

不同性別及下場機會對體育科系 選手內在動機的影響

國立臺灣體育學院講師 莊艷惠

摘 要

本研究目的在於探討：(一)不同性別的大專體育科系選手其內在動機的差異；(二)不同下場機會對大專體育科系選手內在動機的影響。受試者為國立臺灣體育學院六個團體性運動項目的選手，其中男生109名，女生76名，合計為185名。本研究所使用的工具為「內在動機量表」。蒐集的資料分別以t考驗、單因子變異數分析等統計方法進行考驗。所得結果如下：

(一)不同性別的大專體育科系選手其內在動機無顯著差異。

(二)不同下場機會對大專體育科系選手內在動機的影響有顯著差異，其中經常下場選手的內在動機高於偶而下場和沒有下場機會的選手。

關鍵字：內在動機、下場機會。

The Effects of Gender and Competition Opportunity on the Intrinsic Motivation of Athletes in the Department of Physical Education

CHUANG Y. H., Instructor

National Taiwan College of Physical Education

Abstract

The purposes of this study were to (1) explore gender differences on intrinsic motivation and (2) to explore the effects of different competition opportunities on intrinsic motivation.

There were six teams of 185 athletes (male = 109, female = 76) drawn from students at the National Taiwan College of Physical Education. The instrument administered to the subjects was the Sport Motivation Scale. The collected data were analyzed by independent t-test and one-way ANOVA.

The results of the study were as follows:

1. There was no significant difference in intrinsic motivation by gender.
2. There were significant differences in intrinsic motivation by athlete opportunity level. Intrinsic motivation of first team athletes was higher than the intrinsic motivation levels of substitution (second team, third team, etc.) athletes.

壹、緒 論

一、研究動機

體能、技術、戰術及心理因素的訓練是邁向巔峰表現的共同要素。在奧林匹克運動會上屢獲佳績的蘇聯、美國都認為當前人類對於體能、技術、戰術的研究成果皆相當豐富，且難分軒輊。在國際體壇上運動員身體能力和技術能力的差距日益縮小的今天，心理潛力的發揮就更顯重要了。前大陸女排主教練袁偉民亦提到，當比賽相差無幾的情況下，心理品質的優劣往往變成決定勝負的關鍵。所以運動員在平時訓練及競賽過程中的種種心理狀態的掌握，自然成為學者探討的課題。

在長期訓練和比賽中，如何維持選手高昂的鬥志和運動動機，是運動心理學者極度關切的課題。在瞭解運動員的動機方面，學者最關心的是如何提昇運動員的動機，了解什麼樣的動機，可以令運動員努力及持續的從事運動。Stipek (1993) 指出，在運動的成就行為當中，內在動機是一個重要的持續動機變項。在運動情境裡，當個體從實際的活動過程中感受到有內在興趣、個人的融入、有挑戰性和刺激興奮時，人們將會不斷的持續參與運動。因為從研究中得知，人在活動中總是期望尋求樂趣、提昇改善自己的技術表現，而且可以從事自己想做的事情，感覺他們可以「自我決定」(Deci & Ryan, 1985)，這些經驗可以使運動員長期的主動投入運動訓練之中。然而，在人類運動社會化的過程中，父母、教練和體育老師對選手運動參與的導向，帶給年青運動員很重要的影響。他們往往在不自覺的當中給予運動員壓力，並驅使他們在運動比賽中要「贏」，致使運動員在運動的情境中失去了他們的自發性、內在動機和自我決定感。這些來自「重要他人」的影響，常使運動員對參與

的認知由內控轉移到外控，導致個人自我決定的感覺會降低，因而減弱了內在動機。

對內在動機的探討，大多數學者較常引用的理論是 Deci & Ryan (1985) 所提出的認知評價理論 (cognitive evaluation theory)。根據認知評價理論的定義，內在動機是指個體參與活動是為了活動本身的興趣，為了自我的進步，以及從參與中獲得樂趣及滿足。也就是說某些行為的動力是來自個體內在自動自發的意願。這種個體的內在動力，可以不斷驅使人們去做某件事，同時也是影響著運動中行為及表現的一個非常重要的關鍵因素。許多研究指出，運動員動機的差異性源於個人因素和環境因素，這些因素影響運動員的認知和情緒，進而導致後續的成就行為，其結果變項有：1. 努力程度 (exert effort intensity)、2. 工作選擇 (task choice)、3. 運動表現 (performance) 及 4. 持續參與 (persistence) 等 (Roberts, 1992)。

