(鄭松益, 2001)。因此，不同的教練領導行為皆能影響選手的成績表現，其中在專制行為、民主行為及關懷行為的程度愈高時，選手表現出的成績則越低(李建平, 2002)。涂志賢(2000)的研究指出：運動教練不同領導風格對選手運動成績表現與選手滿意度有不同的影響。林育宗(2004)研究發現，優勝隊伍在知覺教練領導行為中的「訓練與指導行為」及「獎勵與讚賞行為」的得分高於參與隊伍。陳建彰(2006)研究發現：優勝球隊的教練較次優

球隊、失敗球隊的教練強調「訓練與指導行為」及「關懷行為」。陳建彰、林伯化(2007)研究發現：「優勝球隊」在「訓練與指導」、「關懷行為」構面上達顯著水準且得分顯著高於「次優球隊」。張霖家、林文忠、王中興(2010)研究發現：教練領導行為對成績表現的預測程度上，以「關懷行為」因素的預測能力最高。

然而楊旭太(2008)卻研究發現：比賽成績表現與知覺教練領導行為無顯著差異。王國丞(2010)研究發現：全國舉重選手所知覺教練領導行為中的獎勵行為與成績表現有低度相關。

綜合以上研究發現，大部分的研究指出教練的領導行為對選手的成績表現及團隊的表現具有關鍵性的決定因素。教練在訓練與指導構面上對運動成績表現有正向的影響力。然而在其他教練領導行為的構面方面，許多研究的結果並不一致，有學者指出：專制行為、民主行為能有效預測選手的成績表現，其中專制行為、民主行為及關懷行為預測力的呈現是負值。也有學者研究指出，優勝球隊的教練較次優球隊、失敗球隊的教練強調「關懷行為」；教練領導行為對成績表現的預測程度上，以「關懷行為」因素的預測能力最高。也有研究發現：比賽成績表現與知覺教練領導行為無顯著差異。因此運動教練不同領導風格對選手運動成績表現有不同的影響。

三、目標取向與運動表現之相關研究

運動選手因訓練與受到競爭情境薰陶之下，有著異於常人的性格特質，因此在競技運動比賽中，選手目標取向之心理特質，會影響選手在運動場表現，有研究指出工作取向者的向度上，不同運動競技水準之選手之間存在差異，在自我取向者的向度上不同選手之間也有差異存在(陳其昌，2000)。

White & Duda(1993)發現運動水準較高的選手比運動水準較低的選手有較高的自我取向，且高運動水準的選手其工作取向也高於低運動水準的選手。

Steer(1998)與Locke & Latham(1990)等認為工作目標、個人因素、情境因素與運動競賽因素，直接影響目標設定與運動表現。

廖文男(2003)以大專棒球選手為研究對象，探討目標取向、知覺動機氣候與運動信心來源關係，結果發現替代經驗、社會支持、技巧精熟、可以有效預測工作目標取向，而能力展現與情境有利可以有效預測自我取向。

另外，在彭郁芬、溫富雄、蔣憶德、陳淑滿(2005)的研究中發現，職業棒球運動員比非職業棒球運動員有較高自我取向，而職業棒球運動員的工作取向，也高於非職業棒球運動員。陳瓊茶(2005)研究發現大專女子排球選手第一級與第二級在自我取向和工作取向，分別比其他等級高。林孟賢(2012)研究發現：「自我取向」與身心倦怠向度

之「運動能力表現」呈正相關。

綜合以上研究發現，大部分的研究指出工作目標因素，直接影響目標設定與運動表現。運動選手在工作取向者的向度上，不同運動競技水準之選手之間存在差異，在自我取向者的向度上不同選手之間也有差異存在。高運動水準的選手具有較高的工作取向與自我取向。

