

論文名稱：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
總頁數：58 頁

院校所組別：國立臺灣體育學院體育研究所競技運動組

畢業時間及提要別：九十學年度第二學期碩士學位論文提要

研究生：徐瑞玉

指導教授：盧俊宏 博士

論文提要內容：

中 文 摘 要

本研究主要目的在比較青少年運動選手與非運動選手運動友誼及運動員精神之差異與相關。研究對象為獲得 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，平均年齡為 13.58 歲（SD = ± 0.88 ）。研究工具為青少年運動友誼品質量表（徐瑞玉，2001）及運動員精神取向量表（李安忠，2001），利用研究對象訓練結束或體育課進行測驗，然後將所有回收的問卷進行資料處理與統計分析，經獨立樣本 t 檢定、皮爾遜（K. Pearson）積差相關分析之後，所得的結果如下：

- 一、青少年運動選手與非運動選手運動友誼之差異方面：青少年運動選手在「自尊的增進與支持」和「情感的支持」高於非運動選手。
- 二、青少年運動選手與非運動選手運動員精神之差異方面：青少年運動選手在「運動參與的完全承諾」、「尊敬比賽規則與裁判」、「運動參與的負面手段」、和「社會禮節」高於非運動選手。
- 三、運動友誼取向與運動員精神取向之間的相關情形：
 - （一）運動友誼之「自尊的增進與支持」、「衝突」、「親密關係」、「互相幫忙和指導」等因素與運動員精神各因素呈正相關。
 - （二）運動友誼之「共同的想法與興趣」、「衝突的化解」、「情感的支持」等因素與運動員精神之「運動參與的完全承諾」、「尊敬比賽規則與裁判」、「尊敬與關心對手」、「社會禮節」等因素呈正相關。

本研究結論指出，青少年在參與運動訓練或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。建議未來研究能夠以運動友誼與運動員精神為基礎，結合其他心理概念（如動機、自我效能、攻擊、運動道德）來進行不同族群的研究。

關鍵字：運動友誼、運動員精神、青少年

Hsu, Jui-Yu(2002). A comparison of sports friendship and sportspersonship in youth athletes and non-athletes. Unpublished master' s thesis, National Taiwan College of Physical Education, Taichung.

ABSTRACT

The purpose of this study was to examine the differences of sports friendship and sportspersonship between youth athletes and non-athletes. Sampled 205 junior basketball players (males = 139; females = 66) and sampled 263 junior school students (males = 136; females = 127), participated with mean age of 13.58 (SD = ± 0.88) in this study. Participants completed youth sports friendship questionnaire and sportspersonship questionnaire before physical education classes or training section. A t-test statistical analyses found youth athletes were higher on "enhancement and support" and "emotional support" in the sub-scales of sports friendship. Also, youth athletes showed higher on "total commitment for the sport participation", "respect referees and rules", "negative approaches to sport participation", and "social convention". Further, Pearson correlation analyses found seven factors of sports friendship "facilitation of esteem and support", "mutual interests and thoughts", "conflict", "conflict resolution", "imitation", "mutual help and guidance", and "emotional support", were all positively correlated with sportspersonship except "negative approaches to sport participation" of sportspersonship. This study concluded that sport participation is an appropriate educational approach to enhance youth friendship and moral development. It is suggested that physical education teachers, coaches and administrators should not ignore the values of sport. Further research may consider including other psychological constructs such as motivation, self efficacy, aggression, and moral reasoning to future study.

Keywords: sports friendship, sportspersonship, youth

謝 誌

感謝本論文指導教授—盧俊宏博士在我撰寫論文期間，不斷的給予指導與指引方向，從質的研究到量的研究，從深度訪談到編製問卷到問卷調查，一路走來雖然辛苦，但在學習過程中因為有盧師的幫助、刺激與鼓勵，不斷給予我一些啟示，論文得以順利完成。

感謝口試委員陳全壽校長、杜登明教授、陳定雄所長細心的審閱與提供寶貴的意見，以及在口試期間對本論文的指導與建議，使得本論文更趨於完整。

感謝就讀研究所期間所有的授課教授，在研究方法上、在統計方面、在資料的蒐集上、在撰寫論文的格式方面等等，讓我從一頭霧水而漸漸走上軌道。

感謝研究所的同學們：汪在莒、蔡協哲、許加孟、張育婷、劉燕惠、鍾孟玲、陳怡如於嘉義校區以及臺中校區的互相扶持與鼓勵，更要特別感謝怡如的幫忙與協助。

感謝協助參與本研究的教練、老師與所有的受試者。

最後，要感謝我敬愛的父母親辛苦的培育我長大、支持我，也要感謝親愛的家人們給予我的鼓勵，讓我得到今天的成就。

祝福所有曾經幫助我的人

身體健康

心想事成

徐瑞玉 謹謝 2002 年 06 月

作者簡歷

姓名：徐瑞玉

性別：女

出生日期：1973年03月30日

籍貫：臺灣省新竹縣

住址：303新竹縣湖口鄉和興村1鄰113號

E-mail：yu80230@ms22.hinet.net

學歷：

- 1.國立臺灣體育專科學校三年制體育科（現為國立臺灣體育學院）（1994年畢業）
- 2.國立體育學院二年制體育學系（現為體育推廣學系）（1999年畢業）
- 3.國立臺灣體育學院體育研究所競技運動組（2002年畢業）

經歷：

- 1.新竹縣湖口國民中學代課教師
- 2.臺中縣華龍國民小學代課教師
- 3.臺中縣沙鹿國民小學代課教師
- 4.新竹縣新湖國民中學實習教師
- 5.新竹縣新湖國民中學體育教師

術科專長：手球

研究領域：運動心理學

發表著作：

- 1.徐瑞玉、盧俊宏（2001）。青少年運動友誼知覺之初步研究-以醒吾中學女子足球隊個案為例。國立臺灣體育學院學報，9，461-471。
- 2.徐瑞玉、盧俊宏（2002）。青少年運動友誼品質量表編製研究。國立臺灣體育學院學報，10（印刷中）。
- 3.徐瑞玉（2002）。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。未出版之國立臺灣體育學院體育研究所碩士論文，臺中。

目 錄

中文摘要	i
英文摘要	ii
謝 誌	iii
作者簡歷	v
目 錄	vi
表 目 錄	viii
圖 目 錄	ix
第一章 緒論	1
第一節 研究動機	1
第二節 研究目的	4
第三節 研究問題	5
第四節 研究範圍與限制	5
第五節 名詞解釋	6
第二章 文獻探討	9
第一節 青少年的心理社會發展	9
第二節 運動友誼與同儕關係	12
第三節 運動員精神與運動道德	16
第四節 研究假設	20
第三章 研究方法	21
第一節 研究架構	21
第二節 事前研究 (pilot study)	22
第三節 正式研究	34
第四節 資料處理與統計分析	39

第四章 結果與討論	40
第一節 青少年運動選手與非運動選手運動友誼之差異	40
第二節 青少年運動選手與非運動選手運動員精神之差異.....	41
第三節 運動友誼與運動員精神之間的相關.....	43
第五章 結論與建議	46
第一節 結論.....	46
第二節 建議.....	47
參考文獻	49
一、中文部分.....	49
二、英文部分.....	51
附 錄	53
附錄一 運動友誼品質量表（修訂前）	53
附錄二 個人基本資料表.....	55
附錄三 青少年運動友誼品質量表（修訂後）	56
附錄四 運動員精神取向量表	57
附錄五 量表使用同意書	58

表 目 錄

表 3-1	受試者基本資料摘要表.....	22
表 3-2	運動友誼知覺階層與主題次數分配分析表.....	26
表 3-3	項目分析摘要表.....	29
表 3-4	探索性因素分析相關矩陣摘要表.....	31
表 3-5	運動友誼品質量表因素分析摘要表.....	32
表 3-6	受試者人數統計表.....	35
表 4-1	青少年運動選手與非運動選手運動友誼差異檢定.....	40
表 4-2	青少年運動選手與非運動選手運動員精神差異檢定.....	42
表 4-3	運動友誼與運動員精神相關矩陣 (N=468)	43

圖 目 錄

圖 3-1 研究架構圖	21
圖 3-2 研究流程圖	38

第一章 緒論

All work and no play makes Jack (or Jill) a dull boy (or girl)
has a ring of truth. ----- Old Adage -----

第一節 研究動機

一、理論背景

長久以來，我們知道運動能夠帶給人們許多的益處；在生理方面，經由運動不僅可以促進一個人的身體健康，也可以增進我們的體能與改善個人的體格（方進隆，1992；卓俊辰，1991；許義雄，1993；葉憲清，1991）。因此，在學校體育情境中，兒童透過運動的經驗不但可以培養運動技能、提升體適能水準，並且也可以建立他們對身體活動的積極態度。同樣地，對成長中的青少年來說，從事適當的身體活動，對其身體與骨骼的發展不但具有明顯的幫助，並且對他們肌肉的力量和身體柔軟度、心肺耐力、速度和平衡等等都有很大的幫助（陳坤檸，1997）。雖然運動對兒童以及青少年的身體與生理利益相當多，但有關心理和社會發展方面卻較少觸及，最近國外運動心理學家的研究發現，運動對兒童與青少年在心理社會方面的發展（psycho-social development）特別有幫助（Weiss, Smith & Theeboom, 1996）。兒童與青少年參與運動不但可以表現他們的運動能力，並且也可以提高他們的自尊心（self-esteem）、培養運動家的精神（sportspersonship）與促進人際關係的發展（Weiss, 1995；Wiggins, 1996）。

對兒童及青少年來說，參與體育活動是一個很重要的社會互動場

合。在兒童與同伴的社會互動過程中，他們和同儕的關係對他們的心理社會成長扮演了一個很重要的角色。所謂同儕關係 (peer relationship) 包含二個重要的概念：一是同儕接受 (peer acceptance)；另一則是友誼 (friendship)。一般而言，同儕接受則有兩個特性，一是同儕的地位 (peer status)，另一是受歡迎度 (popularity)。在這些特性中，地位 (status) 指的是一個人在同儕團體中的社會地位或價值；而受歡迎度 (popularity) 則是指一個人被同儕喜歡的程度。然而在同儕接受的心理中，個人在同儕的地位與其受歡迎度是成正比的 (Bukowski & Hoza , 1989)。在另一方面，友誼 (friendship) 包含二個特殊要素，一是品質 (quality)；另一是支持 (support) (Newcomb & Bagwell , 1995)。也就是說，當友誼的品質越高時，同儕之間的相互支持程度也就越高。同儕接受和友誼的概念說明了運動友誼的品質是一個很值得去研究的課題，而體育活動正提供了一個絕佳的機會。

在體育活動中，兒童及青少年和他們同儕之間的互動，他們不但發展自我概念，並且也建立社會關係。在實徵研究中，根據 Chase 和 Dummer (1992) 的研究指出，男童善於運動在其同儕中佔有相當重要的地位，其次為外貌英俊與學業成就；至於女孩方面，則美貌最為重要，其次為善於運動與學業成就。另外，Evans 和 Roberts (1987) 以訪問與觀察研究方法發現，運動能力與同儕地位二者之間有一定的關係存在，這個關係就是運動能力越好的人，在同伴之間的同儕地位會比較高。因此，在參與體育活動中，提高運動能力是增進友誼關係發展機會的有效方法。在友誼的內涵方面，友誼不僅是一種人際關係間的親密關係，更是一種個人的態度 (劉秀娟，1999)；而且談到友誼的概念時，更應深入探討個人的友誼知覺。

青少年時期主要的發展任務之一就是要學習獨立，他們對家人的依賴逐漸減少，對自己及朋友的依賴則逐漸增加，並且會把注意力轉向參與他人及社會的各種活動中。在社會發展方面，青少年非常重視友誼的發展和與異性之間關係的建立，他們希望被同儕團體（peer group）肯定與接納，而重視親密的友誼（friendship）；並且對獨立自主能力的培養與異性關係的建立有所幫助。苗延威（1996）提到，較為持久的朋友關係多半建立在青春期和結婚前的年輕歲月中，而且所交的朋友也是最為親密和穩固的。所以在不同的年齡階段，其友誼的發展也會有所差異。而青春期是同性友誼最緊密的時期，因而形成親密的友誼關係與對友誼認同的建立，對他們的一生中有很大的影響。在一個與人際關係有關的研究調查發現，友誼（friendship）可以滿足三種需要，即是幫助、社會支持及共同興趣，而且擁有朋友也是獲得愉快和健康的主要來源。在人生的各個階段中，不論性別和階級文化，友誼關係總是存在著，而且它也是人際關係中最重要的一部份。因此，運動心理學家 Weiss 和 Petlichkoff（1989）認為，青少年參與運動對他們的友誼發展有很重大的影響。