大專體育科系選手，在我國運動環境中是很特殊的一個族群，他們不僅須要接受堅苦的訓練，肩負創造佳績為國爭光的大任，更須透過專長訓練培養個人一技之長，為將來從事體育專業的工作能力做預備。因此，研究者認為這些未來的體育從業人員，其對個人專長運動的參與動機是頗值得我們給予關注的。因為不管任何人若長期接觸相同的事物，則難免會心生厭倦，這樣的情況對於運動教練訓練運動年齡較大的選手而言，也是一個很大的挑戰和需要學習的功課。許多教練都承認沒有內在動機當做基本動力，將很難要求選手長期接受艱苦又枯燥的訓練。一般而言，內在動機不一定是與生俱來的，它可經由學習的歷程養成。Weinberg (1984) 指出一個具有內在動機的選手可以在運動競技中感受到滿足及樂趣。

Deci (1985) 認為，個體的內在動機主要是受到以下兩個因素的影

響：一自我決定（self-determination），二勝任感（feeling competence）。個體會透過這兩種認知過程來判斷自己的能力，當個體知覺自我決定或自我能力增加時有助於提升內在動機。相反地，當個體知覺自我決定或自我能力減少時會降低內在動機。Stipek（1993）指出，當一個人的學習是基於內在理由時，其學習效果是最好的，若要維持長時期的學習動機，還是要建立在內在動機上。

有關內在動機經常為學者所關注的自變項主題有：酬賞性質、口頭回饋（正面或負面）、自我能力的知覺、情境的控制或受試者的性別等。本文將根據過去文獻的研究結果，一來探討國內不同性別之大專體育科系選手其內在動機的差異情形，二來從自我能力的知覺角度，探討不同下場機會對大專體育科系選手內在動機的影響情形，藉以提供教練訓練或選手心理輔導之參考。

二、研究目的

基於上述研究理論，本研究提出以下二項研究目的：

1. 探討不同性別的大專體育科系選手其在內在動機的差異情形。
2. 探討不同下場機會對大專體育科系選手內在動機的影響。

三、名詞解釋

1. 內在動機：指個體在活動過程中感到滿足，對運動所表現出的興趣、樂趣和滿意的程度。在本研究中以受試者在「內在動機量表」上的得分表示之，得分高者，表示其參與專長訓練的內在動機高，反之則否。
2. 下場機會：指各專長運動代表隊之選手，代表學校對外參加比賽時之下場機會，本研究中分為三組。第一組為經常下場選手，意指一般所謂的主力選手；第二組為偶而下場選手，意指一般所謂的替補

選手；第三組為沒有下場選手，意指比賽中完全沒有下場比賽機會。

貳、文獻探討

一、不同性別與內在動機的相關文獻

許多研究探討到運動員的參與動機有性別的差異性，且因著運動情境的不同其差異性也將有所不同。Weinberg & Jackson (1979) 以大學男、女生為受試者，探討金錢的報酬與成功／失敗對內在動機的影響，發現女性比男性具有較強的內在動機。

Weinberg & Ragan (1979) 以100名大學生為受試者，探討在運動任務中，男、女生在不同競爭情況與成功／失敗對內在動機的影響。研究結果顯示：男性在有競爭的情況下比沒有競爭時具有較高的內在動機，而女性在有、無競爭的情況下，內在動機都沒有差異存在。

季力康、賴素玲和陳美燕（民84）以大專網球選手為對象，探討不同性別與運動水準在參與網球運動動機上是否有差異存在，研究結果發現：不同性別與運動水準在參與網球運動動機上有顯著差異存在，其中男選手在參與網球運動的內在動機有顯著高於女選手。

