

# 大專田徑選手偏好的教練領導行為之研究

賴世堤

## 摘要

本研究旨在探討大專田徑選手偏好教練領導行為之差異，以大專 222 位田徑選手為研究對象，並以「大專院校田徑教練領導行為調查量表」為研究工具進行調查，再依調查所蒐集之資料，以單因子變異數分析 (one-way ANOVA) 及薛費氏法 (Scheffe's method) 等統計方法處理，結果發現：

1. 大專田徑選手對教練領導行為之偏好程度，男選手和五專組選手分別在「訓練與指導行為」、「民主行為」、「專制行為」、「關懷行為」、「獎勵行為」及整體「領導行為」高於其他選手。
2. 大專田徑選手偏好的教練領導行為，「性別」變項在民主、專制、獎勵和整體「領導行為」有顯著差異。
3. 「組別」變項在訓練與指導、民主、關懷、獎勵和整體「領導行為」等向度均呈顯著差異。
4. 「練習天數」變項在訓練與指導、專制和關懷行為等向度亦呈顯著差異。

**關鍵詞：**田徑、教練、領導行為、訓練與指導行為、民主行為、專制行為、關懷行為、獎勵行為。

## Study of The Preference for Coaching Style by The College Track and Field Athletes

Shih-Ti Lai

### Abstract

In this paper, we report the results of our survey study on the preference for coaching and instruction style by the college track and field athletes. Sample includes 222 track and field athletes from universities and colleges. "Scale for the instruction behavior of track and field coaches in college" was used in this investigation. Data obtained were analyzed by One-way ANOVA and Scheffe's method. Result shows that:

Both male and junior college athletes show higher degree of preference in the following items: "training and instruction behavior", "democratic behavior", "autocratic behavior", "social support", "positive feedback", and "integral leading behavior".

"Gender" makes significant difference in terms of "democratic behavior", "autocratic behavior", "positive feedback", and "integral leading behavior".

"Group" has significant effect on "training and instruction", "democratic behavior", "social support", "positive feedback", and "integral leading behavior".

"Days of practice" also shows significant effect on "training and instruction", "autocratic behavior", "social support".

**Keywords:** Track and Field, Coach, Leadership, Training and Instruction, Democratic Behavior, Autocratic Behavior, Social Support, Positive Feedback

## 壹、緒論

### 一、問題背景

對於我國的田徑教練而言，訓練的選手包含跑、跳、擲等各種不同項目的對象，表面上似乎十八般武藝，樣樣精通，實際上每個人的專精項目必然有其侷限，不可能讓不同項目的每位選手，皆達到訓練的預期目標。因此，瞭解教練在面對不同的選手及各種不同的情境因素下的實際領導行為，對於提昇運動成績，提昇教練領導績效，以及增進教練及選手間的互動，具有實質上的意義（吳國銑，民 89）。

多元運動領導模式將教練的領導行為分成：受選手喜愛的行為，情境所要求的行為和教練的實際行為三種，為當教練實際作出的行為，與情境所要求的行為及選手所喜愛的行為相符合時，才是最為理想的模式，此種領導行為模式，可使運動團隊獲得良好的成績表現，也使選手感到滿意（翟群，1999）。但是，選手所喜愛的教練領導行為和教練的實際行為之間往往有落差，唯有縮短差距，才能達到上述的目標。

運動教練的工作，在今日一般社會中，屬於高度冒險、高度壓力、高度挑戰、高度創新以及高度複雜的工作。它的複雜與難為，不只是在它肩負上級主管單位的壓力、社會大眾的期盼，以及運動選手的的要求而已。最重要的而且不可忽略的是教練工作本身的性質，原就充滿著不確定與矛盾的特性。因為教練帶領選手，平常教導訓練的，是極不好掌握的運動技術，追求的是有板有眼，一絲不苟的成績；領導的卻是一群有血、有肉、有情緒、難以捉摸的人，而時時面對的，是各式各樣反應激烈的回饋（許義雄，民 78）。尤其是田徑項目甚為枯燥乏味，無論選手或教練均須富有極高的熱誠，才可能有優良的成績表現。

