

# 性別對青少年運動友誼影響 之調查研究

國立臺灣體育運動大學 蔡俊傑  
國立臺灣體育運動大學 塗婉儀  
國立臺灣體育運動大學 楊慧鈴

## 摘 要

本研究旨在了解青少年性別對於運動友誼之影響。於本研究中，運動友誼所測量之項目包含「自尊與支持」、「忠誠度與親密關係」、「共有信念」、「陪伴與愉悅感」、「衝突解決」、「衝突發生」等。本研究採用調查研究法，立意抽取臺灣中部某國立高中學生一百人為樣本，男女各半，以紙本問卷做為主要施測工具。研究結果顯示，青少年性別對於運動之「忠誠度與親密關係」有顯著影響。即女學生在運動忠誠度與親密感之感受顯著高於男學生，而其他項目並無顯著差異。本研究結果可提供教育工作者了解青少年性別與運動友誼之關係，以幫助培養青少年對運動之正面感受。

關鍵字：青少年、運動友誼、性別

## 壹、緒論

體育活動是培養學生民主素養、社會參與、學習歷程、自我實現與溝通及合作等能力的一種過程（顏君彰、林晉榮，民 98）。沒有一個政策是最好的，但我們只能選擇一個較好的政策來做為推動，運動參與納入考試計分最終的目的就是要讓大家重視運動參與、重視體適能、重視健康（洪嘉文，民 95）。

參與運動的過程之中，若同儕朋友相伴，在互動之下，這種支持能讓運動過程增添更多樂趣。日常生活中，友誼是一種具有親密性、相互性及發生在兩個個體之間的關係（Bukowski & Hoza, 1989）；而運動友誼（Sport Friendship）則是指在運動情境中發展出的一種人際關係，也就是與朋友之間的情誼，以及對自我知覺所影響的程度，其中包括：（一）正向的友誼知覺：同儕情誼、愉快的玩伴關係、增進自尊心、相互幫忙和指導、社會化行為、親密關係、忠誠度、共同點、個人特質的魅力、沒有衝突、情感的支持、衝突的化解等。（二）負向的友誼知覺：衝突、令人不悅的人格特質、不夠忠誠以及難以親近的（Weiss, Smith, & Theeboom, 1996）。

青少年最主要的交流活動之一，是透過運動過程中的互動發展出社交行為，進而連結情感而產生友誼。在青少年階段，同儕友誼的緊密程度，容易影響往後的自我身心發展。Sullivan(1953)也指出青少年前期(pre-adolescence)的兒童有人際親密的需求，他認為兒童若缺乏與親密朋友互動的經驗，會影響日後生活、人格養成及社會化的能力。因此學者 Weiss 和 Smith 就曾在 1999 利用「運動友誼品質量表」(Sport Friendship Quality Scale, SFQS)針對青少年的運動友誼及其施測各層面做探討。

影響運動友誼之因子繁多，其中「性別」對青少年運動表現之影響尤為深遠。青少年期正處於性別概念形成的階段，其性別感受對其交友、課業以及活動上都有所衝擊。男學生與女學生之反應亦有所不同，呈現在運動表現上也有差異。因此本研究以性別為主要變數，主要探討以下問題：性別對於青少年運動友誼是否有顯著影響？而針對此主要問題，本研究發展出了六個子問題如下。

- （一）不同性別青少年於運動「自尊與支持」表現是否有顯著不同？
- （二）不同性別青少年於運動「忠誠度與親密關係」表現是否有顯著不同？
- （三）不同性別青少年於運動「共有信念」表現是否有顯著不同？
- （四）不同性別青少年於運動「陪伴與愉悅感」是否有顯著不同？
- （五）不同性別青少年於運動「衝突解決」表現是否有顯著不同？
- （六）不同性別青少年於運動「衝突發生」表現是否有顯著不同？