莊艷惠（民86）以大專運動競技系及休閒科學生為受試者，探討不同性別其內在動機的差異，結果發現：不同性別的兩種體育科系學生其內在動機並無顯著差異存在。

在內在動機的相關研究中，由於女性的運動參與人口不斷的增加，運動中性別的問題也備受重視，而有關不同性別的差異在內在動機上的問題，已有不少研究加以探討。目前國內外的研究有不一致的情形，研究者認為大專運動選手是一特殊族群，為使教練在帶領不同性別的運動團隊時，在其心理需求及輔導上能有更客觀的參考，因此參考國內外文

獻，來探討大專體育科系男、女生在內動機上是否有差異存在，是為本研究的動機之一。

二、不同下場機會與內在動機的相關文獻

從過去的研究中發現，許多情境因素會對內在動機有負面的影響，例如：競爭、獎賞、金錢等（Deci & Ryan, 1991）。而這些情境在我國運動選手成長的環境中，都是不可或缺的誘因。以認知評價理論而言（Deci & Ryan, 1985），當某個外在的事件（如回饋、獎賞、讚許）能提供個人有能力的訊息，並且這個訊息是屬於正向的時候，會提高個人的勝任感，同時他的內在動機也會跟著增加。反之若這個訊息是負向的，則會減低勝任感，並且降低內在動機。當運動員認知到自己的行為是由外在誘因所引發時，原先的內在動機會轉變為外在控制。這時產生的轉變會降低運動員的內在動機。根據 Deci & Ryan（1980；1985）針對內在動機的探討發現，個人對自己能力訊息的認知會影響其內在動機，當個人在運動中感受到自己是有能力且對自己感到滿意時，會增強其內在動機。

在我們從事活動的過程中，大都會得到豐富訊息的回饋，這些回饋並不只是有關個人表現水準的訊息。根據 Bandura（1982）；Deci & Ryan（1980）提出的內在動機理論認為，有關個人的能力訊息會影響隨後的內在動機。能力回饋影響內在動機的過程，一直較少和其它可能會傳達回饋訊息所產生的影響一起被探討過。Sansone（1986）把回饋分為兩種因素：一為滿足好奇（工作回饋），二為告知能力（正向回饋）。每一種因素都能促進隨後的工作興趣。對於內在動機之變化來說，知覺能力是一個重要的中介變項。內在動機是在沒有報酬期望的情況下，參與活動本身的樂趣（Deci, 1971）。一般是由自由選擇時所花的時間得知

、(Deci, 1971; Lepper & Greene, 1975等)。相對的，“負面的回饋”對個人而言，其所能提供的挑戰或是促使人們有更多的內在動機，可能性是非常小的(Deci, 1972)。

Vallerand & Reid (1984) 以平衡儀做為實驗的項目，驗證 Deci & Ryan 的認知評價理論，將受試者分為積極回饋組、消極回饋組、無回饋組三組。結果顯示：積極回組的受試者比消極回饋和無回饋組有顯著較高的內在動機水準。積極回饋增加知覺能力，也促成內在動機的增加。消極回饋減低知覺能力，也導致內在動機的減低。知覺到的能力對內在動機的影響大於言語回饋對內在動機的影響。

Robert & Greg (1984) 以 115 名體育教育系的男生為受試者，把他們分為正向回饋、負向回饋及無回饋三組，讓受試者從事平衡儀的活動，結果顯示：正向回饋的受試者比負向回饋／無回饋組有顯著較高的內在動機；且在勝任感方面正向回饋組的受試者也比負向回饋／無回饋組有顯著較高的水平。

Vallerand (1983) 探討曲棍球選手在一項任務中，其正面言語回饋與內在動機的關係。結果顯示：1.所有有正面言語回饋的受試者比控制組更具內在動機；2.在知覺能力評量中，回饋組的受試者比控制組的受試，具有較高能力知覺；3.內在動機與知覺能力之間有正相關。