從過去的領導理論與研究中發現，運動教練的工作不再是單純的運動技術指導而已，他/她們仍經常被要求扮演管理者、諮商者、甚至作為選手的角色模範-----等不一而足。也因為領導行為迄今仍無一套放諸四海而皆準之標準模式，可供大家「遵循」；因此，身為運動教練應了解其本人及運動選手之特質，並配合其團隊內外環境，發展出一套「適合他們自己」的領導哲學，並採取「合宜」的領導行為，讓團隊發揮最大凝聚力，共創

佳績（鄭志富，民 84）。

現階段而言，大專院校的體育教師與專任教練，尚未完全走上分途制，大多數學校的運動代表隊教練仍然以體育教師兼任為主。體育教師平常擔任體育教學，課餘訓練運動代表隊選手，往往處於疲於奔命的窘境。因此，在田徑教練難為，大專院校田徑教練更難為的情境下，教練領導行為是一個值得研究的課題。

近年來，國內外有關運動選手偏好的教練領導行為之研究不在少數（黃金柱，民 79；鄭敏雄，民 81；陳玉娟，民 84；莊豔惠，民 86；Chelladurai, 1978；Chelladurai & Saleh, 1978；Chelladurai & Carron, 1981；Erle, 1981；Chelladurai, 1984；Wang, 1997），唯其不同背景變項，亦產生不同之研究結果，研究對象方面，個人項目或團隊項目均有或者多種項目同時研究者也有，但是針對大專田徑選手為研究對象者卻極少。

## 二、研究目的

基於上述問題認知，本研究之目的如下：

- (一) 瞭解大專田徑選手偏好的教練領導行為。
- (二) 比較不同背景變項（性別、年齡、組別、練習天數）之大專田徑選手對其教練領導行為偏好程度的差異情形。

## 貳、研究設計與實施

### 一、研究架構

本研究旨在探討我國大專院校田徑選手偏好之教練領導行為。以文獻探討理論，加以分類、歸類為本研究之概念架構（圖一），憑此分析各變項間的關係。

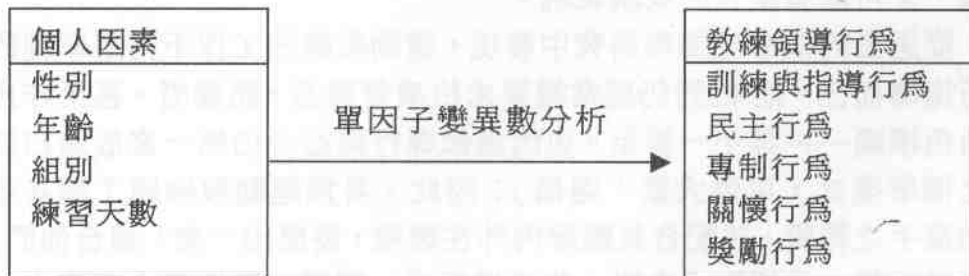


圖 1 大專院校田徑選手偏好的教練領導行為研究架構

如圖 1 所示，本研究探討我國大專院校田徑選手偏好的教練領導行為，以大專院校田徑選手之「個人因素」為「自變項」，而以領導行為的「訓練與指導行為」、「民主行為」、「專制行為」、「關懷行為」、「獎勵行為」等五種因素為「依變項」，本研究所定之自變項界定如下：