除了友誼的內涵之外，青少年從事體育活動對他們的道德發展也有很重大的影響，我國體育學者（江良規，1990；吳萬福，1995；許義雄，1998）疾呼，從事各項體育活動時，選手與教練皆應注重運動道德、運動員精神或運動家風度的培養，以達到教育的目的。因此，在任何的運動場合，我們應該要注意運動員精神（sportspersonship）的表現，也必須對運動員精神具有正確的觀念與態度，才能在運動場上得到大家的肯定。許義雄（1998）認為運動道德就是在運動中進行規範行為的培養。而運動員精神就是透過運動競賽中強調公平競爭、遵守比賽規則以及養成正直、誠實、公平、守法、服從等德行，更可自團體活動中學習分工、

合作、負責、寬恕、禮節等特性（方慈惠，1998）。

二、問題的所在

有鑑於友誼對於兒童或青少年的社會心理發展十分重要，以及運動對友誼品質的影響，而運動技能的高低又影響兒童或青少年在同儕關係中的地位與受歡迎度；在另一方面，青少年透過運動可以促進道德觀念與運動員精神的發展，從體育活動中，青少年必須遵守運動規則，從而培養其人格與道德理念。這種薰陶對我國的青少年來說，和智育與體育的地位並駕齊驅。值得注意的是，青少年從小即參加體育活動，發現他們參加體育活動之後品行改善了；但在另一方面，亦有人發現青少年運動員往往為了求勝而出現作弊的行為（Bowman，1990）。因此，本研究懷疑參與體育活動對青少年來說，究竟對他們的友誼品質有無改善？又運動選手和非運動選手其運動員精神是否有差異？基於對這些問題的懷疑和興趣，乃進行本研究。

第二節 研究目的

基於以上研究動機的闡述，本研究的具體目的如下：

- 一、比較青少年運動選手與非運動選手的運動友誼之差異情形。
- 二、比較青少年運動選手與非運動選手的運動員精神之差異情形。
- 三、探討運動友誼以及運動員精神之相關情形。

第三節 研究問題

根據上述研究目的，本研究提出以下研究問題：

- 一、青少年運動選手與非運動選手的運動友誼是否有差異存在？到底是運動選手的運動友誼比較高呢？還是非運動選手的運動友誼比較高？
- 二、青少年運動選手與非運動選手的運動員精神是否有差異存在？到底是運動選手的運動員精神比較高呢？還是非運動選手的運動員精神比較高？
- 三、青少年運動選手與非運動選手的運動友誼以及運動員精神之間的相關情形如何？哪些因素是正相關？又哪些因素是負相關？

第四節 研究範圍與限制

一、研究範圍

本研究範圍是以獲得 89 學年度國中甲級籃球聯賽男生組與女生組前八名隊伍之選手為主要研究對象，年齡範圍在 12-16 歲之間。在這個範圍以外的樣本或族群（如大專學生），非本研究之推論範圍。

二、研究限制

本研究係以心理問卷為研究工具，探討青少年不同身份（運動選手與非運動選手）的運動友誼及運動員精神之差異與相關，在實地情境中所探討的運動項目為籃球運動，以及是以國中甲級籃球選手為主要研究對象，探討的範圍以其認知為主，對於研究對象實際的行為表現並不包括

在內。

第五節 名詞解釋

一、友誼 (friendship)

所謂友誼，是指一種親密與個人的關懷關係，包括了互惠、相互的選擇、信賴忠誠與包容 (劉秀娟、林明寬譯，1998)。

友誼亦是一種親密性、人與人之間的關係及態度，兩個人間強烈且常是持久的關係，具有忠誠、親密及相互之感情等特徵。

二、運動友誼 (sport friendship)

Weiss、Smith 和 Theeboom (1996) 指出運動友誼為：運動情境中的一種特殊的人際關係。包括：

(一) 正面的友誼知覺：同伴情誼、愉快玩伴關係、增加自尊心、互相幫忙和指導、社會化行為、親密關係、忠誠度、共同點、吸引人的個人特質、沒有衝突、情感的支持、衝突的化解等。

(二) 負面的友誼知覺：衝突、令人不悅的人格特質、不夠忠誠、難以親近的等。

操作性定義：青少年運動友誼係以 Weiss 和 Smith (1999) 發展的「運動友誼品質量表」，並經徐瑞玉 (2001) 編製過後的「青少年運動友誼品質量表」各分量表所測得的總分，代表該受試者個人運動友誼的高低。

而本研究中的青少年運動友誼內容包括：

(一) 自尊的增進與支持：如當我動作做不好時，我的朋友會給我再一次的練習機會。

- (二) 共同的想法與興趣：如我的朋友和我具有共同的興趣。
- (三) 衝突：如我和我的朋友會互相生對方的氣。
- (四) 衝突的化解：如我的朋友和我意見不同時，我們會想辦法解決。
- (五) 親密關係：如我的朋友和我會一起做相同的事情。
- (六) 情感的支持：如我喜歡和我的朋友一起運動。
- (七) 互相幫忙和指導：如我的朋友和我會互相提供意見給對方。

三、運動員精神 (sports personship)

我國體育學者吳萬福 (1995) 指出：運動員精神是一種在運動競賽中所要求的技能、知識；甚至包括做人的精神素質或禮儀、態度、進退等行為規範的概念。也是一種道德規範、倫理、習慣，有時不僅止於一種遊戲精神，也象徵一般市民的人性道德與倫理。

操作性定義：運動員精神取向係以李安忠 (2001) 所編製的「多向度運動員精神取向量表」中文版所測得的各分量表分數的總分，內容包括：

- (一) 運動參與的完全承諾：如我會盡全力去參與我所從事的運動。
- (二) 尊敬比賽規則與裁判：如我會遵守所有比賽的規則。
- (三) 運動參與的負面的手段：如我會不惜一切代價去贏得勝利。
- (四) 尊敬與關心對手：如對手忘記帶裝備時我會借給他我多餘的裝備。
- (五) 社會禮節：如我會在比賽結束後，去向我的對手握手。

四、青少年運動選手：

本研究中的青少年運動選手指的是獲得 89 學年度國中甲組籃球聯賽前八名隊伍。男生組：梓官國中、新民國中、七賢國中、大倫國中、

金華國中、明仁國中、五峰國中（已解散）、永吉國中。女生組：金華國中、龍岡國中、中山國中、嘉義國中、忠孝國中（已解散）、七賢國中、懷生國中、石牌國中。

第二章 文獻探討

本章的目的在於蒐集運動友誼與運動員精神的相關文獻，說明本研究的理論基礎與研究問題的相關文獻，據以提出研究假設。因此，本章的重點在於介紹運動友誼基本理論、運動員精神理論以及相關的研究。所以，本章內容共分為四節，分別為：第一節青少年的心理社會發展；第二節運動友誼與同儕關係；第三節運動員精神與運動道德；第四節研究假設。

第一節 青少年的心理社會發展

一、青少年的心理社會發展

青少年期（adolescence）的意義有多種的說法。意為長大、成長或趨向成熟；在社會學上來說，青少年期乃是從依賴性的兒童進入自立性的成人期之過渡階段；在心理學上來說，青少年期乃於特定的社會環境下，從兒童行為轉變到成人行為過程（王煥琛、柯華葳，1999）。

青少年心理社會發展（psychosocial development）的任務包括：

- （一）自家庭中獨立和自我認同的形成
- （二）性別認同和發展親密關係
- （三）認知和方向感增加
- （四）未來志業的選擇

對一個從兒童階段發展到青少年階段的人們來說，在處事方面更要求獨立自主，他們漸漸的不再喜歡與父母一同出遊，因為他們有自己的友伴，有自己想要去的地方。因此，在青少年期社會互動（social interaction）

趨向於群體性的發展，從人與人之間的交往過程去體會人與人之間的公平性、人與人之間的友愛、人的道德觀等概念（鄧繼強，1992）。馬斯洛提出青少年自我實現的行為特徵：1.能夠坦然的接納自己，也接納別人；2.能表現活力與自動自發；3.具有獨立性，能自我抉擇但不會遠離人群，他們有正當的社交，能與人相處；4.具有和諧的人際關係。所以說，人們到了青少年階段，朋友便成為心理生活上的一種需要，與朋友在一起會覺得身心愉快，也會感受到群體對人生的需要。

二、青少年的情緒發展

要瞭解青少年的情緒發展前，先讓我們來看情緒的定義：情緒是個人對外在刺激所做的客觀生理反應與主觀感受反應的複雜身心現象，這種現象通常伴隨著生理激動反應，而這種生理激動反應最後會形諸於行為反應（余昭，1992；柯永河，2001）。由情緒發展過程來看，青少年時期的情緒容易激動、顯得較苦悶與容易緊張，造成這些情緒反應的原因，乃是社會對青少年有過高的期望與壓力。雖然青少年在生理上已漸漸成熟，但在心理的發展上並未成熟，因此他們必須做新的調適。由於社會與長輩對他們有過高的期望與學業所造成的壓力，因而形成青少年情緒的緊張與不穩定的現象（余昭，1992）。由此可見，青少年的情緒是一個動盪不安的時期。

三、青少年的身體發展

青少年階段的主要發展任務就是能夠接納自己的身體與容貌特徵，對青少年來說，在成長過程中其身體上的變化亦會帶來心理上的變化。青年期可以說是個體在社會地位中的轉移時期，在這個時期裡，職務、

責任、特權與人際關係都有顯著的變化；因而他們對自己、父母、同儕以及對其他人的態度也會有變化（楊國樞，民 1989）。

青少年身心發育成熟時間的早晚，對男孩及女孩會造成不同的影響。這種影響就是，身心發育早熟的男孩比同年齡的男孩有更好的體格，會有較好的體力和耐力，在運動方面的協調能力較好，比較受到同伴的讚賞和擁戴，而且個人對自己的身體較為滿意，充滿自信與穩重。晚熟的男性則容易受到輕視與被欺負，往往不被同儕肯定與歡迎（李惠加，1997；柯永河，2001）。鄧繼強（1992）也曾提到男孩子到了青少年階段為了展現英俊健碩的身材，以博得同儕們的讚賞，因此他們開始喜歡運動，用以鍛鍊自己的身體。而在女性方面，早熟的女性由於外型改變較大，造成容易退縮、情緒不穩定、人緣較差、自信心也較低（李惠加，1997；柯永河，2001）。由此可見，青少年身體外表的好看與否，關係著他們的自尊心、受人歡迎與被人喜歡的程度。青少年尚有一項特色，就是容易羨慕與模仿他人，如追隨電影明星、歌星、偶像、運動明星和在同儕中聲望與地位較高的人。這是年輕人的一種好的情緒，也是青少年成長過程中的一種特色。

在學校與家庭中，假如父母與同儕所灌輸的價值觀互相衝突時；這個時候，青少年的抉擇往往是同儕，因為他們為了贏得同儕們的歡迎。因此，同儕關係中受歡迎度將影響著青少年的社交行為的發展。在人格發展上，青少年的人格亦會受到同儕的影響，來自同儕對他的認同程度以及青少年的自我概念而影響其人格的發展。在心理學上，認同問題（identity problem）一直存在青少年同儕文化的團體中。

四、小結

青少年時期是身心發展階段的關鍵時期，由於青少年在生理、心理以及社會三方面同時面臨重要的轉折階段，個體的認知、態度和價值觀的調整；與家庭、學校、友伴和社會互動的關係也有新的發展。青少年期人際關係越有彈性、社會適應能力越高者，越會受到人們的喜愛，而他們的自尊心也就越高。因此，我們相信自尊心與自我接納以及他人接納三者之間有顯著的正向關係。

第二節 運動友誼與同儕關係

一、友誼與同儕關係

韋氏字典對同儕（peer）所下的定義是：與別人有相同立足點的人。同儕是道德社會化的代理人，是社會能力的促進者。因此，與同儕之間的互動可以促進許多社會及人際能力的發展。然而在兒童更加活躍，其所接觸的同儕也更多樣之後，他們通常會與一個或多個玩伴形成緊密的關係，這個關係我們稱之為友誼（friendship）。所以，與同儕建立友誼關係是青少年期社會關係發展中非常重要的一環。雖然青少年認為朋友應有的特徵是值得信賴與具有相同的心理特質，但是他們的友誼概念是放在互惠的情感承諾上。朋友被視為是親密的夥伴，能夠真正的被了解與接納彼此的優缺點，也願意討論內心的想法和感覺。

科華葳、陳李綱等人（1994）指出，隨著年齡的成長，兒童在遊戲玩耍中同儕的地位愈形重要。同儕指的是有相等地位的友伴，在兒童成長過程中的地位是被肯定的。所以說，同儕是社會化重要的中介，影響兒童性別角色的學習、道德的發展及攻擊行為的控制。青少年在生活上