大專體育科系的團體運動項目代表隊，有別於左訓或北訓這種專門訓練的隊伍，因為它兼具教學和訓練雙重性質；在肩負培養國家體育專業人材及優秀運動選手等多重責任之下，每年各項團體性代表隊所擁有的選手均遠超過正式下場比賽的人數，在一個團體中必有經常下場、偶而下場和沒有下場這三類選手，因此，常常會有選手在接受辛苦訓練之後卻沒有下場比賽機會。上述文獻雖然並未直接以“下場機會”為中介變項來探討，但是根據內在動機理論所提，個體會透過對自我勝任感的

認知來判斷自己的能力，當個體可以感受到勝任感增加將有助於提升內在動機。研究者認為“下場機會”對於長期投入辛苦訓練的選手而言，無異於是一種勝任感（自我能力）的正面回饋中介過程。因此，假設有機會可以經常下場比賽的選手，將有助於提升個人對專長運動參與之內在動機；而對那些只能偶而下場及沒有下場機會的選手，將會降低個人的專長運動參與之內在動機。誠如 Sansone（1986）所提，告知能力（正負向回饋）能促進或削弱隨後的工作興趣。下場機會對體育科系選手無異於也是一種告知運動能力的界定方式，研究者較關心的是，選手是否會因不同的下場機會而影響其對個人專長運動項目的勝任感，甚至對自己沒有自信，或是產生消極的想法和情緒？為能更客觀的了解不同下場機會對選手的內在動機是否有影響是為本研究的目的之二。

參、研究方法

一、研究對象

本研究以國立臺灣體育學院，六個團體性運動項（籃球、排球、手球、足球、曲棍球及橄欖球），共十一個男女運動代表隊的選手為受試者。其中男生 109 名，女生 76 名，人數總計 185 名。

二、研究工具

「內在動機量表」是由陳美燕（民 84）根據 Pelletier, Fortier, Vallerand, Tuson & Blais（1995）所發展出來的運動動機表「The Sport Motivation Scale, (SMS)」修訂而來。原量表共有三個分量表，分為內在動機、外在動機和A-動機，三個因素之間是相互獨立的。原量表28題刪減為23題後，其中「內在動機」因素題目共有13題，每題的因素負荷量均大於.40，「內在動機」因素可解釋變異量佔總變異量3

5.50%，主要是了解運動員參與專長運動訓練的內在動機，採七點計分評量法（1 = 完全不同意，7 = 非常同意）。為符合本研究的探討問題，將原量表每一陳述中「從事網球運動....」改為「從事專長訓練....」。修訂後的內在動機量表以探索性的因素分析（EFA）考驗其信度和效度，再以驗證性的因素分析（CFA）考驗其結構效度。結果顯示：「內在動機」因素的 Cronbach α 係數為 .93，表示這份量表具有良好的建構效度和再測信度。

三、實施過程

本研究於民國86年4月13至24日間進行，在施測前均先徵求各隊教練及選手的同意，於上專長課前或專長課結束後，在各專長訓練之場地，各隊採集體方式在確定球員人數後由研究者親自給予施測。在正式填答前，由研究者向受試者說明填答方式，以控制施測情形的一致性，並告知受試者所有資料僅做為研究之用，不會公開個人姓名或資料。請球員詳閱量表的填答說明後，依自己的看法逐題誠實的填寫。填寫的過程若有疑問，可隨時發問，填寫完畢後，由研究者直接收回。

四、資料處理

- (一)、以獨立樣本 t 考驗，了解不同性別在內在動機上的差異情形。
- (二)、以單因子變異數分析，探討不同下場機會對內在動機的影響情形。

肆、研究結果

一、不同性別的大專體育科系選手其內在動機的差異比較

為探討不同性別的大專體育科系選手其內在動機是否有所差異。表一是男、女選手內在動機平均數及標準差，其中男生有 109 位，女生有

76 位，經由 t 考驗統計分析的結果顯示，不同性別的大專體育科系選手其內在動機並沒有差異存在。

表一 不同性別的選手其內在動機的差異比較

性別	人數	平均數	標準差	t值	P值
男生	109	71.72	14.38	1.52	1.31 ^{n.s}
女生	76	68.63	12.40		

二、不同下場機會對內在動機的影響

為探討不同下場機會的選手其內在動機是否有所不同。本研究將下場機會分為三組，第一組為經常下場選手，即為一般所謂的主力選手；第二組為偶而下場選手，即為一般所謂的替補選手；第三組為沒有下場選手。表二是三組不同下場機會選手在內在動機上的平均數及標準差。表三是不同下場機會選手在內在動機上的變異數分析摘要表。表四是各組在內在動機上的事後比較分析。

