

Freeman, Coffee, and Rees 運動支持知覺量表之介紹

國立臺灣體育運動大學 蔡俊傑

國立臺灣體育運動大學 呂明鴻

國立臺灣體育運動大學 莊登洲

摘要

社會支持在體育運動研究相當廣泛，但國內以結構性支持為主，較少涉及功能性的支持。本文旨在介紹 Freeman, Coffee, and Rees (2011) 運動支持知覺量表(Perceived Available Support in Sport Questionnaire, PASS-Q)，量表包含情緒、自尊、訊息和實際支持等 4 向度，共有 16 個題目。在研究一，作者以驗證性因素分析驗證 4 因素結構的存在性，並以 Richman, Rosenfeld, and Hardy (1993) 社會支持調查問卷與本量表分析效標關聯效度，證實運動支持知覺量表具有效標關聯效度。研究二，以驗證性因素分析驗證 4 因素結構，結果獲得支持；此外，本量表各向度（情緒、自尊、訊息和實際支持）做相關分析，與自信呈現正相關，與倦怠呈現負相關。本量表適用競技運動選手，具有良好信效度。未來如果要應用於國內研究，仍須經過中文化的評估與測試。

關鍵字：倦怠、驗證性因素分析、自信心、社會支持

壹、前言

社會支持已成為體育運動重要的議題，因為它結合了許多運動員的心理因素，例如：受傷復原的支持、運動參與程度的支持、自信的提升、運動倦怠的消除、運動表現的提升 (Bianco & Eklund, 2001; Holt & Hoar, 2006; Rees, 2007)。隨著社會支持在體育運動中研究的增加，社會支持的概念化和測量變得多樣化。例如：依據 Cohen and Syme (1985) 的分類，社會支持包括結構性社會支持 (functional social support) 與功能性社會支持 (structural social support)，而功能支持又可區分為知覺可用的支持 (perceived available support) 及實際可用的支持 (support actually received)，上述層面均以其品質及滿意度作為評估的標準 (Cohen, Gottlieb, & Underwood, 2000; Holt & Hoar, 2006)。

社會支持的研究相當廣泛，包括教育、心理、諮商輔導、企業管理、學習等領域，研究樣本從學齡兒童、少年、青少年、中年人、老年人等。在體育運動方面，包括國小學童對運動價值觀 (章宏智、李佩樺, 2007)、成年人規律休閒運動 (李政明、鍾志強, 2010)、中年運動參與 (周嘉琪、王俊明, 2011)、青少年運動 (蔡馨任、季力康、游鎮安, 2012) 等。上述國內在社會支持的研究方面大部份以結構性支持為主，較少涉及功能性的支持，因此本篇乃在介紹 Freeman, Coffee, & Rees (2011) 功能性社會支持的運動支持知覺量表，並參酌其它功能性社會支持的研究 (Freeman & Rees, 2008; Hassell, Sabinston, & Bloom, 2010; Rees & Hardy, 2000; Rees & Hardy, 2004)，以提供未來有關功能性社會支持的研究。

貳、社會支持的理論研究

社會支持的多層面研究已成為近日的研究趨勢 (Bianco & Eklund, 2001; Holt & Hoar, 2006; Rees & Hardy, 2000)，過去社會支持僅是社會學的研究重點，在運動學上是一個應用領域 (applied field)，在過去研究中，僅是「社會支持」，未將社會支持區分為「結構性社會支持與功能性社會支持」，造成二者之間的重疊性，因

此，Hassell, Sabinston, and Bloom (2010)在其研究才將其作區分。Hassell, Sabinston, and Bloom (2010) 以質化訪談研究，針對 18 位 13-15 歲精英女性游泳選手，探討多層面社會支持，將社會支持區分為結構性社會支持與功能性社會支持。結構性社會支持指的是個體的社會關係網絡連接，換言之就是產生社會支持的潛在來源，包含教練、父母、隊友、同儕；功能性社會支持指的是個體感覺社會支持及實際獲得的社會支持，包含網絡支持、情緒支持、自尊支持、訊息支持及實際支持。網絡支持包含接受、經驗分享、隨時在旁、矛盾；情緒支持包含關懷與關心、了解與同理心、避免必要的；自尊支持包含堅忍的愛與同理心、比較回饋與讚美；訊息支持包含引導、結構與控制；實際支持包含實質的協助、經費的規定。其研究結果「功能性社會支持、結構性社會支持及知覺社會支持結構關係圖」(如圖 1)。