最感需要的是友誼的慰藉，隨著年齡的增加，他們生活的重心也漸由父母移向同儕。

林崇德（1995）指出，青少年對友誼的期望是移情階段的某種擴展，他們不再強調彼此擁有共同的興趣，而強調彼此情感的連結。在 10 到 11 歲時，友誼的中心任務是「彼此要好、互相幫助」。而到 16 到 17 歲時，友誼則意味著能夠得到理解與親密的感情支持。因此，在學校裡或課堂上，老師要訓練學生了解人際關係的溝通方式及技巧，提出各種團體活動及班級互動的機會，讓學生學習互動溝通關係，使學生建立人際關係溝通技巧及能力。

郭靜晃、吳幸玲（1998）提到，青少年已具有了考慮他人的需要和情感認知能力，並指出青少年間同儕群體中的同伴關係，是成人社會團體中的同伴關係的先驅。青少年同儕團體與成人的同伴相比，較少有組織性，但和兒童的同儕團體相比則有相當大的結構性。透過同儕團體的成員關係，青少年開始學習評價社會團體的組織，以及他們在其中的地位的方法，樹立起發展自己社會地位的抱負。雖然青少年期結交的朋友會隨年齡的增長而有所改變，在這一時期學得的社會技能，為了能夠在成熟的社會團體中發揮作用提供了長期持久的基礎。

李素卿（1999）指出，兒童與其同儕的相處經驗提供了他們學習如何與人互動、控制自己的行為、發展與年齡有關的技能和興趣，以及分享問題與感受的機會。在青春期中，同儕關係變的特別重要。在同儕間受歡迎的兒童通常是外表具吸引力的，而且擁有特殊的技能或天分，特別是男孩的運動能力和女孩的社交能力。然而，當兒童逐漸發展成青少年時，同儕接納和個人特徵的關係最密切，這些特徵讓兒童被當成是一個個體來喜歡，以及被當成是一個團體成員來尊重。

劉秀娟（1999）指出，在人際關係的發展中，「友誼」可以說明人際關係的多樣性，包括了認識的人、同學、同事及至親密友都是。友誼指的是一種親密與關係及態度，也包括了互惠、互信和忠誠包容。

而朋友是什麼呢？朋友就是那些他們所喜歡的、樂於相伴的、有共同興趣和活動的、能夠幫助他們、善解人意的、可信賴的、令人感覺愉悅的，以及能給予他們情緒支持的人。友誼的益處說明擁有較多的朋友、能夠經常見到他們或花較多的時間與朋友相處的人，會比較幸福、健康，而且比較長壽（苗延威，1996）。朋友關係或者是友誼關係對青春期的男女在社會化過程有很大的幫助：經由友誼關係，青春期的男女可以學得良好的社會交際習慣。因此，我們可以瞭解，在青春期期間沒有建立良好友誼習慣的青少年，他們在日後比較會產生日常生活中的適應困難；由此可知，良好的友誼關係可以提供同伴情誼、分享經驗與心中的秘密。

二、運動對於友誼與同儕關係的影響

Evans 和 Roberts（1987）以訪問與觀察的方法發現運動能力與同儕地位二者之間有一定的關係存在；這個關係就是運動能力越好的人，在同伴之間的同儕地位會比較高。因此，運動能力的提高可以改善與增進友誼關係的發展機會。

Bigelow、Lewko 和 Salhani（1989）的研究更指出，兒童藉由參與運動的團體活動的機會，可以認識一些新朋友與獲得親密的關係；從與他人互動的過程中，兒童不但增強自我概念，他們從被同伴所接納的過程中感受到忠誠度與利他行為的重要性，並且在與同伴的鼓勵與幽默感等特殊友誼經驗交互作用下，兒童的社會心理便逐漸成熟。

在運動友誼的研究方面，Zarbatany、Ghesquiere 和 Mohr（1992）的

研究發現，兒童在運動中的成就是其贏得同儕敬仰的最佳來源。另一位學者 Duncan(1993)的研究也發現，運動成就不但和兒童的自信心有關，並且也影響他們的情意反應；她以一般上體育課的 12 到 14 歲小孩為研究對象，探討友誼支持、情緒、和動機這三者之間的關係，研究結果發現，在上體育課時表現較佳的青少年，其與同儕之間的夥伴關係、自尊和正面的情意水準皆較其他小孩為高。

另外，許多研究者（如 Asher & Coie，1990；Berndt & Ladd，1989；Parker & Asher，1993）以兒童和青少年為研究對象，研究結果發現兒童和青少年友誼的知覺包括正面和負面兩大向度；在正面的友誼向度中，它包括增加自信心、忠誠度、同伴情誼、幫忙和指導、親切的交流、情感的保證（如彼此關心）爭執的排除、衝突的化解、情感與相似處（如價值、興趣）等等；在負面的友誼向度上則是爭執、取笑和背叛等等。

有鑑於運動情境中友誼對兒童及青少年認知、情意、和行為反應的影響，然而運動心理學文獻卻又缺乏孩童對運動情境中友誼知覺的研究，Weiss 及其研究同僚（Weiss，Smith & Theeboom，1996；Weiss & Smith，1999）便先後以質（qualitative）和量（quantitative）的途徑，進行孩童與青少年運動友誼知覺研究。在 1996 年的質的研究中，他們以質的研究途徑發現 12 項正面的友誼知覺，包括同伴關係、快樂遊玩／同盟關係、自尊增強、幫助和指導、正面社會行為、忠誠、共同事物嗜好、吸引人的個人特質、情緒上的支持、沒有衝突、和衝突解決等；以及 4 項負面的友誼知覺，包括衝突、不討人喜歡的個人特質、背叛、和難以接近。至於他們 1999 年的研究，則是以量的途徑編製了 22 道题目的運動友誼品質量表（Sport Friendship Quality Scale，簡稱 SFQS）。

Smith(1997) 針對青春前期的同儕關係與身體活動的參與之研究指

出，要了解青年為什麼從青少年前期開始就沒有繼續從事身體活動的參與，必須先研究動機的知覺。比較普遍的參與運動動機包括：想要學習和增進技術、能夠獲得娛樂、擁有強健的體魄以及發展運動友誼和親密關係；而停止參與運動的原因則包括：有其他的興趣、工作、時間的限制、缺乏樂趣性、運動能力不好。在這個研究中，Smith 認為發展運動友誼是參與運動的一項主要的動機。同樣的發現亦出現在 Bigelow、Lewko 和 Salhani (1989) 等人的運動情境中對友誼期望的調查研究，他們指出青少年都相信參與運動可以促進友誼的發展，而如果個人的運動能力比較差就會減少獲得友誼的機會。

三、小結

綜合上述，我們可以瞭解青少年的人際關係發展是他們在成長發展階段的重要基礎，而同儕關係更是不容忽視。在友誼方面，青少年十分重視與朋友保持良好的互動關係。青少年階段正處於中學階段，他們生活的世界主要是在家庭、學校和課後與同儕的活動，在平時學校就是他們的主要活動空間與社交場所，而同學也是由年齡相近的所組成，因此學校環境可以說提供了青少年發展同儕關係以及共同參與活動的主要場所。青少年除了課堂活動的參與之外，在課後他們也會相邀約一起參與活動（如打球、逛街、聊天）。

第三節 運動員精神與運動道德

一、青少年的道德發展

人類是生活在一個講究倫理道德的社會中，成年人要讓青少年對道

德問題有正確的觀念，讓他們知道不直接損害他人或自己的，都是可行的事。人的道德行為應該出自於個體的內心，發自個體的內在動機，道德行為才能保持長久和具有道德性。道德判斷習慣的發展與人際關係發展有著密切的關係(柯永河，2001)。道德發展的型態，如皮亞傑(Piaget)的道德理論之道德發展過程，皮亞傑將兒童的遊戲行為分成四個階段，這四個階段就是：(一)動作發展期(平行遊戲)：三歲的兒童在遊戲時，並沒有規則，也不是合作的遊戲；(二)自我中心期：三到五歲時的團體遊戲，往往只考慮到自我的觀點，不顧及他人的想法；(三)相互合作期：七、八歲時的遊戲有初期合作的但不很明確的規則；(四)道德原則發展期：到了十一、十二歲時，每個遊戲的細節有固定以及一定的規則。因此，我們知道青少年的道德發展，部分是受到兒童時期觀念的建立、部分是受到同儕團體的影響。此外，柯柏格(Kohlberg)則把道德發展分為三個時期：(一)道德成規的前期：只由行為的後果來判斷行為的好壞，不會考慮行為的動機，即無條件的服從權威；(二)道德的成規期：此期間認為人能夠不損害家庭或是國家社會便是好行為；(三)道德成規的後期：或稱道德自律期，從尊重人權上亦尊重全體社會所決定的行為標準(轉引自謝秀玲，2000，pp.173-181)。因此，在青少年階段，對道德行為的認知，需要自我內在的認知。

二、運動員精神與運動道德理論

在傳統上我們知道，所謂「勝不驕，敗不餒」、要公平競爭、要服從裁判以及遵守運動規則，才能誠實的參加比賽，這些運動道德行為正是一位運動員具有運動員精神的象徵。運動員精神的意義不僅是一種象徵，它亦是一種運動員的社會價值，一種用來批判運動員的道德標準，

一種社會大眾對運動的教育性與社會性功能的期望，也是參與運動的人們的使命以及修養。所以，運動員精神簡單的說，就是一個人成為運動員應有的精神，而精神的內涵就是一種態度、一種內在的秩序，它是用來詮釋自己行為的依據（康伶瑾，1983）。對教育家而言，運動員精神是一種正義感及尊重一切有關運動的人、事、物，亦是一種道德經驗和教育。Beller(1994) 指出運動道德是公平競爭的最高原則，其中包含誠實、善良、公正與守法等。

要保有傳統的運動員精神（sportspersonship）是一件困難的事，現代的運動為青少年帶來一些迷惑，他們認為贏得勝利是最重要的一件事，而忽略了運動精神的所在。運動員精神可說是：在體育運動的情境中，能夠使學生體認到自己的存在價值和其中的人際關係，進而培養出適應社會的能力（方慈惠，1998）。

三、運動員精神與運動道德相關研究

由於有關運動員精神與運動道德相關研究在國內研究缺乏，現就以方慈惠（1998）和李安忠（2001）二位的研究結果列舉出來。

方慈惠（1998）研究成棒、青棒與青少棒等三級棒球選手的運動道德判斷發展情形。研究對象計有 155 人，研究結果顯示：國內成棒、青棒與青少棒等三級棒球選手的運動道德判斷以個人良心的道德傾向為主的普效性倫理原則為最多，功利相對性導向的個人主義道德原則次之；三級棒球選手之運動道德判斷與年齡大小無顯著相關；在做運動道德判斷時所辯證的依據，其重要性排序為：1.生命；2.誠實；3.道德良心；4.自由；5.信諾；6.正義；7.情感；8.權威；9.財產；10.法律；11.懲罰。

李安忠（2001）探討成就目標取向與運動員精神取向對於網球運動

員攻擊意圖之影響。研究對象為參加 89 年度大專網球比賽之甲乙組網球選手 295 位，研究結果顯示：在運動員精神取向與不同情境的攻擊意圖關係方面，當網球選手傾向於工作取向則與正面運動員精神取向呈正相關，但和不同情境上的攻擊意圖呈負相關；相反的，網球選手傾向於自我取向時，則與運動員精神取向呈負相關，但和不同情境上的攻擊意圖呈正相關。另一個重要的發現，當網球選手即使在休閒比賽情境下，個人成就目標取向與運動員精神取向，也會深深影響個人攻擊意圖的行為。在成就目標取向與運動員精神取向在不同情境下攻擊意圖差異方面，在休閒比賽與重要比賽情境中，低運動員精神取向者的攻擊意圖皆顯著的高於高運動員精神取向者。因此，當運動員精神取向越高時，即使是在休閒比賽情境中，也會展現較高的運動員精神，而傾向於較低的攻擊意圖行為。

四、小結

綜合上述，我們瞭解體育活動是以團體活動的方法，提供社會生活與學校環境，用以養成合作、守法、負責等不可缺少的經驗，也提供最現實的社會行為經驗。在遊戲或比賽中必有高下之分別勝負之分，勝利的一方可以體驗成功興奮和滿足，而失敗的一方也必須控制理性保持風度。江良規（1990）提出體育目標有以下四點：一、發展身體機能，以改進身體情況，提高身體適應能力；二、發展運動能力，使個人動作有用、省力、熟練而優美，一方面發揮工作效率，一方面增進活動樂趣；三、發展心智能力，從活動中學習個人應付新環境的知識，判斷是非以及控制情緒；四、發展社會行為，用運動員風度及公平競爭精神，應付複雜的社會關係，期能和平相處，共為人類幸福而努力。這些體育目標

說明了，青少年在參與體育活動時，不僅可以提高個人身體的適應能力，並從中獲得運動的樂趣，也在運動中學習控制自己的情緒來發展社會行為，以培養運動員精神（運動家風度）的表現。