性別：分男女兩種。

年齡：分 17 歲以下、18-20 歲、21-23 歲、24 歲以上等四級。

組別：分大學甲組、大學乙組、五專組等三類。

練習天數：分每週 1 天、2-3 天、4-5 天、6 天以上等四類。

## 二、研究工具與實施

- (一) 研究工具：本研究採用鄭志富編製「運動領導量表」(具同意書)，定名為「大專院校田徑教練領導行為調查量表」。
- (二) 量表編製：本量表包括訓練和指導行為(13 題)、民主行為(9 題)、專制行為(5 題)、關懷行為(8 題)、獎勵行為(5 題)。每個分量表的得分代表該教練在此行為之表現，而五個分量表分數之總和代表該教練的領導行為，分數愈高則成就愈高。
- (三) 填答及計分方式：本量表分為二部分，第一部分為「運動領導量表」，偏好版，由受試者依量表之敘述及個人看法和感受填答，從五個答案中(總是、經常、偶爾、很少、不會)選取一個作答，且每題均須作答。計分方式，正向題答「總是」者 5 分，「經常」者 4 分，「偶爾」者 3 分，「很少」者 2 分，「不會」者 1 分。反向題答「總是」者 1 分，「經常」者 2 分，「偶爾」者 3 分，「很少」者 4 分，「不會」者 5 分。量表的第二部分為個人基本資料。

## 三、量表的信、效度

- (一) 信度考驗：本研究所編制之【運動領導量表(中文版)】之信度考驗方面，其「偏好版」之 Cronbach's  $\alpha$  係數值高達.9195，可見本量表的內部一致性頗高。至於穩定信度亦高達顯著水準，惟「專制行為」向度之值偏低，此結果與國外之研究均同。
- (二) 效度考驗：本研究之量表經鄭志富等人(民 86)透過數位專家學者檢視與修正，完稿後再譯成英文寄回原量表著作權人 Dr. Chelladurai

審視、修正，並進行預試、項目分析等步驟始定稿，因此，本量表具有內容效度 (content validity) 殆無疑義。且該量表目前經多位研究者使用，亦證明其有極佳之內容效度與建構效度。

#### 四、研究樣本

本研究旨在探討我國大專院校田徑選手偏好的教練領導行為，樣本選取採簡單隨機抽樣 (simple random sampling) 方式，以參加八十六年大專運動會之田徑代表隊選手為對象。於民國八十六年四月二十六日~四月三十日大專運動會期間，親向各隊作量表調查 (某些代表隊限於時間，回校填答後再寄回)，計發出 288 份量表，回收 288 份，經整理得有效量表 222 份 (有效回收率 77.08%)。選手基本資料如附表。

各校問卷回收一覽表

學校	省體	師大	雲技	逢甲	中興	成大
回收問卷	39	29	6	15	16	36
有效問卷	27	29	6	14	14	5
有效回收率(%)	69.23	100.00	100.00	93.33	87.50	13.86

學校	東海	中原	南開	勤益	僑光	嶺東
回收問卷	17	18	15	6	9	8
有效問卷	12	10	13	6	9	7
有效回收率(%)	70.59	55.56	86.67	100.00	100.00	87.50

學校	中國工商	大仁	中州	醒吾	輔英	中華醫專
回收問卷	13	6	9	14	21	11
有效問卷	13	6	9	12	19	11
有效回收率(%)	100.00	100.00	100.00	85.71	90.48	100.00

#### 五、資料處理

(一) 資料整理：量表收回後，即進行量表資料之整理，剔除填答不全之量表，計有效量表 222 份，再進行輸入電腦之處理，並應用 SAS

之程式進行資料分析。

(二) 統計分析：本研究之統計分析，以下列方法進行：

以「單因子變異數分析」(one-way ANOVA) 法考驗。若達  $P < .05$  之顯著水準，再以薛費氏法 (Scheffe's method) 進行各變項的事後比較。

## 參、結果與討論

### 大專田徑選手偏好的教練領導行為差異比較

#### 一、性別

(一) 結果：如表 1

表 1 不同性別大專田徑選手偏好的教練領導行為比較分析摘要表

性別	N	訓練與指導行為		民主行為		專制行為		關懷行為		獎勵行為		整體領導行為	
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
男	132	54.88	3.29	36.09	5.10	13.52	4.60	32.74	4.88	20.45	3.03	157.67	18.79
女	90	54.00	6.77	34.40	4.21	11.60	3.75	31.24	4.81	19.19	2.91	150.43	16.73
F 值		0.82 (N.S.)		6.75*		10.73*		5.10*		9.53*		8.68*	
事後比較		-		男 > 女		男 > 女		男 > 女		男 > 女		男 > 女	