參、研究方法

一、研究架構

根據本研究之目的，並經由文獻探討，提出本研究架構，以了解大學男、女排球選手目標取向在教練領導行為與運動表現間之中介效果，如圖 1 所示：

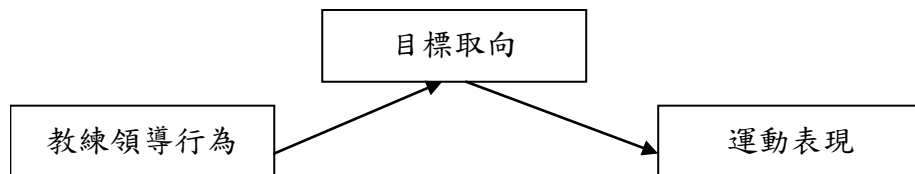


圖 1 研究架構圖

二、研究對象

(一)預試

預試量表初稿完成後，隨即進行預試，於民國104年6月初以中華醫事科技大學男、女排球隊、台南應用科技大學男子排球隊、南台科技大學女排球隊所有排球選手為預試對象，共計發出問卷116份，回收有效問卷111份，有效回收率為95.69%。

(二)正式問卷樣本

本研究以 9 所大學 130 位(男 51、女 79)正選排球選手為研究對象進行研究調查，調查時間 104 年 10 月 4 日至 9 日止，計發出問卷 141 份，扣除填答固定反應以及未完成問卷 11 份，有效問卷 130 份，有效問卷率為 92.20%。受試學校隊數如表 3.1 所示。

校名	男選手	女生選手
彰化師大	1	
明志科技大學	1	
南台科技大學		1
逢甲大學		1

台南應用科技大學	1	1
台南大學	1	
高雄海洋科技大學		1

校名	男選手	女生選手
中華醫事科技大學	1	1
僑光科技大學		1
合計	5	6

三、研究工具

(一)、知覺教練領導行為量表

本研究之「知覺教練領導行為量表」係參考劉雅燕(2007)與郭明燕(2010)等人的「知覺教練領導行為量表」修正編製預試量表。共計38題問卷題目，共分為5個構面：1.訓練與指導構面有12題，2.民主行為構面有8題，3.專制行為構面有6題，4.獎勵行為構面有5題，5.關懷行為構面有7題。採用李克特(Likert-type scale)七點量尺計分，分別為非常同意、有點同意、同意、無意見、不同意、有點不同意與非常不同意，依序給7分、6分、5分、4分、3分、2分、1分，分數愈高，表示知覺教練的某些領導行為越高，反之則知覺教練某些領導行為越低。預試問卷經受試者填答及回收後，隨即進行統計分析，以項目分析、因素分析建構量表之效度，以Cronbach α 內部一致性係數考驗問卷的信度。

結果「知覺教練領導行為量表」正式問卷的五個構面的解釋變異量分別為18.015%、17.168%、16.980%、11.822%、10.589%，累積解釋變異量為74.673%。信度考驗採用內部一致性係數(Cronbach's α)進行分析，「知覺教練領導行為」總量表為.951，五個分量表分別為「訓練與指導」.937、「關懷行為」.931、「專制行為」.870、「民主行為」.840、「獎勵行為」.790。

正式問卷『訓練與指導』構面十題，分別為1、2、3、4、5、6、7、9、10、11題；『關懷行為』構面七題，分別為32、33、34、35、36、37、38題；『專制行為』構面六題，分別為19、21、22、23、24、25題；『民主行為』構面四題，分別為13、16、17、18題；『獎勵行為』構面共四題，分別為26、29、30、31題。

(二)目標取向量表

本「目標取向量表」是採用李力康(1993)所編製的運動目標取向量表 (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire, TEOSQ)。以及參考林巧婷(2012)之運動目標取向量表修正編製預試量表。主要測量受試者在運動情境中工作取向與自我取向的特質傾向。本量表共13題其中第2、5、7、8、10、12、13題是「工作取向」傾向，而第1、3、4、6、

9、11 題是屬「自我取向」傾向。採用李克特(Likert-type scale)七點量尺計分，分別為非常同意、有點同意、同意、無意見、不同意、有點不同意與非常不同意，依序給7分、6分、5分、4分、3分、2分、1分，分數愈高，表示目標取向越高，反之則目標取向越低。預試問卷經受試者填答及回收後，隨即進行統計分析，以項目分析、因素分析建構量表之效度，以Cronbach α 內部一致性係數考驗問卷的信度。