第四節 研究假設

綜合上述相關文獻的探討，本研究擬提出下列幾點假設：

假設一：根據研究問題一，青少年運動選手與非運動選手的運動友誼是否有差異存在？本研究假設青少年運動選手與非運動選手的運動友誼應有差異存在。即青少年運動選手比非運動選手具有較高的運動友誼。

假設二：根據研究問題二，青少年運動選手與非運動選手的運動員精神是否有差異存在？本研究假設青少年運動選手與非運動選手之間的運動員精神取向應有差異存在。即青少年運動選手比非運動選手具有較高的運動員精神。

假設三：根據研究問題三，運動友誼與運動員精神之間的相關情形如何？本研究假設青少年運動選手與非運動選手正向之運動友誼（如：自尊的增進與支持）與正向之運動員精神（如：運動參與的完全承諾）成正相關。而負向之運動友誼（如：衝突）與負向之運動員精神（如：運動參與的負面手段）成負相關。

第三章 研究方法

本章內容主要在敘述本研究的研究架構、事前研究、研究對象的選取、研究程序、研究工具與資料處理的方法，綜合以上內容本章共分為四節，第一節研究架構；第二節事前研究 (pilot study)；第三節正式研究；第四節資料處理與統計分析，各節分別敘述如下：

第一節 研究架構

本研究所要探討的是青少年運動選手與非運動選手在運動友誼與運動員精神的差異及相關。在這個問題中，自變項為青少年運動選手與非運動選手，依變項為運動友誼與運動員精神。研究架構如圖3-1所示：

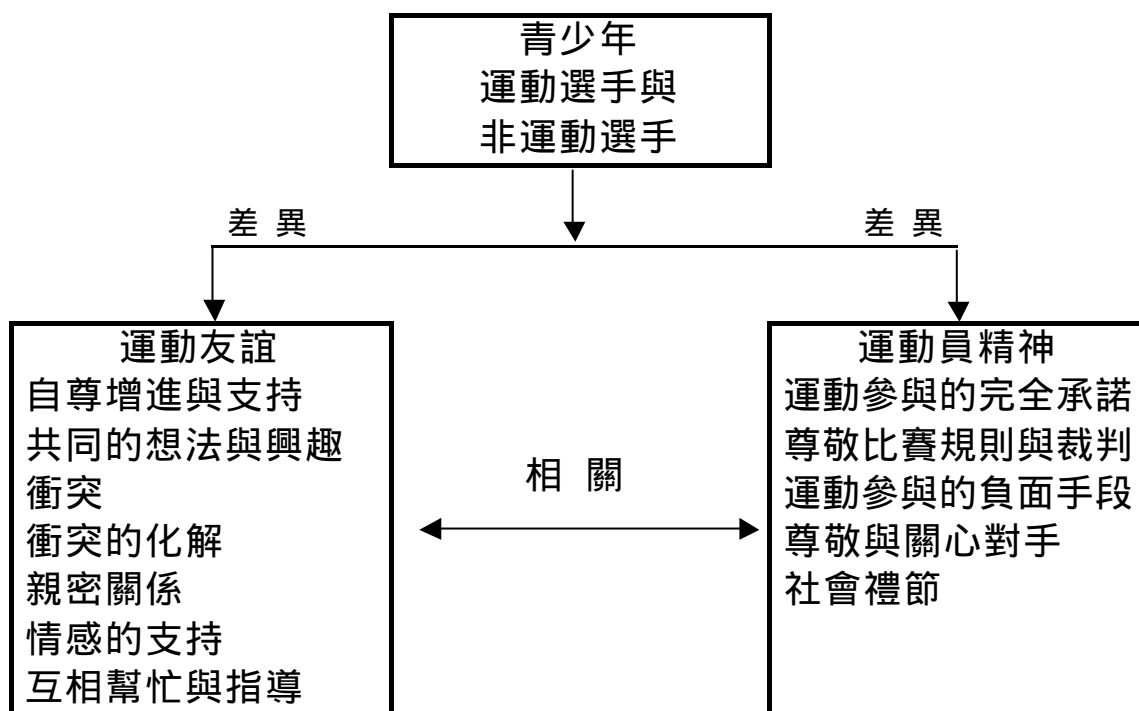


圖 3-1 研究架構圖

第二節 事前研究 (pilot study)

一、運動友誼知覺質性研究

為了瞭解我國青少年對運動友誼的看法，因而展開質性研究，將過程與研究結果敘述如下：

(一) 研究對象

以醒吾中學國中部 16 位女子足球隊隊員為研究對象，其中國中一年級有 4 位、國中三年級有 12 位。受試者平均年齡為 14.5 歲 (SD = ± 0.89) (見表 3-1)。受試者開始接受足球運動訓練的時間：國小二年級開始 (1 位)、國小三年級開始 (4 位)、國小四年級開始 (7 位)、國小五年級開始 (3 位)、國中一年級開始 (1 位)。所有受試者接受運動訓練的經驗不一，接受超過 6 年以上的訓練有 2 位、接受 5 年訓練有 7 位、接受 4 年訓練有 6 位、接受 3 個星期訓練有 1 位，運動經驗平均為 4.87 年 (SD = ± 0.64)。加入學校代表隊的主要原因分別為教練徵選、個人對運動的興趣、國小教練的推薦、姊姊的影響、朋友 (隊友) 介紹、學姐的影響、參加足球夏令營活動、參加團體活動課；以及曾經參與其他運動項目的訓練，如溜冰、田徑、躲避球，因而喜愛運動並加入足球隊。

表 3-1 受試者基本資料摘要表

	平均數	標準差
年齡 (歲)	14.50	0.89
運動經驗 (年)	4.87	0.64

(二) 訪談計畫

本研究採 Weiss、Smith 和 Theeboom(1996) “在運動情境中兒童與青少年對同儕關係的知覺” 所擬定之開放式問題為研究工具, 其中共有 8 個訪談題目, 用之以引導受試者回答在運動情境中, 關於他們對最好朋友的看法。訪談問題內容大致分為三部分: 1. 受試者的背景; 2. 一般性友誼; 以及 3. 運動情境中的友誼。

1. 受試者的背景: 包括下列基本資料, 如運動經驗、曾經參與的運動訓練、最喜歡的運動。其訪談題目如下:

- (1) 請問您從什麼時候開始加入這個球隊的訓練?
- (2) 您從加入這個球隊到現在有多久的時間了?
- (3) 您當初是怎麼會加入這項運動?
- (4) 您有無參加其他運動項目的訓練? 是什麼原因使您不再參加了?

2. 在運動中最好的朋友, 對友誼的概念: 以下列 4 個問題, 引導受試者回答:

- (1) 您是在什麼情況下認識您在球隊上最好的朋友?
- (2) 您對您的好朋友了解多少? 包括:
 - A. 為什麼您認為他(她)是您最好的朋友? 以及
 - B. 您認為和他(她)做朋友對您來說有何重要性?
- (3) 他(她)有沒有其他的好朋友? 在他們之中誰也是您的好朋友? 您認為誰不是您的好朋友? 包括:
 - A. 一般而言, 當您和他(她)在一起(運動訓練除外)都做些什麼事情? 以及
 - B. 一般而言, 當您和 * * * 在一起都聊些什麼主題, 但這項主題是您和其他人在一起時不會提及?

(4) 您和他(她)的友誼之間覺得最美好的記憶是什麼？包括：

A.和他(她)相處您最喜歡的是什麼？以及

B.如果他(她)突然搬家，您認為對您們之間的友誼會不會受到影響？
會不會有所改變？

(5) 您和他(她)在一起時，有沒有不愉快和衝突的時候？包括：

A.您不喜歡他(她)做哪些事？以及

B.您不喜歡他(她)說什麼？

3.運動情境中的友誼；共訪問下列三項問題，包括：

(6) 接下來的問題我想請教的是，有關您和您的好朋友在一起運動時的事情。包括：

A.您和您的好朋友一起運動時做哪些事？以及

B.您和您的好朋友一起運動時都聊些什麼？

(7) 想像您與他(她)一起運動時的情景。包括：

A.在球場上，您最喜歡他(她)做什麼？以及

B.在球場上，您最喜歡聽他(她)說什麼？

(8) 除了隊友之外，您有其他的好朋友嗎？在班上或別的學校。包括：

A.他(她)們會和您一起做不同於運動代表隊之外的事情嗎？以及

B.他(她)們會和您聊不同的事情嗎？

(三) 研究程序

在進行訪談前，研究者事先與醒吾中學足球隊教練取得聯繫，討論受試者較方便接受訪談的時間。訪談方式是研究者和每一位受試者以一對一方式，在一間獨立的房間進行，進行訪談前先讓受試者填寫個人基本資料，完成初步的程序，隨後向受試者說明訪談的內容以及告知訪談

過程將會錄音，並告訴受試者本研究對其個人的資料是保密的，所得資料內容僅供研究之用。

(四) 資料分析

1. 開放式編碼 (open coding)

根據 Strauss 和 Corbin (1990)(徐宗國譯，1998) 所提出的編碼方法，目的在確認主題 (identify themes)。資料分析的方法是首先由研究者先將錄音帶逐一聽過，並將每一位受試者的回答內容逐筆記錄下來，將訪談稿內容謄寫完畢之後，即開始以歸納式內容分析法 (inductive content analysis) 依據主題的屬性分階層，進行所謂主軸編碼 (axial coding) 分析工作。所有主題確認與主軸編碼工作皆由作者與另二位從事運動心理學研究之研究生先獨自編碼，待個別完成後，再互相對照差異，以進行三角檢核 (triangulation) 考驗，待所有研究者在差異部分取得一致看法後，資料分析工作即告完成。研究結果得到高層友誼知覺，包括正面運動友誼與負面運動友誼；中層友誼知覺，包括正面運動友誼計有 9 個向度與負面運動友誼計有 3 個向度；以及低層友誼知覺，包括正面運動友誼計有 184 項主題與負面運動友誼計有 29 項主題。

2. 次數分配分析

依據上述歸納式內容分析結果，分別計算正面與負面低層友誼知覺主題次數比例 (分項次數 / 總分項次數)。

(五) 結果

以歸納式內容分析法，得到正面運動友誼共有 9 個向度，分別為：

1. 同伴情誼；2. 愉快玩伴關係；3. 增加自尊心；4. 互相幫忙和指導；5. 親

密關係；6.忠誠度；7.吸引人的個人特質；8.情感的支持；9.衝突的化解。
 至於負面運動友誼則共有 3 個向度：分別為：1.衝突；2.令人不悅的人格特質；3.不夠忠誠。以次數分配分析計算，其結果如表 3-2。

本研究所得的結果大致符合 Weiss 等人 (Weiss et al., 1996) 的研究結果，所得到的結果可以作為編製青少年運動友誼品質量表編題之重要參考。

表 3-2 運動友誼知覺階層與主題次數分配分析表

	高層友誼知覺	中層友誼知覺	低層友誼知覺 (例題)	次數分配	
				次數	百分比%
運動友誼知覺	正面友誼	同伴情誼	我們有很多事情都一起做	22	12.0
			和她在一起的好處	17	9.2
		愉快玩伴關係	我們喜歡一起做事情	11	6.0
			我們彼此喜歡與影響	7	3.8
			我們在一起時樂趣無窮	16	8.7
		增加自尊心	我們在一起時是友善的	6	3.3
			我們彼此正面的支持	8	4.3
		互相幫忙和指導	她讓我的感覺變的很好	9	4.9
			她激發我的運動能力	3	1.6
	在運動場上我們互相幫忙		6	3.3	
	親密友誼	親密關係	學習運動技術時我們互相幫忙	16	8.7
			平時我們會互相幫忙	6	3.3
		忠誠度	我們之間會透露自己的想法與感覺	9	4.9
			我們會讓彼此的感覺很舒適	3	1.6
		吸引人的個人特質	我們瞭解彼此的感覺與想法	5	2.7
			我們徵求彼此的選擇	9	4.9
	情感的支持	情感的支持	我喜歡她的人格	10	5.4
			她的特質	10	5.4
衝突的化解		我們會關心彼此	5	2.7	
負面運動友誼	衝突	我們很少爭執	6	3.3	
		我們彼此會爭吵	12	41.4	
	令人不悅的人格特質	她的負面特徵	14	48.3	
不夠忠誠		不忠心的	3	10.3	

二、青少年運動友誼品質表之編製

(一) 研究對象

本階段是以國中的運動代表隊為主要施測對象，受試者就讀的學校分別為：東南中學國中部、南崗國中、江翠國中、育英國中、新光國中、向上國中、居仁國中、溪南國中；受試對象所參加的運動項目為：排球、田徑、手球、籃球、軟網、桌球。總共發出問卷 357 份，回收後剔除填答不完全以及明顯不合作的無效問卷，共計有效問卷為 319 份，有效回收率為 89% (男生 169 人、女生 150 人)。受試者平均年齡為 14.4 歲 (SD = 1.1)，從事運動的經驗平均為 3.18 年 (SD = 1.53)。