\*  $P < .05$

#### (二) 分析與討論

本研究針對不同性別大專田徑選手偏好的教練領導行為之調查，除「訓練與指導行為」沒有顯著差異外，其他各層面之領導行為均具顯著差異，且均為男選手高於女選手，顯示男選手渴望教練建立權威嚴格訓練，期望技術的突破。此外，偏好的教練領導行為與知覺程度之間顯然有落差 (賴世堤，民 88)，可見選手對教練目前的領導行為並不滿意，希望有更積極的作為。上述的結果與其他的研究 (鄭志富，民 86；鄭敏雄，民 81；Chelladurai & Saleh, 1978) 大致符合。男選手較女選手偏好教練的「專制行為」，也與陳玉娟 (民 84)、Erle (1981) 的研究結果一致。善用性別差異及對領導行為不同認知與需求，展現教練在訓練上的才能和經營效能，似乎是教練極為重要的課題。

## 二、年齡

(一) 結果：如表 2

表 2 不同年齡大專田徑選手偏好的教練領導行為比較分析摘要表

年齡	N	訓練與指導行為		民主行為		專制行為		關懷行為		獎勵行為		整體領導行為	
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
17 歲以下	39	53.64	7.62	34.72	4.86	10.67	12.63	31.46	5.38	19.64	3.18	150.13	18.81
18-20 歲	115	55.66	6.85	35.85	4.95	14.18	13.74	32.79	4.83	20.16	2.94	157.10	17.68
21-23 歲	61	53.23	7.03	35.05	4.66	13.73	4.87	31.48	4.47	19.62	3.22	153.11	18.88
24 歲以上	7	52.00	6.43	35.00	4.00	17.29	2.73	30.86	6.23	20.57	2.23	155.71	17.60
F 值		2.20 (N.S.)		0.72 (N.S.)		7.07*		1.47 (N.S.)		0.66 (N.S.)		1.65 (N.S.)	
事後比較		-		-		24 ↑ > 17 ↓ ,		-		-		-	
						21-23		-		-		-	
						18-20 > 17 ↓							

\*P < .05

(二) 分析與討論

本研究之不同年齡背景變項在知覺的教練領導行為各層面均無顯著差異(賴世堤, 民 88), 但在偏好的「專制行為」層面, 有不同的結果, 24 歲以上的選手偏好的程度高於 17 歲以下和 21-23 歲的選手, 18-20 歲的選手也顯著高於 17 歲以下的選手。不同年齡, 雖然不一定影響選手偏好其教練領導行為之差異, 不過其他研究(鄭志富, 民 86)之結果, 其偏好程度, 16-18 歲的選手最不喜歡其教練表現「專制行為」。由此可見, 不同項目, 不同年齡層的選手, 偏好教練的領導行為, 並未有固定之傾向。

## 三、組別

(一) 結果：如表 3

表 3 不同組別大專田徑選手偏好的教練領導行為比較分析摘要表

組別	N	訓練與指導行為		民主行為		專制行為		關懷行為		獎勵行為		整體領導行為	
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
大學甲	56	51.46	7.05	33.73	4.79	12.80	4.07	31.07	4.93	18.98	2.70	148.05	17.78
大學乙	61	54.52	6.78	35.13	4.11	13.54	4.34	31.41	4.99	20.23	3.33	154.84	17.56
五專	105	56.15	6.80	34.46	4.99	12.24	4.51	33.12	4.67	20.28	2.95	158.25	18.15
F 值		8.54*		6.25*		1.74 (N.S.)		4.25*		3.80*		5.93*	
事後比較		五專 > 大學甲		大學乙 > 大學甲		-		五專 > 大學甲		五專 > 大學甲		五專 > 大學甲	