結果「目標取向量表」正式問卷的五個構面的解釋變異量分別為35.799%、30.373%，累積解釋變異量為66.172%。信度考驗採用內部一致性係數(Cronbach's α)進行分析，「目標取向」總量表為.862兩個分量表分別為「工作取向」.888、「自我取向」.830。

正式問卷『工作取向』構面共五題，分別為2、5、7、8、10題；『自我取向』構面五題，分別為1、3、4、6、9題。

(三)運動表現量表

本「運動表現量表」採用董俊男(2003)改編自 Edwards 和 Hardy (1996) 使用之單題「選手自評運動表現測量」以及參考(張文馨2012)之「運動員自評運動表現評估表」。主要測量受試者在運動比賽情境中自我評估表現的情形。本量表共3題。採用李克特(Likert-type scale)七點量尺計分，分別為非常同意、有點同意、同意、無意見、不同意、有點不同意與非常不同意，依序給7分、6分、5分、4分、3分、2分、1分，分數愈高，表示運動表現越高，反之則運動表現越低。例1：跟您過去的平均表現比較起來，你認為你自己最近的表現如何？例2：和你同等級的選手比較，你認為自己在所屬專項中的表現如何？例3：你的教練認為你在專項中的表現如何？預試問卷經受試者填答及回收後，隨即進行統計分析，以項目分析、因素分析建構量表之效度，以Cronbach α 內部一致性係數考驗問卷的信度。

結果「運動表現量表」正式問卷的累積解釋變異量為85.154%。信度考驗採用內部一致性係數(Cronbach's α)進行分析，「運動表現」總量表為.912。

四、資料處理與分析

本研究利用 SPSS for windows 20.0 中文版之統計套裝軟體，進行問卷資料之分析。採用描述性統計、獨立樣本 t 檢定、單因子多變量變異數分析及階層迴歸分析等統計方法，檢定顯著水準訂為 $\alpha=.05$ 。

肆、研究結果

一、男子選手目標取向於教練領導行為及運動表現間中介效果之分析

表 4.1 教練領導行為透過目標取向對運動表現影響之階層迴歸分析

投入變項		效標變項：運動表現	
		模式 1	模式 2
教練領導行為	訓練與指導	-.213	-.353
	民主行為	.087	-.221
	專制行為	.052	.08
	獎勵行為	.174	.265
	關懷行為	.267	.259
目標取向	工作取向		.759*
	自我取向		-.243
R ²		.154	.324
AdjR ²		.060	.214
F		1.636	2.942*

*p<.05

本研究以階層迴歸分析法探討男子選手目標取向於教練領導行為及運動表現間的中介效果，模式 1 探討教練領導行為對運動表現之影響；處理模式 2 時，再投入目標取向此一中介變項，探究目標取向於教練領導行為及運動表現間的中介效果。

由表 4.1 結果可知，教練領導行為並不能直接預測男子排球選手運動表現（ $F=1.636$ ， $p>.05$ ）（模式 1）；但教練領導行為加上選手的目標取向則會影響其運動表現（ $F=2.942$ ， $p<.05$ ），預測力達 21.4%（模式 2）。但是在加入目標取向變項時，教練領導行為中的各構面對運動表現的影響並沒有改變。可見目標取向在大學男子選手的教練領導行為與運動動表現之間並未扮演著中介效果。

二、女子選手目標取向於教練領導行為及運動表現間中介效果之分析

表 4.2 教練領導行為透過目標取向對運動表現影響之階層迴歸分析

投入變項		效標變項：運動表現	
		模式 1	模式 2
教練領導行為	訓練與指導	.099	-.064
	民主行為	-.172	-.466*
	專制行為	-.175	-.282
	獎勵行為	.011	.131
	關懷行為	.478*	.616*
目標取向	工作取向		.166
	自我取向		.479*
R ²		.117	.325
AdjR ²		.056	.259
F		1.931	4.888*