表二 不同下場機會選手內在動機的平均數及標準差

下場機會	人數	平均數	標準差
經常下場	92	73.51	10.45
偶而下場	72	68.04	14.06
沒有下場	21	65.29	20.61
合 計	185	70.45	13.66

表三 不同下場機會選手內在動機變異數分析摘要表

變異原源		df	SS	MS	F值	P值
組 間	組	2	1839.61	919.81	5.16*	.0066
	內	182	32470.15	174.41		
全 體		184	34309.76			

* $P < .05$

表四 不同下場機會選手在內在動機的事後比較分析

組 別		1	2	3
人 數	21	72	92	
	平均數	65.29	68.04	73.51
沒有下場選手		--		
偶而下場選手			--	
經常下場選手		*	*	--

由於各組間的變異數同質，於是進行變異數分析，結果如表三所示。由變異數分析的結果得知各組間達顯著差異（ $F=5.16, P<.05$ ），因此再進行事後比較。由表四的事後比較結果顯示：在內在動機上，經常下場選手和偶而下場、經常下場選手和沒有下場選手之間達顯著差異，且經常下場選手的內在動機高於偶而下場和沒有下場選手，其餘各組則無顯著差異。

伍、討 論

本研究的目的之一，是想探討大專體育科系學生不同性別的選手其內在動機是否有差異存在，結果不達顯著水準。根據過去在教育

(Vallerand & Bissonette, 1992) 和運動 (Pelletier, et al., 1995) 方面的相關研究發現，女性在參與活動時會展現較高的自我決定，所以內在動機比男性高，而一般男性在競爭情境中的內在動機則比女性高。本研究結果與國外的研究有不一致的結果出現，即不同性別的大專體育科系選手其內在動機並無差異存在。人類的行為與其社會化過程及文化背景原本就息息相關，研究者相信此乃造成沒有差異的可能原因。從受試者的訓練環境來看，雖然性別不同但卻同屬單科體育學院的學生，長期彼此互相影響，其同質性高。在漫長的運動訓練生涯過程中，對個人運動專長參與的認知和看法上不免會受到耳濡目染的影響。此外，本文中的女性運動員她們大多是長期接受運動訓練的優秀選手，其成長背景及接受訓練的過程和環境是較為特殊的，隨著競技水準的日漸提昇，為了縮小兩性之間成績的差距，女性運動選手在無形中被導向男性化的社會化過程，可能也是造成兩性之間差異不顯著的原因。

研究的目的是二，在於探討不同下場機會對大專體育科系選手內在動機的影響。結果顯示有差異存在，經常下場選手的內在動機高於偶而下場及沒有下場選手。從 Deci (1975) 的認知評價理論得知，成功和失敗、正向和負向的回饋有助於一個人對自己能力的了解。成功和正向回饋的經驗可以提高一個人的勝任感；相反地，失敗和負向回饋的經驗會降低一個人的勝任感。根據 Deci 的觀點，這種勝任感就是回饋和內在動機之間的媒介 (王俊明，民84)，本文研究結果即符合上述說法，可以經常下場對選手而言，是一種正向的自我能力肯定之直接回饋，因此，經常下場選手的內在動機高於偶而下場及沒有下場機會的選手；而對長期接受辛苦訓練後卻只有偶而下場甚或沒有下場機會的選手來說，如果他們的運動參與導向是在於輸贏或打敗別人，則較少下場的機會所帶給選手的將是一種消極或負面的回饋了。從結果得知，這兩組選手的內在

動機是低於經常下場選手。此一結果告訴我們，下場機會對體育科系選手而言是一種能力回饋的中介變項，它將影響到選手對個人勝任感的認知，進而影響內在動機，是頗值得我們深思的一個結果。