\* P < .05

## (二) 分析與討論

本研究發現：不同組別大專田徑選手偏好的教練領導行為，以五專組的選手更期待教練的領導行為，唯一不同者為「民主行為」，大學乙組選手偏好程度高於大學甲組。讓我們瞭解，五專組的選手甚至更希望教練有更積極的領導行為，至於「專制行為」並無顯著差異，卻也顯示選手並不希望教練過於表現權威。

與本研究組別變項類似但又不完全相同性質的研究(鄭志富, 民 86)顯示，大專的運動選手，較國中選手偏好教練「民主行為」及「關懷行為」；又較高中選手偏好「獎勵行為」。而在「專制行為」向度上發現，國中組比高中組有較高的偏好程度。可見大專的運動選手除了積極爭取其生活、學業的自主權外，其在接受運動訓練的過程中，亦期盼能享有參與決策制定及獲得教練關心的機會。

## 四、訓練頻率

### (一) 結果：如表 4

表 4 不同訓練頻率大專田徑選手偏好的教練教練領導行為比較分析摘要表

訓練頻率	N	訓練與指導行為		民主行為		專制行為		關懷行為		獎勵行為		整體領導行為	
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
1天/週以下	10	50.00	7.15	33.40	4.50	15.60	3.86	29.30	3.50	19.00	1.49	147.30	14.62
2-3天/週	69	53.64	7.24	32.88	5.05	12.46	3.72	31.78	4.44	19.64	3.02	152.41	17.24
4-5天/週	102	54.62	6.82	35.46	4.91	13.29	4.53	31.86	5.24	20.07	3.16	155.30	19.38
6天/週	41	56.88	6.86	36.63	4.08	11.12	4.60	34.10	4.52	20.34	3.02	159.07	17.42
F 值		3.34		1.76		4.11*		3.67*		0.84		1.74	
事後比較		-		-		1天/週>6天/週		6天/週>1天/週		-		-	

\*P&lt;.05

## (二) 分析與討論

本研究的結果，在不同的訓練頻率選手偏好的教練領導行為方面，在「訓練與指導行為」、「專制行為」及「關懷行為」等層面上，具顯著水準，經事後比較，「專制行為」和「關懷行為」二個層面有顯著差異存在。顯示每週練習一天的選手較每週練習六天的選手更期待教練的「專制行為」。反之，每週練習六天的選手較每週練習一天的選手更希望教練的「關懷行為」。換言之，練習較少的選手期待教練的嚴格要求，以求技術的精進，練習較多的選手又希望教練更多的關心，然而，鄭志富(民86)的研究，訓練頻率為背景變項針對台灣地區運動選手的研究，無論知覺的或偏好的教練領導行為卻都沒有顯著差異存在。

## 肆、結論與建議

### 一、結論

(一) 大專院校田徑選手偏好教練領導行為的差異比較如下：

1. 五專組的選手，偏好教練「訓練與指導行為」，顯著高於大學甲、乙組的選手。
2. 偏好教練之「民主行為」，男選手及大學乙組選手分別顯著高於女選手及大學甲組和五專組選手。
3. 偏好教練之「專制行為」，男選手、24歲以上及每週練習一天以上

的選手分別顯著高於女選手、其他年齡及其他練習天數的選手。

4. 偏好教練之「關懷行為」，男選手、五專組及每週練習六天以上的選手分別顯著高於女選手、大學甲、乙組及其他練習天數的選手。
5. 偏好教練之「獎勵行為」，男選手及五專組選手分別顯著高於女選手及大學甲、乙組選手。
6. 偏好教練之整體「領導行為」，男選手及五專組選手分別顯著高於女選手及大學甲、乙組選手。

(二) 大專田徑選手偏好的教練領導行為，「性別」變項在民主、專制、關懷、獎勵和整體「領導行為」以及「組別」變項在訓練與指導行為、民主、關懷、獎勵和整體「領導行為」等向度均呈顯著差異。「練習天數」變項在訓練與指導、專制和關懷行為等向度亦呈顯著差異。