*p<.05

由表 4.2 結果可知，教練領導行為並不能直接預測女子排球選手運動表現（F=1.931，p>.05）（模式 1）；教練領導行為加上選手的目標取向則會影響其運動表現（F=4.888，p<.05），預測力達 25.9%（模式 2）。但是在加入目標取向變項時，教練領導行為中的「民主行為」構面對運動表現的影響變成顯著(p<.05)。可見目標取向在女子排球選手的教練領導行為與運動表現之間扮演著完全中介效果。

三、男、女子排球選手教練領導行為、目標取向與運動表現之差異比較

(一)教練領導行為

表 4.3 男、女排球選手在教練領導之多變量變異數分析

構面	組別	個數	平均數	標準差	多變量 Wilk's Λ	單變量 F 值	ω^2
訓練與指導	大學男選手	51	5.968	.950	.893*	4.183*	.024
	大學女選手	79	6.003	.741			
民主行為	大學男選手	51	5.675	.958		2.119	
	大學女選手	79	5.922	.939			
專制行為	大學男選手	51	5.470	1.047		2.646	
	大學女選手	79	5.105	1.366			
獎勵行為	大學男選手	51	5.534	1.019		2.567	
	大學女選手	79	5.798	.841			
關懷行為	大學男選手	51	5.476	1.306		.004	
	大學女選手	79	5.488	1.308			

* $p < .05$

由表 4.3 可知，大學男、女子排球選手在知覺教練領導的「訓練與指導」有顯著差異($P < .05$)；且大學女選手有高於男選手的傾向($P < .05$)。性別對「訓練與指導」依變項的解釋變異量為 2.4%。

在各種運動項目在不同背景資料教練的領導行為研究方面，陳廖霞（2010）研究發現：選手所知覺教練領導行為，在「性別」變項上達顯著差異。陳琨木（2010）研究發現：選手的「性別」不同，在「專制行為」、「訓練與指導」、「民主行為」與「獎勵行為」等知覺上有顯著差異。Wu(2000) 研究發現：男選手較女選手知覺到教練較多的『訓練與指導行為』、『民主行為』、『關懷行為』及『獎勵行為』。吳慶昇（2007）研究發現：在知覺教練領導行為男選手在整體教練領導行為高於女選手。本研究上述結果與之相異。

然而游聰吉（2007）研究卻發現：女選手較男選手知覺到教練表現有較高的「訓練與指導行為」及「回饋或獎勵行為」。本研究上述結果與之相同。

(二)目標取向

表 4.4 男、女排球選手在目標取向之多變量變異數分析

構面	組別	個數	平均數	標準差	多變量 Wilk's Λ	單變量 F 值	η^2
工作取向	大學男選手	51	5.839	.958	.737*	.084	
	大學女選手	79	5.787	1.017			
自我取向	大學男選手	51	5.726	.922	.737*	39.098*	.228
	大學女選手	79	4.476	1.220			

* $p < .05$

由表 4.4 可知，大學男、女排球選手在目標取向的「自我取向」構面的表現具顯著差異($P < .05$)；且男子選手顯著高於女子選手。性別對「自我取向」依變項的解釋變異量為 22.8%。

由上述結果可知，男子排球選手的「自我取向」較高，換言之，男子排球選手較傾向透過社會比較的方式來建構能力知覺和定義成敗，希望藉由優勢的客觀比較，展現自己優越的能力或是逃避劣勢的客觀比較來避免展現低能力。

在不同背景資料各種運動項目選手目標取向研究方面，張霖家、林文忠、王中興(2010)研究發現：不同性別選手在目標取向上有顯著差異，男性高於女性。溫富雄(2011)研究發現：男子選手的工作取向與自我取向皆高於女子選手。本研究上述結果與之相同。