為深入了解上述因子之內涵，以下文獻探討就青少年之運動友誼進行深入討論。

## 貳、文獻探討

本研究文獻的部分以「運動友誼的理論與量表的發展」以及「運動友誼之相關研究」等兩部分來進行探討。

### 一、運動友誼的理論與量表的發展

Newcomb 和 Bagwell 在 1995 年的研究中，以後設分析法指出，針對兒童與青少年「是否擁有朋友」對其身心發展重要性之相關研究已累積不少，這些研究企圖呈現朋友間與非朋友間互動方式的差異；但只針對「是否擁有朋友」來解釋友誼對孩童發展的重要性時，常常發生解釋上及因果上的混淆，也是表示擁有朋友並不能表是等於擁有「很要好的朋友」(Hartup, 1996)。青少年時期的個體會設法擺脫父母的束縛，但由於自身能力的限制還不能夠獨立承擔成人角色。此時，與好朋友的交往成為他們的「避難所」(王英春、鄧泓、張秋凌，民 95)。因此，「友誼品質」逐漸成為研究友誼的新潮流。

此後有學者提出友誼可從量的層面和質的層面分兩方面探討，量的層面指相互提名的朋友數，質的層面則表示兒童知覺的正向與負向友誼品質(Demir & Urberg, 2004; Hussong, 2000)。青少年友誼的研究主要圍繞友誼概念和友誼質量進行，友誼概念是早期運動友誼研究關注的內容，友誼概念是兒童青少年對友誼的一種主觀認知，可以理解對「朋友」、「友誼」的理解和期望(朱瑜、邱勇，民 95)。運動友誼研究源於發展心理學，較少關於多種類型活動友誼質量的相關文獻。因此早期多數研究者都涉及了運動友誼質量的某一分面與動機的影響(Allen, 2003)。

運動友誼最早是由 Weiss 和 Smith 所編製的運動友誼品質量表而來。他們參考 Parker 和 Asher (1993) 的友誼品質量表發展出具有建構效度的「運動友誼品質量表」。Weiss 和 Smith 認為，在青少年階段，運動對兒童以及青少年身體發展皆有相當多的益處，同樣的，運動也在兒童及青少年早期發展身心健全及人際關係上占有非常重要的關鍵。

當邁入了就學階段，與來自不同家庭，有著不同價值觀的個體，透過相互幫助的合作關係而產生互動，發展出社交行為而連結而成友情。友誼可以為個體提供社會支持，滿足其獨特的心理需要。並非所有運動項目都適用同一種 SFQS，所以針對不同運動項目，許多學者也發展出不同的運動友誼品質量表。陳鵬仁、卓俊伶(民 94)所做的研究指出，在班級團體中，高身體活動量的學生相對較不易遭受同儕排斥，與同儕間的互動關係比低身體活動量的學生來的融洽。因此，增加參與身體活動行為，不僅影響了學生身體的生理

健康，並與在社會適應方面的發展有正面相關。兒童及青少年時期發展的同儕關係會左右日後成人時期的人際發展，友誼影響自我概念的形成，同儕對發展扮演著重要的角色，尤其當學生認為參與運動是個重要的社交場合，他們可以呼朋引伴去運動，所以運動是個可以與朋友相處的情境，過去的研究曾調查學生參與運動的原因，其中能和朋友在一起是最常見的因素。運動正向友誼會影響學童參與運動的動機(Weiss & Smith, 1999)。

Weiss 和 Smith 經過了多次的修改才終於將運動友誼品質量表 Sport Friendship Quality Scale(SFQS)編製完成。此量表分成六個向度 22 道題目。包括「正向友誼知覺」的五個向度，「增進自尊及支持」有四個項目；「忠誠和親密」有四個項目；「共同的喜好」有四個項目；「愉悅的玩伴關係」有四個項目；「解決衝突」有三題，以及「負向的友誼知覺」一個向度，「衝突」三個項目。

國內學者徐瑞玉、盧俊宏利用其事前質性研究之結果，並參考 Weiss 和 Smith 的 SFQS 題目，重新編製了中文版的青少年運動友誼品質量表，原為 33 道題目，施測之後編製成 24 道題目，七個因素構面，分別命名為：一、自尊的增進與支持；二、共同的想法與興趣；三、衝突；四、衝突的化解；五、親密關係；六、情感的支持；七、互相幫忙和指導。量表累積的解釋變異量為 56.71%，信度方面各量表的 Cronbach's  $\alpha$  係數在 0.53 至 0.71 之間，顯示此量表譽有良好的建構效度和可靠的內部一致性(2002)。