內在動機的研究，對了解選手在真實的運動情境中的認知、情緒和持續行為有莫大的幫助。教練、父母和體育老師應該重視個別差異，多鼓勵運動員，追求個人的進步或自我的挑戰，並且從內在培養對個人專長運動項目的興趣和認同感。在運動參與過程中多予他們自己有選擇的機會，協助他們改善自己的技巧，讓團體成員可以同心協力一起合作，養成對運動的樂趣和愛好遠比強調「贏」來得更有價值。

陸、結論與建議

一、結 論

- (一)不同性別的大專體育科系選手其內在動機無顯著差異。
- (二)不同下場機會對大專體育科系選手內在動機的影響有顯著差異，其中經常下場選手的內在動機高於偶而下場和沒有下場機會的選手。

二、建 議

- 1.內在動機的研究對了解選手在真實的運動中的認知、情緒和持續行為有莫大的幫助。未來可視為一種探討體育專業人員對個人專長運動投入程度的研究內容。
- 2.不同下場機會的選手內在動機有差異存在。此一發現可提供大專體育科系教師做為了解學生心理需求或改善提昇學生運動參與動機之參考。在運動過程中，重視個別差異，多給予參與機會，注重學生本身技巧的精熟，鼓勵學生重視自我的進步，在這樣的運動氣候下，學生可能會對自己的表現，較充滿挑戰的信念，也會較具有勝任的

感覺。

3.未來的研究可再延伸比較體育科系與非體育科系學生在內在動機上的差異比較。

參考文獻

- 1.王俊明（民84）：大學生之成就動機、目標接受及目標難度對射飛標之工作表現、內在動機及選擇策略的影響。臺北：師大書苑。
- 2.朱素鑾（民85）：成就動機與輸贏對工作難度選擇、內在動機、成敗知覺及台敗歸因的影響。國立體育學院運動科學研究所碩士論文。
- 3.李秀華（民85）：不同運動水準選手目標取向和及內在動機之相關探討。國立體育學院論叢，6卷2期，215-233頁。
- 4.柯竺村（民85）：目標取向與外在酬賞對高工學生足球射十二碼之內，在動機的影響。國立育學院論叢，6卷2期，215-233頁。
- 5.彭文蓉（民84）：如何運用成就目標取向理論了解學生運動行為與增加其運動動機。臺灣省學校體育，26, 58-63頁。
- 6.彭文蓉、季力康（民84）：大專優秀運動選手的運動目標取向和和覺運動成功信念與運動樂之相關探討。八十四年度大專體育學術研討會專刊，357-366頁。
- 7.陳美燕（民84）：運動動機量表之信度與效度分。國立體育學院論叢，5卷2期，185-196頁。
- 8.莊艷惠（民86）：教練領導行為對團隊凝聚力及內在動機的影響。國立體育研究所碩士論文。
- 9.莊艷惠（民86）：不同性別和運動經驗對體育科系學生內在動機與運動目標取向的影響。86年度大專體育學術研討會專刊，92-106頁。
- 10.莊鵬輝（民84）：目標取向、外在動機對國民小學學童踢毽子之內在動機的影響。體育學報，20輯，13-24頁。
- 11.張春興（民78）：心理學。台北：東華書局。
- 12.劉一民（民80）：運動哲學研究。臺北：師大書苑。