Lochbaum and Roberts(1993)認為，自我取向者定義比賽的勝利是由於自己的能力比對手優越所致，且對於平常的練習並不注重，如果對自己的表現不滿意或是比賽輸了，就會感到厭煩或是退出比賽。目標取向理論也同時預測自我取向者如果遭遇失敗或發現本身的能力不如他人時，其內在動機、自信心與滿足感都會下降(Ames, 1992; Duda & Nicholls, 1992)。自我取向者認為，運動的目的在於提高社會地位、使自己受歡迎和學習競爭以獲得頭銜，把運動當作是一種手段與方法(季力康, 1997; 盧素娥、蔣明雄、季力康, 2007)。

由上述幾位學者專家之研究可知，自我取向強調，個人判斷自己的能力是根據和他人的表現做比較，若表現超越他人或打敗他人，表示具有高能力，會知覺到成功，但就因為以贏為目標，擊敗對手才顯示自己的成功，因此，對目標的掌握難持續，若遇到困難，常會選擇逃避，以避免展現自身能力的不足，故對運動的態度也就起起伏伏，難穩定成長。自我取向較傾向是能力導致成功的信念，參與運動是為了社會地位或其它利益，外在動機較高，並較可能為了獲得勝利而不擇手段。本研究發現大學男子排球選手

其自我取向顯著高於女子選手，因此，教練如何透過訓練與指導與各種領導方式將男子選手導向工作取向並降低其自我取向實為訓練上的重要的課題。

(三)運動表現

表 4.5 男、女排球選手在運動表現之 t 檢定

變 項	組別	個數	平均數	標準差	t 值	顯著性
運動表現	大學男選手	51	5.039	1.658	4.285	.000
	大學女選手	79	3.860	1.311		

* $p < .05$

由表 4.5 可知，大學男子排球選手在自覺運動表現上顯著優於女子選手($p < .05$)。

伍、結論與建議

一、結論

經實證研究之後發現:

- (一)目標取向在大學男子選手的教練領導行為與運動動表現之間並未扮演著中介效果。
- (二)目標取向在女子排球選手的教練領導行為與運動表現之間扮演著完全中介效果。
- (三)大學男、女子排球選手在知覺教練領導的「訓練與指導」有顯著差異($P<.05$)；且女子排球選手顯著高於男子排球隊選手($P<.05$)。
- (四)大學男、女排球選手在目標取向的「自我取向」構面的表現具顯著差異($P<.05$)；且男子選手顯著高於女子選手。
- (五)大學男子排球選手在自覺運動表現上顯著優於女子選手($p<.05$)。

二、建議

- (一)在樣本方面，本研究是以大學排球選手為調查對象，研究結果不足以用來推論到其他層級排球選手以及其他類型運動項目選手。後續研究的樣本可以增加不同運動項目或不同層級的選手。
- (二)影響選手運動表現的因素很多，如教練與選手之關係、選手之參與動機與涉入程度等，建議在未來研究除了更深入探討教練領導行為、目標取向對運動表現之影響外，尚可以加入教練與選手之關係、參與動機與涉入程度等變項。
- (三)建議未來的研究者，除了問卷之外，可增加質性訪談，使質的研究與量的分析能互相補充驗證，讓研究結果能更趨完善。