Hassell, Sabinston, and Bloom (2010) 指出結構性支持包含了教練、父母、隊友、同儕所提供的社會支持，但是上述的來源並不全然包含了功能性支持所有的項目，在其研究結果顯示，例如：實際支持方面，僅有父母提供實質的協助與經費的規定，而受試者並未知覺其它教練、隊友、同儕在此方面的支持(如圖 1)。自尊支持方面，受試者則知覺到所有結構性的來源，包含教練、父母、隊友、同儕所提供的社會支持(如圖 1)。

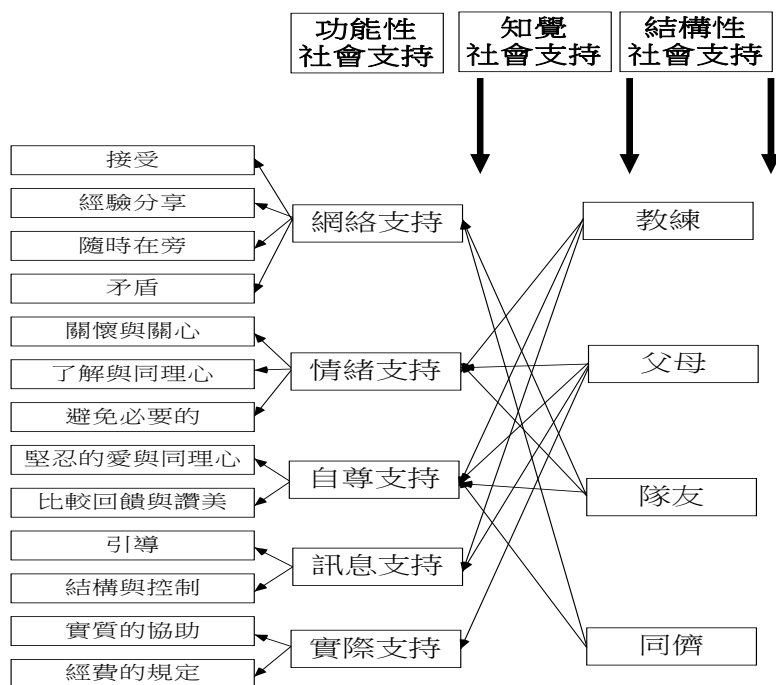


圖 1 功能性社會支持、結構性社會支持及知覺社會支持結構關係圖

資料來源：”Exploring the multiple dimensions of social support among elite female adolescent swimmers “. Hassell, K., Sabinston, C. M., & Bloom, G. A. (2010). *International Journal of Sport Psychology*, 41(4), 346.

參、Freeman, Coffee, and Rees 運動支持知覺量表編製之介紹

Freeman, Coffee, & Rees (2011) 編製「運動支持知覺量表」將過程分為兩部分，研究一包含建構 4 因素 16 題的結構，分析社會支持調查問卷(Social Support Survey, SSS，以下幾簡稱 SSS)與本量表(PASS-Q)的同時效度。研究二包含以驗證性因素分析驗證 4 因素結構；此外，以競賽焦慮狀態量表(Competitive State Anxiety Inventory-2, CSAI-2R)、運動員倦怠量表(Athlete Burnout Questionnaire, ABQ)與本量表各向度(情緒、自尊、訊息和實際支持)做相關分析。

一、研究一

(一)初始結構量表

研究題目參考過去學者的研究量表 (Freeman & Rees, 2008; Rees & Hardy, 2000; Rees & Hardy, 2004) , 編擬出 4 因素, 16 個題目, 以 Likert 5 點量表呈現, 答項從 0 (沒有) 到 4 (非常), 數值越高代表獲得較高支持。初擬的題目由 9 名平均 23.6 歲的碩士, 曾經參加過個人或團隊競賽、或代表俱樂部、州、國家參與競賽, 審視閱讀所有題目, 確認題目的可行性。