(二) 研究工具的建立與研究程序

1. 題庫的建立 (the development of item pool)

本研究分別參考徐瑞玉和盧俊宏 (2001) 針對青少年運動友誼知覺之初步研究質性研究所獲得的結果，其研究發現青少年運動員對於運動情境中最好朋友的想法共有 9 項正面的友誼知覺，分別為：(1) 同伴情誼；(2) 愉快玩伴關係；(3) 增加自尊心；(4) 互相幫忙和指導；(5) 親密關係；(6) 忠誠度；(7) 吸引人的個人特質；(8) 情感的支持；(9) 衝突的化解；以及 3 項的負面友誼知覺，分別為：(1) 衝突；(2) 令人不悅的人格特質；(3) 不夠忠誠。每項因素分別選取 3 題進行編題工作，並依據 Weiss 和 Smith (1999) 的運動友誼品質量表 (Sport Friendship Quality Scale, 簡稱 SFQS) 的 22 道題目；遇有題意相同的題目則列為一題，最後共擬出一份 33 道題目的初步問卷，其中包括正向試題 29 題及負向試題 4 題，將之請 5 位國中運動代表隊選手閱讀，依照他們的看法與疑問，再將題意或語意不清楚的地方一一修正後，才將之定稿。

2.研究程序

研究者事先以電話聯絡的方式與各校教練聯繫並取得其同意，研究者再依約定的時間抵達現場進行施測，選定施測時間以不妨礙訓練時間為原則。進行施測時，研究者先向受試者說明研究目的與填答注意事項，量表是採五點量表計分方式（1 = 非常不同意；2 = 不同意；3 = 不一定；4 = 同意；5 = 非常同意），待受試者全部填答完畢後由研究者回收問卷。然後進行問卷的篩選（將明顯不配合、填答不完全的問卷剔除）與編碼工作，並將篩選過後與編碼完成的有效問卷建檔以進行統計分析。

（三）統計分析

本研究將所有回收的問卷剔除明顯不配合、填答不完全的無效問卷後，再將編碼之後的有效問卷以 SPSS for Windows 8.0 統計套裝軟體進行項目分析(item analysis) 因素分析(factor analysis)及信度分析(reliability analysis)。首先採用項目分析來考驗量表的題目是否具有鑑別力，將項目分析之後所得的結果以探索性因素分析（主成份分析法斜交轉軸）進行初步的因素探索，由因素間相關矩陣得知因素與因素間的相關。再以主成份分析法直接斜交轉軸方式，並且以指定因素的方式再進行因素分析，以求得量表的建構效度（construct validity）。至於信度分析部分，則以 Cronbach a 係數進行量表內部一致性考驗。

（四）研究結果

1.項目分析（item analysis）

由於本研究為研究者以質性研究所得結果，並結合 Weiss 和 Smith（1999）的運動友誼品質量表（SFQS），進行編製一份青少年運動友誼

品質量表，以供國內青少年運動員使用。為了瞭解編製過後的題目是否具有鑑別力，本研究以項目分析 t 考驗來檢定，進行項目分析的目的在于瞭解，每一個題目的決斷值(critical ratio, 簡稱 CR 值)(王俊明, 1999)。首先將所有受試者在各題項中的得分總和依高低順序排列，分別找出前 27% 以及後 27% 二組 (吳明隆, 1999)，將其分為高分組 (第一組) 與低分組 (第二組)，並求出二組在每題得分之平均數的顯著性考驗，將 CR 值達 3.0 以上的題目予以保留。各題目之項目分析摘要表如表 3-3。

表 3-3 項目分析摘要表

題號	組別	人數	平均數	標準差	決斷值
Q1	1.00	98	4.52	0.66	7.67
	2.00	89	3.71	0.78	
Q2	1.00	98	3.90	1.30	4.96
	2.00	89	3.10	0.88	
Q3	1.00	98	4.13	0.88	7.08
	2.00	89	3.29	0.74	
Q4	1.00	98	4.57	0.64	9.64
	2.00	89	3.64	0.68	
Q5	1.00	98	4.40	0.72	7.11
	2.00	89	3.49	0.97	
Q6	1.00	98	3.38	1.15	4.15
	2.00	89	2.72	0.99	
Q7	1.00	98	4.50	0.76	7.46
	2.00	89	3.58	0.91	
Q8	1.00	98	4.76	0.47	10.86
	2.00	89	3.73	0.76	
Q9	1.00	98	3.84	0.86	6.49
	2.00	89	3.09	0.70	
Q10	1.00	98	4.80	0.43	8.44
	2.00	89	4.01	0.78	
Q11	1.00	98	4.58	0.59	10.68
	2.00	89	3.37	0.90	
Q12	1.00	98	4.42	0.96	5.22
	2.00	89	3.58	1.19	
Q13	1.00	98	4.23	0.77	9.02
	2.00	89	3.21	0.77	

(待續)

(續表 3-3)

Q14	1.00	98	4.54	0.66	9.79
	2.00	89	3.55	0.72	
Q15	1.00	98	3.90	0.79	10.18
	2.00	89	2.87	0.58	
Q16	1.00	98	4.40	0.74	9.60
	2.00	89	3.25	0.89	
Q17	1.00	98	4.65	0.52	11.58
	2.00	89	3.56	0.74	
Q18	1.00	98	3.24	1.16	3.93
	2.00	89	2.64	0.93	
Q19	1.00	98	3.41	0.70	5.30
	2.00	89	2.88	0.67	
Q20	1.00	98	4.22	0.85	8.20
	2.00	89	3.18	0.88	
Q21	1.00	98	4.30	0.72	7.15
	2.00	89	3.47	0.85	
Q22	1.00	98	4.39	0.66	10.59
	2.00	89	3.33	0.70	
Q23	1.00	98	4.70	0.52	9.37
	2.00	89	3.80	0.78	
Q24	1.00	98	4.66	0.59	6.65
	2.00	89	3.99	0.79	
Q25	1.00	98	4.83	0.40	13.13
	2.00	89	3.76	0.65	
Q26	1.00	98	4.63	0.58	10.67
	2.00	89	3.57	0.77	
Q27	1.00	98	4.63	0.66	12.04
	2.00	89	3.43	0.70	
Q28	1.00	98	4.09	1.17	6.06
	2.00	89	3.16	0.92	
Q29	1.00	98	4.76	0.53	7.71
	2.00	89	3.92	0.88	
Q30	1.00	98	4.71	0.51	8.36
	2.00	89	3.84	0.85	
Q31	1.00	98	4.64	0.56	10.29
	2.00	89	3.66	0.72	
Q32	1.00	98	4.20	0.86	5.47
	2.00	89	3.48	0.94	
Q33	1.00	98	4.09	0.79	
	2.00	89	3.26	0.73	

由項目分析結果得知每一個題目在高分組與低分組間的反應皆達顯著水準，顯示每一道題目在不同受試者反應程度上都具有鑑別力，並以

此為基礎進行因素分析。

2.因素分析 (factor analysis)

(1) 探索性因素分析

本研究首先以探索性因素分析來考驗青少年運動友誼品質量表可能的因素。在進行探索性因素分析之前，為了瞭解取樣的適切性，本研究先以 Kaiser (1974) 的 KMO 法與 Bartlett 球形檢定法進行分析。研究結果發現 KMO 值為.878 (KMO 值>0.5) 且 Bartlett 值也已達顯著水準，所以本量表所蒐集的原始資料適合進行因素分析。經由初次主成份分析的直接斜交轉軸法後，得到九個因素以及各因素之間的相關矩陣；在因素負荷量的萃取上，以超過.40 水準為標準，同時進行審查量表題目是否出現跨因素的現象，研究結果發現：第 2、4、12、17、21、26 題因素負荷量未達.40，因素四僅剩第 33 題，因素六僅有 10、32，經斟酌因素題目內容將之刪除。經刪題之後，最後得到七個因素及各因素之間的相關矩陣，表 3-4 為探索性因素分析相關矩陣摘要表。

表 3-4 探索性因素分析相關矩陣摘要表

	因素一	因素二	因素三	因素四	因素五	因素六	因素七
1	1.000						
2	9.930E-02	1.000					
3	-.152	2.440E-02	1.000				
4	-.149	-.114	5.692E-02	1.000			
5	-.275	-.153	.132	.164	1.000		
6	.302	9.500E-02	-.123	-9.334E-02	-.205	1.000	
7	.304	-2.144E-02	.113	.147	.190	-.210	1.000

(2) 效度分析 (validity analysis)

以因素分析來考驗運動友誼品質量表的建構效度 (construct validity)，在經以指定七個因素進行主成份分析與直接斜交轉軸之後，發現各因素題目均落入原先預期的因素內。在刪除 2、4、10、12、17、21、

26、32、33 之後，整體解釋變異量略微上升（由原先的 54.874 提高至 56.706）。固定因素個數之因素分析摘要表如表 3-5。

表 3-5 運動友誼品質量表因素分析摘要表

題號	因素一	因素二	因素三	因素四	因素五	因素六	因素七
14 當我失誤時，我的朋友會鼓勵我	.672						
8 在運動時，我和我的朋友互相支持對方	.647						
13 我的朋友會注意我的事情	.593						
1 當我動作做不好時，我的朋友會給我再一次的練習機會	.572						
7 當我表現不錯時，我和我的朋友會互相稱讚對方	.482						
22 在運動中，我的朋友對我有信心	.431						
19 我的朋友和我想法一致		.787					
3 我的朋友和我具有共同的興趣		.661					
15 我的朋友和我對事情會有相同的值觀		.534					
18 我會和我的朋友互相有爭執			.838				
6 我和我的朋友會互相生對方的氣			.732				
28 我的朋友和我的友誼容易變卦			.514				
5 我的朋友和我爭吵之後很快就會和好				.738			
16 當我們有爭辯時，我的朋友和我會商量如何解決				.733			
11 我的朋友和我意見不同時，我們會想辦法解決				.618			
20 我和我的朋友會互相傾訴彼此的秘密					-.647		
9 我的朋友和我會一起做相同的事情					-.507		
23 我和我的朋友會彼此關心對方					-.454		
30 我喜歡和我的朋友一起運動						.725	
29 在比賽時，我的朋友和我會互相幫對方加油						.581	
27 我的朋友和我在運動場上會互相配合						.444	
24 我的朋友和我擁有其他共同的朋友							-.859
25 我的朋友和我會互相幫忙							-.508
31 我的朋友和我會互相提供意見給對方							-.435
特徵值	5.713	1.782	1.662	1.187	1.140	1.084	1.041
解釋變異量%	23.804	7.426	6.926	4.947	4.748	4.517	4.337
累積解釋變異量%	23.804	31.230	38.156	43.103	47.852	52.369	56.706

表 3-5 的結果清楚的顯示，24 道題目的運動友誼品質量表有七個因素，第一個因素命名為「自尊的增進與支持」，包括：1、7、8、13、14、22（正式量表題號為：1、5、6、9、10、16）等 6 題，其可解釋變異量占總解釋變異量的 23.804%。第二個因素命名為「共同的想法與興趣」，包括：3、15、19（正式量表題號為：2、11、14）等 3 題，其可解釋變異量占總解釋變異量的 7.426%。第三個因素命名為「衝突」，包括：6、

18、28 (正式量表題號為：4、13、21) 等 3 題，其可解釋變異量占總解釋變異量的 6.926%。第四個因素命名為「衝突的化解」，包括：5、11、16 (正式量表題號為：3、8、12) 等 3 題，其可解釋變異量占總解釋變異量的 4.947%。第五個因素命名為「親密關係」，包括：9、20、23 (正式量表題號為：7、15、17) 等 3 題，其可解釋變異量占總解釋變異量的 4.748%。第六個因素命名為「情感的支持」，包括：27、29、30 (正式量表題號為：20、22、23) 等 3 題，其可解釋變異量占總解釋變異量的 4.517%。第七個因素命名為「互相幫忙和指導」，包括：24、25、31 (正式量表題號為：18、19、24) 等 3 題，其可解釋變異量占總解釋變異量的 4.337%。七個因素的累積解釋變異量為 56.706%。

3.信度分析 (reliability analysis)

信度分析以 Cronbach a 係數法檢定運動友誼品質量表各分量表的內部一致性，結果顯示：一、「自尊的增進與支持」分量表的 Cronbach a 係數為.71；二、「共同的想法與興趣」分量表的 Cronbach a 係數為.60；三、「衝突」分量表的 Cronbach a 係數為.56；四、「衝突的化解」分量表的 Cronbach a 係數為.66；五、「親密關係」分量表的 Cronbach a 係數為.53；六、「情感的支持」分量表的 Cronbach a 係數為.57；七、「互相幫忙和指導」分量表的 Cronbach a 係數為.62。此外，總量表的 Cronbach a 係數為.61。整體而言，經過編製之後的青少年運動友誼品質量表各分量表的信度在可接受的範圍之內。