參考文獻

- 王國丞(2010)。全國舉重選手知覺教練領導行為、運動信心與成績表現影響之研究。未出版碩士論文，台北市立教育大學，台北市。
- 朱芳德(2012)。臺北市中等學校田徑教練領導行為與運動員學習滿意度之研究。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學，臺北市。
- 向天屏(2000)。國中小學生成就目標導向、學習策略、自我跛足策略與學業成就關係之研究。未出版碩士論文，國立彰化師範大學，彰化。
- 何正峰、陳建利、陳光紫、王潔玲(2008)。桌球選手目標取向與知覺動機氣候對內在動機之影響。北體學報，16，49-57。
- 李建平(2002)。大專網球優秀選手對教練領導行為與訓練滿意度之研究。未出版之碩士論文，國立臺灣師範大學體育研究所碩士論文，台北市。
- 季力康(1993)。運動員目標取向量表-信度與效度分析。大專體育，4(1)，179-185。
- 季力康(1994)。運動目標取向量表的建構效度—驗證性因素分析的運用。體育學報，18 輯，299-309 頁。
- 季力康、賴美玲、陳美燕(1995)。大專網球選手運動目標取向與運動動機之相關研究。體育學報，12，1-12。
- 吳慶昇(2007)。臺北市國小羽球選手知覺教練領導行為與訓練滿意度之研究。未出版碩士論文，臺北市立教育大學，臺北市。
- 林巧婷(2012)。大專排球代表隊選手目標取向與參與動機之關聯性研究。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學運動與休閒管理研究所，台北市。
- 林淑君(2006)。我國國家級保齡球教練領導行為之研究。未出版碩士論文，中國文化大學，臺北市。
- 林育宗(2004)。國小拔河教練領導行為與選手成績表現之相關研究。未出版碩士論文，國立台東大學，台東市。
- 林孟賢(2012)。大專排球選手目標取向與身心倦怠之相關研究。未出版碩士論文，天主教輔仁大學體育學系碩士論文，新北市。
- 林啟超、謝智玲、林啟賢(2002)。國小學童對目標取向與學習成就關係之研究。測驗統計年刊，10，39-74。
- 周財勝(2011)。2010 年大專甲組羽球選手知覺與教練領導行為之研究。政大體育研究，20，37-58。

- 洪沛綺、郭癸賓、廖俊欽(2007)。足球教練領導行為之差異研究—以年度足協盃大學菁英賽為主。**大漢學報**，22，215-227。
- 涂志賢(2000)。**運動教練領導風格與運動代表隊團隊文化關聯性之研究**。未出版碩士論文，國立體育學院體育研究所，桃園縣。
- 莊淑(王如)、鄭豐譯、聶喬齡(2011)。國內教練領導行為與團隊凝聚力研究再探。**臺灣體育論壇**，3，49-60。
- 游聰吉(2007)。**台灣地區高中籃球教練領導行為與選手滿意度關係之研究—以高中乙組籃球隊為例**。未出版碩士論文，亞洲大學，台中縣。
- 許琚佩(2012)。**教練領導行為與選手滿意度之研究：以高雄市國小桌球代表隊為例**。未出版碩士論文，國立屏東教育大學，屏東市。
- 郭明燕(2010)。**國中女子甲組排球教練領導行為與選手滿意度之研究**。未出版碩士論文，國立臺灣體育學院體育研究所，台中市。
- 郭添財(2004)。**國小桌球選手知覺教練領導行為與團隊凝聚力之研究**。台北市立教育大學，未出版碩士論文，台北市。
- 陳其昌(2000)：大專女子排球選手的運動技能水準與運動目標取向之相關研究。**中華體育**，52期，76-84頁。
- 陳建彰(2006)。**大學校院甲組桌球選手知覺教練領導行為、團隊凝聚力與成績表現之研究**。未出版碩士論文，輔仁大學，新北市。
- 陳建彰、林伯化(2007)。**甲組桌球選手知覺教練領導行為與團隊凝聚力之研究**。**輔仁大學體育學刊**，6，150-168。
- 陳嘉成(1999)。**高中職學生之成就目標導向、動機氣候知覺與學習行為組型之關係**。論文發表於八十八年度中國心理學會年會學術論文。台北：台大。
- 陳廖霞(2010)。**我國中等學校跆拳道教練領導行為與選手滿意度關係研究**。未出版之碩士論文，國立花蓮教育大學，花蓮市。
- 陳瓊茶(2005)。**凝聚力與運動表現的關係探討**。**大專體育**，78，146-152。
- 張文馨(2012)。**大專運動員心理資本、運動表現及主觀幸福感之相關研究**。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學，台北市。
- 張霖家、林文忠、王中興(2010)。**高中籃球代表隊員目標取向、教練領導行為及成績表現之研究**。**育達科大學報**，24，150-158。
- 彭郁芬、溫富雄、蔣憶德、陳淑滿(2005)。**職業棒球運動員運動目標取向、自覺能力與知覺成功信念之相關研究**。**北體學報**，13，29-35。