(二)樣本

參與者 180 名 (92 女, 88 男, 平均年齡 19.4 歲) 在英格蘭西南部的一所體育大學的在學生, 參與者參加過團隊運動 (N= 125) 和個人運動 (N=55) , 平均年資為 9.0 年 (SD= 3.9) 。

(三)研究結果

在一階單因子模式方面, 研究結果 χ^2/df 為 491.31 ($p < 0.01$), RMSEA 值為 0.14 ($p < 0.01$), SRMR 值為 0.10 太高, SRMR 值為 0.10 太高, NNFI 值為 0.72, CFI 值皆為 0.76。在高階因素模式方面, 研究結果 χ^2/df 小於 2 (1.85), RMSEA 值為 0.07, SRMR 值為 0.08, NNFI 值為 0.89, CFI 值為 0.91。一階四因素模式, 研究結果 χ^2/df 小於 2, RMSEA 值為 0.05, SRMR 值為 0.06, NNFI 值為 0.93, CFI 值為 0.94。經競爭模式比較, 一階四因素有較佳的適配度。為避免「社會讚許效應」, PASS-Q 中之四因素與社會讚許量表做相關分析, 其相關係數為 -0.12 至 0.03, 顯示 PASS-Q 無社會讚許的偏差。與 SSS 的相關分析, 為了提供同時效度, 進行 PASS-Q 各層面和 SSS 的各層面作相關分析。PASS-Q 情緒支持層面與 SSS 中之情緒支持、傾聽支持層面的滿意度、困難度、重要性相關係數達顯著水準 (0.15-0.33); PASS-Q 自尊支持層面與 SSS 中之工作讚賞、工作挑戰層面的滿意度、困難度、重要性相關係數達顯著水準 (0.18-0.48); PASS-Q 實際支持層面與 SSS 中之個人協助層面的滿意度、困難度、重要性相關係數達顯著水準 (0.26-0.33)。因此, 確定 PASS-Q 為一階四因素測量模式; PASS-Q 和 SSS 呈正相關, 換言之具有效標關聯效度。

在上述結構方程模式中呈現各模式比較, 其指標必須如 (CFI、NNFI 等) 理想值, 必須大於 0.9; RMSEA、SRMR 其值必須越小越好, 才算是好的模式。

二、研究二

研究二主要在於以第二份樣本施測，Freeman, Coffee, & Rees (2011) 根據理論與實證研究發現，社會支持與自信 (Freeman & Rees, 2010; Rees & Freeman, 2007)、倦怠 (Brown, Prashantham, & Abbott, 2003; Raedeke & Smith, 2004) 有關，因此在研究二作者分析 PASS-Q 與自信、倦怠的關係。

(一)樣本

參與者計有 145 位 (68 女, 77 男, 平均年齡 21.0 歲) 競技運動員。參與者參加過團隊運動 (N= 112) 和個人運動 (N=33) 項目, 平均年資為 11.9 年 (SD= 3.8)。

(二)研究結果

1. 一階四因素有良好的適配度, χ^2/df 小於 2 ($p > 0.05$), RMSEA 值為 0.04, SRMR 值為 0.04, NNFI 值為 0.98, CFI 值為 0.98。因素負荷量介於 0.66-0.86, 均達顯著; Cronbach's alpha 四個因素的內部一致性係數從 0.79 到 0.89; 組合信度係數, 從 0.82 到 0.89。
2. 相關分析結果, PASS-Q 與競賽狀態焦慮量表相關係數呈現正相關, 從 0.37 至 0.44 ($p < 0.01$); PASS-Q 與運動員倦怠量表呈現負相關, 從 -0.29 至 -0.38 ($p < 0.01$)。
3. 迴歸分析結果, 作者以強迫進入法分析, PASS-Q 四個因素能有效解釋競賽狀態焦慮, $R^2=0.22$ ($p < 0.01$); 降低成就感 $R^2=0.15$ ($p < 0.01$); 運動評價減低 $R^2=0.13$ ($p < 0.01$); 情緒和身體耗竭 $R^2=0.16$ ($p < 0.01$)。運動評價減低與情緒和身體耗竭的主要是資訊支持的影響 ($\beta = -0.27, p < .05$; $\beta = -0.29, p < .05$)。