## 二、運動友誼之相關研究

運動友誼研究發展至今已超過十年，之所以仍如此受到重視，乃是因為友誼在每個人的一生中的確占有一席舉足輕重的份量。國內學者徐瑞玉在 2001 年編製了一份青少年友誼品質量表，針對青少年運動選手與非運動選手運動友誼及運動員精神之比較，研究對象是以獲得 89 學年度國中甲級籃球聯賽前八名之隊伍共 205 位(男生 139 位，女生 66 位)，以及北中南三所國中上體育課班級之國中生 263 位(男生 136 位，女生 127 位)，總計 468 位。研究工具為青少年運動友誼品質量表(徐瑞玉，民 90)。經獨立樣本 t 檢定、皮爾遜(K. Pearson)積差相關分析所得研究結論顯示，青少年在參與運動訓練、比賽或是上體育課時，能夠藉由體育活動而獲得較多的友誼機會，朋友與朋友之間能夠互相支持與鼓勵而且擁有較高的自尊心(徐瑞玉，民 90)。

2006 年林晉榮和王建權在大專體育學刊發表了一篇兒童動作協調能力不良對運動友誼品質之影響，研究對象是以 417 名國小四到六年級的兒童為研究對象，先使用「兒童動作評估量表測試工具(Movement ABC test)」篩檢出 MD 兒童，再以「國小兒童運動友誼品質問卷」為施測工具進行問卷調查。有效樣本為 397 位(MD 兒童 203 位，正常兒童 194 名)，使用積差相關、t-test 及 MANOVA 等統計方法處理，研究結果顯示，兒童動作協調能力與運動友誼品質間均呈現顯著的負相關，表示動作協調能力障礙程度越低，則運動友

誼品質關係越好；就性別而言，對運動友誼品質上之互助關心層面，女生得分較高於男生；衝突層面則男生得分較高於女生。針對年級及年齡而言，在運動友誼品質上的互助關心及愉悅友伴層面較高年級及年齡有較好的表現（林晉榮、王建權，民 95）。

貴州師範大學學者劉紅、王洪禮，針對 209 名小學兒童的孤獨感與友誼質量、同伴接納的關係，研究結果顯示得分存在著年級差異，二年級得分最高(34.6±10.7)，其次是四年級(27.6±7.6)，六年級得分最低(24.7±9.1)；男生的孤獨感得分高於女生[(30.8±10.0)vs.(25.8±8.7)， $p < 0.001$ ]。不同的友誼質量、社交地位兒童孤獨感存在差異，雙高組(21.6±8.9)、高低組(19.8±8.0)的孤獨感得分低於雙低組(39.8±11.0)(均  $p < 0.05$ )。而同伴接納與階級友誼質量各自都能夠負向預測孤獨感，階級友誼質量在同伴接納與孤獨感之間發生中介作用(劉紅、王洪禮，民 98)。

## 參、研究方法

本研究以調查研究法為主，茲詳細說明研究方法如下。

### 一、參與者

本研究所施測對象為臺灣中部某國立高級中學，以立意取樣方式抽取高一、高二、高三，身體健康、無特殊疾病，有運動習慣之男、女學生各五十人，共一百人為樣本。

### 二、研究流程

本研究利用學校各班體育課下課之後的課餘時間，尋求自願填寫者，以不記名方式填答，隨即回收問卷。詳細研究流程如下：(1) 針對願意填答之學生發放紙本問卷 (2) 發詳細說明問卷指引與問卷填答規則 (3) 學生自行填答問卷（十分鐘） (4) 回收問卷並重申資料保密原則。

### 三、研究工具

本研究主要施測工具為「運動友誼量表」，其改編自 Weiss & Smith 所編製之 SFQS 問卷，研究者將原問卷題目翻譯成中文，並稍做修改以適合施測高中學生。本研究問卷有基本資料問題共五題，以單選題與填充題為主，內容包含「性別」、「年級」、「參與的運動」等。至於「運動友誼量表」的部分，總共有二十二題選擇題，其為五等量表題型，共分成六個子項目，為「自尊與支持」、「忠誠度與親密關係」、「共有信念」、「陪伴與愉悅感」、「衝突解決」、「衝突發生」等。