## 二、建議

根據本研究之發現與結論，擬提出數項建議，作為未來研究及改善教練領導行為之參考：

- (一) 本研究發現大專田徑選手偏好的教練領導行為，男選手、五專組選手和練習天數較多的選手顯著高於其他選手。換言之，對教練領導行為之認同，女選手、大學甲、乙組選手和練習天數較少的選手有待加強。因此身為教練，今後宜多給予上述選手表達意見、決策參與、關懷和獎勵等。
- (二) 本研究發現偏好的教練領導行為，大學甲組選手均低於五專組選手，甲組選手技術水平較高，証之成績表現有時卻不如高中階段。賴世堤（民 87）的研究發現：甚多項目高中田徑選手顯著優於大專選手，甚至於國中選手與大專選手的水準也在伯仲之間。是否與保送制度，選手達到升學目的即不再努力有關？確實值得深入探討。
- (三) 根據許多文獻之研究結果，教練領導行為與選手成績表現和團隊凝聚力等均有顯著之相關，建議爾後可從事此方面之研究與探討。

### 參考文獻

- 吳國銑 ( 民 89 )。我國大專院校運動教練領導行為比較研究。體育學報，第 28 輯，59~68 頁。
- 陳玉娟 ( 民 84 )。台灣地區游泳教練領導行為與選手成績表現及滿意度關係之研究。國立台灣師範大學體育研究所碩士論文 ( 未出版 )。
- 許義雄 ( 民 78 )。運動教練的角色—就人本主義觀點談起，中華體育季刊，11 期，60~62 頁。
- 莊豔惠 ( 民 86 )。教練領導行為對團隊凝聚力及內在動機的影響。國立體育學院體育研究所碩士論文 ( 未出版 )。
- 黃金柱 ( 民 79 )。國家級運動教練領導行為調查研究。體育學院論叢，第一卷，第二期，257~336 頁。
- 翟群 ( 1999 )。運動領導心理研究發展綜述。廣州體育學院學報，19 卷，3 期，52~58 頁。
- 鄭志富 ( 民 86 )。運動教練領導行為研究論文集，師大書苑有限公司，199~280 頁。
- 鄭志富 ( 民 84 )。運動教練領導行為模式分析。台灣師大體育研究，復刊號，第 1 期，75~89 頁。
- 鄭敏雄 ( 民 81 )。大專院校教練領導行為與運動員滿足感關係之研究。國立台灣師範大學體育研究所碩士論文 ( 未出版 )。
- 賴世堤 ( 民 87 )。大專運動會與區中運田徑成績比較分析。中華民國大專院校八十七年度體育學術研討會專刊，819~833 頁。
- 賴世堤 ( 民 88 )。大專院校田徑教練領導行為之研究。大專體育學刊，第一卷第二期，大專院校體育總會，111~127 頁。
- Chelladurai, P. ( 1978 ) . A contingency model of leadership in athletics. Unpublished doctoral dissertation, University of Waterloo, Canada.
- Chelladurai, P. ( 1984 ) . Discrepancy between preferences and perception of leadership behavior and satisfaction of athletes in varying sports. Journal of Sport Psychology, 6, 27~41.
- Chelladurai, P., & Carron, A. V.( 1981 ) . Applicability to youth sports of the leadership scale for sports. Perceptual and Motor Skills, 53, 361~362.

- Chelladurai, P., & Saleh, S.D. (1978). Preferred Leadership in sports. Canadian Journal of Applied Sports Sciences, 3, 85~92.
- Erle, F.J. (1981). Leadership in competitive and recreational sport. Unpublished master's thesis. University of Western Ontario, London, Canada.
- Wang, Y.T. (1997). A comparison of the coach leadership behavior preferred by male and female track and field athletes. Unpublished master's thesis, Springfield College. Springfield, MA.