肆、未來的研究方向

一、編製因「人」制宜的運動社會支持量表

從 Hassell, Sabinston, and Bloom (2010) 及 Freeman, Coffee, and Rees (2011) 文獻分析，了解到社會支持有其「個殊性」，換言之，量表的施測會因對象、文化差異而有所差異，以 Hassell, Sabinston, and Bloom 為例，其對象為精英競技女性游泳選手，而 Freeman, Coffee, and Rees 的對象是包含個人或團體競技項目的選手，對象如果是競技的運動選手、休閒運動參與者、青少年體育活動參與者，在社會支持的層面就有產生差異；又例如：研究是採取功能性社會支持亦或是結構性社會支持，其層面就會產生差異。但目前許多研究僅以「社會支持」一辭，一語帶過，從不界定因對象不同所採取的社會支持量表。

二、發展功能性運動社會支持量表

在國內研究大多以「結構性社會支持」居多，編製「功能性社會支持」量表僅有古志銘、林宏恩、陳文貞 (2010) 編製「大學院校生運動社會支持量表之編製」1 篇，研究者建議未來可發展競技運動選手、青少年健身運動、中老年、上班族、婦女等對象的功能性社會支持量表。

三、建置本土化運動社會支持量表

國外問卷會因為文化、施測對象等因素不同而產生適用性的問題，因此，相關社會支持的題目、語意、信度、效度，必須經過中文化的重新檢驗，以符合本土化使用。

參考文獻

- 古志銘、林宏恩、陳文貞 (2010)。大學院校生運動社會支持量表之編製。 *島嶼觀光研究*, 2(4), 80-101。
- 李政明、鍾志強 (2010)。運動社會支援與成年人規律休閒運動參與。 *休閒運動健康評論*, 2(1), 48-62。
- 周嘉琪、王俊明 (2011)。運動社會支援、運動享樂對中年運動參與者幸福感之影響。 *臺灣體育學術研究*, (50), 21-36。
- 章宏智、李佩樺 (2007)。國小學童社會支援因素對運動價值觀之影響—以公館國小為例。 *休閒餐旅研究*, 2(4), 192-204。
- 蔡警任、李力康、游鎮安 (2012)。青少年不同運動階段中社會支援的差異：來源與形式的探討。 *體育學報*, 45(1), 3-43。
- Bianco, T., & Eklund, R.C. (2001). Conceptual considerations for social support research in sport and exercise settings: The case of sport injury. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 23, 85-107.
- Cohen, S., Gottlieb, B.H., & Underwood, L.G. (2000). Social relationships and health. In S. Cohen, L.G. Underwood, & B.H. Gottlieb (Eds.), *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists* (pp. 3-25). New York: Oxford University Press.
- Cohen, S. & Syme, S. L. (1985). Issues in the application and study of social support. In: S. Cohen & S.L. Syme (Eds). *Social Support and Health*(pp. 3-22). New York: Academic Press.
- Freeman, P., Coffee, P., & Rees, T. (2011). The PASS-Q: The perceived available support in sport questionnaire. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 33, 54-74.
- Freeman, P., & Rees, T. (2008). The effects of perceived and received support upon objective performance outcome. *European Journal of Sport Science*, 8, 359-368.
- Hassell, K., Sabinston, C. M., & Bloom, G. A. (2010). Exploring the multiple dimensions of social support among elite female adolescent swimmers. *International Journal of Sport Psychology*, 41(4), 340-359.
- Holt, N.L., & Hoar, S.D. (2006). The multidimensional construct of social support. In S. Hanton & S.D. Mellalieu (Eds.), *Literature reviews in sport psychology* (pp.

- 199-225). Hauppauge, NY: Nova Science.
- Rees, T., & Hardy, L. (2000) . An investigation of the social support experiences of high-level sport performers. *The Sport Psychologist, 14*, 327-347.
- Rees, T., & Hardy, L. (2004) . Matching social support with stressors: Effects on factors underlying performance in tennis. *Psychology of Sport and Exercise, 5*, 319-337.
- Rees, T. (2007). Influence of social support on athletes. In S. Jowett & D. Lavallee (Eds.), *Social psychology in sport* (pp. 223-231). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Richman, J. M., Rosenfeld, L. B., & Hardy, C.J. (1993). The Social Support Survey: A validation of a clinical measure of the social support process. *Research on Social Work Practice, 3*, 23-33.