(五) 結果

研究結果發現編製之後的運動友誼量表共有七個因素，這七個因素分別為：因素一「自尊的增進與支持」；因素二「共同的想法與興趣」；

因素三「衝突」；因素四「衝突的化解」；因素五「親密關係」；因素六「情感的支持」；因素七「互相幫忙和指導」，此份量表共有 24 道題目。

在信度方面，七個分量表的 Cronbach α 係數在 .53 至 .71 之間，雖然有些分量表的信度偏低，但在可接受的範圍之內，顯示本量表具有可靠的內部一致性。至於效度方面，本研究是以探索性因素分析來考驗運動友誼品質量表的建構效度，在經以指定七個因素進行主軸法與直接斜交轉軸之後，各因素的題目均落入原先預期的因素內，顯示本量表具有良好的建構效度。

第三節 正式研究

一、研究對象

正式研究是以獲得 89 學年度國中甲組籃球聯賽前八名之隊伍以及分布在北中南三所國中一般學生為研究對象。受試對象分別為：新民國中、七賢國中、大倫國中、明仁國中、永吉國中、龍岡國中、懷生國中、石牌國中、溪湖國中、中埔國中、福豐國中等各校籃球選手及學生共計 478 位，扣除填答不完全以及明顯不合作的無效樣本 10 位。有效樣本共計 468 位（男性運動選手 139 位，女性運動選手 66 位；男性非運動選手 136 位，女性非運動選手 127 位；共計男性 275 位，女性 193 位）（見下頁表 3-6），所有受試者的平均年齡為 13.58 歲（ $SD = \pm 0.88$ ）。在籃球選手方面，平均從事運動經驗為 27.59（個月）（ $SD = \pm 8.99$ ），平均每週練習天數為 5.89（天）（ $SD = \pm 0.65$ ），平均每次練習時間為 151.71（分鐘）（ $SD = \pm 49.77$ ）。

表 3-6 受試者人數統計表

學校名稱	性別	人數	合計
龍岡國中	男	10	18
	女	8	
明仁國中	男	11	16
	女	5	
懷生國中	男	—	18
	女	18	
新民國中	男	29	29
	女	—	
大倫國中	男	15	15
	女	—	
永吉國中	男	25	25
	女	—	
石牌國中	男	—	13
	女	13	
溪湖國中	男	66	114
	女	48	
七賢國中	男	36	48
	女	22	
中埔國中	男	31	66
	女	35	
福豐國中	男	52	96
	女	44	
總和	男	275	468
	女	193	

二、研究工具

本研究之研究工具有二，第一為研究者編製之「青少年運動友誼品質量表」、第二為李安忠（2001）編製之「運動員精神取向量表」，量表分別敘述如下：

(一) 青少年運動友誼品質量表

本研究所採用的「青少年運動友誼品質量表」，係依據 Weiss 和 Smith (1999) 的研究觀點，經翻譯後以及進行質的研究修訂運動友誼品質量表 (Sport Friendship Quality Scale, 簡稱 SFQS)。該量表原有六個向度 22 道題目，分別為「正面友誼知覺」的五個向度，包括「自尊的增進及支持」共有 4 題；「忠誠和親密性」共有 4 題；「共同事物嗜好」共有 4 題；「愉快玩伴關係」共有 4 題；「衝突的解決」共有 3 題，以及「負面友誼知覺」的一個向度，「衝突」共有 3 題。這 22 道題目結合徐瑞玉、盧俊宏 (2001) 針對青少年運動友誼知覺質性研究所獲得的結果，最後編製成一份具有七個因素 24 道題目之「青少年運動友誼品質量表」。第一個因素為「自尊的增進與支持」，包括：1、5、6、9、10、16 等 6 題，其可解釋變異量占總解釋變異量的 23.804%；第二個因素為「共同的想法與興趣」，包括：2、11、14 等 3 題，其可解釋變異量占總解釋變異量的 7.426%；第三個因素為「衝突」，包括：4、13、21 等 3 題，其可解釋變異量占總解釋變異量的 6.926%；第四個因素為「衝突的化解」，包括：3、8、12 等 3 題，其可解釋變異量占總解釋變異量的 4.947%；第五個因素為「親密關係」，包括：7、15、17 等 3 題，其可解釋變異量占總解釋變異量的 4.748%；第六個因素為「情感的支持」，包括：20、22、23 等 3 題，其可解釋變異量占總解釋變異量的 4.517%；第七個因素為「互相幫忙和指導」，包括：18、19、24 等 3 題，其可解釋變異量占總解釋變異量的 4.337%。七個因素的累積解釋變異量為 56.706%。其中第三個因素為反向題。計分方式採李克特 (Likert) 5 點量表計分，分別為 1 = 非常不同意；2 = 不同意；3 = 沒意見；4 = 同意；5 = 非常同意。

(二) 運動員精神取向量表

本研究乃是採用李安忠 (2001) 參考 Robert J. Vallerand (1997) 的多向度運動員精神取向量表 (Multidimensional Sportspersonship Orientation Scale, 簡稱 MSOS), 修訂成中文版多向度運動員精神取向量表。量表共有五個因素, 20 道題目。因素一為「運動參與的完全承諾」, 包括 1、4、7、10、13 等 5 題, 其可解釋變異量占總解釋變異量的 22.952%; 因素二為「尊敬比賽規則與裁判」, 包括 2、5、8、11、1 等 4 題, 其可解釋變異量占總解釋變異量的 5.537%; 因素三為「運動參與的負面手段」, 包括 3、6、9、12 等 4 題, 其可解釋變異量占總解釋變異量的 10.358%; 因素四為「尊敬與關心對手」, 包括 14、16、18、20 等 4 題, 其可解釋變異量占總解釋變異量的 5.269%; 因素五為「社會禮節」, 包括 15、17、19 等 3 題, 其可解釋變異量占總解釋變異量的 7.190%。七個因素的累積解釋變異量為 51.306%。其中第三個因素為反向題。計分方式採李克特 (Likert) 5 點量表計分, 分別為 1 = 與我一點也不相像; 2 = 與我一點點相像; 3 = 與我大部分相像; 4 = 與我很相像; 5 = 與我非常相像。

三、研究流程

研究流程圖如圖 3-2：

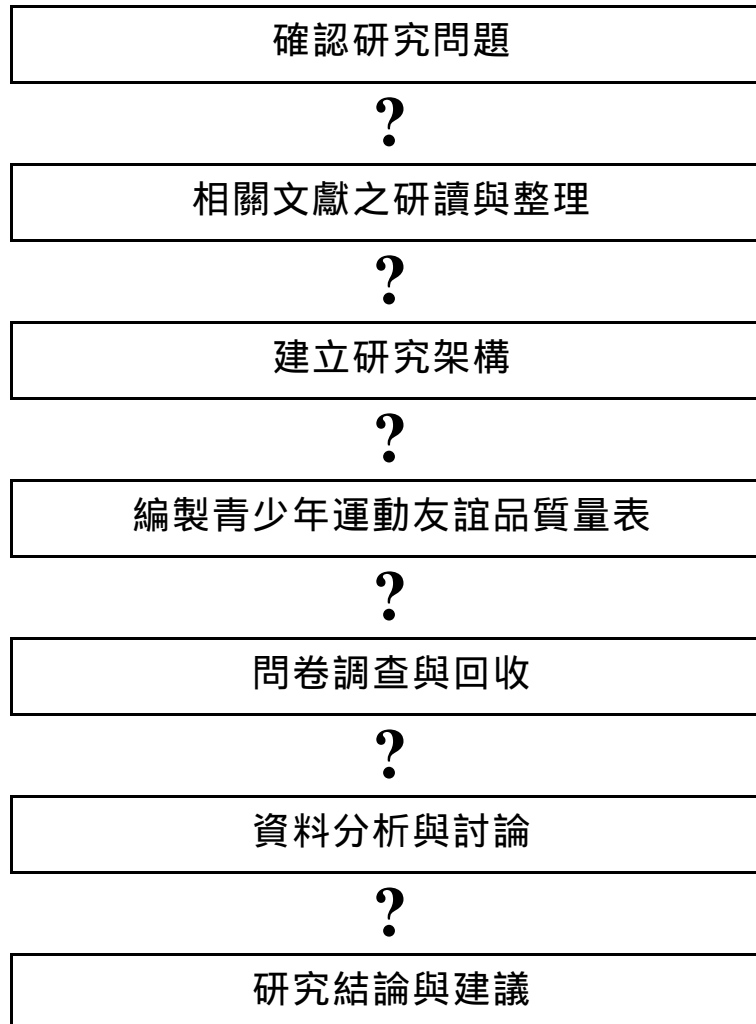


圖 3-2 研究流程圖

四、實施程序

本研究在正式施測前，研究者先與各隊教練或指導老師以電話方式取得聯繫，事先告知本研究之目的並徵求其施測同意。後由研究者向各隊教練或指導老師詳細說明研究之目的與實施之程序，才進行施測。施測內容包括個人資料的填寫與所有研究使用的問卷，待全部施測完畢後

將問卷回收。

第四節 資料處理與統計分析

施測完成後將所蒐集的資料進行整理以及編碼的工作，並把填答不完全及明顯不合作之問卷予以刪除，全部資料以 SPSS for Windows 8.0 中文版統計套裝軟體進行統計分析。

- 一、以獨立樣本 t 檢定考驗研究假設一。
- 二、以獨立樣本 t 檢定考驗研究假設二。
- 三、以皮爾遜 (K. Pearson) 積差相關法考驗研究假設三。
- 四、本研究的統計考驗水準定為 $\alpha = .05$ 。

第四章 結果與討論

本章主要是呈現研究結果，並根據研究假設依序加以討論。本章內容共分為三節，分別為：第一節青少年運動選手與非運動選手運動友誼之差異；第二節青少年運動選手與非運動選手運動員精神之差異；以及第三節運動友誼與運動員精神取向的相關。

第一節 青少年運動選手與非運動選手運動友誼之差異

本研究目的之一為比較青少年運動選手與非運動選手的運動友誼之差異，並以獨立樣本 t 考驗來考驗研究假設一，結果如表 4-1：

表 4-1 青少年運動選手與非運動選手運動友誼差異檢定

運動友誼	組別	個數	平均數	標準差	t 值	p 值
自尊的增進與支持	運動選手	205	24.68	3.16	3.99*	.00
	非運動選手	263	23.39	3.84		
共同的想法與興趣	運動選手	205	10.80	1.87	0.33	.74
	非運動選手	263	10.74	2.17		
衝突	運動選手	205	10.11	2.57	0.18	.86
	非運動選手	263	10.07	2.64		
衝突的化解	運動選手	205	11.96	1.90	0.98	.33
	非運動選手	263	11.78	1.98		
親密關係	運動選手	205	11.39	2.00	0.26	.79
	非運動選手	263	11.34	2.29		
情感的支持	運動選手	205	13.05	1.76	4.00*	.00
	非運動選手	263	12.34	2.08		
互相幫忙和指導	運動選手	205	12.78	1.65	1.79	.08
	非運動選手	263	12.48	1.95		

*p<.05

由表 4-1 得知，青少年運動選手與非運動選手在運動友誼之「自尊的增進與支持」、與「情感的支持」二者之間有顯著差異。由本研究結果發現，參與運動訓練或比賽的運動選手在「自尊的增進與支持」、與「情感的支持」較一般非運動選手有較高的運動友誼。此研究結果與 (Biggelow , Lewko & Salhani , 1989 ; Duncan , 1993 ; Newcomb & Bagwell , 1995 ; Weiss , 1995 ; Wiggins , 1996 ; Weiss , Smith & Theeboom , 1996 ; Weiss & Smith , 1999) 所提出的概念或相關研究是一致的。

從青少年的心理社會發展而言，這個階段是他們建立性別認同和發展親密關係的時期，學習接納自己也接納別人。從身體的發展上來看，擁有良好的體格的男孩，在運動能力的表現上會比較好，比較受到朋友的讚賞與擁戴，而且自己也充滿自信心。青少年藉由參與體育活動的機會，可以認識一些新的朋友與獲得親密關係，也可以鍛鍊自己的體格，獲得更好的運動成就，因而使個人的自尊心也相對的提高。由此可見，自尊和情感的提昇是參加學校代表隊最有價值的地方。

第二節 青少年運動選手與非運動選手運動員精神之差異

本研究目的二為比較青少年運動選手與非運動選手的運動員精神之差異，並以獨立樣本 t 考驗來考驗研究假設二，結果如表 4-2：

表 4-2 青少年運動選手與非運動選手運動員精神差異檢定

運動員精神	組別	個數	平均數	標準差	t 值	p 值
運動參與的完全承諾	運動選手	205	19.67	3.75	5.33*	.00
	非運動選手	263	17.69	4.27		
尊敬比賽規則與裁判	運動選手	205	16.54	2.89	5.43*	.00
	非運動選手	263	14.95	3.31		
運動參與的負面手段	運動選手	205	15.73	3.11	2.58*	.01
	非運動選手	263	14.94	3.47		
尊敬與關心對手	運動選手	205	11.56	3.37	-0.92	.36
	非運動選手	263	11.86	3.48		
社會禮節	運動選手	205	11.53	2.56	6.14*	.00
	非運動選手	263	9.86	3.33		