#### 四、資料分析方法

本研究自 101 年七月蒐集相關文獻及問卷，進行文獻整理，確定研究架構之後，進行研究工具編制，並聯繫施測相關事宜，研究者親自施測之外，也煩請同仁幫忙。完成施測之後，以 SPSS for Window 18.0 版進行各項統計分析與考驗。統計方法主要為 *t* 檢定。

### 肆、結果與發現

以下為本研究之資料分析結果。本研究以「性別」為自變項，以「運動自尊與支持」、「運動忠誠度與親密關係」、「運動共有信念」、「運動陪伴與愉快感」、「運動衝突解決」、「運動衝突發生」為依變數進行分析。結果發現所有運動友誼項目中以「運動忠誠度與親密關係」達到顯著，女生在這個項目的平均數上顯著高於男生。

表 1.  
不同性別青少年其運動友誼表現之資料分析結果

	組別	個數	平均數	標準差	<i>t</i>	<i>p</i>
運動自尊與支持	男生	48	4.0417	.7461	-.343	.732
	女生	50	4.0950	.7904		
	總計	98				
運動忠誠度與親密關係	男生	47	3.8245	.7956	-2.289	.024*
	女生	48	4.2031	.8165		
	總計	95				
運動共有信念	男生	47	3.7447	.8542	-1.516	.133
	女生	49	3.9847	.6911		
	總計	96				
運動陪伴與愉快感	男生	48	4.1875	.6793	-8.44	.401
	女生	50	4.4400	1.9637		
	總計	98				
運動衝突解決	男生	48	3.8472	.6943	-1.519	.132
	女生	49	4.0612	.6928		
	總計	97				
運動衝突發生	男生	48	2.6944	.9499	1.245	.216
	女生	50	2.4733	.8056		
	總計	98				

\**p*<.05

## 伍、討論

本研究以一百名高中學生為樣本，男女各半，而在表一內出現的遺失值，部分為漏填，或者未看清單選題題意而複選，因此在輸入數值時將此刪除，故造成部分遺失值。

本研究在「忠誠度與親密關係」項目上，女學生顯著高於男學生。經訪談發現，女學生在此項目上顯著原因，分為兩大面向；第一面向：女學生會因為原本就認識的好朋友參加運動，進而跟著接觸運動，對同伴較為依賴。第二面向：女學生透過運動，因為互動所結交的同伴朋友，除了運動過程是好搭檔之外，運動之外的時間也常相互聯繫，討論日常生活發生之大小事，分享心事，加上運動過程產生好默契及革命情感，更加深彼此的互信互賴。而男學生參與運動，大多是因為個人對該項運動的喜好，對同伴的依賴度較為女學生低；另因男學生大多心思較無女學生細膩敏感，因此不常也不習慣對夥伴朋友分享生活瑣事。

在「運動自尊與支持」項目中，男女學生並無太大差異，主要原因在於，互動過程之中，男女性別表達鼓勵的方式不太一樣，男學生偶爾在同伴出現失誤以玩笑方式消遣同伴，而女學生較習慣以正面的方式提供支持，但大多時候，男學生與女學生皆樂於給予隊友鼓勵，並對一起運動的同伴充滿信心。

「運動共有信念」項目中，因參與同一項運動而發展出共同的興趣，對事物的價值觀也較相近，因此在此研究之中，男女並無顯著差異。

男學生與女學生，在運動過程之中，大多感受到樂趣、愉悅，對於「運動陪伴與愉悅感」的研究結果較為相同。

本研究針對的施測對象，在「運動衝突解決」之中，男女學生對於產生問題時，都能試圖共同討論解決，並且達成共識，在此研究數據顯示高中青少年對於運動衝突的解決能力並無太大差異。值得注意的是由平均數數據當中可看出男生面對運動衝突的解決能力是稍微低於女學生的，顯示了男生在運動衝突處理上並不如女生。但這樣的差異並不足以大到產生顯著。

在「運動衝突發生」項目中，運動過程之中，偶爾會出現不快，男學生大多當下就能講開解決，而女學生大多在情緒過後會願意主動找對方談論。在此研究中顯示，男女學生鮮少因為運動不愉快而動手，性別不同並未在此產生顯著。

整體而言，本研究顯示了男學生與女學生在運動友誼上感受的不同。運動友誼的感受會影響到了學生參與運動的動機與意願，了解青少年這部分的心理感知將有助於提升體育教育工作者在進行體育教學的策略。針對這樣的結果，有若干值得省思之處：