- 溫富雄(2011)。三向度目標取向、道德氣氛、自我決定動機與道德功能關係之研究。未出版之博士論文，國立體育大學教練研究所，桃園縣。
- 董俊男(2003)。目標涉入、自覺能力對賽前狀態焦慮強度、方向性與運動表現之相關研究。未出版碩士論文，國立體育學院教練研究所，桃園。
- 楊旭太(2008)。國小排球選手知覺教練領導行為、訓練滿意度與比賽成績表現之研究。未出版碩士論文，大葉大學，彰化縣。
- 廖文男(2003)。大專棒球選手目標取向、知覺運動動機氣候與運動自信心來源之相關研究。未出版之碩士論文，臺北市，臺北市立體育學院教練所。
- 鄭松益(2001)。臺灣地區高中排球教練領導行為與選手滿意度關係之研究。臺北市立師範學院，未出版碩士論文，臺北市。
- 劉雅燕(2007)。國中手球選手知覺教練領導行為與團隊凝聚力之研究。未出版碩士論文，台北市立體育學院運動科學研究所，台北市。
- 劉俊志(2012)。臺北市國小羽球選手知覺教練領導行為與團隊凝聚力之研究。未出版碩士論文，臺北市教育大學，臺北市。
- Boyd,M.P.(1990).*The effects of participation orientation and success-failure on post-competitive affect in young athlete*.Unpublished doctoral dissertation,University of Southern California,Los Angeles.
- Boyd,M.,Callaghan,J.(1994).Task and ego perspectives in organized youth sport.*International Journal of Sport Psychology*,25(4),411- 424 .
- Chelladurai,P., & Saleh,S.D.(1980).Dimensions of leader behavior in sports:development of a leadership scale.*Journal of Sport Psychology*,2,34-45.
- Duda, J.L.(1992). Motivation in sport settings: A goal perspective. In G. C. Roberts(Ed.), *Motivation in sport and exercise* (pp.57-91). Champaign,IL: Human Kinetics.
- Duda, J.L., & White, S.A. (1992) .Goal orientation and beliefs about the cause of sport success among elite skiers. *The Sport Psychologist*, 6 ,334-343.
- Dubrin, A. J. (2010). *Leadership: Research findings, practice, and skill*. Masdon, OH : South-Western.
- Edward,T.,& Hardy,L.(1996).The interactive effects of intensity and direction of cognitive and somatic anxiety,and self-confidence upon performance.*Journal of Sport and Exercise Psychology*,18,296-312.
- Laurent, T. G. (2007). Leadership behaviors of athletic training leaders compared with leaders in other fields. *Journal of Athletic Training*, 42, 120-125.

- Locke, E. A., & Latham, G. P. (1990). *A theory of goal setting and task performance*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Lochbaum, M. P., & Robers, G. C. (1993). Goal orientation and perceptions of the sport experience. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 15, 160-171.
- Nicholl, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Nicholls, J. G., & Duda, J. L. (1992). Dimension of achievement motivation in school work and sport. *Journal of Educational Psychology*, 84, 290-299.
- Roberts, G. C. (1992). Motivation in sport setting: Conceptual constraints and convergence. In G. C. Roberts (Ed.), *Motivation, in sport and exercise* (pp. 3-29). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Sefrize, J. J., Duda, J. L., & Chi, L. (1992). The relationship of motivational climate to intrinsic motivation and beliefs about success in basketball. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14, 375-391.
- Steers, R. M. (1998). *Organizational Company Behavior* (3rd ed.). Boston: Scott, Foreman and Company.
- Westre, K. R., & Weiss, M. R. (1991). The relationship between perceived coaching behaviors and group cohesion in high school football team. *The Sport Psychology*, 5, 41-54.
- White, S. A., & Duda, J. L. (1993). Dimensions of goals and beliefs among athletes with physical disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 10, 125-136.
- Walling, N. D., Duda, J. L., & Chi, L. (1993). The perceived motivational climate in sport questionnaire: Construct and predictive validity. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15, 172-183.
- Wu, K. H. (2000). *A competitive study of collegiate coaches' Leadership behavior in Taiwan*. Abstract of North American Society for Sport Management 15th Annual Conference, 157.