*p<.05

由表 4-2 得知，青少年運動選手與非運動選手在運動員精神取向「運動參與的完全承諾」、「尊敬比賽規則與裁判」、「運動參與的負面手段」、以及「社會禮節」之間有顯著差異。即運動選手在這些因素上均高於非運動選手。

在青少年發展階段，參加學校代表隊對一個人的道德發展有很重要的影響，如本研究發現，參與運動訓練或比賽的運動選手在「運動參與的完全承諾」、「尊敬比賽規則與裁判」、「運動參與的負面手段」以及「社會禮節」較非運動選手有較高的運動員精神。這項結果與（Bowman，1990；Weiss，1995；Wiggins，1996）所提出的概念或相關研究是一致的。

本研究的另一項發現，運動選手在運動參與的負面手段高於非運動選手，這項研究支持李安忠（2001）的研究，也就是青少年運動選手在運動或比賽時，往往為了獲得勝利而不擇手段，而做出違反運動員精神的事情，這項研究發現值得教育人員、體育老師以及運動教練注意。

第三節 運動友誼與運動員精神之間的相關

本研究目的三為探討運動友誼與運動員精神之間的相關，並以皮爾遜積差相關法考驗研究假設三，結果如表 4-3：

表 4-3 運動友誼與運動員精神相關矩陣 (N=468)

	運動友誼取向							運動員精神取向				
	友誼一	友誼二	友誼三	友誼四	友誼五	友誼六	友誼七	精神一	精神二	精神三	精神四	精神五
友誼一												
友誼二	.53*											
友誼三	.25*	.10*										
友誼四	.61*	.41*	.31*									
友誼五	.62*	.51*	.16*	.52*								
友誼六	.68*	.39*	.17*	.49*	.49*							
友誼七	.66*	.41*	.18*	.54*	.55*	.62*						
精神一	.49*	.32*	.17*	.42*	.34*	.50*	.46*					
精神二	.41*	.23*	.18*	.36*	.28*	.37*	.32*	.61*				
精神三	.14*	.01	.27*	.09	.16*	.08	.11*	.02	.08			
精神四	.28*	.23*	.09*	.26*	.23*	.17*	.20*	.38*	.33*	-.13*		
精神五	.43*	.31*	.15*	.37*	.26*	.35*	.34*	.51*	.53*	.03	.52*	

*p<.05

註：

友誼一：自尊的增進與支持 友誼二：共同的想法與興趣 友誼三：衝突 友誼四：衝突的化解
友誼五：親密關係 友誼六：情感的支持 友誼七：互相幫忙和指導
精神一：運動參與的完全承諾 精神二：尊敬比賽規則與裁判 精神三：運動參與的負面手段
精神四：尊敬與關心對手 精神五：社會禮節

由表 4-3 得知：

一、運動友誼取向之「自尊的增進與支持」

分別與運動員精神取向之運動參與的完全承諾 ($r = .49$, $p < .05$) 尊

敬比賽規則與裁判 ($r = .41, p < .05$)、運動參與的負面手段 ($r = .14, p < .05$)、尊敬與關心對手 ($r = .28, p < .05$)、社會禮節 ($r = .43, p < .05$) 呈顯著的正相關。

二、運動友誼取向之「共同的想法與興趣」

分別與運動員精神取向之運動參與的完全承諾 ($r = .32, p < .05$)、尊敬比賽規則與裁判 ($r = .23, p < .05$)、尊敬與關心對手 ($r = .23, p < .05$)、社會禮節 ($r = .31, p < .05$) 呈顯著的正相關。

三、運動友誼取向之「衝突」

分別與運動員精神取向之運動參與的完全承諾 ($r = .17, p < .05$)、尊敬比賽規則與裁判 ($r = .18, p < .05$)、運動參與的負面手段 ($r = .27, p < .05$)、社會禮節 ($r = .15, p < .05$) 呈顯著的正相關。

四、運動友誼取向之「衝突的化解」

分別與運動員精神取向之運動參與的完全承諾 ($r = .42, p < .05$)、尊敬比賽規則與裁判 ($r = .36, p < .05$)、尊敬與關心對手 ($r = .26, p < .05$)、社會禮節 ($r = .37, p < .05$) 呈顯著的正相關。

五、運動友誼取向之「親密關係」

分別與運動員精神取向之運動參與的完全承諾 ($r = .34, p < .05$)、尊敬比賽規則與裁判 ($r = .28, p < .05$)、運動參與的負面手段 ($r = .16, p < .05$)、尊敬與關心對手 ($r = .23, p < .05$)、社會禮節 ($r = .26, p < .05$) 呈顯著的正相關。

六、運動友誼取向之「情感的支持」

分別與運動員精神取向之運動參與的完全承諾 ($r = .50, p < .05$)、尊敬比賽規則與裁判 ($r = .37, p < .05$)、尊敬與關心對手 ($r = .17, p < .05$)、社會禮節 ($r = .35, p < .05$) 呈顯著的正相關。

七、運動友誼取向之「互相幫忙和指導」

分別與運動員精神取向之運動參與的完全承諾 ($r = .46, p < .05$)、尊敬比賽規則與裁判 ($r = .32, p < .05$)、運動參與的負面手段 ($r = .11, p < .05$)、尊敬與關心對手 ($r = .20, p < .05$)、社會禮節 ($r = .34, p < .05$) 呈顯著的正相關。

青少年參與體育活動中，其運動友誼與運動員精神之間的關係，當青少年的自尊心越高，其與同儕之間的相互支持程度也就越高。而由於本研究運動友誼與運動員精神的相關乃是國內初次的研究，因此，當運動教練在訓練選手或參與比賽時、體育老師在上體育時都應該注意青少年的運動友誼與運動員精神的發展，以培養其健全的人格。

第五章 結論與建議

第一節 結論

本研究的主要目的在比較青少年運動選手與非運動選手運動友誼及運動員精神之差異與相關情形，希望對於這二者之間的關係能有更進一步的認識與瞭解。因此，本研究先利用事前質性研究調查法，以研究者編製之「青少年運動友誼品質量表」與李安忠（2001）編製的「運動員精神取向量表」為研究工具進行研究，最後將問卷回收後，將填答不完全及明顯不合作的問卷予以剔除，才進行編碼與建檔之工作，並以 SPSS for Windows 8.0 版統計套裝軟體進行統計分析。研究結果如下：

- 一、青少年運動選手與非運動選手運動友誼之差異方面：青少年運動選手在「自尊的增進與支持」和「情感的支持」高於非運動選手。
- 二、青少年運動選手與非運動選手運動員精神之差異方面：青少年運動選手在「運動參與的完全承諾」、「尊敬比賽規則與裁判」、「運動參與的負面手段」、和「社會禮節」高於非運動選手。
- 三、運動友誼取向與運動員精神取向之間的相關情形
 - （一）運動友誼之「自尊的增進與支持」、「衝突」、「親密關係」、「互相幫忙和指導」等因素與運動員精神各因素呈正相關。
 - （二）運動友誼之「共同的想法與興趣」、「衝突的化解」、「情感的支持」等因素與運動員精神之「運動參與的完全承諾」、「尊敬比賽規則與裁判」、「尊敬與關心對手」、「社會禮節」等因素呈正相關。

本研究結論指出，青少年在參與運動訓練或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會擁有較高的自尊心。

第二節 建議

一、研究結果的應用

運動友誼與運動員精神是具有正面而且有價值的經驗感受，青少年時期（尤其是現今國中階段的學生，遇事總是衝動與魯莽）是人生一個重大的轉變時期，因此，對於他們的交友情形與道德觀念的培養更應加以重視。以下是對運動教練、體育老師以及教育行政人員的建議：

（一）在運動教練方面：當學校運動代表隊的教練在訓練選手與參與競賽時，不能只注重個人的表現或是只強調贏，認為獲得勝利才是最高的運動成就表現，而忽略了青少年發展運動友誼的機會與運動員精神以及運動道德觀念的的培養，建議運動教練在訓練或比賽時對於青少年運動友誼與運動員精神的發展應該加以重視。

（二）在體育老師方面：在上體育課時，每一位學生是不是都能夠與同儕間和平相處，同學之間彼此的互動情形如何？在分組競賽中，有沒有為了得到勝利而出現作弊的情形？身為體育教師的我們，應該特別留意這些情況的發生。

（三）在教育行政人員方面：在學校大環境裡，每一位學生的人格素養都是不容忽視的，教育人員應該以輔導人員的角色，藉舉辦學校體育競賽活動中，強調學生能夠互助合作、支持與鼓勵與遵守規則，使學生能有健全的人格發展。

二、未來研究的建議

本研究的研究對象是針對青少年之國中選手及學生，至於其他階層的人員（如：教練、大專生）對於運動友誼品質的知覺是如何呢？此外，本研究主要是比較青少年選手與非選手之間運動友誼及運動員精神的差異，對於性別、運動年齡之間的關係並未考慮到，建議為來研究能進一步做後續的探討。此外，運動代表隊流失的問題（如教練的異動、球隊的解散）在進行研究設計時應該考慮到的，如此在受試者的來源上才能更趨完整。

在運動友誼與運動員精神的相關學術研究方面的建議：

（一）在運動動機的研究方面：建議將運動友誼與內在動機，或是運動友誼與自我效能相結合來進行研究。

（二）在運動員人格養成方面：建議將運動員精神與攻擊、運動員精神與道德發展，或是運動員精神與領導才能相結合來進行研究。

期許能為國內運動心理學界帶來新的趨勢。

參考文獻

一、中文部分

- 方進隆 (1992)。規律運動與健康促進和疾病預防。中華體育季刊，5(4) 1-7。
- 方慈惠 (1998)。棒球選手之運動道德判斷。未出版之國立臺灣師範大學教育學院體育學系碩士學位論文，臺北。
- 王俊明 (1999)。問卷與量表的編製及分析方法。載於張至滿、王俊明主編：體育測驗與評價 (139-158)。臺北：中華民國體育學會。
- 王煥琛、柯華葳 (1999)。青少年心理學。臺北：心理出版社。
- 江良規 (1990)。體育學原理新論。臺北：臺灣商務印書館。
- 李素卿譯 (1999)。當代教育心理學。臺北：五南圖書。
- 李惠加 (1997)。青少年發展。臺北：心理出版社。
- 李安忠 (2001)。成就目標取向與運動員精神取向對於不同比賽情境下網球選手攻擊意圖之影響研究。未出版之國立體育學院教練研究所碩士論文，桃園。
- 余昭 (1992)。人格心理學 (及人格之培育)。臺北：桂冠圖書。
- 吳明隆 (1999)。SPSS 統計應用實務。臺北：松崗。
- 吳萬福 (1995)。運動員的精神教育。體育與運動，91，14-17。
- 卓俊辰 (1991)。從運動教育的觀點談學童的體適能。臺灣省學校體育雙月刊，1(6)，5-9。
- 林崇德主編 (1995)。當代兒童青少年心理學的進展。臺北：五南圖書。
- 科華葳、陳李綱等 (1994)。發展心理學。臺北：心理出版社。

- 柯永河 (2001)。 習慣心理學 (下)。臺北：張老師文化。
- 苗延威譯 (1996)。 人際關係剖析。臺北：巨流。
- 徐宗國譯 (1998)。 質性研究概論。臺北：巨流。
- 徐瑞玉、盧俊宏 (2001)。青少年運動友誼知覺之初步研究-以醒吾中學女子足球隊個案為例。 國立臺灣體育學院學報 , 9 , 461-472。
- 康伶瑾 (1983)。論運動、運動員精神及道德教育。 中華民國體育學會體育學報 , 5 , 121-126。
- 許義雄 (1993)。學校體育應以養成-身體適應能力為所重。 臺灣省學校體育雙月刊 , 1 (6) , 3-4。
- 許義雄 (1998)。 運動教育與人文關懷。臺北：師大書苑。
- 郭靜晃、吳幸玲譯 (1998)。 發展心理學。臺北：揚智。
- 陳坤檸 (1997)。體適能與青少年成長發展。 教師體適能指導手冊 , 74-85。
- 葉憲清 (1991)。體育教育目標。 臺灣省學校體育雙月刊 , 1 (4) , 6-13。
- 鄧繼強 (1992)。 青少年的輔導。臺北：大鴻圖書。
- 楊國樞 (1989)。 發展心理學。臺北：桂冠圖書。
- 劉秀娟 (1999)。 兩性關係與教育。臺北：揚智。
- 劉秀娟、林明寬譯 (1998)。 兩性關係-性別刻板化與角色。臺北：揚智。
- 謝秀玲 (2000)。 青少年心理學。高雄：麗文文化。

二、英文部分

- Asher, S. R., & Coie, J. D. (1990). Peer rejection in childhood. Cambridge: Cambridge University Press.
- Beller (1994). Sport ethics: applications for fair play.
- Berndt, T. J., & Ladd, G. W. (1989). Peer relationships in child development. New York: Wiley.
- Bigelow, B. J., Lewko, J. H., & Salhani, L. (1989). Sport-involved Children's Friendship Expectations. Journal of Sport & Exercise Psychology, 11, 152-160.
- Bowman, J. (1990). Sportsmanship. New York: Rosen Publishing Group.
- Bukowski, W. M., & Hoza, B. (1989). Popularity and friendship: Issues in theory, measurement, and outcome. In T. J. Berndt & G. W. Ladd(Eds.). Peer relationships in child development(pp. 15-45). New York: Wiley.
- Chase, M. A., & Dummer, G. M. (1992). The Role of Sport as a Social Status Determinant for Children. Research quarterly for Exercise and Sport , 63(4), 418-424.
- Duncan, S. C. (1993). The role of cognitive appraisal and friendship provisions in adolescents' affect and motivation toward activity physical. Research Quarterly for Exercise and Sport. 64, 314-323.
- Evans, J., & Roberts, G. C. (1987). Physical competence and the development of children's peer relations. Quest, 39, 23-35.
- Kaiser, H. F. (1974). An index of factorial simplicity. Psychometrika, 39, 31-36.
- Newcomb, A. F., & Bagwell, C. L. (1995). Children's friendship relations: A meta-analytic review. Psychological Bulletin, 117, 306-347.