1. 男學生同儕間對運動「忠誠度與親密關係」的感受是相對較低的，因此如何提升

並改善學生的心理感受，使男學生之間的運動友誼增溫，進而改善運動參與，是體育工作者可思考的方向。

2. 體育工作者可善用女學生同儕間對運動「忠誠度與親密關係」的正面感受，去鼓勵並激勵學生參與運動的動機。或以小組或合作的方式，促進女學生參與運動，此可以改善多數女學生不願意參與運動的狀況。

本研究建議體育教育工作者可針對男女對「忠誠度與親密關係」的不同感受而採用不同的體育教學或是授課方法，此更可提升學生參與運動的意願。

## 陸、結論

本研究之研究目的在於了解青少年性別對於運動友誼之影響，採用調查研究法。運動友誼包含「自尊與支持」、「忠誠度與親密關係」、「共有信念」、「陪伴與愉快感」、「衝突解決」、「衝突發生」等項目。以台灣中部某國立高級中學男女學生各五十人為樣本，以紙本問卷做為主要施測工具。研究結果顯示，青少年性別對於運動之「忠誠度與親密關係」有顯著影響。即女學生之運動忠誠度與親密感顯著高於男學生，而其他項目並無顯著差異。本研究在方法學上之限制有下：(1) 本研究以台灣中部之高中為抽樣樣本，其結果可能無法推論到其他地區以及其他年齡層學生之心理狀態，(2) 以調查研究而言，本研究之取樣規模尚小，因此結果可能有所偏頗。本研究擬在未來進行更大規模的調查研究對此研究結果進行再次驗證。雖然如此，本研究在體育實務教育上仍有實證參考的價值。針對此結果，本研究建議體育工作者能善用男女學生對運動「忠誠度與親密關係」感受之不同而採取不同之教學策略。本研究結果期提供體育教育工作者，於體育教學上，能適當運用同儕力量，鼓勵同學持續運動，保持身體健康以及良好體能。

## 參考文獻

- 王英春、鄧泓、張秋凌（民 95）。初中生友誼的發展特點。*心理發展與教育*，2，52-56。
- 林晉榮、王建權（民 95）。兒童動作協調能力不良對運動友誼品質之影響。*大專體育學刊*，8（1），59-70。
- 洪嘉文（民 95），體適能納入考試計分之可行性評估，*中華體育季刊*，21（1），39-50。
- 徐瑞玉（民 90）。青少年運動選手與非運動選手運動友誼及運動員精神之比較研究（未出版之碩士論文）。國立體育學院體育研究所運動組，桃園。
- 徐瑞玉、盧俊宏（民 91）。青少年運動友誼品質量表編製研究。*國立台灣體育學院學報*，10，183-195。
- 陳鵬仁、卓俊伶（民 94）。兒童身體活動量與同儕關係。*台灣運動心理學報*，7，103-113。
- 劉紅、王洪禮（民 98）。209 名小學兒童的孤獨感與友誼質量、同伴接納的關係。*中國心理衛生雜誌*，23（1），44-47。
- 顏君彰、林晉榮（民 98）。教育部體育司學生運動能力納入入學錄取條件之規劃－運動參與行為。*休閒暨觀光產業研究*，112-124。
- Allen, J. B. (2003). Social motivation in youth sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 25, 551-567.
- Demir, M., & Urberg, K. A. (2004). Friendship and adjustment among adolescents. *Journal of Experimental Child Psychology*, 88, 68-82.
- Hartup, W. W. (1996). The company they keep: Friendships and their developmental significance. *Child Development*, 67, 1-13.
- Parker, J. G., & Asher, S. R. (1993) "Friendship and friendship quality in middlechildhood: Links with peer group acceptance and feelings of loneliness and social dissatisfaction." *Developmental Psychology*, 29, 611-621.
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York : Norton.
- Weiss, M. R., Smith, A. L., & Theebom, M.. (1996) "That's What Friends Are For": Children's and Teenagers' Perceptions of Peer Relationships in Sport Domain. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 18, 347-379.
- Weiss, M. R., Smith, A. L. (1999) " Quality of Youth Sport Friendships: Measurement Development and Validation." *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 21., 145-166.