- 13.盧俊宏(民83):運動心理學,臺北:師大書苑。
 - 14.盧素娥(民84):不同目標取向者的競賽成敗經驗在歸因因素、自覺能力及動機上的差異。國立體育學院論叢, 5 卷 1 期, 63-83 頁。
 - 15.Ames,C. & Archer,J.(1998).Achievement goals in the classroom : Students learning Strategies and motivation process. Journal of Educational Psychology,80,260-267.
 - 16.Deci.E.L., & Rany R.M.(1980).The empirical exploration intrinsic motivational processes. In L. Berkowitz(Ed),advances in experimental social psychology. New york : Academic Press.
 - 17.Deci.E.L., & Ryan,R.M.(1985).Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York : Plenum.
 - 18.Deci.E.L., & Ryan,R.M.(1991).A motivational approach to self : integration in personality. In R.Eienstbier(ED.),Nebraska symposium on motivation : Vol.38. Perspectives on motivation(pp.237-288).Lincoln,NE : University of Nebraska Press.
 - 19.Duda,J.L.(1989).The relationship between task and ego orientation and the perceived purpose of sport among male and female high school athletes. Journal of Sport and Exercise Psychology,11, 318-335.
 - 20.Duda,J.L.(1992).motivation in sport settings : A goal perspective analysis. In G.Roberts(ED.), Motivation in sport and exercise(pp.31-56). Champaign, IL : Human Kinetics.
 - 21.Dweck, C.S.(1986).Motivational process affecting lealearning. American Psychologist,41,1040-1048.
 - 22.Glyn C.Roberts(1992).Motivation in sport and exercise Human Kinetics Publishers, Inc.
 - 23.Miller,A.(1985).A developmental study of the cogni-tive basis of performance impairment after failure. Journal of personality and Social Psychology,49, 529-538.
-

24. Nicholls, J.G. (1979). Quality and equality in intellectual development : the role of motivation in education. American Psychologist, 34, 1071-1084.
25. Nicholls, J.G. (1984). Achievement motivation : Conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. Psychological Review, 91, 28-346.
26. Nicholls, J.G. (1989). The competitive ethos and democratic education. Cambridge, MA : Harvard University Press.
27. Pelletier, L.G., Fortier, M.S., Vallerand, R.J., Tuson, K.M., Briere, N.M., & Blais, M.R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports : The Sport Motivation Scale (SMS). Journal of Sport and Exercise Psychology, 17, 35-53.
28. Roberts, G.C. (1992). Motivation in sport and exercise : Conceptual constraints and convergence. In Roberts, G.C. (Ed.), Motivation in sport and Exercise (pp. 3-30). Champaign, Illinois : Human Kinetics Books.
29. Šeifriz, J.J., Duda, J.L., & Chi, L. (1992). The relationship of perceived motivational climate intrinsic motivation and beliefs about success in basketball. Journal of Sport and Exercise Psychology, 14, 375-391.
30. Stipek, D.J. (1993). Motivation to learn : from theory to Practice. Boston : Allyn & Bacon.
31. Vallerand, R.J., & Bissonnette, R. (1992). Intrinsic, Extrinsic, and amotivational styles as predictors of behavior : A Prospective study. Journal of Personality, 60, 599-620.
32. Vallerand, R.J., & Deci, E.L., & Ryan, R.M. (1987). Intrinsic motivation in sport. In K. Pandolf (Ed.), Exercise and sport science reviews : Vol. 16, (pp. 389-425). New York : Macmillan.
33. Vallerand, R.J., Gauvin, L.I. & Halliwell, W.R. (1986). Negative effects of competition on children's intrinsic motivation. Journal of Social Psychology, 126, 649-657.
34. Vallerand, R.J., & Reid, G. (1984). On the causal effects of perceived competence on intrinsic motivation : A test of cognitive evaluation theory.

- Journal of Sport Psychology, 6,94-102.
35. Vallerand, R.J., (1983). The effect of differential amounts of positive verbal feedback on the intrinsic motivation of male hockey players. Journal of Sport Psychology, 5, 100-107.
36. Weinberg, R.S. (1984). The relationship between extrinsic rewards and intrinsic motivation in sport. In J.M. Silva III, & R.S. Weinberg (Eds.), Psychological foundations of sport. Champaign, Ill. : Human Kinetics.
37. Weinberg, R.S., & Jackson, A. (1979) Competition and extrinsic rewards : Effect on intrinsic Motivation and attribution. Research Quarterly, 50(3), 494-502.
38. Weinberg, R.S., & Ragan, J. (1979) Effects of Competition success/failure and sex on intrinsic motivation. Research Quarterly, 50, 503-510.
39. Wiess, M.R., & Bredemeier, B.J. (1983). Developmental sport psychology : A theoretical perspective for studying children in sport. Journal of Sport Psychology, 5, 216-230.