- Parker, J. G., & Asher, S. R. (1993). Friendship and friendship quality in middle childhood: Links with peer group acceptance and feelings of loneliness and social dissatisfaction. Developmental Psychology, 29, 611-621.
- Smith, A. L. (1997). Peer relationships and physical activity participation in early adolescence. Unpublished doctoral dissertation, University of Oregon, Eugene.
- Weinberg, R. S. & Gould D. (1999). Foundations of Sport and Exercise Psychology. Human Kinetics.
- Weiss, M. R., & Petlichkoff, L. M. (1989). Children's motivation for participation in and withdrawal from sport: Identifying the missing links. Pediatric Exercise Science, 1, 195-211.
- Weiss, M. R. (1995). Children in sport: An educational model. In S. M. Murphy(Ed.) Sport Psychology interventions (pp. 39-69). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Weiss, M. R., Smith, A. L., & Theeboom, 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(2), 145-166.
- Wiggins, D. K. (1996). A history of highly competitive sport for American children. In F. L. Smoll & R. E. Smith (Eds.) Children and youth in sport: A biopsychosocial perspective (pp. 15-30). Madison, WI: Brown & Benchmark.
- Zarbatany, L., Ghesquiere, K., & Mohr, K. X. (1992). A context perspective on early adolescents' friendship expectations. Journal of Early Adolescence. 12, 111-126.

附 錄

附錄一 運動友誼品質量表（修訂前）

親愛的同學：

您好！

以下是一些有關於你與你的好朋友，在運動情境中一起相處時的情況。請仔細閱讀每一個題目的敘述，回想你和好朋友在一起相處的真實情形，然後在右邊的號碼中，圈選一個代表你同意這個敘述的程度之數字，1? 代表非常不同意，2? 代表不同意，3? 代表不一定，4? 代表同意，5? 代表非常同意。記得，你的答案沒有對與錯，請放心的回答。

謝謝您的合作！

國立臺灣體育學院體育研究所
研究生 徐瑞玉敬上

個人基本資料

性別：男 女

年齡：_____歲_____月

就讀學校：_____

運動專長項目：_____

每週平均練習時間：_____天

每天平均練習時間：_____次

每次平均練習時間：_____小時

從事這項運動的經驗：_____年_____月(由您加入本項運動起)

就讀年級：國中一年級 國中二年級 國中三年級

以上資料僅供研究之用，請您放心的回答與填寫，您越真實的回答，對本研究會有更高的價值。謝謝您！

非常
不同
同意

不
同
一
定
意

同
意

非
常
同
意

在運動情境中，我喜歡（我不喜歡）我的朋友，是因為.....

1. 當我動作做不好時，我的朋友會給我再一次的練習機會。	1	2	3	4	5
2. 我的朋友和我無所不談。	1	2	3	4	5
3. 我的朋友和我具有共同的興趣。	1	2	3	4	5
4. 我的朋友和我一起做好玩的事情。	1	2	3	4	5
5. 我的朋友和我爭吵之後很快就會和好。	1	2	3	4	5
6. 我和我的朋友會互相生對方的氣。	1	2	3	4	5
7. 當我表現不錯時，我和我的朋友會互相稱讚對方。	1	2	3	4	5
8. 在運動時，我和我的朋友互相支持對方。	1	2	3	4	5
9. 我的朋友和我會一起做相同的事情。	1	2	3	4	5
10. 我喜歡和我的朋友一起玩。	1	2	3	4	5
11. 我的朋友和我意見不同時，我們會想辦法解決。	1	2	3	4	5
12. 我會和我的朋友打架。	1	2	3	4	5
13. 我的朋友會注意我的事情。	1	2	3	4	5
14. 當我失誤時，我的朋友會鼓勵我。	1	2	3	4	5
15. 我的朋友和我對事情會有相同的價值觀。	1	2	3	4	5
16. 當我們有爭辯時，我的朋友和我會商量如何解決。	1	2	3	4	5
17. 我的朋友和我一起玩時相處融洽。	1	2	3	4	5
18. 我會和我的朋友互相起爭執。	1	2	3	4	5
19. 我的朋友和我的想法一致。	1	2	3	4	5
20. 我的朋友和我會互相傾訴彼此的秘密。	1	2	3	4	5
21. 我的朋友和我會花時間在一起相處。	1	2	3	4	5
22. 在運動中，我的朋友對我有信心。	1	2	3	4	5
23. 我和我的朋友會彼此關心對方。	1	2	3	4	5
24. 我的朋友和我擁有其他共同的朋友。	1	2	3	4	5
25. 我的朋友和我會互相幫忙。	1	2	3	4	5
26. 當我心情不好時，我的朋友會安慰我。	1	2	3	4	5
27. 我的朋友和我在運動場上會互相配合。	1	2	3	4	5
28. 我的朋友和我的友誼容易變卦。	1	2	3	4	5
29. 在比賽時，我的朋友和我會互相幫對方加油。	1	2	3	4	5
30. 我喜歡和我的朋友一起運動。	1	2	3	4	5
31. 我的朋友和我會互相提供意見給對方。	1	2	3	4	5
32. 我的朋友很幽默。	1	2	3	4	5
33. 我和我的朋友互相欣賞對方的個性。	1	2	3	4	5

本問卷到此結束，請您再檢查看看有沒有漏答的題目。再次謝謝您的幫忙！

附錄二 個人基本資料表

親愛的同學 / 選手：您好！

以下是一些有關於你（妳）與你（妳）的好朋友，在體育課和運動情境中一起相處時的情況。請仔細閱讀每一個題目的敘述，回想你（妳）和好朋友在一起相處的真實情形，然後在右邊的號碼中，圈選一個代表你（妳）同意這個敘述的程度之數字，①? 代表非常不同意，②? 代表不同意，③? 代表沒意見，④? 代表同意，⑤? 代表非常同意。記得，你（妳）的答案沒有『對』與『錯』，只要把真實的情況圈選即可，並且全部的資料是以匿名方式處理，所以請放心的回答。您越真實的回答，對本研究會有更高的價值。謝謝您！

衷心地謝謝您的支持與合作！ 敬祝

心想事成 平安健康

國立體育學院體育研究所

指導教授：盧俊宏 博士

國立臺灣體育學院體育研究所

研究生：徐瑞玉 敬上

請先填寫個人基本資料，以供資料分析之用

一、性別：男 女 （請打勾）

二、年齡：_____歲（例：90年-76年=14歲）

三、就讀學校：_____縣市_____國中

四、就讀年級：國中一年級 國中二年級 國中三年級 （請打勾）

五、 籃球隊員填寫

每週平均練習時間：_____天

六、 籃球隊員填寫

每天平均練習時間：_____次

七、 籃球隊員填寫

每次平均練習時間：_____小時_____分鐘

八、 籃球隊員填寫

到2001年10月為止,你一共從事籃球運動的時間：共_____年_____月

附錄三 青少年運動友誼品質量表（修訂後）

	非 常 不 同 意	不 同 意	沒 意 見	同 意	非 常 同 意
在運動情境中，我喜歡我的朋友，是因為.....					
1. 當我動作做不好時，我的朋友會給我再一次的練習機會。	1	2	3	4	5
2. 我的朋友和我具有共同的興趣。	1	2	3	4	5
3. 我的朋友和我爭吵之後很快就會和好。	1	2	3	4	5
4. 我和我的朋友會互相生對方的氣。	1	2	3	4	5
5. 當我表現不錯時，我和我的朋友會互相稱讚對方。	1	2	3	4	5
6. 在運動時，我和我的朋友互相支持對方。	1	2	3	4	5
7. 我的朋友和我會一起做相同的事情。	1	2	3	4	5
8. 我的朋友和我意見不同時，我們會想辦法解決。	1	2	3	4	5
9. 我的朋友會注意我的事情。	1	2	3	4	5
10. 當我失誤時，我的朋友會鼓勵我。	1	2	3	4	5
11. 我的朋友和我對事情會有相同的價值觀。	1	2	3	4	5
12. 當我們有爭辯時，我的朋友和我會商量如何解決。	1	2	3	4	5
13. 我會和我的朋友互相起爭執。	1	2	3	4	5
14. 我的朋友和我的想法一致。	1	2	3	4	5
15. 我的朋友和我會互相傾訴彼此的秘密。	1	2	3	4	5
16. 在運動中，我的朋友對我有信心。	1	2	3	4	5
17. 我和我的朋友會彼此關心對方。	1	2	3	4	5
18. 我的朋友和我擁有其他共同的朋友。	1	2	3	4	5
19. 我的朋友和我會互相幫忙。	1	2	3	4	5
20. 我的朋友和我在運動場上會互相配合。	1	2	3	4	5
21. 我的朋友和我的友誼容易變卦。	1	2	3	4	5
22. 在比賽時，我的朋友和我會互相幫對方加油。	1	2	3	4	5
23. 我喜歡和我的朋友一起運動。	1	2	3	4	5
24. 我的朋友和我會互相提供意見給對方。	1	2	3	4	5

附錄四 運動員精神取向量表

				與	
		我	與	與	
	一	我	我	與	我
	點	一	大	與	我
	也	點	部	我	非
	不	點	分	很	常
	相	相	相	相	相
	像	像	像	像	像
1. 在比賽時，我會全力以赴，即使確定我不可能會贏。	1	2	3	4	5
2. 我服從裁判。	1	2	3	4	5
3. 我比賽是為了個人榮譽、獎品與獎牌。	1	2	3	4	5
4. 即使在犯了許多的錯誤之後，我也不會放棄。	1	2	3	4	5
5. 我尊重比賽的規則。	1	2	3	4	5
6. 我會批評教練要求我做的事。	1	2	3	4	5
7. 我會思考很多方法，來改善我的缺點。	1	2	3	4	5
8. 我真的遵守我所從事運動的所有規則。	1	2	3	4	5
9. 當比賽完後，我會為我不好的表現找藉口。	1	2	3	4	5
10. 對我來說，出席所有的練習是很重要的。	1	2	3	4	5
11. 我會尊重裁判，即使他（她）判決的並不好。	1	2	3	4	5
12. 當比賽完後，我的教練指出我的錯誤時，我會拒絕承認這些所犯的錯誤。	1	2	3	4	5
13. 當練習時，我會全力以赴。	1	2	3	4	5
14. 可以的話，我會要求裁判讓對手在因不合理被取消資格下，仍能比賽。	1	2	3	4	5
15. 當我失敗時，不管我的對手是誰，我都會向他（她）道賀。	1	2	3	4	5
16. 當對手受傷時，我會要求裁判停止比賽，讓他（她）得到幫忙。	1	2	3	4	5
17. 在比賽完後，我會因對手的優異表現，而向他（她）道賀。	1	2	3	4	5
18. 如果我看到對手被不公平地處罰，我會試著改正這種情況。	1	2	3	4	5
19. 不管輸或贏，在比賽後我會與我的對手握手。	1	2	3	4	5
20. 如果不巧對手忘記他的裝備時，我會借給他我多餘的裝備。	1	2	3	4	5

填答完畢，請您再檢查看看有沒有漏答的題目。再次謝謝您的幫忙！

附錄五 量表使用同意書

本人同意國立臺灣體育學院研究生徐瑞玉君，於其碩士論文「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」研究中，使用本人於 2001 年所修訂之「中文版運動員精神取向量表」。

量表修訂者簽名
